

つながる、ひろがる、新発見。

今年の新米も
おいしいね



ながあか

Nagaoka

2016
10月号
市政だより

ヒーローは ここにいる

(詳しくは4ページ)



通常価格(大人)より昼は
200円、夜は100円
お得!裏表紙もご覧ください

本格始動 バスケットのまちづくり (2ページ)

- p 6 | 縄文土器にドキドキ★
- p 10 | 磨き、輝く地域の宝
- p 11 | 山古志の水没家屋保存への工事、完成へ
- p 12 | オープン目前 新社会福祉センターへGO
- p 13 | 天才指揮者バットィストーリーニ語る
- p 14 | 地域の秋まつり

選挙
にいこう
10/16日

えちご川口温泉ホテルサンローラ
日帰り入浴割引券 (1人分)
期限:平成28年12月31日(日)
小生400円(出)
大人500円(出)
切取って券面に
出してください。
(1枚につき1人まで)
コピー不可

長岡市ウェブサイト
<http://www.city.nagaoka.niigata.jp>

 長岡市Facebook
<https://www.facebook.com/city.nagaoka>



これがアルビBBだ! 豪快・華麗なシュートを観に行こう!



代表取締役社長
小菅 学

日本初のプロバスケットチームで地域密着型で取り組んで来ました。試合に勝つことはもちろん、子どもたちの夢を応援するなど市民のみなさんとの交流事業も今まで以上にしたいと思っています。長岡のみなさんから“おらがチーム”と言われ、支えてもらえるチームを目指します。

キャプテン
#23
佐藤 公威

生まれ育ったまちにプロチームがあって、そこでプレーできることは選手冥利に尽きます。たくさんの方々のおかげでここまで来られました。感謝の気持ちを持って臨みたいと思います。頑張っている姿を見に来てください。



長岡出身

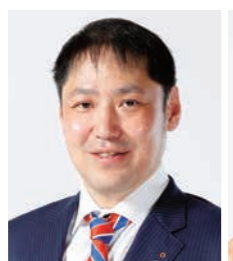
副キャプテン
#7
五十嵐 圭

優勝という大きな目標に向けて、まずは所属している中地区でプレーオフ進出を目指して頑張ります。ホームコートのアオーレ長岡に、ぜひ自分たちの試合を見に来てほしいと思います。



元日本代表

バスケットを楽しむ一番の方法は生で見ること。チームを知って会場へGO!



ヘッドコーチ
庄司 和広



#0 遥 天翼



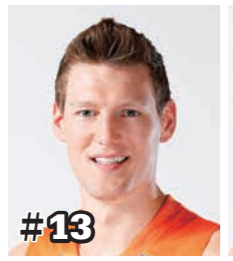
#3 畠山 俊樹



#5 佐藤 優樹



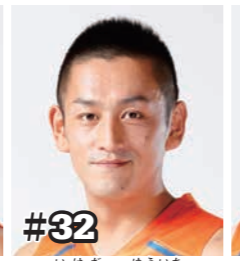
#8 八幡 圭祐



#13 クリント
チャップマン



#16 本間 遼太郎



#32 池田 雄一



#44 スティーブン
パン トリース



#54 ダバンテ
ガードナー



カラーとチーム名に地元へのこだわりがある!

チームカラー

オレンジ…日本海に映る夕日のイメージ

ブルー…日本海の海の色のイメージ

チーム名の由来

アルビレックスはアルビレオ（白鳥座のくちばしにオレンジとブルーに輝く二重星）とレックス（ラテン語で王者の意味）の造語。アルビレオがさらにパワーアップしてバスケット界の王者に向かって羽ばたくという意味があります。

来年5月までに60試合。

勝率の上位8チームが優勝目指しプレーオフへ

Bリーグ1部は全18チーム。まずは来年5月7日までレギュラーシーズン（リーグ戦）の勝率で順位を競います（計60試合）。3地区（東中西の各6チーム）に分かれ、各地区の1位と2位と、それを除いた全チームの上位2チーム、計8チームがトーナメント方式のプレーオフ（チャンピオンシップ）に進出し、優勝を争います。

2016-17シーズン前半戦 ホームゲーム

試合日	試合開始	対戦相手	会場
10/1 (出)	18:00	サンロッカーズ渋谷	アオーレ長岡
2 (日)	13:00		
15 (出)	16:00	三遠ネオフェニックス	アオーレ長岡
16 (日)	13:00		
29 (出)	16:00	富山グラウジーズ	リージョンプラザ上越
30 (日)	13:00		
11/19 (出)	16:00	川崎ブレイブサンダース	新潟市東総合スポーツセンター
20 (日)	13:00		
23 (祝)	14:00	横浜ビー・コルセアーズ	アオーレ長岡
12/10 (出)	16:00	仙台 89ERS	アオーレ長岡
11 (日)	13:00		
23 (祝)	18:00	千葉ジェッツ	アオーレ長岡
24 (出)	13:00		

※ホームのほかにアウェーゲームあり。後半戦は1月~5月



小・中・高校生に技術指導を行った長岡バスケットボールサミット (8月6日、アオーレ長岡)

長岡市、株式会社新潟プロバスケットボール、長岡地区連携しバスケットのまちへ

長岡市、株式会社新潟プロバスケットボール、長岡地区連携しバスケットのまちへ

地域に根差したプロチームアルビBBの活躍に期待



左から長岡地区NIGATA ALBIREXバスケットボール後援会、丸山智会長、長岡市、高見副市長、(株)新潟プロバスケットボール、小菅学代表取締役社長、長岡市スポーツ協会、市村博男会長(9月13日)

アオーレ長岡がホーム 本格始動 バスケットのまちづくり

問アオーレ交流課
☎39・2288



選手が地域と交流
市内8小学校でいさつ運動。主将の佐藤公威選手は母校の豊田小学校を訪問。子どもたちから握手を求められる場面もありました。(7月15日)



アルビBBBの選手が指導
アルビBBBの選手たちが小・中・高校生に直接技術を指導し、子どもたちの夢を応援します。(写真は8月6日、長岡バスケットボールサミット)

子どもたちの夢を育むアルビBBBと連携

長岡にバスケット旋風を巻き起こそう！

オール長岡で、バスケットによる市民協働のまちづくりを進めます

バスケットをより身近に

気軽にプレー。市民防災公園に無料バスケットコートがオープン

今月の表紙



バスケットを身近なスポーツとして多くの市民に楽しんでもらおうと設置しました。9月17日にはこけら落としの3×3大会を開催。集まった観客を前に、はつらつとしたプレーで盛り上がりました。

バスケットコート

コートは3×3の競技規則に準じた横15m×縦11mの一面。譲り合って利用してください。
利用期間 4月5日～11月の午前9時～午後8時
※団体利用の場合は申請が必要
公園園地課 ☎39・2230



アルビBBBの練習を間近で
アオーレ長岡や中之島体育館で、公開練習を行っています。選手たちが汗を流して鍛錬する姿を観覧できます。

この一冊でまるわかり「バスケットの楽しみ方」発行

経験者はもちろん、初心者やバスケットに触れる機会がなかった人にバスケットの魅力を伝えるガイドブックを発行しました。バスケットの歴史やルール、観戦方法などを分かりやすく紹介しています。市ホームページでもご覧いただけます。



配布場所：アオーレ長岡、体育施設、各支所、各コミュニティセンターなど

まちなか店舗への誘客アップへ イベント来場者にクーポン券配布

アルビBBBの試合など、アオーレ長岡をはじめとするまちなかでのイベント来場者に、まちなかの飲食店などで使えるクーポン券付き地図を配ります。イベントのにぎわいをまちに広げます。
有効期間 来年5月31日(水)まで



川西⇄アオーレをつなぐ無料シャトルバス

バスケットを機にまちなかへの誘客を図る社会実験です。リバーサイド千秋・イオン・アオーレをつなぎます。1時間ごとに往復します。
10月・11月の土・日・祝日 午前10時～午後5時 (開催イベントにより時間変更あり)
NPO法人ながおか未来創造ネットワーク ☎39・2200

駅からアオーレ、大手通りをアルビ色に装飾

長岡駅からアオーレ長岡、大手通りまでを横断幕やシールなどで装飾。アルビBBBやバスケットのまち長岡をPRし機運を高めます。
時来年5月まで

まちなかのにぎわいづくり

駅には足形も。大きさにビックリ!



大手スカイデッキの装飾は、選手の等身大。背比べてみて!

バスケットを愛するぼくの・私の思い スポーツ少年団・宮内DJのみなさん



アルビBBBが日本一になってほしい!

アルビBBBの試合をアオーレで見たいです。

私たちが練習頑張ります!

プロ選手になりたい!

プロチームが長岡にあるってスゴイ!

アオーレで見たプロ選手はみんな身長が高かったです。

アオーレで日本代表選手の試合を見たことがある。ゴール下の動きがすごかった!

国際試合・五輪事前合宿の誘致

アオーレのアリーナを国際基準に

既存の水銀灯・ハロゲン灯に加えてLED照明を増設。国際競技規定の明るさを満たすよう改修しました。そのほか、ロールバック席にクッションや背もたれを増設するなど、観覧席の快適性を高めました。今後もアオーレ長岡の施設とまちを挙げての歓迎ムード、立地・交通の利便性や集客力の高さをアピールし、国際試合や五輪事前合宿の誘致を進めます。



①バスケットボール女子日本代表国際強化試合(5月7日)
②在日オーストラリア大使館公使が視察(8月3日)

大英博物館 展示土器は、この4点

5千年の歴史とエネルギッシュな造形美が世界を魅了する



10月から長岡の火炎土器 大英博物館で常設展示

世界中から訪れる人が
長岡の火炎土器に驚き

10月14日から英国ロンドンの大英博物館で、長岡市出土の火炎型土器など4点¹が常設展示されます。

長岡市と大英博物館との交流を通じて、日本ギャラリーの縄文時代部分に「優れた代表的な出土品が多い長岡の土

器を展示したい」と要請があったものです。

世界中から年間約600万人が訪れる世界最大級の博物館で、長岡の縄文文化と縄文土器の魅力を多くの人に知ってもらえる貴重な機会になります。4点の土器は、駐英日本大使館で10月3日から10日間記念展示された後、大英博物館での展示となります。



縄文土器にドキドキ★

岡科学博物館 ☎32・0546
馬高縄文館 ☎46・0601

「ふるさと長岡の土器ってスゴイ！」



<6~9ページ写真協力：関原小学校6年生>縄文時代を代表する「火焰土器」¹発見の地として知られる馬高遺跡¹の地元・関原小学校では、6年生の総合学習で地域に残る遺跡から縄文文化や歴史などを学びます。手にしている土器は縄文土器の形や作り方をまねて作ったもの。最後はグラウンドで野焼きして完成です。

火焰と火炎!?

ちょっと整理、縄文土器の名前

※1 火焰型土器…「火焰土器」¹→P6と同じ特徴を持っています。大振りの突起に鋸歯状のフリルがついています。馬高のほか三島や与板、栃尾など市内各地で出土しています→P8

※2 王冠型土器…火焰型土器と同じ胴部の文様で山形の突起があります

●火炎土器…約5千年前、信濃川流域で発達した縄文土器様式の一つ。火焰型土器・王冠型土器などの土器をまとめた総称です

長岡オリジナルを喜んでもらえてうれしいですね



へえ①
世界でも絶賛!?! 長岡ならではの火焰土器のマンホールふた。大英博物館に展示されるかも!?

長岡市の個性豊かなデザイン下水道マンホールふたは12種類。長岡地域の2種類ある一つは「火焰土器」や花火、城などがデザインされています。

“ご当地マンホールのふた”は全国で見ることができませんが、海外では珍しく、デザインが話題に。しかも世界的に注目されている火焰土器のデザインは長岡だけ。このマンホールのふたも、大英博物館からの要請に応じ、資料として寄贈することになりました。



80周年を記念して行った大型の王冠型土器の野焼き(9月16日)。完成後は、馬高縄文館のエントランスで、すでにある大型火焰型土器と並べて展示する予定です

★主な縄文遺跡マップ→P8

長期にわたって、狩猟・漁労・採集を基盤に定住的なムラを営み、自然と共存しながら形成した世界に誇る日本固有の文化です。

馬高遺跡は縄文時代中期の大規模な集落跡です。縄文時代を代表する遺跡として、隣接の縄文時代後期の三十稲場遺跡⁵とともに国の史跡に指定されました。



★市内出土の主な土器の名称解説→P7

縄文文化は、約1万5千年前から世界に先駆けて土器を制作・使用し、約2、900年前までの

世界が注目する長岡の宝
今年が発見から80年の節目

「火焰土器」は1936年に関原町の馬高遺跡で最初に発見された土器です。燃え上がる炎をほうふつとさせる形状から「火焰土器」と命名。信濃川流域に広がった縄文文化を感じることが出来ます。

「火焰土器」の名は、この一つの土器だけが持つ、いわばニックネーム。同じ特徴をもつ土器は「火焰型土器」^{※1}と呼んで区別しています。

縄文文化は世界に誇る
日本固有の文化

火焰土器

国指定史跡・馬高遺跡¹出土
国重要文化財



へえ⑤

長岡ならではの②
まちで見かける**火炎土器モニュメント**
気がつけば**15カ所**に



「あれ、こんなところにあ
ったっけ?」と思うほど、
大型土器モニュメントをあ
ちらこちで見かけるよう
になりました。長岡地域の
馬高遺跡周辺と長岡駅周辺、
与板地域、三島地域、栃尾
地域の15カ所にあります。
火炎土器をまねたものや
独自のもの、装飾に工夫を
凝らしているなどさまざま
です。

火炎土器の
故郷・馬高遺跡
周辺は6カ所も。
私たちの
関原小にも
ありますよ



詳しくは
市有施設にある
探し歩き地図で

へえ③

祝★日本遺産 4市1町の
火炎型土器がまとめて切手に



日本遺産『「なんだ、
コレは!」信濃川流域
の火炎型土器と雪国の文化』の構成4市1
町が誇る宝が切手に。
10月下旬発売です。

数量限定
なので
お早めに



3Dの最新技術を駆使して、「火炎土器」と全
く同じ大きさや重さ、独特で複雑な形状を精巧に
再現した複製品を制作しました。型取りの際に実
物に触れることがないこの制作方法は今回初めて。
今後馬高縄文館や火炎土器PRイベントなどで展
示します。



触っても
OKなんて
いいね!



へえ④ 最新技術で実物と同じ大きさ・重さに
タッチOKの火炎土器レプリカ

へえ②

市内の縄文時代の遺跡の数は
なんと、**358カ所!**

市内には縄文時代の遺跡が数多くあ
ります。住居跡や大小さまざまな縄
文土器などが出土しており、共通点
を持ちながらも各地の個性が見られ
ます。★形状チェックは大英博物館
行きの土器写真1-P7

実心跡
物施に
資設保
料存の
を公展
開示
約千品
点活中
の遺
優時
美の
な発
様見
子了
から
この
名土
偶は
同性



▲縄文時代晩期の
藤橋遺跡⑥は玉つ
くりの遺跡として
国史跡に



▲藤橋歴史の広場・遺構展示館
住居跡をそのまま展示



こんなに
あるなんて
ビックリ



主な縄文遺跡マップ



①～④は6・7ページで紹介した遺跡。
②③④は大英博物館に展示する土器が出土した遺跡



火炎土器出土状況
(南原遺跡⑦)

中之島に
遺跡が無いのは
台地がないから。
地下深く掘ると
見つかるかも!?



