

ながおか 市政だより

1997
9
No.517



おはよう、また会ったね

朝の信濃川河畔には、さわやかな空気を求めて多くの人たちが散歩に訪れます。オジロワシやヨハクテヨウなど数多くの鳥たちと会えるすばらしいこの自然環境を、いつまでも大切にしたいものですね。 (信濃川右岸・トリムコースで)



街の中から山にいたるまで、日本海側に広く分布している最もポピュラーな植物。県内でも、葉脈や茎に沿って毛状の突起が密生するものも多く見られる。太平洋側に分布しているイタドリとは区別される。雌と雄とは株が異なり、写真は雌の株で、たくさんの実をつける。芽生えたばかりのころは、タケノコにそっくりで、スカンポと呼ばれて馴染み深い。若い茎をかじると酸っぱい味がする。

NAGAOKA ナガオカ ナイチャー スコープ 9月 自然観察 ⑫5



翅の後ろの部分が白いことにちなんで名前が付けられたゾウムシで、市内ではクスの葉の上などに見られる。わずかな衝撃や、捕まえようとして手を伸ばしたりするとポロリと落下するが、一旦しがみつくと力は強く、引っ張ってもなかなか離れない。このような二面性をもった性質で、鳥などが身を守る。

ケイトドリ

オジロアシナガゾウシ

ごみの減量とリサイクル をめざして⑤

昨年度、あなたが負担したのは8,613円

長岡まつりで出たごみは約60ト

今年の長岡まつりは、土・日曜日と重なったこともあり、過去最高の約81万人の人出となり、約60トのごみが出ました。その90%は花火大会のもので、3日と4日の朝は観覧席のあった信濃川河川敷一帯から周辺の町内まで、まさに「宴のあと」といった様子でした。

これらのごみは、主催者や関係者はもちろん、小学生や中学生による延べ2,100人の市民ボランティアの協力で集められました。

まつりに限らず、資源回収やクリーン作戦などボランティアの皆さんの活躍が、大きな力となっている一方、最近、市に寄せられる



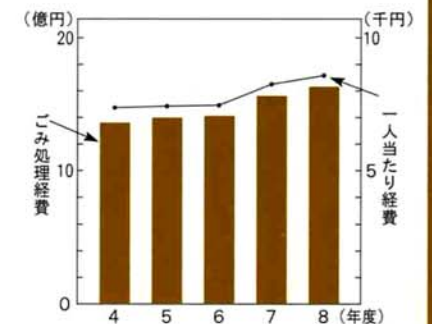
▲ごみの回収・分別に汗を流すボランティアのみなさん(8月3日午前5時ころ)

相談で「ごみの出し方のルール違反」の話が多くなっています。分別がしてない、よその町内に出すなど、管理をしている町内の人にも大きな負担がかかっています。市民一人ひとりで住みよいまちづくりを進めましょう。

ごみに消えたお金は16億円

平成8年度、長岡市がごみの収集、焼却、処理に使った経費は約16億2,600万円。これは市民一人あたりだと8,613円になり、ごみ1トにつき、18,683円の処理経費がかかったこととなります。

ごみの処理経費は年々増えていきます(下図参照)。このなかには、私たち一人ひとりが気をつければ減らせる経費もあります。「ごみの減量」の第一歩は「ルールを守ること」です。ひとつひとつの小さな努力が私たち自身の負担を減らす、大きな原動力になります。



▲ごみ処理経費と1人当たり経費(過去5年間、建設費は含まない)

今年の夏は気温の高い日が続き日照時間も長く、稲の生育も順調のようです。長岡市内では、八月下旬から稲刈りが始まっています。昭和のはじめ、稲刈りの時期は台風シーズンと重なり、被害にあいやすかったため、農家は台風の到来前に収穫できる品種を求めていました。新潟県農事試験場(現在の農業総合研究所・長倉町)では、主任技師並河成資を中心に品種改良に取り組み、昭和六年(一九三一年)に「農林一号」を誕生させました。農林一号は早稲品種であり、収量も多く、しかもうまい米であったため、それまでまず

いと不評だった新潟の米の評価を変えました。この農林一号を父として生まれたのが農林一〇〇号で、昭和三十一年にコシヒカリと命名されました。この品種には、茎が長く倒れやすい、病気がかかりやすいという弱点があり、育てにくいと農家から嫌われ、当初は作付け面積もわずかでした。コシヒカリは、米が過剰になり生産調整がすすむにつれて、全国に知られていきまし。量より質の時代となつて、おいしいお米が求められてきたからでしょう。もうすぐ稲刈りは終わり、今月中には新米が出回ります。



稲刈り(成願寺町で)

長岡市内の稲作面積はおよそ5000ヘクタール。現在、そのうちの55パーセントにコシヒカリが作付けされています。

はじめて作付けされた昭和30年には、一反でした。その後、50年代のはじめまでは10パーセント台で、半分以上も作付けされるようになったのは、平成になってからです。

平成7年に新食糧法が施行され、自由に米が取り引きされるいま、コシヒカリの人気は衰えそうもありません。



ながおかのまち再発見
稲刈り



◀フォートワースの大学生とボランティア通訳のみなさん（5月23日・酒蔵見学で）

～地球のために 手をつなごう～

9月26日(金)～28日(日)

国際交流音楽フェスティバル（入場無料）

整理券が必要です。希望者は住所、氏名、電話番号、希望のステージと枚数を国際・文化課へご連絡ください。

【パートⅠ】

日時 9月27日(土)午後6時30分～8時30分
会場 リリック コンサートホール（定員700人）
出演 ブルーノート・ジャズ・オーケストラ（長岡市）、バンベルクボーカルカルテット（バンベルク市）、ブルーボンネットプラス（フォートワース市）

【パートⅡ】

日時 9月28日(日)午後2時～5時
会場 リリック コンサートホール（定員700人）
出演 中越シンフォニックウィンドオーケストラ、三曲連盟（長岡市）、バンベルクボーカルカルテット、ブルーボンネットプラス

【パートⅢ】

日時 9月28日(日)午後2時～5時
会場 リリック シアター（定員450人）
出演 インドネシア・マレーシアの民族舞踊（在住留学生）、インディアン笛、メキシカンダンス、ウエスタンシンガー（フォートワース市）、悠久太鼓（長岡市）
※このほか、9月28日(日)午前11時15分からコミュニティ広場特設ステージでも演奏します！



▲バンベルクボーカルカルテット



▶メキシカンダンス

絵画展・10年のあゆみ展

直接会場へどうぞ。

日時 9月26日(金)～28日(日)午前9時～午後5時
会場 長岡リリックホールホワイエ

●フォートワース絵画展

フォートワース市在住の画家リンダ・ガイ、ロバート・ルイスの両氏による作品展。即売会も行います。

●10年のあゆみ&都市紹介コーナー

国際交流協会のあゆみ、姉妹都市や友好都市の概要をパネルで展示します。

記念植樹

フォートワース市長と長岡市長がアメリカハナミズキを植樹します。直接会場へどうぞ。

日時 9月27日(土)午前10時～10時30分
会場 平和の森公園

外国人による日本語スピーチコンテスト

入場は無料、500円で交流会に参加できます！
申し込みはむつみ会・中川さん ☎46・2378へ。
日時 9月28日(日)午前10時30分～午後0時30分
会場 リリック シアター

あなたも国際交流を 楽しみませんか！

す。こうした中、市内の三つの大学と長岡高専では、中国や東南アジアを中心に合わせて現在百七十二人の留学生が学んでいます。平成四年からは铸件とアパレルの分野で毎年中国からの研修生を受け入れ、技術面だけでなく、生活習慣や文化の面でも交流を進めてきました。今後も国際交流はさらに盛んになっていくことが期待されます。

街角で外国人と出会ったり、職場などで話をしたりする機会も増えてきました。しかし、まだまだ国際交流を「堅苦しいもの」「近寄りたくないもの」と思っている人も多いのではないのでしょうか？

九月二十六日(金)～二十八日(日)に行われる記念イベントでは、世界中の人と出会い、触れ合うチャンスがいっぱい。外国人のみなさんも市民のみなさんとの交流を楽しみにしています。ぜひ参加して、身近なところから国際交流を始めませんか！



姉妹都市の友好を記念して、1991年にスラン通りに設置された「からくり時計」。ご存じでしたか？

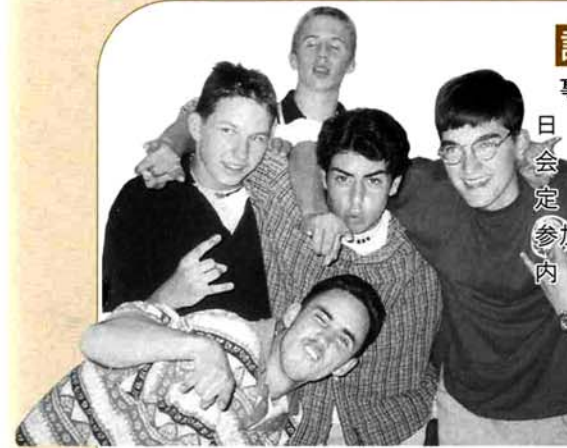
10周年記念事業

フォートワース市をはじめ、友好都市ドイツのバンベルク市やトリアー市から総勢100人の訪問団が長岡を訪れる、楽しい3日間！各イベントには、どなたでも参加できます。お申し込みは、9月19日(金)までに〒940幸町2の1の1国際・文化課 ☎39・2207、FAX 39・2280へどうぞ。定員のあるものは、定員になり次第締め切ります。

記念式典・記念パーティー

事前にお申し込みください。

日時 9月26日(土)午後6時30分～9時15分
会場 長岡グランドホテル 蒼葉の間、悠久の間
定員 300人
参加料 5,000円
内容 中澤桂さん（オペラ歌手・長岡市出身）による歌曲、国際親善名誉市民証の贈呈、国際交流協会功労表彰のほかフォートワースのシェフたちが、本場テキサスの料理を振る舞います。



フォートワースのシェフによる料理講習会

事前にお申し込みください。

日時 9月27日(土)午後2時～4時
会場 原信ブリーズ店3階料理教室
定員 50人
参加料 1,000円
内容 フォートワースのシェフ3人によるテキサス料理の講習



さよならパーティー

飲み物・食べ物の屋台が出ます。3日間を締めくくるパーティーに、どうぞご自由に参加ください！

日時 9月28日(日)午後5時30分～7時
会場 千秋が原コミュニティ広場（雨天の場合は長岡リリックホールホワイエ）

〈大花火を打ち上げます！〉

フォートワース市民のリクエストにこたえ、さよならパーティーの最後に信濃川河畔で長岡の大花火を打ち上げます。どうぞお楽しみに！

▶1994年7月4日に、フォートワース市で打ち上げられ、観客を感激させた長岡の大花火



国際交流／長岡・フォートワース姉妹都市提携10周年
さらに広げよう！国際交流の輪
長岡市がアメリカ合衆国・テキサス州のフォートワース市と姉妹都市提携をしたのは、昭和六十二年十一月。ここからスタートした長岡市の国際交流は、今年で十周年を迎えました。



