



あなたの健康づくりを
応援します！

市政ニュース 2、3
緑の基本計画案ほか 4～9
長岡まつり参加者大募集 10、11
お知らせ 12～27

■表紙 野外博物館・野鳥コース(5月11日)
毎月第2・第4土曜日の午前9時～正午に信濃川右岸の長生橋～大手大橋の中間付近で開催しています。今月はオオヨシキリやコムドリなど約30種類の夏鳥が観察できます。問い合わせは科学博物館 ☎32・0546 へどうぞ。



キク科の多年草。花はタンポポに似ているが、茎は高さ50cmにもなり、途中で分枝して花をつける点などが異なる。葉はすべて根もとにまとまってつく。
ヨーロッパ原産の帰化植物で、和名はフランス名「Salada de pore (ブタのサラダ)」の直訳。各地で帰化しており、開けた草原のような場所に好んで生える。

6月 ネイチャー・ア・スコープ
自然観察 ⑱



サナエトンボの類は、春から梅雨のころに出現する種が多く、幼虫期に止水(流れのない所)に生息する種群と流水に生息する種群の2つに大別できる。モイワサナエは山間溪流に見られる種で、幼虫は流水中の砂に潜む。
和名が示すように、北海道藻岩山で最初に発見された種で、本州での分布は比較的限られるが、長岡では東山で広く観察できる。
ヒメクロサナエによく似ており、しかも似たような流れに生息するが、本種は翅胸前面に黄色の線がないことで区別できる。

ブタナ

モイワサナエ

シリーズ 環境ア・ラカルト ③

～家庭でできる地球温暖化対策～

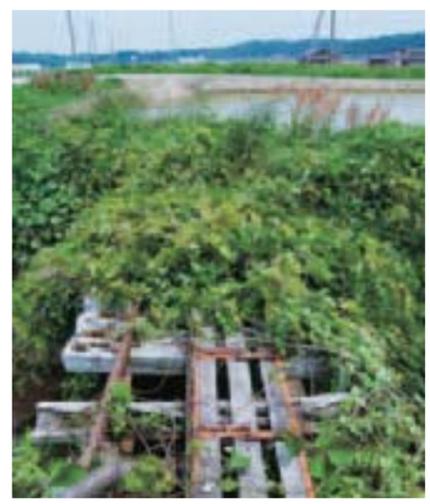
今月は、地球温暖化の防止につながる取り組みを紹介します。地球温暖化を引き起こす二酸化炭素は、全排出量のうちの20%が家庭で作られ大気中に排出されています(自家用車排出分を含む)。普段の生活の中で、電気、ガス、水道などのエネルギーを無駄なく、効率よく使用することは、二酸化炭素の排出量を減らすだけでなく、家計を節約することにもなります。
みなさんも、下の表を参考にしながら、家庭でできる地球温暖化の防止策に取り組んでみませんか。

取 り 組 み 例	世帯当たりの年間CO2削減量	世帯当たりの年間節約金額
冷房を1℃高く、暖房を1℃低く設定する	約 31kg	約 2,000円
電化製品の待機電力を90%削減する(主電源を切り、長時間使わないときはコンセントを抜く)	約 87kg	約 6,000円
家族全員がシャワーの使用時間を1日1分減らす	約 65kg	約 4,000円
風呂の残り湯を洗濯に使いまわすようにする	約 17kg	約 5,000円
電子ジャーの保温を止める	約 31kg	約 2,000円
家族が同じ部屋で団らんするようにし、冷房(暖房)と照明の利用を2割減らす	約240kg	約11,000円
買い物袋を持ち歩き、省包装の野菜などを選ぶようにする	約 58kg	0円
テレビ番組を選び、テレビを見る時間を1日1時間減らす	約 13kg	約 1,000円

新潟県の1世帯(4人家族)当たりの年間の二酸化炭素排出量は約10tで、4人家族がこの8つの取り組みすべてを実行すると、年間で約542kgの二酸化炭素が削減でき、約31,000円を節約することができます。
環境省「一人ひとりの地球温暖化対策」から抜粋

担当=環境政策課 ☎24・0528

加津保町の東のはずれに南北へ流れる用水路があり、それに沿って幅約3メートルほどの空き地が続いています。これはトツテツ(栃尾鉄道)として多くの人たちに親しまれた越後交通栃尾線(長岡(栃尾間)の跡です。
トツテツは、東山油田の機材の運搬などを目的として、大正時代初めに長岡の石油事業家の小林友太郎らによって敷設されました(昭和三十年に栃尾電鉄、三十五年に越後交通栃尾線と改称)。
戦後、栃尾線は旅客輸送が中心となり、最盛期の昭和四十一年には、年間約六百五十万人が利用しました。朝夕は大変なラッシュで、客車は



いつも満員でした。しかしその後、バス路線の充実やマイカーの普及で乗客数は激減し、昭和五十年に全線が廃止となりました。市では悠久山線(長岡(悠久山間)の跡地の一部をシンボルロードとして整備したほか、栃尾線の跡地も「ふれあい緑道(新保丁永田)」として現在、整備しています。
栃尾市、見附市と長岡市をつなぎ交通の動脈として活躍したトツテツも、今は墓のからまった錆びついたレールが、当時の面影を私たちに見せてくれるのみです。
なお、長岡技術科学大学に貨物車など三台の車両が保存されています(見学可)。

トツテツの線路跡(加津保町)
鉄道の多くは1,067mmのレール幅ですが、栃尾鉄道は全国でも数少ない狭軌(762mm)のレールでした。

ながおかのまち再発見
トツテツ(栃尾鉄道)の線路跡 ⑰

あなたの健康づくりを 応援します！

「いつまでも健康で生き生きと暮らしたい」だれもがそう願います。市では、市民一人ひとりが健康で心豊かな生活を送ることができるよう、総合的な取り組みを始めます。今月から、各地域で「井戸端会議」や「高齢者健脚度調査」を行い、その成果を生かして、市民の視点から「ながおかヘルシープラン21（仮称）」の計画づくりを進めます。

近年、食生活の変化や運動量の低下などから、生活習慣病になる人や高齢になって寝たきりや痴ほうになる人が増えています。

「ヘルシープラン」は、こうした病気の予防や介護予防を図るとともに、生きがいやゆとりづくりも支援するもので、私たち一人ひとりが自ら健康づくりを進めるための指針となるものです。

井戸端会議での提案から 計画づくりがスタート

計画づくりは、地域や団体を対象に開催する「井戸端会

議」で、市民のみなさんの声をお聞きすることから始まります。自分自身、家族、地域の健康づくりについて「こうありたい」と提案された意見を「市民がめざす健康なまち」として計画の基本目標に反映させます。

また、「高齢者健脚度調査」で得られる結果も計画づくりに生かします。

こうして市民のみなさんから集められる情報をもとに、六月中に設置する「ながおかヘルシープラン21（仮称）策定委員会」（医療や栄養、運動などのさまざまな分野の専門家や市民の代表、市の各分野の担当課で構成）で検討を進め、今年度末までに計画をまとめます。

健康づくりの主体は みなさん一人ひとりで

計画策定のアドバイザーである新潟医療福祉大学助教授の村山伸子さんは、「個人の健康問題や健康に対する考え方が多様化している今、健康づくりは市民が自分にとっての

学校で 体を動かすのって楽しいよね！



▲フィットネスカーニバルキッズ in 長岡（5月19日・栖吉小学校）

体育施設で 体力づくりは健康の基本です

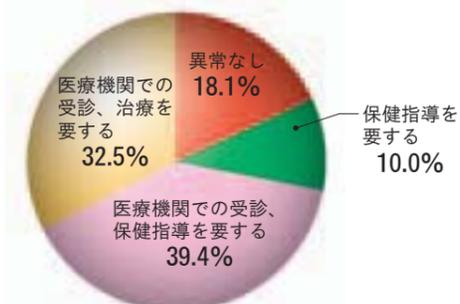


▲「週に4日ほど、トレーニングに通っています」室賀丈夫さん（5月19日・市民体育館トレーニング室）

データで見る市民の健康

～生活習慣の改善や受診・治療が必要な人は8割～

平成13年度 長岡市の基本健康診査の結果から
（19歳～64歳、受診者数10,346人）



公民館で 笑うと気持ちも若返ります！



▲笑顔と笑い声があふれる福戸地区の「ふれあいサークル」（5月10日・福戸公民館）

自然の中で いい汗がいて、リフレッシュ！



▲「毎日、歩いていると体が元気になりますね」平沢賢二さん・靖子さん（5月19日・信濃川左岸堤防）

市民健康づくり講演会（無料）

「転ばないための体づくり ～骨折り損にならないために」

当日は、手話通訳があります。
日時 = 6月22日(土)午後1時30分～3時30分
会場 = リリックホール・シアター
講師 = 新潟リハビリテーション病院 整形外科部長・山本智章さん
定員 = 450人（先着順）
申し込み = 6月20日(木)までに健康課 ☎32・5000、FAX39・5222、Eメール kenkou@city.nagaoka.niigata.jp へ

▲山本智章さん

私たち、こんな健康づくりに取り組んでいます！

地域で「ふれあいサークル」をつかって、住民主体の健康づくりを進めている福戸地区。その取り組みについて福戸公民館の佐藤敏子さんにお聞きしました。



▲佐藤敏子さん

「ふれあいサークル」（右写真）には、地区の75歳以上の方が参加しています。まず、一人ひとりの血圧測定と健康チェックをした後、軽体操などで体を動かしたり、お茶を飲みながら話をしたりしています。参加している方は、本当に生き生きとした表情をされていますし、自分の健康に対する意識や関心も高まってきているようです。

また、その活動を支えているのがボランティアとして参加してくれている地区の方々と、公民館への送迎などもお願いしています。

今後はより多様な健康づくりに取り組んで、一人ひとりが健康で元気に過ごせる地区にしたいですね。

おすすめ「ウォーキングコース」を募集します！

日常の健康づくりに手軽なウォーキングはいかがですか。

市では、市内各地域のウォーキングコースを募集し、所要時間や歩数などをウォーキングマップで紹介しています。

みなさんのお気に入りのコースや地域の特色を生かした長岡らしいコースをどんどんお寄せください。

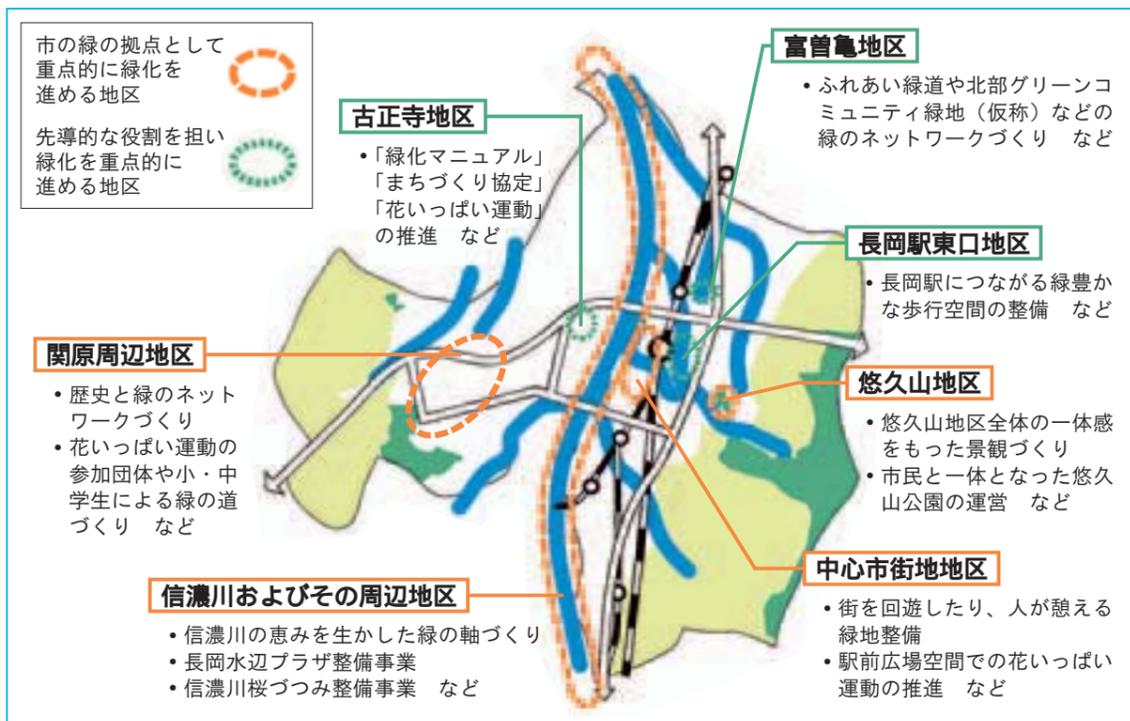
【コースの条件】長岡市内で所要時間がおおむね1時間以内であること

【応募方法】

6月17日(月)～8月9日(金)（消印有効）までに、健康課、各地区公民館等にある応募用紙にコース名、コース図（目安となる建物等も）おおむねの距離、コースのおすすめメッセージを添えて〒940-0086西千手2の5の1健康センター内健康課へ郵送または持参してください。応募のあった中から数コースを選定し、ウォーキングマップ（10月発行）に掲載します

