

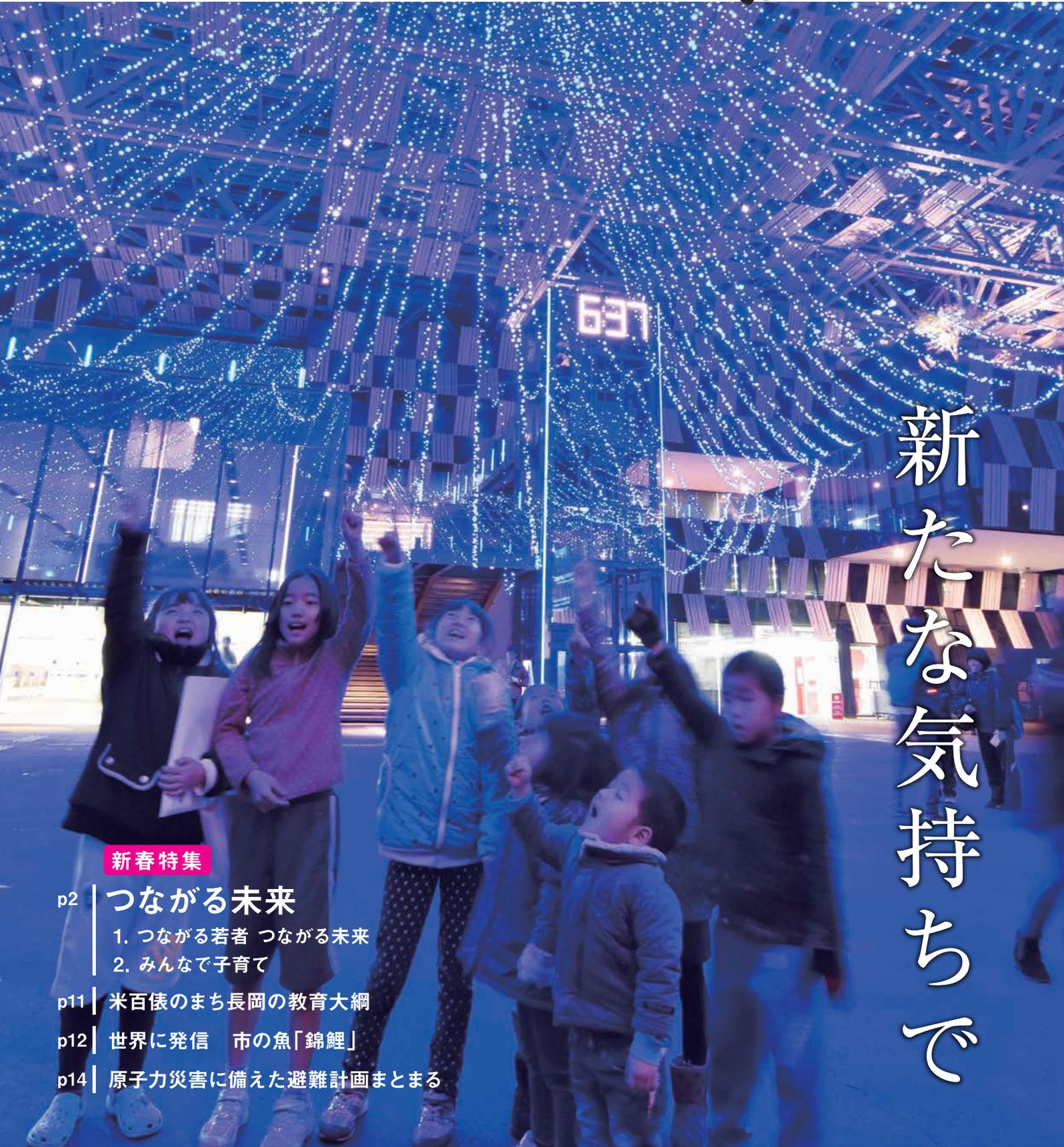
／ つながる、ひろがる、新発見。／

# ながあが

Nagaoka



2016  
**1**月号  
市政だより



新たな  
気持ちで

**新春特集**

- p2 | **つながる未来**
  - 1. つながる若者 つながる未来
  - 2. みんなで子育て
- p11 | 米百俵のまち長岡の教育大綱
- p12 | 世界に発信 市の魚「錦鯉」
- p14 | 原子力災害に備えた避難計画まとまる



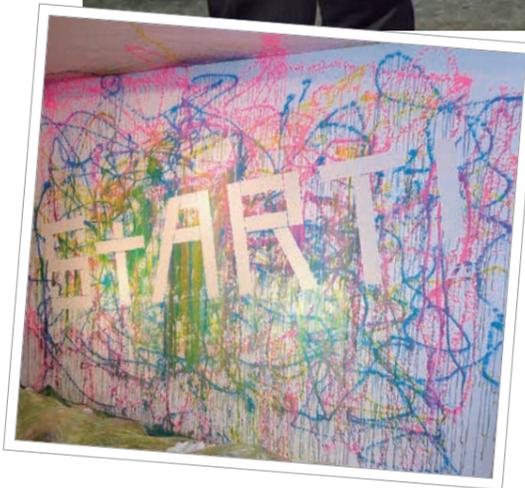
大森政尚さん  
おおもり まさなお

長谷川直子さん  
はせがわ なおこ

長岡市長  
森 民夫

阿部里奈さん  
あべ りな

鈴木 将さん  
すずき しょう



**市長** あけましておめでとうございます。全員 おめでとうございます。  
**市長** ながおか若者会議やながおか・若者・しごと機構のメンバーが集まっていたきました。まずは、長岡のここが好きとか、すごいとか、正月らしく明るい話題からいきましようか。

■長岡のことが好きだ！

**鈴木** 僕は長岡の伝統野菜とか歴史のあるものが好きです。地域の人が日常で楽しんでいる土地があることを誇りに思っています。かしこまった料理だけでなく、気軽に楽しめる食のライフスタイルが長岡の自慢かなと。

**長谷川** 長岡花火やおいしいお米など小さいころから当たり前にして育ってきました。でも東京の大学に進学して戻ってきたときに、ただ単純に故郷が懐かしくて。郷土愛がいつの間にか自分の中に育っていたんですね。高校生のみなさんには県外に進学しても、そういう思いに気付いて長岡に戻ってきてくれるとうれしいなと思っています。

**大森** 自然が全てそろっているのが魅力だと思っています。春夏秋冬がわかりやすいし、海があって山があって大きな日本一の川があって。そして、「人」。人間のあつたかさ、これが一番ですね。  
**阿部** いいものばかりで好きなものを一つに決めきれないのですが、あえて

スティバル」とかね。小国の「もちひとまつり」や「雪上エンデューロ」も合併して資源が豊富になりました。  
**阿部** 私は長岡花火。テレビで見ただけでも感動して涙が出ます。美しいというだけでなく、その精神の素晴らしさに心が打たれます。だからこそハワイでも上げることができたんだと思います。

**市長** 8月15日のハワイ真珠湾での長岡花火打ち上げも、平和へのメッセージということで非常に共感を得ました。長岡やホルルの企業のほか日本を代表する企業からもたくさん賛同していただき、3千万円近く集まりました。長岡花火が持つパワーはそういうところにありますね。みなさんは花火の思い出がありますか。

**鈴木** 初めてのデートが花火でした。  
**市長** それは地方創生にいいですね。全員（笑）

もっと高まって楽しんでもらえるんじゃないかなって思います。  
**大森** 僕はお酒ですね。昔、隣のおじちゃん熱燗で飲んで。「お酒臭いなあ」なんて思っていたのがいつの間にか大好きになってました。全員（笑）  
**市長** 長岡は酒蔵が16あります。京都に次いで全国で2番目に多いんですよ。  
**長谷川** お祭りも四季折々にたくさんあっていいですね。歴史人物にちなんだお祭りもありますよね。私のように歴史が苦手な人も気軽に楽しみなながら歴史を知ることが出来ます。  
**市長** 地域には特色ある祭りもありますね。例えば栃尾の「ほだれまつり」。  
**長谷川** 実は参加しました。翌年うれしいことに授かりました。  
**市長** 他にも「裸押し合い」、山古志の「古志の火まつり」、和島の良寛さんになんだ祭り、寺泊は「よさこいフェ



言うなら「米百俵の精神」。だからこそ郷土の文化が残っているのかなど。この精神があるからこそ機構が生まれたのかなあと思います。米百俵の精神に未来を感じています。  
**市長** 今度は具体的に、食べ物では。  
**鈴木** 僕はナスですね。「巾着ナス」は代表格。硬くて、つやがなく、形が悪くて、市場では評価されにくいんです。それを作り続けてきたことが素晴らしい。そこに独自性があります。実はイタリアのフィレンツェにも硬いナスがあります。食文化として残してきたものは世界に誇れるところですよ。  
**市長** 子どものころ、ナスは丸いものと思いついていたからね。フィレンツェと姉妹都市になろうかな。全員（笑）  
**鈴木** 長岡の食の魅力を知ってもらえる食の博物館ができて、観覧後に飲食店へ来てもらおうと、長岡の食の価値が

米百俵の精神に未来を感じて――



# つながる 若者 つながる 未来

市は人口減少社会に対応するため「長岡リジュベネーション」(長岡若返り戦略)を策定し、将来を担う若者を地方創生の主役に据えています。若者自らが魅力を生み出すまちの実現に向け、市内の3大学1高専15専門学校、金融、産業、行政が若者の活動を支援する組織として「ながおか・若者・しごと機構」を設立しました【6ページ】。機構の理事で市内在住の4人の若者と森市長が故郷・長岡への愛着や誇り、実現したいこと・夢を語りました。

首都圏からの移住女子  
NPO法人代表

阿部里奈



建具会社経営  
ながおか若者会議の兄貴分

大森政尚



# るる者が来 つな若な未

フリーアナウンサー  
子育て情報番組の制作

長谷川直子



飲食店経営  
長岡の食材・食文化を発信

鈴木将



## 伝統野菜、育児グッズ、妖怪マップ： みんなの思いをカタチに。

■機構でやりたいこと。ー夢

**阿部** 私は「長岡で観光産業を実現する」。

私は東京で東日本大震災に遭いました。お米やお水の買い占めなど、お金があっても食べ物が入らないことを経験しました。「食が身近な環境で子どもを育てたい、暮らしの軸を置きたい」と思い、縁あって訪れたのが川口地域でした。中越大地震を乗り越えて今を生きるおじいちゃん、おばあちゃんが田んぼや畑仕事をしている姿がとても美しくたくましくて。「お金があってもうろたえている私も含めた東京の人たちって何なんだろう。こういう人になりたい」と思い移住しました。そして長岡の食に興味を持って知識を蓄えたら長岡ってすごいじゃないかと。「長岡の食文化の素晴らしさを世界に発信したい」と、鈴木さんや生産者の方々とNPO法人思いのほかを立ち上げました。観光産業で長岡の魅力を発信しながら経済の循環も生み出していきたいと思っています。

**鈴木** 僕は「世界一食文化を愛するまちにする」。僕も花火や震災の影響を受けました。地域に循環する食を残して、単純に企業が儲かるだけではなく地域が

元気になる商売をやりたいと思っています。長岡の伝統野菜、食文化を楽しむために海外からお客さんに来てもらって交流につながるよう仕掛けていきます。

**長谷川** 私は育児支援です。

「ママのハートに火をつける」。行政に頼るだけではなくて自分たちで面白いものができるんだよというのをママたちに気付いてもらいたいんです。まずは「ながおか育児グッズ」。ママのアイデアで、ママたちの心をくすぐるものを作って、赤ちゃんが生まれたとき市からプレゼントするんです。販売にもつなげて全国から買ってもらえるようにしたいですね。もっとやる気があるママたちは、起業してもいいのかなと考えています。

**大森** 私は「みんなの思いを形にする」。若者会議に入ったきっかけでもあるんですが、私は今年で106年になる建具屋のせがれです。長岡にずっとお世話になっています。鈴木さん、阿部さんに出会い、二人の考えに感銘を受けました。私も木工で何か新しいことができないかと夢が膨らんでいます。みなさんのお力をいただいて私も頑張るぞという気持ちです。

んお聞きしました。そこからの発想なんです。長岡の妖怪を勝手に想像して、それを妖怪マップにして、カードにして、長岡の妖怪図鑑をつくっちゃおうと。例えば「部屋が散らかっている」は方言で「だるこっぺ※」。「お前」妖怪だるこっぺ」がついてるぞ」なんて、新しい妖怪ができたなあ。各地方の方言や伝説を持ち上げるきっかけになったら面白いなあと思っています。全員（笑）

**市長** 一人で考えても限界があって、いろんな人の意見がいっぱい出てきてそれをまとめて形にしていこうというのが一番いいわけです。人口が減少しても一人ひとりのパワーが強ければトータルのパワーになります。みなさんのように、市民のみなさんからアイデアがどんどん出てくるまちを私はずっと目指してきました。みんなの思いをかたちにするのは私の夢でもあります。大変うれいすね。

**大森** あっそうですか！ありがとうございます。全員（笑）

■今年はこの年にしたい！

**長谷川** まちおこし活動はあまり理解されなくて、「何でお金にならないことをやっているの」と言われることが多いんです。子どもに負担をかけていることも確かにあるので、今年は会議とか、

## 若者同士で「長岡が大好き」を共有する。

子ども同伴で参加したいと思っています。

**大森** 元氣いっぱい邁進するのみ。有言実行。そして、みなさんのお力になるように。結果、私のチカラになって、みんなが笑顔で過ごせたらいいと思います。

**阿部** 私は長岡に来て、長岡がすごく好きになりました。好きという気持ちを持つたら誰かに伝えたくなるんですね。機構をきっかけに長岡の若者同士の長岡を好きという気持ちを共有したいです。「長岡が好き」「長岡ってすごいね」という人が地元で集まれば外にも発信しやすくて広がっていきます。世界にも広がると思うんです。機構を軸に若者の長岡が好きという活動を広めていきたいと思っています。

**鈴木** 機構が立ち上がって産官学金の参画機関が手を差し伸べてくれて歯車も大きくなって活動ができるようになりました。これをしっかりと活用し、子どもたちの未来へ豊かな食文化を伝えるために頑張っていきたいと思っています。

**市長** 機構は発足したばかりで試行錯誤を繰り返しながら前に進んでいきます。私の希望は、みなさんをはじめ参画する若い人がいっぱい増えて、若いパワーでどんどん進んで行ってほしいということ。私も負けないように気持ちは若く頑張ります。みなさんのアイデアとパワーに期待しています。今日はありがとうございます！



