

# ●ながおか 市政だより

1996  
**5**  
No.501

編集・発行／長岡市広報課 〒940 新潟県長岡市幸町2の1の1 長岡市役所 ☎0258・35・1122 ■平成8年5月1日発行



## 季節の草花がお出迎え

4月に開園した、宮本町3丁目の雪国植物園。雪国越後の里山をそのまま利用し、高山植物・外来植物・園芸植物等を一切入れず、自然の植生を大切に作りあげた植物園です。

これからの時期は、イワカガミ、ヤマシャクヤク、クマガイソウなどが見ごろ。ほかにも250種の山野草、150種の樹木が、季節ごとに主役を変えてみなさんの来園をお待ちしています。どうぞお越しください。

### 主な内容

- 震災対策計画を改定 (P2・3)
- 2つの財団がスタート (P4)
- 花いっぱいフェア '96 (P5)
- 長岡市職員募集 (P6)
- 動く市政教室参加者募集 (P8)
- 中小企業融資制度 (P12)
- 子どもに関する悩みごと相談 (P13)



現代のトンボは、イトトンボ型とトンボヤンマ型の二つに分けられるが、世界に2種知られるムカシトンボは例外で、どちらにも属さない。翅脈は前者、体型は後者の特徴を持ち、化石として出土する太古のトンボに似ている。国内に1種類、そしてヒマラヤにより大型のヒマラヤムカシトンボが分布する。

このムカシトンボは東山に広く分布し、成虫は5月の短期間に限られるが、渓流の近くを軽快に飛ぶ。

**NAGAOKA**  
ナガオカ ナイチャー スコープ  
5月 自然観察 108



信濃川のヤナギがうす黄色に芽吹くころ、フィリピンやボルネオから渡ってくる夏鳥で、日本が主要な繁殖地である。

雄は頬が栗色で、背は光沢のある黒紫色、雌は全体がクリーム色である。つがいになると実に夫婦仲がよく、いつも一緒に行動する。庭にかけた巣箱もよく利用することから、子育てを春の庭で見るのも楽しい。

リカシトトンボ

コルクドリ

母子の健康づくり ②



### わが国の人口の移り変わり

わが国の人口は、平成2年10月の国勢調査によれば1億2,361万人に達しており、中国、インド、ロシア、米国、インドネシア、ブラジルに次いで世界で第7位です。そして世界人口に対する割合は2.3%となっています。一方、人口密度は332人/km<sup>2</sup>でバングラデシュ、韓国、オランダに次いで第4位になっています。

人口の年平均増加率は0.4%で、大正9年から昭和10年までの年率1.4%や第一次ベビーブームといわれた戦後間もないころの2%以上の高さとは半分以下にまで低下しています。

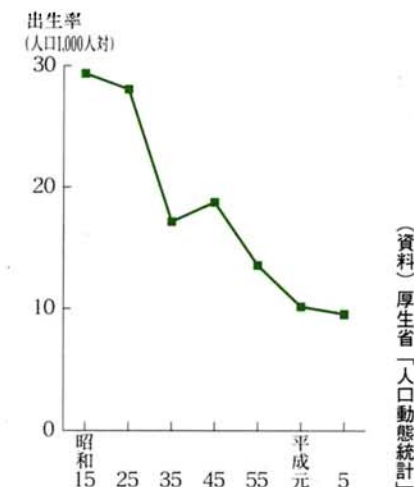
人口の年齢構成をみると、年少人口(0~14歳)は18.2%と年々減少していますが、一方老年人口(65歳

以上)は12.1%と増加しつつあり、厚生省人口問題研究所の統計によると、平成9年には老年人口(15.6%)が年少人口(15.6%)を上回ると言います。

女性が生涯に産むことも数の平均値を表す合計特殊出生率をみると下降傾向にあり、平成5年は1.46となっています(平成6年は1.50とやや増えましたが)。

このように人口の高齢化、少産少死の傾向はますます顕著になりつつあり、将来の日本を担うべき人口を確保し、送り出すために、母子保健の果たすべき責務はますます重要になってきているのです。

(長岡市医師会)



学校で使う筆記用具といえ、今では鉛筆やシャープペンシルが一般的ですが、江戸時代の寺子屋や私塾では、筆(毛筆)でした。

寺子屋は、文政八年(一八二五)に上田町の林忠右衛門が開いたものが長岡では最初で、市域には三十カ所くらいあったといわれています。簡単な計算ができ、村の名や人の名前くらいは読み書きできるようにと満七、八歳で入門し、三、四年間学んだといわれています。

明治五年(一八七二)に政府が学制を發布すると寺子屋

や私塾はしだいに姿を消し、代わって誕生した小学校でも、「硯の取扱方」「筆の処理」といった指導項目が見られ、墨筆が使われていました。

明治三十年ころの記録には、色鉛筆が珍しい、鉛筆をなめる癖が目立ち、体に害がないか調べたというものがあります。このころには鉛筆が一般的に使われるようになったのでしよう。

今年、市立小学校に入学した新一年生は、千八百七十九人。真新しい鉛筆が削れなくなるまで、大切に使用してほしいものです。



筆塚(柿町) 慶応元年(1865)建立

筆塚は、使い古した筆の供養のために筆を地中に埋めて築かれたもので、県内では上越地方に多く、下越地方にはほとんど見られません。

長岡市内にはこの筆塚のほか、桂町や関原町、宮本町などにあり、全部で14基が確認されています。その多くは「師」の名を刻み、その教えをたたえた文章が添えられています。



ながおかのまち再発見 ⑩  
長岡の石造物 筆塚



防災都市をめざして

# 震災対策計画を改めました

三月二十九日に開かれた長岡市防災会議で「長岡市震災対策計画」が改訂されました。

この計画は、昨年の阪神・淡路大震災を教訓に、長岡市の防災体制の見直し案を検討してきた「震災対策専門委員会」の報告をもとに、策定されたものです。

今月は、震度五以上の地震発生時の対応に重点をおいて改められた「長岡市震災対策計画」のあらましをご紹介します。

今年9月1日には自主防災組織を主体として市民ぐるみの防火訓練を実施します



▲昨年の救急フェアで

を前提とした体制を確立することを基本姿勢としています。

時系列に応じた対策を実施

大規模地震（震度五以上）が発生したら、迅速なマンパワりの集結とその組織的な活動で、刻々と変化する災害状況に対応することが必要です。

このため、発生後の時間経過（時系列）を次の三つの局面に区分し、優先する対策を明らかにしました。

・第一局面（混乱期）

地震発生後四十八時間

大規模地震が発生すれば、その直後は、市民はもちろん市役所をはじめ防災関係機関も被災し、市役所の機能が一時的にまひして、組織的な活動が困難になることが予想されます。この間は、消防等の初動防災機関が活動し、被災

者は互いに助け合いながら救援を待つこととなります。

また、阪神・淡路大震災では、倒壊家屋等の下敷きになったり、大けがをした人の生命を救える時間はおおむね四十八時間が限度であり、それ以上時間が経過すると救命率が大幅に低下することが報告されています。

