

ながおか 市政だより

Nagasaki

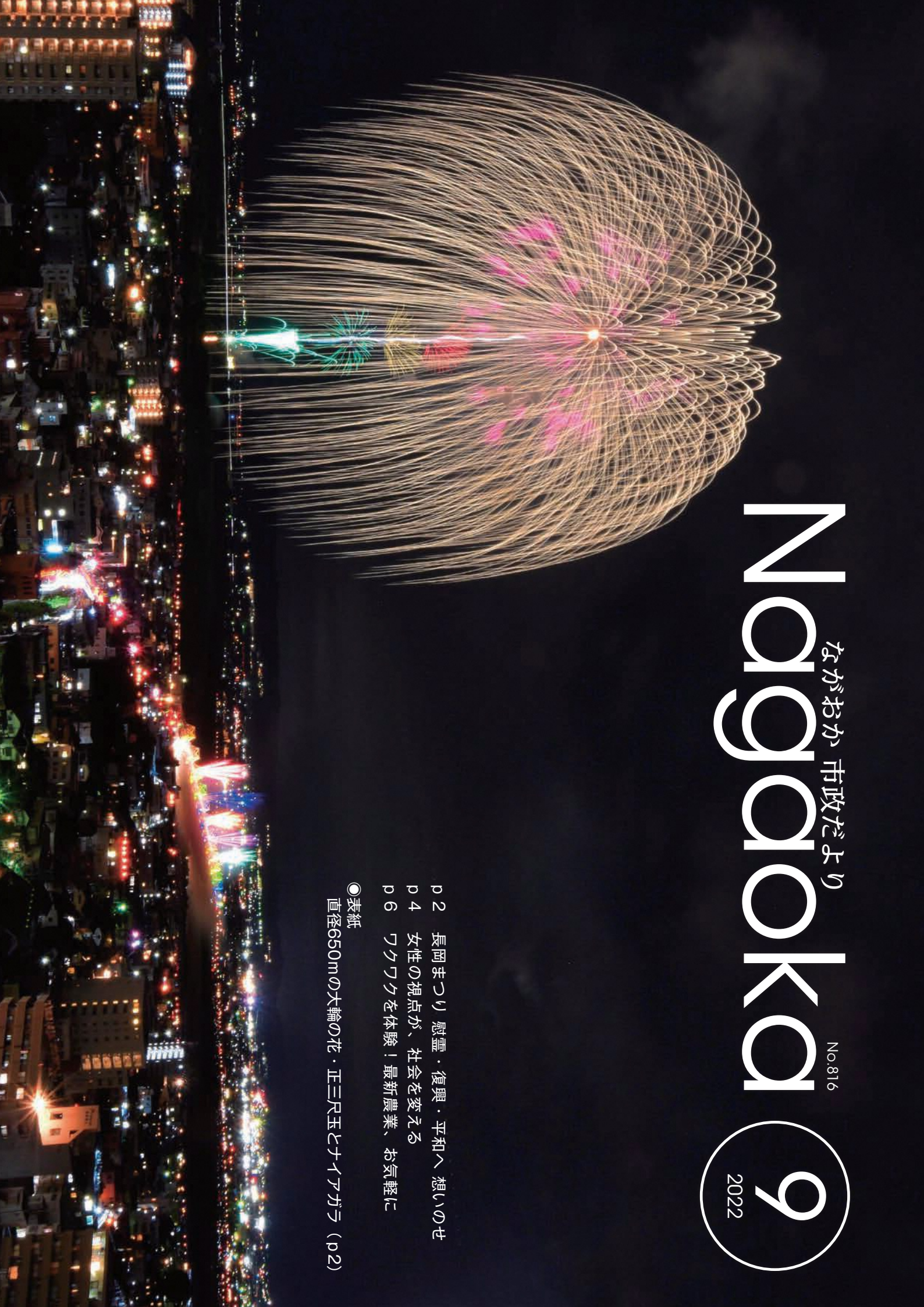
No.816

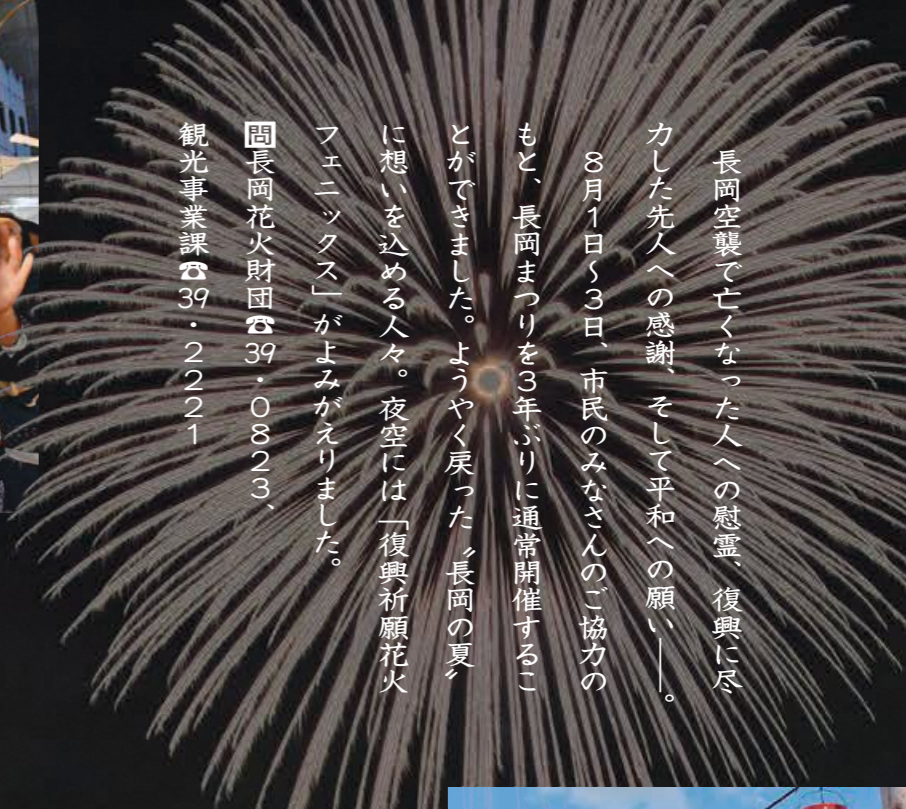
9

2022

- p 2 長岡まつり 慰霊・復興・平和へ 想いのせ
- p 4 女性の視点で、社会を変える
- p 6 ワクワクを体験！最新農業、お気軽に

●表紙
直径650mの大輪の花・正三尺玉とナイアガラ (p2)





長岡空襲で亡くなった人への慰霊、復興に尽
 力した先人への感謝、そして平和への願い、
 8月1日〜3日、市民のみなさんのご協力の
 もと、長岡まつりを3年ぶりに通常開催するこ
 とができました。ようやく戻った、長岡の夏、
 に想いを込める人々。夜空には「復興祈願花火
 フェニックス」がよみがえりました。
 岡長岡花火財団 ☎ 39・0823、
 観光事業課 ☎ 39・2221

①平和祭オープニングセレモニー②
 「打ち上げ、開始でございます」の
 アナウンスでおなじみの小林真弓さん③花火大会の翌朝、会場を清掃す
 るボランティア④地元の中学生们
 が育てた花火会場のひまわり⑤花火
 師への感謝を込めた光のメッセージ

長岡まつり

慰霊・復興・平和へ 想いのせ



フェニックス
不死鳥、羽ばたく





磯田市長が県内で初めて、内閣府が推進する「輝く女性の活躍を加速する男性リーダーの会」に参加しました。さまざまな企業・団体と課題を共有し、女性活躍推進の重要性を発信していきます。

市長は「女性の活躍は、社会の可能性を広げるチャンス。先入観にとらわれず、女性が伸び伸びと自由に能力を発揮できる長岡を市民のみなさんと共につくっていききたい」と述べました。

県内初！市長が「輝く女性の活躍を加速する男性リーダーの会」に参加

女性の活躍を後押しします！

可能性を広げる女性の学び合い
スマートキャリアプログラム

活動の幅を広げるための新たな学びや、参加者同士のネットワークづくりの場を提供する連続講座です。

開催日	内容
9/28(水)	オリエンテーション
10/12(水) ★	私らしく働く ～キャリアアップとリーダーシップ～ 講師 長岡造形大学理事長・佐々木順子さん
11/10(木) ★	政治に興味を持とう 講師 新潟国際情報大学学長・越智敏夫さん
12/8(木)	市民活動インターンシップ
1/11(水) ★	起業～やりたいことをビジネスに～ 講師 起業支援センターCLIP 長岡代表理事・高橋秀明さん
2/15(水)	報告会

時午後1時30分～4時30分 場 NaDeC BASE など 市内に居住または通勤・通学する18歳～おおむね50歳の女性 定20人抽選 申9月21日(水)までにNPO法人市民協働ネットワーク長岡 ☎39・2020、FAX39・2900、専用フォーム、Eメールcontact@nagaokakyodo.netで

★は1回のみのお申し込みが出来ます。申し込みは各開催日の7日前まで

市の女性活躍推進の情報、各イベントの申し込みはこちら



孤独や不安を抱える女性に寄り添う
ながおか・スミレプロジェクト in和島

9月19日(祝)午前11時～午後4時 場 地域交流館わしま 0円マーケット、手作りワークショップ、ミニコンサート 専用電話 ☎080・9691・7830



▶地域から寄付された洋服や雑貨を無料で譲渡する「0円マーケット」

※回・場などの略字の見方は15ページへ

女性の視点が、社会を変える

市は、職場や家庭に根強く残る男女格差を解消し、女性が活躍できる社会づくりに取り組んでいます。8月10日、女性活躍推進のためのシンポジウム「ながおかジェンダーコミットメント会議」を開催。女性の視点を取り入れることで、社会の成長と変革（イノベーション）を生み、企業や地域の活力を高める方法を考えました。個人権・男女共同参画課 ☎39・2746

成功の鍵は、トップの本気度

長岡造形大学理事長 佐々木 順子さん

女性活躍は、それ自体を目的にするのではなく、何のためにするのかを考える必要があります。まずは、トップが本気にならないと実現しません。

多様な人たちが自由に意見を言える「ダイバーシティ」の推進は今や必須。その始まりが女性活躍です。一番の障壁は「無意識の偏見」。性別などに関して誰もが持っている思い込みです。ほんの少しでも考え方や行動を変えてみて、次世代の若者が羽ばたける長岡にしていきたいと思います。



性差の視点で広がる、新たな可能性

お茶の水女子大学ジェンダード・イノベーション研究所

所長 石井 クンツ 昌子さん

製品やサービスを利用する人の半分は女性です。ところが、シートベルトの衝突実験に使われるのは男性をモデルにした人形だけでした。同様に男性だけを対象にしてきた研究や開発が、世の中にはたくさんあります。

製品やサービスの開発に性差の視点を取り入れることで、これまでにない新しいビジネスの可能性が広がるのです。性差から生まれるイノベーションは、性別にかかわらず、みんなにやさしい社会の構築につながります。



多様で柔軟な働き方ができる企業へ

長岡商工会議所会頭 大原 興人さん

デジタル化が進むと、個人のアイデアや才覚を活かして起業するチャンスが増えるなど、女性の活躍の舞台も広がります。経営者としては、多様で柔軟な働き方を実現するために、ワークライフバランスを確保できる企業にしていけることが重要です。



“忙しすぎない”職場づくりを

長岡市女性活躍推進アドバイザー 古澤 ゆりさん

男性の育児休業取得はまだ少なく、家事・育児の負担は女性に偏っています。問題は職場の忙しさ。みんなが気持ち良く制度を使えるように、仕事を効率化していくことが重要です。特に、男性管理職が変わると全体が変わっていきます。粘り強い取り組みが必要です。



働き方改革で全国から注目！

(株)サカタ製作所が取り組みを紹介

金属屋根部品の国内トップシェアを誇り、先駆的な働き方改革で注目される(株)サカタ製作所。新型コロナウイルス禍前からテレワークを推進し、1分単位の残業管理や男性の育児休業取得率100%達成など、13の取り組みを紹介しました。

