

ながおか



未知？との遭遇

寺泊小の入学式で子ガメがお出迎え

(詳しくは32ページ)

川口地域が始動 P2

米百俵賞に日本ネパール女性教育協会 P3

猿橋川と刈谷田川を改修 P4

特集

がん検診 受けてもらいたい理由

. P6

合併した川口地域の動きを お伝えします



川口支所スタート
支所の銘板を除幕し、支所業務を開始(右)。早速市民が窓口(中)。市役所本庁で岡村旧川口町長(現・参与)から森市長に事務引継ぎ(左) / 3月31日



合併記念式典
「川口あおり太鼓」と「とっておきの長岡和太鼓の会」の協演が合併を祝福 / 4月3日



足もおなかも
ほっかほか〜

3月31日、長岡市と旧川口町の合併で川口地域が誕生しました。ほかの地域との交流もスタートしています。

**温泉、うまいもの、まちづくり
交流が始まっています!**
えちご川口温泉が足湯になって、寺泊・魚の市場通りにお目見え。温泉につかりながら寺泊の番屋汁をバクッ(右)。野菜たっぷり、川口のあぐり汁も大人気(下) / 4月3日



新しく任命された川口の地域委員14人に、和島地域委員長の竹内嘉秀さんが元気の地域委員会の活動について講演(右) / 4月16日

市民センターの来館者 300万人達成!

平成13年10月にオープンした市民センターの来館者が4月10日、300万人を突破しました。

市民センターは市民活動の拠点として、市民の意見をとり入れながら進化してきました。平成24年にオープン予定のシティホールプラザ「アオーレ長岡」のモデルとなる施設です。

300万人目の来館者は、花と緑の教室に参加した豊2丁目にお住まいの法山千代さん。法山さんは「市民センターは生きがいを感じさせてくれる施設。週1回は来ます」と話しました。



贈呈 ▶ 法山さんに森市長が記念品を

第14回 米百俵賞

ネパールの少女に教育を 女性の教員を養成

NPO法人日本ネパール女性教育協会

女性教員の活躍が
少女たちの希望に

「米百俵の精神」を受け継ぎ、人材育成に貢献した個人や団体を表彰する米百俵賞。今年、ネパールで少女たちの就学率を上げるため女性教員の養成を続けているNPO法人日本ネパール女性教育協会(東京都文京区 理事長・山下泰子さん)が選ばれました。



▲教職課程を学ぶ少女たちと理事長の山下さん(写真中央)

義務教育がないネパールでは、農村部の少女たちの就学率が極端に低い状況です。「夢なんてない」と話す彼女たちに心を痛めた会のメンバーは、教育から取り残された村を訪ねて少女を選抜。大学で教職課程を学んでもらう取り組みを始めました。

彼女たちが教員として自分の村で活躍することで、少女たちにも教育が必要であることを村の人に気づいてもらい、就学率を上げるためです。

修学にかかる費用や勤務中の給与を補助する里親制度も整え、現在、1・2期生の20人がそれぞれの出身地で教員として奮闘中。3・4期生20人が教職課程で学んでいます。



入場無料

▲シンガー・ソングライターとして活躍する傍ら、西アフリカなどで学校建設の支援をしている川嶋あいさん

米百俵デー 市民の集い 川嶋あい 「ともに生きる世界」

2010.06.15(火)

18:00~20:40 長岡リリックホール
ライブ&トーク(聞き手・羽賀友信)、
米百俵賞贈呈式、受賞者の活動報告 ほか
定員600人先着(手話通訳、要約筆記あり)

囲はがきに「市民の集い参加希望」、住所、電話番号、氏名、参加人数を記入し、5月6日(木)~26日(水)に〒940-8501(住所記入不要)長岡市役所庶務課☎39・2203へ(電話でも可)

市内中学生22人が ホノルル市を訪問

真珠湾攻撃を指揮した山本五十六が長岡出身という縁のある長岡市とハワイ州ホノルル市。「日米友好の架け橋実行委員会」が発足するなど、世界の平和を考えるための交流が始まっています。

3月29日から4月4日にホノルル市を訪れた市内の中学生は、太平洋戦争の降伏文書調印の舞台となった戦艦ミズーリや真珠湾などの戦跡地を見学。ホームステイをして現地の学校の授業に参加するなど、両市のきずなを深めました。



▲ホノルル市のゴールドウェル副市長に復興祈願花火フェニックスの写真をプレゼントしました



猿橋川と刈谷田川を改修 10年に1度の豪雨が来ても、大丈夫です。

市内で4人が亡くなり、約4千戸が被害を受けた平成16年の7・13水害。中でも、猿橋川と刈谷田川の決壊などによる被害は甚大でした。同規模の豪雨が襲っても市民の安全を確保できるように

河川を改修(左図)。猿橋川とその支流では、川幅の拡張や川底の掘削などを行いました。下流で猿橋川に合流する稲葉川の流域に位置する川崎・富留地区は、住宅が密集していて川幅が広がられず、た

びたび浸水被害に。そこで、稲葉川の増えた水を猿橋川に流す約900mの放水路を新設。水害の危険を減らしました。

中之島地域で大きな被害を出した刈谷田川では昨年8月、川の流れを緩やかにするショートカット部が通水しました。日本一災害に強い長岡市へ、また一歩前進します。



▶3月に完成した稲葉川(奥)から猿橋川へ水を流す放水路(手前)

放水路の可動堰

忘れていませんか？もしもの備え

大雨や洪水はいつ来るかわかりません。日ごろの備えを万全にしておきましょう。

① テレビやラジオからの気象情報に注意する

水害の発生が予測される場合、余裕をもって避難できるように、市は避難勧告の発令の前に「避難準備情報」を発表することがあります。

② 家族が離れていたときの安全確認の方法を決める

③ 緊急時に持ち出す物を一つにまとめる



5月は水防月間!

「学びと交流の施設」名前を教えてください

「市民の学びと交流」をキーワードとした施設が来年秋、大手通中央東地区の再開発ビルの一角にオープンします。

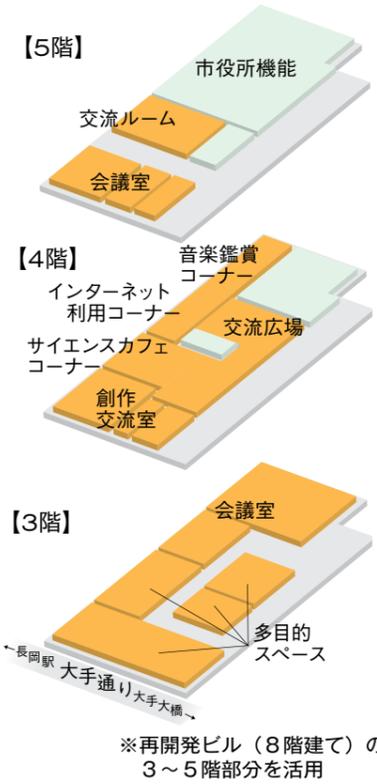
交流広場や多目的スペースなどを設け(左図)、コーヒーを飲みながら気軽に学べる「まちなかカフェ」や3大学1高専が連携して市民・企業人向けの講座を開く「まちなか大学・大学院」などを行う予定です。

現在、この施設にふさわしい名前を選ぶ投票を受け付けています。候補は上記の4つです。投票方法▶6月15日(火)までに市役所1階市民情報ラウンジ、中央公民館、市民センターにある専用紙で(1人1票)※選考結果は市政だより8月号で発表

名前の候補

- ① まちなかキャンパス長岡
- ② ながおか夢楽舎
- ③ 学び舎 米百俵
- ④ 米百俵 まちなか楽舎

☎ 32・5110



※再開発ビル(8階建て)の3~5階部分を活用

災害の経験を伝え、交流する場に

～災害メモリアル拠点の施設概要まとまる～
☎ 地域振興戦略部 39・2515

長岡市と小千谷市は、震災体験の国内外への発信、復興の研究・学習、交流活動などの場として整備する「災害メモリアル拠点」の施設概要をまとめました。

4つの施設と3つの公園を被災した各地に設置(左図)。既存の施設や住民活動などとも連携して、地域の魅力発信も図ります。

今後、国や県などと協議しながら、来年10月の完成を目指します。※詳細は地域振興戦略部(本庁4階、市ホームページ)でどうぞ。



※名称はすべて仮称です

森民夫の情報ステーション

検索

【URL】 <http://tamionet.com/>

▼携帯電話からはこちら



市政の疑問に市長がズバリ解説! ブログ「森民夫情報ステーション」★コンテンツ(内容)

①長岡市政Q&A 「市長への手紙」に寄せられた質問の中から、市政に関するものにわかりやすく答えます。

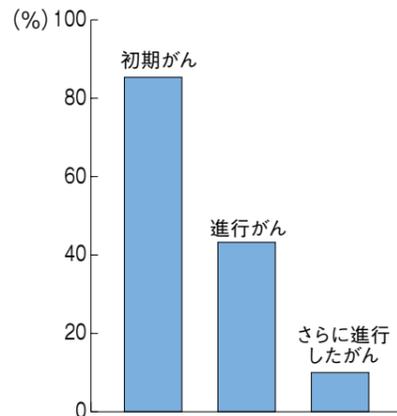
例▽川口町との合併で市の財政へ悪影響はありませんか?▽市の貯金が減ったと聞いて心配していますが?

②ほっと一息 市長としての公務の合間に「ほっと一息」感じたことをお伝えします。

例▽川口の子供達の太鼓で盛り上がった合併記念式典▽長岡駅の東と西とを一直線で結ぶ自由通路が完成

がんと診断されてから、5年後に生きている人の割合

臨床進行度別5年相対生存率 全がん 男女計
(国立がん研究センターがん対策情報センター)



医学の進歩で、がんは「不治の病」ではなくなりつつあります。特に、進行していない初期段階で見つけ、適切な治療を受けることで、高い確率で命は助かります。例えば、進行した胃がんでは、半数以上が命を落としますが、早く見つかれば、大多数の人が完治します。ただし、初期のがんでは、まず自覚症状は出ません。検診でがんを見つけることが重要なのです。

理由

2

早く見つければ
9割が助かる

理由 「症状が出てから…」では遅い、つらい 3 からだの負担と医療費が軽くなる

子宮頸がんを例に比較すると…
(日本対がん協会による試算)

検診で初期がんを発見した場合の例

- 入院2日
- 子宮頸部を切除
- 子宮は温存し妊娠は可能
- 高い確率で完治
- 費用総額約2万7千円



症状が出て進行がんを発見した場合の例

- 入院160日
- 子宮全摘出
- 抗がん剤、放射線治療
- 再発の可能性あり
- 費用総額約250万円

がんのリスクは減らせます。だから健康なうちに、検診。

がん検診Q&A

Q 検診を受けるにはどうしたらいい？
A 市の検診や職場の検診で受けることができます。市の検診は、長岡市に住民登録のある人はだれでも受診できます。詳しくは健康課 ☎ 32・5000 にお問い合わせてください。市政だより4月号と一緒に配布した「長岡市健康カレンダー」にも掲載されています。

Q 検査の内容は？
A エックス線検査や検便、問診、視診、血液検査などです。

Q 費用はどれくらい？
A 市の検診では、自己負担額は500円から2,500円です。市の検診以外は、医療機関によって異なります。

※健康カレンダーは市ホームページでも見る您可以通过。長岡市 健康カレンダー



「がん検診」

受けてもらいたい理由があります。

今、国民の3人に1人が、がんで亡くなっています。しかしがんは、早く発見できれば、治すことができる病気。自覚症状が出て、調べたらもう手遅れ、とならないよう健康なうちに、がん検診を受けましょう。

☎健康課 ☎32・5000

理由 人ごとではない

1 2人に1人ががんにかかる

生涯で、がんにかかる確率

(国立がん研究センターがん対策情報センターによる)

男性 **53%** 女性 **41%**

がんが死なないためには、まずがんにかからないことが一番。しかし、喫煙、食生活などの生活習慣にいくら気を付けても、発がんの危険性をゼロにすることはできません。統計によると、日本人の約2人に1人ががんにかかります。もはや国民病といっても過言ではない状況です。そこで重要になるのが、がん検診です。



廊下は走るもの!?

体育館とプールが完成し、設備が整った和島小学校。体力づくりで週1回は廊下をダッシュ!(4月9日)



仏像ファン集まる

三島地域の寛益寺で、指定文化財の仏像など所蔵品の特色やいわれを解説する講演会。初めて聞く話に参加者は興味津々。(4月10日)



スイスイ〜と大清掃

「桜の名所をきれいにしよう!」と、与板地域の旧黒川で住民がごみ拾い。手作りのいかだで、川面に浮いたゴミの掃除と運搬もスムーズに。(4月11日)



BCリーグ優勝目指して

フェンスが改修された越路河川公園野球場。練習の本拠地としている新潟アルビレックス・ベースボール・クラブの選手たちは「優勝目指して頑張るぞ〜!」。(4月9日)



まごころ込めて とちおてまり

栃尾てまりまつりに向けて製作が最盛期。白い地玉に、色鮮やかな模様をかがって4、5日で完成。(4月14日)
※栃尾てまりまつりは5月1日(土)~5日(水)、常安寺本堂(谷内2)で開催



右見てー 左見てー

川口小学校で、新1年生を対象に交通安全教室。緊張しながらもブタさんと一緒に「はい、手を挙げて」。(4月7日)

中之島保育園で交通安全教室。渡っても大丈夫かな?(4月8日)



ペンギン校長 絶好調!

寺泊小学校の入学式で、一日校長になったマゼランペンギンの「チビ」。新1年生の目はくぎ付けに。(4月8日)

変わるまちなか

建設工事が進むシティホールプラザ「アオーレ長岡」。建物の基礎となる鉄筋が組み立てられています。(3月31日)



牛の角突きが日本画に!