このため、第一局面では災害対策本部を設置し、人命の救出、救護を最優先とした初動対応を実施します（左表参照）。

・第二局面（回復期）

三日目から一週間程度

第二局面では、被害状況も判明し、市民もショックから徐々に立ち直るとともに、外部からの人的、物的な救援も始まります。

防災関係機関の活動も活発となり、災害対策本部は本格的な応急対策を進めます。

・第二局面（回復期）

それ以降は、第二局面での対策を継続しながら、復旧対策を実施します。

地区防災センターを開設

初動対応力を市内全域に展開し、円滑な対応を行うため小・中学校三十カ所を拠点避難所と救護所を兼ねた地区防災センターとして指定。負傷者への応急医療を行うとともに

医療・救護体制を強化

災害時医療を実施するため、健康センターに医療救護本部

避難対策を充実

地震発生後、直ちに避難所を開設します。避難所は、各地区の自主防災組織を主体とした自主的運営を基本とし、市職員、ボランティア等と相互に協力して災害弱者の保護

第1局面（混乱期）のおもな災害応急対策（震度5以上の場合）

項目	活動内容
災害対策本部の設置	人命救助を最優先とした災害応急対策を実施するため、迅速な初動対応を行う。 (1) 災害対策本部を設置し、大規模地震初動体制をとる。 (2) 災害対策本部に6つの災対部を置く。 災対総務部、災対避難・救護部、災対環境・輸送部 災対土木部、災対水道部、災対消防部 (3) 災対避難・救護部に地区活動班を置き、地区防災センターの業務にあたる。
情報収集・伝	被害情報を的確に把握し、関係機関に連絡するとともに市民に伝達する。 (1) 収集事項 ・人的被害、火災、住家被害、住民避難、医療機関被害、主要道路被害、橋りょう被害、ライフライン被害 (2) 収集要領 ・消防・警察を主体とした関係機関、職員の参集途上、住民や自主防災組織等からの通報による。
救出・救護	消防関係機関および市職員は地域住民と協力し、迅速な救出・救護活動を行う。 (1) 人命の救出・救護を最優先とした活動を実施する。 (2) 消防本部救助・救急隊は、救出・応急処置を主体とした活動を実施する。 (3) 市職員地区活動班および自主防災組織は、負傷者の救出や救護所への搬送を行う。
緊急医療	医師会、病院等の協力を得て、円滑な医療救護活動を行う。 (1) 医療救護本部を健康センターに設置する。 (2) 医療救護の拠点として、地区防災センターに救護所を開設し、負傷に対するトリアージ（負傷者の程度別選別）を主体として緊急医療を行う。 (3) 救護病院は重傷者の処置、収容や精神科医療等を行う。
初期消火 火災の鎮圧	(1) 出火したときは、住民自らが初期消火を行う。 (2) 河川や飲料水兼用100トン水槽を活用し、火災の鎮圧および延焼拡大の阻止にあたる。
避難所の開設	速やかな住民避難を実施し、避難所の開設、運営を行う。 (1) 全部の避難所を開設する。 (2) 毛布等を準備し、応急的居住環境を整える。 (3) 市職員、自主防災組織、ボランティアの協力のもと、避難所の管理運営を行う。

を優先に運営します。

また、給水は第一局面では飲料水一人一日三リットルを、第二局面では、生活用水を含め二十〜三十リットルをめどに給水します。

大規模地震にそなえて

阪神・淡路大震災の教訓として「自分たちのまちは自分たちで守る」という意識が全国的にも高まってきています。これを基本姿勢とする長岡市震災対策計画でも、地域の自発的な防災活動が重要であると考え、防災意識の普及や防災訓練を実施するとともに、自主防災組織を育成することにしていきます。

現在、長岡市でも自主防災組織についての関心が高まり、すでに七つの組織が結成されているほか、いくつかの町内会で結成の準備が進められています。市では、これから十一の地区で説明会を開催する予定です。説明会のご要望は、

克雪・防災課 ☎39・2206  
または消防本部予防課 ☎35・2193へお気軽に連絡してください。

給排気塔のデザインが決まりました

大手通り地下駐車場の車道の中央分離帯に設けられる給排気塔のデザインを公募。このたびは入選が決まりました。特選に選ばれた水野孝さん（東京都）の作品（写真）は、長岡の美しい山並みと水や風のもつ透明感、さわやかさ、流れをテーマにして、アーケードや樹木など周囲の都市景観にマッチしている点が高く評価されました。



このほか準特選に羽鳥知恵子さん（堀金二）が、入選には石橋博さん（川崎五）、金山恭子さん（東新町二）、河野宏さん（東京都）が選ばれました。

おめでとく真衣さん  
オリンピック出場決定！

帝京長岡高校二年の中村真衣さん（J・S長岡）が、七月にアメリカ・アトランタで開かれるオリンピックの女子百メートル、二百メートル背泳ぎの代表に選ばれました。県競泳女子選手としては、オリンピック出場は初の快挙です。

先月十九日に市役所を訪れ、日浦市長に出場決定を報告。市長は目を細めながら「真衣さんは、試合を重ねるたびにたくましくなっている。この前（タイのバンコクで開かれたアジア選手権で二位）は悔しかったでしょう。この悔しさを本番（オリンピック）で晴らしてください。健康に注意して、ベストコンディションで臨んでください」と激励しました。

長岡市民としては、真衣さんがプレッシャーを感じずに、オリンピックで十分な力を発揮できるように、温かく見守っていきたいものです。









緑の美しい季節、スポーツシーズンの到来です。今月も楽しい催しがもりだくさん。あなたも生涯学習として参加してみませんか。

**●子どもの本を読む会**  
日時 5月14日(火)午前10時～11時30分 内容 クリス・バン・オールズバーグ「ジュマ」  
日時 5月14日(火)午後2時～3時35分 「博士の異常な愛情」(63年英・米)、5月16日(木)午後6時30分～8時55分 「ショーシャンクの空に」(94年米) 会場 講堂

中央図書館 ☎32・0658



INFORMATION

# お知らせ

市役所 〒940 幸町2の1の1 ☎35・1122

●特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。

**●信濃川の自然を調べる会**  
信濃川の「地学・植物・昆虫・野鳥」について調査、観察します。  
日時 5月12日(日)午前9時～午後3時(雨天の場合、地学のみ中止) 観察地 信濃川周辺 集合 長生橋西詰(河川公園入口) 対象 小学生、一般 参加料 50円 持ち物 筆記用具、観察用具、昼食、水筒、雨具 申し込み 5月11日(木)まで (地学植物・昆虫・野鳥の中から希望する)

信濃川の自然を調べる会

**●読者のひろし**  
日時 5月24日(金)午後7時～8時30分 内容 江川紹子「冤罪の構図」 会場 講座室1  
日時 5月26日(日)午後6時～9時(雨天決行) 会場 深才連絡所・公民館

読者のひろし

**●縄文土器をつくる会**  
日時 5月19日(日)午前9時～午後4時(雨天決行) 会場 深才連絡所・公民館

縄文土器をつくる会

**●科学博物館 ☎35・0184**

科学博物館 ☎35・0184

**●分野を聞かせてください**

分野を聞かせてください

## 長岡市制90周年記念事業 米百俵デー制定記念「市民の集い」(無料)

国漢学校新校舎開校の日(明治3年6月15日)にちなみ、6月15日を「米百俵デー」と制定します。これを記念して「市民の集い」を行います。

日時 6月15日(土)午後2時～4時30分 会場 市立劇場大ホール 内容 米百俵デー制定宣言、米百俵財団シンボルマークの発表、米百俵賞の創設と選考委員の発表、草柳大蔵さん(評論家)の記念講演会(「人づくり」の視念) 定員 1,500人 申し込み 5月10日(金)～5月31日(金)に往復はがきの往信の裏に「市民の集い」参加希望・住所・氏名を、返信の表に住所・氏名を記入して、〒940 幸町2の1の1市役所庶務課 ☎39・2203へ。なお、はがき1枚につき1人です。市外の人も申し込みできます。



