

暮らしのそばに、新しい発見。

市政だより

ながおか

4

No.715

2014.4.1



魅せた。長岡の宝

ホノルルで三島の丸太早切選手権

(詳しくは3ページ)

大花火大会 市民先行販売・・・P2

ホノルル市民の心に根付いた「長岡花火」・・・P3

4月29日 さいわいプラザ オープン・・・P4

新年度予算 安全・安心と活力を創造・・・P8

特集 がん検診のすすめ・・・P14



姉妹都市になって、3年目

ホノルル市民の 心に根付いた 長岡花火

国際交流課 ☎39・2207

市民交流で 長岡の魅力もPR

姉妹都市ホノルル市とさら
に友好の絆を深めるため、森
市長を団長とする長岡市の公
式・市民訪問団など約90人が
3月6日～11日、ホノルル市
を訪れました。
日米の文化交流を目的に開
かれた大規模イベント「ホノ
ルルフェスティバル」では、
初めて三島地域の丸太早切り
と小国地域の折り紙アートを
PRし、大勢の人が集まりま

した。
長岡花火の紹介では、ホノ
ルル市民のみなさんに知名度
が高いことを実感するやりと
りも交わされました。
**長岡花火は
両市の友好の証しに**
3月9日（日本時間10日）、
ホノルルの夜空に「世界に届
け、平和への祈り」と名付け
た約1,800発の長岡花火

①副代表の大島健さん(中央)は「多くの人に体験してもらえてよかった。三島に来てもらって日米対決がしたいですね」と感激した様子。(表紙)海外デビューのマスコットキャラクター・みしまる太くんも応援 ②身振り手振りやりとり。代表の相波葉子さんは「折り紙の楽しさを十分伝えられ手応えあり」と満足そう ③関心が高い山古志地域の錦鯉 ④ワイキキで打ち上げる長岡花火のことをよく聞かれ観光担当者は知名度の高さを実感 ⑤日本酒も大人気。手に取る人が絶えません



⑥最初は白菊。真珠湾攻撃と長岡空襲の犠牲者のため、日米友好と世界の恒久平和を願って3発が夜空へ ⑦フェニックス花火は初めて平原綾香さんのジュビターにのせて ⑧長岡花火の思い出を語るコールドウェル市長(左)

が打ち上がりました。戦没者の慰霊と世界の恒久平和への願い、そして東日本震災の被災地へエールを送る花火です。

を深めるとともに、太平洋戦争終結70周年は日米友好の絆を新たに深めることにつながると「特別に紹介してくれました。」

打ち上げに先立ちホノルル市のコールドウェル市長は、約2,000人が集まったホノルルフェスティバルでのスピーチで「長岡の花火は1945年8月の長岡空襲で亡くなった方々の慰霊と平和の祈りが込められている花火です。ワイキキで打ち上げられるのは意義があること。両市の絆

ホノルル市民の心に長岡花火が着実に浸透していることに加えて、市民同士の交流もさらに絆を深める機会になりました。両市は今後も、青少年の平和教育交流を中心に友好関係を築くとともに、市民によるスポーツ・文化交流も新たに取り組んでいきます。

長岡まつり大花火大会 有料観覧席

いよいよ開始！ 市民に先行販売します

応募締切
5月13日(火)
【消印有効】

有料観覧席の約6割を一般販売に先駆けて市内在住者に優先的に販売します。販売は全て抽選です。市政だよりにある往復はがきでお申し込みください。



有料席は幅広いニーズに対応しました

- 少人数向けに右岸指定席(右岸)、イス席(左岸)
- 家族・仲間などグループ向けにマス席(右岸・左岸)
- 少人数からグループなど幅広いニーズに対応できるフェニックス席(右岸)
- カメラマン、身体障害者の専用席もあります。

応募方法
38・39ページにある席種、応募方法などをご確認いただき、**39ページ・裏表紙の往復はがき**でお申し込みください。
※市販の往復はがきも可

38・39ページ、裏表紙もご覧ください

長岡の大花火 検索

★今回の市民先行販売に外れても、6月3日(火)～12日(木)の一般販売に応募することができます(※詳しくは市政だより5月号で)

有料観覧席チケット販売について……………長岡まつり予約センター ☎35・9244
長岡まつり大花火大会について…長岡まつり協議会事務局(まつり振興課内) ☎39・2221

私たちがオープニングイベントを紹介します。当日は「夢ラジオ」を生中継。会場に来られない人はFMながおが(80.7MHz)を聞いてね!



宮内中学校生徒会の(右から)会長・星野あすかさん、副会長・安藤圭汰さん、副会長・宮崎楓華さん、事務局長・今井駿弥さん

まなびと健康の広場

さいわいプラザ

4/29(祝) オープニングイベント

13:30~16:30

教育・健康分野の各課が趣向を凝らし総出で迎える、さいわいプラザの文化祭的イベントです。ぜひ遊びに、学びに来てください。

☎教育総務課 ☎39・2238



オープニングセレモニー

午後0時40分~

子どもたちの演奏と合唱が花を添えます!



熱中! 感動! 夢づくり教育の一部を紹介

午後1時30分~

●「JHSながおが夢ラジオ」増刊号

宮内中学校の生徒がドッキドキの公開生放送に挑戦! イベントの実況やインタビューもします。



午後2時30分~

●巨大書に挑戦

上通小学校6年生が、書・篆刻作家の柳澤魁秀さんとド迫力のパフォーマンスを見せます。

●移動水族博物館

ケヅメリクガメにタッチして、クイズに挑戦。景品をゲットしよう。



みんな、僕に会いに来てね。16ページも見て!

見どころはココ!

●日本初! 全長8メートル!

海牛ミョウシー親子の実物大模型がついにその全貌をあらわす

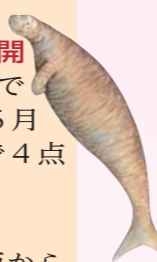
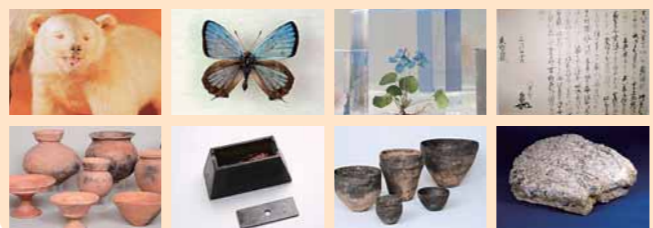
■海牛化石実物4点を公開
通常はレプリカと交代で展示する海牛の化石を、5月6日(休)までの期間限定で4点同時に公開します。

●科学博物館がリニューアルオープン!

ふるさと長岡の姿を、自然と歴史の両面から浮き彫りにします。☎科学博物館 ☎32・0546

■展示室の見どころ解説

各分野の学芸員・解説員が紹介します。
※5月3日(祝)~6日(休)午前10時~正午、午後2時~4時(随時)も行います



おいしい! 幸せ...

●お茶を一服いかがですか

中央公民館ゆどきスクールのお茶席です。



●カフェ・こころ

総合支援学校高等部の生徒が、当日限定のカフェを開店。アオーレ長岡の「福祉のカフェりらん」で好評のクッキーが味わえます。

●いま人気の給食メニュー、試食できます

給食の調理員だからこそ作れる子どもたちの大好きな味を試食してください(メニューは当日のお楽しみ。無くなり次第終了)。家庭で作れるレシピも公開します。



こんなお楽しみイベントも!!

●パパママサークルスペシャル

詳しくは28ページへ。

●無料健康チェック

たばこによる肺の汚れや血圧などが確認できます。

●移動図書館「米百俵号」がやってくる

当日貸出カードを作って本を借りられます。

●中央公民館 自由に見学できます(30日(水)も)

●-196℃の世界をみてみよう

「バナナで釘が打てる!」は本当か!?

長岡技術科学大学のサークルTECが大実験。

●長岡造形大学プレゼンツ 似顔絵コーナー



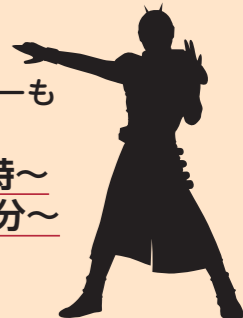
一緒に遊ぼう!

●作ってあそぼうワークショップ
市子ども会連絡協議会によるバルーンアート、虹色スコープ、キラキラしゃぼん玉など、楽しい遊びがいっぱいです。

●あの人気ヒーローもやってくる!

①午後2時~
②3時30分~

●ふわふわモコモコの山古志のアイドル、アルパカとのふれあい体験



中央公民館の教室は5月1日(木)から

教室の予約は電話または公共施設予約システムで受け付け中です。
☎中央公民館 ☎32・0437



使い方いろいろ54畳の和室



▲複数の「制振ダンパー付きプレス」でしっかり耐震補強

▼休日・夜間急患診療所は、シンプルな動線で結ばれる各診察室と広々として開放感のある待合室を整備



▲信濃川上空をトンボが舞う科学博物館の入り口

◆施設の一部を紹介します

住所=幸町2丁目1番1号



子どもたちの夢を描く力と生き抜く自信を育む「熱中! 感動! 夢づくり教育」の拠点、また市民の輝く笑顔を育む「健康」の拠点として、子どもから高齢者まで幅広い市民が集う交流の場となります。

耐震補強やバリアフリー化などの改修を終えた旧市役所本庁舎がリニューアル。市内に点在していた教育委員会事務局や中央公民館、科学博物館、健康センター、休日・夜間急患診療所(5月13日(火)~)などを集約した複合施設に生まれ変わります。

子どもたちの夢を描く力と生き抜く自信を育む「熱中! 感動! 夢づくり教育」の拠点、また市民の輝く笑顔を育む「健康」の拠点として、子どもから高齢者まで幅広い市民が集う交流の場となります。

さいわいプラザ

津波に備える。

津波災害の地域防災計画を策定

図危機管理防災本部 ☎39・2262



長岡市防災会議（2月25日 アオーレ長岡）

市民生活の安全を守ること
を目的に、災害対策の基本方針となる地域防災計画を定める「長岡市防災会議」で「地域防災計画 津波災害対策編」を策定しました。

地域防災計画の見直しは平成18年度以来。県が公表した津波浸水想定を踏まえた市の津波災害対策を取りまとめたものです。

最大クラスの地震・津波を想定した寺泊地域における最大津波高は3.96m。市は、町内会など27地区版の津波マップを地域住民とともに作成したり、観光客に避難経路を周知するため避難誘導看板を設置したりします。

森市長は「地区の

地域で津波マップを作成



▲「地区版津波マップ」を海岸地域の27地区で作成。住民が具体的な避難経路を検討し作成しました。浸水範囲、避難経路のほか、地区の防災情報を記載。実践的な訓練に活用されます

中で具体的な避難路などを地元のみなさんに決めていただくことは大事なことです。地区でさらに議論していただくとより安心な計画になると思いますが」と述べました。

さらに今年度は津波を想定した防災訓練を予定。今後津波災害をはじめ、あらゆる災害に備えていきます。

長岡造形大学

公立大学としてスタート

地域とともに成長、魅力と実力のある大学へ

平成6年に公設民営大学として開学した長岡造形大学。教育や研究、地域貢献活動のさらなる向上のため、4月から公立大学法人長岡造形大学（豊口協理専任、和田裕学長）としてスタートします。

地域協創センターを設置。地域で学び、研究成果を地域に還元

大学内に新設する地域協創センターは、企業やNPOなどと協働し、新たな地域価値を創る機関。学生が地域社会

の課題をテーマに、より実践的な知識と技術を学び、研究成果を産業振興や地域活性化に活かします。

また、教育力を向上するためデザインの最前線で活躍する人材を客員教授として任用。越後長岡応援団で映画作家の大林宣彦さん、建築家の隈研吾さんを招きます。

公立化により志願者数が昨



▶デザイン研究を通じた地域貢献。三島竹あかり街道のイベントで竹灯籠を設置



▶製品のデザインを話し合う学生研究を重ね、企業が求める専門技術と知識を身に付けます

年の3倍に増えた同大学。全国各地から向学心の高い学生が集まります。長岡にはない新しい視点を持った県外の若者が活動し交流することで、まちづくりに息吹が吹き込まれます。時代の要請と地域の期待に応えることのできる、魅力的で実力のある大学としてさらなる成長を目指します。



▶昨年11月に開通した左岸バス

市の組織が変わりました 教育・福祉・交通をさらに充実

図行政管理課 ☎39・2208

- 米百俵の精神の普及や人材育成を教育と一体的に推進するため、長岡市米百俵財団の業務を総務部庶務課から教育委員会の教育部教育総務課に移しました。
- 特別支援教育のさらなる充実のため、学校教育課に特別支援教育係を新設。一人ひとりに応じた教育の推進、医療・福祉関係機関と連携した支援の充実を図ります。
- 平成27年度から「子ども子育て支援新制度」が施行されることに伴い、保育園・幼稚園・認定こども園の入園の認定などに対応するため、保育課に入園窓口係を新設しました。
- 消費税の引き上げに伴う国の臨時福祉給付金業務に対応するため、福祉総務課に臨時的組織として、臨時福祉給付金班を設置しました。
- 東西道路の国道17号への接続、左岸バスの南北延伸、長岡北スマートIC（仮称）の設置などを推進するため、東西道路整備推進室を広域基幹道路整備推進室に改めました。

原子力災害時はこう動く！ 原子力防災ガイドブックを発行

原子力災害時の基本的な行動や安全対策の取り組みをまとめたガイドブックを作成しました。

「まずは屋内退避」「風向きなどを考慮し、特定区域のみ避難」など、いざというときの行動を分かりやすく掲載。福島第一原発事故の教訓や「市町村による原子力安全対策に関する研究会」の成果、昨年実施した原子力防災訓練の経験、市民のみなさんの声を反映しました。

また、26年度は普及・啓発用のDVDを作成。自主防災会などへの貸し出しやコミュニティセンターなどへ配布し活用してもらおう予定です。



▲市政だより4月号と一緒に全世帯に配布したほか、市有施設などでも設置しています

市町村による研究会（代表幹事 長岡市長）

2月20日、県内全市町村による「第10回市町村による原子力安全対策に関する研究会」で、県が示した「広域避難の行動指針(案)」の方向性について了承しました。今後も国、県などと検討を進め、安全対策にしっかり取り組んでいきます。

図原子力安全対策室 ☎39・2305



↑ 長岡の元気を創出

人口減少問題への対策として、若者の定住促進に力を入れます。日本一起業しやすいまちを目指し、全国から広く起業家を募集。長岡に夢と愛着を持って頑張る、チャレンジする人たちを応援します。

また、消費税率引き上げによる消費の落ち込みなどの懸念に対応するため、切れ目のない経済対策を講じます。

公共事業は生活に密着したきめ細かな事業を中心に実施。平成25年度3月補正予算の事業と合わせて地域経済を支えます。また、消費税対策の特別融資を創設するなど融資制度を拡充し、中小企業をしっかりと支援します。

↑ 復興10年・合併10年目 次の10年へ

7・13水害と中越大震災から10年、合併から10年目を迎え、次の10年を見据えた施策に力強く取り組みます。「全国植樹祭」の開催や「復興祈願花火フェニックス10」の打ち上げなどを通じ、復興の歩みと復興した姿を全国に発信することで東日本大震災の被災地を支援します。

また、地域資源の磨き上げやこれまでの成果を踏まえた地域づくりの施策を検討します。

↑ 暮らしの安全・安心の確保

産学官協働による健康・医療・福祉の連携と充実、独自の子育て支援事業に取り組み、市民の生活の安心を守ります。

局地的な豪雨による浸水被害の対策など災害に強いまちづくりを一層進めます。

↑ ふるさと長岡の魅力アップ

次代を担う子どもたちのふるさとへの誇り、愛着が、長岡市発展への原動力となるよう、10年目を迎える「熱中！感動！夢づくり教育」をさらに充実します。

「東京五輪・パラリンピック」開催に向け、国際試合の誘致の検討やジュニア選手育成強化などに取り組みます。

↑ 活発な交流をさらに拡大

中心市街地の価値の再生や左岸バイパスの南北延伸など交流をさらに拡大する基盤づくりを行います。まなびと健康の広場「さいわいプラザ」のオープンにより新たな交流の場を提供します。

長岡市の 予算

平成26年度の当初予算が決まりました。消費税率引き上げによる消費の落ち込みや駆け込み需要の反動減への懸念に対応し、地域経済をしっかりと支えることを最優先に考えた予算です。また、暮らしの安全・安心の確保と人口減少問題への対策として、若者の定住促進のための施策に力点を置きました。

さらに、7・13水害と中越大震災から10年、合併から10年目を迎え、次の10年、その先の未来に向け「たくましく前へ」と進んでいきます。

図財政課 ☎39・2209

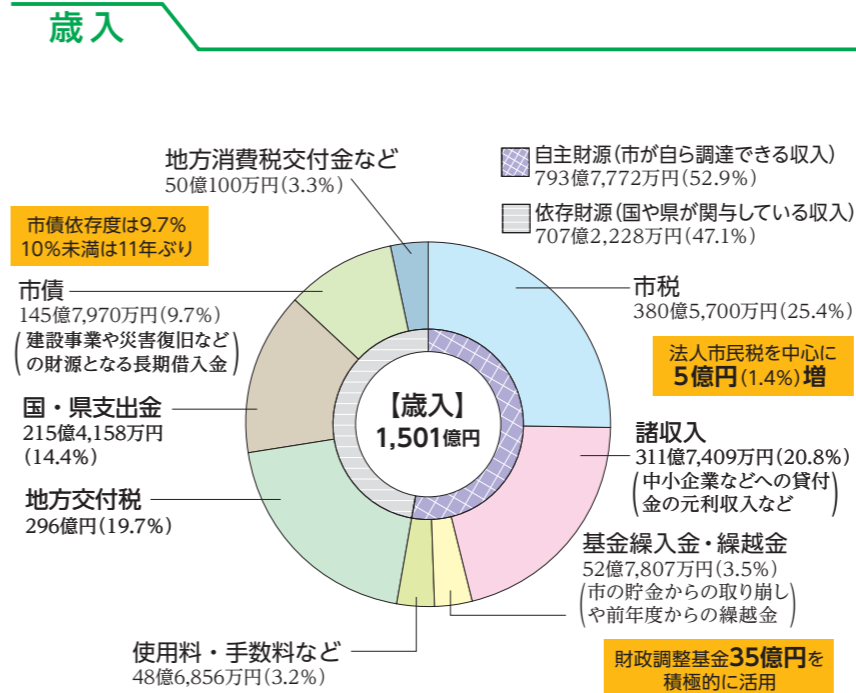
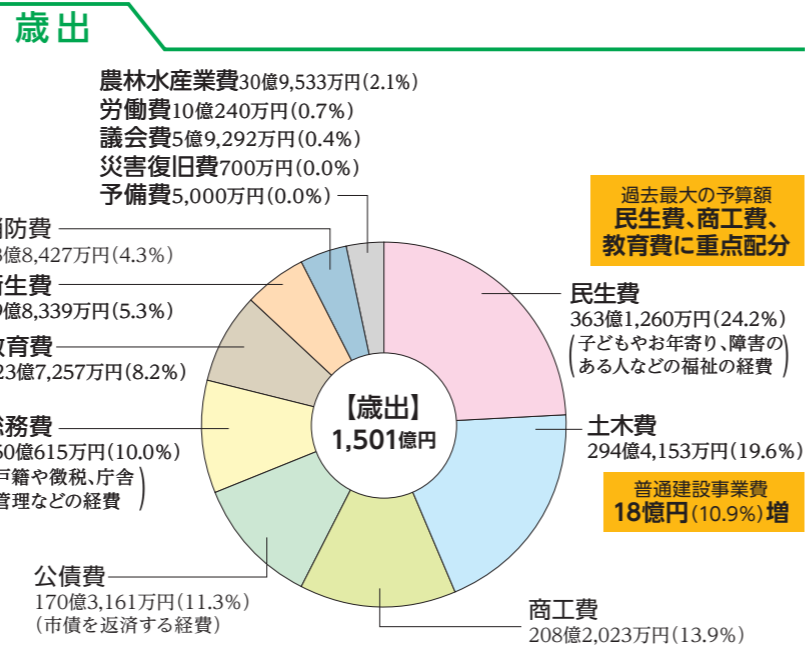
平成26年度 安全・安心と 活力を創造する