7月、世界に誇る日本固有の縄文文化を、東京五輪・パラリンピックを契機として世界に向け広く発信するため、文化人や縄文時代の重要文化財や史跡などを持つ全国74市町村が参加し設立しました。
今後、五輪開会式での縄文文化発信の提案、火炎型土器や縄文文様の聖火台デザインの採用を目指した情報発信などの、普及・研究・要請活動に取り組みます。
国政策企画課 ☎ 39・220546
科学博物館 ☎ 32



② 全国74市町村・文化人が賛同
縄文文化発信サポーターズ

今後は、日本遺産の認定を観光客の増加などに
つなげるため、PRをさら
に強化。プロモーション
映像の制作や、多言語
ホームページの作成、特
別展示会や文化フォーラ
ムなどを開催します。
★長岡市の主な日本遺産
：馬高・三十稲場遺跡、
馬高遺跡出土品、岩野原遺跡出土品、栃倉遺跡出土
品、藤橋遺跡・向出土品、王神祭(蔵王町・金峯神社)



4月、協議会が文化庁に提案した「なんだ、コレは!」信濃川流域の火炎型土器と雪国の文化」が日本遺産に認定されました。海外に発信すべき文化財とその歴史的背景などを日本遺産としているものです。

■日本遺産に
昨年10月、同協議会は、五輪担当大臣に2020年東京五輪・パラリンピックの聖火台に火炎型土器のデザインを採用するよう要望しました。今後、縄文文化発信サポーターズ②の動きと合わせて、積極的に国に働きかけていきます。

■東京五輪の聖火台に
信濃川沿いに育まれた縄文文化や歴史、火炎型土器を国内外に広くPRし、市民同士の交流や地域振興、広域観光を進めています。
これまで、縄文めぐりツアー①P21、縄文シンポジウム、縄文検定など、「縄文」に関連したイベントの開催や関連施設を活用した交流の促進、ホームページなどで情報発信に取り組んできました。

① 火炎型土器が多数出土する
信濃川流域の市町村で
信濃川火炎街道連携協議会
五千年前の日本の歴史
縄文文化を世界へ発信

最近の
土器ニュース
まとめて

まだまだある。地域の宝と取り組み



寺泊歴史街道
歴史街道の一角「つわぶき坂」は、住民が整備した道で、散策も快適。
★つわぶき祭は38ページへ



間香体験香り当てクイズ
地元の活動団体が開催。小学生が、豪商の文化を体験しました。
★間香体験は39ページへ



城山グリーン作戦
地元区長などを通じて呼び掛けた住民30人が参加。「千人溜」や登山道の草刈りをしました。

地域	地域の宝	取り組み内容
寺泊	寺泊の海（海洋資源）	海洋スポーツ体験、海岸環境整備
	寺泊の海（寺泊歴史街道）	汐見台近辺の整備、パンフレット作成など
中之島	今町・中之島大凧合戦	中之島中学校大凧体験、合戦会場に観覧席設置など
	大竹邸記念館	庭園の桜・紅葉のライトアップ、中学校箏部・吹奏楽部の演奏など
越路	ホテル	看板作成、下敷き作成、生息地保全など
	もみじ園とその周辺	首都圏観光商談会、茶席・そばまつり、フォトコンテスト
与板	楽山苑・豪商の文化	楽山苑ライトアップ、楽山苑写真コンテスト、高校生対象「ブラリよいた街歩き」、間香体験香り当てクイズなど
	兼統とお船の里	
山古志	城下町与板の街なみ	
	山古志の棚田・棚池	地域散策ナビシステム活用、交流ツアー・山の暮らし体験イベント、地域情報誌作成、地域住民を講師とする体験教室など
和島	震災アーカイブス	
	良寛・貞心尼とはちすば通り	歴史講座、学習教材作成
和島	越後鉄道と住雲園	住雲園ライトアップ、春の展示会など
	村岡城址周辺	雪割草保護、和島の偉人紙芝居作成
栃尾	上杉謙信公旗揚げの地	小・中学生史跡めぐり、ガイド用パネル作成、城山グリーン作戦など
川口	全国植樹祭会場を含む「ふるさとの森」	里山遊歩道の整備、生息動植物調査と保護、植樹祭案内看板設置など
	魚野川と信濃川の河川空間	魚つかみ取りイベント、川の指導者育成、川の自然観察教室など
	天神ばやし	歌詞パネル作成など

★地域の宝フォトコンテストを開催中！詳しくは37ページへ



10月23日までに水没家屋の周りに柵を設置します（写真は9月16日現在）

中越大震災の記憶を遺す 山古志の水没家屋保存 12年の節目に工事完成へ

閩地域振興戦略部 ☎39・2515

中越大震災の被災状況を残す山古志地域・木籠集落の水没家屋2棟を震災遺構として後世に伝えるため、保存に向けた工事を進めています。経年劣化が進んだ家屋は、住民から保存を望む声が上がっていました。昨年10月から建物の損傷状況を調査し、緊急補修を実施。洪水などによる家屋の流出を防ぐ柵の設置工事を、震災から12年となる今月23日までの完成を目指し、関係機関と連携して行っています。23日開催の復興イベント19ページと合わせ、ぜひ現地をご覧ください。今後も住民と共に震災の記憶を伝え、全国からの支援への感謝を発信していきます。

木籠集落の水没家屋

震災で発生した土砂崩れで芋川がせき止められ40棟が水没しました。当時の原形をとどめる住宅は2棟。震災の記憶と復興の軌跡を伝える中越メモリアル回廊の1つとして、集落には全国から大勢の視察団や観光客が訪れます。震災資料展示施設・直売所の「郷臭庵」を中心に、全国の人と住民の交流が広がっています。

磨き、輝く 地域の宝

閩地域振興戦略部 ☎39・2260

「地域の宝」とは？

- 住民の大半が宝と認めている
- 大切にしている組織がある
- 子どもたちに継承できる
- 地域全体で活動できる
- 地域がひとつになれる

平成17年の市町村合併（1次）から10年の平成26年、各地域で、今後の地域振興に活用する「地域の宝」を選定しました。自然、歴史、文化などの地域資源の中から、地域委員会で議論を経て選定。地域住民が丸となって、宝の魅力を高めながら、故郷への誇りと自信を育み、地域の活性化を目指します。市は、地域住民の活動を支援することで、各地域の個性が磨かれ、輝きを増しながら、市全体が調和するまちづくりを進めます。選定から2年目の今年、各地域で進むさまざまな取り組みを紹介します。

小国 地域の宝 小国の森林（小国和紙） 取り組み おまつりアイテム開発



住民から小国和紙に愛着を持ってもらおうと、気軽に使えるアイテム作りを考案。もちひとまつりでは、保育園児が和紙を使った提灯を持って練り歩きました。

保育園児が小国和紙と触れ合うのは今回が初めてなので、とても嬉しかったです。今後は、地元の職人さんたちを巻き込んでアイテム開発を進めます。住民や子どもたちから製作に関わってもらい、小国和紙をさらに身近なものにしていきたいです。



（左から）白樺染色工房・白樺佳子さん、（有）小国和紙生産組合・今井宏明さん、オリガミデザイン・池山崇宏さん

☆小国地域には他にも
地域の宝 小国の森林（おぐに森林公園）
取り組み 越後カントリーレイル開催支援 など

三島 地域の宝 三島の里山 取り組み 里山資源活用プロジェクト



子育ての駅もりの隣にビニールハウスを建て、まきを直接燃焼できるストーブを設置。里山の間伐材を集めて燃料にします。地域で発生する間伐材の処理を引き受け、資源として活用し、里山保全と特産品の開発、多世代交流を目指しています。

間伐材を持って来てくれた方に、ハウスで育てた果物や収集したまきなどと交換できる「みしまネー」を11月から発行します。昔から地域で栽培している果物ポポーを育て、ジェラートも作りたいですね。このビニールハウスが、地域資源を活用した事業を起こすきっかけになればと考えています。



みしまふるさと塾塾長の綿貫悟さん（右から3番目）ほか、協力メンバーのみなさん

☆三島地域には他にも
地域の宝 三島の里山
取り組み 越後みしま 竹あかり街道18ページ など

ビニールハウスを披露する
みしま産業まつりは15ページへ

世界最高峰の歌劇場のひとつ、ミラノ・スカラ座に史上最年少でデビューするやいなや瞬く間に各地の名門歌劇場・オーケストラに迎えられ、その勢いはとどまるところを知らません。大の読書家で村上春樹は全作品を読破。イタリア・ヴェローナ出身。1987年生まれ。



東京公演 完売続出
この機会を
お見逃しなく



長岡特別演奏会直前 スペシャルインタビュー

天才 アンドレア・バッティストーニ

ベートーヴェンを語る。

「『運命』は革命の交響曲であり、反乱の交響曲。ベートーヴェンの魂を表現したい」

ベートーヴェンはかつて存在した中で最も偉大な作曲家。西洋音楽の歴史からベートーヴェンを除くと歴史が迷子になってしまうほど、歴史の流れを手にとって変えてしまった人です。ベートーヴェン以降の作曲家で彼の影響を

受けていない人はいないのではないでしょうか。ベートーヴェンの交響曲第5番は「運命」の交響曲として語られますね。「運命はかく扉を叩く」と。しかし実際には、これは「反乱」の交響曲だと私は信じています。

この交響曲はフランス革命に関する音楽です。力に対する反乱の感覚があると思うし、それは新しい感覚であり、革命です。「タ、タ、タ、ターン」は全ての楽章で繰り返され、戦いの始まりです。この交響曲は座ってのんびり聴い

ていられる音楽ではありません。これを聴いて戦いに行く。演奏する側も夢中になります。私はこれこそベートーヴェンの魂だと信じているものを表現したい。交響曲第5番は、実はとても暴力的で、しかしとても甘く意気揚々としています。私は当時の演奏の再現ではなく、当時の人々が演奏を聴いて受けたショック、感動の熱量を再現したいと思っています。

音楽は人生をよくするものであり、自分を知り、他人を知り、自分たちを良い方向へ導くと私は信じています。長岡訪問を今からとても楽しみにしています。会場でお会いしましょう。

10/21 午後7時
22 午後2時
リックホール
全席指定 8,000円
チケット残りわずか

指揮
アンドレア・
バッティストーニ
東京フィルハー
モニー交響楽団
長岡特別演奏会

世界的に頭角を現している若き才能・アンドレア・バッティストーニを指揮者に迎えた2日間の特別公演です。

10月1日に東京フィルの首席指揮者に就任したバッティストーニの演奏会は、東京フィルと長岡市との事業提携によって実現した大変貴重な機会です。コンサートホールいっぱいに大迫力の演奏をお届けします。

曲目
ヴェルディ/歌劇「ルイザ・ミラー」序曲
歌劇「マクベス」より舞曲
ロッシーニ/歌劇「ウィリアム・テル」序曲
ベートーヴェン/交響曲第5番「運命」

長岡市芸術文化振興財団 ☎29-7715



11月1日 オープン 目前
新社会福祉センター

新しい社会福祉センターが
大手通表町西地区の再開発ビル「ながおか町口御門」
(表町2)内にオープンします。
誰もが気軽に集い、活動できる福祉の拠点として、
高齢者団体や障害者団体、市民ボランティアが
まちなかに集い、交流することで
新たな活動を生み出します。
11月1日のオープンに先駆け、
誕生を祝うイベントを開催します。

☎福祉総務課 ☎39・2371

10月29日土
オープニング
イベント

誰でも参加できます

■オープニングセレモニー

時間 午前11時～11時30分 内容 高等総合支援学校のダンスなど

■記念講演会
「今日から始める
ボランティア」

時間 午後1時～2時30分

定員 150人抽選

講師 NHK Eテレ手話ニュースキャスター・中野佐世子さん

申 10月14日(金)までに、住所、氏名、電話番号を〒940-8501(住所記入不要)福祉総務課へ(☎39・2371、FAX39・2275、Eメール fukushi@city.nagaoka.lg.jpでも可)



先着100人に開館記念の
ロゴ入りグッズをプレゼント

■施設見学会

- ★午前11時30分～午後4時は、施設内を自由に見学できます
- ★福祉カフェもプレオープン。おいしいコーヒーを無料で楽しめます

同日開催のながおかホコ天には、福祉施設の物販ブースが出店。こだわりの焼きたてパンや地場産野菜を販売します

※10月30日(日)・31日(月)午前10時～午後5時
も施設内を自由に見学できます



▲3階の多目的ホール
教室形式：120人収容
椅子のみ：150人収容

♥障害者に優しい設備が充実



▲LEDが点滅し緊急事態を知らせる文字放送設備

◀トイレや授乳室などの個室に設置した緊急事態を知らせる赤色灯



■愛称は「トモシア」に

全ての人が「ともにしあわせ」になる場所、長岡市の福祉のシンボルである「ともしび」、希望の光を「ともす」という意味が込められています。

利用の申し込み

自由に使えるボランティアセンターや200㎡の多目的ホール、40㎡の4つの研修室など、市民活動は無料で使用できます。

開館時間 午前9時～午後10時
(午後7時以降、土・日のボランティアの相談は予約制) ※12月29日～1月3日を除く

利用申込 利用3か月前の月の1日から、市ホームページ、キオスク端末(要事前登録)、電話、窓口で ※毎月1日は電話・窓口のみ。利用料金など詳しくは市ホームページ、または、お問い合わせください。

☎社会福祉センター T32・5200、FAX32・5210、Eメール c-sw@nagaoka-shakyo.or.jp

★新社会福祉センターへの移転に伴い名称が変わります

新「地域包括支援センター
なかじま・おもてまち」
※旧「なかじま」

旬を楽しむ 長岡の秋

長岡の秋まつりは、各地の自慢が勢ぞろい。家族や仲間と一緒に、旬を感じに出かけませんか。

10/9(日)

大槌町特産ホタテはぷりっぷり
●越後R290街道まつり

時午前10時～午後3時 場道の駅R290とちお 内容＝沿線9市1村の物産、岩手県大槌町の海産物販売 圃栃尾観光協会 ☎51・1195



★同時開催 栃尾救急フェア
内容＝応急手当体験（心肺蘇生法、AEDの使用法）、救急車・救助工作車の展示・乗車体験、防火衣装着体験、消防音楽隊の演奏など 圃栃尾消防署 ☎52・1155

せり市で鮮魚の争奪戦
●農と魚のフェスティバルin寺泊

時午前10時～午後3時 場寺泊みなと公園（雨天時は寺泊体育館）内容＝魚のせり市、農産物の販売、餅つき大会 圃寺泊観光協会 ☎75・3363



名物1万人なべは味も格別
●こしじ秋まつり

時午前10時～午後3時30分 圃越路支所 内容＝1万人なべ（無料。おわんと箸を持参）、餅まき、アルビレックスチアリーダーズショー、キャラクターショー、ダンスパフォーマンス、ヘリコプター遊覧（有料）、農産物や特産品の販売など 圃同実行委員会事務局（越路支所産業建設課内） ☎92・5903

10/16(日)

野菜釣りで旬をゲット!
●川口秋まつり

時午前10時～午後4時 場川口支所周辺特設会場 内容＝野菜釣り、物産展、豆うつし選手権、よしもとお笑いライブなど 圃同実行委員会事務局（川口支所産業建設課内） ☎89・3113

市内7地域の特製井が初登場
●名水コシヒカリまつり

時午前10時～午後3時 内容＝ジャンボいなり寿司大食い大会、新米おにぎりや農産物の販売、餅つき、稚魚すくい、市内7地域の食材を使った井の販売など 圃・圃杜々の森名水公園 ☎58・3050



10/23(日)

ジャンボおにぎりは新米600kg分
●中之島産業まつり

時午前9時～午後3時 場中之島コミュニティセンター周辺 内容＝ジャンボおにぎり製作・披露、おにぎりのプレゼント、特産品抽選会、大口れんこんなどの地場産野菜の販売など 圃同実行委員会事務局（中之島支所産業建設課内） ☎61・2013

栃尾の逸品が大集合
●栃尾地域農業まつり

時午前10時～午後3時 場栃尾産業交流センターおりなす 内容＝新鮮野菜や加工品・新米コシヒカリ・にいがた地鶏などの販売、ポン菓子・焼き芋・杵つき餅の無料配布、遊びの広場など 圃同実行委員会事務局（栃尾支所農林課内） ☎52・5847

10/29(土)

五感を刺激するイベント満載
●ながおか農業まつり

時午前9時～午後4時 場ハイブ長岡 内容＝農畜産物直売・品評会、竹細工・そば打ち体験、きのこ祭り、食農教育活動パネル展示、飲食コーナー、ヒーローショーなど 圃JA越後ながおか組織福祉課 ☎35・1304、農水産政策課 ☎39・2223

10/29(土)～11/20(日)

