

ながおか 市政だより

Nagaoka

11
2023



p 2 官民視察団がキルギスを訪問

p 3 マーケティングで宿泊施設を応援!

●表紙

宮内・摂田屋で街巡り HAKKOtrip (p 4)



越路地域の宿泊施設・中盛館で行われた個別アドバイス

楽天
と連携

マーケティングで宿泊施設を応援！ 長岡観光の魅力アップへ

観光企画課 ☎39・2344

日本最大級の宿泊予約サイト「楽天トラベル」を運営する同社は、利用者の口コミや宿泊予約などのデータから消費者行動を分析。セミナーや個別相談でマーケティングのノウハウを伝えます。市内の事業者が対象の勉強会は、朝食、清掃、人材育成などがテーマ。さまざまな角度から幅広く学び、各施設でサービス改善につなげます。

新型コロナウイルス感染症による行動制限がなくなり、国内旅行やインバウンドが復調の兆しを見せています。市はこのタイミングを捉え、地域の観光誘客力を底上げしようと、包括連携協定を結ぶ楽天グループ(株)の協力を得て、宿泊施設のサービス改善支援を始めました。

「楽天トラベル」の データを広く活用

宿泊サイトの評価に基づく アドバイスに納得



(有)中盛館 専務取締役
梶山 卓巳さん

人手が少ない中でもお客様の満足度を上げたいと考え、個別アドバイスを利用しました。

マーケティングの専門家への相談は今回が初めて。他社との比較や客観的な評価に基づくアドバイスで視野が広がったと感じます。何度も旅館に足を運んで一緒に考えてもらい、より良いサービス提供への思いが強まりました。

宿泊サイトでお客さまの評価が高かった食事や温泉のコンセプトがより伝わるよう、まずはホームページなどの見せ方を工夫します。

宿泊施設へのサポート

■改善ポイントを探るセミナー・ワークショップ
観光業界や競合施設の動向を分析し、業務改善の方向性を探る

■顧客満足度を高める勉強会
楽天トラベル内での評価が高い施設から講師を招き、サービス改善のノウハウを伝える

■宿泊施設への個別アドバイス
施設評価や口コミなどから見えるニーズと現場の認識をすり合わせ、施設の魅力を引き出す

★長岡の魅力向上や宿泊単価アップに向け、宿泊者にブランド米「金匠」を贈呈するキャンペーンも



グローバル化・DXで 産業の未来を切り開く



首都ビシュケクのアラトール広場

官民視察団がキルギスを訪問

磯田市長は10月10日から3日間、市内の介護・医療法人やIT事業者、製造業の関係者と共に、日本への人材の送り出しに積極的に取り組むキルギス共和国を視察しました。介護・IT・観光分野の専門人材受け入れを進めるため、現地の政府関連機関やIT系企業などを視察。人材交流に必要な枠組みづくりや市内企業とのビジネス連携の可能性などを話し合いました。また、日本で働く人材を育



▶日本への人材送り出しを担当する労働・社会保障・移民省の副大臣と意見交換をする磯田市長

成するアラバエフ・キルギス国立大学付属日本学院などを訪問。介護分野などで日本での就業に意欲的な学生と交流したほか、大学の学習内容や学生の日本語の習得レベルなどを確認しました。市は今後も、専門的な知識を持つ外国人材が活躍できる環境を整備し、市内企業とのさらなるグローバル化やDX※を後押しします。 団産業立地・人材課 ☎39・2228



▶アラバエフ・キルギス国立大学付属日本学院の学生と交流する訪問団

視察参加者の声



キルギスの学生からは、日本で働いて技術を身に付けたいという意欲を感じました。IT技術者が不足している長岡の製造現場にITを学んだ彼らがインターンシップに来てくれたら、新たな化学反応が起きるかもしれない。そこに長岡の学生も加われば、長岡の産業はもっと面白くなりそうです。

長岡工業高等専門学校 教授・矢野昌平さん

キルギスの学生が期待に満ちた笑顔で迎えてくれました。介護業界は人手不足で、海外から多くの人材を受け入れています。キルギスの学生は向上心や日本への関心が高く、介護人材としての可能性を感じました。みんなで力を合わせ、長岡らしい温かい介護を届けていければと思います。



長岡三古老人福祉会 高齢者複合施設サクラレ福住施設長・冨田幸二さん

※DX (デジタル・トランスフォーメーション) ...デジタル技術を取り入れ、製品やサービスをより良く変化させること



キルギス共和国って どんな国？

ユーラシア大陸のほぼ中央にあり、美しい自然に囲まれた国です。近年、IT産業の育成に力を入れており、高い技術力が注目されています。日本の援助で産業や社会サービスの整備を進めたことや日本人と顔立ちが似ていることなどから、親日国として知られています。



▶訪問団を歓迎する民族楽器の演奏



地域のまきこ

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
(16人が登録しています)

おいしいソーセージ

川口コミュニティセンターで手作りソーセージ教室が行われました。こね上げた生地を腸に詰める作業に、子どもたちは大はしゃぎ。出来上がりを楽しみに、根気よくお手伝いしました。
(10月14日) ☑土田千栄美さん



もっと親子時間♪

子どもの描いた絵に込められた気持ちを親子で共有するコミュニケーション体験会をミライ工長岡で行いました。こだわりのポイントを笑顔で話す子どもたち。「いっぱい褒めてもらえてうれしいな！」(10月15日) ☑関谷愛さん

すてきな灯ろうを作ろう

三島地域の日吉小学校3・4年生が、「越後みしま竹あかり街道」に並べる灯ろうを作りました。光にかざして確認すると、納得の出来栄。みんなの力がまちを暖かく照らします。
(9月25日) ☑土田千栄美さん



もう一息!

和島体育館の体力測定会で、上体起こしにチャレンジ。「もう無理〜!」と声を漏らしながらも、好記録を目指して限界に挑みました。
(10月1日) ☑棚橋光也さん

足元も彩りお出迎え

越路もみじまつりの開催に合わせ、地域住民が越路中学校付近の歩道脇に300株ものパンジーの苗を植えました。紅葉とともに、色鮮やかな花々が訪れた人の目を楽しませてくれます。
(10月8日) ☑箕輪務さん



木漏れ日差すステージ

おぐに森林公園で行われた「音楽の森」。木漏れ日が心地よい会場にバンドの演奏が響き渡ると、来場者も思わずうっとり。
(10月14日) ☑箕輪務さん



今月の表紙

長岡に根づく発酵・醸造文化の魅力を楽しむ「HAKKŌ trip」を宮内・摂田屋地区で開催しました。今年はみそ蔵や酒蔵を巡る「謎解きラリー」が初登場。100組以上が参加し、まち歩きを楽しみました。
(10月15日)



お待ちかねの新米おにぎり

「中之島産業まつり」に、大口れんこんなど秋の味覚が勢ぞろい。新米コシヒカリのおにぎり配布には長蛇の列ができました。つやつやのおにぎりを受け取り大満足!
(10月15日)



リズムに乗ってステップ

山古志体育館で行われたトランポビクス教室。音楽に合わせた楽しいエクササイズで、気持ちのいい汗を流しました。
(10月12日) ☑酒井弘剛さん



大自然に響く、フルーツの調べ

栃尾地域梅野侯の櫓山峠で、約100人がトレッキングに参加しました。山頂では長岡大手高校音楽部がフルーツ演奏でお出迎え。参加者は澄んだ秋空に響く美しい音色に魅了されていました。
(10月8日) ☑棚橋光也さん



いざ、出陣!

与板中学校3年生など44人が甲冑や着物姿で登場した「天地人行列」。勇ましくまちを練り歩くと、観客から大きな拍手が送られました。
(10月7日) ☑酒井弘剛さん



海上からの景色に大興奮

「農と魚のフェスティバルin寺泊」で、漁船に乗り込んだ参加者たち。爽やかな潮風の中、海から臨む弥彦山や大河津分水路などの景色を楽しみました。
(9月30日)

市政の最近のできごとを紹介します。



ビジネスに生成AI、広がる可能性

チャットGPTなどの生成AIの活用に先駆的に取り組もうとセミナーを開催。長岡出身で日本を代表するプログラマー・清水亮さんの講演に、IT企業で働く人や学生など約100人が熱心に聞き入りました。(9月26日)



栃尾地域の足、より便利に

栃尾地域のデマンド型乗合タクシー「景虎号」の路線に、新たに2つのルートが加わりました。学生割引や回数券を導入し、通学や通院、商店街への買い物など住民の幅広いニーズに応えます。(10月1日)



35年の絆!フォートワースから訪問団

姉妹都市締結から35周年を記念し、米国フォートワース市の訪問団27人が長岡を訪れました。撰田屋の見学や米百俵まつりへの参加などで交流を深め、今後も続く友好を確認しました。(10月5日～8日)



学生の挑戦でまちなかを元気に

若者にまちなかの魅力を知ってもらおうと、4大学1高専の学生を中心としたグループが、「まちなかぶんかさい」を企画。企業なども協力し、トークイベントやマルシェなどでまちなかを盛り上げました。(10月7日)



給食でおいしく発酵を学ぶ

発酵のまち長岡をPRしようと、市内の小・中学校で発酵食品を使った給食を提供しました。子どもたちは、栄養教諭がみそ蔵やしょうゆ蔵を取材して作った動画も視聴。おいしく発酵を学びました。(10月18日)



中越大震災から19年

山古志地域では、住民団体が中心となり中越大震災の追悼式典を開催。インターネット上の仮想空間から「デジタル村民」が参加するなど多くの関係者が集い、これまでの支援やつながりに感謝しました。(10月23日)

