

# やまこし



山古志支所だより

3月号

2018.3.16 発行



新たな旅立ち、  
目標に向かって

## 山古志中学校卒業式 (3月2日)

今年は、6名の生徒が卒業を迎えました。校長先生から一人一人に渡された卒業証書を手に卒業生は、これからの目標や将来の夢、高校生活で頑張りたいことなどを語りました。6名はお世話になった先生や保護者、在校生、小学生に見送られ、思い出がいっぱい詰まった校舎を後にし旅立ちました。

■編集・発行

長岡市山古志支所地域振興課地域振興・防災係 〒947-0204 長岡市山古志竹沢乙461

電話：0258-59-2328 FAX：0258-59-2331 Eメール：ymks-chiiki@city.nagaoka.lg.jp

## 広がれ ひまわりの輪 ～ひまわりプロジェクト～（1月26日）

ひまわりプロジェクトは、中越大震災をきっかけに、阪神淡路大震災での被災地である神戸から送られてきた種から始まりました。今年度は「古志のひまわり」と名づけ、活動の輪が広がるようにと生徒達は地域の方に苗を配り、一緒に育てていただく活動を初めて行いました。また、校舎へ続く道路脇にひまわりを植え、ひまわりロードをつくるという新しい取組みも始めました。当初は小さな花でしたが、地域の方のアドバイスを生かしながら、より大きな花を咲かせることができました。

ひまわりの種で作った「古志のひまわり油」はチャリティーとして1月26日から、古志高原スキー場や農家レストラン「多菜田」さんなどの地域のお店で販売され、2月7日に、売り上げ金すべてを社会福祉協議会山古志支所に、熊本地震義援金として贈られました。

ご協力ありがとうございました。



## スキーカーニバル（2月25日）

冬の恒例イベント「古志高原スキーカーニバル」が今年も行われ、市内外から約1,200人が訪れ大いに賑わいました。中でも豪華景品が当たる「お楽しみ抽選会」では、抽選番号が読み上げられるたびに大きな歓声が上がっていました。



▲スノーチューブ



▲ストラックアウト



▲餅つき大会



▲雪上車の試乗体験会



▲お楽しみ抽選会



▲ディズニーランドペアチケットが当たった小学生



▲液晶テレビが当たった市内の親子

## 広いゲレンデを満喫（3月3日）

青空ぼうけん塾とスキースポーツ少年団の合同親子スキーツアーが、妙高杉ノ原スキー場で行われました。眩しい位のゲレンデで、個人のレベルに合わせた指導を受けながら、家族や友達同士でスキーを思いきり楽しみました。



## 古志の火まつり (3月10日)

四季の里古志(種苧原)で「第29回古志の火まつり」が行われました。約2,200人が来場し、「ひなたさん」「立花さん」「ひらりさん」が、ステージ上で熱唱してアンコールにも応えてくれました。その他、特産品テント村、雪中角突き大会、ちびっこ広場、雪上車体験などを楽しむ人達で会場は大いに賑わいました。

夕闇迫る頃、故・長島衆議院議員の追悼の「白菊」が打ち上げられ、その後、松明を掲げ入場した山古志地域の新成人と東洋大生ボランティアが、日本一のさいの神に点火すると、会場は50mにも登る炎に照らされ、色鮮やかな雪中花火が盛大に打ち上げられ観客を魅了しました。



▲ひなたさん



▲立花 英樹さん



▲佐藤 ひらりさん



▲新成人によるさいの神点火式



▲オープニングセレモニー



▲特産テント村

今年も古志の火まつりを盛大に開催することができました。カヤ刈りや協賛金など、地域の皆様には多大なご尽力をいただき、ありがとうございました。

古志の火まつり実行委員会 実行委員長 田中 仁

## 東洋大学学生ボランティアの活躍 (3月8日～3月11日)

今年も50人を超える東洋大学の学生ボランティアの皆さんが、古志の火まつりの運営に協力してくれました。学生ボランティアの皆さんは8日(木)に山古志入りし、実行委員の皆さんとの結団式のあと、前日準備から火まつり翌日の後片付けまで手伝ってくれました。

皆さんありがとうございました。



## 復興祈願セレモニー (3月11日)

東日本大震災の犠牲者の追悼と被災地の復興を祈願するため、「3.11追悼・復興祈願セレモニー」が希望の鐘の前で行われました。

地震発生時刻の午後2時46分、希望の鐘を合図に黙とうを捧げるとともに、被災地の一日も早い復興を祈念しました。



### 支所からのお知らせ

#### パスポート業務を終了します

平成30年3月30日(金)をもって、各支所でのパスポート業務を終了します。平成30年3月31日(土)からは、長岡市パスポートセンター(アオーレ長岡東棟1階)または東・西サービスセンターをご利用ください。  
問合せ：市民生活課 市民係 (☎ 59-2332)

