

ながおか 市政だより

Nagaoka

2
2022



◎表紙
冬の新たなレジャーに！
おぐに森林公園で雪中キャンプ (p12)

- p 2 新型コロナウイルス関連情報
- p 4 万病招く「血糖値の急変動」に注意
- p 6 楽天と連携協定 次世代の人材育成へ
- p 8 「ミライエ」のシンボルマークが決定



まん延防止等重点措置が適用中 改めて対策徹底を

岡危機管理防災本部 ☎39・2262、健康課 ☎39・7508

1月以降、市内で新型コロナウイルスの新規感染者が急速に増加しています。現在流行しているオミクロン株は感染力が非常に強く、重症化のリスクがある高齢者や医療関係者の感染増加で医療体制がひっ迫する恐れがあります。

体調が悪い時の相談は
 県新型コロナ受診・相談センター
025・256・8275
 (毎日24時間対応)

- **基本的な感染対策を徹底**
 - ・手洗いや手指消毒、3密回避、マスクの着用を
 - ・体調が悪い時は、人との接触を避ける
 - ・感染リスクを伴う行動の前後には検査を受ける
- **外出・移動は慎重に**
 - ・混雑した場所など感染リスクが高い場所への外出や移動は控える
 - ・不要不急の県外との往来は控える
- **飲食時の対策を徹底**
 - ・感染対策が徹底されていない飲食店などの利用は避ける
 - ・同一グループ・テーブルでの会食は4人以内で

飲食店の時短要請は2/13(日)まで 協力金の申請は2/14(月)から

営業時間の短縮要請(1月21日～2月13日)に協力した飲食店などへ「新型コロナウイルス感染症拡大防止協力金」を支給します。
 ※詳しくは市ホームページで。要請期間が延長された場合は、申請開始日を変更します
 岡事業者向け総合相談窓口(産業支援課内) ☎39・1238

1世帯10万5,000円 非課税世帯などへの臨時特別給付金(国)

対象＝①住民税非課税世帯…令和3年12月10日時点で、世帯全員の令和3年度分の住民税均等割が非課税の世帯②家計急変世帯…令和3年1月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響で家計が急変し、住民税非課税世帯相当の収入となった世帯 支給額＝1世帯10万5,000円 ※市が助成する原油高騰による灯油代の購入費(1世帯5,000円)を含む 申し込み＝①3月31日(木)までに確認書(2月中旬に発送予定)を返送②9月30日(金)までにアオーレ長岡福祉窓口、各支所市民生活課(山古志・和島支所は地域振興・市民生活課)、市ホームページにある申請書で 岡市給付金専用コールセンター ☎39・2347

▶詳しくはこちら



売り上げ30%以上減の事業主に 事業復活支援金(国)

対象＝令和3年11月～令和4年3月のいずれか1カ月の売り上げが、前年または前々年同月比30%以上減少した中堅・中小企業、個人事業主、フリーランスの事業者 給付額＝令和3年11月～令和4年3月の売上減少額を基準に算定した金額を5カ月分 上限額＝個人事業主など…50万円、法人…年間売上高に応じて250万円まで ※詳しくは経済産業省ホームページで 岡同事務局 ☎0120・789・140

申請は2/28(月)まで 飲食・サービス安心応援給付金(市)

宿泊業、飲食店、理美容室、小売業などに給付します。店舗の感染防止対策に利用できます。
 対象＝令和3年10月～令和4年1月の連続2カ月の店舗ごとの売上高が、前年または前々年比で20%以上減少している事業者 給付額＝1店舗10万円 申し込み＝2月28日(月)まで(消印有効)に市ホームページにある申込書を郵送で〒940-8501(住所不要)事業者向け総合相談窓口(産業支援課内)へ

高齢者の接種日程を前倒し 3回目接種を加速します

岡新型コロナウイルスワクチン接種事業室 ☎39・2383

新型
 コロナ
 ワクチン

65歳以上

個別接種 前倒しで実施しています

65歳以上の個別接種は、準備の整った医療機関から接種を開始しています。

集団接種

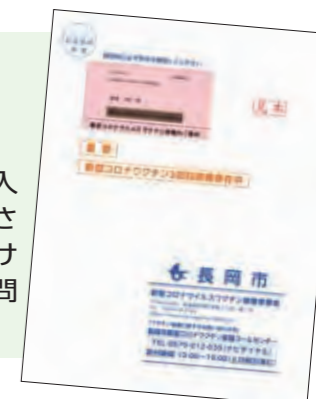
1万人以上が前倒しで接種できる日程を追加しました

予約できる日程や受付期間など詳しくは、接種券とは別に、対象者へ案内します。

接種日	会場	定員(人)	使用するワクチン
2月6日(日)	長岡赤十字病院	260	ファイザー
12日(土)	ハイブ長岡	1,800	モデルナ
13日(日)		1,800	
19日(土)	長岡中央総合病院	160	ファイザー
20日(日)		480	
3月5日(土)	ハイブ長岡	1,800	モデルナ
6日(日)		1,800	
12日(土)		1,000	
13日(日)		1,000	

接種券を順次 発送しています

2回目接種後に市内へ転入した人には、接種券が発送されません。3回目接種を受けるには申請が必要です。お問い合わせください。

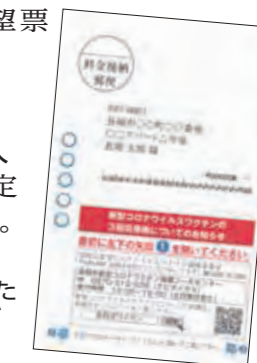


●お知らせはがき指定の日程から変更したい人

- ①市のホームページ・公式ライン・コールセンター ☎0570・012・035から予約 新たに追加した前倒しの日程、今後キャンセルで空いた日程に変更できます。
- ②お知らせはがきの変更希望票を提出 はがきに記載の予備日に変更したい人は、2月10日(木)までに変更希望票を郵送してください。

●お知らせはがき指定の日程で接種を希望する人 手続きは不要です。指定の日時・会場で実施します。

▶65歳以上向けに発送したお知らせはがきのイメージ



18歳～64歳

接種券が届き次第、個別・集団・職域接種のいずれかで3回目接種を受けることができます。予約方法などは、接種券に同封するお知らせで確認してください。

5歳～11歳

接種は本人と保護者が十分理解し、判断を

3月以降に5歳～11歳の子どもへのワクチン接種を始めることを、国が検討しています。ファイザー社の小児用ワクチンを使用し、3週間の間隔を空けて2回接種します。

早ければ3月上旬以降に対象の子どもへ接種券を発送し、接種方法などを案内します。子どもへの接種は、接種する場合としない場合のメリットとデメリットを本人と保護者(親権者)が十分理解し、判断してください。



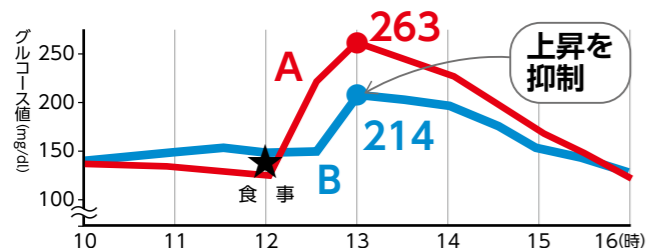
1・2回目の接種も引き続き受けることができます。接種を希望する人は市へ相談してください。

効果あり！私たちの“ランチ改善”

※結果には個人差があります

検証① 炭水化物に+α

そば“だけ”を食べた場合と、サラダとサラダチキンを加えた場合…



肉・魚などと組み合わせて

肉・魚などのたんぱく質をとることで、血糖値を下げる成分の分泌を促します。

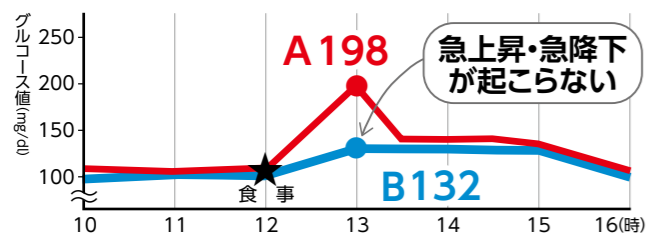
- ・毎食、肉・魚・卵などのたんぱく質と野菜を
- ・炭水化物の重ね食べ（ラーメンとチャーハンなど）にも注意



