

# なが おか

2008.October

# 10

No.649

市政だより

## 継ぐぞー！ 兼続の愛

与板十五夜まつり創作みこし



特集 震災から4年 そして今 ..... P2

### 市政ニュース

10月からまちなかべんりバス運行 ..... P8

関原地区に火焰土器ミュージアム ..... P9

市街化区域・調整区域を見直します ..... P10

天皇皇后両陛下、長岡ご訪問 ..... P11





やすえ 中村保恵さん  
(芝ノ又集落総代)

サポート1  
小国・芝ノ又集落

六世帯が暮らす芝ノ又集落は今、観光ワラビ園づくりに取り組んでいます。総代の中村保恵さんは、集落の神社の修復を地域復興支援センター小国サテライトに相談。その際、地域復興支援員の高橋實さんから、「小国のワラビを観光に役立ててみないか」という提案がありました。ワラビは山菜の中でも調理しやすく、収穫期間も五月から盆過ぎまでと長いので、小国らしいグリーンツーリズムに活用できるのではとのことでした。

観光ワラビ園への挑戦  
「落ちこんだままではいけない」

中村さんは「あれもできない、これでもないと言っているは何も始まらねえ」と思い、地震の被害で耕作してない約一反の田んぼを提供。集落の人々と協力し、畑の造成やワラビの植栽を始めました。小国中学校の生徒も植える作業に協力しています。「収穫までには三、四年かかると思うけど、絶対成功させたいね。斜面にはウドも植えようかってみんな話していますよ」と目を輝かせています。



▲中学生も地域貢献活動でワラビ植えをお手伝い

中山間地の魅力を発信し、新しいまちづくりに生かそうと昨年発足した(財)山の暮らし再生機構(通称LIMO)は、今年四月から「地域復興支援センター」を設置しています。本部となる長岡センターのほか、小国・山古志・栃尾の三地域に、サテライト事務所を開設。いずれも地域復興支援員が常駐しています。集落の行事に学生ボランティアの参加を呼びかけ

山の暮らしに元気を  
地域復興支援員がサポート

たり、集落・行政・支援団体のつながり、役割を果したり。復興基金を活用して、集落のアイデアの事業化を一緒に考えたり、ホームページで復興活動の情報発信を行ったりもします。地域復興支援員は、集落の被災状況や復興状況に合わせて地域の元気づくりを支援しています。

中山間地の元気づくりをお手伝いします。山の暮らしに興味のある方も、お気軽にお問い合わせください。



長岡センターの地域復興支援員・佐々木康彦さん

地域復興支援センター

◆長岡センター

(財)山の暮らし再生機構内(大手通1)  
☎30・1213 FAX30・1205

◆小国サテライト

スペース企画ビル3階(法坂)  
☎41・9011 FAX41・9012

◆山古志サテライト

山古志会館1階  
☎59・2301 FAX59・2302

◆栃尾サテライト

栃尾支所3階  
☎51・1012 FAX51・1013

ホームページ<http://www.yamanokurashi.jp/shien/>で、集落の復興活動の情報を発信しています。



中越大震災から4年

あの時があった。  
そして今がある



10月23日で中越大震災から4年。甚大な被害を受けた中山間地の小国・山古志・栃尾地域では、(財)山の暮らし再生機構の地域復興支援員が、集落の復興の状況に合わせた支援を行っています。

一方、震災の記憶の風化を防ぎ、教訓を同じ被災地や後世に伝える取り組みも始まっています。

創造的復興に向かって、「前より前へ」と歩む長岡の今をお伝えします。

▲小国地域法末集落の足湯「赤洪の湯」  
地震で亀裂が入った杉の木を使って住民が手作りでした足湯。炭焼窯の余熱を利用しています(不定期に開設)。「仮設住宅での生活も今思えば楽しかったね」「雪下ろしによく通ったね。今では、あの日のことも笑って話せるようになりました。



## 避難所の記録と記憶 ～災害アーカイブス展～

日時＝10月19日(日)～11月9日(日)午前10時～午後6時 (10月31日(金)は午後5時まで。10月20日(月)・27日(月)、11月4日(火)除く)

会場＝中央図書館2階ホール

★展示資料を解説します

日時＝10月19日(日)、11月2日(日)の午前10時から (30分程度)

☎ 図書資料室 ☎36・7832、FAX37・3754、Eメールmonjo@nct9.ne.jp

### ★「震災アーカイブス」 被災地連携企画展を開催します

上記期間中は次の会場も企画展を開催。  
・山古志支所3階震災資料室  
・千歳仮設住宅跡地(千歳1)  
小千谷市と川口町でも開催予定。中央図書館を含め5会場を巡るスタンプラリーも実施します。詳細は10月上旬に各図書館に設置するチラシをご覧ください。  
☎ 中越防災安全推進機構 ☎36・8141



◀避難所に掲示した文書

中越大震災の記憶や教訓を残そうと市は、避難所に掲示したライフラインの復旧状況や支援物資の配布情報のメモなどを、復旧の経過を伝える貴重な資料として収集してきました。今回、収集した資料をもとに災害アーカイブス展を開催します。資料の複製で避難所の掲示板を再現するほか、救援物資に添えられたメッセージや学校の被災写真、復興セールのチラシなども展示します(左記参照)。

### 復旧の経過を伝える 資料を公開します

## 伝えます。長岡の教訓

### 学校の耐震改修の成果を 中国の建築専門家が視察

中国の建築専門家が九月十日、学校の耐震強化を学ぶために、小国・越路地域の小・中学校を視察しました。五月の四川大地震では、多数の学校が倒壊。多くの子どもたちや教職員が犠牲になりました。これを受けて、中国の全小・中学校の建築・設計基準を策定しようと、中国政府から派遣された建築士など二十四人が視察しました。小国中学校では、市職員が中越大震災でひびが入った柱に耐震補強をしたことで中越沖地震の被害を免れたことを説明。下小国小学校では耐震補強した壁を、越路小学校では耐震補強中の工事現場を、それぞれ設計図を用いて補強の工法などを説明しました。北京市建築設計研究院の顧問・黄汇さんは「(改修箇所は)説明がないと分からないほど周回と調和している。今日学んだことを建築基準作りの意見としてまとめ、政府に提出したい」と話していました。



▶小国中学校の耐震改修の説明を受ける中国の建築士たち

▼灯ろう風の中を空洞にした石積み



稲葉順一さん  
(西野俣区長)

サポート  
3

### 栃尾・ 西野俣集落

西野俣区長を務める稲葉順一さんは、「すぐにできることから集落を活気づけたい」と、毎年八月七日に行われる栃尾地域の伝統行事・石積み(※)に注目しました。住民たちと一緒に、「今年は石を積みむだけでなく、何かして盛り上げよう」と地域復興支援センター栃尾サテライトに相談。石積みの由来を再確認しようと、地域復興支援員の大橋功雄さんと一緒にお寺の住職の講話を企画。住職の話をもとに、石を灯ろうのように積み

上げて、ろうそくの火を灯す新たな試みに挑戦しました。早朝は河原で石を積み、夜は明かりを灯して、橋の上で鑑賞会。参加者から「きれいだのお」「やってよかったねっか」との声。「十月には、収穫を祝ってもちつきをしよう」と考えています。復興支援員さんの協力で、各家庭から昔の集落の写真を集めてスライド上映を計画して「すよ」と笑顔で話しています。 ※親より早く亡くなった子どもの霊が、毎日賽の河原でさせられているという石積み。年に一度、肉親が代わりに行うもの

サポート  
2

### 山古志・ 虫亀集落



五十嵐なつ子さん  
(直売所運営)



▲フキノトウを使ったジェラートの試作

今年四月から、虫亀集落内の車庫を借りて野菜の直売所を始めた五十嵐なつ子さん。「山古志のごっつお」を提供できる食堂付きの直売所を集落内に造ろうと準備をしています。「震災前から、山古志の食材やお母さんたちの自慢料理を多くの人に紹介したいと思っていました」。震災後、山古志を訪れる人にふるさとの魅力を改めて気づかされ、人とのつながりを大切にしたいと、直売所を運営するみんなで食堂にも挑戦することに。虫亀集落の

区長・若槻敬さんは「食堂もできるとで集落に活気ができることを期待しています」と話しています。地域復興支援センター山古志サテライトは、山菜を使った特産品の開発をお手伝い。地域復興支援員の高林春華さんがフキノトウを使ったジェラートを提案し、五十嵐さんと仲間が数種類を試作。試食の結果、評判は上々。「来年の春には開店したいですね。ジェラートも目玉になれば」と夢が広がります。

### 来春には食堂のある直売所で 「山のごっつおを味わって」

地域復興支援員の高林春華さん





## 〈10月23日前後に行われるイベント〉

# 10.23 10月23日開催のイベント

10.25  
(土)

### 中越地震4周年復興祈念フォーラム 「ふるさと再生～よりよい明日に向かって～」



▲大桃美代子さん

時間／午後1時30分～4時30分  
 会場／ホテルニューオータニ長岡・NCホール  
 内容／復興4年目の報告（森市長）、特別講演「稲を育てる、人を育てる」（大桃美代子さん）、明日へのメッセージ（長岡・小国・山古志地域で被災地再生に活動する人）、  
 ▲収穫の秋の棚田  
 栖吉中学校生徒と一緒に全員合唱「ふるさと」  
 定員／300人[先着]（順次、聴講券を発送します）  
 申し込み／はがきまたはファクスに、郵便番号、住所、氏名、電話番号を記入し、〒950-1189新潟市西区善久772の2新潟日報社企画事業部「4周年フォーラム」係、FAX025・378・9555へ（2人以上の場合はすべての氏名を記入）  
 圏地域復興戦略部 ☎39・2515



▲収穫の秋の棚田

### 中越大震災4周年追悼式

時間／午前9時～9時50分  
 会場／太田小・中学校体育館（長岡地域濁沢町）  
 内容／震災で亡くなられた方のめい福を祈り、黙とう、式辞、追悼の辞、献花など  
 圏地域復興戦略部 ☎39・2515



昨年の追悼式▶

10.18-19  
(土) (日)

### ー復興への道程はいまー 復興支援シンポジウム

時間／午後1時～6時 会場／長岡造形大学  
 内容／復興に向けた被災者の動きやそれを支える行政・支援団体・復興支援員による活動報告、討論、復興現場の現地視察会（19日のみ）  
 圏長岡造形大学復興支援センター ☎21・3537（※参加料、申込方法はお問い合わせください）

11.3  
(祝まで)

### まさのり 中條均紀さん 山古志写真展

時間／午前9時～午後4時  
 会場／山古志体育館  
 内容／中條均紀さん撮影の山古志地域の風景と震災の写真を展示  
 圏地域復興支援センター山古志サテライト ☎59・2301

10.18-19  
(土) (日)

### フリスビードッグ 大会in山古志

時間／午前10時から  
 会場／四季の里古志（山古志種芋原）  
 内容／山古志地域で初開催の競技会、体験イベントや物販  
 圏山古志支所山古志地域復興推進室 ☎59・2328

10.12  
(日)

### やまこし ありがとう広場

時間／午前9時～午後3時  
 会場／山古志支所前駐車場  
 内容／山古志地域の住民による野菜、山菜、加工品などの直売、各種展示  
 圏地域復興支援センター山古志サテライト ☎59・2301

10.26-27  
(日) (月)

### になニーナ祭

時間／26日午前10時～午後4時、27日午前11時～午後3時  
 内容／講演会（26日）、体験講座、野菜直売、和太鼓演奏、遊びの屋台、多国籍屋台、作品展ほか  
 会場・圏多世代交流館になニーナ（千歳1） ☎32・0889（平日午前10時～午後4時）

## ◆厚生会館

### 復興のつどい

#### ●復興活動展

時間／正午～午後7時30分  
 会場／厚生会館第一小ホール  
 内容／復興活動のパネル・写真の展示、映像の放映、パンフレット・チラシの配布  
 圏地域復興戦略部 ☎39・2515

#### ●復興交流会

時間／午後3時30分～5時、午後6時30分～7時30分  
 会場／厚生会館第二小ホール・中ホール  
 内容／復興支援活動の発表、DVDの放映など  
 圏地域復興戦略部 ☎39・2515

厚生会館  
前広場で

### 灯りでつなぐ心の和 ～灯・食・音～

時間／午後5時～7時  
 内容／ろうそくによる献灯、黙とう、被災地からの食の提供と販売ほか  
 圏NPO法人まちなか考房 ☎36・3240

献灯▶



## ◆山古志支所周辺

### 追悼式

時間／午後5時30分から  
 会場／山古志支所前駐車場  
 内容／黙とう、「希望の鐘」の打ち鳴らしなど  
 圏山古志支所山古志地域復興推進室 ☎59・2328



希望の鐘▶

### 震災DVD上映会

時間／午後7時から 会場／山古志体育館  
 内容／震災後に制作されたDVD「ありがとう」「かけはし」「1000年の山古志（予告編）」などを上映

### やまこし ありがとう広場

時間／午前9時～午後3時 会場／山古志支所前駐車場  
 内容／野菜、山菜、加工品などの直売、各種展示  
 圏地域復興支援センター山古志サテライト ☎59・2301





▲火焰土器は、昭和11年に馬高遺跡で出土した、縄文時代中期(約4,500年前)の土器。祭事の煮炊きに使われていたという説がありますが、詳しいことはわかっていない、謎とロマンに満ちた土器です

関原地区にある馬高・三十稲場遺跡は、国の重要文化財「火焰土器」出土の地として全国的に有名です。平成二十一年九月、この地に「火焰土器ミュージアム(仮称)」が開館します。

市は馬高・三十稲場遺跡を、縄文体験ゾーン、遺跡保存ゾーンなど、長岡の古代史に出会い、学べる史跡公園として、平成二十三年度をめどに整備することとしています。ミュージアムは、その中心となる施設です。



縄文文化を面白く、深く！  
企画・特集展示

本物の感動がココに！  
火焰土器展示

気分は考古学者！  
体験展示室

縄文人の生活はこうだった！  
馬高・三十稲場遺跡展示

## 関原の馬高・三十稲場遺跡に 火焰土器ミュージアム(仮称)

本物の古代ロマンに出会う、学ぶ

火焰土器ミュージアム(仮称)  
内部イメージ



長岡市は、新潟県、社団法人新潟港振興協会と共催で八月二十九日、新潟港利用拡大セミナーをハイブ長岡で開催しました。

新潟港は、経済成長が著しい中国やロシアなど環日本海圏との物流に大変重要な役割を果たす港です。セミナーは、新潟港の利用促進により、長岡市の企業誘致や産業振興、そして県全体の産業界の発展へつなげようとするもので、七十五社約百十人が参加。九月に十一年ぶりに復活するロシアとの定期航路についての説明や、輸出港を横浜から新潟東港に変更した企業の取り組み事例に真剣に聞き入っていました。

「産業界のさらなる発展へ「新潟港利用拡大セミナー」を開催」

法務局前発	法務局前着
8:05	7:15
8:10	9:25
9:05	11:27
10:05	12:27
10:35	13:27
11:00	14:27
11:20	15:27
12:05	16:27
12:20	17:27
13:05	17:42
14:00	18:27
15:05	18:52
16:50	19:17
17:50	19:32
18:15	19:57
18:35	20:17
18:50	20:37
19:05	20:57
19:30	21:32
19:50	21:52
20:10	
20:30	



無料約150台  
駐車場 利用時間 午前7時~午前0時

無料約150台  
駐車場 利用時間 午前7時~午前0時

無料約150台  
駐車場 利用時間 午前7時~午前0時

千歳一の長岡防災シビックコア地区と中心市街地、千秋が原地区を結ぶシャトルバス運行の社会実験を行います。

無料駐車場完備。時間を気にせずショッピングなどへ  
バス利用者用に、無料の駐車場をシビックコア地区に完備。駐車料金を気にすることなく、中心市街地で買い物を楽しんだり、市民センターで子どもを遊ばせたりすることができ

運行本数は、一日二十〜二十二便を予定しています。  
みんなが便利な公共交通の実現を  
実験運行は十月一日から来年の三月末まで。期間中には、利用調査やアンケートを行います。本格運行に向けて、使い勝手のいい公共交通の実現を目指します。

シビックコア地区と中心市街地と千秋が原地区

## 10月からまちなかべんりバス運行

来年1月の放送に向け、撮影順調

## 「天地人」新潟ロケ！ 栃尾と山古志でも収録

来年1月の放送開始に向け制作が進むNHK大河ドラマ「天地人」。上越市柿崎の海岸で九月六日、主役の妻木聡さん演じる直江兼統と常盤貴子さん演じる兼統の妻・お船が、上杉謙信の養子・景虎の婚儀の祝いの品を買いに馬を駆る場面が撮影されました。九月と十三日には、山古志地域と栃尾地域に、上杉謙信役の阿部寛さんと謙信の姉・仙桃院役の高島礼子さんが登場。謙信が、後に兼統の主君となる上杉景勝を養子にするシーンなどが収録されました。

※このスペースには、上越市柿崎ロケ時の写真を掲載しましたが、PDF版では著作権、肖像権を保護するため空白にしてあります。

▲柿崎の海岸でのロケ風景。手綱さばきもりりしい二人





▲厚生会館でご懇談される陛下

復興状況をご視察

## 両陛下、長岡ご訪問



▲住民にお言葉をおかけになる両陛下（山古志南平）

中越大地震の復興状況をご視察のため、九月八日、九日、天皇皇后両陛下が、長岡市をご訪問されました。山古志地域の竹沢団地り災者公営住宅や牛の角突きなどをご視察され、復興成った長岡市の姿をご覧になりました。厚生会館では復興に尽力した市民とご懇談。「生活は元に戻りましたか」「子どもたちは元気に学校に通っていますか」と、一人ひとりにお言葉をおかけになっていました。

**暮らしやすいまちには土地・建物のルールあり**  
暮らしやすいまちづくりには、地域に合った土地の使い方や、建物の建て方のルールが不可欠です。建物を建てることのできる区域を決め、住宅地や商店街、公園などが計画的に整備されたまちは、暮らしやすいまちといえます。また、自然や農地をきちんと残していくことも大切です。

