

November 11月

2023 Vol. 44

ちきゅうひろば

地球广场

Chikyû Hiroba



やさしい日本語

内容 (ないよう) Contents

- P.2 ● 長岡市公式LINEを登録してみませんか?
ゆき ふ まえ くるま ふゆ
● 雪が降る前に、車のタイヤを冬のタイヤに
か
換えましょう
かじ き
● 火事に気をつけてください
- P.3 ● ポキパスが使えるのは11月30日まで
ちゅうおうとしょかん えいがかい
● 中央図書館 映画会
こそだ なや そうだん
● 子育ての悩みを相談できます
● アオールミネーション 2023-2024



中文

- P.4 ● 关于登录长冈市官方LINE
- 降雪之前，请及时更换冬季用汽车轮胎！
- 警惕火灾！

- P.5 ● POKIPASS(ポッキリパスポート)有効期限至11月30日
- 中央图书馆电影会
- 育儿烦恼咨询
- 彩灯闪烁 2023-2024

English

- P.6 ● Would You Like to Register on the Nagaoka City Official LINE Account?
- Change Your Regular Tires to Special Tires for Winter before the Snowy Months Arrive
- Warnings against Fires
- P.7 ● "Poki Pass" Can Be Used Until November 30, 2023
- The Central Library Movie Event
- Consultations for Child-Rearing
- "Aollumination" 2023-2024
きゅうかんしんりょう
- P.8 ● 急患診療の お知らせ
- 节假日急病就诊医疗机构
- Emergency Medical Facilities



ながおかしこくさいこうりゅう
長岡市国際交流センター「地球広場」
ながおかしおおどおり しみん かい
〒940-0062 長岡市大手通2-2-6 ながおか市民センター1階
Phone: 0258-39-2714 Skype: Chikyû Hiroba で探してください。
E-mail: kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp
website: <https://www.city.nagaoka.niigata.jp/kurashi/cate13/chikyuhiroba/>
Facebook: <https://www.facebook.com/nagaoka.chikyuhiroba/>
Instagram: https://www.instagram.com/nagaoka_chikyuhiroba/

ちきゅうひろば 地球広場に いつでも 相談に 来て ください!



website



Facebook



Instagram



Map

「ちきゅうひろば」と「市政だより」が 10言語で読めます!

「Catalog Pocket (カタログ ポケット)」という無料のアプリを使って「ちきゅうひろば」や「市政だより」などを10言語で読めるようになりました。ぜひダウンロードして使ってください。

【言葉】日本語、英語、中国語(簡体・繁体)、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



iOS



Android

ながおかしこうしき とうろく
 \長岡市公式LINEを登録してみませんか？/

LINEアプリの 中に 市の 公式LINEの アカウントが あ
 ります。市の イベント情報や 災害時の 緊急情報など
 さまざまな 情報を 知ることができます。ぜひ
 友だち登録を して みませんか？

10月から チャットボット機能を使っ、ごみの分け方や
 子育て情報、 窓口の 混雑状況などを チャット形式で
 簡単に 確認することが できるように になりました。

※ 現在、多言語対応は していません。 日本語のみに
 なります。

※ 友だち登録の 方法が 分からない方は 長岡市国際交流
 センター「地球広場」に来て 相談して ください。

ながおかしこうしき
長岡市公式
LINE



ながおかし



ゆき ふ まえ くるま ふう か
雪が 降る 前に、車の タイヤを 冬の タイヤに 換えましょう



冬の タイヤは 「スタッドレスタイヤ」や 「ス
 ノータイヤ」と 言います。

雪が 積もったり、 凍ったりした 道は とて
 も 滑りやすく、 止まりにくいです。 とても
 危ないので、 絶対に 冬の タイヤに 換えて
 ください。



車の タイヤ交換は、 車を 売っている ところ
 や、 直すところ、 ガソリンスタンドなどで できま
 す。雪が 降ると、 たくさんの人が タイヤを 換
 えるので、 雪が 降る 前に 換えると よいです。
 冬の 運転について 詳しいことは 「長岡暮らしのし
 おり」78ページを 見て ください。