長岡市長  
歌好きで猫好き

森 民夫

審査員をしたアイデアコンテストは、たくさんの方がいろいろな考えを持っていることがわかりました。最優秀賞「栃尾のまちをランプで明るくしたい」は他の地域への拡大など、ブラッシュアップして実現したいと思っています。私もいくつか考えてみました。まずは「街中トキワ荘」。全員（笑）

**市長** わかる人は限定されるかも知れないなあ。

**大森** トキワ荘は手塚治虫さんや石ノ森章太郎さんがマンガを描いた伝説のアパート。長岡のまちなかで2階から上の空き部屋の活用を考えました。例えば7時から23時までそこに行けば同じ趣味を持った人がいるという空間の活用方法です。そして「長岡妖怪研究所」。全員（笑）先日、石破大臣から面白い話をたくさん

### 1 ながおか仕事創造アイデアコンテスト



ながおか・若者・しごと機構のアイデア・コンテストに地域の魅力づくりや起業などのアイデア196件が寄せられました（平成27年11月29日）

### 2 石破地方創生担当大臣と懇談



長岡市の地方創生の取り組みを石破大臣が視察。若者会議の代表と食事をしながら懇談（平成27年11月15日）

※だるこっぺ…長岡市内でも地域によって、だるこっぺ、だりこっぺ、だれこっぺとあります。みなさんは何と言ってる？（裏表紙参照）

# みんなで子育て

## 長岡の子育ては、ここが「すごい」

つながる未来  
新春特集2

岡子ども家庭課  
☎39・2300



12月23日に  
子育ての駅みしま  
「もりもり」が  
オープン

市は、長岡リジューネーション（長岡若返り戦略）の重要戦略の一つとして「子育てしやすい環境づくり」に取り組んでいます。妊娠から育児まで切れ目なくきめ細かに支援する「長岡版ネウボラ」の体制を整え、子ども子育て支援事業計画「子育て・育ち・あいのプラン」に基づいて、「みんなで子育てするまち長岡」をさらに進めます。

### 子育ての駅を 全地域に開設

長岡地域に3カ所、栃尾地域に1カ所ある「子育ての駅」20ヶ所。雪や雨の日でも安心して遊ぶことができ、多世代の交流、子育ての情報提供・相談の場として、年間27万人が利用しています。これまでのノウハウを活かして、子育ての駅を4月までに全地域に開設します。三島地域では12月23日に「もりもり」がオープンしました。地域版子育ての駅では、地域の生活文化や自然、歴史などの特性を活かし、地域全体で子育てを支え合う体制をつくります。

### 新たに開設する地域版子育ての駅

| 地域  | 愛称※     | 開設場所            | オープン日     | 開館時間<br>休館日                         | 1月の主な催し                  | 運営体制                  |
|-----|---------|-----------------|-----------|-------------------------------------|--------------------------|-----------------------|
| 三島  | もりもり    | みしま中央保育園        | 12月23日(祝) | 9:30~15:30<br>月・日曜日は休館              | 5日(火)~9日(土)はおさるさん探しWeek! | はなみずき福祉会(みしま中央保育園)に委託 |
| 中之島 | なかのんひろば | みずほ保育園          | 1月4日(月)   | 10:00~16:00<br>水・日曜日は休館             | 6日(水)9:45からオープニングセレモニー   | 市が直営                  |
| 小国  | たんぼぼ    | ひまわり保育園         | 1月4日(月)   | 9:30~15:30<br>木・日曜日は休館              | 12日(火)10:00からオープニングセレモニー | 市が直営                  |
| 山古志 | やまっこ    | 山古志体育館          | 1月5日(火)   | 9:30~15:30<br>月・日曜日は休館              | 5日(火)9:30からオープニングセレモニー   | 総合型クラブY-GETSに委託       |
| 寺泊  | にこにこ    | おおこうづ保育園        | 1月5日(火)   | 9:00~15:00<br>月・木・日曜日は休館            | 13日(水)10:00からオープニングセレモニー | 市が直営                  |
| 越路  | のびのび    | こしじ保育園          | 1月7日(木)   | 9:30~15:30<br>水・日曜日は休館              | 9日(土)10:00からオープニングセレモニー  | 市が直営                  |
| 和島  | わくわく    | 和島保健センター        | 4月        | 9:00~15:00<br>月・日曜日は休館              | —                        | 市が直営                  |
| 与板  | にじの子広場  | 与板幼稚園           | 4月        | 9:30~15:30<br>月・日曜日は休館              | —                        | 光寿福祉会(与板保育園)に委託       |
| 川口  | すこやか    | 子育て支援センター川口すこやか | 4月        | 8:30~17:00<br>土曜日は14:30まで<br>日曜日は休館 | —                        | 市が直営                  |

※愛称は公募などにより各地域で決定しました

## ながおか・若者・しごとと機構設立 活動拠点で若者が本格始動



12月1日「ながおか・若者・しごとと機構」がスタートしました。

拠点は第1安達ビル（大手通2）に。長岡造形大学のアートスペースプロジェクトと協働で設置したまちなかの居場所、誰でも自由に集い交流できます。

若者プロデュースによるオープニングパーティーには約200人が集まり、食文化の発信や郷土愛、仕事づくりなど若者会議で検討しているプロジェクトを発表。長岡造形大学の学生によるアートパフォーマンスなどで盛り上がりました。

拠点は、若者による空き店舗を利用した居場所づくりワークショップで使いやすさなどを検討し決定しました。これから若者の手でリノベーションが進みます。



若者会議をはじめ、市内の若者たちがどんどんアイデアを出して、これを産官学金の参画機関が徹底して支えます。若者たちの内発的・自発的な思いを受け止めて「よし、あなたたちを信頼するから任せよう」ということです。10年、20年と続けていくと必ず長岡は変わっていくと思います。

造形大はデザインの大学。教職員・学生が一体となってデザインの中で貢献したい、大いに自分たちも主体的に関わっていききたいですね。大学単独ではできないことが、機構が舞台装置となることで実現できることを期待しています。学生たちは長岡の企業を知らないんですね。機構が媒介役になって産業や企業と学生をつなぐ仕組みをつくってみたいですね。長岡で学生時代を過ごした出口として「長岡で暮らそう、働こう」という思いに自然となつてほしいと思います。入口の役割としても高校生に造形大をよく知ってもらって「行ってみたい」と思ってくれるようになると思います。

若者の居場所づくりでは、自然な形で中・高校生が大学生と交わる、大学生が社会人・企業人と交わる場所が出てくると、入口・出口の話がもっと自然な形でできるんじゃないかなと思います。



長岡造形大学 理事長

水流 潤太郎

つるじゅんたろう

### SNOW FULL COURSE

スノーフルコース

若者会議発「雪を活かし冬を楽しむ」イベント。冬にうまみを増す食材を使った特別コースと地酒を楽しみ、雪しか祭り30

ページで雪に戯れる——長岡ならではの風土と文化を体感できます。

日時 2月20日(土)午後5時~7時30分 会場 リリックホール ¥6,000円

定員30人(抽選) ①2月1日(月)(必着)までに、はがきに①郵便番号②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥希望人数(1枚につき2人まで)を記入し〒940-8501(住所記入不要)政策企画課ながおか・若者・しごとと機構推進室へ、Eメール info@city.nagaoka.lg.jpも可(☎39・2204) ※抽選結果は全員に通知します

### NCT 長岡市新春座談会

「つながる若者、つながる未来」

放送局 エヌ・シー・ティ

放送日時 1月1日(祝)午前7時から、正午から、午後7時から、11時から、2日(土)午後4時から(各45分間)



岡広報課  
☎39・2202

「これからの活動が楽しみです」



子育てを少しでも楽にするお手伝いができればと思い活動しています。お母さんからは「リフレッシュできる」「同じ年頃の子のお母さんと交流できる」「気持ちが和んだ」の声が聞かれます。



**ままのまカフェ**  
母子保健推進員が子どもを預かり見守る中で母親同士の交流と気軽な相談ができます。

**母子保健推進員**  
ままのまカフェのほか、妊婦や母親への訪問相談やコミュニケーションセンターでの育児講座などの活動をしています。



**産後デイケアるるむ「ままリラ」**  
産後6カ月くらいまでのお母さんと赤ちゃんを対象に、話を聞いたり、ゆっくりくつろいでもらったりしながら体を休めてもらう家庭的な雰囲気の家です。産後ケアコーディネーターが妊婦の相談を集約し、関係機関と連携してニーズに合わせた必要な支援を調整します。

**すごい③ 安心・リラックスの産後サポート**

**親子サークル**

**多世代交流に期待**  
いろいろな世代の人が子育ての駅で交流できることはいいこと。親世代が知らないことも、おじいちゃんおばあちゃん世代が加わることで、知恵や昔遊びなどを教えてもらう機会ができます。クラブの活動内容の幅も広がりそうです。



いちごクラブ代表・片桐直子さん

**地域活動団体**

**里山を活用し触れ合いを増やそう**  
もりもりの近くに、誰もが気軽に立ち寄ってお茶飲み話ができるようなビニールハウスを作ろうと計画しています。里山整備で出る木材を燃料にした温室で果物や野菜を育て、子どもたちが地域の人と触れ合いながら「植物ってこうやって育つんだ」と体験できる場所にしたいです。



みしまふるさと塾・綿貫悟さん

気軽に話してもらえそうな雰囲気です。話をすることで気持ちが軽くなってもらえればと思います。



一人ひとりに寄り添った相談や情報提供を行う子育てコンシェルジュを各駅に配置します。必要に応じて関係機関につなぐなど、子育て支援の総合窓口の役割を担います。

**全ての駅に「子育てコンシェルジュ」**



①木のぬくもりが感じられる外観②窓を開けるとバルコニーと室内が一体に③三島の里山をイメージさせる木のデザインの室内④絵本スペース

**子育ての駅は地域力を総動員**

**ただいま準備中！**

**放課後児童クラブの充実**

放課後帰宅しても保護者が就労などで留守家庭の小学生を預かり、見守っています。無料で実施しているのは県内で長岡市だけ。地域の中で子どもたちを育てることを理念に、地域が主体となって運営しています。今後、時間延長など、市民ニーズに合ったサービスの充実に努めます。

**スマホで子育て情報発信**

必要なときに必要な情報がわかりやすく入手できるよう、スマートフォンなどで見られるサイトを年度内に開設予定です。

**掲載情報**

- ・行事案内
- ・相談窓口
- ・保育園・子育ての駅を含む子育て関連施設 など

**すごい④ 安全・安心な保育**

園保育課 ☎39・2219

**保育料の軽減**

平成27年度は従来より保育料の負担を1割減らし、子育て世帯を応援してきました。今後もさらなる軽減を図ることを検討します。

**地域型保育事業**

認可保育園と同等の基準を満たし、3歳未満児を対象に少人数での安全・安心な保育を行う施設です。県内で一番多くの施設があり、保育ニーズの高まりに迅速に対応しています。

**病児・病後児保育**

病気などで集団保育が困難になり、保護者の仕事などで家庭での保育ができないときに一時的に保育を行います。病状の変化に対応できるように、看護師や保育士が医療機関と連携して保育にあたります。

**次代の親育成事業**

中学生が赤ちゃんに触れ合い、母親の話を聞き、命の大切さや子育てを学びます。



▲川口中学校3年生が子育て支援センター川口すこやかで触れ合い体験（10月20日）



▲てくてくてくのお絵かきコーナー。クレヨンで自由に絵を描く子どもたちをほめて楽しませながら、一緒に遊びます

子どもはみんなかわいい。自分の経験や趣味を活かして、子どもたちに喜んでもらえる、元気がもらえます。みなさんも子育ての駅サポーターになりませんか。

**子育ての駅サポーター**

イベントの運営などにボランティアのみなさんから協力してもらっています。絵本の読み聞かせ、ミニコンサート、昔遊び、子どもの見守りなど活動内容はさまざま。約120人が登録。



育児・食育をサポート  
マンマ・サポート・プロジェクト長岡

工業団地内の企業や地域の子を  
受け入れる事業所内保育

**すごい⑤**  
広がる。企業による子育て支援の輪

企業が主体となって子育てをサポートする取り組みも生まれています。  
市は働きやすい職場づくりに取り組む企業を支援していきます。

- ① 育児コンサルティング  
産休育休明けで職場復帰を希望する女性の保育所探しや、地元企業の職場環境・福利厚生充実などを支援
- ② 乳幼児教室  
北陸学園グループのインストラクション(株)は、北越銀行と連携し、地元企業や育児中の女性に、育児・食育のサポートを行います。地方創生に向けた国の交付金を活用した事業です。
- ③ 食育のサポート、カフェ  
食物アレルギー対策や離乳食作りのアドバイス、惣菜などの提供
- ④ 市認可の小規模保育園「マンマのお部屋」運営  
産休育休明けで職場復帰を希望する女性の保育所探しや、地元企業の職場環境・福利厚生充実などを支援

南部工業団地にあるユニオンツール(株)は、「地域開放型」の事業所内保育園を新設し、平成29年4月の開園を目指します。地域開放型は、自社だけでなく他社の従業員の子どもも従業員枠で受け入れ、さらに地域の子も地域枠で受け入れる園で、県内初の取り組みです。市は運営費の一部支給や、園運営のノウハウの提供などを行います。

|      | 一般的な事業所内保育園 | 「地域開放型」事業所内保育園                        |
|------|-------------|---------------------------------------|
| 従業員枠 | 自社の従業員の子のみ  | ・自社の従業員の子<br>・他の企業の従業員の子(企業間で協定などが必要) |
| 地域枠  |             | ・地域の子                                 |

学校法人北陸学園 学園長/MSP長岡 統括マネージャー 加藤武さん(右)  
MSP長岡チーフ・コーディネーター 外山あゆみさん



プロジェクトのきっかけは、食物アレルギーを持つお子さんのママさんたちとの出会いでした。心配ごとを抱えているママさんに、育児・食育をサポートする場と情報提供が必要だと感じました。

働く女性の育児や食育を支援する社内風土づくりをサポートし、安心して働ける環境を広げたい。このプロジェクトは「ベストではなくベター」がモットーです。ちょっとした支え合いで、育児が楽しくなればと思います。

人口減少社会の今こそ、「職場の元気は育児ママのパワーから！」という風土になればと思います。育児に関するさまざまな課題解決のモデルを長岡から全国に発信できたらと思います。

ユニオンツール株式会社 長岡工場長 涌井秀夫さん(左)  
内部監査部長 小川桂子さん



仕事と子育てを両立していくことは大変なこと。精神的に追い詰められてしまうこともあるかと思います。事業所内保育によって、親の気持ちに余裕ができれば子どもにもいいはず。そしてみんなが子育てに参加し、家庭の絆が強くなることを期待したいです。

長岡で育てていただいた企業として少しでも地域のお役に立てればと思います。地域開放型にすることで、工業団地内の企業間の交流の輪を広げていきたいですね。安心して預けられるだけでなく、ここに預ければより子どもが成長するという保育園を目指したいです。