問い合わせ = 健康課 ☎32・5000

緑化重点地区とその主な緑化施策



▲色鮮やかなチューリップが咲く花の丘を歩かれる皇太子さま、雅子さまと森市長

第13回全国「みどりの愛護」のつどい 長岡市の表彰団体

- 【功労者国土交通大臣表彰】
 桂小学校たりほ会 花を楽しむ会 神田口フラワークラブ
- 【新潟県都市緑化功労者知事表彰】
 関原地区花いっぱい運動協議会 山本中学校ボランティア委員会
 城岡3丁目花の会 大積小学校児童会 宮内中学校生徒会

この日のつどいには五千人を超える人が参加し、皇太子ご夫妻を歓迎するとともに、市内の沿道や長岡駅などでもたくさんの方のみなさんがお二人をお見送りしました。



▲キタコブシの木を記念植樹される皇太子ご夫妻

四月二十七日、国営越後丘陵公園で、第十三回全国「みどりの愛護」のつどいが開催されました。皇太子ご夫妻も出席されたこのつどいでは、緑の保全や

地域の緑化に貢献した全国の七十八の団体に「功労者国土交通大臣表彰」が贈られ、長岡市からは桂小学校たりほ会花を楽しむ会、神田口フラワークラブの三団体がその栄誉に輝きました。

式典で皇太子さまは、「皆さんの心と活動を通じて、緑豊かで快適な生活環境づくりが一層進展することを願います」とお言葉を述べられ、また、受賞者を代表して桂小学校六年生の内山徳隆さんと内藤優さんが、「みんなで緑を愛し、守り、育て、これを未来に伝えます」と元氣よく誓いの言葉を述べました。

全国「みどりの愛護」のつどいを開催

緑を愛し、守り育てる心を未来に

市では、寄せられた意見をもとにさらに検討を加えて七月中には計画を決定し、早期に市民に公表して取り組みを

スタートします。お問い合わせは、公園緑地課 ☎ 39・2230へどうぞ。



▲緑化重点地区の中心市街地では、駅前広場などでの花いっぱい運動を進めます（4月20日の花いっぱいフェア10周年記念市民プランターづくりで・長岡駅前）

「長岡市緑の基本計画」は、長岡の緑をどのように守り、創り出し、育てていくかを定めるもので、公園や道路などの公共施設だけではなく、私有地も含めた緑化の目標を定め、それを実現するための具体的な施策を示す計画です。その基本理念は、「大河信濃川の恵みを生かし、次世代に引き継ぐ『水と緑のネットワークづくり』です。これは、信濃川、西山、東山とその間に広がる市街地の緑などを『水と緑のネットワーク』として位置づけ、その活用を図りつつ、確実に未来へ引き継いでいこうというものです。」

7地区を緑化重点地区に指定

計画には、「緑の目標」として緑地の確保目標と緑化目標を示しています（下欄参照）。市民一人当たりの都市公園面積の目標を、国の目標を上回るものに設定し、また、私有地の緑化を先導する意味で公共施設の緑化面積の目標値を高めに行っているのが特徴です。その目標を達成するために、今ある緑を「まもる」、緑地を新たに「つくる」、みんなで緑を「そだてる」という視点と、緑を守り育てる人材を育成し、これらの活動を「ささえる」

長岡市緑の基本計画の「緑の目標」

目標年次 平成27年（2015年）

1 緑地の確保目標

市内の緑地を市域面積の60%に増やします（現在は約57%）
 市民1人当たりの都市公園面積を22㎡とします（平成13年度末現在では11.8㎡）。また、国が緑の政策大綱の中で示す長期的な目標値は20㎡）

2 緑化目標

公共施設では、建物の周囲等において敷地面積の30%の緑化を進めます
 地域で行う緑化活動として、身近な公園等における緑化を市民が主体となって進めます
 小・中学校の敷地は、児童・生徒たちが主体となって緑化を進めます

という四つの視点から検討した施策も盛り込んでいます。さらに、市全体の緑の拠点として、また先導的に緑化を推進する地区として、七つの緑化重点地区を指定しています（左ページ図参照）。

取り組みは市民・行政・事業者等の協働で

緑の基本計画を推進していくためには、行政だけではなく、市民や事業者等のみならず、

んの理解と協力、そして三者が一体となった取り組みが不可欠です。そのため、地域や行政が持っている緑化に関する情報の共有や市民の緑化推進リーダーの育成などを図り、協働と連携ができる環境づくりを進めます。

計画案は市役所一階市民情報ラウンジと三階公園緑地課ながおか市民センターでご覧になれます。みなさんの意見を寄せてください。

緑は私たちに潤いや安らぎを与えてくれるだけでなく、大気を浄化して地球環境を保護したり、その保水機能で災害を防いでくれたりするなど、私たちの生活には欠かせないものです。

市では、その緑を守り、生かすための指針となる「長岡市緑の基本計画」を策定します。このほど、緑の基本計画策定検討委員会で検討を重ねてきた計画案がまとまりました。

緑の基本計画案がまとまりました

長岡の緑をまもり、つくり、そだてる

まちなかで障害者デイサービス事業をスタート

バスや電車など公共交通機関の便がよく、障害のある人でも立ち寄りやすい、ながおか市民センターで、新たな障害者福祉サービスを始めました。身体障害者と知的障害者のデイサービス事業です。市は、障害のある人がまちなかで活動することで、生活の幅が広がるよう支援しています。

身体障害者デイサービスは、機能訓練や絵画、囲碁将棋、書道、折り紙、パソコンの六つの種目で、自立のための訓練や趣味の創作方法を、訓練指導員や専門の講師が教えてくれます。

リハビリを兼ねて趣味のひと時を楽しむ

取材の日、囲碁や将棋で楽しんでいた参加者からは「まちなかなので来やすい」「もっと多くの人が出かけてきてくれれば対戦相手が増えて楽しめると思う」「バスなどを利用

して大勢の人に参加してほしい」といった声がかれました。**市民センターに来れば友だちに会える**

毎週土曜日の午前十一時から午後三時まで、知的障害者デイサービスを実施しています。



▲市長の突然の訪問にちょっとびっくり(5月18日、知的障害者デイサービスで)

障害のある人に交流の場を提供するとともに、休日の過ごし方や日常生活での悩みについて相談に応じています。

これまでは、週末を家で過ごすことが多かった人たちも、ここでは、友だちといっしょにゲームをしたり、会話を楽しんだりして生き生きとした時間を過ごしています。

専用コーナーの開設も

十一月には、ながおか市民センター一階に、障害のある人やボランティアが気軽に集まり、談話や情報交換ができる「障害者プラザ」を開設します。

お問い合わせは、福祉相談課 ☎ 39・2218 へどうぞ。

身体障害者デイサービス 知的障害者デイサービス はいずれも無料(材料費は実費)です

詳しくはお問い合わせください。

福祉相談課 ☎ 39・2218

手話サービスもあります

ほかに、聴覚に障害のある人でも市民センターを利用しやすいように、毎週金曜

県内の養護学校で初の試み

放課後に児童・生徒を預かります

養護学校に通う子どもたちを放課後に一時預かる事業を始めました。これは、児童館で実施している児童クラブと同様に、保

護者が共働きなどの理由で、放課後、子どもを介護することが難しい家庭を支援しようというものです。県内の市町村では初の試みです。

済ませることができると、子どもとは、より深く接することができるようになり、とても助かっています」と話しています。

放課後の校舎をそのまま利用するのが特徴で、子どもたちは、福祉施設などに移動することなく、指導員が見守る中で、自由な時間を過ごすことができます。

サービスの利用している保護者の一人は「放課後、預かってもらっている間に仕事を

お問い合わせは、福祉相談課 ☎ 39・2218 へどうぞ。



▲子どもたちは、介助員が見守る中、ビデオを見たり音楽を聴いたりして、自由に過ごしていました。(5月15日、養護学校で)

全国の有志市町村長と国や県などの職員が一堂に会した全国首長連携交流会

5月10日から12日にかけて「首長連携によって日本を明るくしよう」というテーマのもと、長岡市と柏崎市に全国の有志首長約70人と、国・地方自治体職員など、総勢250人が集まり、まちづくりについて熱心に意見交換を行いました。

市民活動の拠点「ながおか市民センター」が注目の的

長岡を訪れた参加者は、開設後半年で12万人の利用があった「ながおか市民センター」を視察。民間施設を活用したセンターの運営方法に、見学した首長は口々に「ほかに例がない」と話し、強い関心を寄せていました。

「現場主義」からの具体的な政策提言を

会議は、森市長の「地方自治の現場の声を本音で語り合い、まちづくりのための政策提言につなげていきましょう」というあいさつで始まり、北海道二セコ町の逢坂誠二町長や愛知県犬山市の石田芳弘市長など、独自の施策でまちづくりを進めている首長や、文部科学省や財務省などの省庁関係者による講演が行われました。



▲講演のあと意見を交換する参加首長(11日、長岡造形大学で)

そのあと会場を柏崎市に移し、市町村合併や教育・学校改革、医療と

福祉の連携など7つの部会に分かれ、白熱した議論が交わられました。

最後に、今回の交流会をきっかけに、現場の声を生かした新しいまちづくりに向けて、市町村や、省庁、NPOなどが連携して、実践的な研究会を立ち上げ、政策の提言などを行っていくことを確認して、3日間の日程を終えました。

動き始めた市町村合併

その5 第3回首長会議の報告

今月は、四月二十五日に開催された第三回長岡地域市町村合併研究会の首長会議についてお伝えします。

三島町が正式参加

昨年十二月の研究会発足以来、オブザーバーとして参加していた三島町が、この会議で正式参加を表明し、全会一致で了承されました。

三島町は「すむい」の「み」や「し尿」の処理を長岡市と共同で行う協力関係にあります。また、昨年九月に同町が行った住民意向調査では、合併に賛成する世帯のうち、八四・七パーセントが長岡市を中心とした合併を望むという結果が出て



▲座長としてあいさつする森市長(4月25日、越路町もみじ園で)

会議では、合併に関する重要事項の制度比較や合併後の財政負担についても話し合わせ、福祉や環境などの政策部門別に分科会を設置し検討をさらに進めていくことが合意されました。今後は、参加八市町村が持っている文化や特色などの「個性」を、合併によってできる「新しいまち」にどのように生かしていくかの検討を始めるほか、長岡地域と同じく人口三十万人規模で、すでに法律に基づく合併協議会を設置している埼玉県新座市を視察し、さらに具体的な検討を進めていきます。



▲上組小学校コンピュータ室で（5月21日）

今年度、上組小学校を含む市内の八つの小・中学校に毎秒百メガビットで接続するネットワークを整備し、実証実験を始めます。

子どもたちは、これまでキーボード操作などを学んできましたが、今日初めてインターネットで簡単な映像教材を見ました。「米百俵ネットワーク」の学習素材のページから、「こみのゆくえ」を選んだ子どもたちは、画面上に突然、ごみ収集車が動き出し「え

e ネットシティながおか 動画で学校での学習が変わる！

「e ネットシティながおか」のサービスの一つに小・中学校で幅広い学習機会を提供（デジタル教材の活用、テレビ会議による学校の交流、遠隔授業など）することがあります。これによって学校での学習はどう変わるのでしょうか。上組小学校四年一組の授業を訪ねてみました。

「すごい」と驚きの声を上げました。「器械運動（鉄棒・跳び箱・マット・平均台）」を選んだ子どもたちは、「鉄棒の技がこんなにたくさんあるなんて知らなかった」「跳び箱の飛び方がわかっておもしろい」「ほかの子が運動しているのを見て楽しかった」と話してくれました。みんな時間を忘れて見入っていました。

担任の水口正則先生は「e ネットシティながおか」で超高速通信が利用できるようになると、テレビやビデオのように、画面に映し出されるきれいな映像を学習に活用できる幅が広がります。子どもたちも「いろいろなものに興味を持っていくでしょうね」とサービス実現への期待を話してくれました。

子どもたちを育成する組織をつないで、地域全体で子どもを育てていきたい

今月は、PTA、子ども会、スポーツ少年団などの組織をネットワークで結ぼうと活動している「長岡子どもネットワークをつくる会」の座長・吉井剛さんにお話をうかがいました。