▲フォートワースサッカーチームのメンバーが、生まれて初めて書道に挑戦しました（6月13日・市民体育館）

フォートワース市をきっかけに：
これまでに千五百二十二人がフォートワース市を訪れ、四百七十二人がフォートワース市から来訪。スポーツや文化を通して、両市は毎年五、六回の交流を重ねてきました。一方、平成七年十月にはドイツのトリアー市、バンベルク市との友好交流に合意。五月にはバンベルク市からの観光団一行が、八月にはトリアー市からバスケットボールと水泳チームの二団が訪れ、長岡でホームステイを楽しみました。両市との交流は始まったばかり。さらに活発になっていくことでしょう。
市内に在住する外国人は千二百六十七人（平成九年七月現在）。十年前の二百六十一人から、約五倍に増えていま



ともしびマーク

もっと明るく あたたかく ともしび運動の10年

昭和63年10月にスタートしたともしび運動が今年で10年目を迎えます。
ともしびの輪の広がりを、ともしび運動の柱のひとつであるボランティア活動の推進のようすから、みてみましょう。

人口十九万人の長岡市。お年寄りも若い人もいます。障害のある人もない人もいます。みんなこの長岡でともに暮らし、ともに生きる仲間です。ともしびに生きる仲間として助け合いの気持ちや幸せをわかちあう思いやりの心をみんな育て、表現できたら…。こうした願いを込めて取り組まれているのが、『ともしび運動』です。

広がるボランティア

下の表1をご覧ください。これはボランティア活動保険の加入者の推移です。加入者の増加が目まぐるしく、ボランティアの育成にあたる長岡市社会福祉協議会のボランティアセンターでは、点訳や手話などの講習会を開いてきました。

平成三年からはボランティア大学を開校。ボランティアの心構えから介護方法や音声訳、要約筆記などのボランティアに必要なさまざまな技術の基礎までを習得してもらえよう、年々内容を充実させてきています。

こうした講習を修了した人はボランティアグループに加わったり、参加者同士で新しく会を結成したりして活動をはじめていきます。一方、看護婦や保育の資格がある、運転免許がある、生け花や茶道の手ほどきができるなど、さまざまな資格や技術を生かして、個

人で活動したいという相談がしだいに多くなってきました(表2参照)。

そこで、平成四年には個人登録ボランティア制度を設けました。現在の登録者数は、四百三十人。福祉施設や保健所、健康センター、あるいは個人の家庭や行事などのさまざまな場面で、それぞれの自由になる時間にそれぞれの持つ能力を発揮して活動しています。

七月に個人ボランティア登録を済ませ、給食サービスと運転のボランティアを始めた新井千恵子さん(西宮内2)は「五年ほど看護婦をしていました。病院では看護婦と患者さんという関係でした。いまの活動では個人的にかかわれるので喜んでいきます。運転ボランティアでは、ご自宅までお送りするんですが、お茶でもどうですかとか声を掛けてくださって、友達になれたようで、とてもうれしいです。まだはじめたばかりですが、日中の空いている時間を使って続けていきたいです」と話しています。

ボランティア活動を支える

新井さんの活動は自分の気持ちを素直に表したもので、ともしびの心を感じることが出来ます。活動を通じてお互いに充実感を得ていることもうかがえます。こうした活動が増えれば増えるほど、

ある地区福祉センター(役割も一層重要になります)。

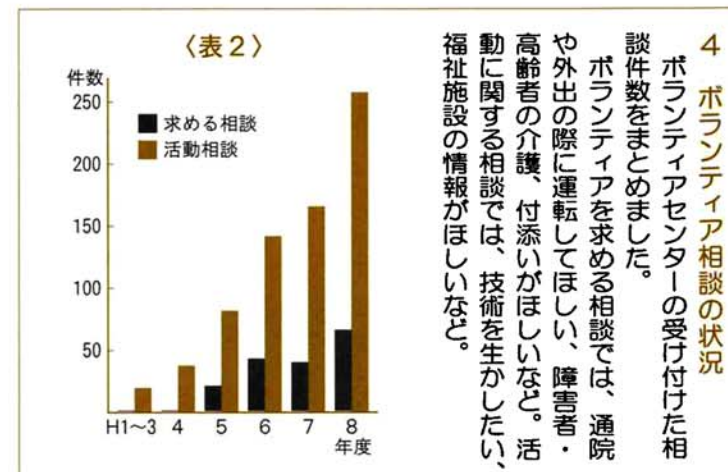
もっと明るく あたたかく

私たちはお互いに支え、支えられて暮らしています。だれにでも、だれが必要とする何かができることがあるはず。それは人によりさまざまですが、それを表現することがやさしさであり、ともしびの心ではないでしょうか。ともしび運動が始まって十年。素直に表現できる人が増えていきます。これからも、ともしびの心を育て、私たちのまち長岡を、もっと明るく、あたたかくしていきたいものです。



昨年度のボランティア体験活動のようす
四郎丸小学校で

身近な地域の中で気軽にボランティアを頼んだり、頼まれたりできるように、双方の希望を調整することが必要になります。活動の際には、お互いがよかったと思えなければ長くは続かないでしょう。ボランティアを対象にした研修の内容もさらに充実することが求められます。現在、ボランティアの需要は福祉の分野だけではなく、スポーツの分野や救急・救護活動、地域活動などのさまざまな分野に広がっています。こうしたさまざまな分野で活動できるボランティアを発掘し、その活動を支えていくには、ボランティアセンターだけでなく、地域福祉の拠点で



4 ボランティア相談の状況

ボランティアセンターの受け付けた相談件数をまとめました。ボランティアを求める相談では、通院や外出の際に運転してほしい、障害者・高齢者の介護、付添いがほしいなど、活動に関する相談では、技術を生かしたい、福祉施設の情報がほしいなど。

3 ともしび基金の運用状況

平成元年度から積み立てられたともしび基金は現在、七億六千八百万円あり。現在、その基金は児童・生徒が福祉施設を訪問する際の交通費やボランティア団体の育成、地域の給食サービスなどに充てられています。



2 ボランティア活動保険加入状況

活動中にボランティア自身がケガをした、人にケガをさせた、あるいは物を壊してしまったときなどに、その損害を保障する保険です。



これまでに17,000部を印刷。現在、改訂作業が進んでいます

1 ともしびっ子あつまれ

ともしび運動のもう一つの柱は福祉教育の推進です。長岡市は小学三年生を対象にした福祉読本「飛び出せ ともしびっ子」を全小学校に配布しています。各学校ではこれを教材に使うほか、ボランティア体験活動を授業に取り入れ、お年寄りや交流したり、福祉施設を訪問したり、動物を飼ったり、草花を育てたりしています。

すこやか・ともしびまつり'97

～ともに生きよう やさしい心と丈夫なからだ～

日時 10月4日(土)正午～午後5時、5日(日)午前10時～午後4時
会場 ハイブ長岡、リックホール、千秋が原ふるさとの森
内容 〔ふれあい広場〕太鼓演奏、猿まわし、手話教室、車いすダンスほか〔なるほど広場〕健康づくりPRコーナー、福祉サービス制度・各種相談コーナーほか〔かんばり広場〕ボランティア活動紹介・成果発表ほか〔リックホール会場〕各種表彰式・老人クラブ芸能発表など
問い合わせ 健康課☎32・5000、障害福祉課☎39・2249

ボランティア募集

会場案内、来場者の介助などのボランティアを募集します。対象は、高校生以上。打ち合わせ会を9月30日(火)午後6時30分から社会福祉センター(水道町3)で開きますので、ご参加ください。申し込みは9月19日(金)までに障害福祉課☎39・2249へどうぞ。

ともしび運動10年記念シンポジウム

日時 10月4日(土)午後2時15分～5時
会場 リックホール(シアター)
基調講演 「まちを元気に、人を元気に
～住民流福祉活動虎の巻」
講師 福祉教育研究会主宰・木原孝久さん
パネルディスカッション
テーマ ともに生きる福祉のまち「長岡」
～「ともしび運動」とともに～
コーディネーター 県身体障害者団体連合会事務局長・小林孝さん
パネラー 身体障害者相談員・加藤修一さん、ボランティアセンター指導員・源川久恵さん、福祉コミュニティ推進コーディネーター・神保みゆきさん
問い合わせ 福祉総務課☎39・2217

ふれ愛コンサート in ながおか

日時 9月23日(火)午後2時～4時
会場 ハイブ長岡2階特別会議室けやき
出演 万代太鼓(新潟市ろうあ者協会豊龍会)
元気印・うたパン(あけぼの園ビッグコーラス)
エンジョイ・手話ソング(長岡市ろうあ者福祉協会)
ちいさなバレリーナ(田沢澄子バレエスタジオ)
ウルトラライトオーケストラ(新栄学園)
問い合わせ 障害福祉課内「ふれ愛コンサート実行委員会」☎39・2249 FAX32・0160
入場整理券が必要です。市役所案内所、市民生活課サービスコーナー、長岡市厚生会館、長岡市社会福祉センター、ジャスコ長岡店内パレット長岡でどうぞ。



▲原爆ドームを背に（8月6日、広島市で）

「七十年くらいは緑は戻らないと言われた広島市は今、緑がすくく美しい都市である。唯一、原爆に耐えたアオギリの木を心の支えとして市民が力を合わせて復興してきたからだ。これからは私たちがこの平和を永久に受け継いでいかなければならない」（東中三年大野道子さんの感想文から）
今年も市内の中学生十八人が広島平和祈念式に参加しました。

非核平和を願って

児童、生徒が被害者となる事件が全国で多発し、市内でも子どもにつきまとうなどの事例が発生しています。
長岡警察署では小学校の通学路や公園などに近接する店舗や民家を子ども110番の家指定することにしました。この家は緊急の場合の避難場所、子どもが駆け込んできたら保護し、警察に通報します。
七月末には、千手小学校

