

おぐに

支所からの お知らせ



成人講座「ワンランク上の写真を撮ろう」

9月23日(土祝)、おぐにコミュニティセンターで成人講座が開催されました。講師の須田さんは、「写真のありがたさは、いつまでも大切な思い出を残せること。一人ひとりの心に残るシーンを撮れば良い写真になる」と話していました。

オトコの教室 料理編

9月28日(木)、今回で4年目になる料理編。講師の松井先生からひと通りの作り方を習うと各班に分かれて作業開始。口数少ない参加者ですが、時折相談しながら食材を切る・炒める・使い終わったまな板を洗うなど手際よく、そして楽しそうに作業する姿が印象的でした。



— 今回の献立 —

- ・ なすの味噌炒め
- ・ ピーマンの佃煮
- ・ 秋の沢煮椀
- ・ 白米



講演会を聴講しませんか

長岡開府 400 年記念事業の一つとして、長岡の発展に尽力した「山口権三郎」をテーマに講演会を開催します。映像を交えながらわかりやすくお伝えします。

日時：11 月 12 日（日）午前 10 時～11 時（開場：午前 9 時 30 分）

場所：小国商工物産館 2 階研修室

演題：山口権三郎と明治の長岡

講師：高橋 実さん 入場料：無料

申込み：先着 100 名 下記 問へお早めにお申込みください。

主催：長岡開府 400 年記念事業実行委員会・長岡市



山口 権三郎

問 地域振興課 教育支援係 ☎95-5905

水道局からのお知らせ

◎冬期間でも検針可能な場所にある水道メーターは検針を行っていますので、水道メーターの上に冬囲いや障害物となる物を置かないでください。検針ができない場合は、推定使用量での料金計算となります。水道メーターの検針は、いつでもできるようにご協力をお願いします。

◎水道メーターで水漏れを発見できる場合があります。日ごろから水道メーターを確認する習慣をつけ、水漏れの早期発見に心がけましょう。

◎水は限りある資源です。大切な水を無駄にしないよう、みなさまのご協力をお願いします。

問 長岡市水道局小国営業所 ☎95-2440

小国交番の職員を紹介します

交番所長の栗川です。

小竹と共に今後も小国の安全・安心な町づくりのため、頑張りたいと思います。



9 月 22 日（金）から、新たに赴任した小竹 真人です。新潟市出身の 31 歳です。

小国のために頭も体もフル稼働して一生懸命頑張りますので、よろしくをお願いします。見かけたら気軽に声を掛けてください！



資源物拠点回収を行います

…まだ使えるけど…。捨てるにはもったいないなあ…。家電が壊れちゃった…。そんな時は！！家庭から出た物に限り、資源物を回収します。

回収日時：11 月 12 日（日） 午前 9 時～正午

回収品目：小型家電、食器類、かばん・ベルト、靴、古着・古布、古紙類、びん・缶・ペットボトル、リユースびん、使用済みてんぷら油、ミックスペーパー

回収場所：小国支所裏 車庫 ※家庭から出た物に限りです！

※回収場所へ持ち込む場合のみ、無料で引き取ります。

※品目によって、対象条件が異なります。詳しくは、「長岡市ごみと資源物の分け方と出し方」

（平成 27 年 10 月改定版）の 24・25 ページをご覧ください、不明な点はお問い合わせください。



問 市民生活課 環境係 ☎95-5900

小国地域総合防災訓練を 10 月 22 日（日）に実施します！

防災訓練を通じて各自の災害への備えを再確認し、地域の絆を深めて防災力をさらに向上させましょう！

今年度の防災訓練は、当日に衆議院議員総選挙が実施されるため、小国支所庁舎等で行う訓練は中止となりますが、各集落での訓練は例年どおりの実施となります。

※一部集落で訓練日を変更する場合あり。

◎ご注意ください！

訓練当日に緊急告知 FM ラジオでは、旧長岡地域で行われる「長岡市総合防災訓練」をお知らせするラジオ放送が流れますが、小国地域の訓練の放送内容ではありませんので、ご注意ください。