薬剤師・大野裕さん

検証② 食べる順番を工夫

コンビニで買ったおにぎりとサラダ。食べる順番を入れ替えると…



野菜を先に食べよう

野菜の食物繊維が後に食べたものに含まれる糖の吸収を緩やかにします。

- ・ゆっくりかんで、炭水化物を食べ始めるまでに10分以上かけると◎
- ・野菜で満腹になってしまう人はたんぱく質も必要なので、肉・魚・卵を先に



市保健師

万病を招く 働き盛りこそ対策 血糖値のジェットコースター



監修：長岡中央総合病院糖尿病センター長・八幡和明さん

ランチの後、急激に眠くなる人はいませんか。もしかしたら血糖値が原因かもしれません。市の特定健診でも7割の人に血糖値の異常が認められています。

今回、食後に血糖値が急激に変動する「血糖値スパイク」に着目。長岡市薬剤師会などと協力し、食べ方の工夫などで血糖値を上手にコントロールする方法を探りました。

問健康課 ☎39・7508

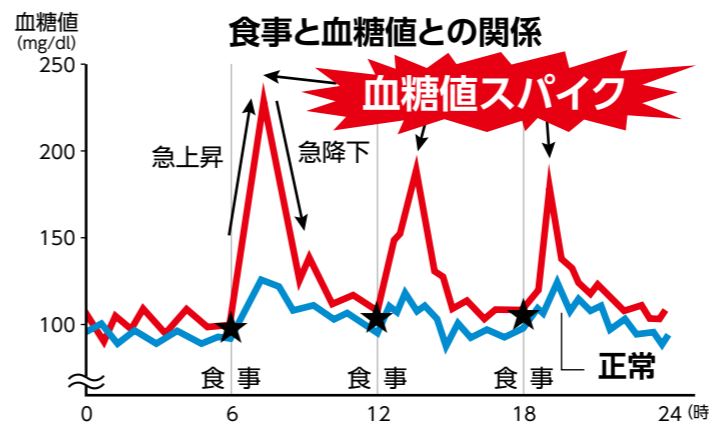
血糖値スパイクとは？

血液中のブドウ糖の濃度を表す血糖値は、主にごはん・麺などの炭水化物を食べると上昇します。通常は緩やかに上下しますが、「血糖値スパイク」は食事や生活習慣によって食後1～2時間のうちに血糖値が急上昇し、その後に急降下する現象です。自覚症状がほぼなく、空腹時に行う健康診断では血糖値が正常となるため、気づきにくいのが特徴です。

放置すると…

血糖値が高い状態が続くと糖尿病を招きます。また、血糖値スパイクが血管の壁にダメージを与え、動脈硬化が進行し、脳梗塞や心筋梗塞など命に関わる重大な疾患のリスクが高まります。

病気の一例



血糖値スパイクを防ぐには？ 検証してみました！

薬剤師会や長岡商工会議所の健康・医療福祉部会のみなさんと一緒に、普段通りの食生活にひと工夫を加えることで、血糖値がどう変化するか検証しました。

- 期間：10月7日～20日（2週間）
- 対象者：20～50歳代の15人
- 方法：機器を腕に着けて生活し、グルコース値（血糖値に近い値）を測定。食事内容や食べ方を記録

気になる結果は…



検証した薬剤師会のみなさん

出張します！ 企業向け健康講座

血管年齢の測定から心のケアまで、働き盛り世代向けの幅広いメニューがあります。日時や内容などをご相談ください。

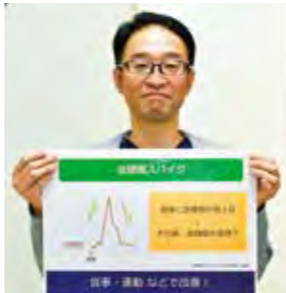


働き盛りの健康な人こそ 生活習慣の見直しを

長岡市薬剤師会会長・上村宏さん 地域の健康づくりをする上で課題であった働き盛り世代への啓発に、商工会議所や市と連携して取り組んでいます。将来の治療や服薬の負担を減らすためにも健康なうちに生活習慣を見直しましょう。

小さなひと工夫が 大きな病気を防ぐ

鈴木内科医院院長・鈴木信明さん 食後の運動はもちろん、測定するとわかるように、食べる順番や内容で血糖値スパイクの程度は大きく変わります。日頃の生活にひと工夫を加えることで病気の予防につながります。





3年ぶりの大花火大会 安全な大会実現へ、ご協力を

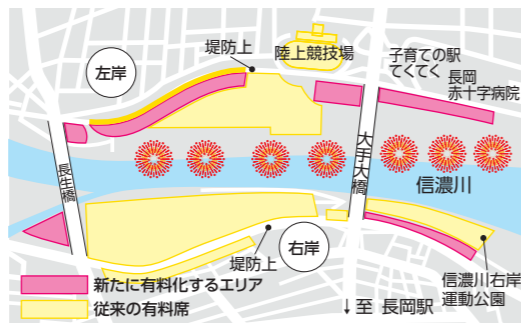
8月2日・3日の開催に向けて準備を進めている長岡まつり大花火大会。県と協力し、飛沫の抑制や消毒の徹底、会場内での密集回避などの具体的な対策を定める「感染防止安全計画」を作成中です。

無料席の有料化で 入場管理を徹底

開催に当たっては、安全な観覧環境の確保と感染症対策のため、入場管理ができるように無料席の一部を有料化します（右下図）。また、市民が優先的に観覧できるように、市民向けにチケットの先行販売も行います。

新型コロナウイルス禍での安全な大会実現を目指して、感染症対策などへのより一層のご理解とご協力をお願いします。

長岡市花火財団
☎39・0823



今年の花火は会場内か自宅で

観覧会場周辺の歩道や車道などは、毎年大勢の人で混み合います。このため、交通安全の確保が困難なことに加え、感染拡大のリスクも高まります。今年、安全な会場内か自宅での観覧を検討してください。

自治体との協定で初、人材育成に重点 楽天グループと協定を締結

閩産業イノベーション課 ☎39・2402

市は1月18日、国内外で70以上のサービスを展開する楽天グループ株式会社と、人材育成や地域経済の活性化など7項目で協力する包括連携協定を締結しました。

業界と連携したデジタル化の時代に活躍できる人材育成や、ふるさと納税の寄付額の向上などに取り組みます。締結式で、同社副社長執行役員CIO&CSOの平井康文さんは「人材育成の基礎がある長岡は、従来にない新しい取り組みができるはず。」

楽天グループの知見を活かし、持続可能な社会の実現に向けて協力していきたい。磯田市長は「これまでの長岡の取り組みを評価いただいた。協定の内容を着実に形にし、長岡の産業振興とイノベーションを共に進めていく」と意欲を語りました。



磯田市長（前列中央右）、平井さん（前列中央左）とNaDeC構想推進コンソーシアム構成機関のみなさん

協定締結による主な取り組み

- **人材育成**
 - ・ NaDeC構想推進コンソーシアム*1と協力し、学生向けの講座を開催
 - ・ 産学官の活動・交流の場「NaDeC BASE」を拠点にコミュニティ形成や技術連携を推進
 - **経済・観光**
 - ・ ふるさと納税の寄付額向上のために地域産品の魅力発信や販売力を強化
 - ・ 飲食事業者のHACCP*2制度への対応を支援
 - ・ 「楽天市場」内に地域産品の公式ショップを出店するなど、販路拡大や観光情報の発信を強化
 - **環境**
 - ・ 楽天エネルギー(株)と協力し、エネルギーの地産地消や脱炭素化の支援を推進
- *1 4大学1高専、長岡商工会議所、市で構成する人材育成と産業創出に取り組む組織
*2 製品の安全性を確保する衛生管理の手法

明治安田生命と協定 地域に根差した健康づくりを推進

閩健康課 ☎39・7508



協定の締結式（12月24日）

協定締結による主な取り組み

- ・ 血管年齢測定などの体験型講座で、健康づくり事業を実施
- ・ ウォーキングなどの健康づくりイベントを協働で開催
- ・ 特定健診やがん検診の受診率向上
- ・ 同社の顧客への訪問活動で、健康に不安がある人へ相談窓口を紹介

市は、明治安田生命保険相互会社と「健康増進に関する連携協定」を締結しました。同社が持つ地域ネットワークやノウハウなどの強みを活かし、市民の健康増進に向けて協力します。

同社取締役会長の根岸秋男さんは「長岡の行政サービスを支援できるよう、実効性にこだわった取り組みをしていきたい」。磯田市長は「感染症が拡大する中で、市民の命と健康を守ることは大きな課題。力を合わせて地域の健康づくりを活性化させたい」と意気込みを語りました。

来春の卒業生向け 就職ガイダンス

“長岡で働く”の 選択が広がる

幅広い分野の長岡の企業に出会える「就職ガイダンス」。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」の採用に取り組む企業ブースを新たに設置します。お気軽にご参加ください。

- ☎① 3月11日(金)午前10時～午後0時30分、2時30分～5時
- ② 16日(水)・17日(木)午後1時～3時30分 場①アオーレ長岡
- ②ウェブ会議システム「Zoom」 参加企業=①各70社②各45社 ③来年3月に大学(院)・短大・高専・専門学校などを卒業予定の人 ④3月9日(水)までに長岡就職・転職Uターンナビホームページで 担当=産業立地課 ☎39・2228



ナガオカワーカーブース開設

今年度、当社にナガオカワーカー1期生となる7人の採用が決まりました。ナガオカワーカーの賛同企業3社が、新しい働き方に興味のある人をお待ちしています。

採用担当 佐々木美帆さん



▶ 昨年の就職ガイダンス。今年、長岡の地元企業100社が集結します。

Meet Your Future

「米百俵」の精神が息づくこの場所で
 人に会おう、仕事に出会おう、学びに出会おう、文化に出会おう、未来の自分に出会おう。
 たくさんの「出会い」を受けとめ、交わり、新しいイノベーションを起こそう。
 出合いをチカラに。ここは未来への懸け橋。
 ひとりひとりの想いは長岡のミライエつながっていく。

