

ながおか 市政だより

Nagaoka

5
2023



p 2 誰でも気軽に体験 広がる最新農業の魅力

p 3 「米百俵」の精神 未来へ

p 4 新型コロナ 5類移行でどう変わる？

●表紙

神田小学校の児童 ドキドキの新学期がスタート (p 6)



「米百俵」の精神 未来へ

問長岡市米百俵財団（ミライエ長岡企画推進室内）
☎86・6008



誰でも、気軽に、体験しよう 広がる最新農業の魅力

6/3 (土) 米百俵デー 市民の集い

市は、国漢学校開校の日になみ6月15日を「米百俵デー」に制定。「米百俵」の精神を広め、次世代につないでいきます。



新井紀子さんが講演

「AI時代を生き抜く力」をテーマに国立情報学研究所教授・新井紀子さんが講演します。AIに負けない人材となるためのヒントをお伝えします。

時午後2時～4時 場リリックホール
内米百俵未来塾活動報告、講演会
定600人(先着) 申5月9日(火)～31日(水)に公式ホームページ(右)、電話で



募集 第5期生 子どもたちの個性を伸ばす 米百俵未来塾

芸術やスポーツ、国際交流など長岡の誇りや一流に触れる6回の連続講座です。人材育成に取り組む企業や団体と連携し、子どもたちの個性や可能性を伸ばす機会を提供します。

場米百俵プレイス ミライエ長岡など
定40人程度(抽選) 対小学4年生～中学3年生 無料 申5月11日(木)～6月27日(火)に公式ホームページ(右)で



開催日	分野	講座タイトル
8月8日(火)	米百俵	学ぼう! 「米百俵」の精神～長岡の先人から学ぶ未来を切り拓く力～
11日(祝)	芸術	文学座・俳優さんと楽しくトレーニング! 伸ばそう「伝える力・感じる力」
9月10日(日)	国際	世界の言葉で自己紹介をしてみよう!
10月21日(土)	考える力	デザイン思考ワークショップ
12月2日(土)	スポーツ	オリンピック銀メダリスト中村真衣さんから学ぶ「～人生山あり谷あり～人生は出会い!!」
16日(土)	米百俵	未来の自分を探そう! ～米百俵未来塾を振り返って～

受講生の声 (小学5年生)

多くのことを学び、人前で堂々と発表できるようになりました。将来、世界に「米百俵」の精神を伝えるため、世界中の言葉を学び、コミュニケーション力を高めたいです!



高校留学奨学生 募集

A F S日本協会またはY F U日本国際交流財団の留学プログラム参加費の2分の1(62万5千円～99万円)を奨学金として給付します。定3人(面接で選考) 申5月8日(月)～8月18日(金)

中小企業従業員・農業者のための 派遣研修助成制度

派遣研修に参加する人の自己負担額の一部を助成します。対市内に事業所がある中小企業の従業員、農業者が、指定の団体が実施する4日間以上の研修に参加する経費 申派遣開始日の1週間前まで

未来を担う子どもたちの育成に ご支援をお願いします

米百俵財団の事業は市民や企業のみならずからの寄付によって成り立っています。タイアップ商品の売り上げを寄付いただく「企業サポーター制度」もあります。ご協力をお願いします。

あぐらって
長岡に

次世代型の温室が完成!

子どもから農家まで、誰でも収穫体験や見学ができます。申し込みは「スマートアグリ長岡」ホームページ(右)で。



施設見学 (5月13日から)

✓フィルム農法
農薬の使用量を減らせる、土を使用しない栽培法

✓自動給水装置
肥料と水を自動で混合し、タイマーで効率的に給水



収穫体験 (6月から)

高糖度フルーツトマトを収穫(有料)



農家向け

スマートアグリ 推進事業補助金 NEW

対象＝農作業の負担軽減や生産性向上に向けたスマートアグリ機器の導入 補助額＝対象経費の2分の1以内(上限100万円) 申し込み＝5月1日(月)～12日(金)に農水産政策課へ ※郵送のみ。多数の場合は抽選。詳しくは市ホームページで

▶短時間で肥料や農薬が散布できるドローン



農業の可能性が広がる 体験施設に期待

熟練者に頼ってきた農業の現場で、“長年の勘”を補える最新技術は魅力的です。経験の少ない人でもCO2濃度などのデータを基に環境を制御できれば、より生産性を高めることにつながります。多くの人が新しい農業に触れ、農業の魅力が伝わるように期待しています。



(株)かわかみ農園
平澤 大輔 さん

昨年オープンした最新農業の研修・体験の拠点「スマートアグリ長岡(栖吉町)」に、野菜などの園芸農業向け技術を体験できる温室が完成しました。ICT(情報通信技術)や地域資源のガスを活用し、環境負荷を抑えて高品質な作物を栽培する次世代型の施設です。新しい農業の魅力を発信し、担い手の確保につなげます。

問農水産政策課 ☎39・2223

Q 体調に異変を感じたら…?



A まずは検査キットでチェックを

医療機関に行く前に、国が承認した抗原定性キット*で検査をしましょう。

発熱などの体調不良に備えて、解熱鎮痛薬などの準備も。

※薬局などで購入できます。重症化リスクの低い有症状者を対象とした県ホームページでの申し込みは5月7日までです

陽性だった場合は

- 症状が軽い人は自宅で療養
- 重症化リスクの高い人や症状の重い人などは、医療機関に事前に連絡してから受診を
- 感染者の全数把握は行わないため、陽性者の登録は不要

受診先がわからないときは
県新型コロナ受診・相談センターへ
 ☎025・256・8275、025・385・7541、025・385・7634

Q 感染したら、どれくらい外出を控えればいいのか?

A 5日間は外出を控えましょう

発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いため、発症日を0日目として5日間は外出を控えることが推奨されています。

5日目も症状が続く場合は、軽快して24時間程度が経過するまで様子を見てください。

★発症から10日間はマスクを着用し、重症化リスクの高い人と接触を控えるなど、周りの人に配慮しましょう



県の患者向け支援などは5月7日で終了します

- ・自宅療養者への食料品・日用品の配達
- ・パルスオキシメーターの貸与
- ・宿泊療養施設の設置

Q 家族が感染したらどうするの?

A 5日間程度は慎重な行動を

濃厚接触者の特定や行動制限は行いませんが、7日目までは発症する可能性があります。外出する場合は感染者と同様に5日間は自身の体調に注意し、感染対策に配慮してください。

感染者の身の回りの世話は、限られた人で行いましょう。

Q 医療費はかかるの?

A 原則、通常の医療費と同様の取り扱いに

これまで全額を公費で負担していた検査や診療、入院の費用は自己負担(保険診療)になります。治療薬や高額な入院にかかる費用の一部は、9月末まで公費で負担します。

5/8(月)から

新型コロナウイルス感染症 5類移行でどう変わる?

県保健医療課感染症対策室 ☎39・2383

新型コロナウイルスの感染症法上の位置付けが季節性インフルエンザなどと同じ5類に移行します

Q 感染対策は続けるの?

A 個人や事業者の判断に

感染対策として有効な手洗いや換気などの取り組みは、個人や事業者が自主的に行います。

医療機関を受診するときや重症化リスクの高い人が混雑した場所に行くときなどは、マスクの着用が推奨されています。



Q ワクチンは無料で接種できるの?

