

てらどまり

支所からのお知らせ

■発行／編集■

長岡市寺泊支所地域振興課

〒940-2592

長岡市寺泊烏帽子平 1977-8

TEL 0258-75-3111

E-mail tr-chiiki@city.nagaoka.lg.jp

元旦マラソン

カラー版は、ホームページでご覧になることができます。

一年の健康を願って！



1月1日 白山姫神社前



無病息災のお祓い



明けまして
おめでとうございます
「まりん」です
どうぞ宜しくお願い！

今年の抱負

いろいろなイベントに
参加して、寺泊地域を
盛り上げていくためた
だいま勉強中です…
応援してくださいね！

(寺泊イメージキャラクター)

寺泊地域の「新鮮力」
海の妖精 ーまりんー

1月号

花いっぱいの広場にな～れ！！

12月21日、市民活動団体「遊・駅・Think す！」が、寺泊駅脇の広場の整備を行いました。

10回目の今回は、山古志地域の花「水仙」を植えました。中越大震災から10周年を迎える区切りの春先には、多くの花が咲くことを願っています。

なお、この活動にご協力をいただける方は、事務局（地域振興課 ☎75-3111）までご連絡ください。



どんな愉快的顔ができたかな？

1月11日、寺泊文化センターで寺泊地域図書館主催の「大型かるた大会と福笑い」が開催されました。

参加した児童・園児が、福笑いに挑戦し、出来上がった顔に大笑いをしていました。



冬休みの練習の成果を発揮

1月9日・10日、大河津小学校と寺泊小学校で書初め大会が行われました。

参加した児童たちは真剣なまなざしで筆を持ち、一文字一文字ていねいに書き上げ、満足そうな表情でした。



どっちがいいかな？ 1月9日大河津小



力作がずらり！ 1月10日寺泊小

“無災害を祈願” 消防出初式

できごと

1月5日、長岡市消防団寺泊方面隊による消防出初式が寺泊文化センターで行われました。

式典では、県知事表彰や無火災分団の表彰などが行われ、式典後は消防車17台が一斉に放水を行い、今年1年の無災害を祈願しました。



買い物客に温かい おもてなし

12月29日・30日、魚の市場通り駐車場で、年末の風物詩である番屋汁を買い物客に無料で振る舞いました。

両日も用意された各1000食の番屋汁はあっという間になくなるほどの大盛況でした。寒風の中、訪れた買い物客は寺泊観光協会の温かいおもてなしに冷えた体を温めていました。



今年も支所に門松が！

新春を寿ぎ、金山の三浦侑男さんから手作りの門松一对を寄贈いただきました。

新年を祝う、日本人の心を大切にしたいものです。ありがとうございました。



お知らせ

除雪作業にご協力を お願いします

市では、除雪計画により、皆さんの生活道路の確保に努めます。安全で効率的な除雪作業ができるよう、またその効果が十分に発揮できるよう、次のことについてご協力をお願いします。

- 車両放置や路上駐車は絶対にしないでください。
- 危険ですので除雪車には近づかないでください。
- 破損の恐れのある塀や垣根には、赤旗等の目印を付けてください。
- 除雪の支障となる樹木などの処理をお願いします。
- 乗り入れのための鉄板や消雪用ホース等は撤去してください。
- 除雪車が通った後の自宅の出入り口の雪処理は、各自で行ってください。
- 道路には雪を出さないでください。
- 早朝・夜間の作業が多くなるため、騒音・振動でご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。
- 除雪作業に時間がかかることがあります。通勤・通学時刻に間に合うよう作業を進めますが、路面状況や気象条件等により作業時間が長くなる場合があります。ご理解をお願いします。

【除雪に関する問い合わせ先】

<国道116号>

長岡国道事務所柏崎維持出張所 ☎0257-22-2159

<国道402号・県道>

与板維持管理事務所維持管理課 ☎0258-72-3185

<市道> 寺泊支所産業建設課土木施設係

☎0258-75-3105

「いのちの総合相談会」開催

こころやからだ、生活の悩みについて、保健師や法律の専門家などが無料相談会を開催します。

日 時:2月25日(火) 午前9時30分～午後0時30分

会 場:健康センター(西千手2-5-1)