◀代表取締役社長・坂田匠さん





農業や肥料の散布にも使えるドローン。子ども向けには小型ドローンを使ったカード探しゲームなども用意しています

農業をしているパパと参加しました。初めてドローンを操縦してみても、農業ってすごく楽しいなって思いました！
— 平澤 愛梨さん



普段農業をしていてもトラクターに乗る機会がなく、苦手意識がありました。自動運転なら本当に楽しそうですね！
— 長部 瞳さん



为仕事をサポートするアシストスーツの体験



自動のハンドル操作で旋回もできる農業用トラクター。熟練者に近い作業の実現や作業時間の削減につながります

9/25日
スマートアグリ
体験始まる

体験の予約
はこちら



子どもから農家まで 最新農業

農業の労働力不足の解消や担い手への技術継承のため、最新技術を活用した農業「スマートアグリ」の普及を進めています。最新機器の体験や農業研修を行える拠点をつるさと体験農業センターあぐらって長岡（栖吉町）に新設します。

ワクワクを体験！ お気軽に

冬にはICT（情報通信技術）の活用で水やりや温度調整を自動制御する次世代園芸施設も整備。スマートアグリで作業の負担軽減を図り、女性農業者の活躍や新規就農者の増加につなげます。
☎農水産政策課 ☎39・2223

市では水田センサーなどの導入も支援しています！補助金の詳細は市ホームページをご覧ください。



体験できるラジコン式の草刈り機

こちらぜひ参加を

稲刈り・さつまいも掘り
親子ふれあい体験

日時 = 9月25日(日)午前10時～11時30分
定員 = 50組(先着)
料金 = 1組500円
会場・申し込み = 9月20日(火)からあぐらって長岡 ☎34・5360へ



新しい切り口で、 農業の楽しさ伝わる

技術の進歩で農業の在り方も変わってきています。この拠点が新しい技術を肌で感じたり、農業関係者が集まって知恵や悩みを共有したりする場になれば、市内のスマートアグリも進んでいくと思います。

また、最新技術という新しい切り口で子どもたちが農業に触れることは、将来の担い手の確保にもつながるはず。ゲーム感覚で農業に親しんでもらい、農業のイメージが楽しいものになってくれるとうれしいですね。



スマートアグリを体験
長部農場
長部 茂幸さん

新しい農業を体験してきました！



取材に協力してくれた地元の農家さんご家族

2022-23
シーズン
10/1土
開幕



戦いが始まる



#32 池田 雄一 選手

チームをけん引！
頼れるリーダー

チームで一致団結し、
ブースターのみなさんに
勝利を届けます。

持っている力の全てを
チームのために注ぎ、
戦います！



#3 澁田 怜音 選手

男子プロバスケット
ボールBリーグB1の
新シーズンが始まりま
す。新メンバーを迎え
た新生新潟アルビレク
スBBが、バスケの
まち長岡を熱く盛り上
げます。スタンドから
の応援が選手の力にな
ります。アオーレで共
に戦いましょう！
岡市民協働課
☎39・2288



シーズン前半戦@アオーレ長岡

ボランティア
スタッフも大募集！

VS島根スサノオマジック
10/1日17:35～・2日13:05～

VS群馬クレインサンダーズ
11/19日17:35～・20日13:05～

VS仙台89ERS
12/3日17:35～・4日13:05～

VSサンロッカーズ渋谷
12/14日19:05～

VS秋田ノーザンハピネッツ
12/17日17:35～・18日13:05～

VS富山グラウジーズ
12/28日19:05～

VS大阪エヴェッサ
12/30日17:35～・31日13:05～

▶チケット情報や
試合日程などはア
ルビBBホームペ
ージで



★同時開催 米百俵まつりパネル展
&商店街スタンプラリーキャンペーン
買い物をしてスタンプを集めると
抽選で300人に商品券が当たります。
9月10日(土)～10月10日(祝) 場大手
通商店街などの参加店約85店舗
岡長岡市商店街振興組合連合会

一、越後長岡時代行列

時代装束をまとった市民約100
人が大手通り周辺を行進

二、体験！国漢学校

謎解きクイズラリー、チャンバラ、
姫・武将に変身コーナーなど

三、米百俵コーナー

先人紹介ブース、新米チャーテ
ー販売、飲食・物販など

四、先人カードを探せ

会場内にある23枚のカードを集
めて景品をゲット

募集 フリーマーケット出店者
定90マス[先着] ¥1マス(2m×
2m) 1,000円(1人2マスまで)
9月29日(木)までに長岡市商店街
振興組合連合会 ☎32・7002へ

10/1
土
長岡の精神を未来へ
米百俵まつり
時間 午前11時30分～午後4時 場大手通り周辺
岡実行委員会事務局(観光事業課内) ☎39
2221

豪華アーティストが
長岡に！

長岡米百俵フェス
花火と食と音楽と



7日
大橋彩香 NEW、鈴木愛理、
Little Glee Monster ほか

8日
Awesome City Club、
TUBE NEW、日向坂46 ほか

9日
ASKA、手越祐也 NEW、ナオト
・インティライミ、マーティ・フ
リードマン NEW、松下洸平 ほか



10/7(金) 午後4時から
8(土)・9(日) 午前11時から
場東山ファミリーランド
★新型コロナウイルス感染症
対策を徹底して開催します

岡ながおか魅力発信課
☎39・5151

詳しくは
米フェス
公式サイトで



今年は3日間
打ち上げ！
長岡花火



親子で楽しめる
キッズパーク



市民割引チケット販売中

3日通し券：一般18,000円
1日券：7日は一般6,000円、
8日・9日は一般7,500円、
中・高校生3,000円
※小学生以下は、18才以上1人
につき2人まで無料
【販売場所】チケットぴあ、日
本旅行長岡支店(平日のみ。☎
88・2500)、CoCoLo長岡サー
ビスカウンター(☎36・1300)

⚠ 車での来場には
有料駐車券が必要です

会場付近は交通規制を行います。
会場駐車場の駐車券を事前に購入
してください。また、長岡駅東口発
着の往復シャトルバス券もあります。
購入方法は公式ホームページで

※場・園などの略字の見方は15ページへ

美味しい酒にアオーレ！

岡「越後長岡」観光振興委員会事務
局(観光企画課内) ☎39・2344

9/23 祝
越後長岡酒の陣

- オープニングイベント「鏡開き」(午前10時40分ごろ)
- 長岡15歳元が厳選した地酒の提供
- 長岡産食材を使ったおつまみの提供
- ステージショー

場アオーレ長岡 時午前11時～午後1時、1時30分～3時30分、
4時～6時 定各600人[先着]

★チケットを事前に購入してください
地酒・おつまみチケット(100円券25枚つづり)
付きの入場券です。当日券はありません。
¥2,500円 購入方法=9月22日(木)までにセブン-
イレブン、ファミリーマートなどで



▲詳しくは
こちら

丹精込めて作った
地酒をぜひ味わっ
てください！
日本酒デビューの
人も大歓迎です！

参加する蔵元の一つ
河忠酒造(株)
(三島地域 脇野町)
杜氏 野水 万寿生さん



市政の最近のできごとを紹介します。



工事が進むミライエ、VRで見学

オープンまで1年の「ミライエ長岡」。建設現場を58人が見学しました。工事中のフロアでタブレット端末をかざすと、整備後のバーチャル映像が出現。完成する施設の空間や使い方をイメージしていました。(7月24日)



広がる新たなワークスタイル

長岡駅周辺に民営テレワーク拠点2カ所とサテライトオフィス1社が開設しました。多様な働き方を広げていくため、ビルの空きフロアを改修してオフィス整備に活用できる補助金などで後押しします。(7月15日)



就活生と市内企業が交流

県外へ進学した学生などに地元での就職を考えてもらおうと行った「ながおかUターン交流会」。参加した学生たちは、和やかな雰囲気の中で企業の特徴や就活へのアドバイスを聞き、市内企業への理解を深めました。(8月10日)



天才プログラマーが県内初講演

「イノベーション都市」の実現に向けたNTT東日本との連携の一環で技術フォーラムを開催し、登大遊さんが講演。デジタル社会をけん引する技術者や地元IT起業家が集まり、最新の技術動向を共有しました。(7月27日)



議場に響く、弦楽の調べ

アフィニス夏の音楽祭のプレイベント「議場コンサート」をアオーレ長岡で行いました。今年の県音楽コンクールで大賞を受賞した後藤母瑚さんなど地元の弦楽器奏者が出演。来場者130人が優雅な音色に聴き入りました。(8月11日)



交流会で起業家の連携を強化

市内で活躍する起業家や首都圏でベンチャー支援に携わる企業など約50人が交流会に参加。学生起業家の事業計画発表やグループでの意見交換を通じ、コミュニティづくりやビジネス連携の強化を図りました。(8月2日)

雪国・長岡でも
太陽光発電は効果的!

脱炭素化 産業振興の チャンスに

固産業イノベーション課 ☎39・2402



「長岡市省エネ・再エネ産業振興プラットフォーム」の設立総会(7月19日)。市内企業や長岡技術科学大学、長岡商工会議所など27の団体が構成。磯田市長が代表を務める

省エネ技術
「パワエレ」って?
専門家に聞きました

身近な技術だからこそ、 多くのチャンスがある



長岡パワーエレクトロニクス研究会会長／
長岡技術科学大学
教授
伊東 淳一 さん

発電量の削減は脱炭素化の重要な要素。パワエレは、電気エネルギーを効率よく変換するために不可欠な技術で、エアコン、冷蔵庫から電気自動車、太陽光発電まであらゆる電気機器に使われています。パワエレの強化により、国内全ての電気機器の使用電力を1%削減すると、発電所1基分に相当すると言われています。研究拠点の技大に加え、関係企業が集まる長岡には、パワエレを大きな産業にしていくチャンスがあります。

市は、温室効果ガスの排出量を抑える脱炭素化の流れを、新たなビジネスチャンスにつなげるため、関係機関と連携した取り組みを進めています。7月には脱炭素化に向けた知識・技術の向上や関係団体の連携強化を目指し「長岡市省エネ・再エネ産業振興プラットフォーム」を設立しました(左上写真)。

設立総会では、雪国でも一定量の発電が見込める太陽光パネルの導入事例などを紹介。情報交換や企業・団体のマッチングの場となりました。

市は、温室効果ガスの排出量を抑える脱炭素化の流れを、新たなビジネスチャンスにつなげるため、関係機関と連携した取り組みを進めています。7月には脱炭素化に向けた知識・技術の向上や関係団体の連携強化を目指し「長岡市省エネ・再エネ産業振興プラットフォーム」を設立しました(左上写真)。

設立総会では、雪国でも一定量の発電が見込める太陽光パネルの導入事例などを紹介。情報交換や企業・団体のマッチングの場となりました。

長岡技術科学大学やベンチャー企業と「長岡パワーエレクトロニクス研究会」を7月に設立。技大は、電気を効率的に使うパワエレ技術の国内最大の研究拠点です。この強みを活かして、産学官が連携し、人と企業の集積と産業振興の好循環を生み出します。

電気を効率的に使う
技術を新産業に

職員派遣で 水害被災地 を支援



1 マンホール内部の点検(8月9日、関川村) 2 荒れた河川敷(村上市) 3 保健師による健康調査(10日、村上市) 4 家屋の被害認定(12日、村上市)

8月3日からの大雨により被災した村上市や関川村へ、市職員を派遣しました。現地では、給水車による応急給水(右下写真)や下水道施設の点検、被災家庭の健康調査、家屋の被害認定などの支援活動を行っています。

一日でも早く被災地の住民が日常生活を取り戻せるよう、要請に応じて迅速に支援していきます。

固危機管理防災本部
☎39・2262





地域のまきこ

まちのほつとフォト

📷は、市民リポーターが取材・撮影しました
(21人が登録しています)

地域にパワー、40年！

川口まつりの伝統「女みこし」が今年、40周年を迎えました。神輿の担ぎ手は約20人の女性たち。力強さと華麗さで、これからも地域の元気を支えます！(7月31日)



思わず、息を止めて・・・

山古志地域の中山隧道近くで、虫の観察会を行いました。光を当てた白い布に集まった虫たち。近くくときは、そ〜っと、そ〜っとね。(7月30日)



もっと、海が好きになる

寺泊中央海水浴場で海に親しむイベントが行われました。地域発祥の伝統競技「浜大漁選手権」では、息を合わせて網を揺らし、跳ねる“魚”をゴールへお届け！(8月7日) 📷井口庸一さん



