

山古志支所だより

7月号

編集・発行

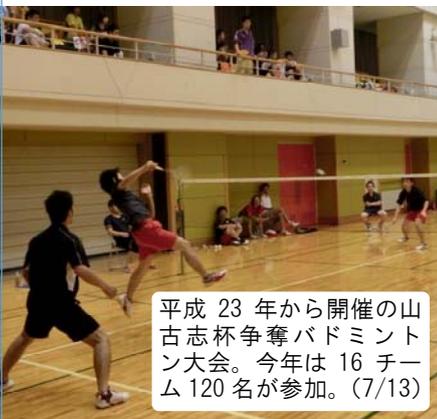
長岡市山古志支所地域振興課地域振興・防災係 〒947-0204 長岡市山古志竹沢乙 461
電話：0258-59-2328 FAX：0258-59-2331 Eメール：ymks-chiiki@city.nagaoka.lg.jp
カラー版は長岡市ホームページでご覧いただけます。

2013.7.19 発行

やまこしニュース



アルパカの毛がりに子どもたちが挑戦。「意外にむずかし〜い」(6/25)



平成 23 年から開催の山古志杯争奪バドミントン大会。今年は 16 チーム 120 名が参加。(7/13)



中越大震災後から交流を続けている神戸市の中学校より、こいのぼりが贈られてきました。お礼に山古志中からは錦鯉を贈ります！(6/26)

開催決定!

やまこしフェア in アオーレ

闘牛のアオーレ初登場ほか たのしいこと・おいしいもの・山古志らしいことを計画中です!

日時：9月8日(日) 午前10時から午後4時まで

会場：アオーレ長岡ナカドマ

申込み・問合せ：やまこしフェア実行委員会事務局(産業建設課 商工観光係 ☎59-2343)

出店団体
大募集!

詳細については、事務局までお問い合わせください。また、出店の可否については、実行委員会において決定します。

申込期限：8月5日(月)まで

生活習慣病予防のススメ 22

～ 生活習慣改善のススメ -その1- ～

5・6月に受けた特定・後期高齢者健診の結果が届く時期になりました。今年の結果はいかがでしたか？健診は受けっぱなしではイミがありません。健診結果から日頃の生活を振り返り、生活習慣を改善することが病気の予防につながります。



生活習慣改善いつやるの？今でしょ！！

👉 歴代?! メタボ解消者の有言実行

＜食生活編＞

- * 小皿に決めた量を盛り、おかわり禁止。
- * 少量をゆっくり噛むことで満腹感を得る。
- * おかずを大量に作るのをやめた。
- * お菓子やアイスの買い置きをやめた。(なければ食べない)
- * 小腹が空いたらきゅうり丸かじり。
- * 冷蔵庫にカロリーと歩数表を貼り、間食したいと思った時はそれを見るようにした。

＜運動編＞

- * 駐車の際はできるだけ遠くとめて歩いた。
- * 店内はカートを使わずカゴを持って筋トレ。
- * 病院ではエレベーターを使わず、階段を利用。
- * ゴミ捨てに車は禁止。
- * テレビを見る時、ゴロン禁止。
- * 歩数計を身に付け、目標歩数を決めた。
- * 貯筋サークルに参加。

＜その他編＞

- * お土産に、甘い物は買わない、人にあげない。
- * 買い物は食後に行く。(空腹だと、つい欲しくなる)
- * 試食コーナーは素通り。
- * 期間限定、数量限定、現品限りに惑わされない。
- * 毎日体重計とにらめっこ。

◆◆◆健康は未来の自分への先行投資です◆◆◆



「まちの保健室」へ行って健康づくりのヒントを得よう！～

「まちの保健室」開設のお知らせ

下記の日程で保健師による出張健康相談を行います。お気軽にご利用ください。

日にち	時間	会場	持ち物
7月25日(木)	午前9時～12時	種苧原診療所	・健診結果通知 ・健康手帳 ・筆記用具 ・メガネ(必要な方)
7月26日(金)		山古志診療所	
7月30日(火)		虫亀診療所	
8月1日(木)		種苧原診療所	
8月2日(金)		山古志診療所	
8月6日(火)		虫亀診療所	
8月7日(水)		山古志診療所	
8月8日(木)		種苧原診療所	