長岡市教育大綱まとまる  
人づくりの教育で  
子どもたちの未来を育む

園教育総務課 ☎ 39・2238

市は、総合教育会議で、今後5年間の教育施策の目標や基本方針となる教育大綱(上記)を協議し、12月24日に策定しました。

いきと輝きながら自ら成長する子どもたちを育て、未来を担う人材となるよう取り組みを進めていきます。

米百俵のまち長岡  
教育大綱

基本理念

子どもたち一人ひとりの個性が輝き、  
幸せを創り出していける教育の推進

基本方針

1. 学校と家庭・地域が連携し、総ぐるみでふるさと長岡を愛する子どもを育てる
2. 子育て支援と教育に一貫して取り組み、一人ひとりを大切にした育ちを支援する
3. 豊かな体験と確かな学びで、やる気や学ぶ意欲を高め、自ら成長する子どもを育てる
4. 保育・教育にかかる費用負担を軽減し、家庭の経済状況にかかわらず子どもたちが安心して学べる環境づくりを進める
5. 子どもたちが安全で豊かに過ごせる環境づくりを進めるため、計画的な保育・教育施設の整備を図る

※詳細は市ホームページに掲載しています

乳幼児期から義務教育終了までの子育てを含む人づくりを重点に、「子どもたち一人ひとりの個性が輝き、幸せを創り出していける教育の推進」を基本理念に定めました。基本方針には、ふるさとへの愛着や誇りの醸成を盛り込んでいます。11年目を迎えた「熱中!感動!夢づくり教育」をさらに充実させ、子どもの可能性を引き出しながら、確かな学力を育成します。また、教育費の負担軽減や快適な保育・教育施設の整備を図ります。今後、大綱を指針に、市と教育委員会が連携して、いき

**総合教育会議**  
平成27年4月1日に施行された新教育委員会制度により新たに設置したもので、市長が招集。市長と教育委員会が教育の課題や目的を共有し、大綱の策定、重点施策の協議・調整を行います。市長の責任や役割が明確になるとともに、両者が一致して政策を行うことが可能となりました。



第3回 (12月11日)



▲熱中!感動!夢づくり教育「ポニースクール」。動物と触れ合う感動を学校にしながら体験し、豊かな情操を育みます

# 世界に発信

# 市の魚 錦鯉

問農政課 ☎ 39・2223

錦鯉をアオーレに展示。さらなるPRへ



幅2.5mの大型水槽。これまで目にする機会がなかった人も錦鯉を身近に感じることができます。長岡駅前のアオーレで、長岡を訪れる人にも美しさを発信します

11月27日、市の魚・錦鯉を広くPRするためアオーレ長岡で展示を始めました。東棟1階総合窓口前（北越銀行脇）の水槽で、40cm級の錦鯉12匹が優雅に泳ぎ、来場者の目を楽しませています。

世界が錦鯉に注目！

錦鯉は欧米やアジアなどで人気が高く、美しい錦鯉を求めて海外から大勢のバイヤーが「聖地」長岡を訪れています。

日本の水産品年間輸出額は約30億円。その大半が新潟県産錦鯉で、生産高の約7/8割を輸出しています。輸出先は30カ国以上にのぼります。

世界農業遺産登録と錦鯉産業の振興を目指し、協議会設立

協議会設立

市は世界農業遺産への登録や世界的な販路拡大を目指し、平成27年10月23日に「長岡・小千谷「錦鯉発祥の地」活性化推進協議会」を設立しました。錦鯉産業のさらなる振興を図り、世界発信を通じて地方創生を進めます。

市の魚 錦鯉発祥の地である長岡市と小千谷市は、中越大地震から10年を迎えた平成26年10月23日、復興の象徴として錦鯉を市の魚に制定しました。

ご覧あれ！

## アオーレで優雅に泳ぐ錦鯉

錦鯉の健康状態などにより、品種が入れ替わる場合があります

山古志地域を中心とした二十村郷での錦鯉発祥後、200年以上にわたる研究、改良によって、100種にも及ぶ品種が作り出されています。

### 紅白 (こうはく)

白色の地肌（しん）に赤い模様があるもの。模様の形状によって二段、三段、稲妻、大模様、小模様などと呼ばれます



### 大正三色 (たいしょうさんしよく)

紅白に比較的まとまった黒斑紋が点在します



### 昭和三色 (しょうわさんしよく)

大正三色と同じ色合いで、黒斑紋が比較的大きい鯉



### 銀鱗昭和 (ぎんりんしょうわ)

昭和三色の鱗一枚一枚が銀に光り輝いている鯉



### 銀鱗丹頂昭和 (ぎんりんたんちやうしやうわ)

銀鱗昭和の一種で、丹頂鶴のように頭に赤い模様があります



### 五色 (ごしき)

浅黄地に緋（赤）模様があります



### 大和錦 (やまとにしき)

金属光沢のある体に、模様に乗っている品種で、大正三色の光ったもの



### プラチナ (ぷらちな)

全身に金属光沢を持った単色の鯉



※ドイツ種…鱗が少なく、一枚一枚が大きいのが特徴

### 茶鯉 (ちやこい)

茶鯉は変わり鯉の一種で、飼育しやすく、大きくなりやすい鯉です



### ドイツプラチナ (どいつぷらちな)

全身に金属光沢を持った一色のドイツ種



### ドイツ白写り (どいつしろうつり)

写り墨が特徴で、白と黒の二色のみのドイツ種



### ドイツ変わり鯉 (どいつかわりこい)

ドイツ種の中でも代表的でない品種。黒色で大きな鱗が特徴



## 「おらたる」での展示や大使館への寄贈も

### 大使館への寄贈も

震災の経験と山の暮らしを伝える「やまこし復興交流館おらたる」でも、錦鯉を展示しています。同館の入館者数は2年間で5万人。山古志地域に観光や視察で訪れる市内外の人に情報発信しています。また、5カ国（エジプト、サウジアラビア、カナダ、アルメニア、アルバニア）の大使館に錦鯉を寄贈し、プロモーションを展開。大使から「多くの人に、この美しい長岡の錦鯉を紹介していきたい」との声も聞かれました。



▲やまこし復興交流館おらたるに錦鯉を展示



▲アルバニア大使館に寄贈（4月3日）

### ネットで情報発信

山古志地域では、山古志商工会によって海外からの錦鯉バイヤーや観光客向けに無料の公共無線LAN（WiFi）が整備されています。また、大勢の外国人バイヤーが買い付けに訪れる様子を長岡市フェイスブック※で紹介し、海外から「いいね！」をいただいています。

※長岡市フェイスブック <https://www.facebook.com/nagaoka.kouhounamainiti/>

# 原子力災害に備えた避難先を確保 避難計画まとまる

原子力安全対策室 ☎ 39・2305

## 原発から

半径5～30km  
①まずは**屋内退避**  
②放射線量が**基準値を超えた区域のみ避難**

半径30km以上  
避難者を受け入れ



## 避難計画の3つのポイント

### 1 「まずは屋内退避」の徹底

#### ●災害情報を市民へ伝達

緊急告知FMラジオ、携帯電話の緊急速報メール、市ホームページ、テレビなどあらゆる手段で発信します。



#### ●まずは屋内退避

原子力災害が起きたら、まずは屋内退避（栃尾地域は除く）。有害な放射線を防ぎます。



換気扇やエアコンを止め、ドアや窓を閉めましょう。直ちに帰宅できない場合は、最寄りの公共施設などに入りましょう

#### 長岡市放射線観測システムで安全を確認

市内など15カ所の放射線量を公開しています。

★情報がより明確に観測点の増加や、地区・支所地域ごとの表示など、より詳細に、分かりやすくなります。



原子力災害に備えた避難計画を策定しました。半径5～30kmのいざというときの行動「屋内退避」や「放射線量が基準値を超えた区域のみ避難」に関する基本事項などを掲載。栃尾地域を除く40地区・支所地域ごとに、基本の避難先

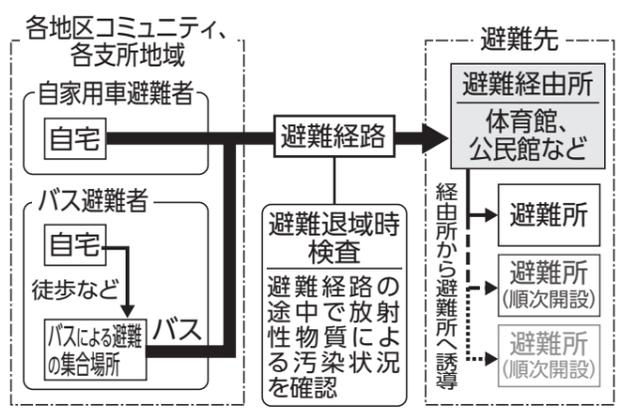
難先市町村、避難先の最初の目的地「避難経路所」、避難経路を定めています。避難計画はアオーレ長岡、各支所、各コミュニティセンターに配備するほか、今年度作成し全戸配布する概要版や、市政出前講座などで、市民の

みなさんへお知らせします。なお、放射線観測局の増設や、保健所に備蓄の安定ヨウ素剤の配布・服用体制など引き続き県と協議を進めていきます。

## 2 基本の避難先を確保。放射線量が基準値を超えた区域のみ避難

●避難が必要な区域  
一定期間の屋内退避後、国などの放射線量の実測値を踏まえ、市が避難指示を出します。

#### ●避難先と避難方法



#### 【地区・支所地域 基本の避難先】

| 地区・支所地域名                                | 避難先      |
|---|----------|
| 地区 千手、阪之上、表町、中島                         | 五泉市      |
| 地区 四郎丸                                  | 加茂市、田上町  |
| 地区 神田、川崎                                | 阿賀野市     |
| 地区 新町、大島、富曾亀、山本、新組、黒条、下川西、上川西、福戸、王寺川、関原 | 新潟市      |
| 支所 中之島、三島、和島、寺泊、与板                      |          |
| 地区 希望が丘、日越、宮本、大積、深才、青葉台                 | 燕市、弥彦村   |
| 地区 宮内                                   | 三条市      |
| 地区 栖吉                                   | 阿賀町      |
| 支所 越路、山古志、小国、川口                         | 魚沼市      |
| 地区 豊田、十日町、六日市、太田、山通                     | 長岡市、栃尾地域 |

#### 【避難方法】

- 避難の単位は、長岡地域は地区コミュニティ、その他は支所地域です。
- 避難先の避難経路所を目指した後、避難所へ移動します。
- 原則、自家用車で、できる限り乗り合いです。
- 自家用車で避難できない場合は市が用意したバスで（集合場所は地区防災センターなど）。

### 市町村の研究会（代表幹事 長岡市長）で避難先を合意

県内全市町村による「市町村による原子力安全対策に関する研究会」は7月、避難自治体と受け入れ自治体の組み合わせを合意。市は避難先市町村と協議を進めました。



### 3 教訓を活かした防災力とアクセス性の高い道路網で、迅速で的確な対応

●災害の教訓を活かした防災力  
アオーレ長岡には、現場の情報を速やかにかつ総合的に把握し、共有できる災害対策本部会議室を常設。的確で迅速な意思決定・指示をします。



▲大型画面ディスプレイ。道路・気象・河川状況などを同時に確認できます

●広域的な幹線道路網  
長岡東西道路フェニックス大橋や左岸バイパス、主要な国・県道、高速道路などの道路網を活用し、避難・輸送などをします。

### こちらもチェック 避難計画と合わせて活用 / 原子力災害時の行動や知識をわかりやすく解説

#### ●ガイドブック

平成26年4月に全世帯配布しています。

#### ●DVD

映像を使った市政出前講座をしています。



※各支所、各コミュニティセンターなどに設置しています



地域のまきこ

# まちのほつとフォト

📷は、まちかどカメラマンが取材・撮影しました  
(16人が登録しています)

## コーヒーの豆知識

中央公民館の講座「非日常大人スタイル」でプロからドリップコーヒーの淹れ方を教わりました。お手本どおりにゆっくりに湯を注ぐと、香ばしい香りが立ち上りました。(12月3日) 📷高津敏さん



## お正月が待ち遠しい

中之島コミュニティセンターで地元特産品を使ったお正月料理に挑戦。大口れんこん料理などふるさとの味の作り方を真剣な表情で覚えていました。(11月29日)

みしま会館で「若者が喜ぶアレンジおせち料理」講座を開催しました。ちくわ門松などかわいい飾り付けに、すっかり正月気分。(12月7日) 📷金山静夫さん



## 美しいメロディーにうっとり

川口地域の交流体験館「杜のかたらい」で行ったクリスマスコンサート。地元の小・中学校や音楽サークルが温かい歌声を来場者にプレゼントしました。(12月6日) 📷栗原佳宏さん

## 狙うはそこ！

小国会館でボールを使ったカーリング「インドアペタンク」の大会を開催しました。熱戦に心も体もポッカポカ。(12月6日) 📷遠藤幸明さん



## 今年もありがとう

中越大震災で倒れた山古志地域の木で作られた童地蔵。地域を見守ってくれた感謝を込めて、住民が今年1年のすず払いをしました。(12月9日)



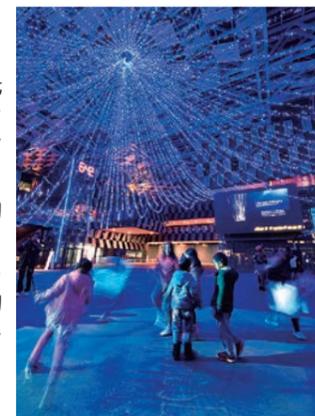
## いっち！にい！さん！し！豪快に！

寺泊センターおこづで「男だけの健康講座」を開催しました。汗を流して日々の疲れをリフレッシュ！(12月10日)



## 今月の表紙

アオーレ長岡を光と映像で彩る「アオルミネーション アンダー・ザ・シー」が始まりました。約4万個の青いLEDとガラスに投影する深海の映像で幻想的な海の世界を表現しています。(12月2日)



## 誰に出そうかな？

道の駅良寛の里わしまでわし麻呂くんと一緒に木簡年賀状づくり。木のはがきにイラストを描き、特別な1枚のできあがり！(12月13日) 📷高木秀俊さん

## 学校がレジャーランドに

越路小学校の児童会大祭りに越路西小学校6年生を招待しました。輪投げや段ボール迷路など、一緒になって大はしゃぎ。(12月11日)

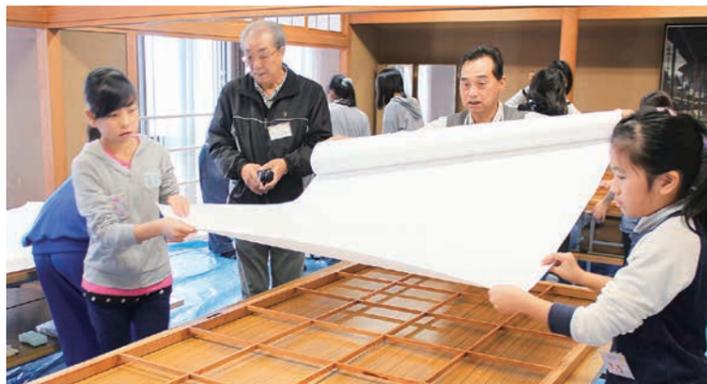


## サンタとレッツ・ダンス！

栃尾産業交流センターで仮装クリスマスパーティーを開催。サンタクロースなどに扮した参加者約200人はステージショーやダンスを楽しみました。(12月13日) 📷江口勝彦さん

## 真っ白な気持ちで新年を

与板体育館の障子の張り替えを、地域のボランティアの指導で子どもたちが体験。慣れない作業に苦戦しながら、きれいになった障子に感動していました。(12月12日) 📷



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

◆略字の見方

- 時=日時・期日
- 講=講師
- 料=料金・参加料
- 問=問い合わせ
- 先着=先着順
- 場=場所・会場
- 対=対象・資格
- 持=持ち物
- 内=内容
- 定=定員・募集人数
- 申=申し込み

注) 函どなたでも、定特になし、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
- 天手=大手通庁舎
- 市セ=市民センター
- さい=さいわいプラザ

今のおしらせ隊 隊員

ナッチャン

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、長岡地域のマスコットキャラクター「ナッチャン」。頭は長岡名物・正三尺玉の大火火、体は長生橋でちよっぴりいたずら好きな花火の妖精です。「はなはなピー」の呪文で花火をあげます。



30ページの「6大冬まつり」も見て!