## 市街化区域・調整区域を見直します

私たちが快適な生活を送るために

市内の対象地域は、大きく二つの区域に分かれています。一つは市街化区域、もう一つは市街化調整区域（左欄参照）です。市は、「コンパクトなまちづくり」の視点に立って、この二つの区域の範囲を見直す準備を進めています。

**変更をお考えの地区はご相談ください**

計画的な開発が必要と認められる区域は、市街化区域に

### 用語の解説

- 市街化区域  
住宅や店舗、工場などを建てることができ、道路や公園を整備して、市街地として積極的に整備する区域
- 市街化調整区域  
農地や自然環境を保護するため、開発や建築などに一定の制限をかける区域
- コンパクトなまちづくり  
市街地を適正な規模にとどめ、今ある市街地を有効に活用することで、生活の利便性や公共サービスの水準を適切に維持し、将来にわたって持続可能なまちづくりを進めていくこと。  
長岡市では、人口減少社会の到来を見据え、コンパクトなまちづくりを進めています。



編入します。一方、農地や山林などで、保全することが望ましい区域は、市街化調整区域に戻します。  
変更をお考えの地区で、まだ要望書を提出されていない場合は、早めにご相談ください。なお要望書は、左記の期限内で受け付けています。町内会などの代表者名でご提出ください。  
対象地域：長岡、中之島、越路、三島、与板  
受付期間：11月28日（金）まで  
受付場所：市役所城内町分室2階都市計画課  
都市計画課 ☎ 39・2225

### 菜の花でクルマが走る?!

## 廃食油をディーゼル燃料に 長岡市が国のモデル地域に決定



▲手前は菜種。奥左から菜種油、廃食油、バイオディーゼル燃料

市と民間事業者、市民団体が協働で進めている「ながおか菜の花プロジェクト」が、農林水産省のバイオ燃料地域利用モデル実証事業として認定されました。  
「ながおか菜の花プロジェクト」は、遊休耕作地で菜の花を栽培、菜種から採れた油を食用にし、使用済みの油を回収してバイオ燃料に精製することで、エネルギー循環と食料自給の輪を広げる試み。この取り組みが全国のモデルとして認められ、国の強力な支援を受けることとなりました。  
今後、使用済み油回収の仕組みづくり、民間事業者によるバイオ燃料の本格的な生産などを進めていきます。  
農政課 ☎ 39・2223

### 長岡の経験と教訓を世界へ 四川大地震 復興支援 森市長の中国訪問報告③



北京で講演をしてからちょうど1カ月後の7月30日、中国住宅都市農村建設部の仇保興副部長を団長とする四川省震災復興視察団の一行、約40人が長岡市を視察に訪れました。  
長岡市役所で中越大地震の被害状況を説明した後、四川大地震の被災地とよく似た中山間地の山古志地域の復興状況を現地でご説明すると、被災した自治体の市長や副市長からは、人口の少ない中山間地に多くの復興予算を投入する意義や、集団移転の法的根拠など、真剣で具体的な質問が相次ぎました。  
山古志を視察した仇団長は、住宅のみならず、生活の根拠である農地の復旧なども含めた総合的な復興であることや、さらに災害を逆手にとった観光の



▲視察団に復興状況を説明

振興など、いわゆる「創造的復興」に取り組む姿勢が非常に参考になったと話していました。  
この視察団には、長岡市と山古志住民が義援金を贈った蘿下薬村がある汶川县の廖敏県長も参加されていたので、今後、被災地同士で交流を行っていくことを改めて確認しました。  
その後、義援金を募った山古志地域の住民と山古志観光開発公社の代表に、今回の訪中について報告をしました。





## 上手に歌うよ♪ 四季を感じて

越路小学校には、季節ごとに4つの校歌があります。混声合唱サークル・東洋大学白山グリークラブが、子どもたちに歌い方を指導。体育館に伸びやかな歌声が響いていました。(9月5日)



## 最初ビクビク すぐワクワク

和島地域の島田小学校に、6頭のポニーがやってきました。触れたり乗ったり子どもたちは大はしゃぎ。素敵な思い出ができました。(9月12日)

(写真・文/市民リポーター 佐藤香さん)

## 敬礼もピシリ!

長岡市消防団与板方面隊に2人の女性が入団しました。訓練に初めて参加した2人は、緊張しながらも、先輩から整列や敬礼などの指導を真剣に受けました。(9月7日)



## ゴールに向かって一直線

寺泊港で開催されたトキめき新潟国体リハーサル大会のカヌー競技。うねる波に苦戦しながらも力いっぱいパドルをこぎました。(9月7日)

## オンリーワンの作品づくり

市民センターで開催された子育てフェスティバルの木工体験で、慣れない手つきで金づちを使い、自分だけのオリジナルな作品づくりに挑戦。木のぬくもりを肌で感じて、作る喜びを味わいました。(9月13日)  
(写真・文/市民リポーター 古市孝司さん)



## 復興を発信! 国体にまい進

来年開催の新潟国体の炬火を、山古志闘牛場で採火しました。中村真衣さんを先頭に山古志の子どもたちが、震災から復旧したふるさとを笑顔でリレー。(8月26日)



## ハッケヨイ ちびっこすもう栃尾場所

小学4年生から6年生が参加した、栃尾地域少年すもう大会。町内対抗の団体戦では、観客やチームメイトの熱い声援に、寄り切り、押し出し、上手投げ!(9月7日)



**ママ、全部たべられるよ**  
脇野町小学校の1年生が、親と一緒に給食を食べました。親も子どもとは違った雰囲気での食事、少し照れくさそう。(9月9日)

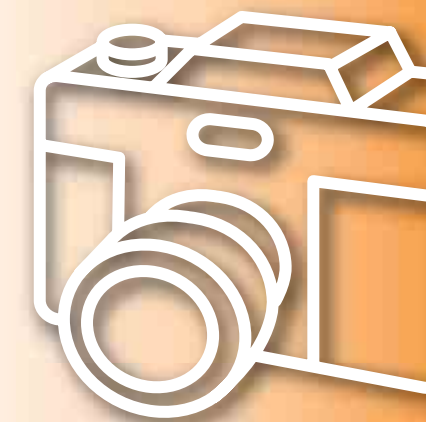
## よみがえる平安の雅な世界

小国地域で行われた「もちひとまつり」。姫に扮した少女たちは、物詣で姿で平安行列に参列。しとやかな振る舞いに見物客もうっとり。(8月24日)



## メンツ! すきあり1本

中之島北体育館で、エンジョイスports教室の参加者が、トキめき新潟国体デモンストラクション行事のスポーツチャンバラに挑戦。楽しくさわやかな汗を流しました。(8月26日)



# まちのほつとフォト

地域のできごとを紹介します



市政広報番組	FMながおか (80.7MHz)	長岡市からのお知らせ 月～金曜日の午前7時50分ころと午後5時30分ころから7分間
	BNSラジオ(1062kHz)	市役所発!市民情報局 金曜日午前7時15分ころから10分間 (再放送は午後0時15分、6時45分) ※放送の翌週から市ホームページで配信
	エヌ・シー・ディ (ケーブルテレビ)	地球広場多言語放送 ワールドカフェ 水曜日の午後6時30分から30分間 (再放送は日曜日午後5時) 外国籍市民向け放送 (英語、中国語、ポルトガル語、やさしい日本語)
	メールマガジン	長岡市だより 月～金曜日の午後2時45分ころから90秒間
		長岡市発!情報宅配便 第1月曜日の午後6時から15分間 (再放送は随時) ※本放送の翌日から市ホームページで配信
		米百俵メール 毎月1日・15日に発行 (パソコン版と携帯電話版) 登録は市ホームページ、またはこちらから

10月の  
特集は  
小国



いきいき教育推進懇談会

長岡の夢づくり教育

～夢を描く力と生き抜く自信をはぐくむために～

特色ある学校や地域の活動を紹介します。家庭・地域・学校に今、何が必要なのかを考えます (一時保育あり)。

日時=10月18日(土)午後1時30分～4時 会場=リリックホール・シアター

①特色ある教育活動の紹介

四郎丸小学校「とびだせ赤城っ子! ロマンと冒険の森プロジェクト」、刈谷田中学校「夢をはぐくみ、未来を探す4日間の職場体験」、与板小学校・与板中学校「愛 与板人!～兼続に学び、愛と自信にあふれる子どもを育成する～」



▲四郎丸小学校の子どもたちが赤城コマランドで焼きりんご作りを体験

②赤城コマランド世話役・山川成雄さんによる講演「子どもが育ち 大人が育ち 森が育つ 冒険遊び場 赤城コマランドに託す思い」

◎学校教育課 ☎39・2249

後3時まで) 会場||厚生会館大ホール、第一小ホール(長岡市美術協会の作品は2階ロビーに展示)

③長岡市民音楽祭 「市民が中心の市民音楽」

吹奏楽から合唱まで

日時||11月9日(日)午後2時から 会場||リリックホール・コンサートホール 出演||磯部省吾さん(指揮)、花いっばい弦楽オーケストラ、楽器の

動物園ウキンドバンド長岡、長岡混声合唱団ほか 曲目|| 第一部・吹奏楽:タイケ/旧友、バツハ/主よ人の望みの喜びよほか、第二部・弦楽:バツハ/オーボエとバイオリンのための協奏曲・管弦楽組曲第二番、第三部・合唱:ヘンデル/メサイア抜粋 入場料||無料(入場整理券が必要) 10月8日(水)から、市役所1階案内所、各支所、市立劇場、リリックホール、市民センタ

人口と世帯数 住民基本台帳登録数H20.9.1(前月比)

280,625人 (-89)	137,154人 (-44)	143,471人 (-45)	97,536世帯 (+19)
----------------	----------------	----------------	----------------

催し

お知らせ

長岡市ホームページ http://www.city.nagaoka.niigata.jp

- 略字の見方
- =記載のないものは直接会場へどうぞ。
- =申し込み 〇=問い合わせ
- 先着=先着順 抽選=申し込み多数の場合は抽選
- 申し込み方法
- ・電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます。
- ・□があるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」または「募集情報」からも申し込み可。
- 料金の記載のないものは無料です。

公園緑地課

☎39・2230 FAX39・2270

花と緑の教室「落葉を使った腐葉土のつくり」

日時||11月15日(土)午後1時30分～3時 会場||千秋が原ふるさとの森管理事務所前 講師||島峰悦子緑花推進指導員 定員||20人(先着) 持ち物||軍手、厚手のビニール袋、長靴、筆記用具 〇10月15日(水)～11月6日(木)

生涯学習文化課

☎32・5110

①長岡デザインフェア

日時||10月18日(土)午後1時～

4時、19日(日)午前9時30分～午後4時 内容||体験(一部有料):与板かな削りくずで作る木の花、小国和紙を使った小物のデザイン、エコバッグ・フラワーデザイン、スタンプリーなど、展示:エッセイ「ジカレンダー」、まち歩きファイル、景観写真展など

②長岡造形大学 キャンパス内ツアー

日時||10月18日(土)・19日(日)午後2時～3時 集合||長岡造形大学・学生玄関前 定員||各20人(先着) 〇10月16日(木)・17日(金)に電話で、生涯学習文化課内同実行委員会事務局へ

③山古志景観バスツアー

日時||10月18日(土)午前9時～午後1時30分 集合||午前8時50分に長岡造形大学・西側来賓用玄関前 内容||棚田や棚池などの鑑賞、地元のおかあさんたちによるごっつお食事 参加料||500円 定員||30人(先着) 服装||動きやすい服装 〇10月16日(木)に電話で、生涯学習文化課内同実行委員会事務局へ

④長岡市美術展覧会(市展)

11月1日(土)午前9時から開場式、2日(日)午後4時から演奏によるミニコンサートもあります。厚生会館で行われるのは、今年が最後です。 日時||11月1日(土)～5日(水)午前9時～午後6時(5日は午

とっておきの「とっておきの長岡まちめぐり」



おぐにの盛秋物語

八王子集落のマリア地蔵などの石仏群をめぐり、八石山荘で伝統料理に舌鼓。 日時=10月25日(土)午前10時～午後3時 集合=小国支所または午前9時に市役所本庁(送迎あり) コース=石仏群めぐり→昼食→豪農山口家資料館・庭園見学 定員=25人(先着) 参加料=3,000円 〇10月10日(金)までに小国支所産業課 ☎95・5906、FAX95・2282、Eメールogn-sangyo@city.nagaoka.lg.jpへ



中之島の原風景と暮らしの物語

日時=10月31日(金)午前9時～午後3時30分 集合=中之島公民館(支所隣)または午前8時30分にJR長岡駅東口(送迎あり) コース=中之島の田園風景と家並み散策・地域のみなさんとのふれあい→昼食(大口れんこんなど地元食材を使った手料理)→鞍掛神社などの史跡めぐり 定員=20人(先着) 参加料=3,000円 〇10月20日(月)までに中之島支所産業課 ☎61・2013、FAX61・2030へ



山古志の伝統と秋の味覚を満喫する旅

闘牛・錦鯉ゆかりの地や中山隧道など山古志の歴史にふれる旅です。 日時=10月31日(金)午前10時～午後4時 集合=山古志支所または午前9時30分にJR長岡駅東口(送迎あり) 定員=20人(先着) 参加料=3,000円 〇10月20日(月)までに山古志支所産業課 ☎59・2343へ



越路の紅葉めぐりとそば打ち体験

日時=11月15日(土)午前9時～午後3時 集合=越路支所 コース=もみじ園→塚山活性化センター(そば打ち体験と昼食、岩野の紙芝居)→かたくりの森の紅葉めぐり 定員=20人(先着) 参加料=2,500円 〇10月17日(金)(消印有効)までに、はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号と「まちめぐり申込み」を記入し、〒949-5493浦715越路支所産業課 ☎92・5903へ (はがき1枚で2人まで)

①いきいき作品展 日時||10月11日(土)～13日(日)午前9時～午後5時(13日は正午まで) 会場||厚生会館・大ホール 内容||和紙人形、絵画、焼物、書道、アートフラワー、ペン字、編み物、盆栽、籐工芸、絵手紙、俳句

②芸能発表会 日時||11月15日(土)午後1時～4時 会場||厚生会館・大ホール 内容||民謡、詩吟、謡、

1、中央図書館、中央公民館で配布)

④越後オペラ「みるなの座敷」ハイライト版 日時||11月12日(水)・13日(木)①午前の部:午前10時15分～11時30分②午後の部:午後1時30分～2時45分 会場||市立劇場・大ホール 定員||各70人(先着) 〇10月23日(木)(必着)までに、往復はがきの往信の裏に「みるなの座敷希望、希望日、午前・午後の別、住所、氏名、電話番号を、返信の表に自分のあて先を記入して〒940-0072柳原町2の1生涯学習文化課へ(はがき1枚につき1人)

①高齢者趣味の教室の成果を発表します

①いきいき作品展 日時||10月11日(土)～13日(日)午前9時～午後5時(13日は正午まで) 会場||厚生会館・大ホール 内容||和紙人形、絵画、焼物、書道、アートフラワー、ペン字、編み物、盆栽、籐工芸、絵手紙、俳句

中央公民館 ☎32・0437 FAX32・0561 chu-kou@city.nagaokanigata.jp

②ながおか市民大学 フォークダンス、大正琴、よさこい

①長岡地域の産業発展と産業遺産 日時||11月7日～11月28日の毎週金曜日午後6時30分～8時(計4回) 会場||長岡工業高等専門学校 内容||国上(燕市)や弥彦とその周辺、東アジアサイエンスパーク、越後油田などの現地調査の様子を紹介 講師||長岡工業高等専門学校教授・佐藤公俊さんほか 定員||30人(先着) 受講料||2,000円

②現場で考える歴史と思想とイノベーション 日時||11月7日～11月28日の毎週金曜日午後6時30分～8時(計4回) 会場||長岡工業高等専門学校 内容||国上(燕市)や弥彦とその周辺、東アジアサイエンスパーク、越後油田などの現地調査の様子を紹介 講師||長岡工業高等専門学校教授・佐藤公俊さんほか 定員||30人(先着) 受講料||2,000円

①～③いずれも 〇希望講座名、住所、氏名、電話番号を

①～③いずれも 〇希望講座名、住所、氏名、電話番号を

勤労青少年ホーム ☎32・4429

ビジネススマナ―習得教室 ～フラッシュアップ編～ クレーム電話対応や会議での発言の仕方など、実践的なビジネススマナ―を学びます。 日時||11月13日～12月11日の毎週木曜日午後7時～8時30分(計5回) 会場||勤労青少年ホーム 講師||中村経営教育研究所主宰・中村容子さん 対象||市内に居住または勤務する40歳未満の人 定員||20人(先着) 受講料||500円 〇10月14日(火)～11月12日(水)

③熱中!感動!夢づくり教育 「気分はマジシャン!親子手品教室」 日時||11月9日(日)午前9時30分～正午 会場||中央公民館・大ホール 内容||トランプなど身近な物を使った手品を数種類 講師||新潟県手品愛好会会員・戸松茂樹さん 定員||小学生親子20組(先着) 参加料||1人100円 持ち物||トランプ(1人1組。紙製でも可) 〇10月16日(木)から 電話、ファクス、Eメールで



▲君も手品にチャレンジ!



