

# 山古志支所だより

2014  
3月号

編集  
発行

長岡市山古志支所地域振興課地域振興・防災係 〒947-0204 長岡市山古志竹沢乙461  
電話：0258-59-2328 FAX：0258-59-2331 Eメール：ymks-chiiki@city.nagaoka.lg.jp



## 復興祈願 古志の火まつり

山古志地域の新成人7名と被災地交流を続けている  
岩手県大槌町成人2名が山古志地域と東日本大震災  
の復興を願い点火。(3/8古志の火まつり)

古志の  
火まつり



オープニングを飾る  
闘牛太鼓



雪中闘牛大会で迫力の対戦



前日からの雪で会場設営は雪かきから

東洋大ボランティアが大活躍



佐藤英里さんによる  
パワフルなステージ

岩手県大槌町の伝統芸能の虎舞



宇崎竜童さんの歌声で会場が一つに

今年も古志の火まつりを盛大に開催することができました。カヤ刈りや協賛金など、地域の皆様には多大なご尽力をいただき、ありがとうございます。古志の火まつり実行委員会

実行委員長 田中 仁



復興祈願・五穀豊穡を願い点火されたさいの神。燃え上がる炎が雪深い山古志に春を運んでくれます。

涙のお別れ 山古志中学校卒業式(3/7) 新たな門出を迎えた10人の卒業生。



老人クラブの囲碁・将棋大会(2/26)

激戦を制したのは次の方々です。苺羽さんはなんと4大会連続優勝の快挙。

囲碁の部

- 優勝 星野 信一(竹沢第一互幸会)
- 準優勝 星野 伸次( )
- 第3位 田中 良宗(虫亀第二亀寿会)

将棋の部

- 優勝 苺羽 矢之助(竹沢第一互幸会)
- 準優勝 五十嵐 悦美(虫亀第三亀寿会)
- 第3位 五十嵐 勝(虫亀第二亀寿会)



にこにこ笑顔のひなまつり(2/12、19)



にこにこ会でお雛様を手作り。かわいいお雛様に満足の笑顔。

古志高原スキーカーニバル(3/2)

楽しい雪の祭典に家族連れがいっぱい。笑い声の絶えない一日でした。



つきたてのお餅は伸びがちがう。



大人気のお楽しみ抽選会。越路からお越しのご家族に最後の景品が当たりました。



古志高原はよく家族で利用しています。こんな豪華な景品をいただけてうれしいです。

## 雪崩に注意しましょう

春に向け、気温が高くなることや降雨などの条件によって、雪崩発生危険性が一段と高まります。斜面の状況を観察し、危険な箇所には近づかないでください。

雪崩にあってしまったら

**警察110番** または **消防119番** へ  
雪崩の前兆現象や雪崩を見つけたときは  
下記担当へ (☎59-2328)

担当：地域振興課 地域振興・防災係 (☎59-2328)

## フレッツ光加入仮申込受付の 集計結果について

1、2月に皆様から提出していただいた、フレッツ光仮申込の集計結果の概要を次のとおりお知らせします。ご協力、誠にありがとうございました。

現在、来年度の整備に関連する予算の議決後、早期に整備工事に着手できるよう準備を進めています。事業の進捗については、今後も支所だより等を通じてお知らせする予定です。引き続き本事業に対するご理解、ご協力をよろしく願います。

仮申込書配布数	526
仮申込数	161
仮申込率 (%)	30.61

担当：情報政策課 情報政策班 (☎39-2205)  
地域振興課 地域振興・防災係 (☎59-2328)

## 狂犬病予防注射を行います

生後91日以上経過して未登録の犬の新規登録申請を合わせて受け付けます。この機会に予防注射と登録を済ませてください。当日、受けられない方は、動物病院で必ず受けてください。

### 【日時・場所】

日 時	場 所
4月18日(金)午前10時20分 から10時40分まで	山古志支所 正面駐車場 車庫前

### 【持参するもの】

#### (1) 登録済みの犬

- ・狂犬病予防注射済票交付申請書(3月下旬に郵送)
- ・3,100円(注射料金)