特別会計 572億5,560万円	
特定の収入(保険料や使用料など)で支出を賄います。	
国民健康保険	267億4,880万円
国保寺泊診療所	1億720万円
後期高齢者医療	25億60万円
介護保険	263億2,460万円
診療所(小国・山古志)	4億9,750万円
と畜場	1億3,550万円
浄化槽整備	6,200万円
簡易水道	6億760万円
ガス事業清算	2億7,180万円
企業会計 298億7,570万円	
市が企業として経営し支出は収益で賄います。	
下水道	200億4,340万円
水道	98億3,230万円

一般会計+特別会計+企業会計= **総額2,372億3,130万円**

具体的な取り組みは10ページから



解説 今年のポイント

平成26年度当初予算

↑ 今年も積極型予算

規模は2年連続の増加

一般会計は、1,501億円 (前年度比2・9%の増)

歳入では国・県補助金などを可能な限り取り込む一方、歳出では一般行政経費の一層の節減に努めます。それでも不足する財源は、これまで行財政改革により積み立ててきた貯金を活用します。

3 災害復興10年・合併10年目 次の10年に向けて



復興フェニックスプロジェクトの推進(東日本大震災被災地への支援)

災害復興10周年事業の開催 8,193万円

震災復興のこれまでの歩みと成果の市内外へのPRや、合同追悼式、復興コンサートなど復興祈念事業を実施します。

復興推進地域づくり委員会の開催 82万円

復興10年の成果を踏まえ、今後の中山間地域における地域づくり施策を検討します。

第65回全国植樹祭の開催 2,137万円

全国からいただいた支援に感謝し、新潟らしい森林づくりや緑化活動を全国にアピールします。



全国植樹祭は6月1日に開催。川口さざな館前広場は、天皇皇后両陛下による「お手植え会場」になります。

長岡まつりの支援 5,000万円

復興10年・フェニックス花火プロモーションや、右岸観覧席の拡大に伴う安全対策などを実施します。

さらなる地域振興

コミュニティ活動の支援 4億1,372万円

中之島・小国地域コミュニティセンターの開設、千手コミュニティセンターの整備などを実施します。



小国地域の「地域づくり」をより強くしていきます。

地域の宝(地域資源)の磨き上げと活用 355万円

子どもたちが地域に「誇り」「自信」「愛着」が持てるよう、今後10年間の地域づくりに向けて、地域委員会で具体的に検討します。

長岡地域商工会連合設立10周年記念イベント開催への支援 200万円

各商工会が一堂に会し、各地域の産品をPRするイベントを行い、各地域の「ゆるキャラ」が初めて全員集合します。



地方中枢拠点都市の検討

新たな広域連携に向けた調査・検討 27万円
総務省が検討を進めている「地方中枢拠点都市」の指定を受ける効果や課題などを整理します。

いきいきと働けるまちづくり

地元就職・Uターン就職の促進 2,481万円

Uターン総合窓口の設置(⇒28ページへ)や、学卒者を対象とした就職ガイダンスの開催時に首都圏から送迎バスを運行します。



地元就職、定住人口増加を促進するため、地元企業を積極的にPR

起業・創業支援事業の充実 500万円

起業・創業塾や講演会、起業・創業のフォローアップを行う事業者に対し補助します。

1 暮らしの安全・安心の確保

いつまでも元気で快適に暮らせるまちづくり～健康・医療・福祉の連携と充実～

多世代にわたる健康づくりモデル事業の実施 1億7,877万円

中心市街地や中之島・寺泊地域で、産学官の協働で健康づくりセミナーやウォーキングを実施。中心市街地に健康づくりの拠点を開設します。

大手通表町西地区への新・社会福祉センター(仮称)の整備 2億4,250万円

内装工事の設計と土地相当分の権利を取得します。

すホ会メが手ま
|福1整通ち
ム社ジ備表な
なセ。を町か
どん福進西の
のタ社め地西
入1。のて区
居の交い市女
をほ流る街関
予か拠復地口
定に点合再と
し有と施開し
て料し設発て
い老ての組
ま人社イ合大



胃がんリスク検診の実施 2,782万円

特定の年齢に達した場合に、胃がん発生のリスクを判定する検診を実施します。

⇒14ページへ

高齢者を地域で支える「地域包括ケアシステム」の推進 1,373万円

医療・介護の関係者がタブレット端末で情報共有するモデル事業を栃尾・小国地域で実施します。

放課後等デイサービスの利用者増への対応 4,050万円

平成25年に開始した、障害のある子どもを放課後や長期休暇中に預かるサービスを充実します。

子ども・子育て支援事業計画(仮称)の策定 363万円

長岡市子ども・子育て会議で計画を策定します。

⇒34ページへ

中小企業の資金繰りの支援 180億4,753万円

中小企業消費税対策特別融資の新設や、中小企業資金繰り円滑化借換対応特別融資を1年延長するなど支援を強化します。 ⇒32ページへ

ものづくり未来支援補助金による支援 3,800万円

大型開発案件や、設備投資、製品の市場投入について、ものづくり中小企業を総合的に支援します。 ⇒33ページへ

市内建築関連業者の工事受注機会の拡大 1億円

住宅リフォーム支援事業補助金を1年延長します。

災害に強いまちづくり

学校施設の耐震化 4億6,840万円

新町小・栃尾東小の校舎大規模改造や、全ての学校施設の吊り天井など非構造部材の調査を行います。



耐震補強を終えた中島小学校体育館。平成27年度までに全ての小・中学校で補強工事を完了します。

学校施設長期保全計画(スクールフェニックスプラン)の策定 2,113万円

老朽化した学校施設の長期的な再生整備計画を策定します。

浸水被害(ゲリラ豪雨)への対策 5億910万円

ポンプ場の強化や、浸水常襲地区の対策計画を策定します。

第2期橋りょう総点検の開始 3,050万円

5年間で市内全1,867橋の2巡目の総点検を実施します。

長岡市全域総合防災訓練の実施 389万円

小国地域で総合防災訓練を実施し、他地域とも情報伝達などの連携訓練を行います。

原子力防災に関する市民への普及・啓発の充実 506万円

普及・啓発用DVDの作成や、防災に関する専門職員を雇用します。 ⇒6ページへ

2 長岡の元気創出 若者の定住促進

活力ある地域経済の創造

切れ目のない経済対策 公共事業費(総額) 263億2,759万円

平成25年度3月補正予算と合わせて、生活に密着した身近な公共事業を中心に、切れ目のない経済対策を実施します。

がん検診のすすめ

「私は健康だから大丈夫！」 …それって本当ですか？

がんは死亡原因の第1位。年間約30万人が発症し、日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人はがんが原因で死亡しています。日本人の「国民病」とも言えるがんは決して人ごとではありません。発症の原因の多くは喫煙や食生活などの生活習慣です。しかし、生活習慣を改善したからといって、発がんリスクがゼロになることはありません。そこで重要となるのが定期的な検診です。

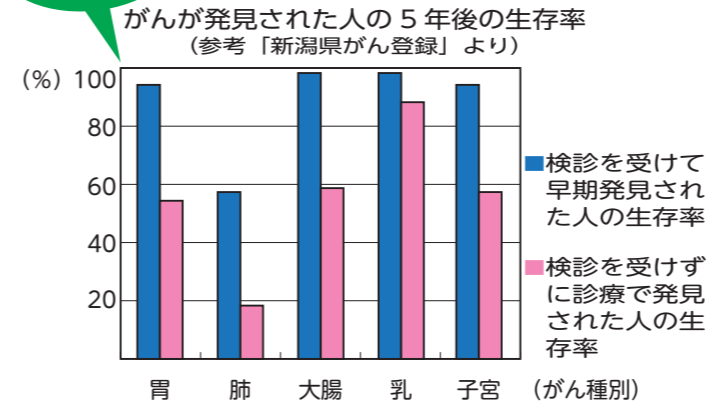


岡健康課 ☎32・5000

早く見つければ 9割が助かる

近年の医療技術の進歩によって、がんは「不治の病」ではなくなりつつあります。特に初期の段階で発見できれば、高い確率で命が助かっています。ほとんどのがんは初期段階には自覚症状がありません。「痛みが出てから」ではすでに進行中。手遅れにならないためにも定期的ながん検診を受けることが欠かせません。しかし、長岡市の検診受診率は低く、中でも胃がんの検診率はわずか10%と低い現状です。より多くの人が元気に健やかな生活を送れるように、市では各種検診をお勧めいたします。あなた自身と大切な家族のためにがん検診を受けましょう。

早期発見者の生存率は9割以上(平均)



4月11日(金)から健診の予約を開始します

電話またはインターネットから申し込みできます。予約できる検診＝健康センターや公民館などで行う集団検診のうち、特定健診・後期高齢者健診(午前実施分)、胃・大腸・子宮・乳がん検診、半日ミニドック(総合健診) ※詳しくは健康カレンダー、市ホームページをご覧ください
岡健康課、各支所市民生活課



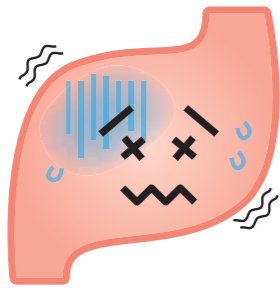
簡単な血液検査で 胃がん予防につながる 胃がんリスク検診

長岡は胃がんによる死亡が多い

市内のがん種別の死亡率第1位は胃がん。その検診の受診率は県内で2番目に低い状況です。平成20年から5年間で800人以上が亡くなっています。

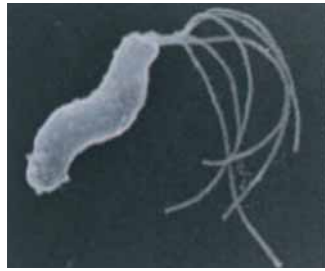
そこで市は、胃がんゼロのまちを目指して長岡市医師会と協力し、今年度から胃がんリスク検診を始めます。**がん発生のリスクがわかる**

この検診は、病気を発見する検診ではなく、胃がんにかかりやすいか



どうかを調べるもの。簡単な血液検査で胃がんの主な原因となるピロリ菌の有無などを測定し、胃がん発生のリスクを判定します。検診の結果によって、必要な人には内視鏡などの精密検査を行い、ピロリ菌の除去につなげます。

“ピロリ菌”って何？



- 胃の粘膜にすみつく細菌で、胃炎を起こし、潰瘍やがんの原因になります
- 胃の免疫能力の低い乳幼児期に感染します
- 衛生状態の悪い井戸水の飲水やピロリ菌感染者からの口を介した感染が多いです
- 上下水道が普及していなかった世代の感染率が高く、衛生環境が整った現代では感染率は低下しています



ピロリ菌除去が
胃がんのリスクを
減らすカギ
長岡市医師会会長・太田裕さん

近年、胃がんのほとんどの原因はピロリ菌ということが分かりました。

もし胃がんリスク検診でピロリ菌が見つかったら、薬の服用で除菌をすれば胃がんになる確率が3分の1以下になります。除菌する年齢が若いほど効果があるとされています。

市民のみなさんにこの検診が広まることを期待しています。胃がんに限らず、ほかの病気も発見が早ければ治る確率はぐんと高くなります。健康維持のためにも定期的な検診を受けましょう。

がん予防のスペシャリスト 長岡中央総合病院副院長 富所隆先生が教える 胃がんリスク検診の ポイント



- Q 検査と聞くと怖いイメージがありますが…
A **血液検査**による検診です。採血だけなのでバリウムや内視鏡などの検査と比べ、体への負担が少ないです
- Q 検診で何が分かりますか？
A ピロリ菌の有無と胃炎(胃粘膜の萎縮)の進行状況を測定し、胃の健康度を調べ、**胃がん発生のリスク**を判定します。病気を見つける検診ではありません
- Q 検診費用はどのくらいですか？
A 市内の医療機関で**4,100円**(税別)で検診を受けられます

次の人は**1,200円**で受診できます (市が費用を助成します)

対象＝市内に住居登録のある40・45・50・55・60・65・70歳(平成27年3月31日現在。70歳は無料。5月中旬に対象者へ受診票を送付します)

約2,500本の桜が咲き誇る 悠久山桜まつり

時 4月11日(金)～5月6日(休)
 岡長岡観光コンベンション協会 ☎32・1187
 まつり振興課 ☎39・2221

① ライトアップ (ちょうちん点灯)

時 4月11日(金)～5月6日(休)午後6時～10時30分
 (自由広場周辺は午後10時まで)

② 神輿渡御

時 4月20日(日)午後1時30分から (天候などで変更あり)

③ おいしいもの広場

時 4月19日(土)・20日(日)午前11時～午後4時

④ 臨時駐車場とシャトルバス (無料)

市営スキー場駐車場をご利用ください。悠久山ひょうたん池の脇まで送迎します。
 時 4月12日(土)・13日(日)・19日(土)・20日(日)
 午前10時～午後5時 (随時)

※詳しくは市有施設にあるチラシや市ホームページで。
 マナーを守って楽しく観賞しましょう



交通規制 (下記時間は車両通行止め)

4月12日(土)～30日(休) 午前10時～午後9時	4月11日(金)・12日(土) 18日(金)・19日(土) 午後5時～8時	4月12日(土)・13日(日) 19日(土)・20日(日) 午前10時～午後5時
-------------------------------	---	--

お願い
 会場周辺は大変混雑しますので公共交通機関をご利用ください。

福島江観桜会 (ライトアップ)
 川面に映える桜の観賞に出かけませんか。
 時 4月5日(土)～27日(日)午後5時30分～10時

今月の おしらせ隊 隊員

ケツメリクガメくん

毎号、記事にまつわる話を長岡ゆかりのキャラクターや動物が紹介します。
 今回は、寺泊水族博物館のケツメリクガメくん。後ろ足の付け根付近に「蹴爪」のように発達した突起があることが名前の由来。葉物や果物が好物、甲長60cm、体重25kgの10歳のオスです。土・日・祝日に同館3階で会えます。



4月29日(祝)、さいわいプラザのオープニングイベントに行くよ。
 4ページを見てね。

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

◆略字の見方

時=日時、期日	場=場所・会場	内=内容
講=講師	対=対象、資格	定=定員、募集人数
料=料金、参加料	持=持ち物	申=申し込み
問=問い合わせ		
先着順	抽選	抽選…申し込み多数の場合は抽選

(注) 函どなたでも、定特になし、無料、申不要(直接会場へ)の場合は、記載なし

◆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可
 ・函は、市ホームページの「イベントカレンダー」[募集情報]で申し込み可

◆庁舎の表記

アオ=アオーレ長岡	市セ=市民センター
大手=大手通庁舎	さい=さいわいプラザ
健セ=健康センター	柳原=柳原分庁舎

お知らせ

催し

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 五目おこわ講座

時 4月24日(木)午前10時～正午
 定24人抽選 ¥500円

② ソーセイジづくり講座

時 5月1日(木)午前9時～午後4時
 定25人抽選 ¥1,000円

③ 棚田オーナー

東山で一緒にお米をつくりませんか。
 時 5月24日(土)午前9時～午後1時
 内 田植え体験(7月に中間管理、9月に稲刈り)
 定20組抽選 ¥1組3万円
 特典Ⅱ玄米30kg、無添加みそ、野菜など

④ 牛ふん堆肥「元氣君」販売

市営牧場で生産した、菜園、花壇などにお薦めの堆肥です。

⑤ 楽しい教室(前期)

30分 対小学生・高校生 定10人先着 ¥1,000円
 ① 書道 時 5月10日～6月21日の毎週土曜日(計7回) 対小学生3年生以上 ¥1,500円
 ② 図工 時 5月10日～6月21日の毎週土曜日(計7回) 対小学生1・2年生 ¥2,000円
 ③ はじめてのそろばん 時 5月10日～6月7日の毎週土曜日(計5回) 対小学生以上 ¥1,000円

⑥ 焼物

時 5月10日～6月7日の毎週土曜日(計5回) 対小学生3年生以上 ¥2,500円
 ⑦ はじめてのリズムえいご 時 5月11日～6月8日の毎週日曜日(計5回) 対小学生1～3年生 ¥2,500円
 ⑧ 理科実験 時 5月11日～6月8日の毎週日曜日(計5回) 対小学生3年生以上 ¥3,000円

⑨ 将棋

時 5月11日～6月22日の毎週日曜日(計7回) 対小学生以上 ¥500円

⑩ 理科実験

時 5月11日～6月8日の毎週日曜日(計5回) 対小学生3年生以上 ¥3,000円

⑪ いずれも

時間 11時～12時30分 定 ①⑤⑦⑨⑩ 20時～21時30分 定 ②③④⑥⑧⑪ 20時

催し

緑花センター(花アラス)
 ☎39・8718
 FAX 39・8717

① 花と緑の教室

①庭木に関する基礎知識 時 5月10日(土) 場千秋が原ふるさと森管理事務所前 講長岡市緑地協会 持選手、せん定はさみ

② 藍の育て方

時 5月11日(日) 講島峰悦子 緑花推進指導員 対7月27日(日)の染め実習に参加できる人 ¥500円 染め実習2,000円(別)