草柳大蔵さん

**●野鳥集いと探鳥会**  
日時 5月18日(日)午後7時～9時 会場 八方台休憩センター(自己負担で宿泊可) 内容 長岡野鳥の会会員によるスライド映写会など  
日時 5月19日(日)午前5時～8時(雨天決行) 集合 八方台休憩センター前 参加料 50円 持ち物 筆記用具、雨具、あれば双眼鏡  
申し込み 5月15日(木)まで

野鳥集いと探鳥会

**●野鳥相を調べる会**  
日時 5月26日(日)午後6時～9時(雨天決行) 観察地 信濃川左岸(長生橋、長岡大橋) 集合 長生橋西詰(河川公園入口) 対象 小学生、一般 参加料 50円 持ち物 筆記用具、雨具、あれば双眼鏡 申し込み 5月23日(木)まで

野鳥相を調べる会

**●長岡市民川柳大会**  
日時 6月2日(日)午前10時から 会場 東泉閣(柏2) 参加料 1,000円 希望者は5月25日(木)までに「お城」「すだれ」「マンション」の雑詠について各2句ずつを〒940 21上除町1345中村和星さん ☎46・2885へ郵送。500円分の定額小為替を投句料として同封

長岡市民川柳大会

**●野菜づくりを体験しませんか**  
期間 5月10日～10月 内容 さといもの植え付け、土寄せ、収穫など 対象 2人以上のグループ 参加料 1グループ11,000円 申し込み 5月10日(金)～15日(木)に農政課内園芸の里づくり推進会議事務局 ☎39・2223へ

**●魅惑のカップル Meeting Party**  
日時 7月14日(日)午後4時～7時30分 会場 長岡グランドホテル 定員 男性150人、女性150人 内容 ヴァイオリン、カクテルと料理、ツイショット・告白コーナーなど 参加料 男性7,000円、女性3,000円 対象 長岡地域広域行政組合構成市町村に在住する独身男性と県内在住の独身女性 申し込み 5月25日(木)まで(当日消印有効)に住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入した用紙と、切手を貼った返信用封筒(住所・氏名を記入)を同封して〒940 幸町2の1の1長岡地域広域行政組合 ☎37・6067へ郵送か持参(定員を超えた場合は抽選)  
観光ボランティアガイドをご利用ください

魅惑のカップル

**●長岡市吹奏楽団演奏会**  
日時 6月9日(日)午後2時から 会場 市立劇場 曲目 スラブ行進曲ほか 前売券 一般800円、学生500円 問い合わせ 南中学校・浅井政彦さん ☎32・1577

長岡市吹奏楽団演奏会

市職員を募集します (平成9年4月採用)

中級(事務) ◎第1次試験日 9月22日(日)  
初級・その他 ◎受付期間 8月12日(月)～27日(火)

上級 ◎第1次試験日 6月30日(日)  
中級(事務を除く) ◎受付期間 5月27日(月)～6月11日(火)

採用職種	採用予定			受 験 資 格	年 齢 要 件 等
	初級	中級	上級		
一般事務職員	5人程度	5人程度	5人程度	短期大学 高等専門学校	昭和48年4月2日以後に生まれた者
消防職員(男子)	若干人	若干人	若干人	高等学校	昭和45年4月2日以後に生まれた者 昭和50年4月2日以後に生まれた者
土木技術職員	2人程度	2人程度	2人程度	短期大学 高等専門学校	昭和46年4月2日以後に生まれた者
建築技術職員	若干人	若干人	若干人	短期大学 高等専門学校	昭和45年4月2日以後に生まれた者 昭和50年4月2日以後に生まれた者
保母	若干人	若干人	若干人	大 学	昭和46年4月2日以後に生まれた者

採用職種	採用予定			受 験 資 格	年 齢 要 件 等
	初級	中級	上級		
一般事務職員	5人程度	5人程度	5人程度	短期大学 高等専門学校	昭和48年4月2日以後に生まれた者
消防職員(男子)	若干人	若干人	若干人	高等学校	昭和45年4月2日以後に生まれた者 昭和50年4月2日以後に生まれた者
土木技術職員	2人程度	2人程度	2人程度	短期大学 高等専門学校	昭和46年4月2日以後に生まれた者
建築技術職員	若干人	若干人	若干人	短期大学 高等専門学校	昭和45年4月2日以後に生まれた者 昭和50年4月2日以後に生まれた者
保母	若干人	若干人	若干人	大 学	昭和46年4月2日以後に生まれた者

**◆試験案内及び申込書**  
試験案内及び申込書は、市長公室人事課(市役所4階)、案内所(市役所1階)、市民生活課4階、市民生活センター(厚生会館隣)にあります。  
郵送請求の場合は、封筒の表に「試験案内請求」と書き、130円切手を貼った宛て先明記の返信用封筒(角形2号)を同封のうえ、右記までご請求ください。

**【備考】**  
1 「上級」の受験資格を有する者は、「中級」を受験することはできません。「上級」又は「中級」の受験資格を有する者は、「初級」を受験することはできません。  
2 受験資格欄の短期大学には、専修学校専門課程のうち、人事院が国家公務員採用Ⅱ種試験の受験資格として認められたものを含みます。  
3 受験資格欄の高等学校には、文部省が実施する「大学入学者検定」の合格者で、昭和50年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれたものを含みます。  
4 保母の職種については、勤務場所により夜間勤務又は宿日直勤務のある場合があります。  
5 消防職員の受験条件  
身長 160cm以上であること  
胸囲 身長のおおむね2分の1以上であること  
体重 100kg以上50kg以下であること  
視力 両眼とも裸眼で0.3以上、色覚が正常であること  
聴力 左右とも正常であること  
握力 左右ともおおむね30kg以上であること  
その他 採用後は、長岡市又は越前町の区域内に居住できること  
最終合格者は、高ポイント採用候補者名簿に登載され、欠員状況等に応じ採用が決定されます。

情報

魅惑のカップル Meeting Party



# INFORMATION

特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。

ふるさと体験農業センター  
☎34-53360

●家庭菜園講習会

11/9(土)	8/4(日)	6/8(土)	5/11(土)	期日	内容
反省検討会	秋野菜の作付け	梅雨にむけての栽培管理	春野菜の作付け	内	容

時間：午前10時～正午 会場：長岡東山ふるさと体験農園（鉢伏町）、ただし11月9日（土）はふるさと体験農業センター（栖吉町）

●「田植えまつり」に参加してみませんか  
日時：5月26日（日）午前10時30分

## 動く市政教室 参加者募集



市の施設をめぐるながら、まちづくりについて考えてみませんか。定員は45人です。5月13日（月）から受け付けます。広報課☎39-2202へ申し込んでください（団体での申し込みはできません）。

### ☆まちづくりコース☆

市役所→高齢者センターまきやま→長岡造形大学→千秋が原ふるさと森→ロングライフセンター（昼食）→国営越後丘陵公園・ニュータウン中央地区→雪国植物園→雲出工業団地→鳥越ごみ焼却場・粗大ごみ処理施設→市役所（大手通り経由）