- ネットワークを作ろうとした理由は？

長岡には、PTA、子ども会、スポーツ少年団など、子どもの健全育成のための組織がたくさんあります。でも、今までは別々に活動していたんです。横のつながりを持たず、単独では出来ないことが実現できるようになるのではないかと考え「一緒に何かやってみませんか」と声をかけて実現したのが「長岡子どもネットワークをつくる会」です。



▲イベントを通して、この会の存在を知ってもらえればと話す吉井剛さん

- イベントを企画しているようですが

ええ。6月9日に「長岡スポーツしようデー」を企画しています。「長岡スポーツしようデー」は「長岡子どもネットワーク」が行う最初のイベントです。

今年から学校5日制が本格実施され、子どもが家庭や地

域で過ごす時間が今まで以上に、大切なものになってきています。

そこでサッカーのワールドカップ開催に合わせて、スポーツや国際交流イベントを企画しようということになったんです。このイベントが親と子が向き合うきっかけになってくれればと思っています。

6月9日は、ぜひ、親子で参加してください。

長岡スポーツしようデー

大手通りに家族みんなで集まって、スポーツを思いっきり楽しみませんか。

日時 = 6月9日(日)午後1時～3時

会場 = 大手通り・歩行者天国、厚生会館

サッカーコーナー（ガトウ専科前）

キックターゲットやアルビレックス新潟のサッカー選手とのゲームができます。フェイスペインティングもあります。ボールのある人は持参してください。

バスケットボールコーナー（大和長岡店前）

フリースローコンテストやミニ3on3大会、新潟アルビレックスの選手にチャレンジなどがあります。

バレー&ソフトバレーボールコーナー（厚生会館）

厚生会館大ホールでバレーボールやソフトバレーボールが楽しめます。内履き靴を持参してください。

国際交流イベント（ながおか市民センター1階・地球広場（☎39・2714））

英語と日本語の紙芝居の実演やバンド演奏、アジアンカレーの試食などを行います。

問い合わせ = 助長岡市体育協会 ☎34・2700

7月から生涯学習相談室をご利用ください

生涯学習相談室では、みなさんの質問にお答えする学習相談のほか、市内で活動している団体・サークルの情報や、さまざまな経験や技術を持つ指導者（通称：「まちの先生」）の情報、市内のイベント・講座情報などを収集しています。意欲も時間もあるけれど情報が無いために、生涯学習活動への一歩が踏み出せない人、すでに活動はしているが、より充実した情報がほしい人は、ぜひお問い合わせください。

開設日 = 7月1日

場所 = 柳原分庁舎（柳原町2）

開館時間 = 月曜～金曜の午前9時～午後4時

相談方法 = 来室、電話、メール、FAXのいずれかでも、メール、ファクスはいつでも。ただし時間外の場合、お返事は翌日以降になります。

運営 = 生涯学習コーディネーター11人

問い合わせ = 生涯学習課 ☎32・5110

新しい知識や技術を身につけることは、心豊かで充実した生活を送るための大きな手助けになるものです。でも、「意欲はあるんだけど何から始めたらいいの?」という人も多いのではないのでしょうか。

生涯学習相談室は、そんな人たちの相談に応じるところです。

さまざまな経験や技術を持つ「まちの先生」や趣味の団体やサークルの中から、あなたの「学び」に最もふさわしい「先生」や「サークル」をご紹介します。

運営は市民の手で

相談室の運営は、市民が自らの手で行うことを基本としています。そのため市では、平成十三年に市政だよりなどを通じて、生涯学習コーディネーターを公募しました。その後一年間の養成研修を経て、十一人の生涯学習コーディネーターを委嘱し、現在、ボランティアとして開設や相談の準備にあたっています。

情報をお待ちしています

市民のみなさんの学習相談に適切にお答えするためには、より多くの情報が必要です。会員を募集したい団体・サークルのみなさん、自分の好きなこと・得意なことを教える「まちの先生」になりたいという方は、生涯学習課へ情報をお寄せください。

お問い合わせは生涯学習課 ☎32・5110 へどうぞ。

学びたいあなたを生涯学習相談室がお手伝い

7月オープンにむけて準備中

いくつになっても「学ぶ」楽しさを忘れずにいたい...。そんな市民のみなさんの「学びたい」という気持ちにこたえるため、学習活動を支援する「生涯学習相談室」を7月に開設します。

「学習会を開催したいので、適当な講師を紹介してほしい」「何か活動を始めたいが、どんな団体・サークルがあるか」などの相談にお答えし、市内の講座・イベント情報や指導者、団体、サークル情報などを提供します。



▲私たちがみなさんの相談に応じます。（生涯学習コーディネーター、前列左から、高橋さん、中嶋さん、長谷川さん、川上さん、村田さん、後列左から、小林弘さん、小林秀夫さん、高木さん、中川さん、木村さん、小黒さん）

長岡まつり 参加者大募集

長岡まつり協議会からのお知らせ

早くも長岡まつりの準備が始まりました。この夏も楽しい企画が盛りだくさんです。まつりの醍醐味は、参加してこそ味わえるもの。さあ、今年は何を楽しんでみますか？

まじりは夏の楽しみ！

8月1日前夜祭・3日わんぱく広場

あなたの想いをのせて 灯ろう流し

日時 8月1日(木)午後7時～8時30分(雨天中止)
場所 柿川一之橋および柿川橋付近 参加料 灯ろう1個1,000円(当日現地で販売。先着順) 問い合わせ 長岡青年会議所



長岡の歴史をかつぐ 米百俵みこし

日時 8月1日(木)午後8時40分～9時30分(予定)
集合 午後6時30分(宝田公園) 練習開始 午後7時40分 対象 18歳以上の人 定員 200人(先着順) 申込方法 住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入し、ハガキまたはFAXで(長岡青年会議所へ) 米百俵ハッピ先着無料貸与

いい汗かこう 大手通商店街 みこし

期日 8月1日(木) 集合時間 午後2時と午後6時 対象 18歳以上の人 申し込み 大手通商店街振興組合事務局 ☎30・5590 または(株)日本旅行長岡支店・平岡さん ☎39・6111 大手通りのハッピをお貸しします。

まつりの定番です 大民踊流し

日時 8月1日(木)午後7時～8時20分(予定) 参加料 無料 申し込み 6月

メッセージ 花火

結婚、誕生、米寿などの祝いや好きな人への想いをメッセージにして、花火とともに贈りませんか。 募集金額 45,000円 募集台数 2日・3日各5台で抽選 対象 個人またはグループ 打上時刻 両日とも午後9時10分ごろ(予定) 花火の種類 5号、10号(尺玉)を金額の範囲内で打ち上げます。メッセージ 打ち上げ前に会場アナウンスが読み上げます。ご本人の録音でも結構です。特典 記念品(尺玉のレプリカ)プレゼント。申し込み 7月5日(金)までに長岡まつり協議会へ

大型花火

職場やグループでスター

8月2日・3日大花火大会

花火は長岡の夏の楽しみ。



■市民花火 (米百俵花火)

今年は10号96連発。みんなで盛大に打ち上げましょう。
参加費 1口3,000円 (1人1口以上、何口でも可) 申込締切 6月28日(金) 申込方法 (市内の方) 最寄りの取扱金融機関に備え付けの指定用紙により振込み。取扱金融機関は北越銀行、大光銀行、第四銀行、

長岡信用金庫 あさひ銀行 富山第一銀行 新潟県信用組合、新潟県労働金庫、商工組合中央金庫、越後なおか農協(市外の方) 電話で長岡まつり協議会へ 特典 協賛者観覧席券(2日・3日共通券) 2枚を進呈 また、参加者の中から抽選でペア75組を8月3日のサジキ席(長生橋サジキ組合提供)にご招待(当選者には7月上旬にお知らせします)。

パノラマ席の新設について

長岡まつり協議会では、昨年明石市での花火大会事故を教訓に、堤防上の通路を確保し、観覧場所の安全性を高めるため、今年新たに左岸堤防上に階段状の有料観覧席(パノラマ席)を設置します。

これに伴い、左岸堤防の一部にあった協賛者観覧席を河川公園の野球場に移し、今までの協賛者観覧席のエリアは一般観覧席として開放します。なお、協賛者観覧席は今までどおり午後7時に一般開放します。皆様のご理解とご協力をお願いします。



パノラマ席イメージ写真

信濃川左岸観覧席設置図



21日(金)までに長岡商工会議所へ

わんぱくおまつり広場 フリーマーケット

日時 8月3日(土)午前11時30分～午後3時 場所 ずらん通りエリア 出店料 1マス(約3m x 1.8m) 500円(先着100マス) 申し込み 7月31日(水) 申し込み ずらん通り商店街事務局・大矢さん ☎32・2480(平日の午前10時～午後5時)

8月2日昼行事は 内容一新!

例年8月2日に行われていた「武者行列」は、10月5日(土)に「米百俵まつり」として生まれ変わります。また、8月2日の昼行事は、今年から「ふれあい広場」としてだれもが楽しめる行事を企画していますので、ご期待ください。

大花火大会 有料観覧席

場所 河川公園テニスコート 料金 1マス(180 x 180cm・定員4~5人) 20,000円、半マス(180 x 90cm・定員2人) 11,000円 パノラマ席(特設スタンド席) 場所 左岸堤防上 料金 1人3,000円 左上の「パノラマ席の新設について」もご覧ください。

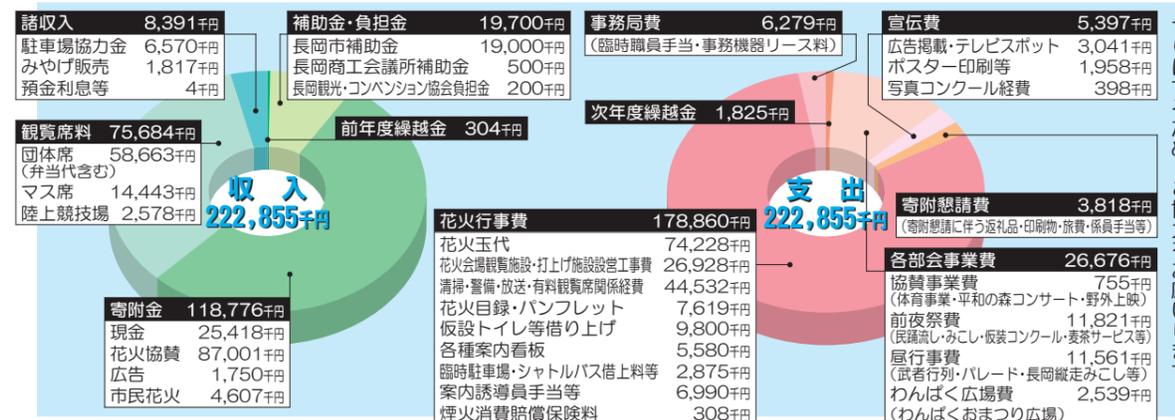
陸上競技場スタンド席 車いす用観覧席

場所 大手大橋下流右岸運動公園ヘリポート周辺(自動車で入れます) 料金 自動車1台1,000円(駐車料金相当、観覧席料は無料) 申し込み すべて7月16日(火)までに電話またはFAXで長岡まつり予約センター ☎35・9244、FAX 35・9366へ(受付は平日の午前9時～午後5時30分まで先着順)

この夏、代表作「長岡の花火」(貼絵)を中心に、作品、遺品など100余点を一挙公開!

長岡ゆかりの芸術家 山下清展 前売券発売

開催期間 = 7月23日(火)～8月7日(水)(月曜休館) 会場 = 長岡市美術センター(中央図書館2階) 入場料 = 500円(中学生以下無料) 前売券発売 = 6月17日(月)から 販売場所 = 国際文化課(市役所4階) 地球広場(市民センター1階) 問い合わせ = 国際文化課 ☎39・2251



平成13年度長岡まつり収支報告

昨年(平成12年)は厳しい経済情勢の中、たくさんのご協賛誠にありがとうございました。本年も、大勢の方々にご協賛いただきました。本年(平成13年)も、大勢の方々にご協賛いただきました。本年(平成13年)も、大勢の方々にご協賛いただきました。本年(平成13年)も、大勢の方々にご協賛いただきました。

INFORMATION

お知らせ

市役所 〒940-8501 幸町2の1の1 ☎35・1122
●特に記載のないものは、電話、FAX、Eメールで
申し込んでください。先着順で受け付けます。



科学博物館 ☎32・0546
kahaku@city.nagaoka.niigata.jp

野鳥相を調べる会

日時 6月23日(日)午前6時～9時(雨天決行) 観察地 柿町周辺 集合 柿バス停前 対象 小学生、一般 参加料 50円 持ち物 筆記用具、観察用具 申し込み 6月20日(木)まで

講座「長岡の民俗」

新潟県と長岡の「山の神」について解説します。
日時 6月23日(日)午後2時～午後3時30分 会場 中央公民館302教室 持ち物 筆記用具 申し込み 6月20日(木)まで

公園緑地課

☎39・2230
FAX 39・2270

花と緑の教室

「容器栽培」(コトガロン)
日時 7月6日(土)午前10時～11時30分 会場 千秋が原ふるさとの森管理事務所前 講師 市政だより「園芸教室」担当・小林正夫さん 定員 30人 参加料 1,000円 申し込み 7月3日(水)まで
②花の広場で花植えをしませんか(無料)
直接会場へどうぞ。
日時 6月15日(土)午後1時30分～2時30分(雨天時の

国営越後丘陵公園へ行こう!