# 収穫 待ってました！ 秋まつり



## ●こしじ秋まつり

日時＝10月12日(日)午前10時～午後3時30分 会場＝越路支所周辺 内容＝1万人なべ(無料。おわんとはしを持参)、餅まき、ソーラン踊り、アルビレックスチアリーダーズ、キャラクターショー、ヘリコプター遊覧飛行(有料)、フリーマーケット、地元農産物や特産品の販売など 圏越路支所産業課内同実行委員会事務局 ☎92・5903

## ●R290街道まつり

日時＝10月12日(日)午前10時～午後4時 会場＝道の駅R290とちお 内容＝国道290号沿線地域の特産品紹介と販売、伝統芸能披露など 圏栃尾観光協会 ☎51・1195

## ●中之島産業まつり

～コシヒカリとレンコンふれあい中之島2008～  
日時＝10月26日(日)午前9時～午後3時 会場＝中之島支所周辺 内容＝ジャンボおにぎり、特産品プレゼント、農産物の即売、キャラクターショーなど 圏中之島支所産業課内同実行委員会事務局 ☎61・2013

## ●栃尾地域農業まつり

日時＝10月26日(日)午前10時～午後3時 会場＝栃尾産業交流センター「おりなす」 内容＝栃尾産新鮮野菜や加工品などの販売、新米コシヒカリ・焼肉・にいがた地鶏などの試食、ちびっこ牧場など 圏栃尾支所農林課 ☎52・5847 ※当日が衆議院議員総選挙にあたった場合は、11月1日(土)に延期します。

## ●あぶらげまつり・コシヒカリまつり

日時＝10月26日(日)午前10時～午後3時 会場＝杜々の森名水公園 内容＝巨大あぶらげ作り、秋の味覚紹介、伝統芸能・広大寺など 圏杜々の森名水公園 ☎58・3050

### ★プレゼント企画

①栃尾名物あぶらげ5枚セット  
②杜々の森の名水ではぐまれた「おおがねもち」(切り餅10個)と新米コシヒカリ1kgのセット  
①②の引換券をそれぞれ5人にプレゼント！  
クイズ＝菜の花の栽培を通じてエネルギーと食料自給を考える長岡市のプロジェクト名は？  
応募方法＝10月17日(金)までに、住所、氏名、年齢、電話番号、クイズの答え、希望商品番号、市政だよりの感想を、はがき〒940-8501(住所記入不要)長岡市広報課 ☎39・2202、FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jpで ※当選者には10月22日(水)までにチケットを発送

## ●長岡市秋まつり 圏観光課 ☎39・2221

会場＝千秋が原ふるさとの森

### ①錦鯉即売会

約1万匹を即売します。  
日時＝11月1日(土)～3日(祝)午前8時～午後5時

## ②らんちゅう品評会・即売会

約500匹を即売します。  
日時＝11月1日(土)～3日(祝)午前8時～午後4時(品評会は2日のみ)

## ③秋の味穫市

うまいものコーナーと地元の野菜や米などの販売があります。

日時＝11月1日(土)～3日(祝)午前10時から

## ④菊花展示会

色とりどり、多種多様な菊をご鑑賞ください。  
日時＝11月2日(日)～7日(金)午前9時～午後5時(2日は審査会が終了する午後1時から、7日は正午まで)  
【作品募集】  
優秀作品には賞状・賞品を贈呈します。  
募集内容＝自由大菊、小菊、切り花など 圏長岡市菊花愛好会事務局・中川さん ☎35・7381、近藤さん ☎46・2578

## ●長岡市食育まつり

「秋だ！3・1・2だ！長岡ぴったり弁当ダー！！」  
長岡ぴったり「3・1・2弁当」コンテストや食育の紙芝居など、大人も子どもも楽しめる内容が大盛りです。長岡青年会議所・ゆめ100戦士ソイガイヤーも登場！  
日時＝11月1日(土)・2日(日)午前10時～午後4時 会場＝ハイブ長岡 圏健康課内同実行委員会事務局 ☎32・5000



私たち3年生40人が、長岡野菜を使ったオリジナル弁当でコンテストに挑戦します。頑張るま〜す！

◀長岡大手高校家政科3年生のみなさん

## ●ながおか農業まつり

日時＝11月1日(土)・2日(日)午前10時～午後4時 会場＝ハイブ長岡 内容＝農畜産物直売、きのこ祭り、農産物品評会、食農教育活動パネル展示、小中学校絵画展、園児発表会、健康コーナー、飲食コーナー、ヒーローショーなど 圏JA越後ながおか組織福祉課 ☎35・1304

## ●おぐに秋まつり

日時＝11月3日(祝)午前9時～午後3時 会場＝小国公民館、小国会館ほか 内容＝特産品販売、農林産物販売、屋台村、文化・芸能発表など 圏小国支所産業課内同実行委員会事務局 ☎95・5906

## ●みしま産業まつり

日時＝11月3日(祝)午前9時～午後3時30分 会場＝みしま会館周辺 内容＝農林産物販売、木工教室、特産物販売など 圏三島支所産業課 ☎42・2221

## ●山古志産業まつり

日時＝11月3日(祝)午前9時～午後1時 会場＝四季の里古志(山古志種芋原) 内容＝農産物の品評会や即売会 圏山古志支所産業課内同実行委員会事務局 ☎59・2343

■用の記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。  
■料金の記載のないものは無料。

## 栃尾産業交流センター

☎51・13331  
FAX51・13333

## ●おりなすパソコン講座

①Word2002入門  
日時＝10月28日～11月18日の毎週火・木曜日午後7時～9時(11月4日を除く計6回)  
②Excel2002入門  
日時＝11月16日(日)・22日(土)午前9時～午後4時(計2回)

②いずれも 定員20人(先着5人以下の場合は中止)  
参加料4,000円(テキスト代900円別) ①10月7日(火)～21日(火)②10月24日(金)～11月7日(金)

①絵手紙教室  
日時＝10月7日・21日、11月4日・18日、12月2日・16日の火曜日午前10時～11時30分(計6回) 定員10人(先着参加料6,000円(教材費別))

②パソコン教室  
日時＝10月16日～12月18日の毎週木曜日午後7時～8時30分②10月17日～12月19日の毎週金曜日午後7時～8時30分③10月18日～12月20日の毎

③保険基礎知識  
日時＝10月15日(水)、11月12日(水)、12月17日(水)午後7時～8時(計3回) 定員15人(先着参加料1,000円)

④韓国料理教室  
日時＝10月14日(火)、11月11日(火)、12月16日(火)午後7時～8時30分(計3回) 定員10人(先着参加料5,000円(教材費別))

⑤骨盤呼吸体操  
骨盤や全身の骨格、筋肉の

## 週末午前10時～11時30分(いずれも計10回) 内容

③ピラティス  
足腰に負担をかけずに美しい体型をつくります。  
日時＝10月18日～12月27日の土曜日午前11時～正午(10月25日を除く計10回) 定員15人(先着参加料6,000円)

④プリザーブドフラワー  
加工された花を使ってインテリアを作ります。  
日時＝10月25日(土)、11月15日(土)、12月20日(土)午後2時～3時(計3回) 定員10人(先着参加料5,000円(教材費別))

⑤体験教室に参加しませんか  
期日と内容①10月25日(土)豆腐作り②28日(火)山野草を楽しむ(秋の寄せ植え)③11月6日(日)生け花(おぐにを生きる)④9日(水)そば打ち⑤10日(月)こんにやく作り 時間①午後2時～4時②③午前9時30分～正午 会場みんなの体験館 定員各20人(先着参加料①⑤1,000円②③④800円③800円④1,300円(いずれも延命の湯「養楽館」入館料含む) 圏電話で(水曜日休館)

⑥文化祭  
日時＝10月26日(日)午後0時30分から 内容＝教室参加者やホーム利用者の作品展示、落語家・瀧川鯉橋さんによる寄席など

⑦いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

⑧いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

⑨いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

⑩いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

## ゆがみ、ねじれを整えながら身体本来の動きを取り戻しましょう。

日時＝10月18日～12月27日の毎週土曜日午前10時～11時(10月25日を除く計10回) 定員15人(先着参加料6,000円)

①文化祭  
日時＝10月26日(日)午後0時30分から 内容＝教室参加者やホーム利用者の作品展示、落語家・瀧川鯉橋さんによる寄席など

②いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

③いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

④いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

⑤いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

⑥いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

⑦いずれも 圏与板地域勤労青少年ホームにある申込書に受講料を添えて ※各教室とも5人以下の場合は中止

## 今年も一緒に開催します！ 「すこやか・ともしびまつり2008」と「ふれ愛コンサートinながおか」

### ●すこやか・ともしびまつり

福祉、健康に関する団体の作品展示や活動紹介、手作り品販売、来場者のみなさんと一緒に楽しめる参加体験コーナーなど、盛りだくさんのお祭りです。  
日時＝10月11日(土)正午～午後5時、12日(日)午前10時～午後4時 会場＝ハイブ長岡、千秋が原ふるさとの森 圏福祉総務課 ☎39・2217

### 関連イベント「骨と関節の日」記念行事講演会

▷講演「腰痛 困っていませんか？」  
講師＝長岡中央総合病院整形外科部長・矢尻洋一さん  
▷講談 一龍齋貞水さん(人間国宝)・一龍齋貞友さん  
日時＝10月11日(土)午後1時30分～4時 会場＝リリックホール・シアター 定員＝400人(入場整理券を当日午前11時30分から会場配布) 圏同講演会事務局・こしじ医院 ☎41・0707

### ●ふれ愛コンサートinながおか「音楽で紡ぐ人と人」

障害のある人もない人も一緒に楽しめる手作りコンサートです。直接会場へどうぞ。  
日時＝10月12日(日)午後1時30分から 会場＝ハイブ長岡2階特別会議室けやき 出演＝アンティーズ、地域活動支援センターコスモス、おーぼえ&ピアノアンサンブル、桜焜会、PL新潟MBA長岡バトン教室、スマイルバンド



▲地域活動支援センターコスモスのみなさん 圏福祉相談課 ☎39・2218

みんなで元気なよさこいを披露します。ぜひ見に来てくださいね！



# 長岡の魅力ぎっしりのバスツアー開催!

全国のみなさんに新潟を楽しんでもらおうという「新潟ディステーションキャンペーン」に合わせ開催します。各コースの内容は右ページのとおり。集合時間などはお問い合わせください。

開催日=①コース…10月11日(土)・13日(日)・18日(土)・25日(土)・②コース…10月12日(日)・19日(日)・26日(日)・③コース…10月12日(日)・13日(日)・19日(日)・20日(月)・26日(日)・27日(月) 定員=各25人(先着) 参加料=3,500~4,000円 開催日3日前までに長岡観光・コンベンション協会 ☎32・1187、観光課 ☎39・2221へ

## 【コースと見学場所】

- ①名水と風景満喫コース…杜々の森、酒蔵、雁木通りなど(豆腐料理の昼食)
- ②おみやげぎっしり日本海満喫コース…製麺所、魚の市場通り、れんこん畑など(海の幸の昼食)
- ③山古志のいま～越後長岡探訪コース…養鯉場、中山隧道、醸造のまち根屋など(山の幸の昼食)

■用記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。  
■料金の記載のないものは無料。

# ながおか市民センターの催し ☎39・2763

時間の記載のないものは、平日が午前8時30分～午後9時、土・日・祝日が午前9時～午後6時30分です。金額の記載のないものは無料です。展示の初日と最終日は、準備と片付けのため、展示をご覧いただけられない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

## 市民ギャラリー(1階)

1 悠友会和紙ちぎり絵作品展「和紙で描く花」  
期間 10月15日(水)～20日(月)  
会場 10階ロビー

2 清月会水墨画の展示  
期間 10月22日(水)～27日(月)

3 長岡切り絵サークル展  
期間 11月5日(水)～10日(月)

イベント広場(地下)ほか

1 さくら草の会押花作品展  
期間 10月9日(水)～21日(火)  
会場 2階ロビー

2 今春と夢現工房陶芸作品発表会20周年展  
期間 10月11日(土)～13日(日)  
会場 地下イベント広場

3 AIRジャパン絵画コンクール入賞作品展  
期間 10月11日(土)～19日(日)  
会場 1階の情報コーナー

4 全国ケーブルテレビ局選抜囲碁選手権大会 工又・シイ・ティ杯囲碁大会  
期間 10月19日(日)午前9時

5 シルバー人材センターまごころ会趣味の作品展  
期間 11月6日(水)～9日(日)  
会場 地下イベント広場

6 絵手紙ゆめーる作品展  
期間 11月6日(水)～13日(日)  
会場 1階

7 長岡写真同好会写真展  
期間 11月6日(水)～13日(日)  
会場 2階ロビー

国際交流センター「地球広場」(1階) ☎39・2714

●日本語講座(後期)  
外国籍市民を対象にした初歩の日本語講座です。  
期間 10月～平成21年3月  
コースと日時 日曜クラス：火・金曜日午前9時30分～11時、日曜クラス：午後2時15分～4時、ひらがな・カタカナ2ヵ月コース：日曜日午後0時30分～2時  
会場 204会議室  
受講料 1回300円

男女平等推進センター  
ウィルながおか(2階)  
☎39・2746  
FAX 39・2747  
will@city.nagaoka.jp

1 市民企画講座  
講演「男女が共に豊かな老いを築いていくために」  
こななおばあちゃんおじいちゃんになりたないな  
日時 10月25日(土)午後1時30分～3時  
会場 202会議室  
講師 元保育園園長・本間初江さん 定員 80人(先着)  
10月24日(金)まで

2 市民企画講座 映画「ひめゆり」上映と座談会  
監督でもある夫と「ひめゆり」をプロデュースした沖繩出身の大兼久由美さんと、平和の尊さを話し合います。  
日時 11月8日(土)午後2時～5時(上映時間130分、座談会50分)  
会場 中央図書館2階講堂  
講師 映画プロデューサー・大兼久由美さん  
対象 市内に在住・通勤・通学する人 定員 190人(先着)  
参加料 500円 一時保育 6ヵ月以上小学校低学年

消費生活センター(3階) ☎32・0022

1 多重債務者無料相談会  
弁護士・司法書士が相談に応じます。秘密は厳守します。電話予約が必要です。  
日時 11月15日(土)午前10時～午後4時30分  
10月31日(金)まで(電話での相談は随時)

▲新潟県司法書士会消費生活問題対策委員会 外山さん

多重債務は解決できます。それに、債務を再計算すると支払額が減ることがほとんど。お気軽にご相談ください。  
おなかから乳酸菌とビフィズス菌

2 くらしの講座「健康な体はおなかから乳酸菌とビフィズス菌」  
日時 10月23日(木)午後1時30分～3時  
会場 202会議室  
講師 長岡ヤクルト販売(株)健康管理士一般指導員・佐藤優子さん 定員 30人(先着)  
10月24日(金)まで

## ちびっこ広場(4階) ☎39・2775

1 子育てミニ講座「おむつをはすすタイミング」  
日時 10月15日(水)午前10時30分～40分程度(講座後、個別相談あり) 対象 乳幼児とその保護者

2 ママのためのミニ講座「ヒーリング・ヨーガ」  
子育て中のお母さんのリラックスタイム、アロマとヨーガで心身の疲れを取りましょう。  
日時 10月27日(月)午前10時30分～2時間程度  
会場 202・203会議室  
対象 乳幼児の保護者 定員 20組(先着) 参加料 100円 持ち物 ティーカップ  
10月16日(日)～23日(日) ※保育あり(定員15人、生後6ヵ月以上。要予約)

3 子育てミニ講座「冬の感染症対策・ヘルス講座」  
日時 11月5日(水)午前10時30分～40分程度(講座後、個別相談あり)

4 親子サークルよついで!  
専門の指導員による運動遊びや手遊び、サークル同士でおしゃべりしましょう。  
日時 11月7日(金)午前10時

30分～正午 会場 越路児童交流センター 対象 親子サークルの親子(未入会の親子も参加できます) 定員 35組(先着) 10月24日(金)～11月4日(火)

5 わいわいおしゃべり会  
子育て中のママ、妊婦さん、思う存分おしゃべりをしましょう。  
日時 10月16日(木)～24日(金) 午前11時から1時間程度  
対象 1歳未満の乳児とその保護者、妊婦 持ち物 飲み物(初めての人は当サポート)

6 ちびっこタイム&お絵かきタイム&たんたん誕生会  
リズム体操や手遊びなどをして遊びます。28日は10月生まれの誕生会をします。  
日時 10月21日(火)～28日(火) 午前11時から45分程度  
対象 乳幼児とその保護者

7 子育て相談  
期日と相談員 10月20日(月)：保育士、11月6日(木)：家庭児童相談員  
時間 午前10時30分～11時30分  
◎ちびっこ広場では、随時保

日お渡しします)

1 ファミリーサポートセンター(4階) ☎39・28600  
ファミリー・サポート・センター 会員養成講習会  
子育ての手伝いをしてほしい人(依頼会員)と、子育てを手伝いたい人(提供会員)が会員になり助け合っています。提供会員向けの講習会です。  
日時 10月17日(金)～22日(水) 午前10時～午後5時15分  
会場

2 冊子「子育てネット2008」をご利用ください  
子育て支援に関する活動をしている団体を紹介しています。子ども家庭課(健康センター)内、ちびっこ広場などで配布しています。  
☎39・2330  
子ども家庭課

越路総合福祉センター(来迎寺) 内容 食事、心の発達、身体の発育と病気、事故と防止対策、保育の心など  
定員 30人(先着) 10月14日(火)まで ※保育あり(定員10人、生後6ヵ月以上。要予約)

子育て支援に関する活動をしている団体を紹介しています。子ども家庭課(健康センター)内、ちびっこ広場などで配布しています。  
☎39・2330

子育て支援に関する活動をしている団体を紹介しています。子ども家庭課(健康センター)内、ちびっこ広場などで配布しています。  
☎39・2330

## まちの案内人の耳寄り情報! ⑧

市内に約30カ所あるまちの駅ネットワークの中心「市民センター」。開館から7年、1日に1,000人以上のみなさんからご利用いただいています。

写真や絵画など市民のみなさんの力作やこだわりのコレクションを展示。県内市町村の観光パンフレットやレンタル自転車も人気です。

11月1日(土)には市民活動まつりも。ぜひお気軽にお立ち寄りください。



まちの案内人の太刀川さん

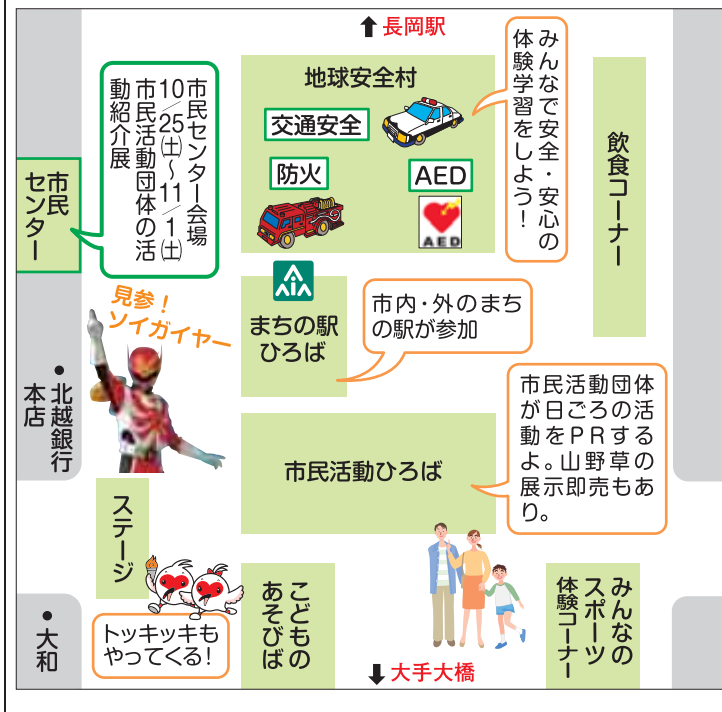
まちなかのおすすめスポットはもちろん、戊辰戦争や大花火、直江兼続など長岡の観光スポットをご案内しますよ。気軽による相談をどうぞ。みなさんとの出会いが元気の源です!

