

●ながおか 市政だより

1990
11
No.435

編集・発行/長岡市広報課 〒940 長岡市幸町2丁目1番1号 長岡市役所 ☎0258-35-1122

平成2年11月1日発行



信濃川散歩のオアシスが完成

ここ長生橋東詰めに完成した広場は、信濃川を散歩するときのちょっとしたオアシス。秋晴れのある日、与謝野鉄幹・晶子の歌碑のわきで、子どもたちが無邪気に遊んでいました。むかし歌人が思いを寄せ、いま子どもたちが楽しい時間を過ごす信濃川…。広場から土手へ上がれば、いつでも、ゆうゆうと流れる美しい姿を見ることができます。(関連記事 8～11ページ)

主な内容

- 市内全域の水洗化をめざして下水道整備基本構想まとまる
- 在宅介護のお役にたちます支援センターがオープン
- 信濃川散歩のすすめ

秋の信濃川河川敷に、今年巣立ったばかりの若鳥が姿を見せた。カラス大の中形のタカで、この季節には平地にもよく出て、小鳥やカモ類を狩る。古来、タカ狩りに最も多く使われたタカである。全国的に数が減っていることから、特殊鳥類として保護されている。



フォートワースから
こんにちは! 30

スポーツ交流も 始まります

国際交流で比較的具体化しやすい分野の一つはスポーツかもしれません。ルールは国際的に共通ですし、なんとといっても、いっしょに汗を流すことがお互いの気持ちをかよわせる近道です。

フォートワースとのスポーツ交流もいよいよ具体化してきました。9月20日から1週間、フォートワースを訪れ、水泳などの交流方法を話し合ってきた長岡市水泳協会の三富哲也さん(長岡高校教員)に、そのときの様子をうかがいました。

水泳の交流を進めるためにフォートワースを訪れたのは、長岡市水泳協会の大桃正隆さん(大手高校教員)と三富さんのふたりです。

ふたりは、フォートワースの水泳関係者とお互いの選手の派遣などについて話し合いました。その結果、最初は長岡から、来年の7月下旬または8月下旬に中学・高校生を派遣することになりました。

「細かい日程や内容はまだ決まっていませんが、とにかく、最初はいっしょに泳ぐことに意味があります」と、三富さんは初



▲12高校共有の体育館。大きな観客スタンド、電光掲示板なども備えている

めての本格的なスポーツ交流に期待を寄せています。

現地の高校や大学のスポーツ施設を見学して、施設づくりがうまいことにも感じましたそうです。例えば?

「どんな小さな施設でも必ず観客スタンドがあるとか、50m×25mのプールで、縦横両方で効率的に使えるとか…。参考になることはたくさんあります」

12の州立高校が共有する大規模な総合スポーツ施設にもびっくりしたとか。「50mの室内プール、何万人も入りそうなフットボール場、バスケットやバレーの体育館、陸上競技場…。各校の施設とは別に、高校生が使っているとはとても思えないような立派な施設を備えるという発想に感心しました」

いままで「だれかがしていること」くらいに思っていたフォートワースとの交流が急に身近になった、という三富さん。「スポーツ交流で子どもたちが得るものは大きいはず。これから、来年の派遣に向けて準備を進めます」とはりきっていました。

市長 随想

<59>

秋の日和

キンモクセイの強い香りが、あちこちからにおって秋の深まりをつけています。今年の夏は、猛暑続きで、いっつも続けば気がすむのだろう、もう、いい加減にしてほしい」と多くの人が思ったに違いありません。

本当に暑く長い夏でした。この暑さのせいかセミの鳴き声が大きく感じられ、セミにとっては「わが世の夏」だったのでしょうか。

それでも、九月も終わりに近づくと、世の中はこんなにも変わってしまうのかと、おかしくなるぐらいに、暑さは腰が砕けて、秋涼の気がぐんと濃くなりました。

この頃になると、夏枯れの庭に秋の花が、澄みきった空に映えて一段と心をさわやかにさせてくれます。

また、秋日和と花の名を結びつけて、萩日和、コスモス日和、菊日和などと呼んでいますが、秋ならではのいいあわわしで、妙を得ていると思います。

夏から秋、そして晩秋へと日の移ろいに、道を歩くにも片陰の道から、いつのまにか日向の道を歩いているのに、ふと気づくことがあります。

与謝野鉄幹、晶子の信濃川を詠った歌碑の除幕式は、高気圧におおわれて、さわやかな秋日和の日でした。川の流れるも、夏のつかれから生気をとりもどして輝いていました。この詩聖が、信濃川、長生橋を詠っていたのです。あらためて、悠々と流れて止まない、川の偉大さを見る事ができました。

万博の設計を多く手がけられた早大教授の尾島氏の「詩と歌を持っていく街は美しく、そこに住む人たちは耐えてきた長い間のぬくもりを持っていく」といわれた言葉を思い出します。

そんな秋日和も、低気圧の雨、木枯らしとしくれ、小春日和を繰り返しながら、やがて、秋が去り冬が進んでくるのです。小春日和は、人生の晩年にふと現れる平穏に似ていると思います。

日清味三郎

下水道整備基本構想まとめまる

市内全域の水洗化をめざして

市ではこのほど、全市民的な下水道整備基本構想をまとめました。これは、健康で快適な生活に欠かせない下水道を、市内の全世帯を対象として積極的に整備していこうというものです。



〇〇市政教室で第一下水処理場を見学

事業費六百三十億円を投入

さわやかな生活、きれいなまち、安全なまちをつくるために、下水道は欠かせない重要な施設です。市はこれまで、市街化区域を中心

に下水道の整備を進めてきましたが、周辺地域でも生活様式が変わったり、川をきれいにしようと、下水道の要望が高まってきました。これにこたえるため、平成元年度に調査を行い、市街化調整区域の集落を含めた、市内の全世帯を対象とした構想としてまとめました。そして、この事業を進めるために、国や県のいろいろな補助制度を利用しながら、平成三年度から十年間に約六百三十億円の予算を投入して促進をはかる予定です。

十年間で普及率を91%まで

長岡市の下水道は、平成二年三月

末現在で普及率が五五%になり、約十万人の市民のみなさんから利用いただけるようになりました。これは、県内の他市町村をはじめ、県平均(二六%)、全国平均(四二%)をいずれも上回っています。

この整備基本構想では、普及率を五年後に七五%、十年後(平成十二年度末)には、市街化区域で九三%、市街化調整区域で八五%、市全体では九一%(整備面積三千五百九十〇)まで引き上げることを目標としています。