お知らせ

市ホームページ: <https://www.city.nagaoka.niigata.jp/>

◆略字の見方
 日=日時・期日 時=時間 場=場所・会場
 内=内容 講=講師 対=対象・資格
 定=定員・募集人数 料=料金・参加料 持=持ち物
 申=申し込み 問=問い合わせ
 先着=先着順 抽選=申し込み多数の場合は抽選

注) 画どなたでも、画特になし、画無料、画不要(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
 ・画は、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 市セ=市民センター 大羽=大手通庁舎
 ミラ=ミライエ長岡 さい=さいわいプラザ

今月のおしらせ隊 隊員

なら王わし麻呂

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、和島地域のマスコットキャラクター「わし麻呂くん」。平成6年に生涯学習のマスコットとして誕生しました。平成24年に「わしま観光大使」となり、さまざまなイベントで和島地域をPRしています。



小学生向けのワークショップが盛りだくさんのミライエ長岡!ぜひ遊びに来てね。 [8ページ](#)

2 ほうかご国際文化部

インド出身の留学生と簡単



1 World Cafe
 世界の茶の間
 12月9日(土)午後1時30分～3時 内 ナイジェリアとスリランカ出身の留学生が英語で母国を紹介 定 30人(先着) 申
 11月13日(月)から画で

国際交流センター「地球広場」
 市セ 39・2714



今日はどこに行こう? / 市ホームページ イベントカレンダー

カレンダー形式でイベントをチェックできます。ぜひご利用ください。



▲こちら

1 野沢菜漬けの講習会
 11月23日(祝)午前10時～正午 定 15人(先着) 料 300円
 2 二八そば打ち
 11月26日(日)、12月9日(土) 午前9時30分～正午 定 各10人(先着) 料 各2,000円

おぐに森林公園
 95・3161

1 企画展「長岡市史」回顧展
 I 検地帳に中世を読む―地名に刻まれた村の歴史―
 上杉景勝、直江兼統の時代の古文書などを展示します。
 11月7日(火)～12月2日(土) 関連イベント
 12月18日(土) 24日(金) 午前10時～10時30分 講 田中洋史 歴史文書館長
 2 関連刊行物を特別価格で販売
 12月28日(木)まで 内 料 長岡市史「長岡市史」資料編2、長岡市史双書No.9・10・18:各500円、「長岡市史研究」第27号:各1000円

歴史文書館 36・7832

1 企業展「若者・ひと機構」
 (ミライエ長岡) 企画推進室
 36・6008

1 歴博DE婚活
 12月3日(日)午後0時30分～5時 場 県立歴史博物館 内 料 各10人(先着) 料 男性3,000円、女性2,000円
 11月17日(金)までに同イベントホームページで 問 ソラヒ

日米開戦から82年 鎮魂と平和の花火

園庶務課 アオ 39・2203

12/8 金



「世界中の爆弾をすべて花火にかえよう!」を合言葉に、戦争犠牲者への鎮魂と平和への願いを込めた花火「白菊」を日米開戦の日に信濃川河川敷で打ち上げます。打ち上げ時間=午後5時
 ★千秋が原ふるさとの森アトリウムで午後4時から「平和をつなぐ・トークショー」、「平和の灯」点灯、5時15分から「祈りの調べ」コンサートを開催します

1 ト日和・堀口さん 080・6718・1838
 2 ペトナムフエス
 11月18日(土)・19日(日) 午前11時～午後5時(19日は午後4時まで) 場 アオーレ長岡 内 飲食・物販、ステージイベントなど
 郷土料理のバイミーやフオアを味わったり、民族衣装のアオザイを着て記念撮影ができます。
 ▲実行委員のみなさん



ウロコのない魚



海のウツボオッチ

長い体と鋭い歯を持ち、体の表面にウロコがない魚です。小魚や甲殻類を大きな口で捕食します。

同館で全長60cmほどのウツボを展示している水槽では、共生関係にあると言われるホンソメワケベラも飼育。体の表面や口の中の寄生虫を食べべてくれるため、肉食性のウツボもホンソメワケベラは食べません。

いこうよ、海の大冒険！ 園寺泊水族博物館 ☎75・4936

県内初開催 女子中・高校生向けウェブサイト作成講座 Waffle Camp

園人権・男女共同参画課 ☎39・2746



全国各地で女子中・高校生向けの講座を展開するNPO法人Waffleが、プログラミング講座や女性エンジニアによる講演を行います。

11月23日(祝)午前10時～午後4時 場ミライエ長岡(オンライン可) 対市内に在住または通学する女子中・高校生 定20人(抽選) 持Wi-Fiに接続できるパソコン、イヤホン、昼食 11月15日(水)までに専用フォーム(右)で

ダイバーシティ研究環境実現シンポジウム ビッグデータが導く革新と可能性：経済産業省が推し進めるFemTechを活用することで私たちの日常はどのように変化するのか

生理日管理ツール「ルナルナ」の開発・運営を行う(株)エムティーアイ執行役員の日根麻綾さんが、アプリの開発秘話やFemTechの経済効果などを語ります。



11月29日(水)午後1時～2時45分 場長岡技術科学大学(オンライン可) 定80人(先着) 11月22日(水)までに専用フォーム(右)で 園同大学男女共同参画推進室 ☎47・9911

FemTechとは、Female(女性)とTechnology(技術)を組み合わせた造語。女性の健康課題を科学技術で解決する製品やサービスを指します。



200円 11月11日(土)から 11月15日(水)まで 12月17日(日)まで 11月18日(土)午前10時30分～11時 園読み聞かせ 定10人(先着)

寺泊地域図書館(寺泊文化センター内) ☎75・5159 12月24日(日)まで 当選発表 12月26日(火) 景品引換 来年1月30日(火)まで

馬高縄文館 ☎46・0601 11月25日(土)～来年3月10日(日) 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで) 月曜日は午後4時30分まで 月曜日は祝日の場合は翌日 12月28日(木)～来年1月4日(木)は休館 一般200円、高校生以下無料

11月20日(月)～12月1日(金) (展示替え期間) 11月19日(日)午後1時30分～3時 園建築士・野田英世さん 対どなたでも(小学生以下は保護者同伴) 定8人

12月9日(土)①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時 ③10日(日)午前10時～11時30分 ④11日(月)午前10時～11時30分 ⑤12日(火)午前10時～11時30分 ⑥13日(水)午前10時～11時30分 ⑦14日(木)午前10時～11時30分 ⑧15日(金)午前10時～11時30分 ⑨16日(土)午前10時～11時30分 ⑩17日(日)午前10時～11時30分 ⑪18日(月)午前10時～11時30分 ⑫19日(火)午前10時～11時30分 ⑬20日(水)午前10時～11時30分 ⑭21日(木)午前10時～11時30分 ⑮22日(金)午前10時～11時30分 ⑯23日(土)午前10時～11時30分 ⑰24日(日)午前10時～11時30分 ⑱25日(月)午前10時～11時30分 ⑲26日(火)午前10時～11時30分 ⑳27日(水)午前10時～11時30分 ㉑28日(木)午前10時～11時30分 ㉒29日(金)午前10時～11時30分 ㉓30日(土)午前10時～11時30分 ㉔1日(日)午前10時～11時30分 ㉕2日(月)午前10時～11時30分 ㉖3日(火)午前10時～11時30分 ㉗4日(水)午前10時～11時30分 ㉘5日(木)午前10時～11時30分 ㉙6日(金)午前10時～11時30分 ㉚7日(土)午前10時～11時30分 ㉛8日(日)午前10時～11時30分 ㉜9日(月)午前10時～11時30分 ㉝10日(火)午前10時～11時30分 ㉞11日(水)午前10時～11時30分 ㉟12日(木)午前10時～11時30分 ㊱13日(金)午前10時～11時30分 ㊲14日(土)午前10時～11時30分 ㊳15日(日)午前10時～11時30分 ㊴16日(月)午前10時～11時30分 ㊵17日(火)午前10時～11時30分 ㊶18日(水)午前10時～11時30分 ㊷19日(木)午前10時～11時30分 ㊸20日(金)午前10時～11時30分 ㊹21日(土)午前10時～11時30分 ㊺22日(日)午前10時～11時30分 ㊻23日(月)午前10時～11時30分 ㊼24日(火)午前10時～11時30分 ㊽25日(水)午前10時～11時30分 ㊾26日(木)午前10時～11時30分 ㊿27日(金)午前10時～11時30分 ㊿28日(土)午前10時～11時30分 ㊿29日(日)午前10時～11時30分 ㊿30日(月)午前10時～11時30分 ㊿31日(火)午前10時～11時30分 ㊿32日(水)午前10時～11時30分 ㊿33日(木)午前10時～11時30分 ㊿34日(金)午前10時～11時30分 ㊿35日(土)午前10時～11時30分 ㊿36日(日)午前10時～11時30分 ㊿37日(月)午前10時～11時30分 ㊿38日(火)午前10時～11時30分 ㊿39日(水)午前10時～11時30分 ㊿40日(木)午前10時～11時30分 ㊿41日(金)午前10時～11時30分 ㊿42日(土)午前10時～11時30分 ㊿43日(日)午前10時～11時30分 ㊿44日(月)午前10時～11時30分 ㊿45日(火)午前10時～11時30分 ㊿46日(水)午前10時～11時30分 ㊿47日(木)午前10時～11時30分 ㊿48日(金)午前10時～11時30分 ㊿49日(土)午前10時～11時30分 ㊿50日(日)午前10時～11時30分 ㊿51日(月)午前10時～11時30分 ㊿52日(火)午前10時～11時30分 ㊿53日(水)午前10時～11時30分 ㊿54日(木)午前10時～11時30分 ㊿55日(金)午前10時～11時30分 ㊿56日(土)午前10時～11時30分 ㊿57日(日)午前10時～11時30分 ㊿58日(月)午前10時～11時30分 ㊿59日(火)午前10時～11時30分 ㊿60日(水)午前10時～11時30分 ㊿61日(木)午前10時～11時30分 ㊿62日(金)午前10時～11時30分 ㊿63日(土)午前10時～11時30分 ㊿64日(日)午前10時～11時30分 ㊿65日(月)午前10時～11時30分 ㊿66日(火)午前10時～11時30分 ㊿67日(水)午前10時～11時30分 ㊿68日(木)午前10時～11時30分 ㊿69日(金)午前10時～11時30分 ㊿70日(土)午前10時～11時30分 ㊿71日(日)午前10時～11時30分 ㊿72日(月)午前10時～11時30分 ㊿73日(火)午前10時～11時30分 ㊿74日(水)午前10時～11時30分 ㊿75日(木)午前10時～11時30分 ㊿76日(金)午前10時～11時30分 ㊿77日(土)午前10時～11時30分 ㊿78日(日)午前10時～11時30分 ㊿79日(月)午前10時～11時30分 ㊿80日(火)午前10時～11時30分 ㊿81日(水)午前10時～11時30分 ㊿82日(木)午前10時～11時30分 ㊿83日(金)午前10時～11時30分 ㊿84日(土)午前10時～11時30分 ㊿85日(日)午前10時～11時30分 ㊿86日(月)午前10時～11時30分 ㊿87日(火)午前10時～11時30分 ㊿88日(水)午前10時～11時30分 ㊿89日(木)午前10時～11時30分 ㊿90日(金)午前10時～11時30分 ㊿91日(土)午前10時～11時30分 ㊿92日(日)午前10時～11時30分 ㊿93日(月)午前10時～11時30分 ㊿94日(火)午前10時～11時30分 ㊿95日(水)午前10時～11時30分 ㊿96日(木)午前10時～11時30分 ㊿97日(金)午前10時～11時30分 ㊿98日(土)午前10時～11時30分 ㊿99日(日)午前10時～11時30分 ㊿100日(月)午前10時～11時30分



