ふるさとふれあいツアー
さわやか農山村へどうぞ

「豊かな自然と味覚、温かな人情に触れてみたい」そんな皆さんに、農山村から招待状が届いています。「ふるさとふれあいツアー」を中心とした農山村と都市の交流推進事業（県・市などで主催）が始まります。ご家族でぜひ参加下さい。

◙ふるさとふれあいツアー

申し込み　新潟日報旅行社（東中通一☎222―1771）へ

問い合わせ　県克雪・地域振興課（☎285―5511）へ

〈日帰りコース〉

①刈羽郡高柳町「かやぶき村とホタルの夕べ」
期日　六月二十五日
内容　ムササビウォッチング、ホタルとり、ワラ細工ほか
料理　山菜ごはん、地鶏焼き鳥、そば、ちまきほか
参加費　大人五千七百円、子ども三千七百円
募集人員　二十人

②中魚沼郡津南町「SPAッと！スィッと来～んかい？」
期日　七月二十三日
内容　スイートコーン収穫とゆでたて賞味、クアハウスで十種の温泉浴とウォータースライダーほか
参加費　大人八千九百円、子ども八千五百円
募集人員　五十人

〈一泊二日コース〉

①佐渡郡小木町「たらい舟にのって海とのふれあい」遊んで食べて楽しさ目白押し
期日　七月二十四日～二十五日
内容　たらい舟体験、みんなで作ろう磯料理、わらぞうり作り、おけさ教室、海水浴ほか
料理　わかめおにぎり、サザエの壺焼き、沖汁、海の幸定食ほか
参加費　大人一万三千五百円、子ども一万一千円
募集人員　五十人

②佐渡郡相川町「佐渡愛ランドお訪ねの旅」～ホームステイ編
期日　八月五日～六日
内容　体験学習（陶芸・サキ織・版画教室から選択）、海水浴、スイカ割り、貝拾いほか
料理　銀鮭姿焼、山海おにぎり、民家のオリジナル料理、イカのポンポン焼ほか
参加費　大人一万七千六百円、子ども一万四千百円
募集人員　小学生と保護者十組

③東頸城郡安塚町「アドベンチャーサマーin菱ケ岳」三日間で君も縄文人になれる
期日　八月十一日～十三日
内容　縄文体験（縄文ファッション・土器・食事づくり、ミニたて穴式住居づくり、火おこし体験）、にじますつかみどり、火まつりパーティほか
料理　石板焼肉、豚汁ほか
参加費　大人二万六千五百円、子ども二万三千五百円
募集人員　五十人

④佐渡郡佐和田町「サンドアートツアー」砂像作りにチャレンジ
期日　八月十四日～十五日
内容　砂像作りコンテスト、花火大会とおけさ教室、佐与吉人形製作体験ほか
料理　おけさあわびのオンデコ焼きほか
参加費　大人一万五千九百円、子ども一万二千四百円
募集人員　二十五人

⑤岩船郡粟島浦村「粟島夏体験物語Ⅲ」それぞれの夏を求めて
期日　八月十九日～二十日
内容　海浜ゲーム（サンパ舟こぎ、宝さがしほか）、ワッパ煮作り体験、ぐるっと海遊オリエンテーリング
料理　ワッパ煮、サザエの壺焼き、刺身ほか
参加費　大人二万円、子ども一万五千四百円、
募集人員　四十人

⑥佐渡郡赤泊村「佐渡の味覚とおもしろ体験」
期日　八月二十日～二十一日
内容　シーサイドアドベンチャー（タコとりほか）、そば打ち体験学習、ジャンボぞうり作り、鬼太鼓見学ほか
参加費　大人一万二千九百円、子ども九千九百円
募集人員　四十人

◙**にいがたのふるさと展**
日時　六月十五日～二十日午前十時～午後六時（十八・十九日は七時、二十日は四時まで）
会場　新潟伊勢丹六階
内容　特産品の販売、民芸品などの製作実演と体験教室、民俗芸能、ふるさとの味覚紹介、万代シティで青空市ほか

