



支所からのお知らせ

No.202



発行・編集: 栃尾支所地域振興課 ☎0258-52-5815



栃尾地域ではクマの目撃情報が多数報告されています。
 今年はクマのえさとなる木の実の生育が悪いと予想されているため、えさを求めて住宅地への出没が考えられます。
 クマの被害に遭わないための対策が必要です。

クマが出没した場所をチェック

単独行動を避ける

鈴・ラジオなど音の鳴る物やクマ撃退スプレーを携行

クマに襲われた場合は、地面に伏せて頭・首・腹を守る

子グマを見たら周囲に注意して立ち去る

作業中はこまめに周囲を確認

※近くに母グマがいる可能性があります

※早朝や夕方には特に注意!

連絡・問合せ 栃尾支所地域振興課 ☎52-2151
 (休日・夜間はアオーレ長岡につながります)

第6回 栃尾まちゼミを開催します!!

ご好評いただいております「まちゼミ」を今年も開催します!
 「まちゼミ」とは、お店や事業所、個人や団体の人が講師となつて、専門的な知識や技術、生活に役立つ豆知識などを受講者にお伝えする少人数制の講座です。
 新たな出会いと「まちゼミ」ならではの知識を習得できる貴重な機会ですので、ぜひご参加ください。
 と き 11月1日(水)〜30日(木)
 ※各店舗によって開催日時が異なります。
 と ころ 栃尾地域参加各店舗、トチオーレ、とちパル
 申込み 受講希望の店舗に直接電話でお申込みください。
 ※10月18日(水)から受付開始予定
 ★詳細は10月中旬の新聞折込チラシ、公共施設等に設置のチラシ、またはフェイスブック「栃尾まちゼミ」をご覧ください。
 問合せ 栃尾商工会 ☎52-4191

一人暮らしの高齢者を見守る 『安心連絡システム』のご利用を

簡単な操作で緊急通報ができる機器を自宅に設置します。平常時にも健康や医療に関する相談を24時間受け付けます。

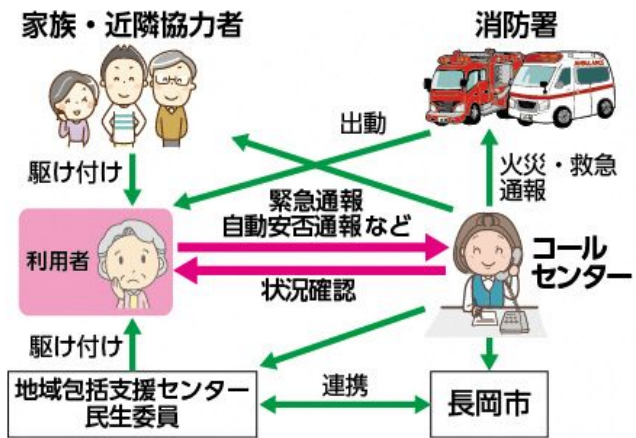
内 容 看護師がいるコールセンターへの緊急通報・健康相談、病気やけがで長時間動けなくなったときの自動安否通報、火事の際にコールセンターでもすぐにわかる自動火災通報、コールセンターから利用者への月2回の状況確認電話

対 象 65歳以上の一人暮らしの人、緊急時の対応が困難な高齢者のみの世帯など

料 金 市民税非課税世帯: 月500円、市民税課税世帯: 月1,500円

申込み 地域包括支援センターとちお(☎53-2265)、または担当のケアマネジャーにご相談ください。

問合せ 栃尾支所民生生活課 ☎52-5836
 長寿はつらつ課 ☎39-2268



自宅に固定電話がなくてもOK!
 携帯電話だけでも利用できます。

長岡市栃尾地域交通安全作品展 開催

夏休みに児童・生徒から募集した交通安全作品(ポスター・作文)の入賞作品を展示します。
 と き 10月14日(土)〜22日(日)
 と ころ トチオーレ ストリートラウンジ
 問合せ 栃尾支所地域振興課 ☎52-5815

地域振興課

◎申込み・問合せは栃尾支所地域振興課へ ☎52-1117

◆第55回「栃尾美術展」 作品募集

部門 ①絵画版画 ②書道 ③写真
④彫塑工芸 ⑤中学生書道
応募作品 公募展での入選、入賞歴のない創作作品
応募資格 栃尾地域在住・出身、または勤務・通学している中学生以上の人

