

新潟では寒さに弱い観葉植物をはじめ、鉢物を室内に入れて冬を越さなければなりません。そこで冬の間、室内を快適にする緑の演出を考えてみましょう。まず室内空間と緑の量との程度がよいかどうかという問題です。ある調査によると約七〇〇坪の人が、室内空間に対して緑が一〇坪以下では少な過ぎ、逆に三〇〇坪以上では多過ぎると言う答えがでました。このことにより室内の緑量は一〇・一五坪が適正量と言われています。一方、室内の植物が人間の心理、生理にどのような影響を及ぼすのか、最近種々の研究があります。また、その効用の検証もされています。



室内植物の効用(1)

第一に緑のもたらす心理的効用が挙げられます。緑を見ると目の疲れが、やがて心が和む。気分が落ち着く。気分転換になる。ストレス解消に働く。などが挙げられます。第二に室内空気浄化が挙げられます。鉢土中の微生物の働きで、空気汚染物質が分解されることが最近の研究で明らかにされました。(園芸センター)

介護人を応援

高齢者の在宅福祉制度

食事・入浴・排せつ・洗滌・通院...。自宅に寝たきりの人などを抱え、その市では、六十五歳以上で寝たきりや痲痺、症の人を自宅で介護している人の手

事業名	内容
ホームヘルパー派遣	お年寄りのお世話が困難な家庭を定期的に訪問し、食事・排せつ・入浴・洗濯・買い物など必要なお世話する制度 ※申請先は福祉公社、高齢者福祉課
短期入所	介護している人の疲れや冠婚葬祭など一時的に介護できない時に、対象者を原則として一週間を限度に施設で預かる制度 実施施設…松風園、有明園、康和園、おもと園、大山台ホーム、にいがた恵風園、あしぬま荘、まつはま園、白鳥の里
デイサービス	介護・介助が必要なお年寄りの食事や入浴サービスなどを実施する制度 実施施設…有明園、おもと園、にいがた恵風園、あしぬま荘、まつはま園、白鳥の里、はじめ
デイホーム	痲痺づらのお年寄りを日中お世話する制度 実施施設…大山台デイホーム、八千代デイホーム
介護手当の支給	寝たきりのお年寄りなどと同居し、日常生活の介護に当たっている人に月額5千円を支給する制度

新潟の文化を考える '93・12・12百人集会



昨年の集会上では活発な意見交換が

「新潟に男の子と杉の木は育たない」「新潟は文化不毛の土地」などと、嘆いている人はいませんか。ここに本当にそうでしょうか。

鳥屋野総合体育館では今年も市民エアロビクス・カーニバル・クリスマスパーティーを開催します。楽しく家族にとごもりがちな家に、この時期、エアロビクスで思いきり体を動かして、さわやかな汗をかいてみませんか。

開催されます。参加予定のママさんたちの練習は日一日と熱を帯び、音声を聴かせようと、みんな大張り切りです。皆さんお誘い合わせの上どうぞ。日時 十二月五日(第一)部 午前十時半、午後一時半、三時半 ②第二部 午後一時半、三時半 音楽文化会館 問い合わせ 会場 224-15811

また、これ以外の在宅福祉制度として紙おむつの支給、寝具乾燥機の貸与など日常生活用具の貸与も利用できます。お問い合わせ先 高齢者福祉課(内線2653番)

日時 十二月二十三日午前十時、正午 会場 鳥屋野総合体育館 対象 成人先着二百五十人 参加費 前売り千円、当日千二百円 発売場所 十二月二十八日、西海岸公園市営アール、会場で発売 問い合わせ 会場 224114600

市民エアロビクス・カーニバル さわやかな汗を!

日時 十二月二十三日午前十時、正午 会場 鳥屋野総合体育館 対象 成人先着二百五十人 参加費 前売り千円、当日千二百円 発売場所 十二月二十八日、西海岸公園市営アール、会場で発売 問い合わせ 会場 224114600

抱えた共働きの夫婦が家庭を舞台としたドラマ仕立て。家族が介護など日常生活で直面する問題の解決策や手続きを場面に合った内容で紹介しています。ビデオは市内に住んでいる人であればどなたでも貸借していただけます。お問い合わせ先 高齢者福祉課(内線2653番)

ケアハウス新舞園

日時 十二月二十三日午前十時、正午 会場 鳥屋野総合体育館 対象 成人先着二百五十人 参加費 前売り千円、当日千二百円 発売場所 十二月二十八日、西海岸公園市営アール、会場で発売 問い合わせ 会場 224114600

冬の風物詩 光のページェント点灯

新潟駅南口のけやき通りをイルミネーションで彩る「NIGHT AT 光のページェント」が、今年も三日から点灯します。今年も新潟駅南口広場とけやき通りの約二百本の木々に二十万個のイルミネーションを設置。皆さんの目を楽しませます。希望者は当日午後五時半に、けやき通りの会場本部へ申し出て下さい。問い合わせ 実行委員会 24513020

12月スポーツ健康相談

会場 トレーニングセンター(陸上競技場内) 持ち物 運動者、室内運動靴 申し込み 会場(266-8115)へ ※受付は月～金曜日の正午～午後7時、土曜日は午後5時まで 図力診断コース 日時 12月2・8・14日午後1時～2時、5時半～6時半 内容 体力測定、健康チェック、体力に応じた運動処方、ほか 参加費 200円 申込締切日 前日 図スポーツ健康相談コース 日時 12月21日午後6時～ 内容 体力診断コースの内容と医師による健康相談(スポーツによるケガなど) 費用 1,100円 申込締切日 12月16日

坂井輪図書館 読書会

日時 12月8日午前10時から 会場 坂井輪地区公民館 テーマ図書 「時雨の記」中里恒子著(文春文庫) 問い合わせ 同図書館(260-3242)へ

沼垂図書館 読書会

会場 東地区公民館 問い合わせ 同図書館(241-4116)へ 図夜の読書会 日時 12月10日午後6時～8時 テーマ図書 「カンボジア最前線」熊岡路也著(岩波新書) 図10時の読書会 日時 12月21日午前10時～正午 テーマ図書 「中年クライシス」河合華雄著(朝日新聞社)

読みきかせ入門講座

日時 12月9日～2月10日午前10時～正午(全7回) 会場 東地区公民館 内容 課題の絵本を読む、ほか 定員 先着20人 申し込み 沼垂図書館(241-4116)へ

児童センター

問い合わせ 会場(万代市民会館内) 246-7711)へ ※月曜休館 図クリスマスカードづくり 日時 12月11日午後1時半～3時 対象 小学生先着15人 参加費 100円 図親子のつどい 日時 12月3日～17日毎週金曜日午前10時半～11時半 対象 乳幼児とその保護者 申し込み 当日直接会場へ

市広報テレビ

12月5日(日) さわやか新潟 (BSN 10:45～11:00) 「安心で住み良い暮らしのために」にいがた子ども広場 (NTT 17:55～18:00) 「音楽会～鳥屋野川」にいがた(ケーブルテレビ)・チューリップチャンネル 9:00～9:30、再放送(有) 「ごみの減量は生活の見直しから」 新潟市政ニュース (NST 10:55～11:00) 「冬のマリニピアへどうぞ」 12月12日(日) にいがた子どもの広場 (NTT) にいがた(ケーブルテレビ)