③ シクラメンの育て方

時 5月14日(水) 講小林正夫 緑花センター長

④ 育てる・楽しむ やさしいハーブ

時 5月18日(日) 講砂山淳子 緑花推進指導員 持選手の手袋 ¥2,000円

⑤ キッズHIPHOPダン

時 4月26日(土)午後1時30分～2時15分 内 パンジーの花絵

⑥ 花アラス「ぶち講座」

時 4月26日(土)午後1時30分～2時15分 内 パンジーの花絵

⑦ キッズHIPHOPダン

時 4月29日(祝)午前10時～11時 対5歳～12歳 定20人抽選 申4月19日(土)(必着)までに往復はがきの往信の裏に年令、学校・保育園名、氏名(ふりがな)、電話番号、郵便番号、郵便番号、

⑧ キッズHIPHOPダン

時 4月29日(祝)午前10時～11時 対5歳～12歳 定20人抽選 申4月19日(土)(必着)までに往復はがきの往信の裏に年令、学校・保育園名、氏名(ふりがな)、電話番号、郵便番号、郵便番号、

⑨ キッズHIPHOPダン

時 4月29日(祝)午前10時～11時 対5歳～12歳 定20人抽選 申4月19日(土)(必着)までに往復はがきの往信の裏に年令、学校・保育園名、氏名(ふりがな)、電話番号、郵便番号、郵便番号、

⑩ キッズHIPHOPダン

時 4月29日(祝)午前10時～11時 対5歳～12歳 定20人抽選 申4月19日(土)(必着)までに往復はがきの往信の裏に年令、学校・保育園名、氏名(ふりがな)、電話番号、郵便番号、郵便番号、

名曲が寺泊に響く！ 泉谷しげるLIVE2014

「春夏秋冬」など、ひたむきに生きる人たちを励ます歌とトークをお楽しみください。

時 6月22日(日)午後5時から ¥全席指定4,500円 チケット販売=4月20日(日)午前10時から寺泊文化センター(電話予約は同日午後1時から)、各プレイガイドで 場・同センター ☎75・5155



中之島文化センター

定20人先着 ☎66・1310

瀬戸内寂聴ビデオ上映会

人生観を描いたものです。時 4月10日(木)午前10時～11時50分 定40人先着

青少年文化センター

☎34・1305

郷土史料館

☎35・0185

馬高縄文館

☎46・0601

一部展示替え

「武士の娘」の著者・杉本鉦子が次女に贈ったビーズバッグを展示。政治学者・小野塚喜平次の手紙に解説が加わりました。時 午前9時～午後5時 ¥大人300円、高校生200円、小・中学生150円

火焔土器をつくろう(上級)

時 4月20日～5月18日の毎週日曜日午前10時～午後3時(計5回) 講長岡土器造り同好会 対中学生以上 定10人先着 ¥観覧料(一般200円、高校生以下無料) 持厚食、タオルか雑巾2枚、粘土べら(ある人)、汚れてもよい服装 申



長方形の竪穴住居に続き、円形の竪穴住居を整備。高さ4.5メートル、直径6メートル。大きさも柱の位置も5千年前の姿そのままに復元しています。

③ 縄文時代の暮らし体験 馬高遺跡に円形の復元竪穴住居が完成。中の様子を見学し、弓矢や石斧、縄文土器を実際に使って縄文文化を体感します。時 4月26日(土)午前10時～正午(少雨決行) 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定20人先着 申4月10日(木)～23日(水)

② 企画展「縄文土器入門」土器の特色を学ぶ 4月10日(木)～17日(水) ※土器焼きは6月7日(土)(雨天時は翌日) 時 4月12日(土)～7月6日(日)午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで) 月曜休館。祝日の場合は翌日) ¥観覧料

④ 母の日七宝焼き 時 5月6日(休)午前10時～11時

③ 子どもの日ドームシアター 時 5月5日(祝)午前11時から、午後1時30分から、午後3時20分から(各30分) 内 プラネタリウム観賞、アニメーションの上映 定各94人先着

② 星空シアター「春の星座を楽しみましょう」 時 4月20日(日)、5月4日(祝)午後7時30分～8時30分(悪天候の場合は中止)

世界に飛び出せ!

高校生姉妹都市交流プログラム

世界の仲間と夏休みを一緒に過ごす貴重な体験をしてみませんか。

事業名	インターナショナル・リーダーシップ・アカデミー	原信サマー・スカラシップ	青少年国際スポーツ・キャンプ
期間	7月19日(土)～8月4日(月)	8月8日(金)～17日(日)	8月14日(木)～25日(月)
開催地	アメリカ・フォートワース市		ドイツ・トリアー市
内容	世界9カ国から集まった高校生とペアで大学寮に滞在。英語での討論や文化発表など	フォートワース市の高校生とペアを組み、お互いの家にホームステイをして交流	スポーツや合宿生活で各国の中・高校生と交流
定員	高校生10人 引率者1人	高校生8人 引率者2人	高校生8人 引率者1人
選考方法	高校生…英語試験、日本語の面接(5月17日(土))	高校生…作文、日本語の面接(5月17日(土))	
料金(予定)	高校生…15万円 引率者…協会負担	高校生…無料 引率者…協会負担 ◆長岡での受け入れ(7月28日(月)～8月5日(火)) ¥3万円	高校生…15万円 引率者…協会負担
申し込み	高校生…5月12日(月)まで 引率者…5月7日(火)まで *要項は4月上旬に各学校へ配布		

※旅行取扱業者は要項をご覧ください

◎説明会を開催します!

時 4月26日(土)午前10時～正午 場 まちなかキャンパス長岡
対 高校生、保護者、引率希望者
問 長岡市国際交流協会(国際交流課内(市セ)) ☎39・2207

いのぼり作り
②六角風絵付け見学会
時 5月10日(土)午後2時～3時30分 場 中之島公民館第1分館 対 小学生と保護者 定 10組(先着) 申 4月22日(火)から

●えほんであそぼ
時 4月18日(金)午前10時～10時30分 内 絵本の読み聞かせ

寺泊地域図書館(寺泊文化センター内) ☎75・5159



栃尾地域図書館(栃尾文化センター内) ☎53・3005
①おたのしみ「ぷち」上映会
時 4月12日(土)午前10時30分～11時30分 内 「どろぼうがっこう」「フレデリック」「コネリアス」など
②エコブックス・フェア
図書館で不要になった本を無料で譲ります。
時 4月13日(日)午前10時～午後4時(午前9時30分から整理券配布。1人20冊まで)

③えほんのへや
時 4月19日(土)午前10時30分～11時 内 季節のお話の読み聞かせ
長岡市国際交流協会(国際交流課市セ内) ☎39・2207
●友好都市ドイツバンベルグ青少年オーケストラ演奏会
市内の青少年も出演します。
時 4月18日(金)午後6時30分～8時 場 リリックホール 内 ラッソディー・イン・ブルー(ガーシュウィン)など 定

700人(先着) 申 同協会へ
河井継之助記念館 ☎30・1525
●講演会「味」と横浜
時 4月26日(土)午後2時45分～4時15分 場 会館青善(表町4) 講 司馬遼太郎記念館特別学芸員・増田恒男さん 定 200人(先着) 申 電話で
●栃尾支所商工観光課 ☎52・5827
●栃尾であそぼ
3,000個余りの色鮮やかなてまりの展示即売会とスタンプラリーで、風情ある雁木通りを楽しみませんか。
時 5月1日(木)～5日(祝)午前10時～午後4時(雁木あいはば3日(祝)から) 場 常安寺(谷内2)、雁木通り ※雁木あいはば期間中に取扱店で使えるお得な商品券を販売(100円券12枚で1,000円。限定1000セット)

●長岡空襲体験画展「伝えたかった作者のメッセージ」
時 ①4月19日(土)～5月11日(日) ②5月24日(土)～6月15日(日) 午前10時～午後4時(①と②の展示作品は異なります)
●長岡空襲体験画展「伝えたかった作者のメッセージ」
時 ①4月19日(土)～5月11日(日) ②5月24日(土)～6月15日(日) 午前10時～午後4時(①と②の展示作品は異なります)
●長岡空襲体験画展「伝えたかった作者のメッセージ」
時 ①4月19日(土)～5月11日(日) ②5月24日(土)～6月15日(日) 午前10時～午後4時(①と②の展示作品は異なります)
●長岡空襲体験画展「伝えたかった作者のメッセージ」
時 ①4月19日(土)～5月11日(日) ②5月24日(土)～6月15日(日) 午前10時～午後4時(①と②の展示作品は異なります)



▲「鶯鷺図」。花鳥、風景画など幅広い作品を展示

八石ぼたん鑑賞会

春の里山で八石山の野草に触れてみませんか。普段は開放していない植栽地を特別に公開します。

時 5月3日(祝)～6日(休)午前10時～午後3時(雨天中止) 場 小国町八王子集落地蔵堂裏山 問 小国支所産業建設課 ☎95・5906



▲日本固有の希少な高山植物「八石ぼたん(シラネアオイ)」

①映画会
時 4月19日(土)午後1時～4時5分 内 シェイクスピア生誕450年「劇団四季ハムレット」(08年日本) 定 180人(先着) 申 4月8日(火)から
②文化講座「知っておきたい相続と税金のはなし」
時 4月27日(日)午後2時～3時30分 講 金融広報アドバイザー・市村三三さん 定 180人(先着) 申 4月8日(火)から

③一日中お楽しみ会 (HPからも可)
時 4月29日(祝)午前10時～午後5時 内 絵本の読み聞かせ、工作など 対 幼児～小学生
●読者のこころ
読書感想や体験などを話し合います。
時 4月25日(金)午後7時～8時30分 内 東野圭吾著「秘密」

●ぼんつーとむかしげなし
時 4月13日(日)午前11時～11時30分 内 長岡民話の会による昔話の紙芝居と語り
●おはなし世界一周「デンマーク」
読み聞かせやクイズをします。
時 4月19日(土)午後2時30分～3時 対 幼児～小学生
①フラワーアレンジメント教室
時 5月10日(土)午後1時～2時

の写真をプレゼントします。
時 4月26日(土)午後4時～4時30分 定 20人(先着) 申 4月12日(土)から
②おはなし世界一周「デンマーク」
読み聞かせやクイズをします。
時 4月19日(土)午後2時30分～3時 対 幼児～小学生
③フラワーアレンジメント教室
時 5月10日(土)午後1時～2時

★オーブニングセレモニー
時 4月19日(土)午前10時から 内 体験画作者・清水迪夫さん、酒井一枝さんの話
●寺泊支所産業建設課 ☎75・3105
●長岡の海「寺泊をきれいにしよう」
時 4月20日(日)午前8時～9時(雨天決行) 場 中央海水浴場など 持 軍手など
●生誕140年 長岡の日本画家竹内蘆風展
作品約80点を展示します。
時 4月26日(土)～6月15日(日) 午前9時～午後5時(発券は午後4時30分まで。月曜休館。5月5日(祝)は開館、5月7日(水)は休館) ¥一般400円、大学生・高校生200円
★関連イベント「作品鑑賞会」
時 4月26日(土)午後2時から1時間程度 ¥当日の観覧料

まちなかキャンパス長岡 ☎39・3300

申 4月10日(木)から(HPからも可) 保育＝各開催日の10日前まで

蔵王2) 講 同社代表取締役社長・安達真知男さん

①まちなかカフェ

自由に見学できます。
①地・人・手から生み出される手漉き紙の力
手漉き紙が持つ力と活用方法を紹介します。
時 5月3日(祝)午前10時～11時30分 講 紙漉き代表・坂本直昭さん



▲紙製のスーツケース。このほか、緊急用簡易担架や雪道でタイヤをとられたときの脱出用具などもあります

②長岡をカッコよくする仕事
長岡で活躍する若手デザイナーの作品や仕事などを紹介します。
時 5月13日(火)午後7時～8時30分 講 KRAK OFFICE代表・吉樂路さん

①～⑥いずれも 定 各20人(先着) ¥各500円(1ドリンク付き)

③バル街の魅力お伝えします!
「ながおかバル街」の仕掛け人が魅力や裏話を話します。
時 5月15日(木)午後7時～8時30分 講 NPO法人まちなか考房事務局長・大沼広美さん

②まちなか大学 世界から見た日本はこんなだった!
日本の個性や独自性を考えます。
時 5月14日～6月11日の毎週水曜日午後7時～8時30分(計5回) 講 羽賀友信まちなかキャンパス長岡学長ほか 定 30人(先着) ¥3,000円

④「しょっぺ店」であなたも素敵な大人の仲間入り
長岡に根付くいい味を出している店を紹介します。講座後、希望者は交流会もあります(有料)。
時 5月16日(金)午後7時～8時30分 講 「大人のいい店、しょっぺ店」編集長・早見正明さん 対 20代～30代

③市民プロデュース事業
①新しいアイデアを導き出すブレインストーミング講座
時 5月11日～6月8日の毎週日曜日午前9時30分～正午(計5回) 講 中小企業診断士・吉越喜宗さん 定 20人(先着) ¥1,000円

⑤私たちのルーツを考える～DNAが教える日本人の起源～
時 5月24日(土)午後2時～3時30分 講 国立科学博物館人類研究部人類史研究グループ長・篠田謙一さん

②より幸せに生きるための「片付け」&「生前整理」
本当に大切なものが見えてきます。
時 5月29日(木)、6月12日(木)・26日(木)の午後2時～3時30分(計3回) 講 日本ハウスクリーニング協会認定整理収納清掃セミナー講師・西山陽子さん 定 20人(先着) ¥600円

⑥えっ!これも紙?暮らしのニーズに応える紙素材
丈夫な紙素材を使ったさまざまな製品を紹介します。
時 5月31日(土)午前10時～11時30分 場 安達紙器工業(株)

③市民プロデュース事業
①新しいアイデアを導き出すブレインストーミング講座
時 5月11日～6月8日の毎週日曜日午前9時30分～正午(計5回) 講 中小企業診断士・吉越喜宗さん 定 20人(先着) ¥1,000円

②より幸せに生きるための「片付け」&「生前整理」
本当に大切なものが見えてきます。
時 5月29日(木)、6月12日(木)・26日(木)の午後2時～3時30分(計3回) 講 日本ハウスクリーニング協会認定整理収納清掃セミナー講師・西山陽子さん 定 20人(先着) ¥600円

⑤私たちのルーツを考える～DNAが教える日本人の起源～
時 5月24日(土)午後2時～3時30分 講 国立科学博物館人類研究部人類史研究グループ長・篠田謙一さん

⑥えっ!これも紙?暮らしのニーズに応える紙素材
丈夫な紙素材を使ったさまざまな製品を紹介します。
時 5月31日(土)午前10時～11時30分 場 安達紙器工業(株)

③市民プロデュース事業
①新しいアイデアを導き出すブレインストーミング講座
時 5月11日～6月8日の毎週日曜日午前9時30分～正午(計5回) 講 中小企業診断士・吉越喜宗さん 定 20人(先着) ¥1,000円

②より幸せに生きるための「片付け」&「生前整理」
本当に大切なものが見えてきます。
時 5月29日(木)、6月12日(木)・26日(木)の午後2時～3時30分(計3回) 講 日本ハウスクリーニング協会認定整理収納清掃セミナー講師・西山陽子さん 定 20人(先着) ¥600円

⑤私たちのルーツを考える～DNAが教える日本人の起源～
時 5月24日(土)午後2時～3時30分 講 国立科学博物館人類研究部人類史研究グループ長・篠田謙一さん

⑥えっ!これも紙?暮らしのニーズに応える紙素材
丈夫な紙素材を使ったさまざまな製品を紹介します。
時 5月31日(土)午前10時～11時30分 場 安達紙器工業(株)

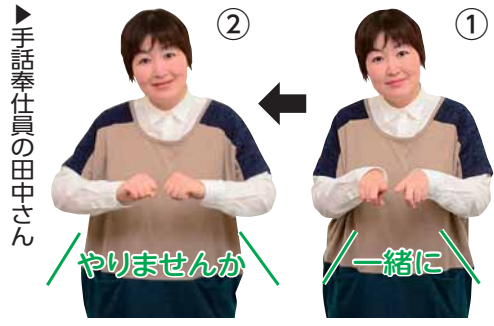
雪国植物園 季節の花①
みつけた!

ニリンソウ
(4月下旬まで)
順番に2個の花を咲かせることからその名が付いた多年草。山地のやや湿ったところに生え群落をつくります。**雪国植物園**(☎46・0030)に咲く季節の花を紹介!