11月16日(木)～来年2月12日(休)ツリーは12月25日(月)まで 場アオーレ長岡 園NPO法人ながおか未来創造ネットワーク ☎39・2500

11月24日(金)午後7時～8時 11月19日(日)午後3時～3時35分 園まめうしくん 定10人(先着)

11月19日(日)午後2時30分～3時 園3歳以下小学生

11月12日(日)午前11時～11時20分 園長岡民話の会による昔話の紙芝居と語り

ミライエ クリエイティブキッズ Mirai Creative Kids

申し込みなど詳しくはこちら 園ミライエ長岡企画推進室 ☎86・6008

分身ロボット OriHime で 近未来を体験しよう! 11月26日(日)午前9時30分～正午、午後1時30分～4時 対小学4～6年生 定各10人(抽選) 各500円 11月15日(水)午後5時まで

わくわく☆ミラクリスマス! 12月23日(土) 11月30日(木)まで

Table with 4 columns: 講座名, 時間, 対象(小学生), 定員(抽選). Rows include balloon art, card making, QUREO game, gum eraser, MY Christmas, and card game.

米百俵プレイス ミライエ長岡 トークイベント 「中高生の居場所をふやしたい会議」 11月18日(土)午後2時～4時 場ミライエ長岡 園b-lab館長・米田瑠美さんほか 定60人(抽選) 11月13日(月)までに専用フォーム(左)で

全国的に増えている中・高校生が自由に過ごせる居場所「ユースセンター」。東京都文京区・b-labと山梨県韮崎市・ミアキスの先進的な事例から、若者の居場所づくりの大切さを考えてみよう。

山本五十六が日本初の愛好家!? カードゲーム「コントラクトブリッジ」体験会



日11月26日(日)午前10時～午後0時30分 場ミライエ長岡 講日本コントラクトブリッジ連盟広報・普及担当理事・柳澤彰子さん 定24人(抽選) 申11月20日(月)までにミライエ長岡企画推進室(ミラ) ☎86・6008へ

河井継之助記念館開館17周年記念講演会 河井継之助の思想像をさぐる ～陽明学と藩学のあいだ～

同館 ☎30・1525

日12月3日(日)午後1時30分～3時20分 場長岡グランドホテル 講中京大学教授・小川和也さん 定300人(先着) 申11月8日(水)～12月1日(金) (HP可)

継之助の思想には、陽明学が大きな影響を与えたとされています。果たして本当にそうなのか、そうであるとするならば「継之助にとっての陽明学」とはどういったものなのか。陽明学と長岡藩学の両方の視点から、新しい継之助像を描き出します。



講師の小川さん

国営越後丘陵公園

☎47・8001

開午前9時30分～午後4時30分 定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 ※12月～来年3月は入園・駐車料無料 休園日=11月6日(月)・13日(月)・20日(月)・21日(火)・27日(月)・28日(火)、12月4日(月)・5日(火)

①長岡花火ウインターファンタジー

日11月25日(土)午後5時30分～6時 (荒天時は26日(日)に延期。開場は午後4時) 定高校生以上2,500円、小・中学生500円 購入方法=11月24日(金)までにセブン-イレブンで ※当日券はありません



詳しくはこちら

冬の夜を幻想的に彩る、特別バージョンの長岡花火をお届けします。



②トレイルランニング体験会

日11月18日(土)午前10時～午後1時 (小雨決行) 集合=あそびの里草原の家 定20人(先着) 申電話で

- ①短期親子体操教室(1) 日12月2日～来年1月20日の土曜日午前10時30分～11時30分(期間中に計5回) 場黒条コミュニティセンター 対黒条コミュニティセンター 3歳～小学1年生と保護者 定25組(先着) 定1組3,000円 申11月8日(水)からスポーツホームページで
- ②市民スポーツ祭 日12月9日(土)午前9時から
- ③市民体育館 種別II小学1部(経験者)・ビギナーの部、中・高校各1・2部(初心者)、一般の部 種目II自由演技 小学生500円、中・高校生1,000円、大学生一般2,000円 申11月17日(金)までに市民体育館にある申込書で



- ④小学生 日12月6日～来年3月27日の毎週水曜日午後5時～7時(期間中に計15回) 対小学2～5年生、小学6年生の初級者
- ⑤中学生 日12月6日～来年3月13日の毎週水曜日午後7時～9時(期間中に計12回) 対小学6年生の経験者、中学生
- ⑥いずれも 場南部体育館 定40人(抽選) 定10,000円 申11月17日(金)(必着)まで

- ⑦陸上競技場 ☎27・6300
- ⑧小学生跳び箱教室 日12月3日(日)・10日(日)午前10時～11時 対小学1・2年生 定各10人(先着) 定各1,000円 申各前日まで
- ⑨シェイプアップ運動教室 日11月16日(木)・22日(水)・30日(木)、12月7日(木)
- ⑩筋力トレーニング教室 日11月17日(金)・24日(金)、12月1日(金)・8日(金)
- ⑪いずれも 時午前10時～10時45分 対20歳以上 定各10人(先着) 定各500円 申各前日まで

- ⑫冬季テニス教室 日11月29日～12月20日までの毎週水曜日午前10時～正午(計4回) 定20人(先着) 定4,000円 持テニスラケット 申11月10日(金)から
- ⑬新産体育館 ☎46・4601
- ⑭冬季テニス教室 日11月29日～12月20日までの毎週水曜日午前10時～正午(計4回) 定20人(先着) 定4,000円 持テニスラケット 申11月10日(金)から

- ⑮秋の探鳥会 日11月12日(日)午前8時～10時
- ⑯雪国植物園 ☎46・0030
- ⑰おひなす秋まつり 日11月19日(日)午前10時～午後4時 内和太鼓・バンド演奏、キッチンカーなど
- ⑱裂き織りでテーブルウェアを織る 日11月25日(土)午前10時～正午 定9人(先着) 定2,500円 申11月16日(木)まで

- ⑲工作教室 トキでクリスマスやお正月を彩ろう! 日12月2日(土)午前9時30分～午後3時 内トキの貼り絵、
- ⑳トキと自然の学習館 ☎75・3201
- ㉑11月15日(水)～30日(木)は無料開園(休憩所「やまぼこ」は閉鎖) 晩秋のみみじをお楽しみください。今年の通常開園は11月14日(火)まで。来年は3月中旬頃から開園します。

- ㉒冬の寄せ植え 日12月10日(日) 定3,400円 申11月8日(水)・12月1日(金) (HP可)
- ㉓花と緑の教室 日12月3日(日) 定2,200円 申11月8日(水)・24日(金) (HP可)
- ㉔ハボタンの寄せ植えと育て方 日12月3日(日) 定2,200円 申11月8日(水)・24日(金) (HP可)
- ㉕いずれも 時午後1時30分～3時 講島峰悦子緑花推進員 定12人(先着) 持ビニール手袋、汚れてもよい服装

- ㉖なわなないからはじめる! ハボタンのお正月飾り 日12月16日(土)・17日(日) 講長
- ㉗モイストポプリづくり 日12月9日(土) 講紺美雪緑花 推進員 定各12人(先着) 定各300円 申11月6日(月)～12月1日(金)
- ㉘ぶち講座

