

ながおか 市政だより

Nagaoka

11

2020



p2 磯田市長、2期目の決意

p4 市内企業のコロナウイルス対応を支援

p6 国と連携して水害対策を強化

p11 クマに注意！寄せ付けない対策を

◎表紙

新型コロナウイルスの終息願う、大風揚げ (p16)

新しい時代に選ば れるまちへ 長岡の未来を一緒に創りましょう



長岡市長
磯田 達伸

「地域共生社会」の実現に取り組みます。
そして、産業のデジタル化、産学官連携による新技術・新商品の創出、若者の起業・創業支援を加速させ、人と企業、若者が集まるまちの基盤をつくります。
申し上げるまでもなく、国と地方が直面している財政問題を長岡市も免れることはできません。行財政改革に徹底的に取り組み、持続可能な財政の確立を目指します。
いかにしてこの危機を乗り越え、長岡の未来を創っていくか、私たちの団結力が問われています。市民一丸となって、長岡の明るい未来を創ってまいります。

このたびの市長選挙においてご信任を賜り、引き続き市政を担わせていただくことになりました。責任の重さを痛感するとともに、全力で市政運営に邁進する決意です。
これからの4年間は、「危機管理」と「成長への政策」を市政の大きな柱に据えます。
新型コロナウイルス感染症や豪雨災害から、市民の命を守ることが最優先の課題です。感染防止と社会経済活動の支援に力を入れ、国・県と連携して治水対策、「逃げ遅れゼロ」の防災対策を進めます。
いま、ウイルス禍によって世界は大きな変化の渦中にあります。日本においても、新しい生活様式やリモートワークの普及によって地方分散の動きが出るなど、社会経済環境が劇的に変化すると予想されます。これからの社会は「健康な生活」と「真に価値あるものを生み出す産業活動」が求められるのではないのでしょうか。
自然豊かで首都圏とのアクセスが良く、高度な技術を誇る産業と研究教育機関が集積する長岡こそ、地方分散の時代にふさわしいまちです。このチャンスを活かすためにも、市民生活を支える医療・健康・福祉・子育て・教育をさらに充実させます。また、地域課題の解決や共助の仕組みを支える市民活動を積極的に支援し、

未来をつくる 1 新型コロナウイルス・豪雨災害など直面する危機から、市民生活を守る

- 基幹病院との連携を強化し、医療体制のさらなる充実を図ります
- 「逃げ遅れゼロ」を目指し、市民総出の防災体制をつくります
- 鳥獣被害対策を強化し、安心して暮らせる環境づくりに取り組みます



栃尾地域で住民向けに開催した、サル用電気柵の設置研修会

未来をつくる 2 ウイルス終息後を見据え、「新しい米百俵」(人材育成と未来への投資)を加速

- 地方分散の流れを捉え、企業誘致と若者の流入・定着を促進します
- 「長岡版イノベーション」を加速させ、産業全体の活性化を図ります
- 教育のICT化と学びの場の拡充により、未来を担う人材育成に取り組みます



若者が最先端の技術を競ったロボカップアジアパシフィック大会

未来をつくる 3 健康で活力のあるまちづくりを推進

- 市民活動への支援を通じて、地域共生社会の実現を目指します
- 地域医療と福祉を充実させ、全国に「健康に暮らせる長岡」を発信します
- 子育てと女性活躍の日本一を目指します



食育講座で体操をする園児

未来をつくる 4 健全財政を堅持し、持続可能な行財政運営を推進

- 有識者懇談会の議論を踏まえ、行財政改革を実施します
- 自動化やデジタル化で、市役所の事務の効率化を進めます



アオーレ長岡の総合窓口

原発は「市民の不安が解消されない限り、再稼働すべきでない」という姿勢を貫きます

新型コロナウイルス感染症

不安やストレスを感じていませんか？

感染症の影響が長期化することで、不安やストレスによる恐怖や怒り、不眠など心身にさまざまな変化が起きています。このような変化は、強い、または慢性的なストレスを受けた時に、年齢や性別を問わず「誰にでも起こりうる正常な反応」です。不安からこころを守りましょう。

☎健康課 ☎39・7508



こころとからだの健康を保つには？

規則正しい生活

十分な睡眠、食事、適度な運動などを心掛けましょう。免疫力を高めることも大切です。



リラックスする

ゆっくりと深呼吸をして体の緊張をほぐしたり、自分が楽しめる活動をしたりしましょう。

アルコールや薬物に頼らない

こころが不安定な時は、依存症にも注意が必要です。



友達や家族と会話をする

電話やメールなど、信頼できる友達や家族と連絡を取ったり、話をしたりしましょう。



正しい情報や知識を持つ

正しい情報や知識を持つことで、適切な対処をとることにつながります。

情報を取り入れすぎない

ニュースやメディアに接する時間を決めましょう。



一人で抱え込まず、早めに相談を



感染予防に必要なのは、人と人との「身体的距離」を確保すること。人と人とのつながりは遠ざけないで、コミュニケーションを積極的に取りましょう。

●不安やストレスの対処方法、感染症の予防に関する相談窓口

- ・健康課 ☎39・7508
- ・各支所市民生活課

(平日午前8時30分～午後5時15分)

心理相談員への個別相談もできます(要予約)。[24ページへ](#)

▶こころの健康づくりの情報やその他の相談先は市ホームページで



●年中無休、24時間受け付け

- ・新潟いのちの電話 ☎39・4343
- ・新潟県こころの相談ダイヤル

☎0570・783・025

●電話やLINEなどの相談一覧

- ・厚生労働省ホームページ「まもろうよこころ」

▶こちらから



市内企業のコロナウイルス対応を支援

デジタル化の実践へ

新型コロナウイルスによる影響からの経済の立て直しに向け、市は事業者に対してさまざまな支援を行ってきました。社会変化に対応したビジネスの転換が求められる中、カギを握るのが事業のデジタル化。市の補助金を活用した企業が新しいアイデアを取り入れ、業務課題の解決に挑戦しています。

☎産業イノベーション課 ☎39・2402、工業振興課 ☎39・2222



予約・決済をウェブで完結。参加を気軽に

JFB+Hかむろ真鶴

代表取締役 清水 専央さん

感染症の影響で、スタジオでのダンスレッスンは多くの生徒が休会し、イベントも中止に。そんな中、試験的に実施したオンラインでの配信イベントは全国から延べ850人の参加があり、「新しいことができる」という発見になりました。

一方で、予約に手間が掛かると参加のハードルは高くなります。予約から支払いまで、全てをウェブ上で行えるシステムを構築したいと考え、「デジタルビジネスイノベーション補助金」を活用。簡単な手続きで、気軽に参加してもらいやすくなることを目指します。

対面でのレッスンと配信のそれぞれの良さを活かしながら、安心して受講できる環境をつくるとともに、新たな参加者を開拓していきたいです。



▲スタジオでの対面形式と配信を併用したレッスン

誰もが使えるシステムで、円滑な情報共有を

長岡モーターディベロップメント(株)

代表取締役 佐藤 大介さん



モーター設計の仕様書作成には、顧客だけでなく社内の打ち合わせが欠かせません。完成までに長い時間が掛かることが課題でした。

「IT・IoT設備投資支援補助金(コロナウイルス枠)」を利用し、モーターの体積や出力などの数値の入力だけで、簡易的な結果を算出できる設計システムを構築中です。顧客の要求を実現できるかを直ちに確認できるため、仕様の決定や見積もりに掛かる時間が短縮できます。

また、対面での打ち合わせが制限される中でも重要になるのが、密接な情報共有です。ウェブ上で利用できるようにすることで、顧客とのイメージ共有も円滑に行えます。



▲数値を入力すると設計イメージやグラフを表示するシステム

誰でも使いやすく、わかりやすいシステムをつくることで、さらなる顧客獲得につなげたいです。

新型コロナウィルス対策

事業者の固定資産税を軽減します(令和3年度課税分)

軽減対象 事業用家屋の固定資産税および都市計画税、償却資産の固定資産税
対象者 感染症の影響で収入が減少した中小企業・個人事業主
申し込み 来年1月4日(月)～2月1日(月)に資産税課 ☎39・2213へ ※詳しくは市ホームページで

令和2年2月～10月の連続する3カ月間の事業収入の前年同期比の減少率	軽減率
50%以上	全額
30%以上50%未満	2分の1

家族みんなで話し合いましたよ！



わが家の防災タイムライン 家族で避難行動を 考えてみませんか？

学校での防災教育の教材として、小学4～6年生向けに「わが家の防災タイムライン」を作成しました。子どもの防災教育を進め、地域の防災力の向上につなげていきます。各家庭でも、安全に避難するために活用し、いざという時に備えましょう。



▲ながおか防災ホームページでも公開

5. ながおかマイ・タイムライン「わが家の防災タイムライン」を作成しよう！

マイ・タイムラインって？
「マイ・タイムライン」とは水害にそなえて、自分や家族のとるべき行動を整理し、時間ごとにまとめた「ひなん行動の計画」です。いつ「だれが」「どのようなじゅんぴや行動するタイミング」を決めておくことで、いざという時も落ち着いて行動できます。

チェック！ 川があふれた時の水の深さ、自分の家の特徴を集めて、「家族全員が安全にひなんするためのじゅんぴ」を考えましょう。

家族一人ひとりの行動を考える

- **じゅんぴ・行動**
・非常用持ち出し品やびちく品をかくにんする。足りないものがあれば、買い足す。
必要なものを書き出しましょう。

家族構成や生活環境で、準備や行動は異なります。家族みんなが安全に避難するために、「いつ」「誰が」「どのような準備や行動をするか」を話し合い、書き出しましょう。

ハザードマップも確認

川が氾濫した時の浸水深など、自分の家の特徴を「洪水ハザードマップ」(市政だより6月号と一緒に配布済み)で確認しましょう。**小まめに気象情報を確認することも大切**です。

台風19号から1年 災害対策車両基地の設置へ 国と連携して水害対策を強化

昨年10月に発生し、市内に大きな被害をもたらした台風19号から約1年。市ではその教訓を踏まえ、国や県と信濃川流域で一体となった防災・減災対策を進めています。信濃川河川事務所と9月25日、浸水被害が発生した今井地区近くの市有地に、災害対策車両基地を設置する覚書を締結しました。



10月12日には、国や県、信濃川中流域の自治体による協議会で、台風の被害を教訓とした対策の報告会をアオーレ長岡で開催。河川整備や住民の避難行動に対する取り組みなどを共有しました。市は今後も、国や県と連携し、実行性の高い防災対策に取り組んでいきます。

国や他自治体と
取り組みを共有

基地の設置で、信濃川沿川における浸水被害に迅速な対応ができるようになります。車両基地の整備は、10月から開始。来年3月までに車両庫を建設し、排水ポンプ車2台と照明車2台を配備する予定です。



防災活動の講師を派遣します

防災活動の困りごと相談や防災の知識を学びたいときは、お気軽にご連絡ください。自主防災会や町内会向けに、防災の知識を持つ中越市民防災安全士を講師として派遣しています。また、市職員による出前講座も実施しています。

国危機管理防災本部

長岡の食やお酒のまとめサイト 「長岡うまいものドットコム」 を開設しました！

農水産政策課 ☎39・2223



▶「長岡うまいものドットコム」はこちら

「長岡の名物を贈りたいけど何が良い?」「長岡のお米や野菜、どこで買えるの?」。市は、市内外からのこうした声に応え、市内事業者の既存の販売サイトを集約した「長岡うまいものドットコム」を開設しました。

長岡産食材を米や野菜、海産物、精肉、日本酒、発酵食品などの10種に分類。食材の説明や各事業者の販売サイトを一覽で掲載しています。いつでも、どこでも、簡単に長岡の食材を探して、購入することができます。