※市政だより3月号裏表紙で左写真の花の名前が「ザゼンソウ」となっていました。訂正してお詫びします

ろう者からの依頼で入学式などの学校行事や医療機関などに行き、通訳しています。安心した様子や満足した表情が見られるとうれしいですよ。



▶手話奉仕員の田中さん

やりませんが一緒に

計21回) 場社会福祉センター(水道町3) 定各30人抽選 ¥3,240円 申4月30日(水)までに、希望コース、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)福祉課、ファクスで

◆図や表などの略字の見方は16ページ
◆図どなたでも、図特になし、無料、用不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆図に電話、ファクス、Eメール、用(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオ=アオーレ長岡 市セ=市民センター
大平=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ
健セ=健康センター 柳原=柳原分庁舎

子ども家庭課 健セ ☎39・23000
5月3日祝開催の成人式

地域	受付	式典	会場
川口	13:00~13:25	13:30~14:40	川口地域交流体験館
栃尾	12:30~13:10	13:30~14:40	市民会館
小国	13:00~13:30	13:30~15:30	小国会館
越路	9:10~9:40	10:00~正午	越路体育館
長岡	10:00~11:00	11:00~11:45	アオーレ長岡

対平成5年4月2日、平成6年4月1日生まれ(4月上旬ころまでに案内状を郵送) ※市外に転出した人で参加を希望する人はお問い合わせください
①子ども家庭課②越路支所地域振興課 ☎92・5910 ③小国支所地域振興課 ☎95・5905 ④栃尾支所地域振興課 ☎52・1117 ⑤川口支所地域振興課 ☎89・3111
福祉課アオ ☎39・2343 FAX 39・2256
●手話入門講座(手話奉仕員養成講座)
コース・時①昼の部:5月30日~11月7日の毎週金曜日午後1時30分~3時②夜の部:5月27日~11月4日の毎週火曜日午後7時~8時30分(各

④子育て相談 時4月17日(水)午前10時30分
⑤子育て相談 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
⑥子育て相談 時・相談員 4月15日(火):栄養士、24日(水):先輩ママ 時間 午前10時30分~11時30分
⑦子育て相談 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
⑧子育て相談 時4月23日(水)午前10時45分から1時間程度 定親子30組先着(大人だけでも可) 申4月14日(月)~19日(土)

①ベビーマッサージ体験会 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
②みんなで探検!消防署 時4月23日(水)午前10時45分から1時間程度 定親子30組先着(大人だけでも可) 申4月14日(月)~19日(土)
③ミニ講座「ママが身につけておきたいネットとスマホのこころ」子どもたちの安全を守るために! 時4月25日(金)午前10時30分~正午 定15人先着(子どもと同席不可) 保育 10人先着(生後6カ月以上。要予約) 申4月16日(水)~21日(月)
④子育て相談 時4月17日(水)午前10時30分
⑤子育て相談 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
⑥ミニ運動会 みんなでよいドン! かけっこや体操をします。 時5月9日(金)午前10時30分~11時30分 場市民防災公園
⑦一緒に遊ぼう! わくわくタイム イクメンパパと遊びます。 時4月16日(水)午前10時45分から30分程度
⑧ハッピー誕生会 誕生月以外の人もどうぞ。 時4月18日(金)午前10時45分から30分程度
⑨お誕生会 誕生月以外の人もどうぞ。 時4月23日(水)午前11時~11時



ちびっこモデル★ #19 子育ての駅でみつけた! @ぐんぐん
市田蒼祐くん (3歳)
図鑑を見るのが大好きな蒼祐くん。いろんな生き物を知っています。音楽に合わせて踊るのも得意です。

①子育て相談 時・相談員 4月18日(金)午前10時30分~11時30分:保健師、5月7日(水)午前10時30分~正午
②子育て相談 時4月16日(水)午前9時30分~11時30分
③子育て相談 時4月30日(水)午前10時30分~11時30分
④子育て相談 時4月16日(水)、5月9日(金)午前11時~11時30分 対マイカッパ、おやつ
⑤子育て相談 時・相談員 4月18日(金)午前10時30分~11時30分:保健師、5月7日(水)午前10時30分~正午
⑥子育て相談 時4月16日(水)午前9時30分~11時30分
⑦子育て相談 時4月16日(水)午前9時30分~11時30分
⑧子育て相談 時4月16日(水)午前9時30分~11時30分
⑨子育て相談 時4月16日(水)午前9時30分~11時30分

みんなで一緒に子育て

子育ての駅Facebook (フェイスブック) を始めました
子育ての駅や子育てに関する情報を配信します。
フェイスブック 子育ての駅 検索

子育て支援団体ガイドをご利用ください
市内で子育てを応援する団体の情報を紹介しています。
配布場所=子育ての駅、アオーレ長岡、各支所市民生活課など
園子ども家庭課 健セ ☎39・2300



笑顔が広がる「子育ての駅」

対象の記事のない催しは、全て乳幼児と保護者が対象です。
各子育ての駅では随時、保育士が保育園入園や子育ての相談を受け付けています。
開館時間 ちびっこ広場 21:00~22:00
:午前9時~午後6時、すくすく:午前9時30分~午後3時30分

①ワンポイントお話し会 司書が絵本の魅力を紹介しします。 時4月13日(日)午前11時から30分程度
②ニコニコわんぱくデー いっぱい動くこうががテーマです。 休館日 無し
③わいわいおしゃべり会 妊婦さんも出産や育児の話聞くチャンスです。 時4月15日(火)午前11時から1時間程度 対1歳未満児と保護者、妊婦
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をします。 30日(水)は誕生会
⑤スプリングファミリーコンサート 時4月29日(祝)午前11時から30分程度
⑥ミニ運動会 みんなでよいドン! かけっこや体操をします。 時5月9日(金)午前10時30分~11時30分 場市民防災公園
⑦一緒に遊ぼう! わくわくタイム イクメンパパと遊びます。 時4月16日(水)午前10時45分から30分程度
⑧ハッピー誕生会 誕生月以外の人もどうぞ。 時4月18日(金)午前10時45分から30分程度
⑨お誕生会 誕生月以外の人もどうぞ。 時4月23日(水)午前11時~11時

①子育て相談 時4月17日(水)午前10時30分
②子育て相談 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
③子育て相談 時4月23日(水)午前10時45分から1時間程度 定親子30組先着(大人だけでも可) 申4月14日(月)~19日(土)
④子育て相談 時4月17日(水)午前10時30分
⑤子育て相談 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
⑥子育て相談 時4月15日(火):栄養士、24日(水):先輩ママ 時間 午前10時30分~11時30分
⑦子育て相談 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
⑧子育て相談 時4月23日(水)午前10時45分から1時間程度 定親子30組先着(大人だけでも可) 申4月14日(月)~19日(土)
⑨お誕生会 誕生月以外の人もどうぞ。 時4月23日(水)午前11時~11時

①子育て相談 時4月17日(水)午前10時30分
②子育て相談 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
③子育て相談 時4月23日(水)午前10時45分から1時間程度 定親子30組先着(大人だけでも可) 申4月14日(月)~19日(土)
④子育て相談 時4月17日(水)午前10時30分
⑤子育て相談 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
⑥子育て相談 時4月15日(火):栄養士、24日(水):先輩ママ 時間 午前10時30分~11時30分
⑦子育て相談 時4月17日(水)午後1時から30分程度 対午後2カ月から12カ月の乳児と保護者 定10組先着 申4月10日(水)~14日(月)
⑧子育て相談 時4月23日(水)午前10時45分から1時間程度 定親子30組先着(大人だけでも可) 申4月14日(月)~19日(土)
⑨お誕生会 誕生月以外の人もどうぞ。 時4月23日(水)午前11時~11時



▲ケツメリクガメくん

①お花見ウィーク お弁当を持ってお花見や散歩、いろいろな催しを楽しみましょう。 時4月17日(水)~22日(火) 対どなたでも
②昔遊びを楽しもう! こまや紙飛行機などで遊べます。 時5月3日(祝)午前10時30分~11時30分 園どなたでも
③5周年記念会 時5月5日(祝)午前10時30分から30分程度
④わいわいおしゃべり会 時4月24日(水)、5月8日(木) 午前11時から1時間程度 対1歳未満児と保護者、妊婦
⑤ニッコリ誕生会 誕生月以外の人もどうぞ。 時4月11日(金)、5月9日(金) 午前10時45分から30分程度

★子ども家庭課は、4月21日(月)からさいわいプラザに移転します

越後長岡 歴史館・博物館めぐり ～スタンプラリー～

集めたスタンプの数によって、入館料の割引や特産品プレゼントなどの特典があります。
 11月30日(日)まで 参加施設=山本五十六記念館、河井継之助記念館、如是蔵博物館、駒形十吉記念美術館、長岡戦災資料館、長岡震災アーカイブセンター「きおくみらい」、郷土史料館、科学博物館(4月29日(祝)から)、長岡藩主牧野家史料館(6月15日(日)から)、馬高縄文館、北越戊辰戦争伝承館、県立歴史博物館、県立近代美術館 観覧企画課(大) ☎39・2344

長岡市芸術文化振興財団 ☎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 花いっぱい音楽祭2014 ～響き合う三善ワールド～

花いっぱいフェアと併せて行うコンサートです。
 5月25日(日)午後2時から 場リリックホール 全席自由1,000円 出演=荘村清志ほか 曲目=三善晃/エピタズなど 発売日=4月5日(土)

2 リリック子ども音楽館～タッチ・ザ・ミュージック～青島広志の世界わくわく音楽紀行

世界の名曲を楽しいトークを交えながらお届けします。
 7月13日(日)午後2時から 場リリックホール 全席指定2,000円 発売日=4月12日(土)

3 新潟県立近代美術館連携事業 東儀秀樹雅楽公演

雅楽演奏家第一人者の東儀秀樹を迎えて開催します。



▲東儀秀樹

4 ブラスト!

多種の金管楽器やパーカッションによる迫力のステージです。

7月24日(木)午後6時30分から 場市立劇場 全席指定S席9,800円、A席8,300円 発売日=4月27日(日)

5 入船亭扇辰アオーレ落語会

古典落語をお楽しみください。
 7月26日(土)午後2時から 場アオーレ長岡 全席指定1,000円 発売日=4月25日(金)

6 長岡少年少女合唱団定期演奏会

4月27日(日)午後2時から 場リリックホール

- 1 アロマ教室 4月17日～6月5日の毎週木曜日午後7時～8時(5月1日・29日を除く計6回) ¥3,000円
- 2 ネイルアート 4月15日～6月3日の毎週火曜日午後2時30分～3時30分(4月29日、5月6日を除く計6回) ¥3,000円(材料費2,000円程度別)
- 3 知って得する保険のアロケレ 4月17日～5月22日の毎週木曜日午後7時30分～8時30分

- 4 ベビーマッサージ 4月23日～6月4日の毎週水曜日午前10時30分～正午(4月30日を除く計6回) 分(5月1日を除く計5回) ¥6,000円(材料費700円別)
- 5 絵手紙教室 前期 4月17日～9月18日の隔週木曜日午後1時30分～3時(計12回) ¥3,000円(教材費1,500円別)
- 6 週末の焼き物教室 前期 4月12日～9月28日の第2・4土・日曜日午前10時～正午(8月9日・10日を除く計22回) ¥6,000円(材料費700円別)

- 1～6 いずれも 定13415人(先着) 4月10日(木)から
- 中央公民館(柳原) ☎32・0437
- 1 親も育つ子育てセミナー「幼児期コース」 子どもの育て方を一緒に考えます。 5月14日～7月16日の毎週水曜日午前10時～正午(計10回) 定50人(先着) ¥1,000円 保育 ¥20人(先着) おおね1歳以上。要予約。おやつ代など600円別) 4月15日(火)から

講座	コース	講師	料	華道	茶道	毛筆
講座	コース	火・木曜	火曜	池坊	草月流	水曜
料理	火曜	火曜	池坊	草月流	水曜	水曜
華道	池坊	草月流	池坊	草月流	水曜	水曜
茶道	草月流	草月流	池坊	草月流	水曜	水曜
毛筆	水曜	水曜	池坊	草月流	水曜	水曜

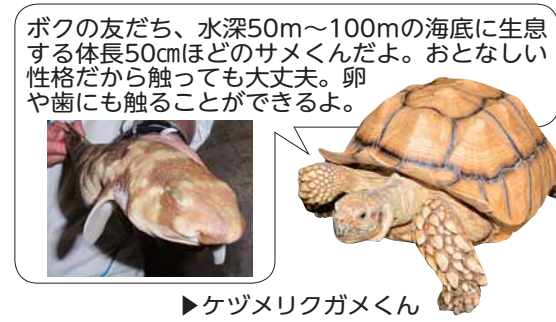
2 ゆうぎスワール

5月～9月の午後6時～8時(料理、ペン毛筆は午後6時30分～8時30分。各計15回) 市内在住者 定各20人(茶道は15人) 先着 ¥料理15,000円、華道18,000円、ペン毛筆8,000円 甲4月10日(木)～21日(月) ※応募者が少ないコースは中止することがあります

★中央公民館事務室は、4月28日(月)からさいわいプラザに移転します

◆園や園などの略字の見方は16ページ
 ◆図などなたでも、図特になし、無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆図に電話、ファクス、Eメール、(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
 アオ=アオーレ長岡 市=市民センター
 大=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ
 健=健康センター 柳=柳原分庁舎

4月19日(土)杜々の森オープン&名水コンサート
 チェンバロとバロック・フルートで「森と水と田園」をテーマに演奏します。
 5月4日(祝)午前11時から、午後1時から 場杜々の森名水会館 定各50人(先着)



ボクの友だち、水深50m～100mの海底に生息する体長50cmほどのサメくんだよ。おとなしい性格だから触っても大丈夫。卵や歯にも触ることができるよ。

動物ふれあい教室 サメにさわってタッチ
 トラサメの感触体験と生態解説をします。
 4月19日～6月29日の毎週土・日・祝日午前10時30分から 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 入館料(一般700円、中学生450円、小学生350円)

あなたのまちに図書館がおじゃまします! 米百俵号巡回日程

米百俵号は、各地域に本やいろいろな図書サービスを届ける「移動図書館」です。巡回は各コース年12回。年間日程表は米百俵号や各図書館で配布しています。市ホームページ、携帯電話からもどうぞ。
 中央図書館 ☎32・0658



コースNo	停 車 場 所				巡回日(初回・2回)
	1	2	3	4	
1	十日町小学校(十日町) 9:00～10:30	来迎寺保育園(来迎寺) 11:00～11:30	大積小学校(大積町1丁目) 13:00～13:30	大積コミュニティセンター(大積町1丁目) 13:40～14:00	4/14(月)
2	中之島保育園(中之島) 9:30～10:30	中野俣小学校(西中野俣) 11:30～12:00	西谷小学校(中) 13:00～13:40	双葉寮(寿2丁目) 14:30～15:00	5/12(月)
3	伊藤宅前(横山町) 9:30～10:00	山本保育園(浦瀬町) 11:00～11:30	浦瀬小学校(浦瀬町) 13:00～14:00		4/15(火)
4	ひまわり保育園(小国町相野原) 9:30～10:30	おぐにコミュニティセンター(小国町新町) 11:00～11:40	上小国小学校(小国町諏訪井) 13:10～14:00		5/13(火)
5	深沢小学校(深沢町) 9:30～10:30	長峰町公民館(長峰町) 11:10～11:40	青葉台小学校(青葉台4丁目) 13:10～14:00		4/16(水)
6	おおこうづ保育園(寺泊敦ヶ曾根) 9:30～10:00	和島保育園和島幼稚園(小島谷) 10:30～11:10	和島体育館(小島谷) 11:20～11:50	与板小学校(与板町東与板) 13:10～14:00	5/14(水)
7	恵和保育園(蓮湯町) 9:30～10:30	改善センター(高野町) 11:00～11:30	福戸小学校(福道町) 13:10～14:00	上川西小学校(下柳2丁目) 14:30～15:00	4/17(木)
8	岩塚保育園(飯塚) 9:45～10:15	塚山保育園(塚野山) 11:00～11:30	下小国小学校(小国町七日町) 13:10～14:00	越路公民館十楽寺分館(飯塚) 14:40～15:10	5/15(木)
9	こしじ保育園(浦) 9:30～10:30	上除保育園(上除町) 11:00～11:45	関原小学校(関原町2丁目) 13:10～14:00		4/18(金)
10	東川口保育園(川口) 9:30～10:30	西川口保育園(西川口) 11:00～11:30	川口小学校(西川口) 13:10～14:00		5/16(金)
11	山谷沢小学校(滝谷町) 9:00～10:30	下条東公園(下条町) 11:00～11:20	下条町公民館(下条町) 11:25～11:45	前川小学校(前島町) 13:10～14:00	4/21(月)
12	信条保育園(信条東) 9:30～10:20	中条保育園(中之島中条) 10:30～11:20	与板幼稚園(与板町与板) 13:00～14:30		5/19(月)
13	六日市小学校(中瀧町) 9:00～10:30	高町北公園(高町2丁目) 11:00～11:30	才津小学校(才津西町) 13:10～14:00		4/22(火)
14	みしま北保育園(三島上条) 9:30～10:00	みしま南保育園(鳥越) 10:30～11:30	脇野町小学校(脇野町) 13:00～14:00	三島体育センター(吉崎) 14:20～15:00	5/20(火)
15	白山保育園(来迎寺) 9:30～10:30	希望が丘コミュニティセンター(西津町) 11:00～11:30	宮本小学校(宮本町1丁目) 13:10～14:00		4/23(水)
16	栃尾白山保育園(天下島) 9:30～10:30	上塩保育園(上塩) 11:00～11:40	みどり保育園(下榎出) 13:10～14:00		5/21(水)
17	新郷小学校(福井町) 9:00～10:30	上通保育園(大口) 11:00～11:30	桂小学校(桂町) 13:10～14:00		4/24(木)
18	本山保育園(寺泊弁才天) 9:30～10:00	野積保育園(寺泊野積) 10:30～11:00	寺泊小学校(寺泊一里塚) 13:10～14:00		5/22(木)
19	みずほ保育園(中野西) 11:00～11:30	下川西小学校(花井町) 13:00～14:30	明行寺(芹川町) 14:45～15:15	下川西コミュニティセンター(花井町) 15:30～16:30	4/25(金)
20	種学原旧教職員住宅(山古志種学原) 9:30～9:50	白髭神社・竹沢保育園(山古志竹沢) 10:10～11:10	太田小学校(濁沢町) 11:40～12:00	石坂小学校(村松町) 13:15～14:30	5/23(金)



荻原健司さんと登ろう 東山市民ハイキング

時 4月29日(祝)午前9時～午後4時(小雨決行) 集合=旧成願寺温泉跡地(駐車場なし) コース=④県道長岡栃尾巻線【荻原さんと一緒にポールを使ってハイキング。講習あり】
⑤森立旧道【通常のハイキング】 ※下山は全て城山コースで市営スキー場ゴール 対どなたでも(小学生以下は保護者同伴) ¥100円 時昼食、敷物、長靴

※行き帰りとも市営スキー場駐車場からの臨時バスあり(片道200円。帰りは同温泉跡地経由長岡駅東口行き)
※天候などにより、内容を変更・中止する場合があります。中止の場合は、ノルディックウォーク体験会をふそき公園園根付き広場で行います(午前9時～正午)
※当日の開催有無は専用番号(当日のみ有効) ☎090・9675・3965、☎090・4613・0262、☎090・2215・9817へ
申 4月22日(火)までにスポーツ振興課(柳原) ☎32・6117へ

◆図や表などの略字の見方は16ページ
◆図どなたでも、図特になし、図無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆図に電話、ファクス、Eメール、図(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオ=アオーレ長岡 市セ=市民センター
大和=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ
健セ=健康センター 柳原=柳原分庁舎



長岡市スポーツ協会(市民体育館内)以下スポーツ協 ☎34・2130と加盟団体の催し

1 長岡市民早起き野球大会

時 5月18日から終了までの毎週日曜日 場信濃川河川公園など 対市内に在住・通勤する人(1チーム25人以内。高校生以下を除く) ¥9,000円 抽選会 5月12日(月)午後7時から市民体育館で 申 4月25日(金)までに料金を添えてスポ協へ

2 市民テニス教室

コース・時 ①5月コース: 9日、23日 ②6月コース: 3日、17日 ③7月コース: 1日、15日の毎週火・金曜日午後7時～9時(各計5回) 場希望が丘テニス場 対高校生以上 定各40人抽選 ¥各4,000円 申各コース前月20日までに、往復はがきの往信の裏にコース名、住所、氏名、電話番号、経験年数、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-2105 緑町1の38の427(有)インテイクコスモ内 長岡市テニス協会・川上俊一さん(☎090・1880・3510)へ

3 ちびっこテニス教室

時 5月9日～7月18日の毎週

金曜日午後4時30分～5時30分(5月30日を除く計10回) 場南部体育館 対年中・小学生2年生の未経験者 定30人抽選 ¥5,000円 申4月30日(水)(必着)までに、往復はがきの往信の裏に住所、氏名(ふりがな)、学年、保護者名、電話番号、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-1106 宮内4の6の36 長岡市テニス協会・石原法男さん(☎32・4507)へ