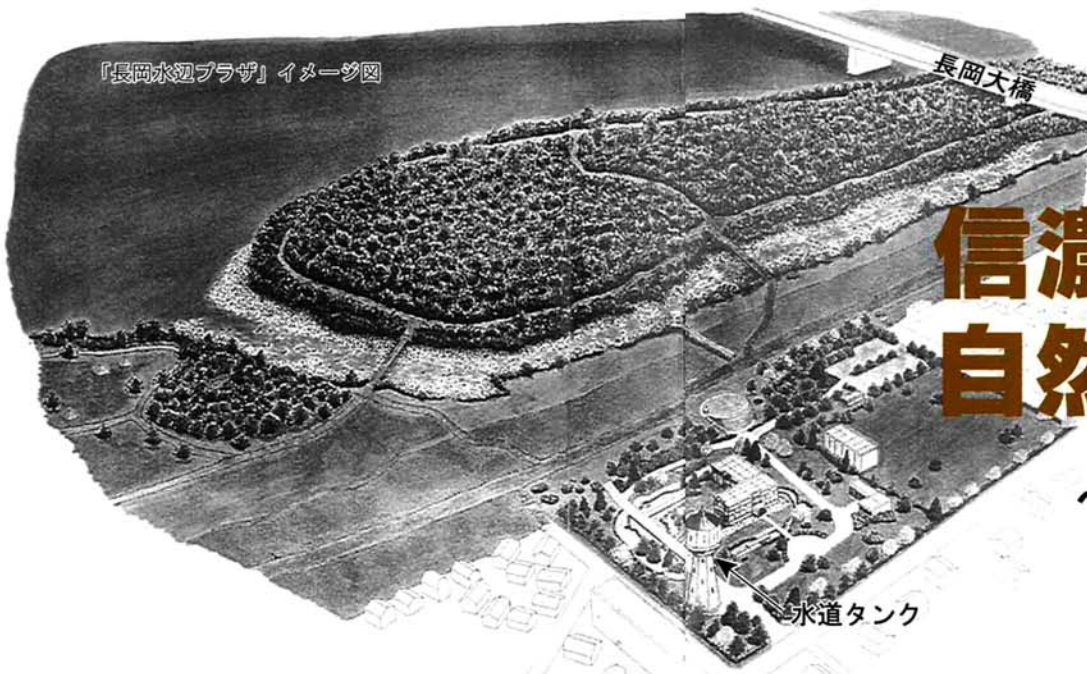


「(子どもが被害に遭う)事件が報道されているなか、協力要請を受けたときは、対応が始まったんだと思うと同時に、長岡もこうした取り組みが必要な社会になったのかと驚きました。うちの前は子どもたちがよく通りますので、お引き受けしました」田中久子さん(草生津2・こなや米穀店)

区の四十二の店舗や民家に子ども110番の家の表示板が設置されました。今後は全小学校区に設置する予定です。

PTAや地域の青少年健全育成団体等を通じて要請します。ご協力をお願いします。

子ども110番の家に協力を



信濃川の中州が自然あふれる憩いの場に

～長岡水辺プラザ(仮称)の整備へ～

旧中島浄水場と信濃川の中州の一角が整備されることになりました。これは、長岡市と建設省が信濃川に開かれた水辺空間として整備するもの。長岡水辺プラザと呼ばれ、川の恵みを感じて、自然とふれあえる場となります。

今年度中に着工し、平成十三年度におおむね整備を完了する予定です。

「水辺プラザ」は、建設省が全国的に進めている事業で、川を中心とした周辺の自然や歴史、文化を生かし、人々が自然学習や散策のできるような水辺づくりをするものです。今回、全国の四十三カ所が水辺プラザに指定され、県内では、長岡市が唯一の指定となりました。

長岡水辺プラザは、旧中島浄水場と、隣接する信濃川の中州および右岸運動公園下流の河川敷の合わせて約二十三ヘクタールの広大な面積となります。

3つの整備方針

長岡水辺プラザは、市民や自然、教育、景観などの専門分野の代表など、あわせて十三人から構成される「二十一世紀の信濃川を考える会」で、昨年度から検討されてきました。

今後の具体的な整備に当たっては、引き続き、「二十一世紀の信濃川を考える会」などの意見を参考にしていきたいと考えています。

今年度から着工

市では、今年度中に、旧中島浄水場の敷地に長岡市出身の詩人、星野慎一さんの詩「信濃川」を刻んだ歌碑を建て、併せてトイレも設置します。

オオヨシキリ、オナガやキジバトなど、野鳥の宝庫となっている信濃川中州



整備については、市が旧中島浄水場を、建設省が信濃川中州をそれぞれ担当し、次の三つの基本的な考えで進めていきます。

①歴史ある建物を有効に

古くから市民に親しまれている旧中島浄水場の水道タンクとポンプ棟は、大正時代に建てられた歴史ある建物です。これらの建物を引き続き保存し、水道の歴史や信濃川のよさなど水に関するものを展示し、情報を発信する施設と

建設省では、長生橋から下流に向けて進めている緩傾斜堤防整備を、さらに下流へ延ばします。

今後も、市と建設省とで連携しあい、平成十三年度までに整備を完了したいと考えています。

長岡水辺プラザについての問い合わせは、公園緑地課 ☎39・2230へお気軽にどうぞ。

②自然を生かして整備

整備される中州は、信濃川右岸の長岡大橋下に位置しています。長さは約七百メートル、幅約百七十メートル、周囲約千六百メートルで、面積約十二ヘクタールになります。草木が生い茂り、現在もほとんど人の手が入っていません。この信濃川の恵まれた自然を生かし、豊かな自然を体験できるように、中州と堤防とを橋で結んで、遊歩道を整備します。併せてベンチも設置します。

③堤防には芝生を

信濃川の豊かな自然や雄大な流れを身近に感じてもらえるように、緩傾斜堤防を整備します。また、芝生を植えて、川の流れを見ながら休むことができるように整備します。

三三三

「長生橋と長岡東西道路の未来展」が開かれる

長岡市の東西を結んでいる長生橋。生活や産業など、市民にとってはなくてはならない重要な橋です。長生橋は、昭和十二年十月十二日に木橋から現在の鉄橋に架け換えられて、今年でちょうど六十年です。

この長生橋の上流に長岡の東西を結ぶ重要な幹線として、東西道路が計画されており、早期着工が待たれています。

この二つの橋にちなんで、七月三十一日から五日間にわたり、「長生橋と長岡東西道路の未来展」が長岡商工会議所で開かれました。

会場には、長生橋が木橋だったころの写真や、橋を渡るときに必要なだった通行手形などを展示。また、長岡東西道路の完成の願いを込めた絵画なども展示されました。



会場は、連日多くの市民で賑わいました

三三三 ニュース 待合所が完成

長岡市は、バス利用を促進するために、今年度から町内会等がバス待合所を設置する際、補助することにしました。写真の待合所は、巻島町内会がこの制度を最初に活用して整備したものです。落ち着いた和風建築で、地域の人たちに親しまれています。

あなたの町内にもこんなおしやれな待合所があるといいです。



▲隣接するお寺の景観に合わせて、長岡造形大学の学生がデザインしました

ね。お問い合わせは都市拠点整備課 ☎39・2226へどうぞ。



第一下水処理場

下水道の普及により年々、発生量の増える消化ガスを長岡市は都市ガスの原料として北陸ガス㈱に供給することにしました。

1000世帯分の都市ガスに

消化ガスとは下水の汚泥処理の際に微生物の働きで発生するガスで、成分のおよそ三分の二は都市ガスの主成分です。

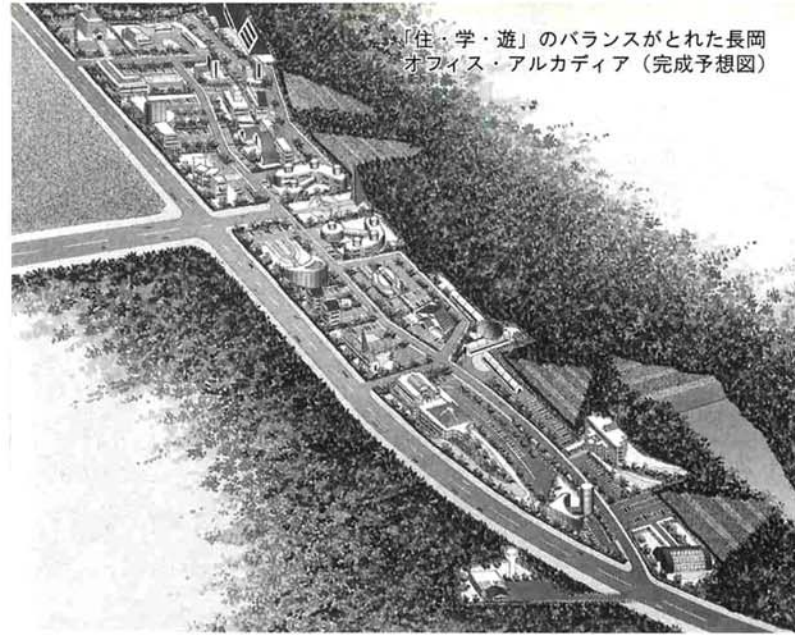
エコシティ長岡が前進 下水処理場の汚泥 都市ガスに

あるメタンガス。残り三分の一が炭酸ガスなどの不純物です。この不純物を取り除けば都市ガスの原料に生まれ変わります。

第一下水処理場での平成八年度の発生量は年間、百五十万立方メートル。半分は処理場でボイラーの燃料として利用。残りは焼却処分してしましました。この分を都市ガスにすれば、およそ一千世帯分の量に相当します。

供給は十一年から

長岡市では来年度中に供給用の施設を整備し、十一年四月から供給を開始する予定です。下水処理施設から発生する消化ガスを精製してガス会社へ供給するのは、全国でも初めてのことになります。



「住・学・遊」のバランスがとれた長岡オフィス・アルカディア（完成予想図）

長岡オフィス・アルカディア 分譲を始めます

長岡市と地域振興整備公団が整備してきた「長岡業務拠点地区（長岡オフィス・アルカディア）」の分譲が始まります。

オフィス・アルカディアとは

東京を中心とする首都圏に

は、事務所・研究所などの産業業務施設が多く集まっています。この首都圏への一極集中の是正を図り、これらの施設を地方都市に分散させるための受け皿の地区をオフィス・アルカディアといいます。現在、国では、長岡市をはじめ、全国の二十七地区をオフィス・アルカディアに指定しています。

恵まれたオフィス環境

長岡オフィス・アルカディアは、緑豊かな市の西部丘陵地の一角に位置します。この地区は、長岡ニュータウン、長岡技術科学大学と来年夏に一部オープンする予定の国営越後丘陵公園に隣接しているなど、「住・学・遊」の機能がそろっています。こうした恵まれた環境を生かし、ゆとりと豊かさに満ちた、魅力あるビジネス地での実現を図ろう

というものです。

今年度は八区画を分譲

全二十四区画（約十一ヘクタール）を、平成十一年度までの三カ年にわたって分譲する予定で、今年度はそのうちの八区画を分譲します。

一区画当たりの面積は三千平方メートルから七千五百平方メートル、価格は一平方メートル当たり三万〜三万三千円程度を予定しています。

研究開発型企業を誘致

長岡オフィス・アルカディアの周辺には、長岡技術科学大学、長岡造形大学、通信濃川テクノポリス開発機構や㈱レーザー応用工学センターといった研究支援機関がそろっています。これらの機関と連携し、協力しあって技術開発が見込まれる、設計・デザイン・情報通信関連等を中心とした