世界に触れよう

長岡市国際交流協会 (国際交流課市セ内) ☎39・2207

1 文化交流の祭典「ホノルルフェスティバル」に行ってみよう



平成27年3月8日(日本時間9日)ワイキキビーチ沖で打ち上げられたフエニックス花火

姉妹都市ホノルル市を訪問し、平和を祈る長岡花火を鑑賞します。市民交流事業の参加者には費用の一部を助成(1人2万円)します。

時 3月11日(金)~15日(火)(3泊5日、成田空港発着) 特別観覧席での長岡花火鑑賞、フェスティバルの見学(市民交流事業参加者は文化紹介ブース、パレード、ステージパフォーマンス、駅伝などに参加) 定30人(先着) ¥148,000円から(国内交通費、燃油サーチャージ、海外空港税、食事代など別) 申 1月19日(火)までにJTB関東法人営業長岡支店 ☎35・3315へ (平日午前9時30分~午後5時30分)

2 世界を夢見る中学・高校生のための「ワールド・リーダーズ・セミナー」

世界を舞台に活躍する機関などを見学し、将来の夢や進路を考えてみませんか。

時 3月28日(月)・29日(火)(1泊2日) ※2月~3月に事前研修あり 函 都内のJICA地球ひろば、駐日大使館などの見学 函 市内に在住・通学中・高校生 定20人(超えた場合は選考) ¥12,000円 申 2月1日(月)までに長岡市国際交流協会、市内中・高校にある応募用紙で

3 国際交流のつどい

時 2月20日(土)午後7時~9時 場 ホテルニューオータニ長岡 函 姉妹都市の料理、ステージショー、お楽しみ抽選会 定150人(先着) ¥長岡市国際交流協会賛助会員...2,500円(学生は1,000円) 会員以外...5,000円(学生は3,000円) 申 2月15日(月)まで

4 ホノルルの青少年を受け入れるホストファミリーになりませんか

雪しか祭りに合わせてホノルル市の高校生が来岡し、市民と交流します。 時 2月20日(土)~22日(月)(2泊3日) 函 集合場所への送迎、宿泊や食事の提供、歓迎会の出席など 定5家族 申 1月28日(木)まで

河川港湾課市セ ☎39・22333

信濃川・大津分水写真コンテスト入賞作品巡回展 時 1月26日(火)~31日(日)午前8時30分~午後9時(土日は午前9時~午後6時30分、初日は正午から) 場 市民センター1

青少年文化センター ☎34・1305

1 キッズHIPHOPダンスに興味のある子集まれ 時 1月31日(日)午前10時~11時 対 5歳~12歳 函 20人(抽選) 2 さらにさらに星座の物語~光る星座のカードを作ろう~ 時 1月24日(日)午前10時30分~正午 講 長岡大手高校地学部

国際交流センター「地球広場」市セ ☎39・2714

協力隊ナビ 時 1月23日(土)午後3時~5時 函 青年海外協力隊の体験談、相談 2 企業・団体プロデュース寄附講座 シルクスクリーン印刷を体験しよう 時 2月28日(日)午後1時30分~3時30分 函(有)カンダプロセス取締役・小見裕之さん 定12人(先着) ¥100円 保育 申 2月18日(木)まで 申 1月12日(火)から(HPからも可)

3 科学工作教室 ハートが浮き出て見える偏光板を使った工作です。 時 2月14日(日)午前10時~11時



四季の星座にまつわる神話を聞いてから、暗い所で光る冬の星座カードを作ります。クイズにも挑戦しよう! 長岡大手高校地学部のみなさん

対小学生以上 定20人(抽選) ¥100円

長岡造形大学 ☎21・3381

1 特別講義・一般公開 時・函 ①1月8日(金)~雪のデ ②1月14日(木) ③2月4日(木) (必着)までに往復はがきの往信の裏に教室名、学校名、学年(1は年齢も)、氏名、(ふりがな)、電話番号、郵便番号、住所、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-10033今朝白1の1の1 青少年文化センターへ

中之島文化センター ☎66・1310

2 ファッションショー Mirror Mirror 学生デザイナーの衣装37着を映像演出と共に披露します。 時 1月31日(日)午後2時30分~3時30分 定200人(先着) 各前日まで

みそづくり体験

県内産の大豆を使い、麴からみそを作ります。 コース・時 ①2月2日(火)~4日(木) ②5日(金)~7日(日) ③9日(火)~11日(木) 時間 ①いづれも1・3日目:午前9時~正午 2日目:午前または午後の30分 定大豆使用量120kgまで(抽選) ¥大豆5kg3,600円、10kg7,200円

農の駅 あぐらつて長岡(ふるさと体験農業センター) ☎34・5360

3 煮菜づくり講座 時 2月3日(水)午前9時~正午 定24人(抽選) ¥300円 3 花・野菜苗づくり講座 種を持参して温室で苗づくりをします。 時 2月7日(日)~5月上旬 定10人(抽選) ¥4,100円

春の花や野菜を自分で種から育ててみましょう。



1~3 いづれも 申 1月15日(金)(消印有効)までに、往復はがきの往信の裏に希望講座名(1は希望コース、希望大豆量も)、郵便番号、住所、氏名、電話番号、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-0821 栖吉町3670 農の駅あぐらつて長岡へ(1講座につき1枚)

三島支所産産建設課 ☎42・2249

早春を温泉と美味しい料理で満喫 越後みしま「お座敷」Jazzライブ 時 2月6日(土) 函・時間 入浴(タオル付き) : 午後3時30分から可、食事(1ドリンク付き) : 午後5時から、演



平成28年度 成人式

地域ごとに行います。対象者約2,500人には、案内状を送付します。日時や会場などは今後、市政だよりでもお知らせします。

| 地域                 | 期日       | 市政だより掲載月 |
|--------------------|----------|----------|
| 長岡・越路・小国<br>栃尾・川口  | 5月3日(祝)  | 4月号      |
| 山古志                | 8月14日(日) | 8月号      |
| 中之島・三島<br>和島・寺泊・与板 | 8月15日(月) |          |

平成7年4月2日~平成8年4月1日に生まれた人 ※住所地以外の成人式に参加を希望する場合は、子ども家庭課、各支所地域振興課にご連絡ください 関子ども家庭課 ☎39・2300

# ファミリーサポートセンター 子育てサポート講座

子育ての手伝いをしてほしい人(依頼会員)と、手伝いたい人(提供会員)が助け合っています。提供会員は全ての受講が必要です。

時 2月15日(月)・18日(木)午前10時～午後5時30分(計2回) 場 ちびっこ広場 図 調乳と食事、心の発達、発育と病気、事故と防止対策など 定 30人(先着) 保育=10人(生後6カ月以上。要予約) 申 2月8日(月)までに同センター(ちびっこ広場内) ☎ 39・2860へ

◆図や表などの略字の見方は18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  
大和=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ



## ちびっこモデル★ #40

子育ての駅で  
みつけた  
@ぐんぐん

中野こはるちゃん(1歳9カ月)にはたのしいの親戚のお友だちと遊ぶのが大好きです。

広報編集者が子育ての駅で出会ったちびっこを、とびきりの1枚で紹介しています!

**● 景観講座「景観とは?」**  
— 守る・創る・育てる —  
美しい住まいづくりのポイントを、素材と色彩をテーマに解説します。  
時 1月22日(金)午後7時～8時30分 場 まちなかキャンパス長岡 講 新潟中央短期大学教授・村木薫さん 申 1月20日(水)まで  
岡自衛隊新潟地方協力本部長 岡出張所 ☎ 33・0256

**ぐんぐん(1歳)** ☎ 30・1025  
休館日 毎週火曜日  
**1 防災とらの巻**  
時 1月11日(祝)、2月8日(月) 午前10時45分～11時  
**2 健康お茶会 みんなで長岡カルタを楽しもう**  
時 1月14日(水)午後1時30分～2時30分 図 どなたでも  
**3 ハッピー誕生会**  
誕生日以外の人もどうぞ。  
時 1月15日(金)午前10時45分～11時15分

～11時15分  
**4 ぐんぐんミニ図書館**  
時 1月18日(月)午前11時～正午 図 互尊文庫職員の読み聞かせ、貸し出し  
**5 ミニ講座「赤ちゃんのお口のケアと虫歯予防」**  
時 1月20日(水)午前10時30分～11時30分 講 歯科衛生士 ※保育サークルによる子ども見守りあり  
**6 手しごとカフェ**  
おしゃべりしながら編み物やクラフトを楽しみます。  
時 1月21日(木)午前10時～11時30分 図 どなたでも

**7 おやこでわくわく!!**  
からだあそび  
時 1月25日(月)午前10時45分～11時15分 講 運動指導員  
**8 子育てサロン「いとこめがねをつけてみよう」**  
子どもたちの言葉、動きも視点を変えて受けとめよう。  
時 1月28日(木)午前10時30分～11時30分  
**9 ミニ講座「キッズベビードダンス」**  
時 1月28日(木)午前10時30分～11時10分 図 歩ける乳幼児と保護者 定 20組(先着) 申 1月18日(月)～25日(月)

**10 鬼は外! 福は内!**  
時 2月1日(月)午前10時45分～11時15分  
**11 煮菜の日**  
時 2月3日(水)午前11時～11時30分 図 煮菜の作り方と実演  
**12 おもちゃ広場**  
おもちゃインストラクターと遊びます。  
時 2月10日(水)午前10時～正午  
**すくすく(新尾宮)** ☎ 51・1022  
休館日 毎週月・木・日曜日  
2月7日(日)午前10時～午後3時は臨時閉館します  
**1 正月行事 絵馬を作ろう**  
時 1月5日(火)午前10時30分～11時30分

**1 防災とらの巻**  
時 1月11日(祝)、2月8日(月) 午前10時45分～11時  
**2 健康お茶会 みんなで長岡カルタを楽しもう**  
時 1月14日(水)午後1時30分～2時30分 図 どなたでも  
**3 ハッピー誕生会**  
誕生日以外の人もどうぞ。  
時 1月15日(金)午前10時45分～11時15分  
**4 ぐんぐんミニ図書館**  
時 1月18日(月)午前11時～正午 図 互尊文庫職員の読み聞かせ、貸し出し  
**5 ミニ講座「赤ちゃんのお口のケアと虫歯予防」**  
時 1月20日(水)午前10時30分～11時30分 講 歯科衛生士 ※保育サークルによる子ども見守りあり  
**6 手しごとカフェ**  
おしゃべりしながら編み物やクラフトを楽しみます。  
時 1月21日(木)午前10時～11時30分 図 どなたでも  
**7 おやこでわくわく!!**  
からだあそび  
時 1月25日(月)午前10時45分～11時15分 講 運動指導員  
**8 子育てサロン「いとこめがねをつけてみよう」**  
子どもたちの言葉、動きも視点を変えて受けとめよう。  
時 1月28日(木)午前10時30分～11時30分  
**9 ミニ講座「キッズベビードダンス」**  
時 1月28日(木)午前10時30分～11時10分 図 歩ける乳幼児と保護者 定 20組(先着) 申 1月18日(月)～25日(月)

**2 小正月行事 まゆ玉飾り**  
時 1月13日(水)午前10時30分～11時30分  
**新年の干支「申」の絵馬を画用紙で作ります。**  
  
**1 なかよしひろば**  
時 2月5日(金)午前9時30分～11時30分 図 乳幼児と祖父母  
**2 ふわふわひろば**  
時 2月3日(水)午前10時～11時30分 図 1歳未満児と保護者  
**3 わんぱくひろば**  
時 1月20日(水)午前9時30分～11時30分

**3 郷土料理を学ぼう**  
時 1月20日(水)午前11時～11時30分 図 煮菜 講 食生活改善推進委員  
**4 すくすくお茶会**  
時 1月20日(水)、2月5日(金) 午前11時～11時30分 講 マイクアップ、おやつ  
**5 てまりホールで遊ぼう**  
時 1月22日(金)、2月9日(火) 午前10時30分～11時30分  
**6 お誕生会**  
誕生日以外の人もどうぞ。  
時 1月27日(水)午前11時～11時30分  
**7 豆まきで鬼たいじ**  
時 2月2日(火)午前10時30分～11時30分  
**8 3つのひろばで楽しく遊んだり、育児の悩みを話し合ったりしませんか**  
時 2月5日(金)午前9時30分～11時30分 図 乳幼児と祖父母  
時 2月3日(水)午前10時～11時30分 図 1歳未満児と保護者  
**3 わんぱくひろば**  
時 1月20日(水)午前9時30分～11時30分

**● 長岡市合併10周年記念 陸上自衛隊第12音楽隊演奏会**  
時 2月19日(金)午後6時30分～8時30分 場 市立劇場 定 1,500人(先着) (1月12日(火)から市立劇場、長岡商工会議所などにある入場整理券が必要)  
**生涯学習文化課(さい)** ☎ 32・5110