ながおかし
 長岡暮らしのしおり

か じ き
火事に 気をつけて ください

冬は ストープや ヒーターが 原因の 火事が 多く
 なります。

- ◆ 紙などの 燃えるものを ストープの 近くに 置かない
- ◆ スプレー缶など、 熱くなると 爆発して 危ないものを
 ストープの 近くに 置かない
- ◆ ストープの 上に 洗濯物を 干さない
- ◆ ストープの 火が ついたまま 灯油<ストーブの
 油>を 入れない

電気ヒーターでも 火事になることが あります。
 ストープや ヒーターは 正しく 安全に 使いましょう。

【問い合わせ】 消防本部予防課 TEL:0258-35-2190



つか がつ にち
ポキパスが 使えるのは 11月30日まで



「ポキパス」(ポッキリパスポート・プレミアム)を 知っていますか?
※ ポッキリ=500や 1000など、細かい 数字がなくて “ちょうど”、
“それだけ” という 意味です。

「ポキパス」には お得な 金額で 買い物をしたり、 食べたり 飲んだり できる 店の 情報が 書いてあります。 市政日より9月号と一緒に 配られた 「ポキパス」には、「ポキパス」に 書いてある 店で 使える 1,000円分の クーポンが ついています。「ポキパス」に 書いてある 店の サービスと クーポンが 使えるのは 11月30日(木)までです。 ぜひ 期限までに 使ってください。

※「ポキパス」は ながおか市民センターでも もらうことができます (1,000円分の クーポンは ついていません。)

【問い合わせ】長岡商工会議所 TEL: 0258-32-4500

ちゅうおうとしょかん えいがかい
中央図書館 映画会

中央図書館では、映画の 上映会を 行っています。
今回は、フランスの 映画を 上映します。 興味のある方は 見に行つて みませんか?

- ◆ 日時: 11月29日(水) 午後2時から 4時まで
- ◆ 作品の 名前: 「クリーン」(2004年 フランス)
- ◆ 場所: 中央図書館2階 講堂
(午後1時30分から 入ることができます)
- ◆ 料金: 無料
- ◆ 申込: 必要ありません(直接会場に行ってください)
- ◆ 人数: 先着180人

【問い合わせ】中央図書館 TEL: 0258-32-0658

こそだ なや そうだん
子育ての 悩みを 相談 できます

出産<子どもを 産むこと>や 子育て<子どもを 育てること>で 困ったときは、 一人で 悩まないで、すぐに 相談して ください。



- ◆ 長岡児童相談所 TEL: 0258-35-8500
- ◆ 家庭児童相談室 TEL: 0258-39-7867
- ◆ 長岡市 子ども・子育て課 すくすく子育て係
TEL: 0258-39-2300

【問い合わせ】子ども家庭センター TEL: 0258-36-3790

※日本語が 心配な人は、長岡市国際交流センター「地球広場」(TEL: 0258-39-2714)に 電話をして ください。

アオルミネーション 2023-2024

アオーレ長岡の ナカドマで イルミネーションと 約8メートルの クリスマスツリーが 美しく 輝きます。きれいな イルミネーションを見て、冬の 楽しい 雰囲気を 感じませんか?

