

こしじ 2

ママ、ストレッチだっしょ♪



いつも元気いっぱいの渡辺美香先生をお迎えして、「産後ママのストレッチ講座」が開かれました。赤ちゃんはベテランの母子保健推進委員のみなさんにお任せして、毎日赤ちゃんのお世話に追われる26人のお母さんは、久しぶりに心と体を「ストレッチ」しました。

(1月20日越路総合福祉センター)

第10回越路フットサル大会の結果

「段々のってきましたね♪」



12月18日(日)に、越路フットサル大会が開催され、小学生から社会人までの選手が出演し、熱戦が繰り広げられました。(越路体育館)

結果

- J1優勝 モンブラン
- J2優勝 越路中学校サッカー部
- J3優勝 クロンボFC



計5回、2か月間に渡って行われる、「男のヘルシーライフスクール」の第1回目が1月26日に開かれました。勇気ある参加者は19名。この日測ったお腹周りが3月末にはどうなるか！その日が楽しみ？(越路総合福祉センター)

長谷川邸で消防訓練

消防署員や消防団員、地元住民ら約100人が参加して、国の重要文化財「長谷川邸」で消防訓練を行いました。消火器を使った訓練や放水作業などをお互いに確認しながら取り組んでいました。(1月22日)



お知らせ

2月の越路支所申告相談会の日程

問合せ：市民生活課 税務係 電話 92-5907

| 事前申告相談会日程 | | 申告相談会日程 | |
|----------------------|------------|----------|---------------|
| 相談会場：越路支所1階101号室 | | | |
| 受付時間：午前8時30分～午後4時30分 | | | |
| 月日 | 地区名 | 月日 | 地区名 |
| 2月 1日(水) | 塚野山・千谷沢 | 2月16日(木) | 塚野山(1区)・千谷沢 |
| 2月 2日(木) | 東谷・西谷 | 2月17日(金) | 塚野山(2・3・4・5区) |
| 2月 3日(金) | 岩田・不動沢 | 2月20日(月) | 西谷 |
| 2月 6日(月) | 沢下条・飯塚 | 2月21日(火) | 東谷・沢下条 |
| 2月 7日(火) | 朝日・十楽寺・中島 | 2月22日(水) | 不動沢 |
| 2月 8日(水) | 来迎寺 | 2月23日(木) | 岩田 |
| 2月 9日(木) | 岩野・仲島・釜ヶ島 | 2月24日(金) | 飯塚 |
| 2月10日(金) | 浦 | 2月27日(月) | 朝日・十楽寺・中島 |
| 2月13日(月) | 神谷・越路中島・篠花 | 2月28日(火) | 来迎寺(元町上・中) |
| 2月14日(火) | 飯島・西野・越路中沢 | 2月29日(水) | 来迎寺(元町下) |

★青色申告・譲渡所得・住宅ローン控除・雑損控除に関する申告は、長岡税務署でお願いします。

詳しくは1月にお配りした「越路支所市民生活課からのお知らせ」(グリーン色A4版)をご覧ください。

* 3月の日程は、「支所からのお知らせ3月号」に掲載します。

建物を壊したら連絡を

平成23年中に建物を取り壊した方はご連絡ください。連絡がないと平成24年度も固定資産税が課税される場合がありますので、ご注意ください。

ただし、すでに滅失登記をされた方や、家屋の新增築等により、調査にお伺いして確認させていただいた方は必要ありません。

＜連絡いただきたい内容＞

- ・所在地、所有者名
- ・建物の種類(例：住宅・車庫など)
- ・取壊し年月日

＜連絡先＞

越路支所市民生活課税務係
電話92-5907





①子供や家族のコミュニケーションにお悩みの方 ②パパママサークルに参加しよう!

子育ての中で、子どもや家族との関係で悩むことはありませんか？お父さんも是非一緒にご参加ください。

- 日 時：3月3日(土) 午前10時から11時45分
- 会 場：越路総合福祉センター 3階 レクリエーション室
- 内 容：講話『子育てに役立つコミュニケーション』とグループトーク
講師 心理カウンセラー 南雲 陽子先生
※未就園児の保育あります。
- 参加料：無料
- 申込み：2月24日(金)まで

思った事が伝わらない

つい、怒ってしまう



出産を間近に控えた妊婦さんは、出産への不安や産まれてくる赤ちゃんに出会える期待でいっぱいです。そんな気持ちをおしゃべりしながら、出産・子育ての準備をしませんか？

- 日 時：2月24日(金) 午後7時～9時 (受付 午後6時45分～)
- 会 場：越路保健センター 2階 母子保健指導室
- 対 象：妊婦さんとその家族
- 定 員：15組
- 内 容：沐浴練習、パパの妊婦疑似体験、保健師からの情報提供
- 持ち物：母子手帳・筆記用具・バスタオル1枚・フェイスタオル1枚・濡れたタオルをいれる袋・父と子のメモリアルカード

③こころの相談会

～ こんなことはありませんか ～

- 気持ちが沈む ●よく眠れない、朝早く目がさめる
- やる気が起きない ●なんとなくくだるい、疲れやすい
- アルコールの量が増えた ○怒りっぽくなった
- ひきこもり ○物忘れが気になる など