はたらく車って、カッコイイ！

越路地域の交流施設「こころて」で開催された「はたらくくるまフェア」。憧れのクレーン車やショベルカーの運転席で子どもたちは大はしゃぎ♪(7月23日) 📷土田千栄美さん



未来へのメッセージ

「ふるさとわかしままつり」で、地域内29の集落と北辰中学校、和島小学校の花火が上がりました。10年後の故郷を想う気持ちが込められています。(8月14日) 📷棚橋光也さん

笑顔はあの頃と同じだね

中之島地域の「二十歳のつどい」に70人が出席。恩師がサプライズで会場に現れると、うれしい再会に笑顔がこぼれました。(8月15日)



飛び散る火花、指導も熱く

与板鍛冶体験工房が3年ぶりに再開しました。体験に訪れた3人は「切り出し(ペーパーナイフ)」作りに挑戦。久しぶりの“弟子”に、職人さんの指導にも熱が入りました。(7月30日)



踊りも衣装も、鮮やかに

地域の伝統芸能や大花火大会などが盛りだくさんのおぐに夏まつり。よさこいチームが躍動感あふれる踊りで夏の思い出に華を添えました。(8月14日)

迫力満点！丸太切り

三島地域の名物イベント「全日本丸太早切選手権大会」が3年ぶりに復活。両引きののこぎりを使い、1秒でも早く丸太を切り落とそうと、61組の力自慢が熱戦を繰り広げました。(8月14日)



パパよりおきい〜！

アオーレ長岡で9月11日まで開催中の企画展「ざんねんないきもの事典」で、大きなティラノサウルスにびっくり。クスツと笑える生き物たちの生態にみんな興味津々です。(8月7日) 📷



松川杏心さん

どれにしようか、迷っちゃう

栃尾産業交流センターおりなすの夏のクラフトフェア。作りたいアクセサリを友達とじっくり選んで「やっぱりこっちにしようかな!」。(8月7日) 📷外川正明さん



接種の検討を

オミクロン株にも有効です

新型コロナウィルスワクチン接種事業室 ☎39・2383

オミクロン株は、従来株より感染力が強いため、感染拡大による重症例の増加が懸念されます。国はオミクロン株対応ワクチンの追加接種を10月中旬以降に開始することを検討していますが、現行ワクチンも有効です。早めの接種を検討してください。

なお、接種期間を9月30日までとしています。延長する方向で国が調整しています。

個別接種を実施する医療機関や
集団接種日程の確認はこちらから

市新型コロナ
ワクチン接種
コールセンター

☎0570・012・035
(毎日午前10時～午後7時)



市ホームページ

若い世代

若い人であっても、感染による重症化や倦怠感などの後遺症が長引く可能性があります。1～3回目の接種が済んでいない人は、接種を検討してください。

60歳以上

3回目接種から5カ月を経過する頃に4回目の接種券が届きます。券が届いたら早めの接種をお願いします。

医療従事者など

4回目接種の対象になりました。該当する人は市ホームページから接種券の発行を申請してください。

接種証明書のコンビニ交付が始まりました

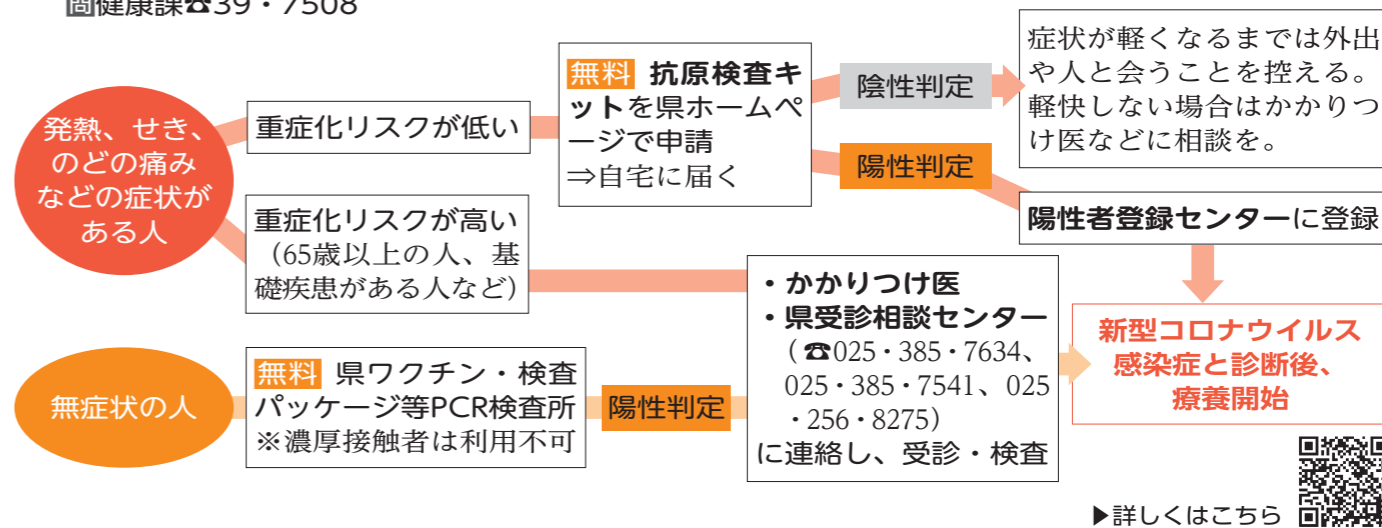
マイナンバーカードを使ってコンビニで接種証明書が受け取れます。

利用時間＝午前6時30分～午後11時 場所＝セブン-イレブン 対象＝国内用…マイナンバーカードを持つ人、海外用…マイナンバーカードとパス

ポートを持ち、令和4年7月21日以降に市窓口または接種証明書アプリで海外用接種証明書を発行した人 料金＝1通120円 持ち物＝マイナンバーカード、カード発行時に設定した4桁の暗証番号 ※詳しい利用方法は、市ホームページで

新型コロナウイルス 検査を受けたいとき、どうしたらいいの？

健康課 ☎39・7508



トピックス
9/30(金)まで
申請期限を
延長します

- ①生活福祉資金の貸し付け
- ②住居確保給付金の再支給
- ③新型コロナ生活困窮者自立支援金 (再支給あり)

新型コロナウイルス感染症による失業・減収世帯が対象です。
☎①長岡市社会福祉協議会 ☎33・6000 ②長岡市パーソナル・サポート・センター ☎89・8263 ③生活支援課 ☎39・7574

※ 8月23日(火)時点の情報です

お知らせ

市ホームページ: <https://www.city.nagaoka.niigata.jp/>

◆略字の見方

日=日時・期日	時=時間	場=場所・会場
内=内容	講=講師	対=対象・資格
定=定員・募集人数	料=料金・参加料	持=持ち物
申=申し込み	問=問い合わせ	
先着順	抽選	抽選…申し込み多数の場合は抽選

注) ①どなたでも、②特になし、③無料、④不要(直接会場へ)の場合は、記載なし

◆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可
- ・HPは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」で申し込み可

◆庁舎の表記

アオ=アオーレ長岡	市セ=市民センター
大手=大手通庁舎	さい=さいわいプラザ

催し

長岡戦災資料館 ☎36・3269

長岡空襲体験画展
— 山古志地域展 —

9月8日(木)～21日(水)午前10時～午後4時(12日(月)は休館) 場やまこし復興交流館 おらたる

産業支援課(大手) ☎39・2222

長岡まちゼミ

長岡駅周辺のお店の人や専門家ならではの知識や技術を教えます。親子向けの講座もあります。

10月10日(祝)まで(各1時間) 場参加店舗など 定各3～5人先着 申各店舗へ 同実行委員会事務局(長岡市商店街連合会内) ☎32・7

「お知らせ」掲載記事の 新型コロナウイルス対応

●開催に当たっては、新型コロナウイルスの感染対策を行います

●感染防止のため、催しを中止または延期、内容の変更、施設を休館する場合があります

※8月23日(火)時点の情報です

002 ※詳しくは長岡まちゼミホームページで

もみじ園 ☎92・6360

山荘ヨガ体験

9月20日(火)、10月4日(火)午前10時～11時 講健康運動指導員・小林奈津子さん 対中学生以上 定各10人先着 料各1,000円(抹茶セットは500円増) 時ヨガマットまたはバスタオル 申各前日まで

寺泊文化センター ☎75・5155

JaJaJAZZ CONCERT

9月24日(土)午後7時～8時30分 対小学生以上 料2,000円 チケット販売はオンラインイベントまたは同センターで

中ノ島文化センター ☎66・1310

トキと自然の学習館 ☎75・3201

工作教室「松ぼっくりの置物と貼り絵作り」

9月17日(土)午前9時30分～午後3時 定50人先着

筆ペン美文字講座

9月25日(日)午前10時～正午 定15人先着 料800円 申9月10日(土)から

火災予防コンサート
市消防音楽隊の演奏と火災予防に関するパネル展示です。

ながおか花火館2周年 みんなで祝おう♪

9月17日(土)～19日(祝)午前10時30分～午後6時(19日は午後5時まで) 肉祭り、ハンドメイドアクセサリーの販売 場・園道の駅ながおか花火館 ☎86・7766 担当＝観光事業課(大手) ☎39・2221



今年さまざまな肉料理が並ぶ「肉祭り」を開催します。家族や友達とお肉を味わいながら花火館を満喫しませんか。

10月2日(日)午前11時～正午 定500人先着

宮崎学さん講演会

「自然界の報道写真家」です。10月25日(火)午前10時30分～11時30分 定150人先着 料500円 申9月16日(金)から

中央公民館 ☎32・0437

公民館趣味の教室
いきいき作品展

10月5日(水)～7日(金)午前10時～午後5時(7日は正午まで) 場中央図書館 休俳句 絵画、書道、絵手紙

今月の おしらせ 隊員

かわぐち

毎号、記事にまつわる話を長岡ゆかりのキャラクターや動物が紹介します。今回は、川口地域のマスコットキャラクター「かわぐち」。頭には魚野川とやな場、そこに揚がるアユを、胸には魚沼産コシヒカリの稲穂をまとった川の妖精です。

親子で楽しめるイベントが目白押しだっち!

NHKのど自慢

アオーレ長岡 10周年記念 NHKのど自慢 Anniversary

▶左からゲストの千鳥夫さん、長山洋子さん



日11月13日(日)午前11時50分～午後1時15分
場アオーレ長岡

1 出場希望

対中学生以上で、アマチュアの人 申9月21日(水) (必着)までに、往復はがきの往信の裏に郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、職業(学生は部活動なども)、曲目、歌手名、選曲理由を、返信の表に自分の宛先を記入して〒951-8508(住所記入不要)NHK新潟放送局「NHKのど自慢」出場係へ(1人・組で1通。グループは全員の氏名、年齢、性別、職業を明記) 日NHK新潟放送局 ☎025・230・1616
★180組程度を選出し予選会を行います(非公開)
日11月12日(土) 場アオーレ長岡

2 観覧希望

申10月12日(水) (必着)までに、往復はがきの往信の裏に郵便番号、住所、氏名、電話番号、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-8501(住所記入不要)市民協働課「NHKのど自慢」観覧係へ担当=市民協働課 ☎39・2288
★多数の場合は抽選。10月25日ごろに当選者へ入場整理券を発送します(1枚で2人まで入場可)。1歳から入場整理券が必要です
<放送予定>日11月13日(日)午後0時15分～1時 総合・ラジオ第1・国際放送(生放送)
※応募情報は抽選結果の連絡のほか、NHKで受信契約者情報との照合や受信料のお願いに使用することがあります

◆日や日などの略字の見方は15ページ
◆日どなたでも、日特になし、日無料、日不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆日に電話、ファクス、Eメール、日(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオ=アオーレ長岡 市セ=市民センター
大手=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

“はたらく”車が大集合♪ 土木フェスティバル

～みんなで知ろう！土木ワールド～
日土木政策調整課 市セ ☎39・2307

日10月9日(日)午前9時30分～午後4時30分 場国営越後丘陵公園 ※駐車料が必要 21ページへ 日土木・防災用の機械の展示、体験、実演など



詳しくは市ホームページで



国際交流センター「地球広場」

☎39・2714

外国人市民向け日本語講座

日10月からの毎週火・金曜日(各1時間)、毎週日曜日(2時間) 対平仮名・片仮名の読み書きができる人 月1,600円程度(18歳未満は無料。教科書代別)

