

暮らしのそばに、新しい発見。

市政だより

ながおか

2

No.725

2015.2.1

山はしろがね

絶景の古志高原スキー場

(詳しくは10ページ)

冬まつりへ行こう P2

中学生がホノルル訪問、平和交流 P4

大手通表町西地区、再開発ビルの工事に着手 .. P6

商品化をサポート。ものづくり未来支援事業 .. P7

マイナンバー、はじまります P8



えちごかわぐち 雪洞火ぼたる祭



- 地元名産うまいもの屋台 [正午～午後7時30分]
 - 雪上レクリエーション [正午～午後5時] ジャンボ滑り台、宝さがしなど
 - 雪積み合戦 [小学生…午後1時から、一般…午後3時から]
 - 幻想雪灯り点灯 [午後4時から]
 - 雪上花火 [午後7時30分から]
- 場 川口運動公園 問 同実行委員会事務局 (川口支所産業建設課内) ☎89・3113

おすすめは風船火ぼたる。ふんわり灯る瞬間はいつそう風情を増します。



企画担当/関さん



おぐに雪まつり 雪上エンデューロ大会

- 21日 ① 雪ぼたる [午後5時30分から]
 - 22日 ② おぐにの雪語り [午前10時～正午、午後1時～3時] ごぜ唄、琴演奏、昔話など
 - ③ 雪上エンデューロ大会 [午前8時15分～午後3時30分] 全国から集結したライダーが特設コースを疾走
 - ④ フリースタイルモトクロス [午前11時20分から、午後2時10分から] 有名プロライダーによる空中パフォーマンス
 - ⑤ ふるさと屋台村&雪上わんぱく広場 (滑り台やスノーチューブなど) [午前9時～午後2時]
- 場 ① 小国地域内参加集落 ② みんなの体験館 ③ おぐに運動公園 ④⑤ 小国中学校 問 同実行委員会事務局 (小国支所産業建設課内) ☎95・5906
- ※スタンプは22日のみ エンデューロ担当/板屋さん

10年ぶりの開催「フリースタイルモトクロス」は必見です!



エンデューロ担当/板屋さん



鉛色の空に臆せず、この冬を思いっきり楽しみませんか。雪一面の原っぱを思いっきり走ったり、わくわくドキドキのチューブ滑り。雪景色に浮かぶ、やわらかくあたたかな光に癒やされ、汁物やおこわなど地元のあったかグルメで郷土の食の魅力に触れる——。寒くなんかない! さあ、雪と遊ぼう!

マフラータオル



ストラップ



スタンプ3つでどちらか一つ

★つながる! 越後長岡6大冬まつりスタンプラリー

各会場の受付にあるスタンプを3会場分集めると、その場でもちろんキャラクターグッズ(左)をプレゼントします。さらに6つ全てのスタンプを集めた人の中から抽選で特製マグカップをプレゼントします。 問まつり振興課☎39・2221



長岡雪しか祭り

- ながおか100だるま大会 [午前10時～午後3時(15日は2時まで)に受け付け]
- わんぱく広場 [午前11時～午後4時(15日は午前10時から)] ジャンボスノー滑り台、雪壁登り、餅つき体験など
- アルパカふれあい広場 [午前11時～午後3時、15日は午前10時～午後2時]
- 食楽座・雪しか市 [午前11時～午後5時50分、15日は午前10時～午後4時]
- 雪しかステージ [午前11時～午後5時50分、15日は午前10時～午後4時] 子どもたちの歌やダンスなど
- 雪の女王コンテスト [15日午後1時30分～3時]
- ヘリコプター体験搭乗 [午後1時～4時(15日は午前10時から)] ¥5,000円(小学生以下4,000円)



大人気の滑り台はスリル満点!

- 雪あかり [14日午後5時～7時]
 - 雪花火 [14日午後6時から]
 - バレンタインデー企画チョコの手作り体験 [正午～午後3時(15日は午前11時～午後2時)] 場 ハイブ長岡 ¥300円(1日200個(完着))
 - 写真コンテスト作品募集 申 3月6日(金)までに長岡観光コンベンション協会☎32・1187へ
- 場 ハイブ長岡、千秋が原ふるさとの森周辺 問 同実行委員会事務局 (長岡商工会議所内) ☎32・4500 担当=まつり振興課☎39・2221 ※中央循環バス「くるりん」などをご利用ください



長岡産の紙「ファイバークラフト」に包んだキャンドルを灯す「雪あかり」。みんなの心をあたたかくします。点火のボランティアも募集中です!

幹事長/渡辺さん



冬の花火はきれいで格別



3/7(土) 古志の火まつり

- 特産品テント村 ● 出張アルパカ牧場 ● ステージショー
 - ちびっ子広場(ジャンボ滑り台など) [午前11時～午後4時]
 - 雪中闘牛大会 [午後1時～2時]
- 日本一の「さいの神」点火式 [午後6時から] 山古志地域と岩手県大槌町の新成人代表が無病息災・五穀豊穡、災害からの復興を祈願します
- 花火大会 [さいの神の点火に合わせ]
- 場 四季の里古志 問 同実行委員会事務局 (山古志支所産業建設課内) ☎59・2343

今年最初の角突きです。雪上はココだけ!

震災10周年の節目の祭り。クライマックスは復興祈願の花火を打ち上げます。



天高く昇る炎に圧倒 高さ25mの特大「さいの神」

闘牛担当/松井さん(左)、関さん



2/8(日) スノーフェスティバルin越路

時 午前10時30分～午後3時30分 場 成出運動広場 内 高さ2mの雪像が約40基並ぶ雪像づくりコンテスト、ステージイベント、もちまき、甘酒無料サービスなど 問 同実行委員会 (越路支所産業建設課内) ☎92・5903



2/7(土)・8(日) とちお遊雪まつり

時 7日(土)午後5時～9時(前夜祭「雪灯りまつり」※スタンプは午後8時まで)、8日(日)午前10時～午後3時 場 道の駅R290とちお 内 巨大すべり台やそりレース、グルメテント村など 問 栃尾観光協会☎51・1195

2月10日前の開催のため市政だより1月号で先に詳しくご紹介しています

※降雪の状況などにより、内容を変更・中止することがあります

雪に遊ぶながおかの冬 冬に遊ぶながおかの冬





姉妹都市
ホノルルで

中学生が 平和・文化交流

国際交流課 ☎ 39・2207



真剣に考えた「平和とはなんだ」

1月10日から8日間、市内の中学1年生10人が姉妹都市のハワイ・ホノルル市を訪問しました。戦争という同じ痛みを知る両市は、平成19年から平和交流を続けています。

姉妹都市交流の一環で中学生が訪問するのは昨年(2011年)に続き2回目。世界平和への意識と異文化理解を深めることを目的に、真珠湾攻撃や太平洋戦争の歴史学習や現地の中学生と

交流しました。昨年12月は高校生・大学生がホノルルを訪問。真珠湾追悼式典に参列したり、ハワイ大学の学生と平和について意見交換したりしました。今後も青少年の交流を進めていきます。



吉井 郁歌さん (関原中学校1年)

Qきっかけは 私たちが知らない戦争や、今考えるべき平和について、実際に戦争があった地で学びたいと思いました。

Q印象に残ったこと

日本と米国が考える平和は少し違いました。日本は戦争のない世界。米国は平和のために戦争するという違いです。でもどちらも心から平和を願っていることは一緒です。

カワナナコア中学生が考える平和も私たちと変わりません。戦争をするとかたくなの人が亡くなること。それは悲しい世の中になること。そのために私たちでもできることがあること。協力していけばもっと良い世界になると思いました。



金井 涼介さん (与板中学校1年)

Qきっかけは 海外に興味がありました。英語を普通に話すのを聞いてみたかったです。

Q印象に残ったこと

ハワイ大学を見学して、いろんな人種の学生がいて協力して学んでいることに驚きました。日系移民の暮らしを見学できるハワイプランテーション村で「ハワイの文化はいろいろな国の文化が合わさっている」と聞いたことを思い出しました。

カワナナコア中学生との意見交換では「平和とはなんだ」と真剣に話し合いました。みんな生まれるところは違うけれども世界を平和にしたいんだなと実感しました。



近藤 うたさん (東北中学校1年)

Qきっかけは 戦争はなぜ起こったのか。平和とはどのようなことなのか。真珠湾攻撃をホノルルではどう思っているのか。考え方の違いや両国の方向性を学んで、考えを深めたいと思いました。

Q印象に残ったこと

ハワイの人はとてもフレンドリー。常に相手を思いやり感謝やあいさつを積極的にします。たった一言の「Thank you」や「Aloha」に何度も自信と勇気もらいました。文化や言語、宗教は違って、世界中に心が良い人は必ずいて、努力すれば誰とでも仲良くなれることを学びました。

カワナナコア中学生とは、どうすれば今よりもっと平和に近づけるかを考えました。「誰でも」「仲良く」「笑顔」「理解し合う」がキーワードに挙がりました。一緒に考えたことを意識して自分でできることを見つけます。



8月 終戦70年 長岡ホノルル 平和交流事業 で 中学生が主役の 平和交流サミット

▼世界が注目、次世代が発信する「平和宣言」

長岡市とホノルル市の青少年が互いに両市で平和への歴史を学び交流することで、相互理解を深め、未来への「平和宣言」を共に創り上げます。

■長岡での交流
7月31日(金)～8月3日(月)
■ホノルルでの交流
8月13日(木)～17日(月) 両方に参加

▼派遣生の募集

新中学3年生を対象に2月中旬に学校を通して行う予定です。 国際交流課 ☎ 39・2249

“売れる商品”づくりをサポート ものづくり未来支援補助金

岡工業振興課 ☎39・2222

「開発後の支えが必要」
ニーズに応えた補助金

今年度新設した「ものづくり未来支援補助金」は、新技術・新製品の開発だけでなく、設備投資や製品の販売戦略など企業の活動を総合的に支えています。

中でも「ブランド化支援」は、新しい製品開発に成功しても販売につなげていくことが難しいという企業からの声に応えたものです。

今年度は、実用性を高める改良や製品に付加価値を付けてPRする事業など5件を採択しました。市場調査や広告宣伝、デザインの一新などにも活用でき、開発した製品を「売れる商品」として市場に投入するまでサポート。商品化した企業は、販路拡大に向けたプロモーションを始めています。

今後も企業のニーズをしっかり把握し、市内3大学・高専、産業団体、金融機関などと連携しながら、長岡のものづくりを支えていきます。



中越大震災の経験から、平成19年度にカリウム・リンを抑えた備蓄米を製造。さらに東日本大震災の被災地支援で得たニーズを踏まえ、宮城県石巻市の漁師のワカメを別包装で加え、食べ方や味を自由に調整できる「わかめご飯」を開発しました。

2度の震災経験から生まれた非常食
「アルファ米 わかめご飯」
有限会社エコ・ライス新潟



純国産にこだわった化粧品
「シルキーパウダー S10K」
いずみ染工株式会社

大手化粧品会社などに原料として納めている外国産シルクや麻、キトサンのパウダーに加え、自社ブランドの国産シルクパウダーを開発しました。富岡製糸場の伝統を受け継ぐ碓氷製糸農業協同組合で作られた純国産の天然シルクにこだわった製品です。