#### 「犬の登録」と「狂犬病予防注射」を行います

飼い主の方は、この機会に登録や予防注射を済ませてください。

- 日時・場所 4月10日(火) 午後1時50分から2時10分まで 山古志支所前
  - 料金 【登録済の犬】3,200円(注射料金)、【新規登録の犬】6,200円(注射料金+登録料金3,000円)
  - 事前に郵送される申請書にある問診の該当項目を記入し、記載内容を確認したうえで会場へ持参してください。  
※上記以外の会場でも受けることができます。(詳しくは市政だより4月号をご覧ください。)
- 問合せ：市民生活課 環境係 (☎ 59-2332)

#### 農地を転用する等は農業委員会への手続きが必要です

農地を住宅敷地、作業所敷地といった農地以外に転用する場合(一時的な転用も含む)、農業委員会へ許可又は届出が必要です。

手続きをせずに転用すると、農地法違反となりますので必ず手続きをお願いします。

なお、農業者等の死亡等における相続・所有権移転(土地売買・賃貸借等)においても、同様に許可又は届出が必要です。

担当：産業建設課 農林係 (☎ 59-2343)

#### 総合型クラブY-GETS 平成30年度会員募集!!

Y-GETSでは、トランポピクス、貯筋体操、やまキッズ、ボクシング、スノーボード等の教室や各種サークル活動を行っています。皆さんもクラブの一員になり、色んな活動に参加してみませんか? 入会を希望される方は年会費を添えて、山古志体育館内のY-GETS事務室までお申し込みください。

##### ■年会費(4月~翌年3月の1年間分 スポーツ安全保険料含む)

◇一般 3,500円 ◇シニア(65歳以上) 2,000円 ◇小・中学生 2,500円 ◇未就学児 1,000円

※同一家族3人以上の同時入会に限り1人あたり500円引き

問合せ：総合型クラブY-GETS (☎ 59-3070)



## いつまでも健康でいるために～健康ミニコラム～

いつまでも健康で充実した日々を送りたい!それが誰もの願いです。

天候や環境、人間関係等で起こる想定外の出来事をストレスと言います。ストレスを不快に感じることもあれば、自分を奮い立たせる刺激剤に感じることもあるかと思えます。今月は、そんな“ストレスとのつきあい方”についてお届けします。

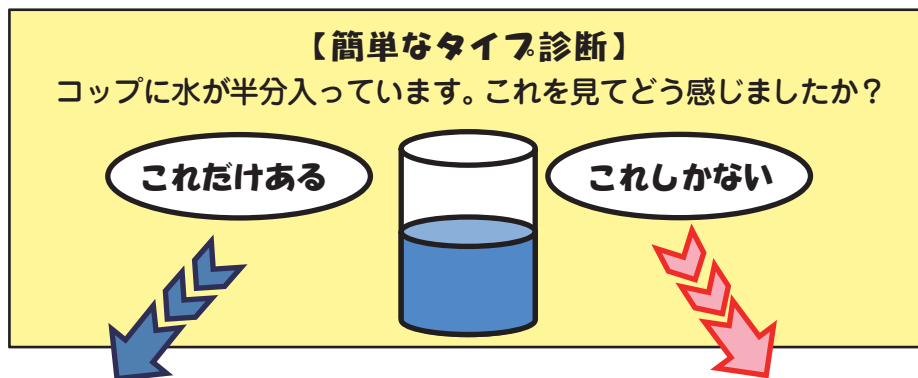
### 「じゃまいか」で行こう!



ストレスには良い作用と悪い作用があり、克服できれば経験値が上がり自信になりますが、抱え込み過ぎれば心身の不調をまねきやすくなります。

ストレスとのつきあい方には、個々の受け止め方の傾向が影響します。「○○しなければならない」「人に比べて自分は…」と考え込みやすい人は要注意!「できない」「まだまだ」と思っても、案外できていたりします。時には自分に優しくなりましょう。

下図の「簡単なタイプ診断」で自分の受け止め方の傾向を知って、ストレスと上手につきあいましょう。



**ストレスと上手につきあえるタイプ**です!

ただし、油断は禁物。ストレスを抱え込まないようにしましょう。



**考え込みタイプ**です!

じゃまいか法を試みましょう

じゃあ、まあ、いいか

「まあいいか」・「なんとかなる」・  
「(考えるのを)もうやめた」

口に出したり、考え方に取り入れるように意識することで、ストレスをためにくいタイプに変わっていくことができます。

### ～お知らせ～

#### 多世代健康づくりセミナー

平成30年度も多世代健康づくりセミナーを開催します。健康づくりの三本柱「運動・栄養・休養」について学びを深めましょう♪ 詳細は、後日連絡します。お楽しみに♥

#### 大丈夫 ひとりじゃないよ ～3月は自殺対策予防推進月間です～

こころの悩み…相談できる人はいますか? 保健師にいつでもご相談ください。

問合せ：市民生活課 保健係 (☎59-2333)