画家の針生卓治さんが市に寄贈。勢子を務めたこともある作者ならではの迫力ある描写は、山古志の山並みをほうふつさせます。山古志会館で展示中。(4月10日)



大きくなって、また会おうね

浜海小学校でふ化させたサケの稚魚を、浜海川に放流。泳ぎだした稚魚たちが小国に帰ってくるのは4年後です。(3月23日)



地域のできごと

まちのほつとフォト

「越後長岡・米百俵塾入門編」参加者募集

長岡の歴史と米百俵の精神を2日間にわたって学びます。
 期日 = 6月15日(火)・16日(水) 会場 = 市民センター、ハイブ長岡など 講師 = 作家・半藤一利さん、長岡郷土史研究会会長・今井雄介さん、稲川明雄河井継之助記念館館長 定員 = 50人(抽選) 料金 = 1,500円 〇5月25日(火)までに地域振興戦略部 ☎39・2260へ (〇からも可)



▲半藤さんの講話

えちご長岡 東山スプリングフェスティバル

〇スポーツ振興課 ☎32・6117

1 赤城コマランド植樹祭

日時 = 5月4日(祝)午前10時～午後2時 内容 = 植樹、冒険遊び 持ち物 = 長靴、軍手、スコップ、はし、おわん 会場 = 〇赤城コマランド・山川さん ☎090・3215・8256

2 羊の毛刈りショー

毛刈り体験もあります。
 日時 = 5月5日(祝)午前11時から、午後1時30分から(雨天決行) 会場 = 東山ファミリーランド 〇市営牧場 ☎33・4418



▲羊の毛刈り

3 クラフトヴィレッジ

クラフト体験コーナーや作家による展示販売を行います。
 日時 = 5月9日(日)午前10時～午後4時 内容 = ワイヤークラフト、羊毛クラフト、和紙作りなど 料金 = 500円～2,000円 会場 = 〇市営スキー場 ☎34・2225

4 トレイルランニング

里山遊歩道をランニングで登ります。
 日時 = 5月16日(日)午後1時～4時 会場 = 東山ファミリーランド 定員 = 50人(先着) 対象 = 3キロの部…6歳以上、8キロの部…13歳以上 ※18歳以下は保護者の承認が必要 資格 = 傷害保険または山岳保険加入者(未加入の人は当日に500円で加入可) 料金 = 1,500円 〇5月13日(木)までにトレイルランナーズ・松永さん ☎66・7991へ



▲トレイルランニング

5 東山イベント広場

日時 = 5月23日(日)午前10時～午後4時 内容 = フリーマーケット、テント市、スタンプラリー(午後2時まで。200人(先着))、ゲームコーナー(午前11時～午後2時) 会場 = 〇市営スキー場 ☎34・2225

6 ソイガーカップ(マウンテンバイク耐久レース)

市営スキー場にマウンテンバイク特設コースを設置して1時間・3時間の耐久レースを行います。
 日時 = 5月30日(日)午前10時～午後1時 会場 = 市営スキー場 対象 = 小学生以上 料金 = 2,000円 〇5月20日(木)までに長岡MTB協会・渡辺さん ☎090・1533・8206へ

期間 = 来年3月まで 時間 = 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分 対象 = 市内在住の60歳以上 定員 = 若干名(先着) 料金 = 7,000円(教材費別) 〇電話で

1 栃尾美術館 ☎53・6300

1 てまりトークイベント
 栃尾てまりと各地のてまりの作り手が歴史や背景、作品について話します。
 日時 = 5月29日(土)午後2時～3時 料金 = 当日の観覧券(大人200円)が必要

00円)が必要

2 栃尾てまり制作実演と体験
 日時 = 5月22日(土)・23日(日)午前10時～午後3時 料金 = 当日の観覧券(大人200円)が必要 ※材料費600円が別途必要

3 アトリエを利用しませんか
 美術創作や学習にご利用ください。イーゼルや電動ろくろ、プレス機なども利用できます。
 〇利用日の1カ月前(休館日の場合は翌日)から館内にある

る申請書で ※先着順で受け付け。詳しくはお問い合わせください

養楽館 ☎95・3161

●体験教室に参加しませんか
 期日と内容 = ①5月16日(日)米粉のパン②22日(土)折り紙③30日(日)笹だんご④6月5日(土)・12日(土)ステンド・グラス⑤6日(日)トールペイント⑥8日(火)絵手紙⑦10日(木)そば打ち⑧13日(日)あんぶ(おやき)
 時間 = 午前9時30分～正午

定員 = 各20人(先着) 会場 = みんなの体験館 料金 = ①③⑧800円②⑦1,000円④②500円⑤②,000円⑥③00円 〇電話で(水曜日休館)

勤労青少年ホーム ☎32・4429
 ホーム利用対象者は、市内に居住または勤務する40歳未満の人です。

1 初心者のための着付け教室
 日時 = 5月20日～7月22日の毎週木曜日午後6時30分～8時30分(計10回) 講師 = 美

容器・篠田由紀子さん 定員 = 25人(先着) 持ち物 = 着物一式 料金 = 1,800円 〇5月11日(火)～19日(水)

2 初めての对方的パッチワーク教室
 日時 = 5月28日～6月25日の毎週金曜日午後7時～8時30分(計5回) 定員 = 20人(先着) 料金 = 700円 〇5月19日(水)～25日(火)



お知らせ

長岡市ホームページ
<http://www.city.nagaoka.niigata.jp>

●略字の見方
 ・〇の記載のないものは直接会場へどうぞ。
 〇 = 申し込み 〇 = 問い合わせ
 〇 = 先着順 〇 = 申し込み多数の場合は抽選
 ●申し込み方法
 ・電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます。
 ・〇があるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」または「募集情報」からも申し込み可。
 ●料金の記載のないものは無料です。

催し

福祉相談課 ☎3239・0168
 FAX 3239・02218

●手話入門講座 (手話奉仕員養成講座)

手話での日常会話を学びます。
 コースと日時 = ①昼の部: 6月11日～11月26日の金曜日午後1時30分～3時②夜の部: 6月8日～11月30日の火曜日午後7時～8時30分(①②ともに計23回) 会場 = 社会福祉センター(水道町3) 定員 = 各30人(抽選) 料金 = 1,200円 〇5月31日(月)までに、希望のコース、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、参加の動機をはがき〒940-8501(住所記入不要) 福祉相談課またはファクスで

| 金 | 木 | 火 | 月 | 曜日 | 講座名 | 会場 |
|---------|---------|-------|-------|-------|-----|----|
| 午前 | 午後 | 午後 | 午後 | 午前 | 誦話 | |
| 書道(全般)③ | 詩吟(神風流) | 盆裁 | 焼物② | 焼物① | | |
| 中央公民館 | ホーム | 勤労青少年 | まちなか中 | 中央公民館 | | |

●高齢者趣味の教室追加募集

地域の歴史や中越地区の文化財、生き方などを幅広く学びます。
 日時 = 6月21日～10月18日の原則月曜日(計13回) 会場 = 中央公民館ほか 対象 = 市内在住の60歳以上 定員 = 60人(抽選) 料金 = 2,000円(初回に) 〇5月20日(木)(消印有効)までに、往復はがきの往信の裏に「悠久大学」希望郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、返信の表に自分のあて先を記入して〒940-0072 柳原町2の1中央公民館へ

中央公民館 ☎32・0437

●悠久大学受講者募集

「農」の魅力がいっぱいの体験イベント!

1 農家おかあちゃんの「ゆめ農園」農業体験

| | |
|----------|-----------------------------|
| 5月22日(土) | 枝豆、トウモロコシ、里芋、ヤーコンの苗植え体験、交流会 |
| 8月1日(日) | 枝豆、トウモロコシの収穫 |
| 11月上旬 | 里芋、ヤーコンの収穫、交流会 |

場所 = ゆめ農園(ロングライフセンター隣) 定員 = 30組(抽選) 料金 = 1人2,000円(1家族3,000円)

2 「こだわり産直オーナー」募集!!

こだわり農家が育てた旬の長岡野菜や農産物を年3回お届けします。
 コースと料金 = ①よくばりコース(24品)1口13,000円②お好みコース(15品)1口10,000円(送料込みで全国どこでも発送可。先着150口) 内容 = 新米コシヒカリ5kg

4 親子で食・農まるごと体験教室

| 日時 | 農の教室 | 食の教室 |
|----------------------|--------------------|--------------------|
| 5月22日(土)13:30～16:00 | 開校・棚田で田植え、落花生の種まき | - |
| 6月20日(日)13:30～16:00 | 田んぼの生き物探し、落花生の植え付け | 食の器作り(作陶) |
| 7月18日(日)13:30～16:30 | 旬野菜もぎとり | 段ボールで手作り薫製 |
| 8月22日(日)9:00～16:30 | 落花生の観察 | ソーセージ作り、食の器作り(楽焼き) |
| 9月25日(土)13:30～16:30 | 稲刈り・旬野菜もぎとり | - |
| 10月10日(日)13:30～16:30 | 旬野菜もぎとり | うどん作り |
| 11月14日(日)13:30～16:30 | 落花生の収穫 | 小口味噌作り |
| 12月5日(日)13:30～16:30 | 閉校・ミニ門松作り | - |

や旬の長岡野菜、農産物加工品など

①②いずれも 〇5月17日(月)まで②6月7日(月)までに希望コース(②のみ)、口数、住所、氏名、電話番号をはがき〒940-8501(住所記入不要) 農政課 ☎39・2223、FAX 39・2284、Eメール nousei@city.nagaoka.lg.jp

3 ながおか田植えまつり

日時 = 5月23日(日)午前10時30分～午後2時(雨天決行) 会場 = 農の駅あぐらって長岡 内容 = 田植え、いも苗植えなど 料金 = 中学生以上200円、小学生以下100円 〇農政課 ☎39・2223



会場 = 農の駅あぐらって長岡 対象 = 年長児～小学生とその親 定員 = 親子10組(先着) 料金 = 1組3,000円(材料費は別) 〇5月15日(土)(消印有効)までに、往復はがきの往信の裏に希望教室名、人数、郵便番号、住所、氏名、電話番号を、返信の表に自分のあて先を記入して〒940-0821 栖吉町3670 農の駅あぐらって長岡 ☎34・5360へ

子育てネット2009「おやこ遊び場ガイド」をご利用ください

親子で遊べるお薦めの遊び場を紹介しています。
配布場所=子ども家庭課(健康センター)、ちびっこ広場(市民センター)、子育ての駅千秋、各支所市民生活課など
〒子ども家庭課 ☎39・2300



■用記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。

新たな子育ての駅(ぐんぐん)が加わりました

(対象の記載のない催しは、すべて乳幼児と保護者が対象です)

ちびっこ広場(市民センター4階)
☎39・2775

①わらべうた講座

日時=5月18日(火)午前10時45分から30分程度

②バスごっこ

日時=5月19日(水)午前10時30分~11時30分

③わくわく2歳児デー

三輪車やおもちゃの車に乗って遊みましょう。2歳児以外も遊べます。
日時=5月12日(水)・22日(土)、6月2日(水)午前10時~11時30分

④ちびっこタイム&たんたん誕生会

保育士とリズム体操や手遊びなどをして遊びます。26日は誕生会も。
日時=5月26日(水)、6月9日(水)午前11時から30分程度

⑤互尊文庫がやってくる

絵本や育児書を貸し出します。読み聞かせタイムも。
日時=6月9日(水)午前11時~正午
持ち物=図書カード(ない人は当日作成可。住所を確認できるもの持参)

⑥わいわいおしゃべり会

妊婦さんも出産や育児について話を聞くチャンスです。
日時=5月18日(火)、6月1日(火)午前11時から1時間程度 対象=1歳未満の乳児とその保護者、妊婦

⑦おしゃべりタイム(子育て相談)

相談員と一緒に考えます。
日時=6月3日(木)午前10時30分~11時30分

⑧助産師ほっと相談

乳児の計測・発育やおっぱいの相談にお応えします。

保育士が、随時保育園入園や子育てに関する相談を受け付けています。お気軽においでください。

日時=5月27日(木)午前10時30分~11時30分 用5月24日(月)まで

⑨親子サークルよっといで!

日時=5月25日(火)午前10時30分~11時45分 会場=リリックホール 対象=親子サークルの親子(未入会の親子も参加可) 定員=35組(先着) 用5月21日(金)まで

子育ての駅千秋(てくてく)
☎21・3860

①てくてく1歳記念コンサート

思い出の写真なども展示します。
日時=5月5日(祝)午前10時30分から30分程度



②ミニ講座「子どもの写真ワンポイントアドバイス」

日時=5月15日(土)午前10時30分~11時30分 定員=30組(先着) 用5月6日(木)~11日(火)

③おいもの苗を植えよう!

日時=5月20日(木)午前10時30分から 対象=幼児とその保護者 定員=30組(先着) 用5月13日(木)~18日(火)

④絵本の読み聞かせ

日時=毎週月曜日午後2時30分から30分程度

⑤てくてくミニコンサート

日時=毎週金曜日午後1時から30分程度

⑥なかよしタイム

日時=毎週金曜日午前10時45分から15分程度

⑦誕生会

誕生月以外の人も参加できます。
日時=6月8日(火)午前10時45分から30分程度

⑧わいわいおしゃべり会

日時=5月13日(木)・27日(木)午前11時から1時間程度

子育ての駅(ぐんぐん)千歳1
☎30・1025



①ふれあいタイム

日時=月曜日を除く毎日午前10時45分から15分程度

②ぐんぐんスポットタイム

バルーン遊びや制作など、内容は毎回変わります。
日時=毎週月曜日午前10時45分から30分程度

③ハッピー誕生会

誕生月以外の人も参加できます。
日時=5月27日(木)午前10時45分から30分程度

④おはなし会

えほんひろばで絵本の読み聞かせをします。
日時=毎日午後2時から15分程度

⑤子育て相談

期日と相談員=5月12日(水)家庭児童相談員、17日(月)保育士 時間=午前10時30分~11時30分

① 展覧(絵画)
期日=5月12日(水)~19日(水)
② 長岡市中之島・見附市今町「大風合戦」観光展
期日=5月19日(水)~6月3日(木) 会場=まちの情報コーナー

イベント広場(地下)ほか

③ 押花サークル輪舞曲
押花・立体花展・花・暮らしの中の小さなよろこび
期日=6月2日(水)~7日(月) (5日(土)・6日(日)午前10時~午後3時に体験教室あり) 材料費300円(から)

④ 悠友会和紙ちぎり絵作品展
期日=5月26日(水)~31日(月)

⑤ 鈴木真也切手アート展
期日=5月19日(水)~24日(月)

⑥ 新潟県中越琴古会
琴古流尺八 箏・三絃 三曲演奏会
日時=6月6日(日)正午から

⑦ 長岡市連盟長岡市民囲碁大会
日時=5月23日(日)午前9時から

市民ギャラリー(1階)

男女平等推進センター
ウィルながおか(2階)
☎39・2746

出前ウィルながおか相談室をご利用ください(無料)

消費者月間記念講演会
毎日の生活と環境を考える
くらしの生活術
日時=5月13日(木)午後1時30分~3時 会場=202会議室 講師=消費生活アドバイザー・阿部純子さん 定員=70人(先着) 用電話で

消費生活センター(3階)
☎32・0022

⑧ 子育ての駅(ぐんぐん)千歳1
☎30・1025

法を、専門の女性相談員が一緒に考えます。

電話相談ホットライン同時開催 ☎090・4064・6017

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|---------------|---------------|----------|--------|-------|----------|-------------|------------|-------------|----|----|----|
| 3(水) | 6/1(木) | 26(水) | 25(水) | 21(金) | 20(木) | 18(水) | 13(水) | 12(水) | 5/11(水) | 期日 | 時間 | 会場 |
| 13:30~15:30 | | | | | | | 14:00~16:00 | | 13:30~15:30 | | | |
| 山古志会館 | 子育ての駅千秋(てくてく) | 子育ての駅千秋(てくてく) | 和島保健センター | 寺泊センター | 小国診療所 | 和板保健センター | 三島支所 | 越路総合福祉センター | 中之島公民館 | | | |
| 電話相談ホットライン同時開催 ☎090・4064・6017 | | | | | | | | | | | | |

ファミリー・サポート・センター(4階)
☎39・2860

ファミリー・サポート・センター会員養成講習会

子育ての手伝いをして欲しい人(依頼会員)と、子育てを手伝いたい人(提供会員)が会員になって助け合っています。センターの仕事や子どもの保育に興味がある人が対象です。
日時=5月20日(木)・24日(月)・27日(木)、6月1日(火)・4日(金)・9日(水)午後6時30分~8時30分(計6回) 会場=健康センター 内容=ほ乳と食事、心の発達など 定員=50人(先着) 保育生後6カ月以上 上定員8人 (要予約) 用5月13日(木)まで



「まちの案内人」の耳寄り情報! ㊤

三島地域の寛益寺では5月9日(日)~11日(火)に12年に1度のご本尊の開帳が行われます(裏表紙参照)。近くまでお越しの際はまちの駅までぜひお立ち寄りください。

無料の足湯(午前10時~午後8時)もあります。お気軽にどうぞ!



