

てらどまい

10月号

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
カラー版はホームページでご覧になることができます。



祝 町内めぐり駅伝大会
START ↔ FINISH



爽やかな秋晴れの下、スタート！

10月8日(月・祝)、第62回寺泊地域めぐり駅伝大会が開催されました。
今年は21チームが参加し、沿道の皆さんから声援を受けながら、選手はタスキをつないで力走しました。

〈成績〉

優勝:角上陸上部 準優勝:寺中3年生 第3位:光風ランナーズ

夫婦そろって100歳！ おめでとうございます

できごと

寺泊地域で、住田信市さん、ミヨさん夫婦（磯町二）が今年そろって100歳を迎えられます。9月21日（金）には八子支所長がご自宅を訪問し、信市さん（今年度100歳）に国、県、市からのお祝い状と記念品を贈呈しました。

信市さんに長寿の秘訣をお聞きしたところ、無理をせずやりたいことを自分のペースで行うよう心がけている、と話されていました。これからもお体に気をつけてお元気で過ごしてください。



長岡市消防団寺泊方面隊秋季消防演習を実施

9月30日（日）、長岡市消防団寺泊方面隊の秋季消防演習が、与板消防署寺泊出張所で実施されました。

寺泊地域の防災に尽力している消防団員が、通常点検や小型ポンプ操法を披露しました。小型ポンプ操法では優勝した第1分団が寺泊方面隊の代表として、来年度行われる長岡市消防団ポンプ操法競技会に出場します。



▲開会式



▲小型ポンプ操法競技会

第3回地域委員会を開催

9月26日（水）、寺泊支所において本年度3回目の地域委員会が開催されました。

【議題】

「越後長岡地域のかるた」絵札の選考について

寺泊・大河津小学校の5、6年生から応募いただいた「越後長岡地域のかるた」の絵札の選考を行いました。

かるたは、今年12月頃に市内の全小学校へ配布・活用されるほか、一般販売も予定されています。



歴史に触れたまちあるき

9月29日（土）、第1回景観講座として「歴史とロマンのまち寺泊 ロマン街道散策ツアー」が開催されました。

汐見台をスタートし、密蔵院・白山媛神社・硯水の霊井・オルゴール塔・聚感園・河合家生家を散策。長岡造形大学平山教授の解説を聴きながら、旧北国街道周辺の景観を楽しみました。



できごと

あなたの骨は大丈夫？ 骨美人教室を開催

10月5日(金)、寺泊文化センターで骨美人教室が開催されました。始めに骨密度を測定。その後、測定結果の説明と栄養のお話がありました。骨折は寝たきりの原因の第4位で、自分の骨密度を知り、早い時期から気をつけて生活することで、将来寝たきりになる可能性を減らすことができます。最後に、骨粗しょう症予防トレーニングの指導を受けました。



▲骨密度の測定



▲トレーニングの指導

お知らせ

寺泊地域文化祭の
作品募集！！

11月3日(土・祝)、4日(日)、寺泊文化センターと寺泊コミュニティセンターで開催される寺泊地域文化祭に展示する作品を募集します。

募集作品: 書道、絵画、写真など
申込方法: 作品内容等を記載した用紙(様式自由)を、地域振興課まで提出してください。
申込期限: 10月29日(月)

【申込み・問い合わせ】 地域振興課 ☎75-3111

保存可能な食品の寄付をお願いします

一般家庭にある食品を募り、その食品をフードバンクにいがたを通じて、生活に困っている方や福祉施設等に寄付します。

寄付可能な食品例(賞味期限内のもの)
お米、缶詰、調味料、レトルト食品、インスタント食品、災害食品など

受付場所: 寺泊コミュニティセンター

【問い合わせ】
寺泊コミュニティセンター
☎0256-97-3155



随時受付中 冬に実施する事業も対象になります！

市民活動推進事業補助金をご利用ください。

市民団体などが行う地域社会のための活動や広く市民が参加できる交流イベントなど、公益的な活動に係る経費の一部を補助します。

補助額: 対象経費のうち20万円以内は全額、20万円を超える部分は80%(上限100万円)

審査方法: 書類審査(必要に応じてヒアリング)
申込み: 事前相談の上、活動実施の2か月前までに市民協働センター(アオーレ長岡)へ申請書を提出

【問い合わせ】市民協働センター ☎39-2020

第32回ウィルながおかフォーラム 分科会
コロロとカラダのセルフメンテナンス
参加者募集！

日時: 11月11日(日) 午後1時30分～3時30分
会場: 寺泊コミュニティセンター(多目的ホール)
参加費: 無料

講師: 水科江利子さん
(心と体のコーディネーター)

対象: どなたでも
持ち物: バスタオルまたはヨガマット
動きやすい服装

定員: 30名(申込先着順)