- ㉙ハンデイスポーツ・ポッチャ体験会 日11月15日(水)・29日(水)午後7時～8時 定各10人(先着) 定各500円 申各前日まで
- ㉚スポーツ 福祉課(ア) ☎39・2343
- ㉛谷川吉仁緑花推進主任指導員ほか 定各10人(先着) 定各500円 申11月13日(月)～12月8日(金)
- ㉜いずれも 時午前10時～11時30分、午後1時30分～3時 持ビニール手袋、汚れてもよい服装

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。 ※U-25...25歳以下の割引価格。公演当日、年齢確認ができるものをお持ちください

- ①TSUKEMEN 15th Anniversary CONCERT ~BEYOND CLASSIC~Supported byアイダ設計 バイオリン2本とピアノからなる人気のアコースティックアンサンブルのコンサートです。 日来年2月25日(日)午後3時から 場リリックホール 定全席指定6,000円 チケット発売日=11月18日(土)
- ②演劇公演「大誘拐」～四人で大スペクタクル～ 日来年3月2日(土)午後2時から 場市立劇場 出演=中山優馬、柴田理恵、風間杜夫、白石加代子ほか 定全席指定7,700円 チケット発売日=11月24日(金)



劇場開館50周年 記念イベント

- ①長岡ダンスフェスティバル プロダンサーと高校ダンスチームのステージを長岡出身のDJ松永さんが盛り上げます。 日来年1月21日(日)午後2時から 場市立劇場 出演=KENZO (DAPUMP)、Chibi Unity、長岡大手高等学校ダンス部ほか 定全席指定2,000円、U-251,000円 チケット発売日=11月15日(水)



▲(左から) DJ松永、KENZO

- ②東京フィルハーモニー交響楽団 長岡特別演奏会 市民を中心に結成した長岡フェニックス合唱団と東京フィルハーモニー交響楽団が共演。50周年のフィナーレを飾ります。 日来年3月24日(日)午後2時から 場市立劇場 指揮=アンドレア・バッティストーニ 管弦楽=東京フィルハーモニー交響楽団 合唱=長岡フェニックス合唱団 曲目=ヴェルディ・歌劇「トロヴァトーレ」より「鍛冶屋の合唱」など 定全席指定S席6,000円、A席4,000円 チケット発売日=12月8日(金) ※小・中学生は長岡市米百俵財団の鑑賞支援があります。詳しくは学校で配布されるチラシで

◆回や日などの略字の見方は7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 ミラ=ミライエ長岡
 さい=さいわいプラザ

市民体育館フィットネス教室(1月~3月)

申11月21日(火)~30日(木)に市民体育館(☎34・2700)にある申込書で
 ※12月5日(火)~17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、12月25日(月)から再度申し込みを受け付けます

教室名	1月初回	曜日	時間	回数	対象	定員	料 金						
①はじめてヨガ	8日	月	11:45~12:45	8回	小学4年生以上	20人	6,400円						
	9日	火	10:00~11:00										
	10日	水	11:10~12:10										
			12:20~13:20										
			19:00~20:00										
			20:10~21:10										
	11日	木	10:00~11:00										
			11:10~12:10										
	12日	金	19:00~20:00										
			20:10~21:10										
13日	土	10:00~11:00	8回	18歳以上	20人	6,400円							
8日	月	10:00~11:00	10回			20人	8,000円						
9日	火	19:00~20:00											
11日	木	12:20~13:20											
		11:10~12:10											
12日	金	19:30~20:30											
		10:30~11:30											
9日	火	19:00~20:00					8回	20人	20人	6,400円			
12日	金	10:00~11:00					10回			20人	8,000円		
11日	木	20:00~21:00											
		20:10~21:10											
9日	火	15:00~16:00	8回	20人	20人	6,400円							
8日	月	19:30~20:30											
		10:00~11:00											
9日	火	13:00~14:00	10回			20人					20人	8,000円	
		14:10~15:10											
12日	金	13:30~14:30										8回	中学生以上の女性
		8日						月	13:30~14:30				
9日	火	20:10~21:10											
		11日					木	13:30~14:30					
10日	水	15:00~16:30					10回	18歳以上の男性	20人	8,000円			
		13:30~14:30											
9日	火	11:10~12:10											
		13日		土	16:15~17:15								
13日	土	17:30~18:30											

- ① ZUMBA**
 回11月11日(土)・18日(土)・25日(土)午前10時30分~11時15分、11月13日(月)・15日(水)・20日(月)・27日(月)・29日(水)午後7時30分~8時15分 対20歳以上 定各8人(先着) 申各前日まで 各500円
- ② 投げる!走る!跳ぶ! 親子運動教室**
 回11月19日(日)・23日(祝)午後2時~2時45分(19日は午前10時~10時45分) 対4歳~6歳と保護者 定各10組(先着) 各500円 申各前日まで
- 市民体育館 ☎34・2700**
- エアロビクス体験教室**
 回11月16日(木)午後8時10分~9時10分、22日(水)午前10時~11時 対小学4年生以上 定各10人(先着) 各500円 申各前日まで
- 南部体育館 ☎39・3600**
- アルビレックス新潟スワール コーチによるサッカー教室**
 回11月19日(日) 対小学1・2年生:午後2時30分~3時40分、小学3~6年生:午後4時~5時10分 定各30人

健康増進課 ☎39・7508

① 骨粗しょう症を予防しよう!
 回12月8日(金)午後1時30分~3時30分 場さいわいプラザ 骨密度測定、運動・栄養指導 調保健師、運動指導員、栄養士 定25人(先着) 申11月13日(月)~24日(金)

② 食育総合講座「みんなの食育 塾」親子で作るおせち料理
 回12月9日(土)午前10時~午後1時 場さいわいプラザ 小学生以上と保護者 定8組(先着) 1人400円 持筆記用具、エプロン、三角巾 申12月1日(金)まで

健康増進課 ☎39・7508

③ あなたの健康相談会
 回①11月30日(木)②12月1日(金)③11日(月)④12日(火)⑤19日(火)⑥①②③④⑤午後1時~4時⑦④午前9時30分~午後0時30分 場さいわいプラザ 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6人(先着) 持健康手帳(ある人) 申①11月20日(月)②21日(火)③④⑤12月1日(金)⑥8日(金)まで

④ カフェDE健康講座
 回・因①11月16日(木):足の筋肉を使うと動きなくなる!足の筋肉を鍛えよう②25日(土):「気質」を知って人間関係を楽にしよう③12月1日(金):温泉の楽しみ方④7日(木):冬も

⑤ こころの相談会
 回①11月22日(水)②29日(水)③12月5日(火)④8日(金)⑤18日(月)⑥③午後6時~8時⑦④⑤午後2時~4時

⑥ 死別の悲しみケア こころのとまり木相談会
 回12月11日(月)午後2時30分~4時30分

⑦ つきイチ脳活 eスポーツを楽しもう!
 回11月28日(火)午後1時~2時2時30分~3時30分 場ミライエ長岡 対65歳以上 定各8人(先着) 申11月10日(金)から

⑧ お手軽!健康ブレイス
 回・因①11月15日(水):椅子でヨガ体験、12月15日(金):フット&リンパケア 時午前9時30分~10時30分 場イオン長岡店 定各20人(先着)



先着 持外履き(サッカースパイク不可) 申11月10日(金)から

11月は糖尿病予防月間 糖尿病は人工透析の原因 第1位

糖尿病は自覚症状がなく、いつの間にか進行し、重大な合併症を引き起こします。特に、細い血管が集まる腎臓は高血糖の影響を受けやすく、人工透析が必要になる人が増加しています。毎年健康診断を受けて血糖値や腎機能の結果を確認しましょう。

- ① 糖尿病を知るつどい**
 回11月19日(日)午後1時30分~3時30分 場アオーレ長岡 内講演など 定80人(先着) 問長岡市医師会 ☎22・5600
- ② CKD(慢性腎臓病)市民公開セミナー**
 回11月18日(土)午後1時~3時 場リリックホール 定450人(先着) 申専用フォーム(右)で

腎臓の状態は尿検査で確認できます。検査結果の見方や生活習慣を改善するポイントなどを一緒に学びましょう。

▶長岡赤十字病院 副院長・山崎肇さん



中心市街地の魅力や活力の向上のため アンケートにご協力を

これまでの取り組みや今後のまちづくりへ
のご意見をお聞かせください。

■11月24日(金)まで 〇中心市街地整備室(大手)
☎39・2807



▲詳しくはこちら

11月はオレンジリボン・ 児童虐待防止推進キャンペーン



▲児童虐待
防止運動の
シンボル

子育ての悩みは すぐ相談を

〇子ども家庭センター(さい)
☎36・3790

あなたしか きづいてないかも そのサイン

出産や子育てに悩んだとき、虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときは、一人で抱え込まず、すぐに相談してください。さまざまな子育て支援事業や相談窓口を用意しています。

①「もしかして?」と感じたら

おはやく
☎39・0889 要保護児童
対策地域協議会

「もしかしたら、虐待を受けているのでは?」「ちょっと心配な親子だな」など、少しでも気になることがあったら連絡してください。その子どもや家庭を救うことにつながります。秘密は厳守します。