体や手足の不自由な方 機能訓練を

市では、脳卒中の後遺症や老化などのために体や手足が不自由になった人を対象として、機能維持のための機能訓練を行っています。

対象者　四十歳以上の市民で、体や手足の不自由な人（ただし、通所できる人）
会場　北部コミュニティセンター機能訓練室（附船町一）
実施回数　原則として週一回
問い合わせ　保健衛生課（☎内線369番）へ

苦悩する国民健康保険①
厳しい国保財政

市の国保財政は、平成元年度末で約十六億円の赤字が見込まれます。苦悩する国保の現状と問題点を、シリーズで紹介します。

国保は、国庫支出金と被保険者の皆さんから納めていただく保険料で賄うことが建前となっています。

医療費が増えれば国庫支出金も増えますが、医療費に見合う保険料の増収がなければ国保財政は赤字になってしまいます。

昭和六十三年度単年度では国から一定の財源措置が講じられたこともあり、黒字となる見通しですが、累積では六億円余の赤字が残ります。

さらに被保険者の高齢化あるいは医療の高度化により医療費は毎年増えています。このような中で収支を試算しますと、平成元年度においては約十億円の赤字が見込まれます。

市ではこれまでにも、できるだけ皆さんの負担を軽くするため、一般会計から繰り入れを行うとともに、保険料収納率の向上にも努めてまいりました。

しかし、以上のような厳しい財政事情から、保険料を改定せざるを得ない状況となっています。

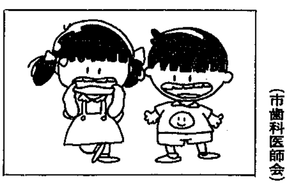
あなたのお子さん よく噛(か)んでいますか？（下）

最近の子どもたちを見ると、体格の目覚ましい向上に比べ顎（あご）が小さく、歯並びの悪い子の多いことに気がつきます。そのため虫歯になりやすく、顎が弱くて噛めないため、歯ぐきの病気にかかりやすくなっています。

現代人の一回の食事中に噛む回数は、弥生時代の約六分の一しかなく、わずか五十年前に比べても半分の回数しか噛まなくなっています。しっかり噛むことは顎の発育を促すだけでなく、脳の発達にも影響を及ぼすとも言われています。

子どもの歯の病気といえば「虫歯」と考えるでしょうが、その治療・予防を考える前にまず「噛むこと」について考えてみませんか。

（市歯科医師会）



歯の衛生週間行事

問い合わせ　保健衛生課（☎内線584番）へ

◙**歯の健康フェア**
日時　6月4日午前10時～午後6時
会場　新潟三越5階（西堀通5）
内容　無料歯科健診・相談、歯みがき指導、予防処置、古代食と現代食展示

◙**母と子のよい歯のコンクール**
日時　6月10日午後1時～2時受け付け
会場　コーリンビル8階「森田ショールーム」（西堀通5）
対象　昭和60年4月1日から61年3月31日までに生まれたお子さんとその母親
持参品　母子健康手帳

献血車「ゆうあい号」

※正午から午後1時まで受け付け休みます。

月日	会場	時間
6/5・6・7	日本歯科大学新潟歯学部（浜浦町1）	午前9時～午後4時
6・8	コープケミカル㈱新潟東港工場（太郎代）	午前9時～午後3時半
6・10	JR新潟駅南口広場（笹口1）	午前10時～午後4時
金曜日を除く毎日	古町献血ルーム（古町7.アーケード内）	午前10時～午後1時 午後2時～5時半