問い合わせ 越後公園管理センター ☎47・8001

1 サタデーガイド

里山の自然を中心に公園内を案内します。
日時 6月8日(土)午前10時～正午 講師 飯塚克身越後公園管理センター所長 集合 午前10時までに暖の館インフォメーション

2 ばら講習会

「シユート処理」(無料)
日時 6月9日(日)午前10時

3 縄文時代の石器をつくる会

日時 6月30日(日)午前10時～午後3時(小雨決行) 会場 藤橋歴史の広場(ふじはし歴史館前) 対象 小学生(一般)小学4年生以下は保護者同伴で 参加料 700円(材料費含む) 持ち物 昼食、水筒、軍手、使い古したタオルまたはぞうきん 申し込み 6月27日(木)まで

環境政策課 ☎24・0508
kanryo@city.nagaoka.niigata.jp

ながおか市民工セミナー「びねる」みつけよう

体験学習などを通じて、環境を守る行動につなげるための講座です。

回	期日	内容
①	6/18(火)	「生物多様性の大切さ」を学ぶ講義と自然観察会
②	25(火)	容器ごみ減量のための意見交換会と施設見学会
③	7/2(火)	地球温暖化問題と家庭の省エネ体験学習
④	9(火)	環境保全活動へ向けたワークショップ

時間 午前10時～午後4時(半日単位の申し込み可) 会場 環境衛生センター(寿ごみ焼却施設)ほか 定員 40人 申し込み 6月14日

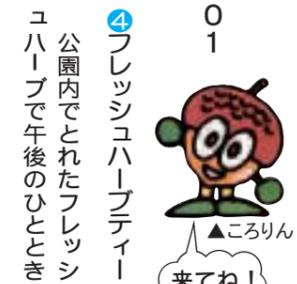


▲千秋が原ふるさとの森花の広場

ふるさと体験農業センター

☎34・5360
①ラベンダークラフトで手作りの香りを
摘みたてのラベンダーで香りの小物づくりが楽しめます。
問い合わせ ☎29・5757
会場 千秋が原ふるさとの森花の広場 持ち物 移植こて

日時 6月22日(土)午後2時～4時 会場 ふるさと体験農業センター 持ち物 花切りばさみまたはせん定ばさみ 参加料 1,000円 申し込み 6月18日(火)まで
②手作り豆腐づくり
日時 6月26日(水)・27日(木) 午前10時～午後2時 会場 ふるさと体験農業センター 持ち物 エプロン、昼食 参加料 200円 定員 20人 申し込み 6月11日(火)午前9時から
③家庭菜園管理講習会
直接会場へどうぞ。
日時 7月6日(土)午前9時～11時 会場 長岡東山ふ



4 フレッシュユアハーブティー
公園内でとれたフレッシュハーブで午後のひとときを楽しみませんか。
日時 6月9日(日)・23日(日) 午後2時～4時 参加料 200円 会場 イングリッシュガーデン(雨天時は暖の館)
5 タクシーマッシー
公園内でとれたハーブ類で小さな香りの花束を作ります。
日時 6月16日(日)午後2時～3時 参加料 200円 会場 イングリッシュガーデン(雨天時は暖の館)

7月は社会を明るくする運動の強調月間です。青少年健全育成のつどい講演会(無料)

日時 7月3日(水)午後6時30分～8時(午後6時開場) 会場 リリックホール・シアター 講師 俳優 脚本家・高見映さん 演題 「ノッポ流子ともの付き合い方」 定員 450人
入場整理券が必要ですが、市役所1階案内所、ながおか市民センター、中央公民館、リリック



▲高見映さん

街頭パレードを実施します

更生保護の日に合わせ、子どもたちを健やかに育てるため、犯罪のない明るい社会とするよう街頭から呼びかけます。
みなさんも社会を明るくする運動にご参加ください。
日時 7月1日(月)午後1時30分～3時 場所 大手通り 問い合わせ 長岡地区保護司会内事務局 ☎36・4333

観光課 ☎39・2221
kanako@city.nagaoka.niigata.jp
長岡探求ガイドブック「長岡まちあるkey」を刊行
長岡の歴史、観光資源、物産などをコンパクトにまとめた。これ1冊であなたも長岡の案内人になります。
頒布価格 1,000円 販売場所 市内の書店・コンビニエンスストア
教育センター ☎33・2022
平成15年度使用教科書展示会
小・中・高校の来年度使用教科書を展示します。
期間 6月18日(火)～7月6日(日) (日曜を除く) 時間 平日: 午前9時～午後5時、土曜: 午前9時～正午 会場 教育センター



▲「長岡まちあるkey」

生涯学習課 ☎32・5110
長岡市社会同和教育研修会(無料)
同和問題を正しく理解し、差別や偏見のない明るい社会をつくるため研修会を開催します。
日時 7月13日(土)午前9時30分～正午 会場 中央図書館講堂 内容 講演会、人権啓発映画上映 申し込み 7月1日(月)まで

ふるさと体験農園(鉢伏町) 内容 秋野菜の植え付けと管理、夏野菜の病害虫診断(病害、虫害などのサンプルがあったら持参してください)
日時 6月22日(土) 午後1時～2時30分 午後3時～4時30分 会場 ながおか市民センター202会議室 定員 各50人 持ち物 筆記用具 申長岡中央青果株式会社 ☎46・7317、FAX 46・7016
ハンドベル1日体験講座
日時 6月23日(日)午後2時～5時 会場 西千手公民館 対象 簡単な楽譜の読める人 定員 11人 参加料 700円(楽譜代など) 申 6月16日(日)までにベルフィール・早川さん ☎36・9210(多数の場合抽選)

FAX 38・0456へ
「フロが教える」本場和歌山の梅漬講習会(無料)
「南高梅」を使ったやわらかくておいしい梅干つくりの講習会です(梅ごはんの試食会もあります)。
日時 6月22日(土) 午後1時～2時30分 午後3時～4時30分 会場 ながおか市民センター202会議室 定員 各50人 持ち物 筆記用具 申長岡中央青果株式会社 ☎46・7317、FAX 46・7016
ハンドベル1日体験講座
日時 6月23日(日)午後2時～5時 会場 西千手公民館 対象 簡単な楽譜の読める人 定員 11人 参加料 700円(楽譜代など) 申 6月16日(日)までにベルフィール・早川さん ☎36・9210(多数の場合抽選)

雪国植物園 恒例ホタルの夕べ

日時 6月30日(日)まで 時間 午後6時30分開場(雨天中止) 集合 雪国植物園東口 内容 ホタルの生態説明(午後7時から)、ホタルの鑑賞(午後7時20分～8時15分)
入園料 大人(高校生以上) 300円、小・中学生 200円
問い合わせ 雪国植物園 ☎46・0030



INFORMATION

特に記載のないものは、電話、FAX、Eメールで申し込んでください。先着順で受け付けます。

ながおか市民センターの催し（無料） ☎39・2763

時間の記載がないものは、平日・土曜日が午前9時～午後9時、日曜・祝日が午前9時～午後6時30分です。

期日	内容	担当
6/13(木)	乳幼児の虫歯予防	歯科衛生士
20(木)	母子の健康や子育て	母子保健推進員
26(木)	幼児期の食事	栄養士

言葉やダンスなどの文化紹介、フォートワース市中学生・高校生グループとの楽しいゲームや交流、テキサスの食べ物や試食など

員 長岡市障害者生活支援センター職員（6月10日・26日、7月1日、ピアカウンセラー（6月28日、7月8日））

実践・心理学講演会 「子どもへの勇気づけ、自分への勇気づけ」
日時 6月29日(土)午前10時～正午
会場 サラヤ長岡 講師 21世紀母親研究所上級教育カウンセラー・坂本州子さん
参加料 2,000円（講演会後のカウンセリングマインド講座にも参加の場合は4,500円）
定員 50人 問五十嵐淳至さん ☎63・4266（午後7時30分～9時30分）

1 まじよ・まじよおばさんのおはなして〜い〜い〜 まじよ・まじよおばさんと一緒に、絵本の読み聞かせなどで楽しいひと時を過ごしませんか。
日時 6月18日(火)午前11時から

国際交流センター「地球広場」 ☎39・2714
時間 午前10時30分～11時30分
6月13日は虫歯予防のミニ講習会（30分程度）あり
ちびっこ広場では、保育士が子育てに関する相談を随時受け付けています。お気軽にご相談ください。

市民ギャラリー展示
1 フォートワース・ウィークポスター展
期間 6月5日(水)～16日(日)
2 シヤドールボックス展（インテリアクラフトの展示）
期間 6月19日(水)～24日(月)

2 「いのちのあさがお」を育てよう！
白血病で亡くなった丹後光祐くんが育てた「いのちのあさがお」の苗を植えます。直接会場にどうぞ。
日時 6月9日(日)午前11時～正午
会場 市民センター1 正面入口前歩道

3 初夏（ぶな林と花）の写真展
期間 6月12日(水)～30日(日)
会場 2階ロビー

2 セタまつり
ペットボトルなどを使った手作り楽器のミニ演奏会をお楽しみください。親子でセタかざりも作ります。
日時 7月4日(木)午前11時から

フォートワース・ウィークへどうぞ！
姉妹都市提携15周年を記念し地球広場で開催します。
期間 6月9日(日)～24日(月)
内容 フォートワースの美術館のポスター約50点の展示（16日(日)まで）、カウボーイハット・ブーツの展示など
【メインイベント】
日時 6月15日(土)午後1時～3時
内容 テキサスの

3 身体障害者相談コーナー（無料）
秘密は厳守します。
日時 6月10日(月)・26日(水)・28日(金)・7月1日(月)・8日(月)午後1時30分～4時
会場 市民センター（6月10日・28日、7月1日・8日）
日：302会議室、6月26日：204会議室） 相談

4 Flying Fish（平面イラストレーション）作品の展示
期間 7月3日(水)～7月15日(月)

「ピアノ演奏の原理と発展」
日時 6月30日(日)午後1時30分～3時30分
会場 ホテルニューオータニ長岡NCホール
講師 2,000円 持ち物 2-Miyoshiピアノ・メソッド第5巻（当日販売あり1,500円）
問長岡音楽指導者の会・芳野さん ☎33・1188

3 ちびっこタイム
親子でできる簡単な手遊びや体操を行います。
日時 6月12日(水)・19日(水)・26日(水)の午前10時45分から（15分程度）



4 相談窓口
子育てに関する不安や悩み、子どもとの接し方などについて、相談員と一緒に考えます。

消費生活センター ☎32・0022
「くらしの講座（無料）」
日時 6月27日(木)午後1時30分～3時
会場 ながおか市民センター2階202会議室 定員 30人
講師 全国優良石材店の会本部 事務局長・山崎正子さん

「気功講習会」
日時 6月29日(土)～7月27日(土)の毎週土曜日午後2時～4時
会場 長岡大学 講師 長岡大学教授・定方昭夫さん
受講料 4,000円 定員 30人
〒940-0828 御山町80

（財）長岡市芸術文化振興財団ガイド ☎29・7715

〈チケット発売中〉

●ユニオンツールクラシックプログラム「仲道郁代 星のとうぶつたち」
ピアノリスト・仲道郁代さんが奏でるメロディとスライドにより映し出された可愛らしい絵に、お話をミックスし、子どもも大人も幻想的な世界に誘います。
日時 6月16日(日)午後2時から
会場 リリックホール・コンサートホール
料 金 一般1,000円、4歳～中学生500円（当日各200円増）

準備作業と当日の3つから）
★月猫えほん音楽会
日時 8月17日(土)午後4時から
入場料 1,000円（6月8日チケット発売）
4歳未満の子どもは入場できません。

〈ボランティア募集〉
●「リリックあそびの国」をサポートしてみませんか
8月17日(土)に開催する夏休み特別企画「リリックあそびの国」のボランティアを募集しています。
全館を開放した無料のイベントとラストを飾る「月猫えほん音楽会」など楽しさいっぱいの催しです。
また、要らなくなった絵本を集めています。お持ちの人はご連絡ください。準備作業のみ 当日のみ 準備作業のみ