A 今年度も無料で接種できます

重症化リスクの高い人(65歳以上、基礎疾患のある5歳~64歳)と医療機関・高齢者施設などの従事者は、5月~8月と9月~12月の2回接種を行います。その他の人(5歳以上)は、9月~12月に1回です。

初回接種が終了していない人(生後6カ月以上)も、引き続き来年3月末まで接種を受けられます。

県市新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0120・622・007

◀詳しくは市ホームページで



優れた技術を認定 (株)小西鍍金

企業 News

外山脩造賞に 浪花屋製菓(株)



長岡産業活性化協会NAZEがブランド力向上と産業振興を目的に市内製造業の優れた技術や製品を認定する「豪技」。今年、機械部品の耐久性を著しく高める硬質クロムメッキ(左写真)を安定的な品質で製造する(株)小西鍍金の技術が認定されました。長岡技術科学大学との共同研究の成果が活かされています。(3月16日)



アサヒビール(株)新潟支社が創立者・外山脩造の出身地である長岡の産業発展に貢献した企業を表彰する「外山脩造賞」に、今年創業100年を迎える浪花屋製菓(株)が選ばれました。米菓「柿の種」を考案し、創業者が発明した消雪パイプの権利(実用新案権)を市に無償譲渡するなど、長年の地域貢献が評価されました。(2月26日)

1 ひとり親世帯

対①令和5年3月分の児童扶養手当受給者②公的年金受給のため児童扶養手当は受給していないが、令和3年の収入額が児童扶養手当の支給制限額以内の人③児童扶養手当は受給していないが、物価高騰の影響で家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している人と同水準となった人 ④①不要②③来年2月29日(木)までに生活支援課 ☎39・7574へ

2 その他世帯

対①令和4年度子育て世帯生活支援特別給付金の受給者②18歳(一定の障害がある場合は20歳)までの子どもの養育者で物価高騰の影響で家計が急変し、収入が住民税非課税と同水準になった人 ④①不要②来年2月29日(木)までに子ども・子育て課 ☎39・2300へ

★令和5年度住民税非課税世帯へ、7月下旬から1世帯当たり3万円を給付します 対象者には案内を送ります。 県市給付金専用コールセンター ☎39・2347

物価高騰対策

子ども1人につき5万円 低所得の子育て世帯への特別給付金



※詳細は決まり次第、市ホームページでお知らせします



地域のマキこと

まちのほつとフォト

📷は、市民リポーターが取材・撮影しました
(17人が登録しています)

思わず、うっとり

栃尾地域の栗山沢で市の天然記念物「しだれ桜」が今年も見事な花を咲かせました。その樹齢は約120年。優雅な姿に、訪れた人は目を奪われていました。(4月9日) 📷



酒井弘剛さん

これから、よろしくね

子育ての駅よいた「にじの子広場」で、親子たちの顔合わせ会を開きました。歌を歌ったり、お話を聞いたりして、初めて会ったお友達と楽しい時間を過ごしました。(4月7日) 📷



土田千栄美さん



お楽しみは最後に

川口運動公園の体育館で、巨大な段ボールの秘密基地を作りました。遊んだ後は作った基地の破壊タイム！大人も子どもも日頃のストレスを発散!? (3月26日)



今月の表紙

地区のセーフティーリーダーに見守られながら登校する、神田小学校の児童たち。入学したばかりの1年生も、みんなを率いる上級生も、ワクワク・ドキドキの新学期がスタートしました。(4月11日)



桜満開、おいしさと満点
悠久山公園で4年ぶりに桜まつりを開催しました。園内はお花見をする人で大にぎわい。桜を見ながら食べるご飯は格別だね！(4月9日) 📷



棚橋洸也さん



最初は誰でもドキドキしちゃう

越路地域の塚山保育園での入園式。みんなでおそろいのうちわを持って「チューリップ」を歌いました。緊張している姿もほほ笑ましい♪ (4月5日) 📷土田千栄美さん



外川正明さん

基本が大切！

和島小学校の通学路で交通安全指導を行いました。横断歩道の渡り方などを学んだ児童たち。「左右を確認。さあ渡ろう！」(4月7日) 📷



長寿のヒケツは？

小国地域の養楽館で行った介護予防教室。指を使ったトレーニングに参加者は真剣そのもの。時間を忘れて一生懸命に取り組みました。(4月11日) 📷外川正明さん

大竹綾子さん



新しい制服で、門出を祝おう

山古志中学校で入学式を行い、1年生4人が新たなスタートを切りました。在校生に祝福されながら緊張した面持ちで入場する新入生。3年間はあっという間だけど楽しんでね！(4月10日) 📷

かわいいお口でハイ、チーズ！

新潟アルビレックスB Bの試合に合わせ、アオーレ長岡に中之島地域のPRブースが登場しました。地域のゆるキャラ「なかのん」との記念撮影は大人気。試合前の会場を大いに盛り上げてくれました。(4月2日) 📷



井口庸一さん

よく狙って…入れ！

寺泊地域で開催された健康とスポーツの祭典で、子どもたちが輪投げに挑戦。高得点を狙って「えいっ！それっ！」と元気な掛け声が飛び交いました。(3月25日)



元気っしょーん

三島地域の脇野町小学校に34人の新入生が仲間入り。名前を呼ばれた児童たちは「はい！」と元気な返事を聞かせてくれました。(4月7日)

105 まるで魔法? お湯で変色

海中のワカメ



冬から春にかけて柔らかい新芽が出るワカメ。海の上に建つ同館では、海面下の土台に繁茂しています。海中の弱い光でも育つよう、緑色のクロロフィルと黄褐色のフコキサンチンの2種類の光合成色素を持ちます。フコキサンチンは加熱すると壊れるため、湯通しすると一瞬で鮮やかな緑色に変化します。

いこうよ、海の大冒険! 園寺泊水族博物館 ☎75・4936

子ども・子育て課すくすく子育て係

☎39・2300

●パパママサークル

妊娠中に知っておきたい育児のポイントを紹介します。

- ① 6月24日(土)午前10時～正午 午後1時45分～3時45分
- ② 7月7日(金)午後6時45分～8時45分

場さいわいプラザ 助産師・保健師からの情報提供、沐浴体験、パパの妊婦疑似体験 対出産予定月が9月～10月の妊婦とパートナー

① 24組抽選 ③ 16組抽選

持母子健康手帳、バスタオル、フェイスタオル、ビニール袋、座布団 申5月12日(金)～15日(月) (HP可)

子ども・子育て課青少年育成係

☎39・2393

●子どもフェスティバル

6月11日(日)午前8時45分～午後4時 場アオーレ長岡

内ポイントラリー、ロボコン体験、スケートボードなど

対子ども会、幼児・小学生と保護者 定800人(先着) ¥100円 申5月24日(水)までに市ホームページにある申込書で

中之島文化センター

☎66・1310

●1 ベーゼンドルフアープiano 演奏体験

5月25日(木)～28日(日)午前9時～午後4時(1組1時間) 定1日7組抽選 ¥1,000円 申5月11日(木)～13日(土)

●2 左時枝 講演会

俳優・左時枝さんが、母親を介した体験を基に家族愛を語ります。

5月21日(日)午前10時30分～11時30分 定400人(先着)

トチオーレ開館1周年!

☎89・8611

栃尾地域の新たな交流拠点施設として、昨年5月1日にオープンしたトチオーレ。3月末には来館者が19万人を超えたよ!

◀あぶらげんしん

- 60店舗以上が集結! ハンドメイドフェス

4月29日(祝)・30日(日)午前10時～午後4時 内ハンドメイド雑貨の販売、ステージイベントなど
- 瀧元恵之久個展「サーカス」

デザイナーやミュージシャンとしても活躍する画家・瀧元恵之久さんの作品を展示します。

4月29日(祝)～5月7日(日)午前10時～午後5時
- 栃尾文化協会芸術祭・栃尾てまりまつり

5月3日(祝)～5日(祝)午前9時～午後5時(5日は午後4時まで)
- 二十歳のつどい お祝い茶席・バルーン

裏千家のお祝い茶席(なくなり次第終了)、栃尾高校の生徒によるバルーンアートで二十歳を祝います。

5月3日(祝)午前10時～午後3時
- 帝京長岡高校吹奏楽部演奏会

5月4日(祝)午後1時30分～4時
- 作って遊ぼう「空とぶロケット」

5月5日(祝)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時 定各20人(先着)
- ジャズナイト～酒と料理とジャズのタベ～

5月6日(土)午後6時30分～8時30分 出演=力武誠とその仲間 ¥前売券3,000円(当日500円増。飲食代別) チケット販売=ふきのとう(栃尾本町) ☎52・1384、田中文房具店(栃尾本町) ☎52・2726、惣右衛門茶屋(巻瀨) ☎52・2742

5/21(日) とち音むすびフェス!!