#### (2) 未登録の犬

- ・印鑑(登録に必要)
- ・6,100円(注射料金 + 登録料金3,000円)

問合せ：市民生活課 環境係 (☎59-2332)



## 春の全国交通安全運動が始まります

スローガン 春風に のせようマナーと おもいやり

実施期間：4月6日(日)から4月15日(火)まで

重点運動：子どもと高齢者の交通事故防止、全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底、飲酒運転の根絶



4月10日(木)は「交通事故死ゼロを目指す日」です

担当：地域振興課 地域振興・防災係 (☎59-2328)

## 募集 「長岡市地域コミュニティ事業補助金」申請団体を募集

集落や特定非営利団体などが、地域での産業、福祉、芸術文化、スポーツなどのコミュニティ活動で、自主的に行うまちづくり活動に補助金を交付します。4月になりましたら、平成26年度の募集受付を開始する予定です。詳しい内容・申込方法等については、地域振興課までお問い合わせください。

補助限度額：50万円(自己負担有り)

担当：地域振興課 地域振興・防災係 (☎59-2328)

### 平成25年度はこんな事業

#### やまこし夏祭り

(中越防災フロンティア)

- ・山古志地域全体の夏祭りの開催
- 8月17日(土)



#### お見合いプロジェクト(山古志住民会議)

- ・お見合いイベントの開催
- 2月22日(土)、3月29日(土) ※予定

生活習慣病予防のススメ ③〇 ～血液サラサラ大作戦④みそ汁の塩分～

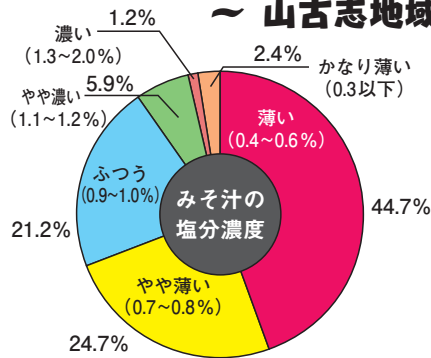
毎日の食事の定番は、やっぱりみそ汁?! 冬場、「健康料理教室」で地域を巡回した際に測定した、「わが家のみそ汁の塩分濃度」の結果をお知らせします。

具だくさんのみそ汁でらくらく減塩!

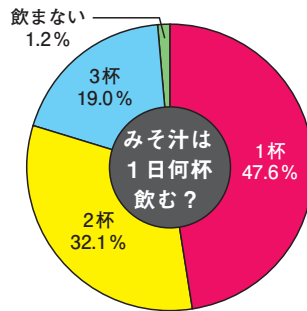


みそ汁は1日1杯!? 具だくさんでしょ!!

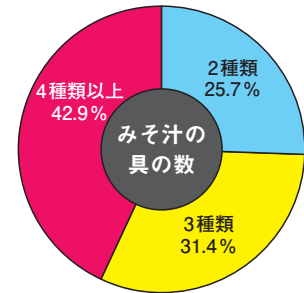
～山古志地域のみそ汁を調べてみました(85名)～



**\*平均 0.7% 「やや薄め」**  
多くの方が、みそ汁は薄くするよう気をつけているようです。



せっかくみそ汁が薄くても何杯も飲んだら塩分摂取量は多くなりますね・・・。



**\*カリウムの働き! 血圧降下作用**  
具だくさんにすると、野菜等に含まれるカリウムがナトリウムの排出を促し、血圧を下げます。

平成25年度山古志地域みそ汁塩分濃度測定結果

具だくさんにすると減塩できる理由

具だくさんにすると、塩分濃度は同じでも汁の量が減るので塩分量は減!!  
みそを少なくすると汁の量が同じでも塩分量は減!!