ミライエ長岡 未来計画

「米百俵プレイス ミライエ長岡」は今の時代に必要な
 “新しい学び”を通して、人材や地域の産業を育てていく場所です。
 たくさんの出会いと集いの場をつくり、長岡のまちなかから
 市内全域に新たなにぎわいを創出します

産業ビジネス拠点
 人材のネットワークで
 ビジネスの可能性を
 広げる場所です

イノベーション拠点
 ナデック ベース
 (NaDeC BASE)
 市内4大学1高専と企業が
 人材育成と産業づくりを
 進めていく拠点です

歴史人物史展示
 「米百俵」の精神と長岡の先人たちが
 さまざまな分野で成し遂げてきた
 イノベーションの歴史を
 デジタル技術を活用して
 紹介します

子どもラボ
 小学生を対象に
 プログラミング、科学
 ものづくり、数学、芸術など
 多様なプログラムで
 子どもたちの個性を
 育みます

まちなか図書館
 本棚を巡ることで
 新たな発見に出会える喜びと
 居心地の良さを追求した
 新しいスタイルの
 図書館です

若者ラボ
 中・高校生が自由に
 過ごせる居心地の良い
 「居場所」をつくります。
 成長していく若者を
 支援します

にぎわいスペース
 グランパッサージュや
 トオリニワなど自由に
 くつろぐことができる
 空間があります

お知らせ

TeNYテレビ新潟で
 「ミライエ長岡」を
 紹介します

2月26日(土)午前11時40分
 から(4分間)放映。
 ぜひご覧ください!



新潟大学附属長岡小学校の
 みなさんと一緒に、親しみやすい
 サウンドロゴをつくりました!

FMながおかで「ミライエ長岡」のサウンドロゴを月～金曜
 日の午前7時50分ごろ、午後5時30分ごろの「長岡市から
 のお知らせ」の前後に放送します。ぜひお聴きください。



施設の概要は
 こちら

米百俵プレイス ミライエ長岡 MIRAIE NAGAOKA

「米百俵プレイス ミライエ長岡」の
 シンボルマークとロゴが決定しました!

決定までの経緯

「米百俵プレイス ミライエ長岡」のシンボルマークとロゴが決まりました。
 いつまでも市民に愛され、ミライに希望が持てるシンボルマークにしたい
 と思い、日本を代表するデザイナー・廣村正彰さんに制作を依頼しました。
 廣村さんは、大手通坂之上町地区市街地再開発事業全体のサイン計画を
 担当しています。
 シンボルマークは、施設のサインやプロモーションなどに活用していきます。
 岡中心市街地整備室 ☎39・2807

米百俵プレイス ミライエ長岡



シンボルマークに 込めた思い

シンボルマークの6つの三角形は、長岡の学
 び・歴史・文化・産業・未来・交流を表します。
 三角のピースを組み合わせ、「ミライエ長岡」
 の頭文字「M」をシンボルにしました。
 色使いは、未来をつくり出す明るさと多様性を
 表現しています。
 長岡のみなさんにもこのシンボルマークから
 新たな発見や着想を得て親しんでいただけた
 らううれしいです。
 「ミライエ長岡」が、自由な発想とさまざまな交
 流により多彩な才能を生み、長岡の未来へつ
 ながる活動の拠点になることを願っています。

デザイナーは廣村正彰さん



©Sachie hamaya

廣村さんは、美術館や商業・教育施設など
 のグラフィックデザイン、サインデザイン
 を多数手掛けています。
 主な仕事は、日本科学未来館、すみだ
 水族館、東京2020スポーツピクトグラム
 開発に携わるなど。
 数々の賞を受賞しているデザイナーです!



日本科学未来館



すみだ水族館

市政の最近のできごとを紹介します。



延期の米フェス、アオーレで

新型コロナウイルスの影響で延期していた米百俵フェスを、アオーレ長岡で開催しました。3日間で約5千人が来場。20組の出演者による大迫力のライブや、長岡の食が味わえる“フェス飯”を楽しみました。(12月17日～19日)



雑居ビルに緊急立入検査

20人超が亡くなった大阪市北区のビル火災を受け、飲食店や事務所などが入る雑居ビルへの緊急立入検査を行いました。長岡駅周辺の54棟を対象に、避難経路の確保や避難器具の設置を確認しました。(12月21日～28日)



ボッチャで留学生と交流

多文化共生のまちづくりを進めるため、外国人市民の支援に取り組むボランティアなどの交流会を開催しました。パラスポーツ「ボッチャ」の体験では、幼稚園児が留学生の母国語で応援し、親交を深めました。(12月27日)



大口れんこん、カモから守る

中之島地域特産の大口れんこんをカモの食害から守るため、長岡技術科学大学と協力して追い払い機器を設置しました。カモが嫌がる音や光を出すほか、センサー付きカメラで対策の効果を検証します。(1月21日から)



◀空襲後の市街地で水をくむ人々(昭和20年8月3日撮影。戦災資料館所蔵。渡邊英徳さんがカラー化)



▶東京から栖吉町の普濟寺に疎開した松原国民学校の児童(昭和19年～20年ごろ撮影。川崎晶子さん提供。庭田杏珠さんがカラー化)

戦災写真カラー化 記憶を、鮮明に

長岡空襲の前後に撮影された白黒写真を、昨年引き続きカラー化しました。東京大学大学院教授の渡邊英徳さん、同大2年の庭田杏珠さん、新潟日報社と共同で実施。空襲の被害や生活の様子がわかる6枚を、AI(人工知能)の画像認識を活用して色付けしました。空襲体験者などから聞き取りを行い、当時の記憶を色に反映しています。

市ホームページで公開しているほか、2月27日(日)まで長岡戦災資料館に展示しています(月曜休館)。

問 庶務課 ☎ 39・2203



弓道男子個人 優勝

中嶋 航大さん 帝京長岡高校2年
全国高等学校弓道選抜大会
(12月23日～25日)

「毎日の生活を支えてくれた家族、一緒に練習してきた部員や先生、そして地域の人の応援のおかげで優勝することができました。夏の全国大会を目指して、これからも頑張ります！」

ゴルフジュニア 優勝

橋詰 海斗さん 栖吉中学校3年
ゴルフダイジェストジャパンジュニアカップ
12歳～14歳の部 (8月5日・6日)



41年ぶり5度目の優勝

長岡高専男子バスケットボール部
全国高等専門学校体育大会(11月20日・21日)



学校対抗3位、女子100m自由形 小出零雪さん(1年)優勝

長岡高専水泳部
(小出さんは、前列右から3番目)
全国高等専門学校体育大会
(12月18日・19日)



スポーツチャンバラ 優勝

反り自 旺太さん(左。小太刀の部)
大崎 嘉成さん(楯小太刀の部)
いずれも栖吉小学校4年
全日本スポーツチャンバラ選手権大会兼スポーツチャンバラ世界選手権大会8～10級 (11月28日)

ウィンターカップ 県勢初の準優勝

帝京長岡高校男子バスケットボール部
全国高等学校バスケットボール選手権大会(12月23日～29日)



輝く、若者たち
全国で躍動



地域のまきごと

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
(16人が登録しています)

もちもち食感、楽しみね

川口プラザのきりたんぼ鍋パーティーに9人が参加。手作りのきりたんぼは、米をつぶしてぎゅっと握り、もちもち食感に。あとは焦げ目をつけて鍋に入れるだけ！
(1月12日) ◎箕輪務さん



初競りの声、威勢よく

安全と豊漁を祈願する三本締めで始まった寺泊漁業協同組合の初競り。競り場に並ぶ新鮮な海の幸を競り落とそうと、仲買人らの威勢のいい声が飛び交いました。(1月6日)

縁起を担いでトラうい！

子育ての駅とちお「すくすく」で、子どもたちが縁起物をかたどったまゆ玉を飾りました。トラ年の今年、たくさんのことにトライしよう！
(1月12日) ◎岡美緒さん



小さくても、願いは大きく

中之島地域図書館に「迎春ミニ凧」が登場。応募があった30点には、新春の願いや干支などが華やかに描かれていました。(1月10日) ◎外川正明さん



今月の表紙

近年、話題の雪中キャンプをご存じですか。晴天となった1月8日、おぐに森林公園を訪れたのは8組の愛好家。約60cmの積雪の中、ペットと雪遊び、グループでにぎやかに、一人きりの世界を満喫と、思い思いの時間を過ごしていました。澄んだ空気に、身に染みるたき火の暖かさ。冬の新しい楽しみ方として注目されています。



お正月といえば？

与板幼稚園の「新年お楽しみ会」で披露された地域に伝わる神楽舞。おはやしに合わせて舞う獅子の迫力に、園児たちは驚きながらも目を輝かせていました。(1月13日)
◎池田勝晃さん



空飛ぶスルメ

三島地域の鳥越地区で小正月行事の「さいの神」が行われました。あぶって食べると「今年1年風邪をひかない」と言われるスルメ。みんな、上手に焼けたかな？(1月9日)



和島にお宝、大集合！

良寛の里美術館に、近隣のコレクターが所蔵するお宝40点が勢ぞろい。「この機会に美術館に親しんでほしいですね」と、並んだ名品に館長も目を細めました。(1月10日)
◎保科祐太さん