展示期間 11月10日(金)～12日(日)
午前9時30分～午後6時(ただし、10日は午前10時から、12日は午後3時まで)
展示会場 トチオーレ 出品料 無料
作品搬入・受付 作品に出品目録を付けて11月6日(月)の午後5時から7時までにトチオーレ・大ホールへ

※開催要項・出品目録は栃尾支所地域振興課に用意してあります。市のHPからもダウンロードできます。
表彰 部門ごとに栃尾美術展賞、奨励賞、中学生書道を除く4部門に新人賞、特別賞をそれぞれ授与します。
栃尾美術展と同時開催。グループ・個人作品大歓迎！
募集作品 絵画、書、生け花、文芸、工芸、手芸など
作品搬入・受付 11月9日(木)午後2時から8時まで(トチオーレへ)
申込み期限 10月11日(水)まで

市民生活課

◎申込み・問合せは栃尾支所市民生活課へ ☎52-5836

◆「ヘルスアップセミナー」

血糖値が気になる方、家族に糖尿病がいる方等、数値改善をめざし、この機会にぜひご参加ください。全2回コース
とき 11月30日(木)、12月14日(木)
各回午後1時30分～3時30分
ところ トチオーレ1階会議室
内容 血糖値を上げない食べ方のコツ、血糖値を下げる運動のコツ、解説！なぜ血糖値が高くなるのか
参加費 無料
持ち物 健康診断の結果、水分補給用の飲み物、動きやすい服装・履物でお越しください。
その他 血管年齢測定を2回目に行います。

◆「骨粗しょう症予防講座」

骨は健康のバロメーター。将来寝たきりにならないために毎日コツコツ始めましょう！
とき 10月31日(火)午後1時30分～3時30分(受付午後1時～)
ところ 栃尾産業交流センターおこなうすてまりホール
内容 骨密度の簡易測定、骨に効果的な運動の実践、骨に効果的な食事の話
対象 どなたでも(定員20名)
参加費 無料
持ち物 水分補給用の飲み物、タオル、動きやすい服装・履物でお越しください。

◆「公営住宅見学会(無料)」

とき 10月16日(月)～20日(金)、11月13日(月)～17日(金) いずれも午前9時～正午、午後1時30分～4時
ところ

①若者世帯向け賃貸住宅 ドリームハウスあきば、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
★見学希望日の前日までにお申込みください。
★入居相談はいつでも受付しています。

◆「日本赤十字社協力の報告」

令和5年度の栃尾地域の寄付額は次のとおりです。大勢の皆さまからご協力いただき、ありがとうございました。
・件数3,762件
・金額1,652,129円



杜々の森名水公園

◎申込み・問合せは杜々の森名水公園管理運営組合へ ☎58-3050

◆「縁(塩)むすび祭」

名水の里で育てた新米コシヒカリと秋の味覚を堪能しよう。
とき 11月4日(土)、5日(日)
午前10時～午後3時
ところ 杜々の森名水公園
内容 地元産新米コシヒカリや美味しいフードが勢揃い。昔懐かしいぬか釜での炊飯実演や食品サンプル作

りなどのクラフト体験、子供の遊びコーナー、地元産新米コシヒカリなどが当たる大抽選会など。

おりなす

◎申込み・問合せは栃尾産業交流センターおりなすへ ☎51-1331

◆「おりなす手織り講座企画」 「秋の植物染め」

とき 11月12日(日) 午前9時30分～午後2時30分
内容 インド茜でシルクのストールを染めます。
定員 12名(先着順)
参加費 5,000円(材料費込み)
持ち物 エプロン、ゴム手袋、筆記用具、昼食
申込み 10月25日(水)午前9時から

道院高原

問合せは道院高原へ ☎58-2120

◆「道院高原感謝祭」

色とりどりの紅葉に染まる道院高原で、日頃の感謝を込めてイベントを開催します。
とき 10月28日(土)、29日(日)
午前10時～午後3時
ところ 道院高原ロッジ前
内容 薪割り、火起こしの体験、錦鯉すくい、水ヨーヨー釣り、駄菓子店、自家焙煎コーヒー、その他

10月16日(月)、11月14日(火)

