



# 栃尾支所からのお知らせ

発行・編集：栃尾支所地域振興課 ☎0258-52-5815

ブログで手軽  
に情報発信

## ブロードバンド利活用講習会 in 栃尾

参加  
無料

光ブロードバンド&コミュニティ放送を体験しよう！

と き 11月27日(日)

①ブログ教室 午前の部 午前10時～正午、午後の部 午後1時30分～3時30分

②光ブロードバンド&情報通信関連展示 午前10時～午後4時30分

ところ 栃尾産業交流センター

内 容

### ①ブログ教室

自分でブログを作って、栃尾から日本中に、世界に、手軽に情報発信しよう！ブログ、YouTubeなどの効果的な活用方法も伝授！

講 師 山崎克之さん(長岡技術科学大学教授)

対 象 ブログを始めてみたい人、ホームページの代わりにブログで情報発信したい個人経営者の人など

持ち物 インターネットに接続したことのあるパソコン

※新規のブログ作成ではメールアドレス(ケータイでも結構です)が必要です。

申込み 11月22日(火)までに、氏名、参加人数、連絡先、参加を希望する時間(午前 or 午後)を電話、Eメールで情報政策課へ(応募多数の場合は抽選となります。)

☎39-2205 Eメール itp@city.nagaoka.niigata.jp

※右のQRコードでケータイからも申込みできます。



### ②光ブロードバンド&情報通信関連展示

◇地域に密着したケーブルテレビのコミュニティ放送や光ブロードバンドの体験

◇最新の情報通信関連機器、ケータイ各社の展示

問合せ 情報政策課 ☎39-2205

## 手続き・制度

### 長岡市要援護世帯 除雪費助成事業

要援護世帯に除雪費を助成します。

#### 助成対象世帯

高齢者世帯、母子世帯、障害者世帯、その他の要援護世帯で、次のすべてに該当する世帯

①自力で除雪することが困難な世帯  
②助成を受けようとする年度における世帯員全員の市民税が非課税の世帯

③親族から労力による援助または経済的な援助が受けられない世帯

#### 助成対象世帯の登録

助成を受けようとする世帯は、事前の登録が必要です。地区の民生委員・児童委員を通じて12月20日(火)までに申請してください。

問合せ 地区の民生委員・児童委員または栃尾支所市民生活課へ

☎52-15836



手続き・制度

都市再生整備計画の  
事後評価原案を縦覧します

とちお「謙信」地区都市再生整備計画の事後評価原案を縦覧します。みなさんのご意見をお寄せください。

期間 11月8日(火)～21日(月)

ところ 栃尾支所 3階 建設課

問合せ 栃尾支所建設課

☎ 52-5825

募集

上級救命講習会

心肺そ生法(成人・小児・乳児)、AED(自動体外式除細動器)の使用方法及び傷病者の管理法などを含めた高度な応急手当の講習会です。

講習修了者には「上級救命講習修了証」を交付します。

とき 11月27日(日)

午前9時～午後6時

ところ 栃尾産業交流センター  
会議室

定員 20人(先着)

申込み・問合せ 11月17日(木)

午前9時から栃尾消防署救急係へ

☎ 52-11155

新しい魅力を発見

「地域の宝」パネル展

栃尾地域の雁木通りや越路地帯のもみじ園など、市内各地の「地域の宝」を紹介するパネル展です。

とき 11月8日(火)～17日(木)

午前9時～午後7時

ところ 栃尾文化センター 1階

展示室

問合せ 地域振興戦略部

☎ 39-2260

植物染め講座  
インド茜で染めよう

インド茜で、絹のポケットチーフ1枚とミニストール2枚を染めます。

とき 11月19日(土)

午前9時30分～午後0時30分

ところ 栃尾産業交流センター

定員 10人(先着)

受講料 2,300円(ほか材料費3,700円)

持ち物 エプロン

申込み・問合せ

栃尾産業交流センターへ

☎ 51-1331

型染めで  
年賀状をつくらう

年賀状用に、ワンポイント模様の型染めをします。

とき 12月10日(土)

午前9時30分～午後3時

ところ 栃尾産業交流センター

定員 10人(先着)

受講料 3,150円(ほか材料費2,000円)

持ち物 エプロン、筆記用具、昼食

申込み・問合せ

栃尾産業交流センターへ

☎ 51-1331



地域型介護予防サービスをご存知ですか？

専門の講師による、介護予防のためのプログラムを実施する教室です。関心のある人は、ぜひ見学にお出てください。

内容 ①楽しみながら出来る体操 ②口の中の手入れや口腔の筋肉を鍛える ③脳の機能を鍛える

期間 週1回程度で6ヶ月間

費用 1回200円(食費・材料費は別に700円程度かかります。)

実施施設 らくらく(皆楽荘)、テイルームほのぼの(上塩保育園)、まんさく(旧JA西谷)、つくし(旧JA入東谷)

申込み・問合せ 地域包括支援センターとちお(いずみ苑内) ☎53-2265

光ケーブルで安定した高速通信のケーブルテレビ 栃尾全域で開局

インターネット

# 入るなら今!

ケーブルテレビ

ケーブルプラス電話

栃尾開局特別キャンペーン

12 月末までのお申込みで 初期費用 0 円

※「共聴組合特別料金」「光おてがるライト」コースは除く

初期費用 0 円とは

【ケーブルテレビ利用の場合】

(引込工事費 52,500 円+テレビ宅内標準工事費 21,000 円) が 0 円

【インターネット利用の場合】

(引込工事費 52,500 円+インターネット宅内標準工事費 15,750 円) が 0 円

◆栃尾ショップが栃尾支所内(2階市民ホール)に移転しました

開設時間 月曜～金曜日 午前 10 時～午後 4 時(祝休日を除く)

問合せ (株)エヌ・シー・ティ ☎0120-080-009

## ながおか 食育・交流フェス in おぐに!

親子で食について考えることの出来るイベントです。山古志のアルパカも登場予定!

