

ながおか

2009.May

5

No.656
市政だより



とことん どんどん どんどこ どん!

「和太鼓の会」テーマ曲誕生

写真中央は和太鼓奏者・佐藤健作さん

市政ニュース

- 子育ての駅千秋が5月5日にオープン・・・P2
- 40万人都市めざし 前より前へ!・・・P4
- プレミアム商品券は5月29日から販売・・・P7
- 住基カードが無料に・・・P9
- 障害があっても安心して暮らす・・・P10

イベント情報

オープニングセレモニー

日時 = 5月5日(祝)午前11時～11時40分 内容 = 大島保育園・消防音楽隊による記念演奏、花植えなど(雨天の場合変更あり) ※館内にはセレモニー終了後入場できます。
 ◎当日は臨時駐車場があります。数に限りがあるので、できるだけ公共交通機関をご利用ください(駐車場の場所は市ホームページに掲載)。



みんなにバルーンアートをプレゼントするよ!(なくなり次第終了)

オープン記念講演会 「おやこスマイルアドバイス～かけがえのない絆をはぐくむ子育て・親育ち～」



▲明橋大二さん。発行100万部を超える「子育てハッピーアドバイス」の著者として有名

日時 = 5月16日(土)午前10時～正午
 会場 = リリックホール・シアター
 講師 = 医師・明橋大二さん 定員 = 450人 参加料 = 無料(入場整理券が必要。4月30日(木)から、市役所1階市民の声情報室、リバーサイド千秋1階西サービスセンター、市民センター4階ちびっこ広場、中央図書館、各支所市民生活課(栃尾支所は保健福祉課)などで配布) 【一時保育(無料)】定員 = 30人(先着) 対象 = 生後6カ月以上の未就学児 囲4月30日(木)からちびっこ広場 ☎39・2775へ

●なかよしタイム

保育士とリズム体操や手遊びなどをします。
 日時 = 毎週金曜日午前10時45分から 対象 = 乳幼児とその保護者

●誕生会

みんなで楽しくお祝いしましょう。誕生月以外の人も参加できます。
 日時 = 5月19日(火)午前10時45分から(6月以降の誕生会は毎月9日に実施) 対象 = 乳幼児とその保護者

●わいわいおしゃべり会

子育て中のママ、思う存分おしゃべりを楽しみましょう。妊婦さんも、出産や育児の話聞くチャンスです。
 日時 = 5月14日(木)・29日(金)午前11時から1時間程度 対象 = 1歳未満の乳児とその保護者、妊婦 持ち物 = わいわいおしゃべり会のパスポート(ない人は当日作成)

●おいもの苗を植えよう!

公園の丸い庭「えんえん」で苗を植えます。秋には収穫祭を予定しています。
 日時 = 5月21日(木)午前10時30分から 対象 = 幼児とその保護者 囲5月20日(水)まで

●子育て相談

子育ての不安や悩みなどを相談員と一緒に考えます。
 期日と相談員 = 5月22日(金)・保育士、26日(火)・先輩ママ 時間 = 午前10時30分～11時30分



3 絵本コーナー

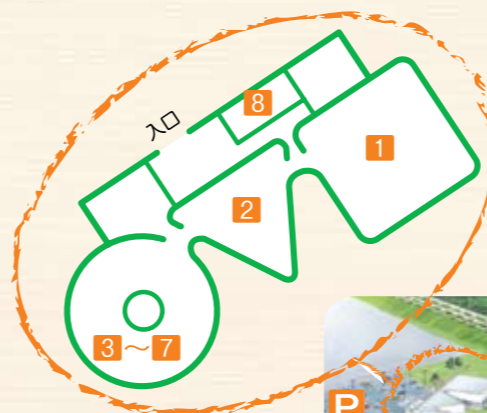


4 赤ちゃんコーナー



1 運動ひろば

- 1 運動ひろば
大きな遊具がいっぱい。雨や雪でも公園感覚でおもいっきり遊べます。
- 2 交流サロン
開放的な空間で、おしゃべりをしながらお弁当やお茶をどうぞ。自動販売機もあります。
- 3 絵本コーナー
親子で楽しめる絵本がいっぱいです。
- 4 赤ちゃんコーナー
ハイハイの子でも安心して遊べます。
- 5 相談室
保健師や保育士などが、子育ての不安や悩みにアドバイス。いつでもどうぞ。
- 6 情報コーナー
子育て情報誌などを自由にご覧ください。
- 7 授乳室
- 8 せんしゅう保育園
お買い物や冠婚葬祭のときなど、一時的に子どもを預かります。
対象 = 生後6カ月以上の未就学児
預かり時間 = 最長8時間
料金 = 1時間300円
囲利用日の前日まで



愛称は“てくてく”

「てくてく」は市民の投票で選ばれました。子どもたちの大きな成長を“歩みはじめ”の一步で表現しました。



〈芝生広場〉
 広々とした公園には滑り台などの遊具や水遊びエリアも(左写真)。季節の花や野菜を育てる庭「えんえん」があります。



■「子育ての駅千秋」利用案内 ☎21・3860、FAX27・8615

所在地 = 千秋1丁目99番地6
 開館時間 = 午前9時～午後6時
 休館日 = 毎週水曜日(祝日は開館)、年末年始(12月30日～1月1日)
 駐車場 = 100台(無料)
 利用料 = 無料。登録カードを初回に作成(ちびっこ広場でも作成可)
 ◎5月5日から子育ての駅千秋前にバス停を設置
 法務局～長岡駅(大手口7番線)～長岡赤十字病院の「まちなかべんりバス」をご利用ください。



▲時刻表はこちらから



子育ての駅千秋(愛称・てくてく)が5月5日、オープンします。緑あふれる2ヘクタールの公園の中に、雨や雪の日でものびのびと遊べる屋根付き広場と子育て支援機能が一緒になった全国初の施設です。子育ての相談など、保育士がいつでも対応。子育て世代はもちろん、おじいちゃんやおばあちゃん、次代の親になる若者が集まり、世代を超えた交流や子育て支援の輪を広げる場です。

全国初! 雨でも雪でも、遊んで、話せる

「子育ての駅千秋」5月5日オープン



▲会談する森市長と谷井小千谷市長。森市長は40万人都市構想についても説明(3月26日)

研究会は森市長、岡村川口町長、両市町の実務担当者お

「40万人都市構想」実現への第一歩が、川口町との合併です。市はこのほど、川口町、県と合併研究会を発足させました。また、これに先立って森市長が、長岡市と川口町との間に挟まれる小千谷市の谷井市長を訪ね会談。長岡市と川口町が合併協議に入っても支障がないことを確認しました。

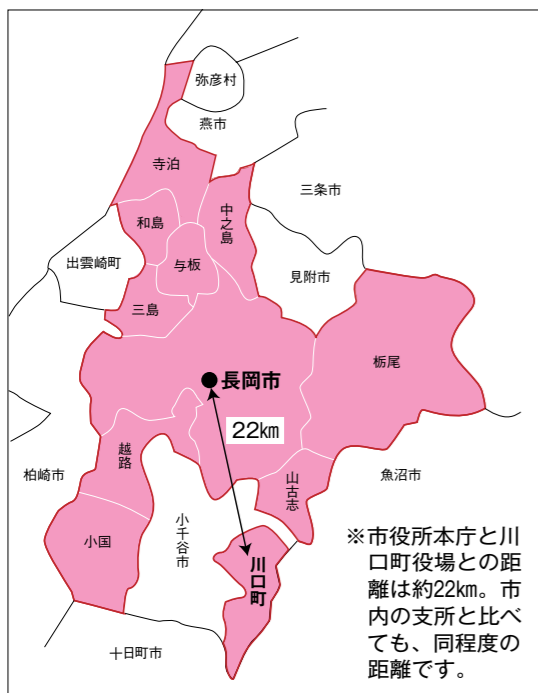
市と川口町、県で合併研究会を発足

よび県の担当者で構成。合併する場合の課題や論点を一つひとつ明らかにしていきます。それらの情報は積極的に発信し、市民のみなさんの声を聞きながら、合併の可否について、慎重に検討していきます。この研究会の成果をもとに今後任意合併協議会を設置し、さらなる検討を重ねていく予定です。



地方分権時代のまちづくりビジョン

40万人都市めざし 前より前へ!