▲まちの案内人の久住さん、山田さん、丸山さん(左から)

市民協働条例のワークショップメンバーを募集します

市民の思いや活発な活動をまちづくりに生かす「市民協働条例」の制定を目指します。
 募集人数=50人 期間=6月~9月(初回は6月下旬) 応募資格=16歳以上で、3回程度の会議(休日や平日夜間あり)に出席できる人(公務員は除く) 選考方法=応募多数の場合は、書類選考し、結果は全員に通知
 5月21日(金)(必着)までに1階市民情報ラウンジ、市民センター、各支所にある申込書で(☎からも可) ☎市民協働条例検討委員会(市民活動推進課内) ☎39・2206、FAX39・2258

国宝・菩薩半跏像など展示

「奈良の古寺と仏像
 ~會津八一のうたにのせて~」
 近代美術館で開催中

歌人で書家、東洋美術史家である會津八一の歌を手がかりに、国宝1件、重要文化財13件を含む奈良の仏教美術に触れてみませんか。



▲中宮寺 国宝・菩薩半跏像(©飛鳥園)

期日=6月6日(日)まで(5月10日(月)・17日(月)・24日(月)は休館)
 時間=午前9時~午後5時(毎週金曜日と国宝展示期間の5月25日(火)~6月6日(日)は午後6時30分まで)
 料金=一般1,500円、大学・高校生1,000円、中学生以下は無料
 ※購入済みの新潟市美術館の前売り券で入場可
 ☎同展実行委員会事務局 ☎025・223・1622、県立近代美術館 ☎28・4111、生涯学習文化課 ☎32・5110

会期中は大変な混雑が予想されます。公共交通機関をご利用ください。



▲バス時刻表はこちら

仏像展開催記念おもてなしイベント

にいがた・ながおか 食の饗宴祭

~おもてなしプロジェクト「想いが人々を結ぶ」~
 新潟と長岡の特産品や食材を利用したお店が登場します。
 日時=6月5日(土)・6日(日)午前10時~午後5時 会場=千秋が原ふるさと森周辺 ☎社長岡観光コンベンション協会 ☎32・1187

がきの往信の裏に希望講座名(1講座につき1枚)、郵便番号、住所、氏名、電話番号を返信の表に自分のあて先を記入して〒940-0821 栖吉町3670 農の駅あぐらつて長岡へ
中之島文化センター
 ☎66・1310
①ピアノ演奏体験
 ベーゼンドルファー(Mo d 275)の演奏をしてみませんか。
 日時=5月8日(土)・9日(日)午前9時~午後5時 定員=各8組(1組1時間まで。高校生以下は保護者同伴) ☎5

月7日(金)まで
②春の映画祭
 日時と内容=①5月15日(土)午後6時30分から「ドラえもん のび太の人魚大海戦」②16日(日)午後2時から「裸の大將放浪記山下清物語」 定員=各500人(先着) 料金=①800円②無料 ※チケット販売は当日のみです
青少年文化センター
 ☎34・1305
③文の七宝焼きのひょう
 日時=6月12日(土)午後2時~3時 対象=小学4年生~高校生とその保護者 定員=12

人抽選 料金=1,000円(別途材料費500円から) ☎6月2日(水)まで
②大人のための初心者水泳教室
 日時=6月1日~7月6日の毎週火曜日午前10時30分~11時30分(計6回) 対象=70歳未満の泳げない人 定員=20人(抽選) 料金=300円(入場料別1回大人400円、65歳以上300円)
③親子でこまもゆ
 日時=5月30日(日)午後2時~3時 内容=親子で苗植え 対象=小学生~高校生とその保護者 定員=10組(抽選)

1~③いずれも ☎6月2日(水)まで
 ④プラネタリウム新番組「忍たま乱太郎」星に誓った友情物語の段」
 期日=5月29日(土)から
 日時=土・日・祝日:午前11時から、午後1時30分から、3時20分から(約40分間)

定員=各95人(先着) 料金=大人1,500円、高校生1,200円、4歳以上中学生以下70円
⑤星空をみる会
 日時=5月16日(日)午後7時30分~8時30分(天候不良の場合はプラネタリウム観賞「春の星空説明」) 内容=星空観察、望遠鏡(希望者のみ)1,580円(で)



絵本作家・松岡達英「里山百年図鑑」原画展

里山の自然と生き物の世界を描いた「里山百年図鑑」の原画展示です。
 期日=5月23日(日)まで(4月27日(火)、5月2日(日)・6日(木)・11日(火)・18日(火)を除く) 時間=午前10時~午後5時 会場=☎川口地域交流体験館 ☎81・4404

市民写生会

日時=5月30日(日)午前9時~午後4時(雨天決行) 写生場所=栃尾地域(集合は栃尾美術館アトリエ) 対象と料金=高校生以上500円、中学生300円 持ち物=写生用具、画用紙 ☎5月25日(火)までに市役所1階市民情報ラウンジ、各支所、市民センター、中央公民館、中央図書館、市内画材店にある申込書で☎長岡市美術協会事務局(生涯学習文化課内) 作品の展示=市民センター地下イベント広場で6月10日(木)~13日(日)



▲ヤサアカノさんの作品

サイパン 訪問に参加してみませんか

☎財長岡市国際交流協会 ☎39・2207

対象=参加生...市内在住の中学1年生、引率者...小・中学校、高校の教員または引率できる人 募集人数=中学生...35人(抽選)、引率者...7人(試験により選抜) 内容=ホームステイ、現地中学校での交流、戦跡地見学など



▲バンサイクリフの見学

期間=11月23日(祝)~27日(土) 料金=中学生...7万円、引率者...協会が負担 ☎6月25日(金)までに市内中学校、国際交流センターなどにある申込書で

プログラムの説明と体験発表会

日時=5月15日(土)午後2時から 会場=市民センター

(展示希望者のみ)
農政課 ☎39・2223

●長岡うまい米コンテストを今年も開催します

昨年、大変多くの農家のみなさんからご応募いただいた「長岡うまい米コンテスト」今年も内容をさらに充実して開催します。応募方法や日程などの詳細は決まり次第お知らせします。
 ☎長岡うまい米コンテスト実行委員会事務局(農政課内)

農の駅あぐらつて長岡(ふるさと体験農業センター)

☎34・5360

①草むしり講習

日時=6月5日(土)午前10時~正午 定員=24人(抽選) 料金=400円

②笹たんぽぽ講座

日時=6月11日(金)午前10時~午後3時 定員=50人(抽選) 料金=800円

②いずれも ☎5月15日(土)(消印有効)までに、往復は

国営越後丘陵公園 ☎47・8001

5月は休まず開園します!
 開園時間=午前9時30分~午後6時 入園料=65歳以上200円、高校生以上400円、小・中学生80円、未就学児無料 駐車料=普通車310円、大型車1,020円、二輪車100円 入園無料日=5月4日(祝) 子ども無料日=5月5日(祝) ※駐車場は有料

30分~午後2時30分 会場=古民家
③カイト・グライダー教室
 日時=5月の土・日・祝日(23日(日)を除く) 午前10時~午後3時30分 会場=暖の館 料金=500円
④昔なつかしい遊び体験
 コマや竹馬などの体験です。 期間=5月30日(日)まで 会場=古民家
⑤ディスクゴルフ体験
 初心者でも気軽に体験できます。 日時=5月9日(日)午前10時~午後4



▲懐かしさあふれる古民家

①古き良き里山文化展
 画家・早津剛さんの絵画作品展や、長岡市政100年の歩みなどのパネル展示です。 期間=5月9日(日)まで 会場=暖の館
②里山見どころ散歩
 日時=5月の土・日・祝日午前11時

会場=フォリーの丘
⑥サンデー里山ガイド
 日時=5月9日(日)・23日(日)午後0時30分~3時 集合=花と緑の館カウンター
⑦42.195kmリレーマラソン国営越後丘陵公園大会
 日時=5月23日(日)午前11時15分から 集合=緑の千畳敷 料金=大人3,000円、中学生以下1,500円 ☎5月10日(月)までにリレーマラソン越後丘陵公園大会事務局 ☎0120・846・598へ
⑧香りのばらまつり
 500品種2,000株のばらが咲き誇ります。 期間=5月29日(土)~6月13日(日)

親も育つ子育てセミナー「幼児期コース」

幼児期の子どもの育ち方を学び、どのようにかかわればよいか、一緒に考えてみませんか。

| 回 | 期日 | 内容 | 講師 |
|----|----------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| 1 | 5月26日(水) | 親も育つとは… | 有MAX・ZEN・パフォーマンス・コンサルタンツ代表取締役・丸山結香さん |
| 2 | 6月2日(水) | 歯科医からみた幼児の食と健康 | 柏崎ひまわり歯科医院院長・鈴木公子さん |
| 3 | 6月9日(水) | 幼児の社会性をはぐくむ子育てと親育ち | 上越教育大学大学院教授・丸山良平さん |
| 4 | 6月16日(水) | 館外学習「越路巴ヶ丘自然公園」へ～野原や森で遊ぼう！親子一緒に草花遊び～ | 新潟県自然観察指導員の会会長・平澤 聡さん |
| 5 | 6月23日(水) | 親は子どもに何をしたか | 元公立小学校長・覚張興栄さん |
| 6 | 6月30日(水) | 幼児のための薬の正しい使い方と副作用 | 社新潟県薬剤師会薬事衛生指導員・大黒幸恵さん |
| 7 | 7月7日(水) | 語りつぐ昔ばなしの世界 | 魚沼市昔話の会会長・佐藤愛子さん |
| 8 | 7月14日(水) | 漢字に込められた子育て | 長岡郷土史研究会会長・今井雄介さん |
| 9 | 7月21日(水) | 小学校の学習がわかります！ | 神田小学校教頭・赤澤節子さん |
| 10 | 7月28日(水) | 親であることの喜び～交流茶話会～ | 主任児童委員・桑原ハル子さん |

時間＝午前10時～正午 会場＝中央公民館 対象＝幼児期の子を持つ保護者または関心のある人 定員＝50人(先着) 料金＝1,000円(初回に)
※第4回を除き保育あり(対象は1歳以上。定員30人で要予約。おやつ代など600円を初回に) 5月6日(水)から中央公民館 ☎32・0437へ

⑦ふるさとを学び、はいくを作ろう
期日 ①6月19日(土)②7月10日(土)③8月28日(土)④9月25日(土)⑤10月16日(土)(計5回)
時間 ①⑤午前9時30分～正午②③④午前9時30分～午後3時30分 会場 中央公民館
内容 山古志・寺泊地域や市内の施設・史跡を見学して俳句づくり 講師 地引永安さん 対象 小学生以上で現地集合可能な人(小学生は保護者同伴) 定員 15人(先着) 料金 2,000円(入館料、昼食代は別)



長岡市芸術文化振興財団ガイド ☎29・7715

チケットの購入はお問い合わせください(公演により年齢制限あり)。

①安全地帯「完全復活」コンサートツアー2010～Starts&Hits～「またね…。」

6年ぶりのステージをお楽しみください。
日時＝10月3日(日)午後5時～8時 会場＝市立劇場 料金＝全席指定7,800円 発売日＝6月5日(土)

②リリック演劇まるかじり2010

①朗読ワークショップ

子どもやお孫さんへの読み聞かせに役立ちます。
日時＝7月16日(金)午後7時～9時、17日(土)午後2時～4時(朗読会鑑賞)、18日(日)午後1時～5時(計3回) 定員＝30人(抽選) 講師＝文学座俳優・中川雅子さんほか
対象＝高校生以上 料金＝2,000円 6月11日(金)までに所定の申込書で

②子どもとおとなのための朗読ライブ「あらしのよるに」

朗読と打楽器の共演をお楽しみください。
日時＝7月17日(土)午後2時～4時 会場＝リリックホール 出演＝文学座俳優・中川雅子さんほか 料金＝全席

自由1,000円 定員＝80人 対象＝5歳以上 発売日＝5月14日(金)

③リリックあそびの国2010

①青島広志の世界わくわく音楽紀行withブルーアイランド楽団

ピアノと室内合奏団の演奏で世界の名曲をトークを交えながらお届けします。

日時＝8月29日(日)午後4時30分～6時30分 会場＝リリックホール 料金＝全席指定2,000円 対象＝4歳以上 発売日＝6月9日(水)

②「リリックあそびの国」実行委員募集

夏の子ども向けイベントの企画・運営をします。
活動内容＝月1回程度の会議、会場設営などの準備 会場＝リリックホール 所定の申込書で

◎市立劇場西口にエレベーターを設置しました

車イスに乗ったまま2階小ホール、3階会議室へ行けます。自家用車でお越しの場合は西口玄関側の駐車場をご利用ください。



長岡市中之島・見附市今町大風合戦

350年以上の歴史を持つ大風合戦。10畳の大風が大大空にばいばいに空中戦を繰り広げます。

日時＝6月5日(土)～7日(月)午後1時～5時 会場＝刈谷田川中之島大橋下流堤防付近(無料の市民観覧席をご利用ください) 中之島支所産業課 ☎61・2013 ▲迫力の大風合戦



■囲の記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(囲のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。

与板支所産業課 ☎72・3100

①与板山苑ライトアップ

期日 5月7日(金)～16日(日)
開苑時間 午前10時～午後9時30分

●関連イベント

- ・雅楽演奏会：8日(土)午後7時30分から
- ・着物de写真：9日(日)午前10時から
- ・正徳館高校茶道部によるお茶のおもてなし：9日(日)午後1時30分から
- ・積翠菴お茶会：15日(土)午後6時から(茶席券500円)
- ・楽山亭お茶会：15日(土)午後6時から(茶席券200円)
- ・琴尺八演奏会：15日(土)午後7時から
- ・尺八&ギター演奏会：16日(日)午後2時から