消費者と事業者が利用しやすいサイト運営を通じて、地域産品全体の販売促進を図っていきます。ぜひ市外・県外の人にもご紹介ください。



乗り合いタクシー 実証実験 地域の足、確保へ

農交通政策課 ☎39・2267

和島地域で10月から、予約制乗り合いタクシーの実証実験を行っています。実験は中之島・栃尾地域に続き3地域目。路線バスの廃止に伴い昨年度から導入した栃尾では「買い物が便利になった」などと好評です。自宅から目的地を直接つなぐ運行は和島が初めて。住民のニーズに沿った地域の足の確保につなげます。

運行初日の10月1日、最初に利用した川瀬厚子さん(写真)は「バスが通らない病院が利用できるようになって、ありがたいです」と話しました。

**車体のデザイン
技大生が考案**

車体に貼るロゴのデザインは、長岡技術科学大学の学生が考案しました(下)。学生は、交通の問題解決に協力したいと、地域の生活交通を話し合う住民会議に参加して案を検討。住民の投票で決定しました。

和島地域で10月から、予約制乗り合いタクシーの実証実験を行っています。実験は中之島・栃尾地域に続き3地域目。路線バスの廃止に伴い昨年度から導入した栃尾では「買い物が便利になった」などと好評です。自宅から目的地を直接つなぐ運行は和島が初めて。住民のニーズに沿った地域の足の確保につなげます。

大手通坂之上町地区 再開発Q&A

Q 子どもや若者向けの施設なの？

A すべての世代の人が気軽に集い、憩い、学び、知ることができる施設です。

市民が自由に利用・滞在できる屋内スペースが中心の施設です。3階のメインフロアは、図書館や、緑が多く開放感あふれる大空間。好きな居場所を見つけて、くつろげるリビングのような場所です。互尊文庫の自習室を継承した「サイレントルーム」もあります。

Q まちなか図書館にある本は？

A 日々の暮らしや仕事の新しい発見につながる本をそろえます。

本のテーマを「くらす」「はたらく」「ひらめく」に分類。雑誌や新聞、電子書籍、Wi-Fi環境、タブレットも充実した環境で、知への探求心に応えます。企業や働く人向けの情報もそろっています。



▲A2街区3階に開設するまちなか図書館の模型

Q 今までの施設とどこが違うの？

A 産学官金の交流や取り組みで、将来の長岡を担う人と産業を育てる施設です。

子どもの学びや若者の起業・創業を促すなど、さまざま分野において、新たな価値を生み出すための出会いや交流を誘発する講座などを行います。新たな人の集まりと、新しい価値の効果を市全域に波及させる施設を目指しています。

▶「人づくり・学び・交流エリア」の3階メインフロアの模型。緑とカフェを配置したくつろぎの空間です。設計を見た建築家の榎文彦さん（アオーレ長岡の設計コンペの審査委員長）は「至る所にヒューマンな空間が展開されている。市民に豊かな場所を提供し、かけがえない市の財産になると信じます」と期待を寄せています。

Q 再開発事業を進めているのは誰？

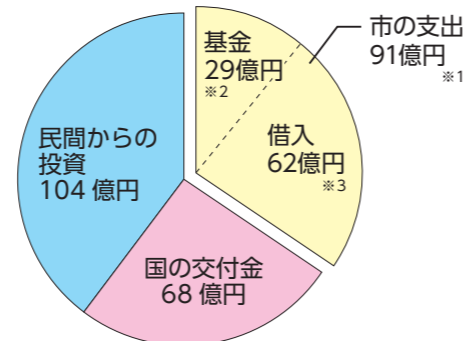
A UR都市機構が事業主体となり、権利者である銀行、商工会議所、店舗経営者、市と一緒に進めています。

設計や工事、さまざまな手続きは、独立行政法人都市再生機構（UR都市機構）が施行者となり、権利者に代わって事業を行っています。

Q 整備のための事業費は？

A 国の交付金などを活用し、市の負担を最小限に抑えています。

事業費は、民間事業者からの投資、国からの交付金、市の支出を合わせて総額263億円の予定です。（今後、変更となる場合があります。）



※1 施行者への補助金と市が整備するエリアの整備費を含む
 ※2 都市施設の整備のための貯蓄を活用
 ※3 国の財政支援を受けながら、長期的に返済

なお、市の整備エリアは、互尊文庫、青少年文化センター、市民センターなど主にまちなかの老朽化した施設を統廃合し、整備するものです。維持管理費もこれらの施設の総額を超えないことを目標に計画しています。



域し北商が西進工進む会A1議所1(写真左)2(写真右)3(写真左)4(写真右)5(写真左)6(写真右)7(写真左)8(写真右)9(写真左)10(写真右)11(写真左)12(写真右)13(写真左)14(写真右)15(写真左)16(写真右)17(写真左)18(写真右)19(写真左)20(写真右)21(写真左)22(写真右)23(写真左)24(写真右)25(写真左)26(写真右)27(写真左)28(写真右)29(写真左)30(写真右)31(写真左)32(写真右)33(写真左)34(写真右)35(写真左)36(写真右)37(写真左)38(写真右)39(写真左)40(写真右)41(写真左)42(写真右)43(写真左)44(写真右)45(写真左)46(写真右)47(写真左)48(写真右)49(写真左)50(写真右)51(写真左)52(写真右)53(写真左)54(写真右)55(写真左)56(写真右)57(写真左)58(写真右)59(写真左)60(写真右)61(写真左)62(写真右)63(写真左)64(写真右)65(写真左)66(写真右)67(写真左)68(写真右)69(写真左)70(写真右)71(写真左)72(写真右)73(写真左)74(写真右)75(写真左)76(写真右)77(写真左)78(写真右)79(写真左)80(写真右)81(写真左)82(写真右)83(写真左)84(写真右)85(写真左)86(写真右)87(写真左)88(写真右)89(写真左)90(写真右)91(写真左)92(写真右)93(写真左)94(写真右)95(写真左)96(写真右)97(写真左)98(写真右)99(写真左)100(写真右)



着手に向け、進む準備

大手通坂之上町地区市街地再開発事業

UR都市機構が施行する大手通坂之上町地区の市街地再開発事業「米百俵プレイス（仮称）」の整備が進んでいます。既存建物などの解体工事は来年3月末に終了予定。11月中旬にA2街区の工事業者の公募を開始し、来年度、A1、A2、C街区（下図）の建築工事に着手します。

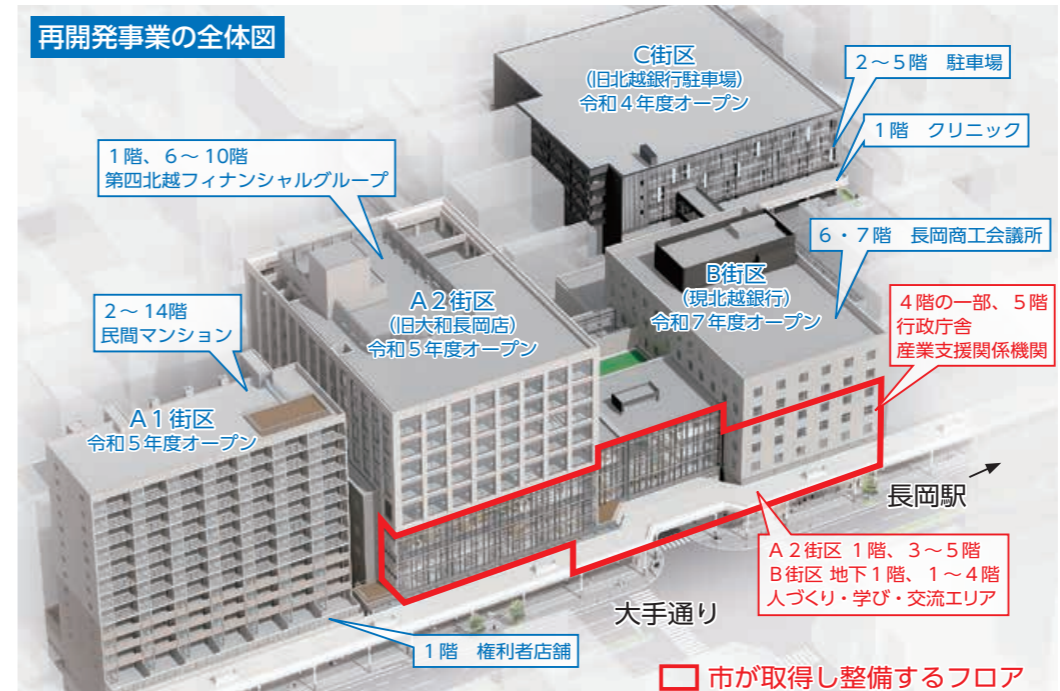
人づくり・産業振興のエリアが具体の形に

今月には、A2・B街区に入る市の「人づくり・学び・交流エリア」の実設計が終了。空間のイメージが具体化します（上図）。人づくりと産業振興を基本方針に、誰もが新しいチャレンジの機会に出会える場を目指します。人づくりの土台となるまちなか図書館は、豊かな暮らし方や働き方を「本」でサポート

ト。学校では学べない新しい学びや、中高生や大学生などが中心となって活動できる場を設け、時代の変化に対応する人材を育てます。産業振興では、先行実施しているNaDeC、BASEを中心に、学生や企業の多様な人材をつなぎ、新たな発想を誘発します。経営や起業の相談窓口も設置し、ビジネスの課題解決を支援します。

効果は市全域へ波及 将来のまちづくりの活力に

これらの取り組みにより、教育・地域づくり・福祉・環境などあらゆる分野で新しい価値を創造し、まちなかから市全域に効果を波及させ、将来のまちの活性化につなげます。今後は、エリアの名称募集や、管理運営手法などを検討しながら開館準備を進めます。



図中心市街地整備室 ☎39・2807

▶再開発事業の詳細はこちら





危険

クマ出没中 “寄せ付けない”の徹底を

市内のクマ 出没マップは こちらから



図危機管理防災本部 ☎39・2262

寄せ付けないように

- 収穫予定がない柿や栗、生ごみは早めに撤去する。車庫の扉などは閉める

遭わないために

- 山や畑など出没の恐れがある場所では、鈴やラジオなど音が出るものを携帯する
- クマの活動が活発な早朝や夕方、夜間の行動は避ける。一人での行動や雨の日は遭遇する可能性が高くなる

万一、遭ったら...