〔期 日〕 6月5日（水）・6日（木）・7日（金）・12日（水）  
〔時 間〕 午前9時30分～午後4時  
〔集 合〕 午前9時30分に市役所3階中会議室  
〔持ち物〕 昼食（希望者には800円で弁当を用意します）

なお、団体で市の施設見学をご希望の場合は広報課へご連絡ください。日程、コースなどについてご相談に応じます。

分、午後2時（雨天決行）  
内容：田植えとさつまいも、花苗植え体験、即売会（農畜産物など）※昼食のサービスもありません（数に制限あり）

●笹だんご・ちまき加工  
日時：5月22日（水）・25日（土）午前10時～午後3時 持ち物：昼食、エプロン 参加料：1,100円 定員：各20人 申し込み：5月10日（金）午前9時から

●親子車細工のついで  
日時：6月8日（土）・9日（日）午後1時30分～ 対象：小学生3年生～高校生または親子 定員：30人 材料費：350円

●親子車細工のついで  
日時：5月19日（日）・6月2日（月）午後1時30分～ 対象：小学生3年生～高校生または親子 定員：15人 材料費：400円 申し込み：5月16日（木）まで

●子ども映画劇場  
日時：5月26日（日）午後2時20分～ 内容：アニメ「フーセンのドラ太郎」「ゆかいなリトルボーイ」

●親子楽焼のついで  
日時：5月19日（日）・6月2日（月）午後1時30分～ 対象：小学生3年生～高校生または親子 定員：15人 材料費：400円 申し込み：5月16日（木）まで

●消費生活センター  
☎32-0022  
5月は「消費者月間」です。今年のテーマは「活かそう情報・くらしの中へ」です。

●消費生活パネル展と移動相談  
日時：5月23日（木）・28日（火）午前10時～午後6時  
日時：5月23日（木）・28日（火）午前10時～午後6時（土・日曜日は午後6時30分まで）

5月は「消費者月間」です。今年のテーマは「活かそう情報・くらしの中へ」です。

## スポーツ



●身体障害児・者のための水泳教室  
期日と会場：6月1日（土）・15日（日）・29日（日）悠久山屋内温水プール、7月6日（土）・16日（日）青少年文化センター温水プール、8月9日（金）悠久山プール  
時間：午前11時～午後0時30分 定員：20人 申し込み：5月20日（月）までに電話かファ

●エアロビクス教室  
日時：5月24日～7月26日の毎週金曜日（計10回）午後7時～8時30分 会場：勤労青少年ホーム体育室 対象：おおよそ30歳以下の人 定員：25人 受講料：1,000円 持ち物：内ばき、大きめのタオル、運動のできる服装 申し込み：5月10日（金）から勤労青少年ホームへ

●読書福祉課  
☎39-2249  
FAX 32-0160

## 長岡市史通史編（上・下巻） 予約受付中 各3,600円

ご予約・お問い合わせは、市内各書店、市史編さん室☎36-7832へ。

◀「北越雪中実景」の1コマ。阪之上小学校の子どもたちが雪合戦をしています。楽しそうですね。

講座	コース	定員
茶道	月曜コース 火曜コース 水曜コース 木曜コース 火曜コース 水曜コース 木曜コース 小川流	各5人
料理	月・水・木・金曜の4コース	各10人
花道	金曜コース 木曜コース 水曜コース 火曜コース 池坊 草月流 成月流	各10人
（重）	火曜コース	10人

●親も育つ子育てセミナー  
親の自立、家族のあり方など家庭教育について考えてみませんか。  
日時：5月22日（水）～11月13日

分まで）会場：大和デパート（相談）日時：5月26日（日）午前11時～午後3時 会場：大和デパート6階「友の会A教室」

●消費者月間講演会  
日時：5月22日（水）午後1時30分～3時 会場：厚生会館第1小ホール 演題：「食べ物の国際化のなかで食生活を考える」講師：新潟大学農学部教授・早川利郎さん 定員：70人

●趣味創作教室  
サンライフ長岡  
☎36-7200

教室名	期日	時間	参加料
民謡	6～10/5の毎週土曜日（計12回）	午後6時30分～8時	1,500円
詩吟	6～9月の毎週金曜日（計12回）	午後7時～8時30分	2,000円
焼物	6～11月の第2・4水曜日（計10回）	午後6時30分～8時	5/14（火）～17（金）
	6～11月の第1・3金曜日（計10回）		

●女性のためのインターネット教室  
日時：5月18日（日）午後1時から 資料代：1,000円 申し込み：5月10日（金）～15日（水）までに電話かファクスで長岡インターネット☎39-5000、FAX 39-5001へ

●外国人による日本語スピーチコンテスト出場者募集  
日時：7月7日（日）午後1時から 会場：長岡商工会議所 応募方法：テーマは「アジアの中の私、私の中

「はかり今・昔展」（無料）  
日時：5月29日（水）～6月3日（月）午前9時30分～午後6時30分 会場：東北電力「らぶらす」☎36-0030

## 三三三 情報

●計器のルーツを探る  
「はかり今・昔展」（無料）  
日時：5月29日（水）～6月3日（月）午前9時30分～午後6時30分 会場：東北電力「らぶらす」☎36-0030

●世界のお料理と交流会  
日時：5月18日（日）午後1時～3時 会場：中央公民館 入場料：無料（料理チケット代別）問い合わせ：むつみ会・渡辺さん☎29-7990

●言語交流研究所ヒッポファミリークラブ記念講演会  
日時：6月2日（日）午後2時～4時 会場：中央図書館 演題：7カ国語で話そう 講師：言語交流研究所事務局長・鈴木堅史さん 問い合わせ：江口郁子さん☎28-0573

●長岡技術科学大学公開講座「日常生活の中の科学・技術」  
日時：6月8日（日）・15日（日）・22日（日）午後1時30分～5時45分 定員：40人 受講料：5,700円 申し込み：5月20日（日）～31日（金）の平日午前9時～午後6時に受講料を添えて長岡技術科学大学教務部学務課☎46-6000（内線2186）へ

●女性のためのインターネット教室  
日時：5月18日（日）午後1時から 資料代：1,000円 申し込み：5月10日（金）～15日（水）までに電話かファクスで長岡インターネット☎39-5000、FAX 39-5001へ

●外国人による日本語スピーチコンテスト出場者募集  
日時：7月7日（日）午後1時から 会場：長岡商工会議所 応募方法：テーマは「アジアの中の私、私の中

のアジア」、スピーチは5分。5月31日（金）までにスピーチを録音したテープを〒940-21関原町2の244木村嶺子さんへ 問い合わせ：むつみ会・中川さん☎46-2378

●初心者太極拳教室  
日時：5月24日～6月21日の毎週金曜日（計5回）午前10時～11時30分 会場：四郎九公民館 講師：日本武術太極拳連盟公認指導員 参加料：2,000円 定員：20人 申し込み：山口正巳さん☎46-4378

●フォークダンス初心者教室  
日時：6月5日～26日の毎週水曜日（計4回）午後6時30分～8時30分 会場：厚生会館 参加料：800円 申し込み：林智恵子さん☎34-5704