**1 タニタコラボ企画「子育てママ健康講座&赤ちゃんと一緒にパトワーク」**  
パパは赤ちゃんと一緒に男性保育士と育児の話、ママはタニタの管理栄養士の講座に参加します。  
時 ① 1月16日(土) ② 2月13日(土) 午前10時30分～正午 図 体組成チェック、育児中の運動や食事の紹介 図 1歳未満児と父母、妊婦と夫 定 各20組(先着) 申 ① 1月4日(日) ② 2月1日(月) から  
**2 リズム遊び**  
時 1月12日(火)午前11時～11時15分  
**3 たんたん誕生会**  
誕生日以外の人もどうぞ。  
時 1月27日(水)午前11時～11時15分  
**4 わいわいおしゃべり会**  
妊婦さんも出産や育児の話聞くチャンスです。  
時 1月19日(火)・26日(火)、2

**1 わいわいおしゃべり会**  
時 1月14日(水)・28日(木)午前11時～正午 図 1歳未満児と保護者、妊婦  
**2 にちようおもちゃばい**  
時 1月17日(日)午前11時～正午 図 読み聞かせ、おもちゃ作り  
休館日 毎週水曜日  
**1 わいわいおしゃべり会**  
時 1月14日(水)・28日(木)午前11時～正午 図 1歳未満児と保護者、妊婦  
**2 にちようおもちゃばい**  
時 1月17日(日)午前11時～正午 図 読み聞かせ、おもちゃ作り  
休館日 毎週水曜日  
**1 わいわいおしゃべり会**  
時 1月14日(水)・28日(木)午前11時～正午 図 1歳未満児と保護者、妊婦  
**2 にちようおもちゃばい**  
時 1月17日(日)午前11時～正午 図 読み聞かせ、おもちゃ作り



**3 雪国つ子王国**  
時 1月24日(日)午前10時30分～午後3時30分 図 どなたでも  
**4 てくてく散歩**  
時 1月26日(火)午前10時30分～11時 図 どなたでも  
**5 ちびっこ雪遊び**  
時 1月26日(火)・28日(木)午前10時30分～11時30分 図 かまくら、雪だるまなど 図 どなたでも  
**6 パラパラてくてく豆まき会**  
時 2月2日(火)午前10時30分～11時  
**7 昔遊びを楽しもう**  
時 2月6日(土)午前10時30分～11時30分 図 どなたでも

**● 花と緑の教室 雪割草の育て方**  
時 2月21日(日)午前10時～11時30分 場 市民防災センター 講 新潟県雪割草連合会事務局 長光村利寛さん 定 30人(先着) 申 1月11日(祝)～2月13日(土) (HPからも可)  
**男女共同参画推進室(市セ)** ☎ 39・2746

**1 タニタコラボ企画「子育てママ健康講座&赤ちゃんと一緒にパトワーク」**  
パパは赤ちゃんと一緒に男性保育士と育児の話、ママはタニタの管理栄養士の講座に参加します。  
時 ① 1月16日(土) ② 2月13日(土) 午前10時30分～正午 図 体組成チェック、育児中の運動や食事の紹介 図 1歳未満児と父母、妊婦と夫 定 各20組(先着) 申 ① 1月4日(日) ② 2月1日(月) から  
**2 リズム遊び**  
時 1月12日(火)午前11時～11時15分  
**3 たんたん誕生会**  
誕生日以外の人もどうぞ。  
時 1月27日(水)午前11時～11時15分  
**4 わいわいおしゃべり会**  
妊婦さんも出産や育児の話聞くチャンスです。  
時 1月19日(火)・26日(火)、2

月2日(火)午前11時～正午 図 1歳未満児と保護者、妊婦  
**5 大人の絵本のたね**  
時 1月24日(日)午前11時～正午  
**6 ちびっこ豆まき大会**  
時 1月29日(金)午前11時～11時40分  
**7 おばあちゃんとおぼろ**  
時 2月1日(月)午前11時～11時30分  
**8 絵本のとびら**  
「ねないこだれだ」のお話の世界で遊びます。  
時 2月9日(火)午前11時～11時30分

**一緒に話しましょう**  
**● ままのまカフェ**  
母子保健推進員とおしゃべりします。  
時・場 ① 1月18日(月)、2月8日(月) 午前11時～正午…ちびっこ広場 ② 2月4日(木) 午前10時30分～11時30分…てくてく ③ 2月5日(金) 午前11時～正午…ぐんぐん 図 どなたでも 図 飲み物  
**● 子育て相談**  
時・場 ① 1月12日(火)…てくてく ② 13日(水)…ぐんぐん ③ 15日(金)…すくすく ④ 21日(木)…てくてく ⑤ 23日(土)…ぐんぐん ⑥ 2月3日(水)…すくすく ⑦ 4日(木)…ちびっこ広場 ⑧ 4日(木)…てくてく ⑨ 10日(水)…ぐんぐん 時間=午前10時30分～11時30分 相談員=①②⑦⑨家庭児童相談員③保健師④⑤栄養士⑥助産師⑧保育士

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 ちびっこ広場「てくてく」ぐんぐん「すくすく」午後6時～「すくすく」午前9時30分～午後3時30分  
**7ページ「みんなで子育て」もご覧ください**

# 雪でも安心「子育ての駅」

対象の記事のない催しは、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 ちびっこ広場「てくてく」ぐんぐん「すくすく」午後6時～「すくすく」午前9時30分～午後3時30分

おめたいエビ  
イセエビ

18



海のウツオチ

主に千葉県以南から九州にかけての太平洋沿岸に生息しています。日本海ではほとんど見られませんが、県内でも確認されたことがあります。ふ化した時はクモのような姿で脱皮を繰り返し、ガラスエビとも呼ばれる透明の幼生を経て稚エビになります。縁起物としておせち料理などに使われることから、俳句などで新年の季語になっています。

いこうよ、海の大冒険! 岡寺泊水族博物館 ☎75・4936

水族博物館は冬がお得!  
1月9日(土)~2月29日(月)は  
中学生以下の入館が無料

親子で参加できるイベントなど、楽しい企画があります。ご家族そろってお越しください。

- 1 えほんであそぼ  
時1月15日(金)午前10時~10時30分 内読み聞かせ
- 2 おひな様を作りましょう  
時2月13日(土)午前10時~11時30分 対3歳~小学生(保護者同伴) 定10人(先着) 時1月22日(金)午後7時~8時30分 内藤野可織著「爪と目」人先着 持はさみ
- 3 ひなまつり  
けしごむハンコ教室  
時2月7日(日)午後1時30分~3時 対小学5年生以上(小学生は保護者同伴) 定10人(先着) ¥500円 持カッター1

とっておきの川口

えちご川口フォトコンテスト入賞作品展

193点の作品から選ばれた力作17点を展示します。時・場▷1月5日(火)~29日(金)午前9時~午後5時



▲最優秀賞「思い出づくり」/撮影者・佐藤英朗さん

…川口公民館▷2月3日(水)~3月30日(水)午前10時~午後9時(毎月第1・3・5火曜日を除く)…えちご川口温泉 岡川口支所産業建設課 ☎89・3113

- 商業振興課(大手)  
☎39・2228
- 長岡まちゼミ  
お店の人が講師となって、専門的な知識や技術、生活に役立つ豆知識などを教えます。時1月25日(月)~2月24日(水) 場参加店舗 申1月18日(月)から各店舗へ 岡同実行委員会事務局(長岡市商店街連合会内) ☎32・7002

- ふるまのこどもたち展  
栃尾地域の園児の絵画や作品を展示します。時1月30日(土)~2月28日(日)午前9時~午後5時(月曜休館)
- 栃尾美術館 ☎53・6300  
1月25日(月)~29日(金)は、展示替えのため休館します。

国営越後丘陵公園  
☎47・8001

時午前9時30分~午後4時30分 ¥3月末まで入園料・駐車料が無料 休園日=12月28日(月)~1月1日(祝)・4日(月)・12日(火)・18日(月)・25日(月)・2月1日(月)・8日(月)

1 ホワイトシーズン

ソリやスキーのゲレンデ、スノーシューコースなどがオープンします。土・日・祝日は無料ロープリフトを運行(午前10時~午後4時)します。時1月2日(土)~2月28日(日)(積雪状況により中止の場合あり)



▲約2kmと約4kmのコースがあるスノーシュー

2 屋内遊具

時1月2日(土)~3月31日(木) 場暖の館 内ボルダリングウォール、サイバーホイール 対小学生

3 アルペンスキー教室

時1月17日(日)・24日(日)・31日(日)午前10時30分~正午 場初級ゲレンデ 対小学生以下の初心者~初級者 定各25人(先着) ¥各1,500円 申電話で

4 スノーシューカップ

時1月17日(日)午前11時30分から 受付=午前9時30分~11時 ¥中学生以上3,500円、小学生以下1,500円(インターネット申し込みは500円引き) 定200人(先着) 申当日または1月11日(祝)までにインターネット申し込み(スポーツエントリー)

5 ウィンターフェスタ

時2月6日(土)・7日(日)午前10時~午後3時 内スノーモービルトレイン(有料)、雪中ゲーム大会、ミニスノーシューロゲイニングなど

◆図や表などの略字の見方は18ページ  
◆図どなたでも、図特になし、無料、用不要(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、用(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  
大用=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

中央図書館 ☎32・0658

1 映画会

時・内▷1月13日(水)午後2時~3時「マリア・カラスオペラと美食」07年/イタリア  
▽29日(金)午後2時~3時30分「禁じられた遊び」52年/フランス)▽2月9日(火)午後2時~3時20分「宮城野」08年/日本) 定各180人(先着)

2 チビッコタイム  
せつぶんスペシャル  
時1月31日(日)午前10時30分~11時30分 内読み聞かせ、鬼の的当てゲーム

互尊文庫 ☎35・7981

1 読者のついで

読書感想や体験などを話し合います。時1月22日(金)午後7時~8時30分 内藤野可織著「爪と目」人先着 持はさみ

2 おひな様リースを作ろう

時2月6日(土)午後2時~3時30分 対3歳~小学生 定15人(先着) 持はさみ

3 ひなまつり  
けしごむハンコ教室

時2月7日(日)午後1時30分~3時 対小学5年生以上(小学生は保護者同伴) 定10人(先着) ¥500円 持カッター1

催し

催し

スポーツ

健康

くらし

手続き・制度

募集

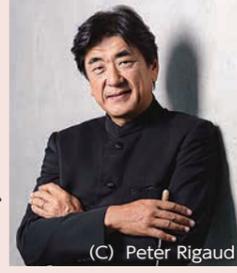
みんなのひろば

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(公演により年齢制限あり)。

音楽監督就任記念日本ツアー2016  
佐渡裕指揮 トーンキエンストラ管弦楽団

時5月17日(火)午後7時から 場市立劇場 ピアノ=アリス=紗良・オット  
曲目=ハイドン/交響曲第6番ニ長調「朝」、ベートーヴェン/ピアノ協奏曲第1番ハ長調作品15など ¥全席指定S席15,000円、A席12,000円、B席9,000円 チケット発売日=1月30日(土)



(C) Peter Rigaud

1 リリックウィークデーシリーズ  
「0歳からのミニコンサート」

~プレママ・プレパパも来てね~  
ソプラノ声楽家・五十嵐彩珠さんとスタジオメンバーによる歌とオペレッタです。時3月17日(木)午前10時30分~11時15分 場リリックホール 対乳幼児と保護者、妊婦と家族 定40組(先着) 申2月2日(火)~10日(水)に電話で

2 井上陽水コンサート2016  
「UNITED COVER 2」

時4月7日(木)午後6時30分から 場市立劇場 ¥全席指定8,640円 チケット発売日=2月6日(土)

3 市民芸術文化活動助成事業募集

地域に根ざした芸術文化活動費の一部を助成します(選考あり。上限20万円)。対4月1日(金)~平成29年3月31日(金)に実施する音楽、演劇、舞踊、伝統芸能、美術などの芸術文化事業 申1月5日(火)~31日(日) ※詳しくはリリックホールなどにあるパンフレットをご確認ください

南地域図書館 ☎30・3501

● えほんのとびら  
レオ・レオさんの絵本

時1月16日(土)午後2時30分~3時 内読み聞かせ 対3歳~小学生



←ナッチャン

北地域図書館 ☎22・7100

1 みにみに上映会

時1月17日(日)午後3時~4時 内ミッキーマウス「ミッキーの誕生日」

2 フラワーアレンジメント教室

時2月13日(土)午後1時~2時30分 内白とブラウンで大人のバレンタイン 定16人(先着) ¥2,000円 持花用はさみカッター 申1月16日(土)から

中ノ島地域図書館(中ノ島文化センター)内 ☎61・2165

1 おたのしみ かるた大会

時1月10日(日)午前10時30分~11時30分

11時30分



かるたや福笑い、お正月の読み聞かせなどをします。

2 おはなしひろば  
節分スペシャル

時1月24日(日)午前10時30分~11時30分 内読み聞かせ、工作

◆図や表などの略字の見方は18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、フックス、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