〈出演者募集〉
1 三善晃プロデュース響き合うピアノ
オーディション 7月21日(日) レッスン（非公開） 9月23日(祝) 公演 10月13日(日) 会場 リリックホール
応募資格 15歳以上のおおむね30歳 参加料 5,000円 申し込み 6月20日(木)まで
2 中澤桂プロデュース響き合う歌声
オーディション 9月6日(金) 公開レッスン 9月7日(土) 公演 9月14日(土) 会場 リリックホール
応募資格 おおむね18歳以上 35歳以下

〈参加者募集〉
1 夏のチェンバロ体験in長岡 Part1 連続講習会&受講生コンサート
普段ピアノで弾いているバロック音楽を、本来の楽器であるチェンバロで演奏してみませんか。
講習会 7月14日(日)から週末を中心に計4回 発表会 9月1日(日)（入場無料・要整理券） 講師 八百板正己さん 受講料 5,000円 定員 15人程度 申し込み 6月30日(日)まで
2 アンサンブル・リリック S.A.W.Aカルテットメンパー指導による弦楽アンサンブル講習会を経て、リリックホールでの演奏会や、市内での出張ミニコンサート

3 シェイクスピア高校演劇「ウェニスの商人」
高校生を対象とした演劇のワークショップです。俳優で演出家の上杉祥三さんを講師に、シェイクスピアの「ウェニスの商人」を題材として本格的な演技を学びます。最終日にはリリックホール・シアターで発表公演を行います。
稽古日 8月10日(土)から週末を中心に計16回 発表公演 9月23日(祝) 会場 リリックホール・シアターおよびスタジオ 申し込み 7月31日(木)まで

インターネット
http://www.nagaoka-caf.or.jp/ での新しいサービスを始めました！
次のサービスを毎日午前10時～午後11時30分、利用できます（年末年始は除く）。
●ホールやスタジオの空き情報の提供
期間 2スタジオ…3カ月、

8 長岡大学生涯学習センター ☎39・1903 にはがき、☎39・9566、Eメール shougai@nagaokaniv.ac.jp
■新潟県要約筆記奉仕員養成講座（基礎過程）
厚生労働省のカリキュラムに基づく「手書き」「パソコン」の基礎過程です。
日時 7月7日(日)・14日(日)・28日(日)、8月18日(日)・25日(日)、9月8日(日)の午前9時30分～午後4時30分
会場 社会福祉センター（テキスト代）
コースと定員
● 手書き要約筆記コース：30人
● パソコンコース：10人
● 申し込みは、往復はがきに郵便番号、住所、氏名（フリガナ）、電話番号、手書きコース、パソコンコースのどちらかを記入し、〒950-0121 中蒲原郡亀田町向陽1の9の1 新潟ふれ愛ブラザ内新潟県聴覚障害者協会 ☎025・381・1195、FAX 025・381・4699

9 長岡技術科学大学公開講座
「これからの機械安全」
日時 7月6日(土)・13日(土)の午後1時30分～3時、3時15分～5時15分
会場 長岡技術科学大学マルチメディアセンター
受講料 5,800円 定員 50人
申し込み 6月5日(水)～7月2日(火)に所定の申し込み用紙に必要事項を記入し、〒940-2188 上富岡町1603の1 長岡技術科学大学研究協力課 ☎47・9278 へ郵送または持参

10 長岡大学生涯学習センター ☎39・1903 にはがき、☎39・9566、Eメール shougai@nagaokaniv.ac.jp
■新潟県要約筆記奉仕員養成講座（基礎過程）
厚生労働省のカリキュラムに基づく「手書き」「パソコン」の基礎過程です。
日時 7月7日(日)・14日(日)・28日(日)、8月18日(日)・25日(日)、9月8日(日)の午前9時30分～午後4時30分
会場 社会福祉センター（テキスト代）
コースと定員
● 手書き要約筆記コース：30人
● パソコンコース：10人
● 申し込みは、往復はがきに郵便番号、住所、氏名（フリガナ）、電話番号、手書きコース、パソコンコースのどちらかを記入し、〒950-0121 中蒲原郡亀田町向陽1の9の1 新潟ふれ愛ブラザ内新潟県聴覚障害者協会 ☎025・381・1195、FAX 025・381・4699

ミニ情報 申し込み 問い合わせ

INFORMATION

特に記載のないものは、電話、FAX、Eメールで申し込んでください。先着順で受け付けます。

心の教育を一層進めます

長岡市では、昨年に引き続き、家庭・地域・学校がそれぞれの役割を果たしていくため、「家庭の役割、地域の役割、学校の役割」をそれぞれ「ふれあい教育委員会」や「地域連携フォーラム」や「市民公開講座」を次のとおり実施します。

★ふれあい教育委員会
市民のみなさんと生の声を交換する懇談会を地域で4回開催します。それに併せて定例教育委員会も開催します。懇談会でのご意見

ふれあい教育委員会に参加してみませんか!

日時 = 6月27日(木)午後6時～8時30分
会場 = 大島中学校(図書室、体育館)
●定例教育委員会(午後6時から)
傍聴希望の人は開会10分前から先着順に受け付けます(10人程度)
●市民と教育委員会との懇談会(午後6時40分～8時30分)
内容 = 問題行動の未然防止にどう取り組んでいくか
自家用車での来場はご遠慮ください。
問い合わせ = 教育総務課 ☎39・2238
学校教育課 ☎39・2239



▲昨年のふれあい教育委員会(教育センター)

勤労青少年ホーム

☎32・4429
FAX 37・5661

①やさしい英会話教室
楽しく英会話を学んでみませんか。初心者大歓迎。
日時 6月17日(土)・8月19日(日)の毎週月曜日(計10回)午後7時～8時30分
会場 勤労青少年ホーム講習室
対象 市内に在住または勤務するおむね30歳以下の人
定員 30人 受講料 1,000円 講師 シヤロン・シヤンターさん
申し込み 6月10日(月)まで



②ハート・ナビゲーション
ハート・ナビゲーション(働く若者の悩みと相談)では若者の職業上、生活上の悩みに専門のカウンセラーが相談に応じます。
相談日には予約が必要ですが、相談日は毎週水曜日(第5水曜日除く) 場所 勤労青少年ホーム 時間 午後6時～9時
対象 おおむね30歳以下の勤労青少年
担当カウンセラー 産業カウンセラー・中村容子さん

青少年文化センター

☎34・1305
ミニ情報 申し込み 問い合わせ

①子どもパソコン教室
期日と回数 6月コース: 6月8日(土)・9日(日)・15日(土)・16日(日)(計4回)いずれも午前10時～11時30分
対象 小学5年生・中学生
定員 20人 参加料 1,000円
内容 スキャナーで写真を取り込んで、加工貼り付けをしてコメントを入力して「思い出アルバム作り」をしよう
持ち物 思い出の写真5、6枚、筆記用具

②父の日七宝焼きのついで
日時 6月16日(日)午前10時～正午
対象 小学4年生～高校生または親子
定員 15人
内容 ネットタイピング・タイタックづくりなど
材料費 300円(1、100円) 申し込み 6月13日(木)まで

⑤プラネタリウムのご案内
9月15日(祝)まで「ゴンの夏休み 茂助とキツネの親子」を放映します。

中央図書館 ☎32・06008
hib@nscs-net.ne.jp

①子どもの本を読む会
日時 6月12日(水)午前10時～11時30分
会場 中央図書館講座室1
内容 S・マクブラットニー作、A・ジェラーム絵「どんなにきみがすきたかあてて」を「

日時 6月28日(金)午後7時～8時30分
内容 山本一力著「あかね空」
会場 互尊文庫

③絵本の読み聞かせ講座
日時 7月3日(水)午前10時～11時30分
会場 中央図書館講座室1
講師 当館職員 定員 40人
申し込み 電話または中央図書館カウンターで

④映画会(無料)
直接会場へどうぞ。
日時と内容 6月18日(火)午後2時～3時50分: 「或る夜の出来事」(1934年アメリカ) 7月6日(土)午後2時～4時20分: 「オプ

映画「ホーム・スイートホーム」上映会

「ホーム・スイートホーム」は、高齢者を抱える家庭が崩壊の危機を迎えながらも、明るく再生していく様子を描き、高齢社会や介護のあり方などに多くの問題提起をしています。
ぜひ、みなさんご覧ください。
日時 7月13日(土)午後1時30分から
会場 市立劇場大ホール
入場料 1,000円
チケット販売 1リリック



▲「ホーム・スイートホーム」のポスター

米百俵デー市民の集い(無料)
申し込み 庶務課 ☎39・2203
電話でお申し込みください。
日時 6月15日(土)午後2時～4時30分
会場 1リリックホール・シアター
〔第6回米百俵賞贈呈式〕
米百俵賞受賞者:
・米百俵賞特別受賞者: 相馬英夫さん
・選評: 草柳大蔵さん(評論家)



▲小山内美江子さん

中央公民館 ☎32・0437
FAX 32・0561
chi-kou@city.nagakani.gata.jp

①民踊流し体験講座
長岡まつり前夜祭をみんなで盛り上げてみませんか。
日時 練習: 7月19日(金)・23日(火)・25日(木)・30日(火)午後6時30分～8時30分、本番: 8月1日(木)午後5時～9時
会場 中央公民館大ホール
内容 長岡甚句と大花火音頭の踊り方、浴衣の着付講習、長岡まつり前

夜祭民踊流し参加体験 定員 80人 参加料 2,000円(初回に) 持ち物 運動靴、タオルなど
申し込み 7月18日(木)まで

②楽しんでハープ
おもいっきりラベンダーにふれてみましょう。
日時 6月21日・28日、7月5日・12日の金曜日(計4回) 午後7時～午後9時
会場 中央公民館工作室ほか
定員 30人 材料費 6,000円
持ち物 ティーカップ・軍手・工作用はさみなど
申し込み 6月10日(月)から電話で



加料1,000円) 古志の里ファーム ☎22・15447
■信濃川の歴史と文化の散策会
日時 6月16日(日)午前9時から(受付は8時30分から・雨天決行)
会場 信濃町地内 集合(国土交通省信濃川工事事務所駐車場・信濃1) 参加料 800円(保険料・資料代) 申北村さん ☎36・4626、FAX 36・4656、Eメール kitata@ncti9.ne.jp
■走れ!ケッタマシン上映会
日時 7月4日(木)午後7時～9時
会場 市立劇場大ホール
入場料(前売) 大人1,000円(当日500円増)、中学生以下700円(当日300円増)
■長岡商工会議所 ☎32・4500
1 チーム7人の団体戦です(必ず級位者2人以上含むこと)。
日時 7月7日(日)午前9時から
会場 北越銀行大ホール
参加料 1チーム14,000円
6月30日(日)までに日本棋院長岡支部・小方さん ☎35・4305へ 問星さん ☎35・4522
■長岡インディーズムービーコンペティションの作品募集
入賞作品は9月5日・8日の長岡アジア映画祭で上映します。
応募方法 7月6日(土)までに所定の用紙に必要事項を記入し、作品と一緒に〒940-0006 5坂之上町2の1の1長岡商工会議所第7回長岡アジア映画祭あてに送付 問長岡商工会議所内事務局(市民映画館をつくる会) ☎32・4500

INFORMATION

特に記載のないものは、電話、FAX、Eメールで申し込んでください。先着順で受け付けます。

中央公民館 ☎32・0437
FAX 32・0591
chi-kou@city.nagaoka.niigata.jp

③ちやれんじ 絵手紙
やさしいきもちを描きましよう。
日時 6月25日、7月2日・9日・16日の火曜午後7時～8時30分(計4回)
会場 中央公民館 工作室
定員 30人 材料費 2,000円(筆1本含む) 持ち物 顔彩(水彩絵の具でも可)、筆洗い、ポケットティッシュなど 申し込み 6月10日(月)から

④コミュニケーション体験「プロデューサーへの道」
グループワークなどを楽しみながら、イベントの企画や立案などをしてみませんか。
日時 6月26日～7月31日の毎週水曜日午後7時～9時(計6回) 会場 中央公民館 講師 朝日由香さん(企業教育ファシリテーター) 定員 30人 参加料 500円 申し込み 6月3日(月)から

⑤くらしに役立つ金融セミナー 自分に合った貯蓄方法をみつけれませんか(無料)
やさしい説明で銀行、保険会社などの金融の仕組みや金融商品を学びましょう。
① 銀行や保険会社に預けたお金はどこになるの?
② 健全な金融会社を見分けるには(不良債権ってなに?)
③ かしこく金融商品を利用する方法とは
日時 6月27日(水)午前10時～午後4時30分(受付:午前9時30分から) コース 阪之上小学校伝統館 興国寺(小林虎三郎の墓) 米百俵の群像 榎峠古戦場跡 浦柄神社 慈眼寺 司馬遼太郎「峠」の碑 集合・解散 市役所東口 申し込み 6月25日(火)まで

⑥裁判見聞録(無料)
実際の裁判の傍聴などを通して、法律や裁判についての基礎知識を身につけましょう。
日時 7月5日(金)午前10時～11時30分 7月中旬(7月5日に通知) 内容と会場 裁判傍聴の基礎知識: 中央公民館 裁判傍聴ほか: 新潟地方裁判所長岡支部 定員 30人 申し込み 6月3日(月)から

⑦つるおいライフ「ゆかたコース」
今年の夏はゆかたにチャレンジしてみませんか。
日時 7月10日～24日の水曜日午後7時～8時30分(計3回) 会場 中央公民館 和室 定員 30人 参加料 1,000円(初回に) 申し込み 6月10日(月)から

BSNラジオ「長岡市だより」
毎週月～金曜日の午後2時35分から2分間
エヌ・シー・ティ「長岡市のお知らせ」
(長岡ケーブルテレビ)
毎週月曜日の午後6時から4分間
FMながおか「長岡市からのお知らせ」
毎週月～金曜日午前7時45分～52分、午後5時15分～22分
長岡市ホームページアドレス
http://www.city.nagaoka.niigata.jp

長岡を再発見してみませんか!