合併研究会通信 初会合は「飛び地合併」をテーマに話し合い

全国の実例を検証

4月15日に研究会の初会合を開催。「飛び地合併」をテーマに話し合いました。左図のとおり、長岡市と川口町は、小千谷市を挟む飛び地の関係にあります。研究会では、平成の合併で飛び地合併をした全国12市町の実例を検証。交通網や情報インフラが整っていることと支所の設置などによって、いずれの市町でも住民サービスは確保されているという調査結果が報告されました。



▲長岡市川口町合併研究会の初会合(4月15日)。あいさつする森市長と岡村川口町長(中央右)

この日の会議では、飛び地が合併の大きな障壁にならないことを共通の認識として確認。会議は4月中旬に3回開催し、飛び地合併のほか川口町の財政状況や合併による効果などについて話し合います。

人口28万人の長岡市は、将来的に、40万人規模の都市を目指します。政令指定都市・新潟市と連携し、県の発展をけん引するため中越地域の中心都市として、近隣自治体との大同団結を図ります。その第一歩として、川口町との合併を見据えた研究会がスタートしました。

図40万人都市推進室 ☎39・2314

「40万人都市構想」長岡市が担う役割とは

「40万人都市構想」とは、将来的に長岡市と近隣の自治体が合併し、より大きく、強いまちを目指すものです。この構想を推進するための臨時的組織として、4月1日付けで40万人都市推進室を設置しました。

強化できます。その上でまちづくりを進めることが、より住民に密着した行政の実現に結びつくと考えます。長岡市には、中越地域の中心都市として、地域の発展を担う役割があります。また県下第二の都市として、新潟市とも連携し、県全体の発展をリードしていく責務があります。そのためにも近隣自治体と共存共栄の理念を共有し、長期の視点に立った大同団結を目指します。

国と地方の関係が根本から見直されている現在、生活圏や経済圏を同じくする地域が一つの行政単位としてまとめられ、首長や議員、職員の人件費など経費の削減、事務の効率化などで行財政の基盤を携がとられています。

西正弘 40万人都市推進室長

西正弘新潟県総務管理部門人事課参事が、40万人都市推進室長に就任しました。



プラス1,000円の プレミアム商品券 5月29日から販売!

プレミアム商品券は、1,000円券を11枚つづりにした1万1,000円分を1セットとし、1万円で購入します。大河ドラマ「天地人」にあり、その名も「愛・義フタ」。長岡のまちを元気にしようと、市内の商店街などが協力して発行する「愛・義フタ」を、この機会にぜひお買い求めください。

発売日 5月29日(金)から(なくなり次第終了) 販売時間 午前10時～午後5時 販売場所 長岡商工会議所、市内の各商工会、宮内コミュニティセンター(5月29日・30日(土)のみ)、大和長岡店、イトーヨーカドー丸大長岡店、ジャスコ長岡店、CoCoLo長岡

購入限度額 1人3万円(3セット) 発行総額 5億円(5万セット、5億5,000万円分) 使用期限 10月31日(土)まで ※使用できる店舗名を掲載したチラシを5月下旬に新聞に折り込む予定です。

長岡市プレミアム商品券実行委員会 ☎33・8330、商業振興課 ☎39・2228

「マイバッグで」と言ってみたら、自分を少し好きになりました。

長岡市の環境キャラクター、ペギーちゃん

レジ袋の削減運動を宣言 1人が年間約300枚も使っていた!

環境業務課 ☎24・2837

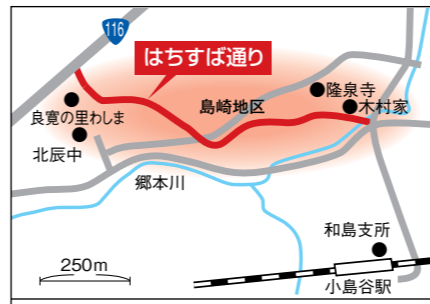
長岡市民28万人が1年間に使うレジ袋の枚数は約8,000万枚。積み上げると東京タワー7個分の高さにもなるんです!(1枚の厚さを0.03mmで計算)

また、2,800万枚をプラスチック容器包装材としてリサイクルしようとする約8000万円もかかるんです。(レジ袋1枚を10グラムと仮定)

- 無料配布の取り止め
- 軽量レジ袋の使用 など
- レジ袋削減にご協力ください。
- マイバッグの持参
- レジ袋の再使用 など

実はスゴイ! レジ袋の削減効果

市民1人が1年間に使用するレジ袋は約300枚。もし、買い物3回に1回レジ袋をもらわず、100枚減らしたら、長岡市全体(28万人)で2,800万枚の削減に。これは... レジ袋の原料である石油に換算すると200リットルドラム缶約2,500個分になります。



はちすば通りとは 良寛が晩年を過ごした木村家から良寛の里わしままでの約1.1kmの道。蓮の葉(はちすば)の上の朝露のように清らかな師弟愛で結ばれた良寛と貞心尼が、歌を詠み交わしながら歩いたであろうことから、平成3年に名付けられました。

●良寛さま朗読ライブ
日時=6月6日(土)午後4時～5時30分 会場=はちすば通り 内容=良寛逸話の朗読とバンブーサクスの演奏 和島支所産業課 ☎74・3111



▲これまでの活動を振り返った和島島崎地区まちづくりシンポジウム(4月12日・島崎公会堂)



良寛の史跡や歴史的な建造物が数多く残る和島地域島崎地区のはちすば通り。美しい景観を守り、地区の活性化につなげようと、沿道の住民同士が街並みを整備する協定を結びました。

協定には建物の高さ、外壁や屋根の色、雨板・板塀の推奨など具体的な項目が盛り込まれています。項目は平成19年度から住民と市が話し合っ

建物の高さ・色など 住民同士が協定を締結

街並みの整備は、今年度から10年かけて実施。案内看板の設置や市道の舗装などは市が整備。私有地の住宅・敷地の整備は住民が行うため、工事費の一部を助成します。

同地区では、蓮の花の栽培や史跡の案内など、もてなし活動を継続します。

和島支所地域振興課 ☎74・3111

2校の統合で和島小学校が開校

和島地域の島田小学校と桐島小学校を統合し、和島小学校(児童数225人)が開校しました。

新校舎は県産の杉をふんだんに使った木造平屋建て。子どもたちが地域の住民と交流できる講堂があります。玄関の壁には、晩年を和島で過ごした良寛の歌が刻まれ、校舎からは良寛がかつて暮らした国上山や良寛の眠る隆泉寺方面を望むことができます。

開校式で、児童代表の6年生・笠原如乃さんは「新しい友達の名前を早く覚え、親切な心をもって、楽しい和島小学校にするよう頑張ります」と抱負を発表しました。

開校式でテープカット

良寛ゆかりの「はちすば通り」 景観の整備、始まります

チベットの発展に『教育』を。 学校を10校建設

声楽家・バイマールヤンジンさん



チベット人唯一の歌手として活動を始めて、「チベットの未来には、モノの支援より教育こそが大切だ」と確信します。平成9年、チベット学校建設推進協議会を設立。学校建設費用を捻出するため、年間200回ものコンサートや講演会を開きました。その活動が実を結び、平成11年、最初の小学校が完成。その後も小学校8校、中学校1校を開校し、現在300



▶バイマールヤンジンさんが建設した学校で授業を受ける子どもたち。学ぶその表情は真剣そのもの

「米百俵の精神」を受け継ぎ、人材育成に貢献した個人や団体を表彰する米百俵賞。今年も、祖国・チベットの学校建設に尽力した大阪府吹田市在住の声楽家・バイマールヤンジンさんが選ばれました。

0人の子どもたちが学んでいます。昨年中国四川大地震の際には、自身のコンサートで募金を呼びかけ、倒壊校舎の修復や被災した子どもを支援しました。米百俵賞選考委員長の作家

・半藤一利さんは「学校建設という、まさに米百俵の精神を実践していることをうれしく思う」と講評を述べました。
庶務課 ☎ 39・2203

米百俵の精神を
全国のみなさんに！
「米百俵塾」の参加者募集

人材育成の重要性を市外・県外の人たちに発信するため、「越後長岡米百俵塾」を開催します。長岡の歴史、戦災や震災からの復興を通じて米百俵の精神を学びます。

市外の方が対象ですが、定員に満たない場合、市民も参加できます。申し込み状況など詳しくはお問い合わせください。
期日 6月12日(金)～15日(月)泊4日。15日は米百俵デー市民の集いに参加) 会場 戦災資料館、河井継之助記念館など 講師 作家・半藤一利さん、麗澤大学教授・松本健一さんほか 定員 20人(定員料金 2万円(宿泊料、食料代含む) 5月22日(金)までに地域振興戦略部 ☎ 39・2260へ

米百俵デー市民の集い (無料)

日時 = 6月15日(月)午後1時～4時30分
会場 = リリックホール・コンサートホール
内容 = ①読売テレビ放送報道局局長・辛坊治郎さん講演会「明日を読み解くために～本物はこうして見つけよう～」
②米百俵賞贈呈式
▷作家・半藤一利さんによる選評
▷バイマールヤンジンさんによる活動報告