※期間中のボランティア募集中



▲幻想的な雰囲気の中、雅楽演奏会

②まちの駅フェア ～愛まると与板～

与板地域の遊歩道でフリーマーケット、芸能発表などを行います。楽山苑散策と一緒に立ち寄りください。
日時 5月8日(土)・9日(日)午前10時～午後4時(フリーマーケットは9日(日)のみ)

生涯学習相談室 ☎38・6552

●まちの先生企画講座

囲いずれも5月10日(月)から⑥は5月31日(月)まで。⑦は6月10日(木)まで。平日午前9時～午後4時

①子どもの免疫力を高める暮らし方講座

日時 5月18日(火)午前10時～正午 会場 中央公民館 内容 食生活、睡眠、遊びや運動、薬とのつき合い方など
講師 ママと子どものサポートセンターメンタルリンク代表・須藤悦子さん 対象 未就学児の保護者(子ども同伴可) 定員 15人(先着) (4人未満の場合は中止) 料金 800円

②義経記を読む

日時 5月20日～6月17日の毎週木曜日午後7時～8時30分(計5回) 会場 中央公民館 内容 「判官びいき」の源流 講師 太田修さん 対象 成人 定員 30人(先着)

ながおか市民大学

中央公民館 ☎32・0437 FAX 32・0561

①オープニングイベント公開文化講演会「生活を豊かにする経済学」



▲経済アナリスト・森永卓郎さん

これからの経済動向にマッチした生活を講演します。
日時 6月3日(木)午後6時30分～8時 会場 リリックホール 定員 600人(抽選) 5月20日(木)まで必ず着に、往復はがきの往信の裏に「ながおか市民大学公開文化講演会」参加希望、郵便番号、住所、氏名、電話番号を、返信の表に自分のあて先を記入して〒940-0072 柳原町2の1 中央公民館へ(はがき1枚に1人のみ、1枚限り。抽選の結果を5月25日(火)ころ発送します)

②ジェンダーから考える日本の社会

日時 6月2日～30日の毎日
卓上照明器具を製作します。
日時 6月29日～7月27日の毎週火曜日午後6時30分～8時(計5回) 会場 長岡造形大学 講師 同大学教授・木村勉さん 定員 15人(先着) 料金 2,500円

③各地の魅力ある文化遺産を訪ねて～川越の町並みの一面にあるそば屋から、ドイツ・ルール工業地帯の産業遺産まで～

遺産をスライドで紹介いたします。
日時 5月24日～6月21日の毎週月曜日午後7時～8時30分(計5回) 会場 長岡造形大学 講師 同大学教授・木村勉さん 定員 15人(先着) 料金 2,500円

④欲しいをカタチにする方法～発想から商品に至るまでのデザインプロセスを学ぶ

卓上照明器具を製作します。
日時 6月29日～7月27日の毎週火曜日午後6時30分～8時(計5回) 会場 長岡造形大学 講師 同大学教授・木村勉さん 定員 20人(先着) 料金 4,000円(材料費含む)

⑤誰もが知りたい気象情報活用術

天気予報の見方などを学びます

⑥木目込人形の「ふくろう」を作りましょう

日時 6月8日(火)・22日(火)・30日(水)午後1時30分～3時30分(計3回) 会場 中央公民館 講師 吉田和世さん 定員 10人(先着) 料金 3,000円 持ち物 小型バサミ

⑦ふるさとを学び、はいくを作ろう

期日 ①6月19日(土)②7月10日(土)③8月28日(土)④9月25日(土)⑤10月16日(土)(計5回)
時間 ①⑤午前9時30分～正午②③④午前9時30分～午後3時30分 会場 中央公民館
内容 山古志・寺泊地域や市内の施設・史跡を見学して俳句づくり 講師 地引永安さん 対象 小学生以上で現地集合可能な人(小学生は保護者同伴) 定員 15人(先着) 料金 2,000円(入館料、昼食代は別)

②～⑤いずれも 5月12日(水)午前8時30分から④は6月10日(木)まで 希望講座名、住所、氏名、電話番号を中央公民館へ

⑥ 全13講座を紹介したパンフレットが出来ました

5月10日(月)から中央公民館・生涯学習相談室(柳原分庁舎1階)・市民センター1階・市役所1階市民情報ラウンジ、各図書館、各支所などで配布します。※講座は順次、市政だよりで紹介されます

日時 6月11日～7月2日の毎週金曜日午後7時～8時30分(計4回) 会場 中央公民館 講師 日本気象予報士会理事・諸岡雅美さんほか 定員 40人(先着) 料金 2,000円

雪国植物園 ☎46・0030

開園時間=午前9時~午後5時(入園は午後4時30分まで)

入園料=大人400円、小・中・高校生50円、幼児無料

■みどりの音楽会=5月4日(祝)午後1時から

■春の探鳥会=5月9日(日)午前5時~8時

■春の山野草展示会&即売会=5月30日(日)まで



▲アヤメ

- ①長岡市立図書館の父「互尊翁」を知る、創立記念日イベント
- ☆貴重資料公開講座&書庫公開
中央図書館所蔵の貴重資料を解説付きで公開。普段入ることのできない書庫もご案内します。
日時 6月8日(火)午後1時30分~3時30分 内容 互尊翁関連の貴重書など 講師 中央図書館・今井雄介嘱託員 定員 20人(先着) 5月11日(火)から
- ☆互尊翁を描いた紙芝居を上映
紙芝居「互尊翁と互尊文庫ものがたり」を、テレビモニタで上映します。
- ②論語を読む講座
日時 5月26日(水)、6月9日(水)、7月14日(水)、8月11日(水)、9月8日(水)、10月13日(水)、11月10日(水)午後2時~3時30分(計7回) 講師 中央図書館・今井雄介嘱託員 定員 20人(先着) 5月11日(火)から

- ③子どもの本を読む会
感想や著者について話し合います。
日時 5月12日(水)午前10時~11時30分 テーマ 川内・グレアム著「たのしい川べ」
- ④トットテツを描いた紙芝居を展示中
期間 5月23日(日)まで
内容 紙芝居「石油が生んだ軽便トットテツ物語」
- ⑤本の花咲きましたコーナーを設置
花・植物の関連本を展示しています(貸し出し可)。
- 中之島地域図書館(中之島文化センター内) ☎61・2165
おはなひろば
日時 5月23日(日)午前10時30分~11時30分 内容 季節の話など
- 栃尾地域図書館(栃尾文化センター内) ☎53・3005
①筆ペン講座
日時 5月28日(金)、6月4日(金)、11日(金)午後7時30分~9時

- 寺泊地域図書館(寺泊文化センター内) ☎75・5159
●はまなすえほんであそぼ
日時 5月21日(金)午前10時~10時30分 内容 絵本の読み聞かせ
- 西地域図書館 ☎27・4900
●ぼんっ!とむかしばなし
長岡民話の会によるむかしばなしの紙芝居と語りです。
日時 5月9日(日)午前11時~11時30分
- 互尊文庫 ☎35・7981
●読者のご意見
読書感想や体験などを話し合います。
日時 5月28日(金)午後7時~8時30分 テーマ ヘルマン・ヘッセ著「デミアン」

★プレゼント★

雪国植物園の入園チケットを抽選でペア5組10人にプレゼント!

応募方法=5月21日(金)(必着)までに、住所、氏名、年齢、市政だよりの感想を、はがき〒940-8501(住所記入不要) 長岡市広報課 ☎39・2202、FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jpで

■用紙に記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用紙のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。

- 河井継之助記念館 ☎3030・15225
①今泉鏡次郎著「河井継之助」を読む会
日時 5月10日(月)・24日(月)午後1時~3時 定員 各10人(先着)
- ②楽しい詩吟教室「河井継之助を偲ぶ・漢詩の心を感じて」
日時 5月10日(月)・17日(月)午前10時~11時30分 講師 詩吟神流福福吟会会長・松川神饒さん 定員 各20人(先着)
- ③松川神饒さん「書道吟」の夕べ「河井継之助を偲ぶ・漢詩の心を感じて」
「楽しい詩吟教室」の受講生が吟じ、調べに合わせて書を披露します。
日時 5月29日(土)午後5時~6時(小雨決行) 詩吟 楽しい詩吟教室 受講生など 書 松川神饒さん 演目 継之助、虎三郎、億二郎にまつわる漢詩ほか 定員 40人(先着)
- ④河井継之助の旅日記「塵毒」を読み解く会
日時 毎週土曜日午後1時~3時 定員 各20人(先着)
- ⑤司馬遼太郎著「峠」を読む会
日時 5月17日(月)午後6時30分~8時 内容 司馬遼太郎著「峠」より「藩旗」 定員

- ⑥全国に会員数6000人! 河井継之助記念館友の会員募集
河井継之助ゆかりの地への旅行や各種イベントに参加できるほか、会報(年2回)をお届けします。
年会費 正会員2,000円、協賛会員5,000円
- ⑦ニュータウンいこいの広場 ☎47・0088
①ガーデニング教室
季節にあった花を簡単に鉢植えする技術を学びます。
日時 5月22日(土)午前10時30分~正午 定員 20人(先着) 料金 3,000円
持ち物 スコップ、軍手 5月10日(月)~19日(水)
- ②お部屋飾りリース作り教室
季節のドライフラワーを使いリースを作ります。
日時 5月29日(土)午前10時30分~正午 定員 20人(先着) 料金 3,000円

- ③公園緑地課 ☎39・2230 FAX39・2270
●花と緑の教室
さし木(芝)と取り木の仕方
日時 6月19日(土)午前10時~11時30分 会場 千秋が原ふるさとの森アトリウム 講師 小林正夫緑花推進指導員 定員 25人(先着) 料金 1,500円(材料費) 持ち物 イチゴの空きパック、カッターナイフ、事務用はさみ、割りばし 5月19日(水)~6月10日(木) 5月19日(水)~6月10日(木) からも可。締め切り後のキャンセルは材料の買い取りが必要
- ④サンライフ長岡 ☎36・7200
●趣味・健康づくり教室
教室と日時 ①焼物(陶芸) 水曜日コース:5月19日~9月22日の第2・4水曜日午後6時30分~8時(計10回) ②焼物(陶芸)金曜日コース:5月21日~9月24日の第2・4金曜日午後6時30分~8時(計10回) ③盆栽:5月20日~10月21日の毎週木曜日午後6時~7時30分(計15回) ④ダンベル:5月21日~8月6日の毎週金曜日午後7時15分~8時

5月22日(土)は

図書館まつり

園中央図書館 ☎32・0658

- ①エコブックフェア
図書館で不要になった本を無料でお譲りします。
時間=午前9時~午後4時(午前8時から整理券を配布。制限時間30分。なくなり次第終了) 冊数=1人10冊まで(児童書は5冊まで。袋を持参)
- ②ミニ展示「長岡が生んだ古書の巨人・反町茂雄と古書販売目録」
時間=午前9時~午後4時
- ③アンコール×アンコール! 映画会
当時使用したつるはしなどを展示します。
時間=午後1時~2時30分 内容=「掘るまいか」(03日本) 定員=190

- 人先着
- ④米百俵号を見よう! 乗ろう! 借りよう!
時間=午前9時~午後4時
- ⑤普段入れない書庫大公開!
時間=午後1時30分~2時30分、午後3時~4時 定員=各15人(先着) 5月11日(火)から
- ⑥スライムをつくろう!
時間=午後3時~4時
- ⑦「あなたにとどけ わたしのとっておき」展
図書館に所蔵している本、CD・DVDの中から、みなさんのお薦めを募集し、展示します。
時間=午前9時~午後4時 応募方



山本五十六まつり・ホコ天

長岡出身の「山本五十六」にちなんだイベントを大手通りで開催します。
日時=5月16日(日)午前11時~午後4時(天候により時間が変更になる場合あり) 会場=大手通2丁目 内容=五十六の好物を集めた飲食コーナー、文化講演会・古書市、ゆかりの品の展示など
園長岡市大手通商店街振興組合事務局 ☎30・5590、商業振興課 ☎39・2228

30種7万本が咲き誇る 花いっぱいフェア2010

花と緑を楽しめる催しが盛りだくさん。

【メイン会場】

千秋が原ふるさとの森

日時=5月29日(土)午前10時~午後5時、30日(日)午前10時~午後4時 内容=木工プランターづくり体験コーナー、花の名前・種の名前当てクイズ、花と緑のふれあいツアー、グリーンマーケットなど

【サテライト会場】

中之島公民館

日時=5月30日(日)午前10時~正午 内容=花いっぱい活動の発表、カラーの花苗プレゼント(先着500人)など
園公園緑地課 ☎39・2230、FAX39・2270



▲色鮮やかな花々の競演

■ 囲の記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(囲のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■ 料金の記載のないものは無料。

北地域図書館
☎22・7100

1 フラワー教室

日時 6月12日(土)午後1時～2時
内容 グリーンが主役のフラワーアレンジメント
定員 10人(児童・小学生以下は保護者同伴) 料金 1,500円
持ち物 花用はさみ、カッター
5月21日(金)から

2 みにみに上映会

日時 5月16日(日)午前11時～11時30分
内容 「坂本竜馬」
「リンカーン」

科学博物館 ☎32・0546

1 春季特別展「春山へのいざない」
長岡の雪形と鳥たちの子育て

郷土に伝承されてきた残雪の形を、鳥たちの巢や卵の標本とともに紹介します。
日時 6月12日(土)まで午前9時～午後5時(5月6日(木)・17日(月)、6月7日(月)は除く。入館は午後4時30分まで)

2 信濃川探鳥会

オオヨシキリなど夏鳥たちの合唱でにぎわう初夏の川辺を散策しながら観察します。
日時 5月8日(土)午前9時～11時(雨天決行) 集合 長生橋東詰から約500m上流の長岡消流雪用水導入施設前

3 野鳥集會

対象 小学生～一般(小学生は保護者同伴) 持ち物 双眼鏡、帽子
科学博物館学芸員による研究発表や、野鳥の会会員による野鳥の話を楽します。
日時 5月22日(土)午後7時～9時
会場 ロッジ道院(栃尾地域) 定員 10人(児童・小学生以下は保護者同伴)
5月6日(木)～19日(水)

4 探鳥会

3の野鳥集會開催地周辺で、早朝に野鳥観察会を行います。
日時 5月23日(日)午前5時～8時(雨天決行) 集合 ロッジ道院 持ち物 双眼鏡
5月19日(水)まで

5 石仏探訪会

市内で唯一の妙見菩薩像など神社境内や路傍にある石仏を見学します。
日時 5月30日(日)午後1時～3時30分(雨天中止) 集合 妙見堰広場
5月27日(木)まで

6 寺泊探鳥会

海辺の里山で、繁殖期真っ盛りのウグイスやホオジロ、カワラヒワなどを観察します。
日時 5月15日(土)午前6時～9時(雨天決行) 集合 寺泊大和田海岸海水浴場駐車場
対象 小学生～一般(小学生は保護者同伴) 持ち物 双眼鏡

身体障害者スポーツ大会

身体障害者の健康増進と社会参加を目指します。
日時 = 6月6日(日)午前10時～午後2時30分 会場 = 北部体育館
内容 = 簡単なレクリエーション競技 料金 = 1,000円(昼食代含む)
5月17日(月)までに長岡市身体障害者団体連合会 ☎37・0866へ
福祉相談課 ☎39・2218

妊婦歯科健診が無料で受けられます

妊婦のお口のケアと生まれてくるお子さんのため、1回無料で実施します。
会場 = 市内歯科医院(母子健康手帳交付時に受診票と医療機関名簿を渡します) 内容 = 妊婦歯科健診・ブラッシング指導 対象 = 4月1日以降交付の母子健康手帳を持つ妊婦 持ち物 = 母子健康手帳、受診票、歯ブラシ、保険証
母子とも家庭課 ☎39・2300

7 熱中！感動！夢じゅり教育

眼鏡 5月12日(水)まで
日本蜘蛛類学会の先生と、クモの野外観察・採集を通して自然環境について学びます。
日時 5月22日(土)午前10時～午後3時
会場 中央公民館ほか 講師 日本蜘蛛学会会員・水澤正明さん 対象 小学生・中学生(小学4年生以下は保護者同伴) 定員 20人(抽選) 持ち物 使い古しの傘

8 森と動物の博物館(計5回)

市内各地の森林公園などで植物や動物を観察します。
日時 5月16日(日)午前10時～午後4時 対象 小学4～6年生 定員 15人(抽選)

9 いずれも 5月7日(金)までに学校を通して(1)は一般参加可)

文書資料室 ☎36・7832 FAX 37・3754
1 長岡市史双書No.49「新潟県中越大地震と史料保存」
被災資料が地域を語る①刈羽郡桐沢村青柳家文書」を発売!