東谷小学校 9:30～10:30
下塩小学校 10:50～12:10

みどりこども園 13:30～14:15

百歳おめでと〜いざいます

百歳長寿者の皆さんに、祝い状と記念品が贈られました。栃尾地域の対象者は13人です。(敬称略)

- 栃尾山田町 中村 秀雄
 - 滝の下町 大崎 スイ
 - 土ヶ谷 今井 ヨリ
 - 榆原 吉田 イシ
 - 榆原 阿部 香
 - 上檜出 眞保 シモ
 - 栃尾宮沢 山本 ハルイ
 - 栃尾泉 小林 チイ
 - 赤谷 井良澤 マツエ
 - 吹谷 大崎 タキ
 - 比礼 中村 テルノ
 - 西中野俣 金内 トシ
- ※氏名等は了承された方のみ掲載

ワークセンター 栃尾

◎申込み・問合せはワークセンター 栃尾へ ☎52-2333

◆履歴書の書き方セミナー

とき 11月1日(水)、12月13日(水)、いずれも午前10時〜11時
内容 学歴、職歴や資格欄の基本的な書き方、志望動機のまとめ方
定員 各10名(先着)

◆面接対策セミナー

とき 11月29日(水) 午前10時〜

11時30分
内容 面接の受け方(座学)、面接のロールプレー(入退室)
定員 6名(先着)

◆面接マナー講座

とき 10月18日(水) 午後1時30分〜4時
内容 外部専門講師によるマナー講座。ビジネスマナーの座学など。
定員 8名(先着)

★いずれのセミナーも場所は栃尾産業交流センターおりなす第1会議室
★雇用保険の求職活動実績になります。

栃尾地域図書館

◎問合せは栃尾地域図書館へ ☎53-3005

◆おたのしみ「ぶち」上映会

とき ①10月14日(土)、②11月11日(土)、いずれも午前10時30分〜11時30分
ところ トチオーレ2階和室A

内容 ①まんが日本昔話「金太郎」 「おむすびころりん」ほか、②レオ・レオニ「フレデリック」ほか

◆えほんのへや

とき ①10月21日(土) 午前10時30分〜11時30分、②11月18日(土) 午前10時30分〜11時
ところ トチオーレ2階和室A

内容 ①ハロウィンのお話と簡単な工作、②「へんしん」のお話

◆クイズに挑戦！子ども探偵

とき 11月15日(水)〜12月17日(日)
ところ 栃尾地域図書館内

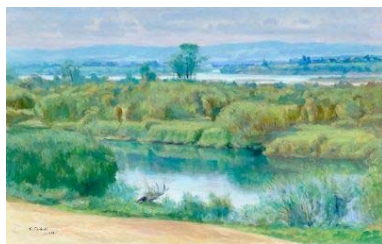
内容 くじを引いているいろいろな謎について図書館の本を使って調べます。
対象 小学生以下

栃尾美術館

◎申込み・問合せは栃尾美術館へ ☎53-6300

◆写実の軌跡Ⅱ 椿悦至展

栃尾地域出身の洋画家・椿悦至の没後20年を偲び、作品約80点を展示し、約70余年わたる画業をふりかえります。



とき 10月11日(水)〜11月19日(日) 午前9時30分〜午後5時(発券は16時30分まで。月曜日休館)

料金 一般400円、高・大学生200円、中学生以下無料

◆つきいち☆アート

「仮面で変身！」
絵付や装飾をして、オリジナルの仮面を作ります。

とき 10月29日(日) 午後1時30分〜3時

対象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

定員 10名(先着)
料金 300円
申込み 10月10日(火)から、電話にて

◆陶芸講座「私の器をつくろう」

〜お玉置き〜

とき 11月5日(日) 午前10時〜11時30分、午後1時30分〜3時
定員 各回8人(先着)

講師 岡崎宗男さん(陶芸家)
料金 1,700円

対象 18歳以上
持ち物 エプロンなど汚れてもよい服装、手拭きタオル

申込み 10月12日(木)午前9時から、電話にて

★焼き上がり作品は12月初旬のお渡し予定です。

家屋を取り崩したら連絡を！

固定資産税は、毎年1月1日現在の状況で課税します。

すでに取り崩されている家屋に課税するなどの誤りを防ぐため、ご協力をお願いします。

連絡・問合せは栃尾支所市民生活課へ

☎52-5837

米百俵号巡回

中央図書館 ☎32-0658

10月18日(水)、11月15日(水)

