

ながおか 市政だより

Nagaoka

2

2023



- p 2 新たな体制で地域医療を守る
- p 3 長岡で働こう
- p 4 女性の”気づき”かたちに
- p 7 遊び尽くそう！冬まつり

●表紙
ゲレンデに笑顔と歓声！市営スキー場（p23）

注目①

国も注目の新しい働き方 「NAGAOKA WORKER」採用進む！

長岡で暮らしながら首都圏企業にリモートワークで勤める「ナガオカワーカー」。新しいワークモデルを推進し、若者の地元定着に貢献したことが評価され、1月に「2022年度地方創生テレワークアワード」地方創生担当大臣賞を受賞しました。同ガイダンスにはナガオカワーカーの採用に意欲的な7社が参加します。



給与などの待遇面は首都圏の本社と同じ！

勤務地は市内のサテライトオフィス！

ナガオカワーカーの活動拠点「USÉN SQUARE NAGAOKA」(東坂之上町2)

注目②

運輸業や製造業など21社が進出する“北スマ産業団地”で採用スタート！

長岡北スマート流通産業団地^{インナージ}に県内外から進出した各社が随時、採用を開始します。大卒や高卒、中途採用、パート勤務など、全体で約350人の新規雇用を見込みます。同ガイダンスには進出企業7社が参加します。

進出企業の見学会に長岡大生が参加担当者が語る“北スマ”への期待

新たな企業がまとまって進出したことで、地元で働きたい学生の選択肢が増えました。事務や営業など幅広い職種での採用があり、文系・理系を問わず、多くの学生の就職先になることを期待しています。



長岡大学就職支援室・井比 亨さん

就職ガイダンス 2024

長岡で働こう

2024年に大学などを卒業する学生の就職活動が本格化する3月、県内外から128社の企業が参加する市内最大級の就職ガイダンスを開催します。特に注目したいポイントを一足先にご紹介します。

形式・日時
形式：日時Ⅱ▼オンライン：3月13日(月)午後1時～2時40分、3時～4時40分▼対面(アオーレ長岡)：17日(金)午前10時～正午、午後1時30分～3時30分
園産業立地課 ☎39・2228



▲申し込みはこちら

注目③

魅力的な地元企業に出会えるチャンス！

市内には子育て支援が充実した企業や、世界に誇る高い技術力を持つ企業など、魅力的で特色ある企業がたくさん。自分のライフスタイルやキャリアプランに合った選択ができるよう、じっくりと話を聞くことができます。

★子育て支援が充実！ユニオンツール(株)社員の声(写真右から)吉塚さん、伊藤さん
会社内に保育所があり、出退勤に合わせて送迎できるのが魅力です。短時間勤務も定着しており、最近では男性社員の育休取得も増えています。ライフスタイルに合った働き方ができる環境です！



山古志診療所と長岡中央総合病院をオンラインでつなぎ、慢性的な疾患で症状が安定している人を中心に診察を試行します。採血や会計はこれまで通り、診療所に在駐する看護師などが行います。

オンライン診療

外来

長岡中央総合病院の内科医や整形外科医などが、山古志診療所で原則週2回の診察に当たります。



患者と医師をつなぐ新体制

往診

長岡市医師会所属の医師が担い、これまで通り継続します。



診療所間を安心送迎

虫亀・種苧原の両診療所は休止するため、当面の間、山古志診療所まで送迎車を運行します。



オール長岡での体制づくりを

長岡中央総合病院 副院長

岩島 明 さん

医師不足が進む中、地域医療をどのように維持していくかは大きな課題です。オンライン診療の導入や基幹病院との連携などにより、地域全体で支え合う体制をつくる必要があります。これからも地域みなさんが安心して医療を受けられるよう、市内の医療機関とも協力しながら、よりよい体制を考えていきたいです。



中山間地域の医療確保へ 新たな体制で地域医療を守る

岡健康課 ☎39・7508

山古志地域で、1月から新しい医療体制がスタートしました。長年、わたり地域の医療を支えた山古志診療所の医師が12月に退職。これを機会に、市と基幹病院、医師会が協力し、中山間地域での医療サービス維持に向けた新たな体制づくりを進めます。



与板郵便局の職員によるカード申請のサポート
(1月12日)

県内初！ 郵便局でも マイナカード申請

岡市民課 ☎39・7575

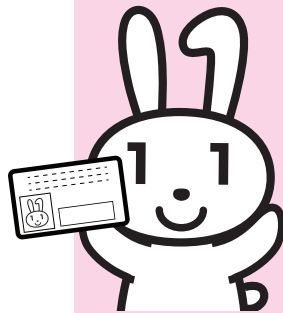
1月10日から、市内12の郵便局でマイナンバーカードの申請ができるようになりました。書類記入の手助けや写真撮影を無料で行い、申請を受け付けます。身近な郵便局でも手軽に手続きできる環境を整え、利便性の向上を図ります。

期間＝3月31日(金)までの平日午前9時～午後5時
対象郵便局＝長岡西、越後宮内、押切駅前、岩塚、脇野町、種苧原、七日町、越後島田、寺泊、東谷、与板、川口 対象者＝次の全てを満たす人①市内に住居登録がある②初めてカードを申請する③申請時に本人が郵便局に来ることが出来る④申請後2カ月以内に転出する予定がない
▶詳しくはこちら



2/6(月)から 引っ越し手続き楽々♪ 転出届をオンラインで

マイナンバーカードを持つ人は、マイナポータルからオンラインで転出届を提出でき、来庁が原則不要となります。転入先の市区町村では、窓口での届け出が必要です。詳しくは市ホームページで。



最大
20,000円分
もらえる



期限延長！
カードの申請は2月末までに

岡市コールセンター ☎89・6954

マイナポイント第2弾の対象となるカードの申請期限が延長されました。期限内にカードを申請し、「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」をすると、キャッシュレス決済での買い物などに使えるポイントがもらえます。

★現在2月末までとなっているポイントの申込期限も延長予定です。国の決定があり次第、市特設ホームページ(右)などでお知らせします。



カードを作ったら ポイント申し込みを忘れずに

■マイナポイントアプリで
スマートフォンやパソコンがあれば、専用アプリで自宅から申し込みできます。



- ★必要な物
- マイナンバーカード
 - カードに設定した数字4桁の暗証番号
 - キャッシュレス決済サービスのカードやアプリ
- ※公金受取口座の登録をする人は預金通帳も

スマホ・パソコンがなくてもOK!
申し込みをお手伝いします

■市役所の窓口

アオーレ長岡、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)で。

■お買い物ついでに

リバーサイド千秋では、2月6日(月)～28日(火)午前10時～午後5時に窓口を開設します。※その他の会場や日時など、詳しくは市特設ホームページで

入賞作をご紹介します

最優秀賞

オンラインで育児相談
子育ての駅の育児相談を利用する際、子どもを連れていくのに一苦労。いざ連れて行ってもぐずって相談できないこともあって…。オンラインなら出掛ける準備も不要で、冬場でも気軽に利用できそう！

子育ての駅で
2/20(月)
スタート!

ちびっこ広場、てくてく、ぐんぐんで実施♪1週間前までにご予約を。詳しくは市ホームページで。

保育園の入園手続きをオンラインでできれば、毎年同じ書類を書く手間が省けそう！

子どもと公園に行くときに、遊具や設備を写真付きで見られる公園情報のウェブサイトがあると便利！

リモートワーカーの交流会など、在宅勤務の人同士がつながる機会がほしい！



▲その他のアイデアはこちら



女性の意見や価値観を社会に反映することの大切さを普及するため、昨秋に実施した「女性のアイデアコンテスト」。長岡をより暮らしやすいまちにするためのモノやサービスなど、48人から74点のアイデアが集まりました。この中から入賞作4点を決定。実現できるものから、市の施策に反映していきます。

アイデアコンテストに74点の応募 女性の「気づき」 かたたちに

岡人権・男女共同参画課 ☎39・2746

若い世代も早めの接種を！

岡新型コロナウイルスワクチン接種事業室 ☎39・2383

若い世代の人も感染により重症化することがあるため、早めの接種を検討してください。新型コロナウイルスワクチンの無料の接種期間は3月末までです。4月以降の接種は国の方針が決まり次第、お知らせします。なお、オミクロン株対応ワクチンの接種は1人1回です。

集団接種(3～5回目のみ)

会場＝長岡中央総合病院 対象＝12歳以上 使用ワクチン＝モデルナBA.4/5(オミクロン株対応)