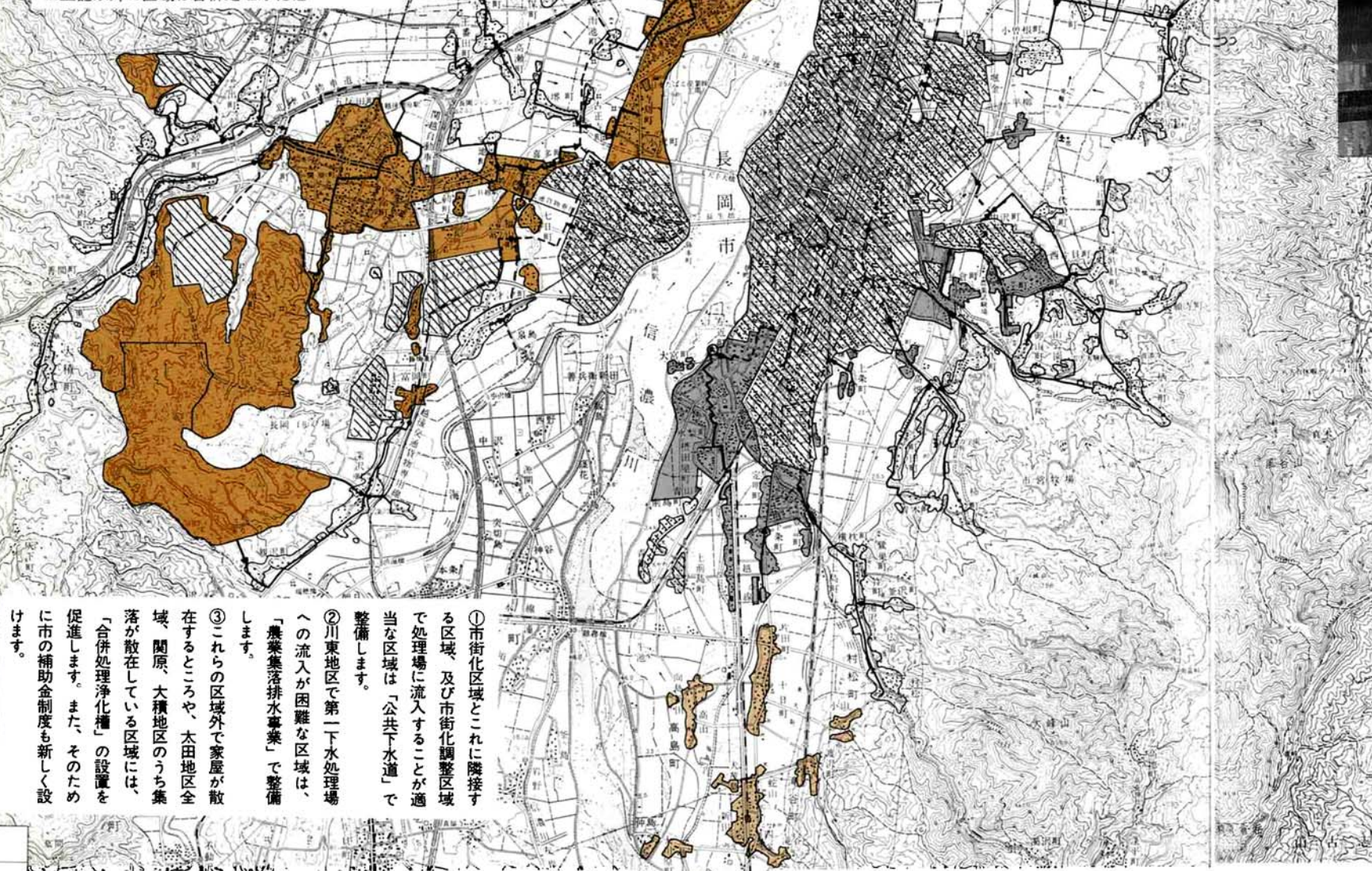
◇ ◇

市ではこの構想に基づいて、今年度中に国の事業認可を受ける予定で作業を進めています。そして、実施にあたっては、地元のみなさんの協力を得ながら、この事業に積極的に取り組んでいくことにしています。

下水道整備基本構想図

- 平成2年度まで整備予定区域
- 単独公共下水道区域
- 流域関連公共下水道区域
- 特定環境保全公共下水道区域
- 農業集落排水事業・特環事業区域
- 整備済幹線
- 計画幹線

※上記以外の区域は合併処理浄化槽



①市街化区域とこれに隣接する区域、及び市街化調整区域で処理場に流入することが適当な区域は「公共下水道」で整備します。

②川東地区で第一下水処理場への流入が困難な区域は、「農業集落排水事業」で整備します。

③これらの区域外で家屋が散在するところや、太田地区全域、関原、大積地区のうち集落が散在している区域には、「合併処理浄化槽」の設置を促進します。また、そのために市の補助金制度も新しく設けます。

マンホールのふたに楽しい絵を

トイレの水洗化などによって毎日の生活が快適に……。でも、下水道の施設は、工事が終わってしまえば私たちの目にはふれなくなり、だんだん忘れられてしまいます。

私たちが下水道を結ぶただ一つの顔がマンホールです。このマンホールのふたに楽しい絵を描けば、まとも明るくなるのではないのでしょうか。みなさんからデザインを募集します。ふるってご応募ください。

対象 第一部：一般・大学生等、第二部：高校生、第三部：中学生

要領 ・題材は長岡市の観光、物産、史跡、風景、花木など何でも
・B4版の用紙に別図のように記入(図案は直径22cmで1色です)
・作品は未発表のもので1人1点
あて先 〒940長岡市幸町二丁目一番一
号市役所下水道管理課まで郵送又は持参で

締切 平成3年1月10日(消印有効)
(入選者には通知します)

賞 ・採用2点：1点10万円相当の商品券、賞状
・各部ごとに奨励賞2点：それぞれ1万円相当の商品券、賞状
その他 ・機能、安全面で採用デザインの一部を補作することがあります
・入選デザインの版権、著作権は長岡市に帰属します

・入選作品以外は返却しません
問い合わせ 下水道管理課
☎35-1122内線二七五

とじしろ

第〇部

所名
氏名
生年月日
職業(学校名)
電話番号
制作のねらい

作品の応募要領(B4版)

(図案は群馬町の例です)

下水道についての問い合わせ

★工事については：下水道工事課
☎内線三六五―三七二

★トイレの水洗化については：下水道管理課
☎内線二七六・三七九

★受益者負担金、水洗化資金、下水道使用料については：下水道管理課
☎内線三七三・三七四



お年寄りの介護で悩んでいることはありませんか？
一人暮らしで不安なことはありませんか？
そんなときは、ぜひ相談してください。

在宅介護の

お役に立ちます



◀細野さんとヘルパーの土田さん。「ミキサーがあればたいの料理は自分でできます」



高齢化が進み、寝たきりや痴ほうなどで介護を必要とするお年寄りが増えています。一人暮らしの老人世帯で、介護が必要になっても世話をしてくれる人がいないという例も多くなっています。

毎日お年寄りを介護する人の苦勞も、なみ大抵のものではありません。介護を代わられる人がなく、一人で重荷を背負うことも多いのではないのでしょうか。

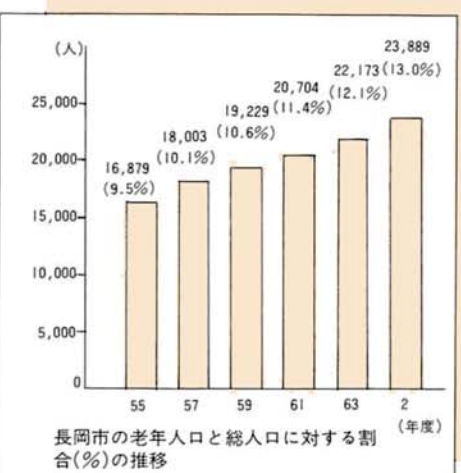
そんなとき、ちょっとした心の支えや何かの援助があれば、負担が軽くなり、気持ちに楽になることもあるはず。そのために、老人の在宅介護を助けるさまざまな在宅福祉サービスがあることをご存じですか？ 十一月一日には、その総合的な、として「長岡市在宅介護支

援センター」もオープンしました。では、在宅介護を支える活動として、いま、どんなことが行われているのでしょうか？ そして、どんな場合に利用できるのでしょうか？

お家で身の回りのお世話をします ホームヘルパー（家庭奉仕員）

まず、家庭での介護や家事を手助けする代表的なサービスとして、ホームヘルパーの派遣制度があります。

ホームヘルパーは、手助けが必要なお年寄りの家を直接訪問して、身の回りのお世話をしています。人暮らしの老人



数字で見る長岡市の「高齢化」

市内の六十五歳以上の老年人口は二万三千八百八十九人(平成二年四月一日現在)。これは、総人口の二・三％(七・七人に一人の割合)で、全国平均の一・九％を上回っています。

また、一人暮らしの老人世帯は千三百三十世帯、寝たきり老人は五百四十六人、痴ほう性老人は百六十九人(いずれも四月一日現在)となっています。

こうした高齢化の中で、特に介護を必要とするお年寄りの生活を、どう支えていくかということが大きな課題です。最近の高齢者福祉は、施設入所中心の考えから、家庭や地域社会の中でもっとも生活することを基本にした考え方に変わってきています。

在宅福祉がこれからの高齢社会の中で果たす役割はますます大きくなっていきます。



▲さくら園のデイ・サービスで手芸を楽しむみなさん



▲竹の棒を使ってリハビリ訓練にも励んでいます(さくら園のデイ・サービスで)

世帯はもちろん、介 がいる家庭でも遠慮なく利用してください。家族の代わりに手伝ってもらおうというくらい軽い気持ちで頼んでみてはどうでしょうか。

一人暮らしの細野ムツさん(西片貝町)は、リユーマチで手足が不自由になったため、今年の四月からヘルパーさんに来てもらうようになりました。週に二度の訪問で、日用品の買物や洗濯、掃除などをしてもらっています。

「簡単に外に出れないので、ヘルパーさんに買物してもらおうととても助かります」と、細野さんは目を細めます。それでも、できるだけのことは自分でしようという努力も続けています。リハビリもかねて、趣味の編み物などにも積極的です。近くに親類もあり、長年教えてきたお茶のお弟子さんたちも週に一度は来

日帰りで楽しいひとときを デイ・サービス

施設を利用した在宅介護の援助もあります。その一つがデイ・サービスです。寝たきりや体の弱いお年寄りは、どうしても外に出る機会が少なくなりがちです。それでは社会から孤立してしまふことにもなります。そんなときは、デイ・サービスを利用してはどうでしょうか。

デイ・サービスは、施設でほかのお年寄りといっしょに入浴や食事、機能訓練などをしながら一日を過ごしてもらおうので、施設までの送り迎えもします。介護者にとっても、介護から開放される時間が得られ、入浴などの介護の負担も軽くなります。

デイ・サービス施設「さくら園」(深沢町)を利用するお年寄りは、現在約百二十人。一人あたり月二〜三回の利用で、

寝たきり老人介護者の集い 参加者募集のお知らせ

寝たきり老人の介護についての悩みを話し合う集いの参加者を募集します。お気軽にご参加ください。

期 日 11月29日(木)午後2時～30日(金)正午(2日間)
会 場 逢平町 和泉屋
対象者 寝たきり老人を在宅で介護している人20人程度
参加料 無料
申込み 11月15日(木)までに市役所高齢福祉課 ☎35-1122 内線248・249へ



長岡市在宅介護

支援センター

☎(47)1330

所在地 深沢町二三〇二番地一(特別養護老人ホーム「わらび園」内)
開設時間 平日 午前8時30分～午後5時
土曜日 午前8時30分～正午
(緊急の場合は、24時間電話受けします)
主な業務
○介護についての相談
○行政機関や福祉・医療施設との連絡調整
○各種福祉・保健サービスの紹介
○地域の介護状況などの把握



