

みんなの掲示板

地域の情報をお届けします

日本空手協会 新潟支部・白山空手道会 空手体験教室 募集

空手は年長児から女性まで、美容・健康・護身・スポーツ・武道などの目的に合わせて楽しめます。運動のできる服装で気軽に体験しましょう。

日時 毎週月・水曜日 18:00~19:30
会場 鳥屋野総合体育館武道館剣道場
会費 1~2カ月間は無料。入会後は月額3,000円

お問い合わせ・お申し込み
TEL&FAX 261-2001(市橋)

Re・Be(再就職準備)ワークセミナー 今だから! プラス志向再就職 ~自分の状況を活かした再就職を~

日時 6月26日(金) 9:30~12:30
会場 アルザにいがた(中央区東万代町9-1 新潟市万代市民会館)
講師 福澤恵子さん
(タクト・プランニング代表、日本女子大学客員教授)
定員 50人
料金 無料
※会場に駐車場はありません。公共交通手段を利用してください。
※託児があります(無料)。6カ月以上・定員20人、先着順受付です。
※再チャレンジサポートコンサルタントによる個人面談もあります(午後要予約)。

お問い合わせ・お申し込み
(財)21世紀職業財団新潟事務所
中央区東大通2-5-1 KDX新潟ビル8F TEL.249-5660

新潟県立自然科学館 6月のイベント

★地学講座 ~砂の中から宝石を探そう~
日時 6月20日(土) 13:30~14:30
会場 1F 科学室
内容 砂の中から赤色や青色の鉱物(宝石)を探してみよう。
定員 先着20人(電話などによる事前申し込み)
料金 入館料のほかに100円
★紙で遊ぼう(サイエンスボランティアによる工作教室)
日時 6月21日(日)・28日(日)
①13:00~、②14:00~、③15:00~(両日とも)
会場 自然の科学3F サイエンスラボラトリー
内容 21日/メビウスの輪の理論など、数学・工学を応用した簡単な実験を行います。
28日/動く紙へび? 紙のお鍋? 紙の性質を利用していろいろな実験を行います。
定員 各回24人(当日先着)
★親子の都市と建築講座
日時 6月28日(日) 10:00~12:00
会場 1F 講堂
内容 お菓子の空き箱で自分だけの「夢の教室」を作ります。
みんなの教室を並べて「夢の学校」を作しましょう。
対象 小学1年生以上
定員 先着40人
※申し込みは新潟県建築士会(TEL.378-5666)までお願いします。

新潟県立自然科学館
中央区女池南3-1-1 TEL.283-3331 FAX.283-3336
http://www.lalanet.gr.jp/nsm/

新潟県ハーモニカ協議会 第5回 演奏発表会

日時 7月5日(日) 開場12:30 開演13:00
会場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2)
料金 無料

お問い合わせ
新潟県ハーモニカ協議会実行委員会
TEL.0256-72-2755(森山)

もーやん えっちゃん ええほんのえ 元永定正+中辻悦子 絵本原画展

期日 ~7月5日(日) 10:00~17:00(入場16:30まで)
会場 新潟市新津美術館
料金 一般700円、大学・高校生500円
休館 月曜日(6月29日は開館)
※中学生以下は無料です

新潟市新津美術館
秋葉区蒲ヶ沢109-1 花と遺跡のふるさと公園内
TEL.0250-25-1300 FAX.0250-25-1303
http://www.city.niigata.jp/info/naf/

カウンセリング勉強会 開催

★青山教室
日時 6月13日(土) 14:00~16:30
会場 青山コミュニティハウス(西区青山6-16-20)
料金 500円(初回無料)
お問い合わせ TEL.267-9764(渡辺)
★新潟教室
日時 6月28日(日) 14:00~16:30
会場 駅南コミュニティセンター(中央区米山4-12-20)
料金 500円(初回無料)
お問い合わせ TEL.245-1787(佐藤)
※お問い合わせは20:00以降にお願いします。

