



# 支所からのお知らせ

2016年  
(平成28年)

# こしじ

8月号

No.125



いっぱい掘れたね！



未就園児の親子で楽しむ「るるん親子教室」。今回は越路原の畑でジャガイモ掘りをしました。土を掘っていくと、大きなジャガイモがたくさん顔を出しました。(7月20日)

## 暑中見舞いを絵手紙で

7月の「いきいきレディース講座」では絵手紙に挑戦。

日本絵手紙協会公認講師 谷雅子さんの指導で、送る相手を思いながら、持参した夏野菜や花を描きました。お友だちやお孫さんへそれぞれ心のこもったステキな1枚ができました。“ポストに投函して完成”受け取った方の笑顔が浮かびます。(7月13日)

“絵手紙はハタでいれい！ハタがれい！、んですね



講師より一枚一枚、感想やアドバイスがあり、皆さん熱心に聞き入っていました。



# 日本代表が指導した

## 水中ホッケー体験会

越路B&G海洋センターのオープニングフェスティバルには120人を超える来場者でにぎわいました。

水中ホッケー体験会では、水中ホッケー日本代表の佐藤直紀さんを講師に迎えて、基本のフインの泳ぎ方からゲームのやり方を指導いただき、初めての子どもたちも水中ホッケーに夢中になりました！（6月25日）



30cmのスティックで1kgのパックを運んでゴールを目指します

# 長岡うまい米コンテスト2016 出品者募集！

長岡市の米生産農家が追求する「安全・安心・美味しい」長岡米の全国発信と一層のレベルアップを目指し、農家自慢の米の食味を競い、長岡米No.1を決定します。

**応募資格** 市内在住の農業者または、学校田を有する小学校

**出品対象米** 平成28年度産の国内銘柄  
(ただし、低アミロース米、もち米は除く)

**出品数** 1人何点でも応募できます。

**参加料** 出品点数1点あたり1,500円(後日納付)

**提出物** 玄米2kg、出品する米の栽培履歴(後日提出)

**申込み** 8月31日(水)までに農水産政策課、各支所産業建設課にある申込用紙で申し込みください。

※長岡市ホームページからもダウンロードできます。

**問合せ** 長岡うまい米コンテスト実行委員会  
(農林水産部農水産政策課内)

☎39-2223 FAX39-2284



## 立地適正化計画(方針案)に

### 関する説明会

人口減少や高齢化に対応した暮らしやすいまちを目指し、新しい視点の都市計画を検討しています。

**日時・場所** 9月1日(木)アオーレ長岡

2日(金)長岡造形大学

5日(月)よいたコミュニティセンター

6日(火)栃尾文化センター

7日(水)中之島文化センター

8日(木)越路総合福祉センター

9日(金)みしま会館

12日(月)川口公民館

**時間** 午後7時~8時

**問合せ** 都市計画課

☎39-2225



## 新潟県知事選挙

10月16日(日)投票日

# 期日前投票所の投票 立会人を募集します

市民のみなさんの政治や選挙に対する関心を高め、選挙をもっと身近なものに感じてもらえるよう、期日前投票所の投票立会人を募集します。

**事務内容** 投票手続き全般の立会い

**募集人数** 各期日前投票所1日につき2人

(申込者多数の場合は抽選で決定)

**期日** 9月30日(金)~10月15日(土)の希望する日(複数日可)

**時間** 午前8時30分~午後8時

**場所** 市内13か所の期日前投票所で希望する1か所

**対象** 市の選挙人名簿に登録されている人で、特定の候補者に直接関係のない人

**報酬** 1日9,500円(食費、交通費は自己負担)

※所得税を源泉徴収し、口座に振り込みます。

**申込み** 8月8日(月)~9月9日(金)までに所定の

申込書に記入のうえ、各支所地域振興課又は選挙管理委員会に提出してください。

(郵送、ファックス、メール可)

※申込書は、市ホームページ、各支所地域振興課、選挙管理委員会にあります。

**その他** 申込者全員に結果をお知らせします。

**問合せ** 越路支所地域振興課

☎92-5901 FAX92-3333

選挙管理委員会

☎39-2241 FAX39-2277



# 平成28年度 越路地域敬老会

**日時** 9月17日(土) 午前10時  
**場所** 越路体育館  
**対象** 昭和17年4月1日以前に生まれた人

**申込み** 8月上旬に案内を郵送します。出席される人は、同封のはがきで申し込みください。

**問合せ** 市民生活課福祉係  
 ☎ 92・5906



たくさんのご参加  
お待ちしております



## 高齢者向け給付金の 申請期限を8月17日(水) まで延長します

申請期限を過ぎると給付金が受け取れなくなりますので、対象者は早めに申請してください。対象となる可能性のある人がいる世帯の世帯主へ申請書を送付しています。

**問合せ** 福祉総務課臨時福祉給付金班  
 ☎ 39・2992

市民生活課福祉係 ☎ 92・5906

## 市民生活課保健係からのお知らせ

申込み・問合せ ☎ 92・5011 (平日のみ受付)

### 特定健診結果説明会

健診結果の見方がわからない、どう活かしたらいいの？減量のコツが知りたい。eGFRって何？など、気になる結果の  
 よろず相談です。

**内容** 栄養士・保健師による個別相談

(一人30分)