接種日	予約開始
2月11日(祝)	受け付け中
3月11日(土)	2月10日(金)午前10時

個別接種

市ホームページで実施する医療機関を確認し、予約して接種を受けてください。

乳幼児(生後6カ月～4歳)の接種は3回で1セットです。3月末までに3回の接種を完了できない場合でも、1・2回目だけの接種で一定の効果が期待できます。

新型コロナウイルスワクチン
※1月23日(月)時点の情報です

市コールセンター(無料)
☎0120・622・007
(毎日午前10時～午後7時)
市ホームページ



遊び尽くそう！ 冬まつり

2/18±
19日

問観光事業課 ☎39・2221



ドキドキ、ワクワク！
ジャンボ滑り台

長岡雪しか祭り

e スポーツ体験
コーナーも登場！

幻想的な光に
包まれる

おぐに雪まつり



内・日 ▶ 雪ぼ
たる…25日午後5時
30分から ▶ 雪山滑り台、
屋台村など…26日午前10
時～午後3時 場おぐに森
林公園など 問同実行委
員会事務局（小国支所
産業建設課内）☎95
・5906

2/25±
26日

夜空を彩る
雪上火花

えちごかわぐち
雪洞火ぼたる祭



2/25±

内・時 ▶ うまいも
の屋台、ジャンボ滑り
台…正午～午後6時30分
▶ 雪灯り、雪上火花…午後
7時から 場川口運動公
園 問同実行委員会事務局
（川口支所産業建設課
内）☎89・3113



祈りの炎 永遠に

古志の火まつり
ファイナル

3/11±

内日本一
の「さいの神」、雪
上火花など 場四季
の里古志 問同実行員
会事務局（山古志支所産
業建設課内）☎59・2343
※内容や時間など詳し
くは市政だより3
月号で

初開催の時の
さいの神（昭
和63年4月）

降雪の状況により、内容を変
更・中止することがあります

※内・時などの略字の見方は10ページへ



まだまだ続く降雪シーズン 大雪に備えて

問危機管理防災本部 ☎39・2262



昨年12月19日の大手通り

●大雪が予想されるときは 不要不急の外出を控えましょう

- ・テレワークなどを活用し、会社への出勤を控える
- ・必要な量の食料・燃料を確保
- ・やむを得ず車で出掛ける場合は、防寒具、スコップ、水・食料などの非常用品を載せておく

●雪崩にご注意ください

すでに積もった雪の上に、短期間で多量の降雪があ
った場合などは、表層雪崩が発生しやすくなります。
雪崩に遭遇したり前兆を見つけたりしたときは、安
全を確保した上で警察、消防、市または県のいずれか
にお知らせください。特に注意が必要な箇所は、県ホ
ームページ「雪崩危険箇所マップ」で確認してください。
問道路建設課 ☎39・2231、危
機管理防災本部（夜間休日は
☎35・1123）



斜面のひびは積もっていた雪が
緩んできたサイン。雪崩が発生
する危険があります。

●倒木などにより数日間停電する 恐れも 寒さ対策万全に

- ・事前に防寒具、ストーブ、カセットコンロ、懐中電灯、燃料、電源などを用意
- ・車のエンジンをかけた状態で車内に待機する場合は、窓を少し開け、必ずマフラーや車の周りを除雪



トピックス 全国から360万円以上！ ふるさと納税による支援

12月17日から降り続いた大雪を受け、ふるさと納税による寄付を募集しています。
1月23日時点で、全国から360万円以上の寄付をいただきました。寄付金は、除雪作業などの雪害対策に活用します。
問ながおか魅力発信課 ☎39・5151



今こそ会場で応援を —— アルビBB 後半戦！ ——

プロバスケットボールB
リーグ1部で生き残りをかけた
戦いに挑んでいる新潟アルビ
レックスBB。4月1日(土)・
2日(日)は「長岡市民デー」と
して市民招待企画もあります。
会場でアルビBBの勝利を
後押ししましょう！
担当＝市民協働課 ☎39・2288

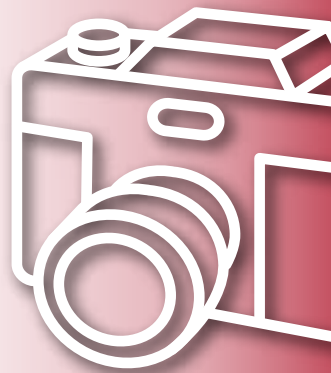


白熱必至！
シーズン後半
アオーレ長岡戦



★4月1日・2日の市民
招待チケットの申し込
みはこちら
問新潟アルビレックスBB
☎86・5700

試合日	試合開始	対戦相手	試合日	試合開始	対戦相手
3/15(水)	19:05	シーホース三河	4/15(土)	17:35	川崎ブレイブサンダース
25(土)	17:35		16(日)	13:05	
26(日)	13:05	千葉ジェッツ	22(土)	17:35	富山グラウジーズ
4/1(土)	17:35		23(日)	13:05	
2(日)	13:05	レバンガ北海道	5/6(土)	17:35	信州ブレイブウォリアーズ
12(水)	19:05	三遠ネオフェニックス	7(日)	13:05	



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)

きらからの思い出

三島地域の脇野町小学校でアルパカ親子の卒業式を行いました。3カ月前一緒に過ごした「おりひめ」と「ひこ」へ1年生36人が歌やプレゼントを贈り、「たくさん思い出をありがとう」。(12月16日)



楽しいお“笑”月遊び♪

子育ての駅よいた「にじの子広場」で、子どもたちがけん玉や福笑いなどのお正月遊びに挑戦。わが子が楽しむ姿に、ママも自然と笑顔に。(1月6日) 📷永井麻実さん



熱く願いを込めて

川口地域の中山地区で行われた「さいの神」。炎の熱さに思わず顔を覆いながらもスルメをあぶり、1年の無病息災を願いました。(1月15日)

今年はいいこといっぱいだね!

越路地域の白山保育園に、悪いものを食べてくれる獅子舞が登場。最初は怖がっていた子どもたちも、勇気を出して頭をかんでもらいました。(1月13日) 📷遠藤幸明さん



寒くたってへっちゃら

小国地域のおひさまスポーツ教室で、子どもたちが遊びながらトレーニング。元気に走り回れば、寒さだってなんのその。(1月16日) 📷外川正明さん



さっそうと滑走

山古志地域の古志高原スキー場で小・中学生向けのスキー教室を開催。スキーヤーとしての心得やマナーを学んだ子どもたちは、真剣な表情で滑走しました。(1月7日) 📷箕輪務さん



大きなお口でパクリ!

栃尾地域の60店舗で2月28日(火)まで、名物あぶらげと地酒を楽しむフェアを実施中です。初日はトチオーレで食べ・飲み比べができるイベントを開催。ふっくらジューシーなあぶらげを頬張り大満足♪(1月14日) 📷棚橋洸也さん



爽快な一年のスタート

20回目の開催となった寺泊元旦マラソンに68人が参加。寒さに負けず走り抜き、年始めから気持ちの良い汗を流しました。(1月1日) 📷土田千栄美さん



ゴールを目指せ!

中之島文化センターの新春おたのしみ会に9組の親子が参加しました。自分が駒になって進むすごろくに、子供たちは大はしゃぎ。ゴールを目指して元気良くサイコロを振りました。(1月8日) 📷関優作さん



火の用心の決意新たに

大手通りで行った消防出初式で、消防団員約550人が3年ぶりの一斉放水や分列行進を実施。迫力満点のパフォーマンスに、沿道に集まった人たちから大きな拍手が送られました。(1月8日)



お正月のマジックショー

子育ての駅わしま「わくわく」で、地元のマジシャンが新年を祝ってマジックを披露しました。筒から出すと、ピンク色のお花が黄色に変身してびっくり!(1月6日)



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) 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

◆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

今月のおしらせ隊 隊員

よいたん

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、与板地域のイメージキャラクター「よいたん」。直江兼続公のシンボル「愛」のかぶとや、ハナショウブ、十五夜まつりのちようちんなど与板の魅力を身にまとい地域をPRします。



冬ならではのイベントが盛りだくさんだよ！長岡の冬を満喫しよう！

●新型コロナウイルス感染防止のため、催しの中止や延期、内容の変更、施設の休館をする場合があります
※1月23日(月)時点の情報です

催し

文化振興課(さい)

32・5110

●長岡市民音楽祭 吹奏楽と世代を超えた仲間との共演

11団体がリレー形式で演奏します。
2月23日(祝)午後1時～4時
市立劇場 ¥500円
チケット販売 市立劇場、リリックホール、文信堂書店

科学博物館(さい)