【申込み・問い合わせ】
長岡市男女平等推進センター ウィルながおか
☎39-2746 FAX 39-2747 HPからも申込可



お知らせ

ご迷惑をおかけします 寺泊コミュニティセンターの証明書 発行を一時停止します

電気設備点検による停電のため、証明書の発行が一時停止します。ご迷惑をおかけしますが、最寄の支所などで手続きをお願いいたします。

日時:11月8日(木) 午後2時～3時

【問い合わせ】市民生活課

☎75-3113



ナガオカフィーリングプロジェクト 婚活イベントのお知らせ

日時:11月25日(日) 午後4時～7時

会場:ル・ジャルダン(大手通1)

対象:35歳～49歳の独身者

定員:男女各15名(申込先着順)

参加費:男性4,500円、女性4,000円(事前振込)

申込み:11月19日(月)までに同プロジェクト公式サイト
<http://feelingproject.machinaka.biz/>で

主催:ながおか・若者・
しごと機構

共催:長岡商工会議所

【問い合わせ】

NPO法人まちなか考房

☎36-3240



「メタボ撃退！ 生活習慣病予防教室」参加者募集！

生活習慣病を予防・改善するための食事や運動について、みんなで楽しく学びませんか？

ご自分や家族の健康づくりのために、ぜひ、ご参加ください。

日程:①11月13日(火)

②11月27日(火)

③12月11日(火)

④12月25日(火)

時間:午後1時30分～3時30分

会場:寺泊コミュニティセンター

対象者:74歳以下の方

定員:20名

内容:生活習慣病予防に関するお話、食事のお話、運動実技

持ち物:健診結果(お持ちの方)、筆記用具、めがね(必要な方)、運動できる服装、汗拭きタオル、内履き、飲み物

申込期限:11月6日(火)まで

【申込み・問い合わせ】

市民生活課保健係

☎75-3114



上級救命講習会に参加しませんか

成人・小児・乳児に対する心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)の使用法、その他の応急手当などの講習会を開催します。参加費は無料です。修了者には、上級救命講習修了証を交付します。

日時:12月15日(土) 午前9時～午後6時

会場:長岡市与板消防署

定員:20名(申込先着順)

受付開始:11月5日(月)午前9時から

【申込み・問い合わせ】

与板消防署

救急係

☎72-2572



秋の火災予防運動

実施期間 11月9日(金)～11月15日(木)

全国統一標語

『忘れてない？ サイフにスマホに火の確認』

暖房器具を使う機会が多くなる時期です！安全に使用して、火事に注意しましょう！

～暖房器具を安全に使う3つのポイント～

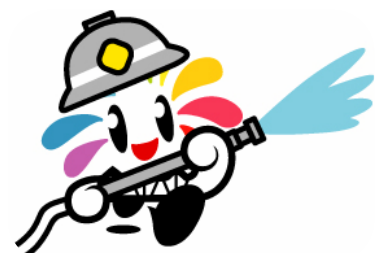
- ① 暖房器具の周りに燃えやすい物を置かない。
- ② 給油の時は火を消して、タンクのキャップはしっかりと閉める。
- ③ 外出する時や寝る前は、必ず火を消す。

【問い合わせ】

与板消防署

予防係

☎72-2572



図書館からのお知らせ

【イベントのお知らせ】

* ハロウィンパーティーin寺泊 *

日時:10月20日(土) 午前10時～11時
会場:寺泊文化センター 3階 美術工芸室
内容:ハロウィンにちなんだ絵本の読み聞かせと
工作を行います。仮装での参加も大歓迎で
す。

対象:小学生以下(未就学児は保護者同伴)
定員:15名
申込み:窓口と電話(75-5159)で受付中です。

* 寺泊エコブックフェア *

日時:11月3日(土・祝) 午前10時～午後3時
※当日午前9時～整理券を配布致します。
会場:寺泊文化センター 1階 ロビー特設会場
内容:図書館で要らなくなった本や、地域の方
から寄せられた本を無料でお譲りします。

エコブックフェアを開催するにあたり、お家で眠
っている本がありましたら、図書館へお持ちくださ
い。有効活用させていただきます。

受付期間:10月27日(土)まで

週刊誌・漫画雑誌は除きます。本の状態・内容に
よってはお預かりできない場合もございます。お問
い合わせください。

* ～0才からの読み聞かせ～ えほんであそぼ *

日時:11月16日(金) 午前10時～10時30分
会場:寺泊文化センター 2階 和室研修室
内容:絵本の読み聞かせやわらべ歌・手遊び歌、
簡単な工作をします。

* 上映会 *

日時:11月17日(土) 午後2時～3時
会場:寺泊文化センター 2階 視聴覚室
内容:絵本原作の児童向け作品を上映します。
対象:小学生以下(未就学児は保護者同伴)
申込み:不要です。直接会場までお越しください。

【図書館の休館日】

毎週月曜日(祝日の場合はその翌日)、毎月末日

【問い合わせ】寺泊地域図書館 ☎75-5159



お知らせ

税金などの口座振替のお知らせ

10月分の口座振替日は、10月31日(水)です。
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	市民税・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
	保 育 料	10月分

※家屋等の新築、取り壊し、または増改築をしたと
きは、連絡をお願いします。

【問い合わせ】市民生活課 ☎75-3113

水族博物館からのお知らせ

* 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」*

日にち:10月28日(日)、11月11日(日)
11月23日(金・祝)