④春季市民卓球大会 時 5月3日(祝)午前9時から 場市民体育館 部門Ⅱ▽男子: 50歳以上、30歳以上、30歳未満、高校生、中学生▽女子: 一般・高校生A、一般・高校生B、中学生▽混合: 小学生以上、小学4年生以下 ¥一般700円、高校生500円、小・中学生350円 申 4月14日(月)までに中学生の部は刈谷田中学校 ☎52・2001へ。そのほかの部門は長岡市卓球協会・星田さん ☎90・3083・5491へ

7 小学生陸上競技教室

時 毎月2回土曜日午後1時30分～3時30分(計22回) 場陸上競技場など 対小学3～6年生 定各学年40人抽選 ¥年5,000円 申 4月26日(土)までに陸上競技場、市民体育館にある申込書で 関長岡T&Fクラブ・今井さん ☎32・5213

8 初心者なぎなた教室

時 5月8日～6月26日の毎週木曜日午後7時～8時30分(計8回) 場市民体育館 対小学生以上 ¥2,500円 申 4月30日(水)までにスポ協へ 関長岡市なぎなた協会・高野さん ☎33・5915

9 初心者合気道教室

時 5月15日～7月31日の毎週木曜日午後7時～9時(7月

10日・24日を除く計10回) 場市民体育館 対高校生以上 定30人先着 ¥3,000円 申 5月14日(水)までに長岡市合気会・松本さん ☎77・2061へ

10 春の初心者太極拳教室

時 ①5月8日～6月5日の毎週木曜日 ②③5月9日～6月

6日の毎週金曜日(各計5回) 時間 ①午前11時30分～午後1時 ②午前10時～11時30分 ③午後7時30分～9時 場市民体育館 ¥各2,000円 申 5月7日(水)までにスポ協へ 関長岡太極拳協会・小暮さん ☎35・8785

11 長岡蒼柴スポーツクラブ参加者募集

①早起き親子体操教室 楽しみながらマット運動やボール運動をします。 時 毎週日曜日午前7時30分～8時30分 場 長岡工業高等専門学校 対 幼児と保護者 定 30組先着 ¥月1,500円 ②めざせ! スポーツ万能スクール スポーツの土台を作ります。 時 毎週木曜日午後6時～7時 場 栖吉小学校 対 小学生 定 30人先着 ¥月1,500円

③柔道

時 毎週日曜日午前9時～11時 場 長岡工業高等専門学校 定 10人先着 ¥月1,500円 ④アスレティックス陸上競技 スポーツの土台を作ります。 時 毎週日曜日 コース・時間 Ⅱ(A)基礎コース: 午前9時30分～10時30分 Ⅲ(選)選手コース: 午前9時30分～11時30分 場 長岡工業高等専門学校 対 小学生 ⑤小学3～6年生 定 各20人先着 ¥(A)月1,500円 ⑥月2,500円

⑤ サッカースクール

時 毎週月曜日午後6時～7時

学生男女 ¥①一般700円 高校生600円、小・中学生500円 ②1組につき一般1,400円、高校生1,200円、小・中学生1,000円 申 4月22日(火)までに料金を添えてスポ協へ

⑥長岡剣道会日曜成人クラス 時 4月20日からの毎週日曜日 午前10時～正午 場 市民体育館 コースⅡ入門、再挑戦 対高校生以上 ¥年18,000円 申 4月19日(土)までに 渡辺さん ☎35・1022へ

⑦フリーコート開設 時 4月8日～11月18日の毎週火曜日 対高校生以上 定 20人先着 ¥1人500円

⑧いづれも 時間 Ⅱ午前10時～正午(雨天中止) 対 テニス用具(ラケット貸し出しあり) 申 随時(当日可)

⑨ヒップホップ教室 小学生 時 4月15日～6月3日の毎週火曜日午後6時30分～7時30分

⑩サンライフ長岡 ☎36・7200

健康運動実践指導者が測定

悠久山プール ☎35・6368

臨時休館のお知らせ

時 4月14日(月)～18日(金)

①雪割草群生地 (12万株) 場 自然探勝路 ②カタクリ大群落 (100万株) 場 里山フィールドミュージアム ※開花期はお問い合わせください

③チューリップまつり 140品種19万本のチューリップが咲き誇ります。土・日・祝日にはクラフト教室などもあります。 時 4月26日(土)～5月11日(日)

国営越後丘陵公園 ☎47・8001

①早春の花 ②ハローキティ花絵&キティちゃんHUGして“ぎゅ” チューリップでできたハローキティの花絵の前でキティちゃんと記念撮影できます。 時 4月27日(日)午前11時から、午後1時から、3時から 場 緑の千畳敷 定 各25人先着



結果を基に運動・健康のアドバイスをします。 時 4月22日(火)午前10時～正午 内 握力、上体起こしなど 定 20人先着 申 事前に

④春の公園まるごとウォーキング 時 4月20日(日)午前10時～午後3時 集合=ウェルカムゲート 定 100人先着 ¥高校生以上1,600円、小・中学生1,000円(入園料、昼食代込み。駐車料別) 申 アクア・レ長岡 ☎47・5656

①ハッピーフライデー!! 初心者大歓迎。1回の申し込みも可能です。 時 4月11日～11月21日の毎週金曜日 対高校生以上 定 20人先着 ¥1回1,000円 (初回無料、5回分先払いで1回無料)

②ヒップホップ教室 中学生 時 4月15日～6月3日の毎週火曜日午後7時45分～8時45分(4月29日、5月6日を除く計6回) 対中・高校生 定 15人先着 ¥3,000円 申 4月10日(木)から

③ヨガ教室 時 4月16日～6月24日の毎週火曜日午後6時30分～8時15分(初回は水曜日。4月29日、5月6日を除く計9回) 定 16人先着 ¥6,750円 申 4月10日(木)から

④桜まつり 「スポーツフェスティバル」 時 4月27日(日)午前10時～午後4時 場 越路河川公園(雨天時は浦体育館) 対 スポーツ愛好者などの手作り体験、飲食コーナーなど

⑤浦体育館 ☎92・6910

⑥運動会必勝目指せ一番星 時 4月15日(火)・17日(木)・21日(月)・24日(木)・28日(日)・30日(水) 5月2日(金)・9日(金)・12日(月)・14日(水)午後6時30分～7時30分(計10回) 場 短距離走教室 対 小学3～6年生 定 20人先着 ¥3,000円 申 4月13日(日)まで

⑦和島野球場クラブハウス ☎74・2289

⑧健康体操教室 ストレッチや簡単な運動で健康な体づくりや運動習慣を身に付けます。 時 4月18日～6月6日の毎週金曜日午前10時30分～11時30分(5月2日・23日を除く計6回) 定 10人先着 ¥3,000円 申 4月10日(木)から

⑨無料体力測定 健康運動実践指導者が測定

⑩南部体育館 ☎39・3600

⑪健康運動実践指導者が測定

⑫桜まつり 「スポーツフェスティバル」

★スポーツ振興課は、4月28日(月)からさいわいプラザに移転します



スポーツ教室 (4月～6月)

申いづれも4月10日(木)午前9時から各施設へ電話または窓口で ※開催日など詳しくはお問い合わせください

施設名	教室名	初回	曜日	時間	回数	対象	定員(先着)	料金
北部体育館 ☎24・6116	リフレッシュヨガ	4月14日	月	10:00～11:00	10回	どなたでも	25人	6,000円
	ウォーキング 昼	4月15日	火	13:30～14:30	9回		10人	4,500円
	ウォーキング 夜			18:30～19:30				
	ひきしめるピラティス	4月16日	水	13:30～14:30	10回	25人	6,000円	
	ソフトバレー	4月18日	金	10:00～11:30	9回	40人	3,600円	
	体幹トレーニング			13:30～14:15	10回	8人	5,000円	
	親子ヒップホップ	4月19日	土	16:00～17:00	9回	小学生と保護者	35人	1組9,000円 子どものみ5,400円
ヒップホップ	17:30～18:30			20人			6,300円	
みしま体育館 ☎41・2133	全身シェイプ 火曜日	4月15日	火	19:30～20:30	6回	どなたでも	15人	3,000円
	ピラティス 水曜日	4月16日	水		7回		20人	4,200円
	筋力UPトレーニング			6回	8人		3,000円	
	健康ウォーキング	4月17日	木	13:30～14:30	7回	20人	15人	4,200円
	ヨガ 昼			19:30～20:30			8人	
	ヨガ 夜			19:30～20:30			15人	
	体幹トレーニング	4月18日	金	13:30～14:30	6回	H23年4/2～H24年4/1 生まれの子と保護者	8人	3,000円
	全身シェイプ 金曜日			10:30～11:30			30組	
	3歳児親子体操			16:30～17:30			35人	
	小学生低学年体育	4月19日	土	19:30～20:15	15人	どなたでも	15人	3,600円
シェイプボクシング	19:30～20:15							
ピラティス 土曜日	19:30～20:30							
新産体育館 ☎46・4601	朝からゆったりヨガ	4月21日	月	10:30～11:30	10回	どなたでも	20人	6,000円
	健康体操 月曜日			13:30～14:30			10人	5,000円
	ピラティス			19:00～20:00			20人	6,500円
	集中!ウエストシェイプ 月曜日	4月22日	火	20:00～21:00	7回	小学1～3年生	7人	5,000円
	安心ゆったり体操			10:30～11:30			10人	3,500円
	バランスボール 火曜日			13:30～14:30			7人	
	キッズスポーツ	4月23日	水	16:00～17:00	10回	どなたでも	20人	
	ストレッチポール 水曜日			13:30～14:30			7人	5,000円
	キッズヒップホップダンス			18:00～19:00			30人	6,000円
	集中!ウエストシェイプ 水曜日	4月24日	木	19:30～20:30	10回	どなたでも	7人	5,000円
健康体操 木曜日	10:30～11:30							
健康ステップ台体操	13:30～14:30							
ストレッチポール 金曜日	4月25日	金	13:30～14:30	8回	どなたでも	20人	4,000円	
バランスボール 金曜日			19:30～20:30					
中之島体育館 ☎66・1711	ソフトバレー	4月14日	月	10:00～12:00	8回	どなたでも	30人	4,000円
	ボールエクササイズ	4月15日	火	18:00～19:00	7回		20人	3,500円
	ウォーキングクラブ			19:30～20:30			10人	
	体幹トレーニング	4月16日	水	18:30～19:30	8回		20人	4,000円
	肩こり・腰痛解消運動	4月17日	木	13:30～14:30				
シェイプアップボクササイズ	4月18日	金	19:00～20:00	8回	20人	4,000円		
高齢者のための体力作り			14:00～15:00					

◆図や表などの略字の見方は16ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、図無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆図に電話、ファクス、Eメール、図(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
 アオ=アオーレ長岡 市セ=市民センター
 大和=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ
 健康=健康センター 柳原=柳原分庁舎



新産体育館 ☎52・5571

- ①ピラティス
時毎週火曜日午後2時～3時
- ②はじめてヨガ
時毎週火曜日午後7時30分～8時30分、毎週金曜日午前10時～11時
- ③はじめてエアロビクス(初心者)
時毎週水曜日午後7時～8時
- ④らくらくエアロビクス(初心者～中級者)
時毎週水曜日午後2時～3時、毎週木曜日午後7時30分～8時30分
- ⑤楽しいエアロビクス(中級者)
時毎週金曜日午後2時～3時、午後7時30分～8時30分
- ⑥骨盤体操教室
時毎週水曜日午後3時15分～4時
- ⑦健康体操教室
時毎週木曜日午後2時～3時、場吉水体育館、新産体育館