純国産にこだわった化粧品
「シルキーパウダー S10K」
いずみ染工株式会社

誰もが安心して食べられるものを



有限会社エコ・ライス新潟
マネージャー
豊永 有さん

これまでの非常食は、具や味が混ぜ込まれていて味の濃いものがほとんどでした。病気や高齢の方などにはあまりいい食事ではありません。この「わかめご飯」は、業界で初めて味付けのワカメを別包装にすることに成功しました。

補助金は開発だけでなく、パッケージデザインや配布用サンプルにも活用しました。今後はアレルギーに対応した長岡野菜の五目ご飯など、誰でも食べられる商品開発に向けて頑張っていきたいです。

自社ブランドで「夢」と「やる気」

取引先が決まっている染色事業などとは違うため、自社製品のシルクパウダーをどうやって売ればいいのか大きな問題でした。チラシやホームページなどの広告や宣伝にも使える今までにない補助金は大変助かりました。

安全・安心にこだわった他にはない自社ブランドができたことで、夢とやる気が湧いてきました。もっとPRして、繊維の町「栃尾」を全国に発信したいですね。



いずみ染工(株)
代表取締役社長
鹿田 純雄さん



1月21日、大手通表町西地区の再開発ビル建設工事の安全祈願祭でくわ入れをする同地区市街地再開発組合理事長・藤井良治さん（左）と森市長



約3,500㎡の敷地に高さ55m、地上14階、地下1階の再開発ビルを建設します

大手通表町西地区 平成28年度内のオープン目指し 福祉の拠点の整備に着手

岡中心市街地整備室 ☎39・2807



写真は表町西地区の建物解体前に撮影

大手通表町西地区市街地再開発組合が事業を進めてきた同地区で、再開発ビルの建設工事に着手しました。「まちなかの西ゲート」絆をつなぐ世代をつなぐ「福祉の拠点」をコンセプトに平成28年度内のオープンを目指します。

再開発ビルには、まちなか居住を促進するための老人ホーム・分譲マンション、高齢者や障害者の生活を支える福祉サービスの拠点として新

社会福祉センター（仮称）を整備します。これまで中心市街地で整備したアオーレ長岡などの施設と連携し、まちなかのにぎわい創出を図ります。

表町東地区の再開発は引き続き検討を進めます

市は大手通表町東地区の再開発機能を再開発準備組合とともに検討してきました。昨年11月にUR都市機構と協働し、長岡の象徴「米百俵の精神」の発祥である国漢学校跡地の旧大和長岡店を取得しました。この再開発では、互尊文庫機能の更新や多世代健康づくりの推進を図り、地区の歴史や中心市街地の役割を踏まえ、市民のみなさんに喜んで使ってもらえる施設となるよう検討を進めます。



提供：東日本高速道路株新潟支社



正式名称は 長岡北スマートIC 平成28年度開通へ

北部地域の産業基盤の強化や寺泊方面への観光振興などを目的に整備を進めているETC（自動料金収受システム）専用のスマートインターチェンジの名称が「長岡北」に正式に決まりました。市内では「長岡南越路」に続く2カ所目になります。

来年度から盛土などの本体工事に着手し、平成28年度中の完成を目指します。また、周辺の交通量を分散させ、利便性をより高めるため、長岡大橋方面からのアクセス道路の整備を併せて進めます。

岡土木政策調整課 ☎39・2307

Q & A \ 教えて! マイナちゃん /

Q 個人情報が悪用されたり、漏えいしたりしませんか?



A マイナンバーの利用は決められた目的だけに限定し、なりすまし防止のための厳格な本人確認などを行います。個人情報データを取り扱う過程におけるリスク対策も行います。



Q マイナンバーはどのような手続きで利用されるの?



A 法律や条例で定められた社会保障・税・災害対策の分野の行政手続き(下表)で利用されます。



分野	手続き例
社会保障 (年金、労働 医療、福祉)	・年金の資格取得や確認、給付 ・雇用保険の資格取得や確認、給付 ・ハローワークの事務 ・医療保険の保険料徴収 ・福祉分野の給付、生活保護 など
税	・市役所や税務署などに提出する申告書、届出書、法定調書 など
災害対策	・被災者生活再建支援金の支給 ・被災者台帳の作成事務 など

さまざまな手続きで使うんですね。マイナンバーを大切に扱います。



てくてく遊びに来ていた親子

「特定個人情報保護評価書」(案)にご意見を

マイナンバー制度の導入にあたり、マイナンバーを含む個人情報の管理方法や情報漏えい防止対策などを記載した特定個人情報保護評価書を作成しました。みなさんのご意見をお寄せください。

■評価対象事務

住民基本台帳、個人住民税の賦課、固定資産税の賦課、市税の収納・滞納整理、健(検)診・保健指導の実施に関する事務

■募集期間

2月23日(月)~3月24日(火)

■閲覧場所

アオーレ長岡情報ラウンジ、各支所地域振興課、市ホームページ

■問い合わせ

庶務課 ☎39・2203

マイナンバー制度のお問い合わせは
国のコールセンターへ

☎0570・20・0178

(全国共通ナビダイヤル
平日午前9時30分~午後5時30分)

マイナンバー

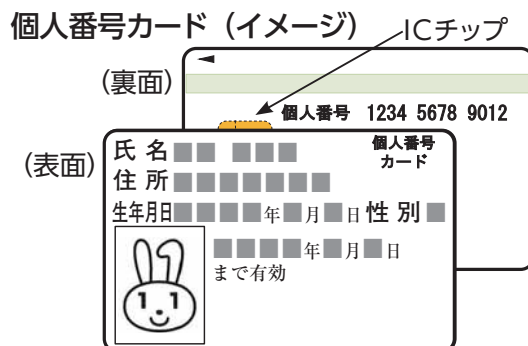
検索

10月から マイナンバーをお知らせします ★1

10月から住民票の住所に、マイナンバーを記載した「通知カード」を郵送します。

来年1月から 「個人番号カード」を交付します ★2

来年1月から、希望者に交付を開始します。交付申請書は「通知カード」に同封する予定です。個人番号カードは身分証明書のほか、e-Tax(インターネット)などの電子申請に利用できます。※本制度の導入に伴い、来年1月以降は住民基本台帳カードは交付しません。既存のカードは有効期限まで利用できます



個人番号、氏名、住所、性別、生年月日などが記載された顔写真付きICカード。所得情報などプライバシー性の高い個人情報は記録されません。

来年1月から
マイナンバー、はじまります。

10月から
マイナンバーを
一人ひとりに
お届けします!

岡行政課 ☎39・2208

マイナンバー制度(社会保障・税番号制度)とは

国民一人ひとりにマイナンバー(個人番号)を割り振り、行政の効率化や国民の利便性の向上などを図る制度です。国や市など複数の機関にある個人の情報が「同じ人の情報」であることを確認して、相互に情報を活用します。

制度が導入されると・・・

1 行政の効率化
手続きが正確で
早くなる

行政機関・地方公共団体での作業の効率化が図られ、手続きがスムーズになります。

2 国民の利便性の向上
面倒な手続きが
簡単に

申請時に必要な所得証明書などの添付書類を省略できるようになります。

3 公平・公正な社会の実現
給付金などの
不正受給の防止

行政機関が所得状況などを把握しやすくなり、不正受給を防止できます。

マイナンバーは12桁の番号

・来年1月から、法律や条例で定められた社会保障・税・災害対策の行政手続きで利用します。

⇒Q&Aをチェック

・番号は原則として、生涯変わりません。



マイナンバーキャラクター
マイナちゃん

これからのスケジュール

平成27年10月	・マイナンバーの通知 ★1 (個人番号カードが必要な人は要申請)
28年1月	・マイナンバーの利用開始 ・希望者に個人番号カードの交付開始 ★2
29年1月	・国がネットワークによる情報連携を開始
29年7月	・市がネットワークによる情報連携を開始



地域のまきこ

まちのほつとフォト

は市民リポーターが取材・撮影しました

なごこの顔

寺泊地域図書館の「冬のお楽しみスペシャル」で福笑いやカルタを楽しみました。子どもたちの笑い声で冬の寒さも吹き飛んだみたい。(1月18日) ◎遠藤幸明さん



まずは雪に慣れよう

川口・木沢地区で行われた「越後雪かき道場」初級編に、関東方面などから35人が参加。慣れない雪に悪戦苦闘しながらも、かんじきやスコップの使い方など、雪かきのコツを身に付けました。(1月17日)



ホタテで復興を後押し

栃尾地域の飲食店が2月に行う「大槌活ほたてフェア」に向けて試食会を開催。「身が締まっていて甘い」岩手県大槌町のホタテを頬張り、メニューのイメージを膨らませていました。(1月12日)



熱々をどうぞ

与板観光協会がアオーレ長岡での新年賀詞交換会で振る舞ったのは、きのこたっぷりの「こけ汁」。ヘルシーな一杯にみなさん「おいしい!」と好評でした。(1月5日)



獅子舞に泣き笑い

みしま南保育園の新年お楽しみ会に先生手作りの獅子舞が登場しました。一年の健康を願って園児の頭を噛もうとすると、泣いたり笑ったり大騒ぎ!(1月9日)



きれいにできたよ

中之島地域の信条保育園で、小正月の伝統行事「まゆ玉飾り」を行いました。木の枝に上手に飾って「風邪を引かず、元気に過ごせますように」。(1月9日) ◎高津敏さん



今月の表紙

眺望抜群の古志高原スキー場。山頂からは360度見渡せ、越後三山と呼ばれる八海山、中ノ岳、駒ヶ岳も一望できます。多くのスキーヤー・スノーボーダーが大パノラマの中、気持ちよく滑っていました。(1月14日)



心を一つに、そーれっ

和島地域の少年教室で小学3~6年生が和太鼓を体験しました。みんなで息を合わせ、気合いを込めてドンドコドン。(1月10日) ◎金山静夫さん



カフェで楽しく健康に

タニタカフェで毎週火・金曜日に開催している健康講座。少しの意識と運動だけで姿勢も体の動きも良くなり、みなさん姿美人になりました。(1月20日) ←2月の健康講座は裏表紙へGO!



えいつ...入った!