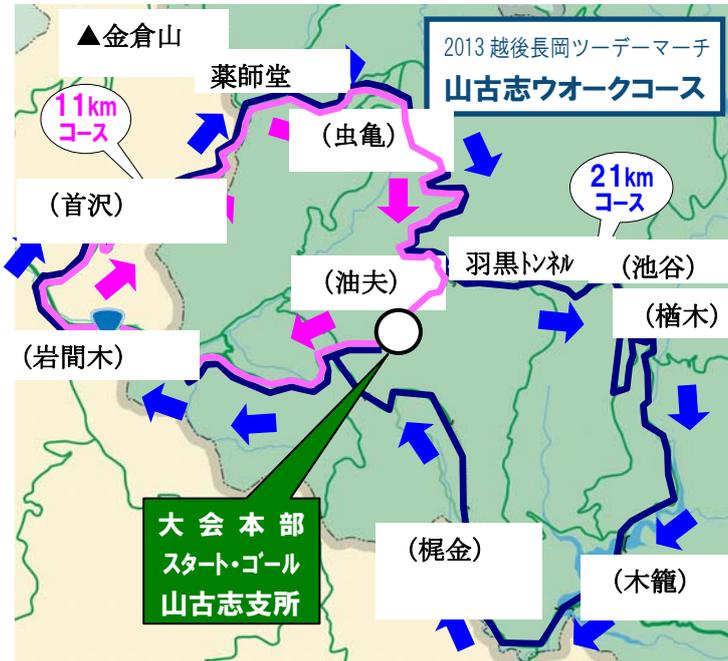
健診は、受けて終了ではありません。健診の結果から健康づくりのヒントを得ましょう！

内容：健診結果の見方や食事、運動などの健康に関する個別相談・血圧測定

問合せ：市民生活課 保健係 (☎ 59-2333)



山古志ウォークのコースが決定しました



9月14日(土)に山古志地域で行われるウォーキング大会のコースが決定しました。

山古志を訪れる多くのウォーカーの方々と一緒に、初秋の美しい景色の中を歩いてみませんか？長岡市在住の方は、高校生以上1,000円(当日申込み1,100円)で1日だけの参加ができます(中学生以下は無料)。

詳しくは、山古志支所にあります申込パンフレットをご覧ください。

問合せ：新潟県ウォーキング協会

(新潟日報社内 ☎ 025-521-2627)

地域振興課 地域振興・防災係 (☎ 59-2328)

光回線整備工事のための調査設計を行います

光回線整備工事に向け、今月末ごろから、地域内で業者が調査設計作業を行う予定です。

主に地域内の電柱周りを確認しますが、電柱が田んぼや畑、宅地内などに建っている場合は付近まで立ち入って確認させていただくことがありますので、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、作業期間中に、調査費などと称して住民の方に請求することは一切ありません。

担当：情報政策課 情報政策班 (☎39-2205)

地域振興課 地域振興・防災係 (☎ 59-2328)

平成25年度 緑の募金 実績報告

山古志地域の募金総額は **57,915** 円です。

皆さんからいただいた募金は、「緑の募金」記念植樹事業、「緑の募金」森づくり事業、地方植樹祭等への助成や次世代を担う緑の少年団の活動支援等、県内のさまざまな緑化活動に利用されています。ご協力ありがとうございました。

担当：産業建設課 農林係 (☎ 59-2343)