- ①サンクスソフトテニス教室
時毎週土・日・祝日午後7時～9時、対ソフトテニス歴2年以上の中級者(中学生以上) 定15人(先着) 一般:1期4月、2期5月、3期6月、4期7月、5期8月、6期9月、7期10月、8期11月、9期12月、10期1月、11期2月、12期3月、13期4月、14期5月、15期6月、16期7月、17期8月、18期9月、19期10月、20期11月、21期12月、22期1月、23期2月、24期3月、25期4月、26期5月、27期6月、28期7月、29期8月、30期9月、31期10月、32期11月、33期12月、34期1月、35期2月、36期3月、37期4月、38期5月、39期6月、40期7月、41期8月、42期9月、43期10月、44期11月、45期12月、46期1月、47期2月、48期3月、49期4月、50期5月、51期6月、52期7月、53期8月、54期9月、55期10月、56期11月、57期12月、58期1月、59期2月、60期3月、61期4月、62期5月、63期6月、64期7月、65期8月、66期9月、67期10月、68期11月、69期12月、70期1月、71期2月、72期3月、73期4月、74期5月、75期6月、76期7月、77期8月、78期9月、79期10月、80期11月、81期12月、82期1月、83期2月、84期3月、85期4月、86期5月、87期6月、88期7月、89期8月、90期9月、91期10月、92期11月、93期12月、94期1月、95期2月、96期3月、97期4月、98期5月、99期6月、100期7月、101期8月、102期9月、103期10月、104期11月、105期12月、106期1月、107期2月、108期3月、109期4月、110期5月、111期6月、112期7月、113期8月、114期9月、115期10月、116期11月、117期12月、118期1月、119期2月、120期3月、121期4月、122期5月、123期6月、124期7月、125期8月、126期9月、127期10月、128期11月、129期12月、130期1月、131期2月、132期3月、133期4月、134期5月、135期6月、136期7月、137期8月、138期9月、139期10月、140期11月、141期12月、142期1月、143期2月、144期3月、145期4月、146期5月、147期6月、148期7月、149期8月、150期9月、151期10月、152期11月、153期12月、154期1月、155期2月、156期3月、157期4月、158期5月、159期6月、160期7月、161期8月、162期9月、163期10月、164期11月、165期12月、166期1月、167期2月、168期3月、169期4月、170期5月、171期6月、172期7月、173期8月、174期9月、175期10月、176期11月、177期12月、178期1月、179期2月、180期3月、181期4月、182期5月、183期6月、184期7月、185期8月、186期9月、187期10月、188期11月、189期12月、190期1月、191期2月、192期3月、193期4月、194期5月、195期6月、196期7月、197期8月、198期9月、199期10月、200期11月、201期12月、202期1月、203期2月、204期3月、205期4月、206期5月、207期6月、208期7月、209期8月、210期9月、211期10月、212期11月、213期12月、214期1月、215期2月、216期3月、217期4月、218期5月、219期6月、220期7月、221期8月、222期9月、223期10月、224期11月、225期12月、226期1月、227期2月、228期3月、229期4月、230期5月、231期6月、232期7月、233期8月、234期9月、235期10月、236期11月、237期12月、238期1月、239期2月、240期3月、241期4月、242期5月、243期6月、244期7月、245期8月、246期9月、247期10月、248期11月、249期12月、250期1月、251期2月、252期3月、253期4月、254期5月、255期6月、256期7月、257期8月、258期9月、259期10月、260期11月、261期12月、262期1月、263期2月、264期3月、265期4月、266期5月、267期6月、268期7月、269期8月、270期9月、271期10月、272期11月、273期12月、274期1月、275期2月、276期3月、277期4月、278期5月、279期6月、280期7月、281期8月、282期9月、283期10月、284期11月、285期12月、286期1月、287期2月、288期3月、289期4月、290期5月、291期6月、292期7月、293期8月、294期9月、295期10月、296期11月、297期12月、298期1月、299期2月、300期3月、301期4月、302期5月、303期6月、304期7月、305期8月、306期9月、307期10月、308期11月、309期12月、310期1月、311期2月、312期3月、313期4月、314期5月、315期6月、316期7月、317期8月、318期9月、319期10月、320期11月、321期12月、322期1月、323期2月、324期3月、325期4月、326期5月、327期6月、328期7月、329期8月、330期9月、331期10月、332期11月、333期12月、334期1月、335期2月、336期3月、337期4月、338期5月、339期6月、340期7月、341期8月、342期9月、343期10月、344期11月、345期12月、346期1月、347期2月、348期3月、349期4月、350期5月、351期6月、352期7月、353期8月、354期9月、355期10月、356期11月、357期12月、358期1月、359期2月、360期3月、361期4月、362期5月、363期6月、364期7月、365期8月、366期9月、367期10月、368期11月、369期12月、370期1月、371期2月、372期3月、373期4月、374期5月、375期6月、376期7月、377期8月、378期9月、379期10月、380期11月、381期12月、382期1月、383期2月、384期3月、385期4月、386期5月、387期6月、388期7月、389期8月、390期9月、391期10月、392期11月、393期12月、394期1月、395期2月、396期3月、397期4月、398期5月、399期6月、400期7月、401期8月、402期9月、403期10月、404期11月、405期12月、406期1月、407期2月、408期3月、409期4月、410期5月、411期6月、412期7月、413期8月、414期9月、415期10月、416期11月、417期12月、418期1月、419期2月、420期3月、421期4月、422期5月、423期6月、424期7月、425期8月、426期9月、427期10月、428期11月、429期12月、430期1月、431期2月、432期3月、433期4月、434期5月、435期6月、436期7月、437期8月、438期9月、439期10月、440期11月、441期12月、442期1月、443期2月、444期3月、445期4月、446期5月、447期6月、448期7月、449期8月、450期9月、451期10月、452期11月、453期12月、454期1月、455期2月、456期3月、457期4月、458期5月、459期6月、460期7月、461期8月、462期9月、463期10月、464期11月、465期12月、466期1月、467期2月、468期3月、469期4月、470期5月、471期6月、472期7月、473期8月、474期9月、475期10月、476期11月、477期12月、478期1月、479期2月、480期3月、481期4月、482期5月、483期6月、484期7月、485期8月、486期9月、487期10月、488期11月、489期12月、490期1月、491期2月、492期3月、493期4月、494期5月、495期6月、496期7月、497期8月、498期9月、499期10月、500期11月、501期12月、502期1月、503期2月、504期3月、505期4月、506期5月、507期6月、508期7月、509期8月、510期9月、511期10月、512期11月、513期12月、514期1月、515期2月、516期3月、517期4月、518期5月、519期6月、520期7月、521期8月、522期9月、523期10月、524期11月、525期12月、526期1月、527期2月、528期3月、529期4月、530期5月、531期6月、532期7月、533期8月、534期9月、535期10月、536期11月、537期12月、538期1月、539期2月、540期3月、541期4月、542期5月、543期6月、544期7月、545期8月、546期9月、547期10月、548期11月、549期12月、550期1月、551期2月、552期3月、553期4月、554期5月、555期6月、556期7月、557期8月、558期9月、559期10月、560期11月、561期12月、562期1月、563期2月、564期3月、565期4月、566期5月、567期6月、568期7月、569期8月、570期9月、571期10月、572期11月、573期12月、574期1月、575期2月、576期3月、577期4月、578期5月、579期6月、580期7月、581期8月、582期9月、583期10月、584期11月、585期12月、586期1月、587期2月、588期3月、589期4月、590期5月、591期6月、592期7月、593期8月、594期9月、595期10月、596期11月、597期12月、598期1月、599期2月、600期3月、601期4月、602期5月、603期6月、604期7月、605期8月、606期9月、607期10月、608期11月、609期12月、610期1月、611期2月、612期3月、613期4月、614期5月、615期6月、616期7月、617期8月、618期9月、619期10月、620期11月、621期12月、622期1月、623期2月、624期3月、625期4月、626期5月、627期6月、628期7月、629期8月、630期9月、631期10月、632期11月、633期12月、634期1月、635期2月、636期3月、637期4月、638期5月、639期6月、640期7月、641期8月、642期9月、643期10月、644期11月、645期12月、646期1月、647期2月、648期3月、649期4月、650期5月、651期6月、652期7月、653期8月、654期9月、655期10月、656期11月、657期12月、658期1月、659期2月、660期3月、661期4月、662期5月、663期6月、664期7月、665期8月、666期9月、667期10月、668期11月、669期12月、670期1月、671期2月、672期3月、673期4月、674期5月、675期6月、676期7月、677期8月、678期9月、679期10月、680期11月、681期12月、682期1月、683期2月、684期3月、685期4月、686期5月、687期6月、688期7月、689期8月、690期9月、691期10月、692期11月、693期12月、694期1月、695期2月、696期3月、697期4月、698期5月、699期6月、700期7月、701期8月、702期9月、703期10月、704期11月、705期12月、706期1月、707期2月、708期3月、709期4月、710期5月、711期6月、712期7月、713期8月、714期9月、715期10月、716期11月、717期12月、718期1月、719期2月、720期3月、721期4月、722期5月、723期6月、724期7月、725期8月、726期9月、727期10月、728期11月、729期12月、730期1月、731期2月、732期3月、733期4月、734期5月、735期6月、736期7月、737期8月、738期9月、739期10月、740期11月、741期12月、742期1月、743期2月、744期3月、745期4月、746期5月、747期6月、748期7月、749期8月、750期9月、751期10月、752期11月、753期12月、754期1月、755期2月、756期3月、757期4月、758期5月、759期6月、760期7月、761期8月、762期9月、763期10月、764期11月、765期12月、766期1月、767期2月、768期3月、769期4月、770期5月、771期6月、772期7月、773期8月、774期9月、775期10月、776期11月、777期12月、778期1月、779期2月、780期3月、781期4月、782期5月、783期6月、784期7月、785期8月、786期9月、787期10月、788期11月、789期12月、790期1月、791期2月、792期3月、793期4月、794期5月、795期6月、796期7月、797期8月、798期9月、799期10月、800期11月、801期12月、802期1月、803期2月、804期3月、805期4月、806期5月、807期6月、808期7月、809期8月、810期9月、811期10月、812期11月、813期12月、814期1月、815期2月、816期3月、817期4月、818期5月、819期6月、820期7月、821期8月、822期9月、823期10月、824期11月、825期12月、826期1月、827期2月、828期3月、829期4月、830期5月、831期6月、832期7月、833期8月、834期9月、835期10月、836期11月、837期12月、838期1月、839期2月、840期3月、841期4月、842期5月、843期6月、844期7月、845期8月、846期9月、847期10月、848期11月、849期12月、850期1月、851期2月、852期3月、853期4月、854期5月、855期6月、856期7月、857期8月、858期9月、859期10月、860期11月、861期12月、862期1月、863期2月、864期3月、865期4月、866期5月、867期6月、868期7月、869期8月、870期9月、871期10月、872期11月、873期12月、874期1月、875期2月、876期3月、877期4月、878期5月、879期6月、880期7月、881期8月、882期9月、883期10月、884期11月、885期12月、886期1月、887期2月、888期3月、889期4月、890期5月、891期6月、892期7月、893期8月、894期9月、895期10月、896期11月、897期12月、898期1月、899期2月、900期3月、901期4月、902期5月、903期6月、904期7月、905期8月、906期9月、907期10月、908期11月、909期12月、910期1月、911期2月、912期3月、913期4月、914期5月、915期6月、916期7月、917期8月、918期9月、919期10月、920期11月、921期12月、922期1月、923期2月、924期3月、925期4月、926期5月、927期6月、928期7月、929期8月、930期9月、931期10月、932期11月、933期12月、934期1月、935期2月、936期3月、937期4月、938期5月、939期6月、940期7月、941期8月、942期9月、943期10月、944期11月、945期12月、946期1月、947期2月、948期3月、949期4月、950期5月、951期6月、952期7月、953期8月、954期9月、955期10月、956期11月、957期12月、958期1月、959期2月、960期3月、961期4月、962期5月、963期6月、964期7月、965期8月、966期9月、967期10月、968期11月、969期12月、970期1月、971期2月、972期3月、973期4月、974期5月、975期6月、976期7月、977期8月、978期9月、979期10月、980期11月、981期12月、982期1月、983期2月、984期3月、985期4月、986期5月、987期6月、988期7月、989期8月、990期9月、991期10月、992期11月、993期12月、994期1月、995期2月、996期3月、997期4月、998期5月、999期6月、1000期7月、1001期8月、1002期9月、1003期10月、1004期11月、1005期12月、1006期1月、1007期2月、1008期3月、1009期4月、1010期5月、1011期6月、1012期7月、1013期8月、1014期9月、1015期10月、1016期11月、1017期12月、1018期1月、1019期2月、1020期3月、1021期4月、1022期5月、1023期6月、1024期7月、1025期8月、1026期9月、1027期10月、1028期11月、1029期12月、1030期1月、1031期2月、1032期3月、1033期4月、1034期5月、1035期6月、1036期7月、1037期8月、1038期9月、1039期10月、1040期11月、1041期12月、1042期1月、1043期2月、1044期3月、1045期4月、1046期5月、1047期6月、1048期7月、1049期8月、1050期9月、1051期10月、1052期11月、1053期12月、1054期1月、1055期2月、1056期3月、1057期4月、1058期5月、1059期6月、1060期7月、1061期8月、1062期9月、1063期10月、1064期11月、1065期12月、1066期1月、1067期2月、1068期3月、1069期4月、1070期5月、1071期6月、1072期7月、1073期8月、1074期9月、1075期10月、1076期11月、1077期12月、1078期1月、1079期2月、1080期3月、1081期4月、1082期5月、1083期6月、1084期7月、1085期8月、1086期9月、1087期10月、1088期11月、1089期12月、1090期1月、1091期2月、1092期3月、1093期4月、1094期5月、1095期6月、1096期7月、1097期8月、1098期9月、1099期10月、1100期11月、1101期12月、1102期1月、1103期2月、1104期3月、1105期4月、1106期5月、1107期6月、1108期7月、1109期8月、1110期9月、1111期10月、1112期11月、1113期12月、1114期1月、1115期2月、1116期3月、1117期4月、1118期5月、1119期6月、1120期7月、1121期8月、1122期9月、1123期10月、1124期11月、1125期12月、1126期1月、1127期2月、1128期3月、1129期4月、1130期5月、1131期6月、1132期7月、1133期8月、1134期9月、1135期10月、1136期11月、1137期12月、1138期1月、1139期2月、1140期3月、1141期4月、1142期5月、1143期6月、1144期7月、1145期8月、1146期9月、1147期10月、1148期11月、1149期12月、1150期1月、1151期2月、1152期3月、1153期4月、1154期5月、1155期6月、1156期7月、1157期8月、1158期9月、1159期10月、1160期11月、11



安全・安心な長岡駅自転車駐車場をご利用ください

長岡駅自転車駐車場は、屋内のため雨による自転車の傷み、汚れを防げます。管理人が見回りしているため盗難の心配もありません。

長岡駅東口自転車駐車場 ☎38・2075、長岡駅大手口地下自転車駐車場 ☎32・8922、長岡駅大手口北自転車駐車場 ☎33・2345

犬の登録と狂犬病の予防注射

犬の飼い主は、生後91日以上の子犬を登録（生涯1回）し、毎年1回狂犬病の予防注射を受けさせなければなりません。犬を飼っている人は、下表の会場で登録し予防注射を受けさせてください。

市外の会場では、受けられません。

登録済みの犬…3,100円、新規登録の犬…6,100円（つり銭のいかないように）

地域	期日	会場	時間
中之島	4月4日(金)	中条新田大字事務所	10:20~10:40
		中野公民館(サンパルクなかのしま隣)	11:10~11:30
		中之島公民館(旧農村環境改善センター)	13:30~14:00
		はずはな荘(上通小学校南隣)	14:30~15:00
和島	4月7日(月)	和島支所職員駐車庫(和島体育館側)	10:45~11:30
		寺泊体育館	13:30~14:00
寺泊	4月8日(火)	野積文化センター	14:30~14:45
		寺泊センターおここうづ	10:00~10:30
三島	4月9日(水)	夏戸集落センター	11:00~11:20
		鳥越集落開発センター	10:00~10:20
与板	4月9日(水)	三島体育センター	10:50~11:30
		与板公民館黒川分館	13:30~13:50
		与板保健センター	14:20~15:00
栃尾	4月10日(木)	栃尾産業交流センター	10:00~11:00
		荷頃地区センター	13:15~13:45
		中地区センター	14:00~14:15
		農協下塩谷支店	10:15~10:45
長岡	4月11日(金)	上塩谷地区センター	11:00~11:30
		栃尾体育館	13:00~14:00
長岡	4月14日(月)	十日町小学校	9:45~10:15
		宮内コミュニティセンター分館(沢田橋南側)	10:45~11:30
長岡	4月15日(火)	中央図書館西側	13:30~15:00
		旧動物保護管理センター(柿町)	9:30~10:00
		川崎コミュニティセンター	10:30~11:15
		栖吉コミュニティセンター	13:30~14:10
		滝谷町集落開発センター	14:50~15:20
		山本コミュニティセンター	9:30~10:00
長岡	4月16日(水)	富富電コミュニティセンター	10:30~11:30
		南部体育館	13:30~14:15
長岡	4月16日(水)	さいわいプラザ正面駐車場	14:45~15:15



※下表の日程以外は動物病院で注射を受けてください。左記料金の約1,000円の宅診料が加算されます。郵送した狂犬病予防注射済票交付申請書(新規の人には受付で渡します)、料金、印鑑(新規の場合のみ)★犬の死亡、飼い主の市内転居、飼い主の変更の場合は、次の問い合わせ先に連絡してください(市ホームページからも手続きできます)。

環境業務課 ☎24・2837、各支所市民生活課

地域	期日	会場	時間
越路	4月17日(木)	塚野山集落開発センター	10:15~10:30
		越路公民館十楽寺分館	10:50~11:30
		石津トレーニングセンター	13:30~13:50
		越路支所	14:15~15:15
長岡	4月18日(金)	太田コミュニティセンター	9:40~9:50
		山古志支所前	10:20~10:40
川口	4月18日(金)	ふれあい交流館サウナ(相川サウナ)	11:20~11:40
		西川口集落開発センター	13:30~14:00
川口	4月18日(金)	川口支所車庫前	14:20~15:00
		川口支所車庫前	14:20~15:00
全地域	4月20日(日)	県動物愛護センター(関原町)	9:30~11:00
小国	4月21日(月)	小国会館(旧農村環境改善センター)	10:00~10:30
		小国支所庁舎裏車庫	10:50~11:20
長岡	4月22日(火)	島瀧公園(上川西小隣)	9:45~10:30
		下川西コミュニティセンター	11:00~11:30
		日越コミュニティセンター	13:30~14:15
	4月23日(水)	福戸コミュニティセンター	14:40~15:00
		陸上競技場正面玄関	10:30~11:30
		希望が丘コミュニティセンター	13:30~14:10
長岡	4月24日(木)	関原1丁目公民館	14:40~15:10
		愛宕公園	9:30~10:15
長岡	4月25日(金)	大積コミュニティセンター	11:15~11:30
		県動物愛護センター(関原町)	13:30~15:00
		新組コミュニティセンター	9:30~10:00
		黒条コミュニティセンター	10:20~11:20
長岡	4月25日(金)	平和の森公園	13:30~13:50
		北部体育館南側	14:20~15:20

される人の気持ち、考えたことがありますか？
犬や猫が、庭や畑にふんをしたり、他人の家の塀や柱に尿をしたりして困るといふ苦情が寄せられています。散歩時にはビニール袋と水を持参し、飼い主が責任をもってふんや尿の後始末をしてください。ルールやマナーを守るのは飼い主の最低限の責任です。近所に迷惑を掛けないように飼いましょう。

4月6日(日)~15日(火)は春の全国交通安全運動 春風にのせよう マナーと思いやり
外出の機会が多くなるこの時期、ドライバーは子どもや高齢者を見かけたら行動に気を配り、思いやりのある運転を心掛けましょう。
市民活動推進課 ☎39・2206



▲ケツメリクガメくん

4月29日はさいわいプラザのオープニングイベント(4ページ)として開催。先輩パパ・ママの育児体験を聞いたり、赤ちゃんを実際に抱っこしたりするよ。

子ども家庭課 健康
妊婦や出産を学んだり相談したりする場です。
① 4月29日(祝)午後1時45分~4時
② 5月16日(金)午後6時45分~8時45分
③ 中央公民館
④ 越路保健センター
⑤ 内沐浴実習、パパの妊婦擬似体験、助産師・保健師からの情報提供
⑥ 妊婦と夫
⑦ 16組(先着)⑧ 12組(先着)⑨ 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、フェイスタオル、ビニール袋、父と子のメモリアルカード
⑩ 4月10日(木)から子ども家庭課
⑪ 16日(水)から越路支所市民生活課 ☎92・5011へ

「夜眠れない」「気持ち沈む」「お酒の量が増えた」などは心の疲れのサインかも知れぬ。早めに相談してください。
① 4月24日(木)② 5月12日(月)午後2時~4時
健康センター
③ 各2人先着
④ 4月21日(月)⑤ 5月8日(木)まで

② こころの相談会
4月から、食事の指導に加えて運動指導も始めます。一人ひとりの健康状態に合った運動方法をアドバイスするので、無理なく生活習慣病対策ができますよ。私たち運動指導員がアドバイスします。

① あなたの健康相談会
健康の結果や、生活習慣病の予防・改善の相談に、栄養士・保健師・運動指導員が個別に応じます。
① 4月25日(金)② 午後1時~4時
③ 午後7時30分~8時30分
健康センター(さい) ④ ① 8人先着 ② 3人先着 ③ 健康手帳(ある人) ④ 4月18日(金)まで

③ セーフティリーダー 14期生10人が誕生
児童・生徒・高齢者などに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10人を紹介します。(五十音順・敬称略)
荒沢 正彦 希望が丘1
押見 一郎 東栄3
窪入 隆夫 濁沢町

野焼きは禁止です!
野焼きに関する苦情が多く寄せられています。ごみの野焼きは法律で固く禁止されています。家庭ごみは燃やせずに分別して、ごみステーションに出してください。今春からパトロールを行います。
環境政策課 ☎24・0528、環境業務課 ☎24・2837

4月・5月は特に山火事・枯れ草火災に注意!
たばこの吸い殻は絶対に投げ捨てないなど火の取り扱いに十分注意してください。空き地・空き家などを所有・管理している人は、枯れ草などの燃えやすい物を処分するなど適正に管理をしてください。
消防本部予防課 ☎35・2190

水道水の「安全・安心」をお届けします
市は毎年「水質検査計画」を作成して130項目の検査を実施し、水質を厳しく管理。検査結果を「水質年報」で公表しています。
水質検査計画と水質年報にご意見をお寄せください。
情報ラウンジ(ア)、水道局各営業所、市ホームページ
※中之島地域の検査計画は見

消費税率の改正に伴う水道料金、下水道使用料
4月1日から消費税率(地方消費税を含む)が5%から8%に上がり、水道料金、下水道使用料にも適用されます。4月1日前から継続して使用している場合、4月1日以降の初回請求分は、旧税率(5%)が適用され、次回以降請求分は新税率(8%)となります。
4月1日以降、新たに使用を開始した場合、初回請求分から新税率(8%)の適用となります。
水道料金…水道局業務課 ☎35・1619、下水道使用料…下水道課(市セ) ☎39・2235

“やっぱり長岡暮らし”を応援 Uターン総合窓口を設置しました
就職や暮らし、住まいなどUターンに関する相談に一元的に対応する窓口です。長岡にUターンを考えている人や、長岡に暮らす家族からの相談に応じます。
場・ 商業振興課(大手) ☎39・2228



★健康課・子ども家庭課は、4月21日(月)からさいわいプラザに移転します

◆図や表などの略字の見方は16ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、**無**無料、**要**不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆**電**に電話、**ファ**クス、**Eメール**、**市**(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオ=アオーレ長岡 **市**市=市民センター
大大=大手通庁舎 **さい**さい=さいわいプラザ
健健=健康センター **柳**柳=柳原分庁舎

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

申請は大会終了後1ヵ月以内です。詳しくは市ホームページをご覧ください。
 申請書(アオ)39・2239、各支所地域振興課

義務教育就学援助制度

経済的な理由で就学が困難な児童・生徒に、学用品費や給食費などを援助します。
 持学校から配付の就学援助費申請書、印鑑、保護者名義の預金通帳 4月30日(水)までの午前8時30分～午後7時(土・日・祝日を除く)に学務課(アオ)39・2239)、各支所地域振興課へ

学生は国民年金保険料の学生納付特例が受けられます

本人の前年所得が11.8万円以下の場合、申請すると保険料の納付が猶予されます。
 今年3月まで学生納付特例の承認を受けていて、申請時に4月以降も在学予定期間とした人は、4月上旬に届くはがきで手続きしてください。
 国民年金課国民年金係(アオ)39・2250、各支所市民生活課

保険料免除・学生納付特例申請などのさかのぼり期間を拡大

最大で2年1ヵ月前の保険料から免除などの申請をすることが可能になりました。
 国民年金課国民年金係(アオ)39・2250、各支所市民生活課

今後70歳になる国保加入者へ

平成26年4月2日以降に70歳の誕生日を迎える人は、70歳の誕生日の翌月(ただし、各月1日が誕生日の人は誕生日)から、医療費の窓口負担が2割になります。
 ※一定の所得がある人は今後3割です。詳しくは市ホームページをご覧ください
 国民年金課国民年金係(アオ)39・2220、各支所市民生活課