●太極拳表演と講習会  
日時：5月26日（日）午後1時～4時 会場：市民体育館 講師：全日本太極拳協会指導員・中野春美さんほか 参加料：500円（見学は無料）問い合わせ：体育・レクリエーション課☎34-2700

●女子ソフトバレーボールクラブ員募集  
日時：5月12日（日）からの毎週日曜日（計11回）午前10時～正午 会場：宮内公民館 参加料：2,000円（初回） 定員：30人 持ち物：内ばき、運動のできる服装 申し込み：5月18日（日）までに鈴木佳美さん☎33-5099午前9時まで

●ラウンドダンス初心者教室  
日時：5月22日～7月31日の毎週水曜日（計11回）午前10時～正午 会場：宮内公民館 参加料：2,000円（初回） 定員：30人 持ち物：内ばき、運動のできる服装 申し込み：5月18日（日）までに鈴木佳美さん☎33-5099午前9時まで



## 市政だよりに見る、長岡市の変遷 「ながおか市政だより」縮刷版

5月10日（金）から予約を受け付けます。ぜひご購入ください。頒布は7月を予定しています。申し込みは、はがきに郵便番号・住所・氏名・電話番号・セット数を記入し、〒940 幸町2の1の1市役所広報課へ。代金は縮刷版の送付と同封の納入通知書でお支払いください。

- 体裁 ● A4判・3巻（箱入れ）  
● 約3,000ページ（1,000部発行）  
内容 ● 昭和29年8月10日の試版号から平成8年4月の500号までを収録  
頒布価格 ● 1セット 9,800円（予定）



# INFORMATION

特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。

## サンライフ長岡 ☎367200

●トレーニング教室(第一期)  
期日 6月4日、7月23日の  
毎週火曜日(計8回) 定員  
各コース25人 参加料 1  
000円 申し込み 5月10  
日(金) 17日(金)

コース	時間	内容
サンライフ 女性	午後6時30分 ～8時	運動不足の解消 健康増進
サンライフ 男性	午前10時 ～11時30分	健康保持 運動の習慣

## 体育・レクリエーション課 (市民体育課) ☎342700

●初心者合気道教室  
日時 5月23日、7月25日の  
毎週木曜日(計10回) 午後7  
時～9時 会場 市民体育館  
対象 高校生以上 定員 30  
人 参加料 3,000円(初  
回に) 持ち物 運動のできる  
服装(柔道着・空手道着で  
も可) 申し込み 5月10日  
(金)から

●市民体育祭サッカー大会  
期日 5月19日(日) 会場 河  
川公園 参加料 1チーム2  
000円 申し込み 5月13  
日(月)までに穴沢敏さん ☎33  
1041(昼)、☎27493  
9(夜) 抽選会 5月15日  
(水)午後7時から中央公民館で

●市民体育祭春季市民登山  
福島県安達太良山  
(1,700m)  
期日 6月8日(日)、9日(月)  
対象 高校生以上 定員 1  
00人 参加料 20,000  
0円 準備会 6月5日(水)午  
後6時30分から厚生会館中  
ホールで 申し込み 6月1  
日(日)までに参加料を添えて

●市民テニス教室(硬式)  
日時 6月11日(火)、14日(金)、  
18日(日)、21日(水)、25日(日)午後  
7時～9時 会場 希望が丘  
テニス場 参加料 4,000  
0円 定員 40人 申し込み  
5月31日(金)午後7時～7時  
30分に参加料を添えて希望が  
丘テニス場へ  
※申し込み多数の場合は午後  
7時30分から抽選。

●高齢者スポーツ大会  
日時 6月7日(日)午前10時～  
午後3時 会場 市民体育館  
対象 おおむね55歳以上で健  
康な人 持ち物 昼食、水筒  
室内用運動靴 参加料 無料  
申し込み 5月17日(金)までに  
各老人クラブ単位で

●ナイターソフトボール大会  
期日 6月16日(日)、7月下旬  
開会式は初日の午後6時30分  
から 会場 阪之上小グラウ  
ンド 対象 男子・女子の部  
ともに18歳以上(高校生を除  
く) 参加料 1チーム4,0  
00円 申し込み 6月3日

●市民体育祭  
ソフトテニス大会  
会場 希望が丘テニス場  
期日 5月30日、7月4日の  
毎週木曜日(計6回) 午前10  
時～正午 会場 市民体育館  
定員 30人 参加料 2,0  
00円 持ち物 運動のでき  
る服装 申し込み 5月27日  
(川)まで

期日	クラス	1チームの参加料(当日)	申し込み
5/26(日)	壮年 45歳以上	1,600円	5/19(日)まで 市民体育館 南都体育館
	一般	600円	
6/16(日)	中学生	800円	6/9(日)まで 江陽中学校 五十嵐さん ☎27-1014 長岡向陵高校 安沢さん ☎29-1300
	高校生	800円	

●長岡レクリエーション学園  
遊びの中から学びましょう。  
学びながら遊ぼう。体験が力  
を生みます。  
期間 6月4日(火)、10月下旬  
時間 午後6時45分～午後8  
時30分 会場 市民体育館ほ  
か 参加料 5,000円(初  
回に、実習費別) 申し込み

●初心者太極拳教室  
期日 5月30日、7月4日の  
毎週木曜日(計6回) 午前10  
時～正午 会場 市民体育館  
定員 30人 参加料 2,0  
00円 持ち物 運動のでき  
る服装 申し込み 5月27日  
(川)まで

(川)までに参加料を添えて 抽  
選会 6月10日(月)午後6時30  
分に市民体育館小アリーナで



### 農園の参加者募集

家族そろって土に親しみ、  
野菜や花を育ててみませんか。  
場所 長岡東山ふるさと体験  
農園(鉢伏町) 区画数 畑  
16区画(1区画33㎡) 参加  
料(1年間) 4,500円  
申し込み 5月10日(金) 16日  
(木)ふるさと体験農業セン  
ター ☎345360へ

### 女と男のパートナーシップ を考える情報誌「あぜりあ」 第7号ができました

今回の特集では、長岡の若  
者たちが「結婚」「仕事」「家」  
についてどう考えているのか  
を、アンケートをもとに探っ  
てみました。  
ご希望の方は、市役所4階  
の企画課女性政策室 ☎392  
204までどうぞ。

### ツツガ虫に注意!

ツツガ虫病は、河川の流域  
だけでなく、山間地でも発生  
しています。  
山菜採りや農作業などで、  
山や河川敷に行くときは次の  
ことを守りましょう。

- ①長袖シャツ、長ズボン、長靴、手袋を着用し、肌を露出しない
- ②草むらに衣服を置いたり、長時間休憩したりしない



若い世代はもちろん、多くのおみなさんに読んでほしい一冊「あぜりあ」第7号

### ごみ収集についてのご案内

①農機具は収集しません  
毎年春先になると、ごみ取  
集場所に農機具、農業用ビ  
ニールシート、バッテリー、  
廃油、古タイヤ、消火器など  
が見受けられます。  
これらのものは、市で収集  
していませんので、ごみ取  
集場所に出さないで、業者に引  
き取ってもらってください。  
②中身が見えない容器での  
ごみ出し禁止  
4月1日から、黒い袋や段  
ボール、紙袋のような中身が  
見えない容器のごみ出しが  
禁止となりました。  
ごみを出すときは、透明ま  
たは半透明の袋を使用してく  
ださい。なお、スーパーの買  
い物袋は、特別色の濃いもの  
や厚地のものを除いて、ほと  
んど使用できます。  
段ボールや紙袋は資源です  
ので、子ども会などで行う廃  
品回収に出してください。  
問い合わせ 環境業務課 ☎  
242837