**持ち物** 健診結果(検査結果)、筆記用具、  
 めがね(必要な方)

**定員** 各日程とも5人

**参加料** 無料

**申込み** 各日程の2日前まで

## 自然観察会&テイクアウト

**日時** 8月21日(日)  
 午前9時30分～午後2時30分  
**場所** 越路河川公園芝生広場  
**内容** テント設営やバーベキュー、生物観察、ネイチャーゲームなど  
**講師** 藤塚治義 一級ビオトープ計画管理士  
**定員** 親子20組(先着) **参加料** 一人500円  
**持ち物** 長靴、タオル、虫除け、熱中症予防対策(帽子や飲み物等)  
**申込み・問合せ** 8月1日(月)～20日(土)  
 浦体育館 ☎ 92-6910



日にち	会場	時間
8月4日(木)	塚野山集落センター	① 9:00～9:30
8月10日(水)	越路保健センター	② 9:30～10:00
8月17日(水)	越路公民館十楽寺分館	③ 10:00～10:30 ④ 10:30～11:00
8月30日(火)	越路保健センター	⑤ 11:00～11:30

## こころの健康豆知識③ ～アルコールと心の健康～

お酒は、適量であれば効用があります。しかし、アルコールには依存性があり、習慣的に多量の飲酒を続けると様々な影響があります。

### ⚠️ こんな飲み方は危険です！

チェック欄	こんな飲み方をしていませんか	なぜ危険なのでしょう
<input type="checkbox"/>	毎日日本酒3合またはビール1500ml以上飲む	脳や肝臓などに影響し、長期間続けると依存症や認知症のリスクになります。
<input type="checkbox"/>	不安や憂うつな気持ちを紛らわすために飲む	酔いから覚めた後は、前より気持ちが落ち込み、うつ誘因になることもあります。
<input type="checkbox"/>	寝つきをよくするために、寝酒をする	寝つきはよくなりますが、眠りは浅くなり熟睡感が得られにくくなります。

※適量を楽しく飲み、休肝日を作りましょう。

アルコールでお困りの方は、「アルコール相談会」をさいわいプラザで行っています。

問い合わせ：さいわいプラザ ☎ 39-7508





1	月	 るろうに剣心 × 長谷川郎 ～和月伸宏 里帰原画展～ (8月16日まで)
2	火	
3	水	
4	木	特定健診結果相談会 (9:00～塚野山集落センター)
5	金	パパママサークル (18:45～20:45 保健センター)
6	土	
7	日	こしじホテルクリーン大作戦 (7:00～越路地域全域)
8	月	花草会 (10:00～13:00 保健センター)
9	火	赤ちゃん相談 (受付9:00～9:30 保健センター)
10	水	特定健診結果相談会 (9:00～保健センター) るんるん親子教室 (10:00～11:30 越路B&Gプール)
11	木	<b>山の日</b>
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	
17	水	特定健診結果相談会 (9:00～越路公民館十楽寺分館) <b>高齢者向け給付金申請期限</b>
18	木	
19	金	こころの相談会 (14:00～16:00 越路支所)
20	土	
21	日	
22	月	行政相談 (9:00～正午 越路支所)
23	火	噛み噛みの大切さ講座 (11:00～11:30 のびのび)
24	水	いきいきレディース講座 (10:00～11:30 福祉センター) 花草会 (10:00～13:00 保健センター)
25	木	子宮・乳がん検診 (午前 十楽寺分館)
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	特定健診結果相談会 (9:00～保健センター)
31	水	3歳児健診 (受付13:00～13:45 保健センター)

## いのちの総合相談会

保健師や弁護士などの専門家が、こころやからだ、お金や生活の悩みなどの相談に応じます。

- 日時** 9月5日 (月)  
午前9時30分～午後0時30分
- 場所** アオーレ長岡
- 定員** 先着6人
- 参加料** 無料
- 申込み・問合せ** 8月31日 (水) まで  
福祉保健部健康課 ☎39-7508  
(平日のみ受付)



## 「こしじホテルクリーン大作戦」にご協力を!

越路全地域で一斉に実施します。町内会や企業の皆さまのご協力で、まちをキレイにし、お盆に帰省される方々を気持ちよく迎えましょう!

- 日時** 8月7日 (日)  
午前7時～1時間程度
- ※町内会によっては、実施日時が異なる場合がありますので、町内会の回覧文書を確認してください。

**問合せ** 市民生活課環境係  
☎92-5908



### 巡回バス雪ぼたる号 平成28年8月の運休日

7日 (日)、11日 (木・祝)、14日 (日)、  
21日 (日)、28日 (日)

### 越路地域の人口 (平成28年7月1日現在)

世帯数	4,679世帯 (+30)	
人口総数	14,020人 (+22)	
内訳	男	6,747人 (-1)
	女	7,273人 (+23)

( ) 内は前月比

### 出生数 (平成28年6月)

男	5人
女	6人



**資源物拠点 (越路支所) 回収は、毎週土・日曜日の午前9時から正午までです。**

越路地域の平成28年度日赤社費納入金額は、下記のとおりです。  
多くの皆さまからご協力いただき、ありがとうございました。

**3,282件 1,679,997円**

**問合せ** 市民生活課福祉係 ☎92-5906

支所からのお知らせ こしじ8月号  
編集・発行: 越路支所地域振興課  
〒949-5493 長岡市浦715番地  
☎92-5902 FAX92-3333

E-mail: [ksj-chiiki@city.nagaoka.lg.jp](mailto:ksj-chiiki@city.nagaoka.lg.jp)