息をのむ幻想的な空間
●越路もみじまつり

もみじ園ライトアップ
時夕暮れ～午後9時
★同時開催 越後三大紅葉ライトアップスタンプラリー
柏崎・松雲山荘、弥彦公園・もみじ谷も巡って豪華賞品をゲットしよう。
時11月23日(祝)まで



①もみじの茶屋オープン
時午前10時～午後6時（天候などで変更あり） 内容＝特産品や軽食の販売、ボランティアによるガイド

②さつまいもフェア
時10月29日(土)～30日(日)午前10時～午後6時

③越路新そばまつり
時11月6日(日)午前11時～午後2時

◇ ◇
①～③いずれも 場もみじ園表門駐車場 圃越路支所産業建設課 ☎92・5903

★関連イベントは27ページへ

10/30(日)

秋に美味しいきのこ汁
●与板いきいき文化フェスティバル

時午前10時～午後3時30分（芸能発表会は午前11時から） 圃与板体育館、よいたコミュニティセンター 内容＝①きのこ汁の販売、農林産物の販売など②芸能発表会、作品展 圃同実行委員会事務局① ☎72・3201（与板支所産業建設課内）② ☎72・3102（同地域振興課内）



11/3(祝)

小国の味覚と芸術を凝縮
●おぐに秋まつり

時午前9時～午後3時 場おぐにコミュニティセンター、小国会館周辺 内容＝特産品・農林産物販売、屋台村、文化・芸能発表など 圃同実行委員会事務局（小国支所産業建設課内） ☎95・5906

売り切れ必至の山古志産農産物
●山古志産業まつり

時午前10時～午後2時 場やまこし復興交流館おらたる前 内容＝農産物品評会・即売、特産品テント村など 圃同実行委員会事務局（山古志支所産業建設課内） ☎59・2343

★同時開催 闘牛大会千秋楽
時午後1時から 場山古志闘牛場（池谷）

新鮮な地元野菜は大人気
●みしま産業まつり

時午前10時～午後3時 場みしま会館周辺 内容＝農林産物品評即売会、特産品販売、飲食コーナーなど 圃同実行委員会事務局（三島支所産業建設課内） ☎42・2249

11/3(祝)～7(月)

優雅な菊や錦鯉が勢ぞろい
●長岡市秋まつり

場アオーレ長岡
①菊花展示会
時午前9時～午後4時（3日は審査会が終了する午後1時から。7日は正午まで）

【作品募集】
自慢の菊を出展しませんか。募集内容＝自由大菊、小菊（切り花を除く） 圃長岡市菊花愛好会事務局・近藤さん ☎46・2578

②錦鯉展示即売会
時11月5日(土)～6日(日)午前9時～午後4時



③らんちゅう品評会・即売会
時11月5日(土)～6日(日)午前9時～午後4時（6日は品評会のため即売は午前11時から）

④秋の味穫市
時11月5日(土)～6日(日)午前10時～午後4時 内容＝軽食コーナーなど
圃まつり振興課 ☎39・2221

11/6(日)

食欲の秋、縄文の秋
●関原楽市・縄文まつり

時午前10時～午後3時 場馬高縄文館、史跡公園 内容＝物産・うまいもの市、いも煮汁・つきたて餅の無料配布、親子木工教室、ミニ土器・土版・まが玉づくり体験、火焰太鼓の演奏、馬高縄文館無料開放など
※県立歴史博物館駐車場から会場までの無料シャトルバスあり
圃関原地区商工会 ☎46・2170
担当＝商業振興課 ☎39・2228
★縄文土器の特集6ページへ



地域のまきごと

まちのほつとフォト

📷は、まちかどカメラマンが取材・撮影しました
(16人が登録しています)

雨にも負けず、みこしを担ぐ

与板十五夜まつりの創作みこしは勇壮果敢。雨をもものもしない威勢のいい掛け声と熱気が商店街を包み込みました。
(9月18日) 📷高木秀俊さん



笑顔パワーアップ

小国地域の子育ての駅たんぼぼで行った親子ふれあい運動遊び。小さな鉄棒にぶら下がると、子どもたちは満面の笑顔に。
(9月3日) 📷高津敏さん



こねてまるめてお団子作り

川口さずな館で、お月見団子の作り方の講習会を開催しました。出来上がり後の食事会では、おいしさにおしゃべりもますます絶好調。
(9月4日) 📷土田千栄美さん

大切にしたい友好の証

蓮瀧町内会のみなさんや中学生が、長岡造形大学に植えられた日米友好記念のハナミズキ並木の草取りを行いました。定期的な草取りで、木は元気に育っています。
(9月4日)



なわとび名人の技に挑戦

栃尾地域・下塩小学校の「朝のなわとびタイム」に、6つのギネス記録保持者の生山ヒジキさんが登場。楽しく指導を受けながら、難しい技に挑戦しました。
(9月5日)



秋の実りがどっさり

越路地域の「るるん親子教室」で子どもたちが芋掘りを体験しました。歓声を上げながら夢中で掘り出して、かごは見る間にいっぱい。
(9月7日) 📷須川敏春さん



汗を流してスポーツ交流

群馬県伊勢崎市と寺泊地域の小学生チームによるミニバレーボール大会を開催。生き生きとしたプレーで友好を深めました。
(9月10日) 📷土田千栄美さん



誕生！なかのしまの名物丼

中之島コミュニティセンターでなかのしま創作コンテストを開催。8チームが腕を振りましました。完成した名物丼は、産業まつり📍14へ📍で披露されます。(9月11日) 📷



私だけの手まりをつくろう

道の駅良寛の里わしまの「和らぎ家」で手まり教室を行いました。色や模様にも工夫を凝らし、オリジナルの手まりを製作。
(9月18日) 📷金山静夫さん




夜の山道を楽しく散歩

やまこしナイトウォークに20人が参加。約13キロの道のりを健脚自慢が歩きました。ウォーキング後は温泉で汗を流して気分爽快。
(9月3日) 📷高野久雄さん

竹あかりの準備、着々と

三島地域で、里山保全のため竹の伐採が行われました。竹は竹灯籠に生まれ変わり、「越後みしま 竹あかり街道」📍18へ📍に美しい姿で登場します。
(9月10日) 📷遠藤幸明さん

アニメ映画で人気 ナンヨウハギ



インド・太平洋のサンゴ礁に生息します。危険を感じるとサンゴや岩のすき間に隠れ、夜もそこで眠ります。青い体に黒と黄色の模様が特徴。尾びれの付け根に鋭いトゲを隠し持ち、戦う時などは横に飛び出させて体をすり寄せるように攻撃します。このトゲを手術の時に使うメスに例え、英名でSurgeon fish(外科医魚)と呼ばれています。

いこうよ、海の大冒険! 寺泊水族博物館 ☎75・4936

水生生物探索会

漂着生物を見つけよう・ビーチコーミング体験

浜辺に打ち上げられた貝や生物の観察、解説をします。

時10月23日(日)、11月3日(祝)午前9時～正午 対小学生と保護者 定各20人(先着) 対ビニール袋・軍手 申各開催日の2日前までに寺泊水族博物館 ☎75・4936へ



製作するなかのパン

センター ☎66・3390へ

馬高縄文館 ☎46・0601

※11月6日(日)は関原楽市・縄文まつりに合わせ、無料開放

↓詳しくは15ページへ

1 縄文の森をくまろう!

馬高・三十稲場遺跡で植栽

歌麿の肉筆美人画が長岡に里帰り

長谷川邸再建300年記念特別展

長谷川家の注文によって制作され、邸宅を彩った旧藏品など約20点を展示します。

時10月29日(土)～11月23日(祝)午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで。11月7日(月)・21日(月)は休館) 対喜多川歌麿「立姿美人図」、奥原晴湖「墨堤春色図屏風」など

場・関科学博物館 ☎32・0546

▶喜多川歌麿「立姿美人図」



特別展 馬高遺跡出土品展

関連講座「馬高遺跡あれこれ」

時10月22日(土)午後1時30分～3時30分 講小熊博史馬高縄文館館長 定50人(先着) 申10月10日(祝)～19日(水)

3 火焰土器破片クッキーをつくろう!

ドンダリ味です。

時10月23日(日)午後1時～4時

や手入れを行います。

時10月15日(土)午前10時～正午 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定20人(先着) 対汚れてもよい服装、軍手、長靴 申10月10日(祝)～13日(水)

2 特別展 馬高遺跡出土品展 関連講座「馬高遺跡あれこれ」

時10月22日(土)午後1時30分～3時30分 講小熊博史馬高縄文館館長 定50人(先着) 申10月10日(祝)～19日(水)

3 火焰土器破片クッキーをつくろう!

ドンダリ味です。

時10月23日(日)午後1時～4時

観光企画課(大手)

祝・日本遺産決定! 縄文ツアー「秋の津南の縄文文化を巡る旅」

コース・時新潟・三条コース 11月3日(祝)午前7時30分～午後6時30分、長岡・十日町コース:午前8時30分～午後5時50分 定各27人(最少催行人員15人) 各4,000円 申森宮交通 ☎0120・47・6300 関信濃川

対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定15人(先着) 対エプロン、三角巾、マスク、ハンカチ 申10月10日(祝)～20日(木)

6 ページをご覧ください

祝・日本遺産決定! 縄文ツアー「秋の津南の縄文文化を巡る旅」

コース・時新潟・三条コース 11月3日(祝)午前7時30分～午後6時30分、長岡・十日町コース:午前8時30分～午後5時50分 定各27人(最少催行人員15人) 各4,000円 申森宮交通 ☎0120・47・6300 関信濃川

ながおかいレブンでアニメをつくろう!

NECキッズINながおか

地域の宝・魅力を紹介するオリジナルアニメーションを作ります。キャラクターの造形、撮影、セリフの録音など本格的な工程を体験できます。

時10月29日(土)午前10時～午後4時 場まちなかキャンパス長岡 対小学3～6年生 定22人(先着) 申10月26日(水)までに地域振興戦略部(大手) ☎39・2260へ



アニメに登場する「ながおかご当地レブン」。ゆるキャラグランプリ2016にも参加中です。投票期間は10月24日(月)まで。応援をお願いします!

科学博物館 ☎32・0546

1 市民探鳥会

時10月15日(土)午前8時～11時(雨天決行) 集合川うまみち森林公園 対双眼鏡(ある人) 申10月14日(金)まで

2 県下児童生徒 生物・岩石 標本展示会と自然科学写真 展示会

時10月18日(火)～30日(日)午前10時～午後4時30分(30日は午後3時まで) 場さいわいプラザ

3 信濃川の災いと恵みー五千石遺跡からのメッセージー 展示解説・講演会

時10月22日(土)午後1時30分～3時 場信濃川大河津資料館(燕市) 定30人(先着) 申信濃川河川事務所総務課 ☎32・3020

4 郷土史料館 ☎35・0185

秋の悠久山歴史散策・石碑めぐりと郷土史料館見学

時10月26日(水)午後1時～3時30分(小雨決行) 対三島億二郎、令終会の碑など 定15人(先着) 申10月12日(水)から

火焔街道連絡協議会事務局(津南町役場地域振興課内) ☎025・765・3115

観光企画課(大手) ☎39・2344

祝・日本遺産決定! 縄文ツアー「秋の津南の縄文文化を巡る旅」

コース・時新潟・三条コース 11月3日(祝)午前7時30分～午後6時30分、長岡・十日町コース:午前8時30分～午後5時50分 定各27人(最少催行人員15人) 各4,000円 申森宮交通 ☎0120・47・6300 関信濃川

中央公民館 ☎32・0437

いきいき作品展

公民館趣味の教室の成果を発表します。

時10月14日(金)～16日(日)午前9時～午後5時 ②10月21日(金)～23日(日)午前10時～午後5時(最終日は①午後1時②正午まで) 場①アオーレ長岡②中央図書館 対①和紙人形、焼物、編み物、籐工芸、草花・盆栽②絵画、書道、ペン字

絵手紙、俳句

サマライフ長岡 ☎36・7200

ベビーマッサージ教室

時10月19日～11月30日の毎週水曜日午前10時30分～正午、午後1時～2時30分(11月23日を除く各計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) 持バスタ 各4,000円

食肉センター ☎27・5923

食肉の安全性を考える講座

時11月15日(火)午前8時30分～午後1時30分 集合さいわいプラザ 対肉用牛の生産農場見学、食肉の調理のポイント説明など 定25人(抽選) 申 各500円(昼食代含む) 10月31日(月)まで

栃尾美術館 ☎53・6300

「私のお宝アート展」関連講座「見せます!表裏のナカミ」

時10月23日(日)・29日(土)午後2時～3時30分 講表具師・横山浩一さん 定各20人(先着) 対観覧料(一般300円、大学生・高校生150円、中学生以下無料) 申10月12日(水)から

中之島支所地域振興課 ☎61・2011

初めてのパン作り de 恋結びましょう♪

婚活イベントです。

時11月13日(日)午後1時～4時30分 対25歳～50歳の独身男女(学生不可) 定男女各20人(先着) 対男性3,000円、女性2,000円 場 申10月28日(金)までに中之島コミュニティ

緑花センター(花アラス) ☎39・8718

1 市民花壇の花植え

時・内10月13日(木)：パンジー、23日(日)：ピオラ 時間11午前9時30分～10時30分 定各30人(先着) 対移植ごて、軍手 申各前日まで

2 花と緑の教室

①コケ玉づくりの楽しみ方

時11月17日(木)午前10時～11時30分 講NPO法人花いっぱい推進協議会 定24人(先着) 対 ¥1,500円 申10月12日(水)～11月9日(水) (HPからも可)

②季節の寄せ植え(親子講座)

時11月26日(土)午前10時～11時30分 講島峰悦子緑花推進指導員 対小学生と保護者 定10組(先着) 対 ¥3,800円 申10月12日(水)～11月18日(金) (HPからも可)

中央公民館 ☎32・0437

いきいき作品展

公民館趣味の教室の成果を発表します。

時10月14日(金)～16日(日)午前9時～午後5時 ②10月21日(金)～23日(日)午前10時～午後5時(最終日は①午後1時②正午まで) 場①アオーレ長岡②中央図書館 対①和紙人形、焼物、編み物、籐工芸、草花・盆栽②絵画、書道、ペン字

絵手紙、俳句

サマライフ長岡 ☎36・7200

ベビーマッサージ教室

時10月19日～11月30日の毎週水曜日午前10時30分～正午、午後1時～2時30分(11月23日を除く各計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) 持バスタ 各4,000円

食肉センター ☎27・5923

食肉の安全性を考える講座

時11月15日(火)午前8時30分～午後1時30分 集合さいわいプラザ 対肉用牛の生産農場見学、食肉の調理のポイント説明など 定25人(抽選) 申 各500円(昼食代含む) 10月31日(月)まで

栃尾美術館 ☎53・6300

「私のお宝アート展」関連講座「見せます!表裏のナカミ」

時10月23日(日)・29日(土)午後2時～3時30分 講表具師・横山浩一さん 定各20人(先着) 対観覧料(一般300円、大学生・高校生150円、中学生以下無料) 申10月12日(水)から

中之島支所地域振興課 ☎61・2011

初めてのパン作り de 恋結びましょう♪

婚活イベントです。

時11月13日(日)午後1時～4時30分 対25歳～50歳の独身男女(学生不可) 定男女各20人(先着) 対男性3,000円、女性2,000円 場 申10月28日(金)までに中之島コミュニティ

◆園や園などの略字の見方は18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、HP(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

まちなかキャンパス長岡 ☎39・3300

時10月11日(火)から (HPからも可) 保育=各開催日の10日前まで

1 まちなか大学

①トレーニング×科学で効率的なからだづくり

12日は施設見学をします。

時11月2日(水)・9日(水)・12日(土)、12月7日(水)・14日(水)午後7時～8時30分(12日は午後1時～5時、計5回) 講長岡技術科学大学教授・塩野谷明さんほか

②森と暮らす・山で暮らす

時11月4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金)、12月3日(土)午後7時～8時30分(3日は午前10時～午後1時、計5回) 場まちなかキャンパス長岡など 講長岡造形大学教授・上野裕治さんほか

③そうだ、御朱印集めよう。

時11月19日(土)午前10時～11時30分 講木更津工業高等専門学校教授・上村繁樹さん

④自転車なんだよ人生は。

時11月30日(水)午後7時～8時30分 講サイクルワークスFin'sマネージャー・遠藤健太さん

▲珍しい時計や仕事の話をお聞きませう

①②いずれも 定30人(先着) 各¥3,000円

③④いずれも 定20人(先着) (②は10人(先着)) 各¥500円(1ドリンク付き)

2 市民プロデュース講座

ジャンベでわかるアフリカ

打楽器・ジャンベを叩きながらセネガルの魅力を紹介。時11月7日(月)・14日(月)・21日(月)午後7時～8時30分 講セネガル心たび案内人・五十嵐ちひろさんほか 定20人(先着) 各¥600円

3 まちなかカフェ

自由に見学できます

①これだけでぱちり! 世界を旅する大人の地理講座

時11月10日(水)午後7時～8時30分 講国際情報高校教諭・中野理恵さん

雪国植物園
☎46・0030

季節の花⑭
みつけた!