## 11月1日(土)は大手通りホコ天に集まろう! 市民活動まつり

時間=午前11時30分～午後4時

場所=同実行委員会事務局(市民センター事務室内) ☎39・2763

市民活動団体やまちの駅、スポーツ団体が集結! 体験や交流が盛りだくさん。太鼓や神楽など地域の魅力もいっぱい。



越路総合福祉センター(来迎寺) 内容 食事、心の発達、身体の発育と病気、事故と防止対策、保育の心など  
定員 30人(先着) 10月14日(火)まで ※保育あり(定員10人、生後6ヵ月以上。要予約)



▲同編集委員会の佐野さん、小林さん、平野さん、高橋さん(左上から時計回りに)

子どもに紙芝居の読み聞かせを、親の心のケアをしているなど、ボランティアに富んだ子育てを支援する50団体を紹介しています。ぜひご利用ください。





直江兼統重光自筆書状 米百俵号の前身・長岡号の写真 互尊文庫旧誌 互尊文庫看板

## 市立図書館は90歳

長岡市立図書館が開館して今年で90年です。これを記念して企画展やワークショップを行います。読書の秋、図書館で過ごすひとときをお楽しみください。

中央図書館 ☎32・0658

### ● 創立90周年記念展「図書館の未来に向けて」

90年の歴史、所蔵資料、未来像などを紹介します。これまで寄贈いただいた貴重資料や絵画を約100点展示。話題の上杉家や直江兼統関連も多数登場します。  
日時=10月18日(土)～11月9日(日)午前10時～午後6時(18日(土)は午前9時30分から記念セレモニー。31日(金)は午後5時まで) 会場=中央図書館2階美術センター 休館日=10月20日(月)・27日(月)、11月4日(火)

### ● 展示解説

日時=10月18日(土)・19日(日)・25日(土)、11月2日(日)午後2時～2時40分 会場=中央図書館2階美術センター

### ● 記念講演会「野本互尊翁の図書館理念」

日時=10月26日(日)午後2時～3時30分 会場=中央図書館2階講堂 講師=河井継之助記念館館長・稲川明雄さん 定員=180人(先着) 10月10日(金)から

### ● ワークショップ「図書館見学&本のコーティング」

日時=①10月25日(土)午前10時～11時30分②11月1日(土)午前10時～11時30分 会場=中央図書館2階講座室1 対象=①小学生(4年生以下は保護者同伴)②一般 定員=各15人(先着) 持ち物=縦28cm以下の本、ハサミ、30cm定規 10月10日(金)から

### ● こんな図書館があったらいいな…

みんなで絵を描いて展覧会に参加しよう！  
あなたのイメージする未来の図書館や夢の図書館などを描いて会場に持ってきてください。90周年記念展の貴重な作品とともに展示します。  
規格=8つ切り画用紙(横書き)にクレヨン、色鉛筆、水彩絵の具などで描く 募集期間=10月18日(土)～11月3日(祝)(作品は返却しません)



### ● 読者のこと

読書感想や体験などを話し合います。  
日時=10月24日(金)午後7時～8時30分 会場=1階児童室  
テーマ=城山三郎著「落日燃ゆ」

### ● えほんのへや

日時=11月1日(土)午前10時～11時 会場=栃尾文化センター2階和室 内容=絵本の読み聞かせ「ハロウィンパーティー」

### 生涯学習相談室

☎38・95062

● まちの先生企画講座  
①自力整体で背骨や骨盤のゆがみを改善しよう  
日時=10月20日(月)・27日(月)午後7時～9時(計2回) 会場=寺泊センターおこころづ  
● 大研修室 講師=整体師・太極拳指導員・田中秋雄さん  
対象=65才以下 定員=20人(先着) 参加料=1,000円



▲新美さん。第1回ヨーロッパ国際コンクールインアジア派遣部門で1位を獲得

### 中之島文化センター

☎66・1310

● 新美光映・村上康子ピアノコンサート「この秋ピアノがおもしろい」  
世界三大ピアノの一つ「ペーゼンドルファール275」で奏でるコンサートです。  
日時=10月25日(土)午後2時から 会場=中之島文化センター1・文化ホール 料金=全席自由500円(中学生以下無料、当日券のみ) 曲目=ショパン/英雄ポロネーズ、ドビュッシー/亜麻色の髪の乙女

② あったかフリース「布ぞうり」作り  
日時=10月22日(水)午前9時30分～正午、午後1時～4時、29日(水)午前9時30分～正午(計3回) 会場=中央公民館・405教室 講師=財団法人芸普及協会講師・加藤留美子さん 対象=2回以上出席できる人 定員=5人(先着) 参加料=1,500円 持ち物=洗濯バサミ2個(小)、布裁断用ハサミ、工作用ハサミ、カギ針(十号程度、吸盤フック2個(特大3号4号用)、糸針、ラジオペンチ(お持ちの人) ③ ちよっとした痛みを取るストレッチ体操  
日時=10月23日(木)午前10時～正午 会場=中央公民館・音楽室 講師=整体師・星頼子さん 定員=20人(先着) 持ち物=タオル、飲み物

④ うりに絵を描いて「飾りうり」を作ろう  
日時=10月25日(土)午後1時30分～4時 会場=みしま交流センター・教養文化室 講師=飾りうりを楽しもう会代表・加藤武次さん 定員=20人(先着) 参加料=500円  
⑤ 心と身体を健康を考える講座  
日時=10月25日(土)・11月8日(土)・22日(土)午後1時30分～4時30分(計3回) 会場=中央公民館・401教室 講師=

⑥ はじめての方のダンス体験教室  
日時=10月30日～11月27日の毎週木曜日午後1時30分～3時(計5回) 会場=厚生会館・小ホール 内容=マンボ、ジャイブ、ルンバ、ワルツなどの基本 講師=財団法人ボークダンス連盟公認指導者1級・島村道子さん 定員=20人(先着) 参加料=1,000円 持ち物=運動しやすい服装  
⑦ 一日彫金体験  
日時=11月13日(木)午後1時～4時 会場=中央公民館・陶

⑧ 教育カウンセラー・本田昇さん 定員=30人(先着) 参加料=2,000円 持ち物=筆記用具、350mlのペットボトル容器  
⑨ いずれも 10月10日(金)から

### 中央図書館 ☎32・0658

① 映画会  
日時と内容=①10月4日(土)午後2時～3時30分「掘るまいか」(03年日本)②21日(火)午後2時～3時40分「鶴は翔んでゆく」(57年ソ連) 会場=2

### 子ども本を読む会

日時=10月8日(水)午前10時～11時30分 会場=2階講座室  
1 テーマ=キャサリン・M・ブリッグズ著「魔女とふたりのケイト」  
③ 子ども1日図書館員  
期日=11月8日(土) コースと時間=①ミニ絵本づくりコース：午前9時～正午②おはなし会コース(絵本や紙芝居の読み手になります)：午後1時30分～4時30分 対象=小学4～6年生 定員=各10人(先着) 持ち物=エプロン 10月10日(金)から中央図書館窓口にある申込書で

### ● おはなごころば

日時=10月19日(日)午前10時30分～11時15分 会場=中之島公民館・多目的ホール 内容=公民館・多目的ホール 内容=公民館・多目的ホール 内容=公民館・多目的ホール

### 西地域図書館 ☎27・4900

● ぽんつーとむかしばなし  
日時=10月12日(日)午前11時～11時30分 会場=1階児童コーナー 内容=長岡民話の会による昔話の紙芝居と語り

### 中之島地域図書館 ☎61・2165

● はまなす えほんであそぼ  
日時=10月17日(金)午前10時～10時30分 会場=寺泊文化センター2階和室 内容=絵本の読み聞かせ

### レディースゼミナール

充実した女性の生き方、自己表現トレーニング、コーチング・コミュニケーションなどを学んでみませんか(計9回)。

期日	内容	講師
11/6(木)	充実した女性の生き方を考えよう その1	にいがた女性会議運営委員・斎藤良子さん
13(木)	長岡の歴史上の人物の生き方に学ぶ一女性を中心として	河井継之助記念館館長・稲川明雄さん
20(木)	リーダーに求められるコーチング・コミュニケーション技能を身に付けよう その1	MAX・ZENパフォーマンスコンサルタント代表取締役・丸山結香さん
12/4(木)	充実した女性の生き方を考えよう その2	にいがた女性会議運営委員・斎藤良子さん
11(木)	自己表現トレーニング技能を身に付けようー自分とのコミュニケーションー	アカデミー・オブ・パフォーマンス・アーツ代表取締役・小林敬子さん
18(木)	自己表現トレーニング技能を身に付けようー他とのコミュニケーションー	アカデミー・オブ・パフォーマンス・アーツ代表取締役・小林敬子さん
25(木)	リーダーに求められるコーチング・コミュニケーション技能を身に付けよう その2	MAX・ZENパフォーマンスコンサルタント代表取締役・丸山結香さん
1/15(木)	体験発表 グループ討議その他	「歩々の会」のみなさん
22(木)	地域づくりと女性(あなた)の役割を知ろう	にいがた女性会議運営委員・斎藤良子さん

時間=1時30分～3時30分 会場=中央公民館 ☎32・0437 対象=市内在住の成人女性 定員=25人(先着) 参加料=1,000円(初回に) 10月17日(金)から中央公民館 ☎32・0437へ ※保育あり(おおむね1歳以上。講座申し込み時に予約)



■用の記事のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記事がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。  
■料金の記載のないものは無料。

**教育委員会 栃尾分室 (栃尾公民館)**  
☎52・1117

**栃尾おかめかぼちゃ全国コンクール**

おかめかぼちゃに絵を描く作品のコンクールです。  
日時 10月24日(金)～11月2日(日) 午前9時～午後5時(10月24日は午前10時から、11月2日は午後3時まで) 会場 栃尾文化センター 作品搬入 10月22日(水)午前10時～午後8時に栃尾文化センターへ  
出品料 一般：1点300円、小学生以下：無料(出品点数は一般2点まで、小学生以下は1点まで) ※かぼちゃのない人には販売しません



**寺泊水族博物館**  
☎75・4936

**親子わくわく魚ランド**  
水族館の舞台裏の見学や餌作り、餌やりを体験できます。  
日時 10月12日から11月の毎週日曜日午前11時～正午 会場 寺泊水族博物館 対象 市内の小学生とその保護者 定員 各5組10人(預) 参加料 無料。ただし入館料が必須

要(大人700円、中学生450円、小学生350円、3歳以上200円) 入館時に

**農の駅 あぐらって長岡 (ふるさと体験農業センター)**  
☎34・5360

**1 薬膳料理講座**  
日時 10月26日(日)午前9時～正午 講師 薬剤師・広橋義和さん 定員 20人(預) 参加料 1,000円

**2 みそつくり体験**

県内産の大豆を使い、麴からつくるみそづくりです。コースと期日 Aコース：11月11日(火)～13日(木)、Bコース：11月21日(金)～23日(日)、Cコース：11月25日(火)～27日(木) Dコース：11月28日(金)～30日(日) 時間 各コースとも1・3日目：午前9時～正午、2日目：午前または午後の1時間程度 定員 大豆使用量120kgまで(預) 参加料 大豆5kg：3,000円、10kg：6,000円

**1 2 いずれも** 10月15日(休) (消印有効)までに、往復はがきの往信の裏に希望講座名(2)は希望コースと希望大豆量も、郵便番号、住所、氏名、電話番号を記入し、返信の表に自分のあて先を記入して〒94010821 栖吉町36

70農の駅あぐらって長岡へ

**栃尾美術館**  
☎53・6300

**11月30日まで開催中の「やなせたかしの世界展 ぼくの絵と詩と人生」関連イベント**

**1 「やなせたかしの絵本」読み聞かせ**

おはなしボランティアのみなさんが、絵本の読み聞かせや紙芝居などを行います。日時 10月11日(土)午前11時～11時30分

**2 オープンアトリエ**

粘土消しゴムやカンパッチなどを作ります。日時 10月18日(土)・19日(日)午前10時～午後4時 参加料 1種類350円

**3 パン屋さんのパン生地をこねてみよう**

こねたものを工場で焼き、お持ち帰りできます。日時 10月25日(土)午後1時30分～3時30分 講師 庄七商店社員 対象 5歳～中学生(小学3年生以下は保護者同伴。付き添いの大人も参加可) 定員 16人(預) 参加料 中学生以下500円、大人1,000円(展覧会観覧券を含む) 10月17日(金)から

**4 ダンボールオーブンでパンを焼こう**

日時 10月26日(日)午後1時30分～3時30分 講師 高橋久

**長岡市芸術文化振興財団ガイド ☎29・7715**

チケットの購入は、長岡市芸術文化振興財団へお問い合わせください。

**1 ふだん着で楽しむクラシック「天満敦子と小林亜星のおしゃべりコンサート」**

日時 10月29日(水)午後7時から 会場 リリックホール・コンサートホール 料金 全席自由3,000円 曲目 小林亜星/北の宿から、シューベルト/アヴェ・マリアほか



▲天満敦子



▲小林亜星

**2 シュニア・リリック・コンサート2008**

地元で音楽を学んでいる子どもたちが練習の成果を発表します。



▲笑福亭仁鶴

**4 初笑い「新春 笑福亭仁鶴 独演会」**

日時 1月22日(木)午後1時30分から 会場 リリックホール・シアター 料金 全席自由1,500円 出演 笑福亭仁鶴、笑福亭仁嬌、笑福亭仁昇 チケット発売日 10月11日(土)

**河井継之助記念館イベント ☎30・1525**  
申し込みはいずれも随時(午前10時～午後5時)。  
**1 楽しい詩吟教室**  
～河井継之助を偲ぶ・漢詩の心を感じて～  
日時 10月11日(土)・25日(土)午後3時～4時30分 講師 詩吟神風流福吟会会長・松川神饒さん 定員 各20

人(預) 参加料 1回200円  
**2 河井継之助の旅日記「塵壺」を読み解く会**  
日時 10月4日(土)・11日(土)・18日(土)・25日(土)午後1時～3時 定員 各20人(預) 参加料 1回100円  
**3 今泉鐸次郎著『河井継之助傳』を読む会**  
日時 10月27日(月)午後1時～3時 定員 10人(預) 参加料 100円

**国営越後丘陵公園 ☎47・8001**  
10月は休まず開園します。  
開園時間 午前9時30分～午後5時 入園料 高校生以上400円、小・中学生80円 駐車料 大型車1,020円、普通車310円、二輪車100円  
◎入園無料日 10月5日(日)・19日(日) (駐車料は有料)

**1 香りのばらまつり・秋**  
339品種1,800株が咲き誇ります。ばら苗の販売や、土日にはクラフト教室などを開催します。  
期間 10月4日(土)～26日(日)

**2 ばら栽培講習会**  
秋冬の栽培方法を教えます。  
日時 10月13日(祝)午前10時～正午 会場 暖の館 講師 新潟ばら会会長・石川直樹さん

**3 伝統芸能まつり**  
越路地域、関原町、親沢町のグループが、郷土芸能などを披露します。  
日時 10月19日(日)午後1時から 会場 花と緑の館

**4 きのこの観察会**  
きのこのプロがレクチャーします。  
日時 10月19日(日)午前10時30分～午後0時30分 会場 里山フィールドミュージアム 定員 30人(預) 電話で

**河井継之助記念館 ☎30・1525**  
**● 広場をリニューアル!**  
長岡を紹介する板塀に記念館に隣接する河井継之助広場のまわりに板塀を設置。城下町長岡を紹介する13枚の看板を設置しました。

**1 野外博物館野鳥コース**  
日本に渡ってきているカモ

**4 野鳥相を調べる会**  
日本に渡ってきているツグミなどの冬鳥たちを観察しま

**● ふれ愛スポーツの集い**  
障害のある人もない人も一

**● 星空をみる会**  
日時 10月15日(水)午後7時30分～8時30分(雨天・曇天は16日(木)・17日(金)・18日(土)に延期。18日(土)も雨天・曇天の場合は中止。時間は同じ) 会場 青少年文化センター

**● 樹木ウォッチング (木の実・落葉)**  
日時 10月26日(日)午前10時～正午 参加料 無料(入園料が必要。大人400円、小・中・高校生50円)

**3 生物標本・自然科学写真展 示会**  
県内の児童・生徒の力作をご覧ください(出品の問い合わせは科学博物館へ)。  
日時 10月20日(月)～26日(日)午前9時～午後5時(26日は午後3時まで) 会場 中央公民館・大ホール

**6 郷土民俗芸能公演会**  
日時 11月3日(祝)午後1時から 会場 厚生会館



▲看板には長岡城内の絵図と解説などが書かれています

**2 キノコの展示会**  
解説や鑑定も行います。  
日時 10月13日(祝)午前9時～午後4時(随時) 会場 科学博物館・展示室

**5 越冬昆虫を調べる会**  
日時 11月9日(日)午前10時～正午 集合 科学博物館 観察地 信濃川河川敷

緒に楽しめるソフトバレーボールと風船バレーボールを体験してみませんか。当日のボランティアも募集中。レクリエーション・インストラクター資格取得のための単位が取得できます。  
日時 11月9日(日)午後1時30分～4時 会場 南部体育館 10月24日(金)まで



バレーボールは、来年のトキめき新大会(全国障害者スポーツ大会)長岡会場で行われるんだ!