木造住宅の耐震診断費・耐震改修費を助成

●耐震診断

対象住宅：次のすべてを満たす住宅

- ①昭和56年5月31日以前に建築した一戸建て住宅
- ②壁、柱、床、屋根など主要構造の大部分が木造
- ③現に住宅として利用(併用住宅を含むが、住宅部分が1/2以上を占めるもの)
- ④過去に耐震診断費の助成を受けていない

延べ面積	診断費用	助成額	自己負担額
70㎡以下	7万円	6万円	1万円
70㎡～175㎡以下	8万円	7万円	
175㎡超	10万円	9万円	

申込期限：11月29日(金)

(診断完了は来年1月20日(月)まで)

●耐震改修

対象住宅：次のすべてを満たす住宅

- ①昭和56年5月31日以前に建築した一戸建て住宅
- ②壁、柱、床、屋根など主要構造の大部分が木造
- ③耐震診断で、総合評点が1.0未満(倒壊する危険性がある)と判定

助成額：対象工事により異なります。

詳しくはお問合せ下さい。

申込期限：11月29日(金)

(工事完了は来年1月20日(月)まで)

問合せ：いずれも必ず事前に都市開発課へ (☎39-2226)

長岡市が『どぶろく特区』に認定されました

長岡市が「どぶろく特区」に認定され、農家民宿や農家レストランを営む農業者がどぶろくを製造する際の規制が緩和されました。

市では今後、どぶろく製造をお考えの農業者等に対して、酒類製造免許取得に必要な知識等について研修会を開催する予定です。詳しくは、お問い合わせください。

※どぶろくを作るには、酒類製造免許の取得が必要です。

規制緩和の内容

【現行制度】

〈酒類製造免許の要件＝酒税法の規制〉

- (1) 人的要件 (2) 場地的要件
 - (3) 経営基礎要件 (4) 製造技術設備要件
 - (5) 最低製造数量基準要件
- (年間6キリットル≒1升瓶で約3,300本)



【長岡市どぶろく特区の特例】

○農家民宿や農家レストランを営む農業者に限り、最低製造数量基準要件が適用されず、少量であっても酒類製造免許の取得が可能となります。

担当：地振興戦略部（☎39-2515）

11月11日は「介護の日」～介護川柳募集～

介護に関する心あたたまる川柳を募集します。

募集期間：8月1日(木)から8月31日(土)まで

応募方法：市民生活課に設置の応募用紙で専用の投函箱に投函。(長岡市ホームページの専用フォームからも投稿可)

応募条件：市内に在住または通勤・通学している方で、1人2点まで。自作かつ未発表のものに限ります。

表彰：優秀作品を8点(市政だより11月号等で紹介します。また、応募作品は11月中旬にアオーレ長岡及び支所で展示します。)

その他：応募作品は返却しません。応募作品の一切の権利は長岡市に帰属します。

問合せ：市民生活課 福祉係（☎59-2333）

除雪車オペレーターを募集します

応募条件 以下の条件を全て満たす人

- ①大型特殊運転免許及び車両系建設機械免許を保有していること。
- ②平成25年7月1日現在の年齢が、20歳以上で概ね55歳以下であること。(ただし、山古志地域の除雪車オペレーターの経験を有する者は、65歳以下までとします。)
- ③山古志地域又はその近隣に在住し、冬期間の通勤が可能であること。

雇用期間

平成25年12月1日から平成26年3月31日まで

勤務場所 山古志除雪隊基地(池谷除雪車格納庫)

給与、勤務時間等

- ・給与：1日13,000円(毎月21日支払い)
- ・勤務日、勤務時間：毎週月曜日から金曜日
午前8時30分から午後5時15分まで
(早朝除雪を行う日は、午前3時30分から12時15分まで)
- *ただし除雪作業状況により土日休日勤務及び時間外勤務があります。
- ・有給休暇：期間中に4日間付与されます。
- ・通勤手当：なし

採用試験 面接による採用試験を行います。

応募受付期間

平成25年8月1日(木)から8月30日(金)まで(必着)