越路・塚野山地区のみなさんが「棒茶会」を行いました。輪投げなどのゲームやおしゃべりを楽しんで、心も体もほかほかに。(1月15日)



もっと速く走ってー

山古志小・中学校で行ったPTA雪上レクリエーション大会。雪が舞う中、チューブリレーや雪積み競争などで大人も子どもも冬の日を楽しみました。(1月18日) ◎柴木樹さん



「たっちやがれ、ホーイホイ」

小国・新町地区の子どもたちによる小正月の伝統行事「鳥追い」。唄を歌いながら家々を回り、今年の豊作を願いました。(1月10日) ◎小出陽一さん



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）。

中村勘九郎 中村七之助
新緑特別公演

人気歌舞伎公演を、7年ぶりに長岡で開催します。
時 5月24日(日)昼の部…午後1時から、夜の部…午後4時30分から 場 市立劇場 料 全席指定 S席8,000円、A席7,000円 チケット発売日=2月28日(土)



▲中村勘九郎さん(左)、中村七之助さん

1 リリックウィークデーシリーズ
「0歳からのミニコンサート」

時 3月13日(金)午前10時30分~11時15分 場 リリックホール 対 乳幼児と保護者、妊婦と家族 定 40組(先着)
申 2月10日(火)~27日(金)に電話で

2 ミュージカルワークショップ成果発表公演
「平成竹取ものがたり」

時 3月29日(日)午後2時30分~3時30分 場 リリックホール 料 全席自由500円 チケット発売日=2月14日(土)

3 Noism2 長岡公演

時 4月24日(金)午後7時~9時 場 リリックホール 演 目=「ユリ島の馬」など 料 全席指定1,000円 チケット発売日=2月27日(金)

4 チョン・ミョンフン指揮

東京フィルハーモニー交響楽団 長岡特別演奏会

時 5月3日(祝)午後5時~7時 場 市立劇場 指揮・ピアノ=チョン・ミョンフン 曲目=モーツァルト/ピアノ協奏曲第23番イ長調など 料 全席指定 S席6,000円、A席5,000円 チケット発売日=2月13日(金)



▲チョン・ミョンフン

5 ルートヴィヒ・チェンバー・プレイヤーズ

時 5月8日(金)午後7時~9時 場 リリックホール 曲 目=ベートーヴェン/七重奏曲変ホ長調op.20など 出演=横坂源(チェロ)、ディルク・アルトマン(クラリネット)、白井圭(バイオリン)ほか 料 全席指定3,000円 チケット発売日=2月20日(金)

6 入船亭扇辰独演会

時 5月16日(土)午後2時~4時 場 リリックホール 料 全席指定1,000円 チケット発売日=3月6日(金)

今月の
おしらせ隊
隊員

あぶらげんしん

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、栃尾地域のイメージキャラクター「あぶらげんしん」。栃尾地域ゆかりの戦国武将・上杉謙信公と名物のあぶらげが合体して誕生しました。元気いっぱい地域をPRします。



14ページのほだれ祭日帰りバスツアーも見てね。

金曜日午後7時~8時30分(3月6日・13日を除く計5回) 対 市内在住の未経験者 定 20人(先着) 場 ヨガマットまたはバスタオル 申 2月10日(火)から
男女共同参画推進室(市) ☎39・2746
1 女性のためのコミュニケーションスキルUPセミナー 対 人関係がスムーズに 時 2月21日(土)午前10時30分~午後3時 場 まちなかキャンパス長岡 講 シニア産業カウンセラー・中村容子さん 定 30人(先着) 保 育 2月12日(木)までに要予約(定5人先着)

対 生後6カ月~小学1年生 ¥500円 申 2月19日(木)まで(HPからも可)
2 人権講演会~ネットいじめから子どもを守る!~ 時 2月24日(火)午後1時30分~3時30分 場 さいわいプラザ 講 メディアジャーナリスト・渡辺真由子さん 定 100人(先着)
緑花センター(花テラス) ☎39・8718
1 花テラス「ぶち講座」 時 3月14日(土)午後1時30分~2時15分 内 ペットボトルのミニハンギング 定 20人(先着)

¥300円 申 2月12日(木)~3月6日(金)
2 花と緑の教室
1 親子園芸教室「ミニアレンジをしよう」 時 3月21日(祝) 講 島峰悦子緑花推進指導員 定 12組(先着) ¥1,200円
2 季節のハンギングバスケット 時 3月26日(木) 講 砂山淳子緑花推進指導員 定 16人(先着) ¥2,500円
1 2 いずれも 時間 午前10時~11時30分 申 2月12日(木)から①3月13日(金)まで②3月

18日(水)まで(HPからも可)
まちなかキャンパス長岡 ☎39・3300
保 育 2月10日(火)前日まで
1 まちなかカフェ 自由に見学できます。
2 偶然?必然?因果関係の科学 確率を使い「運」を科学的に考えます。 時 3月4日(水)午後7時~8時30分 講 長岡技術科学大学教授・原信一郎さん
3 炎のVサイン 燃焼の基礎知識と、音波で炎がV字状に分かれる現象を紹介しします。

時 3月7日(土)午後2時~3時30分 講 長岡技術科学大学教授・鈴木正太郎さん
1 2 いずれも 定 20人(先着) ¥500円(1ドリンク付き) 申 2月10日(火)から(HPからも可)
2 市民プロデュース講座「プロの失敗談に学ぶ!」インターネットの楽しい歩き方 時 3月1日(日)・8日(日)・15日(日)午前10時30分~正午(計3回) 講 上川西プラチナパソコンサークル・小川誠さんほか ¥600円 申 2月10日(火)から(HPからも可)

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…先着順 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
・HP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

お知らせ

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

栃尾美術館 ☎53・6300

3月2日(月)~6日(金)は、展示替えのため休館します。

1 「アートクラブ」長岡巡回展 in SAKAI

全国中学校美術部作品展で受賞した作品30点を展示します。 時 2月14日(土)~3月1日(日)午前9時~午後5時(月曜休館)

2 オープンアトリエ プラバンであそぼう

時 2月22日(日)午前10時~11時30分、午後1時30分~3時30分(随時) 料 ¥100円



プラスチックの板に好きな絵を描いて熱を加えるだけ。簡単にキーホルダーやアクセサリーが作れます。

3 ギャラリー利用者募集

美術創作活動を行う個人やグループの展示発表にご利用ください。 申 3月1日(日)から

農の駅 あぶらげんしん(ふるさと体験農業センター) ☎34・5360

1 ひなまつり料理講座

時 2月25日(水)午前10時~正午 内 ちらし寿司、桜餅 定 24人(抽選) ¥1,500円

2 みそづくり体験

県内産の大豆を使い、麹からみそを作ります。 コース・場 ①3月10日(火)~12日(木) ②3月13日(金)~15日(日) ③3月17日(火)~19日(木) ④3月20日(金)~22日(日) ⑤3月24日(火)~26日(木) 時間 ①②③④⑤ 1・3日目:午前9時~正午、2日目:午前または午後の30分程度 定 大豆使用量120kgまで(抽選) ¥大豆5kg3,600円、10kg7,200円

3 一畝オーナー(10m)ネギコース

時 3月1日(日)(種まき)~11月中旬 定 20人(抽選) ¥3,100円

1 2 いずれも 申 2月15日(日)(消印有効)までに、往復はがきの往信の裏に希望講座名(2は希望コース、希望大豆量も)、郵便番号、住所、氏名、電話番号、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-0821 栖吉町3670 農の駅あぶらげんしん(1講座につき1枚)

食べて、削って、地消地産 味力発見! 「ばくばくさんスクラッチ」

長岡地消地産推進店(通称:ばくばくさんの店)での買い物で1枚進呈します。10ポイント集めると、抽選で長岡産食材などが当たります。 時 2月28日(土)まで



市内約90店のばくばくさんの店が参加するよ。スクラッチは0ポイントから最高10ポイントまで。詳しくはホームページ越後なおか遊学NAVI(http://younavi.net/)を確認してね。長岡産食材をばくばく食べよう!

農政課(市) ☎39・2223

青少年文化センター ☎34・1305

1 プラネタリウム新番組 マンボウ君ふんわり宇宙へ

時 2月28日(土)から(番組入れ替えのため24日(火)・27日(金)は休みます) 時間 11時~12時・日・祝日:午前11時から、午後1時30分から、3時20分から 平日:午後3時20分から(各35分) 定 各94人(先着) ¥大人150円、高校生120円、4歳~中学生70円

2 バレンタインデープレゼンツ プラネタリウムカップル無料開放

時 2月14日(土)・15日(日)午前11時から、午後1時30分から、3時20分から(各35分)

中央公民館(さい) ☎32・0437

1 ゆうどぎスワール ちよいと体験!ヨガ講座

時 2月13日~3月27日の毎週

海の漂着動物
アオイガイ



こう見えて、暖かい海でふわふわと生息しているタコの仲間。晩秋から冬にかけて、暖流に乗って日本海の海岸に流れ着きます。
メスだけが卵を育てるために貝殻を作ります。卵を育てないオスは貝殻を持たず、体の大きさもメスの20分の1ほどです。寺泊の海岸を散策して、貝殻を見つけてみませんか。水族博物館では流れ着いた貝殻を展示しています。

いこうよ、海の大冒険! 岡寺泊水族博物館 ☎75・4936

縄文検定
岡馬高縄文館 ☎46・0601

火焰土器と縄文をテーマにした検定です。合格者には合格認定証と関連施設無料観覧券を贈呈。
※詳しくは信濃川火焰街道連携協議会ホームページ <http://www.kaen-kaido.com> をご覧ください

時 3月1日(日) 時間=▷初級…午後1時30分~2時30分▷中級…午後2時50分~4時 定各50人(先着(併願可)) 申 2月13日(金)までに、往復はがきの往信の裏に希望する検定級、住所、氏名、電話番号、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-2035 関原町1-3060-1 馬高縄文館へ(1人1枚) ▲あぶらげんしん

火焰土器は、2020年東京五輪・パラリンピックの聖火台にと期待されているんだ!土器のほかに県内の遺跡や土偶などの問題も出るよ。

国営越後丘陵公園 ☎47・8001

開園時間=午前9時30分~午後4時30分 入園料=3月末日まで入園料・駐車料が無料 休園日=毎週月曜日

リスマスローズ育種家・本間正信さん

1 クリスマスローズフェスタ
「冬の貴婦人」と呼ばれるクリスマスローズ約200点が並びます。今年はサンリオキャラクター「マイメロディ」のフォトスポットも登場します。
時 2月21日(土)~3月8日(日)午前9時30分~午後4時30分 場花と緑の館

2 クリスマスローズ栽培教室
時 2月22日(日)、3月8日(日)午前11時~正午 場花と緑の館

3 クリスマスローズ講演会
時 3月1日(日)午前11時~正午 場花と緑の館 講ク

4 ボルダリングウォール体験
時 2月11日(祝)、3月7日(土)午前10時30分~正午 場暖の館 対3歳~小学生(保護者同伴) 定各20人(先着) ¥各500円 申電話で

5 冬の里山散歩
動物の足跡探しやスノーシューが体験できます。
時 2月22日(日)、3月1日(日)午前9時30分~午後0時30分 集合=ウェルカムゲート 対5歳以上 定各30人(先着) 申電話で

6 小さいお子さん向け!やわらかこんにやくづくり
時 2月25日(水)午前10時~正午 場暖の館 対未就学児と親 定20組(先着) ¥600円 申トキっ子くらぶ ☎25・6805

3 ベビーマッサージ
時 2月18日~3月25日の毎週水曜日午前10時30分~正午、午後1時~2時30分(各計6回) 対安定期の妊婦、寝返り頃までの乳幼児と保護者 定各15人(先着) ¥各3,000円 持バスタオル