分譲予定地は、長岡ニュータウンに隣接する高台に位置しています



事務所、研究所などの誘致をめざしています。

地場産業の高度化などに期待

長岡オフィス・アルカディアは、地域の産業業務機能の拠点として、新たな技術の集積が見込まれます。また、市内企業との人材や技術の交流を通じて、地場産業の高度化や高付加価値化などが期待されます。

長岡市消防団 ポンプ操法競技会で優勝

新潟県消防大会ポンプ操法競技会が八月十日に岩室村で開かれ、長岡市消防団・第十六分団（大島地区）が小型ポンプ操法の部に参加、見事優勝しました。第十六分団は、平成七年に続いて二度目の優勝。来年十月に横浜市で開催される全国大会への出場権を得ました。

「五月十日から早朝五時から訓練を始めました。選手は補充を含め六人。比較的経験の浅い団員が中心です。訓練は小型ポンプの操作技術の習得が目標で、同じことの反復練習です。分団のみんなの協力、励ましがあって毎朝の訓練を継続できました。」

分団長をはじめ、みんなが盛り上げてくれると思いますので、県大会と同様、来年の全国大会にもベストの状態を臨みたい」（指揮者を務めた相垣進さん）

長岡市消防団員は現在、千三百九十八人。団員はみな職業を持ち、ボランティアとして日ごろからポンプ操法や応急手当など、さまざまな訓練に従事。



8月10日 岩室村で

地球にやさしい生活展

～実践しよう 省エネ・リサイクル～

環境業務課 ☎24・2837

問い合わせ 環境対策課 ☎24・0528

消費生活センター ☎32・0022

日時 10月4日(土)、5日(日)午前10時～午後5時
(5日は午後4時まで)

会場 厚生会館

主な内容

○環境学習コーナー（草木や空き缶などを使ったおもちゃの製作など）○清掃ポスター展○粗大ごみリサイクルコーナー○アルミリサイクルキャラバン（アルミのリサイクル製品を実物とパネルで展示）○リサイクルパネルコーナー（古紙、空き缶、空き瓶等のリサイクルの紹介）○生ゴミ処理コーナー（生ゴミ処理器、EM菌処理法を紹介）○贈答品交換即売会○フリーマーケット○生活設計コーナー（貯蓄・生活設計にアドバイス）○水道コーナー（パッキンの取り換え講習、きき水など）○下水道コーナー○手づくり・実演体験コーナー（紙パックやペットボトルを使ったおもちゃづくりなど）○ラリークイズ○空き缶プレスカーの実演

子ども向け環境映画の上映（無料）

内容と時間 「モスラ」…10月4日午後1時30分、10月5日午前10時、午後1時30分、「それいけアンパンマン ぼくらはヒーロー」…10月4日午後3時15分、10月5日午前11時45分、午後3時15分

会場には駐車場がありません。循環バス等の路線バスをご利用ください。



寄贈された電気自動車 期間中展示します

電気自動車の展示

展示される車は、8月8日に新潟県環境衛生中央研究所（新産2）から寄贈されたもの。市では地下水の観測施設の巡回、地下水の水質調査、高速道路の騒音測定などに使用します。

環境保全講演会（無料）

日時 10月9日(木)午後6時30分から
テーマ 「美しい地球・美しい日本～私たちにできること」
講師 エッセイスト・ジャーナリスト 見城美枝子さん
会場 NCホール
定員 400人（多数の場合は抽選）
申し込み 9月26日(金)までに往復はがきで住信の裏に「環境保全講演会参加希望」・住所・氏名を、返信の表に郵便番号・住所・氏名を記入し、〒940 寿3の6の1環境衛生センター内環境対策課へ。はがき1枚につき1人。



見城美枝子さん

お知らせ

市役所 〒940 幸町2の1の1 ☎35・1122

●特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。



人口と世帯数 住民基本台帳登録数9.8.1(前月比)

190,241人 (+71)	93,596人 (+5)	96,645人 (+66)	62,585世帯 (+59)
----------------	--------------	---------------	----------------

財長岡市体育協会

(南部体育館) ☎39・3600

●市民体育祭卓球大会
日時 10月19日(日)午前9時から
会場 市民体育館 種目 男子・女子シングルス・ダブルス・混合ダブルス・対戦 クラスと対象 A: 上級者、B: 中級者、C: 初級者、D: 中学生以下、E: 小学生混合 参加料 一般700円、高校生500円、中学生以下350円 申し込み 参加料を添えて10月2日(木)まで

希望が丘テニス場	北部体育館	会場	種目	時間	指導料
テニス	バドミントン	卓球			
毎週月曜日 19:00~21:00	毎週火曜日 19:00~21:00 ※バドミントンは9/16から				
60分 1,000円	30分 100円				

●初心者アーチエリー教室
日時 10月8日、29日の毎週水曜日(計4回)午後7時30分~9時30分 会場 南部体育館グリーンプラザ 対象 18歳以上(高校生を除く) 定員 20人 参加料 2,500円(初回に) 持ち物 内ばき、

●市民体育祭弓道大会
日時 10月12日(日)午前10時から
会場 市民体育館弓道場
種目 12射(立射、的中制) 個人戦のみ 参加料 一般・大学生3000円、高校生2000円 申し込み 10月6日(月)までに弓道連盟・武植弘之さん ☎32・8523へ

●専門コーチのレッスンを受けてませんか

●市民体育祭卓球大会
日時 10月12日(日)午前10時から
会場 市民体育館弓道場
種目 12射(立射、的中制) 個人戦のみ 参加料 一般・大学生3000円、高校生2000円 申し込み 10月6日(月)までに弓道連盟・武植弘之さん ☎32・8523へ

●市民体育祭卓球大会
日時 10月12日(日)午前10時から
会場 市民体育館弓道場
種目 12射(立射、的中制) 個人戦のみ 参加料 一般・大学生3000円、高校生2000円 申し込み 10月6日(月)までに弓道連盟・武植弘之さん ☎32・8523へ

厚生会館スポーツクラブ追加募集

クラブ名	若返りクラブ	青年スポーツクラブ	婦人スポーツクラブ	市民スポーツクラブ
対象	おおむね55歳以上の男女	青年男女	女性	成年男女
定員	20人			
期間	9月~来年3月末の毎週水曜日	9月~来年3月末の毎週木曜日		
時間	13:30~15:15	19:00~21:00	10:00~12:00	18:30~20:30
内容	基礎体力づくりと仲間づくり			
	・ストレッチング ・ソフトバレーボール、ミニテニス、卓球など各種スポーツゲーム	・軽スポーツ ・バレーボール、バドミントン、ソフトバレーボール、卓球など	・各種スポーツゲーム、ニュースポーツ、レクリエーションを取り入れたボールゲームなど ・インディアカ、バドミントン、卓球	・軽スポーツ ・バレーボール、バドミントン、卓球、ソフトバレーボールなど
参加料	6,300円			
申し込み	9月10日(木)から電話で市民体育館 ☎34・2700			
初回に用意するもの	・参加料 顔写真(縦5cm×横4cm) ・連絡用封筒10枚(自分の住所、氏名を記入し80円切手をはったもの)			

▼青年スポーツクラブで(8月20日)



日時 長岡高校コース 9月11日~11月27日までの毎週木曜日 時間 午後7時30分~9時30分 対象 高校生以上 定員 各50人 参加料 3,000円(初回に) 申し込み 直接会場

催し



心るさと体験農業センター

☎34・5360

●農業ふれあいまつり

収穫の喜びを家族みんなで味わいませんか。
日時 9月28日(日)午前10時~午後4時(雨天決行) 場所 ふるさと体験農業センター、市営牧場、ファミリランドポニー広場、自然観察林、長岡林木育種園 内容 稲刈り、いもほり、牛の乳しぼり、もちつき大会、農産物の販売、親子木工教室、しいたけのコマ打ちと植林体験、ゲーム しいたけのコマ打ちと植林体験は、申し込みが必要です(定員20人、参加料1,000円、9月19日(金)までに農林整備課 ☎39・2224へどうぞ)



●手作りの「ソーセイ」加工

日時 9月24日(木)・25日(金) 午前10時~午後3時30分 持ち物 スープを入れる1.5リットル程度のボトル、昼食 参加料 1,000円 定員 20人 申し込み 9月10日(木)

外ばき、運動のできる服装

●初心者シニアゴルフ教室

期日 9月28日~10月26日の毎週日曜日(計4回) コースと時間 Aコース(体験コース) 午前9時30分~10時50分、Bコース(技術上達コース) 午前11時~午後0時20分 会場 長岡南ゴルフガーデン コーチ 田代敏明さん(長岡南ゴルフガーデン所属インストラクター) 対象 Aコース: 小学3~6年、Bコース: 小学4年~中学3年 定員 各10人 参加料 各3,000円(初回に) 持ち物 運動のできる服装、ゴルフグローブ(クラブ、ボールは用意します)

●勤労青少年ホーム

☎32・4429

ホーム利用対象者は、おおむね30歳以下の人です。
●エアロビクス教室
日時 9月18日~11月20日の毎週木曜日(計10回) 午後7時~8時30分 会場 勤労青少年ホーム体育室 定員 30人 参加料 1,000円 持ち物 内ばき、大きめのタオル 運動のできる服装 申し込み 9月10日(木)から

●テニスクラブ参加者募集

初心者、女性大歓迎です。 随時受け付けています。
日時 毎週月・水曜日 午後7時~9時

●下水道管理課 ☎39・2235

9月10日は全国下水道促進デーです。清潔で快適な暮らしを支え、川や海の自然環境を守る大切な施設「下水道」を見学しませんか。直接会場へどうぞ。
期日 9月8日(月)~19日(土) 日・祝日を除く 時間 午前10時~午後1時、3時の3回 会場 第一下水処理場(寿3) ☎24・1646、長岡浄化センター(上柳町) ☎28・2001 下水の利用案内

●青少年文化センター

☎34・1305

●秋の名月と星空を見る会

日時 9月17日(木)・18日(金) 最初に晴れた日の午後7時~8時30分

●星空を見る会

日時 10月1日(木)・2日(木)

時 9時 会場 東山テニスコート、希望が丘テニスコート
障害福祉課 ☎39・2249 FAX 32・0160

●広げよう、ふれ愛の輪!