▶ショートステイ利用者の刺持カライさんに話しかけるこぶし園の小山さん



◀ボランティアも、お年寄りを支える大きな力になります(ボランティアスクールの)

毎日十五人前後が施設を訪れています。午前中はお風呂に入り、昼食後は将棋、手芸などの趣味活動や軽いリハビリ訓練をして過ごします。

「家に閉じこもりきりだった人が、ここへ来て仲間ができて、生き生きとしたという例が多いんです。園内での活動も、できるだけお年寄りの自主性にまかせています」というさくら園指導員の新保善昭さん。うかがった日も、大勢の人が広間のテーブルで楽しそうに手芸をしたり、リハビリ訓練に励んだりしていました。

しばらくの間代わってお世話しします

ショートステイ(短期保護)

介護する人が元気でいなければ、家庭での介護は長続きしません。それには、介護する人も、たまには気晴らしにどこかへ出かけたり、休養をとったりすることも必要です。

そんなときに利用できるのがショートステイです。これは介護している人が、休養や用事を足すために一時的に介護できない間、お年寄りを老人ホームで預かる制度です。

最近、市内でもこの制度を利用する人が増えています。このため、特別養護老人ホーム「ぶし園」(深沢町)では、

主な在宅福祉サービス

●ホームヘルパー(家庭奉仕員)

心身の障害や病気で介護が必要な老人家庭を訪問し、介護、家事、相談などを行います。現在、市内のヘルパーは総勢三十人で、百六十世帯あまりが、定期的に身の回りの世話などを受けています。

派遣回数・時間 週1～3回、1回2時間程度 利用料 税額に応じて、1時間当たり210円～650円(低所得世帯は無料)

●ショートステイ(短期保護)

寝たきり老人などの介護者が休養、旅行、病氣、冠婚葬祭などで一時的に介護できない場合に、老人ホームで預かる制度です。

利用施設 特別養護老人ホーム「かつほ園」「みしま園」「こぶし園」「わらび園」等 利用

ショートステイ用の既存のベッド十床に加え、さらに専用棟(四十床)を増築し、十一月一日から受入れを始めました。ただ、ショートステイで初めて施設を利用する場合は、多少不安を感じる人もあるかもしれません。そこでこぶし園では、利用したいという家庭を事前に訪問して、お年寄りや家族と介護の内容などを話し合い、施設についてよく理解してもらおうとしています。

「施設での介護は、できるだけ家庭と同じになるように配慮しています。それに、いずれは家庭に戻るわけですから、ちよつと遊びに行ってくるといった軽い気持ちで利用してほしいです」と、こぶし園指導員の小山剛さんは、ショートステイが気軽に利用できることを強調していました。

このほかにも、ショートステイの制度を補うような「リフレッシュ休暇」や夜間にお年寄りを預かる「ナイトケア」など、新しい制度も次々に動き出しています。

在宅介護支援センターの開設

現在用意されている在宅福祉サービスは、まだ十分とはいえないまでも、在宅介護の実情に合わせ、さまざまなもの

があります。こうした活動を見ると、在宅介護を長く続けていくには、家庭と施設を分けて考えるのではなく、施設の利用も含めて、それぞれの家庭の事情に合ったサービスをうまく活用することが大切だということが分かります。

それには、福祉制度や施設の活動をもっと気軽に利用してもらう必要があるようです。市では、そのための総合的な相談窓口として、十一月一日に「長岡市在宅介護支援センター」を開設しました。

長い間の介護で心身ともに疲れている人、一人暮らしで不安な毎日を送っている人、お年寄りをとりまく問題はさまざまです。そこまで深刻でなくとも、日常の介護生活の中で、こまごまとした不安や不満も当然出てくるでしょう。また、お年寄りのためにボランティアをしたいという人もいます。

お年寄りに関することなら何でも結構です。ぜひ、気軽にセンターへご相談ください。



料 11E1、9200円 期間 原則として7日間以内(事由により3週間程度まで延長可能)

●デイ・サービス(日帰り介護サービス)

体の弱いお年寄りや寝たきりのお年寄りを、日中、施設に預かり、入浴や機能訓練を行うものです。

利用施設 特別養護老人ホーム「さくら園」 利用回数 週1回、1回1時間程度 利用料 1回1,000円

※特別養護老人ホームの「かつほ園」「みしま園」でも、既存設備を利用した小規模デイ・サービスを行っています。

●リフレッシュ休暇

寝たきり老人などの介護者の疲れをいやすために「骨やすめ」の期間を提供し、負担を軽減します。

利用施設 ショートステイに同じ 利用料 1日5000円 期間 1人につき年1回で7日間

●ナイトケア(夜間保護)

痴ほうなどで夜間の介護が困難なお年寄りを一時的に夜間のみ施設で預かります。

利用施設 特別養護老人ホーム 利用料 1日1,2800円 期間 ショートステイと同じ

●デイ・ホーム

在宅で介護を受けている痴ほう性老人などを日中介護し、介護者の負担を軽減します。

利用施設 柳原デイ・ホーム(市役所柳原分庁舎1階) 時間 平日・午前7時30分～午後6時30分、土曜日・午前7時30分～午後1時 利用料 1日8000円(土曜日4000円)

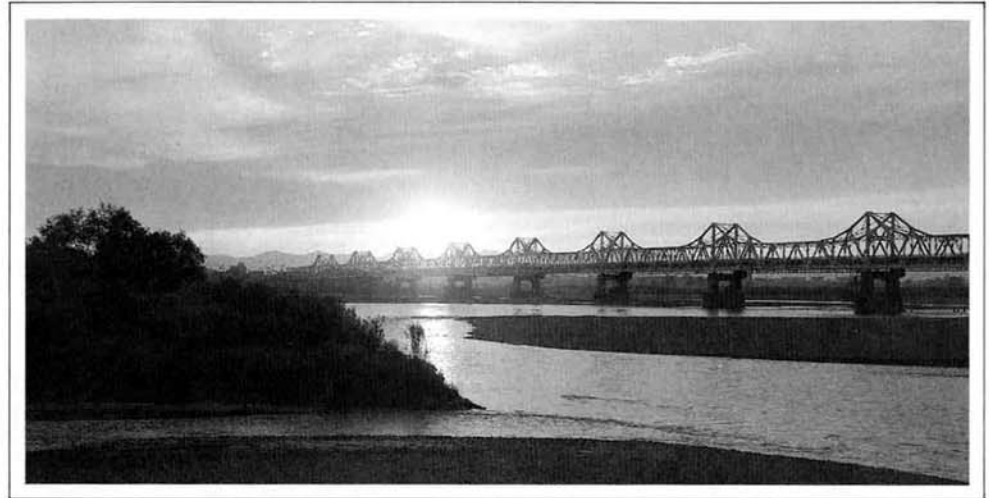
●移動入浴サービス

家庭で入浴が困難な老人に移動入浴車を派遣して入浴サービスを行います。

利用回数 2週間に1回程度 利用料 1回5000円

このほかにも、さまざまな公的サービスがあります。詳しくは、市役所高齢福祉課 ☎35-1122 内線二四八・二四九または、長岡市在宅介護支援センター ☎47-1330 にお問い合わせください。

信濃川・散歩のすすめ



先月9日、長生橋東詰めでミニ公園の開場式がありました。
この公園（というよりちょっとした広場ですが）には
二つの碑が寄りそうように建っています。
与謝野晶子と鉄幹（寛）の歌碑です。
よく晴れた秋の日に、ここを出発点として
信濃川の土手をちょっと散歩してみませんか？



▲開場式でスピーチをする漢さん

長生橋東詰め広場
この広場は、信濃川にひらかれた「やすらぎのあるまちづくり」をめざし、また、自転車や歩行者の安全を確保するためにつくったものです。開場式の当日は、与謝野晶子の最後の弟子といわれる歌人漢梨花枝さんや、孫の与謝野俊さんもかけつけ、歌碑の除幕に花を添えました。

与謝野晶子（一八七八—一九四二）
明治昭和期の歌人。堺市生まれ。雑誌「明星」の社友となり、主宰与謝野鉄幹（寛）と恋愛してその才能を開花させました。最初の歌集「みだれ髪」は、大胆奔放、官能的な作風で大きな反響を呼びました。その後数々の優れた歌集を出すとともに、「新釈源氏物語」など古典文学の現代語訳も完成。日露戦争中に発表した「若死にたまふことなかれ」の詩は、日本中で議論のまこととなりました。実生活では、五男六女を育てるためにたいへんな苦勞をしたようです。しかし、雑誌「青鞥」の顧問をはじめ、幅広い社会的活動でも活躍しました。日本の近代が生んだ最高の女流詩人といわれています。