問 地域振興課 地域振興・防災係 ☎95-5905



小国で安心して暮らせる「道しるべ」 を発行しました



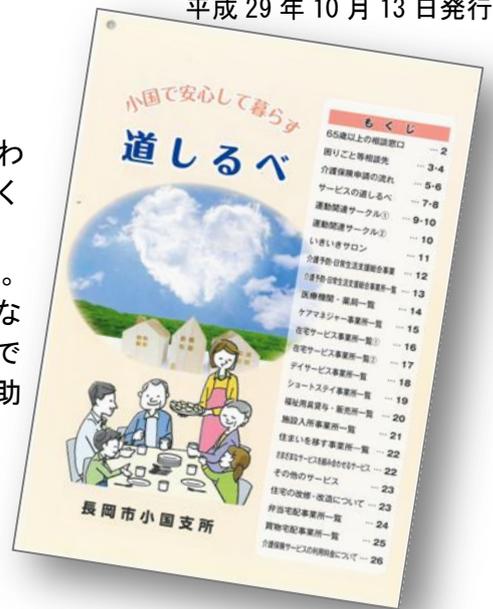
平成 26 年度から取り組んだ「小国健康いきいき支援事業」では、とりわけ介護保険制度の周知不足が明らかとなり、制度を正しく、わかりやすく理解していただくために、「道しるべ」を作成しました。

10 月 3 日（火）付で各家庭にお届けしていますので、ぜひご覧ください。

これから介護保険のサービスを使う人、現在使っている人、今は必要ない人であっても、必要に応じて多様なサービスを組み合わせ、いつまでも住み慣れた地域でいきいきと過ごすことができるよう、この冊子が一助となればと思います。

この「道しるべ」を使った出前講座を実施しています。
ご希望の方は、下記 問へお問い合わせください。

問 市民生活課 保健係・福祉係 ☎95-5900



美香ちゃん教室参加者募集中！



ちょっと運動が苦手！という方も、楽しくできる健康体操教室を行っています。

男性の参加もお待ちしています。お友達・ご近所お誘い合せて、ぜひご参加ください。見学もできます！

開催日時：第 2・4 月曜日

午後 1 時 30 分～2 時 30 分まで

講師：健康運動指導士 渡辺 美香さん

会場：おぐにコミュニティセンター
2 階 健康づくりルーム

今日は、
16 日（月）・30 日（月）
に実施します！



問 市民生活課 保健係 ☎95-5900



心も体もリフレッシュ！ 介護研修会に参加しませんか



日時：11 月 15 日（水）

午前 10 時～午後 1 時

内容：研修会・交流会

心も体もリフレッシュ「寒さに負けない
身体いきいきストレッチ体操」
を行った後、情報交換を行います。

講師：健康運動指導士 渡辺 美香さん

会場：おぐにコミュニティセンター「だんだん」
3 階 大広間

参加費：無料

定員：16 名

申込み：10 月 30 日（月）までに
下記 問へお申し込みください。



問 市民生活課 福祉係 ☎95-5900



まちなかキャンパス長岡出張講座を開催します！



まちなかカフェは、開放的な場所で気軽にゲストの話を聞く講座です。

楽しいまちなかカフェをぜひご体験ください。

日時：11 月 26 日（日）午後 2 時～4 時

会場：おぐにコミュニティセンター（長岡市小国町新町 304 番地 1）

ゲスト：唎酒師、新潟清酒達人検定「金」の達人 和田 幸永さん

タイトル：「実践！日本酒の新たな楽しみ方 日本酒×郷土料理」

講座概要：日本酒の魅力のひとつに、「原料や製法、飲む時の温度等を変えることで、さまざまな香りや味わいが楽しめること」があります。ゲストおすすめの日本酒を試飲して、その魅力や面白さ、楽しさを体験しましょう。また、新たな楽しみ方として「日本酒×郷土料理」の食べ合わせをご提案。極上の組合せを一緒に探してみませんか。