定 員:6名

申込期限:2月20日(木)

【申し込み・問い合わせ】

健康課 ☎32-5000

ご利用ください



～野菜と適塩で健康に～ 「健康料理教室」のご案内

野菜をたくさん使って、塩分を控えた料理を作ります。あなたやご家族の健康づくりのため、ぜひ、御参加ください。

日 時:2月17日(月) 午前9時～午後1時

会 場:寺泊文化センター 2階 調理実習室・和室

内 容:講話「野菜を使ってバランスのよい食事を」
調理実習「鮭のけんちん蒸し」「ひじきの和え物」
「具たくさんみそスープ」

定 員:20名

参加費:300円

持ち物:エプロン、三角巾、筆記用具

申込期限:2月4日(火)

主 催:長岡市寺泊地域食生活
改善推進委員協議会

【問い合わせ・申し込み】

市民生活課 ☎75-3114



～話せばこころがかるくなる～

「こころの相談会」(長岡市主催)

精神科医師または臨床心理士が対応します。

○日 時:2月3日(月)、17日(月) 午後2時～4時

会 場:健康センター(西千手2-5-1)

【申し込み】健康課 ☎32-5000

○日 時:2月18日(火) 午後2時～4時

会 場:小国診療所検診棟

【申し込み】小国支所市民生活課 ☎95-5900

○日 時:2月20日(木) 午後1時30分～3時30分

会 場:中之島公民館

【申し込み】中之島支所市民生活課 ☎61-2015

「精神保健福祉相談会」(長岡保健所主催)

精神科医師が対応します。

○日 時:2月17日(月) 午後2時～3時30分

会 場:長岡保健所

【申し込み】長岡保健所地域保健課 ☎33-4931

○日 時:2月18日(火) 午後2時～3時30分

会 場:与板保健センター

【申し込み】与板支所市民生活課 ☎72-3190

お知らせ

市 県 民 税
所 得 税

申告相談のお知らせ

1 申告相談日程

月 日	相 談 地 区
2月17日 月	金山・松沢町・小川町
18日 火	上荒町・新道・片町 大町・上田町
19日 水	荒町・下荒町・大和田 郷本・山田
20日 木	蔵場町・坂井町・磯町 志戸橋・松田・明ヶ谷
21日 金	白岩・港町・港町公営住宅団地 藪田・新川口・年友・大地・円上寺
24日 月	田頭・引岡・戸崎
25日 火	法崎・吉・箕輪・京ヶ入
26日 水	本山・弁才天・川崎・下曾根
27日 木	中曾根・蛇塚・当新田 茅ヶ原・市坂・荒谷
28日 金	中浜・内川・高屋 金沢・池ノ尻・大野積
3月 3日 月	全 地 区
4日 火	夏戸・岩方・田尻
5日 水	矢田・入軽井・万善寺
6日 木	町軽井・求草
7日 金	高内・北曾根・新長
10日 月	敦ヶ曾根・小豆曾根
11日 火	鱒口・下桐
12日 水	竹森
13日 木	砦田・木島・五分一
14日 金	全 地 区
17日 月	全 地 区

2 申告相談会場 寺泊支所2階 大会議室

3 受付時間 ・午前8時30分～11時
・午後1時～4時30分

◎注 意:支所の正面玄関開錠は、午前8時15分です。

4 持参するもの

- ・税務署または市役所より送付されている申告書
 - ・源泉徴収票(給与収入、年金収入のある方)
 - ・収支計算書(農業収入、営業収入、不動産収入のある方)
 - ・社会保険料、生命保険料または地震保険料の控除を受ける場合は、支払証明書
 - ・扶養控除、配偶者控除を受ける場合は、扶養親族等の所得金額のわかる書類
 - ・医療費控除を受ける場合は、領収書の原本
 - ・預貯金の口座番号のわかるもの(申告者名義の口座)
 - ・印鑑
 - ・筆記用具及び電卓などの計算用具
- 【農業所得者】
- ・農業所得申告支援システムからの出力帳票
 - ・農業関係の収入・経費がわかる帳簿及び領収書等
 - ・農業機械・建物(作業所・車庫等)の取得年月、所得金額がわかる書類(昨年の減価償却費計算書も持参ください。)