アケボノシュスラン
(10月中旬まで)

山地の林の下に生え、茎の先に淡い紅褐色の花を5、6個付けます。花の色を朝の光に、葉を織物のシュスに見立てて名付けられました。



国営越後丘陵公園

☎47・8001

時午前9時30分～午後5時(11月から午後4時30分まで) 高校生以上410円、小・中学生80円、65歳以上210円 駐車料=普通車310円、大型車1,030円、二輪車100円 無料入園日=10月2日(日)、16日(日)(駐車料などは有料) 休園日=なし

① 香りのばらまつり・秋

美しく香り豊かな秋ばらを楽しめます。10月半ばまでコスモスも見頃です。 時11月6日(日)まで



② ばら講演会&ガーデンツアー

有名ばら育種家をお招きします。 時・講10月16日(日)…松尾正晃さん、23日(日)…小山内健さん 時間=午後1時～3時 場香りのばら園など

③ ツリーイング体験

ロープを使って木登りをします。 時10月30日(日)、11月6日(日)午前10時から、11時から、午後1時から、2時から、3時から 場古民家 対小学生以上 定各10人先着 ¥1,000円 申電話で

④ 収穫祭

時11月3日(祝)午前10時30分～午後3時 場古民家 内もちつき、昔ながらの精米体験など

⑤ 木の実でジャムづくり

時10月30日(日)午前11時から、午後1時30分から 場里山体験工房かたくり ¥600円 定各20人先着 申電話で

① えほんのとびら
黒井健さんの絵本
時10月15日(土)午後2時30分～3時 対3歳～小学生

② 長岡農業高校出張園芸教室
「苔玉の作り方」
時11月12日(土)午前10時30分～正午 対小学3年生以上 定10人先着 ¥1,000円
持エプロン、タオル 申10月22日(土)から

南地域図書館 ☎30・35001

内クリスマスツリーアレンジ 対中学生以上 定各16人先着 ¥2,500円 持花用はさみ、カッター、袋 申10月15日(土)～30日(日)に料金を添えて

① おはなし日本&世界一周
「奈良県の昔話」
時10月16日(日)午前11時～11時30分 内読み聞かせ、クイズ

② 消しゴムはんこでエコバッグ
をつくりましょう
時10月29日(土)午後2時～4時 場大島コミュニティセンター 対小学5年生以上(小学生は保護者同伴) 定10人先着

③ おはなし☆おはなし
ハロウィンのおぼけになっちゃおうスペシャル
時10月30日(日)午後2時30分～3時30分 内読み聞かせ、工作

① えほんであそぼ
時10月21日(金)午前10時～10時

寺泊地域図書館(寺泊文化センター内) ☎75・5159

時10月30日(日)午前10時30分～11時30分 内読み聞かせ、工作

中之島地域図書館(中之島文化センター内) ☎61・2165

時11月4日(金)午後6時～7時 対3歳～小学生(保護者同伴)

持カッター 申10月10日(祝)から

③ 秋の夜のおはなし会
休館日の図書館で怖い話の読み聞かせをします。 時11月4日(金)午後6時～7時 対3歳～小学生(保護者同伴)

① えほんであそぼ
時11月12日(土)午前10時30分～11時30分 対小学生以上 定

② 寺泊地域探訪
「寺・TERA巡り」
時10月30日(日)午後1時30分～3時30分(雨天決行) 集合 寺泊文化センター 内長善寺の見学 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定15人先着 申10月15日(土)から

③ エコグッズフェア
図書館で不要になった本を無料で譲ります。 時11月3日(祝)午前10時～午後3時(午前9時から整理券配布)

④ お気に入りの香りで芳香剤
を作りましょう
時11月12日(土)午前10時30分～11時30分 対小学生以上 定



時10月15日(土)午前10時30分～11時30分 定15人先着 内読み聞かせ、工作

① えほんのへや
ハロウィンスペシャル
時10月15日(土)午前10時30分～11時30分 定15人先着 内読み聞かせ、工作

② 寺泊地域探訪
「寺・TERA巡り」
時10月30日(日)午後1時30分～3時30分(雨天決行) 集合 寺泊文化センター 内長善寺の見学 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定15人先着 申10月15日(土)から

小国で初開催 **Mi Amore LIVE vol.8**

時10月30日(日)午後6時～8時 場小国会館
内宇崎竜童さんソロライブ、小国地域の小学校プロモーション映像初披露、任命アーティストによる「故郷はひとつ」歌唱など
問アオーレ交流課アオ ☎39・2288



越後長岡応援団・宇崎竜童さん

◆園や園などの略字の見方は18ページ
◆園どなたでも、園特になし、◆無料、◆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
大判=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

③ 星空シアター
時10月22日(土)、11月5日(土)午

① いずれも 申10月12日(水)11月2日(水)(必着)までに、往復はがきの往信の裏に教室名、学校名、学年、氏名(ふりがな)、電話番号、郵便番号、住所、返信の表に自分の宛名を記入して、〒940-0033今朝白1の1の1青少年文化センターへ(1は一通につき2人まで)

② 科学工作教室
時11月13日(日)午前10時～11時30分 内スーパーボール作り 対小学生 定20人抽選 ¥500円

宇宙航空研究開発機構(JAXA)の打ち上げなどを行っている日本の機関だよ。小惑星探査機はやぶさでも話題になったね。



わし麻呂くん

① 未来の宇宙・地球の未来
時10月23日(日)午前10時30分、午後1時30分 内講演会 講 宇宙航空研究開発機構広報部・松本勇さん 定各130人抽選

青少年文化センター ☎34・13005

③ 文芸講演会
「私とピーターラビット」
「イギリス湖地方の旅」
児童文学作家ピートルクス・ポター生誕150年に合わせ、ピーターラビットの魅力に迫ります。 時11月6日(日)午後2時～4時 講児童文学作家・斎藤惇夫さん 定180人先着 申10月12日(水)から

④ オンラインデータベースを充実
インターネット辞書・事典検索サイト「Japan Knowledge Lib(ジャパンナレッジ)」、「日経BP

① 体験型謎解きゲーム
「図書館からの挑戦状」
館内を回ってクロスワードや暗号問題などを解きます。 時10月8日(土)～23日(日)午前9時30分～午後7時(随時。受付は6時まで) 対中学生以上

② 映画会
時・内▽10月19日(水)午後2時～3時35分「ピグマリオン」(38年/イギリス)▽11月3日(祝)午後2時～4時35分「海炭市叙景」(10年/日本) 定各180人先着

記事検索サービス」を新しく導入しました。調査やレポート作成などに活用ください。

⑤ 若者しごと応援コーナー
中・高生が職業を考えるために役立つ本を集めた専用のコーナーを設置しました。

仕事内容を紹介します。本や、就職活動や面接の本、変わった職業を舞台にした小説などを置いてあります。

① ハロウィンパーティー
時10月16日(日)午後3時～4時

② おはなしきかせて
ハロウィンスペシャル
時10月30日(日)午後2時～3時 内読み聞かせ、工作

③ コーヒーの香りと愉しむ読書
時11月4日(金)午後6時30分～7時30分 講GOODLUCK COFFEEオーナーバリスター・青柳拓郎さん 定12人先着 対18歳以上 ¥700円 申10月16日(日)から

S L 飯山線ロマン号
で旅に出よう!
問交通政策課大手 ☎39・2267

S Lが4年振りに長岡市を訪れるのに伴い、飯山線沿線の魅力を知ってもらう市民限定の日帰り旅行です。

11月19日(土)コース=①【復路】午後0時38分(十日町駅発)～2時47分(長岡駅着)②午後0時38分～8時27分(十日町駅発着。現地集合・解散)
20日(日)コース=③【往路】午前8時16分(長岡駅発)～10時33分(十日町駅着)④午前8時16分～午後3時45分(長岡駅発着)
※S L乗車は長岡駅～十日町駅間のどちらか片道。①の往路、③の復路は普通列車自由席。②④は現美新幹線、北越急行(②は上越新幹線も)にも乗車します
対市内在住者 定①54人抽選②16人抽選③54人抽選④16人抽選 ¥中学生以上①3,400円②8,500円③3,600円④5,300円、小学生以下①2,300円②4,900円③2,500円④3,400円(席を利用しない幼児は無料) 申10月15日(土)(消印有効)までに往復はがきの往信の裏に「S L飯山線ロマン号 市政だより」、コース、人数、住所、氏名、電話番号、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-0062大手通2-6交通政策課へ
※応募は1人1通。1通につき2～4人まで。コース内容について詳しくはJRびゅうプラザ長岡駅(☎33・7894)にあるパンフレットをご覧ください

長岡子育てハッピーライフフェア

時11月5日(土)・6日(日)午前10時～午後4時 場ハイブ長岡 図講演会、ミニ子育ての駅、市内子育てサークルのブース出展など 園子ども家庭課(さい) ☎39・2300
★同会場で開催される「トキッ子子育て応援フェア」に、若者会議子育てチームが「スケッチブックリレー

・家族フォト撮影会」を行います。

→ながおか・若者・しごと機構のイベントは27ページへ



プレイベントの子育て世代座談会を開催。長岡の暮らしの魅力などを話しました。同フェアでもアンケートを行い、移住者向け冊子にまとめます。
(9月16日 ちびっこ広場)

◆園や園などの略字の見方は18ページ
◆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
◆園に電話、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

笑顔も色づく「子育ての駅」

各子育ての駅では随時、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・午前9時～午後6時、のびのび・もりもり・やまっこ・たんぼぼ・すくすく・にじの子広場・午前9時30分～午後3時30分、わくわく・にこにこ・午前9時～午後3時、なかのんひろば・午前10時～午後4時、すこやか・午前8時30分～午後5時(土曜日は午後2時30分まで)

ちびっこ広場(ラニックス大手エントランス) ☎39・2775

1 気になる言葉の発音、聞き方のポイント!

2 赤ちゃんと一緒にパパ トーク
男性保育士と育児の話をします。
時10月15日(土)午前11時～正午 対1歳未満児と父親、妊婦の夫

3 マタニティママのおしゃべり会
出産前に入館カードも作れます。
時10月21日(金)午後2時～3時 対妊婦

4 リズム遊び
時10月24日(月)午前11時～11時15分

5 タニタコロボ企画「子育てママの健康講座」
タニタのコーヒーを飲みながら、体に優しい食事な

どを学びます。
時11月1日(火)午前10時30分～正午 対未就学児の母親 定20人(先着) 申10月11日(火)から保育 10人(先着) (6カ月以上要予約)
6 積木で遊ぼう
時10月29日(土)午前11時～正午



▲たくさんの積み木で作る大きな家

7 新沢としひこ・山野さと子 ジョイントコンサート
時11月5日(土)午前10時30分～11時30分 対どなたでも 定120人(先着) 申10月12日(水)から

8 マタニティ講座「おなかの赤ちゃんを楽しむ絵本のはなし」
時11月16日(水)午前10時30分～

正午 対妊婦 定10人(先着) 申10月20日(水)から
9 鈴木のりたけ絵本ワークショップ
クイズやぬりえなどのワークショップもあります。
時11月20日(日)午前10時30分～正午 定親子80組(先着) 申11月7日(月)から

てくてく(千秋) ☎21・3860

1 うみのうんどうかい
時10月13日(木)午前10時30分～11時30分
2 にちようおもちゃやばい
時10月16日(日)午前10時45分～11時45分 図読み聞かせ、おもちゃ作り 対どなたでも

3 てくてく散歩
時10月18日(火)、11月8日(火)午前10時30分～11時 対どなたでも
4 パパママ講座「授乳・卒乳 おっぱいのいろいろ」
時10月20日(木)午前10時30分～11時 講助産師



ちびっこモデル★ #49 子育ての駅でみつけた! すこやか

目崎暖大くん(1歳5カ月)で大きな台で滑り台が大好き。お気に入りの絵本もたくさんあります。

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!

一緒にお話しませんか

●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す。
時・場10月11日(火)…てくてく、17日(月)…ちびっこ広場、11月4日(金)…ぐんぐん、8日(火)…てくてく 時間=午前11時～正午 図どなたでも 講飲み物

●子育て相談
時・場①10月12日(水)…ぐんぐん②18日(火)…てくてく③21日(金)…すくすく④27日(木)…ちびっこ広場⑤11月2日(水)…すくすく⑥9日(水)…ぐんぐん⑦10日(木)…ちびっこ広場 時間=午前10時30分～11時30分 講①②⑥⑦家庭児童相談員③保健師④主任児童委員⑤助産師

4 子育てサロン「育休ママ☆育休。パあつまれ」
時10月27日(木)午前11時～正午

3 ミニ講座「服の上からできる・ベビーマッサージ体験会」
時10月26日(水)午前10時30分～11時30分 対首据わり、ハイハイ期の乳児と保護者 定20組(先着) 持バスタオル 申10月15日(土)～22日(土)

2 ぐんぐんミニ図書館
時10月12日(水)、11月9日(水) 午前11時～正午

月24日(月)：健康お茶会「骨盤体操」▽10月31日(月)：ふとっちょおばさんの紙芝居タイム▽11月7日(月)：おやこアートタイム 時間 11時～15分
対どなたでも

全地域に楽しさ広がる 地域版子育ての駅

休館日=毎週日曜日・祝日(三島・山古志・和島・与板は毎週月曜日、中之島・越路は毎週水曜日、小国は毎週木曜日、寺泊は毎週月・木曜日)

- 越路 のびのび(浦) ☎92・2655
●講座「離乳食・幼児食・噛む大切さ」
時10月14日(金)午前10時30分から
- 寺泊 にこにこ(寺泊敦ケ曾根) ☎0256・97・2627
●園庭遊びの日
時10月12日(水)午前10時30分～正午
- 与板 にじの子広場(与板町与板) ☎72・2221
●離乳食相談会
時10月13日(木)午前10時30分～正午
- 和島 わくわく(小島谷) ☎74・2885
●わくわくふれあいコンサート
時10月22日(土)午前10時30分～11時30分 出演=はまなすウィンドア

- 中之島 なかのんひろば(中野西) ☎66・0366
●ママが楽になれる! 「親子ふれあい遊び」
時10月13日(木)午前10時半～11時 講パースコーディネーター・佐竹直子さん
- 山古志 やまっこ(山古志竹沢) ☎59・3070
●やまっこお誕生会&絵本の読み聞かせ
時10月27日(木)午前10時～正午
- 三島 もりもり(上岩井) ☎94・4347
●「ナン作りクッキング」～クラムチャウダー付き～
時10月13日(木)午前10時30分～正午 定20組(先着) ¥300円 申10月12

- 小国 たんぼぼ(小国町相野原) ☎95・2123
●キッズビクス(親子で楽しむダンス♪)
時10月22日(土)午前10時～11時 対2歳～4歳児と保護者
- 川口 すこやか(川口武道窪) ☎89・3555
●お店屋さんごっこ
時11月2日(水)午前10時15分～10時45分