米百俵ツアー参加者追加募集

個人や親子が対象です。
① 虎三郎と北越戊辰戦争史跡巡りコース
日時 6月27日(水)午前10時～午後4時30分(受付:午前9時30分から) コース 阪之上小学校伝統館 興国寺(小林虎三郎の墓) 米百俵の群像 榎峠古戦場跡 浦柄神社 慈眼寺 司馬遼太郎「峠」の碑 集合・解散 市役所東口 申し込み 6月25日(火)まで



▲米百俵の群像

② 悠久山で米百俵の精神を知ろうコース
日時 7月30日(火)午前10時～午後3時(受付は午前9時30分から) コース 悠久山公園(病翁碑や長岡藩刀隊・槍隊の碑ほか、郷土史料館)と蒼葉神社(奉納物、記念碑、招魂社ほか) 集合 蒼葉神社表参道入口(悠久山プール隣) 申し込み 7月29日(月)まで

③ 虎三郎を親子で知ろうコース
日時 7月28日(日)午前10時～午後4時(受付は午前9時30分から) コース 米百俵の群像 昌福寺 如是蔵博物館 病翁碑 郷土史料館 興国寺(小林虎三郎の墓) 米百俵の群像 集合・解散 市役所東口 申し込み 7月25日(木)まで
定員 10人 25人 12組親子のみ) 参加料 無料(如是蔵博物館の入館料200円必要) 持ち物 筆記用具、昼食、飲み物、敷物
●天候によりルートなど一部変更になる場合があります。

スポーツ

福祉相談課

☎39・2218
FAX 32・0160

●心身障害児・者のための水泳教室(無料)
長岡婦人水泳クラブが指導・介助を行います。希望する人には、リフト付きバスで送迎します。
日時 6月29日～7月27日の毎週土曜日午後1時30分～3時 会場 青少年文化センター

長岡市体育協会・加盟団体の催し案内

☎34・2700

① エアロビクス教室
日時 6月28日～9月13日の毎週金曜日午後7時～午後8時30分(計10回、8月2日・16日は休み) 会場 勤労青少年ホーム体育室 定員 30人 受講料 1,000円 持ち物 内びき、運動のできる服装、タオル 申し込み 6月21日(金)まで



▲昨年のエアロビクス教室で

② 初心者ダンス講習会
あなたもダンスをはじめませんか!
日時 6月17日～7月15日の毎週月曜日午後7時30分～9時(計5回) 会場 勤労青少年ホーム体育室 種目 ブルース、ワルツ、ジルバなど 定員 15人 受講料 1,000円 持ち物 ダンスシューズまたは運動靴、動きやすい服装 申し込み 6月14日(金)まで

③ 市民体育祭
日時 6月30日(日)・7月7日(日)午前8時から 会場 河川公園ソフトボール場
④ 市民体育祭市民登山(草津白根山2、160m)
日時 7月7日(日)午前5時から(4時30分から受付) 参加資格 中学生以上で4時間の登山ができる人 定員 35人 参加料 7,500円(保険料、高速代、資料代など。準備会時に) 準備会 6月28日(金)午後7時から 市民体育館会議室 申し込み 6月10日(月)～20日(木)に市民体育館へ

① パラグライダー教室
期日 11月までの土・日・祝日(雨天中止) 時間 午前8時30分～正午 参加料 6,000円(保険料含む) 対象 中学生以上 会場 市営スキージャンプ場 持ち物 手袋(軍手など)、運動のできる服装 申し込み 前日まで 会場 市役所本庁舎 36・4716



▲上体おこし 30秒間に何回できるかを測ります。体力テストでは、このほかにサイドステップ、閉眼片足立ちなどであなたの体力を測ります。

② トレーニング講習会
体力テストの結果に基づきアドバイスします。団体や他の時間での申し込みはご相談ください。
日時 毎週火・木曜日の午前10時～正午 午後7時～9時 対象 中学生以上(1回4人) 会場 市民体育館トレーニング室 持ち物 施設利用料、運動のできる服装、内履き靴 申し込み 希望日の2日前まで

③ 市民体育祭ソフトボール大会
日時 6月30日(日)・7月7日(日)午前8時から 会場 河川公園ソフトボール場
④ 市民体育祭市民登山(草津白根山2、160m)
日時 7月7日(日)午前5時から(4時30分から受付) 参加資格 中学生以上で4時間の登山ができる人 定員 35人 参加料 7,500円(保険料、高速代、資料代など。準備会時に) 準備会 6月28日(金)午後7時から 市民体育館会議室 申し込み 6月10日(月)～20日(木)に市民体育館へ

⑤ 市民体育祭市民登山(草津白根山2、160m)
日時 7月7日(日)午前5時から(4時30分から受付) 参加資格 中学生以上で4時間の登山ができる人 定員 35人 参加料 7,500円(保険料、高速代、資料代など。準備会時に) 準備会 6月28日(金)午後7時から 市民体育館会議室 申し込み 6月10日(月)～20日(木)に市民体育館へ

ミニ情報

●みゆきコーラスコンサート
日時 6月23日(日)午後2時から 会場 リリックホール・コンサートホール 曲目 花に寄せてほか 入場料(全席自由) 500円 問田中さん ☎33・8621
●AFS留学生国際交流in長岡まつりの受け入れ家庭募集
県内に留学中の高校生(10人)を長岡まつりに招待します。
期間 8月1日(木)～4日(日) 問 AFS長岡支部・須藤さん ☎FAX 35・4222
●中之島矯正展
刑務所作業製品展示即売会と矯正施設の紹介をします。
日時 6月15日(土)午前10時～午後5時、16日(日)午前10時～午後3時 会場 中之島町農村環境改善センター 問新潟刑務所企画部門 ☎025・286・562
●長岡造形大学「1年生環境デザイン」の椅子展
日時 7月5日(金)～7日(日)午前10時～午後7時(最終日は午後4時) 会場 長岡商工会議所美術文化ホール 展示作品 11点を中心とした家具77点 問長岡造形大学後藤研究室 ☎21・3535
●長岡英会話サークル E-Time 会員募集
日時 毎月第2・第3・第4火曜日の午後4時から 会場 ながおか市民センター 月会費 2,000円程度(入会金3,000円) 問 山崎さん ☎36・7736

INFORMATION

特に記載のないものは、電話、FAX、Eメールで申し込んでください。先着順で受け付けます。

（財）長岡市体育協会・加盟団体の催し案内 ☎34・2700

⑤ 招待親善高校野球大会

招待校 茨城県立水戸商業高等学校（茨城県）・桐蔭学園高等学校（神奈川県）
会場 悠久山野球場 入場券 大人500円、高校生100円、中学生以下無料

さん ☎34・3901

参加料 3,000円（保険料含む。初回に） 持ち物 運動のできる服装 申し込み 6月19日（水）まで 7月7日（日）までに市民体育館 ☎34・2700へ

⑦ 初心者アーチリー教室

日 時	対 戦 校
6/8 (土)	9:30~ 水戸商業VS帝京長岡 12:00~ 桐蔭学園VS長岡 14:30~ 水戸商業VS長岡大手
9 (日)	9:00~ 桐蔭学園VS長岡向陵 11:30~ 水戸商業VS中越 14:00~ 桐蔭学園VS長岡商業

日時 7月2日、23日の毎週火曜日（計4回）午後7時30分～9時30分 会場 南部体育館グリーンフロア
対象 18歳以上（高校生を除く） 定員 20人 参加料 2,500円（初回に） 持ち物 運動のできる服装 外ばき 申し込み 南部体育館 ☎39・3600

⑧ 市民体育祭

参加賞として全員にゲートボール大会

⑩ 長岡市小学生陸上選手権大会

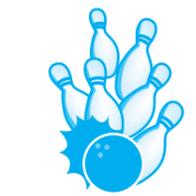
日時 7月14日（日）午前10時から 会場 アルピコボウル長岡（柏町1） 種目 個人戦（男女混合）A：（ア）レーシング150以上の人、B：（ア）レーシング150未満の人） 参加料 3ゲートボール大会 申し込み 7月13日（土）までに参加料を添えて長岡市ポウリング会

⑨ ナイターソフトボール大会

期日 7月14日（日）（開会式は午後7時から） 会場 北・大島・関原・宮内中学校 対象 男子・女子の部ともに18歳以上（高校生を除く）で長岡市に通学する者 参加料 1チーム6,000円 申し込み 7月2日（火）までにメンバー表と参加料を添えて市民体育館へ 抽選会 7月9日（火）午後7時30分から市民体育館会議室で

⑪ 初心者ゴルフ教室

（日曜コース）
期日 6月2日、6月23日の毎週日曜日（計4回）
時間 10時～12時、午後2時～4時、午後6時～8時、午後9時～11時
会場 市民体育館、陸上競技場（柏町1）
対象 初心者（女性）



グ連盟（アルピコボウル内）☎36・5573へ

走高跳、走幅跳、ボール投げ（1号ボール）（5・6年生共通、男女別）、1500m（5・6年生共通男子）、800m（5・6年生共通女子）（混成リレー、80mハドルについての詳細は問い合わせてください）
参加資格 学校のクラブ・部活単位、スポーツ少年団単位、ジュニア・スポーツクラブ単位、個人参加（保護者の同意書が必要）
出場制限 1人2種目（リレーを除く）
参加料 1種目500円、リレーは1チーム1,000円
申し込み 6月27日（木）までに参加料を添えて市民体育館へ（要項は、市民体育館、南部体育館、北部体育館、陸上競技場にあります）
問い合わせ 長岡商業高校・宮田さん ☎37・8140

（金曜コース）

期日 6月7日、6月28日の毎週金曜日（計4回）
時間 10時～12時、午後2時～4時、午後6時～8時、午後9時～11時
会場 市民体育館、陸上競技場と指導者 長岡南ゴルフガーデンPGA公認インストラクター大谷佳史さん、長岡西ゴルフガーデンPGA公認インストラクター高松慶太さん
対象 レディース（女性）、一般（初心者男女）
定員 各コース10人
参加料 5,000円（ボール代別）
申し込み 長岡南ゴルフガーデン ☎32・6511 長岡西ゴルフガーデン ☎47・6511



募集

海外高校留学奨学生募集

留学する意欲のある高校生を募集します。必要な自己負担金（98～118万円）を（財）長岡市米百俵財団が奨学金として支給します。
募集期間 6月17日（月）～7月15日（月） 留学期間 平成15年の出発日から1年間
募集人数 3人 応募条件 財AFS日本協会または財YFU日本国際交流財団の選考試験を受験することなど 問い合わせ 庶務課内（財）長岡市米百俵財団 ☎39・2203



▶昨年8月からアメリカに留学中の岸沙央理さん（左）。ホームステイ先で

市民委員会・企画運営ワーキングメンバー募集

ながおが市民センター全体の企画・運営方法などを検討する委員を募集します。募集人数 2人 任期 平成14年7月1日～平成15年

7月1日オープン ファミリー・サポート・センター会員募集

ファミリー・サポート・センターは、育児の援助を受けたい人（依頼会員）と育児の援助を行いたい人（提供会員）がそれぞれ会員として登録し、地域における子育てを支援する相互援助の会員組織です。