小国地域桐沢集落の青柳家に伝わる2,497点の歴史資料を旅・俳諧・書簡などさまざまな視点から紹介します。
販売価格 1,500円(B5)

6 エアロビクダンスクラブ追加募集



期間 = 6月2日～来年3月30日の毎週水曜日 時間 = Aコース…午後7時～8時、Bコース…午後8時～9時
会場 = 市民体育館 定員 = 各10人(先着) 料金 = 10,000円
5月18日(火)から(財)長岡市体育協会へ

6 初心者・ジュニアゴルフ教室(定員=各コース10人)

| 期日 | コース | 対象 | 時間 | 会場・申込 | 料金 |
|--------------------------------|-----------|--------|-------------|----------------------------|--------------------|
| 6月6日～27日の毎週日曜日(計4回) | ジュニア(経験者) | 小学生 | 10:30～11:30 | 長岡南ゴルフガーデン(撰田屋) ☎32・6511 | 1,050円(ボール代・入場料含む) |
| | ジュニア(初心者) | 高校生 | 13:30～14:30 | | |
| 5月16日～6月27日の毎週日曜日(5月30日を除く計6回) | A | 初心者男・女 | 14:00～15:10 | オーエムゴルフセンター(北園町2) ☎24・2131 | 5,250円(ボール代別) |
| | B | | 18:20～19:30 | | |
| | C | | 20:00～21:10 | | |
| 5月19日～6月23日の毎週水曜日(計6回) | A | 初心者男・女 | 13:30～14:40 | 長岡南ゴルフガーデン(撰田屋) ☎32・6511 | 5,250円(ボール代別) |
| | B | | 15:10～16:20 | | |
| | C | | 18:30～19:40 | | |
| 5月20日～6月24日の毎週木曜日(計6回) | D | 初心者男・女 | 20:10～21:20 | 長岡南ゴルフガーデン(撰田屋) ☎32・6511 | 5,250円(ボール代別) |
| | A | | 13:30～14:40 | | |
| | B | | 15:10～16:20 | | |
| 5月16日～6月27日の毎週日曜日(5月30日を除く計6回) | C | 初心者男・女 | 17:30～18:40 | 長岡西ゴルフガーデン(日越字原) ☎47・6511 | 5,250円(ボール代別) |
| | D | | 19:10～20:20 | | |
| | A | | 13:30～14:40 | | |

(財)長岡市体育協会(市民体育館内) ☎34・2130と加盟団体の催し

- 1 市民体育祭ソフトテニス大会**
日時 = 5月16日(日)午前8時30分から(雨天順延) 種目 = 一般男子・女子、シニアの部(小・中・高校の部は別途案内) 会場 = 希望が丘テニス場 料金 = 1ペア2,000円
5月6日(木)までに参加希望の種目名、参加者名、連絡先をはがき〒940-2046雲出町1347長岡市ソフトテニス連盟・丸山進さん、FAX46・5935で 丸山さん ☎46・5935
- 2 初心者アーチェリー教室**
日時 = 6月1日～22日の毎週火曜日午後7時45分～9時15分 会場 = 南部体育館 定員 = 6人(先着) 料金 = 2,500円
5月31日(月)までに(財)長岡市体育協会へ
- 3 市民テニス教室(6月コース)**
日時 = 6月1日～15日の毎週火・金曜日午後7時～9時 会場 = 希望が丘テニス場 定員 = 45人(抽選) 対象 = 高校生以上 料金 = 4,000円
5月20日(木)までに往復はがきに住所、氏名、電話番号、経験年数、返信あて名を記入して〒940-2105緑町1の38の427(有)インターコスモ内長岡市テニス協会・川上俊一さん、Eメールit-cosmo@nct9.ne.jpへ
- 4 金曜日テニスレッスン(6月コース)**
日時 = 6月4日～25日の毎週金曜日午前10時～正午(雨天中止) 会場 = 東山テニス場 対象 = 高校生以上の初級者 定員 = 15人(先着) 料金 = 1回1,000円

2 長岡市史双書を読む会特別講座「新3明治の旅日記」

青柳家文書の中から、汽車・汽船を使った63日間の旅行と、富士登山隊百余人の旅日記で旅の姿を探ります。
日時 5月29日(土)午後1時30分～3時
会場 県立歴史博物館 講師 郷土史研究家・田所和雄さん 定員 50人(抽選) 5月24日(月)までに県立歴史博物館 ☎47・6135または文書資料室へ

3 長岡市史双書を読む会 青柳家文書が語る郷土の歴史

「長岡市史双書No.49」をテキストに江戸時代から昭和期の小国地域の歴史を読み解きます。

| 回数 | 期日 | 内容 |
|----|---------|--|
| 1 | 5/21(金) | 青柳家文書が語るもの(書簡を中心に) |
| 2 | 6/4(金) | 村明細帳と記録控留帳からみる江戸から明治の小国地域 |
| 3 | 18(金) | 現地見学 桐盛院・八幡社の俳額・小国民俗資料館など青柳家文書に関連する場所を巡ります |

時間 午後1時30分～3時30分(3回は現地見学、午後1時～4時) 講師 長岡市史双書No.49の編集者 会場 中央図書館 定員 40人(先着) 料金 無料(テキスト代1,500円、保険料別)

1 縄文土器「へり」にチャンネル!

初心者でも大丈夫です。
日時 5月23日(日)午前10時～午後3時 ②6月5日(土)午前10時～午後3時(計2回)
講師 考古学研究者・磯部保衛さん 持ち物 ①ぞうきん2枚、粘土ペラ(ある人) ②軍手 定員 20人(先着) 5月8日(土)～20日(木)



2 ワークショップ 火おこし体験

3種類の火おこしに挑戦します。
日時 5月8日(土)・15日(日)・22日(土)午後1時30分～3時(随時) 対象 小学生～一般(小学生は保護者同伴)

1 健康相談 ☎32・5000



健康

「夜眠れない」「気持ちが沈む」アルコールの量が増えた」などはこころの疲れのサイン。早めにご相談ください。
日時 5月14日(金)午後2時～4時
会場 健康センター 定員 2人(先着) 5月11日(火)まで

2 あなたの健康相談室
保健師・栄養士が健康に関する相談に応じます。
日時 5月18日(火)午後1時30分～2時30分 会場 健康センター 内容 健康診断の結果説明

子ども家庭課(健康センター内)
FAX ☎3939・2300 ☎3939・5222

パパママサークル
妊娠や出産を学んだり相談したりする場です。
日時 6月11日(金)午後6時45分～8時45分 会場 健康センター 内容 沐浴実習、助産師・保健師からの情報提供
対象 妊婦とその夫 定員 35組(先着) 5月11日(火)から

昨年、大好評! 今年もやります お父さん改造計画

ちょっと太めのお父さん身も心もカッコよく変身!
それぞれにあった運動の紹介と食事のアドバイスをします。最終回は、輝くパパに変身!
日時 = 6月19日(土)午後1時30分～4時30分、6月26日(土)、7月24日(土)、8月7日(土)・21日(土)、9月4日(土)・18日(土)、10月2日(土)午前9時～午後0時30分、7月10日(土)午前9時30分～午後1時30分(計9回) 対象 = 30～49歳でBMI25以上または腹囲85cm以上の男性 (BMI = 体重[kg] ÷ 身長[m] ÷ 身長[m])
会場 = 市民体育館ほか 定員 = 20人(抽選) 料金 = 5,000円(オリジナルTシャツ代込み、トレーニングルーム使用料は実費) 5月10日(月)～21日(金)に健康課 ☎32・5000へ(囲 から可)

明、生活習慣病を予防・改善する食事などの個別相談 定員 4人(先着) 持ち物 健康手帳(ある人) 5月14日(金)まで

▲携帯から登録はこちら



■ 囲の記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(囲のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■ 料金の記載のないものは無料。



● 春季消防演習

各地域の消防団が春季消防演習を行います。見学ください。

| 5月30日(日) | | 5月23日(日) | | | | | | | 5月16日(日) | | 曜日 | | | |
|----------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|-------|-----|--------|-------|
| 与板 | 寺泊 | 栃尾 | 長岡中央 | 三島 | 小国 | 越路 | 長岡川西 | 長岡南部 | 長岡西部 | 長岡北部 | 山古志 | 方面隊 | 時間 | 会場 |
| 午前9時 | 午前11時 | 午前10時 | 午前11時 | 午前11時 | 午前11時 | 山古志 | 11時30分 | 山古志支所 |
| 中学校 | 寺泊文化センター | 小尾小学校 | 学南中学校 | 支三所島 | 支小所国 | 越路小学校 | 江陽中学校 | 石坂小学校 | 大積小学校 | 黒条小学校 | 支所 | | | |

● 市政モニターを紹介します
市政モニターは、テーマ別の自主活動や学習会、施設見



▲ 市政モニターは1年間の活動成果を提案としてまとめ発表します

学、モニター会議などを行います。市政について、気がついたこと、感じていることを市に提言します(五十音順・敬称略)。

秋山松太郎 東川口
安達 真紀 蔵王1
石原 裕 東新町3
石丸慎一郎 希望が丘1
遠藤 雅大 上除町西1
大崎 祐覇 吹谷
岡村 朋子 浦
金内 清 日赤町1
黒崎満洲雄 来迎寺
坂井 定策 新保1
桜井 功 千歳3
新保真由美 釜ヶ島
高野ひふみ 与板町岩方
竹村 保 弓町1
中村 和代 上岩井
中山ともか 吉崎
藤澤 龍一 栃尾新町
羽賀 純子 喜多町
平澤 博 栃尾大町
山田ユリ子 川崎2
由井勇一郎 寺泊野積
結城 輝彦 関原町3
吉田 一久 王番田町
● 市民の声情報室 ☎39・22

情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況

「長岡市情報公開条例」に基づき、市政に関する情報を公開しています。市民ならどなたでも情報の公開を請求することができます。

公開の請求があった場合は、その情報のすべてを公開することを原則としていますが、個人情報などが含まれている場合は、公開できない部分を除いて「部分公開」しています。

本庁1階の市民の声なんでも窓口、2階の情報公開コーナーまたは各支所で、公開についての相談や請求を受け付けています。

平成21年度の情報公開の実施状況

| 実施機関 | 請求等の件数 | 公開・非公開の状況 | | | | | 情報存在拒否 | 処理中 | 不服申立て |
|---------|--------|-----------|------|-----|-------|--------|--------|-----|-------|
| | | 全部公開 | 部分公開 | 非公開 | 情報不存在 | 情報存在拒否 | | | |
| 市長部局 | 426 | 357 | 34 | 0 | 14 | 1 | 20 | 0 | |
| 教育委員会 | 73 | 68 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 | 0 | |
| 選挙管理委員会 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | |
| 農業委員会 | 10 | 2 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| 水道局 | 53 | 49 | 1 | 2 | 0 | 0 | 1 | 0 | |
| 消防本部 | 23 | 23 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| 合計 | 586 | 499 | 43 | 2 | 15 | 1 | 26 | 0 | |

〈個人情報保護制度〉

「長岡市個人情報保護条例」に基づき、市が保有する個人情報の取扱いのルールを定め、市民のプライバシーの保護をしています。

ご自身の情報について開示してほしいとの請求があった場合には、原則としてその情報のすべてを開示しています。ただし、本人に知らされていない病気の状態など、本人に開示することが不適切である場合は、開示できない部分を除いて「部分開示」しています。

平成21年度の個人情報の自己情報開示請求の件数

| 実施機関 | 請求の件数 | 処理状況 | | | | | 不服申立て | |
|------|-------|------|------|-----|-------|-----|-------|---|
| | | 全部開示 | 部分開示 | 非開示 | 情報不存在 | 取下げ | | |
| 市長部局 | 75 | 64 | 3 | 0 | 6 | 0 | 2 | 1 |
| 消防本部 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 合計 | 76 | 65 | 3 | 0 | 6 | 0 | 2 | 1 |

庶務課 ☎39・2203

● セーフティリーダー10期生16人が誕生

老人クラブや子ども会、町内会などで交通安全指導をするセーフティリーダーを認定しています。

新たに認定した16人を紹介します(五十音順・敬称略)。

池津 宏 王番田町
井田 文伍 東新町2
小倉 健吉 長町2
海津 成次 福戸町
金内 一子 寿1
北島 則行 中沢4
九里 忠次 福島町
倉内 勝 百束町
小林 文義 石内1

● 5月は自転車安全月間

5月は自転車安全月間。自転車が歩行者にケガをさせ、加害者になる事故が増えています。自転車も車両の一種。安全運転の義務があります。傘さし運転、携帯電話を使

● 防火・防災管理講習会

① 甲種防火管理新規講習会
日時 ☎ A: 6月7日(月)・8日(火) 午前9時～午後5時、B: 6月9日(水)・10日(木) 午前9時～午後5時 (A・Bともに計2回) 料金 ☎ 3,460円

② 防災管理新規講習会
日時 ☎ 6月11日(金) 午前9時～午後5時 料金 ☎ 2,200円

● 住宅用火災警報器を設置してください!

設置期限の平成23年5月31日まであと1年。家族の命と財産を火災から守るため、設置をお願いします。

消防本部予防課 ☎35・2190



火災警報器の取り付けはドライバ一本で簡単ですよ!