# スポーツ教室(1月~3月)

申①1月3日(日)②③10日(日)から各施設へ電話または窓口で詳しくはお問い合わせください ※は初回が無料体験日

| 施設名             | 教室名             | 1月初回      | 曜日          | 時間          | 回数    | 対象          | 定員     | 料金                         |        |                           |
|-----------------|-----------------|-----------|-------------|-------------|-------|-------------|--------|----------------------------|--------|---------------------------|
| ①南部体育館 ☎39・3600 | 初めてのピラティス       | 18日       | 月           | 19:30~20:30 | 7回    | どなたでも       | 15人    | 4,200円                     |        |                           |
|                 | ダイエットウォーキング     | 12日 ※     | 火           | 10:00~11:00 | 11回   | どなたでも       | 25人    | 6,600円                     |        |                           |
|                 | アームレスリング        | 12日       | 火           | 19:30~20:30 | 12回   | 高校生以上       | 6人     | 6,000円                     |        |                           |
|                 | かんたんリズム体操       | 13日 ※     | 水           | 12:00~13:00 | 11回   | どなたでも       | 30人    | 6,600円                     |        |                           |
|                 | リラクサアロマヨガ       | 13日       | 水           | 14:00~15:00 | 12回   |             | 15人    | 7,200円                     |        |                           |
|                 | 毎日コツコツ体操        | 14日 ※     | 木           | 10:00~11:00 | 10回   | どなたでも       | 30人    | 6,000円                     |        |                           |
|                 | 初心者向けフラダンス      | 14日       | 木           | 13:00~14:00 | 11回   |             | 15人    | 6,600円                     |        |                           |
|                 | 小学生ヒップホップダンス    | 14日       | 木           | 18:30~19:30 |       | 小学生と保護者     | 30人    | 1組 11,000円<br>子どものみ 6,600円 |        |                           |
|                 | 初級ヒップホップダンス     | 14日       | 木           | 20:00~21:00 | 中学生以上 |             | 6,600円 |                            |        |                           |
|                 | ナイトヨガ           | 14日 ※     | 木           | 19:30~20:30 | 10回   | どなたでも       | 15人    | 6,000円                     |        |                           |
|                 | リフレッシュウォーキング    | 15日 ※     | 金           | 10:00~11:00 |       |             | 25人    | 6,000円                     |        |                           |
|                 | 男性向け全身エクササイズ    | 15日       | 金           | 19:00~20:00 |       |             | 10人    | 5,500円                     |        |                           |
| ②北部体育館 ☎24・6116 | リフレッシュヨガ        | 11日       | 月           | 10:00~11:00 | 10回   | どなたでも       | 31人    | 6,000円                     |        |                           |
|                 | シェイプボクシング       | 18日       | 月           | 13:30~14:15 | 9回    |             | 10人    | 4,500円                     |        |                           |
|                 | 体幹トレーニング 月曜日    | 11日       | 月           | 19:00~19:45 | 10回   |             | 8人     | 5,000円                     |        |                           |
|                 | ウォーキング(昼)       | 19日       | 火           | 13:30~14:30 |       |             | 10人    |                            |        |                           |
|                 | ウォーキング(夜)       | 19日       | 火           | 18:30~19:30 |       |             | 25人    | 6,000円                     |        |                           |
|                 | ひきしめるピラティス      | 13日       | 水           | 13:30~14:30 |       |             | 40人    | 4,000円                     |        |                           |
|                 | ソフトバレエ          | 15日       | 金           | 10:00~11:30 |       |             | 15人    | 5,000円                     |        |                           |
|                 | 体幹トレーニング 金曜日    | 15日       | 金           | 13:30~14:15 |       |             | 6人     |                            |        |                           |
|                 | 肩こり腰痛健康体操       | 15日       | 金           | 19:30~20:15 |       |             | 9回     | 小学生と保護者                    | 35人    | 1組 9,000円<br>子どものみ 5,400円 |
|                 | ファミリーHIPHOP     | 23日       | 土           | 16:00~17:00 |       |             |        |                            |        |                           |
|                 | スキルUP!!HIPHOP   | 23日       | 土           | 17:30~18:30 |       |             | どなたでも  | 20人                        | 6,300円 |                           |
|                 | ③新産体育館 ☎46・4601 | 朝からゆったりヨガ | 18日         | 月           |       | 10:30~11:30 | 10回    | どなたでも                      | 30人    | 6,000円                    |
| 健康体操            |                 | 18日       | 月           | 13:30~14:30 | 10人   | 5,000円      |        |                            |        |                           |
| ピラティス           |                 | 18日       | 月           | 19:00~20:00 | 20人   | 6,500円      |        |                            |        |                           |
| 集中!ウエストシェイプ 月曜日 |                 | 18日       | 月           | 20:00~21:00 | 8人    | 5,000円      |        |                            |        |                           |
| 安心ゆったり体操        |                 | 19日       | 火           | 10:30~11:30 | 9回    | 小学生         | 10人    | 4,500円                     |        |                           |
| バランスボール 火曜日     |                 | 19日       | 火           | 13:30~14:30 |       |             | 7人     |                            |        |                           |
| キッズスポーツ         |                 | 19日       | 火           | 16:00~17:00 |       | 小学1~4年生     | 20人    |                            |        |                           |
| シェイプボクシング 水曜日   |                 | 20日       | 水           | 13:30~14:30 | 10回   | どなたでも       | 10人    | 5,000円                     |        |                           |
| キッズヒップホップダンス    |                 | 20日       | 水           | 18:00~19:00 |       |             | 30人    | 6,000円                     |        |                           |
| 集中!ウエストシェイプ 水曜日 |                 | 20日       | 水           | 19:30~20:30 |       |             | 8人     | 5,000円                     |        |                           |
| 冬季テニス           |                 | 21日       | 木           | 13:00~15:00 |       |             | 20人    | 7,000円                     |        |                           |
| 健康ステップ台体操       |                 | 21日       | 木           | 13:30~14:30 |       |             | 8人     | 5,000円                     |        |                           |
| シェイプボクシング 木曜日   | 21日             | 木         | 20:00~21:00 | 30人         |       |             |        |                            |        |                           |
| シェイプボクシング 金曜日   | 22日             | 金         | 13:30~14:30 | 8人          |       |             |        |                            |        |                           |
| バランスボール 金曜日     | 22日             | 金         | 19:30~20:30 |             | 7人    |             |        |                            |        |                           |

良寛の里美術館 ☎74・3700

## 和島地域の所感品展

書画など39点を展示します。  
 時1月4日(月)~3月30日(水) 午前9時~午後5時 高小学生以上500円、小・中学生300円

養楽館 ☎95・3161

## 体験教室に参加しませんか

時・内▽1月24日(日):煮りんご蒸しパン▽2月13日(土):スマイルチーズケーキ 時間11午前9時30分~正午 場みんなの体験館 定各10人(先着) 各1,000円 申電話で(水曜休館)

ながおか・若者・しごと機構 (政策企画課内) ☎39・2204

## ファイリングプロジェクト ~広がる出会い、交流の場~

時2月7日(日)午後2時~5時 場料亭いまつ 対25歳~44歳の未婚男女 定各28人(先着) 男性5,000円、女性3,000円 申NPO法人まちなか考房 ☎36・3240

科学博物館 ☎32・0546

## 改修工事のため休館します

時12月28日(月)~2月19日(金)

# スポーツ

長岡市スポーツ協会 (市民体育館内) 以下スポ協 ☎34・2130と加盟団体の催し

## 1 トランポリン教室

時1月25日~3月7日の毎週月曜日午後4時30分~5時30分(2月15日を除く計6回) 場市民体育館 対小学1~3年生 定5人(抽選) ¥3,000円 申1月14日(木)までに往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、生年月日、保護者氏名、電話番号と返信宛先を記入し、〒940-0004 学校町1の2の1長岡市スポーツ協会へ

## 2 市民体育祭 バトンフェスティバル

時1月31日(日)午前10時から 場市民体育館 対無料体験会(対3歳以上) 申1月22日(金)までにスポ協へ、フェスティバル、選手権試技会

## 3 初心者なぎなた教室

時2月4日~3月24日の毎週木曜日午後7時~8時30分(2月11日を除く計7回) 場市民体育館 対小学生以上 ¥2,500円(体験は1回500円) 申1月31日(日)までにスポ協へ 関長岡市なぎなた協会・高野さん ☎33・5915

## 4 はじめてのラグビー教室

時2月6日(土)午後2時~4時 場アオーレ長岡 対園児・中学生 場内履き 関長岡市ラグビー協会・星野さん ☎90・3334 90・3334 3・8623

## 5 ダブルス卓球大会

時2月13日(土)午前9時から 場市民体育館 種目▽一般・高校生の部▽中学生の部 ¥(1組)一般1,200円、高校生800円、中学生600円 申1月22日(金)までに中学生の部は与板中学校 ☎72・3161、そのほかの部は長岡市卓球協会・星田さん ☎90・3083・5491へ

## 6 市民山岳スキー講習会

時①2月7日(日)②21日(日)午前9時~午後3時 場市営スキー場 ¥各500円 持山岳スキー用具、昼食 申①2月3日(水)②17日(水)までに料金を添えてスポ協へ 関長岡市スキー協会・児玉さん ☎90・2253・5374

## 7 長岡養葉スポーツクラブ・市営スキー場共同企画 東山かんじきツアー

時・内①2月7日(日):新雪を歩いて雪合戦②3月13日(日):残雪のスキー場をビニール袋で滑走 時間11午前8時30分



午後2時 集合11市営スキー場 定各40人(先着) ¥各500円 持昼食、おわん(豚汁あり)、かんじき・ストック(貸し出し可) 申①1月29日(金)②3月4日(金)までに同クラブ(スポ協内) ☎34・2130へ

## 8 長岡スキー協会スキー教室

マスターズスキー教室  
 14:00~16:00  
 1/18~2/4の毎週月・木曜日(計6回)  
 おおむね50歳以上  
 40人(先着)  
 8,000円

## 9 市民体育祭スキー大会 (距離競技の部)

時2月21日(日) 場市営スキー場 申1月4日(月)~10日(日)に料金を添えてスポ協へ

| 教室名       | ジュニアスキー教室         |             | マスターズスキー教室            |
|-----------|-------------------|-------------|-----------------------|
|           | 土曜コース             | 日曜コース       |                       |
| コース       | 午前                | 午後          | 午前                    |
| 時間        | 9:30~11:30        | 13:00~15:00 | 14:00~16:00           |
| 期間        | 1/16~2/7の毎週(各計4回) |             | 1/18~2/4の毎週月・木曜日(計6回) |
| 対象        | 小学生               |             | おおむね50歳以上             |
| 定員        | 各50人(先着)          |             | 40人(先着)               |
| 料金(リフト代込) | 8,000円            |             | 8,000円                |

## 1 お手軽運動教室 簡単・安全な運動 ストレッチ

時1月15日(金)・22日(金)・29日(金)午前10時~10時45分 対20歳以上 定各10人(先着) ¥各500円 申各前日まで

## 2 楽しく運動の基本動作を身につけよう! キッズスポーツ教室

時1月13日(水)・20日(水)・27日(水)午後4時15分~5時15分(計3回) 対小学1~3年生 定10人(先着) ¥1,500円 申1月15日(金)まで

## 3 ストレッチ教室

ストレス解消、肩こり、むくみを解消します。  
 時1月13日(水)・26日(火)・2月2日(火)・5日(金)午前10時~10時40分、11時~11時40分 20歳以上 定各10人(先着) ¥各500円 申各前日まで

## 4 若手克服!縄跳び教室

時1月31日(日)午前10時~11時 対小学1~3年生 定15人(先着) ¥800円 持縄跳び 申1月30日(土)まで

# あなたの“働く”を応援

●**ながおか就職・Uターンサポートデスク**  
(☎0120・7505・14、ホームページhttp://www.de-job-ra.net) 担当=商業振興課(大)☎39・2228

①**やっば！ながおか業界研究フェア in 東京**  
就職活動前に東京で長岡の業界を知るチャンスです。  
時 2月10日(水)午後0時30分～5時 場 E B i S 303  
(東京都渋谷区恵比寿) 関 金融、機械製造、食品製造、流通、情報の5業界の企業による話や座談会、Uターン就職体験談 関 平成29年3月以降に大学(院)、短大、高専、専修学校など卒業予定の学生 定 60人(先着) 申 2月8日(月)まで

②**やっば！ながおか企業見学バスツアー**  
地元を代表する企業を訪問し知識を深めます。  
時 2月19日(金)午前8時30分～午後6時 関 企業3社の見学、講話、グループワーク、交流会 関 大学(院)、短大、高専、専修学校などに通う学生 定 20人(先着) ¥500円(昼食代) 申 2月17日(水)まで

●**長岡地域若者サポートステーション(今朝白1)でパソコンを学ぼう**

ワードとエクセルの基礎を月変わり学びます。2月はエクセル、3月以降はお問い合わせください。  
時 毎週水曜日午後1時～4時 関 15歳～39歳で職業・学業に就いていない人 定 各月8人(先着) 申 1月27日(水)までに☎86・7730へ 担当=商業振興課

●**市役所1day インターンシップ**

時 2月26日(金)午前10時30分～午後5時 場 アオーレ長岡 関 政策の立案体験、職員との交流など 関 大学(院)、短大、高専、専修学校などに通う学生 定 20人(抽選) 関 昼食 申 1月25日(月)までに市ホームページにある申込書を人事課(ア)☎39・2201へ



全国に先駆ける施策を打ち出す長岡市の仕事の魅力を実感できるプログラム。職員から仕事のやりがいや失敗談なども聞けますよ。

政策立案に挑戦する学生(前回)

●**経営戦略としてのワーク・ライフ・バランス～企業と社員の利益のために～**

時 1月27日(水)午後1時30分～3時30分 場 まちなかキャンパス長岡 関 厚生労働省政策評価に関する有識者会議委員・渥美由喜さんによる講演、(株)アール・ケイ・トラック、(株)サカタ製作所の取り組み事例発表 定 80人(先着) 申 1月26日(火)までに男女共同参画推進室(市)☎39・2746へ

●**ハラスメント対策セミナー**

時 2月15日(月)午後3時～5時 場 まちなかキャンパス長岡 関 ハラスメントを防ぐ指導法 関 経営者、管理・監督者 定 50人(先着) 申 2月10日(水)までに(株)エム・エスオフィス☎30・1230へ 担当=商業振興課

# 振り込め詐欺などにご注意を

高齢者の被害が多発しています

市内でも平成27年1月～10月に37件6,228万円の被害が発生しています。現金を「振り込め」「取りに行く」などと言われたら疑ってください。

**迷惑電話をブロック!**

通話録音装置を無償で貸し出します

会話の自動録音、電話の相手への警告、万が一の緊急通報機能が付いています。  
貸出期間=1年間(2回程度のモニターアンケート有り) 関 市内在住の65歳以上 定 200台(多数の場合は選定) 申 1月29日(金)までに市ホームページ、市役所総合ガイド(ア)☎、各支所、各コミュニティセンターなどにある申請書で

関 市民活動推進課(ア)☎39・2206

●**中之島字藤山地区の都市計画(用途地域)変更案を縦覧**  
意見書を提出できます。  
時 1月6日(水)～20日(水) 場 市民情報ラウンジ(ア)☎、都市計画課(大)☎39・2225、中之島支所産業建設課☎61・2012  
●**節電にご協力**  
冬は電力需要が増えます。安定した電力供給のため、ピーク時間帯(午前9時～午後9時)には節電をお願いします。  
時 3月31日(木)まで(土・日・祝日を除く) 関 環境政策課☎24・0528

●**若者トラブル110番**  
「インターネットで購入した商品が届かない」「ウェブサイトで年齢確認を受けたら登録完了となり、解約できない」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。  
時 1月21日(水)～22日(金)午前9時～午後4時30分 関 消費生活センター(市)☎32・0022  
●**多重債務問題相談日**  
弁護士・司法書士が相談に応じます(要予約)。  
時 1月13日(水)～20日(水)・27日(水)～24日(水) 関 消費生活センター(市)☎32・0022

●**出前ウィルながおか相談室をご利用ください**  
夫婦間の悩みなどを女性相談員と一緒に考えます。  
時 場 ①1月12日(火)、2月9日(火)：中之島コミュニティセンター②1月15日(金)：寺泊センター③1月19日(火)：与板保健センター④21日(木)：小国診療所⑤22日(金)：川口公民館⑥26日(火)：和島保健センター⑦27日(水)：越路総合福祉センター⑧28日(木)：三島支所⑨2月2日(火)：子育ての駅でくても 時間 ①午後2時～4時(⑨は午後3時まで) 申 各前日までにNPO法人女のスペース・ながおか☎090・4064・6017へ(電話相談は随時) 関 男女平等推進センター(ウィルながおか(市))☎39・2746