青空の下、ゲレンデへゴー♪

古志高原スキー場で、山古志スポーツ少年団が今シーズンのスキー活動をスタート。青空の下で準備体操をして、いざゲレンデへ！(1月8日) ◎酒井弘剛さん



無病息災、春待つ空へ願う
越路地域で行われた「さいの神」。勢いよく空へのぼる炎と煙を見上げ、今年1年の健康や平穏を祈りました。(1月9日) ◎棚橋光也さん

絵本の世界へ・・・

3月5日までアオーレ長岡を彩る光の演出。絵本「モチモチの木」に出てくる、優しさと勇気のある子どもにしか見えない木を、竹と小国和紙で表現しています。光の色は音に反応して次々に変化。さあ、あなたも絵本の世界へ。
(1月11日)



おぐりん

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。

今回はおぐに森林公園のマスコットキャラクター「おぐりん」。小国の「O」を表現した丸い顔と緑っぱいの森の髪型がチャームポイントです。



スキー教室など、冬ならではのイベントが盛りだくさん！**22ページへ** みんな遊びに来てね♪

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…先着順	抽選…申し込み多数の場合は抽選	

注) 日どなたでも、定特になし、料無料、申不要(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
- 印は、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

「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
※1月24日(月)時点の情報です

催し
科学博物館
32・0546

●長岡藩主牧野家ゆかりの
おひなさま展

2月18日(金)～3月13日(日) 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで。2月21日(月)、3月7日(月)は休館)

●長岡市芸術文化振興財団
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。

●仲道都代プロデュース「三
善見記念 響きあひピアノ」
実施報告&演奏会

オーディションを通過した
受講生による演奏会です。
3月20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

新型コロナウイルスの影響や降雪の状況により、内容を変更・中止することがあります

2/19日・20日 スリル満点!
ジャンボ滑り台
ながおか
長岡雪しか祭り



両日 内・時▶ながおか100
だるま大会(雪だるま作り
コーナー)…午前10時～午
後2時に受け付け ★み
んなで#100だるま募集
自宅などで作った雪だる
まの写真にハッシュタグ
「#100だるま」を付けて
インスタグラムに投稿して
ください▶わんぱく広場(ス
ノー滑り台など)…午前11

時～午後4時(20日は午前10時から)▶食楽座・
雪しか市…午前11時～午後5時50分(20日は午前
10時～午後4時)▶雪しかステージ…午前10時30
分～午後4時30分(20日は午後3時30分まで)▶
手作りマルシェ&ワークショップ…午前11時～午
後4時(20日は午前10時～午後3時)▶ながおか
・スミレプロジェクト 0円マーケット・手から手
へ、出張相談会…午前11時～午後3時

19日 内・時▶ダンスアワード…午後2時～4時30
分▶雪あかり…午後4時～6時30分▶長岡花火「雪
花火」…午後6時から(荒天時は20日午後5時30
分から)

20日 内・時▶スノーアンバサダーコンテスト…午後
1時30分～3時30分(当日参加も可)

場ハイブ長岡、千秋が原ふるさとの森周辺 同
実行委員会事務局(長岡商工会議所内) 32・4500
担当=観光事業課

! 1月号で紹介した「とちお遊雪まつり」は、
新型コロナウイルスの影響で中止します



初開催の時の
さいの神(昭
和63年4月)

祈りの炎
永遠に

3/12日 古志の火まつりファイナル

内 日本一の「さいの神」、雪上花火など 場 四季の
里古志 同実行委員会事務局(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

2/26日 えちごかわぐち
雪洞火ぼたる祭

今年オンライン開催です。川口観光協会の公
式YouTubeチャンネルで配信します。
内・時 雪灯り、雪上花火…午後6時30分から 同
実行委員会事務局(川口支所産業建設課内) 89・3113

2/26日・27日 おぐに雪まつり

内・日▶雪ぼたる…26日午後5時30分から▶雪山
滑り台、おぐにの雪語りなど…27日午前10時～午
後3時 場 おぐに森林公園など 同実行委員会
事務局(小国支所産業建設課内) 95・5906

3/5日 スノーフェスティバル
in越路

内・時▶雪像展示、飲食販売、子ども広場…午前
10時～午後7時▶冬花火…午後6時30分から 場
越路体育館駐車場 同実行委員会事務局(越路
支所産業建設課内) 92・5903

**2 cube 25th pres
ents**
音楽劇「夜来香」フアンデイ
4月16日(土)午後2時から
場 市立劇場 全席指定8、
500円 チケット発売日 2
月18日(金)

緑花センター(花テラス)
39・8718
●ぷち講座
エッグポマダーづくり
卵の殻にラベンダーを詰め
た香り玉です。
3月5日(土)午前10時～11時
30分、午後1時30分～3時
30分、午後1時30分～3時
30分 島峰悦子緑花推進指導員
ほか 定 各16人先着 各10
0円 時 ビニール袋、汚れて
もよい服装 申 2月10日(木)
25日(金)

中之島文化センター
66・1310
●うたごえ広場
3月15日(火)午前10時30分～

●夏井いつき句会ライブ
11時30分 内 ピアノ伴奏付き
の合唱体験 定 20人先着 500円 申 2月15日(火)から

●テレビ番組「プレバト!!」
で大人気の俳句の先生です。
3月27日(日)午後2時～4時
定 250人先着 3,000円 申 3月1日(火)から

●ベースンドルファーパー
演奏体験
3月16日(水)～19日(土)午前
9時～午後3時(1組2時間ま
で) 対 どなたでも(高校生
以下は保護者同伴) 定 1日
3組抽選 1,000円 申 3月2日(水)～5日(土)

河井継之助記念館
開館15周年記念講演会
山田方谷と
河井継之助
同館 30・1525
備中松山藩士・山田方谷

幕末から明治にかけて、河井継之助など多くの
リーダーを育てた山田方谷の思想から、継之助の
人物像を探ります。
3月6日(日)午後1時30分～3時30分 場 長岡グ
ランドホテル 内 講演、パネルディスカッション
岡岡山県高梁市教育委員会参与・田村啓介さんほ
か 定 300人先着 申 2月14日(月)から

海の中のお子

犬に似ている？ イヌザメの卵

イヌザメ(写真左)は南日本からオーストラリアまでの沿岸に生息する全長1mほどのサメ。卵は硬い殻でできていて、長さ10cm、幅5cmほどです。水温25℃に保たれた水槽の中で、赤ちゃんは栄養分である卵黄を吸収しながら発育。140日前後でふ化します。成長するにつれて、しま模様(写真右)の黒色が薄茶色に変わっていきます。

いこうよ、海の大冒険! 岡寺泊水族博物館 ☎75・4936

子ども・子育て課

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。

3月19日(土)午前10時～正午 園さいわいプラザ 助産師・保健師からの情報提供、沐浴体験、パパの妊婦擬似体験

妊婦とパートナー 定24組 先着 母子健康手帳、パスポート、フェイスタオル、ビニール袋、座布団 申2月21日(月)から

★ウェブ会議システム Zoomで参加できます

3月24日(木)午後7時～8時 沐浴の方法、助産師・保健師からの情報提供 対妊婦と

おくに森林公園

発酵のチカラ「ザワークラウト」

2月20日(日)午前10時～正午 ¥1,800円

糞と納豆づくり

3月6日(日)午前10時～午後0時30分 ¥2,500円

新潟産豚ソーセージ作り

3月13日(日)午前10時～午後1時 ¥4,000円

1～3いずれも 場みんなの

福祉課

福祉事業所商品マルシェ

市内11の福祉事業所が出店

☎39・2218

▲おぐりん

発酵食品を仕込むには、菌がほどよく活動してくれる、気温が低い冬の時期がぴったり。ザワークラウトはキャベツと塩を混ぜて乳酸発酵させたドイツの漬物なんだ。ソーセージなどの肉料理とも相性抜群だよ!