子育て支援サービスをご利用ください

子育て支援センター

未就学児童などに保育園を開放し、子育て相談、サークルなどの支援、子育て情報の提供などを行います。



休日保育

日曜日や祝日などに保育園に入園している子どもを預かります。



一時保育

保護者が病気のときや育児疲れを解消したいときに、一時的に未就園の子どもを預かります。



病後児保育

保育園・幼稚園に通っている病後回復期にあたる子どもを預かります。



子育て支援サービスの詳しい内容は「子育てガイド」をご覧ください

配布場所 = 福祉総合相談室(市役所1階)、子ども家庭課、各支所市民生活課、市民センター内ちびっこ広場、子育ての駅千秋(てくてく)など

☎子ども家庭課 ☎39・2300

▶ 子育てガイド



内容や利用料金、利用時間などは保育園によって異なります。詳しくはお問い合わせください。☎保育課 ☎39・2219

■用記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。

あなたも地域の防災リーダーに! 中越市民防災安全大学 受講生募集

防災の知識や技術を身につけて町内会や自主防災会で活躍しませんか。

卒業後は「中越市民防災安全士」に認定され、「中越市民防災安全士会」の会員として会員同士や他団体との交流を通してネットワークが広がります。



▲昨年の講義風景

卒業と同時に、NPO法人日本防災士機構が認定する「防災士」の受験資格も取得できます。

期日 = 7月3日～11月13日の土曜日(計13回) 講師 = 地元大学をはじめとする全国の防災専門家、行政などの実務担当者ほか 対象 = 高校生以上の市民および近隣市町村民 会場 = 長岡商工会議所(受講者には無料駐車券を配布) 定員 = 50人(先着) 料金 = 15,000円(学生7,500円) 用5月17日(月)～6月18日(金)に(社)中越防災安全推進機構 ☎・FAX 36・8141へ

※詳しくは、市役所1階市民情報ラウンジ、5階危機管理防災本部、各支所地域振興課、市民センター1階にあるパンフレットをご覧ください。なおお防災情報ホームページ <http://www.bousai.city.nagaoka.niigata.jp> からのご覧になれます

☎(社)中越防災安全推進機構 ☎36・8141、
危機管理防災本部 ☎39・2262

アメリカシロヒトリは 早期に発見して駆除しましょう

アメリカシロヒトリは、毎年5月下旬ごろから9月にかけて庭木や街路樹の葉を食い荒らします。次の方法で駆除し、被害を防ぎましょう。



◆巣のある枝葉を切り取るのが最も効果的!

幼虫(毛虫)の発生時期には、庭木などの樹木の様子を注意深く観察してください。幼虫は卵からかえると、集団でクモの糸がからんだような巣網を作ります。この巣網を見つけたら、すぐその枝葉を切り取り、靴底などでつぶしてください(皮膚炎など人への害はありません)。残った枝は燃やすごみに出してください。巣網を放置すると幼虫が樹木全体に散ってしまうため、見つけ次第、枝葉ごと切り取って素早く処分しましょう。

◆薬剤散布は最小限に!

幼虫が樹木全体に発生した場合や枝を切り取ることが難しい場合は、薬剤散布が有効です。駆除剤は、薬剤を葉に付着させ、その葉を幼虫が食べることで駆除するものです。発生前に散布しても予防効果はありません。

薬剤散布を行うときは、次のことを必ず守ってください。

- ①事前に町内回覧などで「窓閉め」の徹底を周知(必要に応じて隣接町内にも)
- ②マスク・手袋・長袖など薬剤が素肌に付かない服装で
- ③薬剤散布は風上から実施し、近隣への飛散に注意
- ④作業後は手・足・顔洗い、うがいを忘れずに

☎環境業務課 ☎24・2837

光化学スモッグは、工場や自動車などから排出される窒素酸化物や炭化水素により発生します。目やのどなどに健康被害を引き起こすことがあります。県内では5月から6月にかけて発生しやすく、光化学スモッグ注意報が発令される場合があります。

Q1 注意報はどんなときに?
晴れ間が続いた気温が高い日に発令されることがあります。

Q2 注意報が出た。どうすれば?
屋外での激しい運動は避ける。
子ども、高齢者、病弱な人はできるだけ屋外に出ない。

Q3 どんな症状が? 対処方法は?
目の症状: 痛む、かゆい、チカチカする、充血する
など↓目を水道水で洗う
のどの症状: 痛む、いがらっぽい、せきが出るなど
↓うがいをする
※屋内で安静にし、それでも良くなるらないときは、医師の診察を受けてください。

○健康被害の問い合わせや報告は、健康課 ☎32・500へ



光化学スモッグにご注意ください

Q4 私たちができる取り組みは?
車を運転するときはエコドライブで。アイドリングストップを心がけましょう。注意報が発令されても直ちに被害が発生するわけではありません。過度に心配する必要はありません。

○光化学スモッグの情報は新潟県のホームページ(パソコン版 <http://www.niigata-ta-taik.com/>、携帯版 <http://www.niigata-ta-taik.com/m/>)からどうぞ。

☎環境政策課 ☎24・800



こちらから

長岡まつり大花火大会 (8月2日(月)・3日(火)) の 有料指定席を販売します

迫力ある花火が楽しめる有料指定席を7種類用意しました。ぜひご利用ください(無料観覧席もあります)。

販売期間 = 6月1日(火)～30日(水)午前9時30分から販売(満席になり次第終了) ⑦身体障害者観覧用駐車場のみ抽選

申込方法 = 市役所本庁、各支所、市民センター、西サービスセンター、東サービスセンターにある専用申込書でファクスまたは長岡まつり予約センターのホームページ <http://www.nagaokahanabi.jp> から申し込み

料金 = ■信濃川左岸【長岡IC側】

①団体席…50人用110,000円(540cm×720cm)
25人用 60,000円(540cm×360cm)

②テニスコート・マス席…1マス20,000円(180cm×180cm、定員5人)

③イス席…1人3,000円

④陸上競技場スタンド席…1人2,500円(禁煙)

■信濃川右岸【長岡駅側】

⑤右岸指定席…1人3,000円(堤防斜面)

⑥サジキ席(長生橋～大手大橋間)…1マス27,000円(120cm×150cm、定員4人)

■信濃川左岸・右岸

⑦身体障害者観覧用駐車場…自家用車1台1,000円(車1台につき身体障害者手帳所有者1人乗車。6月1日(火)～14日(月)にファクスのみの受け付け。抽選で決定)

※有料自由席は7月1日(木)から販売開始します(詳細は市政だより6月号)

☎有料指定席は長岡まつり予約センター ☎35・9244、まつり全般は長岡まつり協議会(観光課内) ☎39・2221



▲天地人花火

今年も天地人花火を
2日間、打ち上げます

■長岡まつり協賛のお願い

①天地人花火スポンサー募集(1スポンサー20万円以上)

「天地人」をテーマに壮大なスケールで送る音楽と調和した花火です。

②大型花火

職場やグループでスターマインを打ち上げられます。価格 = スターマイン306,000円から

③現金協賛(個人・団体)

価格 = 1口3,000円から

④花火協賛(単発)

価格 = 7号22,500円から

①～④いずれも 用5月10日(月)～6月4日(金)(③④は6月14日(月)まで)に長岡まつり協議会事務局 ☎39・2221へ

⑤フェニックス花火協賛金募集

「みんなであげようフェニックス」を合言葉に打ち上げる復興のシンボル・フェニックス花火は、今年で6回目になります。全国からいただいた温かい気持ちに感謝を込め、みなさん、打ち上げましょう!

☎復興支援ネットワーク・フェニックス ☎36・2537

長岡まつりは協賛金と有料席の売り上げで運営されています。ご支援をよろしく
お願いします

■用記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。



10月1日は国勢調査

国勢調査は、日本に住んでいるすべての人を対象とした大規模な統計調査です。調査項目は、性別、出生年月、就業状態など20項目です。調査の結果は、少子高齢化対策や暮らしの改善に役立つ基礎資料になります。ご理解をお願いします。

市では、大手通西分室に統計調査の事務室を設置し、準備を始めています。
☎庶務課 39・2248



今年5年に1度の国勢調査の年です!

ふとんの丸洗いサービス

次の条件を満たす人は年2回、ふとん(寝具)の丸洗いサービスが受けられます。対象者には申請書を送付済みです。届いていない場合はお問い合わせください。
条件①昭和10年4月1日以前に生まれた、ひとり暮らし

住宅建設の融資制度(最長25年返済)をご利用ください

- 次のすべてを満たす人が対象です。
- ①自らの居住用として市内に建てる
 - ②平成23年3月末日までに工事が完了または売買契約を締結する予定
 - ③前年1年間の所得金額が800万円以下
 - ④ほかに市の住宅融資制度を利用していない
 - ⑤市税を滞納していない
 - ⑥新潟県労働金庫で定める就業期間、年齢、担保、保証人などの貸付要件に該当する

| 資金の種類別 | 融資限度額 | 年利率(固定金利) |
|---------|----------------------|--------------|
| 新築資金 | 一般新築 | 700万円 2.9% |
| | 克雪住宅(落雪高床式、融雪式屋根、耐雪) | 1,000万円 2.0% |
| | 多世代同居住宅 | 1,000万円 2.0% |
| | 性能評価住宅 | 1,000万円 2.0% |
| リフォーム資金 | 一般 | 400万円 2.9% |
| | 融雪式屋根 | 400万円 2.0% |
| | 耐震 | 400万円 1.6% |
| | 高齢者・障害者向けバリアフリー | 400万円 1.6% |
| 宅地購入資金 | 700万円 2.9% | |

☎新潟県労働金庫 ☎建築住宅課 39・2265

倒産・解雇・雇止めなどで離職した人の国民健康保険料が軽減されます

前年の給与所得30/100に軽減して算定します(要申請)。
対象者=65歳未満の離職者(平成21年3月31日以降)で次のいずれかに該当する人
①倒産・解雇など…雇用保険の特定受給資格者(雇用保険受給資格者証の離職理由コードが11、12、21、22、31、32)
②雇止めなど…雇用保険の特定期間離職者(雇用保険受給資格者証の離職理由コードが23、33、34)



申請日=5月6日(木)から
必要なもの=雇用保険受給資格者証(写しでも可)、本人確認のできるもの

※高額療養費についても軽減制度が適用される場合があります。詳しくはお問い合わせください。

☎国保医療課 39・2220、各支所市民生活課

平成22年度(平成21年分)市・県民税の証明書の交付開始日は6月14日(月)です

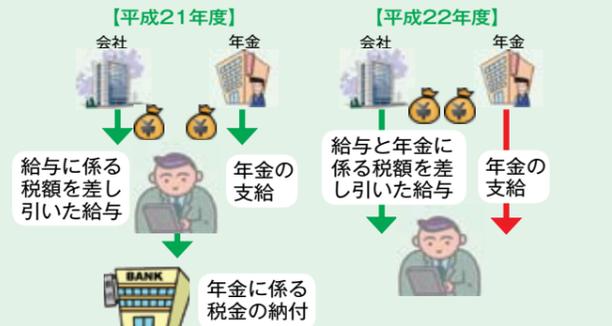
対象証明書=所得証明書、決定(課税)証明書、非課税証明書、税額証明書

平成22年度市・県民税の全額を給与から差し引かれる人(特別徴収)は、本人分のみ5月13日(木)から交付できます。

平成22年度市・県民税の納付方法の変更

平成22年度から、年金に係る税額も給与から差し引けるようになりました。

対象=平成22年4月1日現在65歳未満で給与と公的年金の収入のある人



☎市民税課 39・2212

既存住宅の省エネ・新エネ設備、断熱改修を補助します

- 対象=既存の住宅で次の2つ以上を導入①太陽光発電設備②太陽熱温水設備③CO₂冷媒ヒートポンプ給湯設備(エコキュート)④ガスエンジン給湯設備(エコウィル)⑤潜熱回収型給湯設備(エコジョーズ、エコフィール)⑥高効率照明設備⑦断熱改修工事⑧ペレットストーブ

※ペレットストーブは単独でも可

補助件数=40件程度(無着)

☎5月17日(月)から環境政策課 24・0528にある申込書で ※詳しくはお問い合わせください。(用)からも可)



天の恵み有効利用! 雨水タンク設置費を補助します

貯めた水は、花壇の水まきや洗車などに利用できます。川への雨水の流出を抑え、水害を防ぐ効果もあります。

対象=長岡地域の柿川・稲葉川周辺(おおむね坂之上、中島、蔵王、川崎、中沢地区)に居住する人 募集人数=50人(先着)
補助内容=100リットル以上貯められるタンクの購入・設置費用の2分1で上限2万円(1世帯につき1基)



☎5月6日(木)~9月30日(木)に住所、氏名、▲雨水タンク電話番号を下水道課 39・2235、Eメール gesui@city.nagao-ka.lg.jpへ(購入、設置は交付決定後、業者に依頼してください。メーカーにより費用は異なり、自己負担は2~5万円程度)

手続き・制度

●全国大会などに出場する小中学生の保護者に助成金を交付します
申請の手続きなど、詳しくはお問い合わせください。
☎学務課 39・2239 または各支所地域振興課

●中小企業従業員・農業者のための派遣研修助成制度をご利用ください
(助長岡市米百俵財団では、中小企業で働く人や農業に従事している人が、派遣研修に参加する場合に費用の一部を助成しています)

●市民活動研修助成制度をご利用ください
対象となる市民活動=保健福祉、社会教育、まちづくり、文化芸術、環境保全、災害救援、人権擁護、国際協力などの活動 対象となる研修=市民活動の推進役となる人材の

算した額(上限10万円) ②国外研修:自己負担額の3分の2以内の額(限度額30万円) ※予算の範囲内での助成となります
☎研修開始日の10日前までに庶務課内(助長岡市米百俵財団事務局) 39・2203へ

●リサイクル品抽選販売会
ごみに出された自転車や家具などと修理した物を販売します(品物の引き渡しは後日)。応募は、市民に限ります。

●長岡市墓園(鉢伏町)使用者募集
募集区画数=和式30区画、和洋選択可能20区画(先着) 面積=4㎡、6㎡ 応募要件=次の要件にすべて該当する人を優先①市内に住居がある②墓地がないために埋葬できない焼骨がある③使用許可後1年以内に墓碑を建立できる 永代使用料=4㎡149,000円、6㎡222,000円 管理手数料(年額)=4㎡1,200円、6㎡1,800円
☎5月19日(水)~来年3月31日(木)に市民課(市役所1階⑥番窓口) 39・2215へ
※募集要項は4月26日(月)から申し込み窓口で配布します。区画がなくなり次第締め切ります

- 軽自動車税 (全期)
- 介護保険料 (2期)