応募方法

山古志支所産業建設課に、顔写真を貼付した履歴書及び免許証の写しを提出してください。(持参・郵送どちらでも可)

問合せ：産業建設課 土木施設係（☎59-2344）

山古志地域敬老会を開催します！

出欠の確認は各地区の老人クラブを通して行います。送迎バスの出発時間等については参加者の方に後日改めてお知らせします。

日時：9月21日(土)午前11時から

場所：山古志体育館

対象者：75歳以上の方

昭和38年4月1日から昭和39年3月31日までの間に結婚した金婚夫婦

問合せ：市民生活課 福祉係（☎59-2333）

休診日 診療所・歯科診療所 休診日のお知らせ

山古志診療所、種苧原診療所及び山古志歯科診療所を、以下のとおり休診させていただきます。

【内科休診日】

山古志診療所：8月14日(水)
種苧原診療所：8月15日(木)
山古志診療所：8月16日(金)

【歯科休診日】

山古志歯科診療所：8月5日(月)～19日(月)
レントゲン室改造工事及び歯科ユニット・レントゲン機器の搬入のため、休診します。

緊急連絡先：市民生活課 保健係 (☎ 59-2333)

7.23 民踊流し練習会を開催

8月1日(木)の長岡まつり民踊流しに参加するため、今年も練習会を開催します。

7.30**【練習会】**

日 時：7月23日(火)、30日(火)

両日とも午後7時30分から9時まで

場 所：23日・・・山古志体育館 小アリーナ

30日・・・山古志体育館 小アリーナ

内 容：長岡甚句・大花火音頭の練習、浴衣の引渡し等
※練習会の際に、参加費(1,000円)を集めます。

問合せ：山古志地域ふるさと創生基金事業実行委員会
(地域振興課 地域振興・防災係 ☎ 59-2328)

**8.1 出前ウィルながおか相談室**

ひとりで悩まないで何でもお話しください。
女性相談員と一緒に考えます。

日 時：8月1日(木)午後2時から4時まで

場 所：山古志体育館 1階 休憩室(和室)

相談専用電話：090-4064-6017※まずはこちらにお電話を！
(受付時間：月～金 午前10時～午後4時30分)

問合せ：長岡市男女平等推進センター

ウィルながおか相談室 (☎ 39-9357)

**8.3 牛の角突き**

日 時：8月3日(土)、14日(水)

午前10時開場／午後1時開始

場 所：山古志闘牛場(池谷)

観覧料：2,000円(中学生以下保護者同伴で無料)

問合せ：山古志闘牛会 (☎ 59-3933)

産業建設課 商工観光係 (☎ 59-2343)

8.17 やまこし夏まつり2013

ぜひお出で下さい。

日 時：8月17日(土)午前11時から午後4時まで

場 所：山古志支所駐車場

内 容：仮装盆踊り・出店など

仮装盆踊りの参加者募集中

楽しい仮装で会場を盛り上げてみませんか。どなたでも参加できます。優勝者には賞金もあり。個人でも団体でもok!

申込み：7月31日(水)までに下記へ

問合せ：やまこし夏まつり実行委員会

(中越防災フロンティア内 ☎ 59-2308)

**7.31 人権相談会を開催します**

特設人権相談所を開設します。相続、土地登記、いじめ等の相談に無料で応じます。秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

日 時：7月31日(水)午前10時から午後3時まで

会 場：山古志体育館 1階 休憩室(和室)

相談者：人権擁護委員 小川美英子さん

新潟地方法務局長岡支局職員

問合せ：地域振興課 総務係 (☎ 59-2330)

7.23 富所先生の診察があります

7、8月の中央総合病院富所先生の診療日は、次のとおりです。

日 時：7月23日(火)午後2時から4時まで
(7/16 → 7/23 日程変更になりました)

8月20日(火)午後2時から4時まで

場 所：虫亀診療所 (☎ 59-2267)

問合せ：市民生活課 保健係 (☎ 59-2333)