全国から8組のアーティストが出演。キッチンカーも出店します。

時午前11時～午後5時30分

★前夜祭(要予約)

5月20日(土)午後1時から ¥3,500円 ▲詳しくはこちら



乳幼児のための救急法講習会

講習修了者に「普通救命講習修了証」を交付します。

6月2日(金)午後1時～4時 場中央公民館(さい) 定30人(先着) 保育=10人(先着)(生後6カ月以上。要予約) 申5月10日(水)～26日(金)にファミリー・サポート・センター(ちびっこ広場内) ☎39・2860へ

子ども・子育て課すくすく子育て係

☎39・2300

●1 手しごとサロン

「こころキュン♡私だけのカードアクセリ♪」

5月18日(木)午前10時～11時30分 対どなたでも 定8人(先着)

●2 赤ちゃんふれあいリトミック

5月22日(月)午前10時45分～11時30分 講音楽療法士 対首据わりつかまり立ち期の乳児と保護者 定20組(先着) 申5月15日(月)から

ちびっこモデル #125

子育ての駅でみるつけた♪

LINE「友だち」特典当選者



鈴木悠桃ちゃん(2歳7カ月) 最近、おしゃべりが上手になりました。「よーいドン」の掛け声で、元気いっぱいかけこみます。

☎30・1025

子ども・子育て課すくすく子育て係

☎39・2393

●1 わらべうたと絵本の時間

5月21日(日)午前11時～11時15分

●2 ベビーマッサージ

5月25日(木)午前10時30分～11時30分

●3 ちびっこ広場(ラエニススペース) スト2・3階

☎39・2775

11時30分 講音楽療法士 対首据わりつかまり立ち期の乳児と保護者 定20組(先着) 申5月15日(月)から

地域版 子育ての駅

☎21・3860

●1 パパママ講座&相談「幼児食のポイントお話しします」

5月23日(火)午前10時30分～11時30分 対どなたでも 定15組(先着) 申5月15日(月)から

●2 産後ママ講座「産後ヨガで体をリフレッシュ」

6月8日(木)午前10時30分～11時30分 対1歳未満児と母親 定15組(先着) 申6月1日(木)から

●3 小国たんぽぽ親子ふれあい遊び

5月30日(火)午前10時30分～11時30分

●4 和島わくわく「よちよち! わくわくミニ遠足」

5月10日(水)午前10時30分～11時30分

●5 寺泊にこここ 食育講座

5月17日(水)午前10時30分～11時30分

●6 中之島なかのひろば ママの健康相談

5月16日(火)午前10時30分～11時30分

●7 三島もりもり 誕生会

5月31日(水)午前10時30分～11時30分

●8 越路のびのび 親子運動遊び

5月29日(月)午前10時30分～11時30分 定15組(先着) 申5月12日(金)～22日(月)

●9 山古志やまこ 保健師さんの相談会

5月19日(金)午前10時から

●10 栃尾すくすく お誕生会

5月24日(水)午前11時から

●11 与板にじの子広場 作ってあそぼ! 音のでるおもちゃ作り

6月8日(木)午前10時から

●12 川口すこやか 栄養講座

5月24日(水)午前10時30分～11時30分

春風吹いたら「子育ての駅」

対象の記載のない催しは、全て乳幼児と保護者が対象です。

各子育ての駅では随時、保育園入園や子育ての相談を受け付けています。開館時間①ちびっこ広場②ぐんぐん③のびのび④もりもり⑤やまこ⑥たんぽぽ⑦すくすく⑧にじの子広場⑨午前9時30分～午後3時30分⑩午前8時30分～午後5時30分⑪すこやか⑫午前8時30分～午後5時

一緒に話しませんか

- ままのまカフェ

5月12日(金)午前10時45分～11時45分②15日(月)午前11時～正午 場①ぐんぐん②ちびっこ子広場 講①栄養士②歯科衛生士 対どなたでも
- 子育て相談

5月10日(水)②11日(木)③16日(火)④19日(金)⑤6月7日(水)午前10時30分～11時30分 場①ぐんぐん②ちびっこ広場③④てくてく⑤すくすく 講①②③家庭児童相談員④保健師⑤助産師
- 栄養相談

～はじめての離乳食～

5月16日(火)午前10時～11時30分 場てくてく 講栄養士 対生後4、5カ月の子の保護者 定各5人(先着)



◆回や圖などの略字の見方は8ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆圖に電話、ファクス、Eメール、圖(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

まちなかキャンパス長岡 大手

☎39・3300

図 5月10日(水)から(HP可) 保育=各開催日の10日
前まで

- 1 まちなかカフェ**
- ① 初心者のためのポートレート撮影
- 写真で伝えよう -
 図 6月3日(土)午前10時~正午 場 長岡造形大学 講 同大学教授・松本明彦さん 対 高校生以上 持 デジタル一眼カメラ、メモリーカード
- ② モウ〜リだくさん! 山古志の牛の角突き
 歴史・文化の講話や牛との触れ合い体験をします。
 図 6月10日(土)午後0時30分~4時 場 山古志闘牛場(山古志南平地内) 講 山古志闘牛会勢子・松田淳さんほか
- ③ 電気自動車ってEVっか?
 図 6月13日(火)午後7時~8時30分 講 国土交通省北陸信越運輸局長・平井隆志さん ※事前に質問を受け付けます
- ④ ボランティア企画講座
 知って楽しい長岡-中之島地域を知る-
 図・場 6月17日(土)午後1時30分~3時30分...まちなかキャンパス長岡、7月1日(土)午前9時~午後4時...中之島地域(計2回) 講 科学博物館・小林徳学芸員
- ⑤ ヤングケアラーを知っていますか?
 - 子どもが子どもらしくいられる社会に -
 図 6月21日(水)午後7時~8時30分 講 長岡崇徳大学教授・板山稔さん
- ⑥ 古墳に大コーファン! リターンズ
 - 墳活のはじめかた -
 図 6月24日(土)午後2時~3時30分 講 古墳にコーファン協会理事長・伊藤壮さんほか
- ⑦ 保護司って知ってる?
 図 6月27日(火)午後7時~8時30分 講 長岡地区保護司会・片桐一夫さん
- ⑧ 市民プロデュース講座 四国遍路はじめの一步
 図 6月30日(金)午後7時~8時30分 講 四国八十八ヶ所霊場会公認先達・佐藤靖さん
- ◇ ①~⑧ いずれも 定20人先着 (①は15人②④は30人) ¥500円 (④は2,500円⑧は200円)
- 2 まちなか大学**
 親が倒れた! その日は突然やってくる
 図 6月8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木)、7月6日(木)午後7時~8時30分(計5回) 講 長岡崇徳大学講師・目黒優子さんほか 定30人先着 ¥3,000円



中央図書館
 ☎32・0658

● トイレ改修工事のため
 休館します
 図 6月12日(月)~30日(金) ※予約図書は受け取れます(月曜日、6月30日を除く)

北地域図書館
 ☎22・7100

① みにみに上映会
 図 5月21日(日)午後3時~3時55分 図 イソップ物語4 定10人先着

南地域図書館
 ☎30・3501

● えほんのとびら
 ~ 降矢ななさんの絵本 ~
 図 5月21日(日)午後2時30分~2時50分 対 3歳~小学生

西地域図書館
 ☎27・4900

① ぼんつ!とむかしばなし
 図 5月14日(日)午前11時~11時20分 図 長岡民話の会による昔話の紙芝居と語り

寺泊地域図書館(寺泊文化センター内)
 ☎75・5159

① えほんであそぼ
 図 5月19日(金)午前10時~10時

おはなし日本&世界一周「こびと」
 図 5月21日(日)午前11時~11時20分 図 読み聞かせ、クイズ

③ おはなしぼんつ!
 ケロケロスペンシャル
 図 5月27日(土)午前10時30分~11時30分 場 大島コミュニティセンター 図 読み聞かせ、工作 対 3歳~小学生 定10人先着

長岡戦災資料館
 ☎36・3269

① 長岡空襲の体験を聞く会
 図 5月13日(土)午後1時30分~3時30分

② 長岡空襲体験画展
 図 5月13日(土)~6月18日(日)午前10時~午後4時

国際交流センター「地球広場」
 ☎39・2714

① ぐらり地球旅行
 「バルカン半島の秘境・鷲の地 アルバニア」
 図 5月13日(土)午後2時~3時30分 図 同国出身者による日本語での母国紹介 定20人先着 甲 市ホームページの専用フォームで

えほんのへや
 図 5月20日(土)午前10時30分~11時 図 読み聞かせ 定10人先着

おたのしみ「ぶち」上映会
 図・図 5月13日(土)~まんが日本昔話「桃太郎」など、6月10日(土)~あきやまただし作品DVDシリーズ「まめうしのおとうさん」など 時 午前10時30分~11時30分 対 小学生以下 定 各15人先着

2 ほうかご国際文化部
 セネガル出身の留学生と簡単な英語で交流しながら外国の文化を学びます。
 図 5月24日(水)午後6時~7時30分 対 中学生~大学生 定15人先着 甲 5月8日(月)から市ホームページの専用フォームで