4 アロマ教室
時 2月19日~3月26日の毎週木曜日午後7時~8時(計6回) 定15人(先着) ¥3,000円 持タオル

5 知って得する保険のあれこれ
時 2月19日~3月26日の毎週木曜日午後7時30分~8時30分(計6回) 定15人(先着)

三島支所産産建設課 ☎42・2249

美しみの美水で「蕎麦と大吟醸」
三島のそばと酒蔵の仕込み水でそばを打ち、三島の酒と一緒に味わいます。
時 2月28日(土)午前9時30分~午後2時30分 場みしま会館 内そば打ち体験、食事会、利き酒大会 定8組(先着)(1組2~4人) ¥1人3,500円(そば打ち体験追加材料500gで500円) 持エプロン、タオル ※長岡駅東

1~5 いずれも 申 2月10日(火)から

口発着の送迎バスあり 申 2月20日(金)までにみしま観光推進協議会事務局(三島支所産産建設課内)へ

1 えほんのへや
時 2月11日(祝)午前10時30分~11時 内ひな祭りのお話、おひなさま作り

2 おたのしみ「ぷち」上映会
時 2月14日(土)午前10時30分~11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場「ハーメルンのふえふき男」「三びきのやぎのらがらどん」など

3 こどもクラブ
時 3月14日(土)午後2時~3時

1 ネイルアート
時 2月17日~3月24日の毎週火曜日午後2時30分~3時30分(計6回) 定10人(先着) ¥3,000円(材料費2,000円別)

2 ヒップホップ教室
時 2月17日~3月24日の毎週火曜日(計6回) 対小学生1~3年生:午後6時30分~7時30分、中・高校生:午後7時45分~8時45分 定各15人(先着) ¥各3,000円

長岡藩主牧野家ゆかりのおひなさま展
江戸時代から伝わるおひなさまを初公開します。
時 2月20日(金)~3月15日(日)(3月2日(月)は休館)
場・岡科学博物館 ☎32・0546

初公開するおひなさま

◆園や園などの略字の見方は12ページ
◆園どなたでも、園特になし、無料、園不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆園に電話、ファクス、Eメール、園(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 大刊=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

1 おはなしきかせて ひなまつりスペシャル
時 3月1日(日)午後2時~3時 内読み聞かせ、工作

2 読者のごっこ
読書感想や体験などを話し合います。

1 おはなし☆おはなし ひなまつりスペシャル
時 3月1日(日)午後2時30分~3時30分 内読み聞かせ

1 ぼんつーとむかしぼなし
時 3月8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

1 花いっぱいコンクール 作品展
時 3月1日(日)~30日(月)(木曜休館)

2 フラワーアレンジメント教室
時 3月7日(土)午後1時~2時 内菜の花アレンジ 定16人(先着) ¥2,000円 持花用はさみ、カッター 申 2月14日(土)から

1 えほんのへや
時 2月11日(祝)午前10時30分~11時 内ひな祭りのお話、おひなさま作り

2 おたのしみ「ぷち」上映会
時 2月14日(土)午前10時30分~11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場「ハーメルンのふえふき男」「三びきのやぎのらがらどん」など

3 こどもクラブ
時 3月14日(土)午後2時~3時

1 ネイルアート
時 2月17日~3月24日の毎週火曜日午後2時30分~3時30分(計6回) 定10人(先着) ¥3,000円(材料費2,000円別)

2 ヒップホップ教室
時 2月17日~3月24日の毎週火曜日(計6回) 対小学生1~3年生:午後6時30分~7時30分、中・高校生:午後7時45分~8時45分 定各15人(先着) ¥各3,000円

2 猫の日・ねこのおはなし会
時 2月14日(土)午後2時~3時

1 おはなし☆おはなし ひなまつりスペシャル
時 3月1日(日)午後2時30分~3時30分 内読み聞かせ

1 花いっぱいコンクール 作品展
時 3月1日(日)~30日(月)(木曜休館)

2 フラワーアレンジメント教室
時 3月7日(土)午後1時~2時 内菜の花アレンジ 定16人(先着) ¥2,000円 持花用はさみ、カッター 申 2月14日(土)から

1 えほんのへや
時 2月11日(祝)午前10時30分~11時 内ひな祭りのお話、おひなさま作り

2 おたのしみ「ぷち」上映会
時 2月14日(土)午前10時30分~11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場「ハーメルンのふえふき男」「三びきのやぎのらがらどん」など

3 こどもクラブ
時 3月14日(土)午後2時~3時

1 ネイルアート
時 2月17日~3月24日の毎週火曜日午後2時30分~3時30分(計6回) 定10人(先着) ¥3,000円(材料費2,000円別)

2 ヒップホップ教室
時 2月17日~3月24日の毎週火曜日(計6回) 対小学生1~3年生:午後6時30分~7時30分、中・高校生:午後7時45分~8時45分 定各15人(先着) ¥各3,000円

越後の奇祭! 栃尾ほだれ祭
縁結びや子宝などの願いを込めた雪国の奇祭です。
時 3月8日(日)午前10時~午後4時 集合=市立劇場前または長岡駅東口 定25人(先着) ¥3,500円(昼食、お土産付き) 申 2月25日(水)までに郵便番号、住所、氏名、電話番号、希望集合場所を栃尾観光協会 ☎51・1195へ 担当=栃尾支所商工観光課 ☎52・5827

1 えほんのへや
時 2月11日(祝)午前10時30分~11時 内ひな祭りのお話、おひなさま作り

2 おたのしみ「ぷち」上映会
時 2月14日(土)午前10時30分~11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場「ハーメルンのふえふき男」「三びきのやぎのらがらどん」など

3 こどもクラブ
時 3月14日(土)午後2時~3時

1 ネイルアート
時 2月17日~3月24日の毎週火曜日午後2時30分~3時30分(計6回) 定10人(先着) ¥3,000円(材料費2,000円別)

2 ヒップホップ教室
時 2月17日~3月24日の毎週火曜日(計6回) 対小学生1~3年生:午後6時30分~7時30分、中・高校生:午後7時45分~8時45分 定各15人(先着) ¥各3,000円

◆園や園などの略字の見方は12ページ
 ◆園どなたでも、園特になし、無料、園不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆園に電話、ファクス、Eメール、園(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
 大刊=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

「ちびっこ広場」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。

ちびっこ広場(ラニックス大手エスタ) 電話 39・2775

休館日なし

1 ちびっこタイム&たんだん誕生会

保育士とリズム体操や手遊びをします。25日(水)は誕生会をします。
 時 2月18日(水)・25日(水)、3月4日(水)午前11時~11時15分

2 ニニコわんぱくデー おてとあなよをいっばい使って遊ぼう

時 2月13日(金)・20日(金)午前9時~正午

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 2月17日(火)、3月3日(火)午前11時~正午 対1歳未満児と保護者、妊婦

4 積木であそぼう

時 2月21日(土)、3月7日(土)午前11時~正午

5 ままのまカフェ

母子保健推進員とおしゃべりを楽しみましょう。

時 2月16日(月)、3月9日(月)午前11時~正午 対どなたでも 持飲み物

6 絵本セラピー大人の絵本館

時 2月26日(木)午前10時30分~午後0時30分 持筆記用具、好きな絵本1冊 定15人(先着保育)6人(先着)(生後6カ月以上。要予約) 申2月16日(月)から

7 ちびっこひなまつり

時 2月27日(金)午前11時~11時40分

8 おばあちゃんとお遊ぼう

時 3月2日(月)午前11時~11時30分



折り紙でこまやメノコを作ってお楽しみください

9 言語聴覚士講座&相談会

時 2月19日(木)午前11時~正午

10 ママのほっとタイム(子育て相談)

時 3月5日(木)午前10時30分~11時30分 相談員、家庭児童相談員

休館日 毎週水曜日(2月11日は開館)

1 わいわいおしゃべり会

時 2月12日(木)・26日(木)午前11時~正午 対1歳未満児と保護者、妊婦

2 ままのまカフェ

時 2月12日(木)午前11時~正午 対どなたでも 持飲み物

3 ニニコ誕生会

誕生月以外の人もどうぞ。
 時 2月13日(金)午前10時45分~11時15分

4 バレンタインコンサート

ハンドベルの演奏です。
 時 2月14日(土)午前11時~11時

4 子育てサロン「冬の長岡★毎日の過ごし方&家で何してる?知恵を出し合って寒い季節を乗り切ろう!」

時 2月19日(木)午前10時30分~11時30分

5 健康お茶会「大人気★骨盤体操」

時 3月5日(木)午後1時30分~2時30分 対どなたでも

6 一緒に遊ぼう! わくわくタイム

時 2月18日(水)午前10時45分~11時15分

7 子育て相談

時・相談員 2月18日(水): 家庭児童相談員、27日(金): 主任児童委員、3月4日(水): 栄養士 時間 午前10時30分~11時30分

8 一緒にリズム♪ さらさらタイム

時 2月25日(水)午前11時~11時30分

9 ままのまカフェ

時 2月23日(月)、3月6日(金)午前11時~正午 対どなたでも 持飲み物

10 ハッピー誕生会

誕生月以外の人もどうぞ。
 時 2月20日(金)午前10時45分~

ママのからだの中をのぞいてみよう

体脂肪や筋肉量をチェックして、自分の体を振り返ってみませんか。

時 2月17日(火)午前10時30分~11時30分 場てくてく 内体組成測定、生活習慣病予防の講話 対乳幼児の母親(子どもの同席可) 定25人(先着) 問健康課(さい) 39・7508



▲タニタのプロフェッショナル仕様の体組成計を体験できます



おひなさまもやって来てお祝いします

と保護者

10 春よこいこい! ひなまつり

時 3月2日(月)午前10時30分~11時

ぐんぐん(千秋) 30・1025

1 うれしいひなまつり

時 3月2日(月)午前10時45分~11時15分

2 手しごとカフェ

おしゃべりしながら編みや工作などを楽しみます。
 時 2月12日(木)午前10時~11時30分 対どなたでも

3 手しごとカフェミニ講座「自分にご褒美アロマスプレー作り〜精油のお話とハーブティ〜」

時 2月26日(木)午前10時~11時30分 対JHAS認定セラピスト 定8人(先着) 対どなたでも

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「てくてく」ぐんぐん「すくすく」午後6時~「すくすく」午前9時30分~午後3時30分

ちびっこモデル★ #29 子育ての駅でみつけた! @ちびっこ広場



とくくん(8カ月)のちびっこ広場の車上を見たい! ちびっこの窓から向かいのバスが大好き! 東らいとくん(1歳8カ月)のちびっこの窓から向かいのバスが大好き!

広報編集者が子育ての駅で出会ったちびっこを とびきりの1枚で紹介! します!