ながおか映画祭

世界の映画14作品を上映します。羽賀友信国際交流センター長と映画監督・藤元明緒さんの対談などもあります。日9月23日(祝)25日(日) 場リックホール 日1作品1、



▲対談で登場する映画監督の藤元明緒さん

農水産政策課

☎39・2223

ながおか青果市場まつり

普段は入れない市場で、取れたて新鮮な野菜を満喫します。

6館リレー展

大河津分水が創り出した自然—分水誕生は沿岸域の自然をどう変えたのか?—
場・日科学博物館 ☎32・0546

県内6館が展示を通して大河津分水をつなぎます。当館は分水と海のつながりを紹介します。
日9月6日(火)～10月30日(日)午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで。9月20日(火)、10月3日(月)・17日(月)は休館)
★関連イベント
①生きものガイド「浜辺の生きもの探索会」
日9月23日(祝)午前10時～正午(雨天中止)
集合=寺泊中央海水浴場駐車場
②シルバーウィーク3日間特別企画「オリジナルノートのプレゼント」
9月23日(祝)～25日(日)、各日先着100人です。
③ネイチャートーク「大河津分水河口周辺海浜域のスナガニの分布の特徴」
日10月22日(土)午後1時30分～3時 場寺泊文化センター



イベント申し込みなどは科学博物館ホームページで。右は同展ナビゲートキャラクターのウィリー

科学博物館

☎32・0546

キノコの展示会

日10月2日(日)午前10時～午後4時 場さいわいプラザ 日展示、鑑定など 日講長岡きのこ同好会・原信高さん
日10月1日(土)午前10時～午後2時(小雨決行) 集合日悠

キノコを調べる会

日10月1日(土)午前10時～午後2時(小雨決行) 集合日悠

市民探鳥会

日10月8日(土)午前8時～11時(雨天中止) 集合日巴ヶ丘自然公園 日持双眼鏡(ある人)
日10月6日(木)まで

道院いも祭

日サツマイモを掘って、取れたてを食べます。
日10月2日(日)午前10時～午後1時 日定50人先着 日1,000円 日9月30日(金)まで



中央図書館

☎32・0658

夜の図書館を楽しむ会

日通常は午後7時で閉館する図書館を翌日午前0時まで開放します。
日9月24日(土) 日演奏朗読会、書庫の見学、光るパネルシアターなど



▲テントを使ったリラックスできる空間で読書を楽しむ参加者

読み聞かせボランティア養成講座

日10月8日(土)午後1時30分～3時 日講新潟大学ゲスト講師・錦恵美子さん 日定80人先着
日9月13日(火)から(HP可)

北地域図書館

☎22・7100

さつちゃんおばさんの紙芝居スペシャル

日9月17日(土)午後3時～3時30分 日定10組先着

西地域図書館

☎27・4900

大人のための工作教室

日9月25日(日)午後1時30分～3時 日対小学5年生以上(小学生は保護者同伴) 日場大島コミュニティセンター 日定10人先着 日9月11日(日)から

寺泊地域図書館(寺泊文化センター内)

☎75・5159

えほんであそぼ

日9月16日(金)午前10時～10時30分 日内読み聞かせ 日対未就園児 日定15人先着

和紙づくりに挑戦!

日9月23日(祝)午後2時～4時 日対高校生以上 日定10人先着 日500円 日持エプロン、タオル 日9月10日(土)から

文化講座

日10月10日(祝)午後1時30分～3時 日講三条市公認三線愛好会・きよ里さんほか 日対高校生以上 日定80人先着 日9月13日(火)から(HP可)

「秋の図書館 沖繩の三線 であそぶ」

日10月22日(土)午前10時～11時30分 日講長岡工業高等専門学校 日対高校生以上 日定80人先着 日9月27日(火)から(HP可)

「生誕150年 杉本鏡子 武士の娘」(新訳)を読む

日10月22日(土)午前10時～11時30分 日講長岡工業高等専門学校 日対高校生以上 日定80人先着 日9月27日(火)から(HP可)

南地域図書館

☎30・35001

「写真で辿る互尊文庫」&メッセージリー

日9月17日(土)～来年2月28日(火)(木曜休館)

えほんのとびら acco totoさんの絵本

日9月18日(日)午後2時30分～2時50分 日対3歳～小学生

おはなしひろば

日9月25日(日)午前10時30分～

中ノ島地域図書館(中ノ島文化センター内)

☎61・2165

えほんのとびら acco totoさんの絵本

日9月18日(日)午後2時30分～2時50分 日対3歳～小学生

おはなしひろば

日9月25日(日)午前10時30分～

中ノ島地域図書館(中ノ島文化センター内)

☎61・2165

97 透き通ったエビ イソスジエビ



海中ウツオチ

水族館近くの浅瀬で生物採集をする時、海藻と一緒に採れることが多いイソスジエビ。体長4cmほどの透き通った体と黒いしま模様が特徴です。春から夏までは卵を抱えたメスの姿も見られ、ふ化した稚エビは水面や水中を浮遊して生活した後、海底にすみつきまします。お腹にある脚を忙しそうに動かして泳いだり、餌をついばんだりする姿をご覧ください。

いこうよ、海の大冒険! 岡寺泊水族博物館 ☎75・4936

ラッキースタンプラリー

巡って学ぶ、長岡の魅力 クイズに答えてスタンプ集めよう!
道の駅ながおか花火館など、市内14カ所の観光施設が対象です。スマートフォンでスタンプを集めると、抽選ですてきな賞品がもらえます。
☎11月30日(水)まで 賞品(抽選)=市内宿泊施設の宿泊券、特産品など ☎「越後長岡」観光振興委員会(観光企画課(大手内)) ☎39・2344



▲詳しくはこちら

1 むつみ会「外国人による日本語スピーチコンテスト」
☎9月25日(日)午後1時~4時 岡アオーレ長岡 岡同会・小林さん ☎090・9341・5945

2 栃尾であなたのやりたいを応援!「ながおか若者会議 リターンズ」
おいしいお弁当と飲み物で交流しながら、「若者提案プ

●よみがえる「みずぐわくわく」フエスタinながおか
☎9月11日(日)午前10時~午後3時 岡長岡浄化センター(上柳町) ☎下水道探検ツアー、キャラクターショーなど 岡新潟県下水道公社長岡支所 ☎28・2001

ファミリー・サポート・センター20周年記念講演会 「子育ては日々65点」~がんばりすぎない子育てのコツ~

☎10月11日(火)午前10時~正午 場中央公民館 講漫画エッセイスト・ちやい文々さん(写真) 定30人(先着) 保育=10人(先着)(生後6カ月以上。9月30日(金)までに要予約) 申同センター(ちびっこ広場内) ☎39・2860



頑張り過ぎなくていい。あなたは十分素敵な親なんだよ!

1 パパママと赤ちゃんのついで「ねえねえ みんな一緒に遊ぼうよ!」
☎10月22日(土)午前10時~11時30分 場さいわいプラザ ☎赤ちゃんへの言葉掛けや遊び方など 講こどもけやき苑苑長・本間初江さん ☎乳児と保護者、妊婦とパートナー 定15組(先着) 申10月3日(月)~12日(水)に母子保健推進員協議会事務局(子ども子育て課内)

2 パパママサークル
妊娠中に知っておきたい育児のポイントを紹介します。
☎10月15日(土)午前10時~正

午②11月4日(金)午後6時45分~8時45分③26日(土)午前10時~正午 場さいわいプラザ ☎助産師・保健師からの情報提供、沐浴体験、パパの妊婦疑似体験 ☎出産予定月が来年1月~2月の妊婦とパートナー 定①③24組(抽選)②18組(抽選) 持母子健康手帳、バスタオル、フェイスタオル、ビニール袋、座布団 申9月16日(金)~20日(火)(HP可)

●栃尾産業交流センター「おひなす」 ☎51・1331

●おりなす手織り講座「昼夜織」
☎10月12日~11月16日の毎週水曜日午前9時30分~午後0

寺泊水族博物館
表裏で配色が逆になるシルクワールのマフラー
時30分(計6回) 定10人(先着) ¥16,500円(材料費別) 申9月14日(水)から

2 大人限定水族博物館バックヤードツアー
☎9月~来年3月までの毎月第3日曜日午前11時~正午 高校生以上 定各5人(先着) 入館料 申各開催日の2日前まで

3 親子わくわく魚ランド
水族博物館の舞台裏の見学、ミズダコやピラニアなどの餌作り・餌やり体験ができます。
☎9月25日(日)午前11時~正午 小学生と保護者 定3組(先着) 入館料

ミガメなどの生体展示や解説です。
☎10月31日(月)まで 入館料(高校生以上700円、中学生450円、小学生350円、3歳以上200円)

●ながおか・若者・しごと機構(ミライ工場開設準備室(大手内)) ☎86・6008

「イベントをやりたい!仲間と出会いたい!」ながおか・若者・しごと機構では、若い人のそんな想いを実現する企画や補助を行っているつちくわ

●よみがえる「みずぐわくわく」フエスタinながおか
☎9月11日(日)午前10時~午後3時 岡長岡浄化センター(上柳町) ☎下水道探検ツアー、キャラクターショーなど 岡新潟県下水道公社長岡支所 ☎28・2001



▲かわぐच्च

「子育ての駅」でひと休み

対象の記載のない催しは、全て乳幼児と保護者が対象です。



ちびっこモデル★ #117

子育ての駅でみつけた @ぐんぐん

高橋 叶多ちゃん (1歳2カ月)
最近元気いっぱいに歩きます。音楽に合わせて体を動かすのが大好きです。

1 親子ふれあいリトミック
☎9月29日(木)午前10時30分~11時 対1歳~3歳児と保護者 定15組(先着) 申9月12日(月)から

2 知っておこう!妊娠・産後のメンタルヘルス
☎10月1日(土)午前10時30分

休館日 毎週火曜日
●防災講座みんなで防災! おやこダンボール工作
☎9月23日(祝)午前10時30分~11時30分 講NPO法人くらしサポート防災士・覚張裕香さん 対3歳~小学3年生と保護者 定10組(先着) ¥100円 申9月15日(木)から

地域版 子育ての駅
催しの詳細や休館日は市ホームページで

越路のびのび 心を育む子どもとの関わり方
☎10月4日(火)午前10時30分~11時30分 定10組(先着) 申9月20日(火)~10月3日(月)

中之島なかのひろば
お口の健康講座
☎9月29日(木)午前10時15分から

三島 もりもり 敬老の日
カード作り~ありがとうを手に
☎9月16日(金)午前10時30分から

和島 わいわい プラティス
でボデイが変わる!
☎9月21日(水)午前10時30分から

寺泊 (こいのこ) おやこふれあいタイム
☎10月3日(月)午前10時から

栃尾 すくすく 助産師の防災講座
☎9月21日(水)午前10時30分から

山古志 やまこい おやこ体操
☎9月10日(土)午前10時から

川口 すこやか 生活リズムのお話
☎9月14日(水)午前10時15分から

与板 こいのこ広場 助産師さんの「おっぱい・子育て何でも相談」
☎10月6日(木)午前10時から

一緒に話しませんか
●ママのまカフェ
☎9月12日(月)午前11時~正午...ちびっこ広場、10月7日(金)午前10時45分~11時45分...ぐんぐん 講母子保健推進員 対どなたでも

●子育て相談
☎①9月15日(木)②16日(金)③20日(火)④10月5日(水)⑤6日(木) 時①②③④午前10時30分~11時30分⑤午前10時30分~11時 場①③てくてく②④すくすく⑤ちびっこ広場 講①④助産師②保健師③⑤家庭児童相談員

●栄養相談 ~はじめての離乳食~
☎①9月12日(月)②20日(火)③26日(月)午前10時~11時30分 場①ぐんぐん②てくてく③ちびっこ広場 講栄養士 対生後4、5カ月の子の保護者 定各5人(先着)

各子育ての駅では随時、保育園入園や子育ての相談を受け付けています。開館時間 ①ちびっこ広場...てくてく...ぐんぐん...午前9時~午後5時 ②なかのひろば...午前10時~午後3時30分 ③のびのび...もりもり...やまこい...たんぼぼ...すくすく...にじの子広場...午前9時30分~午後3時 ④わくわく...ここに...午前9時~午後2時30分 ⑤すこやか...午前8時30分~午後4時30分 詳しくは市ホームページで