- 背を向けずに、ゆっくりと後退する
- 致命傷を避けるため、うつぶせとなり首や顔を守る

9月、栃尾地域で相次いでクマによる人身被害が発生したことを受け、「長岡市クマ被害対策本部」を設置しました。猟友会、警察などと連携して対策を強化しています。今年にはブナの実が不作で、例年以上にクマが食糧を求め人里に出没しています。9月23日に北荷頃地区で20代女性が軽いけが、26日には人面地区で70代男性が顔の骨などを折る重傷を負いました。その他、川口・山古志地域など市内で156件の出没情報が寄せられています（10月22日時



▲市職員が専門家からクマの生態などの説明を受けた「ツキノワグマ人身被害防止対策研修」（10月8日）

慮。クマに襲われないためには、習性を理解し、遭わないための行動が不可欠です。市は今後も、注意喚起のチラシの配布や児童・生徒の登下校時の安全確保、警察と連携したパトロールなどに取り組んでいきます。

専門家 “新世代クマ”が増加中 住民も意識を変え対策を



長岡技術科学大学 准教授

山本 麻希 さん

クマは非常に学習能力が高い生き物。人里や住宅地に餌があることを覚えると、人を怖がらずに出没します。そうした“新世代クマ”が増える中、共存のためにはクマの習性を理解し、人里に寄せ付けない対策が不可欠です。国の補助を活用して電気柵を設置するのも有効な方法の一つ。防災と同じように、個人や地域で危機意識を持ち、しっかりと取り組んでいきましょう。

今年是对策を強化。市民 猟友会 のために力を尽くします

今年には農作物だけでなく、人命が脅かされるクマの被害が県内で増えている異常な事態です。そうした中、猟友会の役割も変化していると感じます。市や警察などとのわなの設置に加え、山間部や生活地域のパトロールを毎日行うなど、人命を守る対策を強化しています。

猟友会として、市民の一人として、みなさんの安全・安心のために力を尽くしていきたいです。



長岡市鳥獣被害対策実施隊長 岡方面隊長

竹内 堅 さん



米百俵。プレイスから 始まる新たな未来

大手通坂之上町地区再開発事業

(仮称)

連載

その回 アート

全国初「現代美術」を冠した 美術館を開館



こまがた じゅうさち 駒形 十吉

明治34(1901)年～平成11(1999)年

実業家で先駆的な現代美術収集家

商工会議所会頭として復興祭（長岡まつりの前身）に尽力。収集品は駒形十吉記念美術館などに収蔵。

経済界の重鎮であり、長岡から日本全体の芸術を見据え、現代美術の新たな道を開いた人。昭和39年に長岡現代美術館を開館。毎年、「美術館賞展」を開催し、賞金の授与のほか、作品を買い取って展示し、若手作家の発掘、育成にも力を注ぎました。画期的な美術館は国内外の注目を集め、ニューヨーク近代美術館の部長も来館し賞賛しました。中でも、外壁に設置された現代美術家・斎藤義重によるレリーフ「大智浄光」は、美術館の象徴でした。

“アート”が新たな時代を切り開く

「アート」とは、自身の個性を表現すること。芸術家に限らず、個性を表現する人は、すべてが「アーティスト」であると言えます。アートという言葉には、広い意味があるのです。そして、今ではアートとデジタルが融合し、表現を発信しやすい時代になっています。一方で、僕の学生時代は、自分の足と目で情報を見つけていました。実際に自分で情報を探せる場所、表現を受け入れる場所も必要です。



長岡造形大学 学長

馬場 省吾 さん

平成6年、大学開学時に講師として着任。専門は金属工芸。学部長などを経て今年4月に学長に就任。地域と“協創”する大学として、産学官との連携に取り組む。

米百俵プレイスは、幅広い世代が、表現を発信したり、受け入れたりする多様な経験ができる「表現の場」になってほしいですね。さらに、アートは、テクノロジーと結びつくことで、豊かで新しい発想を生み出し、時代を切り開いていきます。4大学1高専と企業が連携して起こる化学反応が、数値や技術だけでは解決できないことを、一気に突破できる起爆剤になることを期待しています。

米プレイスなトコ 往年のアートが放つエネルギーを活動の源に

5階の屋上庭園にはレリーフ「大智浄光」を設置し、かつての長岡現代美術館の記憶を受け継ぐ空間として整備します。アートに触れながら、学生や企業の交流や食のイベント、読書や学習、仕事ができるスペースです。



▲「屋上庭園」のイメージ

かつて先人は未来を見据え、長岡のまちの礎を築きました。そして今も同じ志を持って活躍する人がいます。次代を担う若者たちにその想いを伝え、未来へとつなぐ「米百俵プレイス（仮称）」への期待の声と魅力を紹介します。 岡中心市街地整備室 ☎39・2807

起業 続々

世界へ、地域で。挑戦を応援

意欲ある若者の挑戦を後押しする市の「学生起業家育成補助金」を活用し、新たに2人が起業しました。いずれも、産業創出と人材育成の拠点NaDeC BASEで活動しています。地域と全国、世界に目を向け、独自のアイデアで新たな価値の創造に挑みます。
 図産業イノベーション課 ☎39・2402



世界中のアーティストを呼び込んで、長岡を発信したい

映像作成・コンサルティング

(株)THE TWO 代表取締役社長 高野 宙さん(33歳)

長岡大手高校を卒業後、大阪の芸術系大学に進学し、米国で10年間映画監督や広告制作のキャリアを積みました。2年前、長岡に戻り映画監督の視点で地元を見たら、世界に通用する魅力と可能性があるかと確信したんです。映像の力でそれを発信したいと思い起業しました。今は、長岡のものづくりの力をPRするミニドラマを作成中です。市内の大学や高校でも講義をする予定で、人材育成にも取り組みます。長岡でも若い人たちが挑戦できることを発信したい。いずれは、世界中から優秀なアーティストが集まるまちにしたいです。

(株)THE TWO 高野さん ☎080・9585・1731
 PR映像の作成のほか、映像を経営に活かす企画・助言や技術指導にも対応します。



人と人とのつながりをつくりたい

IT支援、オンライン家庭教師

(株)雷神 代表取締役、長岡工業高等専門学校4年 細木 真歩さん(19歳)

高齢者へのIT支援と、小・中学生向けのオンライン家庭教師が事業の柱です。新型コロナウイルスの影響がある今、オンラインで人と人とのつながりをつくりたいと思ったのが起業のきっかけです。IT支援は、高齢者が一人で親族とビデオ電話ができるようになるのが目標。介護施設などで、入所する人への支援もしていきたいです。家庭教師は、高専の留学生が活躍できる機会をつくるという狙いもあります。教えるのは外国語が中心です。講師を全国から募り、高専生のネットワークを築きたいです。

(株)雷神 細木さん ☎090・9547・2893
 高専生などによる高齢者向けのIT支援、オンライン家庭教師を行っています。



市内の小中学校での、ロボットを使ったプログラミング教室



若者が長岡を元気にするアイデアを出し合った「ながおカ若者会議」

件数、**倍増**
額が

ふるさと納税 長岡のPR、まちづくりに効果

令和元年度のふるさと納税に、約7万3千件、およそ18億9千万円の寄付をいただきました。寄付件数、額共に平成30年度から倍増。額としては全国約1,700自治体中41位です。米やもち、日本酒など、長岡の魅力が詰まったお礼の品を数多くそろえたことが、全国から高く評価されました。

寄付金は主に「米百俵の精神」に基づく長岡の人づくり」「若者・地域が元気なまちづくり」「世界に誇る長岡の魅力発信と交流人口の拡大」の施策に活用します。全国から寄せられた応援の気持ちを受け止め、長岡がさらに元気になるよう大切に使用させていただきます。

市の課題解決へ寄付をお願いします

- ①「さくら」再生プロジェクト(100万円) **新規**
老木化の進んだ悠久山公園の桜の植え替えに活用します。
- ②介護人材の確保(100万円) **新規**
介護福祉士実務者研修の受講を支援します。
- ③子どもの学力アップを応援(600万円)
生活困窮世帯の子どもに対する学習塾利用を支援します。
- ④猫の殺処分ゼロのまち(100万円)
猫の不妊去勢手術の助成に活用します。

※()内は目標額
 寄付方法=11月2日(月)~来年1月30日(土)に「ふるさとチョイス」ホームページで(右)。長岡市民も寄付できます



お礼の品の事業者に聞きました！
こだわりの製品、PRに最適
 (株)ホクシヨク 堀 渡さん(右) 桜井由美子さん

県内産の材料にこだわったしょうゆを、4年前からお礼の品として提供しています。市外の方に商品を広く知ってもらうことができ、販売額も毎年増加。今は売り上げの柱になっています。寄付する方はお礼の品の質に敏感です。こだわりの品を作る事業者には、広告費のかからないPR手段としてふるさと納税はお勧めです。

お礼の品を募集中！

現在130社以上の事業者が参加し、ふるさと納税を支えています。詳しくは市ホームページで。

ウェブメディア「な!ナガオカ」リニューアル！

市内外に長岡の魅力を発信するウェブメディア「な!ナガオカ」をリニューアルしました。これまで発信してきた250本以上の記事が探しやすくなったほか、「ネタ募集」のコーナーを新設。暮らしの中の疑問や面白い話題、人の情報をぜひお寄せください。応募者の中から抽選で限定グッズをプレゼントします。

図政策企画課



▶こちらから

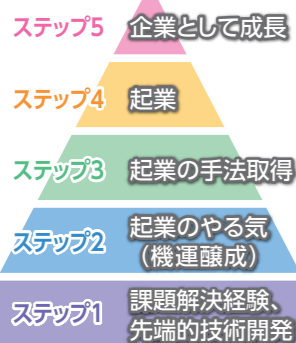


▲リニューアル後のトップ画面

起業を段階的に支援

市は市内の4大学1高専、経済界と連携して、起業を段階的に支援する「ファーストペンギンプログラム」を進めます。天敵が潜む海に、群れの中で最初に飛び込むペンギンのように、リスクを恐れず果敢に挑戦する起業家を育成します。

起業に向けた段階を5つに分類。セミナーの開催や金銭的な補助など、事業構想の機会の提供から企業としての成長まで一貫して支援します。



市政の最近のできごとを紹介します。



中越大震災から16年

山古志地域の次世代を担う若手が立ち上げた「小さな山古志楽舎」が中心となり、中越大震災からの「復興の集い」を開催。復興の灯りがともる中、住民それぞれの想いを乗せた風船を、夜空に放ちました。(10月23日)



恵和こども園が花づくりで文科大臣賞

1,690作品の応募があった全国花のまちづくりコンクールで、恵和こども園が最高賞の文部科学大臣賞に輝きました。継続的な活動や小中学校との連携、敬老会への参加など、世代を超えた取り組みが高く評価されました。(10月20日)



先人パネルで、米百俵の精神つなぐ

中心商店街の各店舗に、長岡の先人22人の大型パネルやカードを設置し、スタンプラリーを開催中です。商店街を巡り、米百俵の精神や先人の功績を楽しく学ぶ企画。感染症の影響を踏まえた形での米百俵まつりです。(11月23日まで)



より長く、安全に運転を

高齢者が長く安全に車の運転を続けられるよう、三井住友海上火災保険(株)と共同で「高齢者ドライビングセミナー」を開催。65歳以上の市民20人が、適性診断や安全運転の専門スタッフによる講習を受けました。(9月25日)



新産業団地の進出企業7社と契約

長岡北スマート流通産業団地の第1期エリアの造成工事が完了し、進出企業7社と土地の売買契約を締結しました。また、第2・3期エリアを含め、進出企業の連携を深めるための協議会を設立しました。(10月19日)



マンホールふたで、勝利の“〇”を

新潟アルビレックスBBを足元からも熱く応援しようと、ロゴをデザインしたマンホールふたを作成。お披露目会では池田雄一選手が「マンホールふたと同様、“落ちない”シュートを打っていきたい」と語りました。(9月29日)



熱気に包まれた米百俵フェス 安全・安心の “長岡モデル”を発信

10月10日・11日、東山ファミリーランドを会場に「長岡米百俵フェス～花火と食と音楽と～2020」を開催しました。新型コロナウイルス感染症の影響で大規模イベントの中止が相次ぐ中、“不屈の精神”でつないだ2年ぶりの舞台。約7,000人の観客が訪れ、“長岡モデル”のフェスを楽しみました。

岡政策企画課 ☎39・2361



入場時の検温と手指消毒



立ち位置を示して社会的距離を確保



スタンディングエリアではマスクとフェースシールドを着用

感染症対策を徹底した新しいイベントの形

県民限定のチケット販売をはじめ、観客が対面にならないよう会場の通路を一方通行にし、飲食エリアでは混雑を避けるためにLINEでの予約制を導入。安心してフェスを楽しめるよう、感染症対策を徹底しました。



地域のまきごと まちのほっとフォト

庭園眺め、ゆったりと

越路地域のもみじ園巴ヶ丘山荘で、地域住民がヨガを楽しみました。園内の景色を眺めながら、心も体もリラックス。いつもより、格別なヨガになりました。
(10月15日)



打球の行方は…

秋晴れの下、川口運動公園でグラウンドゴルフ大会を行いました。転がったボールの行方に悲喜こもごも。紅葉の始まった広場で、169人が爽やかな汗を流しました。(10月18日)



指でお花を咲かせましょう

和島地域の高齢者が集う「いきいき大学」で、チョークアートに挑戦。指でくるくるこすりながら、満開の紅白の椿を描きました。(10月7日)