農の駅 あぐらって長岡

ふるさと体験農業センター

農の駅 あぐらって長岡 (ふるさと体験農業センター) ☎34・5660

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します。

2月22日(火)午前11時～午後3時 場アオーレ長岡 肉食品や小物などの販売

国際交流センター「地球広場」

国際交流センター「地球広場」

オンラインでも参加できます。 ☎39・2714

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。

2月23日(祝)午前10時～正午 横濱国立大学非常勤講師・嶽肩志江さん

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。

2月23日(祝)午後2時～4時 有トヤマ・ヤポニカ取締役・松岡裕見子さん

ちびっこ広場

子育ての駅

ちびっこ広場(フジエクス大手プラザ2F) ☎39・2775

ことばの発達〜関わり方のここがポイント〜

3月2日(水)午前11時～正午 園言語聴覚士

パパママ防災講座「子育て時代の災害への備え」

3月5日(土)午前10時30分～11時30分 園助産師 定5組先着

パパママ講座&相談「子どもの歯の健康について」

2月17日(木) 午前10時30分～11時30分 園歯科衛生士 対どなたでも 定15組先着

2月7日(月)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

中ノ島なかのんひろば ひな祭り制作

2月24日(木)～3月3日(木)

知って安心! 子育て防災知識袋「これ大丈夫? 誤飲の危険性と対処法」

2月14日(月)午前10時45分～11時15分 園中越市民防災安全士会女性部

三島 もりもり 音楽遊び

ひな祭りバージョン

3月3日(木)午前10時30分から

寺泊 こここ おひな様Week

2月28日(月)～3月2日(水) 午前9時から、午後1時から

板尾 すくすく ひな祭り作り

2月22日(火)午前11時から

川口 すこやか 防災講座

3月9日(水)午前10時15分から

写板 こじの子広場 読み聞かせ

「やさしい絵本の世界」

2月15日(火)午前10時30分から

和島 わくわく わくわく ステキなひなまつり会

3月3日(木)午前10時30分から

手作りのひな人形を飾った昨年のひなまつり会

ちびっこモデル #110

子育ての駅で みつけた

ちびっこモデル #110 @ぐんぐん

LINE「友だち」特典当選者

吉野みのりちゃん(9カ月)

大人がすることや持っている物に興味津々。最近では伝い歩きを頑張っています。

一緒に話しませんか

ままのまカフェ

2月14日(月)午前11時～正午…ちびっこ広場、3月8日(火)午前10時30分～11時30分…てくてく 園母子保健推進員 対どなたでも

子育て相談

2月15日(火)②18日(金)③24日(木)④3月3日(木)⑤⑥9日(水) 園①②③⑤⑥午前10時30分～11時30分 ④午前10時30分～11時 場①③てくてく②⑥すくすく④ちびっこ広場⑤ぐんぐん 園①④⑤家庭児童相談員②保健師、栄養士③主任児童委員⑥助産師

栄養相談 ～はじめての離乳食～

2月15日(火)②21日(月)③28日(月)④3月7日(月)午前10時～11時30分 場①てくてく②④ぐんぐん③ちびっこ広場 園栄養士 園生後4、5カ月の子の保護者 定各5人先着

和島 わくわく わくわく ステキなひなまつり会

3月3日(木)午前10時30分から

園絵本セラピスト

冬こそ元気に「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①ちびっこ広場②てくてく③ぐんぐん④午前9時～午後5時⑤なかのんひろば⑥午前10時～午後3時⑦のびのび・もりもり・やまっこ・たんぼほ・すくすく⑧こじの子広場⑨午前9時30分～午後3時⑩わくわく⑪ここにこ⑫午前9時～午後2時30分⑬すこやか⑭午前8時30分～午後4時30分 詳しくは市ホームページで

令和4年度から成人式の名前が変わります



「二十歳のつどい」を開催します！

岡子ども・子育て課 ☎39・2393

対象者には、案内状を送ります。4月1日から成年年齢が18歳に引き下げられますが、今までどおり20歳を迎えた人を対象に行います。

対平成13年4月2日～平成14年4月1日に生まれた人

地域	期日	会場
長岡	5月3日	アオーレ長岡
越路		越路体育館
小国		小国会館
栃尾	8月14日	栃尾地域交流拠点施設「トチオーレ」
川口		川口地域交流体験館
山古志	8月15日	やまこし復興交流館おらたる
中之島		中之島文化センター
三島		みしま会館
和島		地域交流館わしま
寺泊		寺泊文化センター
与板		よいたコミュニティセンター

★延期した令和3年度成人式（平成12年4月2日～平成13年4月1日に生まれた人）の詳細は市ホームページで



- ①春のささげん電車をつくろう
図書館で配布する専用カードにお薦めの本のタイトルを
- ②おはなし日本&世界一周「秋田県の昔話」
2月20日(日)午前11時～11時20分 内読み聞かせ、クイズ
- ③おはなし日本&世界一周「秋田県の昔話」
2月20日(日)午前11時～11時20分 内読み聞かせ、クイズ

- ①えほんのとびら〜100% ORANGEさんの絵本〜
2月20日(日)午後2時30分～2時50分 対3歳～小学生
- ②花いつぱいコンクール作品展
2月26日(土)～3月19日(土)
- ③えほんのへや
2月19日(土)午前10時30分～11時 内おひなさまの話の読み聞かせ、工作 定10人先着



図書の返却は栃尾文化センターの返却ポストに。同館の図書を取りたい場合は相談ください。

- ①おはなしひろば おひなさまスペシャル
2月20日(日)午前10時30分～11時30分 内読み聞かせ、工作 対小学生以下 定10人先着
- ②うちのこねこの写真展
2月11日(祝)～3月13日(日)
- ③おたのしみ「ぶち」上映会
2月12日(土)午前10時30分～11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場④世界編1「三びきのやぎのがらがらどん」など 定15人先着

- ①おはなしひろば おひなさまスペシャル
2月20日(日)午前10時30分～11時30分 内読み聞かせ、工作 対小学生以下 定10人先着
- ②うちのこねこの写真展
2月11日(祝)～3月13日(日)
- ③おたのしみ「ぶち」上映会
2月12日(土)午前10時30分～11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場④世界編1「三びきのやぎのがらがらどん」など 定15人先着

長岡・ホノルル姉妹都市締結10周年記念事業 映画「Go for Broke! ハワイ日系二世の記憶」上映会&トークショー

ハワイ在住の日系アメリカ人と交流を続けてきた松元裕之さん(写真)が監督を務め、ハワイの映画賞を受賞したドキュメンタリー作品です。

対3月5日(土)午後2時～5時 場リリックホール 定200人先着 申2月28日(月)までに国際交流課市セ☎39・2207または市ホームページで



▶申し込みはこちら



- ①栃尾文化センター FINAL展
2月28日(月)～3月7日(月)は展示替えのため休館します。
- ②ワークシヨップ「ミニチュアびんじョラマ」
2月20日(日)午前10時～10時45分、11時～11時45分、午後1時30分～2時15分、2時30分～3時15分 対年少児以上
- ③ワークシヨップ「食品サンプルづくり」
2月27日(日)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時 対イースターのカップケーキ

- ①おはなしひろば おひなさまスペシャル
2月20日(日)午前10時30分～11時30分 内読み聞かせ、工作 対小学生以下 定10人先着
- ②うちのこねこの写真展
2月11日(祝)～3月13日(日)
- ③おたのしみ「ぶち」上映会
2月12日(土)午前10時30分～11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場④世界編1「三びきのやぎのがらがらどん」など 定15人先着

- ①おはなしひろば おひなさまスペシャル
2月20日(日)午前10時30分～11時30分 内読み聞かせ、工作 対小学生以下 定10人先着
- ②うちのこねこの写真展
2月11日(祝)～3月13日(日)
- ③おたのしみ「ぶち」上映会
2月12日(土)午前10時30分～11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場④世界編1「三びきのやぎのがらがらどん」など 定15人先着

- ①おはなしひろば おひなさまスペシャル
2月20日(日)午前10時30分～11時30分 内読み聞かせ、工作 対小学生以下 定10人先着
- ②うちのこねこの写真展
2月11日(祝)～3月13日(日)
- ③おたのしみ「ぶち」上映会
2月12日(土)午前10時30分～11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場④世界編1「三びきのやぎのがらがらどん」など 定15人先着

- ①おはなしひろば おひなさまスペシャル
2月20日(日)午前10時30分～11時30分 内読み聞かせ、工作 対小学生以下 定10人先着
- ②うちのこねこの写真展
2月11日(祝)～3月13日(日)
- ③おたのしみ「ぶち」上映会
2月12日(土)午前10時30分～11時30分 内NHKこどもにんぎょう劇場④世界編1「三びきのやぎのがらがらどん」など 定15人先着

“自分好み” きっと見つかる♪

担当=ながおか・若者・しごと機構市セ ☎86・6008

▲各詳細はこちら

①ナガオカフィーリングプロジェクト (婚活イベント)
2月27日(日)午後2時30分～5時 場BAR 辛夷(台町2) 対27歳～45歳の独身男女 定各10人抽選 ¥男性4,000円、女性2,500円 申2月17日(木)までに上記QRコードからホームページで 岡NPO法人まちなか考房 ☎36・3240

②おいしい日本酒をフレンチと～SAKÉGIRL VALENTINE～
3月12日(土)午前11時～午後2時、午後6時～9時 場BUKUBUKU(宮内3) 対市内に在住または通勤・通学する20歳以上の女性 定各15人先着 ¥各3,000円 申3月5日(土)までに上記QRコードから同イベントフェイスブックで 岡同実行委員会・軍司さん ☎090・9687・5340

③「長岡食」で学生生活を豊かにする！ ナガオカユキナカナイト
2月20日(日) 時・場午後5時～6時…BAR 辛夷、6時15分～7時15分…カフェアンドバーパサージュ(坂之上町2)、7時30分～8時30分…EUNPレストランテ(東坂之上町3) 対市内の大学・高専に通う学生 定各10人先着 ¥各1,500円 申2月14日(月)までに上記QRコードから専用フォームで 岡ゆるまち委員会・三輪さん(写真) ☎080・4965・8800

市内4大学1高専の学生メンバーからなる「ゆるまち委員会」は、多くの学生に長岡への愛着を育んでもらいたいと、さまざまなイベントを開催していきます。「ナガオカユキナカナイト」では、学生目線で選んだお店で“歴史が深いナガオカの食文化”に触れられます！ぜひご参加ください。

