# みんなのひろば

市民サークル、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…3月号は1月23日㈭(必着)、4月号は2月19日㈬(必着)。開催日や申し込み締め切りが【3月号】3月10日㈪、【4月号】4月10日㈭以降のものに限ります
◆提出先…〒940-8501広報・魅力発信課へ郵送、持参、FAX39・2272、専用フォーム（右）　※応募多数の場合、掲載できないことがあります

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・応募できない②活動が主に市外で行われている③政治・宗教・営利が目的（準ずるものを含む）
●原則、会員募集は年1回、同一団体の掲載は年4回までです
問広報・魅力発信課☎39・2202

## 催し

**■ながおかワーク&ライフセミナー映画上映「土を喰らう十二ヵ月」**
日1月16日㈭午後3時～5時10分 場アオーレ長岡 定100人先着 申長岡地区労働者福祉協議会事務局（連合中越）☎86・0111

**■長岡市建築設計協同組合創立40周年記念講演会「長岡のまちずくり・夢づくり」**
日1月25日㈯午後2時～4時45分 場長岡グランドホテル 講長岡造形大学学長・平山育男さんほか 定200人先着 申同事務局☎32・8992

**■料理体験教室**
日1月25日㈯、2月22日㈯午前9時～午後1時 場さいわいプラザ 対50歳以上の一人暮らし、介護をしている人 ¥各1、300円 申クッキング泉・伊丹さん☎090・2654・3869

**■講演「暴力被害女性と生き難さを抱えた若者たちへの支援を続けて～いろいろな形の相談と居場所作りの実践から～」**
日2月1日㈯午後2時～3時30分 場市立劇場 講NPO法人ハーティ仙台代表・八幡悦子さん 定50人先着 申1月24日㈮までにNPO法人女のスペース・ながおか☎38・0457へ

**■NOZウインターライブコンサート**
日2月2日㈰午後3時～5時 場トチオーレ 内バンド演奏 問西片さん☎090・3104・1976

**■指笛メロデー学習大会**
日2月10日㈪午後6時～7時 場アオーレ長岡 定50人先着 申2月9日㈰までにスポーツ吹

## 健康

**■脳活性化認知症予防ゲーム**
日1月9日㈭午前10時～11時30分、25日㈯午後1時30分～3時 場さいわいプラザ ¥各300円 申あおーねの会・池津さん☎090・5552・2748

**■三島病院　三もく会**
日1月16日㈭、2月20日㈭、3月27日㈭午後2時～3時30分 内認知症の講義、家族会 場・申各前日までに同病院☎42・2311へ

**■豊かな健康教室「フレイル予防～健康寿命とともに考える～」**
日1月25日㈯午前9時30分～10時30分 場米百俵プレイス北館 講理学療法士・熊谷修平さん 定10人先着 申1月22日㈬までにケアハウス桃李☎47・3113へ

**■認知症と共に歩む市民講座「在宅と介護施設の選択のヒント」**
日1月25日㈯午前11時～正午 場米百俵プレイス北館 定25人先着 申1月24日㈮までに崇徳厚生事業団医療・福祉よろず相談☎39・7374へ

**■骨粗しょう症予防教室**
日2月15日㈯午後1時～2時15分 定15人先着 場・申2月14日㈮までに吉田病院☎32・0490へ

## くらし

**■無料法律相談会（要予約）**
日1月8日㈬・22日㈬、2月3日㈪・5日㈬・10日㈪、3月3日㈪・6日㈬・10日㈪・14日㈮午前10時～正午 場・申各前日までに新潟県商工会連合会長岡支所☎21・0688へ

**■精神に障害を持つ人の家族への相談**
日1月8日㈬・22日㈬、2月12日㈬・26日㈬、3月12日㈬・26日㈬午前10時～正午 場社会福祉センター 問長岡希望の会☎89・7883

**■ジョブカフェながおか☎38・6181の催し**
内・日プチ適職診断&ジョブカフェ説明会…1月15日㈬、就活突破セミナー「伝わる自己PR」の書き方…29日㈬ 時午後1時30分～2時30分 場ハローワーク長岡 対おおむね56歳までの求職者（学生を除く）

**■高齢運転者の運転指導や免許継続・返納などの相談は、安全運転相談ダイヤル#8080へ**
日平日午前8時30分～午後5時（祝日は除く）

**■老年問題セミナー「地域包括ケアシステムの今後について」**
日2月15日㈯午前10時～午後4時15分 場ホテルニューオータニ長岡 講厚生労働省事務次官・伊原和人さんほか 定200人先着 ¥5、000円 申1月24日㈮までに高齢者総合ケアセンターこぶし園☎46・6610へ

**■県地域政策課のお知らせ**
**①県ホームページで新潟県の雪情報を提供**
内・日降雪予報…2月28日㈮まで、降雪量…3月31日㈪まで
**②除雪ボランティア「スコップ」メンバー募集**
内高齢者世帯などの除雪作業 申同課☎025・280・5088