けんけん、ぱっ！

小国地域の放課後児童クラブ「おひさまスポーツ教室」で、遊びながらトレーニング。輪に沿って片足で飛び跳ねたり、バランスをとったり。子どもたちの楽しそうな声が響き渡りました。
(10月19日)



今月の表紙



表紙は、中之島中央小学校の児童の大凧揚げ体験です。凧は、新型コロナウイルス感染症の早期終息を願い中之島凧組合が作成したもの。「疫病平癒」の文字を掲げています。大きさは今町・中之島大凧合戦で揚げるものと同じ畳約8枚分。大きな凧を操るのに苦戦しながらも、児童たちは笑顔で元気いっぱい駆け回っていました。(10月2日)

お知らせ

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

◆略字の見方
回=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…先着順 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

「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防止対策を行います

●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

※記事は10月23日(金)時点の情報です

12/8 鎮魂と平和の花火

園庶務課(アオ) ☎39・2203

「世界中の爆弾をすべて花火にかえよう！」を合言葉に、戦争犠牲者への鎮魂と世界平和への願いを込めた花火「白菊」を、日米開戦の日に信濃川河川敷で打ち上げます。
打ち上げ時間=午後7時15分
★リリックホールで午後4時から「祈りの調べ」、5時から「平和の灯」点灯、5時30分から希望が丘小学校の「平和劇」、7時25分から「祈りの調べ」を開催 ※来場者多数の場合、入場を制限することがあります



催し

科学博物館(さい) ☎32・0546

① 知りたい!カエルの世界
〜カエルってどんな生きもの?〜
回 11月28日(土)午後1時〜3時
場 中央公民館 講 上越科学館
副館長・佐藤直樹さん 定 50人(先着) 申 11月26日(木)まで

② 市民探鳥会
回 11月14日(土)午前8時〜10時
(雨天中止) 集合 二ふれあい農業公園(栖吉町) 持 雨具、双眼鏡(ある人) 申 11月12日(木)まで

③ 市民探鳥会
回 11月29日(日)午前9時30分〜午後0時30分 定 1,500円

中之島文化センター

☎66・1310

● ツキイチ発見講座
「ラクを増やす片付け」
回 来年1月21日(木)午前9時30分〜11時30分 定 20人(先着) 料 500円 申 12月12日(土)から

● おぐに森林公園 ☎95・3161
① 樫で漬ける本格たくあん
回 11月27日(金)午前9時30分〜午後0時30分 定 2,500円

② 森から生まれるクリスマスオーナメントづくり
回 11月29日(日)午前9時30分〜午後0時30分 定 1,500円

③ グラスリッツェン(手彫りガラス)
回 12月13日(日)午前9時30分〜午後0時30分 定 2,000円

① 1〜3いずれも 場 みんなの体験館 定 10人(先着)

② デュオコンサート
回 11月15日(日) 定 30人(先着) 料 1,000円

③ 講座
「日本酒をもっと知ろう!」
回 11月26日(木) 定 24人(先着) 料 1,000円

④ 小国和紙体験
回 11月12日(木) 定 24人(先着) 料 1,500円

⑤ 鏡光企画課(大手) ☎39・2344
① 小国和紙体験
回 11月12日(木) 定 24人(先着) 料 1,500円

② デュオコンサート
回 11月15日(日) 定 30人(先着) 料 1,000円

③ 講座
「日本酒をもっと知ろう!」
回 11月26日(木) 定 24人(先着) 料 1,000円

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。

ツイッター(@kawagucchi.kwg)で地域の旬な情報を発信中♪登録してね。

成人式を延期します

対象者には案内を送付します。詳しくは市ホームページで。※小国地域は予定通り開催します
 ①子ども・子育て課 ☎39・2393 ②越路支所地域振興課 ☎92・5910 ③小国支所地域振興課 ☎95・5905 ④栃尾支所地域振興課 ☎52・1117 ⑤中之島支所地域振興課 ☎61・2011

〈延期後の日程〉

対象地域	令和2年度分 (平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれ)	令和3年度分 (平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれ)
①長岡	5月3日(祝)	9月19日(日)
②越路	3月6日(土)	5月3日(祝)
③小国	予定通り開催 (令和2年11月22日(日))	
④栃尾	5月2日(日)	8月15日(日)
⑤中之島	8月14日(土)	

クラシックから人気のアニメソングまで幅広い楽曲！ 長岡市消防音楽隊定期演奏会

12月12日(土)午後2時～4時 市立劇場 曲目＝「In The Mood」、「紅蓮華」など 定700人(抽選) 申11月10日(火)～20日(金) (消印有効) までに往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望人数(往復はがき1枚につき2人まで)と返信宛先を記入して〒940-0082千歳1-3-100消防本部予防課へ



▶1,500枚のチケットが一日で配布終了となった同音楽隊の50周年記念演奏会(平成30年12月)

国際交流センター「地球広場」
 ① ぐらり地球旅行 「魅惑の国―チュニジア」
 12月5日(土)午前10時～11時30分 対 同国出身者が日本語で母国紹介 定20人(先着) 申11月10日(火)から

中央図書館 ☎32・0658
 ① 新収蔵資料展「長岡市立図書館の父 互尊翁が遺した著作を中心に」
 如是蔵博物館寄贈の資料を初公開します。
 12月4日(金)～16日(水)午前9時30分～午後5時

西地域図書館 ☎27・4900
 ① 読者のつどい
 11月27日(金)午後7時～8時 内館牧子著「終わった人」の感想などの話し合い
 ② 作って遊ぼう！ワクワク工房「クリスマスツリー」
 11月21日(土)午後3時～4時

北地域図書館 ☎22・7100
 大人のための絵本セラピー®
 11月29日(日)午前10時30分～11時30分 対 20歳以上 定6人(先着) 申11月11日(水)から

南地域図書館 ☎30・3501
 ぬいぐるみのおとまり会
 お気に入りのぬいぐるみをお気に入りのぬいぐるみをお泊りさせます。
 11月29日(日)午前9時30分～午後3時 対 幼児～小学生 定15人(先着) 申11月14日(土)から

寺泊地域図書館(寺泊文化センター内) ☎75・5159
 クリスマスツリーを飾ろう！
 サンタさんにメッセージを書いてくれたお子さんに景品をプレゼントします。
 12月1日(火)～25日(金) 対 小学生以下

ちびっこ広場(フェニックス大手ウエスト2階) ☎39・2775
 子育ての駅では随時、子育ての相談を受け付けています
 11月19日(木)午前10時30分～11時30分 対 1歳以上児

おばあちゃんとおぼろ
 11月11日(水)、12月8日(火)午前11時～11時30分
 「だるまさんが」のお話の世界で遊びます。

地域版 子育ての駅
 11月26日(木)午前10時30分～11時30分 申11月12日(土)から

三島 もりもり
 クリスマス飾り作り
 12月4日(金)午前10時から

与板 にじの広場 ペットボトルで手作り体験
 11月26日(木)午前10時から

小国 たんぽぽ
 親子のスキンシップ講座
 11月17日(火)午前10時から

LINE 「友だち」特典当選者
 ちびっこモデル★ #95 子育ての駅でみつけた♪ @nknkn
 山岸ひなりちゃん(2歳6カ月) 音楽に乗るのが大好き。外でもたたくて遊べます。

ぐんぐん(千歳) ☎30・1025
 12月1日(火)午前11時～11時30分
 講座「赤ちゃんとおふれあいリトミック」
 11月27日(金)午前11時～11時30分 講 音楽療法士 対 首据わり～つかまり立ち期の乳児と保護者 定18組(先着) 申11月16日(月)～25日(水)

一緒にお話しませんか
 ●ままのまカフェ
 11月10日(火)午前10時30分～11時30分 ②16日(月)午前11時～正午 ③12月4日(金)午前10時45分～11時45分 場①てくてく②ちびっこ広場③ぐんぐん 講 母子保健推進員 対 どなたでも

●子育て相談
 11月11日(水)②17日(火)③20日(金)④12月2日(水)⑤3日(木)⑥9日(水)午前10時30分～11時30分 場①⑥ぐんぐん②てくてく③④すすく⑤ちびっこ広場 講①②⑤⑥家庭児童相談員③保健師④助産師

●栄養相談～はじめての離乳食～
 11月20日(金)②24日(火)③30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)

とっておきの「子育ての駅」へ！

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。

◆回や冊などの略字の見方は17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
 図アオ＝アオーレ長岡 図市セ＝市民センター
 図大手＝大手通庁舎 図さい＝さいわいプラザ

75 市の保護動物 シナイモツゴ



海中ウツチオウチ

全長5～8cmほどのコイ科の淡水魚です。かつては、関東地方から東北地方にかけて広く生息していましたが、現在、関東地方では絶滅したといわれています。県内では主に山間の池や沼などに生息。市内でも近年その姿が確認され、「長岡市希少生物の保護などに関する条例」で保護の対象となりました。希少性が高いシナイモツゴの姿をぜひ同館でご覧ください。

いこうよ、海の大冒険! 岡寺泊水族博物館 ☎75・4936

国営越後丘陵公園

☎47・8001

今年も行こう! 長岡花火 ウィンターファンタジー (裏表紙)

☎午前9時30分～午後4時30分 ¥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

※12月～来年3月は入園料・駐車料無料 休園日＝11月9日(月)・16日(月)～18日(水)・24日(火)・25日(水)・30日(月)～12月2日(水)・7日(月)～9日(水)・14日(月)・21日(月)・28日(月)～31日(木)

① 季節のバラ栽培講習会 ～バラの冬越しテクニック～

☎11月15日(日)午前10時～正午 場 香りのばら園 定20人(先着) 申 電話で

② 親子森遊び学校「冬の森たんけん&クリスマスグッズを飾ろう」

☎11月15日(日)午前10時～午後3時 集合＝古民家 ¥親子2人1組3,000円(3人目から大人1,000円、子ども500円) 定15組(先着) 申 電話で



③ キャンプファイヤーの世界ようこそ ～みんなで作る楽しい時間～

☎11月14日(土)午後3時～9時 場 里山交流館えちごにあん 定10組(先着) ¥親子2人1組3,000円(3人目から大人1,500円、子ども800円) 申 「森の演出家協会」ホームページで

- ① 花いっぱいコンクール作品展 11月17日(火)～12月20日(日) さいわいプラザ
- ② 花と緑の教室 11月17日(火)午後1時30分～3時 講 緑花推進指導員・島峰悦子さん 定12人(先着) ¥各500円
- ③ マツボックリのミニツリー 12月12日(土)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時 定各16人(先着) ¥各100円
- ④ ハボタンの寄せ植えと育て方 12月5日(土)午後1時30分～3時 講 緑花推進指導員・島峰悦子さん 定12人(先着) ¥各500円
- ⑤ ハボタンの寄せ植えと育て方 12月19日(土)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時 定各20人(先着) ¥各500円

- ① 企画展「縄文石器入門」 12月5日(土)～来年3月14日(日) 午前9時～午後5時(入館午後1時30分) 2時30分 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ② 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ③ 文化祭 11月15日(日) 午前10時～午後3時 内 焼き物や絵手紙などの作品展示
- ④ 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から

- ① 農の駅 あぐらって長岡 (ふるさと体験農業センター) 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ② 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。 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ③ 寺泊水族博物館 水生生物探索会 「漂着生物を見つけよう。ビーチコーミング体験」 11月22日(日) 午前9時～正午 対小学生と保護者 定10人(先着) 持軍手、ビニール袋 申 11月15日(日) 午前10時～午後3時

- ① 大長岡写真展 11月3日(祝)～15日(日) 午前9時～午後5時
- ② 食品サンプル持ち上げパスタ 11月14日(土)・15日(日) 午前9時30分～10時30分 ¥各2,000円、10kg7,200円
- ③ 寺泊水族博物館 水生生物探索会 「漂着生物を見つけよう。ビーチコーミング体験」 11月22日(日) 午前9時～正午 対小学生と保護者 定10人(先着) 持軍手、ビニール袋 申 11月15日(日) 午前10時～午後3時