★夜間・土・日・祝休日の緊急時

長岡児童相談所 ☎35・8500

★児童相談所虐待対応ダイヤル「189」

児童相談所の全国共通ダイヤルです。近くの児童相談所につながります。

②子育て、家庭内のこと、ご相談ください

なやむな
☎39・7867 家庭児童相談室

③育児・産後の体調に不安を感じたら

☎39・2300 子ども・子育て課
すくすく子育て係

①～③いずれも 〇平日午前8時30分～午後5時15分(年末年始は除く)

●「里親」になりませんか

親元を離れて暮らしている子どもたちを、一定期間、家族の一員として迎えてくれる人を募集します。要件など、詳しくはお問い合わせください。

〇平日8時30分～午後5時15分(年末年始は除く) 〇長岡児童相談所



●**上級救命講習会**
修了者に修了証を交付します。
〇12月16日(土)午前9時～午後6時 〇消防本部 〇新生児成人への心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)の使用法、応急手当など 〇定30人(先着) 〇11月13日(月)から長岡消防署 ☎35・2193へ

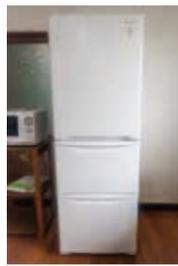
●**赤十字幼児安全法支援員養成講習会**
〇11月19日(日)・23日(祝)午前9時30分～午後5時(計2回) 〇長岡赤十字病院 〇15歳以上 〇定20人(先着) 〇¥1,900円 〇持大判のハンカチ、ストッキング、内履き 〇日本赤十字社新潟県支部(☎025・231・3121) ホ1

●**冬期間に使用しない自転車などを預かります**
〇来年4月30日(火)まで 〇自転車1,000円、原付バイク2,000円(学生は半額) 〇障害者・生活保護を受けている人は無料 〇場・甲長岡駅東口地下自転車駐車場 ☎38・2075、長岡駅大手口地下自転車駐車場 ☎32・8922、長岡駅大手口北自転車駐車場

●**税理士無料税務相談(要予約)**
〇11月15日(水)、12月6日(水)午前9時30分～正午 〇場・国税理士会長岡支部(三和3) ☎33・8080 〇担当〓市民税課(ア) ☎39・2212

●**権利擁護支援者養成講座(基礎編I)**
判断能力が不十分な人への支援者を養成します。修了者は選考により、長岡市社会福祉協議会の生活支援員や法人後見支援員として活動できます。
〇11月30日(木)、12月4日(月)午前9時30分～午後4時40分(計2回) 〇場・社会福祉センター(30人抽選) 〇11月17日(金)までに社会福祉協議会ホームページで 〇成年後見センター ☎86・4715 〇担当〓福祉総務課(ア) ☎39・2217

●**宝くじの助成金で町内会の備品を整備しました**
自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に実施するコミュニティ助成事業を活用し、次の備品を整備しました。
〇市民協働課(ア) ☎39・2291



▲桐沢集落の冷蔵庫

市の女性の委員比率は38.0% 女性の登用に積極的に取り組みます

〇人権・男女共同参画課(市) ☎39・2746

「第3次ながおか男女共同参画基本計画」では、令和13年度までに審議会や委員会などの女性委員の割合を40～60%にすることを目標に掲げています。

今年度の女性登用率は38.0%で、前年度の35.4%より上昇しました。引き続き、女性登用の推進に努めます。

審議会、委員会などの状況 (過去3年間、数値は4月1日現在)

年度	審議会・委員会数	女性委員を含む会数	女性委員を含む会の比率	委員数(人)	女性委員数(人)	女性委員の比率
令和3年	85	81	95.3%	1,213	430	35.4%
令和4年	83	79	95.2%	1,140	404	35.4%
令和5年	72	69	95.8%	1,032	392	38.0%

【訓練】11月15日(水)午前11時ころ Jアラートの試験放送を行います

消防庁が全国瞬時警報システム(Jアラート)の試験放送(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。
〇圏危機管理防災本部(ア) ☎39・2262

●**NEEAエレクトロニクス新編**
企業の最新技術・製品などを集めた展示商談会です。
〇11月15日(水)・16日(木)午前10時～午後5時(16日は午後4時～)

●**認知症サポーター養成講座**
〇11月23日(祝)午前10時～11時30分 〇場・さいわいプラザ 〇定50人(先着) 〇11月6日(月)から

●**長寿はしるし講座**
〇39・2268

●**権利擁護支援者養成講座(基礎編I)**
判断能力が不十分な人への支援者を養成します。修了者は選考により、長岡市社会福祉協議会の生活支援員や法人後見支援員として活動できます。
〇11月30日(木)、12月4日(月)午前9時30分～午後4時40分(計2回) 〇場・社会福祉センター(30人抽選) 〇11月17日(金)までに社会福祉協議会ホームページで 〇成年後見センター ☎86・4715 〇担当〓福祉総務課(ア) ☎39・2217

●**し尿のくみ取りは降雪前に**
例年12月は、し尿くみ取りの申し込みが集中し、収集が遅れがちです。降雪後の作業は困難なため、早めに済ませましょう。特に大型便槽は11月中旬に済ませてください。
〇[申し込み先]
〇長岡地域
〇川東地区大手通以北:(有)あけ

●**在宅医療・介護連携推進事業市民セミナーinてらどまり**
元気なうちから、もしものときのことを考えておこう!

〇11月30日(木)午後2時～4時 〇場・寺泊コミュニティセンター 〇内講演「聞いてびっくり! ACP(人生会議)について」など 〇立川総合病院医師・齋藤義之さんほか 〇定30人(先着) 〇寺泊支所地域振興・市民生活課 ☎75・3113

●**11月9日(木)～15日(水)は秋の全国火災予防運動**
火を消して 不安を消して つなぐ未来

冬に向けて、暖房器具を使用する機会が多くなります。火の取り扱いには十分注意し、火事を出さないようにしましょう。

〇消防本部予防課 ☎35・2190

空き家も忘れずに! 水道管の凍結予防

〇圏水道局業務課 ☎35・1618

気温の低下で水道管が凍結すると、破裂して漏水することがあります。降雪前に対策をしましょう。業者へ依頼する場合の連絡先は、市ホームページに掲載しています。

特に予防が必要な水道管

- むき出しになっている
- ※-4℃を下回ると凍結しやすくなります
- 風当たりの強いところにある
- 日照時間が短い北向きにある

家庭でできる凍結予防

- ①水道管に保温材(古い毛布やタオルも可)を巻きまます。蛇口も包んでください
- ②保温材が濡れないよう、ビニールテープを隙間なく下から巻きまます



保温材は少しの劣化や亀裂で効果は半減。全体を覆いましょう!

●**ポキパスのご利用お忘れなく**
市政だより9月号号と同時配布した「ポキリパスポートプレミアム」の使用期限は11月30日(木)です。お早めにご利用ください。
〇長岡商工会議所 ☎32・4500 〇担当〓産業支援課 ☎39・2222

●**くらしの講座「もうはじめてる! 未来のためにエシカル消費」**
〇11月27日(月)午後2時～3時30分 〇場・まちなかキャンパス 〇長岡(天) 〇NPO法人新潟県消費者協会事務局長・堀江智恵子さん 〇定30人(先着) 〇消費生活センター(南) ☎32・0082

人々や社会、地球環境、地域に配慮した買い物などの消費行動を「エシカル消費」と言われます。地産地消やエコバッグの利用などは、持続可能な社会の実現につながります。

〇わし麻呂くん

▼多年にわたり人権擁護委員として寄与
中曾根勝彦

▼多年にわたり民生委員・児童委員として寄与
磯部 静子 川崎 薫
坂田 廣次 島宗富美江
高橋 政之 瀧澤トシ子
堀口 明美 室橋 義郎
矢澤 榮一 柳澤由紀子

▼多年にわたり保護司として寄与
石原 栄一 磯部 芳江
松本 宣之

▼多年にわたり学校医および保育園医として寄与
野村 裕治

▼多年にわたり学校歯科医および保育園歯科医として寄与
加藤 和広 北澤 敦
田代 智宏 永井 正紀
山田 浩之

▼多年にわたり母子保健推進員として寄与
安藤 和美 鰐淵けい子

▼多年にわたり食生活改善推進委員として寄与
五十嵐美幸 高橋ユミ子
竹日世津子 中林 里江
山本マキ子

▼多年にわたりスポーツ推進委員として寄与
須藤ひろみ 山田 昭

▼多年にわたり消防団員として寄与
青柳 久 足立 照久
荒川 正光 五十嵐俊将
五十嵐祐介 猪股竜太郎
今井 匠 今泉 公英
江口 信浩 大崎 友則
大橋 淳一 小熊 忠
長田 年弘 角田 毅
嘉代 健太 片桐 英彰
金安 裕義 金安 洋平
樺澤 剛 菊入 一昭
木曾 和彦 喜多村 裕
桑原 勝利 桑原 正樹
桑原 陽一 剣持 良雄
木間 基 小林 悟
小林 隆明 米山 英男
近藤 義恭 齋藤 篤
齋藤 弘行 酒井 篤史
佐々木秀和 笹崎 繁喜
佐藤 賢二 佐藤 隆志
佐藤 裕一 篠田 秀樹
清水 稔 白倉 正弘
鈴木 好幸 関川 英一
関口 孝志 高木 慎也
高橋 弘樹 高橋 芳雄
多田 正範 田中 克幸
田中 隆宏 田中 晃
土田 和弘 土田 憲裕
鳥越 修 内藤 和明
内藤 光政 永井 靖幸
中澤 淳 長島 大輔
夏井 信明 布川 昭彦