与謝野晶子と長岡

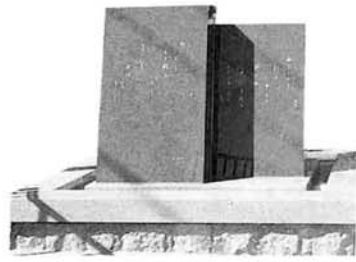
与謝野晶子は、なぜ長岡にたびたび来たのでしょうか。その理由の一つに、堀口大学とのつながりがあります。大学は十八歳の時、鉄幹の「新詩社」に入りましたが、偶然にも父九万一（外交官）と鉄幹とは、朝鮮滞滞時代に親しく交わった仲でした。そのため与謝野夫妻は大学をとともかわいがり、大学もふたりを師とおおき、親と慕ったのでした。

また、長岡出身で解剖学・人類学の権威小金井良精（作家・星新一の祖父）の妻喜美子（森鷗外の妹）が、晶子から歌の指導を受けていたという縁もあったようです。

堀口大学（一八九二—一九八二）
長岡藩士の子九万一の長男として東京に生まれました。二歳の時、外交官だった父が朝鮮国に赴任したために、母、妹、祖母とともに長岡市東神田に移り住みました。

三歳で母を失いますが、長岡中学を卒業するまで長岡で生活しました。作家松岡謙とは同級でした。その後一家で東京。二十歳から十数年間、父に伴われて海外生活をしています。帰国後、詩、歌、翻訳など幅広い分野で活躍しました。

三十四歳で出版した訳詩集「月下の一群」は、日本の近代詩に決定的な影響を与えたとされている傑作です。



赤みかげ石の歌碑には、つぎのように刻まれています。

越ひろし長生橋の上しもにつらなれる
山他州にあらず
（晶子）
落つる日を抱ける雲あり越の国大河を
前にしぐれんとする
（寛）

昭和九年の十月、与謝野夫妻は長岡を訪れました。悠久山に遊んだあと、信濃川に出て、当時はまだ木橋の長生橋を渡りました。互尊文庫では夫妻で、長岡高等女学校（現在の大手高校）では晶子が講演をしています。

晶子の歌は「越後の国は広い。長生橋の上と下に連なっている山々も他の国ではない、すべて越後である」というような意味でしょうか。同じ時の晶子の歌に、

あまたある洲に一つつ越の山乗る信濃川かな
洲はすべて今成り出づる国に似ぬ越を行くなる大河濁れば

というものが、あります。ミニ公園を通じて土手の上になると、この「あまたある洲に……」の歌碑も建っています。
翌年の昭和十年、晶子は再び長岡に来て歌をよみました。

さみだれや半歳ののち哀れなる身となりて踏む長岡の駅

この年の三月、夫の鉄幹が肺炎で亡くなったのでした。さらにこの三年後、長岡を訪れてよんだ歌から。

友待ちぬ駅の広場の雪の泥わがため踏みて雪帽子して
長岡のひがし山をば忘れめや雪の積むとも世は変わるとも

我が旅の寂しきこともいにしへもわれは云わねど踏む雪の泣く
美しき越の大河の背と見て恥じなき雪の山つづかな
連山に信濃川添ひ走れども色にて云はばしら雪と青
鉄橋につらの懸りわが踏むは隣りに古りし木の橋の雪

温かい招きで来た長岡でしたが、夫と仲むつまじく悠久山や信濃川で遊んだ時のことが、思い出されてならなかったのでしょうか。でも、世の中は移り変わっ

ていきます。晶子が立、長生橋は三年前と同じ木橋でしたが、隣には新しい橋（現在の長生橋）が建設中でした。
与謝野晶子と長岡をむすぶ糸のひとつに、堀口家（大学と父九万一）との交際がありました。その堀口大学もつたっています。

そして今、こころに生きる
ふる里の越は北国……

（略）
そして今、信濃川
雪解水集めて百里
嵩まさり
西ひがし岸べをひたし
滔々と濁水はこぶ
逆巻いて

そして今、こころに生きる
ふる里の越の四月……
（「そして今」）

大学にとっては、信濃川はふるさとそのものでした。晩年、「長岡市の西を区切る、本州一の大河、信濃川での水泳と、水田続きの平野をへだて、東に屏風を連ねる鋸山の裾にかけての蝶採りが、中学時代の五年間、僕の著休を分けあった」と回想しています。

堤防の上を、下流の方へ歩いてみましよう。長生橋から大手大橋までが、信濃川がいちばん美しく、雄大に見えるところです。遠くには弥彦山から西山連峰、米山、さらには谷川連峰や魚沼の山々、そして私たちの東山連峰までぐるりと一望できます。しばらく歩くと、海音寺湖五郎の碑があります。

新潟県には、二十年ほど前からいく度も行っている。その最初に行った時列車でとうとうと居ねむっていて、ふと目をさますと、窓外に大きな川の姿が見えた。「ああ美しい。何という川だろう」とつぶやいた。水量といい、日の光をはじき返している河原の砂といい、岸の草木といい、何ともいえず、つややかで、光りかがやく美しさと豊かさを持っていたのである。「これは信濃川ですよ」と、乗客のひとりが教えてくれた。やはりそうかと思っただけで、そうにちがいないと思うものが心の底にあったのである。たびたび行くうちに、この場所がどこであるか、ほぼわかった。長岡にさしかかるあたりである。ぼくは歌を詠んだ、

大ひろ野流るる川の信濃川

ゆたかなるかも美しきかも

ぼくは北海道の宗谷から鹿児島島の南端に至るまで、大河といわれるほどの

川は先ず全部見ているつもりだが、この川はどの川にも似ていない、豊かで堂々として、美しいのである。日本の川の王者をえらぶとすれば、この川のほかにあるまい。

(朝日新聞社「流域紀行」から)

豊かで、堂々として、美しい信濃川。この川はまた、数々の歴史をつくってきた川でもあります。

河岸段丘で火焔土器を生んだ縄文文化を育み、肥沃で広大な越後平野をつくり人や物資を運び、また氾濫をくりかえして人々を苦しめた川です。戊辰戦争では、西軍が信濃川の濁流をついて大手大橋下流付近に上陸し、長岡城を攻め落としています。この時、二百五十年続いた長岡藩の歴史は幕を閉じたのでした。また、あの長岡空襲では、多くの市民が生死のあいだをさまよった信濃川でした。

長岡を訪れる人の多くが、信濃川の姿に感銘をおぼえるのも、風景や自然の魅力だけでなく、たくさんの歴史のドラマを感じるせいかもしれません。そして、私たちにとっては、たとえ遠く離れていても、信濃川は忘れることのできない心のふるさとです。

とうとう、信濃川の土手の緑がちらほら雪解けの間に見える時がまいります



信濃川・散歩のすすめ

信濃川

信濃川よ

静かなるながれをみれば
かぎりなく想ひわくかな

水くぐり

白州にまろび

草笛を吹きて遊びしところ

夏の日の
青葙の狭筵につつまて
精霊をながしどころ

石まろき沈床のうへに
ながながと落日のひかりさすとき
石のこと われも熱しき

ああ われはつねにながれとあり
ながれはつねにわれとありけり

みはるかす山山よ

弥彦よ 苗場よ 黒姫よ
はるかなる ひかりこそさすらへ

この岸に
いくたびか友とかたり
いくたびか若き夢見つ

ああ 若草の道や落葉の道
遠つ日の光ほのかなれども
いまもなほ水はながれつつあり

(星野慎一著「郷愁」から)

「地獄絵の信濃川堤防」

— 神明町 大竹鬼一郎 —

家のなかに飛び込んで「早く起きろ、空襲だあ、信濃川に逃げろ」と怒鳴りました。外は市街地が焼夷弾攻撃で炎上し、まるで戦場のようでした。「裁判所の脇から前の土手に登り、河原に走れ」と怒鳴り、小さな子どもの手を引いて走り出しました。河原に家族を置くと家に帰り、鍋釜などを何回か運びました。長生橋下流の西文治町の登り口には、身動きできないほど逃げ出した人たちがいました。そこへ低空飛行のB29が焼夷弾を投下していました。泣く子ども、着物が火がついて信濃川に飛び込む人。さまざまな声がか川風にのって、まるで修羅場のようなものでした。私は河原まで帰ることができず、そのまま夜明けを待ちました。やがて夜が明け、堤防の上から河原まで家族をさがしましたが、堤防の上では子ども連れの人たちが焦げて死んでいました。知人の焼けた顔、血を流して動かない人、傷ついて助けを求めあなごの声、死んだ母親のそばで泣いている幼児の姿……

「おとと、背中の子どものを見てくられて」の声が出て、ふりかえると髪の毛が焦げた近所のおかかの声でした。見ると火炎のためか、小さな顔が真っ黒になって死んでいました。不憫で返事に困りました。

ようやく河原にいる家族に会いました。「おっかないのに、おとととこにいたの」と五人の子どもの泣きだしたのには閉口しました。家内の手を握り無言で私は頭を下げました。(要旨) 『長岡の空襲』より

杉本鏡子 (一八七二—一九五〇)

長岡藩の上席家老稲垣平助の六女として生まれました。大正十年(一九二一)、アメリカの雑誌に連載された「武士の娘」は全米で大評判となり、七か国語に翻訳されて世界のベストセラーとなりました。