▲切れ味鋭いコメントで人気の辛坊治郎さん

定員 = 600人(先着) (手話通訳、要約筆記あり)
5月7日(木)～29日(金)に、はがきに「市民の集い参加希望」、住所、氏名、参加人数を記入し、〒940-8501(住所記入不要)長岡市役所庶務課 ☎ 39・2203へ(電話でも可)

市役所を

より便利に、よりスリムに！

行革プラン進行中

行財政運営を効率化するため、行政経営改革プランに基づき、平成17年度から5カ年計画で改革を進めています。平成20年度までの主な取り組みを報告します(左記)。行政経営改革プランは、今年度が最終年度です。プランの着実な実現に向け、引き続き改革・改善に取り組みます。詳しい取り組み状況は、市

役所1階市民情報ラウンジ、各支所地域振興課、市のホームページでご覧いただけます。みなさんのご意見、ご提案をお寄せください。
☎ 39・2208 圏行政管理課



▲小国法末自然の家の指定管理者・法末振興組合が実施した「武蔵野市親子棚田体験ツアー」。独自のノウハウを生かし、地域の活性化にもつながっています

96施設に指定管理者など、民間活力を導入

- 公の施設の管理運営を民間に委ねる「指定管理者制度」を互尊文庫や市民体育館など96施設で導入
- 越路・三島・与板・栃尾地域のガス事業を、今年10月1日に民間事業者に譲渡することを決定
- ごみ収集、学校給食の調理、下水道・道路の維持管理など、すでに民間に業務委託しているものは、その委託範囲をさらに拡大

職員を242人減らし、50億円を削減

平成17年から4年間で職員数を242人削減。給与の見直しも進め、合わせて約50億円の人件費を削減しました。

14億6千万円の新たな財源を確保

- 現在使用していない市有地を売却し、約14億5,000万円の収入を確保
- 平成18年度から市ホームページに有料広告を掲載し、約730万円の収入を確保

期間限定

住基カードが無料！ 便利・お得・手間要らず

☎ 39・2215 市民課



公的な身分証明書になります。銀行の口座開設もこれ1枚で大丈夫。運転免許証を自主返納した後の本人確認書類として最適です。

◎将来はさらに便利に

住基カードを使ってコンビニで住民票交付ができるように現在、国が実験中です。

②お得

確定申告で5,000円控除、住基カードで電子申告すると、最高5,000円の税額控除が受けられます(平成22年分の確定申告まで1回のみ)。※電子申告には、公的個人認証の登録(500円)とカード読み取り機(2,500円程度)が必要です。

③手間要らず

更新は10年に1回、住基カードの有効期限は10年。3～5年更新の運転免許証と比べても期限は倍以上。しかも、更新費用は500円と経済的です。

従来500円かかっていた住基基本台帳カード(住基カード)の発行手数料を無料にしました。平成23年3月までの期間限定です。この機会にぜひ作成ください。
①便利
身分証明書はこれ1枚、写真付きの住基カードなら、

住基カードを作りたい人は、市民課または各支所市民生活課にご連絡ください。手続きをご案内します。

障害があっても

自分らしく このまちで暮らすために

障害があっても、地域で安心して暮らしたい——。そんな障害者の想いを実現するために、障害の種別（身体・知的・精神）や程度に応じて、介護や自立に向けた福祉サービスがあります。障害者に福祉サービスの紹介や手続きのお手伝いなどを行う窓口をご案内します。



働くことが喜び

「今、仕事が楽しいです」と話すのは、長岡市内の福祉施設の喫茶コーナーで働く37歳の男性。

男性は20代のころ、妄想や幻覚の症状が原因で働けない状態に。当時住んでいた町の病院の精神科に入院。6年間通院するものの、はっきりとした病名が診断されず、自分がどうなるのか不安な日々を送っていたといいます。

数年後、別の病院で統合失調症と診断され、障害者手帳を取得。障害年金を受給しています。

自分に障害があると分かった男性に「社会復帰を目指そう」という自覚が生まれました。就職を目標に親元を離れ、長岡に。そこで、支援センターの相談員に相談。求人情報の提供を受けたり、相談員と一緒に障害者宅を訪問して一人暮らしの経験談を聞いたりして、自分の可能性を積極的に模索しました。

そのかいあって現在、男性はグループホームに住みながら、昼間は福祉施設に勤めています。最初は、週2日働くのがやっとでしたが、2年余り仕事を続けるうちに、週5日働けるようになりました。以前と比べ、性格が明るくなったという男性。一般の企業に就職できる日に向かって、今日も頑張っています。



男性（37歳）
20代で、妄想や幻覚などがでる統合失調症の精神疾患に。現在、市内のグループホームで生活



長岡市の障害者数（平成21年3月31日現在）

- 身体障害者 9,808人
- 知的障害者 1,881人
- 精神障害者 958人



同じ障害者として 悩みを分かち合う



障害者自身が障害者の悩みを聞くピアカウンセラーとして、桑原壮一さんは市民センター1階の障害者プラザと障害者生活支援センターふかさわで月1回活動しています。

進行性筋ジストロフィーのため、大学生のときから車いすで生活。徐々に病状が進み日常生活に支障が出ることから、約10年前に段差解消など自室全体のバリアフリー化を計画。障害者生活支援センターふかさわの相談員から、住宅改造費補助の手続きについてアドバイスを受けました。

その縁で現在は、相談する側からされる側のピアカウンセラーに。

セラピーに。

「障害の種別は違っても、同じ障害者として悩みを共有できます。障害者は一人で考えこんでしまいがちだから、外に出て会話することで、障害と向き合うきっかけになってくれたらうれしい」と桑原さんは話しています。

私たちが お手伝いします

障害者相談支援センターでは、障害のある方が何に困っているのかをお伺いし、どうしたら地域で暮らしやすいかを一緒に考えています。

本人のペースを大切にしながら、その人が持っている力をさらに高めていけるよう、障害の種別や程度に応じた福祉サービスを紹介したり、手続きのお手伝いをしたりしています。

4つの支援センターが協力し、市や関係機関と連携しています。気軽にご相談ください。



越路ハイム
地域生活支援センター
施設長・阿部知子さん



桑原壮一さん（41歳）
幼いころ、体全体の筋力が次第に低下していく進行性筋ジストロフィーに。現在、電動車いすで生活

ご相談ください

● 障害者相談支援センター

相談・支援の経験が豊富な「相談支援専門員」が常駐。障害者手帳を持っていない人の相談や、電話や訪問による相談も受け付けています。

障害者生活支援センター ふかさわ

（西津町字原4668 身体障害者）
療護施設「桐樹園」内
☎47・2208
FAX47・2206
平日…8:30～17:30
土・日・祝日…8:30～17:00

障がい者支援センター あさひ

（旭町2-3-3）
☎32・5877
FAX32・5885
平日…8:30～19:00
土曜…8:30～17:30

越路ハイム 地域生活支援センター

（三ツ郷屋2-3-11）
☎92・5104
FAX92・3997
平日…9:00～17:30
土曜…9:00～12:00

地域生活支援センター サンスマイル

（関原町1-3195）
☎21・0355
FAX47・5139
平日…9:00～17:00
土曜（隔週）…9:00～12:00

※いずれも年末年始は休み

● 市役所・各支所

- 福祉相談課（本庁2階）☎39・2218、FAX32・0160
- 各支所市民生活課（栃尾支所は保健福祉課）
相談員が対応します



白キツネさんコンにちは

五穀豊穡と無病息災を祈願する、中之島地域の中条日枝神社春季祭礼。沿道の男の子が神輿を先導する白キツネと初対面。驚きのあまりにらめっこ。(4月15日)



目指せ クリーンなまち

越路地域で毎年春と夏に行われている「こしじほたるクリーン大作戦」。この日は地元企業から670人が参加し、まちをきれいにしました。今年は国体前にも行い、きれいなまちで選手たちを迎えます。(4月11日)



300歳のしだれ桜、春を運ぶ

和島地域の荒巻では、見事なしだれ桜が今年も満開に。ライトアップで幻想的に浮かび上がる姿に、見物客もうっとり。(4月13日)

寺泊野積から弥彦山頂へと続く登山道周辺は山野草の宝庫。雪割草やカタクリの花が、愛らしい花をつけました。(4月1日)



小さな春見つけた



ゲシャフト Geschafft(やったあ)!