ジェンダー平等を 実現しよう

5

▲SDGsの目標アイコンの一つ

男女平等推進センターウィル ながおか(〒951-8539) ☎39・2746

① ミニ展示「SDGsを読む」 11月2日(月)～来年3月31日(水) 午前9時～午後5時

長岡市民音楽祭 ～明日へつなぐリレーコンサート～

弦楽やピアノ、邦楽、合唱などの団体がリレー形式で演奏します。 ☎11月29日(日)午後1時30分～4時30分 場 リリックホール 定600人(先着) 申 リリックホール、さいわいプラザで整理券配布 同 実行委員会事務局(文化振興課(さい)内) ☎32・5110



さまざまなジャンルの団体による演奏は、年齢問わず楽しめます。

ありのままの感性光る! アール・ブリュットまちかどギャラリー

岡福祉課(アオ) ☎39・2343

障害のある人のありのままの感性で表現された独創的な作品(各会場6点程度)を展示します。 ☎11月21日(土)～12月22日(火) 場 アオーレ長岡、社会福祉センター(表町2)、市民センター、さいわいプラザ

アールは「芸術」、ブリュットは「磨かれていない、生のままの」という意味のフランス語だよ。文化的な伝統や流行、教育などにとらわれず、独自の発想と方法で制作した作品を展示しているんだ! ぜひ見に来てね。

▶かわぐっち

- ① 企画展「縄文石器入門」 12月5日(土)～来年3月14日(日) 午前9時～午後5時(入館午後1時30分) 2時30分 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ② 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ③ 文化祭 11月15日(日) 午前10時～午後3時 内 焼き物や絵手紙などの作品展示
- ④ 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から

- ① 企画展「縄文石器入門」 12月5日(土)～来年3月14日(日) 午前9時～午後5時(入館午後1時30分) 2時30分 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ② 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ③ 文化祭 11月15日(日) 午前10時～午後3時 内 焼き物や絵手紙などの作品展示
- ④ 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から

- ① 企画展「縄文石器入門」 12月5日(土)～来年3月14日(日) 午前9時～午後5時(入館午後1時30分) 2時30分 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ② 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ③ 文化祭 11月15日(日) 午前10時～午後3時 内 焼き物や絵手紙などの作品展示
- ④ 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から

長岡市芸術文化振興財団 ☎29・7715

チケットの購入は、お問い合わせください(公演により取り扱い場所と年齢制限が異なります)。

① 三浦文彰ヴァイオリン・リサイタル 11月19日(金)午後7時から 場 リリックホール 曲目 II ベートーヴェン/ヴァイオリン・ソナタ第5番ほか ¥全席指定4,500円 チケット発売日 11月20日(金)

まちなかキャンパス長岡(天) ☎39・3300

11月10日(火)から(HP可)

保育Ⅱ各開催日の10日前まで

① 大長岡写真展 11月3日(祝)～15日(日) 午前9時～午後5時

② 食品サンプル持ち上げパスタ 11月14日(土)・15日(日) 午前9時30分～10時30分 ¥各2,000円、10kg7,200円

- ① 企画展「縄文石器入門」 12月5日(土)～来年3月14日(日) 午前9時～午後5時(入館午後1時30分) 2時30分 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ② 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から
- ③ 文化祭 11月15日(日) 午前10時～午後3時 内 焼き物や絵手紙などの作品展示
- ④ 焼き物・絵手紙作品展示会 11月15日(日) 午前10時～午後3時 定 10人(先着) 申 11月5日(木)から

長岡市芸術文化振興財団 ☎29・7715

チケットの購入は、お問い合わせください(公演により取り扱い場所と年齢制限が異なります)。

① 三浦文彰ヴァイオリン・リサイタル 11月19日(金)午後7時から 場 リリックホール 曲目 II ベートーヴェン/ヴァイオリン・ソナタ第5番ほか ¥全席指定4,500円 チケット発売日 11月20日(金)

まちなかキャンパス長岡(天) ☎39・3300

11月10日(火)から(HP可)

保育Ⅱ各開催日の10日前まで

① 大長岡写真展 11月3日(祝)～15日(日) 午前9時～午後5時

② 食品サンプル持ち上げパスタ 11月14日(土)・15日(日) 午前9時30分～10時30分 ¥各2,000円、10kg7,200円

トップアスリートによる水泳交流会

関スポーツ振興課 ☎32・6117

パラリンピック競泳（視覚障害）に6度出場した金メダリスト・河合純一さん（右）、長岡出身でシドニー五輪銀メダリスト・中村真衣さんをゲストにトークショー、水泳での視覚障害体験、泳ぎ方の指導を行います。
 日11月21日(土)午後2時～3時30分 場ダイエープロビスフェニックスプール 対小学4～6年生で25m泳げる人 定50人(抽選) 申11月12日(木)までにホームページ「知る・学ぶ『福祉・介護・健康』in長岡」の申し込みフォームで



▲こちらから

市民体育館フィットネス教室(1月～3月)

申11月17日(火)～30日(月)に市民体育館(☎34・2700)にある申込書で
 ※12月5日(土)～20日(日)に料金を同体育館受け付けへ。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、来年1月5日(火)から再度申し込みを受け付けます

教室名	1月初回	曜日	時間	回数	対象	定員(抽選)	料金
①はじめてヨガ	11日	月	11:45～12:45	9回	小学4年生以上	27人	5,400円
	5日	火	10:00～11:00 20:10～21:10	12回			7,200円
	6日	水	11:10～12:10 12:20～13:20 19:00～20:00 20:10～21:10	13回			7,800円
	7日	木	10:00～11:00 11:10～12:10 19:00～20:00 20:10～21:10	11回			6,600円
	8日	金	10:00～11:00 19:00～20:00 20:10～21:10	12回			7,200円
	9日	土	19:00～20:00 20:10～21:10	11回			6,600円
②腰痛予防改善	7日	木	12:20～13:20	9回	中学生以上の女性	25人	5,400円
③すてきにピラティス	11日	月	13:30～14:30	9回	小学4年生以上	45人	7,200円
④やさしいフラダンス	5日	火	19:00～20:00	12回	中学生以上の男性	20人	6,600円
⑤シェイプアップフラ	7日	木	19:30～20:30	11回	小学4年生以上	27人	7,200円
⑥骨盤体操	5日	火	10:30～11:30 19:00～20:00	12回			7,200円
⑦バレトン	7日	木	20:10～21:10	12回	小学4年生以上	45人	6,600円
⑧男性のためのコンディショニング&トレーニング	11日	月	13:30～14:30	9回			5,400円
⑨シェイプアップエアロ	5日	火	20:10～21:10	12回	小学4年生以上	27人	7,200円
⑩はじめてのフラダンス	7日	木	11:15～12:15 13:00～14:00	11回			6,600円
⑪ハツラツ健康体操	8日	金	19:00～20:00	11回	小学4年生以上	45人	5,400円
⑫シェイプアップボクシング	11日	月	10:30～11:30	9回			7,200円
⑬はじめてピラティス	5日	火	11:10～12:10 13:30～14:30	12回	中学生以上の女性	20人	7,800円
⑭いきいき健康体操	8日	金	10:00～11:00 19:00～20:00	13回			7,800円
⑮エアロビクス	6日	水	20:10～21:10 15:00～16:30	13回	小学4年生以上	18人	7,800円
⑯タヒチアンダンス	7日	木	16:30～17:15 17:30～18:15		成人男性	20人	
⑰ヒップホップ	8日	金	17:30～18:30	12回	園児と保護者	20組	7,200円
⑱太極拳	5日	火	16:15～17:15 10:30～11:30 11:10～12:10		未就園児と保護者	45組	
⑲男性のための体力づくり	9日	土	16:30～17:30	小学生～中学生	20人	6,600円	
⑳英語でリトミック読み・書きコース(初級)	11日	月	10:30～11:30	9回	未就園児と保護者	20組	8,100円
㉑英語でリトミック読み・書きコース(ビギナー)	9日	土	16:00～16:50 17:00～17:50	11回	園児	20人	8,100円
㉒英語でリトミック小学生	7日	木	16:30～17:15 17:30～18:15		小学生	15人	
㉓親子英語でリトミック幼児	8日	金	16:15～17:15	12回	園児と保護者	20組	7,200円
㉔親子英語でリトミック	5日	火	10:30～11:30 11:10～12:10		未就園児と保護者	45組	
㉕子連れヨガ	9日	土	16:30～17:30	小学生～中学生	20人	6,600円	
㉖ジュニアヒップホップ	11日	月	16:00～16:50 17:00～17:50	9回	未就園児と保護者	20組	8,100円
㉗はじめての体操教室	9日	土	19:00～20:00		小学生	15人	
㉘たのしい体操教室							
㉙チャレンジ体操							

スポーツ

●ハンデイスポーツレクリエーション講習会
 パラリンピック種目「ボッチャ」を学び、体験します。

●福祉課アオ
 ☎39・2343

●雪国植物園
 ☎46・0030

●11月16日(月)～30日(月)は晩秋の無料開園(休憩所「やまぼうし」は閉鎖)

●里山のもみじをお楽しみください。来年は3月中旬頃から開園します。

ニータウン運動公園

☎86・7386

●苦手克服!なわとび教室
 日11月11日(水)・18日(水)・25日(水)午後6時～7時 対小学1・2年生

●やさしいヨガ教室
 日11月16日(月)・30日(月)、12月7日(月)午前10時～11時 対20歳以上 対ヨガマット(ある人)

●いづれも
 定各20人(先着) 申各前日まで

投げる!走る!跳ぶ!親子運動教室

日11月14日(土)・28日(土)午前10時～11時、午後2時～3時 対4～6歳と保護者 定各5組(先着) 各500円 申各前日まで

●目指せ!前跳び後跳び!なわとび教室
 日11月13日(金)・27日(金)午後6時～6時45分 対小学1～3年生 定各10人(先着) 各500円 持縄跳び 申各前日まで

市民スポーツ祭

日12月5日(土)午前9時から 場市民体育館 種別II小学1部(経験者)・ビギナーの部、中・高校各1部・2部(初心者)、一般の部 種目II自由演技 小学生500円、中学生1,000円、高校生以上2,000円 申11月21日(土)までに市民体育館にある申込書で

●フットサル大会
 日12月27日(日)午前9時から 場北部体育館 対16歳以上 定12チーム(先着) 各1チーム7,000円 申11月12日(木)～12月17日(木)に市民体育館にある申込書で

●冬季テニス教室
 日12月4日～来年3月12日の毎週金曜日午後5時～6時(期

太極拳教室会員募集

日・月①毎週月曜日午前10時～11時30分・上川西コミュニティセンター②毎週金曜日午前10時10分～11時40分③毎週火曜日午前10時10分～11時40分 市民体育館 各1,500円②③2,000円 申

●市民体育館 ☎34・2700

●長岡太極拳協会・児玉さん ☎33・2935

市民体育館

☎34・2700

●わくわくアドベンチャー
 日11月13日(金)・19日(木)・23日(水)午前10時30分～11時30分 対トランポリン、器械体操の器具を使ったアトラクションなど 対未就学児と保護者 定各30人(先着) 各500円 申随時

●陸上競技場 ☎27・6300

市民スポーツ祭

日12月5日(土)午前9時から 場市民体育館 種別II小学1部(経験者)・ビギナーの部、中・高校各1部・2部(初心者)、一般の部 種目II自由演技 小学生500円、中学生1,000円、高校生以上2,000円 申11月21日(土)までに市民体育館にある申込書で

●フットサル大会
 日12月27日(日)午前9時から 場北部体育館 対16歳以上 定12チーム(先着) 各1チーム7,000円 申11月12日(木)～12月17日(木)に市民体育館にある申込書で