国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険料

平成26年度の1年分の保険料は、前年中の所得に基づき7月に決まります。
 納付書で納付する人と口座振替の人の納付は7月からです。
【年金から納付する人】
 今年2月の保険料と同額を4・6・8月の年金から納めてもらいます。10月以降の保険料は、7月にお知らせします。
 国民年金課国民年金係(アオ)39・2220、同課後期高齢者医療係(アオ)39・2317、

65歳以上の人は介護保険料の納付をお忘れなく

仮算定した平成26年度の保険料額を4月中旬、納付書で納付する人と口座振替の人に通知します。
 なお、確定した年間保険料額は、7月中旬に通知します。
①納付書で納付する人
 4～6月分の納付書で、各納期限までに納めてください。
②口座振替の人の
 4～6月分を各納期限日に指定口座から振り替えます。
③4月から、新たに年金から納付する人
 対象者には、4月上旬に通知します。保険料額などを確認してください。
④昨年に引き続き、年金から納付する人
 今回は通知がありません。4月・6月は、今年2月の保険料額と同額です。
⑤介護保険課(アオ)39・2245、各支所市民生活課

県外見本市への出展・開催経費を補助します

製造業および情報サービス業を営み市内に事業所がある中小企業者など 補助率11%対象経費の2分の1で上限20万円(設立後10年未満の企業や初めての見本市への出展は上限30万円、海外見本市への出展は上限40万円) 工業振興課(アオ)39・2222

中小企業者の資金繰りを支援します

相談、申し込みは市内各金融機関へどうぞ。

①消費税率引き上げに伴い、売上げが減少した中小企業者に対して「中小企業消費税対策特別融資」を創設

最近3ヵ月の平均売上高が前年同期より3%以上減少している市内の中小企業者 融資限度額=3,000万円 返済期間=運転9年以内、設備10年以内(全て据置期間2年以内を含む) 貸付利率=信用保証付…年1.9%、その他…年2.2%)

②「中小企業振興資金普通貸付」から「中小企業資金繰り円滑化借換対応特別融資 平常要件」に借り換えができます

①②いずれも 取扱期間=来年3月31日まで 商業振興課(アオ)39・2228

国際規格などの認証取得を支援します

市内に事業所がある製造業を営む中小企業者が、取引拡大や新分野進出のために国際規格などの認証を取得する事業(品質、環境、医療機器、食品安全、自動車、航空宇宙に関する国際規格など) 補助率11%対象経費の2分の1以内(上限50万円) 5月9日(金)までに工業振興課(アオ)39・2222へ

原子力発電施設等周辺地域企業立地支援給付金

国次の全てを満たす企業①平成25年4月1日以降に長岡・越路・小国地域に事業所を新

工場立地の際は事前に届出を

一定規模以上の工場などを新設・増設・変更する場合は、緑地の設置などに関して事前に届出が必要です。
 業種：製造業、電気・ガス・熱供給業者(水力、地熱、太陽光発電所を除く)▽規模：敷地面積9,000㎡以上または建築面積3,000㎡以上
 ※特定の区域で緑地の設置割合を緩和しています 産業立地課(アオ)39・2298

工場などを立地するための土地取得費を補助します

民間取引で取得した事業用地も対象に補助しています。

対象地域	補助率
長岡業務拠点地区、北河原工業団地	土地取得費の20~25% (上限5,000万円)
【民間取引】市内の準工業地域、工業地域、工業専用地域、市が造成した工場など用地(2,000㎡以上の土地に限る)	土地取得費の10% (上限1,000万円)

※対象業種、雇用者数、操業時期などの要件があります。詳しくはお問い合わせください 産業立地課(アオ)39・2298

このエコ事業に補助します

省エネ・新エネ設備等導入事業補助金

住宅や事業所に導入する工事に補助します。
 補助金額=導入経費の3分の1以内

	対象設備の種類	上限額
①	太陽光発電設備(最大出力A10kW未満B10kW以上(事業所))	A1kW6万円(5kWまで) B1kW6万円(15kWまで)
②	太陽熱温水設備(A温水器Bソーラーシステム)	A3万円B8万円
③	ペレットストーブ・ボイラー	15万円
④	CO ₂ 冷媒ヒートポンプ給湯設備(既築)	4万円
⑤	潜熱回収型給湯設備(既築)	2万円
⑥	ガスエンジン給湯設備(A家庭用B発電出力5kW以上の業務用)	A10万円B1kW10万円(10kWまで)
⑦	燃料電池設備	30万円
⑧	蓄電池設備(①と併せて導入の場合)	10万円
⑨	LED照明設備(導入経費が税抜き15万円以上で、5基以上導入の場合)	5万円

※すでに工事に着手している場合は補助対象外です。申請額が予算に達したら終了します。詳しくは市ホームページをご覧ください。③は別枠で2次募集も行います 4月16日(水)から環境政策課(アオ)24・0528へ

事業者のみなさんへ

●圧縮天然ガス(CNG)自動車導入事業補助金

対バス(乗車定員11人以上)、車両総重量2.5トン超のトラック、軽トラック、車両総重量2.5トン以下の自動車 補助金額=導入するCNG自動車の本体価格と通常車両価格の差額のうち、営業車は自己負担額の3分の1以内、業務用の自家用車は自己負担額の2分の1以内の額 環境政策課(アオ)24・0528

●新エネルギー先進モデル補助金

地域エネルギーや再生可能エネルギーの利用を拡大し地元雇用につながるなど、先進的で特色のある事業に対して補助を行います。
 市内事業者 補助金額=対象経費の2分の1以内(上限1,000万円) 4月10日(木)~5月30日(金)に政策企画課(アオ)39・2204へ

ものづくり企業のチャレンジを応援します

1 フロンティアチャレンジ補助金

①調査研究支援 NEW

新分野進出を目指した調査研究費を補助します。
 補助率=対象経費の2分の1(上限100万円)

②ベンチャー開発支援

設立後10年以内の企業が取り組む新製品の開発費を補助します。
 補助率=対象経費の3分の2(上限200万円)

③ビギナー開発支援 NEW

開発に係る公的機関の補助金活用が3回以内の企業が取り組む新製品の開発費を補助します。
 補助率=対象経費の3分の2(上限300万円)

2 ものづくり未来支援補助金 NEW

①技術・製品開発支援

中小企業が取り組む技術・製品の開発費を補助します。
 補助率=対象経費の2分の1(健康・医療・福祉、農商工連携の取り組みは3分の2)(上限1,000万円)

②設備投資支援

設備の入れ替えや新規購入費を補助します。
 補助金額=取得価格が500万円以上の設備に係る5年分の固定資産相当額(上限200万円)

③ブランド化支援

公的機関の補助金で開発した製品の、市場投入に要する経費を補助します。
 補助率=対象経費の2分の1(上限200万円)

12いずれも 5月9日(金)までに工業振興課(アオ)39・2222へ

3 新エネルギー開発支援補助金

①新エネルギー・省エネルギー技術開発支援補助金

エネルギー分野の新技术・新製品の開発費を補助します。
 補助率=対象経費の2分の1(上限800万円)

②長岡ブランド発電装置開発支援補助金

市内の技術力を活かした発電装置の開発で、3年以内に製品化を目指す事業費を補助します。
 補助率=対象経費の4分の3(上限1,000万円)

①②いずれも 5月9日(金)までに産業立地課(アオ)39・2298へ

納期限は4月30日(水)です

- 固定資産税・都市計画税(第1期)
- 介護保険料(第1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。受診の際は、必ず保険証と医療費助成の受給者証(ある人)を持参してください。

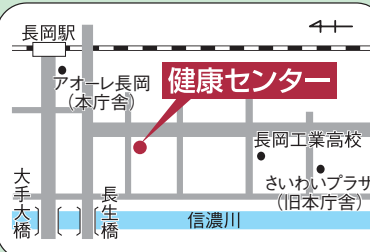
- 風邪や腹痛などの比較的軽症な救急患者 → ①～⑤を受診してください
- 入院や手術を必要とする重症な救急患者 → ⑥を受診してください

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～4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

【移転に関するお知らせ】

休日・夜間急患診療所、休日急患歯科診療所、中越こども急患センターは5月に「さいわいプラザ」(旧本庁舎)に移転します。
・5月12日(月)は移転作業のため休診となります。
・5月13日(火)から診療を開始します。

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2-5-1)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
4月	6日(日) 内島医院 ☎66・2446	貝瀬皮膚科 ☎66・8100
	13日(日) 田崎医院 ☎62・1122	中之島クリニック ☎61・2551
	20日(日) 星野医院 ☎62・0998	お元気でクリニック ☎63・3800
	27日(日) 山谷クリニック ☎61・1388	見附南医院 ☎63・4477
	29日(祝) 杏仁堂医院 ☎62・0123	寺師医院 ☎62・0137
5月	3日(祝) 田崎医院 ☎62・1122	金井医院 ☎62・0116
	4日(祝) 関谷医院 ☎61・0205	星整形外科医院 ☎66・8808
	5日(祝) 田崎医院 ☎62・1122	中之島クリニック ☎61・2551
	6日(休) 林俊幸クリニック ☎66・3000	わたなべ皮フ科 ☎62・7750
	11日(日) 内島医院 ☎66・2446	中之島クリニック ☎61・2551

受付時間はお問い合わせください。

救急当番病院	当番病院に関するお問い合わせ
立川総合病院 ☎33・3111	休日・夜間急患診療所 ☎37・1199 (受付時間のみ)
長岡赤十字病院 ☎28・3600	長岡市医師会 ☎22・5600
長岡中央総合病院 ☎35・3700	長岡市消防本部 ☎36・0119

総合窓口からのお知らせ
(アオーレ長岡東棟1階) ☎39・7510

【開設時間】
平日…午前8時30分～午後8時
土・日・祝日…午前9時～午後5時

長岡の未来を創りたい人
公務員の仕事に興味がある人

長岡市職員採用説明会に
参加しませんか
(平成27年4月採用 正規職員)

☎5月11日(日) 志望職種と時間＝一般事務職…午前10時30分～正午、午後1時30分～3時、専門職(土木技師、建築技師、保健師、保育士、消防士など)…午後3時30分～5時 場アオーレ長岡 内試験案内、仕事紹介、施設見学 内平成27年3月卒業見込みの人など 定各60人(内着) 甲4月14日(月)～5月9日(金)に市ホームページで(電話、ファクス、Eメールは不可) ※説明会への参加の有無は、採用試験の可否に影響しません 内人事課アオ☎39・2201

いもします。詳しくはお問い合わせください。
●市民活動フェスタ参加団体
市民活動団体が一堂に会する祭りを一緒に盛り上げませんか。
時9月6日(土) 場アオーレ長岡 内ステージイベント、飲食、販売、活動紹介ブース 甲4月20日(日)までに、アオーレ長岡、市ホームページにある申込書で市民協働センターアオ☎39・2020へ

昨年は51団体が参加。小さな団体も参加しやすい雰囲気、団体同士の交流も生まれ、参加者自身が楽しめます。



●「ふれ愛コンサートinながおか」実行委員
障害のある人もない人も楽しめる手作りコンサートに参加しませんか(9月28日(日)にアオーレ長岡で開催)。
内コンサートの企画・運営 対18歳以上で、毎月1回程度の会議と当日の運営に参加できる人 甲4月30日(水)までに福祉課アオ☎39・2343、FAX39・2256、Eメール fukushika@city.nagaoka.lg.jp

①4月5日(土)・6日(日)・26日(土)・27日(日)は、電算システムのデータ更新のため、戸籍・住民異動届出などに関する手続きで正式な処理が翌日以降になることがあります。印鑑登録は取り扱いできません。
②「住民異動」「福祉」「税金」「国民健康保険・国民年金」などの身近な手続きは、総合窓口にお越しください。手続きで本人確認が必要な場合があります。運転免許証など本人確認ができるものをご持参ください。必要書類など詳しくはお問い合わせください。

●図や図などの略字の見方は16ページ
●図などなても、図特になし、図無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
●図に電話、ファクス、Eメール、図(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオ=アオーレ長岡 内市=市民センター
内大=大手通庁舎 内さい=さいわいプラザ
内健=健康センター 内柳=柳原分庁舎

手続き・制度

産前産後家庭生活応援事業の利用期間を延長します

市は、出産前後の妊産婦が市の登録事業者から家事・育児のサービスを受けた場合、1回につき5000円を助成しています。今年度から、対象が産後2カ月から産後3カ月までの妊産婦に変更になりました。すでに利用票を配布されている人も対象となります。サービスの具体的な内容や依頼は登録事業者にお電話ください。
登録事業者 長岡市シルバー人材センター ☎35・2380
長岡助産師会(電話番号は子育てガイドに掲載)、柏崎助産師会 ☎090・3984・1028、小千谷助産師会 ☎84・3595 母子とも家庭課 ☎39・2300

沐浴の介助や、おむつ交換・授乳の補助、おっぱいマッサージ、事業者によっては食事の準備や衣類の洗濯、買い物などのサービスが受けられるよ。
▶ケヅメリクガメくん



募集

●子ども・子育て会議委員
子どもが健やかに育ち、誰もが子育てしやすい社会を目指すため、支援策を検討します。
定3人程度 任期4月～平成28年3月 市内在住の20歳以上で、年3回程度平日昼間に開催する会議に出席できる人(一時保育あり) 報酬 Ⅱ会議1回につき9,100円 Ⅲ選考方法 Ⅱ年齢、職業の構成や居住地などを考慮の上決定し、結果を4月下旬に

市政だよりを一緒に作りましょう!
市民リポーター募集
定10人程度 仕事＝「ほっとフォト」コーナーなどに掲載するイベントの取材 任期＝5月～来年3月 活動頻度＝2カ月に1回程度(土・日・祝日の場合あり) 内次の全てに該当する人 ①市内在住

②高校生以上 ③400万画素以上のデジタルカメラを所有 謝礼＝取材1回につき3,000円(交通費含む) 選考方法＝書類審査 甲4月18日(金)までに、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、簡単な自己PR、本人が撮影した写真(テーマは自由。プリンタでの印刷も可)にタイトルとコメント(80字以内)を添えて、〒940-8501(住所記入不要)広報課アオ(☎39・2202)、Eメール inf-prd@city.nagaoka.lg.jpへ(様式は自由) ※ボランティア保険への加入が必要(年300円)。写真の所有権などは市に属します

まちなかで、自慢の逸品を販売!腕試し!カーネーションプラザで出店しませんか

地域特産品を販売する「アンテナショップ」と、本格出店のために経験を積む「チャレンジショップ」。今年度は、ながおかホコ天に合わせて5月5日(祝)からオープンします。オープンを盛り上げる出店者や翌日以降の出店者を募集します。週末を中心とした出店や、週単位、日単位など、希望に合わせた出店が可能です。
時5月5日からの午前10時～午後5時30分(水曜日を除く) 場カーネーションプラザ(旧大和) 定アンテナショップとチャレンジショップ合計2区画 内市内の業者、団体、個人など ※出店の可否は、長岡市大手通商店街振興組合が決定。結果は申込者へ直接通知 甲カーネーションプラザ、長岡市大手通商店街振興組合のホームページにある申込書をカーネーションプラザ(☎・FAX39・2112)に直接または郵送、ファクスで(水曜日を除く午前10時～午後5時30分) 内商業振興課アオ☎39・2228

●未来を創造する力・長岡未来CMコンテスト2014
「中越大震災から10年、そしてこれからの未来を描こう!」をテーマに、大好きな長岡をCMやポスターで表現した作品を募集します。
受賞作品は長岡をPRするさまざまな機会でも活用します。説明会 Ⅱ4月22日(火)午後6時～7時、27日(日)午後2時～3時にまちなかキャンパス長岡 甲6月30日(月)までに長岡青年会議所 ☎34・0069へ 担当 Ⅱ観光企画課アオ☎39・2344

★子ども家庭課・子ども家庭センターは、4月21日(月)からさいわいプラザに移転します

催し スポーツ 健康 暮らし 手続き・制度 募集 みんなのひろば



みんなのひろば

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…6月号は4月30日(水)(必着)、7月号は5月30日(金)(必着)。開催日や申し込み締め切りが[6月号]6月10日(火)、[7月号]7月10日(水)以降のものに限りません。
- ◆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・募集できない
- 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(新聞など)
- ④ 政治・宗教・営利を目的とする(準ずるものを含む)

応募多数の場合、掲載できないことがあります。会員募集につながるもの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

- フラシツクギター演奏会
 4月13日(日)午前11時30分～午後1時 演奏者 橋本恵さん 定25人(先着) ¥2,500(昼食代含む) 申込岡音楽を楽しむ会・土田さん ☎ 090・7003・6645
- アレギー子のおしゃべり会
 4月13日(日)、5月11日(日)午前10時30分～11時30分 場まちなかキヤンパス長岡 対アレギーがある子どもの家族 岡長岡にこっとくらぶ・小林さん ☎ 90・7705・3806
- シニアパソコン教室
 4月16日～6月19日の毎週水曜日午後1時30分～4時30分または木曜日午前9時～正午(各計10回) 場市民防災センターなど 対60歳以上 定各20人

- 先着 ¥1時間約667円(計2万円) 申NPO法人住民安全ネットワークジャパン ☎ 89・8085
- 春の植木祭り
 4月18日(金)～21日(月)午前9時～午後5時(21日は午後4時まで) 場千秋が原ふるさと森園新潟県植木商組合・橋本さん ☎ 90・1653・0487
- 友達作りができるパソコン教室
 4月18日～6月6日の毎週金曜日午前9時～正午:ワイド、午後1時30分～4時30分:エクセル(各計8回) 場シティホールジョイナイチョー(城内町3) 対60歳以上 定各20人(先着) ¥1時間約833円(計2万円) 申NPOひとのWAぶくり ☎ 34・2480
- ぶらさんば悠久山公園史跡(碑)散策ツアー
 4月19日(土)・20日(日)午前10時

- 30分から2時間程度 定各20人(先着) ¥2,000(昼食代含む) 申NPO法人まちなか考房 ☎ 36・3240
- シルバー人材センター様まつり
 4月19日(土)午前10時30分～午後3時 内容子どもの遊び場など 場岡センター(台町2) ☎ 86・8681
- 福島江桜まつり
 4月20日(日)午後2時～4時 場E・プラザ(台町2) 内容バンド演奏、フラダンスなど 岡実行委員会・佐藤さん ☎ 90・2985・4418
- 長岡基句①講習会②決勝大会
 4月20日(日)午後1時から:サンライフ長岡②5月18日(日)午前11時から:リリックホール ¥2,500(先着) 申長岡市民謡連盟・遠藤さん ☎ 32・0362
- ガミガミ言わない子育て講座
 4月20日(日)、5月18日(日)午前10時～午後4時 場まちなかキヤンパス長岡 岡新家庭教育協会理事・高柳静江さん 定各10人(先着) ¥2,500(テキスト代2,000円別) 申岡協会長岡会場・早川さん ☎ 90・7258・9451(午後7時～10時)
- 栃尾歴史講座
 4月21日(月)午後7時～8時30分 講郷土史研究者・嶋田進さん 定20人(先着) 場岡栃尾地域NPO連絡協議会(金町1)・佐藤さん ☎ 77・9052
- 手打ちうどん講座
 4月22日(火)午前11時～午後1時 場まちなかキヤンパス長岡