- ◆ 日時: 11月16日(木) から
2024年2月12日(月・祝)
(クリスマスツリーは 12月25日(月)まで)
- ◆ 場所: アオーレ長岡 ナカドマ

【問い合わせ】
NPO法人ながおか未来創造ネットワーク
TEL: 0258-39-2500



关于登录长冈市官方LINE

长冈市官方LINE，登录后可接收市举办的活动信息和发生灾害时的紧急通知等信息。添加为好友，接收各种信息，以方便您的日常生活吧。

从10月份开始，可以使用聊天机器人功能，查看垃圾分类方法、育儿信息、各办理窗口拥挤程度等信息。

- ※ 目前不提供多语种支持。仅提供日语版本。
- ※ 如果您不知道如何登录，请前来长冈国际交流中心“地球广场”咨询。

长冈市官方 LINE



降雪之前，请及时更换冬季用汽车轮胎！



冬季用汽车轮胎一般是指“防滑轮胎”或“雪地轮胎”。

汽车在积雪或结冰的道路上行驶容易打滑，致使刹车困难，极为危险，请务必换成冬季轮胎后再行车。



换轮胎可以去售车店、汽车修理处以及加油站等处。一旦降雪，许多人都会前去换轮胎，因此会显得非常拥挤。请在降雪之前将轮胎换好。

有关冬季行车的详细内容，请参阅“长冈生活指南”第78页。



长冈生活指南

警惕火灾！

冬季由于煤油取暖炉等取暖器具的使用不当导致火灾事故频发。

为了避免引起火灾，请注意以下几点：

- ◆ 取暖器具周围切勿放置纸张等易燃物品。
- ◆ 喷雾罐等温度升高后有爆炸的危险，所以请勿放置在取暖器附近。
- ◆ 不要将衣服等放在取暖器上烘干。
- ◆ 给取暖炉加油时要先将火熄灭。

电暖器也有可能引起火灾，也需多加注意。请大家正确·安全使用取暖炉和电暖器等取暖器具吧！

【咨询】消防署本部预防课

TEL: 0258-35-2190



POKI PASS (ポキパス) 有效期至11月30日

长冈市正在举办“ポキパス” (POKI PASS) 活动。
ポキパス是指“ポッキリパスポート・プレミアム”
(POKKIRI PASSPORT PREMIUM)。

※POKKIRI (ポッキリ) 是指500或者1000等整数, 意思是“正好”、“仅仅”。

“ポキパス”小册子登载了可以以优惠价格购物、饮食的商店信息。与市政信息9月刊一起发行的“ポキパス”中, 附有1,000日元的优惠券, 可在登载的商店里享受优惠服务。请务必在有效期限11月30日(周四)之前使用。

*在长冈市民中心可以领取“ポキパス”小册子(但不含1,000日元优惠券)。

【咨询】长冈商工会议所 TEL: 0258-32-4500



中央图书馆电影会

中央图书馆举办电影放映活动。此次, 将放映一部法国影片。有兴趣的朋友, 欢迎前来观赏。

- ◆时间: 11月29日(周三) 下午2点~4点
- ◆片名: 《清洁》(2004年/法国)
- ◆地点: 中央图书馆二楼礼堂
(下午1点30分开始入场)
- ◆价格: 免费
- ◆报名: 无需报名, 请直接前往会场
- ◆限定人数: 180名



【咨询】中央图书馆 TEL: 0258-32-0658

育儿烦恼咨询

如果您在分娩或育儿方面遇到困难时, 请不要独自烦恼, 可以立刻向以下机构咨询, 寻求帮助。

- ◆ 长冈儿童咨询所 TEL: 0258-35-8500
- ◆ 家庭儿童咨询室 TEL: 0258-39-7867
- ◆ 长冈市儿童・育儿课 SUKUSUKU育儿系
TEL: 0258-39-2300



【咨询】儿童家庭中心 TEL: 0258-36-3790

※ 如果日语表达有困难, 可以直接电话联系长冈市国际交流中心“地球广场”
TEL: 0258-39-2714

彩灯闪烁 2023-2024

在市政厅AORE长冈的全天候广场, 约8米高的圣诞树被五彩缤纷的彩灯点缀得美轮美奂。请前来欣赏美丽的彩灯, 感受冬天的欢乐气氛吧!

- ◆时间: 11月16日(周四)~2023年2月12日(周一/节假日)
(圣诞树展览到12月25日(周一)为止)
- ◆地点: 市政厅阿偶蕾长冈(AORE长冈)全天候广场

【咨询】NPO法人 长冈未来创造互联网
TEL: 0258-39-2500



Would You Like to Connect to the Nagaoka City Official LINE Account? /

Nagaoka City has an official LINE account on the LINE app, which will provide you with various notices including event information, emergency information in case of disasters, as well as other useful information. You are most welcome to register this account as a friend and use it in your daily life.

Starting in October 2023, users can now use the chat function to easily access various information such as a guide to trash separation, child-rearing, congestion at city office service desks, etc. This service is only available in Japanese for the time being.