32・0546

●長岡藩主牧野家ゆかりのおひなさま展

2月17日(金)～3月12日(日) 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで。2月20日(月)、3月6日(月)は休館)
寺泊水族博物館で開催！
出張ワークショップ
「トキの折り紙と貼り絵」
2月10日(金)・24日(金)午後1時30分～3時30分 場 寺泊水

トキと自然の学習館

75・3201

●みそづくり体験
県内産の大豆を使い、麴からみそをつくりまわります。
コース ①3月14日(火)～16日(木) ②17日(金)～19日(日) ③20日(月)～22日(水) ④23日(木)～24日(金) ⑤26日(日) ⑥27日(月) ⑦28日(火) ⑧29日(水) ⑨30日(木) ⑩1日(金) ⑪2日(土) ⑫3日(日) ⑬4日(月) ⑭5日(火) ⑮6日(水) ⑯7日(木) ⑰8日(金) ⑱9日(土) ⑲10日(日) ⑳11日(月) ㉑12日(火) ㉒13日(水) ㉓14日(木) ㉔15日(金) ㉕16日(土) ㉖17日(日) ㉗18日(月) ㉘19日(火) ㉙20日(水) ㉚21日(木) ㉛22日(金) ㉜23日(土) ㉝24日(日) ㉞25日(月) ㉟26日(火) ㊱27日(水) ㊲28日(木) ㊳29日(金) ㊴30日(土) ㊵1日(日) ㊶2日(月) ㊷3日(火) ㊸4日(水) ㊹5日(木) ㊺6日(金) ㊻7日(土) ㊼8日(日) ㊽9日(月) ㊾10日(火) ㊿11日(水) 1日(木) 2日(金) 3日(土) 4日(日) 5日(月) 6日(火) 7日(水) 8日(木) 9日(金) 10日(土) 11日(日) 12日(月) 13日(火) 14日(水) 15日(木) 16日(金) 17日(土) 18日(日) 19日(月) 20日(火) 21日(水) 22日(木) 23日(金) 24日(土) 25日(日) 26日(月) 27日(火) 28日(水) 29日(木) 30日(金) 31日(土)



●工作教室「トキの折り紙と松ぼっくりの置物作り」
2月18日(土)午前9時30分～午後3時 定 50人先着

農の駅 あぐらつて長岡

34・5360

●小国和紙で祝儀袋作り
3月4日(土)午前10時～正午 2,000円

福祉課(アオ)

39・2218

●福祉事業所商品マルシェ
市内14の福祉事業所が出品します。
3月8日(水)午前11時～午後3時 場 アオーレ長岡 肉食品や雑貨などの販売

中ノ島文化センター

66・1310

●作品展示 「新潟県の版画家たち」
3月4日(土)～16日(木)午前10時～午後4時(6日(月)は休館)

福祉課(アオ)

39・2218

●親子カレンダー工作
3月5日(日)午前10時～正午 小学生と保護者 定 15組先着 500円 申 2月18日(土)から

●津軽伝統工芸「ごぎん刺し」
2月26日(日)午前10時～正午 対中学生以上(中学生は保護者同伴) 定 10人先着 1,500円 申 2月11日(祝)から

海中ウツオチ

お腹を膨らませるサメ ナヌカザメ

寺泊沿岸でも漁獲されることがあるトラザメ科のサメ。頭と胸が上から押しつぶされたような平たい体形が特徴で、全長1mほどに成長します。陸でも7日間は生きるとの言い伝えから漢字で「七日鮫」と書きますが、実際にはすぐに弱ってしまいます。危険が迫ると胃に海水を吸い込み、腹を風船のように膨らませる習性があります。

いこうよ、海の大冒険！ 岡寺泊水族博物館 ☎75・4936

国営越後丘陵公園

☎47・8001

時 午前9時30分～午後4時30分 3月末まで入園料・駐車料が無料 休園日=月曜日

1 クリスマスローズフェスタ
約200点を展示します。
2月18日(土)～26日(日) 場 花と緑の館

2 アザレア展示
2月21日(火)～3月下旬 場 花と緑の館

3 冬&早春の里山散歩
動物の足跡や早春の花を探します。
2月23日(祝)、3月26日(日)午前9時30分～午後0時30分(荒天中止) 集合=ウェルカムゲート 定 各20人先着 申 電話で

●まちなかカフェ 思わず納得！日常あるあると行動経済学

3月2日(木)午後7時～8時30分 講 長岡大学教授・山川智子さん 定 20人先着 500円 申 2月10日(金)から (HP可。保育は2月20日(月)まで)

●まちなかキャンパス長岡(大手) ☎39・3300

麻布に木綿の糸で刺す技法「ごぎん刺し」で作る針刺し

◆回や冊などの略字の見方は10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
 ◆■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 [市セ]=市民センター
 [大手]=大手通庁舎 [さい]=さいわいプラザ

雪が降っても「子育ての駅」

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。

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
 時間① ちびっこ広場② ぐんぐん③ 午前9時～午後5時④ ながのひろば⑤ 午前10時～午後3時⑥ のびのび⑦ もりもり⑧ やまっこ⑨ たんぼほ⑩ すくすく⑪ ちびっこの子広場⑫ 午前9時30分～午後3時⑬ わくわく⑭ ここ⑮ 午前9時～午後2時30分⑯ すこやか⑰ 午前8時30分～午後4時30分 詳しくは市ホームページで



ちびっこモデル★ #122

子育ての駅でみつつけた♪

石橋美杜ちゃん(1歳10カ月)がダンスと歌が大好き。最近はお人形のおままだと、ママの真似をよくしています。

LINE「友だち」特典当選者

一緒にお話しませんか

● **ママのまカフェ**
 日① 2月10日(金)午前10時45分～11時45分② 13日(月)午前11時～正午③ 14日(火)午前10時30分～11時30分 場① ぐんぐん② ちびっこ広場③ てくてく 講 母子保健推進員 対どなたでも

● **子育て相談**
 日① 2月16日(木)② 17日(金)③ 21日(火)④ 3月1日(水)⑤ 2日(木) 時① ②③④ 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、栄養士③⑤ 家庭児童相談員

● **栄養相談 ～はじめての離乳食～**
 日① 2月13日(月)② 21日(火)③ 27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)

ちびっこ広場(フェニックス大手エス233階) ☎39・2775

1 個性・個人差? 発達についてのお話・相談
 日 2月22日(水)午前10時30分～11時30分 講 臨床心理士 定 15組(先着) 申 2月1日(水)から

2 パパと楽しむベビーマッサージ
 日 2月18日(土)午前10時30分～11時30分 対 10カ月まで

てくてく(千秋) ☎21・3860

休館日 毎週水曜日
 ● 講座「産前産後のママの気持ち」がほっこり軽くなるメンタルヘルスのお話」
 日 2月16日(木)午前10時30分～11時30分 講 助産師 対 どなたでも 定 20人(先着) 申 2月6日(月)から

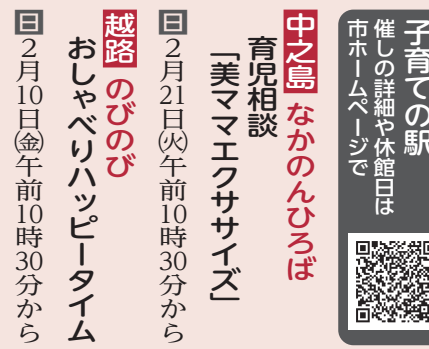
休館日 毎週火曜日
 1 パパサロン「パパコで簡単! 幼児食」
 日 2月25日(土)午前10時45分～11時45分 講 管理栄養士・ますがたみきさん 対 2歳～未就学児と父親 定 10組(先着) 申 2月13日(月)まで
 2 子育てサロン「聞かせて! 教えて! みんなの推し活」
 日 2月20日(月)午前10時45分～11時45分 対 どなたでも 定 20組(先着) 申 2月11日(祝)から

ぐんぐん(千秋) ☎30・1025

休館日 毎週火曜日
 1 パパサロン「パパコで簡単! 幼児食」
 日 2月25日(土)午前10時45分～11時45分 講 管理栄養士・ますがたみきさん 対 2歳～未就学児と父親 定 10組(先着) 申 2月13日(月)まで
 2 子育てサロン「聞かせて! 教えて! みんなの推し活」
 日 2月20日(月)午前10時45分～11時45分 対 どなたでも 定 20組(先着) 申 2月11日(祝)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

中之島 ながのひろば 育児相談「美ママエフサイズ」
 日 2月21日(火)午前10時30分から
 越路のびのび おしゃべりハッピータイム
 日 2月10日(金)午前10時30分から



3 なごりかごはん冬の巻「煮菜と打豆」
 日 2月27日(月)午前10時45分～11時30分 対 どなたでも 定 6組(先着)
 三島 もりもり ひなまつり音楽会
 日 3月3日(金)午前10時30分から
 川口 すこやか 防災講座
 日 3月8日(水)午前10時から

子育ての駅 公式 インスタグラム 始めました!