- 11時15分
- 11 予防接種・健診の個別相談
時 2月23日(月)、3月6日(金)午前11時~正午 相談員、保健師 園母子手帳
- 12 防災とらの巻
時 3月9日(月)午前10時45分~11時
- 13 子育て相談
時 2月18日(水)午前10時45分~11時15分
- 14 みんなで遊ぼう
時 2月14日(土)午前10時30分~11時30分 対どなたでも
- 15 作って遊ぼう
時 2月27日(金)午前10時30分~11時30分 定15組(先着)
- 16 栃尾文化センターの出張工作教室だよ。段ボールでからくりおもちゃを作るよ。
時 2月18日(水)、3月6日(金)午前11時~11時30分 持マイカップ、おやつ
- 17 すくすくお茶会
時 2月18日(水)、3月6日(金)午前11時~11時30分 持マイカップ、おやつ

- 4 お誕生会
誕生月以外の人もどうぞ。
時 2月25日(水)午前11時~11時30分
- 5 ひなまつり
時 3月3日(火)午前10時30分~11時30分 対どなたでも
- 6 ベビーマッサージ
時 3月11日(水)午後1時30分~2時30分 対1歳未満児と保護者 定10組(先着) 持バスタオル1枚、タオル2枚 申2月24日(火)~3月4日(水)
- 7 子育て相談会
時・相談員 2月20日(金): 保健師、3月4日(水): 助産師 時間 午前10時30分~11時30分
- 8 3つのひろばで楽しく遊んだり、育児の悩みを話し合ったりしませんか
① なかよしひろば
時 3月6日(金)午前9時30分~11時30分 対乳幼児と祖父母
② ふわふわひろば
時 3月4日(水)午前10時~11時30分 対1歳未満児と保護者
③ わんぱくひろば
時 2月18日(水)午前9時30分~11時30分

器械体操専用練習場オープンイベント ～長岡から世界を目指せ！ ROAD TO TOKYO 2020～ 体操オリンピック 田中理恵 トークショーin長岡

世界選手権で体操競技日本人女子選手初のロ
ンジンエレガンス賞を受賞した田中さん。世界
の舞台で活躍した経験や競技を通じて得た宝物
や教訓を楽しく語ります。

時 3月7日(土)午後1時30分～3時 場 長岡グ
ランドホテル 定 250
人抽選 申 2月20
日(金) (必着) まで
に往復はがきの往
信の裏に郵便番号、
住所、氏名、電話番
号、希望人数(1枚
につき4人まで)
を記入、返信はが
きには何も記入せ
ずに〒940-0084幸
町2-1-1スポ
ーツ振興課へ



関スポーツ振興課 ☎32-6117

- 1 脂肪燃焼シェイプアップ教室
時 2月17日(火)午前10時30分～
11時30分、午後1時30分～2
時30分 内 サークット、家庭
でできる筋トレなど 定 20歳
以上 定各10人先着 各5
00円
- 2 キッズスノーフェスタ
時 2月21日(土)午後1時30分～
2時30分 対小学生 定 20人
先着 500円 持スキ
ウェア、長靴
- 3 これからランニングを始め
る人へ
時 3月3日～31日の毎週火曜
日午前10時30分～11時15分(計

5回 対20歳以上 定15人
先着 2,000円

「競技場で走ってみたい
な」「ランニングを始め
たいけど続けられるか心
配」と思っていますか。
陸上選手のようにトラッ
クを走ったり、長い距離
を楽しく走るコツを教え
てもらえたりするよ。

あぶらげんしん

- 4 骨盤のゆがみを解消！
時 2月19日(木)午前10時30分～
- 1 苗場山市民スキー登山
時 3月1日(日) 対スキー技術
- 2 いきいきスポーツ写真コン
テスト入賞作品決定
入賞作品15点を展示します。
時・場 2月10日(火)まで：市民
体育館、2月11日(水)～24日(火)
：市民センター、2月25日(水)
～3月10日(火)：アオーレ長岡
(各施設、最終日は正午まで)
- 3 親善卓球大会(団体)
時 3月15日(日) 場 市民体育館
種目 Ⅰ一般・高校生の部、中
学生の部(いずれも男女別)
- 4 とぎめき健康づくり体操初
心者教室～日本式気功養生
術 生命の貯蓄体操～
時 3月4日～5月の毎週水曜
日午前10時～11時30分(計12
回) 場 市民体育館 団体の
コリを解消する体操 定10人
先着 3,000円(テキ
スト代1,100円別) 申
3月3日(火)までにスポ協へ
- 5 はじめてのラッビー
時 2月8日(日)午後2時～4時
場 南部体育館 対園児・中学
生 岡長岡市ラグビー協会・
堀口さん ☎35-62119
- 6 長岡東山わくわくゲレンデ
逆走レース
時 3月21日(祝)午前8時30分受
付 集合 Ⅱ市営スキー場ロッ
ジ 部門 Ⅰ小学生の部：4
00m Ⅱ一般の部(中学生以
上)：1km Ⅲファミリーの部
：小学生400m+一般60
0m計1km 定各50人先着
①1,000円 ②2,000
円 ③3,000円 申 3月6
日(金)までに長岡着柴スポー
ツクラブ(スポ協内) ☎34-2
130へ



大賞「カルテット」(山田園子
さん十町市)

スノーシュートレッキング入門教室

西洋式のかんじき「スノーシュー」の使い方を学びトレッキング
を楽しみます。

時 2月21日(土)午前10時～正午 対 小学4年生以上 定 10人(先着)
¥800円 場・申 2月7日(土)～20日(金)にうまみち森林公園 ☎74・3010へ

- 三島支所地域振興課 ☎42・2242
- みしま西山連峰登山マラソン
参加者募集
越後長岡応援団の有森裕子
さんをゲストに迎えます。参
加者には三島地域の名産品の
プレゼントがあります。
時 5月24日(日)午前10時から順
次スタート 集合 Ⅲ三島体育
センター コースⅡハーフ、
11km、3km、2km(年齢、性
別により15種目) 対 高校生
以上 定各10人先着 各2,000円
- 1 球場で雪上ウォーキング
時 2月18日～3月18日の毎週
水曜日午前10時～11時(計5
回) 対 20歳以上 定 20人先着
2,000円 持 長靴、ス
ノーシュー、かんじき(ある人)
- 2 脂肪燃焼効果アップ！
時 2月17日(火)～21日(土)、3月
17日(火)～21日(祝)午後7時～8
時(各計5回) 内 ストレッ
チ、家庭でできる筋トレなど
対 20歳以上 定 各10人先着
各2,000円

以上・夫婦親子ペア3,300
円、小・中学生1,500
円 時 3月10日(火)までに各支
所、各体育館にある申込書、
またはホームページhttp://t
ozan-marathon.com/へ

西山連峰から望む景色を見
ながら、気持ちのいい汗を
流しませんか。

悠久山野球場 ☎33・0322

スポーツ教室(2月・3月)

申しずれも2月10日(火)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	2月初回	曜日	時間	回数	対象	定員先着	料金
☎24 北部体育館 6116	ふあみりーふいとねす	16日	月	18:30～19:20	5回	小学2年生までの親子	10組	1組 2,500円
	エアロビクス	16日	月	19:30～20:30		どなたでも	10人	2,500円
	すこやか健康体操	18日	水	10:00～11:00		小学生	15人	
	小学生のフィットネス	19日	木	18:30～19:20		どなたでも	10人	
	骨盤体操	19日	木	19:30～20:30		小学生	20人	
	やさしいエアロビクス	20日	金	10:30～11:30		小学生以上	20人	3,000円
みしま体育館 ☎41・2133	キッズヒップホップダンス	16日	月	19:00～20:00	6回	小学生	15人	3,000円
	ヒップホップダンス	16日	月	20:10～21:10		小学生以上	20人	3,600円
	全身シェイプ 火曜日	17日	火	19:30～20:30		どなたでも	8人	3,000円
	ピラティス 水曜日	18日	水	19:30～20:30			20人	3,600円
	筋力UPトレーニング	18日	水	19:30～20:30			8人	3,000円
	いきいき健康体操	19日	木	13:30～14:30			20人	3,600円
	昼ヨガ	19日	木	13:30～14:30		8人	20人	3,000円
	夜ヨガ	19日	木	19:30～20:30			8人	3,000円
	体幹トレーニング	19日	木	19:30～20:30		H23.4.2～H24.4.1 生まれと保護者	30組	1組 3,000円
	3歳児親子体操	13日	金	10:30～11:30			どなたでも	15人
	全身シェイプ金曜日	20日	金	13:30～14:30		20人	20人	3,600円
	シェイプボクシング	20日	金	19:30～20:15			どなたでも	15人
ピラティス土曜日	14日	土	19:30～20:30	6回	6人	3,000円		
女性のためのシェイプトレーニング	16日	月	20:00～20:45		20人		2,500円	
シェイプボクシング 水曜日	18日	水	13:30～14:15	5回	8人	小学1～3年生		
体幹トレーニング 水曜日	18日	水	19:30～20:15		20人		3,000円	
ぽっこりお腹解消トレーニング	20日	金	13:30～14:00	6回	20人	どなたでも		
ジュニア体育	20日	金	16:00～17:00		10人			
シェイプボクシング 金曜日	20日	金	19:00～19:45	6回	20人	3,000円		
体幹トレーニング 土曜日	14日	土	19:15～20:00		20人			
シェイプボクシング 土曜日	14日	土	20:15～21:00					

◆園や園などの略字の見方は12ページ
◆園どなたでも、園特になし、無料、園不要(直接
会場へ)の場合は、記載なし
◆園に電話、ファクス、Eメール、園(市ホームペ
ジ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオーレ長岡 市民センター
大手通庁舎 さいわいプラザ



スポーツ振興課 ☎32・6117

長岡市自転車ネットワーク計画(案)にご意見を

全ての人に安全・快適に道路を利用してもらうため、身近な交通手段である自転車に関する計画をまとめました。みなさんのご意見をお寄せください。

時 2月20日(金)まで 閲覧場所=市ホームページ
 関 交通政策課(大) ☎39・2267

住宅防火の7原則

- ①寝たばこはしない
- ②コンロなどのそばから離れるときは火を消す
- ③ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ④住宅用火災警報器を設置する
- ⑤布団やカーテンなどに防炎品を使用する
- ⑥住宅用消火器を設置する
- ⑦近所同士の協力体制をつくる

関 消防本部予防課 ☎35・2190

★命と財産を守る火災警報器 全ての住宅に設置義務があります

市内の住宅用火災警報器の設置率は87% (平成26年6月現在) ですが、昨年火災を起こした住宅での設置率は33%でした。警報器を設置している住宅の多くは、早い段階で異常に気づき、火災に至らずに済んでいます。



●西部丘陵東地区の都市計画に関する説明会
 企業立地を促進するため、都市計画の一部を変更します。時 2月13日(金)午後7時から
 関 関原コミュニティセンター
 関 都市計画課(大) ☎39・225



●市税の滞納処分による差し押さえ財産を公売します
 ヤフー(株)のインターネット公売システムを利用して、公売を随時行っています。3月の公売では、木製格納箱入り和風木製お盆10枚を出品する予定。詳しくは、市ホームページなどでお知らせします。
 関 収納課(ア) ☎39・2214

●対平成24年3月以降に救急員の資格を取得・更新し、2年以上経過した人 ☎800円
 持返信用封筒(82円切手を貼ったもの)
 ①②いずれも 場さいわいプラザ 関 30人先着 申 2月16日(月)までに日赤安全奉仕団長岡市分団事務局(福祉総務課(ア)内) ☎39・2217へ(5人以下は中止の場合あり)

