

成人病予防には、カロリーや塩分の取り過ぎに注意するなどの、食生活での情報があふれています。しかし、実際何に注意し、どんな工夫をすればよいのかとなると分らない人も多いのではないのでしょうか。

そんなとき、地域に密着した身近な立場で、食生活にアドバイスをしてくれるのが、食生活改善推進員です。

現在、向日市では47人の人が、食生活改善推進員としてボランティア活動をしています。母子、成人、老人の三

班に分かれて、小学校や高校の育友会の料理講習会、独居老人の料理講習会、基本健康診査などで献立を立てる段階から関わり、実習では丁寧に指導するなどその力を発揮しています。

この推進員の養成は、昭和58年から行っています。保健センターで行う栄養教室で決められた

食生活改善推進員

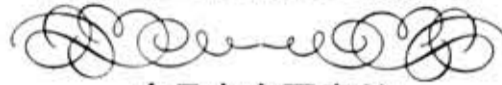


体から表彰を受けました。昭昭和58年から行っています。保健センターで行う栄養教室で決められた

た余暇を生かしてボランティアを始めました。自分のささやかな行為が地域の人たちに喜んでもらえるときが一番嬉しい」と語ってくれました。このような温かい愛情のこもった活動を、これからも続けていきたいと思います。

平成3年度は、この食生活改善推進員の4期生の養成講座として栄養教室を開催します。食生活改善推進員としてボランティア活動に参加希望の人は、健康管理課(内線3338)までお問い合わせください。

新着図書のご案内



向日市立図書館

一般成人向け図書

- ▷最速データベース活用事典 データベース研究所編 講談社
- ▷逃げ腰症候群 ソニー・ロウズ他著 新水社
翻訳工房「とも」訳
- ▷あなたの知らないロンドン 小国愛子著 明窓出版
- ▷ことばが子供に届く本 伊藤友宣著 PHP研究所
- ▷数学の玉手箱 ナギビン著 山崎昇訳 東京図書
- ▷物理のトレーニング ランゲ著 西成勝好訳 東京図書
- ▷すてきにストレス 中村延江著 芸文社

- ▷ホームクリーニング CBSソニー出版
—きれいな部屋をつくりませんか—
- ▷日本人とてれふん 通信総合博物館監 NTT出版
—明治・大正・昭和の電話世相史—
- ▷日本語の響きで歌いたい 加藤登紀子著
日本放送出版協会
- ▷田辺聖子・東海道中膝栗毛 講談社
- ▷人間広告 年岡亮著 近代文芸社 —旅舌の道化—
- ▷ひとり遊び 中野孝次著 朝日新聞社
- ▷児童向け図書
- ▷もしも病気になったら 永井明著 岩波書店
- ▷負けて胴上げ落ちて胴上げ 鈴木喜代春著 大日本図書
- ▷いかさま海賊こんぐら航海記 福音館書店
マーガレット・マーヒー作 青木由紀子訳
- ▷いずみの森のカル いしいつとむ作 佐学社
- ▷ふしぎなきもの アネリース・シュバルツ文
いけうちおさむ訳 ほるぶ社

4月の納付案内

税務課・保険年金課

◎軽自動車税
◎国民年金保険料…平成3年4月分
最寄りの取扱金融機関又は市役所会計課窓口へ、納期限(4月30日)までにお納めください。取扱金融機関の本・支店出張所を問わず取り扱っています。

▷還付金の通知 還付金の通知があった場合は(国民年金保険料を除く)至急に会計課まで通知書と印鑑をもってお越しください。なお、都合によりお越しになれない人は、口座振込みをしますので、同封のがきに必要事項を記入のうえ、押印し送付してください。

進む公共下水道！ 供用開始のお知らせ

3月31日から、新たに次の地域の一部で公共下水道が使えるようになりました。

- 物集女町 坂本、北ノ口、長野、南条、出口、豆尾、堂ノ前、
- 寺戸町 永田、新田、北前田、八反田、乾垣内、里垣内、向畑、笹屋、辰己、西野辺、西ノ段、南垣内、中ノ段、東ノ段
- 向日町 北山、南山
- 鶏冠井町 楓畑、十相
- 上植野町 切ノ口、下川原、吉備寺、大門、伴田、十ヶ坪、落廻

公共下水道の区域では、供用が開始された日から3年以内にくみとり便所を水洗便所にしていただくようお願いいたします。また、浄化槽をご利用の人も浄化槽を廃止して、公共下水道に接続してください。

■お問い合わせ 下水道部管理普及課(内線332)

4月のカレンダー

日	行政情報	保健センター情報	日	行政情報	保健センター情報
1 (月)	4月から相談日が変わります 市長と話す日は毎月第1土曜日 無料法律相談は毎月第3土曜日 に変わります	腰痛・肩こり教室 午前10時～11時30分 健康・家族計画相談 午後1時30分～3時30分	9 (火)	困りごと相談 午前10時～午後3時 市民会館	産科 産科教室 午前9時30分～11時30分
2 (火)			10 (水)	消費生活相談 午後1時～4時 市民相談室	リハビリ体操 午前9時30分～11時30分 1歳半健診 午後1時15分～2時45分
3 (水)	消費生活相談 午後1時～4時 市民相談室	ツベルクリン反応検査 午後2時～3時30分	11 (木)	育児相談 午前10時～午後3時 第4保育所	あそびの広場 午前9時30分～11時 健康体操 午前9時30分～11時30分 献血 午前10時～午後3時30分
4 (木)	育児相談 午前10時～午後3時 第4保育所	健康体操 午後9時30分～11時30分 ことばの相談 午後1時30分～3時30分	12 (金)	育児相談 午前10時～午後3時 第6保育所	発達相談 午前10時～11時30分 母親教室 午後1時30分～4時
5 (金)	育児相談 午前10時～午後3時 第6保育所	BCG接種 午後2時～3時30分	13 (土)	閉庁土曜日	ご利用ください 住民票などの取次店 山口たばこ店…阪急西向日駅 かどや…阪急東向日駅 西川時計店…JR向日町駅
6 (土)	市長と話す日 午前10時～正午 市民相談室	ふるさと料理教室 日時 4月24日(水) 午前10時～午後1時 場所 向日市中央公民館 申込み 材料費1,000円を添えて中央公民館へ、4月10日から受付 主催 向日市中央公民館 ☎932-3166	14 (日)	閉庁土曜日	
7 (日)	京都府議会議員一般選挙投票日 NHK交響楽団 5月29日(水) 午後7時開演 京都府長岡京記念文化会館 4月3日発売開始 電話予約 955-5711		15 (月)	トレーニング講習会のお知らせ ▶日時 4月20日(土) 午前10時～正午 ▶場所 市民体育館 ▶対象 市民および市内に通勤(学)している18歳以上の人 ▶受講料 1,000円 ▶定員 30名(先着順) ▶申込み 4月8日(日) 午前9時～受付 受講料と顔写真(3cm×2.5cm)1枚を持って市民体育館で申し込んでください。(電話申込み不可)	
8 (月)		腰痛・肩こり教室 午前10時～11時30分 健康相談 午後1時30分～3時30分	16 (火)		腰痛・肩こり教室 午前10時～11時30分 健康相談 午後1時30分～3時30分 リハビリ相談 午後1時30分～3時30分