市内4大学1高専の学生メンバーからなる「ゆるまち委員会」は、多くの学生に長岡への愛着を育んでもらいたいと、さまざまなイベントを開催していきます。「ナガオカユキナカナイト」では、学生目線で選んだお店で“歴史が深いナガオカの食文化”に触れられます！ぜひご参加ください。

市内4大学1高専の学生メンバーからなる「ゆるまち委員会」は、多くの学生に長岡への愛着を育んでもらいたいと、さまざまなイベントを開催していきます。「ナガオカユキナカナイト」では、学生目線で選んだお店で“歴史が深いナガオカの食文化”に触れられます！ぜひご参加ください。

市内4大学1高専の学生メンバーからなる「ゆるまち委員会」は、多くの学生に長岡への愛着を育んでもらいたいと、さまざまなイベントを開催していきます。「ナガオカユキナカナイト」では、学生目線で選んだお店で“歴史が深いナガオカの食文化”に触れられます！ぜひご参加ください。

◆回や日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
 ◆■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

運動神経を伸ばそう! 遊びプログラム「ヘキサスロン」

日 2月19日(土)、3月5日(土)午後2時～3時
 対 小学1～3年生 定 各10人(先着) 料 各1,000円
 申 各前日までにニュータウン運動公園 ☎86・7386へ

「投げる」「走る」「跳ぶ」など、36の基本動作が身に付く「ヘキサスロン」。小学生のときにさまざまな動作を習得することで、運動神経の向上につながると言われてるんだ。遊び感覚で楽しめる内容なので、運動に苦手意識がある人は、克服するチャンスだよ!



市民体育館フィットネス教室 (4月～6月)

申 2月15日(火)～28日(月)に市民体育館 (☎34・2700)にある申込書で
 ※3月5日(土)～20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(金)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	4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			
	6日	水	11:10～12:10				
			12:20～13:20				
			19:00～20:00 20:10～21:10				
	7日	木	10:00～11:00				
11:10～12:10 19:00～20:00 20:10～21:10							
1日	金	10:00～11:00 20:10～21:10	9回	20歳以上	5,400円		
2日	土	19:00～20:00 20:10～21:10					
②腰痛予防改善	7日	木	12:20～13:20	9回	中学生以上の女性	20人	7,200円
③すてきにピラティス			13:30～14:30				
④やさしいフラダンス			13:30～14:30				
⑤たのしいフラダンス	4日	月	19:00～20:00 20:10～21:10	12回	中学生以上の女性	45人	7,200円
⑥骨盤体操			10:30～11:30 19:00～20:00				
⑦バレトン	5日	火	10:30～11:30 19:00～20:00	11回	小学4年生以上	27人	6,600円
⑧シェイプアップエアロ	7日	木	19:30～20:30				
⑨はじめてのフラダンス			20:10～21:10				
⑩ハツラツ健康体操	5日	火	13:00～14:00 14:10～15:10	9回	20歳以上	27人	7,200円
⑪シェイプアップボクシング	8日	金	20:10～21:10				
⑫ズンバ			4日	月	19:00～20:00 10:00～11:00	12回	20歳以上
⑬はじめてピラティス	5日	火	19:00～20:00				
	⑭いきいき健康体操	1日	金	11:10～12:10 13:30～14:30	11回	小学4年生以上	20人
⑮エアロビクス		6日	水	10:00～11:00			
⑯ヒップホップ	14日	木	9:50～10:50	12回	小学生	14人	7,200円
⑰ヒップホップ			19:00～20:00				
⑱太極拳	6日	水	15:00～16:30	12回	園児と保護者	14組	9,000円
⑲男性のための体づくり			17:10～17:55				
⑳英語でリトミック小学生(上級)	1日	金	18:05～18:50	12回	未就園児と保護者	30組	7,200円
㉑英語でリトミック小学生			17:10～17:55				
㉒親子英語でリトミック幼児	5日	火	16:15～17:00	12回	2カ月～未就園児と母親	20組	7,200円
㉓親子英語でリトミック			10:30～11:30				
㉔子連れヨガ	2日	土	11:10～12:10	6回	小学1～4年生	20人	9,000円
㉕ジュニアヒップホップ			16:15～17:15				
㉖ベビーマッサージと赤ちゃん体操	6日	水	17:30～18:30 10:30～12:00	8組	2カ月～10カ月の子と母親	8組	9,000円

文化振興課 ☎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。
 日 2月23日(祝)午後1時から
 場 市立劇場 ☎5000円
 ケット販売 市立劇場、リックホール、文信堂書店

市民天体観望会
 日 3月8日(火)午後7時30分～9時(雨天順延)
 対 小学生以上 定 20人(先着) 申 3月2日(水)～7日(月)
 教育センター ☎32・3792

スポーツ振興課 ☎32・6117
 ●4月以降の体育館の使用予約は2月24日(木)から使用したい団体は、各体育

悠久山野球場 ☎33・0322
 ① 体幹トレーニング教室
 日 2月16日(水)、3月2日(水)午前10時～10時45分
 対 20歳以上 定 各10人(先着) 申 各500円 申 各前日まで

② 宝探し&走り方教室
 日 2月26日(土)・27日(日)
 対 小学1～3年生・午前10時～11時30分、小学4～6年生・午後2時～3時30分
 定 各1,000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
 ① 小学校合同水泳練習会
 日 4月2日(土)～来年3月31日(金)の平日午後5時30分～7時30分(火曜日除く、土・日・祝日午前7時30分～9時30分(期間中に計約250回))
 場 悠久山プール 対 2種目で各50m以上泳げる小学3～6年生 定 30人(先着) 料 200円 申 2月14日(月)～3月14日(月)に長岡市水泳協会・

② 親子合気道教室
 日 3月3日～31日の毎週木曜午後7時～9時(計5回)
 場 市民体育館 対 小学生と高校生以上の家族 料 小学生1,000円、高校生以上2,000円 申 2月24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

③ 春休み小学生卓球教室
 日 3月28日(月)～31日(木)午後1時～3時(計4回)
 場 市民体育館 定 20人(先着) 料 2,000円 申 2月15日(火)～3月8日(火)に市民体育館にある申込書で 問 長岡市卓球協会・浮部さん ☎090・5399・5743

④ 苗場山市民スキー登山
 日 3月6日(日) 対 シュテムラ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 午前6時に市営スキー場C駐車場 定 20人(先着) 料 2,000円 申 2月25日(金)までに長岡スキー協会・永井さん ☎090・7444へ



ニュータウン運動公園 ☎86・7386
 ●ZUMBA教室
 日 2月15日～3月8日の毎週火曜午後2時～2時45分
 対 20歳以上 定 各5人(先着) 料 各500円 申 各前日まで

① 陸上競技場 ☎27・6300
 ① 簡単!筋力トレーニング
 日 2月18日～3月4日の毎週金曜日
 ② 簡単!健康運動教室
 日 2月15日～3月8日の毎週火曜日

① 簡単!筋力トレーニング
 日 2月18日～3月4日の毎週金曜日
 ② 簡単!健康運動教室
 日 2月15日～3月8日の毎週火曜日

シンポジウム 持続可能な循環型社会推進に向けて

市内産業への再生可能エネルギー導入の可能性と、森林資源の活用などがテーマの講演会です。
 回 2月21日(月)午後1時30分～2時50分 場 アオーレ長岡 長岡技術科学大学教授・山田昇さん
 ほか 定25人(先着) (オンラインは100人(先着)) 申 2月14日(月)までに同大学 ☎47・9022、専用フォー
 ームで 担当=産業イノベーション課(大手) ☎39・2402 ▶専用フォームはこちら



“バイオ”が創る未来を考えよう 長岡バイオエコノミー・シンポジウム

回 産業イノベーション課(大手) ☎39・2402

生物資源を活かしたバイオ技術とものづくり技術の融合による新産業の創出を目指し、国の動向や市内での取り組みから長岡の未来を考えます。
 回 2月24日(木)午後1時30分～6時 場 アオーレ長岡 内 講演、事例紹介 定100人(先着)
 申 2月17日(木)までに専用フォームで
 ※オンライン参加も可

▶申し込みはこちら



●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、雪崩が発生しやすくなります(表層雪崩)。雪崩に遭遇したら安全な場所に避難し、場所と状況を市役所、警察署、消防署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「雪崩危険箇所について」で確認してください。

●税理士無料相談予約
 回 2月16日(水)、3月2日(水)午前9時30分～正午 場 国税庁長岡支店(三和3) ☎39・8080 担当 市民税課(ア) ☎39・2212

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。



●再就職合同企業説明会
 回 3月9日(水)午後1時30分～4時(要予約) 場 ハイブ長岡 感染症の影響で再就職や転職を考えている人 申 8時～11時 長岡(大手) ☎39・2228 担当 産業立地課(大手) ☎39・2228

花火館で、挑戦だ！ 施設使用料 半額に DayRENTキャンペーン

道の駅ながおか花火館のにぎわいをビジネスチャンスにつなげられるよう、イベントスペースや会議室、屋外広場などの使用料を半額に割引します。
 回 12月30日(金)まで 同館 ☎86・7766