### 防火管理講習(甲種)

期日 5月23日(木)、24日(金)  
会場 教育センター(三和2)

●招待高校野球大会  
浦和学院高校(埼玉県)と、  
佐久長聖高校(長野県)を相  
手に、市内高校チームが熱戦  
を展開します。



日 時	対戦相手	会 場
6/8(土) 午後2時	浦和学院高校	帝京長岡高校グラウンド
	佐久長聖高校	長岡農業高校グラウンド
9(日)	午前8時	佐久長聖高校
	午前10時30分	浦和学院高校
	午後1時	佐久長聖高校
午後3時30分	浦和学院高校	悠久山野球場

入場料(悠久山野球場) 大人  
500円、高校生100円、  
中学生以下無料

### 情報

●エアロビクスサークル  
ノーサ会員募集  
参加希望者は直接会場へどうぞ。  
日時 毎週金曜日 午前10時～11時30  
分 会場 北都体育館 参加料 月  
2,000円(入会金1,000円)  
問い合わせ 野村さん ☎34367  
9

●長岡公共職業安定所からのお知らせ  
【新規卒業者激励会】日時 5月31  
日(金)午後6時から 会場 ホテル  
ニューオータニ長岡 対象 今年春  
卒業し、市内に就職した人 内  
容 日本テレビアナウンサー・松永  
三三さんの講演 定員 400人  
【新規卒業者の申し込み説明会】  
期日 会場 5月28日(火)新産管理セ  
ンター、30日(木)長岡商工会議所  
時間 午後1時30分 対象 来年3月  
に学校を卒業する人を求人する企業  
問い合わせ 長岡公共職業安定所 ☎  
321181

●子猫の里親あつせん  
子猫(生後2カ月まで)を飼えな  
くなった人、子猫を飼いたい人はぜ  
ひおいでください。  
日時 6月2日(日)午前9時～午後3  
時 場所 市立劇場正面入口前  
問い合わせ 捨て猫防止会・青木守子  
さん ☎270745 ※当日、動物愛  
護・福祉チャリティ大会を午前9  
時から市立劇場で開催

●青い鳥郵便はがきの無料配付  
対象 身体障害者手帳1・2級をお  
持ちの人 申し込み 5月31日(金)ま  
でに手帳を持参して最寄りの郵便局  
へ問い合わせ 長岡郵便局 ☎35  
0100 ※代理人や郵便による申し  
込みも可

## 今秋開館の長岡リリックホール。みなさん、大いにご利用ください!!

リリックホール施設使用料		午前	午後	夜間	全日	
コンサートホール	平日	準備	9,300円	16,000円	23,000円	48,300円
		本番	13,200	23,000	33,000	69,200
	土日祝	準備	12,000	21,000	30,000	63,000
		本番	17,100	30,000	43,000	90,100
シアター	平日	準備	7,500	13,000	18,000	38,500
		本番	10,500	18,000	26,000	54,500
	土日祝	準備	9,600	17,000	24,000	50,600
		本番	13,500	24,000	34,000	71,500
スタジオ	第1	1,800	3,000	4,300	8,200	
	第2～5	1,200	1,800	2,500	4,900	
	第6～10	900	1,400	2,000	3,800	

安田雅弘の演劇ワークショップ  
新進気鋭の若手演出家・安田  
雅弘さん(劇団「山の事事情社」  
主宰)を講師に迎え、演劇や演  
技の魅力を体験できるワーク  
ショップを開催します。  
日時 7月～来年1月の通常水  
曜日(計15回) 午後7時～10時  
※発表会あり。9月には合宿予  
定 会場 中央公民館、リリッ  
クホールほか 内容 身体訓練、  
演技指導、ディスカッションほ  
か 参加料=20,000円(合宿費  
別) 対象=全日程に参加でき  
る人 ※応募多数の場合は書類選  
考 応募方法=6月10日(月)ま  
でにアンケート用紙(兼申込書)  
に記入して郵送か持参

※コンサートホール  
とシアターの  
使用料について  
★営利・営業・宣伝  
が目的でなく、入場  
料などを設ける場合、  
その額が  
①3,000円以下…左  
表のとおり  
②3,001円～6,000円  
…左表の金額の  
1.5倍  
③6,001円以上…左  
表の金額の2倍  
★営利・営業・宣伝  
を目的とする場合…  
左表の金額の3倍

申し込み先… (財)長岡市芸術文化振興財団事務局 〒940 幸町2の1の2 市立劇場3階 ☎39・7980



INFORMATION

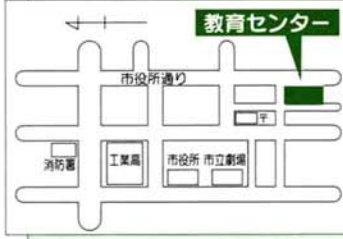
特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。

いじめや登校拒否で悩んでいませんか。ひとりで悩まず、家族だけで悩まず、勇気を出して相談してみましょう。

子どもに関する悩みごと相談(無料)

■教育相談室☎32-3663 (三和2・教育センター)

いじめや登校拒否、心身の発達の相談などを受け付けます。来室の場合は、電話予約をしてください。日時=月~金曜日の午前9時~午後5時、土曜日の午前9時~午後5時



※昨年4月~今年3月の間に、1,600件の相談が寄せられました。

■家庭児童相談☎39-2217 (市役所福祉課内)

18歳未満の子どもの日常生活、親子関係、非行、障害児の養育などに関する相談に応じます。日時=月~金曜日の午前9時~午後4時

■長岡児童相談所☎35-8500 (四郎丸町237・長岡地域福祉センター内)

18歳未満の子どもの日常生活、親子関係、非行、障害児の養育などに関する相談に応じます。日時=月~金曜日の午前8時30分~午後5時15分

■中越いじめ相談☎35-3930 (中越教育事務所)

日時=月~金曜日の午前9時~午後7時

■少年相談☎32-3745 (五尊文庫2階少年センター)

いじめ、登校拒否はもちろん、進学、学業、交友、性の問題などの相談に応じます。来所でも、電話でも結構です。日時=月~金曜日の午前9時~午後5時



■悩みごと相談テレホン ☎025-263-5319 (県立教育センター) ☎025-263-4737

日時=月~金曜日の午前9時~午後5時

■ヤングテレホン☎025-283-4970 (新潟県警察本部)

日時=月~金曜日の午前8時30分~午後5時15分

■悠久荘児童青年診察☎24-3930 (寿2の4の1)

20歳未満の子どもの日常生活や非行、発達などに関する相談や治療を行います。日時=月・水・金曜日の午前8時30分~11時30分、火曜日の午後1時~3時(面接治療は有料) ※保険証をお持ちください。

●市民税非課税世帯は 入院中の食事にかかる一部負担が減額されます 国民健康保険や老人保健の加入者で、市民税非課税世帯の人は、入院中の食事にかか

る一部負担(1日600円)が次のように減額されます。①過去12カ月の入院日数が90日を超えている人:1日300円 ②高齢福祉年金を受給している人:1日200円 ③それ以外の市民税非課税世帯の人:1日450円 減額を受けるためには、減

