

総合事務所からのお知らせ



イベント告知 第15回えちご・くびき野 100 kmマラソン

- 日 時：10月13日(日)
 - スタート：50 kmの部…うみてらす名立
100 kmの部…謙信公武道館
 - ゴール：謙信公武道館（50 kmの部・100 kmの部共通）
- ※本大会から新しいコースになり、100 kmの部のコースのみ頸城区を通過します。
※皆様のご声援、ご協力をよろしくお願い致します。
- ▶問合せ：教育・文化グループ ☎ 025-530-2311

「体力測定会」参加者募集 体力測定で体力年齢を 測ってみませんか？

くびき総合スポーツフェスタ（9月28日(土)～10月6日(日)）の取組の一つとして体力測定会を行います。事前の申込みは不要です。当日、会場へお越しください。

皆様の参加をお待ちしています。

●日 時：10月5日(土)

午前9時30分～正午

●会場：頸城B&G海洋センター

●対象：20歳から79歳までの方

●内容：

【20歳～64歳】①握力 ②上体起こし

③長座体前屈 ④反復横跳び

⑤20 mシャトルラン ⑥立ち幅跳び

【65歳以上】①③のほか、

⑦開眼片足立ち

⑧10 m障害物歩行 ⑨6分間歩行

●持ち物等：

内履き、飲み物、タオル、動きやすい服装

●参加費：無料

▼問合せ：頸城B&G海洋センター

☎ 025-530-2310

※休館日は毎週月曜日、月曜日が祝日の場合は翌日

ごみの不法投棄や屋外焼却（野焼き）は法律で禁止されています

ごみの不法投棄は、自然環境や景観を損うほか、将来にわたって地下水汚染や悪臭などの環境問題を発生させる恐れがあります。

また、ごみを屋外で燃やす「野焼き」は、火災の危険性があるほか、健康被害を誘発するなど、私たちの日常生活を脅かす行為ともなります。

ごみの不法投棄や野焼きは法律により禁止されています。必ず分別して排出してください。

▶問合せ：市民生活・福祉グループ

☎ 025-530-2311

頸城区内のおもな行事予定

8月25日(日)～9月24日(火)

月 日	行 事
8月27日(火)	南川小学校・大湊小学校2学期始業式
28日(水)	明治小学校・頸城中学校2学期始業式
9月15日(日)	頸城区敬老会 くびき野レールパーク一般公開
22日(日祝)	大池まつり

マイ時刻表を作成します



お申込みにより自宅最寄りのバス停や駅から、病院など日常的に訪れる場所までの鉄道・バスの路線名や発着時刻、乗車料金などを記載したポケットサイズの個人用時刻表「マイ時刻表」を作成してお渡しします。

▶問合せ：交通政策課 ☎ 025-520-5633

乳幼児健診等日程表



乳幼児健診等の予定をお知らせします。
会場は大湊保健センターです。

月 日	健 診 名	対 象 者
9月19日(土)	離乳食相談会	初期:令和6年4月生 中期:令和6年2月生
24日(火)	3か月児健診 1歳6か月児健診 3歳児健診	令和6年5月生 令和5年2月生 令和3年8月生
25日(水)	1歳児健診 2歳児健診 2歳6か月児健診	令和5年8月生 令和4年8月生 令和4年2月生

※延期または中止等、変更が生じた場合は該当者に個別通知します。

能登半島地震により被災された建物を壊すときも「家屋滅失届出書」の提出が必要です ▶問合せ：市民生活・福祉グループ ☎ 025-530-2311