▶ナッチャン

●**1月26日は文化財防火デー**  
地元住民、消防隊による消防訓練などを行います。

# 広報テレビ番組

NaGaoka LIFE

長岡市にU・Iターンした輝く若者を紹介。地域の魅力を再発見します。  
放送局=UX(新潟テレビ21)  
放送日時=1月8日～3月11日の毎週金曜日午後11時10分から2分30秒間  
※放送日翌週から市ホームページで視聴できます 関 広報課(ア)☎39・2202

①**あなたの健康相談会**  
時 1月25日(月)午後1時～4時 場 さいわいプラザ 定 9人(先着) 関 健康相談員 申 1月21日(木)までに健康専用番号☎32・5000へ  
②**こころのとり木相談会**  
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。  
時 1月18日(月)午後2時～4時 場 さいわいプラザ 相談員 定 3人 臨床心理士、保健師

③**こころの相談会**  
「夜眠れない」「気持ち沈む」「お酒の量が増えた」などは心の疲れのサインかも知れぬ。早くにご相談ください。  
時 2月8日(月)午後2時～4時 場 さいわいプラザ 相談員 定 2人(先着) 申 1月28日(木)まで  
④**食育総合講座「みんなの食育塾」伝承コース～長岡の美味しいものいただきます**  
時 2月10日(水)～24日(水)、3月9日(水)午前10時～午後0時30分(計3回) 場 さいわいプラザ 関 長岡産野菜的講話、太巻き寿司などの郷土料理実習 定 20人(先着) ¥1,200円 持エプロン、三角巾、筆記用具 申 1月12日(火)から

⑤**アルコール相談会**  
お酒の飲み過ぎなどの相談に応じます。  
時 1月14日(水)午後2時～4時 場 さいわいプラザ 相談員 定 2人 専門相談員、保健師 申 1月13日(水)まで  
●**子ども家庭課(市)☎39・2300**  
●**パパママサークル**  
妊娠や出産を学んだり相談したりする場です。  
時 ①2月20日(土)午前10時～午後0時30分②3月5日(土)午前10時～正午 場 さいわいプラザ 関 ①バランス食の講話、離乳食初期の調理実習②沐浴実習、パパの妊婦擬似体験、助産師・保健師からの情報提供 関 妊婦と夫 定 ①15組(先着)

●**税理士無料税務相談(要予約)**  
時 1月20日(水)、2月3日(水)午前9時30分～正午 場 申 税理士会長岡支部(三和3)☎33・8080 担当 市民税課(ア)☎39・2212  
●**日赤救急法救急員養成講習会**  
時 2月20日(土)、3月5日(土)・6日(日)午前9時30分～午後5時

●**市税の滞納処分による差し押さえ財産を公売します**  
ヤフー(株)のインターネット公売システムで1月7日(木)から申し込みを開始します。腕時計4点、指輪3点を出品します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
関 収納課(ア)☎39・2214



▲出品される時計

◆関や関などの略字の見方は18ページ  
◆関どなたでも、関特になし、関無料、関不要(直接会場へ)の場合は、記載なし  
◆関に電話、ファクス、Eメール、関(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)アオーレ長岡 市)市民センター  
大)大手通庁舎 さい)さいわいプラザ

# タニタカフェ(市)☎86・7867でおいしく楽しく健康に

●**飲食して新潟アルビレックスBB観戦チケットをゲットしよう**  
1月11日(祝)に飲食した人に2月6日(土)または7日(日)のホームゲーム(アオーレ長岡)チケットをプレゼントします。  
定 各10人(先着)

●**アルビBBラビッツ選手との交流イベント**  
時 2月7日(日)午前10時30分～11時30分 定 20人(先着) ¥500円(1ドリンク付き) 申 1月5日(火)から

●**カフェDE健康講座**  
時・内 ①1月12日(火)…病気になるしない食事(コレステロール編) ②15日(金)…あったか料理で風邪予防～免疫力を高める食材～ ③19日(火)…体にも頭にも効く運動術 ④26日(火)…寒さに負けない体づくり ⑤29日(金)…らくらくノルディックウォーク ⑥2月9日(火)…骨いきいきミニ講座(骨密度測定) 時間=午前10時～11時 関 健康課(さい)☎39・7508 (③は長寿はつらつ課(さい)☎39・2268)

●**歩いていい友～長岡に広げよう歩友の輪～**  
時 1月19日(火)午後6時30分～7時30分、22日(金)午前10時～11時(雨天決行) 関 まちなかウォーキング 関 健康課



カフェからまちなかのコースをぐるり。天候や昼夜に左右されずに安全に楽しく歩くことができます。

時 30分(計3回) 関 15歳以上  
②**資格継続講習会**  
時 2月20日(土)午後1時～5時 関 平成25年3月以降に救急員の資格を取得・更新し、2年以上経過した人  
①**いずれも 場 さいわいプラザ 定 30人(先着) (5人以下は中止の場合あり) ¥1,320円②800円 持 ①は92円②は82円切手を貼った返信用封筒(①は昼食も) 申 2月10日(水)までに日赤安全奉仕団長岡市分団事務局(福祉総務課(ア)内)☎39・2217へ**

催し スポーツ 健康 暮らし 手続き・制度 募集 みんなのひろば

# 納期限は2月1日(月)です

- 市・県民税 (4期)
- 国民健康保険料 (7期)
- 後期高齢者医療保険料 (10期)
- 介護保険料 (10期)

# 市民税・県民税の申告相談会は 2月16日(火)～3月15日(火) (平日のみ)

詳しくは市政だより2月号と一緒に配布するチラシをご覧ください。各申告書は2月3日(水)からアオーレ長岡総合窓口(税金窓口)、各支所に配置します。  
 岡市民税課(アオ) ☎39・2212、各支所市民生活課



# 1月からマイナンバー利用開始

社会保障・税・災害対策の手続きで、「個人番号カード」または「通知カードと本人確認書類」が必要になります。詳しくは、市政だより12月号、市ホームページをご覧ください。  
 岡行政管理課(アオ) ☎39・2208

- ◆図や表などの略字の見方は18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=市民センター
- 大=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

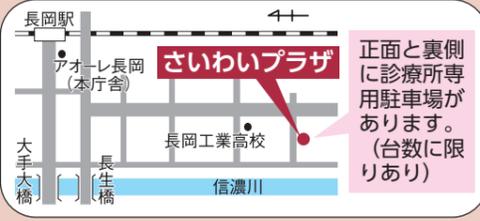
# 急患診療のお知らせ

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。受診の際は、必ず保険証と医療費助成の受給者証(ある人)を持参してください。

- 風邪や腹痛などの比較的軽症な救急患者 → ①～⑤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 → ⑥を受診してください

| 施設名                                    | 診療科目            | 受付時間                                 |
|--|-----------------|--------------------------------------|
| ①休日・夜間急患診療所<br>☎37・1199<br>FAX35・8266  | 内科              | 月～金曜日(祝日は除く)<br>午後6時45分～9時30分        |
|  | 内科<br>小児科<br>外科 | 日曜日・祝休日<br>午前9時～11時30分<br>午後1時～4時30分 |
| ②休日急患歯科診療所<br>☎33・9644                 | 歯科              | 日曜日・祝休日<br>午前9時～11時30分<br>午後1時～3時30分 |
|  | 小児科             | 月～土曜日(祝日は除く)<br>午後6時45分～9時30分        |
| ③中越子ども急患センター<br>☎86・5099<br>FAX94・4655 | 小児科             | ※12/29(火)～1/3(日)は休診です                |
|  | 小児科             | ※12/29(火)～1/3(日)は休診です                |

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(日曜日・祝日のみ)。お問い合わせは休日・夜間急患診療所 ☎37・1199へ。



| 施設名                          | 診療科目  | 受付時間                                    |
|------------------------------|-------|---|
| ④小国診療所<br>☎95・2010 (小国町権沢88) | 内科・歯科 | 第3日曜日のみ<br>午前8時30分～11時30分<br>午後3時～4時30分 |

⑤休日在宅当番医(見附・中之島地区)  
 受付時間=午前9時～11時30分、午後1時～4時30分

| 期日 | 内科                      | 外科                 |
|----|-------------------------|--------------------|
| 1月 | 1日(祝) 山谷クリニック ☎61・1388  | 金井医院 ☎62・0116      |
|    | 2日(土) 杏仁堂医院 ☎62・0123    | 星整形外科医院 ☎66・8808   |
|    | 3日(日) 関谷医院 ☎61・0205     | わたなべ皮フ科 ☎62・7750   |
|    | 10日(日) 内島医院 ☎66・2446    | 中之島クリニック ☎61・2551  |
|    | 11日(祝) 田崎医院 ☎62・1122    | お元気でクリニック ☎63・3800 |
|    | 17日(日) 星野医院 ☎62・0998    | 貝瀬皮膚科 ☎66・8100     |
| 2月 | 24日(日) さえき内科 ☎66・8500   | 見附南医院 ☎63・4477     |
|    | 31日(日) 石川医院 ☎66・2140    | 寺師医院 ☎62・0137      |
| 2月 | 7日(日) 林俊杏クリニック ☎66・3000 | 金井医院 ☎62・0116      |

⑥救急当番病院

|                   |                              |
|-------------------|------------------------------|
| 立川総合病院 ☎33・3111   | 休日・夜間急患診療所 ☎37・1199 (受付時間のみ) |
| 長岡赤十字病院 ☎28・3600  | 長岡市医師会 ☎22・5600              |
| 長岡中央総合病院 ☎35・3700 | 長岡市消防本部 ☎36・0119             |

当番病院に関するお問い合わせ

●行政不服審査条例案などにご意見を  
 行政不服審査法が改正され、不服申し立ての仕組みと、審理・裁決の仕組みが見直しされました。新たに行政不服審査条例の制定と関連する情報公開条例などの改正を行います。  
 意見の提出は1月12日(火)～26日(火) 閲覧場所は市民情報ラウンジ(アオ)各支所、市ホームページ 岡庶務課(アオ) ☎39

●保険料の納付書を送ります  
 期限までに納めてください。年金からの納付や口座振替の人には届きません。  
 送付時期は1月中旬  
 ①国民健康保険：7期～9期(1月～3月納期限分)  
 ②後期高齢者医療：10～12期(1月～3月納期限分)  
 ③介護保険：10期～12期(1月～3月納期限分)  
 ★保険料の納付は口座振替で安心・便利・確実です。口

●募集  
 座のある金融機関でどうぞ。  
 岡①国保年金課(アオ) ☎39・2220 ② ☎39・2317 ③ 介護保険課(アオ) ☎39・2245、各支所市民生活課  
 ●住宅対策委員会委員  
 定3人程度 任期は4月1日～平成30年3月31日 対4月1日現在、市内在住の20歳以上で年3回程度の会議に出席

●社会教育委員兼 公民館運営審議委員会委員  
 定若干名 任期は4月1日～平成30年3月31日 岡4月1日  
 できる人 報酬は会議1回につき9,100円 選考方法 書類審査、面接 面接日 2月5日(金) 1月25日(月)までに住所、氏名、生年月日、性別、電話番号、職業、「志望動機と住宅政策についての意見」のレポート(800字程度)を生活支援課市営住宅相談室(アオ) ☎39・2229へ

●在宅介護者支援金の申請は2月1日(月)まで  
 次の全てに該当する65歳以上の高齢者と同居し、常時介護している家族に支給します。要件①②要支援2以上③認知症または常時おむつが必要④在宅介護を受けた日が月に20日以上 支給額 要支援2：要介護2：月3,000円、要介護3～5：月5,000円 対象期間 9月～12月 支給時期 3月下旬 申市から送付された申請書に必要事項を記入し、ケアマネジャーまたは地域包括支援センターの確認後、郵送で長寿はつらつ課(さい)へ 岡長寿はつらつ課 ☎39・2268、各支所市

●生涯学習推進計画(案)にご意見を  
 多彩な学びの機会を提供するための計画です。  
 募集期間 2月1日(月)～22日(月) 閲覧場所 生涯学習文化課(さい) ☎32・5110、市民情報ラウンジ(アオ)各支所地域振興課、市ホームページ  
 ●全ての特別警報を緊急速報メールで配信  
 地震や津波に加えて、気象庁発表の大雨、暴風、波浪、高潮、大雪、暴風雪などの気象や、噴火の特別警報が新たに配信されます。  
 岡NTTドコモ(エリアメール)、au、ソフトバンクの

●除雪作業の3つの合言葉  
 除雪には細心の注意を払い、事故を防止しましょう。  
 ①一人でしない  
 やむを得ず一人の場合は、携帯電話を持ち、家族などと声を掛け合う。  
 特別警報は、中越大地震や東日本大震災など、誰もが一度は聞いたことがある災害に匹敵する災害に予想される場合に発表されるよ。  
 ▲ナッチちゃん  
 携帯電話利用者 岡危機管理防本部(アオ) ☎39・2262

●新潟大学教育学部附属幼稚園 平成28年度入園・編入園児を募集(2次募集)  
 対・定3歳児：6人程度、4歳児：10人程度、5歳児：6人程度 入園選考検査は3月17日(木)午前9時30分から願書の請求は2月19日(金)～3月4日(金)の平日に同学校事務室(学校町1) ☎32・4956へ  
 ★幼稚園を見学できます 2月19日(金)午前9時45分～11時

●無理しない  
 準備体操、途中休憩を行い、体調の悪い時は作業しない。  
 ③落雪・転落気をつけて  
 ヘルメットや手袋を着用する。はしごはしっかりと固定する。屋根の上では、転落防止のロープを使用する。  
 岡危機管理防本部 ☎39・2262  
 ●入園手続き  
 認定証の交付を受けていない人は、入園申し込みまでに手続きしてください。交付には時間がかかる場合があります。  
 ②入園申し込み  
 1月18日(月)～29日(金)に希望する施設に入園申込書を出してください。定員を超える場合は保育の必要性などで選考します。  
 ※対象施設は1月8日(金)以降に市ホームページ、各園にある案内をご覧ください  
 岡保育課(さい) ☎39・2219

●手続き・制度  
 市民生活課 ☎39・2203  
 ●保険料の納付書を送ります  
 期限までに納めてください。年金からの納付や口座振替の人には届きません。  
 送付時期は1月中旬  
 ①国民健康保険：7期～9期(1月～3月納期限分)  
 ②後期高齢者医療：10～12期(1月～3月納期限分)  
 ③介護保険：10期～12期(1月～3月納期限分)  
 ★保険料の納付は口座振替で安心・便利・確実です。口