額認定証が必要ですので、忘れずに手続きしてください。 ※減額認定証の有効期限は毎年5月31日です。引き続き減額認定証が必要な人は、改めて申請してください。 問い合わせ☎保険年金課☎39-2220、高齢福祉課☎39-2218

人口と世帯数

住民基本台帳登録数8.41(前年比)



●児童手当を受けているみなさんへ (現況届を出しましょう) 6月以降の児童手当を引き続き受けるためには、現況届の提出が必要です。5月下旬に用紙を郵送しますので、お忘れなく。 届け出期間☎6月3日(月)~17日(日) 持参するもの☎児童手当現況届、印章 (所得制限があります) 6月以降の児童手当の支給は、平成7年中の所得によっ

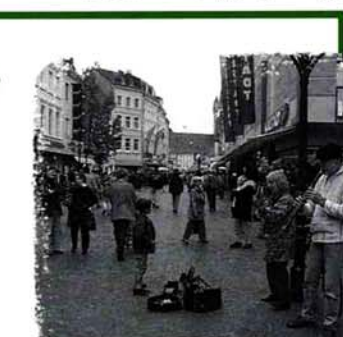
●中小企業従業員・農業者のための派遣研修助成制度をご活用ください 対象研修☎4日間以上で次の団体等が行う研修①国・県・市②中小企業大学校・商工会議所・商工団体③農業大学校・農業関係機関・農業関係団体④信濃川テクノポリス開発機構⑤長岡技術科学大学 対象者☎市内に事業所がある中小企業の従業員、農業者 助成する経費☎受講料・参加費・宿泊費・交通費の自己負担額のうち次の額①国内研修:自己負担額6万円以下はその全額、6万円を超えるときは超えた額の3分の2を加算した額(限度額10万円)②国外研修:自己負担額の3分の2以内の額(限度額30万円) 申し込み☎受講日の20日前までに庶務課内助長岡市米百俵財団事務局☎39-2203

●高額療養費制度をご存じですか? 国民健康保険に加入している人の1カ月分の医療費が高額になった場合、その一部が申請により高額療養費として払い戻されます。ただし、保険のきかない差額ベッド料や入院時の食事代などは除きます。 申請しないと払い戻されませんので、忘れずに手続きをしてください。詳しい内容については、保険年金課☎39-2220へお問い合わせください。 ●国民年金には保険料の免除制度があります ①申請免除制度 事故や病気で生活が苦しい人や所得の低い人が、申請して承認されると保険料が免除されます。また学生には、特別な免除基準があります。 ②法定免除制度 生活扶助や障害年金を受けている人は、届け出により保険料が免除されます。 ※保険料の未納があると、老後の年金や万一の時の障害・遺族基礎年金が受けられなくなる可能性があります。保険料納付の困難な人はご相談くだ

5月25日土曜日は市長選挙の投票日です。 みんなそろって投票しましょう。 長岡市選挙管理委員会 ☎39-2241

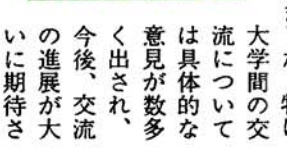
ご活用ください! 中小企業融資制度のお知らせ

Table with columns: 制度名, 種類, 限度額, 利率(年), 返済期限, 問い合わせ. It lists various financing programs like ①中小企業振興資金, ②新潟県地方産業育成資金, ③中小企業高度化資金, ④新技術新製品開発資金, ⑤設備近代化促進資金, ⑥新潟県設備近代化資金.



トリアーの中心街にて

プロリスト(乾杯!) かつて修道院だったという市議会議場に市議会代表者、市職員が集い、特産のモーゼルワインの乾杯で、和やかな歓迎式が始まりました。シュレーアー市長は「この議場で過去と未来が交わり、トリアーの将来が討議され決議される」とこれからの両市の交流に期待を表明しました。 日浦市長は「トリアー市民はフォートワースでお会いし、親しみを感じている。市民交流による異文化の理解が世界平和につながる」とあいさつ。今後の交流推進を確認しました。 トリアーから貴重な贈り物が日浦市長に手渡されました。それは、一冊の本「武士の娘」(長岡市出身の杉本鏡子著)のドイツ語版です。 続いて、思いがけない贈り物が日浦市長に手渡されました。それは、一冊の本「武士の娘」(長岡市出身の杉本鏡子著)のドイツ語版です。 トリアーにプロリスト! ロマネスク、ゴシック、ルネッサンス、バロックとそれぞれの時代の足跡が今に残るトリアー。また、二千年の歴史が育てたワインと、その楽しみ方はモーゼル地方のライフスタイルであり、大きな魅力となっています。 トリアーとの交流は、この歴史の重みと魅力を理解することから、その第一歩が始まります。





# INFORMATION

特に記載のないものは、電話で申し込んでください。先着順で受け付けます。

## 健康



### 健康課

健康センター ☎32-5000

#### ●赤ちゃん相談

日時 5月21日(火)午前9時30分～11時、午後1時30分～3時  
会場 健康センター 対象 平成7年11月2日～12月1日生まれの乳児  
内容 育児・離乳・虫歯予防相談、身体計測、発達確認、神経芽細胞腫検査セットの配布  
持ち物 赤ちゃん相談のお知らせ、母子健康手帳

#### ●乳がん・子宮(頸部)がん検診

「なんとなく気になるけど...」と思っている人は、この機会に受診してみませんか。気軽に受診してください。対象 30歳以上  
内容 乳がん：視診・触診、自己検診法の実習、子宮(頸部)がん：視診・内診(細胞診)  
負担金 乳がん200円、子宮(頸部)がん500円

期日	会場	申し込み
5/22(水)	JA古正寺出張所	JA上山西所 ☎27-1473
6/3(月)	JA日越支所	同上 ☎27-0261
6/3(月)	JA日越支所	同上 ☎27-0261
6/3(月)	JA日越支所	同上 ☎27-0261
6/3(月)	JA日越支所	同上 ☎27-0261
6/3(月)	JA日越支所	同上 ☎27-0261
6/3(月)	JA日越支所	同上 ☎27-0261
6/3(月)	JA日越支所	同上 ☎27-0261
6/3(月)	JA日越支所	同上 ☎27-0261
6/3(月)	JA日越支所	同上 ☎27-0261



#### ●胃がん・大腸がん検診「がん検診」

△子宮がん検診のみ、☆乳がん検診のみ、\*基本健康診査と胃がん・大腸がん検診と同時実施  
このほか、市内の医療機関でも受診できます。  
負担金 乳がん600円、子宮(頸部)がん1,500円、子宮(頸部)・体部がん2,200円

#### ●基本健康診査(集団健診)

○は基本健康診査と同時実施  
対象 昭和2年4月2日～32年4月1日生まれで、職場などで健康診査を受ける機会のない人  
内容 高血圧、心臓病、糖尿病、腎臓病、肝臓病、膵臓病、高脂血症、貧血、動脈硬化症の検査  
健康課 負担金 100円