- 定20人(先着) ¥2,000(お土産付き) 申蕎麦大学・小川さん ☎ 70・6656・7451
- 洗濯講習会
 4月25日(金)午前10時～正午 内容セーターの洗い方や防寒具の手入れなど 定15人(先着) ¥500(場) 申長岡友の会(稲葉町)・小林さん ☎ 24・6169
- お酒を止めたアルコール依存症者のパーベキュー
 4月26日(土)午前10時～午後3時 場大杉公園 岡AA関東甲信越セントラルオフィス ☎ 03・5957・3506
- 2本のフルートとピアノのファンタジー
 4月27日(日)午後2時～3時30分 場朝日酒造エントランスホール(朝日) ¥2,000(場) 岡同事務局(小野フルート教室内) ☎ 34・3241
- 犬猫譲渡会
 4月27日(日)午前11時～午後2時 場アトリウム長岡 岡新潟動物ネットワーク ☎ 90・2844・4881(午前10時～午後5時)
- 家庭倫理講演会「家庭のちから」
 4月29日(火)午前10時～11時30分 場リリックホール 講倫理研究所・中西浩さん ¥1,000(場) 岡家庭倫理の会長岡市 ☎ 66・615
- 憲法九条を守る長岡の集い
 5月3日(祝)午後1時30分～4時30分 場中央図書館 内容内閣官房副官補・柳澤協二さんの講演など 定190人(先着) ¥500(場) 岡九条を守る長岡

- の会・加藤さん ☎ 24・2227
- ツバメの子育て応援しよう!
 5月3日(祝)～5日(祝)午前10時～午後4時 場栃尾新町区民会館 内容作り相談、工作など 岡栃尾ツバメと野鳥愛護の会・広野さん ☎ 52・2284
- 初級園芸福祉士養成講座
 5月10日(土)午後1時～5時、11日(日)午前10時～午後5時、6月21日(土)午前11時～午後4時30分、22日(日)午前9時30分～午後5時(計4回) 場アオーレ長岡ウネハウス(一之貝) 定35人(先着) ¥36,600(場) 申4月18日(金)までに園芸福祉にいがた・岩淵さん ☎ 8121へ
- 蓬平猿倉屋天空のブナ林雪上トレッキング
 5月10日(土)午前9時～午後2時 定30人(先着) ¥1,500(場) 申4月20日(日)までに蓬平猿倉屋の森の会・中村さん ☎ 23・2966へ
- 長岡市民合唱団定期演奏会
 5月11日(日)午後2時～4時15分 場リリックホール 曲目II アイダ、ナブッコなど ¥1,500(場) 岡同団・監物さん ☎ 90・3142・3918
- 長岡市美術協会彫刻教室
 ①(基本コース):第2・4土曜日午後1時～4時(計13回)②テラコッタコース:毎週水曜日午後6時30分～8時30分(計24回)(いずれも初回は5月17日(土)午後1時から) 場中央公民館 ¥1,000(場)②4,000(場) 申5月13日(火)までに松本さん ☎ 32・1435へ

スポーツ

- チアリーディング無料体験
 4・5月の毎週水曜日午後6時～7時 場栖吉コミュニティセンター 対幼児～小学生 申NPO法人ワセダクラブ ☎ 025・5217・213
- ラウンドダンス初心者教室
 4月10日～5月15日の毎週水曜日午後1時～2時30分(5月1日を除く計5回) 場まちなかキヤンパス長岡 ¥2,000(場) 定20人(先着) 申長岡ラウンドダンスクラブ・島村さん ☎ 90・3452・6485
- 太極拳発表会
 4月13日(日)午後1時30分～3時30分 場阪之上小学校 岡全拳協新潟支部・小暮さん ☎ 35・8785
- 社交ダンスパーティー
 4月13日(日)午後6時30分～8時45分 場南部体育館 ¥500(場) 岡宮内ソシアルダンスクラブ・西山さん ☎ 90・2202・1327
- ソシアルダンスのついで
 4月19日(土)午後6時30分～9時 場北部体育館 ¥500(場) (当日300円増) 岡長岡市ソシアルダンス協会・太刀川さん ☎ 7539
- フォークダンス初心者講習会
 ①5月13日(火)・20日(火)・27日(火):市民体育館など②16日(金)・23日(金)・30日(金):まちなかキヤンパス長岡 時間II午前10時～11時30分 対女性 ¥各600(場) 申①アンティーズ・北原さん

- ②27・4108②ファンシーマミー・岩崎さん ☎ 33・2067
- はじめてのヒラティス会員募集
 第2・4土曜日午前11時～正午 場よいたコミュニティセンター ¥月1,200(場) 申山崎さん ☎ 90・7015・8576
- ひよこクラブたまごクラブ会員募集(社交ダンス)
 毎週水曜日午後6時20分～8時20分 場まちなかキヤンパス長岡 定20人(先着) ¥月3,000(場) 申伊丹さん ☎ 90・4397・1289
- みしま社交ダンスクラブ員募集
 毎週土曜日午前9時30分～11時30分 場みしまコミュニティセンター ¥月1,300(場) 岡中村さん ☎ 42・4385
- 長岡MSC社交ダンス会員募集
 毎週金曜日午前10時30分～正午 場まちなかキヤンパス長岡 ¥月2,000(場) 申島村さん ☎ 90・3452・6485
- ちびっこ剣道教室
 4月25日からの毎週金曜日午後4時～5時 場市民体育館 対4歳以上 定20人(先着) ¥月3,000(場) 申4月21日(月)までに渡辺さん ☎ 35・1022へ
- スポーツ少年団員募集
 空手道クラブ空手会
 毎週日・火曜日午後5時30分～6時30分 場市民体育館 対年長児以上 ¥月1,000(場) 申高山さん ☎ 90・5807・8174
- ◆長岡柔道教室
 (キッズの部) 毎週土曜日午後6時～7時30分 場市民体育

- 館 対年長児 ¥年1,000(場) 申中島さん ☎ 38・0782
- ◆小学生の部 毎週火・金曜日午後7時～8時30分、土曜日午後6時～8時 場市民体育館 ¥年15,000(場) 申中島さん ☎ 38・0782
- ◆中学生の部 毎週火・木・金曜日午後7時～9時 場南中学校 賀さん ☎ 34・2130
- ◆長岡ソフトテニス
 毎週月・木曜日午後7時～9時 場市民体育館など 対小学生 ¥月2,000(場) 申堀さん ☎ 90・2337・5716
- ◆長岡南ファイターズ(ミニバス)
 毎週土・日曜日午前8時～午後1時 場四郎丸小学校など 対小学生 ¥年5,000(場) 申大澤さん ☎ 34・5815
- ◆希望フェニックス(ミニバス)
 毎週月曜日午後7時30分～9時、水・金曜日午後5時30分～7時(水曜日は男子、木曜日は女子)、毎月第1・3・5土曜日午前9時～正午、第2・4土曜日午後1時～3時 場希望が丘小学校 対小学生 ¥月1,000(場) 申男子:小野塚さん ☎ 90・7823・8638、女子:高橋さん ☎ 90・1372・9710
- ◆北部ジュニアテニス
 毎週月・金曜日午後7時～9時、土曜日午前10時～正午、午後7時～9時、日曜日午前10時～午後4時 場希望が丘テニス場など 対年少児・高校生 ¥月3,000(場) 2人目からは2、

- 000円) 申野原さん ☎ 90・88070・1672
- ◆長岡西部剣道教室
 毎週水曜日午後7時～9時 場希望が丘小学校 対小中学生 ¥年7,000(場) 申桑原さん ☎ 90・7226・5666
- 健康
- 精神障害者「家族のついで」
 4月18日(金)午前10時～正午 場社会福祉センター(水道町3) 岡精神障害者家族会長岡希望の会 ☎ 94・5552
- 弁護士によるB型肝炎特措法説明会・個別相談
 4月19日(土)午後1時30分～4時 場まちなかキヤンパス長岡 岡全国B型肝炎訴訟新潟事務所 ☎ 025・223・1130
- 募集
- 絵手紙「ひまわり教室」会員
 5月からの毎月第1・3木曜日午前10時～正午 場中央公民館 ¥月1,500(場) 申斎藤さん ☎ 42・3317
- グランドバレエ「くるみ割り人形」全幕 オーディション
 11月23日(祝) 場市立劇場 演奏II東京フィルハーモニー交響楽団 指揮II船橋洋介さん 内容中学生・高校生以上の女子でバレエ経験5年以上(ポアントワーク必要) ※選考あり 申4月16日(水)までに地域にバレエ・ダンスアートを育てる会・佐藤さん ☎ 33・5026へ
- 長岡勤労者山岳会会員
 月1回登山します。

- 例会日II毎月第1・3水曜日午後7時～9時 場中央公民館 ¥年6,000(場) 岡井上さん ☎ 36・4162
- 鯉のぼりを譲ってください
 越路地域の岩田地区で鯉のぼりを4月20日(日)から5月17日(土)まであげています。
- 岡岩田鯉のぼり有志会・白井さん ☎ 92・3044
- まちづくり越山会メンバー
 福祉や地域などを活性化化するまちづくりを考えます。
- 英会話サークル「E・タイム」
 毎月第2・4火曜日午後7時30分～8時30分 場市民センター ¥月3,000(場)年3,000(場)別) 申山島さん ☎ 90・2250・8624
- 環境ボランティアしませんか
 平日午前9時～正午、午後1時～4時(月1回、週1回などできる範囲で) 場市民生活工房(東蔵王2) 内容給食残さの収集・リサイクル作業 岡NPO法人地域循環ネットワーク ☎ 34・4450
- 「平和の思いを、あなたの言葉で」第20回平和の森コンサート記念曲の歌詞
 7月31日に開催するコンサートで、「ひなた」が作曲・演奏します。歌詞のテーマII平和、命、愛、ふるさと、子どもたちや未来に託す夢など 申5月10日(土)までに同実行委員会・丸山さん ☎ 90・6681・7210へ

★中央公民館は5月からさいわいプラザに移転します

開催日、期日 開催場所、会場 内容 講師 対象、資格 定員、募集人数 料金、会費、受講料 (記載がないものは無料) 持ち物 問い合わせ 申し込み (記載がないものは直接会場へ)

郵便往復はがき

52円切手
を貼って
ください



《返信》

※何も書かないでください。

平成26年度長岡まつり大花火大会有料観覧席申込書

※同一住所による申し込みは1通まで

8月2日(土)				
	席種	料金	申込数	申込金額
右岸	右岸マス席	15,000円	※4マスまで	
	右岸指定席	3,000円	※5席まで	
	フェニックス席	2,000円	※制限なし	
	カメラマン席	5,000円	※1マスまで	
	身体障害者席	4,000円	※1組まで	
左岸	左岸マス席	15,000円	※4マスまで	
	左岸イス席	3,000円	※5席まで	

8月3日(日)				
	席種	料金	申込数	申込金額
右岸	右岸マス席	15,000円	※4マスまで	
	右岸指定席	3,000円	※5席まで	
	フェニックス席	2,000円	※制限なし	
	カメラマン席	5,000円	※1マスまで	
	身体障害者席	4,000円	※1組まで	
左岸	左岸マス席	15,000円	※4マスまで	
	左岸イス席	3,000円	※5席まで	

この部分を内側に折る

申し込みは1席種のみ

申し込みは1席種のみ

《切り取ってください》

1 申込対象

長岡市内在住者（個人）

申込専用 往復はがき

- ① 往信面（裏表紙）に申込者氏名、住所、電話番号、返信面（39ページ）に申込数と申込金額を記入
- ② 52円切手を2カ所貼り、中央を折って郵便ポストへ

2 注意事項

- ① 同一住所による申し込みは1通まで。
- ② 同一日における申し込みは1席種のみ。
（例）2日イス席、3日マス席は可。
2日イス席、2日マス席は不可。
- ③ 小学生以上はチケットが必要です（未就学児はひざ乗せ可）。
- ④ 重複申し込みや応募制限を超えての申し込みは全て無効です。
- ⑤ 営利目的の転売は禁止します。

3 申込方法

往復はがきによる郵送のみ

上記の「申込専用往復はがき」で

※市販の往復はがきも可。上記を参照の上、記入してください

4 抽選結果

日にち別に席種ごと抽選を行います。結果は、当落にかかわらず5月19日(月)から順次発送します。

5 支払手続

当選者には代金の支払い方法をお知らせします。5月30日(金)までに申し込み金額の全額をお振り込みください。全額の入金が無い場合は当選無効となります（申し込み席数の変更はできません）。また、入金後のキャンセルはできません。

【延期の場合】観覧席券はそのまま利用できます。なお、延期によるお客様の都合での払い戻しはしません。

【中止の場合】30%の手数料を差し引いて返金します。なお、開催の途中で中止になった場合は、払い戻しはしません。

抽選販売

応募締切
5月13日(火)
【消印有効】

長岡まつり大花火大会 有料観覧席 市民に先行販売します

有料観覧席チケット販売について…長岡まつり予約センター ☎35・9244

長岡まつり大花火大会について…長岡まつり協議会事務局（まつり振興課内） ☎39・2221

信濃川右岸(長岡駅側)

① 右岸マス席 応募制限 4マスまで

打ち上げ場所に近くて迫力満点！

1マス 15,000円
(180cm×180cm、6人まで)

② 右岸指定席 応募制限 5席まで

堤防傾斜地の特設席！

1人 3,000円

③ フェニックス席 応募制限 なし

フェニックス花火を大パノラマで楽しめる

1人 2,000円

注50人規模のエリアに区切った指定席です。エリア内のお好きな場所にお座りください。

④ カメラマン席 応募制限 1マスまで

堤防斜面を利用した専用席

1マス 5,000円
(約300cm×150cm、2人まで)

注三脚の使用者に限ります。

⑤ 身体障害者席 応募制限 1組まで

さいわいプラザ屋上を利用した専用席

1組 4,000円（駐車場代含む）
(1組4人まで ※障害者1人につき介助者1人以上必要)

注身体障害者手帳（当日必ず持参）がある人で、移動に介助が必要な人の席です。飲酒、喫煙はできません。

信濃川左岸(長岡インター側)

① 左岸マス席 応募制限 4マスまで

打ち上げ場所に近くて迫力満点！

1マス 15,000円
(180cm×180cm 6人まで)

注「堤防内」「堤防上」のいずれかで、場所の指定はできません。

② 左岸イス席 応募制限 5席まで

イスに座ってゆったりと！

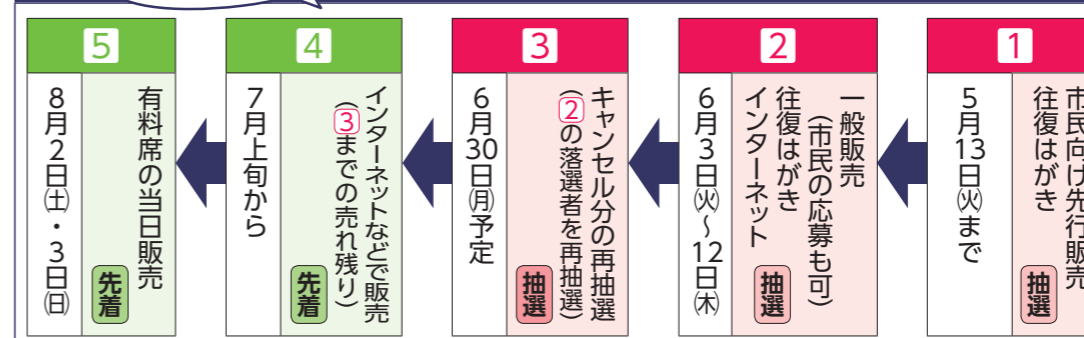
1人 3,000円

注「堤防内」「陸上競技場スタンド」「陸上競技場フィールド」のいずれかで、場所の指定はできません。

「陸上競技場フィールド」は、ナイアガラなど下部の花火が見えにくいですが、会場内唯一のテーブル付きなので、飲食しながらゆったりと観覧できます。

チャンスは5回！

有料席 販売スケジュール



長岡まつりホームページにも詳しく掲載しています

長岡の大花火

検索

2ページもご覧ください

52円切手
を貼って
ください

9 4 0 8 6 9 2

《往信》

長岡郵便局 私書箱88号

長岡まつり予約センター
申込受付係

申込者 ※同一住所による申し込みは1通まで

氏名 (フリガナ)

住所 〒 ※長岡市内在住者限定

長岡市

電話番号 ()

山折り

※何も書かないでください。

忘れずに!

- ① 52円切手を
表と裏に貼る
- ② 中央を折って
郵便ポストへ

締切
5/13
消印有効

長岡まつり大花火大会有料観覧席
市民に先行販売します

★詳しくは2・38・39ページをご覧ください

市民先行販売は、
この申し込み往復はがきを
ご利用ください

■有料観覧席チケット販売について…長岡まつり予約センター ☎35・9244
長岡まつり大花火大会について…長岡まつり協議会事務局(まつり振興課内) ☎39・2221

知ってる!? ながおかモン

vol.08 バドミントンラケット/ヨネックス株式会社

■ものづくりの精神が生んだカーボン加工技術



世界のトップ選手たちが愛用する同社のバドミントンラケット。スマッシュ速度493km/hを記録し、昨年ギネス記録を更新しました。競技用ラケットは、国内・海外を問わず世界的に高い使用率を誇ります。

バドミントンラケットの製造を始めたのは昭和32年。当時のラケットは木製でした。転機となったのは今から約35年前、他社に先駆けて、“軽くて強い”カーボン素材にいち早く着目した

こと。現在トップ選手が使うラケットは約80gで、卵1個分ほどの重量しかありません。これが振り抜きが良くなるポイント。繊維からなるカーボンを、重ねたり巻いたり加熱したりして、ラケットの空気抵抗や重心などを調節します。使う人が最大限に力を発揮できるよう、日々改良を進めています。

テニスラケットやスノーボードの板などでも同社のカーボン技術が使われ、各競技の一流選手が愛用しています。最近では、カーボンの軽さを活かして弱い風でも発電できる風力発電用の羽根を長岡技術科学大学と開発、エネルギー分野にも参入しました。

「ものづくりへの真摯な思いがなければいいものは作れない。トップ選手に認められる製品を作るため、コツコツと取り組みます」(新潟生産本部長の小林和夫さん)と、創業の地・長岡を拠点に開発を進めます。

※長岡のものづくり企業の優れた製品・技術を連載で紹介します