時間:午前9時～正午

会場:寺泊水族博物館・寺泊海岸

内容:浜辺を散策しながら、打ち上げられた貝や
漂着生物を探し、日本海の生物について解
説します。

対象:小学生(保護者同伴)

申込み:開催日の2日前まで

定員:各回20名(申込先着順)

持ち物:ビニール袋、軍手

濡れてもよい靴

(長靴推奨)

タオル、トングなど

【申込み・問い合わせ】

寺泊水族博物館 ☎75-4936



文化センターからのお知らせ

* いきがぼ～んと vol.85 *

日時:11月3日(土・祝) 午前11時開演

会場:寺泊文化センター 2階 和室研修室

内容:寺泊ゆかりの昔話を、笹川良子さんの紙
芝居でお楽しみください。

料金:無料

【問い合わせ】寺泊文化センター ☎75-5155



くらしのカレンダー



日	曜	行 事 等
10月		
20	土	シーサイドマラソン大会ランニング教室(寺泊海浜公園) ハロウィンパーティーin 寺泊(寺泊文化センター)P5
21	日	第40回寺泊シーサイドマラソン大会
22	月	
23	火	おやこリミック 10:00～11:00(寺泊コミュニティセンター)※1・3
24	水	おやこふれあい遊び 10:00～11:00 ※1・3 あなたの健康相談室 9:30～11:00(寺泊文化センター)※4
25	木	おやこ体操教室 10:00～11:00(寺泊コミュニティセンター)※1
26	金	健康講座 10:30～11:00 ※1・3
27	土	寺泊中学校PTA講演会 10:30～(講師:医学博士 加藤俊徳氏) 寺泊中学校合唱コンクール 13:20～15:10
28	日	オレンジカフェ in 寺泊 秋を味わう会 10:00～12:00 講師:管理栄養士(介護老人保健施設てらどまり)
29	月	
30	火	
31	水	
11月		
1	木	Dメールテスト配信
2	金	

日	曜	行 事 等
3	土	文化の日 寺泊地域文化祭 9:00～19:00(文化センター、コミュニティセンター) エコボックスフェア(寺泊文化センター)P5 いきがぼ〜んと vol.85(寺泊文化センター)P5
4	日	寺泊地域文化祭 9:00～15:00(寺泊文化センター、 寺泊コミュニティセンター)
5	月	
6	火	運動あそび 9:30～11:00(寺泊コミュニティセンター) ※1・3
7	水	うさみみクラブ 10:30～11:00※1・3
8	木	寺泊コミュニティセンター証明書発行停止 14:00～ 15:00 P4
9	金	保健師講座 10:30～11:00 ※1・3
10	土	大河津小学校創立110周年記念式典 9:50～11:15 塩引き鮭づくり体験 9:00～12:00(寺泊漁協)
11	日	寺泊公民館「映像によるやさしい故郷ガイド」シリーズ③ 「リレー茶会が開かれた照明寺密蔵院と良寛」(文化センター) ココロとカラダのセルフメンテナンス P3 寺泊コミュニティセンタークリーン作戦
12	月	
13	火	生活習慣病予防教室 13:30～15:30(寺泊コミュニティセンター)P4
14	水	手形でアート 9:00～11:30 ※1・3 保育園開放日 9:00～10:30(本山保育園)※1
15	木	
16	金	保育園開放日 9:00～10:30(寺泊保育園)※1 身体測定 9:30～15:00※1・3 おしゃべりハッピータイム 10:30～11:00※1・3 0才からの読み聞かせ(寺泊文化センター)P5

※1 対象者は保育園入園前のお子さんとその保護者 ※2 対象者は乳児とその保護者 ※3 子育ての駅てらどまり・ここにこ ☎0256-97-2627(直通)
※4 あなたの健康相談室は予約制です。2日前までに電話で予約してください ☎75-3114。

自動車文庫 米百俵号の巡回日程

- 車内には様々なジャンルの本が約2,000冊あります。
 - 借りた本の返却は次回巡回時、又は市内の図書館、本の取次所でも可能です。
- 【問い合わせ】長岡市立中央図書館 ☎32-0658

期日	場所	停車時間
11/15(木)	おおこうづ保育園	9:20～10:00
	マルイ 寺泊店	10:10～10:30
	本山保育園	10:45～11:20
	寺泊小学校	13:00～14:00

◎交通事故発生状況(与板警察署調べ)

与板警察署管内(平成29・30年とも1.1～9.30に発生した数です)

発生件数			死者数			負傷者数		
30年	29年	増減	30年	29年	増減	30年	29年	増減
27	19	+8	1	0	+1	33	21	+12
(8)	(8)	(0)	(0)	(0)	(0)	(8)	(9)	(-1)

※下段()は寺泊地域の数字

◎寺泊の人口(H30.10.1現在)

世帯数	総数	男	女
3,380	9,410	4,587	4,823
(-1)	(-21)	(-12)	(-9)

※()内は前月比