5 留意事項

- ・収支計算書は、必ず作成して持参してください。
- ・医療費控除を受ける場合は、支払った医療費を事前に計算してください。
- ・国民健康保険料、国民年金等の支払証明書を紛失した方は、事前に金額を確認してください。

※左記の相談期間以外でも、収支計算書・減価償却計算書の作成等の申告に関する相談に応じていますので、お気軽にお問い合わせください。

※やむを得ず指定日に来れない方は、指定日以外の日でも相談可能です。

申告期間中の混雑を緩和するため、次の日程で事前申告相談会を開催しますので、ぜひご利用ください。

日 程:2月5日(水)～13日(木)
会 場:寺泊支所 2階 大会議室
受付時間:午前9時～11時
午後1時30分～4時30分

対 象 者:給与所得者・年金受給者に限る
(農業・営業の方は対象外です)

※この相談会も、持参するものは同じです。

雑損控除(火災・災害等で損害を受けた場合)
譲渡所得(土地・株式等の売買による所得)
住宅借入金等特別控除(初年)

「長岡税務署」で申告をお願いします。

☎0258-35-2070

【問い合わせ】

市民生活課 ☎75-3113

図書館からのお知らせ

***ふわふわポンポンでおひなさま**

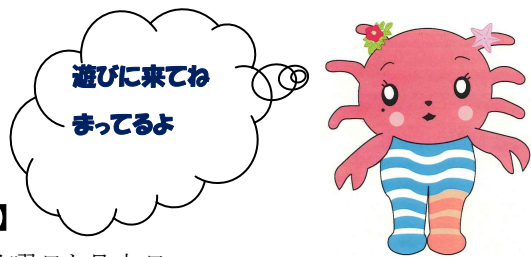
日時:2月15日(土) 午前10時~11時30分
場所:寺泊文化センター 3階 美術工芸室
定員:10名
対象:一般・小学生(先着)
内容:毛糸で作ったふわふわのポンポンを使って、おひなさまを作ります。



申込受付:1月25日(土) 午前9時30分~
寺泊地域図書館窓口または ☎75-5159

~0才からの読み聞かせ~ えほんであそぼ

日時:2月21日(金) 午前10時~10時30分
場所:寺泊文化センター 2階 和室研修室



【休館日】

毎週月曜日と月末日。
但し、月曜日が祝祭日に当たる場合は翌日。
なお、2月24日(月)~28日(金)は蔵書点検作業等により休館となります。

【問い合わせ】寺泊地域図書館 ☎75-5159

税金などの口座振替のお知らせ

1月の口座振替日は1月31日(金)ですので、振替日前日までに口座の残高をご確認ください。
なお、再引き落としは行いませんので、ご注意ください。

該当税目等	期別
市民税・県民税	4期
国民健康保険料	7期
後期高齢者医療保険料	10期
介護保険料	10期
保育料	1月分

【問い合わせ】市民生活課 ☎75-3113

お知らせ

えっ!種ってこんなに飛ぶの!?
植物の種で、びっくり飛行実験

植物の種の模型工作と飛行実験を行い、植物が種を遠くに飛ばすメカニズムを学びます。

日時:2月23日(日) 午前9時~正午
場所:トキと自然の学習館(夏戸地区)
内容:植物の種の模型工作と飛行実験
トキの近況紹介

対象:小学生以上
定員:30名(先着)
持ち物:カッター、はさみ
料金:無料 申し込み:2月15日(土)まで



【問い合わせ】トキと自然の学習館 ☎75-3160

「運動を楽しむ会」参加者募集!