まわったよ! 姉妹都市のドイツ・トリアー市の高校生と大学生7人が長岡工業高校を訪問。工業高校の生徒の手ほどきでクリップを使ったモーターが見事完成し、にっこり。(4月14日)



山にも春が来た

いつもより早く春を迎えた山古志地域。中山峠で山野草探訪ツアーを開催。カタクリの花を見つけながら、春のひと時を楽しみました。(4月12日)



感じて、味わって、地域の魅力

各地の銘品を集めて「第1回まちの駅フェスタ in 与板」を開催。与板地域からは打刃物や天地人お菓子などを展示販売。木工コーナーでは、刃物の切れ味を体感する人の姿も。(4月11日)

シンボルツリーは校庭の桜

三島地域の日吉小学校グラウンドのほぼ中央に、寄り添うように立つ2本の桜。戦前から根を張る古木は今年も花を咲かせて、元気に遊ぶ子どもたちを見守っています。(4月10日)



「火の用心」呼びかけ68年

栃尾地域の繁達地区で68年も活動している「繁達少年消防クラブ」。子どもたちは、拍子木を打ち「火の用心! たばこの吸いがら火事のもと!」と防火を呼びかけました。(4月7日)



武蔵野に兼続・お船が出陣

小国地域の友好都市・武蔵野市で行われた桜まつりに兼続・お船が参加。満開の桜に酔いしれました。おともの「愛ナッチャン」も子どもたちに大人気!(4月5日)



地域のまきぐく
まちのほつとフォト

市政広報番組	FMながおか (80.7MHz)	長岡市からのお知らせ	月～金曜日の午前7時50分ごろと午後5時30分ごろから7分間
	FMPORT (79.0MHz)	市役所発!市民情報局	金曜日午前7時15分ごろから10分間(再放送は午後0時15分、6時45分) ※放送の翌週から市ホームページで配信
	BNSラジオ(106.2kHz)	地球広場多言語放送	水曜日の午後6時30分から30分間(再放送は日曜日午後5時)
	エヌ・シー・テレビ (ケーブルテレビ)	ワールドカフェ	外国籍市民向け放送(英語、中国語、ポルトガル語、やさしい日本語)
	メールマガジン	長岡市シティインフォメーション	毎月第2・4土曜日の午前10時30分ごろから60秒間
		長岡市だより	月～金曜日の午後2時45分ごろから90秒間
	長岡市発!情報宅配便	第1月曜日の午後6時から20分間(再放送は随時) ※本放送の翌日から市ホームページで配信	
	米百俵メール	毎月1日・15日に発行(パソコン版と携帯電話版) 登録は市ホームページ、またはこちらから	

5月の特集は「まちの駅」ってどんな駅!?

- ① 内容：オリエンテーション、バスツアー、郷土料理教室 定員：30人(先着) 料金：1,500円 ② 5月7日(木)から
- ② まちの先生企画講座
囲いずれも5月8日(金)から。電話での問い合わせは、平日午前9時～午後4時
- ③ 腹話術に親しむ
日時：5月24日(日)・31日(日)午前10時～11時30分(計2回) 会場：中央公民館405教室 講師：全日本あすなろ腹話術協会会員・渋谷節子さん 対象：小学生以上(小学生は保護者同伴) 定員：10人(先着) 料金：300円 持ち物：手鏡、筆記用具
- ④ マジックで学ぶ英会話
日時：5月26日(火)、6月9日(火)・23日(火)、7月14日(火)・28日(火)午後7時～8時(計5回) 会場：中央公民館405教室 内容：手品をしながら英語の表現力を身に付ける 講師：元英語教員・蒲原光恵さん 対象：初心者 定員：10人(先着) 料金：1,500円 持ち物：筆記用具、ノート、辞書
- ⑤ 初心者対象観世流謡曲教室
日時：6月1日～29日の毎週月曜日午後1時30分～3時40分(計5回) 会場：中央公民館大ホール 講師：佐藤昭さん 定員：15人(先着) 料金：1,900円
- ⑥ 木目込人形の「ふくまつ」を作りましょう

人口と世帯数 住民基本台帳登録数H21.4.1 (前月比)

279,342人 (-951)	136,376人 (-599)	142,966人 (-352)	97,588人 (-197)
-----------------	-----------------	-----------------	----------------

催し

中央公民館 ☎32・0437 FAX32・0561 chu-kou@city.nagaoka.jp

お知らせ

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

● 略字の見方
● 囲の記載のないものは直接会場へどうぞ。
● 囲=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

● 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ができます。
● 囲があるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」または「募集情報」からも申し込み可。
● 料金の記載のないものは無料です。

⑤ タオルで作る布ぞり
日時：6月3日(水)・10日(水)午前10時～正午、午後1時～4時(計4回) 会場：中央公民館302教室 講師：加藤留美子さん 対象：3回以上出席できる人 定員：12人(先着) 料金：1,500円 持ち物：バスタオル2枚、ハンドタオル5枚、はさみ、吸盤フック特大2個、ラジオペンチ

⑥ ちぎり絵教室
日時：6月3日(水)・10日(水)・24日(水)午前10時～正午(計3回) 会場：中央公民館406教室 講師：和紙ちぎり絵しゅんこう認定講師・荒木房子さん 定員：15人(先着) 料金：3,000円 持ち物：鉛筆、はさみ、ピンセット、おしぼり

▲講師の吉田和世さん

⑦ 吹矢道スポーツ教室
日時：6月7日(日)・14日(日)午前10時～正午(計2回) 会場：まちなかホール(城内町2) 講師：樋口裕乘さん 定員：20人(先着)

⑧ 親子で楽しむリズム遊び
日時：6月10日(水)・17日(水)午前10時～11時30分(計2回) 会場：富貴亀コミュニティセンター 対象：2・3歳児とその保護者 講師：小杉千穂子さん 定員：20組(先着) 料金：1組400円 持ち物：空のペットボトル(小)2本

⑨ 一日彫金体験
日時：6月11日(木)午後1時～4時 会場：中央公民館陶芸工作室 内容：銅板に花・鳥などの文様をつけた絵皿の製作 講師：田公美知子さん 定員：15人(先着) 料金：1,600円 持ち物：タオル

⑩ 食を通して豊かな心と健康な身体を育てよう
日時：6月12日(金)、7月10日(金)、9月11日(金)、11月13日(金)平成22年1月22日(金)午前10時～午後1時(計5回) 会場：健康センター 内容：笹だんご、いか飯など 講師：県栄養士会長岡支部会員 対象：18歳以上 定員：30人(先着) 料金：1,300円(材料費1回800円程度別) 持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具

⑪ 歴史学講座「二流の人々」
日時：6月17日～7月15日の

① 新潟県美術展覧会長岡展
日時：6月5日(金)～14日(日)午前9時～午後5時 会場：県立近代美術館 料金：一般450円(前売400円)、大学生以下は無料 園生生涯学習文化課または新潟日報社長岡支社 ☎34・9600

② 市民写真会
日時：5月24日(日)午前9時～午後4時(雨天決行) 写生場所：栃尾地域(集合は栃尾美術館アトリエ) 対象：中学生以上 料金：中学生300円、高校生以上500円 持ち物：写生用具、画用紙など ⑤5月18日(月)までに市役所1階市民情報ラウンジ、各支所、市民センター、中央公民館、中央図書館、市内画材店にある申込書で、長岡市美術協会事務局(生涯学習文化課内) ☎32・5110 作品の展示：市民センター地下イベント広場で6月20日(土)～23日(火)(展示希望者のみ)

① 草もちづくり講座
日時：5月26日(火)午前10時～正午 料金：400円

② 笹だんごづくり講座
日時：6月13日(土)午前10時～午後3時 料金：800円

③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ようこそ長岡へ ～長岡の魅力紹介講座～
市内に転入してきた人、長岡を知りたい人へ長岡の魅力を紹介いたします。
日時：5月22日(金)午前10時～正午、29日(金)午前9時～午後3時、6月5日(金)午前10時～午後1時(計3回) 会場：市民センター1201会議室ほ

② 高齢者趣味の教室追加募集

曜日	時間帯	講座名	会場
日	午後	焼物①	中央公民館
月	午後	焼物②	中央公民館
火	午前	アートフラワー	中央公民館
火	午後	民謡①	まちなかホール
水	午後	盆裁	まちなかホール
木	午後	詩吟(神風流)	中央公民館
金	午後	書道(全般)③	中央公民館

① オープニングイベント「公開文化講演会」北野大のやさしい環境講座
私たちの生活に身近な環境についての講演です。
日時：5月26日(火)午後7時～8時30分 会場：リリックホール・コンサートホール 定員：600人(抽選)

② 中世の長岡への旅 ～直江兼続・おせんごの時代～
2人が生きた中世の長岡を探ります。
日時：6月1日(月)・8日(月)・15日(月)・27日(土)・29日(月)午後7時～8時30分(計5回) 27日は午後1時～5時、バスで与板史跡めぐり) 会場：中央公民館 講師：中央図書館文書資料室職員・田中洋史 定員：50人(先着) 料金：2,500円

③ 環境と環境法
大気・水などの環境を守るための法律を研究します。
日時：6月3日～24日の毎週水曜日午後6時30分～8時(計4回) 会場：長岡大学 講師：長岡大学教授・吉盛一郎さん 定員：20人(先着) 料金：2,000円