●冬季テニス教室
 日12月4日～来年3月12日の毎週金曜日午後5時～6時(期

市民体育館

☎34・2700

●簡単!全身シェイプアップ運動教室
 日11月11日(水)・19日(木)・25日(水)・12月3日(木)・10日(木)午前10時～10時45分 対20歳以上 定各20人(先着) 各500円 申各前日まで

●長岡市スポーツ協会(以下スポ協) ☎34・2130と加盟団体の催し

●市民スポーツ祭
 日12月5日(土)午前9時から 場市民体育館 種別II小学1部(経験者)・ビギナーの部、中・高校各1部・2部(初心者)、一般の部 種目II自由演技 小学生500円、中学生1,000円、高校生以上2,000円 申11月21日(土)までに市民体育館にある申込書で

●フットサル大会
 日12月27日(日)午前9時から 場北部体育館 対16歳以上 定12チーム(先着) 各1チーム7,000円 申11月12日(木)～12月17日(木)に市民体育館にある申込書で

●冬季テニス教室
 日12月4日～来年3月12日の毎週金曜日午後5時～6時(期

健(検)診、まだならすぐに申し込みを

新型コロナウイルスの感染防止のため、完全予約制で成人の健(検)診を実施しています。日時や場所は、市政だより9月号(追加実施分)、市ホームページ、健康カレンダーで。

☎健康課 さい 32・5000、各支所市民生活課 ※申し込み後、案内を送付します



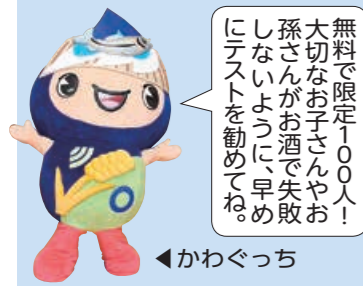
4月に配布した健康カレンダー

新成人限定

お酒から、健康を守るためにアルコール体質パッチテスト

お子さんにお勧めを!

腕にパッチを貼るだけで、お酒への適性がチェックできます。時間は約20分。テスト結果と共に、お酒との付き合い方のポイントを保健師が解説します。回来年3月31日までの平日午前8時30分～午後4時30分(随時) 平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれ 定100人(先着) 場・健康課(さい) ☎39・7508



無料で限定100人!大切なお子さんやお孫さんとお酒で失敗しないように、早めにテストを勧めてね

かわぐち

9月にオープンしたばかりのなががおか花火館。体操の後は、館内を巡ってみませんか。

2 オンライン介護研修会
ウェブ会議システム「Zoom」で開催します。
① 11月26日(木)午後3時～4時
② 12月16日(水)午後2時～3時
③ 12月17日(木)午後2時～3時
④ 12月18日(金)午後2時～3時
⑤ 12月19日(土)午後2時～3時
⑥ 12月20日(日)午後2時～3時
⑦ 12月21日(月)午後2時～3時
⑧ 12月22日(火)午後2時～3時
⑨ 12月23日(水)午後2時～3時
⑩ 12月24日(木)午後2時～3時
⑪ 12月25日(金)午後2時～3時
⑫ 12月26日(土)午後2時～3時
⑬ 12月27日(日)午後2時～3時
⑭ 12月28日(月)午後2時～3時
⑮ 12月29日(火)午後2時～3時
⑯ 12月30日(水)午後2時～3時
⑰ 12月31日(木)午後2時～3時

6 骨粗しょう症予防講座
① 12月4日(金)午後1時30分～3時30分 場(さい)いわいプラザ
② 12月11日(木)午後1時30分～3時30分 場(さい)いわいプラザ
③ 12月18日(水)午後1時30分～3時30分 場(さい)いわいプラザ
④ 12月25日(金)午後1時30分～3時30分 場(さい)いわいプラザ
⑤ 12月31日(木)午後1時30分～3時30分 場(さい)いわいプラザ

7 こころのつまり木相談会
病気や事故、自殺などで大切な家族を亡くしたあなたに話をすることで悲しみが和らぐこともあります。

8 パパママサークル
妊娠中に夫婦で知っておきたい育児のポイントを学びます。① 12月11日(金)午後6時45分～8時45分 場(さい)いわいプラザ
② 12月18日(水)午後6時45分～8時45分 場(さい)いわいプラザ
③ 12月25日(金)午後6時45分～8時45分 場(さい)いわいプラザ
④ 12月31日(木)午後6時45分～8時45分 場(さい)いわいプラザ

9 上川西コミュニティセンターをご利用ください
巻島町に移転・新築しました。バレーボールコート1面ほどの大ホールをはじめ、多目的ホール、調理室、工作室などがあります。上川西地区以外の人は、利用日の1週間前から申し込みができます。市民協働課(ア) ☎39・2291

10 市有財産を売却します
青少年文化センター跡地の一般競争入札を実施します。売却地は今朝白1丁目地内。① 11月13日(金)から管財課(大) ☎39・2211へ ※売却要項は市ホームページで

11 保育士就職ミニ相談会
① 11月27日(金)・28日(土)午前9時45分～正午 場(さい)いわいプラザ
② 12月4日(金)・5日(土)午前9時45分～正午 場(さい)いわいプラザ
③ 12月11日(木)・12日(金)午前9時45分～正午 場(さい)いわいプラザ
④ 12月18日(水)・19日(木)午前9時45分～正午 場(さい)いわいプラザ
⑤ 12月25日(金)・26日(土)午前9時45分～正午 場(さい)いわいプラザ
⑥ 12月31日(木)・1日(金)午前9時45分～正午 場(さい)いわいプラザ

12 再就職合同企業説明会
① 11月12日(木)・26日(木)午後1時30分～4時 場(ハイブ)長岡
② 11月19日(木)・23日(木)午後1時30分～4時 場(ハイブ)長岡
③ 11月26日(木)・30日(木)午後1時30分～4時 場(ハイブ)長岡
④ 12月3日(木)・7日(木)午後1時30分～4時 場(ハイブ)長岡
⑤ 12月10日(木)・14日(木)午後1時30分～4時 場(ハイブ)長岡
⑥ 12月17日(木)・21日(木)午後1時30分～4時 場(ハイブ)長岡
⑦ 12月24日(木)・28日(木)午後1時30分～4時 場(ハイブ)長岡
⑧ 12月31日(木)・1日(金)午後1時30分～4時 場(ハイブ)長岡

13 税金に関する無料相談会
① 11月28日(土)午前10時～午後4時 場・市11月25日(水)までに消費生活センター(市) ☎32・0022へ

14 税理士無料税務相談(要予約)
① 11月18日(水)、12月2日(水)午後10時～12時 場(市) ☎32・0022へ



15 意見書を提出できます。
① 11月6日(金)・12月7日(月)まで。郵送は同日消印有効。
② 意見書提出先「環境政策課・三島、和島、与板の各支所市民生活課」 場(市)立サステナブルエナジー(株) ☎0294・557808 担当(環境政策課) ☎05228

16 説明会を開催します
① 11月21日(土)午前10時～正午 場(市)市民生活課

◆回やなどの略字の見方は17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

健康

長寿はこうして課(さい) ☎39・2268

1 つきいちひろばinながおか花火館
① 11月26日(木)、12月10日(木)午前10時30分～11時30分 場(道)の駅ながおか花火館
② 12月17日(木)午前10時30分～11時30分 場(道)の駅ながおか花火館
③ 12月24日(木)午前10時30分～11時30分 場(道)の駅ながおか花火館
④ 12月31日(木)午前10時30分～11時30分 場(道)の駅ながおか花火館



2 あなたの健康相談会
① 11月20日(金) ② 25日(水) ③ 30日(日)

3 こころの相談会
① 11月25日(水) ② 12月2日(水) ③ 9日(水) ④ 16日(水) ⑤ 23日(水) ⑥ 30日(水) ⑦ 6日(水) ⑧ 13日(水) ⑨ 20日(水) ⑩ 27日(水) ⑪ 4日(水) ⑫ 11日(水) ⑬ 18日(水) ⑭ 25日(水) ⑮ 1日(水) ⑯ 8日(水) ⑰ 15日(水) ⑱ 22日(水) ⑲ 29日(水)

4 カフェE健康講座
① 11月19日(木)午後2時～4時 場(さい)いわいプラザ
② 11月26日(木)午後2時～4時 場(さい)いわいプラザ
③ 12月3日(木)午後2時～4時 場(さい)いわいプラザ
④ 12月10日(木)午後2時～4時 場(さい)いわいプラザ
⑤ 12月17日(木)午後2時～4時 場(さい)いわいプラザ
⑥ 12月24日(木)午後2時～4時 場(さい)いわいプラザ
⑦ 12月31日(木)午後2時～4時 場(さい)いわいプラザ

11月は糖尿病予防月間

糖尿病、自分に関係ないと思っていないですか？

11月は、長生橋が糖尿病予防運動のシンボルカラーである青色にライトアップされます(写真は昨年。撮影・木津幸雄さん)

患者数が年々増加している糖尿病。市の国民健康保険に加入する40歳から74歳の人のうち、約6人に1人は糖尿病の治療を受けています。健診の結果では、約7割の人に血糖値の異常がみられます。他人事ではなく、誰もがなり得る身近な病気です。

糖尿病は自覚症状がありません。毎年健康診断を受け、再検査が必要との結果が出た場合は、必ず受診しましょう。

☎健康課(さい) ☎32・5000

●かかりつけ医と専門医、市が連携して重症化予防をサポート
人工透析を受ける人を減らすため、市は長岡市医師会、長岡地域糖尿病対策推進会議と共に「長岡市糖尿病性腎症重症化予防プログラム」を実施しています。国民健康保険の加入者で、糖尿病性腎症またはその恐れがある人には、かかりつけ医と専門医、市が連携して診療や保健指導を行います。該当する人には案内を送付しています。

●動画で予防のポイントチェック!
糖尿病の予防のため、専門医などからの助言や、5分程度の運動を紹介する動画を市ホームページに掲載しています。

●糖尿病重症化予防の3カ条!
糖尿病は、重症化すると神経障害や失明を併発したり、人工透析が必要となったりします。人工透析は4時間程度の通院を週3回しなければなりません。

重症化を防ぐため、次の点に注意してください。

- ▶ 定期的な尿検査で腎機能を確認
- ▶ 基準値(HbA1c8%以上、尿たんぱく+以上、eGFR45ml/分/1.73m²未満のいずれか)に該当したら、かかりつけ医と相談の上、専門医を受診
- ▶ 定期的に保健指導を受けて生活の振り返り

家族で守ろう パパの健康

買い物のついでに健康チェックはいかが。
① 11月14日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
② 11月21日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
③ 11月28日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
④ 12月5日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
⑤ 12月12日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
⑥ 12月19日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
⑦ 12月26日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
⑧ 1月2日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
⑨ 1月9日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
⑩ 1月16日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
⑪ 1月23日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋
⑫ 1月30日(土)午前10時30分～午後3時30分 場(リバーサイド)千秋