鏡子の父平助は、戊辰戦争の開戦に反対して失脚し、長岡城が落城すると投降して藩主の助命を嘆願しました。戦争後、長岡民生局を担当して長岡藩の復興に尽くしましたが、「腰抜け平助」とか「おくびよう平助」よばわりされたといわれています。

鏡子は、十五歳で上京して二十歳で結婚のために渡米し、夫の死後、コロンビア大学の講師として日本文化などを教えました。この間に、生涯の親友ミス・ウィルソン(ウィルソン大統領のいとこ)のすすめで、なつかしい長岡の思い出や日本の伝統文化をつづった「武士の娘」を発表したのでした。

星野慎一

一九一一年、長岡に生まれ、千手小、長岡中学、新潟高校を経て東京帝大卒。東京教育大、南山大の教授を歴任。ドイツ文学の叙情詩、ゲーテ、リルケの研究家。



こうして杉本鏡子は故郷をあとにし、明治十九年、十五歳の春でした。戊辰戦争で非戦を主張し、河井継之助に追われた長岡藩家老、父稲垣平助は一年前、失意のうちに亡くなっています。自分を育ててくれ、父とともに減んでいったものたち。その思い出と最後の信濃川の情景を胸に秘めて、鏡子は東京へ、そして五年後にはアメリカへと旅立って行ったのかもしれない。

◇ ◇

信濃川は、いつも私たちの心のうちに流れ続けています。青春と信濃川への郷愁をつづった、このようにうつくしい詩もあります。

※特に記載のない場合は、電話でお申し込みください。



勤労青少年ホーム ☎3244255

初心者エアロビクス教室
期間 11月13日(火)〜12月25日(火)毎週火曜日、計7回
時間 午後6時30分〜7時30分
会場 青少年ホーム体育室
対象 市内に勤めている25歳以下の人 定員 20人(申込順) 受講料 500円

初心者社交ダンス講習会
期日 11月5日(月)〜29日(木)の毎週月・木曜日、計8回
時間 月曜日:午後7時〜9時
木曜日:午後7時〜7時30分
会場 青少年ホーム体育室
対象 市内に勤めている25歳以下の人 受講料 500円

青少年文化センター ☎3413005
室内水泳記録大会
日時 11月23日(初)午前9時〜午後4時30分
対象 小・中・高校生
競技内容 各種目の年齢別、種目別競技(メドレー、リレーは除く) ※当日

市民体育祭空手道大会
日時 11月18日(日)午前9時〜会場 北部体育館スポーツフロア
種目 個人型:小・中学生、基本演武:初心者、組手:小学校高学年・中学生・高校生・一般
参加料 一般・高校生700円、小・中学生500円
申込み 11月13日(火)まで

日、プールの一般利用はお休みします。
体育・レクリエーション課 ☎内線3031〜3

婦人軟式テニススクール
期日 11月30日(金)〜3月22日(金)、計13回
時間 午前10時〜11時30分
会場 厚生会館大ホール
定員 30人
参加料 3,000円(初回に会場で徴収)
申込み 11月27日(火)まで
※軟式ラケットおよびシューズを用意してください。

長岡高校(硬式テニス)開放
期日 11月7日(水)〜3月27日(木)毎週水曜日
時間 午後7時〜9時
会場 長岡高校体育館
参加料 高校生100円
申込み 直接会場へ(御開放中の体育館出入り口は東側外部階段を利用してください)

市民体育祭スポーツ教室
市民体育館 ☎3427000
ジュニアテニス教室(硬式)12月コース
期日 12月4、6、11、13、18、20、25、27日
時間 午後6時30分〜8時30分
会場 市民体育館
対象 小学4年生〜中学3年生
定員 30人(申込順)
参加料 3,000円
申込み 11月22日(木)までに参加料を添えて市民体育館へ

市民体育祭 バレーボール大会
日時 12月2日(日)午前8時30分〜会場 市民体育館
種目 一般男・女
参加料 1チーム2,000円
申込み 11月19日(月)までに参加料を添えて
抽選会 11月28日(水)午後6時30分から市民体育館会議室で



青少年文化センター ☎3413005
子ども映画劇場
期日と内容 11月18日(日)「おれは鉄兵(やっただぜ)鉄兵トロボ剣法」・「魔女っ子チックル」
12月2日(日)「ペリカンと少年」
時間 午後1時30分

悠久山探鳥会
日時 11月18日(日)午前8時〜正午(雨天決行)
観察地 悠久山公園〜百間堤
集合 郷土史料館前に午前8時
対象 小学生以上
持ち物 双眼鏡、筆記用具、雨具
申込み 11月16日(金)まで

手芸のついで
日時 12月9日(日)午後1時30分〜対象 小学生〜高校生
または親子
定員 20人
内容 クリスマスマスツリー
材料費 1,500円
申込み 12月6日(木)まで

科学博物館 ☎350184
科学博物館講演会
日時 11月17日(土)午後2時〜4時
会場 中央公民館401教室
演題 長岡のキノコ
講師 長岡技術科学大学助教 授宮内信之助さん
入場料 無料
申込み 11月15日(木)まで

雪国植物の越冬を観察する会
日時 11月25日(日)午前10時〜午後2時30分(雨天決行)
観察地 東山ファミリールアンドバス停に午前10時
対象 中学生以上
持ち物 筆記用具、昼食、防寒具、雨具、採集用具
申込み 11月22日(木)まで

野鳥相をしらべる会
日時 11月25日(日)午前8時〜正午(雨天決行)
観察地 南蛮山周辺
集合 竹花バス停に午前8時
対象 小学生以上
持ち物 双眼鏡、筆記用具

VOL.1の講座
テーマ 今年の灯油価格のゆくえ
日時 11月27日(火)午後1時30分〜3時
会場 厚生

鮮第2小ホール 講師 勲日本エネルギー経済研究所石油情報センター 定員 50人(申込順)
平成3年度用家計簿の頒布
貯蓄広報中央委員会編集の家計簿を12月3日(日)から頒布します。
価格 1冊300円(消費税込み)
頒布場所 消費生活センター

防火管理講習会
甲種 11月28日(水)・29日(木)午前9時〜午後4時15分(2日間の受講が必要)
乙種 11月27日(火)午前9時〜午後4時30分
会場 消防本部3階講堂
定員 各60人(申込順)
申込み 11月5日(日)〜20日(火)
顔写真(縦4cm、横3cm)を1枚持参し、消防本部予防課へ。受講当日テキスト代が必要です。

消費生活センター ☎3200022
市史編さん講演会
演題 ムラの「自治」
講師 長岡市市史編さん委員溝口敏彦さん(新潟大学助教授)
日時 11月16日(金)
午後6時30分〜8時
会場 中央公民館大ホール
定員 160人
入場料 無料
申込み はがきまたは電話で〒940長岡市柳原町二一長岡市役所柳原分庁舎内市史編さん室 ☎3617832

都市景観シンポジウムながおか
どなたでも入場できます(入場無料)。まちづくりに興味のある方は、ぜひご参加ください。
日時 12月1日(土)午後1時〜5時
会場 ホテルニューオータニNCホール
基調講演 建築家・芦原義信さん
テーマ なにかから始めよう新潟の景観づくり〜日本のオアシスをめざして〜

市立劇場ガイド ☎332211

11/13(火) 小山実稚恵ピアノリサイタル
午後6時30分開演
A席2,500円
B席2,000円
好評発売中!

11/18(日) 劇団飛行船
ぬいぐるみ人形劇
「王子とこじしき」
午前の部 10時30分開演
午後の部 2時開演
親子券(おとな1人、子ども1人) 2,700円
おとな券(中学生以上) 1,600円
子ども券(3歳以上) 1,300円
好評発売中!



小山実稚恵



市民体育館・婦人シエイプアップ教室
市民体育館では毎月いろいろな教室を開催しています。先月から始まったシエイプアップ教室もそのひとつ。ケイムやエアロビックスダンスで気持ちよい汗を流しています。

三情報

長岡市吹奏楽団演奏会
日時 11月25日(日)午後1時開場・2時開演
会場 市立劇場大ホール
指揮 浅井政尾
曲目 ショスタコフイチ祝典序曲、中学生との合同演奏ほか
入場料 一般800円、学生500円(いずれも当日は1000円増)
問い合わせ 市立南中学校内浅井さん ☎321577

長岡交響楽団定期演奏会
日時 12月2日(日)午後2時開場・2時30分開演
会場 市立劇場大ホール
指揮 磯部省吾
チェロ 津森奈保子
管弦楽 長岡交響楽団
合唱 長岡第九合唱団
曲目 ウェルディ「歌劇ナブッコ」から「行け、わが思いよ、金色の翼に乗って」、ハイドン「チェロ協奏曲ハ長調」ほか
入場料 1,500円(当日1,800円)
大和デパート、ツモリレコ

鮮第2小ホール 講師 勲日本エネルギー経済研究所石油情報センター 定員 50人(申込順)
平成3年度用家計簿の頒布
貯蓄広報中央委員会編集の家計簿を12月3日(日)から頒布します。
価格 1冊300円(消費税込み)
頒布場所 消費生活センター