空き家のこと、住まいのこと 力強くサポートします

関 住宅施設課(大) ☎39・2265

●"長岡暮らし"の情報満載! 住まいのポータルサイト「住まいの情報ながおか」

長岡の住まいに関するお得な情報を掲載したポータルサイトを公開しました。空き家の有効活用や住まいに関する支援制度、住宅情報など、これから長岡で暮らしたい人もすでにお住まいの人も必見の情報サイトです。
 URL = <http://www.city.nagaoka.niigata.jp/sumaijyoho/>



●相談は住宅施設課の「空き家総合相談窓口」へ

「空き家を所有しているが、管理はどうすればいいか」「近隣の空き家がしっかり管理されていないと心配」などの悩みは、空き家総合相談窓口までお寄せください。長岡への移住や住み替えなどをお考えの人のご相談もどうぞ。

●図や表などの略字の見方は12ページ
 ●図どなたでも、図特になし、●無料、●不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ●●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) = アオーレ長岡 (市セ) = 市民センター
 (大) = 大手通庁舎 (さい) = さいわいプラザ

健康

健康課(さい) ☎39・7508

①いのちの総合相談会

保健師や弁護士などの専門家が、心や体、お金や生活の悩みなどの相談に応じます。時 2月27日(金)午前9時30分～午後0時30分 場さいわいプラザ 関 6人先着 申 2月23日(月)まで

③アルコール相談会

お酒の飲み過ぎなどの相談に応じます。時 3月5日(木)午後2時～4時 場さいわいプラザ 相談員 2人 専門相談員、保健師 関 2人先着 申 3月2日(月)まで

④こころの相談会

「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。早くにご相談ください。時 2月20日(金)②3月2日(月)③12日(木) 時間 午後2時～4時 場さいわいプラザ 相談員 2人 臨床心理士 関 各2人先着 申 ①2月17日(火)②26日(水)③3月9日(月)まで

②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。時 ①2月17日(火)②28日(土) 時間 ①午後1時～4時②午後7時30分～8時30分③午前9時30分～午後0時30分 場



▲悩みの解決に向けた一歩を後押しします

●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。時 3月13日(金)午後6時45分～8時45分 場中之島コミュニティセンター 関 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 関 妊婦と夫 関 10組先着 関 母子健康手帳、筆記用具、バス

●子ども家庭課(さい)

☎39・2300

子育て

●多重債務問題相談日

弁護士・司法書士が相談に応じます(要予約)。時 2月18日(水)・25日(水)、3月4日(水)午後1時30分～4時 場・申消費生活センター(市セ) ☎32・0022

●借金返済に関する無料相談会

時 2月14日(土)午前10時～午後3時30分 場・申 2月10日(火)までに消費生活センター ☎32・0022へ

●くらしの講座「ケータイ安全教室・シニア編」

スマートフォンを1人1台

高齢者トラブル110番

高齢者を狙った悪質商法などの被害を防ぐための電話相談です。「『過去の投資被害を取り戻せる』と言われてお金を払ったら相手と連絡が取れなくなった」「見知らぬ業者が訪問し『屋根瓦がずれているのですぐ修理が必要』と言われて契約をせかされた」などの相談が寄せられています。時 2月19日(木)・20日(金)午前9時～午後4時30分 相談電話 = ☎32・0022 (消費生活センター(市セ))

子育ての駅でくたくた⑨10日(火) : 中之島コミュニティセンター 時間 午後2時～4時 (⑧のみ午後3時まで) 申 各前日までにNPO法人女のスペース・ながおか ☎090・4064・6017へ(電話相談は随時) 関 男女平等推進センター(ウイグルながおか) 申 ☎39・2746



困ったことがあっても、誰にも相談できずに被害に遭ってしまうことが多いんだ。おかしいと思ったら、お金を支払う前に相談してね。
 あぶらげんしん▶

●出前ウイグルながおか相談室をご利用ください

夫婦間の悩みなどを女性相談員が一緒に考えます。時・場 ①2月17日(火) : 与板保健センター ②19日(木) : 小国診療所 ③20日(金) : 寺泊支所 ④24日(火) : 和島保健センター ⑤25日(水) : 越路総合福祉センター ⑥26日(木) : 三島支所 ⑦27日(金) : 川口公民館 ⑧3月3日(火) :

●弁護士に聞く! 家族・夫婦の法律セミナー

相続や離婚、職場のセクハラなど、身近なトラブルにまつわる法律を、わかりやすく解説します。時 3月1日(日)午後1時30分～3時30分 場さいわいプラザ 関 金子法律事務所・金子直樹さん 関 30人先着 保育 2

自主防災活動事例発表会

地域に根差した特徴ある防災活動を紹介し
ます。講演会もあります。

時 3月8日(日)午後1時30分～4時30分 場 リ
リックホール 関 自主防災会・町内会役員など
定 450人 着 中越防災安全推進機構
39・5525 担当=危機管理防災本部アオ 39
・2262

私たち下条町二自主防災会は、防災訓練
を年2回、10年間続けています。今冬
から、冬の安全対策活動を始めました。
町内を巡視して、高齢者や一人暮らしの
人の除雪の手伝いをしたり、心配ごとの
相談に乗ったりと、思いやりと支え合い
の気持ちを大切にして取り組んでいます。



ご存じですか?

福祉の手当や助成制度

受給には申請が必要です。
詳しくはお問い合わせください。

① 特別障害者手当

在宅で、寝たきりや重い認知症など常時介
護が必要な最重度の障害のある人に支給しま
す(所得制限あり)。20歳未満の重度障害児
には、障害児福祉手当の支給制度があります。
月額=特別障害者手当26,000円、障害児福祉
手当14,140円 関 福祉課障害活動係アオ 39
・2343

② 特別児童扶養手当

在宅で心身に一定の障害のある児童(20歳
未満)を養育している父母などに支給します
(所得制限あり)。
月額=1級(重度)49,900円、2級(中度)
33,230円 関 福祉課障害活動係 39・2343

③ 精神障害者医療費助成制度

精神疾患の治療に係る医療費の一部を助成
します(所得制限なし)。
助成額=自己負担額(保険適用後)の3分の
1 関 70歳未満で、自立支援医療(精神通院
医療)に該当する病気にかかっている人 関
福祉課医療費助成係 39・2319

室など)を開放します。
時 4月～9月末 時間 平日
:午後5時～10時、土・日・
祝日など(休校日や長期休業
期間を含む) :午前8時～午
後10時 申 2月2日(月)～13日
(金)に使用したい学校にある申
請書をその学校へ(特別教室
の使用は、事前に教育施設課
[さい]で使用者登録が必要)
使用者の決定 Ⅱ学区内の団体
を優先し、申し込みが重なっ
た場合、長岡地域は教育施設
課で、そのほかの地域は各支
所地域振興課で申し込み者同
士による調整または抽選(4
月以降は空きがあれば随時受
け付け) ※工事などで使用
できない施設があります。詳
しくは市ホームページをご覧
ください 関 教育施設課 39
・2236

● 障害者就職面接会
企業との合同面接会です。
時 2月10日(火)午後1時30分～
4時 場 ハイブ長岡 関 ハロ
ーワーク長岡 32・1181、
商業振興課大手 39・2228
● 雪崩にご注意ください
市内で雪崩が発生しています。
すでに積もった雪の上に、
短期間で多量の降雪があった
場合などは、雪崩が発生しや
すくなります。
雪崩に遭った場合、安全な
場所に避難し、場所と状況を
市役所、警察署、消防署のい
ずれかにお知らせください。
特に注意が必要な危険箇所
は、県ホームページに掲載し
ていますので確認ください。
・なだれ危険箇所マップ: 関

tp://www.pref.niigata.
lg.jp/sabo/1263848496
8.html
・雪崩危険箇所図: http://
www.sabou-niigata.jp/
nadarekenkasyo/
関 危機管理防災本部アオ 39
・2262
● みんなで安心! 交通災害共
済に加入しましょう
県内全市町村で運営する助
け合いの制度です。
年会費は、1人500円。
交通事故だけがをしたときの
見舞金は、治療日数に応じて
支給されます。
自転車で転倒したけがも、
7日以上通院があれば見舞
金を請求できます。
3月に町内会などを通じて
加入者を募集します。市役所

● 高額医療・高額介護合算制
度の申請を受け付けます
医療費と介護サービス費の
年間(平成25年8月1日～26
年7月31日)の自己負担額の
合計が限度額を超えた場合、
申請により超えた額を支給し
ます。
関 国民健康保険、後期高齢者
医療制度の加入者: 支給対
象者には、すでに申請書を
送付してあります。
② 国民健康保険、後期高齢者
医療制度以外の人: 介護保
険課から自己負担額証明書
の交付を受けてから、それ
ぞれの医療保険に申請して
ください。
③ 平成25年8月以降に加入保
険が変わった人や亡くなっ
た人: 申請書が届かない場
合があります。それぞれの
医療保険にお問い合わせせ
ください。
関 国保年金課国保給付係アオ
39・2006、後期高齢者
医療係アオ 39・2317、
介護保険課給付係アオ 39・
2245

◇ 申請方法
① 国民健康保険、後期高齢者
医療制度の加入者: 支給対
象者には、すでに申請書を
送付してあります。
② 国民健康保険、後期高齢者
医療制度以外の人: 介護保
険課から自己負担額証明書
の交付を受けてから、それ
ぞれの医療保険に申請して
ください。
③ 平成25年8月以降に加入保
険が変わった人や亡くなっ
た人: 申請書が届かない場
合があります。それぞれの
医療保険にお問い合わせせ
ください。
関 国保年金課国保給付係アオ
39・2006、後期高齢者
医療係アオ 39・2317、
介護保険課給付係アオ 39・
2245

● 関や関などの略字の見方は12ページ
● 関どなたでも、関特になし、関無料、関不要(直接
会場へ)の場合は、記載なし
● 関に電話、ファクス、Eメール、関(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
大刊=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ



● 認知症の介護、少し楽にして
みませんか? 認知症高齢者
家族やすらぎ支援事業

「やすらぎ支援員」がお宅
を訪ね、認知症の人の見守
りや話し相手になります。直
接、体に触れる介護は行いま
せん。

利用時間 Ⅱ午前9時～午後6
時の時間帯に最小2時間、最
大4時間 かつ週8時間まで
関 おおむね60歳以上で認知症
状があり、介護保険で要支援
1・2、要介護1・2のいづ
れかの判定を受けた人、また
は同程度の人を介護している
家族 ※事前にケアマネジャ
ーとご相談ください Ⅱ1時
間100円 関 長寿はつらつ
課さい 39・2268



▲やすらぎ支援員
の橋本ツツさん

市内には約100人のやす
らぎ支援員がいます。介
護している方から「手が
離せないときに見守って
くれる人がいると助か
る」「介護の大変さをわか
ってもらえて気持ちが楽
になる」「本人も話し相手
がいると楽しそう」など
の声をいただいています。
ぜひご利用ください。