3 はまなす上映会
 ~ 映演 ~
 図 5月27日(土)午前10時30分~11時30分 図 ふるさと再生日本の昔ばなし①花さか爺さん 対 小学生以下と保護者 定10組先着

中之島地域図書館(中之島文化センター内)
 ☎61・2165

① その場で書いて即展示!
 児童六角風イラスト展
 図 5月13日(土)~6月4日(日) 対 小学生以下

② おはなしひろば
 図 5月28日(日)午前10時30分

自由広場「ながおか・ホコ天」
 図 5月5日(祝)午前11時30分~午後4時 場 大手通り 図 ステージイベント、飲食ブース花まつり 岡長岡市商店街振興組合連合会 ☎32・7002

市民写生会
 図 5月21日(日)午前9時~午後3時 場 悠久山公園 対 中学生以上 ¥高校生以上500円、中学生300円 甲 5月10日(水)までにアオーレ長岡、さいわいプラザ、市民センター1、中央図書館、各支所、市

文化振興課
 ☎32・5110

① 庭木に関する基礎知識
 図 6月3日(土)午前10時~11時30分 場 千秋が原ふるさとの森管理事務所前 定50人先着 持汚れてもよい服装、軍手など 甲 5月8日(月)~26日(金) (HP可)

② 「さし芽」と「さし木」
 ~ 栄養繁殖のススメ ~ 入門編
 図 6月10日(土)午後1時30分~3時 講 長谷川吉仁緑花推進主任指導員 定10人先着 ¥800円 甲 5月8日(月)~31日(水) (HP可)

馬高縄文館
 ☎46・0601

● ミス馬高士偶をつくらう
 図 5月28日(日)午前10時~正午 対 小学生以上(小学生は保護者同伴) 定20人先着 持汚れてもよいタオル・服装 甲 5月4日(祝)~25日(木)

農の駅 あぐらいつて長岡(ふるさと体験農業センター)
 ☎34・5360

● 一畝オーナー(10m) さつまいも(紅はるか)
 図 5月20日(土)~10月下旬 定



Origami 布施知子の世界 ~ OROCHI in 長岡 ~
 岡文化振興課 ☎32・5110
 図 5月4日(祝)~13日(土)午前10時~午後6時(4日は午後1時から、13日は午後5時まで) 場 アオーレ長岡 ¥500円(中学生以下無料)

国内外で高い評価を集める与板地域出身のおりがみ作家・布施知子さん。展覧会をふるさと長岡で初開催します。

★関連企画 みんなの布施知子展
 布施さんが考案した折り方で制作した、愛好家による作品を展示します。
 図 5月7日(日)午前11時~13日(土)午後4時



▶ 土田邦彦さん画「火を吹く互尊」文庫の書庫

長岡空襲体験画展
 図 5月13日(土)午後1時30分~3時30分

寺泊地域図書館(寺泊文化センター内)
 ☎75・5159

① えほんであそぼ
 図 5月19日(金)午前10時~10時

おはなし日本&世界一周「こびと」
 図 5月21日(日)午前11時~11時20分 図 読み聞かせ、クイズ

③ おはなしぼんつ!
 ケロケロスペンシャル
 図 5月27日(土)午前10時30分~11時30分 場 大島コミュニティセンター 図 読み聞かせ、工作 対 3歳~小学生 定10人先着



アロマの香りを部屋に広げるアロマディフューザー! 見た目と香りで癒やされます。

大人の工作会「ペーパーフラワーで作るアロマディフューザー」
 図 5月21日(日)午後2時~3時 対 中学生以上 定10人先着 甲 5月7日(日)から

市民写生会
 図 5月21日(日)午前9時~午後3時 場 悠久山公園 対 中学生以上 ¥高校生以上500円、中学生300円 甲 5月10日(水)までにアオーレ長岡、さいわいプラザ、市民センター1、中央図書館、各支所、市

文化振興課
 ☎32・5110

① 庭木に関する基礎知識
 図 6月3日(土)午前10時~11時30分 場 千秋が原ふるさとの森管理事務所前 定50人先着 持汚れてもよい服装、軍手など 甲 5月8日(月)~26日(金) (HP可)

② 「さし芽」と「さし木」
 ~ 栄養繁殖のススメ ~ 入門編
 図 6月10日(土)午後1時30分~3時 講 長谷川吉仁緑花推進主任指導員 定10人先着 ¥800円 甲 5月8日(月)~31日(水) (HP可)



今年度最初のホコ天は子どもの日に開催! バルーンアートや縁日など、親子で楽しめるブースが盛りだくさんです。

◆回や日などの略字の見方は8ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、■無料、□不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆■に電話、ファクス、Eメール、□(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
 □アオ=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

長岡市芸術文化振興財団

☎29・7715

チケット発売日の予約は、インターネットと電話からのみとなります。

●花いっぱい音楽祭2023

来場者に花の種をプレゼントします。
 5月28日(日)午後2時から 場リリックホール 出演=大関博明、佐藤晶子、ひなた、アンサンブル オビリーほか
 曲目=モーツァルト/ピアノとヴァイオリンのためのソナタ ト長調 K.379など
 全席自由1,000円

50th Anniversary 長岡市立劇場開館50周年記念 キーウ・クラシック・バレエ「白鳥の湖」全2幕

8月27日(日)午後2時から 場市立劇場
 全席指定一般4,500円、4歳~高校生1,500円
 チケット発売日=5月25日(木)

ウクライナの名門バレエ団が、平和への願いを込めた優雅な舞を披露します。



与板支所地域振興・市民生活課 ☎72・3102

与板歴史民俗資料館特別展
 与板藩井伊家の祖 井伊直政の功「徳川家康から拝領の孔雀の陣羽織」



孔雀尾尾足陣羽織。普段の展示はレプリカですが、期間中は本物を見ることが出来ます

5月24日(水)~6月26日(月)午前9時~午後5時
 50円(10人以上の団体は各50円引き)
 高校生以上300円、小・中学生150円

スポーツ

長岡市スポーツ協会(以下スポ協) ☎34・2130と加盟団体の催し

1 市民スポーツ祭 ソフトボール大会

6月4日(日)・11日(日)・25日(日)午前7時30分から 場ニユータウン運動公園 種目ソフトピッチ、スローピッチ(高校生以下を除く) ¥1チーム7,000円 5月17日(水)までにスポ協ホームページにある申込書で
 2 短期親子体操教室ひよこ
 5月27日~7月8日の土曜日(期間中に計6回) 午前9時15分から、10時45分から(各1時間) 対3歳~小



3 小学生陸上競技選手権大会
 種目など詳しくは、アスリートランキングホームページで。6月25日(日)午前9時30分から 場陸上競技場 対県内の小学生(個人参加は保護者の

学1年生と保護者 定各30組 先着 ¥1組3,600円 5月9日(火)からスポ協ホームページで

5 スポーツチャンバラ教室

5月14日~5月28日の日曜 午後4時30分~6時30分(計3回) 場川崎小学校 定20人先着 ¥高校生以上2,000円、中学生以下1,000円 5月11日(木)までに長岡市スポーツチャンバラ協会・丸山さん ☎080・1133・3840へ
 6 初心者合気道教室
 5月25日~8月10日の毎週 木曜日午後7時~9時(計10回) 場市民体育館 対高校生以上 定30人先着 ¥3,000円 5月21日(日)までに長岡市合気会ホームページで

2 ZUMBA教室

5月15日(月)・22日(月)・29日(月)午後7時30分~8時15分、20日(土)・27日(土)午前10時30分~11時15分 対20歳以上 定各8人先着 ¥各500円 各前日までに
 陸上競技場 ☎27・6300
 1 早朝全身ストレッチ教室
 5月23日(火)・30日(火)午前7時~7時30分 対18歳以上 定各10人先着 ¥各300円 各前日までに
 2 親子走り方教室
 5月28日(日)午後1時30分~2時15分②午後2時45分~3時45分(雨天中止) 対①4~6歳と保護者②小学1~3年生と保護者 定各15組先着 ¥①500円②1,000円 各前日までに

市民体育館フィットネス教室(7月~9月)

5月16日(火)~30日(火)に市民体育館(☎34・2700)にある申込書で
 ※6月5日(月)~18日(日)に料金を同体育館受付へ。期日を過ぎると無効になります