▼多年にわたり街路の美化活動を継続
今井 法夫

▼多年にわたり図書館ボランティアを継続
高橋 啓美

▼多年にわたり岩戸舞の継承および後継者の指導・育成を継続
律谷神楽保存会

▼多年にわたり交通安全街頭指導を継続
今井 俊夫 熊原 豊
小池 雄二 津端 一治
パンネヘカ ワサタ デリッブ クマール
波形 勝助 室橋 哲朗

▼多年にわたり地域資源を活かした取り組みによる地域コミュニティの交流推進を継続
田麦山地域おこしの会

長谷川芳弘 早川 藤樹
原田 一美 樋口 正利
広川 康博 星野 文雄
松本 貴光 間野 久雄
吉原 隆 米山 和仁
渡邊 進一 渡邊 貢

地域社会貢献者褒賞

▼多年にわたり地域福祉ボランティア活動を継続
早川 笑子 早川 正光

▼多年にわたり街路の美化活動を継続
今井 法夫

▼多年にわたり図書館ボランティアを継続
高橋 啓美

▼多年にわたり岩戸舞の継承および後継者の指導・育成を継続
律谷神楽保存会

▼多年にわたり交通安全街頭指導を継続
今井 俊夫 熊原 豊
小池 雄二 津端 一治
パンネヘカ ワサタ デリッブ クマール
波形 勝助 室橋 哲朗

▼多年にわたり地域資源を活かした取り組みによる地域コミュニティの交流推進を継続
田麦山地域おこしの会

長岡市教育委員会表彰 晴れの受賞者

(敬称略)
図教育総務課 ☎39・2238

11月14日(火)、さいわいプラザで表彰します。

▼多年にわたり上組小学校後援会会長として寄与
恩田 績

▼多年にわたり千手小学校PTA後援会役員として寄与
清水 陽子 山岬 達美

▼多年にわたり大島小学校および大島中学校後援会会長として寄与
田中 良明

▼多年にわたり長岡市水泳協会役員として寄与
馬場 正和

▼多年にわたり長岡市スポーツ協会役員および長岡市テニス協会役員として寄与
石原 法男

▼多年にわたり長岡バドミントン協会役員として寄与
若林 信之

▼多年にわたり長岡市ダンススポーツ連盟役員として寄与
小林 義夫

▼多年にわたり長岡市レクリエーション協会役員として寄与
遠藤 一夫

▼多年にわたり長岡市子ども会連絡協議会役員として寄与
覚張 治郎 山田 武

▼子どもの読書活動優秀実践校として表彰
千手小学校

▼アートトリップ企画展inアオーレ長岡の取り組みが評価され、優秀教職員表彰教職員組織として表彰
上組小学校

長岡市表彰 晴れの受賞者

さまざまな分野で長岡市の発展に尽くされた方々を紹介します(敬称略)。
11月3日(祝)、アオーレ長岡で表彰します。

図庶務課 ☎39・2203

市政功労者顕彰

▼多年にわたり市議会議員として寄与
桑原 望 丸山 勝総
水科 三郎 長谷川一作

市表彰

▼令和5年度緑化推進運動功労者内閣総理大臣表彰を受賞
山本中学校

▼第34回「みどりの愛護」功労者国土交通大臣表彰を受賞
親子の創造活動・応援団キューブ

▼令和4年度都市緑化功労者国土交通大臣表彰を受賞
大原 久治

▼令和4年度地域環境美化功績者環境大臣表彰を受賞
社会福祉法人浄英会 長生保育園

▼令和5年度地域環境保全功労者環境大臣表彰を受賞
社会福祉法人浄英会 恵和こども園

▼令和5年度防災功労者内閣総理大臣表彰を受賞
中越市民防災安全士会
NPO法人ふるさと未来創造堂

▼X Games Chiba 2023 BMXフリースタイルフラットランドで優勝
片桐 悠

▼第29回世界競歩チーム選手権男子団体20キロメートルに出場し準優勝
諏方 元郁

▼マイナビジャパンビーチバレーボールツアー2022ファイナルグランフロント大阪大会で優勝
長谷川徳海

▼2023ジャパンパラ陸上競技大会および第34回日本パラ陸上競技選手権男子100メートルおよび男子200メートルで優勝
松田将太郎

▼2022ジュニア全日本自転車競技選手権大会ロードレース女子ジュニア+U17で優勝、2022UCIジュニアトラック世界選手権女子ジュニアチームパシュートで入賞し日本新記録を樹立および女子ジュニアポイントレースで入賞
水谷 彩奈

▼第77回国民体育大会空手道競技会少年男子組手個人戦で優勝
水野 朝陽

▼2023北斗旗第6回世界空道選手権大会男子230以下クラスで優勝
目黒 雄太

▼国際大会日本代表選手選考会競泳男子50メートル平泳ぎで優勝
山中 祥輝

▼多年にわたり長岡市バスケットボール協会理事長および顧問として寄与
高木 喜一

▼多年にわたり長岡市バスケットボール協会理事長、副理事長、理事および顧問として寄与
鷲頭 賢一

▼多年にわたり長岡市柔道会理事長および理事として寄与
星野 和雄

▼多年にわたり長岡市柔道会副会長および理事として寄与
渡辺 三映

▼多年にわたり長岡市空手道連盟会長として寄与
小林 光紀



昨年度の表彰式

▼第5回日本オープンインノベーション大賞で内閣総理大臣賞を受賞
長岡工業高等専門学校、国際協力機構(JICA)、NPO法人長岡産業活性化協会NAZE、長岡技術科学大学、有限責任監査法人トーマツ

▼多年にわたり平和の森コンサート実行委員長として寄与
畠山 徳雄

▼多年にわたり選挙管理委員会委員として寄与
小方 久男

▼多年にわたり公平委員会委員として寄与
高橋 賢一

▼多年にわたり農業委員会委員として寄与
稲波 忠昭 粉川 一夫

▼多年にわたり情報公開・個人情報保護審査会委員として寄与
恩田 真弓 星野 徹

▼多年にわたり環境審議会委員として寄与
宮腰 和弘

▼多年にわたり町内会長として寄与
安藤 雪男 石垣 喜市
内山 健三 大倉 豊則
大淵 公男 加藤 洋一
小林 正博 松井 春敏
家合 幸雄

次ページへ

納期限は11月30日(木)です

- ①国民健康保険料 (5期)
 - ②後期高齢者医療保険料 (8期)
 - ③介護保険料 (8期)
 - ④下水道事業受益者負担金 (3期)
- ※スマートフォン決済が便利です(④を除く)

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、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 (回線が混雑し、つながりにくい場合があります)。

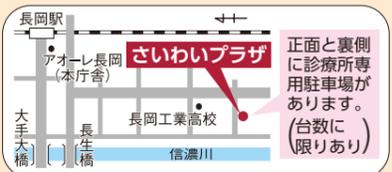
④保険証、医療費助成の受給者証 (ある人)

- 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
11月	3日(祝) ④ 貝瀬皮膚科 ☎66・8100
	5日(日) ⑤ 石川医院 ☎66・2140
	12日(日) ⑤ 山谷クリニック ☎61・1388
	19日(日) ④ お元気でクリニック ☎63・3800
	23日(祝) ⑤ 杏仁堂医院 ☎62・0123
26日(日) ④ 中之島クリニック ☎61・2551	
12月	3日(日) ⑤ みつけこどもクリニック ☎84・7900
	10日(日) ④ 星整形外科医院 ☎66・8808

⑤救急当番病院

立川総合病院 ☎33・3111	当番病院に関するお問い合わせ
長岡赤十字病院 ☎28・3600	休日・夜間急患診療所
長岡中央総合病院 ☎35・3700	☎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

国保・後期高齢者医療・介護・国民年金の保険料は税の所得控除の対象です

控除の対象=令和5年1月～12月に納めた保険料の合計。過去の未払い保険料の支払い分も含む

○保険料の確認方法

【国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料】

種別	国民健康保険	後期高齢者医療保険	介護保険
納付方法	1月下旬に送付予定の「年間納付済額のお知らせ」	1月下旬に送付予定の「公的年金等の源泉徴収票」(障害年金や遺族年金から支払った人には送付されません)	1月下旬に送付予定の「公的年金等の源泉徴収票」(障害年金や遺族年金から支払った人には送付されません)
納付書	1月下旬に送付予定の「年間納付済額のお知らせ」	1月下旬に送付予定の「公的年金等の源泉徴収票」(障害年金や遺族年金から支払った人には送付されません)	1月下旬に送付予定の「公的年金等の源泉徴収票」(障害年金や遺族年金から支払った人には送付されません)
口座振替	※領収書、口座振替指定の預貯金通帳でも確認できます	※金額が不明な場合は問い合わせを	※金額が不明な場合は問い合わせを
スマートフォン決済アプリ	※領収書、口座振替指定の預貯金通帳でも確認できます	※金額が不明な場合は問い合わせを	※金額が不明な場合は問い合わせを
年金からの支払い	日本年金機構などから1月中旬に送付予定の「公的年金等の源泉徴収票」(障害年金や遺族年金から支払った人には送付されません)	※年金から支払った本人の控除対象になります	※還付された保険料は差し引いて申告してください
問い合わせ	国保年金課 ☎39・2220、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)	国保年金課 ☎39・2317、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)	介護保険課 ☎39・2245、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)

※窓口での確認の際は、本人確認書類(マイナンバーカードなど)をお持ちください

【国民年金保険料】

11月上旬ごろに日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます(10月以降に今年初めて納付する人には来年2月上旬)。申告には、この証明書や領収書を添付してください。

☎ねんきん加入者ダイヤル☎0570・003・004 (I P電話などは☎03・6630・2525)、長岡年金事務所☎88・0003 担当=国保年金課☎39・2250

★「ねんきんネット」で年金管理!