**寺泊地域に11月1日(土) 体育館がオープン**  
寺泊支所に隣接する旧寺泊高校体育館を、寺泊スポーツセンターとして開館します。バスケットボール、バレーボール、バドミントンなどができる体育室、剣道などができる小体育室を備えています。開館時間は午前8時30分～午後9時30分。利用料金や予約はお問い合わせください。ぜひご利用ください。

寺泊支所地域振興課 ☎75・3112



■用の記事のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。  
■料金の記載のないものは無料。

# スポーツ

青少年文化センター  
☎34・1305

①大人のための初心者水泳教室  
日時 10月22日～11月26日の毎週水曜日午後2時45分～3時45分(計6回) 対象 70歳未満 定員 20人(抽選) 参加料 3,000円(65歳以上は2,400円) 用 10月13日(祝)必着までに、往復はがき郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、教室名を記入し、返信の表に自分のあて先を記入して〒940-0033今朝白1の1の1青少年文化センターへ

②ダブルダッチ大会  
日時 10月26日(日)午前10時～正午 対象 小学3年生以上



▲ひだまり児童クラブ(越路地域)の位下くん(左)、棚橋くん(中央)

ダブルダッチは2本の縄を交互に回す縄跳び。飛び回数などを競うんだ。

③室内水泳記録大会  
日時 11月9日(日)午前9時30分～午後4時 対象 県内の小・中・高校生 種目 自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ、個人メドレー、リレー(各種目の年齢別競技) 参加料 1人300円 用 10月15日(水)までに各学校、スイミングクラブごとに、青少年文化センターにある申込用紙に参加料を添えて直接センターへ

④芝生の上でヨガ体験  
日時 10月13日(祝)午前10時～正午 会場 市営陸上競技場 定員 30人(抽選) 用 10月6日(月)までに市営陸上競技場 ☎27・6300へ

⑤スポーツ振興課  
☎32・6117

⑥金曜日テニスレッスン(10月コース)  
日時 10月3日～31日の毎週金曜日午前10時～正午(雨天中止) 会場 東山テニス場 対象 高校生以上の初級者 定員 10人(先着) 参加料 1回1,000円 用 当日会場

⑦初心者アーチェリー教室  
日時 11月4日～25日の毎週火曜日午後7時45分～9時15分(計4回) 会場 南部体育館・グリーンフロア 参加料 2,500円 用 助長岡市

⑧秋季市民卓球大会  
期日 11月3日(祝) 会場 市民体育館 種目 男子、女子 一般・高校生、中学2年生、中学1年生の部、混合：小学5年生以上、小学4年生以下の部、シニア：男子65歳以上、64歳以下の部 参加料 一般700円、高校生・シニア500円、小・中学生350円 用 10月17日(金)までに、中学生の部は堤岡中学校Eメール takkyu@komei00.ne.jp、その他の部は長岡市卓球協会・星田さんEメール hoshida@coral.ocn.ne.jpへ

⑨オータムジュニアテニス大会  
期日 11月8日(土)・9日(日) 会場 希望が丘テニス場 種目 高校2年生以下男子・女子シングルス 参加資格 市内に在住、通学および長岡市テニス協会加盟の生徒・児童 参加料 1人2,000円 用 10月24日(金)までに希望が丘テニス場にある所定の用紙で 長岡市テニス協会・石原さん ☎29・1489

⑩盛年バドミントン親善大会  
日時 11月28日(金)午後6時30分 会場 市民体育館

⑪悠久スイミングクラブ  
日時 10月12日～来年3月15日

⑫金曜日テニスレッスン(10月コース)  
日時 10月3日～31日の毎週金曜日午前10時～正午(雨天中止) 会場 東山テニス場 対象 高校生以上の初級者 定員 10人(先着) 参加料 1回1,000円 用 当日会場

⑬悠久スイミングクラブ  
日時 10月12日～来年3月15日

種目 ①ペア：45歳以上の男女混合で合計年齢95歳以上 ②個人：男子50歳以上、女子45歳以上 参加料 1組6,000円、個人3,000円 用 10月31日(金)までに参加料を添えて〒940-0002 7西蔵王2の2の3笠原秀夫さん ☎33・6297へ

⑦ちびっこテニス教室  
日時 11月7日～来年3月13日の金曜日午後4時50分～6時10分(計15回) 会場 南部体育館・グリーンフロア 対象 2年生～小学2年生の未経験者 持ち物 ラケット(貸し出しあり)、外履き運動靴 参加料 8,000円 定員 30人(抽選) (10月24日(金)ころ結果発送) 用 10月20日(月)必着(ふりがな)、学年、電話番号、返信あて名を記入し、〒940-1106 宮内4の6の36長岡市テニス協会事務局・石原法男さんへ

⑧スポーツチャンバラ体験教室  
日時 10月22日(水)・29日(水)午後7時～8時30分 会場 宮内小学校 参加料 500円 (2回参加しても同額) 用 10月20日(月)までに助長岡市体育協会へ電話で 用 長岡市スポーツチャンバラ協会・内山さん ☎090・7635・8575

## これから運動を始めたい人、挑戦したい人大募集

※ヨガとピラティス教室は、ヨガマットを用意できる人はお持ちください。  
※大会などで日程を変更する場合があります。  
用 各体育館で10月6日(月)午前9時から

- 南部体育館 ☎39・3600
- みしま体育館 ☎41・2133
- 北部体育館 ☎24・6116

- ①骨盤呼吸体操教室  
体の歪みを整える体操です。  
日時 10月14日～12月23日の毎週火曜日午後3時～4時(11月中は14日(金)・18日(火)・28日(金)。計10回) 対象 18歳以上 定員 20人(先着) 受講料 6,000円
- ②トレーニングサークル  
一人ひとりに合わせたトレーニングのお手伝いをします。  
日時 10月17日～12月19日の毎週金曜日午後7時～8時30分(計10回) 対象 中学生以上 定員 10人(先着) 受講料 3,000円と3カ月会員券(大人4,800円、高齢者・高校生2,700円、中学生1,400円)
- ③ウォーキングサークル  
正しい歩き方を身に付け、健康づくりを行います。  
日時 10月17日～12月26日の毎週水・金曜日午後1時30分～2時30分(11月21日を除く計20回) 対象 18歳以上 定員 10人(先着) 受講料 3,000円と3カ月会員券(大人2,400円、高齢者1,400円)
- ④アロマヨガ教室  
日時 10月15日～12月17日の毎週水曜日午後3～4時(計10回) 対象 18歳以上 定員 20人(先着) 受講料 6,000円
- ⑤キッズスポーツ教室  
球技や体力づくりを中心に、運動能力の土台づくりを行います。  
日時 10月15日～12月19日の毎週水曜日(最終日は金曜日)午後5時30分～6時30分(計10回) 対象 小学1～4年生 定員 20人(先着) 受講料 6,000円
- ⑥ピラティス教室  
日時 10月29日～12月24日の毎週水曜日午後1時30分～2時30分(計9回) 定員 30人(先着) 参加料 6,000円
- ⑦トレーニングサークル  
日時 10月17日～11月28日の毎週金曜日午後6時～8時(11月14日を除く計6回) 内容 体力測定、メニュー作成など 対象 中学生以上 定員 15人(先着) 参加料 5,400円
- ⑧ヨガ教室  
日時 10月27日～12月22日の毎週月曜日午前10時～11時(11月3日・24日、12月1日を除く計6回) 定員 30人(先着) 参加料 4,500円
- ⑨親子ヒップホップ教室  
日時 11月1日～12月27日の毎週土曜日午後4時～5時(12月6日を除く計8回) 対象 小学生とその保護者(子どものみでも可) 定員 30組(先着) 参加料 親子8,000円、子どものみ5,000円
- ⑩キッズ教室  
さまざまな運動を通して、スポーツの楽しさを体験します。  
日時 10月17日～12月26日の毎週金曜日午後5時～6時(11月14日、12月5日を除く計9回) 対象 小学1～4年生 定員 20人(先着) 参加料 5,000円 ※多目的ホールは10月6日(月)～24日(金)、改修工事のため使用できません。
- ⑪ピラティス教室  
日時 10月29日～12月24日の毎週水曜日午後1時30分～2時30分(計9回) 定員 30人(先着) 参加料 6,000円
- ⑫トレーニングサークル  
日時 10月17日～11月28日の毎週金曜日午後6時～8時(11月14日を除く計6回) 内容 体力測定、メニュー作成など 対象 中学生以上 定員 15人(先着) 参加料 5,400円
- ⑬ヨガ教室  
日時 10月16日～12月25日の毎週木曜日午後1時30分～2時30分(計11回) 定員 20人(先着) 参加料 6,000円
- ⑭みしまトレーニング教室  
筋トレと有酸素運動を組み合わせた簡単トレーニングです。  
日時 10月17日～12月26日の毎週金曜日午後7時～8時(計11回) 対象 中学生以上 定員 10人(先着) 参加料 6,000円
- ⑮エアロビ教室  
初めての人もどうぞ。  
日時 10月15日～12月24日の毎週水曜日午前10時～11時(計11回) 定員 20人(先着) 参加料 6,500円
- ⑯骨盤呼吸体操教室  
日時 10月21日～12月23日の毎週火曜日午後1時～2時(計10回) 対象 18歳以上の人 定員 20人(先着) 参加料 6,000円

## レクリエーションフェスタ2008

期日 10月19日(日)  
参加料 無料～500円(詳しくはお問い合わせください)

会場	種目	時間
国営越後丘陵公園 (無料開放日・駐車場は有料)	①ワン・コイン・デイキャンプ つくってあそぼう つくってたべよう	午前10時～午後2時30分
	②熱気球試乗体験(先着200人。当日整理券を配布)	午前9時30分～午後2時
	③大風揚げ観戦・体験 ミニ風作成体験(先着200人)	午前10時～午後3時
	④トキめき新潟国体PR トキキキぬりえコーナー	午前10時～午後3時
	⑤みんなで踊ろう!(フォークダンス)	午前10時30分～11時30分
市営スキー場	⑥パラグライダー体験(対象:40kg以上の中学生以上)※長袖、長ズボン、スニーカー着用	午前10時～午後2時
東山ファミリーランド	⑦オリエンテーリング◎(クラス:A親子、B小・中学生、C一般、D中級)	午前9時30分～正午
新産体育館	⑧キンボールフェスタ	午前9時～11時30分
	⑨愛好者対象フォークダンス◎	午後1時30分～3時30分
みしま体育館	⑩ワンバウンドバレーボール大会◎	午前10時～午後3時
中央公民館～国営越後丘陵公園	⑪サイクリングで旧街道と史跡を訪ねる◎(8時中央公民館集合)	午前8時～午後3時

用 当日会場。◎印のコースは事前申し込みも受け付けません(10月10日(金)までにスポーツ振興課へ)。  
※天候などの理由で、中止または内容変更する場合があります。②③⑤⑥⑦⑩は雨天中止です。

用 スポーツ振興課 ☎32・6117



■用記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。  
■料金の記載のないものは無料。

# 健康

子ども家庭課(健康センター内)  
☎39・2300

## パパママサークル

妊娠や出産を学んだり相談したりする場です。  
日時 11月14日(金)午後6時45分〜8時45分 会場 健康センター 内容 沐浴実習、助産師・保健師からの情報提供  
対象 妊婦とその夫 定員 35組(先着) 持ち物 母子健康手帳、筆記用具、沐浴実習用タオル、ビニール袋 10月14日(火)から



▲助産師や保健師が赤ちゃんの入浴方法を教えます

健康課 ☎32・5000

## おなかまわりスッキリ教室

メタボ予防・改善の秘訣を学びます。  
日時 10月28日(火)、11月4日(火)・17日(月)、12月5日(金)午後1時〜3時30分(計4回)  
会場 健康センター 内容 保健師・栄養士の話、ヘルシ

## 心配ごと・悩みごと相談

秘密は固く守られます。

	日時	会場
市民相談	月〜金曜日(祝日は除く) 午前9時〜午後4時(電話相談可)	市役所本庁1階市民相談⑩番窓口 ☎39・2255、市民センター3階市民相談コーナー ☎39・2764
弁護士相談	毎週金曜日(祝日の場合はその前日) 午後1時〜5時(要予約。1人30分以内)	市役所本庁1階市民相談⑩番窓口 ☎39・2255
司法書士相談	毎月第2火曜日午後1時30分〜4時30分(要予約。1人30分以内)	栖吉コミュニティセンター
行政相談(国や県などに関する相談)	毎月第1月曜日(祝日は除く) 午後1時〜4時 毎月第3月曜日(祝日は除く) 午後1時〜4時	上川西コミュニティセンター

※支所地域での相談は、各支所保健福祉課へ  
☎39・2255

縦覧場所・園城内町分室2階 都市計画課 ☎39・2225 ②は 栃尾支所建設課でも可)  
●深オコミュニティセンターをご利用ください  
長岡地域深オ地区のまちづくりの拠点施設として上富岡2丁目に完成しました。建物は鉄筋コンクリート2階建て。バレーボールコート1面ほどの大ホールや、調理室、工作室、図書コーナーなどがあります。今後、地区の活動拠点として、活発なコミュニティ活動



▲完成した深オコミュニティセンター

が行われます。深オ地区以外の方は、利用日の一週間前から申し込みができます。  
●深オコミュニティセンター ☎46・2784、市民活動推進課 ☎39・2206

1メニューの試食、体操など対象 64歳以下で4回参加できる人(特定保健指導の対象者は除く) 定員 20人(先着) 参加料 500円 持ち物 健康診断結果、健康手帳(お持ちの人)、筆記用具、動きやすい服装 10月21日(火)まで

●骨粗しょう症予防検診  
日時 11月7日(金)午前9時から、10日(月)②午前9時から ③午後1時10分から、11日(火)④午前9時から⑤午後1時10分から 会場 健康センター 内容 骨密度測定、骨粗しょう症予防の講話、体操 対象 昭和13年4月1日〜昭和54年3月31日生まれの人 定員 各80人(先着) 参加料 800円(70歳は無料) 10月31日(金)まで

●介護予防推進室 ☎39・2268  
●介護サービス研修会・地域づくり研修会  
地域と介護サービスが連携した地域づくりの方法を学びます。  
日時 10月10日(金)午後2時〜4時30分 会場 リリックホール・シアター 内容 地域の人や介護サービス職員の現場報告、講演など 講師 稲田大学准教授・岡浩一朗さん 定員 450人(先着) 介護予防推進室、地域包括支

援センターなかじま ☎30・121

## まちな美化にご協力を!

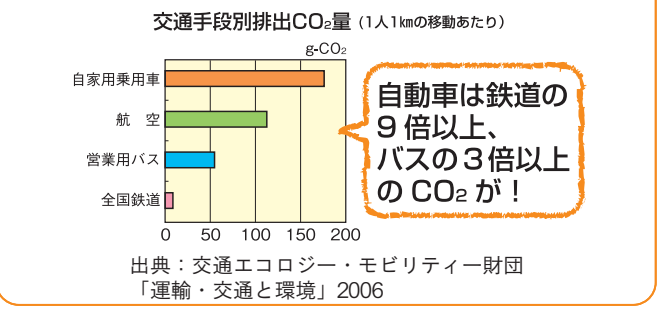
10月17日(金)〜11月16日(日)は「秋のクリーン作戦」  
美しいまちづくりを進めるために長岡地域では毎年、春と秋に、クリーン作戦を実施しています。  
町内会や商店街組合など地域ぐるみで、道路や公園、側溝の清掃にご協力ください。  
環境業務課 ☎24・2837

●高齢者死亡事故が昨年の1.5倍! 11月30日(日)まで  
高齢者交通事故防止運動  
スローガン「ひろげよう 長寿社会へ 無事故の輪」  
高齢者が関わる事故が増えています。  
道路を横断する時は左右の安全確認を、車を運転する時は車間距離を十分にとり、夕暮れ時は早めにライトを点灯しましょう。  
●市民活動推進課 ☎39・2206、各支所地域振興課