みやざわ苑 9:45〜10:05
いずみ苑 10:40〜11:00

おりなす 11:10〜11:30

秋の健康教室のお知らせ 栃尾体育館 ☎52-5571

教室名	曜日	時間	開催日	回数	定員	料金
やさしいピラティス	火	午後2時～3時	10/3～12/12	11	15人	6,600
フラダンス	火	午後3時15分～4時15分	10/3～12/12	11	15人	6,600
ボクシングシェイプ	火	午後7時30分～8時30分	10/3～12/12	11	25人	6,600
リズム体操	水	午後2時～3時	10/4～12/13	11	25人	6,600
骨盤ゆがみ改善体操	水	午後3時15分～4時	10/4～12/13	11	15人	6,600
リラックスヨガ	水	午後7時30分～8時30分	10/4～12/13	11	15人	6,600
やさしい健康体操	木	午後2時～3時	10/5～12/14 *1	10	25人	6,000
筋肉美クス	木	午後7時30分～8時30分	10/5～12/14 *1	10	25人	6,000
はじめてヨガ	金	午前10時～11時	10/6～12/15 *2	10	20人	6,000
健康トレーニング	金	午後2時～2時45分	毎週都度制で開催中		15人	300

*1=11/23を除く、*2=11/3を除く

◆秋のおすすめ教室

○やさしい健康体操 体力に自信のない方や身体を動かすことに慣れていない方でも安心してご参加いただけます。関節や筋肉の調子を良くしたり、音楽に合わせて身体を動かし、簡単な有酸素運動や脳トレなどを行います。
○地域健康スポーツ習慣化プログラム事業 10/10～10/19の間、やさしいピラティス、ボクシングシェイプ、骨盤ゆがみ改善体操、リラックスヨガ、筋肉美クスの体験ができます。
 ※詳細についてはお問合せください。



開館時間 火・水・金・土曜 午前9時30分～午後3時30分
 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4日(水)、11月1日(水)、12月6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 10月20日(金)、11月17日(金)
 午前10時30分～11時30分

◆すくすくおしゃべり会

とき 10月13日(金)、11月10日(金)
 午前11時～11時30分

11月10日はこども発達相談室の臨床心理士の方のお話です。

◆お誕生会

とき 10月18日(水)、11月22日(水)
 午前11時～11時30分

◆出張図書館(栃尾地域図書館)

とき 10月27日(金)、11月21日(火)
 午前11時～11時30分

◆臨時開館(午前10時～午後3時)

10月8日(日)はとちお自慢市開催、10月22日(日)は農業まつり開催にあわせ、臨時に開館します。

◆応急手当の講習会

とき 10月25日(水)午前10時30分～11時30分
 乳幼児のヤケド、誤飲等に備えて対処法を実践で教えてもらいます。

◆ハロウィンお楽しみ会

とき 10月31日(火) 午前11時～11時30分

◆ベビーマッサージ

とき 11月15日(水) 午後1時30～2時30分
 定員 10組(先着) 持ち物 バスタオル1枚
 対象 1才未満の乳児と保護者
 申込み受付 11月1日(水)～10日(金)

◆食育講座

とき 11月17日(金) 午前10時30分～11時

◆プラレールで遊ぼう

とき 11月25日(土)
 午前9時30分～午後12時30分
 場所 おりなす・てまりホール
 当日はおもちゃ病院の出張開院があります。

◆クリスマスミニコンサート

とき 12月2日(土) 午前11時～11時30分

各種相談	相談名	月日	内容	受付時間	会場
	◆行政相談	12月12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
	◆総合健康相談	10月24日(火) 11月28日(火)	健康についての相談 ※前日までに要予約	午後1時～3時	トチオーレ 2階 和室

問合せ・申込み 栃尾支所市民生活課 ☎52-5836

市税などの納期限 (口座振替日)

◆10月分	10月31日(火)	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(木)	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)

栃尾地域の人口

令和5年9月1日現在

合計	男	女	世帯数
15,563(-10)	7,692(-4)	7,871(-6)	6,684(+7)

※外国人を含む
 ()内は前月比