中越沖地震復興15年「来て、見て、学ぼう！ みんなの防災フェア&スマートエネルギーフェア」

回 9月24日(土)・25日(日)午前10時～午後4時 場 ハイブ長岡
内容 防災・感染症対策などの製品展示、仕事体験など 同実行委員会 (TeNYテレビ新潟内) ☎025・283・8700 担当
＝危機管理防災本部(アオ)☎39・2262



同時開催の「親子防災体験会」では、防災迷路ゲームやパッククッキング講座のほか、各日先着200人に防災福袋のプレゼントもあります！

すこやか 福祉と健康、楽しく学ぼう！ ともしび まつり 2022

回 9月17日(土)・18日(日)午前10時～午後4時 場 アオーレ長岡 内容 仕事体験、骨密度測定、福祉施設によるお菓子販売など
★同時開催の成年後見セミナーは26ページへ



3年ぶりの開催となる福祉・健康の祭典。看護師・介護士の仕事体験など、約15種類の体験ブースがあります。詳しくはホームページで。



①花と緑の教室 庭木の冬囲い
回 10月1日(土)午前10時～11時30分 場 千秋が原ふるさとの森管理事務所前 講師 岡岡市緑地協会 定 50人(先着) 持 軍手、せん定ばさみ 申 9月9日(金)

②緑花センター(花テラス)
☎39・8718

●長岡市美術協会展
回 9月13日(火)～19日(祝)午前10時～午後6時(13日は午後1時から、19日は午後4時まで) 場 中央図書館 内容 日本画、洋画、彫刻、工芸、書道、写真 同協会事務局(文化振興課内)
文化振興課 ☎32・5110

①ローマの休日 全編上映
回 12月4日(日)午後2時から

②まちなかカフェ
回 10月2日(日)午後2時～4時 場 長岡工業高等専門学校 講師

③子ども講座 こどもカフェ
回 10月10日(祝)午後2時～3時30分 講師 JR東日本運転士・江村亜登夢さん 対 小学生と保護者 定 20組(先着) ¥500円(HP可)



時 午前9時30分～午後5時 ¥65歳以上210円、高校生以上450円、中学生以下無料 駐車料＝普通車320円、大型車1,050円、二輪車100円 入園無料日＝10月2日(日)・9日(日) 65歳以上入園無料日＝9月19日(祝)(駐車料は有料) 休園日＝9月12日(月)

- ①コスモスマツリ
丘一面に30万本のコスモスが咲きます。
回 9月17日(土)～10月30日(日)
- ②香りのばらまつり・秋
回 10月8日(土)～30日(日)
- ③アルビレックス新潟サッカー教室
回 9月23日(祝)(小雨決行) 対・時 ①年少児～小学1年生と保護者…午前10時～11時30分 ②小学生…午後1時30分～3時 場 緑の千畳敷 定 ①30組(先着)②50人(先着) ¥①1組1,500円(追加は1人500円) ②1,000円 申 電話で

①ジャズピアノコンサート
回 10月4日(火)午後2時から 出演 Masumi Yamamoto

②馬頭琴コンサート
回 10月5日(水)午後2時から 出演 デルゲルマー、権藤真弓



左から鈴木愛美、小山裕幾、大瀧拓哉

馬高縄文館で、古代に思いをはせませんか？



大洞A式土器(台付浅鉢) / 晩期後葉 五泉市 矢津遺跡

①特別展「藤橋遺跡と縄文晩期の土器文化」
回 9月23日(祝)～11月6日(日) ¥一般200円、高校生以下無料

②縄文の森をつくろう！
馬高・三十稲場遺跡で植栽や手入れを行います。
回 10月1日(土)午前10時～正午 定 10人(先着) 持 汚れてもよい服装、軍手、長靴 申 9月10日(土)～28日(水)

③みにつける火災土器 火災土器ネイル
回 10月9日(日)午前10時～正午、午後1時～3時 定 各5人(先着) 持 ピンセット、マニキュアなど 申 9月10日(土)～10月6日(木)



④縄文土器をつくろう！
①土器づくり
回・場 ①9月19日(祝)…馬高縄文館 ②25日(日)…藤橋歴史の広場 時 午前10時～午後3時 定 ①10人(先着) ②5人(先着) 持 汚れてもよいタオル・服装 申 ①9月10日(土)～16日(金) ②10日(土)～22日(木)

②土器焼き体験
回 10月8日(土)午前10時～午後3時

①～④いずれも 対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

⑤開場30周年！藤橋歴史の広場
史跡藤橋遺跡の出土品を展示する「ふじはし歴史館」、発掘した柱穴群を見学できる「遺構展示館」などがあります。時 午前9時～午後5時(月曜休館。祝日の場合は翌日。12月～3月は休館)



◆回や場などの略字の見方は15ページ
◆図どなたでも、図特になし、◆無料、◆不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆回に電話、ファクス、Eメール、回(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオ＝アオーレ長岡 申＝市民センター
大手＝大手通庁舎 さい＝さいわいプラザ

市民協働課(アオ) ☎39・2291

同校技術専門職員・込山晃市さんほか
②ボランティア企画講座
知って楽しい長岡
①与板地域を知ろう！

同校技術専門職員・込山晃市さんほか
②ボランティア企画講座
知って楽しい長岡
①与板地域を知ろう！

同校技術専門職員・込山晃市さんほか
②ボランティア企画講座
知って楽しい長岡
①与板地域を知ろう！

同校技術専門職員・込山晃市さんほか
②ボランティア企画講座
知って楽しい長岡
①与板地域を知ろう！

海、山、田園！ 寺泊の魅力満載



1 寺泊を歩こう☆てらスポ！ウォーキング

里山の原風景が残る山ノ脇地区を歩きます(写真)。
 日 9月18日(日)午前9時～午後1時 集合=寺泊いやしの郷(黒坂) コース=5km、8km、13km 定150人(先着) 費一般1,000円 小・中学生500円(豚汁・果物付き)

2 Loveビーチin寺泊 ～環境を考えよう～スポGOMI寺泊大会

拾ったごみの量と質をチームで競います。
 日 9月25日(日)午前10時～正午 場寺泊中央海水浴場ビーチスポーツコート 定30チーム(先着)(1チーム3～5人)

12いずれも 対小学生以上 申19月12日(月)215日(木)までに寺泊総合型スポーツクラブてらスポ！☎86・6719へ 担当=寺泊支所地域振興・市民生活課 ☎75・3111

6 太極拳教室
 日 10月18日(火)・25日(火)②14日(金)・21日(金)(各計2回)
 時 午前10時10分～11時40分
 場 市民体育館 費各1,000円
 岡太極拳協会・駒形さん ☎090・8615・5736へ

5 長岡市ミックスダブルス
 テニス大会
 日 10月15日(土) 場希望が丘テニスコート(ペア年齢合計100歳以上) 費1組5,000円
 申 10月3日(月)(必着)までに希望が丘テニス場にある申込書で 岡長岡市テニス協会・川上さん ☎090・1880・3510

4 盛年バドミントン親善大会(リーグ戦)
 日 11月18日(金)午後6時30分から(来年9月までの奇数月に実施。計6回) 場市民体育館 種目ダブルス(45歳以上でペア年齢合計95歳以上。男女混合も可) 費1組6,000円
 申 10月7日(金)までに長岡バドミントン協会・笠原さん ☎33・6297へ

7 テニス6回
 日 9月23日(祝)午前9時～午後4時
 ①希望が丘テニス場(申 ☎29・1082)
 ②さくらテニスガーデン(申 ☎25・9200)
 ③初心者・ジュニアの体験レッスンなど

8 スポーツチャンバラ教室
 日 9月14日(水)・21日(水)・28日(水)午後7時15分～8時30分(計3回) 場宮内小学校
 日 9月12日(月)までに長岡市スポーツチャンバラ協会・内山さん ☎090・7635・8575へ

9 親子初心者なごなた教室
 日 10月6日～11月24日の毎週木曜日午後7時～8時30分(計7回) 場市民体育館
 対小学生と保護者 費3,500円
 日 9月30日(金)までに長岡市なごなた協会・酒井さん ☎090・7426・0289へ



6 太極拳教室
 日 10月18日(火)・25日(火)②14日(金)・21日(金)(各計2回)
 時 午前10時10分～11時40分
 場 市民体育館 費各1,000円
 岡太極拳協会・駒形さん ☎090・8615・5736へ

5 長岡市ミックスダブルス
 テニス大会
 日 10月15日(土) 場希望が丘テニスコート(ペア年齢合計100歳以上) 費1組5,000円
 申 10月3日(月)(必着)までに希望が丘テニス場にある申込書で 岡長岡市テニス協会・川上さん ☎090・1880・3510

4 盛年バドミントン親善大会(リーグ戦)
 日 11月18日(金)午後6時30分から(来年9月までの奇数月に実施。計6回) 場市民体育館 種目ダブルス(45歳以上でペア年齢合計95歳以上。男女混合も可) 費1組6,000円
 申 10月7日(金)までに長岡バドミントン協会・笠原さん ☎33・6297へ

7 テニス6回
 日 9月23日(祝)午前9時～午後4時
 ①希望が丘テニス場(申 ☎29・1082)
 ②さくらテニスガーデン(申 ☎25・9200)
 ③初心者・ジュニアの体験レッスンなど

8 スポーツチャンバラ教室
 日 9月14日(水)・21日(水)・28日(水)午後7時15分～8時30分(計3回) 場宮内小学校
 日 9月12日(月)までに長岡市スポーツチャンバラ協会・内山さん ☎090・7635・8575へ

9 親子初心者なごなた教室
 日 10月6日～11月24日の毎週木曜日午後7時～8時30分(計7回) 場市民体育館
 対小学生と保護者 費3,500円
 日 9月30日(金)までに長岡市なごなた協会・酒井さん ☎090・7426・0289へ

NNサウナ～長岡をサウナで笑顔に～

テントサウナやサウナ飯で心と体を整えます。
 日 9月24日(土)・25日(日)午前10時～午後3時 場大杉公園 定各100人(先着) 費各3,000円 持水着、タオル、サンダル 申NN代表・中川さん ☎080・9502・4957、同イベントホームページで 担当=ながおか・若者・しごと機構(ミライエ長岡開設準備室(区内)) ☎86・6008



サウナストーンに日本酒をかけて香りを楽しむ「日本酒口ウリユ」も体験できます。ぜひ一度お試しください。

●与板消防署救急フェア
 日 9月17日(土)午後1時30分～4時30分 場与板町与板国道403号上 内心肺蘇生法の体験、AEDの使用法、高

和島支所地域振興・市民生活課 ☎74・3112
 ●小杉真二&南雲電太郎ピアノデュオ名曲コンサート
 日 11月6日(日)午後2時～4時 場地域交流館わしま 対小学生以上 定150人(先着) 費高校生以上500円 ※中学生以下は要整理券 申随時

スポーツ
 福祉課アオ ☎39・2343
 ●ハンディテニススクール
 日 10月12日～11月9日の毎週水曜日午後7時～9時(計5回) 場南部体育館 対障害児・者と家族、ボランティア30人(うちボランティア若干名) 抽選 特硬式用テニスラケット(ある人) 申9月22日(木)まで

乙吉運動広場 ☎36・3414
 ●小学生マラソン教室
 日 9月17日(土)・24日(土)、10月1日(土)午後5時～6時 対小学生3～6年生 定各10人(先着) 費各1,000円 申各前日まで

2 投げろ！走る！跳ぶ！親子運動教室
 日 9月11日(日)、10月2日(日)午後2時～3時(雨天中止) 対4歳～6歳と保護者 定各10組(先着) 費各500円 申各前日まで

2 スポレック体験会
 日 9月10日(土)・17日(土)午後2時～3時 定各12人(先着) 費各300円 申各前日まで

とべ!とべ! ペンぎんたち 齋藤槇えほん展

さいとうまさき
 場・岡栃尾美術館 ☎53・6300

新進気鋭の絵本作家として活躍する齋藤槇さんの絵本原画展です(右上は代表作、『ペンぎんたいそう』©Maki Saito, 2013)。やわらかな色彩と確かな技法で彩られた世界が広がります。
 日 9月17日(土)～11月20日(日)午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで。月曜休館。9月19日(祝)は開館し20日(火)は休館) 費一般600円、高校・大学生300円、小・中学生100円

★えほん展初日を齋藤槇さん(右)と楽しもう!