日時 10月8日~29日の毎週水曜日(計4回) 午後7時~9時 会場 南部体育館 対象 身体障害者およびボランティア 指導 長岡市テニス協会 持ち物 テニスラケット、シューズ 参加料 無し 申し込み 9月30日(火)まで

●サンライフ長岡

☎36・7200

●トリーニング教室第2期

期間 10月7日~11月26日の毎週水曜日(計8回)、ただし初回のみ火曜日 コースと時間 ①サンライフ: 午後6時30分~8時、サンライフ女性: 午後10時~11時30分 定員 各コース25人 参加料 1,000円(初回に) 申し込み 9月10日(木)~17日(木)

●学校開放

中島小コース 9月8日~12日15日の祝日を除く 毎週月曜

●楽しい教室(後期) 会費募集

日時 10月~2月の土曜日の午後または日曜日の午前 定員 各20人(焼物は15人) 申し込み 9月14日(日)~21日(日)に会費を添えて直接青少年文化センターへ

教室名	対象	会費
絵と工作	小 1	
絵とデザイン	小2・3	
焼物	小3以上	1,000円
書道	小4以上	
理科工作	小3以上	2,000円
星空	小3以上	1,000円
模型工作		2,000円
電子工作	小5以上	1,000円 材料費別

●消費生活センター

☎32・0022

●10月の一日教室

塗装で住まいをきれいにしてみませんか。
日時 9月26日(金) 午後1時30分~3時 会場 厚生会館第1小ホール 内容 だれにでもできる! ホームペインティング 講師 日本塗料協会 定員 20人 持ち物 ぞうきん、エプロン、軍手、汚れてもよい服装

情報

●婦人水泳教室

日時 10月1日~29日の毎週水曜日(計5回) 正午~午後1時20分 会場 青少年文化センター 参加料 4,000円 定員 30人 申し込み 9月30日(火)までにはがきに住所、氏名、年齢、電話番号、生年月日を記入のうえ、〒940 御山町117の13 青柳節子さん ☎35・2477へ

●悠久スイミングクラブ会費募集

日時 10月12日~12月21日の毎週日曜日 午後1時~3時30分 会場 青少年文化センター 対象 小学1~3年生 定員 70人 参加料 3ヶ月で5,000円 申し込み 10月4日(出正午)から青少年文化センターで(多数の場合午後0時15分からの抽選) 問い合わせ 長岡市水泳協会事務局(スポーツ吉岡内) ☎33・3442

●秋季市民登山

日時 10月4日(土)~5日(日) 行き先 津南~小松原温泉 対象 高校生以上 参加料 1,350円 申し込み 9月26日(金)までに参加料を添えて市民体育館または南部体育館へ 準備会 10月1日(木)午後6時30分から厚生会館中ホールで

●市民テニス教室(硬式)

日時 10月3日(火)~7日(土) 14日(火)~17日(金) 21日(火)の午後7時~9時 会場 希望が丘テニス場 定員 40人 参加料 4,000円 申し込み 9月26日(金)午後7時~7時30分に参加料を添えて希望が丘テニス場クラブハウスへ(多数の場合抽選) 問い合わせ 長岡市テニス協会 ☎32・4507

●東山連綿健走大会

期日 10月10日(例) 小雨決行、中止の

●長岡地区婦人バドミントン大会

日時 9月21日(日) 午前8時30分から 会場 南部体育館 種目 ダブルス(S級、A級、B級、C級)、予選リーグ・決勝トーナメント方式による個人戦 参加料 1組1,500円 申し込み 9月10日(木)までに佐藤清子さん ☎33・4967へ

●秋季市民バドミントン大会

日時 10月12日(日) 午前8時30分から 会場 市民体育館 種目 シングルス(小: 中高校生、一般、ダブルス(少年、青年、成年、壮年)、男女学生) シングルス: 1人300円、ダブルス: 1組1,400円 申し込み 9月25日(木)までに南森医科器械店 ☎33・1853へ

●ハーブ栽培講習会(無料)

日時 9月21日(日) 午前10時30分から 会場 申し込み 古志の里ファーム(下条町) ☎22・1547

●技大祭のフリーマーケット

期日 9月27日(土)~28日(日) (雨天中止) 技大祭は9月26日(土)から 問い合わせ 長岡技術科学大学学生課 ☎47・9252

INFORMATION

特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。

公園緑地課 ☎39・2230

●花と緑の教室

テーマ「秋植え球根の植え方」
育て方 日時 9月27日(出)午
前10時〜正午 会場 2階ハイブ
長岡2階会議室 講師 小林
正夫さん(市政だより「園芸教
室」担当 定員 40人 参加
料 1,000円 申し込み 9
月24日(休)まで

都市計画課 ☎39・2225
FAX 39・2270

●タウンウォッチング

市内の公共建築物をバスで
まわり、色彩デザインのポイ
ントを観察します。
日時 10月3日(出)午前9時〜
11時50分 コース 市役所中

国営越後丘陵公園平成の森づくり

平成10年夏に一部開園を目指している、国営越後丘陵公園で記念植樹を行います。平成の森づくりにあなたも参加しませんか。

日時 10月10日(祝)午前10時30分〜午後3時(小雨決行)

集合 国営越後丘陵公園(図参照)
対象 平成生まれの子どもがいる世帯(昨年までの参加世帯も可)

募集世帯 500世帯(先着順)



持ち物 移植ごて(小雨時は長靴、雨具)
申し込み 9月20日(出)までに往復はがきの往信の裏に「記念植樹」参加希望、住所、電話番号、代表者の氏名、子どもの氏名(ふりがな)、生年月日、参加人数を記入して千940幸町2の1の1市役所公園緑地課 ☎39・2230へ

ながおか女性セミナー 公開講座(無料)

ストレスの多い現代に生きる、私たちの心とからだを元気にします。講座終了後、希望者にイメージトレーニングの実技指導を予定しています。動きやすい服装でどうぞ。
日時=9月27日(出)午後1時30分〜3時
演題=「×がおおきな〇になる」〜自分をもっと好きになる心とからだの話〜



▲田中美津さん

講師=鍼灸師、イメージトレーナー、インストラクター・田中美津さん
会場=中央公民館大ホール
定員=130人

●ながおか市民大学「エッセイ」長岡を考える」講座受講生募集
期日 9月26日、10月3日、17日、24日、11月7日、14日、21日の金曜日、午後7時〜8時30分(計7回) 会場 中央図書館講堂 定員 100人 受講料 3,000円 申し込み 9月16日(休)まで

●版画入門教室
日時 10月8日〜11月26日の毎週水曜日、午後7時〜9時(計8回) 会場 中央公民館工作室 内容 版画製作の基礎 定員 20人 参加料 15,000円程度(材料費含む) 申し込み 9月26日(休)まで

●高齢者趣味の教室 芸能発表会(無料)
教室参加者の練習の成果を発表します。
日時 9月28日(出)午後1時から 会場 厚生会館大ホール 内容 民謡、詩吟、謡、フォークダンス、大正琴、合唱ほか

★ 勤労青少年ホームへどうぞ ☎32・4429 ★

勤労青少年ホームでは、スポーツやレクリエーションなど次のような活動を行っています。教養を深めるため、趣味のため、仲間づくりに、あなたも参加してみませんか。お気軽に

軽に勤労青少年ホームへおいでください。利用対象者は、市内に居住または勤務するおおよそ30歳以下の人、開館時間は午前10時〜午後9時(日曜日は午後5時まで)です。

■楽しい教養講座

期間=10月〜3月 時間=午後6時〜8時(料理のみ6時30分〜8時30分) 教材費=花道17,000円、料理14,000円、茶道、ペン・毛筆8,000円 申し込み=9月8日(出)午前9時から(教材費、利用者協議会費400円を持参)

講座	定員	コースと内容
茶道	各15人	宗福流 火曜日(初・中級1コース) 月・水曜日(初級2コース) 煎茶(小川流) 木曜日(1コース)
		茶の湯の道具からお点前、招かれたときの心得を学びます。
料理	各24人	月・火・水・木曜日(4コース) 包丁さばきから、材料の生かし方などを学びます。
花道	各40人	草月流 月・木曜日(2コース) 池坊 火・金曜日(2コース) 成月流 水曜日(1コース)
		いけ花の基本、素材の生かし方、季節感と飾付けの調和を学びます。
毛筆	35人	火曜日(1コース) 手軽にできるペン・毛筆講座です。筆さばきを学びます。

■楽しいクラブ

初心者大歓迎です。いつでも入部を受け付けています。



▲男性も大歓迎です(8月19日の料理講座で試食中の受講生のみなさん)

曜日	クラブ
月	社交ダンス美術
火	空手バドミントン
水	社交ダンス
木	空手美術
金	卓球茶道
土	卓球バレーボール
随時	テニスバスケッボール

■やさしい英会話教室

初歩的な英会話を学びませんか。初心者大歓迎します。
日時=9月19日〜11月28日の毎週金曜日(計10回)午後6時30分〜8時 定員=30人 参加料=1,000円 講師=ティモシー・マイケル・フィニーさん(アメリカ) 申し込み=9月12日(休)から

財長岡市芸術文化振興財団ガイド 問い合わせ ☎29・7711

〈長岡市立劇場〉
NHK交響楽団演奏会
日時 10月7日(出)午後6時30分から
入場料(前売) S席5,500円、A席4,000円、B席3,000円、学生2,000円

シンフォニックドラマ「良寛」
日時 10月17日(出)午後6時30分から
入場料(前売) 自由席大人2,500円、中学生以下1,000円、親子券3,000円



▲安田雅弘演劇ワークショップ(8月17日・長岡リリックホール第1スタジオで)
リリックホールではコンサートホール、シアターのほかスタジオを貸出しています。ぜひ、ご利用ください。

●ふるさとへの歴史講座 近代長岡の礎を築いた人々
日時 9月25日(出)〜10月23日(出)午後7時〜8時30分(計6回、10月12日(出)は館外学習で午後10時〜12時)
中央公民館 ☎32・0437

23	16	12	9	10/2	9/25	期日
初長岡市長 木村清三郎	工業立市を自覚して 大橋佐平	気管のある企業家 博文館設立 大橋佐平	近代の業績を訪ねて 館外学習	野本恭八郎	互尊独尊を唱えた 岸 宇吉	講師(敬称略)
金垣孝二	古田島吉輝	吉澤俊夫	稲川明雄	吉澤俊夫	土田隆夫	講師(敬称略)

●煎茶道(小川流)講座
日時 9月24日〜11月12日の毎週水曜日、午後1時30分〜3時30分(雨天決行) 集合 中央公民館401教室 内容 科学博物館、馬高遺跡、藤橋遺跡ほか 定員 45人 参加料 1,500円(当日に持ち物)筆記用具、昼食、雨具、歩きやすい服装 申し込み 9月19日(休)まで

●ふるさとめぐり 長岡の遺跡を訪ねて
日時 9月24日(出)午前10時30分〜午後3時30分(雨天決行) 集合 中央公民館401教室 内容 科学博物館、馬高遺跡、藤橋遺跡ほか(多数の場合抽選) 参加料 無料 申し込み 10月10日(出)までに往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、千950新潟市学校通り2興和ビル内土木学会新潟会 ☎025・233・1221へ