健康 スポーツ 暮らし 手続き・制度 募集 みんなのひろば

長岡市表彰 晴れの受賞者

さまざまな分野で長岡市の発展に尽くされた方々をご紹介します(敬称略)。
11月3日(祝)、アオーレ長岡で表彰します。

図 庶務課(アオ) ☎39・2203

▼多年にわたり町内会長として寄与
恩田 績 保科善太郎

▼多年にわたり統計調査員として寄与
近藤むつ子 蓮尾 明子
丸山美穂子

▼多年にわたり民生委員・児童委員として寄与
五十嵐ケイ子 猪俣久美子
大港 捲二 小林 功
鈴木 弘 中澤 博
福田よしい 古屋 信司
若井 勉

▼多年にわたり知的障害者相談員として寄与
五十嵐勝彦

▼多年にわたり学校医として寄与
武田さち江 八幡 和明

▼多年にわたり学校歯科医および保育園歯科医として寄与
小見 司 刈屋 功
松田 武之 横山 和義

▼多年にわたり食生活改善推進委員として寄与
相田 女里 青木りよ子
栗林 綾 佐藤まり子
野村ミヨシ 本田 正子
本間 綾子 若月千枝子

▼多年にわたり公民館地区館長

として寄与
森山 雅義

▼多年にわたりスポーツ推進委員として寄与
森山 鉄也

▼多年にわたり消防団員として寄与

青木 充	安達 哲哉
阿部奈津実	石坂 哲
石田 雅則	内山 利徳
江島 弘明	大崎 弘美
大橋 誠二	小川 徳光
小川 博文	小黒 隆
影山 政義	笠原真佐雄
勝俣 隆司	金子 俊幸
樺澤 克巳	上村 修生
川上 聡	川瀬 賢治
木戸 忠之	熊倉 和樹
倉井 清之	倉品 政利
倉品 稔	古西 孝司
小西 俊行	小林 哲志
駒沢 広貴	坂牧 正人
佐々木俊則	佐藤 一利
佐藤 一幸	佐藤 宏則
佐藤 充	鈴木 剛
竹内 賢一	橋 道憲
田中 篤史	田辺 貴幸
土田 忠	綱 享一
東條 和則	東條 誠
内藤 吉男	中島 幹
永井 和弘	永井 孝一
奈良場弘至	羽賀 亮一
長谷川久夫	番場 睦
平澤 裕一	福田 知一
藤井 誠	古見 義典
星野 元喜	本間 孝之

松井 亮	松田 政幸
水澤 正好	宮沢 和慎
室橋 重征	森 一幸
諸橋勇一郎	山内 光信
山田 博章	山本 兼市
吉田 清則	吉村 芳秀
両田 知章	

地域社会貢献者褒賞

▼多年にわたり福祉施設慰問活動を継続
笠原 静枝

▼多年にわたり地域福祉ボランティア活動を継続
佐藤 泰司 丸橋 玲子
細貝 セツ 山崎 邦夫

▼多年にわたり国際交流ボランティアを継続
むつみ会

▼多年にわたり交通安全街頭指導を継続

長部 巖	佐々木勝治
高野 隆夫	中野 武夫
松山 佳夫	

▼多年にわたり公園の美化活動および交通安全街頭指導を継続
佐野 俊夫

▼多年にわたり河川の美化活動を継続
柿川を守る会

会役員として寄与
三上 徹人

▼多年にわたり学校歯科医および保育園歯科医として寄与
吉岡 弘行

▼多年にわたり母子保健推進員として寄与

池田シゲ子	風間よき子
鈴木 道子	原田トシエ

▼多年にわたり子ども会連絡協議会役員として寄与

今井 和彦	西山 好英
-------	-------

▼多年にわたり青少年育成員として寄与
土田 明典

長岡市教育委員会表彰 晴れの受賞者

(敬称略) 図 教育総務課(さい) ☎39・2238

11月9日(月)、さいわいプラザで表彰します。

▼多年にわたり公立学校通学区域審議会委員として寄与
佐藤 恭一

▼多年にわたり宮内中学校後援会役員として寄与
高橋 俊次

▼多年にわたり表町小学校において学校運営協力者として寄与
中村 核

▼多年にわたり文化財保護審議

会委員として寄与
高橋 實

▼多年にわたりスポーツ推進審議会委員として寄与
北郷 昌明

▼多年にわたりスポーツ推進委員として寄与

岡崎 貞幸	円谷 澄江
中村 良孝	渡邊 和己

▼多年にわたり寺泊スポーツ協

市政功労者顕彰

▼多年にわたり市議会議員として寄与
杵渕 俊久

市表彰

▼第31回「みどりの愛護」功労者国土交通大臣表彰を受賞
長岡市緑花センター 花テラス・サポーター

▼令和2年度環境大臣賞地域環境美化功績者表彰を受賞
与板町ほたるを守る会

▼災害対応ロボットの開発と安全・安心な実用化に向けた取組において防災体制の整備に貢献したことにより令和2年防災功労者内閣総理大臣表彰を受賞
木村 哲也

▼第23回オゾン層保護・地球温暖化防止大賞において環境大臣賞を受賞
株式会社ナンバ

▼第31回日本パラ陸上選手権男子100mで日本新記録を樹立し優勝および男子200mで自身の持つ日本記録を更新し優勝
松田将太郎

▼第17回世界陸上競技選手権大会男子走高跳に出場
佐藤 凌

▼第58回全日本競歩輪島大会男子全日本10km競歩で優勝
諏方 元郁

▼第41回全国JOCジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会男子100m背泳ぎで優勝
早坂 亮

▼第95回日本選手権水泳競技大会男子1m飛板飛込で優勝および第30回ユニバーシアード競技大会男子3mシンクロナイズド飛板飛込に出場し入賞
荒木 宥図

▼第30回ユニバーシアード競技大会男子3mシンクロナイズド飛板飛込に出場し入賞
長谷川英治

▼2020フリースタイルスキー全日本選手権女子デュアルモーグルで優勝および2020 F I S フリースタイルスキーワールドカップ秋田たざわ湖大会女子モーグルで準優勝
星野 純子

▼2019年度全日本学生室内テニス選手権大会女子ダブルスで優勝
石川 琴実

▼2019年 I T F 女子ワールドテニスツアーで年間7勝
内藤 祐希

▼バレーボール第20回女子U20(ジュニア)世界選手権大会で優勝および第20回アジア女子選手権大会で優勝
曾我 啓菜

▼マイナビジャパンビーチバレーボールツアー2019第7戦名古屋大会で優勝
長谷川徳海

▼多年にわたり長岡バドミントン協会会長として寄与
故 米山 稔

▼多年にわたり長岡バドミントン協会理事長および理事として寄与
佐藤 政利

▼多年にわたり長岡市野球連盟理事長および常任理事として寄与
青木 洋一

▼多年にわたり農業委員会委員として寄与
青柳 進 川上 憲一
田中 藤雄 中村 正行
諸橋 昇一 吉川 勇

▼多年にわたりスポーツ推進審議会委員として寄与
小林 康一

▼多年にわたり文化財保護審議会委員として寄与
伊藤 善允 鈴木 昭英
原 武嗣

次ページへ

造形大の初代学長 豊口協さんに市表彰

長岡造形大学の初代学長を務め、長年にわたり市政に貢献された功績を称え、豊口協さんに市表彰を贈呈しました。

豊口さんは、造形大の設立をはじめ、デザインを通じた人材育成の礎を築き、中越大震災からの創造的復興や市町村合併など、多方面で市政に貢献されました。



▲表彰状を受け取った豊口さん。鎌倉市に帰郷する前日の10月19日に贈呈

還付金詐欺に注意!

市職員などを装い「年金の払い戻し(還付)がある」と電話をかけ、振込先口座や暗証番号を聞き出す「還付金詐欺」の情報が寄せられています。

市が電話で年金の還付を伝えたり、口座情報を聞いたりすることはありません。このような電話があった場合は、すぐに対応せず、市役所や最寄りの警察にお問い合わせください。

☎国保年金課アオ 39・2250

- 西部丘陵東地区の下水道の都市計画変更案を縦覧します
 - ☎ 11月20日(金)～12月3日(木)
 - ☎ 11月26日(木)～26日(木)
 - ☎ 11月26日(木)～26日(木)
 - ☎ 11月26日(木)～26日(木)
 - ☎ 11月26日(木)～26日(木)
 - ☎ 11月26日(木)～26日(木)

- 陽光台地区地区計画の変更案を縦覧します
 - ☎ 11月26日(木)午後2時～3時
 - ☎ 11月26日(木)午後2時～3時
 - ☎ 11月26日(木)午後2時～3時
 - ☎ 11月26日(木)午後2時～3時
 - ☎ 11月26日(木)午後2時～3時
 - ☎ 11月26日(木)午後2時～3時

● 家の建築、取り壊しの際にはご連絡を

手続き・制度



● 12月4日(金)～10日(木)は人権週間です

国際連合が1948(昭和23)年12月10日に採択した世界人権宣言を記念して定められています。障害者差別解消法や部落差別解消推進法といった、人権を守る法律も制定されています。

人権問題でお困りの人は、全国共通人権相談ダイヤル ☎0570・0003・110へ。☎人権・男女共同参画課市セ ☎39・2746

中央公民館の3階で無料Wi-Fiが使えます



各教室や和室などで無料Wi-Fiが使えるようになりました。オンラインでの活動や会議に活用してください。

- ◆ 国や県などの略字の見方は17ページ
- ◆ 国どなたでも、国特になし、無料、国不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
- ◆ 国に電話、ファクス、Eメール、国(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

- し尿のくみ取りは降雪前に
- 例年12月は、し尿くみ取りの申し込みが集中し、収集が遅れがちです。降雪後の作業は困難なため、早めに済ませましょう。特に大型便槽は11月中旬に済ませてください。
- ☎ 申し込み先
- 長岡地域
 - ☎ 川東地区大手通以北：(有)あけぼの清掃社 ☎42・2560
 - ☎ 川東地区大手通以南：(株)みつわ ☎36・4470
- 三島・与板地域：(有)あけぼの清掃社 ☎42・2560
- 山古志地域：(有)山清コーポレーション ☎59・2304
- 和島地域：(有)タカハシ環境サービス ☎74・2433
- 寺泊地域：(株)寺泊清掃社 ☎75・2034
- 栃尾地域：(有)協和衛生社 ☎75・2034

長岡最高峰のコシヒカリ 金匠 販売開始

☎農水産政策課市セ ☎39・2223

長岡うまい米コンテスト2019上位入賞者が今年度に生産した新米コシヒカリを、ブランド米「金匠」として販売します。

☎11月上旬から ☎原信(一部店舗を除く)、早川米穀店、大倉、遠藤米穀、杉本商店、高田屋商店

健全な土壌での栽培、科学的に証明!

日本を代表するバイオベンチャー企業の(株)ちとせ研究所と協力し、金匠を栽培している水田土壌中の微生物群を解析・評価しました。その結果、おいしいお米の栽培に適した健全な土壌であることがわかりました。

国産の農作物では初めて、ちとせ研究所の認証シール(右)を付けて販売します。



国保・後期高齢者医療・介護・国民年金の保険料は税金から控除できます

控除の対象=令和2年1月～12月に納めた保険料の合計。過去の未払い保険料の支払い分も含む。

種別	国民健康保険	後期高齢者医療	介護保険
納付方法	納付書	納付書	領収書
納付書	1月下旬に送付予定の「年間納付額のお知らせ」	1月下旬に送付予定の「公的年金等の源泉徴収票」(障害年金や遺族年金から支払った人には送付されません)	領収書
口座振替	※領収書、預貯金通帳でも確認できます	※年金から支払った本人の控除対象になります	預貯金通帳
クレジット納付		※還付された保険料は差し引いて申告してください	※金額が不明な場合は問い合わせを
LINE Pay			
請求書支払い			
年金からの支払い	国保年金課アオ ☎39・2220、各支所市民生活課	国保年金課 ☎39・2317、各支所市民生活課	介護保険課アオ ☎39・2245、各支所市民生活課
問い合わせ			

※窓口での確認は本人確認書類(運転免許証など)をお持ちください

【国民年金保険料】 ※全額控除対象

11月上旬に、日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます(10月以降に本年初めて納付する人には来年2月上旬)。申告には、この証明書や領収書を添付してください。