消防本部予防課 ☎3201000

防火管理講習会
甲種 11月28日(水)・29日(木)午前9時〜午後4時15分(2日間の受講が必要)
乙種 11月27日(火)午前9時〜午後4時30分
会場 消防本部3階講堂
定員 各60人(申込順)
申込み 11月5日(日)〜20日(火)
顔写真(縦4cm、横3cm)を1枚持参し、消防本部予防課へ。受講当日テキスト代が必要です。

市史編さん講演会
演題 ムラの「自治」
講師 長岡市市史編さん委員溝口敏彦さん(新潟大学助教授)
日時 11月16日(金)
午後6時30分〜8時
会場 中央公民館大ホール
定員 160人
入場料 無料
申込み はがきまたは電話で〒940長岡市柳原町二一長岡市役所柳原分庁舎内市史編さん室 ☎3617832

都市景観シンポジウムながおか
どなたでも入場できます(入場無料)。まちづくりに興味のある方は、ぜひご参加ください。
日時 12月1日(土)午後1時〜5時
会場 ホテルニューオータニNCホール
基調講演 建築家・芦原義信さん
テーマ なにかから始めよう新潟の景観づくり〜日本のオアシスをめざして〜

みんなで守ろう 地球の環境 4

野生生物をたいせつにしよう

地球上には、何十萬種もの動物や植物が生きています。そして、それぞれがつながりをもって、自然という環境を保っています。私たち人間にとっては直接何の関係もないようにみえる動植物も、自然の環境を形づくる上で大切な役目をしてい

- ◆ペットや鑑賞用として野生生物を購入するとき、輸入することや個人で飼うことが禁止されていないか確かめましょう
◆家族で森や山にでかけたとき、自然の大切さをみんなで話し合ってみましょう



全国的にも珍しい白い「月の輪クマ」(科学博物館)

ラジオ広報版
BSN「長岡市だより」
月〜金曜日
午前11:07〜11:10



市政テレビ番組
「千秋が原の整備計画」
放送日 11月18日(日)
午前8時〜8時15分
テレビ局 BSN新潟放送
内容 千秋が原に新しい交流の舞台「ハイブ長岡」が誕生します。

※特に記載のない場合は、電話でお申し込みください。

第4回 ながおか女性のつどい 心豊かな社会をめざして-男女で担うまちづくり-

11月17日(土) 午前10時から午後3時40分
会場 長岡グランドホテル 入場無料

女性のつどいは、男も女もお互いが心豊かにくらし、いくにはどうしたらよいかをみんなで語り合い、多くの人と出会う場です。私たちの社会や生活について、日ごろ考えていること、感じていることを声に出して話してみよう。

〈分科会〉 午前10時～12時
労働…家事労働の再点検
福祉…ともしびをつけよう、あなたの家庭から健康…健康と私たちを取りまく環境について考えてみましょう
教育…心豊かに生きるとは
社会参加…あなたをいかす、わたしをいかす社会へふみだそう、まず一歩

〈女性のグループ紹介〉 午後12時50分～1時20分

〈シンポジウム〉 午後1時20分～3時30分

基調講演 講師・松田季美子さん
(東京都足立区婦人総合センター所長)
パネルディスカッション

「男女の自立に、今、求められるもの」
保育 午後からは、小さなお子さんをお預りします。事務局にお申し込みください。
申込み・問い合わせ 婦人少年課婦人係 ☎内線258

「ながおか女性プラン」ができました

ダイジェスト版をお分けします。ご利用ください。
(ダイジェスト版は婦人少年課にあります。また、つどいの会場でも配布します)



男女平等といわれて久しく、いまでは多くの女性が、生きがいを求めて社会の中でさまざまな活動に参加し、活躍するようになりました。しかし、まだ育児や老人介護、あるいは職場での男女差別など多くの課題が残されています。

ながおか女性プランは、これらの課題を解決し、女性と男性がともに支えあう社会をつくるにはどのような対策が必要かを示した計画です。

- 主要課題
- I 社会参加活動の促進
 - II 男女平等観にたった人間形成の推進
 - III 働く女性の条件整備
 - IV 母性の社会的保障と健康の増進
 - V 家庭生活の安定と福祉の向上
- 問い合わせ 婦人少年課婦人係 ☎内線258

中央公民館 ☎320437

●いきいき作品展
「高齢者趣味の教室」参加者が日ごろの学習成果を一堂に展示します。ぜひおいでください。
期日 11月10日(土)・12日(休)
時間 午前9時～午後5時
(12日は正午まで) 会場 厚生会館大ホール

●公民館民謡教室発表交歓会
各地区公民館で練習した成果を次々に発表します。どなたもお気軽にお出かけください(入場無料)。
日時 11月18日(日)午前10時30分

分々午後5時 会場 厚生会館大ホール 発表 36団体、52曲

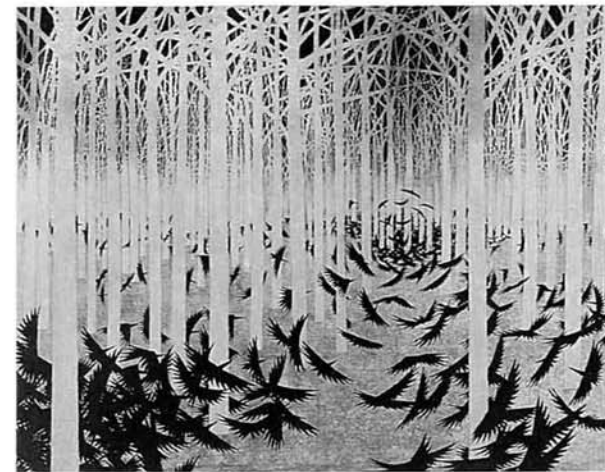
●世界おもしろ交流館
「ヨーロッパの交差点ベルギーの魅力にせまる」
内容 ベルギー王国の紹介と楽しい話し合い 日時 11月20日(火)午後7時～9時 会場 中央公民館302教室 対象 青年男女 定員 30人(申込順) 参加料 200円
ゲスト 技科大留学生ハ・アレヒツベンさん夫妻

●男のオフタイム
熟年対象「人生設計プログラム」
自己開発、健康、経済、生

き方など、この講座で職場以外にも交流の場を！
期日 11月22日(木)・3月7日(木)、計8回 時間 午後7時～8時30分 会場 中央公民館 対象 50歳前後の成人男子 定員 30人(申込順) 参加料 1,500円

●「国際交流のつどい」の実行委員募集
1月に予定している「国際交流のつどい」の企画、運営を行う実行委員を募集します。あなたのアイデアを生かしてみませんか。
対象 青年男女

●青年わくわく村
「牛乳パックでクリスマスカードをつくろう」
日時 11月25日(日)午後1時～4時 会場 中央公民館工作教室 定員 30人(申込順) 教材費 1,000円 持ち物 1リットルの牛乳パック1個、はさみ、タオル、古雑誌 ※年賀状、名刺、しおりなども製作できます。



加山又造 冬 (IHBSN新潟美術館所蔵名品展から)

IHBSN新潟美術館所蔵名品展

期間 11月10日(土)～25日(日)
(12日、13日、19日は休館)
会場 長岡市美術センター(中央図書館2階)
時間 午前10時～午後6時(土・日・祝は5時まで)
入場料 一般300円、中学・高校生100円

〈講演会〉

日時 11月10日(土)午後2時～
会場 講堂
講師 林紀一郎さん(新潟市美術館長)
演題 「日本人の美意識」
定員 190人

新潟県美術講演会

日時 12月1日(土)午後3時～5時
会場 講堂
講師 半沢重信さん(文化庁主任文化財調査官)
前川誠郎さん(新潟県美術博物館長)
演題 「21世紀の美術館を語る」
・建築からみた美術館の魅力
・美術との出会い、その楽しみ方
定員 190人

中央図書館 ☎320558

●親子お話し工作教室
期日 11月14日(水)・12月5日(水)毎週水曜日、計4回 時間 午前10時～11時 会場 児童コーナー 講師 加藤博久さん
内容 朗読の基礎を楽しく学びます 定員 40人(申込順)

●子どもの本を読む会
日時 11月20日(火)午前10時～

11時30分 会場 講座室2
内容 ガブリエル・パンサン作「くまのアーネストおじさん」シリーズ

●映像で読む名作文学④
日時 11月20日(火)午後6時30分～8時30分 上映作品 宇野千代原作「おはん」(1984年) 会場 講堂 定員 190人

●読者のつどい
日時 11月22日(木)午後7時～9時 内容 澤田ふじ子著「羅城門」 会場 講座室1

●レーザードイスフによる映画会
期日 11月16日(金) 会場 講堂 児童向け 午後4時～5時20分「どうぶつ宝島」

般向け 午後6時30分～8時50分「北北西に進路を取れ(1959年・アメリカ)」 定員 各190人(当日整理券配布)

●レーザードイスフによる映画会「戦前の名画シ」―ズ第1集
古今東西の名画を系統的に鑑賞したいというご希望にこたえ、次の作品を追加して上映します。どうぞお越しください。
期日と内容 11月10日(土)「黄金狂時代(チャールズ・チャップリン)」、12月8日(土)「西部戦線異状なし(リュネス・マイルストーン)」 時間 午後6時～ ※3月まで毎月第2土曜に上映します