急患診療のお知らせ

診療時間外や休日に具合が悪くなったときにご利用ください。

| 施設名 | 診療科目 | 受付時間 |
|--|-----------------|--------------------------------------|
| ①休日・夜間急患診療所 ☎37・1199 FAX35・8266 | 内科 | 月～金曜日(祝休日は除く) 午後6時45分～9時30分 |
| | 内科 小児科 外科 | 日曜日・祝休日 午前9時～11時30分 午後1時～5時30分 |
| ②休日急患歯科診療所 ☎33・9644 | 歯科 | 日曜日・祝休日 午前9時～11時30分 午後1時～3時30分 |
| ③中越こども急患センター ☎86・5099 FAX94・4655 | 小児科 | 月～土曜日(祝休日は除く) 午後6時45分～9時30分 |

産婦人科は在宅当番医制です(日曜日・祝休日のみ)。お問い合わせは休日・夜間急患診療所☎37・1199へ。

【①～③は健康センター(西千手2の5の1)の中にあります】



| 施設名 | 診療科目 | 受付時間 |
|------------------------------|----------|---|
| ④小国診療所 ☎95・2010 (小国町橋沢88) | 内科 歯科 | 第3日曜日のみ 午前8時30分～11時30分 午後3時～4時30分 |

⑤休日在宅当番医 (見附・中之島地区)

| 期日 | 内科 | 外科 |
|----------|-------------------|-------------------|
| 2日(日) | 杏仁堂医院 ☎62・0123 | 見附市立病院 ☎62・2800 |
| 3日(月) | 田崎医院 ☎62・1122 | 星整形外科医院 ☎66・8808 |
| 4日(火) | 霜鳥医院 ☎62・0579 | 寺師医院 ☎62・0137 |
| 5日(水) | 関谷医院 ☎61・0205 | わたなべ皮フ科 ☎62・7750 |
| 9日(日) | 石川医院 ☎66・2140 | 石澤医院 ☎62・2500 |
| 16日(日) | 林俊幸クリニック ☎66・3000 | 貝瀬皮膚科 ☎66・8100 |
| 23日(日) | 村上医院 ☎63・4600 | お元気クリニック ☎63・3800 |
| 30日(日) | 内島医院 ☎66・2446 | 見附南医院 ☎63・4477 |
| 5月 6日(日) | 見附市立病院 ☎62・2800 | 金井医院 ☎62・0116 |

受付時間はお問い合わせください。

- ※症状が軽いときは、日中にかかりつけ医を受診するか、上記①～⑤を受診してください。
- ※入院や手術が必要な重症者の救急診療は、下記の3病院が行います。
当番病院は、休日・夜間急患診療所☎37・1199(受付時間のみ)、長岡市医師会☎22・5600または消防本部☎36・0119にお問い合わせください。

| |
|-------------------|
| 立川総合病院 ☎33・3111 |
| 長岡赤十字病院 ☎28・3600 |
| 長岡中央総合病院 ☎35・3700 |

■用記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。

ご利用ください！ 長岡市中小企業制度融資

申し込みは、市内の各金融機関へどうぞ。詳しくは各担当課へお問い合わせください

| 制度名 | 融資限度額 | 貸付利率(年・固定金利) | 返済期間 | 問い合わせ | |
|-----------------|--|---|--------------------------------------|----------------------|----------------------|
| 中小企業振興資金 | 普通貸付 | 2,000万円 2.6% (信用保証付は2.2%) | 運転資金6年以内(据置1年以内含む) 設備資金7年以内(以内含む) | 商業振興課 ☎39・2228 | |
| | 組合貸付 | 5,000万円 (返済期間1年未満の) 運転資金は2億円) | 2.4% (返済期間1年未満の) 運転資金は1.5%) | 中之島支所 産業課 ☎61・2013 | |
| | 創業貸付★ | 1,000万円 2.5% (信用保証付は2.4%) | 運転資金5年以内(据置1年以内含む) 設備資金7年以内(以内含む) | 越路支所 産業課 ☎92・5903 | |
| 中小企業高度化資金 | 普通貸付 | 4,000万円 2.4% (信用保証付は2.2%) | 10年以内(据置1年以内含む) | 三島支所 産業課 ☎42・2249 | |
| | 組合貸付(共同施設事業) | 所要資金の2/3以内で 4,000万円 | 2.4% | 7年以内(据置6月以内含む) | 山古志支所 産業課 ☎59・2343 |
| | 組合貸付(県高度化対象) | 所要資金から県高度化資金貸付額を除いた額の1/3 | 2.4% | 15年以内(据置3年以内含む) | 小国支所 産業課 ☎95・5906 |
| | 特別貸付(中小流通業店舗等活性化資金) | 5,000万円 | 2.1% (信用保証付は1.9%) | 10年以内(据置1年以内含む) | 和島支所 産業課 ☎74・3111(代) |
| 中小企業経営安定支援特別融資● | 3,000万円 | 1.9% | 9年以内(据置2年以内含む) | 寺泊支所 産業課 ☎75・3105 | |
| 中小企業連鎖倒産防止対策資金 | 倒産企業との債権額の範囲内で3,000万円(特認7,000万円) | 1.9% | 9年以内(据置2年以内含む) | 栃尾支所 商工観光課 ☎52・5827 | |
| 小口零細企業保証制度資金★ | 1,250万円 (ただし保証協会の保証付融資残額が1,250万円以内) | 2.1% | 運転資金5年以内(据置1年以内含む) 設備資金7年以内(以内含む) | 与板支所 産業課 ☎72・3100(代) | |
| 中小企業災害復旧資金 | 3,000万円 | 5年以内2.2% (信用保証付は1.7%) 5年超9年以内2.4% (信用保証付は1.9%) | 運転資金7年以内(据置1年以内含む) 設備資金9年以内(以内含む) | 川口支所 産業課 ☎89・3113 | |
| 新技術新製品開発資金 | 2,500万円 | 1.7% | 8年以内(据置1年以内含む) | 工業振興課 ☎39・2222 | |
| 設備資金 | 4,000万円 1年以上5年未満の 創業者は6,000万円 | 1.9% | 8年以内(据置1年以内含む) | 企業誘致課 ☎39・2298 | |
| 工場等立地促進資金 | 用地購入費の2/3 建物の建設・購入費の2/3で2億円限度 | 1.7% | 10年以内(据置2年以内含む) | | |

○信用保証料を補助します

- ★印の付いている融資を新潟県信用保証協会の保証付きで利用した場合、信用保証料の一部または全部を市が補助し、借り入れの際の負担を軽減します。
補助率 = 中小企業振興資金創業貸付……100%
小口零細企業保証制度資金……75%

○中小企業経営安定支援特別融資の取り扱い期間を平成23年3月31日まで延長(●印)

既往の市の制度融資の借り換えや、信用保証協会の景気対応緊急保証制度にも対応しています。

○元金返済猶予制度の取り扱い期間を平成23年3月31日まで延長

既往の市の制度融資の元金返済を、最長1年間猶予することができます(別途対象要件あり)。

募集

バンベルク市アウト・プリードリックヒ大学講座受講生

期間 8月2日(月)～28日(土)
対象 ドイツ語での授業を理解できる語学力のある、市出身または在住の大学生 募集人数 11人(選考あり)
1 マーケティング現代文学(1945年～2010年) 経費 渡航費などは自己負担(バンベルク市と)長岡市国際交



流協会の一部奨学金を支給(6月14日)まで(国交)に国際交流課内(長岡市国際交流事務局) ☎39・2207へ

●長岡市廃棄物減量等推進審議会の委員

いて審議・検討します。募集人数 4人(公募以外の委員は17人) 任期 1年(5月1日現在で市内に住む20歳以上で、年3回程度平日日中開催する会議に出席できる人(公務員、長岡市の審議会・委員会の委員は除く) 報酬 1回につき9,100円 選考方法 書類審査、面接(面接は6月中旬予定、後日通知) 5月31日(月)までに、「長岡市のごみの減量とリサイクルの推進について」のレポート(8

00字程度、書式不問)を添えて市役所1階市民情報ラウンジ、市民センター、各支所市民生活課、環境業務課、市ホームページにある申込書で(Eメール可) 環境業務課 ☎24・2837、Eメール kankyogy@city.nagaoka.jp

●図書館司書非常勤嘱託員 募集人員 1人 雇用期間 6月1日～平成23年3月31日 仕事 図書資料の選定・収集などの専門的業務、貸出・返却・整理などの業務、一般事務など



みんなのひろば

●＝問い合わせ
 ●＝申し込み（記載のないものは直接会場へ）
 ●＝料金の記載のないものは無料

市民の各種サークル、国・県などの催し情報、会員募集などを掲載しています。

◆原稿締め切り…7月号は5月31日(月)(必着)。開催日や申し込み締め切りが7月10日(土)以降のものに限りです。

◆提出先…〒940-8501 広報課へ郵送、持参、FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jp

次に該当するものは原則掲載できません。
 ①広く市民が参加・応募できない
 ②活動が主に市外で行われている
 ③独自のPR手段を持っている（新聞・テレビ広告など）
 ④政治・宗教または営利を目的とする
 応募多数の場合、掲載できないことがあります。会員募集は原則として掲載後1年間再度掲載しません。

広報課 ☎39・2202

催し

■**県立歴史博物館春季企画展**
 「旅つれづれ、江戸時代の旅と越後・佐渡の名所」
 日時 5月30日(日)までの午前9時30分～午後5時 料金 一般500円、高校生・大学生200円、園芸館 ☎47・6135

■**こいのぼり200匹が大空に!**
 水道公園子どもフェスティバル
 期間 5月1日(土)～5日(祝) (5日(祝)午前10時～午後3時は山古志の山菜などの即売会、浄水場の歴史展示) 会場 水道公園 園水道長生クラブ・小林さん ☎36・7176

■**「旧家の薬壺」古民家で展開する一ヶ月の展覧会**
 日時 5月1日(土)～31日(月)の土・日・祝日、10日(月)・11日(火)午前10時～午後6時(平日は予約で開催) 会場 小林邸(逆谷) 内容 美術・写真展示、講演会

■**昭和の車展示会**
 日時と内容 6月6日(日)午前10時50分～11時20分：市役所前長岡駅前をパレード、午前11時30分～午後4時：車の展示 会場 大手通り歩行者天国 園長岡クラシックカークラブ事務局・高野さん ☎47・0668

■**「争」尺八演奏会**
 日時 6月6日(日)午後2時～3時30分 会場 リリックホール 曲目 風の舞曲、華紋など 園波の会・柴木さん ☎34・5755

■**憲法九条を守る集い**
 日時 6月13日(日)午後1時30分～4時 会場 リリックホール 内容 脚本家・小山内美江子さんの講演、池田聡子さんほかによる生田流箏曲演奏 定員 600人(先着) 園九条を守る長岡の会・加藤さん ☎24・2227

■**小中学生対象口ボン指導会**
 日時 毎週土曜日午後2時～3時30分 会場 青少年文化センター 園高橋さん ☎090・2987・9955

■**長岡大学の中国出身の学生が教える「中国語講座」**
 日時 毎週水曜日午後7時～8時30分 会場 中央公民館 料金 月3,000円 園張波さん ☎080・6523・5488

■**スポーツ**
 クラシックバレエサークル 会員募集
 日時 毎週水・金曜日午前10時～11時55分 会場 リリックホール など 対象 女性(子連れ参加可) 料金 1回1,200円

■**山公民館 コース** 3・8・15 km 料金 高校生以上3,000円、中学生以下1,000円 園5月15日(土)までに同大会事務局・森山さん ☎89・3418へ

■**スクエアダンス無料体験会**
 日時 5月29日(土)午後7時30分～9時 会場 中央公民館 園長岡スクエアダンスクラブ・馬場さん ☎66・7856

■**精神障害者「家族のつどい」**
 日時 5月14日(金)午前10時～正午 会場 社会福祉センター(水道町3) 園精神障害者家族会事務局(福祉相談課内) ☎39・2218

■**精神保健福祉相談会(予約制)**
 日時 5月17日(月)、6月21日(月)午後2時～3時30分 会場 園県長岡地域振興局地域保健課 ☎33・4931

■**河井継之助の旅日記「塵壺からみた人間学と論語」**
 日時 5月7日(月)の第2・4金曜日午後1時30分～3時 会場 互尊文庫 講師 ちりつぽの会・竹村保さんほか 定員 15人(先着) 料金 3,000円 園ちりつぽ事務局・金内さん ☎90・2846・4914

■**郷土史講演会「長岡大花火の130年―正三尺玉を中心に」**
 日時 5月15日(土)午後1時30分～3時30分 会場 中央図書館 講師 長岡郷土史研究会会員・長谷川健一さん 園長岡郷土史研究会 ☎36・7832

■**森林インストラクターと新緑を歩きましょう**
 日時 5月16日(日)午前10時～午後3時 コース 東山ファミリランド自然観察林・三ノ峠山 料金 1,000円 園松田さん ☎34・8832(午後7時以降)

■**「女と男のおひとりさま道」講演会**
 日時 5月16日(日)午後2時～3時30分 会場 長岡グランドホテル 講師 東京大学大学院教授・上野千鶴子さん 料金 1,000円 園女のスペース・ながおか ☎38・0457

■**村山薫・村田綾可2台ピアノコンサート**
 日時 5月16日(日)午後5時～7時 会場 リリックホール 曲目 くるみ割り人形ほか 料金

■**親子サークル「ポップコーン体験会」**
 期日と会場 5月11日(火)・18日(火) 四郎丸コミュニティセンター1、14日(金)・21日(金) 関原縄文の杜 時間 午前10時30分～正午 内容 赤ちゃんマツサージ、

■**女性ソフトボール部員募集**
 日時 毎週水曜日午後7時から、毎週日曜日午前9時から 会場 アルプス電気グラウンド(東高見1) 対象 高校生以上(初心者可) 年会費 12,000円 園遠藤さん ☎35・5078

■**長岡WEST(ジュニアバレエホール) 団員募集**
 日時と会場 毎週月曜日午後7時～9時 関原中学校、毎週木曜日午後7時～9時 大積小学校、毎週金曜日午後5時30分～7時30分 大島コミュニティセンター1、毎週土曜日午後4時30分～7時 大島小学校 対象 小学生女子 月会費 2,000円 園寺井さん ☎090・3131・7382(午後7時以降)

■**マツピラティス長岡・三島 会員募集**
 日時と会場 毎週木曜日正午～午後1時 市民体育館(5月は6日・20日のみ開催)、毎週月曜日午前10時30分～11時30分 しま会館 月会費 3,000円 園佐藤さん ☎39・7176

■**ワンコインピラティス体験会**
 日時 5月22日(土)・29日(土)午前10時30分～午後0時30分 会場 ホテルニューオータニ長岡 定員 各15人(先着) 料金 500円 講師 園インストラクター 岡村秀昭さん ☎090・2995・0843

■**田麦山ロードレース大会**
 日時 6月13日(日)午前8時35分～ 会場 (雨天決行) 集合 田麦

■**リズム体操など** 対象 入園前の子どもと母親、祖母 園新日本婦人の会長岡支部・田口さん ☎34・7635

■**「河井継之助の旅日記」塵壺からみた人間学と論語**
 日時 5月7日(月)の第2・4金曜日午後1時30分～3時 会場 互尊文庫 講師 ちりつぽの会・竹村保さんほか 定員 15人(先着) 料金 3,000円 園ちりつぽ事務局・金内さん ☎90・2846・4914