「おとことおんな 生き生きとかつこよく!!」〜…らしきからの解放〜 ヒューマンズ・フォーラム・イン長岡'97

これまでの「女性からの視点」を「男性からの視点」に変えて、お互いの気持ちや考えを知ることから、よりよい女性と男性の関係づくりを考えます。入場は無料です。どうぞお気軽にご参加ください。

10月18日(出)18:00〜20:30 記念講演「女と男の 男性学入門」
会場=長岡グランドホテル着柴の間 講師=大阪大学教授・伊藤公雄さん

19日(出)10:00〜15:30
会場=厚生会館
・女性団体などの活動紹介コーナー
・手作り品バザール
・トーク&トーク(午前のみ) 伊藤公雄さんと『男のサロン』のメンバーを交えて、みんなでワイワイ語り合ひましょう。

・ワークショップ「メディアと女性」(午後のみ) 『ウイメンズ・スタディーズ・ネットワーク』による、メディアがつくり出すジェンダー(文化的・社会的につくられた性別)を考えましょう。

19日(出)・20日(出)10:00〜15:30
会場=厚生会館
・女性のくらし写真展
-写真で見ると、むかしパート2-

記念講演(手話、要約筆記、一時保育あり)およびトーク&トークの参加希望の方は、10月15日(休)までに下記へ申し込んでください。
申し込み ヒューマンズ・フォーラム・イン長岡'97実行委員会(女性政策室内) ☎39・2204、FAX39・2278



▲伊藤公雄さん



▲ヒューマンズ・フォーラム・イン長岡'97

●青年男女の共同参画セミナー「生き方とセクシュアリティとセックス」
日時 9月20日(出)〜11月1日(出)計5回(午後1時〜4時) 会場 長岡短期大学ほか 対象 10代後半からの青年男女 講師 鍼灸師・田中美津さん、作家 松本侑子さん 定員 50人 申し込み 長岡短期大学生涯学習センター内若者とジェンダーを考える会事務局 ☎39・1903

●長岡短期大学公開講座
(パソコン) 日時 10月1日〜22日までの毎週水曜日、水曜日(計7回)午後6時30分〜8時30分 会場 長岡短期大学コンピュータ室 講師 長岡短期大学専任講師 堀江康正さん、吉川宏之さん 定員 30人 受講料 6,000円(初回に)

●マルチメディアセミナー(無料)
日時 10月9日(出)午前10時〜午後4時 会場 教育センター 内容 1. インターネット体験、富山大学講師・黒田卓さんの講演など 申し込み 10月3日(出)までに教育センター内長岡地域視聴覚ライブラリー協議会 ☎33・2022へ

●語り尽くし越後の昔ばなし
日時 9月21日(出)午後2時から 会場 アトリウム長岡(弓町1) 入場料 大人1,000円、小学生以下500円 問い合わせ 長岡市民劇場内警女唄ネットワーク事務局 ☎35・9538

●演劇「再会」上演
日時 9月19日(出)午後1時30分〜3時30分 会場 長岡リリックホール 入場料(前売) 全席自由 ①3,000円 ②3,500円 問い合わせ 再会実行委員会事務局・鷲尾さん ☎32・6635

●新潟みなとトンネル見学会
日時 10月25日(出)午前9時〜午後4時 集合 午前8時45分に長岡駅東口ニューオータニ長岡前(越後交通駐車場) 定員 小学4年〜中学3年とその親20組40人(多数の場合抽選) 参加料 無料 申し込み 10月10日(出)までに往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、千950新潟市学校通り2興和ビル内土木学会新潟会 ☎025・233・1221へ

情報

●青少年健全育成 「米百俵基金」の助成先募集
受付期間 10月31日(休)まで 問い合わせ 財長岡青年会議所 ☎34・0006

「まなび」の環 わたし発 新潟発 まなびピア新潟'97

長岡会場の催しをご案内します。みなさん、ふるってご参加ください。なお、8月号でご案内した長岡市民音楽祭、ボランティア活動とまちづくりシンポジウムの入場者も募集しています。ぜひ、お申し込みください。



お申し込み・お問い合わせ 〒940 幸町2の1の1 第9回全国生涯学習フェスティバル長岡市推進協議会事務局(生涯学習課内) ☎39・2240、FAX39・2280へ

●開会式・記念講演会

日時=10月9日(木)午後4時~6時
会場=長岡リリックホール・コンサートホール
内容=開会式…開会宣言、悠久太鼓演奏
講演会…「マイクの裏の人間模様」NHKアナウンサー・広瀬久美子さん



▲広瀬久美子さん

申し込み=9月25日(木)必着で、往復はがきに「開会式・記念講演会希望」、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、お申し込みください。はがき1枚につき1人(申し込み多数の場合は抽選)。

●ジャズコンサート

一長岡JAZZ SHOWER WAVE
日時=10月9日(木)午後6時30分~8時30分
会場=長岡リリックホール・シアター
出演者=渡辺香津美&辛島文雄トリオ、ブルーノートジャズオーケストラ、深田栄広ピアノリオ、山本ひとしカルテット

申し込み=9月25日(木)必着で、往復はがきに「ジャズコンサート希望」、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、お申し込みください。はがき1枚につき2人まで(申し込み多数の場合は抽選)。

●新潟県伝統民俗芸能発表大会

日時=10月12日(日)午後1時~3時30分
会場=長岡リリックホール・シアター

上演目録=「扇子稚児、弓稚児、諸葉」(長岡市・川袋町太々御神楽保存会)、「北荷碩神楽舞」(栃尾市)ほか
入場整理券が必要です。券は9月8日(月)から生涯学習課で配付します(先着450人で締め切り)。

●長岡マナビランド(つどい・ふれあい・まなびあう体験教室)

日時=10月11日(土)午後1時~5時、12日(日)午前10時~午後5時
会場=ハイブ長岡大展示ホールほか
展示、発表、体験、交流などのさまざまな場で、小さな子どもからお年寄りまで参加して楽しめます。当日会場へ、お気軽においでください。

★あなたもマナビランドに参加しませんか★

■青空チャリティーマーケット出店者募集(無料)

手作り作品のフリーマーケットに出店しませんか。売り上げ金は全額チャリティーとして社会福祉団体に一括寄付します。
日時=10月11日(土)午後1時~5時、12日(日)午前10時~午後5時
会場=コミュニティ広場(ハイブ長岡隣) 出店数=1日30組
申し込み=9月20日(土)必着で、住所・氏名・年齢・作品の種類・参加人数・電話番号・出店希望日を記入のうえ、はがきまたはファクスで

■語らいの広場のキーパーソン(発表者)と参加者募集

日ごろの「まなび」の成果や「自分の世界」を発表しあいませんか。テーブルを囲んでのキーパーソンの語らいと、一般の参加者が加わった自由な発表や意見交換をします。年齢、性別、自薦・他薦は問いません。
日時=10月11日(土)午後1時~3時、12日(日)午前10時30分~午後0時30分、キーパーソンは11日のみ募集、12日のテーマは「男らしさ、女らしさ」について
申し込み=9月20日(土)必着で、住所・氏名・年齢・電話番号・発表内容(キーパーソンの場合)・参加希望日(一般参加者の場合)を記入のうえ、はがきまたはファクスで

■活動内容などを掲示する団体・サークルの募集

みなさんの活動をアピールしませんか。教養、文化、趣味、生活などの学習や活動を行っている団体・サークルの活動を掲示します。
申し込み=9月16日(火)必着で、「団体・サークル掲示希望」、団体名、代表者名、住所、電話番号を記入のうえ、はがきまたはファクスで(後日、所定の用紙を送付します)

■写真の撮り方コーナー参加者募集

秋晴れの空の下、すてきな写真を撮ってみませんか。自分のカメラを持って、挑戦してください。長岡市美術協会の講師によるテクニック指導です。初心者も大歓迎。
日時=10月12日(日)午後1時~3時
申し込み=9月25日(木)必着で「カメラの撮り方コーナー希望」、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、はがきまたはファクスで

■ボランティア募集(高校生以上)

マナビランドの各コーナーの補助をしたり、会場内の整理を手伝ったりしてみませんか(1日ボランティアをしてくれる人には昼食を用意します)。
日時=10月11日(土)午前10時~午後6時、12日(日)午前9時~午後7時
申し込み=9月16日(火)までに可能な日時などを電話で



▲縄ない(まなびピア新潟'96で)

19(日)	18(土)	10/17(金)	期日
中之島町・長岡市コース	川口町・小千谷市コース	見附市・栃尾市コース	山古志村・長岡コース
「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「えのき豆収穫」と「ちぢみ・錦鯉」	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「蘭牛」・「錦鯉」・「酒蔵」
「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「良寛・天領の里」	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「小国町・越路町コース」
「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「和島村・与板町コース」	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)
「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「良寛」(「道江兼統」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)
「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「良寛」(「道江兼統」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)
「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「良寛」(「道江兼統」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)
「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「良寛」(「道江兼統」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)
「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「良寛」(「道江兼統」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)
「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「良寛」(「道江兼統」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)	「紙の芸術」(「長岡歴史の旅」)

29日(月)必着で、はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、希望コース、バスの乗降場所(長岡駅東口か市立劇場)を記入し郵送で(多数の場合抽選)

送付先 〒940 幸町2の1の1 幸町分室内長岡地域広域行政組合

■講演会「電子社会とポストモダン暗黒」(無料) 日時=10月4日(土)午後1時30分~3時 会場=長岡技術科学大学マルチメディアアシストセンター 講師=中央大学教授 辻井重男さん 問い合わせ=長岡技術科学大学電気系・島田さん ☎47 955118

■県民芸術祭・諸流いけばな展 日時=9月11日(木)~16日(火)午前10時~午後6時 会場=長岡商工会議所 大和長岡店 入場料 ¥500円 問い合わせ=齊藤さん ☎32・3110

■大手高校付属幼稚園からのご案内 ①公開保育(全クラス) 日時=9月20日(土)午後1時30分~3時 ②子育てファミリー勉強会 日時=10月4日(土)午後1時30分~3時 ③子育ての悩み受け付けます 会場=申し込み①②ともに長岡大手高校付属幼稚園 ☎32・0327へ

しなの川音楽祭 第4楽章『四季』

しなの川音楽祭実行委員会(長岡商工会議所内) ☎32・4500 FAX34・4500

■講座「信濃川」第4話 (液体、気体、固体、「水」の三変化を不思議がるラウンドトーク) 9月20日(土)午後1時~3時30分 長岡商工会議所2階大ホール 入場無料(整理券必要)