スポーツインストラクターの指導で音楽に合わせてダンスをするよ。楽しく体を動かすことでリラックスでき、リズム感が養われるよ。

◆図や表などの略字の見方は18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

秋は越路もみじ園へ

高橋九郎翁生誕165周年記念展示会

もみじ園内の登録有形文化財「巴ヶ丘山荘」を別邸として建てた高橋九郎の足跡を紹介します。
時11月5日(土)午後1時から、6日(日)午後4時から、12日(土)午後3時から、13日(日)午後1時から(いずれも午後6時まで) 場もみじ園 園越路支所産業建設課 ☎92・5903

越路もみじまつりは15ページへ

市民協働課(アオ)

☎39・2291

市民活動デビュー企画 アクティブシアの地域デビュー講座&バスツアー

地域活動を始めたいシニアにぴったりの企画です。

①講座

時11月4日(金)午後1時〜4時
30分 場アオーレ長岡 講シニアライフアドバイザー・松本すみ子さん

②バスツアー

時11月11日(金)午前10時〜午後4時
内市民活動団体の見学・体験 ¥1,000円(昼食代含む)

③いずれも

対おおむね55歳以上 定40人(先着) 申10月31日(月)までに市民協働センター(アオ) ☎39・2020へ

都市計画課(大刊)

☎39・2225

景観タウンウォッチング 〜景観ビンゴゲームでまち歩き〜

長岡駅周辺を散策しながら、キーワードに合った景観写真を撮影します。

時11月3日(祝)午前9時30分〜午後0時30分 集合11時
かキャンパス長岡 対小学生と保護者 定15組(抽選) 時デジタルカメラ 申10月3日(月)〜20日(木)

やさしい日本語講座

外国人にも伝わる日本語の使い方を学びます。

時11月12日(土)午後2時〜3時30分 場市民センター 講弘前大学教授・佐藤和之さん 定60人(先着) 申11月9日(水)まで

外国人市民向け日本語講座

生活に必要な語学力を身に付けます。

時10月からの毎週火・金曜日(各1時間)、毎週日曜日(2時間) ¥各月平均1,600円(18歳未満は無料。教科書代別)

JICAボランティア 体験談&説明会

時10月15日(土)午後2時〜4時

長岡市国際交流協会(国際交流課(市セ))

☎39・2207

姉妹都市・友好都市交流プログラム報告会

原信サマースカラシップ、インターナショナルリーダーシップアカデミー、青少年国際スポーツキャンプ、高校生英語研修プログラム in Honolulu、オットーフリードリッヒ大学夏期講座に参加した学生が体験を報告します。
時11月13日(日)午前10時〜正午 場中央図書館



▲7月28日、アオーレ長岡に設置した姉妹都市・友好都市の表示板

■姉妹都市・米国フォートワース市との交流に長年尽力いただいた国際親善名誉市民・山縣洋子さんが9月3日逝去されました(94歳)。ご冥福をお祈りします。

国際交流センター「地球広場」

☎39・2714

ぐらり地球旅行 アメリカ ジョージア州の魅力

時10月29日(土)午後2時〜3時
内同国出身者による紹介 定30人(先着) 申10月22日(土)まで

場市民センター 内青年海外協力隊の説明、途上国での奮闘記など

長岡市芸術文化振興財団

☎29・7715

ニューイヤークンサート オルガン&フルート

曲や楽器の解説などのトークもあります。

時来年1月20日(金)午後1時30分から 場リリックホール
出演 山本真希(ボジティブオルガン)、仲野享子(フルート) ¥全席指定500円
発売日10月28日(金)

↓13ページ東京フィル特別演奏会もご覧ください

若者のやる気・アイデアを 応援します

園ながおか・若者・しごと機構 ☎86・6008

①若者会議発 地域の魅力に触れるプロジェクト 越路地域を食べて知ろう

農家の畑を見学し、若手シェフの野菜料理を食べた後、もみじ園などを散策します。



越路地域の農家のみなさん

時10月30日(日)
バス発着場所=アオーレ長岡(午前9時35分発、午後3時40分着)、越路支所(午前10時発、午後3時15分着) 定30人(先着) ¥3,000円(ドリンク代別) 申10月28日(金)までに、氏名、住所、電話番号、バス乗降場所、同行者の人数を食べて知るあなたの地域野菜実行委員会(エスポワール内) ☎52・4811へ

②秋のプログラミング入門教室

簡単なゲーム作りなどを通じてプログラミングを体験します。
時10月30日(日)午前9時30分〜11時30分 場プリン長岡(大手通2) 対小学5年生〜中学3年生
申10月17日(月)までに、氏名、学校名・学年、電話番号をながおか・若者・しごと機構へ電話またはEメール wakamonokikou@city.nagaoka.lg.jp へ

スポーツ

サンライフ長岡 ☎36・7200

①体幹トレーニング

時10月15日〜11月26日の隔週
土曜日午後6時〜6時45分(計4回) ¥2,400円

②バレトン教室

フィットネス、バレエ、ヨガを融合したエクササイズです。
時10月17日〜11月28日の毎週
月曜日午後7時〜8時(11月14日を除く計6回) ¥3,600円

③ヒップホップダンス教室

時10月18日〜11月29日の毎週



▼わし麻呂くん

日本武道館の舞台上に立った先生が教えてくれるよ。発表会での披露もあるよ。

④女性のためのシェイプ トレーニング教室

時10月22日〜12月3日の毎週
土曜日午後7時〜7時45分(11月5日を除く計6回) ¥3,600円

募集
みんなのひろば

スポーツ振興課(さい)

☎32・6117

新潟県縦断駅伝を応援しよう

妙高市から市内を經由して新潟市までの18区間197.7kmを駆け抜けます。市内のチームも参加します。
時10月15日(土)正午ころ：大積地区通過、午後1時20分ころ：カーネーションプラザ前ゴール、16日(日)午前8時：カーネーションプラザ前スタート

ふれ愛スポーツのこい

障害のある人もない人もできるスポーツで楽しみます。
時10月16日(日)午後1時〜4時30分 場南部体育館 内ポッチャの交流大会 定30チーム
抽選(2人〜6人のチームで申し込み。1人の場合はチームを編成します) 申10月11日(火)(福祉バスでの送迎を希望する人は要事前申し込み)まで

福祉課(アオ)

☎39・2343

⑤無料体力測定

時10月17日(月)午前10時〜正午
内握力、上体起こしなど 定10人(先着)

①〜④いずれも

定15人(先着) 申10月10日(祝)から

デザインの大学を見学・体験しよう!

市民のための長岡造形大学 オープンキャンパス

10/22(土)・23(日)
午前9時30分〜
午後4時30分
場・問同大学 ☎21・3321

●デザインの大学を見学しよう!
学生の作品や工房での制作風景を紹介します。

●ものづくり体験教室
内オープン粘土で作るマグネット、似顔絵、マイ箸、カラーバスボム、ワイヤーアートほか ¥有料
▶マグネット作品例

●市民工房見学・体験と作品販売会
本格的なものづくりを体験できます(見学は22日、体験は23日のみ)。作品販売もあります。

●公開講座 テーマ「コトのデザイン」
時22日午後1時〜2時30分 講チームラボ取締役・堺大輔さん

●学生企画
内スタンプラリー、トリックアートなど ¥一部有料

●デザイン博覧会
在学生の作品や卒業生の活躍を展示。国内第一線で

活躍するデザイナーによる「JAGDA新人賞展」、「JAGDA新潟・新潟ADC・DNN展」も同時開催します。

●学食体験、ランチ・スイーツ販売

●キャンパスライトアップ
カツラ並木などをライトアップします。
時午後5時〜7時

キャンパス内にも注目してね。デザインされた植栽や学内のデザイングッズチェアなど見どころいっぱい!

おススメは学生企画のトリックアート!不思議な絵の中で写真を撮るよ。出来上がりを見てびっくり!!

▲視覚デザイン学科2年・齋藤真帆さん(左)、永井樹里さん

来年度新入生を募集しています 詳しくは、お問い合わせください
問同大学入試課 ☎21・3331

スポーツ教室(10月～12月)

申10月10日(祝)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	10月初回	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	17日	月	10:00～11:00	9回	どなたでも	31人	5,400円	
	シェイプボクシング	17日	月	13:30～14:15			10人	4,500円	
	体幹トレーニング(中級)	17日	月	19:00～19:45			8人		
	ウォーキング(昼)	18日	火	13:30～14:30	10回		10人	5,000円	
	ウォーキング(夜)	18日	火	18:30～19:30			25人	6,000円	
	ひきしめるピラティス	12日	水	13:30～14:30	40人		4,000円		
	ソフトバレエ	14日	金	10:00～11:30	15人		4,500円		
	体幹トレーニング(初級)	14日	金	13:30～14:15	6人				
	体幹トレーニング(上級)	14日	金	19:30～20:15					
	ファミリーHIPHOP	15日	土	16:00～17:00	9回		小学生とその保護者	35人	1組 9,000円 子どものみ 5,400円
スキルUP!!HIPHOP	15日	土	17:30～18:30		どなたでも	20人	6,300円		
新産体育館 ☎46・4601	朝からゆったりヨガ	17日	月	10:30～11:30	11回	どなたでも	30人	6,600円	
	健康体操	17日	月	13:30～14:30	12回		10人	6,000円	
	ピラティス	17日	月	19:00～20:00			20人	7,800円	
	集中!ウエストシェイプ 月曜日	17日	月	20:00～21:00	10回		8人	6,000円	
	健康ステップ台体操 水曜日	19日	水	13:30～14:30			8人	5,000円	
	ヒップホップダンス	19日	水	18:00～19:00			30人	6,000円	
	集中!ウエストシェイプ 水曜日	19日	水	19:30～20:30	8人		5,000円		
	冬季テニス	20日	木	13:00～15:00	10回		16歳以上	20人	7,000円
	健康ステップ台体操 木曜日(昼)	20日	木	13:30～14:30			8人	5,000円	
	キッズスポーツ	20日	木	16:00～17:00			30人		
	健康ステップ台体操 木曜日(夜)	20日	木	19:00～20:00			8人	5,000円	
	ボクササイズ	20日	木	20:30～21:30			8人		
	バランスボール(昼)	21日	金	13:30～14:30			10回		7人
バランスボール(夜)	21日	金	19:30～20:30	9回		7人	4,500円		
みしま体育館 ☎41・2133	キッズヒップホップダンス	17日	月	19:00～20:00	6回	小学生	20人	3,600円	
	全身シェイプ	18日	火	19:30～20:30		15人	3,000円		
	骨盤体操	19日	水	13:30～14:30		20人	3,600円		
	ヨガ	20日	木	13:30～14:30		60歳以上	8人	3,000円	
	いきいき健康体操	20日	木	13:30～14:30					

市営スキー場 (☎34・2225)
サマースキー・サマーボブスレー休業
 リフトの大規模修繕の実施に伴い、今年度の営業は10月10日(祝)までです。

3時 場越路河川公園 対成

遊びながら全身を使うことで、バランス能力など上手な体の使い方を学びます。



1 親子ふれあい運動セミナー
 時10月23日(日)午前10時30分～11時45分 内運動能力を引き出す遊び 対3歳以上の未就学児と保護者 定20組先着

浦体育館 ☎92・6910

南部体育館スポーツフェスティバル
 時10月29日(土)午前9時～午後0時30分 内パン食い競争(定100人先着) 申10月10日(祝)から当日受付50人先着もあり、卓球、バドミントン、ストラックアウトなど

南部体育館 ☎39・3600



スポーツ

人 定30人先着 ¥500円
 (ポールレンタル含む)

1 2 いずれも 申電話で

長岡市スポーツ協会(以下スポ協) ☎34・2130と加盟団体の催し

1 市民スポーツ祭

時10月23日(日)午前9時から

場北部体育館 ¥1チーム2,000円 申10月19日(水)まで

に長岡英智高校 ☎31・6771

1 へ

2 フットサル大会

時10月30日(日) 場みしま体育館 ¥1チーム5,000円

定12チーム先着 申10月11日(火)～20日(木)までに各体育館にある申込書で

3 剣道大会

時11月3日(祝) 場栃尾体育館

種目 団体・個人(小学校低学年・高学年の部、中学生男子・女子の部) ¥団体:3,000円、個人:500円

申10月14日(金)までに各体育館にある申込書で

2 新潟県女子駅伝競走大会を応援しよう

時11月6日(日)午前11時スタート

ト コース 陸上競技場前、大手大橋、大手通り、中央図書館前、栖吉町(折り返し)

同大会事務局・佐藤さん ☎33・5508

47・4512へ

健康

暮らし

手続き・制度

募集

みんなのひろば

中之島体育館スポーツ教室(10月・11月)

申10月10日(祝)から電話(☎66・1711)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

教室名	10月初回	曜日	時間	回数	対象	定員(先着)	料金
①女性のためのシェイプトレーニング 月曜日	17日	月	20:00～20:45	7回	どなたでも	6人	3,500円
②女性のためのシェイプトレーニング 火曜日	18日	火	20:00～20:45	6回		20人	3,000円
③シェイプボクシング 水曜日	12日	水	13:30～14:15		7回	10人	3,500円
④体幹トレーニング 水曜日	12日	水	19:30～20:15				
⑤スッキリ!脳活性化体操	14日	金	10:00～10:45	小学1～3年生		20人	3,000円
⑥体幹トレーニング 金曜日	14日	金	13:30～14:15				
⑦ジュニア体育	14日	金	16:30～17:30	6回	どなたでも	3,000円	
⑧シェイプボクシング 金曜日	14日	金	19:30～20:15				
⑨シェイプボクシング 土曜日	22日	土	20:00～20:45				

**芝生広場が
県動物愛護センター隣(関原町1)にオープン**

広さ約3,000㎡で、犬用トイレや水飲み場があります。犬の散歩(ノーリードは不可)などにご利用ください。

環境業務課 ☎24・2837



⑧ ニッ子の相談会
「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にご相談ください。
時①10月17日(月)②26日(水)午後2時～4時 場さいわいプラザ
相談員Ⅱ 臨床心理士 定各2人(先着) 申①10月12日(水)②21日(金)まで

⑦ 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10月13日(水)午後2時～4時 場さいわいプラザ 相談員Ⅱ 専門相談員、保健師 定2人(先着) 申10月11日(火)まで

⑥ あなたの健康相談会
時①10月13日(水)②21日(金)③27日(木)④11月1日(火)⑤10日(水)午後1時～4時 場①③さいわいプラザ②北部体育館④川崎コミュニティセンター⑤大島コミュニティセンター 保健師の結果、生活習慣病の予防・改善 講栄養士、保健師 定①③12人(先着)②④⑤9人(先着)⑥6人(先着) 場健康手帳(ある人) 申①10月11日(火)②19日(水)③25日(火)④28日(金)⑤11月8日(火)までに健診専用番号 ☎32・50000へ

⑤ パパママサークル
妊娠や出産を学んだり相談したりする場です。
時①11月5日(土)②11日(金)③12月2日(金) 時間Ⅱ①午前10時～午後0時30分②③午後6時～8時45分 場①②さいわいプラザ③越路保健センター 内①バランス食の講話、離乳食初期の調理実習②③沐浴実習、パパの妊婦疑似体験、助産師・保健師からの情報提供 妊婦と夫 定①15組(先着)②35組(先着)③12組(先着) 場母子健康手帳、筆記用具(①はエプロン、三角巾②③はバスタオル、フェイスタオル、ビニール袋、父と子のメモリアルカードも) 申①10月5日(水)②11日(火)から子ども家庭課③11月2日(水)から越路支所市民生活課 ☎92・50111へ

④ パパママと一緒に離乳食を作ってみよう
時10月22日(土)午前10時～正午 場さいわいプラザ 内離乳食中期の調理実習 講栄養士 対乳児と保護者 定20組(先着) 持食器、スプーン、エプロン、三角巾 申10月11日(火)から母子保健推進員協議会事務局(子ども家庭課内)へ