【会員間の主な活動内容】
・保育園などの保育開始前や終了後などに、子どもを預かったり、送迎したりする。
・保護者が病気や急用のときなどに、子どもを預かる。

入会申し込み = ファミリー・サポート・センター事務局へ 写真（縦3cm×横2.5cm）2枚と印鑑が必要

入会を希望する人は、簡単な面接があります。提供会員を希望する人は、講習会があります。

6月17日（月）から 援助依頼の受付を開始します。



ファミリー・サポート・センターはこんなところです。利用するには、会員登録が必要です。

問い合わせ = ファミリー・サポート・センター事務局（ながおが市民センターちびっこ広場内） ☎39・2860、FAX39・2861

3月31日 応募資格 ながおが市民センターの施設運営、イベント企画に関心があり、2～3カ月間に1回程度開催される会議（原則、平日の日中に開催）に出席できる人 謝礼 2,000円（会議1回につき） 応募方法 6月20日（木）までに市役所1階市民情報ラウンジ、ながおが市民センターにある申込書に必要事項（志望動機、市民活動内容等）を記入し、〒940-0100 62大手通2の2の6ながおが市民センター事務局まで

で郵送、ファクスまたは持参（審査結果は、6月末までに全員に通知します）
問い合わせ ながおが市民センター事務局 ☎39・2763、FAX39・2765

議 2 回程度、平日の日中に開催 報酬 9,100円（会議1回につき） 応募方法 6月25日（火）までに、所定の応募申請書と「私にとつて男女共同参画社会とは」のテーマで400字詰め原稿用紙2枚程度に考えをまとめ、〒940-0185 01市役所企画課女性政策班 ☎39・2204へ郵送または持参
応募申請書 市役所4階企画課、1階市民情報ラウンジ、ながおが市民センター2階ウイールながおがに設置

スポーツ

■春の市民サイクリング
日時 6月9日（日）午前9時～午後4時（小雨決行） 行き先 大津分水公園（西蒲原郡分水町） 集合 午前9時に中央公民館前 コース 中央公民館、大津分水公園（往復約50km）
対象 小学校3年生以上（普通車・ミニサイクル車で参加可）
定員 50人 参加料 500円（保険料含む。当日） 申し込み 振興課 ☎32・6117 または長岡市サイクリング協会 ☎33・1872へ（開催の有無は、当日午前6時30分以降に長岡市サイクリング協会へ）
■フォークダンス初心者教室
日時 7月3日、17日の毎週水曜日午後7時30分～9時 会場 リリックホール・第5スタジオ
参加料 900円 申し込み 6月30日（日）までに林さん ☎34・5704へ

ミニ情報

申請し込み 問い合わせ

INFORMATION

特に記載のないものは、電話、FAX、Eメールで申し込んでください。先着順で受け付けます。

長岡オフィス・アルカディア 平成14年度の方譲

分譲場所 長岡市新陽1・2丁目(長岡ニュータウン、国営越後丘陵公園近く)

分譲区画 21区画(区画7~24、区画図参照)

分譲面積 1,011㎡、7,178㎡

分譲価格 28、100円/㎡、32,100円/㎡(土地を10年以上20年以下の賃貸利用可)

対象業種・施設 研究開発型企業、IT関連企業

設計および企画デザイン
関連企業等の開発センター、営業所、研修施設等

設計および企画デザイン
関連企業等の開発センター、営業所、研修施設等

優遇措置 長岡市工場等立地促進資金の融資を受けられるほか、税制

特典および国、県の特典および国、県の特典優遇制度が利用できます

問い合わせ 工業振興課 ☎39-2222
地域振興整備公団 ☎47-1500



人口と世帯数	住民基本台帳登録数14.5.1(前月比)
191,703人 (+985)	94,219人 (+623)
97,484人 (+362)	66,146世帯 (+728)

6月は 土砂災害防止月間です

6月は 土砂災害防止月間です。がけ崩れや地すべりなどの土砂災害は、一瞬のうちに尊い命や貴重な財産を奪ってしまいます。雨が長く降り続く時や大雨の時、川の水、井戸水、湧き水の量が変化したり濁り出した時、土地に亀裂が生じた時などは非常に危険です。「危ないな」と思ったら、

ガソリンや灯油などを取り扱う際はご注意ください

6月2日(日)8日(土)、全国一斉に危険物安全週間が実施されます。ガソリンや灯油などの危険物は、ひとたび事故が発生すると大きな災害となります。一人ひとりが、

救急講習会(無料)

心肺蘇生法を中心とした3時間の普通救命講習と、止血法、傷病者の管理法等を含めた8時間の高度な応急手当の習得を目的とした上級救命講習の2種類があります。地域のみなさんとお誘い合わせのうえ、ぜひこの機会にマスターしてください。講習を修了した人には「修了証」を交付します。

期日	会場	定員	種別
6/23(日)	消防本部	30人	上級
7/6(土)	南 部 体 育 館	100人	普通
7/7(日)	勤労者体育センター	100人	普通
7/14(日)	市民体育館	100人	普通
7/20(土)	高輪センターまきやま	100人	普通

あき地の所有(管理)者は定期的に除草してください

あき地に雑草が生えていくと、蚊やハエなどが発生したり、ごみのポイ捨て場所になったりして、周辺の住民のみなさんに大変な迷惑となります。土地の所有(管理)者は、いつも土地の状態を把握し、定期的に除草するなどしてください。

な施策の達成度を評価し、事業を効果的に行うため、まちづくり評価アンケートを実施します。アンケートは、無作為抽出により、3,000人の市民のみなさんに6月上旬、郵送で送付します。お手元にアンケートが届いた際には、ご協力をお願いします。問い合わせ 行政管理局 ☎39-2208

を提言していただきます。モニターのみさんの活動は市政だよりなどで紹介していきます。

●農業委員選挙のお知らせ
7月7日(日)は、7月19日任期満了に伴う農業委員会委員一般選挙の投票日です。〔立候補説明会〕日時 6月14日(金)午後1時30分から 会場 市役所4階大会議室(詳しくは、後日農家組合を通じて配布する「選挙のお知らせ」をご覧ください) 問い合わせ 選挙管理委員会事務局 ☎39-2241

まちづくり評価アンケートにご協力を

平成14年度の市政モニターが決められました。市長と直接語る市政モニター会議や学習会、施設見学などに参加することで、市政についての理解を深めてもらい、気がついたこと、日ごろから感じていること

氏名	住所
安藤 順子	新組町
太田 玲子	蓮湯2
大野 勝恵	中沢1
岸 孝重	渡沢町
佐藤 武夫	大町3
篠田 康弘	豊詰町
白井 弘美	東神田3
滑川 里美	深沢町
長谷川恵子	宮下町
水澤 雪子	下山5
山田 睦雄	美沢3
渡辺 正夫	関原町1

●「選挙のめいすいくん」
明るい選挙推進運動のイメージキャラクターです。体は投票箱がモチーフです。

ノンステップバスが増えました!

超低床式ノンステップバスは、これまで市内の一般バス路線に2台が運行して

6月1日から、新たに7台増え、9台のノンステップバスが運行しています。

町内会などが、バス待合所を設置したり改築したりする費用の一部を補助します。補助金額は、建設費用の三分の一以内で、市とバス事業者の双方から交付されます(上限は50万円)。

さらに金額を加算します。問い合わせ 都市政策課 ☎39-2225

主なバス路線は、長岡駅、東口、悠久山線、長岡駅、エコトピア寿線、長岡駅、蔵王橋循環線、長岡駅、宝町線などです。



▲段差がなくスムーズです

運行バス路線も増え、利便性が高まりました。



▲デザイン性の高い純和風の待合所

ミニ情報

■長岡コーヒープレイクの会
6月例会(不登校の親の会)子ども不登校・登校拒否にひとりて苦しまないで悩みを語りあいましょ。

日時 6月15日(土)午後2時~4時
会場 中央公民館 参加費 300円 問田口さん ☎36-1988、吉越さん ☎33-9697

■暮らしの相談センター
移動相談室(無料)
弁護士による法律相談や税理士による税務相談(要予約)。
日時 6月19日(水)午後1時~5時
会場 申長岡郵便局 ☎32-4268

■街頭労働相談会(無料)
秘密は厳守します。
日時 6月21日(金)午前11時~午後4時
会場 ながおか市民センター3階会議室 問長岡労働事務所 ☎37-6110

■司法書士と社会福祉士によるシルバー110番(無料)
☎37-4511(当日のみ)
秘密は厳守します。
日時 6月23日(日)午前10時~午後4時(面談による相談は予約制、会場はながおか市民センター2階) 問リーガルサポートにいがた ☎025-2228-1727

■ハローワーク長岡
手話協力員相談日の変更
6月から第2・第4木曜日に

健康

変更になりました。
時間 午後1時~4時 問ハローワーク長岡 ☎32-1181、FAX 34-4844

■能力開発セミナー受講生募集
在職者が対象です。
コースの例 6月: PCの負荷装置プログラミング技術、有接点リレーシーケンス制御、表計算ソフト(操作編)ほか
7月: 屋内電気配線工事、ホームページ作成(スクリプト編)ほか
定員 各コース10人 受講料 4,000円~10,000円 申ポリテクセンター 新潟開発援助課(住吉3) ☎37-0450

■高齢者とその家族のよろず相談(無料)
☎025-285-4165
相談時間 毎週月・金曜日の午前9時~午後5時(土・日、祝日、年末年始は除く)

■精神保健福祉相談会(無料)
日時 6月10日(月)、7月8日(月) 午後2時~3時30分 会場 長岡健康福祉環境事務所 内容 精神科医師による精神一般相談(予約制) 申長岡健康福祉環境事務所地域保健課 ☎33-4931

■市民公開講座(無料)
「糖尿病とつきあいなながら、いつまでも健やかに」
日時 7月13日(土)午後1時~4時
会場 リリックホール 講師 長岡大学 富永一朗さん、順天堂大学 教授 河盛隆造さん 問長岡川さん ☎28-3600

INFORMATION

特に記載のないものは、電話、FAX、Eメールで申し込んでください。先着順で受け付けます。

市議会を傍聴しませんか

市議会の本会議や委員会は公開されており、だれでもそのようすを見たり聴いたりすることができます。みなさん、気軽においでください。

市議会 6月定例会の日程は次のとおりです。

市議会 6月定例会の日程

期日	会議名	会場
18日(火)	議会運営委員会	第二委員会室
	本会議(招集日)	議場
19日(水)	本会議(予備日)	
20日(木)	本会議(予備日)	
21日(金)	産業環境委員会	第一委員会室
24日(月)	文教社会委員会	
25日(火)	建設委員会	第三委員会室
26日(水)	総務委員会	
28日(金)	議会運営委員会	第二委員会室
	本会議(最終日)	議場

時間 = 本会議...午後1時から
 常任委員会...午前10時から
 議会運営委員会...午前11時30分から

定員 = 本会議65人(車いす2人含む)
 委員会7人

問い合わせ = 議会事務局 ☎39・2244



少年センターで
メール相談を始めます

Eメール shounen@city.nagaoka.nigata.jp

20歳未満の非行、学業と進路(中退等)、男女交際、不登校、いじめなどの相談をEメールで受け付けますので、お気軽にご相談ください。Eメールで回答します。

電話、面接相談も行っています(月)金の午前9時(午後5時)。
受付開始日=6月3日(月)
問い合わせ=少年センター ☎32・3745



退職後の健康保険についてお知らせします

退職後の健康保険については、職場を退職したときは、その職場の健康保険を任意継続するか、国民健康保険に加入するのかわかることになり、家族の健康保険の被扶養者になれる場合もあります。

任意継続とは、健康保険の期間が2カ月以上あり、退職後20日以内に手続きすると、職場の健康保険を継続することができるものです。保険料は、在職時の2倍になります(上限あり)。国民健康保険への加入は、市役所で手続きしてください。

保険料は、前年(3月までは前々年)の所得で算定されます。

保険料や給付内容は、職場の健康保険と異なりますので、退職時に確認してください。

【任意継続】
問い合わせ= 政府管掌健康保険・長岡社会保険事務所 ☎36・5141、健康保険組合・共済組合等: 加入していた組合

【国民健康保険】
問い合わせ= 国保医療課 ☎39・2220

国民年金は、20歳以上60歳未満のすべての人が加入することになっており、次の3種類に分けられています。

印鑑登録証は手帳式からカード式に交換を

手帳式(えんじ色)の印鑑登録証をお持ちの方は、カード式に交換手続きをしてください。手数料はかかりません。

問い合わせ = 市民課 ☎39・2215

ミニ情報
 申請申込み 問い合わせ

■あなたも赤十字社員に
日本赤十字社では平成14年度の社員(社員)を募集しています。地元町内の協賛委員や町内会役員を通じてお願いがあります。社員(年額)500円以上の納入にご協力をお願いします。みなさんからの協賛は、災害救助活動や救急法の講習会など、赤十字事業を行う大切な活動資金になります。

■家庭生活と健康を考える講習会
日時=6月15日(日)午後2時30分~4時30分 会場=中央公民館和室
内容= トーク、医療者から見た食生活と健康、長岡赤十字病院脳外科医師・関原芳夫さんほか歯科医師、栄養士など
みんなでトーク 参加料=300円 申小林さん ☎0256・39・2720