■**郷土史講演会「長岡大花火の130年―正三尺玉を中心に」**
 日時 5月15日(土)午後1時30分～3時30分 会場 中央図書館 講師 長岡郷土史研究会会員・長谷川健一さん 園長岡郷土史研究会 ☎36・7832

■**森林インストラクターと新緑を歩きましょう**
 日時 5月16日(日)午前10時～午後3時 コース 東山ファミリランド自然観察林・三ノ峠山 料金 1,000円 園松田さん ☎34・8832(午後7時以降)

■**「女と男のおひとりさま道」講演会**
 日時 5月16日(日)午後2時～3時30分 会場 長岡グランドホテル 講師 東京大学大学院教授・上野千鶴子さん 料金 1,000円 園女のスペース・ながおか ☎38・0457

■**村山薫・村田綾可2台ピアノコンサート**
 日時 5月16日(日)午後5時～7時 会場 リリックホール 曲目 くるみ割り人形ほか 料金

■**河内さくら先生料理教室**
 日時 5月19日(水)午後1時30分～4時30分 会場 市立劇場 定員 200人(先着) 園5月10日(月)までに新潟県長岡塩販売組合事務局 ☎52・2101へ

■**長岡造形大学第3アトリ工棟 完成市民見学会**
 日時 5月22日(土)午前10時～午後4時 園同大学市民工務事務室 ☎21・3424

■**中畑清講演会「わが野球人生」**
 日時 5月22日(土)午後2時～3時30分 会場 ホテルニューオータニ二長岡 料金 1,000円 チケット販売 文信堂書店長岡店(長岡駅ビル内) 園倫理法人会事務局 ☎39・8966

■**楽しいリトミック体験**
 日時 5月23日(日)午前10時～午後1時 会場 東部どんぐり保育園 対象 中学生以上 講師 国立音楽大学講師・馬淵明彦さん 料金 3,000円 園新潟リトミックの会・内山さん ☎39・5081

■**長岡大学生涯学習センター 公開講座「韓国が強いもの」**
 日時 5月26日(水)6月23日(日)の毎週水曜日午後6時30分～8時(計5回) 講師 権五景さん 料金 5,000円 会場 園同センター ☎39・1903

■**暮らしが変わる生活講座**
 日時 5月28日(金)・12月24日(第4金曜日)午前10時～午後0時30分(8月27日を除く計7回)

■**子猫の里親さがし**
 生後2カ月までの猫を飼えなくなつた人、飼いたい人はどうぞ。日時 6月6日(日)午前11時～午後1時 会場 大手通り歩行者天国 園捨猫防止会・青木さん ☎080・1129・2636

■**看護師再就職支援講習会**
 日時 6月14日(月)～18日(金)午前10時～午後3時30分(計5回) 会場 立川メデイカルセンター1会場(神田町2) 料金 3,000円 園保育 ☎1日1,000円(3歳未満、昼食代込み) 園5月31日(月)までに中越潜在看護師再就職支援センター ☎33・3111へ

■**多重債務者相談電話(秘密厳守)**
 法律専門家の紹介もします。日時 月々金曜日午前8時30分～正午、午後1時～4時30分(祝日を除く) 相談電話 新潟県財務事務所 ☎025・229・2788

■**俳句学習会「朱鷺の会」** 会員
 日時 毎月第1・3土曜日午後1時～3時 会場 市民センター1 年会費 2,000円 園吉岡さん ☎22・3766

■**酒類販売管理協力員**
 買い物などの際に店頭価格などを確認し、報告します。謝金 1件あたり1,000円 募集期間 5月6日(木)～31日(月) 園長岡税務署 ☎35・8738

■**よさこいNAGAOKA 会員**
 日時 毎週火曜日午前10時～11時30分 会場 中央公民館 月会費 500円 園堀口さん ☎25・0488

■**県立美術師友の会 会員**
 期間 平成23年3月31日まで 特典 企画展の無料観覧券の配布、レストランの割り引きなど 年会費 一般4,000円、学生2,000円、家族10,000円 園同事務局 ☎28・4419

■**雪割草を楽しむ会 会員**
 期日 月1回程度 年会費 2,000円 会場 園板垣さん宅(喜多町) ☎27・5355

■**市民農園入園者**
 場所 におしの里(長倉町) 区画 70区画(先着) (1区画33㎡) 期間 申込日～降雪前 料金 年5,000円 園長倉農住組合・土田さん ☎31・5010へ

■**学校給食残さリサイクル回収ボランティア**
 半日や週2日でも大歓迎です。日時 平日午前9時～正午、午後1時～4時 園地域循環ネットワーク ☎34・4450

■**子育てサークル「やぎの会」** 会員
 日時 毎週水曜日午前10時30分～午後0時30分(見学可) 会場 宮原公民館 対象 就園前までの子とその保護者 月会費 500円 園菊地さん ☎090・2238・2234

■**長岡技術科学大学公開講座「IT技術と電気自動車への期待」**
 日時 6月5日(土)午前9時30分～11時30分 会場 中央公民館 定員 40人(先着) 料金 200円 園5月31日(月)までに所定の申込書で同大学産学・地域連携課 ☎47・9278へ

■**長岡市民釣大会**
 日時 6月6日(日)午前6時集合 会場 黒川第4ダム(高頭町) 対象 魚「フナ、コイ」 定員 40人(先着) 料金 大人1,500円、小・中学生700円 園5月23日(日)までに市内釣具店にある申込書で 園長岡市釣魚連盟事務局・田島さん ☎24・5625

■**鋸山清掃登山**
 日時 6月6日(日)午前8時～午後4時 集合 栖吉登山口 料金 1,000円 園5月27日(木)までに長岡勤労者山岳会・大室さん ☎34・5801へ

■**市民川柳大会**
 日時 6月6日(日)午前10時～午後4時 会場 東泉閣(柏町2) 料金 1,500円 宿題 「座る」「腕」「弁当」「ほろび」「雑詠」(各2句) 投句代は定額小為替(500円分) 園5月31日(月)までに長岡川柳会・野田さん ☎35・9037へ

■**「女と男のおひとりさま道」講演会**
 日時 5月16日(日)午後2時～3時30分 会場 長岡グランドホテル 講師 東京大学大学院教授・上野千鶴子さん 料金 1,000円 園女のスペース・ながおか ☎38・0457

■**村山薫・村田綾可2台ピアノコンサート**
 日時 5月16日(日)午後5時～7時 会場 リリックホール 曲目 くるみ割り人形ほか 料金

■**親子サークル「ポップコーン体験会」**
 期日と会場 5月11日(火)・18日(火) 四郎丸コミュニティセンター1、14日(金)・21日(金) 関原縄文の杜 時間 午前10時30分～正午 内容 赤ちゃんマツサージ、

■**女性ソフトボール部員募集**
 日時 毎週水曜日午後7時から、毎週日曜日午前9時から 会場 アルプス電気グラウンド(東高見1) 対象 高校生以上(初心者可) 年会費 12,000円 園遠藤さん ☎35・5078

■**長岡WEST(ジュニアバレエホール) 団員募集**
 日時と会場 毎週月曜日午後7時～9時 関原中学校、毎週木曜日午後7時～9時 大積小学校、毎週金曜日午後5時30分～7時30分 大島コミュニティセンター1、毎週土曜日午後4時30分～7時 大島小学校 対象 小学生女子 月会費 2,000円 園寺井さん ☎090・3131・7382(午後7時以降)

■**マツピラティス長岡・三島 会員募集**
 日時と会場 毎週木曜日正午～午後1時 市民体育館(5月は6日・20日のみ開催)、毎週月曜日午前10時30分～11時30分 しま会館 月会費 3,000円 園佐藤さん ☎39・7176

■**ワンコインピラティス体験会**
 日時 5月22日(土)・29日(土)午前10時30分～午後0時30分 会場 ホテルニューオータニ長岡 定員 各15人(先着) 料金 500円 講師 園インストラクター 岡村秀昭さん ☎090・2995・0843

■**田麦山ロードレース大会**
 日時 6月13日(日)午前8時35分～ 会場 (雨天決行) 集合 田麦

■**リズム体操など** 対象 入園前の子どもと母親、祖母 園新日本婦人の会長岡支部・田口さん ☎34・7635

■**「河井継之助の旅日記」塵壺からみた人間学と論語**
 日時 5月7日(月)の第2・4金曜日午後1時30分～3時 会場 互尊文庫 講師 ちりつぽの会・竹村保さんほか 定員 15人(先着) 料金 3,000円 園ちりつぽ事務局・金内さん ☎90・2846・4914

■**郷土史講演会「長岡大花火の130年―正三尺玉を中心に」**
 日時 5月15日(土)午後1時30分～3時30分 会場 中央図書館 講師 長岡郷土史研究会会員・長谷川健一さん 園長岡郷土史研究会 ☎36・7832

■**森林インストラクターと新緑を歩きましょう**
 日時 5月16日(日)午前10時～午後3時 コース 東山ファミリランド自然観察林・三ノ峠山 料金 1,000円 園松田さん ☎34・8832(午後7時以降)

■**「女と男のおひとりさま道」講演会**
 日時 5月16日(日)午後2時～3時30分 会場 長岡グランドホテル 講師 東京大学大学院教授・上野千鶴子さん 料金 1,000円 園女のスペース・ながおか ☎38・0457

催し

スポーツ

健康

くらし

手続き・制度

募集

みんなのひろば

みんなのひろば

■**昭和の車展示会**
 日時と内容 6月6日(日)午前10時50分～11時20分：市役所前長岡駅前をパレード、午前11時30分～午後4時：車の展示 会場 大手通り歩行者天国 園長岡クラシックカークラブ事務局・高野さん ☎47・0668

■**「争」尺八演奏会**
 日時 6月6日(日)午後2時～3時30分 会場 リリックホール 曲目 風の舞曲、華紋など 園波の会・柴木さん ☎34・5755

■**憲法九条を守る集い**
 日時 6月13日(日)午後1時30分～4時 会場 リリックホール 内容 脚本家・小山内美江子さんの講演、池田聡子さんほかによる生田流箏曲演奏 定員 600人(先着) 園九条を守る長岡の会・加藤さん ☎24・2227

■**小中学生対象口ボン指導会**
 日時 毎週土曜日午後2時～3時30分 会場 青少年文化センター 園高橋さん ☎090・2987・9955

■**長岡大学の中国出身の学生が教える「中国語講座」**
 日時 毎週水曜日午後7時～8時30分 会場 中央公民館 料金 月3,000円 園張波さん ☎080・6523・5488

■**スポーツ**
 クラシックバレエサークル 会員募集
 日時 毎週水・金曜日午前10時～11時55分 会場 リリックホール など 対象 女性(子連れ参加可) 料金 1回1,200円

■**山公民館 コース** 3・8・15 km 料金 高校生以上3,000円、中学生以下1,000円 園5月15日(土)までに同大会事務局・森山さん ☎89・3418へ

■**スクエアダンス無料体験会**
 日時 5月29日(土)午後7時30分～9時 会場 中央公民館 園長岡スクエアダンスクラブ・馬場さん ☎66・7856

■**精神障害者「家族のつどい」**
 日時 5月14日(金)午前10時～正午 会場 社会福祉センター(水道町3) 園精神障害者家族会事務局(福祉相談課内) ☎39・2218

■**精神保健福祉相談会(予約制)**
 日時 5月17日(月)、6月21日(月)午後2時～3時30分 会場 園県長岡地域振興局地域保健課 ☎33・4931

■**後悔しない歯の健康**
 日時 6月6日(日)午前11時～午後4時 会場 市民センター 内容 無料歯科健診・相談、口腔がん検診など 園長岡歯科医師会 ☎32・1430

■**AA長岡グループステップセミナー**
 アルコール依存症など飲酒の問題を一緒に考えませんか。日時 6月6日(日)午後1時～4時30分 会場 社会福祉センター1(水道町3) 園大川さん ☎090・5511・4022

今から始める

お手軽けんこう教室②

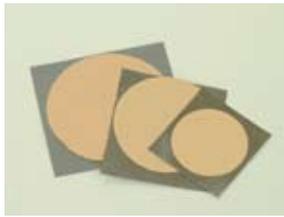
たばこをやめるヒント



「たばこをやめたいんだけど、何かいい方法はないかな…。そんな声にお応えし、今回のお手軽けんこう教室は、ムリなくたばこをやめるヒントをお教えます。

ニコチンパッチは効く

薬局・薬店で買えるニコチンパッチは、たばこをやめる第一歩としてオススメです。たばこを吸わないことで生じる「イライラ感」をやわらげる効果があります。慣れてきたら使う量を徐々に減らしていき、そのうちに「吸いたい」という気持ちは小さくなっていきます。



▲ニコチンパッチ。使い始めは1日分約400円

灰皿を片付ける

意図的に自分の周囲を、吸いたくても吸えない環境にしてしまうのも効果的です。目に見える所から、灰皿を片付けてしまいましょう。

1日→1週間→1カ月

市が行っている禁煙教室で見事成功した人たちによると、1日吸わずに我慢できたら、それが大きな自信になったそうです。1週間がんばり通せたら、食事が以前よりおいしく感じられるようになったといいます。1カ月続けたらタバコ臭くなくなり、家族との距離が縮まったという声も聞かれました。

まずは1カ月、がんばってみましょう。

長岡市の人口

4月1現在。()は前月比



283,280人
(-1,051)



138,342人
(-534)



144,938人
(-517)



99,776世帯
(-196)



寛益寺 ☎42・2180 (三島地域)



ながおか探訪

ぼたんうん

49

■今年12年に一度の御開帳の年

寛益寺は奈良時代の養老2(718)年、行基によって開山されました。以来、人々からあつい信仰を集め、上杉謙信も戦勝祈願に訪れたと伝えられます。木造金剛力士立像や木造四天王立像、木造十二神将立像など多くの指定文化財を所蔵し、仏教興隆の地として栄えた往時をしのべます。本尊は木造薬師如来立像。何年かに一度お参りするだけで御利益があるといわれる秘仏で、普段は



駐車スペースが限られるため、公共交通機関をご利用ください。9日のみ長岡駅大手口北側から無料臨時バスが運行します。

厨子の奥に安置されています。寅年である今年、薬師如来の浄土が東(寅)にあることから、干支にちなんで御開帳の年にあたります。期間は5月9日(日)～11日(火)。9日午前8時30分からは、稚児行列も行われます。

●今月の表紙●

寺泊小学校の入学式で、寺泊水族博物館のアカウミガメの子ガメとマゼランペンギンが新1年生をお出迎え。子ガメは今年1月、寺泊大和田海岸に漂着、水族博物館で保護されたものです。今では元気いっぱい。生きたカメに触れた子どもたちはまん丸目に。(4月8日、寺泊小学校)