★宝くじ助成金でイベントを開催しました
 自治総合センターが宝くじの社会貢献広報活動として実施する、コミュニティ助成事業を活用して「1周年記念 花火館グルメ食べつくしシールラリー」を開催しました。
 回 観光事業課(大手) ☎39・2221

●起業講座「Startup School x SDGs」
 オンラインでも参加できます。
 ①講演会「起業×持続可能なビジネスで社会を変える 未来の農業をもっと面白く」
 回 2月25日(金)午後6時30分～8時 講(株)プラントフォーム

●2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。
 回 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
 「不用品買い取りのほすが貴金属を買い取られた」、「トイレの修理で思わぬ高額請求をされた」などの相談が寄せられています。お気軽にお電話ください。
 回 2月17日(木)、18日(金)午前9時～午後4時30分 消費生活センター ☎32・0022

冬の楽しみ、教えます スキー教室

※降雪状況により変更する場合があります。詳しくは各施設のホームページで

①市営スキー場 ☎34・2225
 公認長岡スキー学校(毎週土・日・祝日)
 回 小学生以上 場 スキー学校 ☎35・6684

時間	午前	午後	1日
	10:00～12:00	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
 回 2月13日(日)午前10時～正午 回 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
 回 2月13日(日)午後1時15分～3時15分 回 中学生以上 定10人(先着) ¥2,000円

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
 回 3月6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。
 回 3月6日(日)午前10時～午後3時 内 餅つき、ビンゴ大会、スノーモービル試乗体験など

午前10時～11時、正午～午後1時には、プロスノーボーダーの迫力あるジャンプが間近で楽しめます！



健康

健康課 ☎39・7508
 ①風しん抗体検査・予防接種の無料クーポン券、使用期限を来年3月31日まで延長
 対象の人(昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性)へ、昨年6月までに送付済みです。早めに検査を受けましょう。
 ②あなたの健康相談会
 回 3月14日(月)午後1時～4時 場 さいわいプラザ 内 健診の結果、生活習慣病の予防・改善 相談員 栄養士、保健師 12人(先着) 持健康手帳(ある人) 申 3月3日(木)までに健康専用番号 ☎32・50000へ
 ③死別の悲しみケア
 こころのとまり木相談会
 回 ①2月21日(月)②3月7日(月)午後2時30分～4時30分 相談員 臨床心理士、保健師
 ④こころの相談会
 回 ①2月25日(金)②3月4日(金)③9日(水)④14日(月) 時 ①②④ 午後2時～4時③午後6時～8時 相談員 臨床心理士、保健師など
 ⑤いずれも 場 さいわいプラザ(各支所からオンライン)

⑥カフェDE健康講座
 回 ①2月18日(金)：足腰集中エクササイズ②22日(火)：体力バランスのチェック③3月3日(木)：誤嚥性肺炎の話 時 午前10時～11時 場 ①まちなかキャンパス長岡(大手)②③タニタカフェ(南) 申 2月14日(月)から
 骨密度の測定器
 特に女性は、妊娠、出産後に骨がもろくなりやすいよ。この機会に測ってみてね。
 ⑦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。
 回 2月14日(月)～22日(火)午前9時～午後4時(16日(水)を除く) 場 さいわいプラザ
 ⑧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。
 回 4月～9月末 開平日：午後5時～10時、土・日・休日など(休校日や長期休業期間を含む)：午前8時～午後10時 申 2月15日(火)までに使用したい学校へ(特別教室の使用は教育施設課(さい)で事前登録が必要) 使用者の決定 学区内の団体を優先。申し込みが重なった場合、長岡地域は教育施設課で、その他の地域は各支所地域振興課(山古志・和島支所は地域振興・市民生活課)で申し込み者同士による調整または抽選(4月以降は随時受け付け) 回 教育施設課 ☎39・2236

⑨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)。
 回 2月16日(水)、3月2日(水)・9日(水)午後1時30分～4時 場 消費生活センター(市) ☎32・0022
 ●全国瞬時警報システム(Jアラート)情報伝達試験
 消防庁が試験放送(緊急告知 FMラジオ、FM屋外拡声

2/19(土) 20(日) 総合窓口を臨時休業します

(アオーレ長岡東棟1階) 図行政管理課アオ ☎39・2208

住民票などの発行は、東・西サービスセンター、全国のコンビニエンスストア(マイナンバーカードがある人)をご利用ください。



学校で、子どもを学ばせませんか

介助員・作業支援員募集



いづれも会計年度任用職員です。
 図計20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=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4日(金) 選考方法=面接 図3月1日(火)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 ☎39・2249へ

募集

●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国際交流課 ③各1人 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) ②事務 ①受付窓口など ②事務、国際交流事業の運営補助 ③パソコンで資料作成ができる(②は英検準2級程度の語学力が必要) 報酬 ①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24日(木) ②3月2日(水) 選考方法 ①パソコン

●保険料納付促進員 (パートタイム任用職員)
 図若干名(申し込みは20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) ②事務 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 ②次の全てを満たす人 ①普通自動車運転免許を持ち、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 勤務時間 ①週25時間(1日5時間) ②週25時間 ③書類審査、面接、パソコン

●窓口サービス専門員候補 (会計年度任用職員)
 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。
 図3人 雇用期間 ①4月1日~来年3月31日 ②仕事 ①税関係課、市民課、国保年金課の窓口業務など 勤務場所 ①アオーレ長岡 報酬 ①月額141,387円 勤務日 ①4週8休(土・日・祝日を含む週37時間30分程度) ②試験日 ①3月4日(金) ②選考方法 ①面接

●長岡市芸術文化振興財団職員(正規・臨時)
 図各若干名 採用日 ①4月1日 ②仕事 ①事業企画、施設の管理運営 勤務場所 ①リリックホール、市立劇場 ②2月13日(日)までに同財団(☎29・7711)ホームページ、アオーレ長岡などにある申込書で ③※勤務日や選考方法などは同財団ホームページで

●山通ふれあい農園(柿町郷ノ原)利用
 図4月中旬~11月30日(木) ①1区画(33㎡)年3,000円 ②農水産政策課 ☎39・2223

「卒業後も、あなたとつながっていたいから…」

Gekkanながおか 卒おめ! つながるキャンペーン

長岡へのUターンや市政の情報を月1回Eメールでお送りします。先着1,500人にアマゾンギフト券1,000円分をプレゼントします。
 図市内に実家があり3月に卒業見込みの高校生 ④2月19日(土)~3月17日(木)にながおか・若者・しごと機構 ☎7 ☎86・6008) ホームページで

●計画案などにご意見を
 ①男女共同参画基本計画 男女共同参画社会の形成に向けた施策を総合的に進めるための計画です。
 ②人権教育・啓発推進計画 市の人権施策を総合的に進めるための計画です。
 ③景観アクションプランの中間見直し 良好な景観を形成するため

●権利擁護支援者養成研修 成年後見などの支援者を養成
 ①~④いずれも 閲覧場所 ①情報ラウンジアオ、市ホームページ、各担当課(①②④は各支所地域振興課(山古志・和島支所は地域振興・市民生活課)、③は各支所産業建設課(栃尾支所は農林・建設課)も)

●森林を取得したら届け出を
 図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

●住居表示実施地区に建物を建てる際は届け出を
 住居表示番号(○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(倉庫、看板などを除く)を

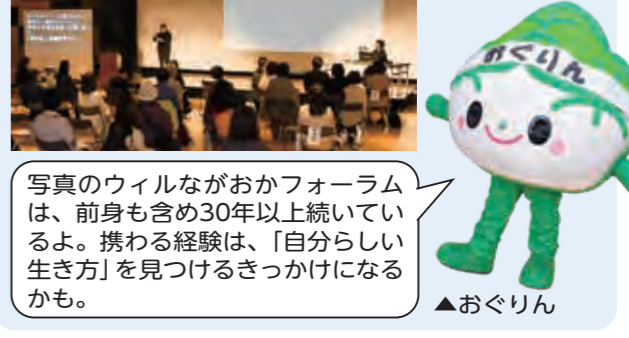
●高額医療・高額介護合算制度の申請を受け付けます
 ①国民健康保険、後期高齢者医療制度の加入者:支給対象者には、申請書を送付します。
 ②①以外の人:介護保険課アオから自己負担額証明書の交付を受けてから、それぞれの医療保険に申請してください。
 ③令和2年8月以降に加入保険が変わった人や亡くなった人:申請書が届かない場合があります。それぞれの医療保険にお問い合わせください。
 ④国保年金課国保給付係アオ ☎39・2006、同課後期高齢者医療係アオ ☎39・2317、介護保険課給付係 ☎39・2245

「自分らしく」生きるために

図男女平等推進センターウィルながおか ☎39・2746

- やさしいコミュニケーション講座 ~つなげるコミュニケーションはプラスにはたらく~
 図2月18日(金)午後1時30分~3時30分 場まちなかキャンパス長岡(天手) 長岡コーチング・グループ代表・米山サダ子さん 定20人(先着) ④2月16日(水)まで (HP可)
- 男性にとっての男女共同参画~脱・昭和型「男らしく」から令和型「自分らしく」へ~
 図2月27日(日)午後1時30分~3時 場NaDeC BASE 長岡県立大学教授・犬塚協太さん 定80人(先着) ④2月19日(土)まで (HP可)