●上級救命講習会  
修了した人には「上級救命講習修了証」を交付します。  
日時 10月19日(日)午前9時〜午後6時 ②11月8日(土)午前

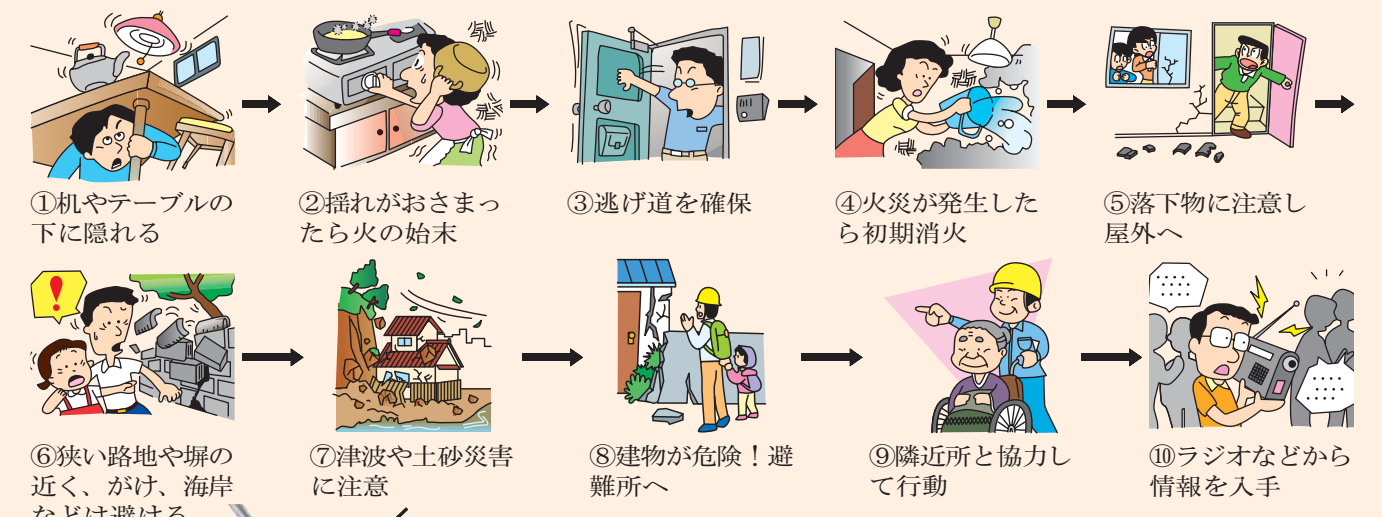
●救急フェア  
日時 10月12日(日)午前10時〜午後4時 会場 道の駅R290とらお 内容 応急手当体験(心肺蘇生法、AEDの使用法など)、救急車の展示  
●栃尾消防署救急係 ☎52・155

地球にE.C.O.としよう!  
10月10日(金)はノーマイカーデーです  
一人ひとりが環境を考えようと、企業や公共機関が連携して実施します。  
普段マイカーを利用するみなさんも、公共交通や自転車を利用しましょう。  
歩くことは生活習慣病の改善や予防、健康増進にも有効。  
ノーマイカーデーで、公共交通の元気、地球環境の元気、体の元気を取り戻そう。  
交通政策課 ☎39・2267、環境政策課 ☎24・0528



## 地震に備える

●地震から身を守る10のポイント  
いつ起こるかかわからない地震に備え、日ごろから避難方法などを家族で話し合しましょう。  
消防本部予防課 ☎35・2190



●災害時には緊急告知FMラジオが有効!  
①購入に最大3,000円を補助します  
対象 市内在住の65歳以上の高齢者、または身体障害者手帳などを持つ人がいる世帯(市から貸与を受けている世帯を除く) 補助金額=1台あたり上限3,000円(左写真のラジオは本体価格8,500円です) 市指定の取扱店にある申請書で 危機管理防災本部 ☎39・2262または各支所地域振興課  
②緊急告知FMラジオを取り扱うお店を募集します  
10月31日(金)までに危機管理防災本部 ☎39・2262へ





# 平成21年度 保育園入園案内

平成21年4月1日から新規に入園または転園を希望する児童の申し込みを受け付けます。  
**申込期間**＝11月4日(火)～20日(木) (申込書は10月23日(木)から各保育園で配付します)  
**申込場所**＝各保育園または保育課 (幸町分室2階) および各支所保健福祉課  
**対象**＝保護者が就労や病気などのために家庭で保育できない就学前の乳幼児の入園を受け付けます。申し込み多数の場合は、選考を行います。  
**保育時間**＝各保育園によって異なります。延長保育料や土曜日の保育時間は各保育園にお問い合わせください。  
**継続入園**＝平成20年度から引き続き入園を希望する児童の手続きについては、保育園を通じてご案内します。  
 定員は、平成20年9月1日現在です。

地域	公立保育園	所在地	電話	定員(人)	入園可能月齢	平日の開園時間
岡	南部保育園	千手2-9-4	32-3193	70	4カ月以上	7:15～19:00
	北部保育園	東新町3-1-1	32-3598	110		
	けさじろ保育園	今朝白2-9-28	32-0054	130		
	宮内保育園	宮栄3-2-18	32-3707	120	11カ月以上	7:15～19:00
	中沢保育園	中沢2-1913-4	33-1045	80		
	山本保育園	浦瀬町774	44-8051	60		
	桂保育園	桂町53-1	44-8307	30	7:30～19:00	7:30～19:00
	栖吉保育園	栖吉町2585-1	32-1986	30		
	昭和保育園	昭和2-2-5	32-3989	90		
	上除保育園	上除町3638-1	46-2411	150	4カ月以上	7:15～19:00
	山通保育園	柿町650-1	33-5432	80		
	三和保育園	三和2-11-30	34-3272	70		
	富首亀保育園	亀貝町404-1	24-7480	90	4カ月以上	7:15～19:00
	川崎保育園	川崎3-2388	34-7123	150		
	中貴保育園	悠久町2-127	32-2190	90		
宮本保育園	宮本町1-甲8	46-5340	80	7:30～19:00	7:30～19:00	
黒条保育園	黒津町377	24-8703	180			
日越保育園	高瀬町110	28-1768	90			
六日市保育園	中湯町728	22-2057	30	7:15～19:00	7:15～19:00	
十日町保育園	十日町1778	22-3170	45			
新組保育園	福井町974-1	24-3371	70			
下川西保育園	花井町1081-4	29-1900	70	7:30～19:00	7:30～19:00	
石坂保育園	村松町2467-3	22-0011	45			
中之島保育園	中之島430-1	66-2366	120			
中之島	上通保育園	大口248-1	24-1210	90	4カ月以上	7:30～18:30
	みずほ保育園	中野西創1	61-4100	75		
	中条保育園	中之島中条丙16	66-5021	30		
越路	信条保育園	信条東221	0256-97-2846	60	4カ月以上	7:30～18:30
	来迎寺保育園	来迎寺3568	92-2254	70		
	塚山保育園	塚山850-3	94-2006	40		
三島	こしじ保育園	浦4800	92-2221	130	4カ月以上	7:30～18:30
	岩塚保育園	飯塚2811	92-4430	80		
	白山保育園	来迎寺2061	92-4835	75		
山志	みしま南保育園	鳥越718-1	46-4220	60	4カ月以上	7:30～18:30
	みしま北保育園	三島上条204-2	42-2670	95		
山志	竹沢保育園	山古志竹沢甲43-1	59-2211	30	11カ月以上	8:30～16:30
小国	ひまわり保育園	小国町相野原139-1	95-2029	150	4カ月以上	7:30～18:30
和島	和島保育園	小島谷2846	74-3078	120	4カ月以上	7:30～19:00
寺泊	おおうづ保育園	寺泊敦ケ曽根671	0256-97-3176	110	4カ月以上	7:30～18:30
	本山保育園	寺泊弁才750	75-4110	45	11カ月以上	
	白岩保育園	寺泊雨池6683	75-3737	40	4カ月以上	
栃尾	栃尾白山保育園	天下島1-9-51	52-4019	60	4カ月以上	7:30～18:30

地域	私立保育園	所在地	電話	定員(人)	入園可能月齢	平日の開園時間
岡	東部保育園	四郎丸3-5-11	33-1096	90	産休明け	7:00～19:00
	西部保育園	渡里町3-46	32-0027	60		7:00～19:30
	長生保育園	西千手3-116-3	32-3674	190		7:00～19:00
	大島保育園	大島本町2-10-28	27-1090	150	7:15～19:00	7:15～19:00
	前川保育園	前島町211	23-1527	60		7:15～19:00
	関原保育園	関原町2-188-4	46-2174	150		7:15～19:15
	東部第二保育園	土合5-2-4	33-3795	120	7:15～19:00	7:15～19:00
	蔵王保育園	蔵王1-8-15	33-6502	120		7:15～19:00
	岡南保育園	滝谷町1701-2	22-2683	120		7:00～19:30
	撰田屋保育園	撰田屋1-1524-3	36-8347	150	産休明け	7:00～19:00
	柏保育園	寿2-1-5	24-5656	90		7:15～19:00
	長峰保育園	才津西町2135-9	46-3463	120		7:10～19:10
	宮内中央保育園	宮内3-10-13	33-2018	150	7:15～19:00	7:15～19:00
	あすなろ保育園	下柳2-7-7	28-1200	120		7:00～19:00
	希望が丘保育園	希望が丘3-12-2	28-0331	150		7:10～19:00
新保保育園	新保4-6-14	24-4437	150	7:15～19:00	7:15～19:00	
深沢保育園	深沢町2010-3	46-5480	60		7:00～19:00	
恵和保育園	蓮湯町312	28-2768	240		7:00～19:00	
東部どんぐり保育園	四郎丸2-3-25	34-8088	45	7:20～19:00	7:20～19:00	
太陽ゆうゆう保育園	青葉台5-8-1	46-0080	120		7:15～19:15	
いなば保育園	稲葉町793-1	21-2810	120		7:00～19:00	
三島	みしま中央保育園	上岩井6826	42-3475	120	産休明け	7:00～19:00
寺泊	寺泊保育園	寺泊二ノ関2720	75-2246	60	1歳以上	7:30～18:30
	芳香稚草園	新栄町3-3-13	52-1768	90	56日	7:15～19:15
	善昌寺保育園	栃尾原町2-2-7	52-3864	60	産休明け	7:30～19:00
双葉保育園	谷内2-4-16	52-4402	120	7:00～19:00		
東谷保育園	栃尾泉856-1	52-2211	60	7:30～19:00		
栃尾	みどり保育園	下樫出653-1	52-3239	90	7:30～18:30	7:30～18:30
	上塩保育園	上塩1153	52-3833	20		7:15～19:00
	与板保育園	与板町与板452	72-3123	140		産休明け

地域	へき地保育園	所在地	電話	定員(人)	入園可能月齢	平日の開園時間
長岡	王寺川保育園	寺宝町38-4	27-3717	45	3歳以上	8:30～16:00
	福戸保育園	福戸町2606-1	27-1011	40		
	白樺保育園	大積町1-甲1089-2	47-1099	50		
寺泊	野積保育園	寺泊野積2494	75-2540	55	3歳以上	8:30～16:00
	ひかり保育園	寺泊夏戸3851-3	75-2586	30		
	山ノ脇保育園	寺泊町軽井2001	0256-98-3157	35		
栃尾	中野保育園	西中野保105-2	58-2383	30	3歳以上	8:30～16:00

問保育課 ☎39・2219

# 10月19日(日)は新潟県知事選挙の投票日です

問選挙管理委員会事務局 ☎39・2241  
または各支所地域振興課

●投票所入場券は10月2日(木)までに  
はがきでお届けします

はがき1枚に6人分まで印刷されています。届かないときはご連絡ください。

投票の際は、それぞれの分を切り取って投票所にお持ちください。

●投票時間は午前7時～午後8時

投票所と投票時間は、投票所入場券に記載してあります。

一部の投票所で投票終了時刻の繰り上げがあります。お確かめの上、お出かけください。

●投票できる人

昭和63年10月20日以前に生まれ、平成20年7月1日までに長岡市の住民基本台帳に記載されている人

●投票日に、投票所へ行けない人は期日前投票ができます

投票日に次のいずれかに該当すると見込まれる人。

①仕事や冠婚葬祭などの用務がある人

②旅行、レジャー、買い物など何らかの用で投票区域外にいる人

③治療、出産などのため、歩行や外出が困難になると予測される人

※商用、出稼などにより市外に滞在している人は、滞在先の市町村役場で不在者投票ができます。詳しくは早めにお問い合わせください。

●期日前投票は10月3日(金)～10月18日(土)の午前8時30分～午後8時

投票所入場券をお持ちください。次のいずれかの期日前投票所でも投票ができます。

・長岡市役所本庁1階市民ホール  
・厚生会館第1小ホール(セントラルパーク側の臨時駐車場をご利用ください)

●県が指定した病院や施設で不在者投票ができます

県が指定した病院や特別養護老人ホーム、老人保健施設、身体障害者療護施設などに入院・入園している人は、その病院や施設で不在者投票ができます。

詳しくは、病院や施設にお問い合わせください。

●身体に重度の障害のある人は郵便で不在者投票ができます

次のいずれかに該当する人です。

利用には、事前に手続きが必要です。早めにお問い合わせください。

①身体障害者手帳または戦傷病者手帳に記載された障害の程度が一定の範囲に該当する人

②介護保険の被保険者証に要介護状態区分が「要介護5」と記載されている人

※①②の人で、上肢あるいは視覚の障害の程度が一定の範囲に該当する人は、代理記載制度を利用することができます。

●最近、県内で住所を移した人の投票方法

①市内で転居した人

平成20年9月23日以降に市内の転居をした人は、前の住所の投票所で投票してください。

②平成20年7月2日以降に、県内の他市町村から長岡市に転入届をした人

市町村長が発行する「引き続き県内に住所を有する証明書」(無料。長岡市以外の市町村役場の市民課または住民課でも発行)を持参して、前の住所の投票所で投票できます。

③平成20年7月2日以降に、長岡市から県内の他市町村へ転入届をした人

市町村長が発行する「引き続き県内に住所を有する証明書」(無料。長岡市以外の市町村役場の市民課または住民課でも発行)を持参して、長岡市の元の投票所で投票できます。詳しくは、お問い合わせください。

※県内の他市町村に住所を移した後さらに転出した場合は投票できません。

④投票日に元の投票所まで行けない人

期日前投票や不在者投票ができます。次のいずれかの方法をお選びください。

・引き続き県内に住所を有する証明書を持って前の住所の選挙管理委員会に行き、期日前投票をする。

・引き続き県内に住所を有する証明書「引き続き県内に住所を有する証明書」を同封した郵便で、前の住所の選挙管理委員会へ投票用紙を請求し、投票用紙が送られてきたら、現

在の住所地の選挙管理委員会です。

●開票は1カ所で即日開票です

10月19日(日)午後9時15分から厚生会館大ホールで行います。

●選挙公報を「ご覧ください」

候補者の略歴や政見を記載した選挙公報を新聞折り込みで10月8日(休)までにお届けします。

選挙公報が届かない場合は郵送します。選挙管理委員会または各支所地域振興課にご連絡ください。

新聞折り込みのほか、各支所や主な公共施設などに備え付けます。ご利用ください。

●次の区域(集落)のみなさんは投票所が変わります

投票所入場券には、新しい投票所が記載されています。

【長岡地域】

▽渡沢町、滝谷町、大川原町、六日市町の一部…山谷沢小学校、岡南保育園

【三島地域】

▽三島新保…越後さんとう農協低温農業倉庫↓みしま会館

▽大野、下河根川、瓜生…越後さんとう農協低温農業倉庫↓みしま交流センター

【山古志地域】

▽池谷、榑木、大久保…山古志体育館↓池谷除雪車格納庫

▽梶金…山古志体育館↓梶金集落開発センター

▽木籠…山古志体育館↓木籠集会所

催し  
スポーツ  
健康  
暮らし  
手続き・制度  
募集  
みんなのひろば

催し  
スポーツ  
健康  
暮らし  
手続き・制度  
募集  
みんなのひろば



10月の市税などの納期限（口座振替）は10月31日(金)です

- ▼市市民税・県民税（3期）…収納課 ☎39・2214
  - ▼国民健康保険料（4期）…国保医療課 ☎39・2220
  - ▼後期高齢者医療保険料（7期）…国保医療課 ☎39・2220
  - ▼介護保険料（7期）…介護保険課 ☎39・2245
- 口座振替の人は、振替日曜日までに口座の残高をご確認ください。再振替はしません。

### 急患診療のお知らせ

診療時間外や休日に具合が悪くなったときにご利用ください。

(1)休日・夜間急患診療所（西千手2の5の1 健康センター内）

診療科目	受付時間
内科 小児科 (月～金曜日は 内科のみ)	月～金曜日 (祝休日は除く) 午後6時45分～9時30分 日曜日・祝休日 午前9時～11時30分 午後1時～5時30分
外科	日曜日・祝休日 午前9時～11時30分 午後1時～5時30分
休日急患歯科診療所	歯科 日曜日・祝休日 午前9時～11時30分 午後1時～3時30分

産婦人科は在宅当番医制です（日曜日・祝休日のみ）。お問い合わせは休日・夜間急患診療所 ☎37・1199へ。



(2)中越こども急患センター（西千手2の5の1 健康センター内）

診療科目	受付時間
小児科	月～金曜日(祝休日は除く) 午後6時45分～9時30分

(3)小国診療所（小国町楢沢88）

診療科目	受付時間
内科・歯科	第3日曜日のみ 午前8時30分～11時30分 午後3時～4時30分

(4)休日在宅当番医（見附・中之島地区）

期日	内科	外科
10月	5日(日) 山谷クリニック ☎61・1388	見附市立病院 ☎62・2800
	12日(日) 林俊吉クリニック ☎66・3000	見附南医院 ☎63・4477
	13日(祝) さえき内科 ☎66・8500	貝瀬皮膚科 ☎66・8100
	19日(日) 霜鳥医院 ☎62・0579	見附南医院 ☎63・4477
	26日(日) 関谷医院 ☎61・0205	金井医院 ☎62・0116
11月	2日(日) 見附市立病院 ☎62・2800	星整形外科医院 ☎66・8808
	3日(祝) 石川医院 ☎66・2140	寺師医院 ☎62・0137
	9日(日) 林俊吉クリニック ☎66・3000	わたなべ皮膚科 ☎62・7750

受付時間はお問い合わせください。

※症状が軽いときは、日中にかかりつけ医を受診するか、上記(1)から(4)を受診してください。

※入院や手術が必要な重症者の救急診療は、下記の病院が行います。当番病院は、休日・夜間急患診療所 ☎37・1199（受付時間のみ）、長岡市医師会 ☎22・5600または消防テレホンガイ  
ド ☎33・91199 にお問い  
合わせください。

