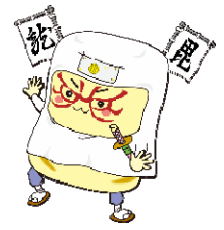


とらお 支所からのお知らせ

No.174



発行・編集：栃尾支所地域振興課 ☎0258-52-5815

健康 暮らし 市民生活課

◎申込み・問合せは栃尾支所市民生活課へ ☎52・5836

◆骨粗しょう症予防講座(無料)

あなたの骨は大丈夫ですか？骨粗しょう症にならないためのヒントをみつけ、毎日コツコツ取り組んでみませんか。

とき 11月6日(金)午後1時30分～3時30分

ところ 栃尾産業交流センター「おりなす」てまりホール

内容 骨密度の簡易測定、毎日コツコツ取り組める栄養・運動講座

対象 どなたでも

定員 20人(先着)

持ち物 水分補給用の飲み物、運動しやすい服装、マスク

◆糖尿病予防講演会(無料)

長岡市の特定健診を受けた約7割の方に、糖尿病の疑い及び予備軍という結果がみられています。

糖尿病は自覚症状なく進行するため、放置すれば気づいた時には重症化していて、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こす原因になります。

この機会に、糖尿病について一緒に学んでみませんか。

とき 11月5日(木)午後7時～8時30分

ところ 栃尾市民会館 小ホール
講師 江陽高田医院 院長 高田琢磨氏

定員 30人(先着)

持ち物 健康診断の結果、マスク

◆離乳食講習会(無料)

栄養士による離乳食中期の量や内容、与え方についてのミニ講義と調理実習を行います。

とき 11月9日(月)午前9時30分～11時30分

ところ 栃尾保健福祉センター

対象 乳児とその保護者
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

申込み 11月2日(月)まで

◆公営住宅見学会

とき 10月12日(月)～16日(金)、11月9日(月)～13日(金)

いずれも午前9時～正午、午後1時30分～4時30分

①若者世帯向け賃貸住宅

ドリームハイツあきば、スマイルハイツにればら、スマイルハイツたいら

②公営住宅

上の原団地、ハイツひがし、緑が丘団地
★入居相談はいつでも受付しています。
申込み 見学希望日の前日まで

◆要援護世帯除雪費助成事業

要援護世帯に屋根の雪下ろしなどの除雪費を助成します。

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今年度の世帯員全員の市民税が均等割のみ課税または非課税の世帯
- ③親族(別居も含む)からの労力または経済的な援助が受けられない世帯

対象世帯の登録

助成を受けようとする世帯は、事前に登録が必要です。地区の民生委員・児童委員を通じて12月16日(水)までに申請してください。

申込み・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福祉窓口へ

栃尾文化センターコラボ企画 だがしてん

懐かしい駄菓子をご紹介します。また、期間中の土・日曜日には、駄菓子と新米塩むすびを販売します。

とき 10月17日(土)～11月8日(日) 午前10時～午後3時

ところ 杜々の森名水会館
アトレとど
問合せ 杜々の森名水公園へ ☎58-3050

クマに注意

- 秋はクマ出没の可能性が高まります。
- クマを呼び寄せないように収穫の見込みのない果樹などは、もぎ取りましょう。
- 山や山際の畑に行く場合には、鈴など音のするものを身に付け注意して行動してください。

連絡・問合せ
栃尾支所地域振興課 ☎52-2151(代表)
栃尾幹部交番 ☎52-1630

栃尾地域のできごと

百歳おめでとうおめでとう

百歳長寿者の皆さんに、お祝い状と記念品が贈られました。栃尾地域の対象者は次の11人です。(敬称略)

- 栃尾大町 那須 スイ
- 栃尾大野町 小林 トリ
- 谷内 藤崎マサヨ
- 東町 佐藤 フミ
- 金沢 藏本 美弥、青木 ミヨ
- 栃尾原町 奥澤馨三郎
- 天下島 渡邊 イツ
- 榎原 大崎フヂイ
- 葎谷 松平イチノ
- 栃尾泉 三本 百合



開館時間 火・水・金・土曜 午前9時30分～午後3時(正午から1時間休館)
 場 所 栃尾産業交流センター おりなす 2階
 申込み・問合せ 子育ての駅とちお「すくすく」 ☎51-1022

無料

◇助産師による子育て相談
 と き 10月7日(水)、11月4日(水)、12月2日(水)
 午前10時30分～11時30分

◇保健師による子育て相談
 と き 11月20日(金) 午前10時30分～11時30分

<10月>
 ◇てまりホールで遊ぼう
 広いホールで体を動かしましょう。(保護者対象)
 と き 10月13日(火) 午前10時30分～11時30分
 持ち物 内履き、タオル、飲み物



◇作って遊ぼう
 親子で簡単なおもちゃを手作りしましょう。
 と き 10月21日(水) 午前11時～11時30分

<11月>
 ◇ベビーマッサージ
 インストラクターが指導します。

と き 11月18日(水) 午後1時30分～2時30分
 対 象 1歳未満の乳幼児と保護者
 定 員 10組(先着)
 持ち物 バスタオル
 申込み 11月10日(火)から

◇食育講座
 栄養士が、乳幼児期にしっかり習慣づけたい食事について話します。
 と き 11月18日(水) 午前10時30分～11時30分

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントを中止します

イベント名	日 時	場 所	問合せ先
とちお自慢市	10/11(日)	道の駅 R290 とちお	栃尾観光協会 ☎51-1195
第46回 栃尾地域農業まつり	10/25(日)	栃尾産業交流センター	栃尾支所農林課 ☎52-5847
第52回 栃尾美術展、栃尾文化祭	例年 11月中旬	例年 栃尾体育館	栃尾支所地域振興課 ☎52-1117

健康・相談

栃尾地域の人口 令和2年9月1日

合計	男	女	世帯数
17,051(-37)	8,376(-24)	8,675(-13)	6,977(-4)

※外国人を含む、()内は前月比

◇ 各種相談 ◇

相談名	月 日	内 容	受付時間	会 場
総合健康相談	10月27日(火) 11月24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24日(火)	国の行政に対する意見・要望	午前10時～正午	栃尾支所 2階 相談室

問合せ・申込み 栃尾支所市民生活課 ☎52-5836

米百俵号巡回

● 10月7日(水)、11月4日(水)	● 10月21日(水)、11月18日(水)	● 10月27日(火)、11月19日(木)
みやざわ苑 9:50～10:10	おりなす 10:00～10:40	東谷小学校 9:30～10:40
中央図書館 下塩小学校 10:30～12:00	上塩保育園 11:00～11:40	いずみ苑 10:50～11:10
☎32-0658 みどりこども園 13:10～14:00	上塩小学校 13:00～13:50	

市税などの納期限 (口座振替日)

10月分 = 11月2日(月) 市・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)

11月分 = 11月30日(月) 国民健康保険料(5期)
 後期高齢者医療保険料(8期)、介護保険料(8期)