特別な事情による任意予防接種費用を助成します

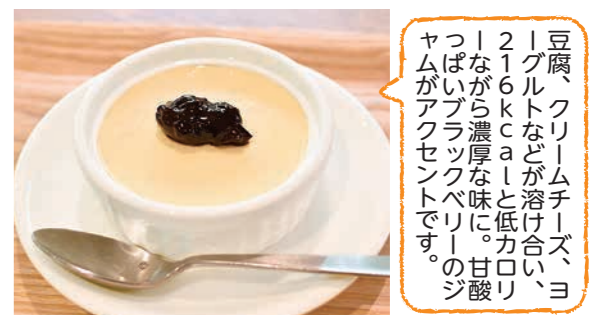
対次の全て満たす人①骨髄移植などの理由により、接種済の定期予防接種の予防効果が期待できないと医師に判断されている②接種済みの定期予防接種の回数や間隔が規定通り終了している③平成28年4月1日以降に接種 ※手続きの詳細はお問い合わせください 場子ども家庭課 ☎39・2300

◆国や県などの略字の見方は18ページ
◆国どなたでも、国特になし、国無料、国不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆国に電話、ファクス、Eメール、国(市ホームページ)に記載がある場合は、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
大羽=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

健康

**タニタカフェ^{市セ}で
おいしく楽しく健康に**

①タニタカフェ2周年記念キャンペーン
利用者に粗品をプレゼントします。
時10月29日(土)～11月13日(日)
★期間限定スイーツ「豆腐のレアチーズ」を販売します
¥370円 ※1日限定10個
場福祉総務課アオ ☎39・2371



豆腐、クリームチーズ、ヨグルトなどが溶け合い、濃厚な味に低カロリーのアクセントです。

②カフェDE運動・健康相談
時10月17日・31日(月)午後1時30分～3時30分、10月20日(水)、11月2日(水)午前10時～正午 内運動や健康づくりの相談 講運動指導員、保健師 場健康課 ☎39・7508

③カフェDE健康講座
時・内①10月11日(火)…チューブエクササイズ②14日(金)…知って得する薬の話～薬と睡眠～③18日(火)…秋を感じながら脳トレウォーキング④21日(金)…ポールエクササイズ⑤25日(火)…大豆が世界を救う!!⑥11月8日(火)…女性のための運動講座～美尻の秘訣～ 時間=午前10時～11時 場健康課 (③は長寿はつらつ課 ☎39・2268)

④歩いていい友!～長岡に広げよう歩友の輪～
時10月28日(金)午前10時～11時、11月1日(火)午後6時30分～7時30分(雨天決行) 内まちなかウォーキング 場健康課

①高齢者の季節性インフルエンザ予防接種
流行前の早めの接種が効果的です。希望する人は医療機関にお問い合わせください。接種の際は、医療機関にある注意事項をよく読み、医師の問診を受けてください。
時来年3月31日(金)まで 場市内の実施医療機関など 回数Ⅱ1回 対市内在住で次のいずれかに該当する人①接種日の年齢が65歳以上②接種日の年齢が60歳～64歳で、心臓、じん臓、呼吸器などに障害がある(それぞれ1級。医療機関に障害者手帳を持参) 場1、620円(生活保護世帯)

②骨美人教室
時10月28日(金)午後1時30分～3時30分 場さいわいプラザ 内骨密度の簡易測定、栄養指導、運動指導 対30歳～70歳の女性 定30人(先着) 申10月11日(火)～25日(火)に健診専用番号 ☎32・50000へ

③お弁当の写真大集合! 子ども長岡びつたり3. 1.2.お弁当作品展
時10月29日(土)午前9時～午後4時 場ハイブ長岡 内小・中・高校生が作った弁当写真の人は無料) 持保険証、健康手帳(ある人) ※東日本大震災の避難者で接種の対象となる人には個別にお知らせします

④腎臓にやさしい料理教室
生活習慣病の食事療法を学ぶの展示、朝ごはんリーフレットの配布など
昨年年度のびつたり賞。子どもたちの力作をぜひご覧ください。日頃のお弁当作りの参考にどうぞ。

⑤食育総合講座みんなの食育塾生活習慣病予防コース
時11月17日(木)、12月1日(木)・15日(木)午前10時～午後0時30分(計3回) 場さいわいプラザ 内糖尿病・高血圧・骨粗しょう症を予防する食事の話、調理実習 定20人(先着)

②川口温泉若返りツアー
元気はつらつ隊
頭と体を10歳若返らせる日帰りバスツアーです。
時・集合Ⅱ①11月2日(水)②30日(水)：さいわいプラザ③12月7日(水)：三島支所 時間Ⅱ午前9時～午後5時 内運動、認知症予防などの介護予防プログラム体験 対65歳以上 定各20人(抽選) ¥1,000円(昼食代含む) 申①10月19日(水)②11月16日(水)③22日(火)まで

①はつらつ道場
運動と講座で健康長寿の秘訣を学びます。
時11月7日～来年3月6日の毎週月曜日午後1時30分～3時30分(1月2日・9日を除く計16回) 場まちなかキャンパス長岡 対65歳以上 定20人(抽選) ¥1回200円 申10月28日(金)まで

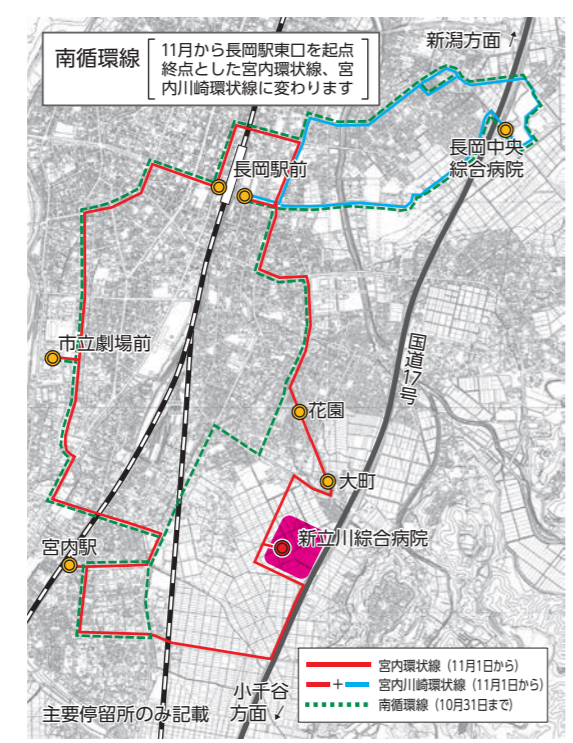
⑨こころのつまり木相談会
病気や事故、自殺などで大切な家族を亡くしたあなたに話をすることで悲しみが和らぐこともあります。
時11月14日(月)午後2時～4時 場さいわいプラザ 相談員Ⅱ 臨床心理士、保健師 定2人(先着) 申11月9日(水)まで

⑧こころのつまり木相談会
病気や事故、自殺などで大切な家族を亡くしたあなたに話をすることで悲しみが和らぐこともあります。
時11月14日(月)午後2時～4時 場さいわいプラザ 相談員Ⅱ 臨床心理士、保健師 定2人(先着) 申11月9日(水)まで

**新立川総合病院を
路線バスが通ります**

場交通政策課(大手) ☎39・2267

11月上旬に立川総合病院が上条高畑土地区画整理事業地内へ移転します。新病院への交通の便を確保するため、一部のバス路線が病院を経由するルートと時刻に変更されます。ご利用の際はご注意ください。
時11月1日(火)始発便から 対象路線=南循環線(右図)、柿・高町団地線、村松線 ※柿・高町線は、花園、大町を通らず病院を経由するルートに変更
※村松線の一部が病院経由、高龍神社まで延長
※11月1日の越後交通路線バス時刻改定で、このほか一部路線でも経路や時刻が変更される見込みです
★路線バス運行の詳細は越後交通(株)乗合バス営業部 ☎29・1110へ



11月5日(土)午後1時30分～3時15分 場中央図書館 内就職活動までの事例インタビュー、支援内容の紹介など 定100人(先着) 申10月28日(金)までに同ステーション(今

●長岡地域若者サポートステーション公開セミナー
「サポステではじめよう! 不登校・中退からの就活」
時11月5日(土)午後1時30分～3時15分 場中央図書館 内就職活動までの事例インタビュー、支援内容の紹介など 定100人(先着) 申10月28日(金)までに同ステーション(今

●税理士無料税務相談(要予約)
時10月19日(水)、11月2日(水)午前9時30分～正午 場・申税理士会長岡支部(三和3) ☎33・8080 担当Ⅱ市民税課アオ ☎39・2212

●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10月12日(水)・19日(水)・26日(水)、11月2日(水)・9日(水)午後1時30分～4時 場・申消費生活センター(市セ) ☎32・0022

●長岡地域若者サポートステーション公開セミナー
「サポステではじめよう! 不登校・中退からの就活」
時11月5日(土)午後1時30分～3時15分 場中央図書館 内就職活動までの事例インタビュー、支援内容の紹介など 定100人(先着) 申10月28日(金)までに同ステーション(今

●税理士無料税務相談(要予約)
時10月19日(水)、11月2日(水)午前9時30分～正午 場・申税理士会長岡支部(三和3) ☎33・8080 担当Ⅱ市民税課アオ ☎39・2212

●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10月12日(水)・19日(水)・26日(水)、11月2日(水)・9日(水)午後1時30分～4時 場・申消費生活センター(市セ) ☎32・0022

平成29年度 保育園などの入園案内 園保育課 ☎39・2219

平成29年4月1日から新規に入園または転園を希望する乳幼児の申し込みを受け付けます。
申込期間＝11月1日(火)～11日(金) (申込書は10月3日(月)から各園、保育課、各支所市民生活課で配付)
申込場所＝第1希望の園
必要な認定＝▷保育園・認定こども園(保育園部分)

・地域型保育事業実施施設…2号・3号認定(申し込み多数の場合は選考)▷幼稚園・認定こども園(幼稚園部分)…1号認定(先着順の場合があります)
継続入園＝各園を通じてご案内します
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください

① 保育園…2号、3号認定が必要(へき地保育園は認定不要)

公立	所在地	電話	定員	入園可能月齢	平日の開園時間	土曜保育			
長岡地域									
南部	千手2	32-3193	60	4カ月以上	7:15～19:00	※			
北部	東新町3	32-3598	80						
けさじろ	今朝白2	32-0054	120						
宮内	宮栄3	32-3707	120						
中沢	中沢2	33-1045	80	11カ月以上	7:15～19:00	※			
山本	浦瀬町	44-8051	60	4カ月以上					
桂	桂町	44-8307	20	11カ月以上					
栖吉	栖吉町	32-1986	40	4カ月以上					
昭和	昭和2	32-3989	70						
上除	上除町	46-2411	160						
山通	柿町	33-5432	70						
三和	三和2	34-3272	70						
富曾亀	亀貝町	24-7480	80						
中貫	悠久町2	32-2190	90	4カ月以上			7:15～19:00	※	
宮本	宮本町1	46-5340	70						
黒条	黒津町	24-8703	180						
六日市	中瀧町	22-2057	20						
十日町	十日町	22-3170	40	4カ月以上	7:15～19:00	※			
新組	福井町	24-3371	50						
下川西	花井町	29-1900	50						
石坂	村松町	22-0011	30						
中之島地域									
中之島	中之島	66-2366	110	4カ月以上	7:15～19:00	※			
上通	大口	24-1210	80						
みずほ	中野西創	61-4100	80						
中条	中之島中条	66-5021	20						
信条	信条東	0256-97-2846	50	4カ月以上	7:15～19:00	※			
越路地域									
来迎寺	来迎寺	92-2254	90	4カ月以上			7:15～19:00	※	
塚山	塚野山	94-2006	40						
こしじ	浦	92-2221	150						
岩塚	飯塚	92-4430	80						
白山	来迎寺	92-4835	160	4カ月以上	7:15～19:00	※			
三島地域									
みしま南	鳥越	46-4220	30				4カ月以上	7:15～19:00	※
みしま北	三島上条	42-2670	40				11カ月以上		
山古志地域									
竹沢	山古志竹沢	59-2211	20	11カ月以上	7:15～19:00	○			
小国地域									
ひまわり	小国町相野原	95-2029	110	4カ月以上	7:15～19:00	○			
和島地域									
和島	小島谷	74-3078	90	4カ月以上	7:15～19:00	○			
寺泊地域									
おおこうづ	寺泊敦ヶ曾根	0256-97-3176	90	4カ月以上	7:15～19:00	※			
本山	寺泊弁才天	75-4110	30	11カ月以上					
白岩	寺泊雨池	75-3737	40	4カ月以上					
栃尾地域									
栃尾白山	天下島1	52-4019	30	4カ月以上	7:15～19:00	※			

公立	所在地	電話	定員	入園可能月齢	平日の開園時間	土曜保育
川口地域						
東川口	東川口	89-2028	90	1歳以上	7:15～19:00	※
西川口	西川口	89-3696	30	6カ月以上		
私立						
長岡地域						
東部	四郎丸3	33-1096	120	産休明け	7:00～19:00	○
西部	渡里町3	32-0027	60		7:15～19:15	
長生	西千手3	32-3674	252		7:00～19:00	
大島	大島本町2	27-1090	132		7:15～19:00	
前川	前島町	23-1527	160		7:15～19:00	
関原	関原町3	46-2174	160		7:15～19:15	
東部第二	土合5	33-3795	153		7:10～19:10	
蔵王	蔵王1	33-6502	138		7:00～19:00	
岡南	滝谷町	22-2683	110		7:15～19:00	
撰田屋	撰田屋1	36-8347	180		7:00～19:00	
柏	寿2	24-5656	120	7:15～19:00		
長峰	才津西町	46-3463	150	7:10～19:10		
宮内中央	宮内3	33-2018	160	7:15～19:00		
あすなろ	下柳2	28-1200	190	7:00～19:00		
希望が丘	希望が丘3	28-0331	140	7:10～19:00		
新保	新保4	24-4437	180	7:15～19:00		
深沢	深沢町	46-5480	60	7:00～19:00		
恵和	蓮瀧町	28-2768	318	7:30～18:30		
恵和めぐみキッズランド	大荒戸町	94-5801	59	7:00～19:00		
東部どんぐり	四郎丸2	34-8088	60	7:20～19:00		
太陽ゆうゆう	青葉台5	46-0080	110	7:15～19:15		
いなば	稲葉町	21-2810	139	7:00～20:00		
こどもけやき苑	横山町	29-2510	70	7:15～19:00		
東部川崎	川崎3	34-7123	120	4カ月以上	産休明け	○
ひごし中央	高瀬町	28-1768	90	産休明け		
三島地域						
みしま中央	上岩井	42-3475	170	産休明け	7:00～19:00	○
寺泊地域						
寺泊	寺泊二ノ関	75-2246	50	11カ月以上	7:30～18:30	○
栃尾地域						
芳香稚草園	新栄町3	52-1768	120	産休明け	7:15～19:15	○
善昌寺	栃尾原町2	52-3864	50		7:00～19:00	
双葉	谷内2	52-4402	90		7:30～19:00	
東谷	栃尾泉	52-2211	50		7:15～19:00	
みどり	下檜出	52-3239	70	7:30～19:00		
上塩	上塩	52-3833	20	産休明け	7:15～19:15	○
与板	与板町与板	72-3123	180			
へき地						
長岡地域						
王寺川	寺宝町	27-3717	20	満3歳以上	8:30～16:00	※
※近隣の保育園同士で集合保育を行う場合があります。詳細は各園の入園説明会で説明します						

◆園や園などの略字の見方は18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、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

10月

●**放課後児童クラブの入会**
 保護者の就労などで、昼間、留守家庭の小学生を対象に、児童クラブを開設しています。新1年生は小学校の就学時健康診断の際に、新2・3年生には小学校を通じて案内します。新4年生以上で利用を希望する場合は、各地域の児童クラブにご相談ください。児童・家庭の状況をお聞きし、入会の可否を決定します。申し込み多数の場合は、入会をお断りすることがあります。園各児童クラブ、子ども家庭課(さい)39・2300、各支所地域振興課

●リサイクル品抽選販売会

ごみに出された自転車や家具約50点を修理し販売します(品物の引き渡しは後日)。時10月17日(月)～21日(金)午前9時～午後4時 環境衛生センター(寿3) 市民園 環境業務課 ☎24・2837

●まちなみ美化にご協力を!