①ギャラリートーク
 日 9月17日(土)午前11時～正午
 ②齋藤槇さんワークショップ「じゃばら絵本をつくってみよう!!」
 日 9月17日(土)午後1時30分～3時30分 対年中児以上(小学生未満は保護者同伴。付き添いは1人まで) 定8人(先着) 持エプロンまたは汚れてもよい服装 申9月12日(月)から

ながおかスポーツ・レクリエーションフェスタ

岡スポーツ振興課 ☎32・6117

日 9月25日(日)午前9時30分～午後3時 場アオーレ長岡 内ポッチャ・キンボール・変わり種自転車などのスポーツ体験、スタンプラリー、ウォーキング講座、飲食ブースなど

楽しく体を動かせるスポーツ体験からプレゼントがもらえるスタンプラリーまで、盛りだくさんの内容です。

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

◆回や日などの略字の見方は15ページ
 ◆※などなくても、※特になし、※無料、※不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆※に電話、ファクス、Eメール、※(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
 ※アオ=アオーレ長岡 ※市=市民センター
 ※大=大手通庁舎 ※さい=さいわいプラザ

お茶を飲みながら気軽に相談や情報交換ができます。同じ悩みを持つ人と話すことで息抜きになることも。

9月は世界アルツハイマー月間 認知症への理解を深めよう

☎長寿はつらつ課(さい) ☎39・2268

1 オレンジカフェ

認知症の人や家族などが集い交流する場です。開催日時や場所など詳しくは市ホームページで。

3 認知症サポーター養成講座

認知症の症状や対応を学びます。受講者には、新潟アルビレックスBBと制作した「認知症ブスターカード」(右)を渡します。



☎・場 9月17日(土)午前10時30分～正午、午後1時30分～3時…アオーレ長岡、22日(木)午前10時～11時30分…さいわいプラザ 定各20人(先着) 申 9月5日(月)から長寿はつらつ課へ

4 若年性認知症本人・家族交流会

☎ 9月24日(土)午前9時30分～11時30分 場さいわいプラザ 申三島病院認知症疾患医療センター ☎42・3400 担当=長寿はつらつ課

2 認知症地域フォーラムin長岡

☎10月7日(金)午後1時30分～3時30分 場リリックホール 講三島病院認知症疾患医療センター・田中晋さんなど 定400人(先着) 申 9月5日(月)から長寿はつらつ課へ電話または専用フォームで

▶申し込みはこちら



2 カフェDE健康講座

☎・内 9月16日(金)午前10時30分～11時30分、お味噌汁で免疫力アップ! ②27日(火)午後2時～3時:身体を使ってエンジョイ脳トレ! ③10月4日(火)午前10時～正午:特別企画! ノルディックウォーキング! ④10月11日(火)午後2時～3時:長岡市立劇場 講新潟薬科大学 臨床教授・南雲陽子さん 対小学5年生・中学生の保護者 50人(先着) 申 9月12日(月)から



▲千秋が原ふるさとの森でリフレッシュする参加者

1 青空ひろば

屋外で体を動かします。☎ 9月15日(木)・29日(木) ②21日(火)、10月11日(火) ③7日(金)・21日(金) 午前10時～11時 ①②は雨天中止) 場①千秋が原ふるさとの森 ②市民防災公園 ③トチオーレ 内ながおか元気体操、ハッピー体操など 定各40人(先着) 持数物

健康課(さい) ☎39・7508



3 丘の上の体操ひろば

☎ 9月28日(水)、10月26日(水)、11月22日(火)、12月27日(火) 午後1時～2時30分 場長岡ロングライフセンター 内軽体操、健康相談、握力測定など 定各20人(先着) 65歳以上

4 はつらつ元気な「転ばん隊」になって活躍しませんか?

転ばん隊は、健康長寿に必要な知識を身に付け、介護予防の担い手として活動します。☎10月4日～11月1日の毎週火曜日午後1時30分～3時30分(計5回) 場市民体育館 研修終了後、市内の介護予防事業に従事できる人 定10人(先着) 申 9月12日(月)から

5 あなたの健康相談会

☎10月4日(火) ②13日(木) ③10月11日(火) ④10月18日(火) ⑤10月25日(火) ⑥11月1日(火) ⑦11月8日(火) ⑧11月15日(火) ⑨11月22日(火) ⑩11月29日(火) 場市民体育館 9時30分～午後0時30分 場さいわいプラザ 内健診の結果、生活習慣病の予防・改善指導 相談員 栄養士、保健師 定各6人(先着) 持健康手帳(ある人) 申 9月22日(木) ③10月3日(月)まで

6 アルコール相談会

☎10月27日(火) ②10月14日(金) 午後2時～4時 相談員 精神保健福祉士、保健師

7 こころの相談会

9月は新潟県自殺対策推進

家庭児童相談室(子ども家庭センター) (さい) ☎39・7867

●思春期世代の保護者向けストレスマネジメント講座「思春期今しかできない子育て」子どもとの会話(聴き方、伝え方)などを学びます。

☎10月15日(土)、11月19日(土) 午前10時～正午(計2回) 場市立劇場 講新潟薬科大学 臨床教授・南雲陽子さん 対小学5年生・中学生の保護者 50人(先着) 申 9月12日(月)から

健康づくりの第一歩は、今の自分の体力を知るところから! 幅広い世代の人が参加できます。



無料体力測定
 ①中之島体育館 ☎66・1711
 ②みしま体育館 ☎41・2133
 ③南部体育館 ☎39・3600
 ④北部体育館 ☎24・6116
 10月4日(火)午後3時30分～5時 申 9月16日(金)から

スポーツ振興課(さい) ☎32・6117

スポーツ教室 (10月～12月)

申し込みは電話または窓口で。詳しくはお問い合わせください

申 9月25日(日)午前9時から

施設名	教室名	10月初回	曜日	時間	回数	対象	定員(先着)	料金				
中之島体育館 ☎66・1711	①いきいき健康体操	3日	月	13:30～14:30	11回	50歳以上	20人	6,600円				
	②モーニングヨガ	4日	火	10:00～11:00	9回	どなたでも		6,000円				
	③リセットアクティブコンディショニング			14:00～15:30								
	④スッキリヨガ			19:30～20:15								
	⑤バレトン	12日	水	20:30～21:15	10回				5,000円			
	⑥シェイプボクシング(水)			13:30～14:15								
	⑦フラダンス	13日	木	10:00～11:00	10回					5,000円		
	⑧レクスポーツ			10:00～11:30								
	⑨トランポピクス			13:30～14:30								
	⑩健康コンディショニング	6日	金	19:30～20:30	11回						6,600円	
	⑪爽快健康体操	10:00～11:00										
	⑫体幹トレーニング	7日	金	13:30～14:15	10回							5,000円
	⑬シェイプボクシング(金)			19:30～20:15								

申 9月24日(土)午前9時から

施設名	教室名	10月初回	曜日	時間	回数	対象	定員(先着)	料金				
みしま体育館 ☎41・2133	①ストレッチポール	3日	月	19:30～20:30	10回	どなたでも	15人	6,000円				
	②全身シェイプ(火)	18日	火	19:30～20:30			20人	5,000円				
	③ヨガ(朝)	12日	水	10:00～11:00			8人	5,000円				
	④ハツラツ貯筋体操			13:30～14:30			20人	6,000円				
	⑤からだリセット体操			19:30～20:30			20人	6,000円				
	⑥ピラティス	13日	木	13:30～14:30			10回	どなたでも	8人	5,000円		
	⑦筋力アップトレーニング			19:30～20:30					20人	6,000円		
	⑧いきいき健康体操			13:30～14:30					8人	5,000円		
	⑨ヨガ(夜)	14日	金	19:30～20:30			10回		どなたでも	20人	6,000円	
	⑩体幹トレーニング			10:30～11:30						8人	5,000円	
	⑪さわやか体操	13:30～14:30	65歳以上	19:30～20:30			10回			どなたでも	8人	5,000円
	⑫らくトレ	13:30～14:30										
	⑬全身シェイプ(金)	19:30～20:30	65歳以上	19:30～20:30			8人				5,000円	

消防用設備、点検してますか？

店舗や工場などの管理者は、消防用設備を定期的に点検し、その結果を報告する義務があります。

消防本部予防課 ☎35・2190



詳しくはこちら

カタログポケット
多言語対応アプリ **Catalog Pocket**
電子書籍としても便利！
「市政だより」など市からのお知らせを自動翻訳するスマートフォン・タブレット端末向けのアプリです。音声読み上げや文字の拡大機能もあります。対応言語＝日本語、英語、中国語（簡体字・繁体字）、韓国語、ベトナム語、タイ語、インドネシア語、スペイン語、ポルトガル語 国際交流センター「地球広場」市セ ☎39・2714

ダウンロードはこちら
iOS Android

周りに外国の人がいたら伝えてね

長岡 内講演、相談会（事前予約可） 新潟県行政書士会・坂田晋さん 定各20人宛 9月14日（水）までに長岡市社会福祉協議会 ☎32・7833へ 担当 福祉総務課 ☎39・2217

認知症などによって、一人で判断することが難しい人のために、成年後見人が契約手続きや財産管理を支援する制度だよ。将来に不安を感じている人などはぜひ相談してほしい。

かわぐち

納め忘れはありませんか？
国民健康保険料の未納を電話でお知らせします

9月から「長岡市国民健康保険料納付コールセンター」を開設しました。市の委託を受けた民間事業者のオペレーターが、未納となっている人に、納期限、金額などをお知らせします。

来年3月までの毎月20日ごろ、月末 ※金融機関やコンビニエンスストアで納付した場合、確認に1週間程度かかります。行き違いで電話する場合がありますのでご了承ください 国民保年金課 国保課 ☎39・2217

市議会9月定例会の日程

本会議や委員会は公開されています。

期日	会議名	場所
9月6日（火）	議会運営委員会 本会議（招集日）	第二委員会室 議場
7日（水）～9日（金）	本会議※	第一委員会室
12日（月）	建設委員会	
13日（火）	文教福祉委員会	
14日（水）	産業市民委員会	
15日（木）	総務委員会	
20日（火）～22日（木）	決算審査特別委員会	第二委員会室 議場
29日（木）	議会運営委員会 本会議（最終日）	

傍聴席では、次のことを厳守してください。発熱やせき、風邪の症状がある場合は、傍聴をご遠慮ください。

①入場時のアルコール消毒・検温 ②マスクの着用 ③他の傍聴者と間隔を空けた着席

※7日（水）～9日（金）の本会議は、一般質問者の人数により日程が短くなる場合があります

時本会議…午後1時から、議会運営委員会…午前11時30分から、常任委員会（建設・文教福祉・産業市民・総務）、決算審査特別委員会…午前10時から

定本会議…40人、車いす席2人、親子傍聴席10人、委員会…12人

本会議・常任委員会・決算審査特別委員会は、市ホームページで生中継・録画中継しています。本会議・常任委員会はケーブルテレビでもご覧いただけます（再放送は当日の午後7時から）。

議会総務課 アオ ☎39・2244

秋の夕暮れは早まりと行楽期が重なり、交通事故が多発する傾向にあります。

歩行者は反射材を活用
自動車や自転車は早めのラ

秋の夕暮れは早まりと行楽期が重なり、交通事故が多発する傾向にあります。

歩行者は反射材を活用
自動車や自転車は早めのラ

小型除雪機の購入費補助の追加募集を行います

除雪が困難な世帯を支援する団体に小型除雪機購入費を補助します。支援先を拡充します。

手続き・制度

①縦覧・公述申し出
9月6日（火）～16日（金） 環境施設課、情報ラウンジ アオ

②素案説明会
9月12日（月）午後7時から

雪が困難な世帯を支援する団体に小型除雪機購入費を補助します。支援先を拡充します。

手続き・制度

①縦覧・公述申し出
9月6日（火）～16日（金） 環境施設課、情報ラウンジ アオ

②素案説明会
9月12日（月）午後7時から

“働きたい”を応援！ 自由な服装で参加OK！ やさしいお仕事説明会

気軽に参加できる企業説明会です。
10月4日（火）午前10時～午後0時30分 長岡 におおむね15歳～49歳で働きたい人 長岡地域若者サポートステーション ☎86・7730 担当＝産業立地課（大手） ☎39・2228