●ウィルながおかパートナー募集
 名称・図フォーラム実行委員...ウィルながおかフォーラムの企画運営、あぜりあ編集委員...情報誌の編集 活動頻度=月1・2回(謝礼あり) 任期=4月~来年3月 定各若干名 ④2月28日(月)までに男女平等推進センターウィルながおかにある申込書で (HP可)



写真のウィルながおかフォーラムは、前身も含め30年以上続いているよ。携わる経験は、「自分らしい生き方」を見つけるきっかけになるかも。
 ▲おぐりん

みんなのひろば



催し

■村山雨景 長岡花火を染める
友禊の世界 染色展
2月3日(木)～3月29日(火)午前10時～午後5時30分 園道の駅 ながお花火館 園越後友禊会 ☎29・6391

■建国記念の日奉祝式典
2月11日(祝)午後2時～4時30分 園アオーレ長岡 園三味線、琴、太鼓の演奏 園建国記念の日長岡市奉祝会事務局 ☎080・6677・8535

■黒崎剛漆喰アートの世界
2月17日(木)～3月6日(日)午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで) 園旧機那サフラン本舗 ☎86・8545

■越後長岡ひなものがたり
市内33カ所でのひな人形の展示や飲食メニューの提供を行います。

■料理体験教室
2月26日(土)午前9時～午後1時 園さいわいプラザ 園50歳以上の一人暮らし、介護をしている人 ¥1,300円 園クッキング泉・今泉さん ☎090・5572・9861

■新潟県学生ウィンドアンサンブル演奏会
3月5日(土)午後1時30分～4時30分 園リリックホール 園

■新春講演会
「どん底からの人生逆転劇」
2月25日(金)午後3時30分～5時 園ホテルニューオータニ長岡 園元衆議院議員・杉村太蔵さん 園200人(先着) 園2月18日(金)までに長岡法人会 ☎0328へ

■大手通り周辺など 園長岡観光コンベンション協会 ☎32・1187

スポーツ

■市老連健康ダンスクラブ 会員募集
毎週金曜日午前9時30分～11時30分 園アオーレ長岡など
¥月3,000円 園上原さん ☎36・0330

■銃砲刀剣類登録審査会
2月17日(木)午前10時～正午、午後1時～2時30分 園県長岡地域振興局 ¥1件6,300円 (県収入証紙で) 園登録予定の銃砲刀剣類、銃砲刀剣類発見届(所轄警察署が発行したもの) 園県文化行政課 ☎025・280・5619

募集

■長岡市高等職業訓練校(園 ☎34・5203) 令和4年度訓練生募集科 園木造建築、塑性加工、塗装 定各20人(先着) 期間 園2年 園内・園学科: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) 園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:年109、600円、未就職者など:年30、000円(教科書代別) 園4月15日(金)まで

■建築士受験コース
募集科 園建築設計①学科②製図 定各10人(先着) 園①4月～6月の土・日曜日(期間中に計22回)

■茶の湯(宗徳流) 会員
2月28日(日)までに坂井さん ☎36・6908へ

■紅茶を楽しむ会 会員
毎月1回(2時間) 園千の森(浦) ¥600円程度 園大谷さん ☎090・4664・6112

■長岡混声合唱団 団員
日曜日午後7時～9時、土・日曜日午後1時～3時(月2、3回) 園市立劇場など ¥月5,000円 園鷲頭さん ☎090・2750・8753

■健歩クラブ 会員
内登山など(年10回程度) 園年2,000円(初年度のみ6,000円) 園片桐さん ☎080・5011・5871

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(必着)、5月号は3月25日(必着)。開催日や申し込み締め切りが、【4月号】4月10日(日)、【5月号】5月4日(祝)以降のものに限ります。

◆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。

園広報課 ☎39・2202

■40代婚活
3月19日(土)午後1時～5時 園県立歴史博物館 園おむね40歳代の独身男女 定各15人(抽選) ¥男性5,000円、女性3,000円 園3月4日(金)までにソラヒト日和・堀口さん ☎080・6718・1838へ

■県立歴史博物館冬季テーマ展「やぎもの産地・新潟」
3月6日(日)までの午前9時30分～午後5時 ¥一般520円、高校生・大学生200円 園同館 ☎47・6130

■帝京長岡高校吹奏楽部 定期演奏会
3月6日(日)午後2時～5時 園市立劇場 園同校 ☎36・4800

■離婚・DV・家族の問題 電話相談ホットライン
2月14日(月)～18日(金)午前10時～午後4時30分(16日(水)は午後7時まで) 相談電話 園NPO法人女のスペース・ながお ☎38・0456

■休日労働相談会
2月19日(土)午後1時～4時30分 園県長岡地域振興局 園長岡労働相談所 ☎37・6110

■弁護士によるB型肝炎特別措置法無料相談会
2月26日(土)午後1時30分～3時 園まちなかキャンパス長岡 園全国B型肝炎訴訟新潟事務所 ☎025・223・1130

②7月～9月の土・日曜日(期間中に計9回) 園時午前8時40分～午後5時10分 ¥①90、000円 ②50,000円(教科書代別) 園3月10日(木)まで

■さわやか悠久大学受講者
4月～11月の第2・4月曜日(計17回) 園アオーレ長岡など 園地域の歴史、福祉、健康づくりなど 園おむね55歳以上 園定120人(先着) ¥4,000円 園甲2月28日(日)までに坂井さん ☎36・6908へ

■詩吟教室「岳風会」 会員
毎週日曜日午後2時～4時 園千手コミュニティセンター1 園 ¥月1,500円 園大野さん ☎2807

納期限は2月28日(月)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)
- ※キャッシュレス決済が便利です (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	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 内小児科 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・祝休日のみ)。お問い合わせは休日・夜間急患診療所 ☎37・1199へ。

さいわいプラザ
正面と裏側に診療所専用駐車場があります。(台数に限りあり)

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(長岡局番0258)	電話番号
2月	6日(日) (内) 関谷 医院	☎61・0205
	11日(祝) (外) わたなべ皮フ科	☎62・7750
	13日(日) (内) 田崎 医院	☎62・1122
	20日(日) (内) 星野 医院	☎62・0998
	23日(祝) (外) 星整形外科医院	☎66・8808
27日(日) (外) お元気でクリニック	☎63・3800	
3月 6日(日) (内) 林俊壺クリニック	☎66・3000	

⑤救急当番病院
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

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

◆図や表などの略字の見方は15ページ
◆図どなたでも、園特になし、園無料、園不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆園に電話、ファクス、Eメール、園(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

月12万件超のアクセス 市ホームページ 広告募集

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) 園4月分は3月4日(金)までに園で(5月分以降は随時) 園広報課(アオ) ☎39・2202 ※詳しくは市ホームページで



花いっぱいコンクール 参加団体募集

花づくりの記録を紙にまとめて作品にします。参加団体には花苗を配布します。園保育園・幼稚園、学校、町内会、職場など(管理を業者に委託する団体は除く)

園2月28日(月)までに緑花センター(☎39・8718)、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恵和こども園の作品

祝

北京五輪に出場決定！

長岡出身

星野純子 選手 古野 慧 選手

2月4日に開幕する北京冬季五輪に、長岡出身の選手が出場します。世界最高峰の舞台に挑む2人を応援しましょう。
岡長岡市スポーツ協会
☎34・2130



日本時間3日に
出場予定



フリースタイルスキー・モーグル
星野純子 選手 2014年ソチ大会に続き2回目

「たくさんの方の支えがあったからこそ、北京五輪のスタートゲートに立つことができます。感謝の気持ちを忘れずに、悔いのないよう滑ってきたいです。今まで練習してきたことが100%発揮できるよう準備して臨みます。応援よろしくお願いたします」

フリースタイルスキー・スキークロス
古野 慧 選手 五輪初出場

「いつも応援していただき、ありがとうございます。スキークロスの日本代表として、北京五輪に出場することになりました。地元長岡のみなさんに勇気を与えられるような活躍をしたいです。応援よろしくお願いたします」



日本時間18日に
出場予定



世界に長岡魂を！

長岡市民スポーツ応援団団長（シドニー五輪銀メダリスト）中村真衣さん

長岡生まれのトップアスリートの活躍に期待しています。2人の長岡魂を世界に見せてください！市民のみなさん、長岡から北京にパワーを送りましょう！



心のこもった力作も♪

キーワードの答えは

ミライエ長
みらいえなが岡

正答率
97%

クイズの答え

- 1 罎り用魚
- 2 小林と罎さぶろう
- 3 にしきごい
- 4 罎だまめ
- 5 罎かのかん
- 6 な罎おかワーカー

子どもから99歳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。
岡広報課 ☎39・2202

昨年²倍超

過去最多5、873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

みんなの声を紹介します

- ・表紙が長岡らしいもの、季節感のあるもので好き！（30歳代）
- ・新春座談会で新型コロナウイルス禍でも新たな価値観で挑戦する人たちを知り、長岡は良いまちだと感じました（50歳代）
- ・毎月、催しをチェックして参加しています（60歳代）

■発行：長岡市（令和4年2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（1月1日現在）
人口/263,728人(-214)
世帯数/109,263世帯(-36)
男/129,048人(-91)
女/134,680人(-123)
※（ ）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