※申し込み多数の教室は、支払い時に抽選のくじ引きを行います
 ※定員に満たなかった教室に限り、6月25日(日)から再度申し込みを受け付けます

教室名	7月初回	曜日	時間	回数	対象	定員抽選	料金				
①はじめてヨガ	3日	月	11:45~12:45	9回	小学4年生以上	22人	7,200円				
	4日	火	10:00~11:00 20:10~21:10								
	5日	水	11:10~12:10 12:20~13:20 19:00~20:00 20:10~21:10								
	6日	木	10:00~11:00 11:10~12:10 19:00~20:00								
	7日	金	10:00~11:00 20:10~21:10								
	8日	土	19:00~20:00 20:10~21:10								
	②腰痛予防改善							15:00~16:00		18歳以上	
	③すてきにピラティス	6日	木					12:20~13:20		小学4年生以上	
④やさしいフラダンス			13:30~14:30		中学生以上の女性	20人					
⑤たのしいフラダンス	3日	月	19:30~20:30	9回	18歳以上	22人	7,200円				
⑥骨盤体操	7日	金	10:00~11:00								
⑦バレトン	3日	月	19:30~20:30	8回	小学4年生以上の女性	15人	6,400円				
	4日	火	10:30~11:30 19:00~20:00								
⑧シェイプアップエアロ	6日	木	20:10~21:10	10回	18歳以上	20人	8,000円				
⑨はじめてのフラダンス				8回	中学生以上の女性	15人	6,400円				
⑩ハツラツ健康体操	4日	火	13:00~14:00 14:10~15:10	9回	18歳以上	22人	7,200円				
⑪シェイプアップボクシング			20:10~21:10								
⑫ZUMBA	7日	金	19:00~20:00	10回		20人	8,000円				
⑬はじめてピラティス	3日	月	10:00~11:00	9回	小学4年生以上	22人	7,200円				
	4日	火	19:00~20:00								
	7日	金	11:10~12:10 13:30~14:30								
⑭いきいき健康体操					18歳以上						
⑮エアロビクス	5日	水	10:00~11:00	10回	小学4年生以上	20人	8,000円				
	13日	木	9:50~10:50								
⑯太極拳			15:00~16:30		18歳以上	25人					
⑰男性のための体づくり	5日	水	13:30~14:30		18歳以上の男性	20人					
⑱子連れヨガ	4日	火	11:10~12:10	9回	2カ月~未就園児と母親	20組	7,200円				
⑲ジュニアヒップホップ	8日	土	16:15~17:15	10回	小学1~4年生	20人	8,000円				
			17:30~18:30								
⑳ベビーマッサージと赤ちゃん体操	5日	水	10:30~12:00	6回	2カ月~10カ月の子と母親	8組	9,000円				
㉑親子運動遊び	4日	火	16:30~17:30	9回	3歳~6歳と保護者	25組	7,200円				

◆回や場などの略字の見方は8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
◆図に電話、ファクス、Eメール、(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオ=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

健康

健康増進課 さい
☎39・7508

1 歩くだけで脳トレ教室

6月8日～7月6日の毎週木曜日午前10時～11時30分(計5回) 場市民体育館(スクエアステップ運動など)75歳以上で初参加の人 定20人抽選 持内履き 申5月25日(木)まで



2 「歯」と「食」の健口ひろば

6月4日(日)午後1時～3時30分 場アオーレ長岡 内・講①歯の講演会「健康長寿のヒントオーラルフレイルをどう存じますか?」…新潟県歯科医師会常務理事・木戸寿明さん②食の講演会「南極シェフのかあちゃんに聞く!極限の地で見つけた食卓と暮らし」

3 あなたの健康相談会

①5月22日(月)②6月5日(月)③6日(火)④15日(木)⑤16日(金)⑥⑦⑧⑨午前9時30分～午後0時30分⑩⑪午後1時～4時 場さいわいプラザ 内 健診の結果、生活習慣病の予防・改善指導 相談員 栄養士、保健師 定各3人先着 持健康手帳(ある人) 申①5月12日(金)②③26日(金)④6月5日(月)⑤6日(火)まで

4 気軽にチャレンジ!認知症予防「つきいち脳活」

5月23日(火)午前10時～11時30分 集合 千秋が原ふるさと森噴水前 内 脳トレウォーキング 対65歳以上 定20人先着 申5月8日(月)から

5 カフェDE健康講座

①5月18日(木)…血管年齢を知ろう!測定と動脈硬化②24日(水)…姿勢改善で身体も心もラクに、美姿勢ヨガ③6月2日(金)…いつまでも健康で過ごすために、生活習慣病とフレイルを予防しよう!④6日(火)…公園へGO!ウォーキング 場①③午後2時～3時②④午前10時30分～11時30分 場①③④タニタカフェ(市セ)②まちなかキャンパス(長岡大手) 申5月11日(木)から

6 食育総合講座「みんなの食育塾」長岡に伝わる料理を作って味わおう!

6月23日(金)午前10時～午後1時 場さいわいプラザ 内 講話、調理実習 定15人先着 場費400円 持エプロン、三角巾、筆記用具 申6月16日(金)まで



食生活を中心に市民の健康づくりをサポートするボランティア・食生活改善推進委員が、与板の郷土料理を教えます。

7 こころの相談会

①5月23日(火)②26日(金)③31日(水)④6月5日(月)⑤9日(金)⑥14日(水) 場①④午後6時～8時②③⑤⑥午後2時～4時

8 死別の悲しみケア こころのとり木相談会

6月12日(月)午後2時30分～

9 アルコール相談会

①5月29日(月)②6月20日(火)午後2時～4時

10 子育て応援講座 「完璧な親なんていない」

子育てに悩む親同士で話し合い、自分にあった子育て方法を探します。 6月6日(火)・15日(木)・20日(火)・27日(火)・7月4日(火)・11日(火)・18日(火)午前10時～正午(計7回) 場さいわいプラザ(計7回) 場費無料 申込先着 定2～4歳児の母親 12人抽選 ※保育あり(生後6カ月以上。要予約) 申5月19日(金)まで

11 高齢者の肺炎球菌感染症予防接種

①来月3月31日(日)まで 場市内の医療機関など 回数 1回 過去に肺炎球菌感染症の予防接種を受けていない市内在住者で、次のいずれかに該当する人 ①来月3月31日時点で65歳、70歳、75歳、80歳、

12 全国瞬時警報システム(Jアラート)情報伝達試験

消防庁が試験放送(緊急告知FMラジオ、FM屋外拡声器)を行います。実際の災害と間違わないようご注意ください

13 防災管理新規講習会

6月22日(木)午前10時15分～午後4時20分 定50人先着 場2,530円

14 防火管理講習会

6月20日(火)午前9時25分～午後3時50分、21日(水)午前9時～午後3時(計2回) 定100人先着 場3,850円

15 甲種防火管理新規講習会

6月20日(火)午前9時25分～午後3時50分、21日(水)午前9時～午後3時(計2回) 定100人先着 場3,850円

16 普通救命講習会

心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使用方法を学びます。講習修了者に「普通救命講習修了証」を交付します。 6月7日(水)午前11時～12時 場 6月7日(水)午前11時～12時 場 6月7日(水)午前11時～12時 場

17 与板消防署

6月7日(水)午前11時～12時 場 6月7日(水)午前11時～12時 場 6月7日(水)午前11時～12時 場

消防団を応援しよう!

消防本部総務課 ☎35・2192

●春季消防演習を公開します

期日	方面隊	時間	会場
5/21(日)	栃尾	午前9時～11時30分	栃尾南小学校
5/28(日)	長岡西部		大積小学校
6/18(日)	与板	午前9時～正午	与板小学校



消防団では随時、団員を募集しています。申し込みは電子申請(右)が便利!