子育ての駅や子育てに関する情報を配信しています。子育ての駅の講座やイベントの動画も配信予定です。ぜひ登録(フォロー)してください。 園子ども・子育て課(さい) ☎39・2300



山古志(やまこし) ひな祭り制作
 日 2月21日(火)～3月4日(土)
 小国(こくに) たんぼほ 骨盤体操講座
 日 3月7日(火)午前10時30分から
 和島(わくわく) わくわく ハンドベルで楽しいひなまつり
 日 3月3日(金)午前10時30分から

寺泊(てらどまり) ひなまつりWeek
 日 2月27日(月)～3月3日(金)
 栃尾(とちのへ) すくすく ひなまつりお楽しみ会
 日 3月3日(金)午前11時から
 与板(よいたん) にじの子広場 ひなまつり会
 日 3月3日(金)午前11時から

遊び心と創意工夫の結集 メイカーズ ながおかまつり

園産業支援課(大手) ☎39・2222
 「つくってみたい…」から「つくってみたい!」へ。自由な発想でものづくりをする人「メイカー」の作品展や電子工作などのワークショップです。
 日 2月26日(日)午前10時～午後4時 場 アオーレ長岡
 ▶ワークショップの申し込みなど詳しくはこちら



超小型コンピュータを使った電子工作やレーザーカッターを活用したラタン製作ができるよ! メタバース(三次元仮想空間)の体験コーナーもあるのをお楽しみにね!
 ▲よいたん

国際交流センター「地球広場」(市セ) ☎39・2714
 1 ことばの教え方講座
 外国人市民への日本語支援ボランティアを育成します。
 日 2月25日(土)午後1時30分～3時30分 場 NADeC B A S E 講 NPO法人にわりの会代表・丹羽典子さん 定 20人(先着) 申 2月20日(月)まで
 2 やさしい日本語講座
 外国人にも伝わるやさしい日本語の使い方を学びます。
 日 3月4日(土)午後1時30分～3時30分 場 NADeC B A S E 講 グローバル共創デザインナー・菊池佐恵さん 定 20人(先着) 申 2月10日(金)から
 3 ほかご国際文化部
 スリランカ出身の留学生と簡単な英語で交流しながら外国の文化を学びます。

2月23日(祝)午後2時～3時30分 対中・高校生 定 15人(先着) 申 2月9日(木)から
 人権・男女共同参画課(市セ) ☎39・2746
 1 長岡市人権講演会「ニューズが伝える差別の裏側」ハンセン病に学ぶ」
 日 3月11日(土)午後1時30分～3時15分 場 まちなかキャンパス長岡(天手)オンライン可) 講 フリーアナウンサー・藪本雅子さん 定 80人(先着) 申 3月8日(水)まで (HP可)
 2 コミュニケーションの基本 プラスにつながる聞き方、話し方
 日 2月17日(金)午後1時30分～3時 場 まちなかキャンパス長岡 講 長岡コーチング・グループ代表・米山サダ子さん 定 16人(先着) 申 2月15日(水)まで

栃尾美術館 ☎53・6300
 1 展示替えのため休館します
 日 2月27日(月)～3月6日(月)
 2 ワークショップ「もこもこバスケット」
 日 2月19日(日)午前10時～11時30分 対 年少児以上(付き添いは1人まで) 定 8人(先着)
 3 館所蔵品展「春の展示」
 日 3月7日(火)～4月16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) 入館料 一般200円、高校生150円、小・中学生100円
 4 ギャラリー利用者募集
 個人やグループの展示発表にご利用ください。
 日 3月1日(水)から



▲紙コップと毛糸で作る柔らかい籠

【蔵書点検のため臨時休館します】
西・南・北地域図書館…2月20日(月)～24日(金)、中之島・寺泊・栃尾地域図書館…24日～28日(火) ※互尊文庫、大河津地区図書室は休館(室)しません

【開館時間が変わります】
4月から西・南・北・中之島・寺泊・栃尾地域図書館の土・日・祝日の開館時間が午後5時30分までとなります。

冬の体づくり 悠久山でプレイボール♪

場・岡悠久山野球場 ☎33・0322

- ①身体らくらく ポールストレッチ教室
回 2月21日(火)午前10時～10時45分 対20歳以上 各500円
 - ②シェイプアップ運動教室
回 2月16日(木)・23日(祝)・28日(火)午前10時～10時45分 対20歳以上 各500円
 - ③走り方教室&雪上宝探し!
回 2月19日(日)①午前10時～11時30分②午後2時～3時30分 対①小学1～3年生②小学4～6年生 各1,000円
- ①～③いずれも 定各10人(先着) 申各前日まで



早く走るための3つの基本「姿勢、腕振り、スタート」のコツを教えます。練習の後には、グラウンドで雪に埋まったお菓子を探す宝探しゲームも用意しています。寒い冬こそ、楽しく体を動かしましょう!

◀悠久山野球場指導員・桐生さん

- 対どなたでも(小学2年生以下は保護者同伴) 定10人(先着) 250円 申3月4日(土)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
回 2月17日(金)午前10時～10時30分 対未就園児 定15人(先着)
- 栃尾地域図書館(下チオレ内) ☎53・3005
- おたのしみ「ぶち」上映会
回 2月11日(祝)午前10時30分～11時30分 対トムとジェリー「赤ちゃんはいいな」など

- 文書資料室 ☎36・7832
- 移動準備のため休館します
回 2月9日(木)～6月30日(金) 定15人(先着)
- スポーツ振興課
4月以降の体育館の予約は2月23日(祝)から



STEMや各施設の窓口では、2月24日(金)から受け付けます。5月23日(火)以降の予約は、使用する日の3カ月前から。
[対象施設]
市民体育館 ☎34・2700
南部体育館 ☎39・3600
北部体育館 ☎24・6116
みしま体育館 ☎41・2133
新産体育館 ☎46・4601
中之島体育館 ☎66・1711

②悠久山プールは3月31日(金)で終了します
長年ご利用いただき、ありがとうございます。



- ③小学校合同水泳練習会
回 4月～来年3月の平日午後6時～7時30分(水曜日を除く)、土・日・祝日午前7時～8時30分(期間中に計約280回) 場ダイエープロビンスフェニックスプール 対2種目で各50m以上泳げる小学3～6年生 定20人(先着) 20,000円 申2月13日(月)～3月13日(月)に申込書を長岡市水泳協会・吉岡さん ☎33442へ

- ①親子合気道教室
回 2月23日～3月23日の毎週木曜日午後7時～9時(計5回) 場市民体育館 対小学生・中学生と高校生以上の家族 小・中学生1,000円、高校生以上2,000円 申2月16日(木)までに長岡市合気会・松本さん ☎77・2061、同会ホームページで
- ②春休み小学生卓球教室
回 3月27日(月)～29日(水)午後1時～3時(計3回) 場市民体育館 定20人(先着) 1,500円 申2月15日(水)～3月8日(水)に市民体育館にある申込書で 岡長岡市卓球協会・浮部さん ☎090・5399・5743

- ⑤スポ協職員(正規・臨時)募集
定①正規職員:1人②臨時職員(スポーツ指導員):若干名 雇用期間4月1日から仕事(事業企画、スポーツ教室の指導など)勤務場所さいわいプラザ 申①2月20日(月)②27日(月)までに同協会ホームページ、市民体育館などにある申込書で ※勤務日など詳しくは同協会ホームページで募集



- ④苗場山市民スキー登山
回 3月5日(日) 対シテムターインができる人または市民山岳スキー講習会の受講者 集合11午前6時に市営スキー場C駐車場 定20人(先着) 3,000円 申2月24日(金)までに長岡スキー協会・永井さん ☎090・7429・184へ

- 中央図書館 ☎32・0658
- トイレ改修工事のため休館します
回 3月1日(水)～21日(祝) ※予約図書は受け取れます(月曜日を除く)
- 互尊文庫 ☎35・7981
- 読者のつどい
回 2月17日(金)午後7時～8時 岡井上靖著「氷壁」の感想などの話し合い
- 互尊文庫創設に尽力した野