**■雪によるLPガス設備の事故を防ぎましょう**
排気筒や吸気口、容器などの周辺が雪に埋もれないよう、除雪や点検を心掛けましょう。
問新潟県LPガス協会☎025・267・3171

**■新潟県Uターン促進奨学金返還支援事業**
対県内にUターンした30歳未満で、大学などを卒業後に県外で一定期間就業し、転入後6カ月以内に就業した人 問県しごと定住促進課☎025・280・5635

## 募集

**■民謡すみれ会会員**
日毎週日曜日午後4時30分～7時 場大島コミュニティセンター ¥月2、000円 申中澤さん☎090・1032・1734

**■競技かるた「長岡ちはや会」会員**
日毎月第2・4日曜日午前9時～正午 場みしまコミュニティセンター 申斎藤さん☎090・4523・5992

**■健康マージャンの会会員**
日1月12日からの日曜日午前9時～午後3時30分（月3回程度） 場千手コミュニティセンター ¥1回500円（年会費1、000円別） 申西巻さん☎080・5515・9267

**■健歩クラブ会員**
内登山など（年8回程度） ¥年2、000円（初年度のみ6、000円） 申片桐さん☎080・5011・5871

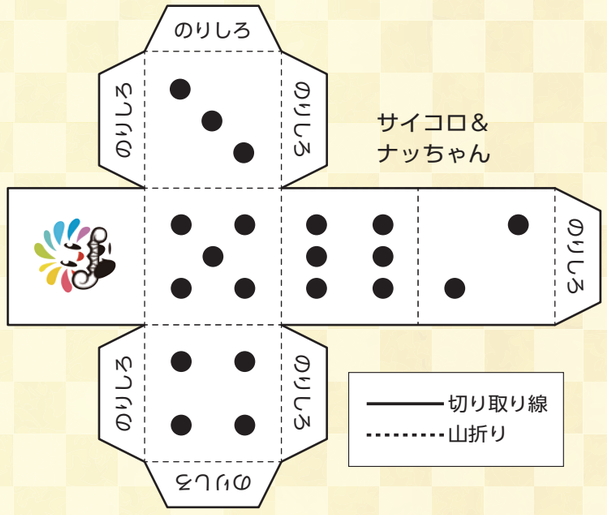
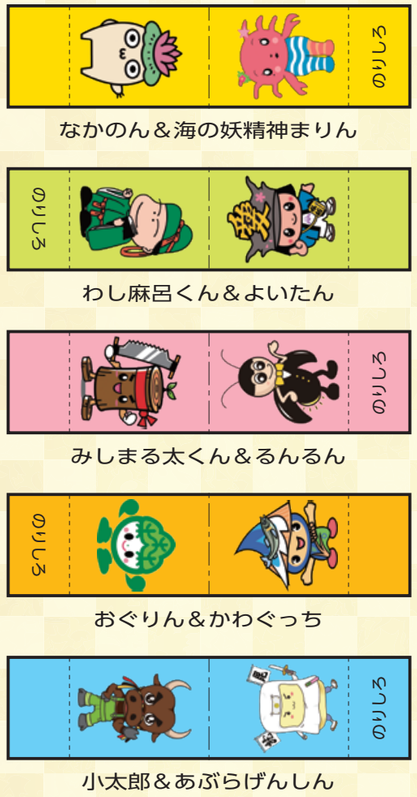
**■長岡市高等職業訓練校（申☎34・5203）**
**令和7年度訓練生**
**①2級建築士受験コース**
募集科＝建築①学科②製図 定各10人先着 日①4月～6月の土・日曜日（期間中に計10回）②7月～9月の土・日曜日（期間中に計9回） 時午前8時40分～午後5時10分 ¥①160、000円②55、000円（教科書代別） 申3月14日㈮まで
**②長期訓練課程**
募集科＝木造建築科、塑性加工科、塗装科 定各20人先着 期間＝2年 内・日学科…木曜日午前8時50分～午後5時（月2～4回）、実技…日曜日午前8時50分～午後5時（月2回） 対訓練職種の事業所の従業員および未就職者などで、高校卒業またはそれ以上の理解能力のある人 ¥事業所の従業員など…年109、600円、未就職者など…年30、000円（教科書代別） 申3月31日㈪まで

## 今月の表紙

食を楽しく学ぶ「みんなの食育塾」で、親子がおせち料理作りを体験。長岡グランドホテル日本料理料理長の手ほどきで、だて巻きや紅白なますなど、縁起が良くお正月を華やかに彩る4品を調理しました。
子どもたちが特に夢中になったのは、かまぼこの飾り切り。包丁を使い慣れていない子も慎重に手を動かし、うさぎや花など見事な飾り切りを完成させました。（12月7日）

日日時、期日　時時間　場場所、会場　内内容　講講師　対対象、資格　定定員、募集人数　¥料金、会費、受講料（記載がないものは無料）　持持ち物　問問い合わせ　申申し込みが必要（記載がないものは直接会場へ）

# ぐるっと！長岡おでかけすごろく

サイコロとコマを作って遊んでね。地域のゆるキャラと一緒にお出掛けしよう。

2ページへ