■家庭介護の習得講座
受講者募集
日時=6月25日(火)~28日(金)午後6時30分~8時30分 会場=中央公民館 定員=40人 受講料=2,000円 申6月15日(土)まではがきまたはファクスに、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、〒940-2135 深沢町2278の8 NPO法人長岡医療と福祉の里ポランティア連合会 ☎FAX 47・2233へ

第二号被保険者に扶養されている配偶者
就職・退職・結婚などにより種別が変わった場合は、国民年金の種別変更の届け出が必要です。
第三号被保険者に種別変更する場合は、配偶者の勤務先に届け出します。
届け出をしないと将来もらう年金が減額されたり、受給権を失ったりすることがあります。
問い合わせ=市民課 ☎39・2250

見直してみよう ~お医者さんのかかり方

12年度の国保1人当たりの医療費は約36万円

長岡市の国民健康保険加入者の平成12年度総医療費は、約192億3千万円。1人あたりでは、約35万8千円の医療費を支払っていることとなります。これは、新潟県の平均を1万円も上回る金額です。

特に、お年寄りの医療費は、1人当たり約64万6千円にもなります。

【こんなことも医療費の増加につながります】
病気になるまで放っておく。必要以上に薬を欲しがらる。1つの病気で、お医者さんを転々と変える(そのたびに検査や治療がやり直しになります)。

医療費は、一人ひとりの普段からの心がけで節約することができます。大切な医療費の使い方について、もう一度見直してみましょう。

【こんなことを心がけましょう】
信頼して相談できる家庭医を持ち、指導を受けましょう。適度な運動や十分な睡眠、バランスのとれた食事などを心がけましょう。趣味のサークル、生涯学習、老人会活動など、心から楽しめるものを持ち、心身を活発にし、病気に対する抵抗力をつけましょう。



あふれるように咲き競うペチュニア
初夏から晩秋まで長期間咲き続ける、丈夫で育てやすいペチュニア。無彩色はほとんど無いといつてよいほど花色は多様で、形にもバラエティーに富む美しい花です。今月は、花壇やプランター、ウインドーボックス、吊り鉢などで広く楽しまれているペチュニアの紹介です。

ペチュニアは、南米原産のナス科の植物です。花形が似ている朝顔とお正月に遊ぶ羽根つきの羽根(衝羽根)に見たて、和名ではツクバネアサガオと呼ばれています。
以前は雨に弱いという欠点がありましたが、近年は雨に強い小輪系や華麗な八重咲き系統も出ています。

また、半ほふく性のサフィニアやクリビアなどの品種をウインドーボックスや吊り鉢に植えるなど、楽しめる範囲が広がってあり、人気上昇中です。
育て方のポイント
(タネまき) 微細なタネで好光性種子なので、覆土をすると発芽しません。

播種用土は市販のピートバン(圧縮したピートモス)にまき、発芽まで乾かさなないようにし、底面給水をするのがよいでしょう。
発芽適温は23~25度で7~14日で発芽します。幼苗のときには、特にナメクジに注意します。一夜にして被害を受けて壊滅状態になることがあります。

ナメクジはビールが好きなので、雨の降らない日の夕方、皿にビールを入れてその中にナメクジの駆除剤(例えばナメキールやグリーンペイト)などを入れて防除するのもよいでしょう。
(仮植) 本葉が3枚のころ、ポットに仮植をします。用土は例えば、赤玉土5、腐葉土3、パーミキュライト2などで、そこに緩効性の化成肥料を用土10に3~5gほど混入します。
(定植) 本葉が7枚ほどになれば、花壇や容器に植えられます。15cmほどに伸びたころ、摘芯をしてわき芽を茂らせます。

なお、花壇でも容器栽培でも用土には注意しましょう。
また、定植後2カ月もすると花が咲き疲れてきて、花が小さくなったり、花数が少なくなったりすることがあるので、その時は切り戻しをしたり、追肥を忘れないようにしましょう。
(花がら摘み) 花の咲きがらは早めに摘みとり、タネを結ばせないようにします。



▲ペチュニア(サフィニア)のプランター植え

INFORMATION

特に記載のないものは、電話、FAX、Eメールで申し込んでください。先着順で受け付けます。

手続き・制度

●児童手当を受けているみなさんへ

〔現況届を出しましょう〕

6月以降の児童手当を引き続き受けられるかどうかを審査するために、現況届の提出が必要です。提出がないと審査できず、手当が停止される場合があります。

5月下旬に用紙を郵送しましたので、忘れずに手続きしてください。

届出期間 6月3日(月)～21日(金) 提出先 市役所2階 児童福祉課(郵送でも可) **〔新たに支給対象となる人へ〕**

平成13年中の所得により新たに支給対象になる人がいます。支給を受けるためには、手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ 児童福祉課 ☎39・2219



6月の急患診療体制

診療時間外や休日に具合が悪くなったときにご利用ください。

(1)休日急患診療所 (西千手2の5の1健康センター内)

診療科目	受付時間
休日急患診療所 ☎35・8255	午前9時～11時30分 午後1時～5時30分
休日急患歯科診療所 ☎33・9644	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分

産婦人科は在宅当番医制です。お問い合わせは休日急患診療所へ。

(2)夜間等の当番病院 平日

月曜日・木曜日	長岡中央総合病院(☎35・3700)
火曜日・金曜日	立川総合病院(☎33・3111)
水曜日・土曜日	長岡赤十字病院(☎28・3600)

休日

2日(日)・23日(日)	長岡赤十字病院(☎28・3600)
9日(日)・30日(日)	長岡中央総合病院(☎35・3700)
16日(日)	立川総合病院(☎33・3111)



▲足腰お達者クラブで(5月18日)「クラブのある日が待ち遠しくて、週に3回休まず来ていますよ。ビデオを見ながら体操したり、エアロバイクに乗ったりと楽しい時間を過ごしています」小酒井佐弘さん(手前)

物 筆記用具、バスタオル、動きやすい服装、スポーツシューズ、昼食 申6月28日(金)までに郵便局の払込取扱票(青色の用紙)の通信欄に、参加者全員の氏名住所、電話番号、福祉レクリエーション・ワーカーの無有を記入し、0052014142116新潟県福祉レクリエーション・ワーカー協会へてに振込問同協会事務局・鈴木さん ☎254・53・6223

■子どものきこえよこばの悩み相談(無料)

日時 7月21日(日)午前9時～正午 会場 社会福祉センター

対象 幼児・小学生(保護者同伴で) 申7月5日(金)までにはがきに、子どもの氏名・年齢、保護者の氏名、在籍している保育所・幼稚園・学校名、相談内容、相談希望時間、住所、電話番号を記入のうえ、〒94010087千手2の8の1千手小学校「ことばときこえの教室」内長岡市言語聴覚の会事務局 ☎34・6841・35・0770へ

■介護支援専門員実務研修受講試験

日時 10月27日(日)午前10時から 会場 受験票に記載の場所

受験資格 保健・福祉・医療に関する国家資格等を持ち、5年以上の従事経験がある人 申7月15日(月)～8月2日(金)に所定の願書で(願書は直接、〒95018570新潟県高齢福祉保健課介護保険室 ☎025・285・5511)か270円切手をはったA4判の書類が入る返信用封筒を同封し郵送を依頼)

30分～午後2時30分 会場 健康センター 内容 体脂肪測定、運動指導、調理実習、講義「内臓肥満撃退!血液をさらさらキレイに保つために」 定員 40人 参加料 500円 申し込み 7月4日(木)まで

●市民献血(全血献血) 会場等が変更になることがあります。事前に健康課に確認してください。

献血ができます。受付時間 午前9時30分～午後5時(成分献血は予約が必要)

●喫煙はさまざまな生活習慣病の危険因子です

嗜好品として愛用者の多いたばこ。その煙には、ニコチン、タール、一酸化炭素をはじめ、多くの有害物質が含まれています。喫煙はがんや心臓病、慢性気管支炎、脳卒中、胃かいよう、歯周病などの生活習慣病の要因になっています。

周囲の人に十分配慮し、喫煙マナーを守って、吸い

ましよう。

●あなたの健康相談室 からだや心の心配ごと、栄養や健康に関するごとの相談に応じます。前日までに電話予約のうえ、お気軽にとぞ。

会場 健康センター 時間 午後1時15分～3時

期日	相談内容	担当
7/3(水)	栄養や健康に関すること	保健師
6/19(水)	心の健康	保健師

な体操の紹介もします。直接会場へどうぞ。

日時 毎週月・水・土曜日 午後1時～3時30分 会場 高齢者センターみやうち(曲新町566の7)

●足腰健康相談室

リハビリの方法や足腰の筋力をつけるための運動、寝たきり予防などについて個別に相談に応じます。事前の予約が必要です。

利用日 6月13日(木)、27日(木) 時間 午後1時30分～3時30分 場所 高齢者センターみやうち 申し込み 介護保険課 ☎39・2245

●足腰お達者クラブ

体力の低下が気になる人、脳卒中後遺症などで自主的に訓練をしたい人などに機能訓練室を開放しています。看護師または運動指導員による健康チェックや簡単な

相談内容	担当
寝たきりや痴呆の予防、健康管理など	保健師
肩や腰の痛みを和らげる運動や、筋力をつけるリハビリ方法など	理学療法士

くらしの情報 No.47

別居している高齢の親が訪問販売で高額な外壁工事を契約したが...



Q: 実家に帰ったら、親が訪問販売で外壁工事を契約したことが分かった。見本工事なので値引きすると言われていたのだが、高額なので解約できないか。

A: 訪問販売で契約しているのが、8日間以内であれば、クーリング・オフ(契約の無条件解除)ができます。このような販売方法は見本工事商法と呼ばれるもので、外壁などの工事を「見本工事なので安くする」と言って契約させますが、実際は同程度の工事より高かったという例が多いのです。一人暮らしのお年寄りが、無料でシロアリの点検をすると訪問してきた業者に「このままでは家がだめになる」と言われ、高額なシロアリ駆除と床下換気扇の契約をしたという相談もあります。

高額な契約をするときは、その場ですぐに決めないで、本当に必要なのかなど、家族に相談したり、ほかの業者からも見積もってもらってからにしましょう。

問い合わせは 消費生活センター ☎32・0022へ (相談時間は午前9時30分～午後4時)

健康課 ☎32・5000

●マタニティサークル 妊婦同士の交流や情報交換の場として、お気軽にとぞ。

対象 初回妊婦(ご家族も一緒にどうぞ) 会場 健康センター 時間 午後1時15分～4時 持ち物 母子健康手帳、筆記用具(1回目は動きやすい服装で) 参加料 無料 申し込み 7月2日(火)まで

期日	内容	担当
7/5(金)	リラックスタイム 食生活について グループワーク	運動指導員 栄養士 保健師
12(金)	グループワーク 心の変化と注意 先輩ママからの伝言 サークル	医師 保健師 助産師 卒業生
19(金)	お産の準備・沐浴 グループワーク	保健師 助産師

●ヘルスアップ教室 健康診査などで、肥満度20%以上、または高脂血症(血液中のコレステロールや中性脂肪の多いこと)と診断された人を対象に、運動や食事の学習をします。日時 7月9日(火)午前9時

児: 平成13年9月生まれ 日時 母子保健ガイドブックを参照して市内の小児科医・病院で受けてください 持ち物 受診票(母子保健ガイドブックについています)、母子健康手帳、保険証、赤ちゃんの尿(10か月児のみ)

●新潟県福祉レクリエーションセミナー「ADL対応型高齢者体操の理論と指導法」

日時 7月14日(日)午前10時～午後3時30分 会場 厚生会館大ホール 講師 ADL対応型高齢者体操研究会会長・大久保洋子さん 定員 120人 参加料(前売) 一般3,000円、会員2,000円、学生1,500円 当日各500円増 その他教材費1,000円必要) 持ち

ミニ情報

●講演「がんの子供のサマーカーンについて」(無料)

日時 7月7日(日)午後1時から 会場 がんセンター新潟病院講堂 講師 新潟大学医学部保健学科教授・田原幸子さん 問がんの子供を守る会新潟支部・原さん ☎32・0912

●骨髄バンク登録会

事前予約 ☎0120・445・445。受付時間 午前9時～午後5時(当日受付もあり)。

日時 7月7日(日)午前10時～午後4時 会場 イトーヨーカドー丸大長岡店1階特設会場 問(財)骨髄移植推進財団 ☎0120・445・445

●小児ぜんそく教室(無料)

日時 7月10日(水)午前10時～正午 会場 長岡中央総合病院健康講座4階講堂(保育ルームあり) 講師 同病院小児科部長・郡司哲己さん 問同病院小児科外来 ☎35・3700