問合せ：市民生活課 保健係 (☎59-2333)

【汁が多い】



\*塩分濃度 1.0%  
\*汁の量 150ml

塩分量 1.5g

【具が多い】



\*塩分濃度 1.0%  
\*汁の量 100ml

塩分量 1.0g

【具が多くてみそが少ない】



\*塩分濃度 0.7%  
\*汁の量 100ml

塩分量 0.7g

4.3 ウィルながおか出前相談室(予約制)

夫婦間のトラブルや家庭内のことを相談下さい。相談は予約制です。まずはお電話ください。  
日時：4月3日(木) 午後2時～4時  
場所：山古志体育館 1階 休憩室(和室)  
予約電話：090-4064-6017 (月～金 午前10時～午後4時30分)

電話での相談もお受けしています。  
ウィルながおか電話相談 (☎39-9375)

問合せ：長岡市男女平等推進センター  
ウィルながおか (☎39-2746)

4.15 富所先生の診察があります

4月の中央総合病院富所先生の診療日です。  
日時：4月15日(火) 午後2時から4時まで  
場所：虫亀診療所 (☎59-2267)  
問合せ：市民生活課 保健係 (☎59-2333)



# 各 行 事 の ご 案 内

## くらしのカレンダー（3月末～4月）

（ ）内は会場等

日 曜	行 事 等	問	日 曜	行 事 等	問
〈 3 月 〉			9 水	3歳児健診（長岡市健康センター）	市
20 木	支所だより3月号 発行	地	10 木	3歳児健診（長岡市健康センター）	市
21 金	(春分の日)		11 金	赤ちゃん相談（長岡市健康センター）	市
22 土			12 土		
23 日	古志高原スキー場 今シーズン最終日	ス	13 日		
24 月	山古志体育館休館日	地	14 月		
25 火	山古志小学校卒業式（山古志小学校）	学	15 火	すくすくチャイルドの会（竹沢保育園）	保
26 水			16 水		
27 木			17 木		
28 金	竹沢保育園 卒園式（竹沢保育園）	保	18 金	狂犬病予防定期集合注射（山古志支所前）	市
29 土				山古志支所だより4月号 発行予定	地
30 日			19 土		
31 月			20 日		
〈 4 月 〉			21 月		
1 火	クロバーバス運行開始式（おらたる前）	他	22 火	すくすくチャイルドの会（竹沢保育園）	保
2 水	1歳6か月児健診（長岡市健康センター）	市	23 水		
3 木	1歳6か月児健診（長岡市健康センター）	市	24 木		
	ウィルながおか出前相談（山古志体育館）	他	25 金		
4 金	竹沢保育園 進級式（竹沢保育園）	保	26 土		
5 土			27 日		
6 日	春の交通安全運動（4/15まで）	地	28 月	山古志体育館休館日	地
7 月	山古志小・中学校入学式（山古志小・中学校）	学	29 火	(昭和の日)	
8 火			30 水		

問い合わせは次のとおり。地＝地域振興課、市＝市民生活課、産＝産業建設課、学＝山古志小・中学校、サ＝地域復興支援センター山古志サテライト、ス＝古志高原スキー場、Y＝総合型クラブY-GETS、他＝その他

### ●市税などの3月、4月の納期

問合せ：市民生活課 市民係（☎59-2332）

3月

納期限(口座振替日) = 3月31日(月)

納期 = 国民健康保険料9期、後期高齢者医療保険料(普通徴収)12期、介護保険料(普通徴収)12期

4月

納期限(口座振替日) = 4月30日(水)

納期 = 固定資産税1期、介護保険料(普通徴収)1期

※ 口座振替の方は前日までに口座の残高をご確認ください（再振替は行いませんのでご注意ください）。

### 山古志地域の人口 (3月1日現在)

※( )は先月比



463 世帯  
(-2)



1,163 人  
(-4)



586 人  
(-2)



577 人  
(-2)

前より前へ! 長岡  
人が育ち 地域が元々