If you need any assistance for the friend registration, visit the Nagaoka City International Affairs Center, *Chikyū Hiroba*, in the Nagaoka Civic Center on Ote Street.
Phone: 0258-39-2714

Nagaoka City
Official
LINE



なが
おが



Change Your Regular Tires to Special Tires for Winter before the Snowy Months Arrive



The tires you use in winter are called studless tires or snow tires. Snow-covered and icy roads are very slippery and you cannot easily stop your car on such roads.

Therefore, you need to change your regular tires to special winter tires before the arrival of winter. Driving with regular tires in snowy months is very hazardous.

Tire changing services are available at car dealers, repair shops, service stations, or gas stations. When snow starts falling, these places will be crowded with many drivers who rush to have their tires changed all at once.

We recommend you change your tires to snow tires before snow starts falling.

For detailed information about driving in winter, please refer to page 78 of [A Guide to Living in Nagaoka](#).

Copies of [A Guide to Living in Nagaoka](#) are available at the Nagaoka City International Affairs Center, *Chikyū Hiroba*.



[A Guide to Living in Nagaoka](#)

Warnings against Fires

More fires are likely to break out in winter because space heaters such as kerosene stoves, gas stoves, or electric heaters are used as heating devices.

Electric heaters can cause fires as well. Always keep safety in mind and use space heaters properly.



Here are some helpful tips on how to prevent fires.

- ◆ Do not hang your laundry over space heaters.
- ◆ Do not leave flammable materials such as paper around space heaters.
- ◆ Do not leave explosive materials such as spray cans or other hazardous materials around space heaters. They may explode due to the heat.
- ◆ Turn off kerosene stoves when refilling their kerosene tanks.

For further information: Fire Prevention Division
Fire Department Headquarters
Phone: 0258-35-2190

“Poki Pass” Can Be Used Until November 30, 2023

Have you heard of “Poki Pass,” short for “Pokkiri Passport Premium”? What does “poki” or “pokkiri” mean?

If you hear “Coffee wa ippai ¥100 pokkiri desu.” in Japanese, it means “A cup of coffee is exactly ¥100.”

A booklet named “Poki Pass” (Pokkiri Passport Premium) has information about many stores and restaurants in the city, where you can shop, eat, drink, or get some services at reasonable prices.

Two ¥500 coupons are printed on the back cover of the booklet that was distributed to your household with the September issue of *Shiseidayori* (City Newsletter).

You can use the coupons at any store or restaurant shown in the booklet. The coupons and the special services offered by these stores or restaurants are good only until November 30, 2023. Do not forget to use “Poki Pass” (Pokkiri Passport Premium) by this date.

Copies of a “Poki Pass” booklet without coupons are also available at the Nagaoka Civic Center on Ote Street.

For further information: Nagaoka Chamber of Commerce and Industry
Phone: 0258-32-4500



The Central Library Movie Event

The Central Library periodically shows movies. A French film entitled “Clean” (2004) will be shown for the forthcoming event. Everyone is welcome to enjoy the film.

When: November 29 (Wed.) 2:00 p.m. – 4:00 p.m.

Doors will open at 1:30 p.m.

Where: 2nd Floor Hall, Central Library

Admission: Free

Applications are not required.

Come to the venue directly.

Participants: 180 on a first-come, first-served basis



For further information: Central Library
Phone: 0258-32-0658

Consultations for Child-Rearing

If you are worried or concerned about childbirth or child-rearing, feel free to contact the professional staff at the following offices.

Do not try to deal with these issues all by yourself. You are advised to talk about your worries or concerns with someone who can help you.

- Nagaoka Jido Sodansho (Child Consultation Center) Phone: 0258-35-8500
- Katei Jido Sodan Shitsu (Family-Child Consultation Office) Phone: 0258-39-7867
- Nagaoka City Kodomo Kosodate Ka, Suku Suku Kosodate Kakari (Child Affairs and Child-Rearing Division, Healthy Child-Rearing Section) Phone: 0258-39-2300

For further information: Kodomo Katei (Child-Family) Center
Phone: 0258-36-3790

If you need any language assistance, call the Nagaoka City International Affairs Center, Chikyû Hiroba.
Phone: 0258-39-2714

“Aollumination” 2023-2024

Why don’t you come and enjoy a joyous winter atmosphere with beautiful illumination at Nakadoma (the roofed plaza) at City Hall Plaza – Aôre Nagaoka?