●のいずれかが2週間以上続くと“うつ”かもしれません。

※本人だけでなく、家族の方の相談もお受けしています。お気軽にご相談ください。

- 日 時：3月5日(月) 午後2時から4時
※お一人の相談時間は30分程度
- 担当医師：田宮病院精神科 山家 卓也 医師
- 会 場：越路保健センター
- 参加料：無料
- 申込み：3月1日(木)まで



毎日の除雪、ご苦労さまです。

作業中の死亡事故が多発しています。

除雪の際は、落下したりしないよう

十分注意して行ってください。



高齢化する地域では、どのようにして支えあっていけばいいのでしょうか？

問合せ：長岡市長寿はつらつ課 電話39-2268

「わかりやすく、元気が湧いてくる講師」として全国の市町村、ケアマネジャー団体、社会福祉協議会、地域包括支援センター、民生児童委員等の研修会などで注目されている高室氏の講演会が開催されます。

- 日 時：2月15日(水) 午後1時30分～4時 (受付：12時30分～)
- 会 場：長岡市立劇場 大ホール
- 講 師：ケアタウン総合研究所 代表 たかむろしげゆき 高室成幸氏
- 申込み：不要 直接会場へお越しください。
※駐車場が少ないためなるべく公共交通機関を御利用ください。
- 内 容：
 1. 講演「地域の力でめざす！」
みんなが「やれる、やりたくなる」見守り・ささえ合いづくり
 2. リレートーク
 3. ミニシンポジウム



入場無料!

無料法律相談のお知らせ

- 日 時：2月6日(月) 午前10時～12時 (1件30分程度)
- 場 所：越路町商工会館
- 対 象 者：商工業者等
- 相 談 員：新潟県商工会連合会 嘱託弁護士
- 申 込 み：越路町商工会 電話92-2247

越路地域の人口(平成24年1月1日現在)

| | | |
|------|---------------|--------------|
| 世帯数 | 4,533世帯 (+2) | |
| 人口総数 | 14,515人 (-10) | |
| 内 訳 | 男 | 7,025人 (-12) |
| | 女 | 7,490人 (+2) |

()内は前月比

巡回バス 雪ぼたる号 運休日

| | |
|----|-------------------------------------|
| 2月 | 5日(日)、11日(土・祝)、12日(日)、19日(日)、26日(日) |
|----|-------------------------------------|



2012年

2月

※保セ→ 越路保健センター

※福セ→ 越路総合福祉センター



→ 資源物拠点回収日(越路支所)

| | | | | | |
|----|---|---|----|---|---|
| 1 | 水 | | 15 | 水 | ・るんるん親子教室(10:00~福セ) |
| 2 | 木 | | 16 | 木 | |
| 3 | 金 | 節分 | 17 | 金 | |
| 4 | 土 | 立春 | 18 | 土 | |
| 5 | 日 | | 19 | 日 | |
| 6 | 月 | ・無料法律相談(10:00~12:00 越路町商工会館) | 20 | 月 | |
| 7 | 火 | ・赤ちゃん相談(受付 9:00~9:30 保セ) 対象 H23年7・8月生まれ | 21 | 火 | ・行政相談(9:00~12:00 越路支所) |
| 8 | 水 | | 22 | 水 | ・いきいきレディース講座(10:00~福セ) |
| 9 | 木 | ・男のヘルシーライフスクール(13:30~福セ) | 23 | 木 | |
| 10 | 金 | | 24 | 金 | ・男のヘルシーライフスクール(13:30~福セ) ・パパママサークル(19:00~21:00 保セ) |
| 11 | 土 | 建国記念の日 ・2012 スノーフェスティバル in 越路 (10:00~18:00 成出運動広場) ・資源物回収 休み | 25 | 土 | |
| 12 | 日 | | 26 | 日 | |
| 13 | 月 | | 27 | 月 | |
| 14 | 火 | ・ポリオ(急性灰白髄炎) 予防接種 (受付 13:30~14:00 保セ) | 28 | 火 | |
| | | | 29 | 水 | ・出前ウィルながおか相談室(14:00~16:00 福セ) |

自動車文庫 米百俵号 巡回日
今月はお休みです

2012スノーフェスティバルin越路

今年もスノーフェスティバルが開催されます。

昨年活躍したアルビレックスBC。アルビレックスチアリーダーズ
 そして、ご当地ヒーロー「超耕21ガッター」がやってきます！
 その他にもイベント盛りだくさんでお待ちしています。

○日 時：2月11日(土・祝) 午前10時~午後6時

○会 場：長岡市不動沢 成出運動広場

ステージイベント

ほたるもち播き

Street Style 長岡技術科学大学パフォーマンスサークル

「琉球エイサー」七美太鼓

「超耕21ガッター」ショー

アルビレックスBC PR

アルビレックスチアリーダーズ

「Hanna」ミニライブ

ソーラン踊り

①13:15~、②14:40~、③17:15~

13:25~

13:35~

①13:45~、②15:50~

14:45~

①14:25~、②15:30~

14:50~

16:40~

雪上イベント

雪山すべり台

雪像づくりコンテスト



雪上イベント

お楽しみ抽選会 12:00~

甘酒無料サービス 11:00~

花火打ち上げ 17:30~



2011年 金賞(着色の部)



2011年 金賞
(無着色の部)

支所からのおしらせ こしじ2月号

編集・発行：越路支所地域振興課 〒949-5493 長岡市浦 715 番地
 電話 92-5901 FAX92-3333 E-mail:ksj-chiiki@city.nagaoka.lg.jp