期日	会場	申し込み
5/10(金)	才津小学校	JA関原支所 ☎46-3164
5/13(月)	大島公民館	JA下西山所 ☎27-1003
5/14(火)	日越小学校	同上 ☎27-0261
5/15(水)	王寺川連絡所	同上 ☎46-3164
5/16(木)	深沢小学校	同上 ☎46-3164
5/17(金)	上除町公民館	同上 ☎46-3164
5/20(月)	関原小学校	同上 ☎46-3164
5/22(水)	希望が丘公民館	同上 ☎46-3164
5/23(木)	福戸農村環境改善センター	同上 ☎46-3164

#### ●大積地区総合健康診査

日時 5月30日(木)午前7時45分～10時  
会場 大積公民館

## ともしびは やさしい あなたの心から

#### ●70歳以上の人の基本健康診査(個別健診)

年に一度、健診を受けて自分の健康を確認しましょう。  
期間 5月7日(火)～来年2月

#### ●あなたの健康相談室

前日までに電話予約のうえ、お気軽にどうぞ。  
会場 健康センター 時間 28日(金) 対象 昭和2年4月1日以前生まれの人  
内容 高血圧、心臓病、糖尿病、肝臓病、膵臓病、高脂血症、貧血、動脈硬化症の検査  
健康課 負担金 無料

#### ●女性健康診査(無料)

家庭や職場で健康診査を受ける機会のない、18～39歳の人が対象です。  
日時 6月5日(木)～6日(木) 午後1時30分～3時  
会場 健康センター 内容 血圧測定、

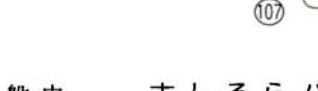
#### ●健康相談

トレーニング室を利用しない人も受診できます。お気軽にどうぞ。  
日時 5月14日(火)～24日(金) 午後6時30分～8時  
会場 嘱託医師による健康相談および健康管理指導診察

#### ●ボランティアセミナー(無料)

日時 6月8日(日)午後1時30分～4時30分  
会場 ホテルニューオータニ長岡  
内容 講演「ボランティアのこころ」(宮城県麗人赤十字奉仕団委員長・今野清子さん)、「これからの福祉」(こぼし園園長・兼頭吉市さん)と音楽鑑賞  
問い合わせ ボランティア連合会・野田さん ☎47-2233

## 園芸教室



名前の由来は、花託がアシナガバチの巣に似ていることから、蜂蜜がまっつてハスになったといわれています。ハスは主に花を楽しむ花バスター、地下茎の連根が目的の食用ハスの2系統があります。ここでは、花バスターを紹介しましょう。

#### ●育て方

〔容器〕花バスター栽培専用の容器が市販されていますが、桶やたらい、古火鉢などを利用した楽しみ方もよいでしょう。口径は大形種で60cm以上、中形種で50cm以上、小形種で30cm以上が目安です。  
〔用土〕田土が最適です。バケツ1杯当たり苦土石灰一握り(草木灰なら一握り)をよく土に混ぜ合わせます。毎年新しい用土にしましょう。  
〔植えつけ〕鉢の底に、元肥として骨粉か魚かす(煮干しでもよい)を一握り入れてから、用土を容器の3分の2ほど入れます。  
〔置場所〕暑さと日照が大好きです。日当たりと風通しのよい所に置きましょう。  
〔肥料〕最初は、茎の弱々しい小さな葉で、水面に浮かぶ

#### ●神秘的で風情のある花ーハス

ハスは、泥水の中で育つにもなるものにも染まらぬ、清らかな姿で芳香花を咲かせることで、仏教思想を代表する植物とされてきました。また、果実や地下茎は食用として、特にお正月料理には「見通しがよい」ということで、古くから利用されてきました。今回は、ハスを紹介しましょう。

が、病気の予防のため消石灰の50倍液に30～60分浸します。これを1～2本、鉢の中央に先端部を深めに植えつけます。その上に、蓮根の頭がかすかに隠れる程度に用土を入れます。最後に水を注いでやりましょう。

浮き葉が3～4枚出ます。その後、水面上に立ち上がる立ち葉が出始めます。このころが最初の追肥のときです。肥料は油かすの玉肥を与えます。その後は8月まで月に1回与えましょう。  
〔注水〕ハスは、水切れに大変弱い植物です。鉢栽培では水を切らさないように注意します。特に蕾が出始めてから咲き終わるまでは、注水を忘れないようにしましょう。  
〔冬期の保存〕晩秋になり、葉や茎が枯れたら切り除きます。水は張ったままにして、地下茎が凍らないような所に保存しておきましょう。

#### ◆園芸入門講座◆

園芸の基礎知識を学びます。  
日時 5月24日～6月28日の毎週金曜日(計6回) 午後2時～3時30分  
会場 中央公民館大ホール 講師 小林正夫さん 定員 50人 参加料 3,000円 申し込み 5月17日(金)までに中央公民館 ☎32-0437へ

#### ●知っているですか

ハスは、葉脈が葉柄に通気孔が連絡しています。この通気孔は根茎まで通じ、呼吸に必要な酸素を供給しているのです。中国では、これを利用して切ったハスの葉に酒を注ぎ、茎を通した酒をお客さまをもてなしたそうです。  
通気孔は、葉脈は2個、葉柄は4個、花柄は7～8個、蓮根は10個が基本数です。生育のよい蓮根には副孔があります。



ハスの植えつけ方  
切り口を水面に出す  
田土  
骨粉か魚かす

### 市民健康大学(前期)

「自分の体は自分で守る」そんなあなたへアドバイス! 医師、栄養士、薬剤師、運動指導員、学識経験者が指導します。

日時 6月4日～7月16日の毎週火曜日(計7回) 午後7時～8時30分  
会場 健康センター  
定員 50人  
参加料 1,000円  
申し込み 5月28日(火)まで  
内容 ①健康づくりは地域社会の輪の中で ②肩こり・四十肩防止のためのストレッチ ③「骨に貯金してますか」カルシウム・アップ調理実習 ④薬の常識・非常識 ⑤「長寿社会」ボケは防げるか ⑥ニュースポーツを楽しもう ⑦閉講式と記念講演

### 社会福祉法人長岡福祉協会

●精神に障害をもつ人のための新施設の利用者募集  
①「援護費」(サンスマイル)：居室は個室個室。自炊・生活・作業訓練などを行います。定員は25人※ショートステイあり  
②通所授産施設「野いちご工房」：パンやケーキの製造・販売や企業からの受託作業、レクリエーション活動などを行います。定員は30人。  
申し込み ①②とも5月10日(金)からサンスマイル(関原1の3195) ☎47-5138へ

●社会福祉法人長岡老人福祉協会  
●老人保健施設「桃李園」職員募集  
採用時期(予定) 10月1日 職種 職員 事務員・指導員・栄養士・施設管理員・理学療法士・作業療法士：各若干名、看護婦・准看護婦：10人程度、介護福祉士・介護職員：25人程度 試験日 6月9日(日) 申し込み 5月7日(火)～31日(金)に田宮病院内桃李園開設準備室(深沢町2300) ☎46-3200へ

●身体障害者療養施設「桐樹園」のデイサービスをどうぞ  
日時 毎週土曜日午前10時～午後3時  
内容 健康チェック、入浴など 利用料 1,000円(昼食・送迎代含む) 申し込み 桐樹園(西津町4668) ☎47-2200へ

●長岡保健所(川崎町字前田2711の1、☎33-4930)の総合相談  
赤ちゃんのこと、思春期の悩み、成人病、ほけ、薬、エイズなどについて専門家がご答えします。