# なだれに注意しましょう

春に向け、気温が高くなることや降雨などの条件によって、なだれ発生の危険が高まることが予想されます。斜面の状況に注意し、危険な場所には近づかないでください。

**なだれに遭ってしまったら**

警察110番または消防119番へ

**なだれの前兆現象やなだれを見つけたら**

産業建設課 土木施設係 (☎59-2344) まで

## くらしのカレンダー (3月16日~4月30日)

( ) 内は会場等

問い合わせ先  
地 地域振興課、市 市民生活課、Y Y I G E T S、学 小・中学校、保 竹沢保育園

日	曜	行事等	問	日	曜	行事等	問
〈 3 月 〉				7	土		
16	金	山古志支所だより3月号発行	地	8	日		
		子育ての駅やまっこ「子育て相談」(山古志体育館)	Y	9	月		
17	土			10	火	狂犬病予防注射 (山古志支所前)	市
18	日					竹沢貯筋体操教室 (山古志体育館)	Y
19	月	すくすくチャイルドの会 (竹沢保育園)	市	11	水	3歳児健診 (さいわいプラザ)	市
20	火	子育ての駅やまっこ「フォトフレーム作り」(山古志体育館) 3/31まで	Y	12	木	3歳児健診 (さいわいプラザ)	市
21	水	〈春分の日〉		13	金		
22	木	ボクシング教室 (山古志体育館)	Y	14	土	子育ての駅やまっこ「お誕生会」(山古志体育館)	Y
23	金	赤ちゃん相談 (さいわいプラザ)	市	15	日		
		山古志小学校卒業式 (山古志小学校)	学	16	月	すくすくチャイルドの会 (竹沢保育園)	市
		虫亀貯筋体操教室 (虫亀集落センター)	Y	17	火	子育ての駅やまっこ「鯉のぼり工作」(山古志体育館) 5/2まで	Y
24	土	子育ての駅やまっこ「セルフハンドマッサージ」(山古志体育館)	Y	18	水	1歳6か月児健診 (さいわいプラザ)	市
25	日			19	木	1歳6か月児健診 (さいわいプラザ)	市
26	月	山古志体育館 休館日	地	20	金	山古志支所だより4月号 発行予定	地
27	火	竹沢貯筋体操教室 (山古志体育館)	Y			子育ての駅やまっこ「子育て相談」(山古志体育館)	Y
		幼児体育教室 やまキッズ (竹沢保育園)	Y	21	土		
28	水			22	日		
29	木	竹沢保育園卒園式 (竹沢保育園)	保	23	月	山古志体育館 休館日	地
30	金					すくすくチャイルドの会 (竹沢保育園)	市
31	土			24	火	竹沢貯筋体操教室 (山古志体育館)	Y
〈 4 月 〉				25	水	オレンジカフェ (なごみ苑)	市
1	日			26	木		
2	月			27	金	赤ちゃん相談 (さいわいプラザ)	市
3	火					虫亀貯筋体操教室 (虫亀集落センター)	Y
4	水			28	土	子育ての駅やまっこ「絵本の読み聞かせ」(山古志体育館)	Y
5	木	竹沢保育園入園式 (竹沢保育園)	保	29	日	〈昭和の日〉	
6	金	山古志小中学校入学式 (山古志小中学校)	学	30	月	〈振替休日〉	

### ●市税などの3月、4月の納期

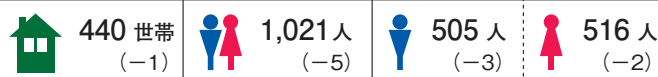
問合せ：市民生活課 市民係 (☎59-2332)

**3月** 納期限(口座振替日)は、4月2日(月)です。  
 納期 = 国民健康保険料 9期  
 介護保険料(普通徴収) 12期  
 後期高齢者医療保険料(普通徴収) 12期

**4月** 納期限(口座振替日)は、5月1日(火)です。  
 納期 = 固定資産税 1期  
 介護保険料(普通徴収) 1期

※口座振替の方は前日までに口座の残高をご確認ください(再振替は行いませんのでご注意ください)。

山古志地域の人口  
(3月1日現在)



※( ) は先月比 ※外国人世帯人口含む

山古志支所だより 2018年3月号 (第166号)

(6)



志、未来へ。