● 「認知症の人と家族の会」 のつどい

認知症の介護相談や正しい
知識を学びます。
時 2月14日(土)午後1時30分～
3時30分 場 高齢者総合福祉
相談センター 福住(福住1)
申 2月12日(木)までに長寿はつ
らつ課 39・2268へ

● 小・中学校の体育施設や特 別教室などを開放します

スポーツや社会教育活動を
行う市民に、市立小・中学校
の体育館、グラウンド、武道
場、特別教室(音楽室、図工

保育園で働きたい人 を応援します

担当=保育課さい 39・2219

保育サービスの充実・向上のため、意欲の
ある人を必要としています。笑顔あふれる保
育現場で働いてみませんか。

① 就職支援セミナー「保育現場 で実現! 自分らしい働き方」

短時間勤務を希望する人を募集します。資
格がない人も参加できます。
時 3月2日(日)午前9時30分～午後4時 場 ア
トリウム長岡 関 保育園見学、子どもとの触
れ合い体験、保育士などとのランチ交流、講
義「最近の保育状況」「就職のステップと強
みの発見」 講(株)エム・エスオフィス・見崎
真由子さん 定 20人 着 500円(昼食代。
希望者のみ) 申 2月26日(木)までに商業振興
課大至 39・2228へ

② 保育士資格取得セミナー

時 ① 2月17日(火)・18日(水) ② 3月14日(土)・15日
(日) (各計2回) 時間=午前10時～正午 場
① リバーサイド千秋 ② さいわいプラザ 関 保
育士資格の取得方法の説明、社会人になっ
てから資格を取得し、保育現場で働いている人
の経験談、試験に向けた研修会 定 各20人 着
関(株)アスカ新潟支店 0120・777・277

選挙のお知らせ

関 選挙管理委員会さい 39・2241

買い物のついでに投票ができる!
県内初! 大型商業施設に期日前投票所を設置
「ハイブ長岡」から
「リバーサイド千秋」に
期日前投票所を変更します

長岡地域・川西地区の期日前投票所をハイブ長岡からリ
バーサイド千秋に変更します。買い物などのついでに投票
ができ、利便性が高まります。設置は4月の統一地方選挙
からです。
時 午前9時～午後8時 場 リバーサイド千秋東側(長岡赤
十字病院側) 出入り口脇(仮設のコンテナハウスを設置)
※詳しくは市ホームページをご覧ください

● 市議会議員選挙 立候補予定者説明会

4月26日執行予定の市議会議員選挙に立候補を予定して
いる人を対象に、手続きや選挙の留意事項を説明します。
時 2月26日(木)午後1時30分から 場 さいわいプラザ
※県議会議員選挙立候補予定者説明会の日程は、決まり次
第お知らせします

● 統一地方選挙(県議会議員選挙・市議会議員選挙) 期日前投票所の投票立会人募集

関 県議 4月4日(土)～11日(土)、市議 4月20日(月)～25日(土) 午前
8時30分～午後8時の希望する日(複数日可) 場 アオー
レ長岡、さいわいプラザ、リバーサイド千秋、各支所のう
ち1カ所 関 長岡市の選挙人名簿に登録されている人で、
特定の候補者に直接関係のない人 関 各投票所1日2人 抽選
報酬=1日9,500円(食費、交通費は自己負担)
※リバーサイド千秋は午前9時～午後8時、1日9,100円
申 3月9日(月)までに、選挙管理委員会、各支所地域振興
課、市ホームページにある申込書で

統一地方選挙の投・開票の詳しい内容は、市政だより3、
4月号で順次お知らせします

納期限は3月2日(月)です

- 固定資産税・都市計画税 (4期)
- 下水道事業受益者負担金 (4期)
- 国民健康保険料 (8期)
- 後期高齢者医療保険料 (11期)
- 介護保険料 (11期)

急患診療のお知らせ

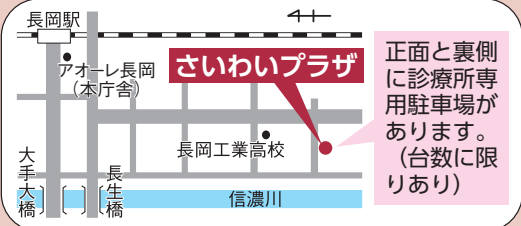
診療時間外や休日に具合が悪くなったときにご利用ください。受診の際は、必ず保険証と医療費助成の受給者証(ある人)を持参してください。

- 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

①～③はさいわいプラザ(幸町2-1-1)の1階にあります

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。



施設名	診療科目	受付時間
④ 小児診療所 ☎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月	1日(日) 林俊吉クリニック ☎66・3000	お元気でクリニック ☎63・3800
	8日(日) なかじま医院 ☎0256-45-7777	中之島クリニック ☎61・2551
	11日(祝) 内島医院 ☎66-2446	貝瀬皮膚科 ☎66-8100
	15日(日) 田崎医院 ☎62-1122	見附南医院 ☎63-4477
3月	22日(日) 星野医院 ☎62-0998	寺師医院 ☎62-0137
	1日(日) 山谷クリニック ☎61-1388	金井医院 ☎62-0116
8日(日) 杏仁堂医院 ☎62-0123	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

2月14日(土)・15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。

●消費生活モニター
18人(応募多数の場合は居住地域のバランスなどを考慮して選考) 任期4月～平成28年3月 生活必需品の価格調査(月1回)、会議や講座への出席(平日昼間に開催)など ④4月1日現在、20歳以上の市民 報酬1年額12,000円(予定) ②2月27日(金)までに、消費生活セ

●地域委員を募集します
地域住民と行政が一体となってまちづくりを進めるため、支所地域に地域委員会を設置しています。あなたもまちづくりに参加しませんか。 ④各地域1人以上 任期4月1日～平成29年3月31日 ④年6回程度の会議、催しへの参加など ④支所地域に在住・勤務する20歳以上 報酬11地域委員会1回9,100円

●新潟大学教育学部附属幼稚園 平成27年度入園・編入園児(2次募集)
④3歳児：6人程度、4歳児：10人程度、5歳児：10人程度 入園選考検査3月19日(木)午前9時30分から19日(木)午前9時30分から19日(木)午前9時30分から19日(木)午前9時30分から19日(木)午前9時30分から

●ながおか就職情報サイト
市とハローワーク長岡、長岡商工会議所で構成する「長岡市雇用対策協議会」では、新規学校卒業者と一般およびU・Iターン求職者を対象とした就職情報サイト(http://www.naw.s.jp)を運営しています。優秀な人材確保に向けて、企業を積極的にP

●ウィルながおかパートナー
男女平等推進センター「ウィルながおか」は、一人ひとりが生き生きとした生活を送ることができるよう市民のみならず、一緒にイベントの企画や情報発信をしています。



雪が降る中でも咲いていたヒマワリ。1人約50粒をプレゼントするよ。大切に育ててね。スマイルハイツたいら、ドリームハイツあきば(上の原町)の入居者も募集中だよ。

●ど根性ヒマワリの種をプレゼントします
栃尾地域の若者世帯向け賃貸住宅スマイルハイツたいら(平5)の入居者が育て、昨年12月になっても頑張った咲いていたヒマワリの種です。 ④10人(先着) ④栃尾支所市民生活課 ☎52・5836

募集

【ウィルながおかパートナーの活動】

名称	内容	活動頻度など	募集人数
フォーラム実行委員	講演会、イベントの企画運営	月1・2回(一時保育、補助定駐車場料金の補助あり) ※任期は4月～平成28年3月	8人程度
あぜりあ編集委員	情報誌の編集		6人程度
ウィルサポーター	イベントのサポートなど	都合がつくとき	若干名

●ながおか就職情報サイト
市とハローワーク長岡、長岡商工会議所で構成する「長岡市雇用対策協議会」では、新規学校卒業者と一般およびU・Iターン求職者を対象とした就職情報サイト(http://www.naw.s.jp)を運営しています。優秀な人材確保に向けて、企業を積極的にP

花づくりでまちづくり、人づくり
岡緑花センター(花テラス) ☎39・8718

①花いっぱいコンクールに参加しませんか
花を育てることを通じて、美しいまちづくりや人づくりをしませんか。参加団体には花苗を差し上げます。 ④保育園・幼稚園、学校、町内会、職場など(業者に管理を委託する団体は除く) ④2月27日(金)までに緑花センター、市ホームページにある申込書に必要事項を記入し、長岡市花いっぱいフェア開催協議会事務局(緑花センター内)へ



②花づくりボランティア「花テラス・サポーター」募集
種から育てる花づくりを学んで交流しませんか。 ④30人(先着) 任期=4月～平成28年3月31日(更新あり) ④種まき、ポット上げ、花壇への植栽など ④緑花センターにある申込書で

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

長岡が誇る ラストサムライ 河井継之助が熱い

河井継之助記念館開館8周年記念講演会 林修の河井継之助塾 今伝えたい!ラストサムライの生き様

「今でしょ!」でおなじみの林修先生が、自身も大ファンの長岡藩政の改革者・継之助を熱く語ります。
 開 3月15日(日)午後2時~3時30分

場 長岡グランドホテル 講 東進ハイスクール東進衛星予備校現代文講師・林修さん 定 500人(先着) 申 2月10日(火)から河井継之助記念館 ☎30・1525へ



©佐賀章広

若手人気俳優・市原隼人が継之助役に 舞台最後のサムライ

役作りのために、先日長岡を訪れた市原さんが表現する継之助の魅力をお楽しみください。

開 3月4日(水)~15日(日) (計16公演)
 場 天王州銀河劇場 (東京都品川区)
 定 5000円 (特製フォトブック付き)、S席8,500円、A席7,000円
 ※詳しくはホームページhttp://samurai3.exblog.jp/をご確認ください
 問 メディアミックス・ジャパン ☎03・6804・5456 (正午~午後6時)
 担当=観光企画課 ☎39・2344



全国からファンが訪れる 河井継之助記念館へ

復元したガトリング砲や愛用していた軍扇など、継之助ゆかりの品々を展示しています。
 所在地=長町1-甲1675-1
 開館時間=午前10時~午後5時 (入館は午後4時30分まで)
 料金=大人200円、高校・大学生150円、小・中学生100円
 問 ☎30・1525

みんなのひろば

- 451 (午後7時~10時)
 - 越後長岡ひなものがたり
 - ①ひな人形展示 場 2月21日(土)~3月11日(水) アオーレ長岡市民センターなど
 - ②和菓子セットを喫茶店でいかが? (大手通り周辺3店舗) 場 2月28日(土)~3月3日(火) 各5000円(ドリンク代別)
 - ③「紙芝居」と「お笑い付き歌声ひろば」 場 2月22日(日)午前11時から、午後1時30分から(各60分) 崇徳館(殿町2)
 - ④ワンコインミニコンサート 場 3月1日(日)午後2時~2時30分 崇徳館 ☎5000円
 - ⑤小さな和紙のお雛様をつくろう 場 2月21日(土)午前10時30分~正午、午後1時30分~3時 場 カネーションプラザ 定各10人(先着) ☎各1,000円
 - ⑥古布でつくる吊り雛教室 場 2月21日(土)・25日(水) 3月4日(水)・11日(水)午前10時~午後4時 場 崇徳館 定各10人(先着) ☎各2,000円
 - ⑦和紙でつくる雛くるみ絵作り 場 2月25日(水)午前10時30分~正午、午後1時30分~3時 場 Cocolo長岡 定各10人(先着) ☎各1,500円
 - ⑧和紙でミニお雛様をつくろう 場 2月26日(木)午前10時~午後3時(随時) 場 崇徳館 定15人(先着) ☎5000円
 - ⑨お雛様メニューの料理教室 場 2月28日(土)午前10時30分~午後1時30分 場 北陸ガス長岡方ホール(大手通1) 定10人