■しなの川ソシアルダンスフェスタ 9月21日(日)午後2時~6時 厚生会館大ホール 入場料2,000円

■河野保人ツィターコンサート 9月26日(金)午後7時~8時30分 リリックホール・コンサートホール 入場料2,000円

■ライアル・ワトソン講演会 「世界の水は〜いま」 9月27日(土)午後1時~4時 リリックホール・コンサートホール 入場料2,000円



■クラシックバレエ上映会 「ニーナ・アナニア・シヴィリと世界のスター達」 9月27日(土)午後3時30分~5時 リリックホール・シアター 入場料300円

■「Shall we ダンス?」上映会 9月27日(土)午後6時30分~8時30分 リリックホール・シアター 入場料1,000円

■「バブルガムブラザーズ」コンサート 9月28日(日)午後6時30分~9時 市立劇場大ホール 入場料3,000円



■しなの川アートロード(無料) ●長岡商工会議所 1階美術文化ホール 午前10時~午後6時
◇しなの川美術展 9月1日(月)~7日(日)
◇地球の貌写真展 9月18日(木)~21日(日)
◇村山雨景・幻想の染絵展 9月23日(祝)~26日(金)
◇景丘治彌作品展 9月27日(土)~30日(火)
●新潟県立近代美術館2階ギャラリー 9月19日(金)~28日(日)午前9時~午後5時
◇しなの川絵画コンクール作品展

INFORMATION

特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。

●初秋の昆虫観察会 日時=9月14日(日)午前10時40分~午後3時(雨天中止) 観察地=東山ファミリールランド 周辺 集合=市営スキー場駐車場入口 対象=小学生~一般 参加料 ¥50円 持ち物=採集用具、筆記用具、昼食、水筒、帽子、雨具 申し込み=9月11日(木)まで



●野鳥相を調べる会 日時=9月21日(日)午前8時~11時(雨天決行) 観察地=信濃川右岸(大手大橋~蔵王橋) 集合=大手大橋東詰信濃川右岸運動公園入口 対象=小学生~一般 参加料 ¥50円 持ち物=筆記用具、雨具、あれば双眼鏡も 申し込み=9月18日(木)まで

●生物標本と自然科学写真展示会(無料) 県内の小・中・高校生の作成した植物や昆虫などの生物標本と自然科学写真、約5,000点を展示します。 日時=10月8日(水)~12日(日) 午前9時~午後5時(12日は午後3時まで) 会場=厚生会館中ホール

●読者のつどい 日時=9月26日(金)午後7時~8時30分 内容=佐江菜一「黄落」 会場=講座室1

●「堀口大学の詩集」(無料) 日時=10月1日(水)~26日(日) 午前10時~午後6時(土・日曜日は午後5時、月曜日は休館) 会場=美術センター

●長岡技術科学大学公開講座 「暮らしの中のおもしろ化学」 日時=10月11日(土)・18日(土)・25日(土)の午後0時30分~4時45分 会場=中央図書館講堂 定員=40人 受講料 ¥6,400円 申し込み=9月22日(月)~10月3日(金)に受講申込書に受講料を添えて、〒940-21上富岡町1603の1長岡技術科学大学教務部学務課学務係 ☎47・9243へ 現金書留か持参で

●長岡少年少女合唱団員募集 練習日時=毎週土曜日午後3時~5時 練習場所=中央公民館 会費=4月、000円 問い合わせ=中村さん ☎27・2851(午後7時以降)

●コーラス「ほだいの樹」団員募集 練習日時=毎週水曜日午前10時~正午 練習場所=中央公民館 問い合わせ=反町さん ☎33・1448

●長岡地域広域行政組合からの お知らせ(☎37・6067) ①マルチメディアセミナー(無料) 日時=9月27日(土)午後1時30分~3時30分 会場=中央図書館講堂 内容=講演(タレント・千葉麗子さん) インターネット体験コーナーほか 定員=小・中学生とその親190人(1人でも可) 申し込み=9月16日(火)必着で往復はがきの往信の裏に「マルチメディアセミナー参加」希望、住所、氏名(はがき1枚で2人まで)、小・中学生は学年も、電話番号を、返信の表に郵便番号、住所、氏名を記入し郵送で(多数の場合抽選) ②地域探訪ツアー 期日=10月17日(金)~19日(日) 定員=各40人 参加料=各コース2,000円(昼食代含む) 申し込み=9月

INFORMATION

特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。



敬老会のご案内

75歳以上のみなさん(大正12年3月31日以前に生まれた人)をお招きします。近日中に案内状を郵送しますので、ぜひお出かけください。
なお、厚生会館正面側道路は、工事中のため駐車禁止になっています。車の乗り降りは、厚生会館裏側グラウンドホテル側でお願いします。ただし、駐車場はありません。

町内公民館建設補助金の希望町内募集

平成10年度に町内公民館の建設等を計画し、市の補助金を希望する町内会は、所定の書類で申し込んでください。
対象①町内公民館の新築、増築または購入(事業費100万円以上)②既存公民館集落センターは除くの高齢者、障害者のための改造(事業費

自治宝くじ「ミニミニ」助成事業の希望町内募集

自治総合センターでは、宝くじ事業収入を財源として、ミニミニ活動に必要な施設または設備の整備に対し、助成を行っています。
平成10年度に助成を希望する町内会等は、9月22日(月)までに生涯学習課☎39・2240へお申し込みください(申し込み多数の場合は、9月26日(金)に抽選会を予定)。

児童手当の請求はお済みですか?

3歳未満の児童を養育している人には、児童手当が支給されます(所得制限あり)。手当を受給していない人は、早めにご手続きをしてください(公務員は、勤務先で)。
なお、他の市町村から転入した人は、すでに受給していた人でも改めて手続きが必要です。また、平成9年5月以前に認定をされなかった人でも、受給できる場合がありますので、お問い合わせください。

障害者就職促進会

日時 9月17日(木)午後1時30分から
会場 パストラル長岡 申し込みお問い合わせ ☎ハローワーク長岡 ☎32・1181(当日受付あり)

長岡友の会「子どもの生活展」

日時 9月23日(木)午前10時~午後3時
会場 ハイブ長岡 内容 介護、リハビリ講習等 申し込みはがきに住所氏名電話番号、一時預かり等を記入し、長岡療育園・深沢町227番8の4 ☎46・6611か桐樹園・西津町字原4668 ☎47・2200(昼食つき)

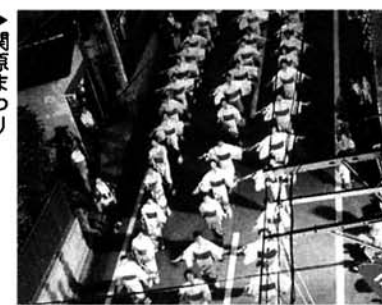
財団法人長岡市企業公社臨時職員を募集します

職種=施設一般管理 採用時期(予定)=平成9年12月1日
受験資格=昭和10年4月2日から昭和17年4月1日までに生まれた男子
勤務場所=長岡駅前大手通り地下駐車場 採用予定人員=12人
賃金日額=6,570円 勤務時間等=交替制勤務、社会・雇用保険加入
試験日=10月13日(月) 受付=9月16日(火)~10月6日(月)
申し込み・問い合わせ=企業公社(市役所幸町分室内) ☎32・6220

ご利用ください 木造住宅耐震診断費助成制度 耐震改修融資制度

市では、木造住宅に対し、次の制度を実施しています。皆さんも住まいの診断、必要に応じた改修をしてみませんか。
【耐震診断費助成制度】
対象=次のすべての条件を満たす住宅を所有する人
①昭和55年以前建築②壁、柱、床、屋根等の主要構造部分の大部分が木造③一戸建て④現に人が住んでいる(併用住宅を含む)⑤過去に耐震診断費の助成を受けていない
助成費=診断に要した費用の2分の1(5万円限度)
診断には、一般的な木造一戸建て住宅で、8~10万円くらいかかります
【耐震改修融資制度】
対象=上記の耐震診断を行った建物を所有する人
限度額=200万円 年利率=2.0% 償還期限=10年
問い合わせ=建築住宅課 ☎39・2229

●家庭用はかり等の無料検査
直接会場へおいでください。
対象①家庭用はかり(ヘルスメーター、キッチンスケール等)
②家庭、医療機関、学校等の体温計、血圧計(一部できないものもあります)
●関原まつり
(今年度の助成で踊りゆかたを購入予定)



●児童手当の請求はお済みですか?
3歳未満の児童を養育している人には、児童手当が支給されます(所得制限あり)。手当を受給していない人は、早めにご手続きをしてください(公務員は、勤務先で)。
なお、他の市町村から転入した人は、すでに受給していた人でも改めて手続きが必要です。また、平成9年5月以前に認定をされなかった人でも、受給できる場合がありますので、お問い合わせください。

●特別養護老人ホーム泊(仮称)職員募集
採用 平成10年10月1日 職種と人員 事務員(高卒以上)、生活指導員(福祉系大卒)、介助員(高卒以上)各

●巡回市民法律スクール(無料)
日時 10月4日(土)午後1時30分~午後4時30分 会場 アトリウム長岡(町1) 定員 60人 テーマと講師 「家庭生活と憲法」民法改正を巡って(弁護士・高橋信行さん)、「悪人をなぜ弁護するのか」刑事手続きを巡って(弁護士・高野毅さん) 申し込みお問い合わせ 小林彰法律事務所 ☎33・2177

悪質商法にだまされないで! ②

Q: 高校の同級生から電話があり、「簡単にもうかるサイドビジネスがある」と呼びだされました。「この商品は新商品だから必ずもうかる。早く商品を買って会員になることが大切」と誘われ入会したのですが、だれも買ってくれず、ローンだけが残ってしまいました。(20代女性・会社員)

それは マルチ商法です!
(8年度の相談件数55件)

A: マルチ商法は、消費者を販売員として次々に勧誘し、組織を拡大していくもので、社会経験が浅く商取引に不慣れな若者がねらわれるのが特徴です。友人、同僚を勧誘してもなかなか売れず借金だけが残り、あげくの果てに友人や職業を失ったというケースもあります。
そのうえ、うそをいったり脅したりした勧誘者は代表者とともに、罰せられます。この商法は、契約の書面を受け取った日から20日間以内であれば、クーリング・オフ(契約の無条件解約)ができます。



お問い合わせは▷消費生活センター☎32・0022へ

●秋季消防演習
お問い合わせ 児童福祉課 ☎39・2219
●秋季消防演習
エンジン音、交通規制などでご迷惑をお掛けすることがありますが、ご了承ください。また、消防団員招集のため、午前5時ごろ半鐘を鳴らすことがあります。火災などの災害と間違われないようお願いいたします。
日時 10月5日(日)午前6時~8時30分 場所 大手通1丁目、城内町2丁目、今朝白1~3丁目、干場2丁目 問い合わせ 消防署 ☎35・2193