④ 視覚の不思議とトリックアート
目の錯覚を応用した作品の解説やオリジナル「トリックアート」を作成します。
日時：6月4日～25日の毎週木曜日午後7時～8時30分(計

① 生涯学習文化課 ☎32・5110

② 市民写真会

③ 新潟県美術展覧会長岡展

① 草もちづくり講座

② 笹だんごづくり講座

① オープニングイベント「公開文化講演会」北野大のやさしい環境講座
日時：5月26日(火)午後7時～8時30分 会場：リリックホール・コンサートホール 定員：600人(抽選)

② 中世の長岡への旅 ～直江兼続・おせんごの時代～
2人が生きた中世の長岡を探ります。
日時：6月1日(月)・8日(月)・15日(月)・27日(土)・29日(月)午後7時～8時30分(計5回) 27日は午後1時～5時、バスで与板史跡めぐり) 会場：中央公民館 講師：中央図書館文書資料室職員・田中洋史 定員：50人(先着) 料金：2,500円

③ 環境と環境法
大気・水などの環境を守るための法律を研究します。
日時：6月3日～24日の毎週水曜日午後6時30分～8時(計4回) 会場：長岡大学 講師：長岡大学教授・吉盛一郎さん 定員：20人(先着) 料金：2,000円

④ 視覚の不思議とトリックアート
目の錯覚を応用した作品の解説やオリジナル「トリックアート」を作成します。
日時：6月4日～25日の毎週木曜日午後7時～8時30分(計

① オープニングイベント「公開文化講演会」北野大のやさしい環境講座
日時：5月26日(火)午後7時～8時30分 会場：リリックホール・コンサートホール 定員：600人(抽選)

② 中世の長岡への旅 ～直江兼続・おせんごの時代～
2人が生きた中世の長岡を探ります。
日時：6月1日(月)・8日(月)・15日(月)・27日(土)・29日(月)午後7時～8時30分(計5回) 27日は午後1時～5時、バスで与板史跡めぐり) 会場：中央公民館 講師：中央図書館文書資料室職員・田中洋史 定員：50人(先着) 料金：2,500円

③ 環境と環境法
大気・水などの環境を守るための法律を研究します。
日時：6月3日～24日の毎週水曜日午後6時30分～8時(計4回) 会場：長岡大学 講師：長岡大学教授・吉盛一郎さん 定員：20人(先着) 料金：2,000円

④ 視覚の不思議とトリックアート
目の錯覚を応用した作品の解説やオリジナル「トリックアート」を作成します。
日時：6月4日～25日の毎週木曜日午後7時～8時30分(計

① 生涯学習文化課 ☎32・5110

② 市民写真会

③ 新潟県美術展覧会長岡展

① 草もちづくり講座

② 笹だんごづくり講座

ながおか市民大学

中央公民館 ☎32・0437 FAX32・0561 Eメール chu-kou@city.nagaoka.jp

4回) 会場：長岡造形大学 講師：長岡造形大学教授・長谷川博紀さん 定員：15人(先着) 料金：2,000円(材料費500円別) 持ち物：30cm 定規、筆記用具

③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

★プレゼント企画★

雪国植物園の入園チケットを抽選でペア5組10人にプレゼント！
 問題 = 子育ての駅千秋の愛称は〇〇〇〇 (ヒントは2、3ページ)
 応募方法 = 5月22日(金) (必着) までに、住所、氏名、年齢、問題の答え、市政だよりの感想を、はがき〒940-8501 (住所記入不要) 長岡市広報課☎39・2202、FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jpで
 ※当選者は5月29日(金)までに発送します。

雪国植物園 ☎46・0030

開園時間 = 午前9時～午後5時 (入園は午後4時30分まで)
 入園料 = 大人400円、小・中・高校生50円、幼児無料
 ■みどりの音楽会 = 5月4日(祝)午後1時から
 ■春の探鳥会 = 5月10日(日)午前5時～8時
 ■春の山野草展示会&即売会 = 5月31日(日)まで

■用記載のないものは直接会場へどうぞ。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ができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」 「募集情報」からも可)。
 ■料金の記載のないものは無料。

長岡の「農」を楽しもう！

①ながおか田植えまつり

泥の感触や田んぼに住む生き物たちを感じてください。体験後の農家おかあちゃん特製の豚汁が格別！
 日時 = 5月24日(日)午前10時～午後1時30分(雨天決行)
 会場 = 農の駅あぐらって長岡 (ふるさと体験農業センター) 内容 = 田植え、いも苗植え、田んぼの生き物観察、農産物の直売 料金 = 田植え、いも苗植え体験…大人200円、小学生以下100円 持ち物 = 長靴、軍手、作業のできる服装



②親子で食・農まるごと体験教室

食と農の大切さを、田植えから稲刈りまでの米づくりと食づくり体験を通して親子で学びませんか。
 期日 = 5月～12月の土曜日の半日 (変更する場合あり)

月日	農の教室	食の教室
5月23日(土) 9:00～11:00	開校・棚田で田植え	-
6月6日(土) 9:30～11:30	田んぼの生き物観察、枝豆苗植え	-
7月11日(土) 9:30～12:00	草取り、菜種収穫体験、旬野菜もぎとり	手打ちそば
8月22日(土) 9:30～13:00	草取り、枝豆収穫、旬野菜もぎとり	米粉を使った料理
9月26日(土) 13:30～15:00	稲刈り、旬野菜もぎとり	-
10月17日(土) 9:30～12:00	脱穀から精米、旬野菜もぎとり	菜種搾油体験
11月7日(土) 13:00～16:00	-	小口味噌づくり
12月5日(土) 9:00～13:00	閉校、三門松づくり	餅つき

会場 = 農の駅あぐらって長岡 (ふるさと体験農業センター) 対象 = 年長児～小学生の親子 定員 = 親子10組(先着) 料金 = 1組3,000円(食づくりの材料費は別) 5月20日(水)まで

③農家おかあちゃんの「ゆめ農園」農業体験参加者募集

毎日食べる農産物を、農業体験を通して考えませんか。プロならではの野菜作りのコツもアドバイス。初回と最終回には農家おかあちゃん自慢の料理が振る舞われる交流会があります。

① 5月23日(土) 9:00～	枝豆、トウモロコシ、さつまいもの苗植え、交流会
② 8月1日(土) 9:00～	枝豆、トウモロコシの収穫
③ 9月上旬	大根の種まき
④ 9月下旬	さつまいもの収穫
⑤ 11月下旬	大根の収穫、交流会

場所 = ゆめ農園 (ロングライフセンター隣) 定員 = 30組(抽選) 体験料 = 1人2,000円 (1家族3,000円) 5月20日(水)まで

④これであなたも長岡産農産物サポーター!「こだわり産直オーナー」募集!!

生産者と消費者、お互いの顔が見える関係にこだわった産直オーナーを募集します。こだわり農家が育てた長岡野菜や旬の農産物を年3回お届けします。商品内容の企画・発送はゆめ農園の農家おかあちゃんグループが担当。一人何口でもOK!ご贈答にもぜひご活用ください。
 コースと料金 = ①よくばりコース (24品) 1口13,000円②お好みコース (15品) 1口10,000円 (いずれも送料込みで全国発送可。先着150口) 内容 = 新米コシヒカリ5kgや旬の長岡野菜、農産物加工品など (商品内容は市ホームページ、公共施設配布のチラシをご覧ください) 6月5日(金)までに住所、氏名、電話番号、希望コース、口数をはがき、ファクス、Eメールで (支払い方法は後日連絡)

☎940-8501 (住所記入不要) 農政課☎39・2223、FAX39・2284、Eメールnousei@city.nagaoka.lg.jp

史の広場駐車場脇(西津町) 対象 = 小学生以下一般 (小学生以下は保護者同伴) 定員 = 20人(先着) 持ち物 = 昼食、飲み物、使い古したタオルかぞうきん、軍手、粘土土べら 5月6日(土) 20日(水)

7 山古志探鳥会 日時 = 5月16日(土) 午前6時～9時(雨天決行) 集合 = あ

まやち会館駐車場(山古志穂原) 対象 = 小学生以下一般 (小学生は保護者同伴) 持ち物 = 筆記用具、雨具、双眼鏡など 5月13日(水)まで

8 熱中!感動!夢!夢!夢!教育 日時 = 5月17日(日) 午前10時～午後4時 会場 = 巴ヶ丘自然公園など 対象 = 小学4～6年生(保護者同伴)