本恭八郎の生涯を描いた「互尊翁と互尊文庫ものがたり」の紙芝居です。
回 2月11日(祝)午後2時～3時 対中学生以上 定10人(先着)

- ③おはなしきかせて ひなまつりスペシャル
回 2月26日(日)午後2時～2時45分 対幼児・小学生 定15人(先着)
- 西地域図書館 ☎27・4900
- ①ぼんつーとむかしばなし
回 2月12日(日)午前11時～11時20分 岡長岡民話の会による昔話の紙芝居と語り
- ②むかしむかしのおはなし どうぶつスペシャル
回 2月26日(日)午前10時30分～11時15分 場大島コミュニティ

- えほんのとびら おにスペシャル
回 2月19日(日)午後2時30分～2時50分 対3歳～小学生
- 北地域図書館 ☎22・7100
- ①おはなしピピッ 春スペシャル
回 3月4日(土)午後3時～3時30分 対小学生以下と保護者

- 中之島地域図書館(中之島文化センター内) ☎61・2165
- ①おはなしひろば おひなさまスペシャル
回 2月19日(日)午前10時30分～11時30分 対読み聞かせ、工作 対小学生以下 定10人(先着)
- ②図書館バッグを作ろう
無地のトートバッグにクレヨンで絵を描きます。
回 3月18日(土)午後2時～4時

長岡市 芸術文化振興財団

☎29・7715

チケット発売日の予約は、インターネットと電話からのみとなります。

- ①仲道郁代プロデュース 三善晃記念「響き合うピアノ」実施報告&演奏会
オーディションを通過し、仲道さんのレッスンを受けた受講生による演奏会です。
回 3月26日(日)午後2時から 場リリックホール ※整理券を配布しています

- ②coba tour 2023 サムライ アコーディオン
回 4月29日(祝)午後4時から 場リリックホール 出演=アコーディオン・coba (写真上)、フラメンコギター・徳永兄弟(下)、ギター・天野清継ほか 全席指定5,500円 チケット発売日=2月17日(金)

- ③森麻季&錦織健デュオ・リサイタル アメイジング・ソングス～愛と煌めきを歌にのせて～
回 5月14日(日)午後2時から 場リリックホール 曲目=ヴェルディ/歌劇「椿姫」より「乾杯の歌」など 全席指定4,000円 チケット発売日=2月24日(金)
- ④グエン・ヴィエット・チュン ピアノ・リサイタル
回 5月21日(日)午後2時から 場リリックホール 曲目=モーツァルト/ピアノ・ソナタ第10番ハ長調 K.330など 全席指定3,000円 チケット発売日=2月18日(土)

- ⑤リリック・ジュニア・アンサンブル 新規団員募集
初心者から参加できる弦楽合奏団です。募集パート=バイオリン、チェロ 回土・日曜日のいずれかの午前中(原則月2回) 場リリックホール アンサンブル・オビリー 対新小学1年生～新高校3年生 定15人程度(抽選) 初年度15,000円、2年目以降20,000円 ※楽器のレンタルあり(有料) 申2月25日(土)までにリリックホールなどにある申込書で募集



冬の楽しみ教えます！ スキー教室

①市営スキー場 ☎34・2225

公認長岡スキー学校 (毎週土・日・祝日)

小学生以上 ☎スキー学校 ☎35・6684

(受付開始) レッスン時間	午前	午後	1日 午前・午後と 同じ
	(9:00から) 10:00~12:00	(0:30から) 1:30~3:30	
参加料 (リフト代込み)	2,500円		4,000円

②古志高原スキー場 ☎59・3500

①こどもスキー教室

☎2月12日(日)午前10時~正午 ☎5歳~小学生
定40人(先着) ¥1,000円

②レベルアップスキー講習

☎2月12日(日)午後1時15分~3時15分 ☎中学生以上
定10人(先着) ¥2,000円

★ファン感謝デー

リフト1日券が1,000円です。

☎2月26日(日)午前9時~午後5時 ☎赤飯の振る舞い、山古志産牛肉が当たる抽選会など

③とちおファミリースキー場 ☎53・2390

初心者・初級者スキー教室

☎3月5日までの毎週日曜日・祝日午前10時30分~正午、午後2時~3時30分 ¥各1,500円

★ありがとう祭

リフト1日券が半額です。

☎3月5日(日)午前10時~午後3時 ☎餅つき、ピノ大会、スノーモービル試乗体験など

※降雪状況により変更する場合があります。詳しくは市ホームページで



◆回や日などの略字の見方は10ページ
◆☎どなたでも、☎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 ☎市セ=市民センター
☎大手=大手通庁舎 ☎さい=さいわいプラザ

市民体育館フィットネス教室(4月~6月)

☎2月15日(水)~28日(火)に市民体育館(☎34・2700)

にある申込書で

※3月5日(日)~19日(日)に料金を同体育館受付へ。

期日を過ぎると無効になります

※申し込み多数の教室は、支払い時に抽選のくじ引きを行います

※定員に満たなかった教室に限り、3月25日(土)から再度申し込みを受け付けます

教室名	4月初回	曜日	時間	回数	対象	定員	料金
①はじめてヨガ	10日	月	11:45~12:45	10回	小学4年生以上	20人	6,400円
	11日	火	10:00~11:00 20:10~21:10				
	12日	水	11:10~12:10 12:20~13:20 19:00~20:00 20:10~21:10				
	13日	木	10:00~11:00 11:10~12:10 19:00~20:00 20:10~21:10				
	14日	金	10:00~11:00 20:10~21:10				
	8日	土	19:00~20:00 20:10~21:10				
	13日	木	15:00~16:00 12:20~13:20				
	10日	月	13:30~14:30 19:30~20:30				
	11日	火	10:30~11:30 19:00~20:00				
	13日	木	20:10~21:10				
②腰痛予防改善				8回	18歳以上	15人	6,400円
③すてきにピラティス					小学4年生以上		
④やさしいフラダンス				8回	中学生以上の女性	15人	6,400円
⑤たのしいフラダンス					18歳以上		
⑥骨盤体操				8回	小学4年生以上の女性	15人	6,400円
⑦バレトン					18歳以上		
⑧シェイプアップエアロ				10回	中学生以上の女性	20人	8,000円
⑨はじめてのフラダンス					18歳以上		
⑩ハツラツ健康体操				10回	18歳以上	20人	8,000円
⑪シェイプアップボクシング					小学4年生以上		
⑫ZUMBA				10回	18歳以上	20人	8,000円
⑬はじめてピラティス					小学4年生以上		
⑭いきいき健康体操				10回	18歳以上	20人	8,000円
⑮エアロビクス					小学4年生以上		
⑯ヒップホップ				10回	中学生以上	15人	8,000円
⑰太極拳					18歳以上		
⑱男性のための体づくり				10回	18歳以上の男性	20人	8,000円
⑲子連れヨガ					2カ月~未就園児と母親		
⑳ジュニアヒップホップ				10回	小学1~4年生	20人	8,000円
㉑ベビーマッサージと赤ちゃん体操					小学5年生~中学生		
㉒親子運動遊び				10回	2カ月~10カ月の子と母親	8組	9,000円
㉓市民スポーツ教室					2歳~6歳と保護者		
				10回	18歳以上	50人	6,000円

陸上競技場 ☎27・6300

①投げる！走る！跳ぶ！ 親子運動教室

☎2月25日(土)、3月4日(土)午前10時~11時、午後2時~3時
☎4歳~6歳と保護者
定各10組(先着) ¥各500円
☎各前日まで

②スポレック教室

☎2月15日(水)・22日(水)、3月1日(水)・8日(水)午前10時~11時、午後2時~3時
☎20歳以上 定各10人(先着) ¥各500円
☎各前日まで

③簡単！健康運動教室

☎2月14日(火)・21日(火)・28日(火)、3月7日(火)午前10時~11時、午後2時~3時
☎20歳以上 定各10人(先着) ¥各500円
☎各前日まで

スポーツ

ニータウン運動公園 ☎86・7386

①マット・鉄棒教室

☎2月18日(土)・25日(土)午後2時~3時 ☎小学生1~3年生
定各10人(先着) ¥各1,000円
☎各前日まで

②ZUMBA

☎2月13日(月)・20日(月)・27日(月)