パソコンやスマートフォンから年金記録の確認や条件に応じた年金見込額の試算ができます。☎ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル☎0570・058・555 (I P電話などは☎03・6700・1144) 担当=国保年金課☎39・2250

▶登録はこちら



「クマ出没警戒警報」発令中!被害に遭わないよう対策を

今年は餌となる木の実が凶作で、クマの出没情報が多数寄せられています。被害に遭わないよう、ご注意ください。
 岡島獣被害対策課☎39・2348

- ごみを外に放置しない
- ガレージや物置の戸締まりを徹底
- 山では音の出るものを携帯
- 入山する場合は複数人で



▲詳しくはこちら



●多重債務相談日

借金返済の相談に弁護士・司法書士が応じます(要予約)。
 11月15日(水)・29日(水)、12月6日(水)午後1時30分～4時
 消費生活センター☎32・0022

●借金返済に関する無料相談会

11月25日(土)午前10時～午後4時
 消費生活センター☎32・0022

●建築講座「米百俵プレイスミライ工長岡見学会」

設計の工夫などを学びます。
 11月25日(土)午後1時30分～4時
 ミライ工長岡見学会 ☎100人(定員) 11月10日(金)までに新潟県建築士会長岡支部 ☎32・8992、☎37・4611へ 担当=産業立地・人材課☎39・2228

●出張労働相談会

11月16日(木)①午前10時45分～午後1時②1時30分～3時
 労働相談所☎025・2816110へ 担当=産業立地・人材課☎39・2228

●11月12日(日)～25日(土)は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

DV、性犯罪・性暴力、ストーカー行為などの女性に対する暴力は重大な人権侵害です。一人で悩まず、まずは相談してください。

相談先=配偶者暴力相談支援センター☎33・1233、ウエルながおか相談室☎39・9357、NPO法人女のスペース・ながおか☎38・0456 担当=人権・男女共同参画課☎39・2746



▲女性に対する暴力をなくす絶対的ルール

●コミュニケーション基礎講座
 聴き方、話し方でぐっと変わるコミュニケーション

12月9日(土)午後1時30分～3時30分
 場まちなかキャンパス長岡 講長岡コーチンググループ代表・米山サダ子さん ☎20人(定員) 12月5日(火)までに人権・男女共同参画課☎39・2746(HP可)



●家屋の建築、取り壊しの際は固定資産税の金額が変わる

はご連絡を

●11月12日(日)～25日(土)は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

DV、性犯罪・性暴力、ストーカー行為などの女性に対する暴力は重大な人権侵害です。一人で悩まず、まずは相談してください。

相談先=配偶者暴力相談支援センター☎33・1233、ウエルながおか相談室☎39・9357、NPO法人女のスペース・ながおか☎38・0456 担当=人権・男女共同参画課☎39・2746

●東・西サービスセンターでもマイナンバーカードの一部の手続きができます

11月6日(月)から 午前10時～午後4時45分(土・日・祝日を除く) 宛転入・転居などによるカードの住所や氏名の変更、電子証明書の更新
 暗証番号の変更など 市民課中央サービスセンター☎39・7575

●高校生の遠距離バス通学定期代の補助を受けるには定期券の写しが必要

手続きや補助額など詳しくは市ホームページで

●来年3月31日までに高校生が利用するバス定期券 岡地域振興戦略部(天手)高校生バス定期代補助担当☎39・2005



●長岡市国際交流協会事務局(契約職員)

1人 雇用期間=来年1月1日～3月31日 仕事=姉妹都市との交流事業の企画・実施など
 ④英検2級程度の語学力があり、海外引率やパソコンでの資料作成ができる人
 報酬=月額182,200円
 勤務日=原則平日午前8時30分～午後5時15分 試験日=11月22日(水) 選考方法=面接、英語能力試験、適性検査
 11月16日(木)までに同協会(国際交流課☎39・2207)にある申込書で

●国際交流センター「地球広場」コーディネーター(会計年度任用職員)

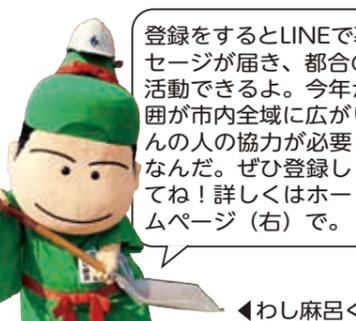
1人 雇用期間=来年1月1日～3月31日 仕事=外国人からの相談業務、外国人との交流事業の企画・実施など
 ④パソコンでの資料作成、日本語と英語での日常会話ができる人 報酬=月額160,025円 勤務日=土・日・祝休日を含む月20日程度(週30時間勤務) 試験日=11月

●有償除雪ボランティア「YUBO」登録者

町内会や共助組織などで人手が足りないときに連絡を受けて、有償で除雪をします。

★除雪団体向け説明会
 地域で除雪を行う団体へ「YUBO」の活用方法を伝えます。詳しくはお問い合わせください。
 11月22日(水)：トチオリセンター、29日(水)：さいわいプラザ、30日(木)：大島コミュニティセンター
 ④NPO法人中越防災フロンティア(やまこし復興交流館おらたる内)☎41・1203 担当=地域振興戦略部☎39・2515

●登録はこちら



◀わし麻呂くん

市公式LINEがさらに便利に
**知りたい情報を
 会話形式でご案内します**

ごみの分別方法や子育て情報、窓口の混雑状況などをチャット形式で簡単に確認できるようになりました。住民票や所得・課税証明書などの証明書のオンライン申請や粗大ごみ収集の申し込みもできます。友だち登録をして、ぜひご利用ください。

▲詳しくはこちら

図広報・魅力発信課 ☎39・2202

【使用例】



11/7(火)から **アオーレの窓口でスタート
 キャッシュレス決済**

証明書の交付手数料の支払いでキャッシュレス決済が利用できます(現金との併用不可)。

場①中央サービスセンター②税金窓口
 場①住民票、戸籍、印鑑登録証明書など②所得証明書、納税証明書、営業証明書など

場①市民課 ☎39・7512 場②市民税課 ☎39・2212

▲詳しくはこちら

★利用できる決済サービス

クレジットカード(1回払いのみ)
 VISA, JCB, Diners Club International, American Express

電子マネー
 WAON, nanaco, iD, Suicaなどの交通系ICカードも使えます

QRコード決済(後日開始)
 PayPay, d払い, 楽天ペイなどが使えるようになります。開始時期は市ホームページで

岡 岡経済ジャーナリスト・須田慎一郎さんほか 定200人 先着 申長岡法人会 ☎35・0328

■ 栃尾観光ガイドクラブ市民歴史学習会「北陸から見た上杉謙信『謙信襲来』越中・能登・加賀の戦国」
 12月2日(土)午前10時～11時30分 場 栃尾産業交流センター1おりなす 講 富山市郷土博物館主査学芸員・萩原大輔さん 定200人先着 申同クラブ(栃尾観光協会内) ☎51・1195

■ 「誰か」のことじゃない
 12月2日(土)午後2時～7時 場 アオーレ長岡 内ポッチャ体験、しおりづくりなど 岡県人権啓発室 ☎025・280・5181

■ 講演会「新しい未来をつかみとれ!令和の虎主宰 岩井良明氏から学ぶファンづくりと継続する仕組みづくり」
 12月3日(日)午後1時30分～3時 定200人先着 場・申 栃尾産業交流センターおりなす ☎51・1331

■ 県立歴史博物館 秋季テーマ展 守れ!文化財「障害」をめぐるモノとヒトに光を灯す
 12月17日(日)までの午前9時30分～午後5時(月曜休館) 場 岡県立歴史博物館 ☎6130

■ 子どものストレスマネジメント講座
 12月10日(日)午後1時30分～4時30分 場 中央図書館 講 日本ブリーフサイコセラピー学会前

会長・久持修さん 定50人先着 定3,000円 申12月1日(金)までに長岡楽しく学ぶ会・五十嵐さん ☎090・1531・294へ

◆ 長岡婦人スキークラブ
 12月24日(土)～2月14日(日)の毎週水曜日午前10時～午後3時(計4回) 場 市営スキー場 定女性 ☎11,000円程度 申山田さん ☎090・5192・6392

◆ 長岡東山系トレイルラン21km試走会
 11月25日(土)午前9時～午後3時 集合 越後滝谷駅前広場 講 プロトレイルランナー・今田好則さん 定 高校生以上 申 11月10日(金)までに同準備委員会・中澤さん ☎090・4438・1238へ

健康

生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」
 11月25日(土)午前9時30分～11時45分 場 さいわいプラザ 定10人先着 定500円 申MO

健康

生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」
 11月25日(土)午前9時30分～11時45分 場 さいわいプラザ 定10人先着 定500円 申MO

スポーツ

長岡フルートアンサンブル 定期演奏会
 11月11日(土)午後2時～3時30分 場 ホテルニューオータニ長岡 定800円(当日2000円増) 岡小熊さん ☎34・3241

ザ・ウィンド・アンサンブル 定期演奏会
 11月12日(日)午後2時～4時 場 リリックホール 定800円(当日2000円増) 岡高橋さん ☎080・3148・2314