新潟まちの駅 6月のイベント

★みんなで歌おう!! 四つ葉のクローバーと仲間たち
日時 6月5日(金)・12日(金) 14:00~16:00
内容 有賀重子さんや音楽仲間と一緒に歌いませんか?
フォークソング・ロシア民謡・日本の懐かしい歌など。参加者からのリクエスト曲も歌います。
料金 500円(コーヒー付き)
※毎月第1・2金曜日に開催しています。※当日参加OKです。
★ピアノ・青木昌己の奏でる 癒しのアフタヌーンコンサート
日時 6月19日(金) 14:00~16:00
料金 1,000円(コーヒー付き)
★魅惑のナイトジャズ
日時 6月26日(金) 18:30~20:30
内容 青木昌己(ピアノ)、中村柄吉(ベース)、植木俊昭(ドラムス)
料金 一般2,500円、会員2,000円(ワンドリンク付き)
※要予約です。

お問い合わせ・お申し込み
新潟まちの駅 中央区上近江1-5-13 TEL.210-7870

わが家の 薬箱



松本眼科 松本先生

テーマ

眼外傷(眼部打撲: その1)

眼部を打撲した場合、放置して良いものから、中には緊急性を要するものまでその症状は多岐に渡ります。中でも、見え方がおかしい、眼瞼の皮下出血がひどいなどの症状がある場合は障害が出ていることが多いため、眼科受診が賢明です。今回はその代表的な事象を紹介いたします。

<外傷性白内障>

主に眼内の水晶体(レンズ)の前面が混濁する疾患です。障害が強い場合、光の透過性が落ち、恒久的に視力低下を来すため、人工レンズに交換する手術が必要となります。

<前房出血>

外力により眼球前方が変形し、隅角(茶色の付け根)が裂けて眼内出血を起こす疾患です。目はわずか0.1ccほどの出血で、ほとんど物が見えない状態になります。ごく微量の出血であっても、かすみなどの症状が出現するため、すぐに眼科を受診してください。また、出血量が多い場合は眼圧が上昇し、急性緑内障を発症することがあります。この外傷は急性期を過ぎ、相当の期間をおいた後に慢性緑内障を発症することもあります。症状が消失した後も半年は検査を受けてください。

今後、数回に渡りさまざまな眼外傷を紹介いたしますが、後から後悔せぬよう、おかしい症状があった際は速やかに眼科受診をお願いいたします。

松本眼科

診療科目 眼科
診療時間 月・火・木・金 9:30~13:00、15:00~18:30
水・土 9:00~18:30
住所 中央区笹口2-1-12
電話 246-2222



* NEW OPEN *

本場の味がとってもお得 ボリュームも満点!

インドカレー&ネパール料理 PURNIMA

4月26日、紫鳥線沿いにオープンしたPU R N I M A。インドで18年間修行してきたシェフが本場の味を提供。カレーは実に37種類、ナンも6種類から選べます。また、ランチは700円~ととってもお得。その上、ナンとライスはおかわり自由。ナンとライス、両方で本場のカレーをお楽しみください。



カレーの辛さは5段階から選べるので、子どもから年配の方まで気軽に本場の味を楽しめます



中央区女池5-3-16
①284-4544
②11:00~15:00、17:00~23:00
(土・日・祝11:00~20:00)
③不定休
④12台

こだわりの素材でふんわりオムレツ 自家製ケーキも一緒にどうぞ

エフ カフェ f-cafe

4月20日に新装開店したf-cafeは、夫婦で営むオムライスと自家製ケーキのお店。オムライスは玄米にひじきなどが入った特製ご飯を使用。自家製ソースで炒め、自然養鶏卵でふんわりと包みます。同じ卵を使った自家製ケーキもオススメ。チーズケーキ(450円)はアイスも付いてお得です。



黄色を基調にした外観が目印。健康を考え、素材にこだわったメニューを提供しています



中央区米山1-1-15
①241-1838
②11:00~16:00、16:00~21:00
③水曜日・第3木曜日
④4台
http://www.f-cafe.jp