東日本大震災以降の災害で被災地から避難しているみなさんへ 就学時健康診断

次の全てに該当する子どもが就学予定の年齢（平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ）に達し、来年4月に市内の小学校に入学を希望する場合は、ご相談ください。健康診断の日程などをお知らせします。

①現在市内に住んでいる ②被災地から住民票を異動していない

国学務課 さい ☎39・2239

宝くじの助成金で町内会の備品を整備しました

自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として実施するコミュニティ助成事業を活用して、次の備品を整備しました。

9月1日 市民協働課 アオ ☎39・2221

▲吉水区の冷蔵庫（左）、小島駅前区のテレビ

セミナー「元気がうちから、もしものときのことを考えておこう」

10月12日（水）午後2時～4時 場下チオール 内講演会「自分らしく生きていきたい、自分らしく逝きたい」素敵な最期の迎え方」一、介護の相談先・サービスの紹介 長岡赤十字病院医師・佐藤直子さんほか 100人宛 担当 福祉支所 市民生活課 ☎52・5836

10月1日は就業構造基本調査

就業と不就業の実態を調べ、雇用・経済政策などに役立てることを目的に、全国一斉に行います。調査対象になった世帯には、9月下旬に調査員

クマ出没に注意！

山古志・栃尾・川口地域を中心に、人里でも出没情報が多数寄せられています。冬眠前の11月ごろまで、餌を求めてさらに活動的になります。被害に遭わないため、一人ひとりができる対策を確認しましょう。

クマ出没情報は こちら

●寄せ付けないために
・ごみを外に放置しない
・柿や栗などの不要な果樹を伐採
・ガレージや物置の戸締まり徹底

●遭わないために
・鈴、ラジオなど音の出るものを携帯する
・きのこ採りやレジャーで入山する場合は、複数人で
・クマの出没しやすい早朝、夕方の入山は控える

鳥獣被害対策課 市セ ☎39・2348

秋の夕暮れは早まりと行楽期が重なり、交通事故が多発する傾向にあります。

歩行者は反射材を活用
自動車や自転車は早めのラ

秋の夕暮れは早まりと行楽期が重なり、交通事故が多発する傾向にあります。

歩行者は反射材を活用
自動車や自転車は早めのラ

イト点灯
飲酒運転を「しない・させない・すすめない」の徹底
自転車に乗る時は、ヘルメットを着用

9月21日（水）～30日（金） 国市 課 アオ ☎39・2206、各支所地域振興・市民生活課（栃尾支所は地域振興課）

日赤救急法基礎講習会
10月8日（土）午後1時～5時 場さいわいプラザ 対15歳以上 定20人宛 費1,500円 申9月26日（月）までに日本赤十字社新潟県支部（☎025・231・3121）ホームページで 担当 福祉総務課 アオ ☎39・2217

多重債務相談日
借金返済の相談に弁護士・司法書士が応じます（要予約）

9月14日（水）・21日（水）・28日（水）、10月5日（水）午後1時30分～4時 消費生活センター 市セ ☎32・0022

令和5年10月分から、リリックホール・市立劇場の使用料を改定します

文化振興課 さい ☎32・5110 ※詳細は各施設のホームページで

将来に備えるための成年後見制度セミナー
9月18日（日）午前10時～11時 午後1時～2時 場アール

みんなで見守ろう高齢者

9月は高齢者見守り強化月間

「いつもと様子が違う」と感じたときは、お近くの地域包括支援センター、民生委員にご連絡ください。近所で声を掛け合うなど、みんなで支え合いましょう。

長寿はつらつ課高齢者基幹包括支援センター ☎89・7440

高齢者向け特別電話相談

「通信料が今より安くなる」と勧誘されて契約したが解約したい、1回限りの注文のつもりが定期購入だった、「火災保険金を使って、家の修理ができる」と勧誘されたが本当かななどの相談が寄せられています。気軽に相談してください。

9月15日（木）・16日（金）午前9時～午後4時30分 消費生活センター 市セ ☎32・0022

納期限は9月30日(金)です

- ①国民健康保険料 (3期)
 - ②後期高齢者医療保険料 (6期)
 - ③介護保険料 (6期)
 - ④下水道事業受益者負担金 (2期)
- ※スマートフォン決済が便利です (④を除く)

急患診療のお知らせ

診療時間外などに具合が悪くなったときにご利用ください。なお、新型コロナウイルス感染症の院内感染を防ぐため、受診する前に必ず電話で相談してください。

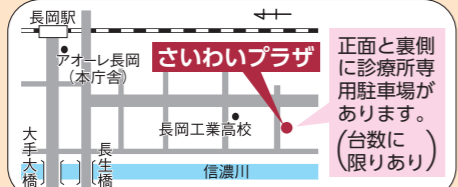
☑️保険証、医療費助成の受給者証 (ある人)

- 風邪や腹痛などの比較的軽症な救急患者
→ ①～④を受診してください
- 入院や手術を必要とする重症な救急患者
→ ⑤を受診してください

施設名 (長岡局番0258)	診療科目	受付時間	診療曜日				
			日・祝	月～金	土	日	土
①中越こども急患センター ☎86・5099	小児科 (中学生まで)	午後6時45分～ 9時30分	—	●	●	—	—
②休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科	午後6時45分～ 9時30分	—	●	—	—	—
	内科 小児科 外科	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分	●	—	—	—	—
③休日急患 歯科診療所 ☎33・9644	歯科	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分	●	—	—	—	—

①～③はさいわいプラザ(幸町2-1-1)の1階にあります

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



④休日在宅当番医 (中之島・見附地区)

受付時間=午前9時～11時30分、午後1時～4時30分
※外科は☒、内科は☑️で表記しています

期日	病院名	電話番号
9月	4日(日) ☑️ 石川 医院	☎66・2140
	11日(日) ☒ わたなべ皮フ科	☎62・7750
	18日(日) ☑️ 林俊彦クリニック	☎66・3000
	19日(祝) ☑️ 田崎 医院	☎62・1122
	23日(祝) ☑️ 星野 医院	☎62・0998
10月	25日(日) ☒ 貝瀬 皮膚科	☎66・8100
	2日(日) ☑️ 石川 医院	☎66・2140

⑤救急当番病院

- 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

当番病院に関するお問い合わせは
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
長岡市消防本部 ☎36・0119



市展は、今年で60回目の開催です。昨年は市内外から726点の応募がありました。力のこもった作品をお待ちしています!

門2点まで 展示期間 11月2日(水)～6日(日) 会場 アオーレ長岡 園文化振興課 さいわい ☎32・5110

社会人を対象に 長岡市職員募集 令和5年4月採用

採用職種	採用予定人員	受験資格
一般事務職員	若干名	・昭和57年4月2日～平成7年4月1日生まれ ・民間企業などの職務経験*が3年以上あること ・「一般事務職員(デジタル人材)」は、民間企業などでICT推進に係るコンサルティングや情報システム構築の職務経験が、申し込み時に直近10年以内で3年以上あること
一般事務職員(デジタル人材)		
土木技術職員		
建築技術職員		
電気技術職員		

※職務経験には、民間企業の正社員のほか、自営業者や臨時・非常勤の社員(職員)や公務員なども含みます
受付期間=9月22日(木)まで
申込方法=原則としてインターネットによる申し込み

第1次試験日=10月23日(日)
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、日程を変更する場合があります
※詳細は試験案内で
◆試験案内の入手方法は、市ホームページで
園人事課アオ ☎39・2201

デジタル化の推進や新しい発想で、「今、そしてこれから」市民が求めるサービスを生み出せる人を待っています。私たちと一緒に、未来の長岡市をつくりましょう!



9/30金まで 家計急変世帯への臨時特別給付金 申請受け付け中
園市給付金専用コールセンター ☎39・2347

現在の空色の保険証は9月30日までに、10月からは、オレンジ色の新しい保険証を使ってね。9月下旬に送ります。負担割合も書いてあるつち。



●75歳以上の人は、新しい保険証で窓口負担割合の確認を
●後期高齢者医療制度の見直しに伴い、一定以上の所得のある人は、10月1日から2割負担となります。自己負担額への影響が大きい人は、経過措置があります。※詳しくは、厚生労働省コールセンター ☎0120・002・719で
●園保年金課後期高齢者医療係アオ ☎39・2317、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)



5日(月)～21日(水)に必要書類を各園に提出してください(幼稚園などは10月から書類を配付)。詳しくは市ホームページで。
★公立園の施設見学は中止しています。私立園は各施設にお問い合わせください
★申請期間以降に出産予定の子の入園を希望する場合はご相談ください
園保育課さいわい ☎39・2377

●令和5年度の町内公民館の建設・改修などに補助します
●町内公民館の①新築、増築、改築、購入、改造、大規模修繕(事業費100万円以上)②高齢者や障害者のための改造(事業費30万円以上)補助額 事業費の3分の1(上限あり) 10月31日(月)までに市民協働課アオ ☎39・2291、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は地域振興課)へ

●窓口封筒の無償提供者
市民課などの窓口へ市民が各種証明書を持ち帰るために使用する封筒を無償で作製・提供する市内事業者(1社)を募集します。サイズや枚数など詳しくはお問い合わせください。

募集

●令和5年度の花苗配布
●街路花壇、公園など公共の場所へ花を育てる町内会などの団体 園長岡地域の団体は10月7日(金)までに、緑花センター(花テラス)☎39・8718)にある申込書で。支所地域の団体は各支所産業建設課(栃尾支所は農林・建設課)へお問い合わせください



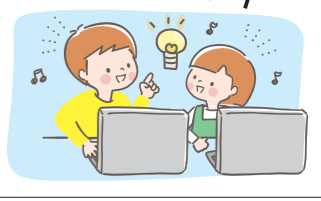
封筒の3分の1以下の大きさで広告を掲載でき、企業のPRや広告料収入を得ることが出来ます!

●令和5年度園児 新潟大学附属幼稚園
●園児: 20人程度、4歳児: 若干名、5歳児: 若干名 願書受付 9月27日(火)～10月5日(水)の平日に附属長岡校園事務室(学校町1) ☎32・4956へ ※9月27日は入園選考説明会あり

●長岡市美術展覧会(市展) 募集要項は情報ラウンジアオ各支所、市民センター、各図書館、中央公民館、各市区コミュニティセンター、画材店、書道用品店、一部カメラ店、市ホームページにあります。
●日本画、洋画、彫刻、工芸書道、写真(創作作品で未発表のもの) 園中学生以上 作品搬入 10月29日(土)～30日(日)午後2時～7時に部門別にアオーレ長岡へ 一般: 1点1,500円(同部門2点目は1,000円)、中・高校生: 1点500円 ※1人1部

小・中学生向け 未来を拓くのは君たちだ! 長岡プログラミングコンテスト出場者募集
園ながおか・若者・しごと機構(ミライエ長岡開設準備室(天至内)) ☎86・6008

柔軟な発想を活かしたプログラム作品を募集します。
●①身の回りの困りごとを解決するプログラム②①以外のプログラム ※言語は問いません
●県内在住の小・中学生で来年2月4日(土)の発表会・表彰式に参加できる人 11月30日(水)までに同機構ホームページで



358店舗が参加！ ポッキリパスポート プレミアム

本紙と
同時配布

税込み“ポッキリ”価格(500円、1,000円など)で、お得にグルメやサービスを楽しめます。豪華賞品が当たるスタンプラリーも実施します。
期間=11月30日(水)まで 岡岡商工会議所 ☎32・4500 担当=産業支援課 ☎39・2222



3,000円分の
クーポン付き
さらにお得で使いやすく♪

・500円券×6枚！昨年より2,000円増額
・1会計で何枚でも使用可能に

対象店舗で「ポッキリを見た」と言うだけでポッキリ価格に！当社では、市内醸造企業の塩こうじを使った新商品のハンバーグを、2個500円で提供します。クーポンを持って、気軽にお買い物に来てください♪