- 先着 ¥2,000円
 - ①くぐりずれも ①②長岡観光コンベンション協会 ☎32・1877
 - ③長岡舞台芸術愛好会 ☎35・9538
 - ④同協会
 - 長岡口ケ映画 「故郷は緑なりき」上映会 場 2月28日(土)午前11時から、午後1時30分から(各91分) 場 市立劇場 ☎1,000円
 - 長岡アジア映画祭実行委員会! 菅野さん ☎090・4520・4222
 - 映画「日本と原発」上映会 場 3月8日(日)午前10時から、午後2時から(各135分) 場 中央図書館 定各190人 ☎一般800円、高校生以下300円(当日200円増) 問 「日本と原発」長岡上映実行委員会・山下さん ☎34・6483
 - 天津地域保全会 みしま蕎麦打ち体験交流会 場 3月8日(日)午前9時30分~正午、午後1時30分~4時 場 みしま会館 定各20組(抽選) ☎1グループ3,500円(3人分の材料付き) 申 2月25日(水)までにみしまコミュニティセンター ☎42・2525へ
 - 傾聴基礎講座 場 3月13日(金)午前10時~午後4時30分 場 さいわいプラザ 講 ホールファミリーケア協会理事 長・鈴木絹英さん 定60人(先着) ☎1,000円 申 2月25日(水)までに長岡傾聴ボランティアサークル・田所さん ☎090・9424・2257へ

- 越の国室内合唱団 VOXORATT'A演奏会 場 3月8日(日)午後2時~4時 場 リリックホール ☎一般1,500円(当日300円増)、中学生以下800円(当日200円増) 問 高橋さん ☎080・5480・3332
- 越後一席の会「春待ち寄席」 場 3月14日(土)午後2時~4時 場 県立近代美術館 出演 瀧川鯉橋さん、三笑亭夢吉さんほか 定190人(先着) ☎1,500円(当日500円増) 申 見玉さん ☎090・2253・5374
- 市民健康社交ダンスパーティー 場 3月1日(日)午後2時~4時30分 場 中之島体育館 ☎5000円 問 ながおか健康社交ダンスの会・若月さん ☎33・7416
- 長岡スポーツダンス愛好会 会員募集(社交ダンス) 場 毎週土曜日午後1時15分~3時15分 場 アオーレ長岡など ☎2,000円 申 岩淵さん ☎34・3516
- 精神障害者「家族のごっこ」 場 2月20日(金)、3月20日(金)午前10時~正午 場 社会福祉センター(水道町3) 問 精神障害者家族会 長岡希望の会 ☎94・5552
- 精神に障害を持つ人の家族への相談 場 2月11日(祝)・25日(水)、3月11日(水)・25日(水)午前10時~正午 場 市民センター 問 NPO法人

- 希望の会福祉会・森田さん ☎9275
- 離婚・DV・家族の問題の電話相談ホットライン 場 2月16日(月)~20日(金)午前10時~午後4時30分(18日(水)は午後7時まで) 相談電話 1190 法人女のスペース・ながおか ☎38・0456
- 銃砲刀剣類登録審査会 場 2月19日(木)午前10時~正午、午後1時~2時30分 場 県長岡地域振興局 ☎1件6,300円(県収入証紙で) 問 登録予定の銃砲刀剣類、銃砲刀剣類発見届(所轄警察署が発行したのもの) 問 県文化行政課 ☎025・285・5511
- 国の教育ローン 高校・短大・大学などへの入学や在学中に掛かる費用を対象とした公的融資制度です。限度額 350万円 利率 年2.25%(平成26年11月10日現在) 期間 15年以内(母子家庭、交通遺児家庭は3年の延長可) 問 日本政策金融公庫「国の教育ローン」コールセンター ☎0570・0008・656
- 新潟県最低賃金(時間額)は715円です 県内で働く全ての労働者とその雇用主に適用されます。 問 新潟労働局賃金室 ☎025・288・3504
- 夜間に労働相談を実施します 場 2月の毎週木曜日午後8時~ 相談電話 11長岡労働相談所

- 公共職業訓練(離職者訓練) 場 4月2日(木)~9月30日(水)の平日午前9時30分~午後3時40分 場 ポリテクセンター新潟(住吉3) 問 金属加工科など6科 定各15~18人(3月16日(月)選考) ☎無料(教科書代などは有料) 申 3月9日(月)までにハローワーク長岡 ☎32・1181へ
- さわやか悠久大学受講者 地域の歴史、福祉、健康づくりなど幅広く学びます。 場 4月~11月の第2・4月曜日 午前9時30分~11時30分(計17回) 場 さいわいプラザなど 問 おおむね55歳以上 定 96人(先着) ☎年3,000円 申 3月10日(火)までに坂井さん ☎36・6908へ
- 長岡基句大会参加者 場 5月24日(日)午前11時~午後4時 場 リリックホール ☎2,000円 申 3月10日(火)までに長岡市民謡連盟・小野塚さん ☎080・6037・1137へ
- 健康マージャン会員 場 日曜日午前9時30分~午後4時30分(月2回) 2月・3月は8日と22日 場 高齢者センター1 けさじろ ☎1回1,500円 申 内田さん ☎33・2956

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…4月号は2月27日(金)(必着)、5月号は3月25日(水)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【4月号】4月10日(金)、【5月号】5月3日(祝)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。

問 広報課 ☎39・2202

- 自然栽培農家・岡本よりたか 講演会「自然栽培で家族菜園」 場 2月14日(土)午後1時30分~4時30分 場 さいわいプラザ 定 60人(先着) ☎3,000円 申 家族の健康をつくる会・谷さん ☎080・6595・0363
- 初心者のための話し方教室 場 2月18日(水)午後7時~9時 場 さいわいプラザ 講 スピーチコーディネーター・佐々木和子さん 問 電話の泉・川上さん ☎34・7844
- まちなか考房(申 ☎36・3240)の催し
- ①ホワイトエリア・カクテルの街 日本バーテンダー協会加盟の11店舗でカクテルが楽しめます。 場 2月14日(土)~3月14日(土) 定 チケット3枚綴り2,800円(当日200円増)
- ②まち探見録 三原緑・享保齋を訪ねて 場 3月7日(土)午後2時~3時30分 場 ギャラリー1沙蔵(本町1) ☎2000円(ドリンク付き)
- シルバー人材センターの催し 場 ①2月19日(木)午後1時30分~3時30分:ダンスでママのストレス解消 ②3月3日(火)午前10時~正午:親子で遊ぼう 定 ①10人(先着)(保育あり。要申込) ②親子10組(先着) 場 ①2月16日(月)②27日(金)までに同センター(台町2) ☎35・2380へ
- ガミガミ言わない子育て講座 場 2月22日(日)、3月29日(日)、4月26日(日)午前10時~午後4時 場 まちなかキャンパス長岡 講 新家庭教育協会理事・高柳静江さん 定 各10人(先着) ☎2,500円(テキスト代2,000円別) 申 同協会長岡会場・早川さん ☎090・7258・9
- 相続登記無料相談 毎年2月は新潟県司法書士会の無料相談月間です。お近くの司法書士にお気軽にごどうぞ。 問 同会 ☎025・244・5121
- 37・6110

おいしく楽しく健康に

岡福祉総務課
☎39・2371

タニタカフェ

からだにやさしい軽食が新登場 おにぎりセット

(スープ付き)

胚芽の一部を残した精米法で栄養価が高いご飯を使用しています。長岡食材を使ったれんこんのきんぴら、かぐら南蛮とゴボウの味噌炒り、鮭、梅から2つ選べます。

提供時間＝11:00～14:00

¥650円(税込)



会員募集中

ながおかタニタ健康くらぶ

登録料 年3,000円
(3月末まで特別価格。2年目以降の継続は年2,500円)

受付 タニタカフェ、「健康ラボ長岡」ホームページで



まちなかまるごとタニタ食堂

まちなかの飲食店でタニタ食堂のメニューが味わえる

2号店は チキンの唐揚げカレー風味定食



タニタが監修した味をご賞味ください。

書齋亭 鎌倉茶房

(福住3・☎34・3432)。

提供時間＝11:00～16:00
(ラストオーダー14:00)※限定10食 ¥1,080円(税込)

★健康くらぶ
会員はランチ
注文で1回10
ポイント進呈



このボリュームで455kcal

チキンの唐揚げカレー風味、ほうれん草と舞茸の菜種和え、切り昆布としらたきの炒り煮、ピーマンのスープ

カフェDE健康講座

火・金曜は健康講座へ

時 午前10時～11時 場 タニタカフェ
定 各25人[先着] 岡 健康課 ☎39・7508、★印は長寿はつらつ課 ☎39・2268

2月10日	火	知って納得 薬の話
13日	金	賢い健診の受け方
17日	火	転ばぬ先の筋力アップ
20日	金	ハッピー体操★
24日	火	知って得する栄養表示
27日	金	「言わぬが花」はストレスのもと
3月6日	金	しあわせ発見講座★

※以降は次号市政だよりで。健康くらぶの会員外の人も参加できます。

⇒11ページもチェック



タニタカフェの営業時間が変わりました
平日8:30～20:30

土・日・祝日9:00～18:30(ラストオーダー1時間前)
大手通2-2-6市民センター1階 ☎86・7867

輝き人

守る・創る
長岡の宝

vol.01

村岡城址の歴史を守る会
代表 小林博さん

顔の見える地域にしたい

住民同士が自然に声を掛け合い、助け合う地域でありたいと思い、住民のコミュニケーションの場づくりをしています。地域資源を活かし、信昭公祭りや雪割草の見学会などを開催して、子どもからお年寄りまでと一緒に楽しんでいるのを見ると、絆が深まっていくのを感じます。

最近、口コミなどで県内外から訪れる人が増えてきました。遊歩道の整備、歴史や雪割草の案内などで大忙しです。でも、「また来たい」と言ってくれることがうれしく、活動の原動力になっています。

今後も地域の魅力を次世代へ継承しながら、より多くの人から来てもらえるよう取り組んでいきます。



和島 村岡城址周辺

村岡城は700年前の南北朝時代に活躍した武将・風間信濃守信昭公により築られました。跡地周辺にも信昭公ゆかりの城跡やお寺などが点在。名所を巡る遊歩道からは雪割草やカタクリなどが観察できます。



▲雪割草は3月中～下旬が見頃です