9 藤橋歴史の広場臨時開館 日時 = 5月16日(土) 午後1時30分～4時 会場 = 科学博物館 対象 = 小・中学生 持ち物 = 筆記用具

●趣味・健康JUVU教室 教室と日時 = ①焼物(陶芸) 水曜日コース: 6月11日の第2・4水曜日午後6時30分～8時(計10回) ②焼物(陶芸) 金曜日コース: 6月11日の第2・4金曜日午後6時30分～8時(計10回) ③盆栽: 5月28日～10月の木曜日午後6時30分～8時(計15回) ④ダンベル: 6月9月の毎週金曜日午後7時～8時30分(計12回) ⑤太極拳: 6月9月の毎週火曜日午後1時30分～3時(計12回) ※いずれも8月は休講 定員 = ①～③35人(先着) ④25人(先着) ⑤20人(先着) 料金 = ①～③3,000円、④⑤2,000円

●初心者のための着物着付け教室 日時 = 5月21日～7月23日の毎週木曜日午後6時30分～8時30分(計10回) 講師 = 美容師・篠田由紀子さん 対象 = 市内に在住・勤務する40歳未満 定員 = 25人(先着) 料金 = 1,800円 5月11日(月)～20日(水) 公園緑地課 ☎3939・22330 FAX3939・2270

1 花いっぱいフェア2009 花と緑にちなんだ、楽しい催しがいっぱいあります。

2 庭木に関する基礎知識 せん定の仕方や肥料、病害虫について学びましょう。 日時 = 5月30日(土) 午後1時30分～3時30分 会場 = 千秋が原ふるさとの森管理事務所前 講師 = 社長岡市公園緑地協会 定員 = 50人(先着) 持ち物 = 軍手、せん定はさみ、筆記用具 4月30日(木)～5月21日(木)

3 信濃川探鳥会 日時 = 5月9日(土) 午前9時～

全国初! 縄文楽検定 縄文、火焰土器をテーマにした検定(初級程度)です。 日時 = 5月31日(日) 午後1時30分～3時(試験時間は60分) 会場 = 県立歴史博物館研修室 内容 = 火焰土器と新潟の縄文文化を中心に(4択式で50問)。合格者には合格認定証を交付 定員 = 70人(先着) 持ち物 = 筆記用具 5月4日(祝)～23日(土)に往復はがきの往信の裏に「縄文楽検定」申込、住所、氏名、電話番号、返信の表に自分のあて先を記入して〒940-2035 関原町1字権現堂2247の2 県立歴史博物館へ

科学博物館 ☎32・0546

「メイン会場」 千秋が原ふるさとの森 日時 = 5月30日(土) 午前10時～午後5時、31日(日) 午前10時～午後4時 内容 = 木工プランターづくり体験コーナー、花の名前・種の名前当てクイズ、花と緑のふれあいツアー、グリーンマーケットなど

寺泊港みなと公園 「サテライト会場」 日時 = 5月31日(日) 午前10時～正午 内容 = 花づくり活動の発表、アトラクションなど

2 花と緑の教室 ①庭木に関する基礎知識 せん定の仕方や肥料、病害虫について学びましょう。 日時 = 5月30日(土) 午後1時30分～3時30分 会場 = 千秋が原ふるさとの森管理事務所前 講師 = 社長岡市公園緑地協会 定員 = 50人(先着) 持ち物 = 軍手、せん定はさみ、筆記用具 4月30日(木)～5月21日(木)

1 愛鳥週間企画展 「長岡の街とトラフズク」 フクロウの一種トラフズクの街中での生活を紹介します。 日時 = 6月14日(日) までの午前9時～午後5時 (入館は午後4時30分まで) 休館日 = 5月7日(木)・18日(月)、6月1日(月) 展示解説 = 5月9日(土)・16日(土)、6月13日(土)・14日(日) 午後1時30分～2時30分

2 石仏探訪会 釜沢石を運んだ石工の道を散策し、石仏を見学します。 日時 = 5月10日(日) 午後1時～3時(雨天中止) 見学地 = 釜沢・村松地区 集合 = バス停村松回車場 持ち物 = 筆記用具、飲み物、メジャー 5月7日(木)まで

3 信濃川探鳥会 日時 = 5月9日(土) 午前9時～

4 野鳥集いと探鳥会 日時 = 5月23日(土) 午後7時～9時 会場 = 道院高原・ロジ道院(栃堀) 内容 = 野鳥解説、スライド上映 定員 = 10人(先着)

5 草花あそび講習会 身近な植物を観察し、草を使った工作などを学びます。 日時 = 5月27日(水) 午後1時30分～3時30分 集合 = 科学博物館 持ち物 = 筆記用具など 5月25日(月)まで (田からも可)

6 縄文土器をつくる会 縄文時代と同じ方法で土器を作って焼きます。 内容と日時 = ①土器づくり: 5月23日(土) 午前10時～午後4時 ②土器焼き: 6月6日(土) 午前10時～午後4時(雨天の場合は7日(日)) 会場 = ①中央公民館陶芸工作室②藤橋歴史

5月は消費者月間です
 ~消費者新時代 消費者が主役~
 記念講演会「長寿社会を健やかに生きる~生活の知恵」
 日時 = 5月13日(水)午後1時30分~3時 会場 = 市民センター202会議室
 定員 = 70人(先着) 講師 = 特別養護老人ホームこぶし園園長・小山剛さん
 園消費生活センター ☎32・0022

■用記載のないものは直接会場へ
 どうぞ。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
 込みができます(用のあるものは、市
 ホームページの「イベントカレンダー」
 「募集情報」からも可)。
 ■料金の記載のないものは無料。

ながおか市民センターの催し TEL39・2763

時間の記載のないものは、平日が午前8時30分~午後9時、土・日・祝日が午前9時~午後6時30分です。金額の記載のないものは無料です。展示の初日と最終日は、準備と片付けのため、展示をご覧いただけられない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

市民ギャラリー(1階)
1 薫洋グループ(草月流)
 「愛をいけ花で皆様にお届けします」
 期間 5月15日(金)~17日(日)
 ※まちの情報コーナーでも展示

2 グループジュン
ボタニカルアート(植物画)
 期間 5月20日(水)~25日(月)
3 光寿会作品展(絵画、書、写真、焼き物、工芸品など)
 期間 5月27日(水)~6月1日(月)

4 デコパージュ作品展
 期間 6月3日(水)~8日(月)
イベント広場(地下)
1 交展(絵画)
 期間 5月13日(水)~20日(水)
2 長岡圏基連盟市民囲碁大会
 日時 5月24日(日)午前9時30分~午後5時

3 月刊マイスキップ100号記念展
 創刊から100号までのあゆみ
 期間 5月26日(火)~6月6日(土)
4 新潟県中越琴古会
 尺八・箏・三絃三曲演奏会
 日時 6月7日(日)正午から
男女平等推進センター
 ウィルながお(2階)
 ☎39・2746



1 女と男のパートナーシップ
 を考える情報誌「あぜりあ」24号を発行しました
 今回の特集は、「家族・親子・きこ近所と気持ちのいいおつき合い」。「あぜりあ」は市民が企画・編集。市民センター、市内各図書館、各コミュニティセンター、各支所などで無料配布します。

2 私へのごほうび講座
 ~さらに輝くためのステップアップセミナー~
 内容 講師
 5/21(木) アロマおしゃべり ハーフ談話室
 5/28(木) ピラティスでココロとカラダの歪みをリセット ター・水科江利子さん
 6/3(水) PTA役員も大丈夫! コミュニケーション上達レッスン ライ・中村容子さん
 6/11(木) ワークショップ「輝く私のプランニング」 ウィルながお委員会

6/25(木)	6/18(木)	6/11(木)	6/3(水)	5/28(木)	5/21(木)	曜日
ワークショップ「輝く私のプランニング」	講演とワークショップ「親子とも、私も、大切に」	PTA役員も大丈夫! コミュニケーション上達レッスン	PTA役員も大丈夫! コミュニケーション上達レッスン	ピラティスでココロとカラダの歪みをリセット	アロマおしゃべり	内容
ウィルながお委員会	ウィルながお委員会・学習研修委員	マミーズ・ネット・中條美奈子さん	産業カウンセラー・中村容子さん	フィットネスインストラクター・水科江利子さん	ハーフ談話室・長沢喜美子さん	講師

3 子育て相談
 期日と相談員 5月21日(木): 助産師(4カ月未満の乳児の計測と相談も。5月19日(火)までに要予約)、6月4日(木): 家庭児童相談員 時間 午前10時30分~11時30分

三輪車やおもちゃの車で自由に遊べて楽しいよ~!