健康

③認知症サポーター養成講座

☎2月27日(月)午後1時30分~3時
☎福祉センター
定20人(先着) ☎2月6日(月)から

④死別の悲しみケア こころのつまり木相談会

☎3月17日(金)午後2時30分~4時30分

⑤あなたの健康相談会

☎1月27日(月)②3月7日(火)③15日(水)午後1時~4時④7日(火)午前9時30分~午後0時
☎30分 ☎さいわいプラザ ☎健康相談員 栄養士・保健師 定16人(先着) ☎①2月15日(水)②24日(金)③3月3日(金)まで

⑥簡易骨密度測定コーナーを設置します

5分程度で測定できます。
☎2月6日(月)~10日(金)・13日(月)~17日(金)
午前9時~午後4時
☎さいわいプラザ

⑦長寿はじけ講座

☎39・2268

⑧カフェE健康講座

☎39・7508

⑨こころの相談会

☎1月21日(火)②3月1日(水)③6日(月)④15日(水) ☎11時~14時
☎午後2時~4時②午後6時~8時③午後2時30分~4時30分

2/28(火)まで 子育て世帯家計支援給付金の申請をお忘れなく

市内に住民登録がある18歳（高校生）以下の子のうち、申請が必要な人には昨年8月以降順次、案内を送付済みです。案内が届いていない場合はご連絡ください。2・3月に出生や転入した場合は申請期間を別に設けて案内します。 ※市から児童手当・特例給付を受給している保護者には、昨年8月（または出生や転入の翌々月）に支給済みです
 子育て課(さい) ☎39・2300



▶詳しくはこちら

冬～春は特に増加 PM2.5に注意しましょう

環境政策課 ☎24・0528

PM2.5は大気中に浮遊している2.5μm (0.0025mm)以下の粒子です。肺の奥まで入りやすく、ぜんそくや気管支炎など健康への影響が懸念されています。大気中の濃度は県ホームページ、大気汚染情報テレホンサービス ☎025・280・5104で確認できます。

PM2.5の濃度が上昇すると

県が**注意喚起情報**を発令します。テレビやラジオ、市ホームページでお知らせします。

注意喚起情報が発令されたら

外出や屋外での激しい運動を控えましょう。特に子どもや高齢者、呼吸器や循環器に疾患のある人は、体調の変化に注意してください。

●**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)。
2月15日(水)・22日(水)、3月1日(水)・8日(水)午後1時30分～4時 場・消費生活センター ☎32・0022

●**信濃川水系河川整備計画を変更しました**
台風による洪水への対応や流域治水の取り組みなどを盛り込みました。詳しくは国土交通省信濃川河川事務所ホームページで。

●**信濃川水系河川整備計画を**
2月10日(金)～28日(火) 閲覧場所Ⅱ情報ラウンジ(市ホームページ、危機管理防災本部(☎39・2262)、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は地域振興課))

●**市立学校の体育施設などを開放します**
スポーツや社会教育活動を行う市民に体育館、グラウンドなどを開放します。
4月～9月末 時平日：午後5時～10時、土・日・祝休

選挙のお知らせ

選挙管理委員会(さい) ☎39・2241

〈投票日〉

- ①県議会議員選挙：4月9日(日)(予定)
- ②市議会議員選挙：4月23日(日)(予定)

●立候補予定者説明会

上記に立候補を予定している人に、手続きや選挙の留意事項を説明します。
 ①県議…3月6日(月)②市議…2月22日(水)午後1時30分から 場・さいわいプラザ

●期日前投票所の投票立会人募集

①県議…4月1日(土)～8日(土)②市議…17日(月)～22日(土)午前8時30分～午後8時で希望する日(複数日可) 場・アオーレ長岡、さいわいプラザ、リバーサイド千秋、各支所のうち1カ所
 長岡市の選挙人名簿に登録されていて、特定の候補者に直接関係のない人 定各期日前投票所1日2人(補選) 報酬=1日9,600円(食費、交通費は自己負担。リバーサイド千秋は午前9時～午後8時、1日9,200円)
 申3月6日(月)までに選挙管理委員会、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は地域振興課)、市ホームページにある申込書で



●**保育士向け移住相談会**
オンラインで開催します。
3月4日(土)午前11時～午後5時 対首都圏在住で保育士資格のある人 申3月2日(木)

●**権利擁護支援者養成研修**
判断能力が不十分な人に対する支援者を養成します。修了者は選考により、長岡市社会福祉協議会の生活支援員として活動できます。
3月3日(金)・7日(火)午前9時30分～午後4時30分(計2回) 場・社会福祉センター(30人先着) 申2月10日(金)～24日(金)に成年後見センター

●**高齢者向け特別電話相談**
「お試し価格で購入したら、定期購入が条件だった」「不用品の買い取りのはずが、強引に貴金属を買い取られた」
までにながおか魅力発信課(☎39・5151)へ



首都圏から移住する保育士向けの支援金なども紹介します。家族やお知り合いにぜひご案内ください。

手続き・制度

●**農振編入・除外申し出などの受付休止期間を5月31日まで延長します**
農林整備課(☎39・224)

●**森林を取得したら届け出を**
国売買や相続などにより森林の土地を新たに取得した個人・法人(国土利用計画法に基づく土地売買計画の届け出をした人は対象外) ※詳しくは市ホームページで 農林整備課(☎39・2224)、各支所産業建設課(栃尾支所は農林・建設課)

2/15(水) 午前11時ころ Jアラートの試験放送を行います

危機管理防災本部(アオ) ☎39・2262

消防庁が全国瞬時警報システム(Jアラート)の試験放送(緊急告知FMラジオ、FM屋外拡声器)を行います。実際の災害と間違わないようご注意ください。

●**起業講座「Nagaoka Startup School」×食**
①講演会「想いをビジネスに、酒感のみらいを守る新たなアイデアのカタチ」
2月16日(水)午後6時30分～8時 場・(株)FERNET代表取締役・長井隆さん 定80人(抽選)
②起業スクール
2月24日(金)、3月2日(水)午後6時～8時、11日(土)午前10時～午後5時(計3回) 場・起業支援センターCLIP長岡

●**起業したい女性のための応援交流会**
2月26日(日)午後1時～3時 場・長岡グランドホテル 定30人(先着) 申2月17日(金)までに起業支援センターCLIP長岡 ☎94・5040、同ホームページで 担当Ⅱ産業イノベーション課(☎39・2402)



●**長岡バイオエコノミー・シンポジウム**
2月22日(水)午後1時～4時 30分 場・アオーレ長岡(オンライン可) 定200人(先着)
2月15日(水)までに市ホームページで 場・産業イノベーション課(☎39・2402)

●**税理士無料税務相談(要予約)**
2月15日(水)、3月1日(水)午前9時30分～正午 場・国税庁長岡支部(三和3) ☎33・8080 担当Ⅱ市民税課(☎39・2212)

●**防火管理講習会**
①乙種防火管理講習会
3月14日(火)午前9時25分～午後5時 定20人(先着)
②甲種防火管理新規講習会
3月14日(火)午前9時25分～午後3時50分、15日(水)午前9時～午後3時(計2回) 定80人(先着)

2/28(火)まで 1,000円割引クーポン配信中!

ECサイト「楽天市場」内の特設ページで物産展を開催します。長岡ならではの逸品を集めた「長岡市公式ショップ丸ごとながおか」の商品のほか、楽天市場に出店する市内事業者の商品が集結。税込み3,000円以上の購入で、その場で使える1,000円割引クーポンを発行します。
 場・産業支援課(大) ☎39・2222

▲詳しくはこちら

オンライン配信やリモート会議に

アオーレ長岡の貸館エリアで ネット環境を利用できます

ホールや会議室などに有線LAN、無線LAN(Wi-Fi)を整備しました。パソコンやスマートフォンを持ち込めば、無料でインターネットに接続できます。詳しくはアオーレ長岡ホームページで。
 対象エリア=シアター、市民交流ホール、協働ルーム、アリーナ(フロア、多目的室、会議室) 場・NPO法人ながおか未来創造ネットワーク ☎39・2500 担当=市民協働課(アオ) ☎39・2288

団体の発表会のライブ配信やウェブ会議システム「Zoom」を使った打ち合わせなど、いろんな用途に使えるよ!



◆図や表などの略字の見方は10ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、図無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆図に電話、ファクス、Eメール、図(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

引っ越しシーズンは混雑します 粗大ごみの収集 申し込みはお早めに

担当=環境業務課 ☎24・2837

事前申し込み制で戸別収集します。春は申し込みが特に多く、受け付けから収集まで10日~2週間程度かかります。引っ越しなどの予定がある人は、早めに申し込んでください。
 ※収集できるものは市ホームページで確認ください
 専用電話 ☎25・0053、FAX25・0064、市ホームページで

1回で収集できるのは5点までだよ。スーパーなどで買える粗大ごみ処理券を貼って、収集日の午前8時30分までに玄関先(集合住宅は1階入り口)に出してね!



