

深層水のふか〜い話②

ミネラル成分のはたらきII (マグネシウム)

深層水に含まれる「ミネラル成分」の代表的なものとして、カルシウム、マグネシウム、カリウム、ナトリウムなどが上げられます。

マグネシウムは、カルシウムとバランスをとって保たれています。成人で1日カルシウム600mgに対してマグネシウム300mgが必要とされ、2：1の割合になっています。最近、食生活の変化からマグネシウム不足になっていることがわかっています。日本人の平均摂取量は200mgと言われています。

マグネシウムは精神のイライラを和らげ、安定した精神状態を保ち、糖質の代謝を助け、心臓や血管系を健康に保つといった働きがあります。不足すると、何となくだるくなったり、思考力・集中力が低下するといった症状がでてきます。

また、マグネシウムは脂肪を燃焼させ、体内の老廃物や摂りすぎた水分を搾り出す性質を持っており、便秘の解消にも役に立ちます。

- ◆ 家庭のゴミを持ってきて海や海岸に捨てたり、燃やしたりしないでください。
 - ◆ 定置網や刺網などの漁具類に損害を与えたり、つかまったりしないでください。
 - ◆ 操業中の漁船の周辺での釣りはやめてください。
 - ◆ 天候や海の状況には注意して、無謀な行動はつしませましょう。
- ▼問合せ先 商工水産課 (内線341)

ケーブルテレビのデジタル放送の番組が増えました!

これまでアナログ放送でしか見られなかった6チャンネルが、デジタル放送のチャンネルラインナップに加わり、アナログからデジタルへ移行しやすくなりました。

さらに、オプションチャンネルにJ sports plusが加わり、スポーツ番組チャンネルのラインナップが充実しました。

- デジタル共通チャンネルに追加
- LaLa TV
 - ザ・ゴルフチャンネル
 - Super! drama TV (旧スーパーチャンネル)
 - ムービープラス
 - スペースシャワー TV
 - CNNj
- オプションチャンネルに追加 (別料金)
- J sports Plus
- ▼問合せ先 滑川中新川地区広域情報事務組合 (☎474-9211)

滑川市障害福祉計画策定委員会の委員を募集します

市では、平成20年度までを計画期間とする滑川市障害福祉計画を策定することとしています。

この計画は、平成20年度までの障害福祉サービスなどのニーズに応じた必要量を的確に見込み、必要に応じた均衡あるサービス基盤の整備を計画するなど、障害福祉サービスに関する、今後3年間の実施計画的な位置付けとして策定いたします。

計画策定にあたり、幅広い関係者の意見を反映し、地域の実情に応じた計画とするため、第三者的立場の市民として意見を述べていただく委員を募集します。

公募による委員数 2人以内

任期 委嘱の日から平成20年3月31日まで

応募資格 市内に住所を有する20歳以上の人

応募締切 7月31日(日) 必着 (当日消印有効)

応募方法 応募の動機を400字程度にまとめ、住所、氏名、生年月日、性別、職業、電話番号を記入のうえ福祉課に提出してください。(提出方法は、郵送、FAX、Eメールなどいずれの方法も可。)

▼問合せ先 福祉課社会福祉担当 (内線331) (FAX 475-0600)

海釣りを楽しむ皆さんへ マナーを守りましょう

◎海は、漁業者にとって生産の場であり、かけがえのない生活の場です。

◎海は、皆さんにとっても明日への活力を得る健全なレクリエーションの場です。

◎海のルールを守って、楽しい海釣りをしましょう。

◎アワビ、サザエ、カキなどの共同漁業権の内容となっている水産動植物の捕獲は禁止されていますので捕らないでください。

◎空き缶、たばこの吸い殻、ビニール袋、釣り糸、えさの残りなどのゴミは、必ず自分で持ち帰り、海や海岸を汚さないようにしましょう。

募 集

働く女性のための職業訓練 受講生募集

●みんなで歌おう ●懐かしい歌、季節の歌、世界の民謡などおなかの底から声を出し、皆さんと楽しく歌いませんか?