A large Christmas tree (about 8 meters tall) will also be illuminated until Monday, December 25th.

When: November 16 (Thurs.) –
February 12 (Mon., a national holiday)

Where: Nakadoma (the roofed plaza) at
City Hall Plaza – Aôre Nagaoka

For further information:
Nagaoka Future Creation Network (an NPO)
Phone: 0258-39-2500



施設名	診療科目	あいている時間
①こどもが 夜に 病気や けがをしたとき： 「中越こども急患センター」 TEL:0258-86-5099	小児科 <子どもが 病気の とき>	月曜日～土曜日 午後6時45分～9時30分
②夜や 休みの日に 病気や けがをしたとき： 「休日・夜間急患診療所」 TEL:0258-37-1199	内科 <お腹が いたいときや 風邪のときなど>	月曜日～金曜日 午後6時45分～9時30分 日曜日・祝日 午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
	小児科 <子どもが 病気の とき> 外科 <けがなど のとき>	日曜日・祝日 午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
③休みの日に 歯が いたくなるとき： 「休日・急患 歯科診療所」 TEL:0258-33-9644	歯科 <歯が 痛い とき>	日曜日・祝日 午前9時～11時30分 午後1時～3時30分

◆新型コロナウイルスの 感染を 予防するため、 行く前に 必ず 電話で 相談して ください。

◆産婦人科（女の人の 病気や 赤ちゃんを 産むとき）は、在宅当番医制（休みの日に 開いている 病院）です。（日曜・祝 休日のみ）

◆わからないときは、 ②休日・夜間急患診療所（0258-37-1199）に きいて ください。

节假日急病就诊医疗机构 *请在正常医疗时间以外和节假日身体不适时利用。

《长冈地区》 休日・夜間急診診療所 【幸町2-1-1 幸福广场（旧市役所办公大楼）】

医疗机构	医疗科目	挂号时间
①中越儿童急症中心 TEL:0258-86-5099	小児科	周一～周六（节假日除外）晚上6点45分～9点30分
②休日・夜間急診診療所 TEL:0258-37-1199	内科	周一～周五（节假日除外）晚上6点45分～9点30分 周日・节假日 上午9点～11点30分 下午1点～4点30分
	小児科/外科	周日・节假日 上午9点～11点30分 下午1点～4点30分
③休日牙科急診診療所 TEL:0258-33-9644	牙科	周日・节假日 上午9点～11点30分 下午1点～3点30分

◆妇产科为轮流值班制（周日・节假日） 咨询:休日・夜間急診診療所 TEL:0258-37-1199

Emergency Medical Facilities Civic Health Center (Saiwai Plaza – 1F)

Facilities	Departments	Hours
Chuetsu Center for Children's Emergency Treatment (0258-86-5099)	Pediatrics (Shônika)	(Monday – Saturday) 6: 45 p.m. – 9: 30 p.m.
Clinic for Sundays, Holidays, and Nights (0258-37-1199)	Internal Medicine (Naika)	(Monday – Friday) 6: 45 p.m. – 9: 30 p.m.
		(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. – 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. – 4: 30 p.m.
	Pediatrics (Shônika)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. – 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. – 4: 30 p.m.
Dental Clinic for Sundays and Holidays (0258-33-9644)	Surgery (Geka)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. – 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. – 4: 30 p.m.
	Dentistry (Shika)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. – 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. – 3: 30 p.m.

主な 緊急医療施設	主要緊急医疗设施	General Hospitals available for outpatient emergency treatment	TEL
立川総合病院	立川综合病院	Tachikawa Sogo Byoin (General Hospital)	0258-33-3111
長岡赤十字病院	长冈红十字病院	Nagaoka Seki-juji Byoin (Red-Cross Hospital)	0258-28-3600
長岡中央総合病院	长冈中央综合病院	Nagaoka Chuo Sogo Byoin (Central General Hospital)	0258-35-3700