▶長岡の環境キャラクター・ペギーちゃん

手続き・制度

高額医療・高額介護合算制度の申請を受け付けます

医療費と介護サービス費の年間(令和3年8月1日~令和4年7月31日)の自己負担額の合計が限度額を超えた場合、申請により超えた額を支給します。

申請方法

①国民健康保険、後期高齢者医療制度の加入者:支給対象者には、申請書を送付します。
 ②①以外の人:介護保険課(アオ)から自己負担額証明書の交付を受けてから、それぞれの医療保険に申請してください。

住居表示実施地区に建物を建てる際は届け出を

建物の住居番号(○番○号)が住所や所在地になる長岡、栃尾、与板地域の一部では、建物を倉庫、看板などを除く建てる際に届出が必要ですが、建物の基礎完成後、住居表示実施地区で新築、建て替

自衛官などの募集対象者情報

自衛官などの募集対象者情報は、自衛隊に提供します。提供情報は募集案内の目的にのみ使用されます。
 ★提供を希望しない人は申請を
 平成17年4月2日~平成18年4月1日生まれの人 甲3月31日(金)までに市ホームページで 関市民課(アオ) ☎39・7

窓口サービス専門員候補

1年の実務経験後、試験に合格すると窓口サービス専門員になります。
 関2人 雇用期間 4月1日~来年3月31日 仕事 税関係課、市民課、国保年金課の窓口業務など 勤務場所 アオ
 1、387円 勤務日 4週8休(土・日・祝日を含む週37時間30分程度) 試験日 3月3日(金) 選考方法 面接、パソコン実技 甲2月10日(金) 27日(月)に履歴書を市民窓口サービス課(市役所なんでも窓口) (アオ) ☎39・2246へ

農業委員・農地利用最適化推進委員

農業の担い手の確保や遊休農地の解消などを目指し活動します。
 甲2月10日(金)~3月13日(月) ※詳しくは市ホームページで 関農業委員会事務局(アオ) ☎39・2243



▲ウィルながおかパートナー・白井さん

さまざまな考えに触れる貴重な機会になっています。知り合いが増え、サークルのように気軽に楽しく活動できますよ!

11月1・2回(謝礼あり) 任期 4月~来年3月 定若千名 甲2月28日(火)までに男女平等推進センターウィルながおか(アオ) ☎39・2746に あるいは申込書で (HP可)



市ホームページにある申込書で
 ▶昨年グランプリを獲得した桂小
 学校の作品

一般事務職員 (会計年度任用職員)

配属先 ①市民センター ②国

国際交流課(アオ) 定各1人 雇用期間 4月1日~来年3月31日(勤務実績により更新あり) 仕事 ①受付窓口など ②事務、国際交流事業の運営補助 ③普通自動車免許を持ち、パソコンで資料作成ができる人 報酬 月額141,387円 勤務日 ①土・日・祝日を含む交代制(1日7時間30分、4週8休) ②平日午前8時30分~午後5時 試験日 ①2月22日(水) ②3月1日(水) 選考方法 面接、パソコン実技 甲1月17日(金) 27日(月)までに履歴書を国際交流課(アオ) ☎39・2207へ

日本語講座講師 関1人 任期 4月~来年3月(更新あり) 仕事 外国人市民への日本語授業 ①日本語能力検定試験に合格 ②文化庁の認める420時間以上の研修を修了 ③大学で日本語教育を専攻 報酬 時給3,080円 勤務日 毎週日曜日(1日2時間) または毎週火・金曜日(1日1時間) 試験日 3月1日(水) 選考方法 面接、実技試験 甲2月27日(月)までに国際交流センター「地球広場」(アオ) ☎39・2714へ

英語指導員 (会計年度任用職員) 関2人 雇用期間 4月1日~来年3月31日(勤務実績により更新あり) 仕事 小学校での外国語活動の指導など ①次の全てを満たす人 ①英検2級以上または同程度の英語力がある ②普通自動車免許がある ③生活に支障のない日本語力がある 報酬 月額193,451円 勤務日 平日(1日7時間30分) 試験日 3月6日(月) 選考方法 書類審査、面接 甲2月27日(月)までに学校教育課(アオ) ☎39・2249にある申込書で

看護介助員 (会計年度任用職員) 関2人 雇用期間 4月1日~来年3月31日(勤務実績により更新あり) 仕事 医療的ケアを必要とする生徒に対する処置、支援を必要とする生徒の学習や活動の支援 ①看護師免許がある人 報酬 時給1,201円 勤務場所 大島中学校、川口中学校(自宅住所を考慮して決定) 勤務日 平日(1日7時間) 試験日 3月3日(金) 選考方法 面接 甲3月1日(水)までにハローワーク長岡で紹介状を受け取り、履歴書とともに学校教育課(アオ) ☎39・2249へ

EV(電気自動車)モニター企業 関2月28日(火)~3月10日(金)のうち5日間程度 関若干名(選考あり) 甲2月15日(水)までに産業イノベーション課(アオ) ☎39・2402へ

月10万件のアクセス!

市ホームページに 広告を掲載しませんか

募集数=トップページ18枠 掲載期間=4月~来年3月(1カ月単位) バナー広告規格=縦70×横180ピクセル。GIF、JPEG、PNGで容量20KB以内(静止画のみ) 月2万円(一括前納。掲載期間中の取り下げなどに伴う返金はしません) 4月分は3月3日(金)までに市ホームページ(右)で(5月分以降は随時) 広報課(アオ) ☎39・2202 ※詳しくは市ホームページで



広告を掲載するトップページ

10人程度 雇用期間 4月1日~来年3月31日(勤務実績により更新あり) 仕事 ①介助員:小・中・総合支援学校で、支援を必要とする児童・生徒の学習や活動の支援、作業支援員:高等総合支援学校で、学習や作業実習などの支援 報酬 時給897円 勤務場所 自宅住所を考慮して決定 勤務日 平日(1日6時間、中学校は1日7時間) 試験日 3月3日(金) 選考方法 面接 甲3月1日(水)までにハローワーク長岡で紹介状を受け取り、履歴書とともに学校教育課(アオ) ☎39・2249へ



▲よいたん

環境に配慮した企業活動が求められる今、話題のEVを無料で体験できるよ。普段の企業活動中に使用できるから、導入後の使い方もイメージしやすいね!

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…4月号は2月28日(火)(必着)、5月号は3月24日(金)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【4月号】4月10日(月)、【5月号】5月4日(祝)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.nagaoka.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。
☎広報課 ☎39・2202

催し
■**帝京長岡高校吹奏楽部 定期演奏会**
3月4日(土)午後3時～5時30分
場 市立劇場 同校 ☎36・4800
■**野本互尊翁 生誕170年記念講演会**
3月5日(日)午後2時～4時
場 まちなかキャンパス長岡 講 京都産業大学教授・松本和明さん
同 実行委員会・猪俣さん ☎080・6677・8535
■**マタニティサロン「ベイビースプーン」妊婦さん集まり**
3月5日(日)11時～10時
場 さいわいプラザ
対 体操、呼吸法の体験など
安定期の妊婦 定各8人(先着)
¥各1,000円 同 ウイメンズヘルスLab・高橋さん ☎90・4624・7046

■**親子孫でたのしい仮説実験講座「ミクロの世界を旅しよう」**
3月25日(土)・26日(日)午前10時～午後3時(計2回) 場 トチオーレ 小学生以上と保護者10組(先着) ¥1組13,750円(18歳以上の1人での参加は11,550円) 同 長岡仮説サークル・五十嵐さん ☎09・1531・1294
■**声のレッスン**
3月25日(土)午後1時～4時
場 アオーレ長岡 同 文学座・本山可久子さん 定25人(先着) ¥3,000円(見学は1,000円)
同 2月15日(水)から同実行委員会・青柳さん ☎090・5787・0529へ
■**良寛・貞心尼 手まり茶会**
5月13日(土)・14日(日)午前9時～午後3時40分 場 良寛の里美術館 ¥5,000円(点心付)