# 今年の選挙

岡選挙管理委員会(さい) ☎39・2241

- ①参議院議員通常選挙  
 任期満了日=7月25日(月)
- ②新潟海区漁業調整委員会委員一般選挙  
 任期満了日=8月7日(日)  
 ※新潟海区漁業調整委員会の選挙人名簿に登録された人が対象です
- ③新潟県知事選挙  
 任期満了日=10月24日(月)  
 ★公示日・告示日や投票日などの日程は、決まり次第お知らせします

●公職選挙法の改正に伴い、選挙権年齢が18歳以上に引き下げられます  
 適用は、平成28年6月19日の改正法施行日後、初めての国政選挙(衆議院議員総選挙または参議院議員通常選挙)から実施予定です。選挙権を手にしたら、棄権せずに投票しましょう。

●寄附禁止ルール「三ない運動」を守ろう  
 (政治家は)贈らない!  
 (政治家に)求めない!  
 (政治家から)受け取らない!  
 次のことは禁止されています  
 ○政治家が、選挙区内の人にお金や物を贈ること  
 ○有権者が政治家に寄附を求めること  
 ○政治家が役員や構成員である団体が、選挙区内の人に政治家の氏名を表示し、または、氏名が類推されるような方法で寄附をすること  
 ○政治家の後援団体が、選挙区内の人に花輪や香典、祝儀などを出すこと

# ●明るい選挙啓発ポスター展

市内の小・中学生の作品21点を展示します。入選作品6点は、市ホームページでご覧いただけます。  
 時 1月23日(土)～2月14日(日)午前8時30分～午後9時30分 場 さいわいプラザ  
 ▲県審査でも入賞した青葉台小学校3年・宮下月希さんの作品



# つながる！ながおか！ 越後長岡6大冬まつり

6会場を巡ろう  
スタンプラリー



「とちお遊雪まつり」から「古志の火まつり」(山古志)まで、市内6つの地域で長岡の冬を熱くする祭りを開催します。各会場の受付にあるスタンプを集めると、オリジナルグッズと交換できます。  
岡まつり振興課 電話 39・2221

## 2月20日(土)・21日(日) 長岡雪しか祭り



各祭りを象徴するイベントが集結。小国地域「雪上エンデューロ」や山古志地域「さいの神」などが一度に楽しめます。

※20日のみ開催。詳しくは市政だより2月号で

### 一緒に盛り上げよう 募集!

- ①長岡を全国にPR!  
越後長岡雪の女王コンテスト  
1年間、キャンペーンで全国各地を巡ります。入賞者には豪華賞品あり。自薦、他薦は問いません。  
定30人(先着) 対18歳以上の女性 選考会=2月21日
  - ②ステージイベント  
「ソング&ダンス」アワード  
歌とダンスのコンテスト。入賞者には各種イベント出演など特典あり。  
対歌…高校生~35歳、ダンス…小学生~35歳 定計20組(先着) 選考会=2月20日
  - ③ステージショー  
定各日3組(選考あり) 対2人以上の団体 申1月15日(金)まで
  - ④あなたの想いを冬の夜空に!メッセージ花火  
定5台程度 打ち上げ日時=2月20日午後6時から 70,000円から 申1月19日(火)まで
  - ⑤ボランティアスタッフ  
対両日参加できる人 申1月29日(金)まで
- 申①~③同実行委員会事務局(長岡商工会議所内) 32・4500 ④~⑤同実行委員会事務局(まつり振興課内) 39・2221



自慢のパフォーマンスで会場を盛り上げよう。



## とちお遊雪まつり



雪上の熱い戦い そりレース

道の駅 R290とちお  
2月6日(土) 前夜祭  
(午後5時~9時)  
キャンドルが照らす幻想的な世界に打ち上がる雪上花火、室内ではアカペラライブ

### 7日(日)メイン行事 (午前10時~午後3時)

そりレース、滑り台、スノーモービル、グルメテント村など  
岡栃尾観光協会 51・1195  
担当=栃尾支所商工観光課 52・5827  
★「そりレース」参加者募集  
1人を乗せたそりを一般の部は1人、小学生の部は2人で引いて障害物乗り越えゴールを目指します。参加賞、景品などがあります。  
時午前10時30分~午後2時20分 部門・定①一般…48組(先着)②小学生…36組(先着) 対①引き手は中学生以上、乗り手は4歳以上 申2月1日(月)までに栃尾青年会議所(栃尾商工会内) 52・4191へ

### 2月13日(土) スノーフェスティバルin越路 雪像づくりコンテスト参加者募集!

時午前9時~午後2時30分 場成出運動広場(不動沢) 賞=入賞チームに賞状と副賞  
定40チーム(先着) 申1月15日(金)までに同実行委員会事務局(越路支所産業建設課) 92・5903内)にある申込書で

## 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…3月号は1月29日(金)(必着)、4月号は2月29日(月)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【3月号】3月10日(木)、【4月号】4月10日(日)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

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・営利を目的とする(準ずるものを含む)  
応募多数の場合、掲載できないことがあります。会員募集につながるものは原則として掲載後1年間再度掲載しません。  
岡広報課 39・2202

**催し**  
堀口大學講演会  
「詩人が愛した芸術家たち」  
ローランサンと長谷川潔  
時1月9日(土)午後2時~3時30分  
場中央図書館 講員立近代美術館・平石昌子さん 定40人  
先着 岡長岡★堀口大學を語る会・佐藤さん 36・6055

実践倫理の「子育て村」  
内・時①女性の生き方:1月13日(水)②子供を伸ばす言葉がけ:19日(火)③親子でできるチョコ作り:22日(金) 時間11時~12時  
場30分 場さいわいプラザ 960・4339 ※保育あり、③は要事前申し込み 申実践倫理会 宏正会・古沢さん 070・6960

長岡醤油赤飯のついで  
時1月15日(金)午前10時~午後1時  
場中島コミュニティセンター

基本的な炊き方の実習  
定10人(先着) 500円 申長岡赤飯普及会・金内さん 35・4654

シニアパソコン教室  
時1月18日~3月21日の毎週月曜日午後1時30分~4時30分、1月19日~3月22日の毎週火曜日午前9時~正午(各計10回)  
場市民防災センターなど 対60歳以上 定各15人(先着) 1時間約734円(計2万2千円)  
申NPO法人住民安全ネットワーク 1クジャパン 89・8085

友達作りができるパソコン教室  
時1月22日~3月25日の毎週金曜日:ワード、1月27日~3月30日の毎週水曜日:エクセル(各計10回) 時間11時~12時  
場シティホール 1ナイチョー(城内町3) 対60歳以上 定各15人(先着) 1時間約734円(計2万2千円)

申NPOひとのWAづくり 2480  
料理体験教室  
時1月23日(土)、2月27日(土)午前9時30分~午後1時  
場社会福祉センター(水道町3) 講員 養士・吉野光江さん 対一人暮らし、介護をしている人 定4人(先着) 申クッキング泉・今泉さん 090・5572・9861

「養校塾」地域オリエンピア  
ン創生セミナー  
①なりたい自分伝えたい自分を探してみよう!こどもコミュニティワークショップ  
時1月23日(土)、2月6日(土)、20日(日) 午後1時30分~2時30分  
②午後3時30分~4時30分(各計3回) 場まちなかキャンパス長岡など 講員 フジテレビアナウンサー・松井みどりさん  
対小学4年生~中学生 定各30人(先着) 各1,000円

②オリエンピアの理解とスポーツと人権を考える「白熱教室」  
時1月31日(日)、2月11日(祝)午後1時30分~3時(計2回)  
場まちなかキャンパス長岡 講員 京地方検察庁検事・島田健一さん 対小学4年生以上 定80人(先着)

①いざいざも 申同塾・室賀さん 090・5757・5280  
②いきいき子育てセミナー「わが子の個性を伸ばす一言」  
時1月24日(日)午前10時~11時30分  
場さいわいプラザ 講員 研究所・横田妙子さん 定20人

先着(保育あり。要予約) 300円 申家庭倫理の会長岡市・金子さん 27・4788

よいたコミュニケーションセンターの郷土企画  
①与板の歴史講演会  
時1月24日(日) 講員 立歴史博物館学芸課長・西田泰民さん  
②よいた検定  
時3月6日(日) 定50人(先着) 与板の歴史などを同センターで事前配布するテキストから出題 500円(高校生以下無料)

①いざいざも 時間11時~12時  
②1月24日(日)、2月28日(日)に同センター 72・4114へ

長岡大学市民公開講座  
「メンタルヘルス・マネジメント検定II種ラインケアコース」  
時1月29日(金)、2月5日(金)、12日(金)、3月4日(金)、11日(金)午後7時~8時30分(計5回)  
場20人(先着) 5,000円 申1月25日(月)までに同大学 39・1600へ

アドラー心理学ミニ講座  
時1月31日(日)午後1時30分~4時30分  
場サンライフ長岡 講員 日本支援助言士協会理事長・鶴田恵美子さん 定30人(先着) 3,000円 申長岡楽しく学ぶ会 五十嵐さん 63・4266

スポーツ  
スノーダンススマイル(社交ダンス)会員募集  
時毎週土曜日午前9時30分~11時

除雪ボランティア「スコップ」メンバー  
内高齢者世帯などの除雪作業  
申県地域政策課雪対策室 02・5280・5096

新春ふるさとのお自慢大会  
出場者  
時1月31日(日)午後1時から  
20人(先着) 場1月15日(金)までにカーネーションプラザ 39・2112へ

介護予防サークルやじろべえ  
時毎月第1・2・4木曜日午後1時~3時  
場まちなかキャンパス長岡 対おのおおね70歳以上  
月1,500円 申大竹さん 080・2254・5729

長岡育英寮入寮生  
定3人(2月に面接で選考)  
対市内出身または市内の高校を卒業した男子大学生・大学院生  
場東京都武蔵野市西久保2の16の9 部屋116 畳洋間個室食事なし(エアコン、共同の浴室と炊事場あり) 月3万5千円(光熱水費込み。保証金2万円)  
申2月20日(土)までに長岡社・長藤さん 32・8597へ

長岡表具同好会  
時2月5日からの毎月第1・3金曜日午後1時30分~4時  
場さいわいプラザ 申年3,000円(材料費別) 申高野さん 34・2626



# 新春恒例 クロスワード パズル

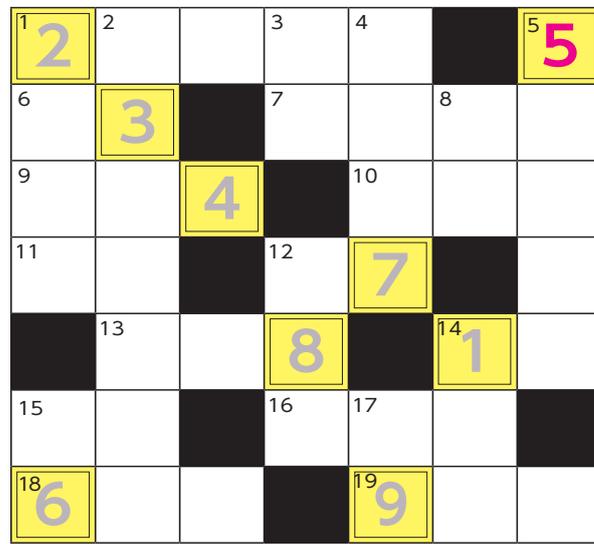


タテのカギとヨコのカギをヒントにクロスワードを解いたら、**■**印の文字を下記(★)の順に並べて、ある言葉(10文字)を完成させてください。正解者の中から抽選で50人に下記の商品をプレゼントします。  
 応募資格=市内在住の人(1人1通まで) 応募方法=**1月25日(月)(消印有効)**までに、はがきに①パズルの答え(解答図は不要)②希望する商品番号③郵便番号

④住所⑤氏名⑥年代(30代など)⑦電話番号⑧市政について興味のあること⑨市政だよりの感想⑩あなたの「だるこっぺ」の言い方(5ページ参照)を記入し、〒940-8501(住所記入不要)広報課(☎39・2202)へお送りください。FAX39・2272やEメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jpでも応募できます。※当選者の発表は、商品の発送(2月中旬)をもって代えさせていただきます

ヒント!

★並べると10文字に。5の文字は2回使います



長岡版総合戦略「長岡リジュベネーション」のこと。「リジュベネーション」を日本語でいうと…  
2ページと7ページも見てね!

## ヨコのカギ

- 10月から英国の大英博物館で展示される炎のような取っ手が特徴の〇〇〇〇〇土器
- 夏目漱石著「〇〇輩は猫である」
- 書道はまずこの書体から習います。崩さない書き方
- かぶとの前立てが「愛」の与板城主・〇〇〇兼統
- 現実と〇〇〇のギャップに驚く
- 寺泊水族博物館のいきものを紹介するコーナー「〇〇中ウオッチ」(23ページに)
- 鉛筆にもキャベツにもあるもの
- レールの上をシュッシュポッポと走ります
- 戦後70年の年、姉妹都市・ホノルル市と共同で日米開戦の地「真珠〇〇」で長岡花火を打ち上げました
- 長岡市子ども・子育て支援事業計画「子育て・育ち〇〇プラン」(7ページに)
- 雪が積もった屋根から垂れ下がるもの
- 文字などを刻んで建てた石
- 犬や猫などのペットに付けるもの

## タテのカギ

- 1、上杉謙信と武田信玄が戦った「〇〇〇〇島」の戦い
- 2、長岡市歌
- 3、代表作は「長岡の花火」。山下清は「放浪の天才〇〇〇」
- 4、夜空に〇〇〇〇の花を咲かせる正三尺玉
- 5、和島地域のはちすば通りで晩年を過ごしました
- 8、梅干しの色付けに使うもの
- 12、春に採れる山菜の一つ
- 14、アロハ、T、Yといえば…
- 15、手に〇〇握る戦い
- 17、喜・怒・哀・〇〇

正解者の中から抽選で**合計50人にプレゼント!**



わあ! すてきなものがいっぱいぞちゅ

- ①えちご川口ホテルサンローラ ペア宿泊券(1泊2食付)…1人
- ②山古志産にいがた和牛…4人
- ③栃尾名物あぶらげ・とうふ製品詰め合わせ…6人
- ④越路の米菓詰め合わせ…4人
- ⑤寺泊から直送! カニセット…4人
- ⑥長岡市共通商品券(2,000円)…5人
- ⑦新潟アルビレックスBB・マグカップ またはスポーツタオル…各3人
- ⑧11地域キャラクタークリアファイル&ナッチャンマスコット…20人



【写真】 たくてくくに遊びに来ていた(上左から)高野直生くん、小林詩織ちゃん、(中から)北原さくらちゃん、恩田大和くん