立川総合病院 ☎33・3111
長岡赤十字病院 ☎28・3600
長岡中央総合病院 ☎35・3700

### 募集

●来年度、地域の緑化・美化に取り組み団体に花の苗を配付します

●募集団体 街路花壇、公園、緑地などの公共の場所で花を育てる町内会や老人会などの団体 10月22日(水)までに、長岡地域の人は公園緑地課 ☎39・2230、支所地域の人は各支所建設課にある申込書で

### 児童厚生員募集

●(教育委員会臨時職員)

募集人数 1人 勤務場所 三島体育センター・児童クラブ  
雇用期間 11月1日～平成21年3月31日(勤務成績により更新あり) 応募資格 児童厚生指導員、保育士、教員免許などのある人が望ましい 賃金 月給800円(雇用保険・労災に加入) 勤務時間 平日午後2時～6時(小

### 第13回「米百俵賞」候補者募集

●(側長岡市米百俵財団では、郷土の先覚者・小林虎三郎の遺徳をしのび、人材育成に著しい功績をあげた個人または団体を表彰します。)

学校の授業時間により変動あり) 試験日 10月23日(木) 選考方法 面接、適性検査 10月21日(火)までに、ハローワーク長岡にある申込書で教育委員会三島分室 ☎42・2221へ

### 対象教育、文化、福祉、スポーツ、産業などの分野で独創的な活動により人材の育成に大きく貢献し、「米百俵」の精神を今に体现する個人または団体(自薦・他薦を問いません) 選考と結果発表 財団の設置する選考委員会を受賞者を決定し、来年3月に発表 表彰式 来年6月15日の「米百俵デー市民の集い」 賞 表彰額、副賞100万円 庶務課内(側長岡市米百俵財団事務局 ☎39・2203) 平成21年1月9日(金)まで

※推薦書類は市のホームページからダウンロードできます

▶第12回米百俵賞受賞者の駿河トロボカイさん。アフガニスタンの女性の自立を支援する活動が表彰されました



### 手続き・制度

●障害者のNHK受信料の免除基準が変わりました

①半額割引 対象 Ⅱ次のいずれかに該当する世帯 ①世帯主が身体障害者手帳の視覚・聴覚障害または総合等級1・2級所持者 ②世帯主が療育手帳のA所持者 ③世帯主が精神障害者保健福祉手帳の1級所持者

②全額免除 対象 Ⅱ次のいずれかに該当する世帯 ①身体障害者手帳を持つ人がいて世帯全員が市民税非課税 ②療育手帳を持つ人がいて世帯全員が市民税非課税 ③精神障害者保健福祉手帳を持つ人がいて世帯全員が市民税非課税 申請に必要なもの Ⅱ身体障害者手帳、療育手帳、

または精神障害者保健福祉手帳、印鑑 福祉相談課 ☎39・2218、福祉総合相談室 ☎39・2255、各支所保健福祉課

●長寿医療制度(後期高齢者医療制度)のお知らせ

①保険料の納付書を10月中旬に送付します

●これまでに国保・国保組合以外の健康保険の被扶養者だった人へ

10月から後期高齢者医療保険料をご負担いただきます。保険料額や納付方法は、7月に送付した納付通知書でご確認ください(口座のある金融機関で手続きできます)。

●沖縄戦で亡くなった方のご遺族へ

沖縄県糸満市の平和祈念公園内に、沖縄戦で亡くなった方々の氏名を刻んだ記念碑「平和の礎」があります。昭和19年3月22日(昭)和21年9月7日に、沖縄県区域および南西諸島周辺で、沖縄戦により亡くなられた方の追加刻銘を受け付けています。 12月12日(金)までに福祉総務課 ☎39・2217、支所保健福祉課、県福祉保健課 電話 ☎025・280・51

●国保医療課 ☎39・2220、各支所市民生活課へ

●沖縄戦で亡くなった方のご遺族へ

沖縄県糸満市の平和祈念公園内に、沖縄戦で亡くなった方々の氏名を刻んだ記念碑「平和の礎」があります。昭和19年3月22日(昭)和21年9月7日に、沖縄県区域および南西諸島周辺で、沖縄戦により亡くなられた方の追加刻銘を受け付けています。 12月12日(金)までに福祉総務課 ☎39・2217、支所保健福祉課、県福祉保健課 電話 ☎025・280・51

●市はこのほかにも、中小企業を支援する制度融資を用意しています。お気軽にお問い合わせください～!

●県でも原油高騰対策として、「セーフティネット資金融資(経営支援枠)」、「フロンティア企業支援資金融資(新技術・新事業等展開枠)」を用意しています。詳しくは、お問い合わせください。 025・280・5240

●用記載のないものは直接会場へどうぞ。電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込みができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」 「募集情報」からも可)。

●料金の記載のないものは無料。

### 信濃川水系住民懇談会を開催

## 信濃川の未来にあなたの声を

国土交通省北陸地方整備局では、信濃川水系の今後の工事や維持管理の内容を具体的に示す「信濃川水系河川整備計画」を策定します。

計画策定にあたり、みなさんのご意見をお聞かせください。

日時=10月25日(土)午前10時～正午  
会場=市民センター202・203会議室  
圖信濃川河川事務所調査課 ☎32・3243、ホームページ <http://www.hrr.mlit.go.jp/shinaga/shinano-plan/index.html>  
担当=河川課 ☎39・2233

●国民健康保険のお知らせ

①保険料の10月、11月、12月納期限分の納付書を10月中旬に送付します

●保険料の年金天引きは、10月15日に支払われる年金から始まりま

●国保医療課 ☎39・2220、各支所市民生活課

### 長岡市中小企業経営安定支援特別融資

## 原油や原材料価格の高騰で経営に影響を受けている中小企業を支援します

対象 Ⅱ次のいずれかに該当する市内の中小企業者

①最近3カ月間の平均売上高が、前年または前々年の同期と比較して10%以上減少している

②セーフティネット保証の第7号(経営の相当程度の合理化を実施している金融機関に対する取引依存度が10%以上、かつその金融機関からの直近の借入残高が前年同期比マイナス10%以上であり、金融機関からの直近の総借入残高が前年同期比で減少している)に該当する

③最近3カ月の粗利益が、前年または前々年の同期と比較して5%以上減少している

④売上原価のうち20%以上を占める主要原材料などの仕入価格が前年同月に比べて20%以上上昇していて、最近3カ月間の平均売上高に占める主要原材料などの平均仕入価格の割合が前年同期を上回っている

●資金の使い道 Ⅱ運転資金(既存の制度融資の借り換え可) 限度額 Ⅲ3,000万円 貸付利率 Ⅳ年2.4%(信用保証付:年2.2%) 返済期間 Ⅴ9年以内(据え置き1年以内を含む) 返済方法 Ⅵ原則として割賦返済

●取扱期間 Ⅶ平成21年3月31日まで

●図市内の各金融機関 図商業振興課 ☎39・2228

●県でも原油高騰対策として、「セーフティネット資金融資(経営支援枠)」、「フロンティア企業支援資金融資(新技術・新事業等展開枠)」を用意しています。詳しくは、お問い合わせください。 025・280・5240

催し スポーツ 健康 暮らし 手続き・制度 募集 みんなのひろば



# みんなのひろば

・○＝問い合わせ  
 ・□＝申し込み(記載がないものは直接会場へ)  
 ・料金の記載がないものは無料

市民の各種サークル、国・県などの催し情報、会員募集などを掲載しています。

12月号の原稿の締め切りは10月31日(必着)です。〒940-8501広報課広報編集係へ郵送、持参、FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jpで提出してください。開催日や申し込み締め切りが12月10日(休)以降のものに限ります。

次に該当するものは原則掲載できません。  
 ①広く市民が参加・募集できない  
 ②活動が主に市外で行われている  
 ③独自のPR手段を持っている(新聞・テレビ広告など)  
 ④政治・宗教または営利を目的とする  
 応募多数の場合、掲載できないことがあります。会員募集は原則として掲載後1年間再度掲載しません。  
 広報課 ☎39・2202

横濱国立大学名誉教授・宮脇昭さん 演題「本物の緑を未来に定員400人(先着) 圃NPO法人新潟県山野草をたずねる会・植生研究会 ☎23・1317  
 ■長岡市民発表交歓会 日時10月13日(祝)正午から会場市立劇場大ホール 圃同連営委員会・鳥羽さん ☎24・4669  
 ■長岡大学公開講座「中国文化―昔と現在、そして将来」 日時10月16日(土)11月20日の毎週木曜午後6時30分～8時(計6回) 会場圃同大学講師圃同大学准教授・邱躍さん ☎7・5000 圃はがき ☎94010828 御山町80の8 長岡大学生涯学習センター ☎39・19003、FAX39・9566、Eメールshougai@nagaokanuni.ac.jp  
 ■長岡明德高校社会人向け講座 ①初めてのエクセル 日時10月27日(土)来年2月2日の毎週水曜日 定員30人(先着) 受講料15,000円  
 ②テッサン初級講座 日時10月29日(土)来年2月4日の毎週水曜日 定員15人(先着) 受講料11,750円  
 ③漢字検定2級に挑戦 日時10月31日(土)来年2月6日の毎週金曜日 定員20人(先着) 受講料11,750円

1階市民情報ラウンジにある願書で、10月8日(水)～15日(水)午前9時～午後4時に同校事務室 ☎33・5821へ持参  
 ■秋の植木祭り 日時10月17日(金)～19日(日)午前9時～午後5時(19日は午後4時まで) 会場圃同千秋が原ふるさと森 圃県植木商組合・橋本さん ☎090・1653・0487  
 ■新潟県農業総合研究所・作物研究センターふれあいデー 日時10月18日(土)午前10時～午後3時 内容圃同研究成果の紹介・稲刈り・精米作業体験など 会場圃同農業総合研究所(長倉町) ☎35・0823  
 ■体験会に遊びにきませんか 日時10月18日(土)午後1時～4時 会場圃同市民センター地下イベント広場 内容圃同布ぞり作り(予約制)、フラダンス、絵手紙など 圃同日本婦人の会長岡支部・山口さん ☎34・7635  
 ■子どもをこした親の交流会 日時10月19日(日)、11月16日(日) 午前10時～午後4時 会場圃同世代交流館にこ(千歳1) 参加料1回500円 ※別途年会費2,000円 圃各1週間前までにのちを語る会・原さん ☎24・3806へ

紀州犬、四国犬、柴犬 圃同日本犬保存会・山崎さん ☎34・0320  
 ■ポマト倶楽部農園さつまいも収穫体験 日時10月19日(日)午前9時～正午(少雨決行) 雨天時は26日(日)に延期 会場圃同JA越後ながおか農産物直売所「旬鮮市」隣り農園(関原1) 定員70人(先着) 料金1袋1,000円で詰め放題 圃10月14日(火)まで県長岡地域振興局農業企画課 ☎38・2551、FAX38・2674へ  
 ■森となかよくする植樹会 日時10月19日(日)午前10時～午後3時 会場圃同東山ファミリアランド自然観察林 圃森林インストラクター・松田さん ☎34・8832(夜間)  
 ■津軽三味線と民謡の原田英昌ショー 日時10月20日(月)午後1時～3時 会場圃同救護施設おぐに荘体育館(小国町新町) 圃おぐに荘 ☎95・3400  
 ■白石康次郎さんの冒険授業 日時10月22日(水)午後6時～7時30分 会場圃同長岡商工会議所大ホール(坂之上町2) 定員300人(先着) 圃10月10日(金)までに同会議所青年部 ☎32・4500、FAX34・4500へ

■島月水画展 日時10月25日(土)午前10時～午後5時、26日(日)午前9時～午後4時 会場圃同厚生会館第2小ホール 圃同会・八木さん ☎36・0084

■新潟県大盆裁展 日時10月10日(金)～12日(日)午前9時～午後5時(12日は午後3時まで) 会場圃同越路総合福祉センター(来迎寺) 圃中川さん ☎92・6015  
 ■全国削ろう会と板大会 日時10月11日(土)午後1時から 内容圃同11日(土)午後1時から 刃物に関する講習会など、12日(日)午前9時～午後3時 圃同薄削り大会や大工道具の販売会 会場圃同与板体育館、勤労青少年ホーム 圃同与板町商工会 ☎72・2303  
 ■秋季企画展「ハンコ今昔」 日時10月11日(土)～11月24日(祝) 午前9時30分～午後5時(最終入館は午後4時30分まで) 10月14日(火)・20日(月)・27日(月)、11月4日(火)・10日(月)は休館 会場圃同県立歴史博物館 観覧料圃同大人600円、高校生・大学生400円

00円、中学生以下無料 圃県立歴史博物館交流普及課 ☎47・6135、FAX47・6136  
 ■エリア・ゼロ公演「相対的浮世絵」 日時10月12日(日)午後2時～3時30分、午後7時～8時30分、13日(祝)午後2時～3時30分 会場圃同リリックホール・第1スタジオ 料金圃同一般1,000円、学生500円 圃劇団代表・樋口さん ☎090・90002・6864  
 ■八方台植樹と緑の講演会 日時10月13日(祝)午前9時30分～午後2時 会場圃同八方台休暇センター跡地(成願寺町) 内容圃同プラ、ミズナラなどの植樹参加料圃同1,000円  
 ■緑の講演会 日時10月26日(日)午後3時30分～5時30分 会場圃同長岡グランドホテル4階着柴の間 講師圃同ドホテル4階着柴の間

①～③ いずれも 時間圃同午後1時30分～3時20分 会場圃同校圃同校、市民センター、市役所

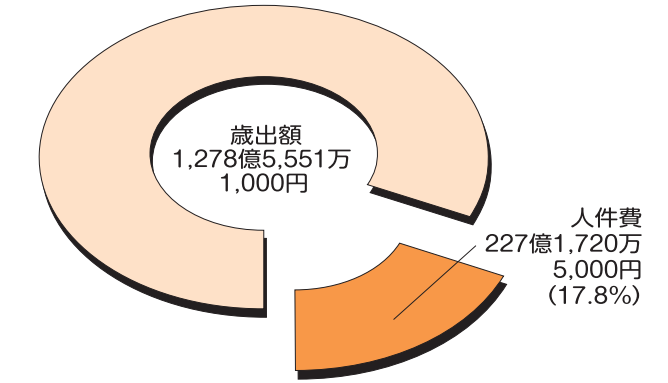
■日本犬展覧会 日時10月19日(日)午前8時～午後3時 会場圃同長岡ニュータウン公園芝生広場 犬種圃同秋田犬

■新潟県大盆裁展 日時10月10日(金)～12日(日)午前9時～午後5時(12日は午後3時まで) 会場圃同越路総合福祉センター(来迎寺) 圃中川さん ☎92・6015  
 ■全国削ろう会と板大会 日時10月11日(土)午後1時から 内容圃同11日(土)午後1時から 刃物に関する講習会など、12日(日)午前9時～午後3時 圃同薄削り大会や大工道具の販売会 会場圃同与板体育館、勤労青少年ホーム 圃同与板町商工会 ☎72・2303  
 ■秋季企画展「ハンコ今昔」 日時10月11日(土)～11月24日(祝) 午前9時30分～午後5時(最終入館は午後4時30分まで) 10月14日(火)・20日(月)・27日(月)、11月4日(火)・10日(月)は休館 会場圃同県立歴史博物館 観覧料圃同大人600円、高校生・大学生400円

## 長岡市職員の給与等について

(平成20年4月1日現在)  
 市は、人事や給与の透明性・公正性を高めるため、毎年10月に給与等のあらましを市民の皆さんに公表しています。  
 圃人事課 ☎39・2201、行政管理課 ☎39・2208

### 1. 人件費の状況(平成19年度普通会計決算)



・職員1人当たりの平均給与年額は約635万円です。  
 注) 人件費には、給料、職員手当(扶養手当、住居手当、通勤手当、時間外勤務手当、期末手当など)、退職手当および共済費ならびに特別職に支給される給料、報酬などが含まれています。

### 2. 職員の平均給料月額、平均給与月額および平均年齢

区分	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
一般行政職	329,201円	401,699円	42歳7月
技能労務職	339,582円	360,320円	48歳11月

注) 平成19年4月1日現在における長岡市の一般行政職の給与水準は、国家公務員の水準を100としたラスパイルズ指数でみると96.1で、3.9ポイント下回っています。また、技能労務職のラスパイルズ指数は109.4です。

### 3. 一般行政職の初任給

区分	長岡市		国
	I種	II種	III種
大学卒	172,200円	172,200円	181,200円
高校卒	140,100円	140,100円	140,100円

### 4. 職員手当の状況(主なもの)

区分	長岡市	国
扶養手当	配偶者 13,000円	同じ
	配偶者以外の扶養親族(配偶者の有無に応じて) 6,500円または11,000円 ※満16歳の年度初めから満22歳の年度末までの子1人につき5,000円加算	
住居手当	借家・借間 月額12,000円を超える家賃を支払っている職員に対し、家賃額に応じて、最高27,000円まで支給	同じ
	自宅 新築または購入後5年間2,500円を支給	
通勤手当	電車・バス等利用者 負担している運賃の額に応じて1カ月当たり最高55,000円まで支給	同じ
	自動車等利用者 2,000～24,500円	

区分	全職種	
	19年度	職員1人当たり支給年額
時間外勤務手当	支給総額	1,108,408千円
	職員1人当たり支給年額	427千円
18年度	支給総額	1,100,189千円
	職員1人当たり支給年額	412千円

区分	手当数	廃止した手当
特殊勤務手当	20年度	火葬作業手当
	8	
19年度	9	

区分	長岡市		国	
期末・勤労手当(支給割合)	6月期	期末手当 1.40月分	異なる(注)	
	12月期	勤労手当 0.725月分		
計		3.00月分	0.725月分	
退職手当(支給率)	職制上の段階、職務の級等による加算措置あり		同じ	
	勤続20年	23.5月分		勤奨・定年 30.55月分
	勤続25年	33.5月分		41.34月分
最高限度額	59.28月分	59.28月分	59.28月分	
その他の加算措置		定年前早期退職特別措置(2%～20%加算)		
19年度1人当たり平均支給額	(自己都合) 9,912千円	(勤奨・定年) 24,378千円	—	