募集
■**さわやか悠久大学受講者**
4月～11月の第2・4月曜日午前9時30分～11時30分(計17回) 場 アオーレ長岡など
同 地域の歴史、福祉、健康づくりなど 同 おおむね60歳以上 定120人(先着) ¥4,000円
同 2月28日(火)までに坂井さん ☎36・6908へ
■**長岡葛句大会参加者**
5月21日(日)午後1時～4時30分 場 リックホール ¥3,000円
同 2月28日(火)までに長岡市民謡連盟・小林さん ☎090・1659・7674へ
■**長岡市高等職業訓練校(甲)34・5203**
令和5年度訓練生
①**長期訓練課程**
募集科 ①木造建築、塑性加工、塗装 定各20人(先着) 期間 ②2年 ③内・回学科:木曜日午前8時50分～午後5時(月2・4回)、実技:日曜日午前8時50分～午後5時(月2回) 同 訓練職種の仕事所の従業員および未就職者などで、高校卒業またはそれ以上の理解能力のある人 ¥事業所の従業員など:年109,600円、未就職卒業生など:年300,000円(教科書代別)
同 3月31日(金)まで
②**2級建築士受験コース**
募集科 ①学科②製図 定各10人(先着) 同 ①4月～6月の土・日曜日(期間中に計22回)

■**夫婦・離婚・DVなどの家族の問題電話相談ホットライン**
2月13日(月)～17日(金)午前10時～午後4時30分(15日(水)は午後7時まで) 同 NPO法人女のスペース・ながおか ☎38・0456
②7月～9月の土・日曜日(期間中に計9回) 同 午前8時40分～午後5時10分 ¥190,000円②50,000円(教科書代別) 同 3月10日(金)まで
■**年金・労務無料相談会**
2月15日(水)午後1時～3時 場 社会福祉センター 同 社会保険労務士会長岡支部・澤野さん ☎080・7195・7022
■**銃砲刀剣類登録審査会**
2月16日(木)午前10時～正午、午後1時～2時30分 場 県長岡地域振興局 ¥1件6,300円(県収入証紙で) 同 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) 同 県文化課 ☎025・280・5619
■**司法書士による「相続・遺言セミナー」および相談会**
2月21日(火) ①内・時①セミナー:午前10時～11時40分②相談会:正午～午後4時 場 新潟地方法務局長岡支局 定①20人(先着)②8組(先着) 同 新潟県司法書士会 ☎025・244・5121
■**休日労働相談会**
2月25日(土)午後1時～4時30分 場 県長岡地域振興局 同 労働相談所 ☎37・6110

今月の表紙
ゲレンデから子どもたちの元気な声が聞こえてきました。表紙は、授業で市営スキー場を訪れた阪之上小学校の児童たちです。風を切って斜面を滑り降りる子ども、基本から教わり自信を付けていく子ども、時折雪が降る中、友達とのスキーを楽しんでいました。今シーズンは3月5日(日)まで営業の予定です。(1月17日)



納期限は2月28日(火)です
①固定資産税・都市計画税(4期)
②国民健康保険料(8期)
③後期高齢者医療保険料(11期)
④介護保険料(11期)
⑤下水道事業受益者負担金(4期)
※スマートフォン決済が便利です(⑤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。
持保険証、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	祝
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
2月	5日(日) ☒ お元気でクリニック	☎63・3800
	11日(祝) ☑ 星野医院	☎62・0998
	12日(日) ☑ 石川医院	☎66・2140
	19日(日) ☑ 山谷クリニック	☎61・1388
	23日(祝) ☑ 杏仁堂医院	☎62・0123
26日(日) ☒ わたなべ皮膚科	☎62・7750	
3月	5日(日) ☒ 中之島クリニック	☎61・2551

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
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

◆☒や☑などの略字の見方は10ページ
◆☑などなても、☑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
☒☑=アオーレ長岡 ☒☑=市民センター
☒☑=大手通庁舎 ☒☑=さいわいプラザ

募集
●**山通ふれあい農園(柿町郷ノ原)利用者**
4月中旬～11月30日(木) 1区画(約33㎡)年3,000円 同 農水産政策課市セ ☎39・2223
●**栃尾美術館協議会委員**
2人 任期 ①4月1日から2年間 同 市内在住の18歳以上で、年2回程度平日昼間に開催する会議に出席できる人 報酬 ①会議1回につき9,100円

000円 選考方法 ①書類審査、面接(3月中旬) 同 2月28日(火)までに栃尾美術館、情報ラウンジ(アオ、さいわいプラザ、各支所、各図書館)にある申込書と「美術館のあり方について」のレポート(800字程度。様式は自由)を同館 ☎53・6300へ
●**保険料納付促進員(パートタイム任用職員)**
若千名 申し込みは10人(先着) 雇用期間 ①4月1日～来年3月31日(勤務実績により更新あり) 仕事 ①国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者

医療保険料の未納者への訪問による催告、徴収 同 次の全てを満たす人 ①普通自動車免許を持ち、自家用車を業務に使用できる ②簡単なパソコン操作(エクセルなど)ができる 報酬 ①月額125,096円(1日5時間) 選考方法 ①書類審査、面接、パソコン実技 同 2月2日(木)～24日(金)にハローワーク長岡で紹介状を受け取り、履歴書とともに総合窓口(健康保険・年金窓口)☒☑へ 同 国保年金課☒☑ ☎39・2220

新規登録 募集 姉妹都市交流事業のホストファミリー
姉妹都市であるアメリカ合衆国のフォートワース市やホノルル市などから、中・高校生を中心に多くの青少年が長岡にやってきます。長岡での滞在中に、家庭で受け入れを行うホストファミリーを募集します。詳しくは長岡市国際交流協会ホームページで。
同 2月28日(火)までに同協会(国際交流課市セ内) ☎39・2207、同協会ホームページ(下)にある申込書で

市公式LINE×ながおかペイ

友だち限定 **100人に1,000円分プレゼント**

☎市公式LINE…広報課 ☎39・2202、ながおかペイ…産業支援課 ☎39・2222



市公式LINEの新規登録時または2月1日(水)に配信するアンケートに回答した人の中から抽選で100人に、ながおかペイのポイント1,000円分をプレゼントします。

は ▶ 新規登録
は ▶ うちらり

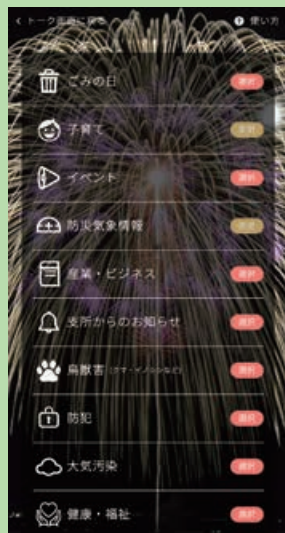


応募期間 = 2月13日(月)まで 対象 = 市内在住で市公式LINE友だち、ながおかペイ会員の両方に登録している人 ※当選者には3月初旬に広報課から連絡します



「友だち」
8万人超!

自分にピッタリの情報が
タイムリーに



▲受信する情報の選択画面

●便利な情報をお届け

市公式LINEでは、市政や防災などの最新情報をタイムリーに配信しています。

●選択受信サービスに「健康・福祉」を追加

ごみの収集日や防災気象情報など、欲しい情報を選んで受け取る選択受信サービス。新たに「健康・福祉」を追加しました。健康づくりに役立つ情報や健診のお知らせなどを配信します。

さらにお得♪
新たなポイントキャンペーン

詳しくは本紙と同時配布のチラシで

●おかわりチャージキャンペーン

2月28日(火)までにチャージした金額の30%分をポイントで付与します (1人上限3,000円分、利用期限は2月28日(火)まで)。

●100円につき1ポイント付与

決済額100円(税込み)につき1ポイントを付与します。

イベントで利用を後押し!

イベント会場に特設ブースを設置し、利用のサポートやPRを行っています。



新潟アルビレックスBBの試合会場・アオーレ長岡に開設したサポートコーナー (昨年12月18日)



力作が
届いた
ピョーン

キーワードの答えは **正解率98%**

イノベーション

長岡版 **いのべしよん**

クイズの答え

- ①ながおかペイ
- ②かきの種
- ③中川せいべえ
- ④あおれ長岡
- ⑤にきごい
- ⑥米ひゃっぴ因う
- ⑦ながおかはなびかん

みんなの声を紹介します

- ・情報がわかりやすく一冊にまとまっていて便利 (20歳代)
- ・ちびっこモデルの自然な表情に癒やされています (40歳代)
- ・身近な話題が取り上げられると親近感が湧き、地域を誇りに思うことができます (50歳代)

子どもから90歳代まで多くの応募と読者アンケートにご協力いただきありがとうございます。当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

☎広報課 ☎39・2202

過去最多**6,186**件!
ご応募ありがとうございました

市政だより1月号 お年玉クイズ