骨髄移植ドナーを支援します

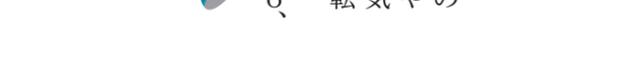
保健医療課 さい ☎39・2383

公益財団法人日本骨髄バンクで骨髄などを提供した人(以下、ドナー)と、ドナーを雇用している事業所に今年度新たに助成金を交付します。申請前にご相談ください。 ①来月3月31日(日)まで 助成金=通院期間中に市内に住居票があるドナー…骨髄などの提供のために要した通院または入院1日につき2万円(1回の提供につき最大20万円)、ドナーを雇用する市内の事業所…ドナー休暇1日につき1万円(1回の提供につき最大10万円) ②骨髄などの採取が完了した日から1年以内 ※詳しくは市ホームページ(右)で



血液の病気で骨髄移植を待つ人はたくさんいる。命をつなぐためには、1人でも多くのドナー登録が必要なんだ。あなたの善意が、患者さんの大きな希望になることを知ってほしいな。 ▶あぶらげんしん

外出の機会が多くなるこの時期、ドライブは子どもや高齢者を見掛けたら行動に気を配り、思いやりのある運転を心掛けましょう。 ①市民課 ☎39・2206、各支所地 域振興・市民生活課(栃尾支所は地域振興課) 窓 ☎39・2255 5月11日(木)～20日(土)は春の全国交通安全運動 守ろうよ 未来につながる小さな手



◆回や図などの略字の見方は8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
 大手=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ



オオキンケイギフの拡大を防ぎましょう

生態系に影響を及ぼす可能性があるとして「特定外来生物」に指定され、栽培や運搬などが禁止されています。5〜7月ごろに黄色の花をつけ、袋に密閉するなどして、枯らしてから処分してください。種子をつける前に駆除することで、生息範囲の拡大を防ぐことができます。



「まちの先生」と「生涯学習ガイドブック」で新しいことを始めませんか
 知識や経験などを教える人材や、市内で活動中の団体・サークルを紹介しています。登録は随時募集しています。詳しくはホームページへ。

多重債務相談日

借入返済の相談に弁護士・司法書士が応じます(要予約)。
 5月10日〜6月7日の毎週水曜日午後1時30分〜4時
 消費生活センター(市セ) 32・0022

消費者月間記念講演会

「人によさしいデジタル化へ」その現状と課題」
 5月23日(火)午後1時30分〜3時
 場 場まちなかキャンパス長岡(大手) 消費生活アドバイザー・コンサルタント・相談員協会・高杉陽子さんほか 定40人先着
 5月9日(火)から消費生活センター(アオ) 32・0082へ

税理士無料税務相談(要予約)

5月17日(水)、6月7日(水) 午前9時30分〜正午
 場 税理士会長岡支部(三和3) 33・8080 担当 市民税課(アオ) 39・2212



5月1日(月)から税金・保険料などを楽々ペイで納付できます
 市・県民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税

がん患者の医療用補整具購入費を補助します

医療用ウィッグ、乳房補整具の購入費を補助します。
 次の全てを満たす人①市内に住み、治療を受けたまたは現在に治療を受けている②治療による脱毛または乳房の切除に伴い補整具が必要または必要となる③同様の補助金の交付や過去に補助を受けていない
 補助額 購入費の2分の1(上限2万円)
 申請 市ホームページにある申請書



「paypay」「LINE Pay」「d払い」「J-Coin pay」「auPAY」でも納付できます。ポイントが付くかは各アプリ事業者にお問い合わせください。

「胸を張ってがん晴れる! 温泉ご褒美」@えちご川口温泉

新潟市民病院乳腺外科医師・利川千絵さんが講話します。
 ①日帰りコース
 6月15日(木)午前10時〜午後3時 ¥1,900円(昼食、入浴料)
 ②宿泊コース
 新潟市民病院乳腺外科医師・利川千絵さんが講話します。
 6月15日(木)午前10時〜16日(金)午前10時(泊2日) ¥14,900円(1日目昼食、入浴料、宿泊料含む) ※15日夜からの参加も可能。詳しくは同プロジェクトホームページで



①②いずれも 定30人先着(①②合計) 6月8日(木)までにえちご川口温泉リゾート(89・3000へ)

この企画は、女性の気づきを募集した昨年のアイデアコンテストから誕生しました。人の目を気にせずのんびりと温泉を楽しめます。

女性の不安・孤独に寄り添います

笑顔プロジェクト

個人権・男女共同参画課(市セ) 39・2746

①気軽に何でも相談を
 専用電話 080・9691・7830
 平日午前10時〜午後4時(年末年始は除く) 場 市民協働センター(アオ)

②生理用品の無償提供
 場 市民協働センター、男女平等推進センター・ウィルながおか(市セ)、市役所なんでも窓口(アオ)、まちなかキャンパス長岡(大手)、科学博物館(さい)、各支所

長岡をもっと楽しく♪ 若者のやってみよう! を全力応援

図ながおか・若者・しごと機構(ミライエ長岡企画推進室(大手内)) 86・6008

①若者提案プロジェクト補助金

若者のアイデアの実現をサポートします。
 対 4月1日時点で18歳〜39歳の方が来年2月28日(水)までに実施する事業
 補助額=事業経費の4分の3以内



▶地方創生に取り組む団体「NN」が補助金を活用して開催したサウナや食事を楽しむイベント

②若者の多彩な出会い推進事業補助金

若者を対象にした婚活イベントの開催を支援します。
 対 4月1日時点で18歳以上の代表者がいる団体が、来年2月28日(水)までに市内で実施する事業
 補助額=1事業につき上限10万円

①②いずれも 事業実施の2カ月前まで(審査あり) ※詳しくは同機構ホームページ(右)で



令和5年度(令和4年分)市・県民税に関する証明書の交付は6月15日(木)から
 対象証明書 所得・課税証明書 ※市・県民税全額が給与から差し引かれる人は、5月15日(月)から交付
 市民税課(市セ) 39・2212

雨水タンク・防水板設置費用の半額を補助します
 ①雨水タンク(100リットル以上貯留できる製品)
 雨どいから雨水を集め、敷地内や道路への流出を抑制。ためた雨水は、草木の水やりなどに利用できます。
 補助額 対象経費の2分の1(上限2万円) 対 市内在住者
 雨水タンク



▲雨水タンク

計量器の定期検査を実施します
 量り売りなどの業務に使用する計量器は、計量法による定期検査を2年に1回受けなければなりません。
 6月1日(木)〜20日(火) 対 中之島・越路・三島・小国・和島・寺泊・栃尾・与板地域の事業所 図 産業支援課(大手) 39・2222

獣害対策にご活用ください

図鳥獣被害対策課(市セ) 39・2348

①電気柵の導入

電気柵資材の購入費用を補助します。
 対 町内会や農家組合などの団体、市内在住の個人(個人は条件あり。要相談) 補助額=対象経費の2分の1 上限額=団体…20万円、個人…5万円



電気柵の仕組みや設置方法を学べる研修会も行っています。ぜひご相談ください!

②鳥獣緩衝帯の整備

人と野生動物の生活圏を隔てる「鳥獣緩衝帯」の整備にかかる費用を補助します。
 対 町内会や農家組合などの団体 対象経費=賃金、機械賃料、処分費、委託料など 上限額=15万円

③不要果樹などの伐採

柿、栗、ドングリ、ギンナンなど、野生動物を引き寄せる樹木の伐採にかかる費用を補助します。
 対 町内会や農家組合などの団体 対象経費=賃金、機械賃料、処分費、委託料など 上限額=5万円

④捕獲わなの導入

ハクビシンやタヌキなどの小型動物用箱わなの購入費用を補助します。
 対 町内会や農家組合などの団体 上限額=36,000円(1基あたり18,000円)

納期限は5月31日(水)です

- 軽自動車税(種別割)(全期)
- 介護保険料(2期)
- ※スマートフォン決済が便利です

急患診療のお知らせ

診療時間外などに具合が悪くなったときにご利用ください。なお、新型コロナウイルス感染症の院内感染を防ぐため、受診する前に必ず電話で相談してください。
 持保険証、医療費助成の受給者証(ある人)

- 風邪や腹痛などの比較的軽症な救急患者 → ①～④を受診してください
- 入院や手術を必要とする重症な救急患者 → ⑤を受診してください

施設名 (長岡局番0258)	診療科目	受付時間	診療曜日					
			日・祝	月・金	土	日	月	
①中越こども急患センター ☎86・5099	小児科(中学生まで)	午後6時45分～9時30分	—	●	●	—	—	—
②休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科	午後6時45分～9時30分	—	●	—	—	—	—
	内科 小児科 外科	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分	●	—	—	—	—	—
③休日急患歯科診療所 ☎33・9644	歯科	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分	●	—	—	—	—	—

①～③はさいわいプラザ(幸町2-1-1)の1階にあります

産婦人科は在宅当番医制です(日曜・祝休日のみ)。お問い合わせは休日・夜間急患診療所 ☎37・1199へ。



④休日在宅当番医(中之島・見附地区)