映画上映会「長岡出身・五藤利弘監督新作特集」
 11月11日(土) 時・内 午後2時～4時：日光物語、午後4時20分～6時：夜風に吹かれて 場 アオーレ長岡 定各1,000円 岡長岡アジア映画祭実行委員会!・菅野さん ☎090・4520・4222

長岡フルートアンサンブル 定期演奏会
 11月11日(土)午後2時～3時30分 場 ホテルニューオータニ長岡 定800円(当日2000円増) 岡小熊さん ☎34・3241

ザ・ウィンド・アンサンブル 定期演奏会
 11月12日(日)午後2時～4時 場 リリックホール 定800円(当日2000円増) 岡高橋さん ☎080・3148・2314

健康

生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」
 11月25日(土)午前9時30分～11時45分 場 さいわいプラザ 定10人先着 定500円 申MO

健康

生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」
 11月25日(土)午前9時30分～11時45分 場 さいわいプラザ 定10人先着 定500円 申MO

スポーツ

長岡フルートアンサンブル 定期演奏会
 11月11日(土)午後2時～3時30分 場 ホテルニューオータニ長岡 定800円(当日2000円増) 岡小熊さん ☎34・3241

ザ・ウィンド・アンサンブル 定期演奏会
 11月12日(日)午後2時～4時 場 リリックホール 定800円(当日2000円増) 岡高橋さん ☎080・3148・2314

映画上映会「長岡出身・五藤利弘監督新作特集」
 11月11日(土) 時・内 午後2時～4時：日光物語、午後4時20分～6時：夜風に吹かれて 場 アオーレ長岡 定各1,000円 岡長岡アジア映画祭実行委員会!・菅野さん ☎090・4520・4222

長岡フルートアンサンブル 定期演奏会
 11月11日(土)午後2時～3時30分 場 ホテルニューオータニ長岡 定800円(当日2000円増) 岡小熊さん ☎34・3241

ザ・ウィンド・アンサンブル 定期演奏会
 11月12日(日)午後2時～4時 場 リリックホール 定800円(当日2000円増) 岡高橋さん ☎080・3148・2314

健康

生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」
 11月25日(土)午前9時30分～11時45分 場 さいわいプラザ 定10人先着 定500円 申MO

健康

生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」
 11月25日(土)午前9時30分～11時45分 場 さいわいプラザ 定10人先着 定500円 申MO

スポーツ

長岡フルートアンサンブル 定期演奏会
 11月11日(土)午後2時～3時30分 場 ホテルニューオータニ長岡 定800円(当日2000円増) 岡小熊さん ☎34・3241

ザ・ウィンド・アンサンブル 定期演奏会
 11月12日(日)午後2時～4時 場 リリックホール 定800円(当日2000円増) 岡高橋さん ☎080・3148・2314

映画上映会「長岡出身・五藤利弘監督新作特集」
 11月11日(土) 時・内 午後2時～4時：日光物語、午後4時20分～6時：夜風に吹かれて 場 アオーレ長岡 定各1,000円 岡長岡アジア映画祭実行委員会!・菅野さん ☎090・4520・4222

長岡フルートアンサンブル 定期演奏会
 11月11日(土)午後2時～3時30分 場 ホテルニューオータニ長岡 定800円(当日2000円増) 岡小熊さん ☎34・3241

ザ・ウィンド・アンサンブル 定期演奏会
 11月12日(日)午後2時～4時 場 リリックホール 定800円(当日2000円増) 岡高橋さん ☎080・3148・2314

健康

生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」
 11月25日(土)午前9時30分～11時45分 場 さいわいプラザ 定10人先着 定500円 申MO

みんなのひろば

市民サークル、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…1月号は11月24日(金)(必着)、2月号は12月22日(金)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【1月号】1月3日(水)、【2月号】2月10日(土)以降のものに限りません

◆提出先…〒940-8501 図広報・魅力発信課へ郵送、持参、FAX39・2272、専用フォーム(右) ※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

図広報・魅力発信課 ☎39・2202

催し

映画上映会「長岡出身・五藤利弘監督新作特集」
 11月11日(土) 時・内 午後2時～4時：日光物語、午後4時20分～6時：夜風に吹かれて 場 アオーレ長岡 定各1,000円 岡長岡アジア映画祭実行委員会!・菅野さん ☎090・4520・4222

長岡フルートアンサンブル 定期演奏会
 11月11日(土)午後2時～3時30分 場 ホテルニューオータニ長岡 定800円(当日2000円増) 岡小熊さん ☎34・3241

ザ・ウィンド・アンサンブル 定期演奏会
 11月12日(日)午後2時～4時 場 リリックホール 定800円(当日2000円増) 岡高橋さん ☎080・3148・2314

シリス版画の会「木版画展」
 11月13日(月)～22日(水)午前10時～午後4時30分(13日は午後1時30分から、22日は午後3時まで。19日(日)は休館) 場 台町会館 岡酒井さん ☎090・0145

韓国語講座
 コースⅡ11月14日からの毎週火曜日午後6時30分～7時30分：中級、午後7時35分～8時35分：初心者、毎週水曜日午後7時40分～8時40分：経験者 場 さいわいプラザ 定月3,500円(テキスト代別) 申アラン韓国語サークル・高野さん ☎090・7249・3877

生命の貯蓄体操長岡支部25周年記念講演会「心とカラダを調える今必要なセルフケア」
 11月23日(祝)午前10時～正午 場 ハイパ長岡 定20人先着 申 11月12日(日)までに出口さん ☎080・3148・2314

健康

生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」
 11月25日(土)午前9時30分～11時45分 場 さいわいプラザ 定10人先着 定500円 申MO

スポーツ

長岡フルートアンサンブル 定期演奏会
 11月11日(土)午後2時～3時30分 場 ホテルニューオータニ長岡 定800円(当日2000円増) 岡小熊さん ☎34・3241

ザ・ウィンド・アンサンブル 定期演奏会
 11月12日(日)午後2時～4時 場 リリックホール 定800円(当日2000円増) 岡高橋さん ☎080・3148・2314

映画上映会「長岡出身・五藤利弘監督新作特集」
 11月11日(土) 時・内 午後2時～4時：日光物語、午後4時20分～6時：夜風に吹かれて 場 アオーレ長岡 定各1,000円 岡長岡アジア映画祭実行委員会!・菅野さん ☎090・4520・4222

長岡フルートアンサンブル 定期演奏会
 11月11日(土)午後2時～3時30分 場 ホテルニューオータニ長岡 定800円(当日2000円増) 岡小熊さん ☎34・3241

ザ・ウィンド・アンサンブル 定期演奏会
 11月12日(日)午後2時～4時 場 リリックホール 定800円(当日2000円増) 岡高橋さん ☎080・3148・2314

健康

生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」
 11月25日(土)午前9時30分～11時45分 場 さいわいプラザ 定10人先着 定500円 申MO

地域・家庭の 防災力アップ 支援します！

**AEDや
災害食の指導**

自主防災会や
町内会の
防災訓練に

**防災グッズ
作り**

子ども会の
防災指導に

大きな災害が頻発する昨今。平時から防災意識を高め、いざという時の備えが大切です。防災活動の困りごとを解決したいときや知識を学びたいときは気軽にご連絡ください。連携する市民団体を紹介します。

閩危機管理防災本部 ☎39・2262

**地域防災の
強い味方**

2団体が防災功労者内閣総理大臣表彰を受賞！

防災教育のことなら

● **NPO法人
ふるさと未来創造堂**

☎94・6119

場所＝福住3-4-39

連携する防災士や地域住民が「御用聞き」となり、小・中学校の防災教育を支える体制を構築しました。地域の人材を掘り起こし、地域・家庭・学校をつなぐ取り組みを全国に広めていきたいです。



▲磯田市長（中央）への受賞報告（9月26日）

自主防災会のことなら

● **中越市民防災安全士会**

☎77・3918

場所＝千歳1-3-85 ながおか市民防災センター2階

市民の相談窓口「防災よろず相談」を設けるほか、地域の防災訓練や講演会に講師を派遣。自主防災活動をサポートします。これからも地域に根差し、自主防災の活性化に貢献できる人材を育てていきます。

新型コロナワクチン

65歳以上向け

集団接種の予約を受け付けます

閩保健医療課感染症対策室 ☎39・2383

キャンセルなどで空いた枠を活用し、11月11日～12月10日の土・日曜日に行う集団接種の予約を受け付けます。対象＝次の全てを満たす市民①初回接種（1・2回目）が終了し、前回接種から3カ月以上経過②今年度中に65歳以上になる（昭和34年4月1日以前の生まれ）

予約は
こちら



市コールセンター
☎0120・622・007
（毎日午前10時～午後7時）



市ホームページ



オミクロン株XBB.1.5対応ワクチン接種

- ★来年3月31日まで無料で受けられます
期間中の追加接種は1人1回まで。自分の接種回数がわからない人は市コールセンターまでお問い合わせください。
- ★初回接種が終了していない人も受けられます
生後6カ月～4歳は3回、5歳以上は2回接種です。



県新型コロナ健康相談センター
☎025・385・7634（毎日24時間対応）

新型コロナウイルスの感染が疑われる症状がある人の受診相談や、新型コロナと診断された人の療養相談に応じます。

■発行：長岡市（令和5年11月1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（10月1日現在）
人口/258,800人(-230)
世帯数/110,129世帯(-12)
男/126,799人(-134)
女/132,001人(-96)
※（ ）内は前月比

長岡の話題、ほぼ毎日更新中！



Facebook



LINE



Instagram