定員：20 名（先着） 受講料：500 円（軽食と試飲付）

申込み：11 月 2 日（木）受付開始 下記 問へお申し込みください。

その他：小国支所、旧上小国小、旧下小国小から会場へのシャトルバスを運行します。

また、お酒を飲みますので、お車での来場はご遠慮ください。



問 まちなかキャンパス長岡 ☎39-3300



※小国診療所：毎週水曜日午後、医科は休診します
毎週木曜日午後、整形外科診療あり

10 月		小国診療所
日・曜日	行事等	
20 金	発育測定 (子育ての駅おぐにたんぼぼ)	診療
21 土		休診 (歯科) 一日診療
22 日	小国地域総合防災訓練	休診
23 月	誕生会 (子育ての駅おぐにたんぼぼ)	診療
24 火	合同避難訓練 (子育ての駅おぐにたんぼぼ)	診療
25 水	ヨガ教室 昼 ※1 (おぐにコミュニティセンター) ヨガ教室 夜 ※2 (おぐにコミュニティセンター)	午前診療 (歯科) 一日診療
26 木		診療
27 金	防災講座 (10:30～) (子育ての駅おぐにたんぼぼ)	診療
28 土	アケビつる細工 ※3 (みんなの体験館) 合唱コンクール (小国中学校)	休診
29 日		休診
30 月		診療
31 火		診療

11 月		小国診療所
日・曜日	行事等	
1 水	ヨガ教室 夜 ※2 (おぐにコミュニティセンター)	午前診療 (歯科) 一日診療
2 木		診療
3 金	文化の日 秋まつり	休診
4 土	アケビつる細工 ※3 (みんなの体験館)	午前診療 (歯科) 一日診療
5 日		診療
6 月	行政相談 (10:00～) (おぐにコミュニティセンター)	休診
7 火	米百俵号 (9:40～) (ひまわり保育園) " (11:00～) (おごしの里) " (13:00～) (上岩田地区多目的集会施設) " (13:35～) (苔野島集落開発センター)	診療
8 水	ヨガ教室 昼 ※1 (おぐにコミュニティセンター) ヨガ教室 夜 ※2 (おぐにコミュニティセンター) 健康相談 (子育ての駅おぐにたんぼぼ)	午前診療 (歯科) 一日診療
9 木		診療
10 金	秋のめか釜ごはんと田舎料理 ※3 (みんなの体験館) 米百俵号 (9:40～) (おぐにコミュニティセンター) " (10:20～) (小国小学校) " (13:10～) (下村集落集会施設) " (13:45～) (上栗集落開発センター)	診療
11 土	開校記念学習発表会 (小国小学校)	休診
12 日	プチ・アップルパイづくり ※3 (みんなの体験館) 資源物拠点回収 (小国支所裏車庫) リレー講演会「山口権三郎と明治の長岡」(商工物産館)	休診
13 月		診療
14 火		診療
15 水	ヨガ教室 夜 ※2 (おぐにコミュニティセンター)	午前診療 (歯科) 一日診療
16 木	おぐにママさんの会 ※4 (おぐにコミュニティセンター)	診療
17 金		診療
18 土	午前休館日 ※5 (子育ての駅おぐにたんぼぼ)	休診 (歯科) 一日診療
19 日		休診

ヨガ教室 は、

※1 昼 午前10時～11時 指導者・松岡綾子さん

※2 夜 午後6時～7時 指導者・小林奈津子さん

※3 アケビつる細工、秋のめか釜ごはんと田舎料理、
プチ・アップルパイづくり は、

時間：午前9時30分～(通常)

募集定員、体験料等は、みんなの体験館 ☎95-3161
までお問い合わせください。

※4 おぐにママさんの会 は、

11月16日(木) 午前10時30分～午後1時

「おやこふれあい体操」

※5 子育ての駅おぐにたんぼぼ は、

ひまわり保育園発表会のため、午前休館します。

休館時間：午前9時30分～12時

青空の下で爽やかウォーキング

10月1日(日)、秋晴れの森林公園で第4回おぐにウォーキング大会が開催されました。101名の参加者は、2.5km・4kmのコースに分かれ秋風を感じながら楽しく歩いていました。



小国地域の人口 (平成29年10月1日現在)

		前月比
人口総数	5,387	-8
内訳	男	-1
	女	-7
世帯数	2,062	-4



「小国支所からのお知らせ」カラー版は、長岡市ホームページでご覧いただけます。

<http://www.city.nagaoka.niigata.jp/>



サルと思われる目撃情報がありました。

餌を与えたり、刺激して襲われないよう注意してください。