2 わくわく2歳児デー
 2歳以上の子どもがのびのび遊べます。
 日時 5月12日(火)・22日(金) 午前10時30分~11時30分

3 わいわいおしゃべり会
 日時 5月19日(火)、6月2日(火) 午前11時から1時間程度
 対象 1歳未満の乳児とその保護者、妊婦 持ち物 いろいろ、おしゃべり会のパスポート(初めての人は当日お渡しします)
4 ミニ図書館がやってくる!
 互尊文庫がお薦め絵本や育児書をお貸しします。読み聞かせタイムもあり。
 日時 6月10日(水) 午前11時~正午 持ち物 図書貸出カード(カードのない人は当日作成できます。保険証や免許証など住所を確認できるものをお持ちください)



5 親子サークルよこぐさ!
 専門の指導員による運動や手遊び、サークル同士でおしゃべりします。
 日時 5月28日(木) 午前10時30分~正午 会場 市民体育館
 対象 親子サークルの親子(未入会の親子も参加できます) 定員 35組(先着) 5月26日(火)まで
7 転入ママ・新米ママ・ママニティママ講座&交流会
 三尺玉ネットの会員が子育て



▲昨年のママ講座&交流会で情報交換

て情報をお知らせします。
 日時 5月18日(月) 午前10時30分~2時間程度 会場 202・203会議室
 対象 乳幼児とその保護者 定員 30人(先着) 5月11日(月)~16日(土) ※保育あり(要予約) 定員 15人(先着) 午後6カ月以上

乳幼児のための救急法講習会(3時間コース)
 講習修了者に「普通救命講習修了証」を交付します。
 日時 5月29日(金) 午前9時30分~午後0時30分 会場 健康センター1 定員 30人(先着) ※保育あり(要予約) 定員 10人(先着) 午後6カ月以上 5月25日(月)まで ファミリー・サポート・センター事務局へ



国営越後丘陵公園 ☎47・8001

●5月は休まず開園!
 開園時間 = 午前9時30分~午後6時 入園料 = 高校生以上400円、小・中学生80円
 駐車料 = 大型1,020円、普通車310円、二輪車100円
 ◎入園無料日... 5月4日(祝) こども無料日... 5月5日(祝) ※駐車料は有料。5月は南口ゲート(里山フィールドミュージアム側入口)が毎日ご利用できます

1 チューリップまつり
 112品種、約14万本のチューリップが花の丘一面に咲き誇ります。期間中の土・日・祝日はいろいろなイベントがあります。
 期間 = 5月6日(休)まで

2 チューリップ摘み取り体験
 チューリップの残り花を自由に摘み取って持ち帰れます。※開花状況により「球根掘り取り体験」に変わる場合があります。
 日時 = 5月9日(土) 午後1時~3時 会場 = 花の丘

3 野鳥観察会
 日時 = 5月16日(土) 午前7時30分~9時30分 会場 = 里山フィールドミュージアム
 対象 = 小学生以上 定員 = 30人(先着) 事前に

4 サンデー里山ガイド
 日時 = 5月10日(日)・24日(日) 午後0時30分~3時 集合 = 花と緑の館カウンター

5 畑の苗植え体験
 日時 = 5月23日(土) 午前10時30分~正午 対象 = 小学生以上 定員 = 30人(先着) 事前に ※ころりん米をプレゼント

6 田植え体験
 日時 = 5月31日(日) 午前10時30分~午後0時30分 会場 = 里山フィールドミュージアム 定員 = 40人(先着) 事前に ※ころりん米をプレゼント

7 香りのばらまつり
 新たに「ばらと草花のエリア」ができます。約500品種2,000本に拡大したばら園をお楽しみください。
 期間 = 5月29日(金)~6月21日(日)

国際交流センター「地球広場」(1階) ☎39・2714

中国語で歌おう「千の風になつて」チャイナフェア
 市内の留学生と一緒に中国文化を体験してみませんか。歌の練習を通して、四川大地震の復興を祈ります。
 日時 5月17日(日) 午前10時~正午 定員 60人(先着) 5月15日(金)まで

ちびっこ広場(4階) ☎39・2775

ちびっこタイム&たんたん誕生会
 保育士とリズム体操や手遊びをします。27日は5月生まれの誕生会も一緒です。
 日時 5月13日(水)・27日(水) 6月3日(水)・10日(水) 午前11時から30分程度 対象 乳幼児とその保護者

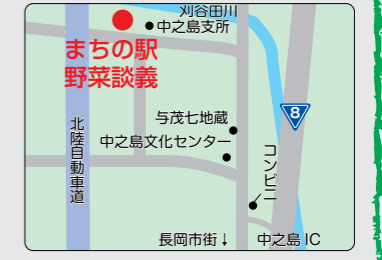
「まちの案内人」の耳寄り情報! ⑭

「まちの駅野菜談義」では、新鮮な野菜の直売、手作りぞうりやぬいぐるみなどの手芸販売コーナーが人気です。5月23日(土)からは営業時間が正午~午後4時(水曜定休)に変わります。お気軽にどうぞ。

中之島特産の大口れんこん、おいしいですよ!



▲まちの案内人の羽賀さん(左から)、山崎さん、小川さん



とっておきの長岡まちめぐりin寺泊「こらっしえいや野積へ」

日本最古のミイラの拝観や座禅体験など、野積地域の歴史と文化を感じます。
期日＝6月7日(日) 集合と時間＝市役所本庁…午前9時、みなと公園駐車場…午前9時50分 定員＝20人(抽選) 料金＝3,000円(昼食代含む) 回5月22日(金)までに寺泊支所産業課☎75・3105へ

親も育つ子育てセミナー「幼児期コース」

幼児期の子どもたちの育ち方を学び、どのようにかわればよいか、一緒に考えてみませんか。

回	期日	内容	講師
1	5月27日(水)	親になるとは…	専門学校非常勤講師 運営委員会・斎藤良子さん
2	6月3日(水)	我が家らしさを見つけよう	
3	6月10日(水)	オーストラリアの生活と子ども	長岡技術科学大・非常勤講師・羽賀ローリーさん
4	6月17日(水)	子どもに起こりやすい病気や事故の予防と手当	日本赤十字社新潟県支部幼児安全指導員・小林憲子さん
5	6月24日(水)	障がいのある子どもとともにかく生き	魚沼市「凜の会」・木多富士子さん
6	7月1日(水)	子どものための薬の正しい使い方と副作用	社団法人薬剤師会薬事衛生指導員・大黒幸恵さん
7	7月8日(水)	ビタミン愛たっぷりの子育てを！～幼児教育の現場から子育てのヒントあれこれ～	学校法人柏崎小鳩幼稚園園長・池田廣美さん
8	7月11日(土)	館外学習 千秋が原「子育ての駅」へ～子育ての駅に集まれ！パパ・ママと遊ぼう～	子育ての駅千秋内せんしゅう保育園園長
9	7月15日(水)	お母さんのためのコーチング～自立した大人への一歩は幼児から～	㈱マックス・ゼン・パフォーマンス・コンサルティング・丸山結香さん
10	7月22日(水)	生まれてきてくれてありがとう～交流茶話会～	助産師(保健相談士)・酒井由美子さん

時間＝午前10時～正午 会場＝中央公民館
対象＝幼児期の子を持つ保護者または関心のある人
定員＝50人(先着) 料金＝1,000円
※第8回を除き保育あり(対象は1歳以上。定員30人で要予約。おやつ代など600円は別)
回5月7日(木)から中央公民館☎32・0437へ

1 藩校崇徳館・正徳館の教育
—心と英知を育んだ書物の世界—
全国藩校サミットin長岡の
中央図書館 ☎32・0658
FAX 32・0664

2 子どもの本を読む会
感想や著者について話し合います。
日時＝5月13日(水)午前10時～11時30分 会場＝2階講座室
1 テーマ＝赤ちゃん向け絵本について(お薦めの本を持参)
3 映画会
日時＝5月23日(土)午後2時～3時50分「ドルフィンブルー」(07年日本) 会場＝2階講座室 定員＝190人(先着)

1 河井継之助の旅日記
「塵壺」を読み解く会(第二期)
もう一度日記を読み直します。
日時＝5月9日(土)・16日(土)・23日(土)・30日(土)午後1時～3時

2 楽しい詩吟教室～河井継之助を偲ぶ・漢詩の心を感じて～
日時＝5月9日(土)・23日(土)午後3時～4時30分 講師＝詩吟神風流福吟会会長・松川神鏡さん 定員＝20人(先着)
3 今泉鐘次郎著
「河井継之助傳」を読む会
日時＝5月11日(月)・25日(月)午後1時～3時 定員＝各10人(先着)

4 自由広場ながおか・ホコ天
日時＝5月5日(祝)②6月7日(祝)①

フリーマーケット出店者募集
自由広場ながおか・ホコ天で開かれるフリーマーケットの出店者を募集します(先着100マス)。
時間＝午前11時～午後3時 会場＝大手通1・2丁目(アーケード下) 出店料＝1マス(2m×2m) 500円
各開催日の直前の金曜日午後3時までに長岡市商店街振興組合連合会事務局☎32・7002へ。当日は午前10時～10時45分に大手通り十字路フジヤマ果実店前本部席で受付