坂井輪地区公民館会場催し物

会場　坂井輪地区公民館
申し込み　電話で会場（☎269―2043）へ

◘**国際交流・日本語サロン**
日時　6月13日午後1時半～3時
内容　日本語学習中の外国人と雑談
定員　先着20人　**経費**　100円（お茶代）

◘**私のお国自慢料理（韓国編）**
日時　6月17日午後2時～4時半
定員　先着20人　**経費**　500円（材料費）
※**ホストファミリー募集**
①週末のホームステイ、食事やお茶などに外国人を招待できる人②家庭での交流を通して日本語学習の手伝いができる人③外国語が話せなくても大丈夫です。

◘**保育あそびセミナー**
日時　6月14日～7月19日毎週水曜日午前10時～正午（計6回）
対象　昭和61年4月～12月生まれの幼児と親30組
内容　親子でのリズム遊びほか

離乳食講習会

対象　生後4カ月に達した第1子をお持ちのお母さん、または保育している人
内容　離乳期の食品の調理、試食と話し合い、育児指導ほか
持参品　母子健康手帳

月日	会場	時間	申し込み
6・7	東保健所	午後1時15分～3時15分	当日会場へ

母と子の歯の健康教室

対象　2歳のお子さんとお母さん、または保育している人
内容　歯科健診と上手な歯みがきの仕方
持参品　母子健康手帳、親と子が使用中の歯ブラシ

月日	会場	時間	申し込み
6・19	西保健所	午前9時半受け付け	電話で会場へ

糖尿病教室（3回1コース）

対象　糖尿病患者とその家族
定員　東・西保健所ともに先着30人
内容　医師の話、食事の基本、食品交換表、計量法、試食、話し合いほか
持参品　糖尿病食品交換表（実費309円であっせん）筆記用具、試食代200円
申し込み　電話で各会場へ
《東保健所会場》
日時　6月22・29日午後1時～4時、7月13日午前9時半～午後1時
《西保健所会場》
日時　6月21日・7月5日午前9時半～正午、7月12日午前9時半～午後1時

成人病食事相談

日時　6月15日午前9時～11時
会場　東保健所
持参品　みそ汁の塩分テスト希望する方は汁のみ100cc、基本健康診査などの血糖、血圧のデータ（お持ちの人のみ）
申し込み　電話で会場へ

中学生のおべんとう献立講習会

内容　栄養士の話、調理実習と話し合い
持参品　三角布、エプロン、試食費200円

月日	時間	会場	申し込み先
6月7日	午前10時～午後零時半	北部コミセン	電話で西保健所へ
6月8日		坂井輪公民館	
6月19日		中央公民館	
6月23日		坂井輪コミセン	

がんを予防する楽しい料理

内容　調理実習、試食と話し合い
持参するもの　エプロン、三角布、試食費の一部負担200円

月日	時間	会場	申し込み
6月6日	午前10時～午後零時半	坂井輪公民館	電話で西保健所へ
6月12日		中央公民館	
6月14日		西保健所	
6月21日		西地区公民館	
7月3日		西保健所	

保健婦による健康相談

老人保健法「健康手帳」、基本健診の受診結果をお持ちの人はご持参下さい。

地区	月日	会場	時間
山の下	6・6	※中地区保健センター	午前10時～11時30分 午後1時～2時30分
大形	6・7	※大形連絡所	午前10時～正午 午後1時～3時
松浜・南浜・濁川	6・9	北地区保健センター	
南浜	6・8	太郎代公民館	午後1時半～3時
東曽内	6・5	※東保健所	
坂井輪	6・7	※小新公民館	午前10時～正午 午後1時～3時
中野小屋	6・8	☆中野小屋連絡所	

☆印は小児科医、※印は栄養士による相談もあります。

◘**保健婦による老人出張相談**

月日	会場	時間	対象
6・8	老人憩いの家「石山荘」	午後1時半～3時半	60歳以上

医師による相談もあります。

基本健康診査受診者の 保健婦・栄養士による健康相談

持参品　受診記録票、健康手帳
申し込み　当日会場へ

対象校区	月日	時間	会場
有明台・礎	6・6	午後1時半～3時半	西保健所