とき 12月11日(日) 午前10時～午後4時

ところ 小国会館(小国町新町176-1 ☎95-4771)

内容 「食育」をテーマにしたパネルディスカッション、小国地域や長岡市内の郷土食のバイキング、親子で楽しめるゲームほか

参加費 500円(予定)、中学生以下無料

問合せ おぐに・食と農を考える会事務局(MTNサポート内) ☎95-4790

## なかのしま探検隊 ～行って見て知ってなかのしま～

中之島の名所をめぐるツアー。どこに行くかは当日までのお楽しみ。中之島の「おいしいごちそう」の試食も予定していますので、ふるってご参加ください。

とき 11月20日(日) 午前9時～正午(予定)

内容 「中之島ふるさとかるた」に出てくる場所や関係のある場所を巡る(参加者には記念品あり。見学場所へは、バスで移動)

※詳細は、申込み終了後にお知らせします。

募集定員 20人(抽選)

対象 長岡市内在住者

参加費 500円/小中学生200円/幼児無料

申込み・問合せ 11月11日(金)必着で郵便番号、住所、氏名、年齢(小中学生は学年)、電話番号を記入し、官製はがき、ファクス、Eメールで中之島支所地域振興課へ  
〒954-0192 中之島788番地 ☎61-2010 FAX 66-2238

Eメール nknsn-chiiki@city.nagaoka.lg.jp

※ファクスまたはEメールでの申込みは、送信後に確認の電話をかけてください。



米百俵号巡回 11月22日(火) 栃尾白山保育園 ⇒ 上塩保育園 ⇒ みどり保育園 ⇒ 中野俣保育園

問合せ: 中央図書館 ☎32-0658

9:30~10:30

11:00~11:40

13:10~14:00

14:30~15:30

### 11月9日～15日は「秋の火災予防運動」

◇これから暖房器具を使う季節となります。火の取り扱いには十分注意してください。

◇まだ住宅用火災警報器を取り付けていない方は、家族や財産を火災から守るために住宅用火災警報器の設置をお願いします。

問合せ 栃尾消防署予防係 TEL 52-1155

### 子育てサロン

#### わんぱくひろば

対象 就園前の幼児とお母さん  
とき 11月16日(水)、12月7日(水)  
午前9時30分～11時30分

#### なかよしひろば

対象 就園前の幼児とおばあちゃん  
とき 11月18日(金)、12月9日(金)  
午前9時30分～11時30分

#### ふわふわ広場

対象 1歳前の乳児とお母さん(家族)  
とき 11月8日(火)  
午前10時～11時30分

※会場はすべて栃尾保健福祉センター(新栄町)

問合せ NPO 法人 子育て広場ふっくら  
事務局 山本 ☎53-3404

### あそびのきょうしつ

(11/8～12/7)

11月	8日(火)	善昌寺保育園
	9日(水)	栃尾白山保育園 栃尾天使幼稚園(あひるクラス)
	16日(水)	芳香稚草園
	17日(木)	双葉保育園
	22日(火)	みどり保育園
12月	24日(木)	栃尾白山保育園
	2日(金)	東谷保育園
	7日(水)	善昌寺保育園 栃尾天使幼稚園(あひるクラス)

#### 問合せ

栃尾白山保育園 ☎52-4019 芳香稚草園 ☎52-1768  
善昌寺保育園 ☎52-3864 双葉保育園 ☎52-4402  
東谷保育園 ☎52-2211 みどり保育園 ☎52-3239  
上塩保育園 ☎52-3833 栃尾天使幼稚園 ☎52-2226

## 健康・相談

栃尾地域の人口 平成 23 年 10 月 1 日 ※( )内は前月比

合計	男	女	世帯数
21,309(-41)	10,408(-20)	10,901(-21)	7,413(1)

### ◇ 乳幼児健診・予防接種 ◇

健診名	月 日	対象者生年月	受付時間	会 場
1歳6か月児健診	11月10日(木)	22年3・4月生まれ	午後0時45分～1時	栃尾保健福祉センター
3歳児健診	11月9日(水)	20年6・7月生まれ	午後0時45分～1時	
ポリオ予防接種	11月29日(火)	1回目:23年3・4月生まれ 2回目:23年1・2月生まれ	午後0時50分 ～1時30	栃尾市民会館 2階

※母子手帳、問診票・予診票を忘れずに持参してください。

### ◇ 各種相談 ◇

相談名	月 日	内 容	受付時間	会 場
総合健康相談	11月22日(火)	健康についての相談 ※前日までに要予約	午後1時～1時30分	栃尾保健福祉センター
行政相談	11月22日(火)	国の行政に対する意見・要望	午前9時～正午	栃尾支所 2階 相談室
ウィルながおか出前相談室	11月10日(木)	家族・夫婦・生き方など さまざまな悩みの相談	午後2時～4時	栃尾保健福祉センター

問合せ▶ 【健診・予防接種】 【総合健康相談】 【行政相談】 栃尾支所市民生活課 ☎52-5836

【ウィルながおか出前相談室】 ウィルながおか ☎39-2746(相談時間のみ ☎090-4064-6017)

市税などの11月の納期限(口座振替日)は11月30日(水)です

国民健康保険料(5期)・介護保険料(8期)・後期高齢者医療保険料(8期)・下水道受益者負担金(3期)