7.22 夏の交通事故防止運動が始まります

スローガン：夏の道 心にゆとりと 思いやり 実施期間：7月22日(月)から31日(水)まで

7.31 担当：地域振興課 地域振興・防災係 (☎ 59-2328)

各 行 事 の ご 案 内

くらしのカレンダー（7月末～8月）

()内は会場等

日	曜	行 事 等	問	日	曜	行 事 等	問
< 7 月 >				8	木	まちの保健室（種苧原診療所）	市
19	金	支所だより 7月号 発行	地	9	金		
20	土			10	土		
21	日			11	日		
22	月	夏の交通事故防止運動（7月31日まで）	地	12	月		
		山古志体育館休館日	地	13	火		
23	火	すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市	14	水	山古志診療所 休診日	市
24	水					山古志地域 成人式	地
25	木	まちの保健室（種苧原診療所）	市			牛の角突き(山古志闘牛場)	他
		民踊流し練習会（山古志体育館）	地	15	木	種苧原診療所 休診日	市
26	金	まちの保健室（山古志診療所）	市	16	金	山古志診療所 休診日	市
		赤ちゃん相談(長岡市健康センター)	市			支所だより 8月号 発行予定	地
27	土			17	土	やまこし夏まつり（山古志支所前）	他
28	日			18	日		
29	月			19	月	介護予防体験ツアー（川口温泉）	市
30	火	民踊流し練習会（山古志体育館）	地	20	火	すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市
		まちの保健室（虫亀診療所）	市	21	水	1歳6か月児健診(長岡市健康センター)	市
31	水	人権相談会(山古志体育館)	地	22	木	1歳6か月児健診(長岡市健康センター)	市
< 8 月 >						胃がん・大腸がん検診(午前：虫亀集落センター、山古志体育館)	市
1	木	長岡まつり民踊流し参加(大手通)	地	23	金	赤ちゃん相談(長岡市健康センター)	市
		まちの保健室（種苧原診療所）	市			胃がん・大腸がん検診(午前：種苧原公民館)	市
		ウィルながおか出前相談（山古志体育館）	地	24	土		
2	金	まちの保健室（山古志診療所）	市	25	日		
3	土	牛の角突き(山古志闘牛場)	他	26	月	山古志体育館休館日	地
4	日			27	火		
5	月	山古志歯科診療所 休診日（8/19まで）	市	28	水	第6回長岡市老人クラブ連合会山古志支部	市
6	火	まちの保健室（虫亀診療所）	市			親善ゲートボール大会(山古志運動広場)	
		すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市	29	木		
7	水	まちの保健室（山古志診療所）	市	30	金		
		3歳児健診(長岡市健康センター)	市	31	土		
8	木	3歳児健診(長岡市健康センター)	市				

問い合わせ 地Ⅱ地域振興課、市Ⅱ市民生活課、産Ⅱ産業建設課、学Ⅱ山古志小・中学校、サⅡ地域復興支援センター山古志サテライト、YⅡ総合型クラブ YIGETS、他Ⅱその他

● 市税などの7月、8月の納期

7月 納期限(口座振替日)は、7月31日(水)です。
納期＝固定資産税 2期、国民健康保険料 1期、後期高齢者医療保険料(普通徴収)4期、介護保険料(普通徴収)4期

8月 納期限(口座振替日)は、9月2日(月)です。
納期＝市民税 2期、国民健康保険料 2期、後期高齢者医療保険料(普通徴収)5期、介護保険料(普通徴収)5期

※ 口座振替の方は前日までに口座の残高をご確認ください(再振替は行いませんのでご注意ください)。

問合せ：市民生活課 市民係 (☎ 59-2332)

山古志地域の人口

(7月1日現在)

※ ()は前月比

 472 世帯 (-2)

 1,194 人 (-11)

 597 人 (-6)

 597 人 (-5)

※ 外国人世帯・人口含む