●休館のお知らせ
11月12日(月)、13日(火)は図書館を休館させていただきます(12日は即位礼正殿の儀による休日、13日は定例の月曜休館日が休日と重なるため)

●黄金狂時代



●ロシア語入門講座
期日 11月15日(木)・3月7日(木)、計15回 時間 午後7時～9時 会場 中央公民館302教室 参加料 1,500円(テキスト代ほか) 定員 30人 申込み・問い合わせ 柳原町・中野貞吉さん ☎33-1208-2

●北陸職業教育センター入校者募集
入学期日 12月4日(火) 募集クラス 〇・A科ワープロコース(4か月) 時間 火曜・木曜の午後6時30分～8時30分 費用 施設費20,000円・テキスト代5,000円・授業料5,000円 願書締切 定員 20人に達し次第 受付・問い合わせ 北陸学園内北陸職業教育センター ☎32-0288

●長岡短期大学公開講座(3回連続)
テーマ 企業環境の変化と経営戦略
会場 長岡商工会議所 日時と内容 11月14日(木)「企業環境の変化と中小企業の経営戦略」、11月21日(木)「企業を生かす消費者対応」 11月28日(木)「日本企業の海外進出」 時間 午後1時30分～3時30分 資料代 3回分1,000円 定員 100人(申込順) 申込み 長岡短期大学 ☎33-8768

●新潟県あけぼの園収獲祭(精神薄弱者更生施設)
日ごろ社会復帰に向け作業にはげんでいる成果をご覧ください。
日時 11月23日(木)午前9時30分～午後2時30分 会場 あけぼの園(柿町) 内容 作品展示(入所者、保護者、地域)、アトラクション(午前)、喫茶、入所者の作品・農作物の即売(午後) 問い合わせ あけぼの園 ☎34-3314



●事業所のみならず、ごみの処理は誤っていませんか！

一般家庭とは違い、商店、事務所、食堂、工場などから出るごみは、法律により事業者の責任で処理することになっています。

最近、市のごみ収集場所に市で指定した有料袋に入れない事業所のごみが見られます。ごみの量が少なく、市の収集車を利用する方は、町内で管理しているごみ収集場所に指定の有料袋に入れて出してください。(ごみ収集業者に)



●し尿のくみ取りは降雪前に

例年12月はし尿くみ取りの申込みが集中し、作業が遅れがちになってしまっています。その上降雪が重なると、一層くみ取り作業が困難となります。降雪前の早い時期のくみ取りにご協力ください。

申込みはお早めにお願います。特に大型便槽は11月中旬にくみ取りを済ませていただきます。

●自転車・バイクを冬期間預ります

市長岡駅前自転車駐車場では、冬の間、自転車・バイク(50cc以下)を預かります。

期間 12月1日～来年3月31日 ※期間中の出し入れはできません。また、降雪の状況により保管期間を変更する場合があります。料金 1か月当たり自転車：1,030円、バイク：1,650円

申込みと搬入 11月26日(月) 直接自転車駐車場へ 問い合わせ 東口自転車駐車場 ☎35-14739、市営大手口駐車場 ☎33-1345

●退職者医療制度を「存し」ですか？

国民健康保険の加入者で、会社等を退職したあと年金を受けている70歳未満の人とその家族には、退職者医療制度が適用されます。

加入対象者 ①厚生年金、共済組合、船員保険から老齢(退職)年金を受けていて、年金の加入期間が20年以上の人 ②右の各種年金を受けていて、40歳以後の年金の加入期間が10年以上の人 ③加入者の配偶者が3親等内の親族で、年間収入が110万円未満(60歳以上は160万円未満)の人は被扶養者になります。医療費の自己負担 本人の入院・外来2割、被扶養者の入院2割外来3割 手続 年金証書又は裁定通知書、国民健康保険証、印鑑を持って市民課へ 問い合わせ 保険年金課課徴取第一、二係 ☎内線二〇九、二一七、九

国民年金

●国民年金の加入手続きをしましょう

日本国内に住所のある二十歳以上六十歳未満のすべての人は国民年金に加入することになっています。(学生のみなさんは、現在は任意加入扱いとなっておりますが、平成3年4月から国民年金の強制被保険者となります)

長岡市墓園の使用者募集

鉢伏町にある長岡市墓園の使用者を募集します。

申込み 11月13日(火)～20日(火) 直接健康センターへ
 問い合わせ 健康課(健康センター内) ☎32-5000

●三情報

■知っておきたい検察審査会

交通事故や詐欺、おどしなどの被害にあったのに、検察官がその事件を裁判にかけてくれない。どうも納得できない。このような人のために検察官の正しさを確かめたかどうかを審査する機関として「検察審査会」があります。

相談や申し立てについての費用は一切無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

検察審査員には選ばれたらご協力を！ 検察審査員は、選挙権を持っていないみなさんの中から「くじ」で選ばれることになっています。あなたもいつか検察審査員に選ばれるかもしれません。その際には、市民の代表としてこの仕事にご協力をお願いします。

長岡検察審査会事務局 ☎三和3-9-128(新潟地方裁判所長岡支部内) ☎35-1214

■「国の進学ローン」のご案内

来春、高校、大学、専門学校などに進学するための資金を必要とする人に、一〇〇万円を限度として融資します。返済期間 5年以内 取扱い期限 平成3年4月末日まで 申込み・問い合わせ 国民金融公庫 長岡支店 ☎36-14360

■雇用促進住宅の入居者募集

雇用促進住宅は、住所を移して就職(転職等も含む)したり、現在働いていて住宅に困っている人などに利用していただく施設です。現在、市内には希望が丘宿舎(3DK、80戸)と宝地宿舎(2K、80戸)があります。また12月には、長岡ニュータウンに青葉台宿舎(サンコーボラ青葉台宿舎)が完成します。

所在地 長岡市青葉台2丁目1の16 建物 鉄筋コンクリート5階建て2棟80戸、駐車場あり 間取り 3DK、K 入居開始 12月16日 家賃等 30,385円(移転就職者以外の人)は36,462円(ほか共益費、敷金が必要) 問い合わせ 長岡公共職業安定所 ☎32-1181

長岡市の観光ビデオを貸し出します (無料)

長岡市の観光ビデオ「長岡の四季と観光」の貸し出しをします。町内会や子ども会などのサークル活動にご利用ください。規格 VHS、カラー30分、ナレーション入り 問い合わせ 商業観光課観光係 ☎内線443



長岡にもたくさんいい所があります。この観光ビデオ、参考にしてみませんか？(写真真実、東山ファミリーランド)

11月12日(月)の市の業務について

11月12日(月)は、「即位礼正殿の儀の行われる日」のため休日となり、市役所の業務は、国・県と同様、本庁およびその他の施設の一般事務を休ませていただきます。(一部の施設は開館します。詳しくは市政だより10月号をご覧ください)

- ごみの収集は次回の収集日までお待ちください。
- 出生届、婚姻届など戸籍に関する届出は市役所警備員室で取り扱います。
- 休日急患診療所を開設します。(健康センター内、内科・小児科・外科 ☎35-8255、歯科 ☎33-9644)



用意するもの

- ①土の代用品：水ゴケ、砂利、オアシス、ロックウール、スポンジ、バーライトなど。
- ②容器：タンブラーグラス、水盤、金魚鉢、サラダボール、灰皿などなんでもよい。

「土なし栽培」を楽しんでみませんか

よい花を咲かせるには、土つくりが大切。でも、秋植え球根は寒さに強く、内部に十分な養分が貯蔵してあるので、土がなくても花を咲かせることができます。今月は、初心者でも失敗のない「土なし栽培」を紹介しましょう。

スカリ、ユリ、スノードロップ、オーニソグラムなど。

球根は水ゴケの中に埋め込まず、ぐらぐらしない程度に浅植えします。水は砂利の部分まで入れ、その後は水ゴケが乾かないように、時々霧吹きで水気を与えてやりませう。

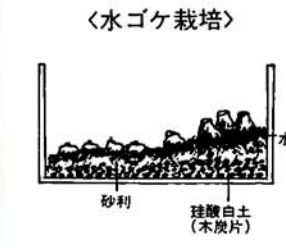
水栽培とちがって、暗い所に置く必要はありません。8週間ほど外に置いて寒さにあわせてから、室内に取り入れます。日中は陽にあて、時々容器の向きを変えてやっただけで丈夫に育ちます。

水は球根の底部まで入れます。その後はじよじよに少なくし、砂利が湿っている程度まで減らしていきます。そのほか、開花までの管理は水ゴケ栽培と同じです。

シスに十分吸収させます。その後の管理は、水ゴケ、砂利栽培と同じです。

土なし栽培に向く球根

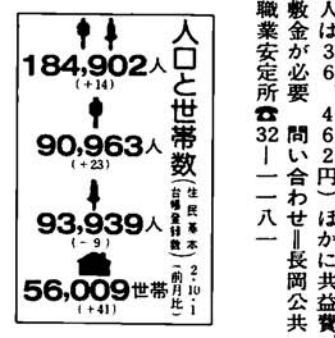
クロッカス、ヒアシンス、チュウリップ、スイセン、ム



容器は水洗いし、少量の珪酸白土(または木炭片)を水洗いした砂利に混ぜて敷きます。厚さは2〜3センチくらい。水の腐敗防止のためです。その上に、水に浸しておいた水ゴケをしばって敷きます。少し弾力が出る程度まで詰め、化をつけて箱庭風に。