注) 国の勤労手当の支給割合は、6月期、12月期でそれぞれ0.75月分です。

### 5. 特別職の給料・報酬等

区分	給料月額等	期末手当	退職手当(任期ごと)
給料	市長 1,019,000円	(支給割合) 6月期 1.60月分 12月期 1.75月分 計3.35月分	給料月額×在職月数×0.7
	副市長 827,000円		給料月額×在職月数×0.4
	地域政策常勤の監査委員 600,000円		給料月額×在職月数×0.2
報酬	議長 610,000円	計3.35月分	給料月額×在職月数×0.18
	副議長 549,000円		—
	議員 512,000円		—

### 6. 職員数の状況(各年度4月1日現在)

業務全般の見直しや、委託化、臨時職員の活用などにより職員数を削減しています。  
 平成17年4月現在2,944人の職員数を計画的に削減し、平成22年4月1日時点で2,744人(200人削減、削減率6.8%)。  
 単位：人

区分	平成17年度(基準年次)	平成18年度	平成19年度	平成20年度	平成21年度	平成22年度
計画	2,944	2,877	2,857	2,817	2,772	2,744
実員	職員数	2,944	2,875	2,802	2,758	
	増減		△69	△73	△44	

職員給与の詳細、任用、服務や勤務条件など人事行政の運営状況について、10月1日から市役所本庁2階情報公開コーナー、各支所地域振興課および市のホームページで閲覧できます。



● 園 園い合わせ  
● 園 申し込み(記載がないものは直接会場へどうぞ)  
● 料金の記載がないものは無料

■長岡市民合唱団定期演奏会

日時 10月25日(出)午後7時〜8時30分  
会場 2階リリックホール  
曲目 1「アルゼンチンのクリスマス」など  
料金 1,500円  
● 園 同合唱団・監物さん 90・3142・3918

■長岡大学悠久祭

日時 10月25日(出)・26日(出)午前9時30分から  
会場 同大学  
内容 2階ホップグループ「エイジア エンジン」のライブなど  
● 園 悠久祭実行委員会 080・5659・2094(平日午前10時30分〜午後5時)

■長岡市の近代建築を考える「旧長岡市庁舎・厚生会館」そして石本喜久治を通して

日時 10月26日(日)午後0時30分〜2時45分  
②午後2時45分〜5時30分  
内容と会場 ①建築見学会：中央公民館401室  
②シンポジウム「長岡の近代建築を考える」：厚生会館中ホール  
定員 ①40人 ②100人各(先着順)アーキセッション 34・4774

■防災と地域コミュニティ講演会

防災まちづくり大賞で総務大臣賞受賞の江戸川区なぎさニュータウンのみなさんの話です。  
日時 10月26日(日)午後0時45分〜2時30分  
会場 会館青善(表)

町4) 定員 100人(先着順) 10月23日(木)までに中越市民防災安全士会 36・8141へ  
● 園 申し込み(記載がないものは直接会場へどうぞ)

■良寛生誕250周年記念小沢昭一講演会「明日のこころ」

日時 10月26日(日)午後2時30分〜4時  
会場 2階リリックホール  
シアター 料金 1,000円  
● 園 10月15日(水)(必着) までにはがきに住所、氏名、電話番号と購入チケット枚数を記入し、〒940-2402と板町与板386良寛の里活性化研究会・浜田明さん 72・2208へ

■にが力レジュー・コミュニティワーカー養成講座

日時 10月26日(日)午前10時〜正午  
講師とテーマ ①中越防災安全推進機構チーフコーディネーター・鈴木隆太さん「震災復興の現場から」 受講料 500円  
● 園 定員 30人(先着順) 会場 多世代交流館 2階 32・0889(千歳1)。平日午前10時〜午後4時

■長岡中央総合病院祭

日時 11月2日(日)午前10時〜午後3時30分  
内容 ミニ健康診、模擬店など  
● 園 同病院総務課 35・3700

■縄文ぶな街道ものがたりシンポジウム「みどりの復興と住み良い環境の創造を目指して」

日時 11月3日(祝)午後1時〜4時45分  
会場 2階リリックホール  
シアター 料金 1,000円  
● 園 申し込み(記載がないものは直接会場へどうぞ)

■特設人権相談所(秘密厳守)

期日と会場 10月14日(火)：延命荘(小国地域)、15日(水)：寺泊文化センターはまなす、24日(金)：栃尾支所3階会議室  
時間 午前10時〜午後3時  
内容 相談、土地、いじめ問題など  
● 園 新潟県地方事務局長岡支局 33・6901

■電話相談ホットライン

恋愛、結婚、離婚や家族の問題などの相談に応じます。  
日時 10月15日(水)・17日(金)・20日(日)午前10時〜午後5時(15日は午後8時まで)  
● 園 特定非営利活動法人女のスペース・ながおか 38・0456

■税理士無料納税相談(予約制)

日時 10月15日(水)、11月5日(水) 午前9時30分〜正午  
会場 税理士会長岡支部(三和3) 33・8080

■銃砲刀剣類登録審査会

日時 10月17日(金)、平成21年2月20日(金)午前10時〜正午、午後1時〜2時30分  
会場 県長岡地域振興局会議室(四郎丸町)  
持ち物 登録予定の銃砲刀剣類、銃砲刀剣類発見届(所轄警察署が発行したもの)、審査手数料1件につき6,300円(県収入証紙で納入)  
● 園 県教育庁文化行

■建築士事務所キャンペーン講演、建築無料相談会、トラブル相談などをします。  
日時 11月3日(祝)午前10時〜午後5時  
会場 市民センター2階  
講師とテーマ ①南魚沼市文化財審議会会長・大嶋要三さん「天地人 中世山城とその遺構」  
● 園 新潟県建築士事務所協会 中越支部 32・8992

■食育にいがたin山古志

親子の一日自然塾  
日時 11月3日(祝)午前10時〜午後4時  
集合 山古志支所または長岡駅東口(午前9時30分集合。バス移動)  
定員 40人(先着順)  
参加料 1,000円  
● 園 10月14日(火)〜27日(月)に虹の輪交流会事務局・荒木さん 090・4710・2400へ

■BSC環境フェスティバル愛2008 in 新潟

日時 11月3日(祝)午前10時〜午後5時  
会場 2階ハイブ長岡  
定員 2,000人(先着順)  
講師とテーマ ①五日市剛さん「ツギを呼ぶ魔法の言葉」 料金 前売り2,000円(当日は500円増)、中学生以下無料  
● 園 美容室ローランサン 33・8625

■離乳食講習会

日時 11月7日(金)午前9時45分〜正午  
会場 2階豊田コミュニティセンター  
講師 管理栄養士・古川素子さん  
対象 1歳未満児と保護者  
定員 15組(先着順)  
持ち物 エプロン、三角きん、試食用の食器とスプーン、おんぶひも  
● 園 10月14日(火)から同センター 39・0532へ

■行政書士による一日無料相談

日時 10月17日(金)、11月21日(金) 午前10時〜正午  
会場 2階市民センター(水道町3)※10月は午後から家族学習会あり  
● 園 精神障害者家族会事務局(福祉相談課内) 森さん 39・2218

■「法の日」週間「くらしの無料相談」(秘密厳守)

法務行政、登記、法律相談に人権擁護委員、司法書士、土地家屋調査士などが応じます。  
日時 10月19日(日)午前10時〜午後3時  
会場 阪之上コミュニティセンター  
● 園 新潟県地方事務局長岡支局 33・6901

■農林水産業原油等高騰対策相談窓口

日時 平日の午前8時30分〜午後5時15分  
内容 燃料油、飼料などの高騰対策や融資制度などの助言  
会場 県長岡地域振興局農林振興部 38・2551(四郎丸)

■税務署からのお知らせ

11月4日(火)から、電話での国税についての質問・相談は、国税局「電話相談センター」になります。これに伴い、税務署の電話が自動音声案内に変わります。操作は音声案内に従ってください。

■長岡長生ライオンズクラブ公開例会 宝井琴梅講演「直江兼続伝」  
日時 11月4日(火)午後1時30分〜3時  
会場 2階白鳥の間  
定員 100人(先着順)  
料金 前売り1,200円  
● 園 同クラブ事務局 33・5200

■求志洞教育ワークショップ「学校へのイチャモンを考えろ」

日時 11月8日(土)午後1時30分〜4時30分  
会場 長岡商工会議所2階ホール  
講師 大阪大学教授・小野田正利さん  
定員 100人(先着順)  
● 園 21世紀長岡丸山さん 0256・57・4744

■長岡の夕(吹奏楽演奏会)

日時 11月8日(土)午後6時から  
会場 市立劇場  
料金 一般700円、小学生400円(市内プレイガイドまたは長岡商業高校で。当日は100円増)  
● 園 長岡商業高校・藤田さん 080・5425・6452

■弱視および視覚障害者のためのパソコン講習受講説明会

日時 11月8日(土)午後2時〜3時  
会場 市民センター1205会議室  
定員 4人(先着順)  
● 園 パソコンアットホーム・今井さん 080・3249・5592

■パパママと赤ちゃんのつどい

日時 11月15日(土)午前10時〜11時30分  
会場 2階健康センター  
内容 夫婦で子育ての講話など  
対象 1歳未満児と保護者、妊

婦とその夫  
定員 30組(先着順)  
10月14日(火)から母子保健推進員協議会事務局(子ども家庭課内) 39・2300へ

■ピラティス体験会

日時 10月23日〜11月7日の毎週木・金曜日午後7時30分〜9時  
会場 市民体育館和室  
定員 各10人(先着順)  
参加料 1回500円  
持ち物 バスタオル、動きやすい服装、飲み物  
講師 園ピラティスインストラクター 1・岡村秀昭さん 090・2995・0843

■3W卓球大会

日時 10月26日(日)午前8時〜午後5時  
会場 2階市民体育館  
内容 3人1組の団体戦、ダブルスを3試合(1人2回まで)  
定員 60チーム(先着順)  
参加料 小・中・高校生、65歳以上は1人500円、その他は1人1,000円  
● 園 10月15日(水)までに丘の上ピョンククラブ・田中さん 47・5666へ

■社交ダンス講習会

日時 10月9日から毎週木曜日  
①初心者コース：午後6時30分〜7時30分  
②経験者コース：午後7時30分〜8時30分  
会場 市民センター地下イベント広場  
月会費 2,000円  
● 園 友ダンスサークル・谷さん 32・1739

■糖尿病を知るつどい

日時 10月25日(土)午後1時30分〜2,000円  
年会費 1,500円  
● 園 同倶楽部・長谷川さん 33・3373

■伝統的工芸の木目込人形づくりサークル「たまゆら」の会員募集

活動日時 ①毎週第2・4水曜 日午後7時30分〜9時  
②毎週第1・3木曜日 午前9時30分〜11時30分  
会場 サラヤ長岡月会費 2,000円(用具代・材料費別)  
● 園 吉田さん 090・6164・9068

■知的障害のある人のソフトボールチーム「長岡ビクトリー」部員募集

活動日 毎週土曜日午前10時〜正午(雨天中止)  
会場 第1グラウンド(新潟市江南区)  
第2・4土曜日：田宮病院グラウンド(深沢町)  
● 園 田上村さん 090・8036・4056

■ホストファミリー募集

留学生(高校生)の受け入れ家庭を募集中です。  
受入期間 12月9日(火)〜15日(日)  
● 園 AFS長岡支部・金子さん 34・5992

■再開発工事の仮囲い壁面活用のアイデア募集

大手通り中央東・西再開発事業の仮囲いで覆われている壁面を「まちなかの大きいキャンパス」に見立て、まちの情報掲示などに活用しています。みなさんから活用のアイデアをお待ちしています。詳しくはHPで  
● 園 NPO法人まちなか考房 36・3240へ

みんなのひろば

く4時 会場 2階リリックホール  
シアター 内容 運動でもっとよくなる糖尿病の講演、運動実践など  
講師 にかえつクリニック院長・岡田節朗さんほか  
定員 450人(先着順)  
● 園 長岡市医師会事務局 22・5600

■講演会「アダルト・チルドレンの回復」

目に見えにくいアダルト・チルドレンの心の回復について話します。  
日時 10月19日(日)午後1時〜3時10分  
会場 中央図書館講堂  
講師 新潟青陵大学准教授・服部潤吉さん  
定員 190人(先着順)  
● 園 自助グループ・高橋さん 32・9291

■がんセミナー「ともに生きる。がん患者会のあり方をめぐって」

その役割と意義をめぐって  
日時 11月8日(土)午後2時30分〜5時  
会場 2階ホテルニューオータニ長岡・NCホール  
定員 360人(先着順)  
● 園 長岡赤十字病院がん化学療法部長・藤原さん 28・3600

■新潟マック市民セミナー「依存症の理解と援助」

日時 11月8日(土)午後1時〜4時  
会場 中央公民館大ホール  
内容 依存症者本人の体験談など  
講師 医学博士・竹内達夫さん  
● 園 NPO法人新潟マック・斉藤さん 32・9291

■聴覚障害者の生活学級災害からの教訓に学ぶ非常食の確保

日時 10月23日(日)午後7時〜8時30分  
会場 2階社会福祉センター4階(水道町3)  
定員 1

■特設人権相談所(秘密厳守)

期日と会場 10月14日(火)：延命荘(小国地域)、15日(水)：寺泊文化センターはまなす、24日(金)：栃尾支所3階会議室  
時間 午前10時〜午後3時  
内容 相談、土地、いじめ問題など  
● 園 新潟県地方事務局長岡支局 33・6901

■電話相談ホットライン

恋愛、結婚、離婚や家族の問題などの相談に応じます。  
日時 10月15日(水)・17日(金)・20日(日)午前10時〜午後5時(15日は午後8時まで)  
● 園 特定非営利活動法人女のスペース・ながおか 38・0456

■税理士無料納税相談(予約制)

日時 10月15日(水)、11月5日(水) 午前9時30分〜正午  
会場 税理士会長岡支部(三和3) 33・8080

■銃砲刀剣類登録審査会

日時 10月17日(金)、平成21年2月20日(金)午前10時〜正午、午後1時〜2時30分  
会場 県長岡地域振興局会議室(四郎丸町)  
持ち物 登録予定の銃砲刀剣類、銃砲刀剣類発見届(所轄警察署が発行したもの)、審査手数料1件につき6,300円(県収入証紙で納入)  
● 園 県教育庁文化行





## ⑦糸うりのマヨネーズ和え

夏バテした体にやさしい野菜「糸うり」。かぼちゃの一種でゆでると果肉がそうめんのようにほぐれることから、

「そうめんかぼちゃ」とも呼ばれています。

最近では、ゆでた糸うりを氷水で冷やし、サッとほぐしてマヨネーズで和えてサラダ風に仕上げるのが人気。さっぱりした食感は、野菜の苦手な子どもでもサラダ感覚で食べやすく、お父さんのお酒のおつまみにもぴったりです。

また糸うりは、保存性が高く野菜の少ない時期にも貴重な食料として親しまれてきました。

三島地域では、ゆでて酢の物にしたり、若い実を浅漬けやみそ漬けにしたり色々な食べ方で楽しまれています。



▲シャキシャキした食感が食欲をそそります

協力：食生活改善推進委員・加瀬芳子さん（三島）

## 与板河川緑地たちばな公園【与板地域】 ☎72・3100



与板河川緑地たちばな公園は、与板地域の中心を流れる旧黒川に沿って延びる、長さ約一・五キロの公園です。「スポーツゾーン」、「プレイゾーン」、「シンボルゾーン」、「花しょうぶといしづみの里ゾーン」に分かれています。「プレイゾーン」は、宇宙ステーションをイメージした大型遊具、恐竜の滑り台など

のユニークな遊具があり、ちびっ子に大人気です。地元では、「恐竜公園」と呼ばれて親しまれています。「花しょうぶといしづみの里ゾーン」は、春の桜、そして葛飾区堀切菖蒲園から株分けされた梅雨のころに見ごろを迎える六万本の花菖蒲。色鮮やかな姿は、訪れた人の目を楽しませてくれます。園内の散策コースには、良寛の句が刻まれた碑が十九基あります。季節の花をめながら、良寛の世界に浸ることができます。



▲恐竜の滑り台が目印

## 大河ドラマをもっと楽しむ 兼続歴史散歩 ⑥

### 謙信旗揚げの地「栃尾」

### 兼続の弟・実頼と「小国」

市内で兼続ゆかりの地といえば、居城のあった与板地域ですが、栃尾地域と小国地域もまた、兼続と深い縁で結ばれた地です。

兼続が「義」の薫陶を受けたといわれる上杉謙信。越後の虎と呼ばれ、戦国に世に勇名を馳せた謙信が、一人の武将として旗揚げをした地こそ、栃尾でした。天文十二年（一五四三）、十四才になったばかりの謙信（当時は景虎）は、中越地方の支配強化のため栃尾城に入りました。その後天文十七年（一五四八）に春日山城に入城するまで、約六年間にわたり栃尾城に在城しました。謙信の創建といわれる古刹・常安寺など、謙信が栃尾に刻んだ歴史は脈々と受け継がれ、今でも謙信公祭を開催してその遺徳をしのいでいます。

一方小国地域は、兼続の弟・実頼の姓「小国氏」の発祥の地。平安時代、源頼政の弟・頼行が、小国保（現在の小国地域）に所領を持ち、子の宗頼が地名を姓として名乗ったのが、小国氏の発祥といわれます。坂戸城主・長尾政景の家臣・樋口兼豊の次男として現在の南魚沼市に生まれた実頼は、天正十年（一五八二）、現在の新潟市西蒲区の天神山城主・小国重頼の養子となり、小国氏を名乗るようになりました。その後上杉景勝の命により、姓を大國と改めています。



▲小国氏の名を後世に伝えたいと建立された記念碑（おぐに森林公園駐車場）