町内会や商店街など地域ぐるみで、道路や公園などの清掃にご協力ください。時10月9日(日)・11月27日(日) 環境業務課 ☎24・2837

●10月は「環境にやさしい買い物キャンペーン月間」

マイバッグの持参や簡易包装の商品購入など、環境にやさしい生活を意識しましょう。環境業務課 ☎24・2837



買い物に出かける前に冷蔵庫の中をチェックすることも大事なことです。本来食べられるのに捨てられた食品(食品ロス)の約半分が一般家庭から。重さで換算すると1人当たり年間164杯分のごはんを捨てていることになるんだ。

●10月は「いじめ見逃しゼロ強調月間」

いじめなどの問題解消と未然防止には、学校だけでなく家庭や地域と連携して社会全体で取り組むことが大切です。市内の小・中学校では「いじめ見逃しゼロスクール集会」を開催するなど、積極的に取り組んでいます。子どもたちを見守り、いじめを見逃さないようにしましょう。園 学校教育課(さい)39・2249

② 認定こども園…1号または2号、3号認定が必要

認定こども園	所在地	電話	定員	入園可能月齢	平日の開園時間	土曜保育
長岡地域						
帝京長岡	干場1	32-3516	95	1・2号認定 満3歳以上	7:00～19:00	○
長岡和光なごみ	長町2	34-2597	130		7:30～19:00	
長岡みのり	石内2	86-6088	130			
太陽おひさま	福山町	27-0610	290		7:00～19:00	
東光	上条町	35-5166	170			
明幸	錦1	33-8717	156		7:30～19:00	
すまいる	末広1	89-7332	120			
長岡天使・聖母	表町4	32-4727	120		7:00～19:00	
中島わくわく	中島1	34-0400	141			
第一	緑町1	28-1500	75		7:30～19:00	
長生	西千手2	33-5325	200			
長峰	西津町	27-2340	201	7:30～19:00		
鵬	豊2	36-5600	132			

③ 幼稚園…1号認定が必要

公立	所在地	電話	定員	入園可能月齢	平日の開園時間
和島地域					
和島	小島谷	74-3668	70	満5歳以上	8:00～19:00
与板地域					
与板	与板町与板	72-4078	210	満3歳以上	8:00～19:00
私立					
長岡地域					
希望が丘	福島町	22-7050	90	満3歳以上	7:30～18:00
栃尾地域					
栃尾天使	金沢2	52-2226	75	満3歳以上	7:00～19:00

④ 幼稚園…認定は不要

私立	所在地	電話	定員	入園可能月齢	平日の開園時間
長岡地域					
中沢白ゆり	中沢町	33-7504	200	満3歳以上	7:30～19:00
宮内白ゆり	下条町	22-3699	200		

⑤ 地域型保育施設…3号認定が必要

地域型保育施設	所在地	電話	定員	入園可能月齢	平日の開園時間	土曜保育	
長岡地域							
なごみ保育園分園	神田町3	86-7815	12	産休明け～1歳児	7:00～19:00	○	
こどもさくら苑	福住2	31-0020	7	満1歳～2歳児	7:00～18:00		
ベビールームそら	千手3	37-9285	18	産休明け～2歳児	7:30～18:30		
マンマのお部屋	福住1	94-4351	19		7:00～19:00		
太陽あおぞら	関原町1	46-0087	12	7:20～19:00			
ほうゆう	黒津町	25-6120	19	産休明け～1歳児	7:00～19:00		※
マンマのお部屋e s t	東神田3	32-0288	19	産休明け～2歳児	7:30～19:30		
まちなみ保育園びゅあ	東坂之上町3	21-1177	12	7:30～19:30			
ゆにおんの杜南陽	南陽1	22-2620	10	4カ月以上	7:30～19:00		
ふくちゃん	深沢町	46-6653	7	産休明け～2歳児			
ひまわり	三ツ郷屋町	27-9150	7				
花園みどり	花園南地域★	52-3239	19	7:15～19:00	○		

★区画整理中のため今後住所が変わります

川田農園米ができました



「農業で住みます芸人」のチカコホンマさんが、和島地域の「川田農園」で丹精込めて育てたコシヒカリを、ガレッジセール・川田広樹さんと地元農家と収穫しました。取れたお米は今後、市内外のスーパーなどで販売します。10月29日(土)にアオーレ長岡で開催する「女子カレーコンテスト」(詳しくはアオーレ長岡イベントカレンダー)でも使用します。

●シティブロモーション課(アオ) ☎39・2361
◎チカコホンマさんの活動はホームページをご覧ください。

農業で住みます芸人 長岡 [検索](#)

★川田さん開発メニュー登場

川田さんが長岡の食材をさらにおいしく食べようと、出身地・沖繩の名物料理と長岡産野菜を組み合わせた「長岡タコライス」レシピを考案。市内飲食店で提供します。



●10月7日(金)から 場どんぐりと山猫の森(喜多町 ☎86・7547) ¥1,380円 ※提供飲食店は随時募集中。詳しくはお問い合わせください
●農水産政策課(市セ) ☎39・2223

暮らしを支える 税のお願い

市税の納付は納期限までに!

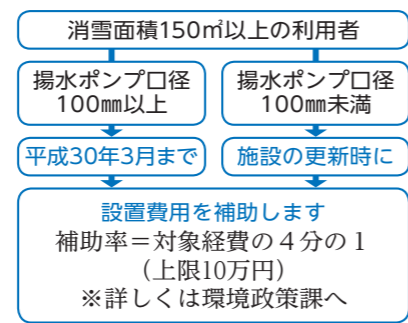
- ◇納め忘れると... 督促状・催告書を送付します。督促手数料・延滞金もかかります。
 - ◇そのまま放置すると... ①金融機関、保険会社、勤務先などに財産の調査を行います
 - ②預貯金、生命保険、給与、不動産などの財産を差し押さえる場合があります。差し押さえた財産は取り立て・売却(公売)し、滞納市税に充てます ※納められない事情があるときは、まず相談してください。何も連絡がないと財産調査・差し押さえを行います
- 収納課(アオ) ☎39・2214

●個人市・県民税は「給与天引き」で

会社員など給与所得者の個人市・県民税は、所得税の源泉徴収義務のある給与支払者が特別徴収(給与天引き)し、納税義務者である給与所得者に代わって納入することが法律で義務付けられています。特別徴収の実施をお願いします。
●市民税課(アオ) ☎39・2212

●節水型自動降雪検知器の設置はお済みですか

地下水位の低下による井戸



の枯渇や地盤沈下を防ぐため、降雪面積150㎡以上の降雪パイプ利用者に「節水型」自動降雪検知器の設置を義務付けています。平成27年3月31日以前に降雪パイプを所有する市民、事業者(町内会、道路消雪組合を除く)が節水型検知器を設置する費用を補助していますので、冬を迎える前の設置をご検討ください。

●原子力発電施設等周辺地域企業立地支援給付金

●次の全てを満たす企業①平成27年10月1日以降に長岡・越路・小国地域に製造業を営む事業所を新設・増設②電力を新規・増加契約③雇用者が3人以上増加 給付額 支払った電気料金の約4割 国産企業立地課(大手) ☎39・2298

●省エネ・新エネ設備等導入事業補助金(2次募集) 住宅や事業所に木質バイオマスストーブ(ペレット・薪ストーブなど)を導入する経費の一部を補助します(ペレット以外を燃料とするストーブは支所地域に限りません)。補助額 設備費・工事費の3分の1(上限15万円) ※予算額150万円に達した時点で終了 10月11日(火)から環境政策課 ☎24・0528へ

オープンカフェ社会実験 歩道の安全な通行にご協力を

商店街などと連携し、歩道を活用してまちのにぎわいをつくります。歩道にテーブルや店舗の看板などが出ます。通行の際は、自転車の降車にご協力ください。
●10月21日(金)~23日(日)午前11時~午後9時 場大手通り、すずらん通り、セントラル通り 中心市街地整備室(大手) ☎39・2807

- 知って得する介護研修会
 - ①ケアする人の心と体のセルフメンテナンス(自分も相手も輝く支援)
 - 10月28日(金)午後1時30分~3時30分 場みしまコミュニティセンター
 - ②「アロママッサー」で癒しを体験!
 - 11月11日(金)午前10時~正午



●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で10月14日(金)まで申し込みを受け付けています。カメラ1点を出品。詳しくは市ホームページをご覧ください。
●関取納課(アオ) ☎39・2214

●女性のための防災講座
身を守るための知識や、備えておきたいグッズなどを学びます。
●10月29日(土)午後1時30分~5時 場消防本部 50人(先着) 10月25日(火)までに男女平等推進センターウィルなががおか(HP) ☎39・2746へ (HPからも可)



- 防火管理講習会
 - ①甲種防火管理新規講習会 11月16日(水)・17日(木)午前10時~午後4時50分(計2回)。17日は午後4時まで) ¥3,560円 定130人(先着)
 - ②甲種防火管理再講習会 11月18日(金)午前9時25分~11時40分 ¥1,510円 定100人(先着)
 - ◇①②いずれも 場消防本部 11月1日(火)~9日(水)に6カ月以内に撮った証明写真(縦4cm×横3cm)1枚を添えて、消防本部予防課 ☎35・2192

●消防団協力事業所に4事業所を認定
消防団活動や団員の確保などに貢献している事業所を新たに認定し、計74事業所になりました。
●(株)キムラ組、大河津建設(株)寺泊営業所、柏崎農業協同組合、(株)ジェイエイサービス柏崎(申請順)
●消防本部総務課 ☎35・2192

●場与板ふれあい交流センター
①②いずれも 場社会福祉協議会介護職員など 団家で介護をしている人 定16人(先着)
●10月7日(金)から ①三島支所 市民生活課 ☎42・2246 ②与板支所 市民生活課 ☎72・3190へ

●10/23 総合防災訓練を実施します
●地震を想定した訓練を与板地域で行います
●午前7時50分~11時30分 場与板中学校、正徳館高校など 関係機関との連携訓練、要支援者の安否確認、避難所開設訓練、ヘリコプターによる救助訓練など 場危機管理防災本部(アオ) ☎39・2262

●10/6(木)~12/31(土) ふるさと納税お礼の品がリニューアル 長岡キャンペーン

10/23 総合防災訓練を実施します

情報配信訓練
午前7時50分~8時15分の間に2回、市内全域に緊急告知FMラジオやエリアメールなどで配信します。ご迷惑をお掛けしますがご理解をお願いします。

●地震を想定した訓練を与板地域で行います
●午前7時50分~11時30分 場与板中学校、正徳館高校など 関係機関との連携訓練、要支援者の安否確認、避難所開設訓練、ヘリコプターによる救助訓練など 場危機管理防災本部(アオ) ☎39・2262

10/6(木)~12/31(土) ふるさと納税お礼の品がリニューアル 長岡キャンペーン

ふるさと納税に寄附してくれた人に、長岡の産品をお礼の品としてお届けしています。キャンペーン中はお礼の品をパワーアップ。長岡の実りの秋の象徴「米」をメインとした88点から選べます。
●シティブロモーション課(アオ) ☎39・2361

▲ポスターには越後長岡応援団・久住小春さん(右)と、農業で住みます芸人のチカコホンマさんが登場

私らしい働き方を見つけよう

①女性若手社員キャリアプランセミナー ~キラキラ輝くわたしのワークスタイル~
●10月27日(木)午後3時~5時 場まちなかキャンパス長岡 結婚・出産を見据えたキャリアデザイン、事例発表 場入社後5年以内の女性 定30人(先着)

②育児休暇復帰後の働き方セミナー~夫婦で楽しむ! 出産後の仕事と生活~パパが引き出すママと家族の笑顔
●11月13日(日)午前10時~正午 場まちなかキャンパス長岡 職場復帰後に意欲的に働くための心構え、夫婦が共に働き続ける上で必要な環境づくりの事例紹介 場育児取得(予定)者と配偶者 定20人(先着) ※保育あり(生後6カ月~就学前)

③次代を担う学生向けキャリアデザインセミナー
仕事も家庭も充実した生活を送るための考え方を学びます。
●11月17日(木)午後1時~2時30分 場長岡大学 場ワーク・ライフ・バランスコンサルタント・二瓶美紀子さん 場市内の大学・高専・専門学校に通学する学生 定50人(先着) 11月10日(木)までに男女共同参画推進室(市セ) ☎39・2746へ (HPからも可)

納期限は10月31日(月)です

- 市・県民税 (3期)
- 国民健康保険料 (4期)
- 後期高齢者医療保険料 (7期)
- 介護保険料 (7期)

急患診療のお知らせ

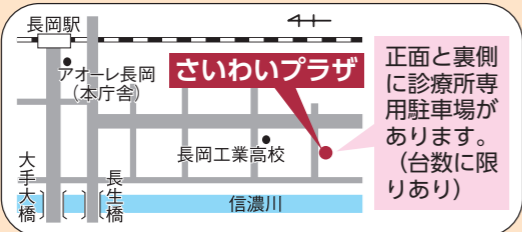
診療時間外や休日に具合が悪くなったときにご利用ください。受診の際は、必ず保険証と医療費助成の受給者証(ある人)を持参してください。

- 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	診療曜日				
			日・祝	月～金	土	日	祝
① 休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科	午後6時45分～9時30分	—	●	—	—	—
	内科 小児科 外科	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	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	小児科	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 (小国町楳沢88)	内科・歯科	第3日曜日のみ 午前8時30分～11時30分 午後1時30分～4時30分

⑤ 休日在宅当番医 (見附・中之島地区)

受付時間=午前9時～11時30分、午後1時～4時30分

期日	内 科	外 科
10月	2日(日) 石川 医院 ☎66・2140	わたなべ皮膚科 ☎62・7750
	9日(日) 林俊香クリニック ☎66・3000	中之島クリニック ☎61・2551
	10日(祝) 内 島 医院 ☎66・2446	お元気でクリニック ☎63・3800
	16日(日) 田 崎 医院 ☎62・1122	貝瀬皮膚科 ☎66・8100
	23日(日) 星 野 医院 ☎62・0998	見附南医院 ☎63・4477
11月	30日(日) 山谷クリニック ☎61・1388	寺師 医院 ☎62・0137
	3日(祝) 杏 仁 堂 医院 ☎62・0123	星整形外科医院 ☎66・8808
	6日(日) さ え き 内科 ☎66・8500	わたなべ皮膚科 ☎62・7750

⑥ 救急当番病院

施設名	電話番号	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) 長岡市医師会 ☎22・5600 長岡市消防本部 ☎36・0119
長岡 赤十字 病院	☎28・3600	
長岡 中央 総合 病院	☎35・3700	



手軽に市政情報入手 市政だよりを ウェブで

岡広報編集課(アオ)
☎39・2202

マイ広報紙 NEW

ウェブサイト (https://mykoho.jp/) で、分野ごとに記事を検索できます。配信は発行日の2、3日後です。



マチイロ

配信済みのアプリ「i 広報紙」が名称変更。スマートフォンやタブレット端末で、電子書籍として印刷物のレイアウトのまま読めます。



- ◆ 図や表などの略字の見方は18ページ
 - ◆ 図どなたでも、図特になし、無料、国不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 - ◆ 国に電話、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 市セ=市民センター
大平=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

地域の宝 フォトコンテスト

みんなで
魅力発信

とっておきの写真を投稿してください。大賞には、5万円相当の地域特産品詰め合わせを贈呈。そのほか、豪華賞品が当たる特別キャンペーンを開催します。応募作品=デジタルカメラ、スマートフォンで撮影した写真データ(きれいな写真、面白写真、ユニーク写真など、何点でも投稿可)

応募方法=ツイッターかインスタグラムで、「#越後長岡地域の宝」をつけて投稿。「地域の宝」特設サイト (http://chiikinotakara.jp/) 内でも受け付け
応募期間=来年2月10日(金)まで
※詳しくはアオーレ長岡、さいわいプラザ、各支所などにあるチラシ、ホームページをご覧ください

岡地域振興戦略部(大手)
☎39・2260
→地域の宝10ページへ



第21回「米百俵賞」 候補者募集

教育、文化、福祉、スポーツ、産業などの分野で独創的な活動により人材の育成に大きく貢献し、「米百俵」の精神を今に体现する個人、団体(自薦・他薦を問わない) 選考方法=長岡市米百俵財団の設置する選考委員会で受賞者を決定 結果発表=来年3月表彰式=来年6月の「米百俵デー市民の集い」賞=表彰楯、副賞100万円 申