容器と砂利をよく水洗いします。砂利に10%の珪酸白土(木炭片)を混ぜ、4〜5センチの厚さに敷きます。その上に球根を並べ、ぐらぐら動くものは小石などで支えます。

土なし栽培は、球根が生命です。よい球根の条件は次の4つです。①大きい ②重い ③硬い ④病害虫がついていない。消毒は、球根をハイホルタンかベンレート500倍液に30分ひたし、2〜3日陰干しをしてから植えます。



球根の選び方と消毒

土なし栽培は、球根が生命です。よい球根の条件は次の4つです。①大きい ②重い ③硬い ④病害虫がついていない。消毒は、球根をハイホルタンかベンレート500倍液に30分ひたし、2〜3日陰干しをしてから植えます。

●園芸相談は毎週木曜日、午前10時～午後4時。会場はフラワーセンター直売所(厚生会館前)です。

長岡市表彰 晴れの受賞者

長岡市表彰式が十一月三日に行われ
ます。今年の受賞者は、さまざまな
分野で長岡市の発展に尽くされた次
の三団体と三十九人の方々です。
〈敬称略〉



団体功績の部
長岡管工事業協同組合(幸町3)
配管技能者の育成強化に努
め、建設業の振興に尽くさ
れた功績
検査の会(西新町2)
多年にわたり心身障害者通
所施設もみの木ホームに奉
仕活動を続けられた功績
長岡市朗読奉仕会(山田1)
多年にわたり朗読奉仕活動
を続けられた功績

個人功績の部
佐藤 守(宮内8)
栗木敏夫(村松町)
島津 昭(呉服町1)
多年にわたり献血を続けら
れた功績
荒木清一(本町3)
多年にわたり長岡木工家具
協同組合の役員として木工
家具業界の振興に尽くされ
た功績
早川興一郎(喜多町)
多年にわたり農業共済組合

の役員として農業の振興に
尽くされた功績
池津光枝(王番田町)
精神薄弱者授産施設(通所)
もみの木工房に毎日かかさ
ず奉仕活動を続けられた功
績
政金 陸(東宮内町)
小林静子(左近町)
小林スミ(宮内8)
土屋禮子(三和2)
多年にわたり身体障害者通
所授産施設さんわ工房に奉
仕活動を続けられた功績
大宮彌四雄(豊田町)
多年にわたり精神薄弱児通
園施設柿が丘学園に奉仕活
動を続けられた功績
〇固定資産評価審査委員会
員12年以上
田中 起(宮原1)
〇農業委員会委員12年以上
矢尾板隆太(高島町)
〇国民健康保険運営協議会委
員15年以上
太刀川昌治(表町4)
〇民生委員15年以上
田中 龍(川袋町) 高野

ともに生きる社会をつくる ともしび運動

心のもつた作品が集まりました ともしび運動ポスター 応募数 1,112点

今年も小・中学生にともしび運動のポスター
を募集したところ、たくさんの方が寄せられ
ました。どれも思いやりの気持ちがにぎやかな
品ぞろい。応募作は先月末、厚生会館で開催さ
れたポスター展で全て展示されました。
選考の結果は下のとおりです。



長岡市長賞 皆川永恵さん(新組小3年)
反町高弘さん(川崎東小4年)
古川紗和子さん(新町小5年) 高
橋志津世さん(神田小6年) 遠藤
加奈子さん(江陽中3年)
長岡市社会福祉協議会長賞 村山友里
さん(川崎小3年) 伊藤優子さん(川
崎小5年) 木下絵理さん(柿小6
年) 佐藤瑠美さん(江陽中1年)

〇三情報

糖尿病教室
対象〇初めて糖尿病の気があると診
断された方、及び医師より教室参加
を勧められた方・家族約30人 内容
〇あなたの生活アドバイザー、健康チ
ェック、試食会など 期日〇11月26
日(月)、12月5日(水)、12日(水)、2月13
日(火)、22日(金)計5回 時間〇午前9
時30分~12時30分 会場〇長岡保健
所 参加費〇調理材料費1,500
円、血液検査料2,000円程度
申込み〇11月20日(火)まで(先着順)
問い合わせ〇長岡保健所 ☎33-149
三〇



健康課 ☎325000

●子宮がん検診
市内の産婦人科病・医院で
直接受けてください。
対象〇30歳以上の人 負担金
〇1,000円
〇印の会場では乳がん検診も
同時に行います。

●あなたの健康相談室
専門医、栄養士、保健婦が
相談に応じます。電話予約(先
着順)のうえ、お気軽にどう
ぞ
期日〇(毎週水曜日)からだ
の健康〇11月14日、28日、12
月5日、心の健康〇11月21日、

月日	会 場	申込み先
〇市 〇市	市農協六日市支所	〇二〇五二
〇市 〇市	市農協六日市南支所	〇二〇五三
〇市 〇市	市農協長岡支所	〇三〇〇三
〇市 〇市	市農協川崎出張所	〇三〇〇〇
〇市 〇市	原町ふれあい集会所	〇四三六九五
〇市 〇市	黒家公民館	〇四三六九五



盛況でした!健康まつり

先月の13日から15日まで
厚生会館で行われた健康
まつりのようすです。
会場は健康に関心をもっ
ている人でいっぱいでした。



●赤ちゃん相談
対象〇平成2年5月2日~6
月1日生まれの乳児 日時〇
11月20日(火)午前9時30分~11
時、午後1時30分~3時 会
場〇健康センター 内容〇育
児・離乳・虫歯予防相談、身
体計測など 持ち物〇母子健
康手帳
●婦人健診
対象〇18~39歳の女性で職場

月日	会 場	申込み先
〇市 〇市	健康センター	健康課
〇市 〇市	小曾根転作研修 センター	〇二二九五
〇市 〇市	宮内支所	〇二二九五
〇市 〇市	才津支所	〇二二三五
〇市 〇市	上川西支所	〇二二三五
〇市 〇市	大島出張所	〇二二五三
〇市 〇市	上川西公民館	〇二二五三
〇市 〇市	新組支所	〇二二五三
〇市 〇市	運河公民館	〇二二五三
〇市 〇市	深沢支所	〇二二五三
〇市 〇市	新組連勝所	〇二二五三

栄養と食事〇12月5日 時間
〇午後1時15分~2時45分
会場〇健康センター
●胃がん・大腸がん検診
「早ければ、治るがんです
まず検診」
対象〇40歳以上 負担金〇胃
500円、大腸500円

●健康相談(無料)
期日〇11月14日(水)、22日(水)、
12月11日(水) 時間〇午後6時
30分~8時 内容〇嘱託医師
による健康相談と健康管理指
導診察(トレーニング室利用
者以外の方も受診できます)

月日	時 間	会 場
〇市 〇市	10:00~16:00	マイエー長岡店
〇市 〇市	9:30~16:00	関原公民館
〇市 〇市	9:30~15:00	長岡駅前(大手口)
〇市 〇市		原信幸町店
〇市 〇市		厚生会館
〇市 〇市		ショップイン大手

●市民献血
〇健康診断を受ける機会が
ない人 日時〇12月5日(水)、
6日(木)午後1時30分~3時30
分 会場〇健康センター 内
容〇問診、検尿、血圧測定、
身体計測、貧血検査 申込み
〇当日会場で

●糖尿病のついで
日時〇11月10日(土)午後1時30分~4
時30分 会場〇北越銀行本店ホール
内容〇映画、体験発表、医師との対
談など 問い合わせ〇長岡市医師会
☎32-1900

●新潟県臨床検査技師会研究会
公開講演「骨髄バンクの普及」
日時〇11月17日(土)午後1時30分~3
時30分 会場〇ニューオータニ長岡
NCホール 講師〇新潟県赤十字血
液センター・玉津先生、新潟大学医
学部助教授・森山先生、京都府赤十
字血液センター・佐治先生 入場料
〇無料 主催〇(財)新潟県臨床検査
技師会 問い合わせ〇吉田病院検
査科・青木さん ☎32-10490

●いきいき長いき食生活講習会
日時〇12月1日(土)午前9時30分~午
後2時 会場〇健康センター 内容
〇講演「いきいき長いきのための食
生活」、調理実習・体操 定員〇60人
参加料〇500円 申込み〇11月15
日(木)までに、往復はがきに住所、氏名
年齢、電話番号を記入して、宮原2
-12-13 栄養士会長岡支部事務局
(黒田さん方 ☎33-14672)へ

●心の健康相談
専門医、精神保健相談員が相談に
応じます。
日時〇11月13日(火)午後2時~3時
会場〇長岡保健所 ☎33-149三〇

●身体障害者等に対する電話番号案
内の無料扱いについて
12月からNTTの番号案内が有料
になりますが、視覚障害の人、及び
肢体不自由の一部の人には無料になる
のでお申込みください。
問い合わせ〇NTT ☎116、福祉
課 ☎内線二三六