受付時間=午前9時～11時30分、午後1時～4時30分
 ※外科は④、内科は⑤で表記しています。

期日	病院名	電話番号
4月	④ 田崎医院	☎62・1122
	④ 石川医院	☎66・2140
5月	④ 山谷クリニック	☎61・1388
	④ 杏仁堂医院	☎62・0123
	④ 中之島クリニック	☎61・2551
	④ 関谷医院	☎61・0205
	④ 星整形外科医院	☎66・8808
6月	④ 石川医院	☎66・2140
	④ 林俊彦クリニック	☎66・3000
	④ わたなべ皮膚科	☎62・7750
	④ 田崎医院	☎62・1122

⑤救急当番病院

- 立川総合病院 ☎33・3111
- 長岡赤十字病院 ☎28・3600
- 長岡中央総合病院 ☎35・3700

当番病院に関するお問い合わせ先
 休日・夜間急患診療所 ☎37・1199(受付時間のみ)
 長岡市医師会 ☎22・5600
 長岡市消防本部 ☎36・0119

●墓園使用者
 場・新規区画数 ①長岡市墓園(鉢伏町) : 50先着 ②越路墓園 : 14先着 面積 ①4㎡

要項で ②3・3㎡ 市内に住所があり、使用許可後1年以内に墓碑を建立できる人 使用料 ①149,000円 ②136,000円 管理手数料 ①300円 ②1,800円 ③1,300円
 ④5月17日(水)～11月30日(木)に①市民課アオ ☎39・2019、②越路支所地域振興・市民生活課 ☎92・5908)にある申請書で ※再使用区画の長岡市墓園(市民課)、仏の入墓園(三島支所地域振興・市民生活課 ☎42・246)、小島谷墓園(和島支所地域振興・市民生活課 ☎743113) もあります



▶昨年度ボスターの部入賞作品(宮内中学校1年(当時) 中村光花さん)

挑戦者集まれ～！ 世界えだまめ 早食い選手権

長岡特産のおいしい枝豆を「きれいに、味わって、早く」食べることを競う大会です。
 ④7月16日(日)午前10時～午後4時30分 場アオーレ長岡 ④①個人戦…60人 ②団体戦…40チーム(3人1組) ④選 ④①2,000円 ②6,000円 ④6月1日(木)までに大会ホームページで ④農水産政策課市セ ☎39・2223



4年ぶりにアリーナで開催します。殻の中の食べ残しや豆を落とした場合はペナルティに。“えだまめ愛”も重要な勝負のポイントです！

●はり・きゆう・マッサージ 施術費助成券を交付します
 75歳以上の人がはり・きゆう・マッサージを受けるとき、1回1,000円の助成券を交付します(1人年4枚)。
 ④①総合窓口(福祉窓口)アオ、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課) ②各高齢者センター・各コミュニティセンター(②は後日郵送) ③マイナンバーカード、保険証など年齢を
 確認できるもの
 ④長寿はつらつ課 ☎39・2226
 ④さい ④39・2226
 ④8、各支所



●長岡造形大学事務職員(令和6年4月1日採用)
 ④1人程度 仕事 ④大学管理・運営業務 ④4年制大学を来年3月31日(日)までに卒業見込みの人 ④同大学 ☎21・3311 ※申し込み方法など詳しくは同大学ホームページで
 ●介護保険適正化推進員(会計年度任用職員)
 ④1人 雇用期間 ④6月1日～来年3月31日(勤務成績により更新あり) 仕事 ④介護給付と医療情報の点検など
 ④次の全てを満たす人 ④介護

●「平和」をテーマとした作文・ポスター・標語
 入賞者10人を8月6日(日)に広島で開催される平和記念式典に派遣します。
 ④市内中学校の生徒 ④5月31日(水)までに各校にある応募

手続き・制度

募集

姉妹都市フォートワース市から 中・高校生がやってくる ホストファミリーになろう

来訪グループ=青少年11人、引率3人 ④14家族 滞在期間=6月22日(木)～29日(木) ④宿泊や食事の提供、市民センターなどへの送迎 ④5月19日(金)までに長岡市国際交流協会(国際交流課市セ内) ☎39・2207へ

★ホストファミリーに登録を

外国人ゲストのほか、ホスト同士の交流も深められます。詳しくは同協会ホームページ(右)で。



各家庭の希望をもとにゲストをマッチングします。ゲストの受け入れ前には説明会を開催。ホストファミリーとしての心構えを伝え、不安や質問にお答えします。世界中に友人をつくるチャンスです。



出演者募集

みんなでつくろう♪ 長岡市民音楽祭

10月22日(日)にリリックホールで合唱や演奏を披露します。詳しくは、市ホームページまたはリリックホールなどにあるチラシをご覧ください。

①合唱出演者

フィナーレで歌います。
 ④6月25日(日)午後4時から(初回。計5回)
 場ホテルニューオータニ長岡(初回のみ)
 ④日本合唱指揮者協会理事・仁階堂孝さんほか ④譜読みができる人 ④定80人 ④選 ④¥1,000円



②リレーコンサート出演団体

④市内で活動している合唱団体

③講座参加者

本番に向け練習します。

①箏

④7月1日(土)午後2時～3時30分(初回。計10回) 場千手コミュニティセンター ④講長岡三曲連盟・池田聡子さんほか ④定10人 ④選 ④¥5,000円(箏爪が必要な人は別途5,000円)

②弦楽

④6月24日(土)午前9時30分～11時30分(初回。計5回) 場中央公民館④(初回のみ) ④講アンサンブル・オビリー ④バイオリン、ピオラ、チェロ、コントラバスがある人 ④定20人 ④選 ④¥5,000円

③フルート

④6月18日(日)午後3時～5時(初回。計10回) 場リリックホール ④講長岡音楽指導者の会・茨木理恵さんほか ④フルートがある人 ④定20人 ④選 ④¥5,000円

①～③いずれも ④5月31日(水)までに同実行委員会事務局(文化振興課さい内) ☎32・5110へ

5月15日(月)から
対象拡大

18歳以下も65歳以上も! マイナカード自宅訪問でかんたん申請

☎市民課 ☎39・7575

市職員が自宅を訪問して申請を受け付け、カードは自宅へ郵送します。
☑市内に住民登録があり、初めてカードを申請する①65歳以上②身体障害者手帳を持つ人③18歳以下
④①～③の人が申請した場合に限り同一世帯の人 ☑希望日の4日前までに専用フォーム(右)または電話で



企業や町内会にも
出向きます! 気軽
にご相談ください。



マイナポイント申込期限は 9月末まで延長に

2月末までにマイナンバーカードを申請した人が対象です。 ☎市コールセンター ☎89・6954

市政だよりが 読みやすくなりました!

● 行の間隔を広く

「お知らせ」や「みんなのひろば」の行の間隔が広がりました。内側の余白を減らして紙面を広く使います。

● とじ穴をなくしました

自由なレイアウトで伝わる記事を目指します。穴を開けるときは、裏表紙左の▲と●を目印にしてください。

☎広報・魅力発信課 ☎39・2202

電子申請ができる ようになりました!

掲載の依頼は電子申請をご利用ください。Eメールでの受け付けは終了します。



みんなの ひろば



市民サークルの催しや会員募集などを掲載しています。

- ◆原稿締め切り…7月号は5月31日(水)(必着)、8月号は6月23日(金)(必着)。開催日や申し込み締め切りが、【7月号】7月10日(月)、【8月号】8月3日(木)以降のものに限ります。
- ◆提出先…〒940-8501 広報・魅力発信課へ郵送、持参、FAX39・2272、専用フォーム
- ※応募多数の場合、掲載できないことがあります

次に該当するものは原則掲載できません。
①広く市民が参加・応募できない②活動が主に市外で行われている③政治・宗教・営利が目的(準ずるものを含む)
●原則、会員募集は年1回、同一団体の掲載は年4回までです。
☎広報・魅力発信課 ☎39・2202

催し

GWは錦鯉ごまごまごまごま
山古志直売所まつりで錦鯉ブリスを出展します。
☐5月4日(祝)午前9時～午後1時30分 場 山古志支所 内 錦鯉の販売、じゃんけん大会、金魚すくいなど 関 長岡市錦鯉養殖組合 ☎080・2073・7800
山古志二十村郷山菜採りの会
☐5月5日(祝)・7日(日)・9日(火) 午前9時～午後3時 集合 長岡駅東口 ☎各2,000円(昼食代含む) 申 各前日までに闘牛と錦鯉の伝統文化を守る会・篠田さん ☎090・6700・7980へ