第20回米百俵賞受賞者のNPO法人インクルいわて。ひとり親に対する就職のためのスキル習得、家庭との両立支援や子どもへのケアなど、ひとり親家庭の社会的な自立を支援しています。



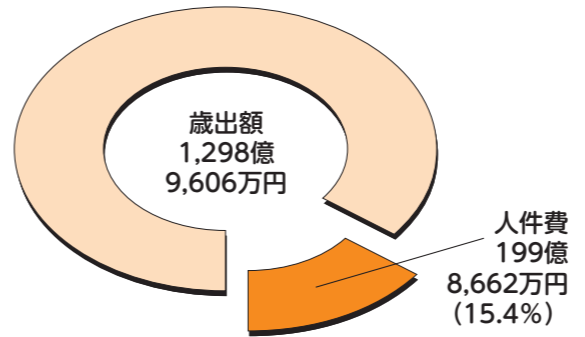
長岡市職員の給与などについて

(平成28年4月1日現在)

市では、人事や給与の透明性・公正性を高めるため、毎年10月に給与などのあらましを市民のみなさんに公表しています。

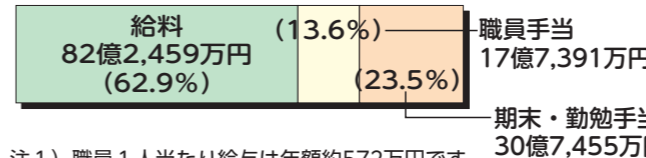
岡人事課(アオ)☎39・2201、行政管理課(アオ)☎39・2208

1 人件費の状況 (平成27年度普通会計決算)



注) 人件費には、一般職、特別職の給料、報酬、諸手当や共済費などが含まれます。

2 職員給与の状況 (平成27年度普通会計決算)



注1) 職員1人当たり給与は年額約572万円です。
注2) 職員手当には、扶養手当、住居手当、通勤手当、時間外勤務手当などが含まれます。
注3) 期末・勤勉手当の支給割合は、年間4.2月分(6月期2.025月分、12月期2.175月分)です。

職員給与の詳細、任用、服務や勤務条件など人事行政の運営状況について、情報公開コーナー(アオーレ長岡東棟3階)、各支所地域振興課および市のホームページで閲覧できます。

3 職員の平均給料月額および平均年齢の状況

区分	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	314,099円	42.2歳
技能労務職	313,638円	51.9歳

4 一般行政職の初任給の状況

区分	初任給
I種(大卒程度)	176,700円
II種(高卒程度)	144,600円

5 特別職の給料・報酬等の状況

区分	給料・報酬月額	期末手当
市長	1,016,000円	6月期 1.5月分 12月期 1.65月分 計 3.15月分
副市長	825,000円	
教育長	694,000円	
地域政策監	598,000円	
危機管理監	598,000円	
常勤の監査委員	552,000円	
議長	624,000円	
副議長	563,000円	
議員	526,000円	

6 職員数の状況 (各年4月1日現在) 単位:人

年度	H23	H24	H25	H26	H27	H28	5年間の増減
職員数	2,651	2,597	2,553	2,517	2,513	2,493	▲158 (▲6.0%)
増減		▲54	▲44	▲36	▲4	▲20	



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…12月号は10月31日(月)(必着)、1月号は11月25日(金)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【12月号】12月10日(土)、【1月号】1月5日(日)以降のものに限りません。
◆提出先…〒940-8501 広報編集課へ郵送、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。
●原則として会員募集は年1回、同一団体の掲載は年4回までです。
広報編集課 ☎39・2202

催し

■MOA美術館長岡児童作品展
10月12日(水)～19日(水)午前10時～午後4時(表裏式は16日(日)午前10時から) 岡県立近代美術館 岡同実行委員会 ☎35・1232
■フェスティバル白岩
10月14日(金)午前9時30分～午後1時 岡作品展示、模擬店など 岡・岡コローにいがた白岩の里(寺泊敷田) ☎75・3131
■三島病院祭
10月15日(土)午前9時30分～午後3時30分 岡体力測定、芸能発表など 岡同病院 ☎42・2311
■長岡中央総合病院祭
10月15日(土)午前10時～午後3時 岡講演、ミニ健診、模擬店など 岡同病院 ☎35・3700

■農業総合研究所ふれあいデー
10月15日(土)午前10時～午後3時 岡農業体験、新米試食など 岡同研究所(長倉町) ☎35・0823
■島月会水墨画展
10月15日(土)～16日(日)午前9時30分～午後5時(16日は午後4時まで) 岡中央図書館 岡八木さん ☎36・0084
■クラシックギター秋のコンサート
10月16日(日)午前11時30分～午後1時 岡レストラン栄蔵(釜沢町) 出演:ギタリスト・島山徳雄さん(定25人) ☎36・0000(昼食代含む) 申長岡音楽を楽しむ会・土田さん ☎090・7003・6645
■津軽三味線と民謡の原田英昌ショー
10月17日(月)午後1時30分～3時 岡・岡救護施設おぐに荘(小国町新町) ☎95・3400

■長岡大学 ☎39・1600の講座
①市民公開講座「近代東アジアの中の日本」批判的検討
10月19日(日)～11月23日(水)の毎週水曜日午後7時～8時30分(計6回) 定20人(先着) ☎6,000円
②市民公開講座「外山修造の足跡と活動」
11月1日(日)～29日(日)の毎週火曜日午後7時～8時30分(計5回) 岡栃尾文化センター 定100人(先着) ☎5,000円
③高橋九郎翁生誕165周年記念シンポジウム
11月6日(日)午後1時～4時 岡もみじ園 定50人(先着) 0円
④10月12日(水)～10月12日(水)まで
⑤ポランティアアフォーラム「ボランティア活動で自分発見!」
10月29日(土)午後1時～3時 岡子育てシンポジウム「子育ては、親育ち、人育ち!」
10月30日(日)午後1時～3時 岡友達作りができるパソコン教室
10月21日(日)～来年1月6日(日)の毎週金曜日:ワード、11月14日～来年1月30日(日)の毎週月曜日:エクセル(12月23日・30日、1月2日・9日を除く各計10回) 時間:午後1時30分～4時30分 岡シティホールジョーナイチョ(城内町3) 対60歳以上 定各15人(先着) ☎1時間約734円(計2万2千円) 申NPOひとのWAづくり ☎34・2480
■秋の盆栽展
10月22日(土)～23日(日)午前10時～午後4時

■YOUYOUフェスティバル2016
10月22日(土)午前10時～午後3時 岡ハビリ体験、フリーマーケットなど 岡悠遊健康村病院(日越) ☎47・8500
■食べ飲みまち歩きイベント「ながおかバル街(参加7店舗)」
10月22日(土)午後2時～23日(日)午前0時～3,500円(当日500円増) 岡NPO法人まちなか考房 ☎36・3240
■中古衣料品チャリティ即売会
10月23日(日)午前10時～午後2時 岡カーネーションプラザ 提供受付:前日午前10時～午後3時(同会場) 岡長岡市消費者協会事務局(消費生活センター内) ☎32・0082
■みしまルシェものづくりマールシェ
10月23日(日)午前10時～午後3時 岡みしま会館 岡錆物などのクラフト体験、ハンドメイド雑貨の販売など 岡同実行委員会(みしまコミュニティセンター内)・高野さん ☎42・2525
■長岡を元気にする起業サロン
10月23日(日)午後2時～4時 岡ホテルニューオータニ長岡 申NPOシニア起業フォーラム・戸澤さん ☎080・3366・9549
■杜のコンサート
10月23日(日)午後2時～4時 岡E・プラザ(台町2) 岡寸

■シニアパソコン教室
10月25日(月)～来年1月10日(日)の毎週火曜日午前9時～正午、10月26日(日)～来年1月11日(日)の毎週水曜日午後1時30分～4時40分(11月22日・23日、1月3日・4日を除く各計10回) 岡市民防災

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

みんなのひろば

センターなど 対60歳以上 定各15人(先着) ☎1時間約734円(計2万2千円) 申NPO法人住民安全ネットワークジャパン ☎89・8085
■越後一席の会「月見寄席」
10月29日(土)午後2時～4時 岡中央図書館 出演:瀧川鯉橋さんほか 定180人(先着) ☎2,000円(当日500円増) 申児玉さん ☎090・2253・5374
■長岡技術科学大学公開講座
内・岡①情報革命と情報社会、そして機械との競争:10月29日(土)午後1時～2時30分②なぜ「こま」は倒れないのか?:11月12日(土)午前10時～11時30分 岡さいわいプラザ 定各40人(先着) ☎各200円 申①10月21日(金)②11月4日(金)までに同大学 ☎47・9278へ
■長岡大学悠久祭
10月29日(土)～30日(日)午前10時～午後5時(30日は午後4時まで) 岡wacciライブ、模擬店など 岡同大学 ☎39・1600
■脳トレ科学教室
10月30日(日)午後2時～3時 岡上川西コミュニティセンター ☎300円 申サイエンスを楽しむ会・大原さん ☎090・7010・2785
■新潟少年学院施設見学会
10月30日(日)午前9時～午後0時30分(見学は午前11時まで受け付け) 岡少年鑑別所による性格診断、製品の展示即売会 岡同院(御山町) ☎35・0118

■シリウス版画の会「木版画展」
11月2日(水)～12月1日(水)午前9時～午後5時(1日は午後3時まで) 岡新潟味のれん本舗(南陽1) 岡広部さん ☎090・2738・2704
■関牛および錦鯉見学会
11月3日(祝) 岡山古志蘭牛場 定30人(先着) 申10月24日(月)までに関牛と錦鯉と伝統文化を楽しむ会・篠田さん ☎23・1824へ
■バケ丘茶会
11月3日(祝)午前9時～午後4時 岡もみじ園、朝日酒造松籟閣 定300人(先着) ☎2席2,000円 茶席券販売:市民協働センター、越乃雪本舗大和屋、紅屋重正、朝日酒造(株) 岡長岡市茶道文化協会設立準備委員会(朝日酒造(株)内)・西脇さん ☎92・3181
■長岡まちなか歴史散歩
11月5日(土)午後1時30分～3時30分 定20人(先着) ☎500円 申10月20日(木)までに長岡観光ボランティアガイドの会(長岡観光コンベンション協会内) ☎32・1187へ
■家事家計講習会
11月8日(火)～11日(金)・12日(土)午前10時～正午 定各15人(先着) ☎500円 保育:各5人(先着)(要予約) ☎300円 岡・申長岡友の会(稲葉町)・丸山さん ☎090・3109・7831
■だるま会総合作品展
11月10日(木)～13日(日)午前10時～午後5時(13日は午後3時まで) 岡中央図書館 岡書道、

■市民健康社交ダンスパーティー
10月22日(土)午後2時～4時30分 岡南部体育館 ☎500円 岡ながおか健康社交ダンスの会・若月さん ☎33・7416
■社交ダンスパーティー
10月29日(土)午後6時30分～8時45分 岡南部体育館 ☎500円 岡宮内ソシアルダンスクラブ・西山さん ☎090・2202・1327
■ひきこもり当事者の居場所「すだちの杜」
毎月第1・3火曜日午後1時～3時 岡市民センター 岡安達さん ☎33・2296
■離乳食講習会
10月20日(木)午前10時～正午 岡調理、試食 岡講義士 岡対乳児と保護者 定15組(先着) 岡・

■市民健康社交ダンスパーティー
10月22日(土)午後2時～4時30分 岡南部体育館 ☎500円 岡ながおか健康社交ダンスの会・若月さん ☎33・7416
■社交ダンスパーティー
10月29日(土)午後6時30分～8時45分 岡南部体育館 ☎500円 岡宮内ソシアルダンスクラブ・西山さん ☎090・2202・1327
■ひきこもり当事者の居場所「すだちの杜」
毎月第1・3火曜日午後1時～3時 岡市民センター 岡安達さん ☎33・2296
■離乳食講習会
10月20日(木)午前10時～正午 岡調理、試食 岡講義士 岡対乳児と保護者 定15組(先着) 岡・

■行政書士による「日無料相談会」
10月10日(祝)午前10時～午後4時 岡ハイブ長岡、栃尾文化センター 内相統遺言、法人設立、農地法関係など 岡新潟県行政書士会中越支部・小林さん ☎72・2648
■銃砲刀剣類登録審査会
10月20日(木)午前10時～正午、午後1時～2時30分 岡県長岡地域振興局 ☎1件6,300円(県収入証紙で) 岡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もの) 岡県文化行政課 ☎025・280・5619
■特設行政相談所
10月23日(日)午後1時30分～3時30分 岡リバーサイド千秋 内国・県などの仕事への苦情・要望 岡行政相談委員・山本ヒサさん ☎28・2422
■公共職業訓練(離職者訓練)11月生
11月29日(火)～来年6月28日(水)平日午前9時30分～午後3時40分 岡ポリテクセンター新潟(住吉3) 内機械加工技術科(定16人)(11月7日(月)選考) ☎無料(教科書など有料) 申10月28日(金)までにハローワーク長岡 ☎32・1181へ
■来春採用の自衛官候補生
対18歳～26歳の男性 試験日:11月19日(土)または20日(日) 岡11月4日(金)までに自衛隊新潟地方協力本部長岡出張所 ☎33・0256へ

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

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

えちご川口温泉 ホテルサンローラ

★開業10周年記念★

超お得 宿泊プラン

来年

12/1 木 ~ 3/31 金

(12月30日~来年1月2日は除く)

1泊2食付き (1人分・税込)

大人 9,800円

65歳以上 9,300円

★飲み放題90分 プラス +1,500円

ご予約 ☎89・3000・FAX89・3465

※長岡地域は無料送迎 (10人以上)



(料理の写真は一例)

地元食材を活かした手作りの料理は「美味しい」「体にいい」と大好評

効能豊かな源泉でいきいき、リフレッシュ
元気になれる温泉

お気軽に日帰りも
超お得 割引券付き
表紙へGO



■温泉成分がとにかく濃い！
温泉成分が体に入りやすい湯のため、よく効くと評判。泉質はナトリウム-塩化物強塩温泉。神経痛、関節痛、皮膚病などに効能アリ。源泉かけ流しの湯は茶褐色で湯の中の体が見えないほど色も濃いです。

■露天風呂から眺望最高！
ご覧のとおり、露天風呂の眼下には、信濃川と魚野川の合流点や河岸段丘が広がります。おすすめの絶景タイムは夕暮れ時。山に沈む夕陽とまちの灯りのコラボが何ともほっこりと、きれいなんです。

目指せオリンピック
輝き人 vol.9

バスケットボール
今村佳太さん
新潟経営大学
3年生
20歳

プロ選手になる！
今村佳太

プロを目指して思いは強く

2年連続、今年は大学生で唯一、国体の県代表メンバーに選ばれました。バスケ一家の家族の影響で小学1年生から強豪クラブでバスケを始め、進学した長岡工業高校では県ベスト8に入りました。全国大会常連校の新潟経営大学で1年生からレギュラーに。豊富な運動量と大学で技術を磨いた得意のシュートで、ポイントゲッターとしてチームをけん引しています。週6日、5時間の練習も「嫌になったことはない。バスケが好きなのは小さな頃から変わらないです」とあっさり。バスケの魅力は「展開の速さ」。「一瞬で変わる試合の流れに応じたプレーを常に意識しています」と語ります。「卒業後はプロ選手になりたい。人生を懸けて臨みます」。

長岡の自宅から加茂市まで毎日1時間かけて通学。「長岡は住みやすいし花火も好き。将来はバスケで新潟の顔になりたいです」と力強く前を見つめます。

バスケットボール

5対5の10人で行い、試合時間10分のピリオドを4回行います。昨年の国体で新潟県成年男子は準々決勝に進出。今年は10月7日から岩手で開催され、上位を狙います。9月には男子プロバスケのBリーグが開幕しました。



(平成28年1月 天皇杯)

2ページへ