▼問合せ先 働く婦人の家 (中堅所得者向け) (☎475-5780)

市営住宅 入居者募集

◆シースイドタウン有磯住宅

▼2・3階3LDK4戸 (中堅所得者向け) 入居者負担額 60,000円

▼3階4LDK1戸 (中堅所得者向け) 入居者負担額 75,000円

▼90,000円

▼受付期限 7月14日(金)

▼抽選日 7月18日(火)

▼入居可能日 8月1日(火)

▼申込み・問合せ先 土木課(内線425)

石井知事のタウンミーティング滑川会場開催

「明日の富山県を語る」皆さんのご意見を石井知事が直接お聴きし、今後の県政運営に活かします。多数の参加をお待ちしています。

とき 7月30日(日) 午後2時〜4時

ところ 西地区コミュニティホール

定員 200人

※入場無料で、事前申込は要りません。ただし、収容人数の関係上入場をお断りする場合があります。

意見募集 知事への意見を事前に募集しています。7月21日(金)までに手紙、はがき、FAX、インターネットでお送りください。

〒939-8501 県庁広報課「元氣とやま目安箱」(知事への意見・提言)係宛 FAX 444-3478 http://www.pref.fyama.jp/iji-form.html

▼問合せ先 県庁広報課 (☎444-8909)

常願寺ハイツからのお知らせ

現在、9月1日リニューアルオープンを目指し、改装工事中です。

大浴場は廃止し、温水プールとトレーニングジムを中心とした施設に生まれ変わります。詳細は、広報8月号にパンフレットを添付いたしますのでご覧ください。

▼問合せ先 富山地区広域圏事務組合事務局 (☎462-8311)

滑川市制度融資等に係る融資利率の改定について

6月5日から、長期金利の動向などに対応し、滑川市融資制度等に係る融資利率を次のとおり引き上げました。

制度資金名	貸付利率 (%)	
	現行	改定後
中小企業振興資金	2.15	2.50
商店街改造資金	1.65	2.00
家庭薬配置販売業育成資金	1.65	2.00
県小口事業資金	1.65	2.00
県緊急経営改善資金	1.55	1.90

▼問合せ先 商工水産課 (内線342)

ゆとりある配置条件で表示価格から200万円値引きいたします

～追分新成団地 宅地11区画分譲中～

◎土地価格 992万円～1,297万円

◎宅地面積 323㎡(98坪)～375㎡(113坪)

《配置条件とは》

- ・建物の配置を道路から2m後退し、隣接地から2階建て部分は2m、1階建て部分は1.5m離してください。(壁または柱の面とする。)
- ・宅地分譲契約とは別に覚書を締結していただきます。(詳しくは、公社へお問い合わせください)

《特典》

- ★登記費用負担 土地の登記費用8万円程ですが公社が負担します。
- ★購入希望者紹介のお礼 宅地購入後15万円
- ★公社の団地では、水道加入金・下水道負担金は不要です。

申込み・問合せ先 富山県住宅供給公社 (☎432-5131) http://www.toyama-jk.jp

の移行に伴い、2011年7月24日までに終了いたします。

地上デジタルテレビ放送を視聴するには、いくつかの方法がありますので、詳しくは、お問い合わせください。

▼問合せ先 総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター (☎0570-071010)

「都市再生街区基本調査」に伴う測量等実施のお知らせ

国土交通省の実施する「都市再生街区基本調査」の一環として、国土地理院が、次のとおり測量等を実施します。

期間 7月〜平成19年3月

対象地域 市内人口集中地区

作業内容 街区基準点測量 (街区三角点、街区多角点を設置)・街区点測量作業 (街区の角等を測量)

▼問合せ先 国土地理院北陸地方測量部測量課 (☎441-2086)

7月30日は「環境を考える日」です

市と市環境保健衛生協議会では、地域環境を保全するため7月30日(日)を「環境を考える日」として、市民総参加による統一実践活動を実施します。

「第2回 打ち水大作戦」午後5時～

「人にまちに涼風を！」を合言葉に河川水、井戸水や風呂の残り湯、雨水などの二次利用水を利用して、各家庭の周りにまいてください。

「ごみゼロ社会実践活動」

公共施設、海岸、河川、道路などの清掃、除草または、資源回収を町内会単位で実施しましょう。

省エネしましょう!今すぐ実践しよう

- *冷房は、室温28℃を目安に温度調節をしましょう。
- *冷蔵庫は壁から適切な間隔をあけて設置しましょう。
- *シャワーのお湯を流しっぱなしにしないようにしましょう。
- *エコドライブの実践に心がけましょう。
- *家電・OA機器などの電源をこまめにきりましょう。

▼問合せ先 生活環境課 (内線322)