「体重を減らしたい」「ストレスを発散したい」など、冬の運動不足解消、体力づくりをしませんか。

日時:2月14日(金) 午前9時30分~11時30分
会場:寺泊文化センター 1階 多目的ホール
講師:諸橋ゆうみ 運動指導員
持ち物:運動靴・タオル・飲み物 参加費:無料
申込期限:2月10日(月)

【問い合わせ・申し込み】市民生活課 ☎75-3114

寺泊老人ホーム

臨時介護職員(期間雇用)募集

寺泊老人ホームでは、4月1日採用予定の臨時介護職員(期間雇用)を募集しています。

募集人数:フルタイム 2名
パートタイム 1名
(勤務時間午前9時~午後3時)

応募締切:2月28日(金) 採用試験:3月4日(火)

【問い合わせ】寺泊老人ホーム ☎75-2038

**「若大将のゆうゆう散歩」
寺泊編が放送されます!**

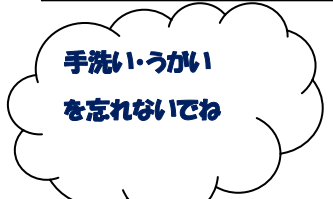
越後長岡応援団団長の加山雄三さんが、寺泊地域の魚の市場通りをはじめ、白山媛神社などを散歩する様子が下記日程で放送されますので、是非ご覧ください。

放送日時:
2月 4日(火) 午後5時25分~6時 BS朝日
2月16日(日) 午後3時30分~4時30分テレビ新潟21

【問い合わせ】政策企画課 ☎39-2204



健康掲示板



冬はインフルエンザやノロウイルスなどによる感染症の発症が多く、注意が必要です。
手洗いとうがいは感染症予防の基本です。外出後は手洗いとうがいをして、体についたウイルスを洗い流しましょう。特に流行期は、忘れずに習慣にしましょう。

【手洗いのポイント】

石鹸をよく泡立て、手のひらだけでなく、手の甲や爪の間、指の股の部分もよく洗います。親指や手首も忘れずに。流水で十分に流した後は、清潔なタオルや使い捨てのペーパータオルで水分を十分拭き取ります。

【うがいのポイント】

口の中は思いのほかバイ菌で汚れています。まずはブクブクうがいで口の中のバイ菌を洗い流しましょう。その後ガラガラうがいでのどについてのウイルスを洗い流します。

寺泊地域の主な行事などの日程

期 日	行事名	会 場	時 間	対 象
1月20日 月	行政相談	寺泊支所 1階相談室 2	13:00～15:00	
	自動車文庫米百俵号巡回日	おおこうづ保育園	9:30～10:00	
		本山保育園	10:15～10:45	
		野積保育園	11:15～11:45	
1月21日 火	おやこリミック	寺泊センターおおこうづ	10:00～11:00	1歳以上の幼児とその保護者
1月23日 木	保育園開放	野積保育園	9:00～10:30	
2月7日 金	赤ちゃん相談	寺泊センターおおこうづ	受付時間 9:15～ 9:45	平成25年7～9月生まれ
2月12日 水	保育園開放	本山保育園	9:00～10:30	
2月13日 木	1歳6か月健診	三島保健センター	受付時間 13:00～13:45	平成24年6・7月生まれ
2月18日 火	おやこリミック	寺泊センターおおこうづ	10:00～11:00	1歳以上の幼児とその保護者
2月21日 金	ウィルながおか出前相談室	寺泊支所3階女子厚生室	14:00～16:00	前日午後4時30分までに予約 ☎090-4064-6017

◎交通事故発生状況（与板警察署調べ）
与板警察署管内(H25.1.1～12.31)

発生件数			死者数			負傷者数		
25年	24年	増減	25年	24年	増減	25年	24年	増減
60	71	-11	2	3	-1	72	91	-19
(21)	(19)	(+2)	(1)	(1)	(±0)	(24)	(25)	(-1)

※下段()は寺泊地域の数字

◎寺泊の人口（26.1.1 現在）

世帯数	総数	男	女
3,521	10,498	5,080	5,418
(-1)	(-7)	(-4)	(-3)

※()内は前月比