☎ねんきん加入者ダイヤル ☎0570・003・004 (IP電話などは ☎03・6630・2525)、長岡年金事務所 ☎88・0003

住宅火災犠牲者の7割が65歳以上 火災予防を心掛けよう

● 11月9日(月)～15日(日)は秋の全国火災予防運動

その火事を防ぐあなたに 金メダル

暖房器具を使い火災が多くなる季節です。火の取り扱いには十分注意しましょう。

★防火キャンペーン

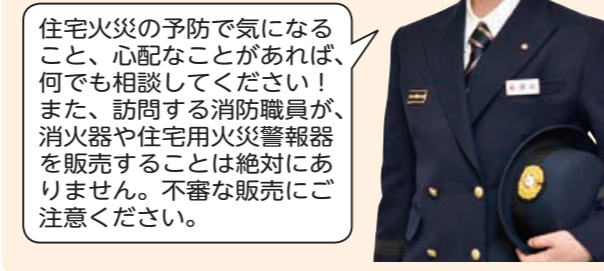
☎11月7日(土)午後1時～4時 ☎消防本部

☎消防音楽隊演奏、地震体験、消防車両展示など ☎長岡消防署 ☎35・2193

● 65歳以上の人のみの世帯を訪問します

住宅火災で亡くなる人の約7割が65歳以上です。消防職員が訪問し、火災予防の説明を行います。

☎11月30日(月)まで ☎消防本部予防課 ☎35・2190



住宅火災の予防で気になること、心配なことがあれば、何でも相談してください! また、訪問する消防職員が、消火器や住宅用火災警報器を販売することは絶対にありません。不審な販売にご注意ください。

大好きだから悩むんです 子育ての相談、お気軽に

☎子ども・子育て課 ☎さい ☎39・2300

★11月は児童虐待防止推進月間

189 知らせて守る こどもの未来

出産や子育てに悩んだとき、虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときは、一人で抱え込まず、すぐに相談してください。

さまざまな子育て支援事業や相談窓口を用意しています。

※「189」は児童相談所の全国共通ダイヤルです。189番にかけると、近くの児童相談所につながります

オレンジリボンとは、「児童虐待のない社会の実現」を目指す運動のシンボルです。「子育てにやさしい社会」をつくり、地域全体へとつなげていくことが、児童虐待を防ぎます。



● 「もしかしたら?」と感じたら

☎39・0889 要保護児童対策地域協議会

「もしかしたら、虐待を受けているのでは?」

「ちょっと心配な親子だな…」など、少しでも気になることがあったら連絡してください。その子どもや家庭を救うことにつながります。秘密は厳守します。

☎平日午前8時30分～午後5時15分(年末年始は除く)

★夜間・土・日・祝日の緊急時

☎長岡児童相談所 ☎35・8500

● 子育て、家庭内のこと、ご相談ください

☎39・7867 家庭児童相談室

☎子ども家庭センター ☎さい ☎平日午前8時30分～午後5時15分(年末年始は除く) 相談方法=電話、来室(要予約。個室で対応)、家庭訪問

● 育児・産後の体調に不安を感じたら

☎39・2300 子ども・子育て課

☎同課 ☎平日午前8時30分～午後5時15分(年末年始は除く) 相談方法=電話、来課(要予約。個室で対応)、家庭訪問

◆回や欄などの略字の見方は17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
◆図に電話、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

アクセスは月86,000件！ 市ホームページ 広告募集



アクセスはトップページで月平均8万6千件。感染症対策や緊急情報の閲覧のため、昨年に比べて増加しています。企業PRなどにぜひご活用ください。
募集数=15枠 掲載期間=来年1月～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) 掲載位置=トップページ
11月分…11月30日(月)まで、2月分…12月28日(月)まで、3月分…来年1月29日(金)までにHPで 担当=広報課(アオ) ☎39・2202

募集

●消費生活相談員(会計年度任用職員)
1人 雇用期間 来年1月1日～3月31日 仕事 消費生活相談員、消費生活アドバイザー、消費生活コンサルタントの資格がある人(採用後の取得も可) 報酬 月額150,000円(社会保険に加入) 勤務日 平日(1日6時間) 試験日 11月20日(金) 選考方法 書類選考、面接、パソコン操作実技
11月17日(火)までに市ホームページにある申込書を消費生活センター(市セ) ☎32・0022へ
●海と魚と歴史のまち・寺泊を全国にPRする観光ポスターデザイン
応募規格 B3からA3判程度(作品は返却しません) 賞金 採用者に賞金5万円 賞金 1月29日(金)(必着)までに作品と市ホームページ掲載の応募用紙を〒940-0125 92(住所不要)寺泊支所産業建設課(市セ) ☎75・3105へ

納期限は11月30日(月)です

- 国民健康保険料(5期)
- 後期高齢者医療保険料(8期)
- 介護保険料(8期)
- 下水道事業受益者負担金(3期)

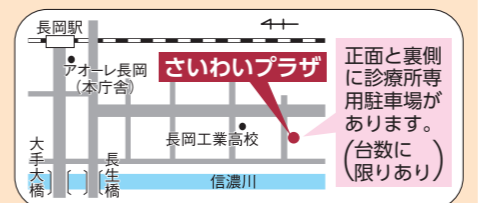
急患診療のお知らせ

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。**
④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 小児科 外科	午後6時45分～9時30分 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・祝日休みのみ)。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(外)、内科は(内)で表記しています

期日	病院名	電話番号
11月	1日(日) (外) 中之島クリニック	☎61・2551
	3日(祝) (内) さえき内科	☎66・8500
	8日(日) (外) 寺師医院	☎62・0137
	15日(日) (内) 関谷医院	☎61・0205
	22日(日) (外) 星整形外科医院	☎66・8808
	23日(祝) (内) 石川医院	☎66・2140
12月	29日(日) (内) 林俊彦クリニック	☎66・3000
	6日(日) (内) 田崎医院	☎62・1122

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

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…1月号は11月25日(水)(必着)、2月号は12月25日(金)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【1月号】1月3日(日)、【2月号】2月10日(水)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。
☎39・2202

催し

■拉致問題を考えるパネル展
11月12日(木)・13日(金)・16日(月) 午前9時～午後4時 場・岡川崎コミュニティセンター1分館 ☎35・7933
■ナガオカファイリングプロジェクト
11月15日(日)午後3時～5時 場・えちご川口温泉ホテルサンロイヤル「古民家」 40代の独身男女 定各8人抽選 男性4,000円、女性3,500円
■11月12日(木)までにNPO法人まちなか考房 ☎36・3240へ
■山古志の魅力発見サイクリングツアー
11月15日(日)・22日(日)・29日(日) 午前9時～午後4時 場・やまこし復興交流館おらたる 集合 長岡駅東口 ☎各5,000円 各開催日の5日前までに開午

と錦鯉の伝統文化を楽しむ会・篠田さん ☎090・6700・7980へ
■聞いてくらしやい昔話
11月14日(土)午後2時～3時30分 場・中央図書館 岡長岡民話の会 ☎090・4669・4084
■はまなすウインドアンサンブル定期演奏会
11月23日(祝)午後2時～3時30分 場・寺泊文化センター 定100人宛 岡大橋さん ☎090・2462・8767
■スポーツ
■ニュータウン親子テニス教室
11月12日(日)・来年3月25日の毎週火・木曜日午後7時～9時 場・ニュータウン運動公園 小学生以上 定10人宛 15,000円 岩富さん ☎080・5225・1130

■長岡市ワンバウンドバレーボール秋季大会
11月12日(木)午前10時～午後4時 場・市民体育館 岡長岡市ワンバウンドバレーボール協会・土田さん ☎090・5432・5849
■長岡ジュニア体操クラブ男子一般コース体験会
11月13日(金)・20日(金)・27日(金) 午後5時30分～7時30分 場・市民体育館 小学生 定各5人宛 岡同館 ☎34・2700
■精神に障害を持つ人の家族への相談
11月11日・12月23日の第2・4水曜日午前10時～正午 場・福祉センター(表町2) 岡NPO法人希望の会福祉会・森田さん ☎89・7883
■摂食障害親の会(向日葵の会)毎月第1・3土曜日午後1時30分～4時30分 場・阪之上コミュニティセンター 1回500円 岡中田さん ☎090・5422・9967
■高齢者向けスマホ講座
11月7日・12月12日の毎週土曜日午前10時～正午 場・NAD EC BASE 定各15人宛 1回300円 岡11月30日(月)までに(株)雷神・原さん ☎090・9547・2893へ
■無料法律相談会(要予約)
11月11日(水)・18日(水)・25日(水)・12月4日(金)・22日(火)午前10時～

■不登校支援のための解決志向アプローチ
12月13日(日)午後1時30分～4時30分 場・中央図書館 定50人 先着 3,000円 岡12月4日(金)までに長岡楽しく学ぶ会・五十嵐さん ☎63・4266へ
■特許や商標などの無料相談
平日午前9時～午後5時 場・千秋が原ビル(千秋2) 中小企業、個人事業者など 岡新潟県発明協会長岡窓口 ☎86・5064
■家庭用ばかりなどの無料検査
11月25日(水)午前10時～正午、午後1時～3時30分 場・市民センター 体温計、キッチンスケール、体温計など(血圧計は除く) 岡新潟県計量協会 ☎0256・2354

■障害年金無料相談会
12月7日(月)午後1時30分～4時 場・アオーレ長岡 岡社会保険労務士会長岡支部・平澤さん ☎82・6453
■おしごと体験イベント
11月19日(木)午後1時～4時30分 場・ハイパースポーツ 岡6分野の説明、作業体験など 対40歳未満 定30人宛 岡11月24日(火)午後1時～4時 場・リバーサイド千秋 岡年齢・筋肉量測定など 対40歳以上
①②いずれも 岡(株)エム・エス オフィス ☎30・1230 (1)は要申し込み
■ご存じですか? 検察審査会
犯罪の被害に遭ったのに、検察官が裁判にしないと、不満のある人はご相談ください。
岡長岡検察審査会 ☎352182
■長岡育英寮入寮生
定7人(面接で選考) 岡市内出身または市内の高校・高専を卒業した男子大学生・大学院生 岡東京都武蔵野市西久保2の16の9 部屋 6畳洋間個室食事なし(エアコン)、共同の浴室と自炊設備あり) 月3万5千円(光熱水費込み) 岡12月1日(火)～来年2月20日(土)に卒業 岡(株)河田さん ☎24・7373へ

幸せが花咲く、特別な一夜

長岡花火 ウィンター ファンタジー

12/5
土

時間 = 午後 5 時 ~ 5 時 30 分
(午後 4 時開場)

場所 = 国営越後丘陵公園

※荒天の場合は 6 日(日)に延期

長岡花火財団 ☎ 39・0823

※当日の問い合わせは

国営越後丘陵公園 ☎ 47・8001へ

過去最大の
打ち上げ数！
有料ライブ配信も

入場時の検温など、感染症対策を実施して開催します



▲詳細はこちらから

★新潟県民限定！チケット販売

観覧料 = 高校生以上 1,000 円、小・中学生 500 円 (未就学児無料)、イス席 1,500 円 駐車料 = 500 円 購入方法 = 11 月 7 日(土)午前 10 時からチケットぴあで ※当日券はありません

花火プログラム

- クリスマス・スターメイン
- マライア・キャリー「恋人たちのクリスマス」、嵐「Happiness」などのミュージックスターメイン
- 復興祈願花火フェニックス など

“発酵”をおいしく、楽しく、学ぶ

HAKKO ハッコートリップ trip

Hakko × Local × Science

11/21 午前 10 時
土 午後 3 時

国政策企画課 ☎ 39・2361



発酵食品をおいしく楽しむだけでなく、科学や体験、学びなどさまざまな角度から長岡の発酵の魅力を巡る、旅 (trip) のような特別な 1 日です。

撰田屋地区

- 発酵屋台村@米蔵 (飲食・物販)
- 蔵めぐりスタンプラリー

アオーレ長岡

- 発酵マルシェ (飲食・物販)
- HAKKO×バイオコミュニティ ミミズや微生物の働きを知ろう
- 映画「いただきます みそをつくるこどもたち」上映会

■発行：長岡市 (令和 2 年 11 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/FAX 0258・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(10月1日現在)
人口/266,959人(-113)
世帯数/108,915世帯(+43)
男/130,561人(-74)
女/136,398人(-39)
※()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