●おむつ給付券の交付
5,000円相当のおむつ券を交付します(施設入所者は除きます)。対象 市内在住で①65歳以上で寝たきりあるいは痴呆症の人②特別障害者手当の受給権者③障害児福祉手当の受給権者④特別児童扶養手当1級の対象児童⑤二分脊椎障害(膀胱、直腸機能障害)のいずれかにあてはまる人 問い合わせ 社会福祉協議会 ☎33・6000



園芸教室

別名キブネギク(貴船菊)と呼ばれる、古くから茶花としてもよく利用されていますが、京都の貴船地方に多く見られることからそう呼ばれるようになりまし。日本原産の植物に思われがちですが、古く中国から渡来し野性化した植物のようです。
秋明菊
菊と名がついていますが、キク科ではなくキンポウゲ科の植物で、よく知られているアネモネの仲間です。
栽培のポイント
庭植え
和風の庭植えや、花壇、そして切り花としてもよいものです。
半日陰でやや湿気の多い場所が好きです。有機質を多く含んだ土を好むので、植えつけの時は腐葉土やたい肥を入

れてやりましょう。
夏は特に乾燥しないように注意して、十分に水をやりま。数年は株分けせずに据え置いたほうがよく、大株になったら株分けしましょう。
鉢植え
(置き場所) 春と秋は日当たりのよい所に置き、夏は明るい日陰に置きましょう。冬は庭木の冬囲いの中で十分です。(鉢と用土) 根の成長が活発なので、6号鉢(18cm)以上の大きな鉢に植えたほうが育てやすく、また大株仕立てのほうが見栄えもよいものです。用土は、例えば赤玉土、桐生砂、腐葉土を同量混合したもの1とにマグアンプKを3

gほど混入したものがよいでしょう。
(水やり) 水切れは大敵です。表土の乾きや、葉のしおれ具合を見てやりますが、特に夏の大株には十分与えましょう。(肥料) 肥料は少なめにします。4月と7月に油かすと骨粉の玉肥を置き肥としてやりま。す。
(植え替え) 鉢植えでは、数年も植え替えないでいると用土が強い酸性になったり、根詰まりで株が弱ることがあります。春芽出し前に根の張り具合を見て、鉢内にいっぱいになっていたら、植え替えや株分けをしましょう。
(殖やし方) 種子でも殖やせますが、幼い芽の時は草と間

●園芸相談...毎週木曜日午前9時~午後4時、厚生会館わき市民生活課サービスクーナーにて

移殖はあまり好きではありませんが、(水やり) 地下茎(ランナー)が伸びて新芽が出るので、株分けや新芽を利用して殖やしましょう。株は極端に小さく分けられない方が、その後の成長がよいものです。
(病害虫の防除) 雪が消え、まだ気温の上がらないころに、1、2回石灰硫黄合剤で消毒してやりましょう。秋に花が咲くまでの長い期間葉を大切にしたいものです。葉が食害を受けないように、時々オルトラン粒剤などの殺虫剤を散布してやりましょう。

情報

INFORMATION

特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。

●姉妹都市フオートワース
デキナス・クリスチャン
大学奨学生等募集

〔奨学生〕対象①長岡市出身者で、市内の高校を卒業し、現在大学在学中の人②高校および大学の成績が平均以上③TOEFL試験が550点以上④年間滞在外費を負担できる人 募集人数①1人 期間①平成10年8月から1年間 ②平成10年8月1日～1年間 ③他②授業料免除、単位取得は不可

〔入学生〕対象①長岡市出身者で、市内の高校卒業生②高校および大学の成績が平均以上③TOEFL試験が550点程度 募集人数①1人 期間①平成10年8月から4ヶ月 ②平成10年8月1日～1年間 ③他②奨学金制度、助成金制度なし

〔英語集中プログラム〕対象①長岡市出身者で、市内高校在学者・卒業生②市内高校在職教師③TOEFL試験が450点程度から 期間①6週間または8週間 ②他①奨学金制度・助成金制度なし 必要書類についてはお問い合わせください。

●登校拒否についての個別相談会(無料)

登校拒否に関する相談を、専門家が受け付けます。秘密は厳守します。
日時①9月11日(木)午後2時～4時30分 会場①教育センター

●健康課(健康センター内) ☎32・5000

●女性健康診査(無料) 家庭や職場で健康診査を受

健康



1(三和3) 問い合わせ② 学校教育課 ☎39・2239
●平成10年度小学校 入学予定者の健康診断
来月4月に小学校へ入学されるお子さんの「健康診断のお知らせ」を、はがきで9月30日(火)までにお届けください。期日までに届かぬ場合は、ご連絡ください。問い合わせ②学校教育課 ☎39・2239



健康の秘けつは、気の合った仲間とスポーツを楽しむこと(ゲートボールチーム「未だ」のみなさん・未だ公園で)

健康課(健康センター内) ☎32・5000

ける機会のない、昭和33年4月2日～55年4月1日生まれの人が対象です。
日時①10月8日(水)9時午後1時30分～3時 会場①健康センター 検査内容①血圧測定、尿、肥満、貧血、高脂血症、申し込み②直接会場へ

期日	会場
9/13(土)	ジャスコ長岡店
15(祝)	ハイブ長岡
10/4(土)	ダイエー長岡店

●糖尿病食事グループ相談
日時①9月17日(水)午後1時30分～3時30分(受付は、午後1時～1時30分) 会場①健康センター 内容①栄養士・保健婦による糖尿病の食事相談・指導 申し込み①前日までに

●70歳以上の人の基本健康診査(個別健診)
対象①昭和33年4月1日以前に生まれた人 健診機関①市内の医療機関(内科等) 負担金①無料 期間①平成10年2月27日(金)まで 持ち物①シルバー受診券、保険証



●長岡市薬剤師会 センター薬局が開設
あなたは、「かかりつけ薬局」をおもちですか。「かかりつけ薬局」を決めていけば、複数の医療機関を利用して、薬の飲み合わせの確認ができ、安心して服用できます。また、調剤薬の説明や記録の保管もしてくれます。この「かかりつけ薬局」の紹介や、医薬品や副作用の情

市からのお知らせ
BSNラジオ「長岡市だより」
毎週月～金曜日の午後2時45分から2分間
長岡ケーブルテレビ「長岡市のお知らせ」
毎週月曜日の午後6時7分から4分間
長岡市ホームページアドレス
http://www.city.nagaoka.niigata.jp



▲ラジオ「長岡市だより」をぜひお聞きください。

期日	内容	担当
9/24(水)	心の健康	精神保健福祉相談員 保健婦
10/8(水)	栄養と健康	栄養士 保健婦

●ヘルスアップ教室
肥満度20%以上、または高脂血症の人(血液中のコレステロール・中性脂肪の多い人)が対象です。
日時①9月19日(金)午前9時30分～午後2時30分(受付9時から) 会場①健康センター

0157に かかりやすい人って!?

0-157などの食中毒にかかりやすいのは、疲労・睡眠不足・不規則な生活やストレスで、胃腸が弱っている人です。特に注意したいのは、便秘。0-157は大腸で繁殖するため、便秘をして腸内の不要物が増えると、菌が繁殖しやすくなります。排せつをスムーズにするために、次の食品を積極的に食べましょう。

- ①食物繊維を多く含む食品
こんぶ、ひじきなどの海藻、豆類、こんにやく、きのこ類
- ②オリゴ糖を多く含む食品
たまねぎ、ごぼう、アスパラガス、枝豆など
- ③発酵食品…納豆、ヨーグルト、ぬか漬けなど
また、お茶(緑茶、紅茶、ウーロン茶)に含まれる「カテキン」は0-157の殺菌効果があるので、食後のお茶はおすすです!
食中毒の発生が多いのは、9、10月です。涼しくなったからといって油断は禁物。よく食べ、よく動き、よく眠り、0-157に負けない丈夫な体をつくりましょう。



問い合わせ 健康課 ☎32・5000

期日	会場	定員	申込先
9/16(火)	北部体育館	100	健康課
18(水)	市民体育館	50	健康課
19(金)	社会福祉センター	50	JA上川西支所 ☎27・473
24(水)	運湯町公民館	50	JA上川西支所 ☎27・473
25(木)	中島小学校	50	JA上川西支所 ☎27・473
29(月)	社会福祉センター	50	健康課
30(火)	表町公民館	100	健康課
10/1(水)	健康センター	100	同上
2(木)	JA六日市	50	同上
10/1(水)	健康センター	100	同上
13(月)	新町公民館	100	健康課
8(水)	JA上川西支所	50	同上 ☎27・473
7(火)	神田公民館	100	健康課
6(月)	JA六日市支所	50	同上 ☎22・052
3(金)	上川西公民館	50	JA上川西支所 ☎27・473
2(木)	川崎東小学校	100	健康課
10/1(水)	健康センター	100	同上
15(水)	JA上川西支所	50	同上 ☎27・473

●基本健康診査(集団健診)
対象①昭和33年4月2日～33年4月1日生まれで、職場な
△は、基本健康診査と同時に実施

●健康相談(無料)
トレーニング室利用者以外の人にも利用できます。
日時①9月18日(水)午後6時30分から8時まで 内容①嘱託医師による健康相談および健康指導

●女性のための健康相談会
相談日①9月16日(火)、10月29日(水)、12月16日(火)、平成10年2月25日(水) 時間①午後1時30分～4時 会場①長岡保健所 予約先①長岡保健所地域保健課 ☎33・4931

期日	会場	時間	申込先
9/24(水)	JA川崎出張所	午前	JA長岡支所 ☎32・023
25(木)	健康センター	午後	健康課
29(月)	山通公民館	午前	JA長岡支所 ☎32・023
30(火)	健康センター	午後	健康課
10/1(水)	新保町公民館	午前	JA富田支所 ☎24・2195
6(月)	関原連絡所	午前	JA関原支所 ☎46・3164
7(火)	川崎公民館	午後	健康課
8(水)	JA山本支所	同上	同上 ☎44・8021
13(月)	関原連絡所	午前	JA関原支所 ☎46・3164

●子宮がん・乳がん検診
対象①昭和43年4月1日以前に生まれた人 内容①乳がん：視診・触診、自己検診法の実習、子宮がん：視診・内診(細胞診) 料金①乳がん検診200円、子宮(頸部)がん検診500円

●不動産の無料相談会
日時①10月2日(水)午後1時～4時 会場①市役所201会議室 内容①不動産の賃貸・価格について 問い合わせ①日本不動産鑑定協会新潟県支部 ☎025・225・2873

情報

●長岡市制90周年記念写真展の
入賞作品をはがきにしました。
販売場所①市内各郵便局等 価格①5枚セットで350円 問い合わせ①長岡郵便局総務課 ☎32・0200