参加店舗
(株)フリタミートパーベイヤーズ
(西宮内2)
特販課長 永田 真紀さん

- ①リコーダーアンサンブルの愉しみ②リコーダー古楽の愉しみ
¥1800円②一般2,800円
小・中・高校生1,300円
①②共通一般3,000円
(当日各200円増) 岡岡実
行委員会・皆川さん ☎090・
7258・4763
- 越後ながおか語り座ネット
創立記念公演
「語りの杜に風が吹く」
10月1日(土)午後1時30分〜4
時 場リリックホール 内音話、
警女唄など 講文学座・本山可
久子さん ¥中学生以上1,5
00円 岡岡井さん ☎090・
3505・1672
- パレット会・四季の会
水彩画合同作品展
10月4日(火)〜6日(木)午前9時
〜午後5時(4日は午前11時か
ら、6日は午後4時まで) 場
アオーレ長岡 岡パレット会・
中村さん ☎32・4712
- オリオンの会 絵画展
10月5日(水)〜7日(金)午前10時
〜午後4時30分(7日は午後4
時まで) 場台町会館 岡岡さ
ん ☎34・3559
- ★会員募集中
毎月第1・3水曜日 場さい
わいプラザ ¥年15,000
円 岡岡さん
■長岡マンドリンアンサンブル
コンサート
「美しきマンドリンの世界」
10月10日(祝)午後2時〜4時
場リリックホール ¥500円
申榎山さん ☎090・2847

- ・3552
■写画「鼓動」写真展
10月3日(月)〜11日(火)午前8時
30分〜午後7時(3日は午後3
時から、11日は午後2時まで。
8日〜10日は午前9時〜午後6
時30分) 場市民センター 岡
新部さん ☎080・5546・
5960
- 長岡明德高校社会人向け講座
漢字セミナー
10月14日〜来年2月3日の毎
週金曜日午後1時30分〜3時15
分(期間中に計11回) 定25人
先着 ¥4,250円(検定料
別) 申9月26日(月)〜30日(金)
に同校 ☎33・5821へ
- ブルーノートジャズオーケス
トコンサート
It's My Favorite!
10月22日(土)午後6時30分〜8
時 場リリックホール ¥1、
000円 岡岡ジャズカフェ音食
☎36・7655
- 武術研究会
9月12日(月)・26日(月)午後6時
〜8時 場アオーレ長岡 岡岡越
後武芸館 ☎080・1275・
2168
- 復活！開学記念マラソン大会
10月1日(土)午前10時から 場
長岡技術科学大学周辺(2km、
5km、10km) ¥500円 申
9月13日(火)までに同大学同窓会
・芳賀さん ☎46・5505へ
- 空手道体験会
11月までの金曜日(月3回程
度) 対・時小学校低学年以下

スポーツ

- 蓬平猿倉岳天空のブナ林
秋のトレッキング
10月2日(日)午前9時〜午後2
時 定30人先着 ¥1,500
円 申9月20日(火)までに蓬平猿
倉緑の森の会・中村さん ☎09
0・8813・7064へ
- 楽しい脳トレ体験会
9月17日(土)午後1時30分〜3
時 場日越コミュニティセンタ
1 定20人先着 ¥100円
申ひとのわ・ルナの会・松本さ
ん ☎090・4926・4882
- 精神障害者「家族のつどい」
9月24日(土)、10月15日(土)、11
月19日(土)午前10時〜正午 場社
会福祉センター1 岡岡精神障害者
家族会 岡岡希望の会 ☎94・55
52
- メンタルヘルズ講演
「睡眠に関わる7つの習慣の
8つの効果が人生を変える」
9月23日(祝)午後2時30分〜4
時30分 場社会福祉センター1
岡岡新潟大学教授・神村栄一さん
ほか 定33人先着 ¥1,000
円 申合同会社カウンセリン
グルームさくら長岡 ☎090・
3805・6170
- 生活習慣改善と免疫力を高め
る「生体エネルギー療法と花
セラピーの体験」
9月23日(祝)午前9時30分〜11
時

健康

- 日本産業カウンセラー協会
働く人の電話相談室
☎0120・583・358
仕事や人間関係などの相談に
産業カウンセラーが応じます。
9月9日(金)〜11日(日)午前10時
〜午後10時
- 特設人権相談所
9月16日(金)午後1時〜4
時：越路支所、10月5日(水)午前
9時〜11時：おぐにコミュニティ
イセンター1、7日(金)午前10時〜
正午：栃尾支所、13日(木)午後1
時〜4時：よいたコミュニティ
センター1、19日(水)午前10時〜午
後3時：寺泊支所、11月8日(火)
午後1時〜4時：川口地域福祉
センター1、9日(水)午後1時〜4
時：中之島コミュニティセンタ
1 内いじめ、虐待、差別問題
など 岡岡新潟地方支局長岡支
局 ☎33・6901
- 個人事業者向け
消費税インボイス制度説明会
9月21日(水)②22日(木)③10月
25日(火)④26日(水)①③午前10
時〜11時②④午後1時30分〜2
時30分 定各12人先着 場・申
①②9月15日(木)③④10月20日(木)
までに長岡税務署 ☎35・850
9へ
- おしごと体験会
9月26日(月)午後1時〜3時30
分 場ハイブ長岡 内企業説明

くらし

- 不動産の無料相談会
10月7日(金)午後1時〜4時
場まちなかキャンパス長岡 内
不動産の価格決定や賃料など
岡岡新潟県不動産鑑定士協会 ☎0
25・225・2873
- 行政書士による「一日無料相談会」
10月9日(日)午前10時〜午後4
時 場まちなかキャンパス長岡
内相続・遺言、各種許可関係
など 岡岡新潟県行政書士会中越
支部・佐藤さん ☎32・3535
- 戦没者の遺族からDNA鑑定
の申請を受け付けます
対硫黄島、インド、インドネシ
ア、沖縄、樺太、旧ソ連地域、
タイ、中部太平洋地域、東部ニ
ューギニア、ノモンハン、ビス
マーク・ソロモン諸島、フィリ
ピン、ミャンマーで収容された
戦没者遺骨の遺族と思われる人
岡岡厚生労働省社会・援護局事業
課 ☎03・5253・1111
- 自筆証書遺言書を法務局が保
管します(要予約)
自身が書いた遺言書を法務局
で保管することができます。
岡岡新潟地方支局長岡支局 ☎33
・6901
- 「チーム福祉」メンバー
日曜日(月1回) 場さいわ
いプラザ 内情報共有 内医療
・福祉の専門資格を持つ人 岡
岡部さん ☎070・4002・
0368

募集

みんなの ひろば



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。

- ◆原稿締め切り…11月号は9月30日(金)(必着)、
12月号は10月31日(月)(必着)。開催日や申し
込み締め切りが【11月号】11月10日(木)、【12
月号】12月10日(土)以降のものに限りません。
- ◆提出先…〒940-8501広報課へ郵送、持参、
FAX39-2272、Eメールinf-prd@city.nag
aoka.lg.jp ※応募多数の場合、掲載でき
ないことがあります

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(新聞など)
④政治・宗教・営利が目的(準ずるものを含む)
●原則として会員募集は年1回、同一団体の掲載
は年4回までです。
岡岡広報課 ☎39・2202

- やまこし蓬平散策スタンプラ
リー「HAKONIWAT
RIP」
山古志や蓬平の参加店舗を利
用してスタンプを集めます。
9月3日(土)〜11月6日(日)
やまこし復興交流館おらたる ☎
41・1203
- 木版画教室 年賀状を木版画で
9月10日(土)・23日(祝)、10月8
日(土)・28日(金)、11月12日(土)・25
日(金)午後1時30分〜3時30分
場さいわいプラザ ¥月500
円(教材費別) 申シリウス版
画の会・酒井さん ☎090・2
179・0145
- 長岡崇徳大学市民公開講座
「ヤングケアラーについて考
える〜家族のケアを背負う子
どもたち〜」
9月10日(土)午前11時〜正午

催し

- 長岡技術科学大学技大祭
オンラインで開催します。詳
しくは技大祭ホームページで。
9月10日(土)・11日(日)午前10時
〜午後7時 内ダンス、ヒーロ
ーショーなど 岡岡実行委員会
・福土さん ☎070・2010
・9068
- 大人の部活アロマ部
9月11日(日)午後2時〜4
時：感情のオイルお話し会、
22日(木)午前10時〜11時30分：手
作り美肌ローション 場興國寺
(千手2) 岡岡ウェルネスアド
バイザー・諸橋友さん ¥各1、
500円 申各前日までに藤井
さん ☎090・6687・89
57へ
- もみじ園ナイトコンサート
9月17日(土)午後3時〜7時

- 教職員とOB・OGによる
オータムコンサート
9月18日(日)午後2時〜3時30
分 場リリックホール 内合唱
楽器演奏など 岡岡中川さん(東
谷小学校内) ☎52・2739
- 長岡クラフトフェア
「秋のアートビレッジ」
9月23日(祝)〜25日(日)午前10時
〜午後3時30分(25日は午後3
時まで) 場千秋が原ふるさと
の森 岡岡実行委員会・堀口さ
ん ☎080・6718・1838
- シベリア強制抑留・北方四島
略奪を語る講演会
9月25日(日)午後2時〜4時
場中央図書館 岡岡シベリア抑留
解明の会理事長・近藤建さん
岡岡アジア経済研究所新潟事務局
☎080・6677・8535
- 長岡リコーダーフェスティバル
10月1日(土)午後0時30分〜5
時30分 場リリックホール 内

今なら最大20,000円分 ポイントがもらえる！



9月30日までにマイナンバーカードを申請し、「健康保険証としての利用申し込み」や「公金受取口座の登録」を行うと、キャッシュレスのお買い物で使えるポイントが最大20,000円分もらえます。お得な今、カードを作りましょう。
岡市民課 ☎39・7575

カードの申請は
9/30 (金)までに

簡単 10分で手続き完了！
本人確認書類があればOK
カードの申請をサポート

来店予約で待ち時間なし
お近くのケータイショップで

契約する携帯電話会社に関係なく、
利用できます。

▶詳しくはこちら



お買い物のついでに
スーパーやショッピングモールで

イオン長岡店、リバーサイド千秋な
どで申請できます。

▶詳しい日程、場所ははこちら



職場で 町内会で 自宅で

市職員が出向きます。気軽にご相談
ください。 ※自宅訪問は、75歳以上
または身体障害者手帳を持つ人と、そ
の世帯員が対象

▶詳しくはこちら



自宅に届く交付申請書なら
スマホで最短**3分**！

カードを持っていない人へ、
9月上旬までに交付申請書を郵
送します。

スマートフォンで読み取れば、
自宅で簡単に申請可能！事前
に顔写真を撮影しておくとし
スムーズです。



市役所で

【アオーレ長岡 マイナンバーカード窓口】

平日…午前8時30分～午後4時45分、土・日・祝日
…午前9時～午後4時（毎月第3土曜日と翌日曜
日を除く）

【各支所地域振興・市民生活課（栃尾支所は市民
生活課）】

平日…午前8時30分～午後5時

※マイナポイント申し込みの支援も行います

安全！便利！マイナンバーカード

安全 他人は
悪用できません

- 顔写真入りだから、なりすまし不可
- 税や年金などプライバシー性の高い情報は記録されません
- 紛失・盗難の場合はいつでも利用を停止できます

便利

- 本人確認書類として顔写真付きだから、運転免許証やパスポートなどを
持っていない人もこれ1枚で本人確認が可能に
- その場ですぐに！いつでも気軽にコンビニ交付
市役所の窓口よりも安く、住民票の写しや
課税証明書などを取得できます
- ワクチン接種証明書をオンラインで
新型コロナウイルスのワクチン接種証明書を
スマホで取得・提示できます

マイナンバーカードによるサービスは、これからどんどん広がります。ポイントがもらえる今、作るのがオススメです！



■発行：長岡市（令和4年9月1日発行）
〒940-8501新潟県長岡市大手通1-4-10 ☎0258・35・1122(代)
※市政だよりは市役所総合ガイド、東・西サービスセンター、各支所で発行日から閲覧できます
編集：広報課 ☎0258・39・2202/FAX0258・39・2272

<https://www.city.nagaoka.niigata.jp>

VEGETABLE OIL INK 植物油インキを使用しています

■人口と世帯（8月1日現在）
人口/262,337人(+10)
世帯数/110,008世帯(+102)
男/128,470人(+17)
女/133,867人(-7)
※()内は前月比

長岡の話題、ほぼ毎日更新中！



公式ライン



公式フェイスブック