催し

赤城コマランド植樹会
☐5月5日(祝)午前10時～午後3時 内 樹木の雪起こし、ピザ焼きなど ☎小学生以上100円 場・関 赤城コマランド・山川さん ☎090・3215・8256
ザ・ウィンド・アンサンブル 春のミニコンサート
☐5月6日(土)午後2時～3時 場 リリックホール 関 高橋さん ☎080・3148・2314
スポーツ吹矢発祥記念館(城内町2)の催し
内・関 吹矢吹矢:5月13日(土)、からくり吹矢:6月3日(土)、さわやか指笛メロデー:7月1日(土)、越後唸り独楽:8月5日(土) 午後1時～3時 定 各30

募集

認知症予防 いきいきステップの会員
☐毎月第1・3金曜日午前10時～正午 場 社会福祉センター ☎500円 申 新保さん ☎090・9420・8500
河川愛護モニター
応募方法などの詳細は信濃川河川事務所占用調整課(☎3268)へご相談ください。任期 11月～来年6月
長岡混声合唱団員
☐水曜日午後7時～9時(月1回)、日曜日午後2時～5時(月1回) 場 さいわいプラザ ☎5,000円 申 鷺頭さん ☎090・2750・8753
和紙人形教室会員
☐月曜日午前9時30分～11時30分(月2回) 場 さいわいプラザ ☎年7,000円 申 姉崎さん ☎76・0123
絵手紙ゆめめる会員
☐毎月第4火曜日午前10時～正午 場 表町コミュニティセンター ☎年10,000円 申 鶴見さん ☎32・4083
夏休み海外研修交流事業参加者
イギリスやカナダなど7つのコースがあります。詳しくはお問い合わせください。
☐7月24日(月)～8月14日(月) 内 ホームステイ、地域見学など
☐小学生3年生～高校生 関 国際青少年研修協会 ☎03・6825・3130

会・本田さん ☎38・2507
シンポジウム「長岡郷土史の過去・現在・未来」
☐5月27日(土)午後2時～3時30分 場 さいわいプラザ 関 長岡郷土史研究会(文書資料室内) ☎36・7832
講座「山へのあがれ、たのしみ」
☐6月3日(土)午前10時～正午 場 アトリウム長岡 定 12人 関 着申 オアシスの会・小森さん ☎32・2532
長岡クラフトフェア
☐6月3日(土)・4日(日)午前10時～午後4時30分(4日は午前9時30分から) 場 千秋が原ふるさとの森 関 実行委員会 堀口さん ☎080・6718・1838
長岡観光ボランティアガイドの会 長岡街中歴史散策と「山本五十六記念館」
☐6月10日(土)午前10時～正午(雨天決行) 集合 山本五十六記念館 ☎5月10日(水)～30日(火)に長岡観光コンベンション協会 ☎32・1187へ
講演会「激動の日本経済、これからどうなる？」
☐6月12日(月)午後3時30分～5時 場 ホテルニューオータニ長岡 関 ジャーナリスト・長谷川幸洋さん 定 200人 関 着申 ☐6月6日(火)までに長岡法人会 ☎

35・0328へ
長岡大学 ☎39・1600の催し
①オープンキャンパス
☐6月17日(土)午前10時～午後3時 内 模擬授業、無料ランチ体験など 申 6月14日(水)まで
②公開講座「Power, Autocomplete, Desktopで操作を自動化」
☐6月5日(月)・12日(月)・19日(月) 午後7時～8時30分(計3回) 場 まちなかキャンパス長岡 定 5人 関 着申 5月29日(月)まで
③公開講座「あなたの知らない古町芸妓」
☐6月14日(水)午後6時30分～8時30分 場 まちなかキャンパス長岡 定 50人 関 着申 6月7日(水)まで
④公開講座「営業活動の重点見直しポイントを解説」
コース・関 効率アップ編:6月28日(水)、効果アップ編:7月12日(水) 午後4時～6時 場 まちなかキャンパス長岡 定 各20人 関 着申 6月21日(水)まで

スポーツ

大人の部活 ピラティス部
☐5月28日(日)午前9時～9時50分 場 興国寺(千手2) 定 10人 関 着申 ☎1,500円 申 5月26日(金)までにおか医療生活協同組合トレーナー ☎32・3888へ
会員募集
長岡剣道会成人剣道クラス
☐5月7日からの毎週日曜日午前10時～正午 場 久武館道場(東片貝町) 関 大学生以上

健康

特設人権相談所
☐6月1日(木)午前9時～正午:和島支所、午後1時～3時:アオーレ長岡、5日(月)午前10時～正午:栃尾支所、7日(水)午前9時～11時:おぐにコミュニティセンター、午後1時～3時

健康

骨粗しょう症予防教室
☐5月20日(土)午後1時～2時15分 定 18人 関 着申 申 吉田病院 ☎32・0490
豊かな健康教室
「認知症サポーターってなに?」
☐5月27日(土)午後1時30分～3

健康

寺泊コミュニティセンター、8日(木)午後1時～4時:よいたコミュニティセンター、28日(水)午後1時～4時:中之島コミュニティセンター、7月7日(金)午後1時～3時:山古志体育館 内 いじめ、虐待、差別問題など 関 新潟県地方事務局長岡支局 ☎33・6901
少人数の学校を見に来ませんか
☐6月3日(土)午後2時20分～3時10分 場 太田小・中学校 内 授業参観、懇談会 関 小・中学生と保護者 関 オープンスクール推進協議会 ☎23・2016
福祉のしごと就職フェアin長岡
☐6月11日(日)午後1時30分～3時30分 場 ハイブ長岡 内 求人面談、相談コーナーなど 関 新潟県福祉人材センター ☎025・281・5523
行政相談委員をご利用ください
国や県などの仕事に関する苦情や要望を受け付けます。
☐毎月第1月曜日:アオーレ長岡、毎月第3火曜日:イオン長岡店(祝日を除く) 時 午後2時～4時 ※その他の地域はお問い合わせください 関 新潟行政評価事務所 ☎025・282・1112



市民が育てた2万本の花々が見頃 花いっぱいフェア

関緑花センター「花テラス」
☎39・8718

時間＝午前10時～午後4時 内容＝グリーンマーケット、花かんむりづくり、木工プランターづくり体験、花のコンサート、青空レストランほか



花と緑を 楽しもう♪

フラワースタンプラリー

県立植物園、みつけイングリッシュガーデン、緑花センター、国営越後丘陵公園などを巡ると、抽選で賞品がもらえます。

期間＝6月18日(日)まで 関国営越後丘陵公園



今年7月で開園25周年

国営越後丘陵公園

☎47・8001



5/27土～6/18日 アオーレ長岡にも
ばらの箱庭が登場！

丘陵公園の歩みをたどるパネル展示や写真撮影が楽しめるフォトスポットが登場します。
関国営越後丘陵公園

香りのばら園は誕生20年



時間＝午前9時30分～午後6時（ばら園周辺のみ5月27日(土)・28日(日)、6月3日(土)・4日(日)は午前8時～午後7時30分。6月10日(土)・11日(日)は午前9時30分～午後7時30分) 料金＝65歳以上210円、高校生以上450円、中学生以下無料 駐車料＝普通車320円、大型車1,050円、二輪車100円 入園無料日＝5月4日(祝)・27日(土)、6月4日(日) (駐車料は有料) 休園日＝5月8日(月)

① 香りのばらまつり

約800品種2,400株のばらが咲き誇ります。
日時＝5月27日(土)～6月18日(日) 内容＝ばら苗販売、講演会、クイズラリーなど

② 香りのばら園誕生20年記念 セレモニー&トークショー

日時＝5月27日(土)午後1時30分～4時 場所＝花と緑の館、香りのばら園

③ 国際香りのばら新品種コンクール表彰式

日時＝6月4日(日)午後1時～2時10分 場所＝花と緑の館

■発行：長岡市（令和5年4月25日発行）
〒940-8501新潟県長岡市大手通1-4-10 ☎0258・35・1122(代)
※市政だよりは市役所総合ガイド、東・西サービスセンター、各支所で発行日から閲覧できます
編集：広報・魅力発信課 ☎0258・39・2202/FAX0258・39・2272

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

VEGETABLE OIL INK 植物油インキを使用しています

■人口と世帯（4月1日現在）
人口/259,852人(-805)
世帯数/109,787世帯(-2)
男/127,280人(-388)
女/132,572人(-417)
※（ ）内は前月比

長岡の話題、ほぼ毎日更新中！



Facebook



LINE



Instagram