1 展示解説
日時＝5月30日(土)、6月6日(土)・7日(日)午後2時～2時40分 会場＝2階美術センター
2 講座と展示解説
日時＝6月7日(日)午後2時～2時40分 会場＝2階講座室
1 講師＝展示委員・福原国郎さん 定員＝30人(先着) 回5月10日(日)から

大風合戦。豊10畳ほどの大風が空中戦を繰り返します。
日時＝6月6日(土)～6月8日(月)午後1時～5時 会場＝刈谷田川中之島大橋下流堤防付近(無料の市民観覧席をご利用ください)
河井継之助記念館 ☎30・1525

中之島支所産業課 ☎61・2013
長岡市中之島・見附市今町大風合戦
350年以上の歴史がある

円(2)は2000円。館内見学はいつでも入館料200円別(回随時(開館時間午前10時～午後5時))
4 松樹植樹セレモニー
継之助の号「蒼龍窟」の由来といわれる松樹が、旧河井邸に復活します。
日時＝5月20日(水)午前9時から 会場＝河井継之助記念館

日(日)③7月4日(土)④9月12日(土)⑤10月3日(土)⑥11月1日(日)の午前11時30分～午後4時15分(天候により時間変更あり) 会場＝大手通1・2丁目 内容①子どもの日花まつり行事②昭和の車展示会③ダンスコレクション2009④救急フェアと大道芸フェスタ⑤米百俵まつり⑥市民活動まつり(各回ともフリーマーケット、ストリートパフォーマンス、わんぱく広場などあり) 回長岡市商店街振興組合連合会事務局☎32・7002または産業課へ

開催に向け、長岡の藩校教育を紹介いたします。
日時＝5月23日(土)～6月7日(日)午前10時～午後6時(31日(日)は午後5時まで・25日(月)、6月1日(月)は休館) 会場＝2階美術センター ※23日は午前9時30分からオープニングセレモニー、展示解説。
①展示解説
日時＝5月30日(土)、6月6日(土)・7日(日)午後2時～2時40分 会場＝2階美術センター
②講座と展示解説
日時＝6月7日(日)午後2時～2時40分 会場＝2階講座室
1 講師＝展示委員・福原国郎さん 定員＝30人(先着) 回5月10日(日)から

水中健康づくり教室

日時＝6月5日～7月3日の毎週金曜日午後1時30分～2時30分(計5回) 定員＝20人(先着) 料金＝2,000円(入館料一般500円別) 持ち物＝水着、水泳帽子、タオル
回5月7日(木)～22日(金)にエコトピア寿☎24・9322へ



■回の記載のないものは直接会場へどうぞ。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ができます(回のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。

1 大人のための初心者水泳教室
70歳未満の泳げない人を対象に、クロールまでをマスターします。
日時＝6月2日～7月14日の毎週火曜日午前10時30分～正午(計7回) 定員＝20人(抽選) 料金＝300円(入場料1回大人400円、65歳以上300円別) 回5月19日(火)まで

2 親子さつまいも畑
日時＝5月31日(日)午後2時30分～3時30分 内容＝親子で

3 父の日七宝焼きのついで
日時＝6月13日(土)午後1時30分～3時 対象＝小学4年生～高校生とその保護者 定員＝12人(抽選) 料金＝親子1組500円(材料費500円)～1,200円別) 回5月30日(土)まで

4 星空を見る会
日時＝6月3日(水)午後7時30分～8時30分(曇天・雨天の場合は順延)
◎プラネタリウムは、番組入れ替えのため、5月26日(火)～29日(金)は休みます。

長岡市芸術文化振興財団ガイド☎29・7715

チケットの購入は、(財)長岡市芸術文化振興財団へお問い合わせください。公演によって、年齢で入場を制限する場合があります。
青少年招待の対象は小学4年生～高校生です。親子招待の対象は小学4年生～高校生とその保護者です。



▲寺内タケシ

1 緑綬褒章受章(平成20年)記念 寺内タケシとブルージーンズ
「エレキの神様」が演奏する人気ポップスなどをお楽しみください。
日時＝7月16日(木)午後7時から 会場＝市立劇場 料金＝全席指定4,000円 発売日＝5月14日(木) 親子招待＝500人(抽選) (回6月15日(月)まで。詳細は市内の小・中・高校に5月中旬に届く案内で)
2 ミュージカル体験ワークショップ
～友達さそってみんなで体験～
ダンスや歌などを楽しく学びます。
日時＝6月21日(日)午前10時～午後4時(予定) 会場＝リリックホール・第1スタジオ 講師＝ミュージカ

ルカンパニー・イツフォーリーズ所属俳優 対象＝小学2年生～中学3年生 定員＝40人(抽選) 料金＝1,500円 回5月1日(金)～31日(日)にリリックホールへ

3 cobaライブin長岡～夜空の夢～
世界で活躍するアコーディオニストcobaの迫力ある演奏をお楽しみください。
日時＝8月4日(火)午後7時から 会場＝リリックホール・シアター 料金＝全席指定4,000円 出演＝天野清継(ギター)ほか 曲目＝過ぎ去りし永遠の日々、フニクリフニクラほか 発売日＝5月16日(土) 青少年招待＝30人(抽選) (回5月16日(土)～6月16日(火)必着)

4 中越大震災5周年復興祈念事業 文学座公演
「ゆるる車の音」～九州テキ屋旅日記～
昭和40年代の港町を舞台に繰り広げられる、笑いと涙の人情喜劇です。
日時＝6月5日(金)午後7時から 会場＝リリックホール・シアター 料金＝全席自由一般3,000円、高校生以下1,000円 脚本＝中島淳彦 演出＝鶴山仁 出演＝角野卓造、たかお鷹、塩田朋子ほか
▲角野卓造(左)と塩田朋子

■用記載のないものは直接会場へどうぞ。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ができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。

西地域図書館 ☎27・4900

●ぼんごーとむかしばなし
日時＝5月10日(日)午前11時～11時30分 会場＝1階児童コーナー 内容＝長岡民話の会によるむかしばなしの紙芝居と語り

互尊文庫 ☎35・7981

●読者のみぎ
読書感想や体験などを話し合います。
日時＝5月22日(金)午後7時～8時30分 会場＝1階児童室
テーマ＝小林多喜二著「蟹工船」

●二になーナ・ミニ図書館

読み聞かせ、本の貸し出しなどを行います。
日時＝5月25日(月)午前11時～正午 会場＝多世代交流館になーナ(千歳1)

寺泊地域図書館 ☎75・5159

●ローコンサート
日時＝5月10日(日)午後2時～3時 会場＝寺泊文化センター 内容＝ミニコンサートと大型絵本、大型紙芝居の上演

南地域図書館 ☎30・3501

●おはなし☆おはなしスペシャル
日時＝5月17日(日)午後2時～3時 会場＝宮内コミュニティセンター 内容＝絵本の読み聞かせと工作教室(輪ゴムで動く簡単なロボット作り)

北地域図書館 ☎22・7100

●みにみに上映会
日時＝5月17日(日)午前11時～11時30分 会場＝多目的ルーム 内容＝まんが日本昔話「金太郎」宝の下駄」ほか

中之島地域図書館 ☎61・2165

●おはなしひろば
日時＝5月24日(日)午前10時～11時30分 会場＝中之島文化センター2階和室 内容＝雨のお話、工作(凧作り)

栃尾地域図書館 ☎53・3005

●おたのしみぶち上映会
日時＝5月9日(土)午前10時30分～11時30分 会場＝栃尾文化センター2階和室 内容＝まんが日本昔話「ももたろう」

「まめつぶころころ」わらしべちよつじや」たうえじぞう」

栃尾美術館 ☎53・6300

●特別展「兼続を育てた謙信公のふるさと展」解説会
期日と内容＝①5月17日(日)：謙信公の「義」の精神について解説②24日(日)：「謙信・兼続をさぐる」展覧会の見どころ案内 時間＝午後2時～3時 会場＝栃尾美術館展示室 講師＝①旧栃尾市文化財審議会会長・石田哲彌さん②科学博物館学芸員・広井造 料金＝当日の観覧券(大人200円)が必要

●2つておきポイントを巡るフォト・ツアー
バスで栃尾を巡りながら写真撮影をします。
日時＝5月31日(日)午前9時30分～午後3時 集合＝栃尾美術館アトリエ 対象＝小学生以上(小学生は保護者同伴) 定員＝25人(定員超過料金は1,500円(観覧料・昼食代込み) 持ち物＝カメラ、帽子、歩きやすい靴、雨具など 期日＝5月16日(土)～24日(日)に料金を添えて
◎展示替えのため6月8日(月)～19日(金)は休館します。

与板支所産業課 ☎72・3100

●与板・楽山苑ライトアップ

日時＝5月8日(金)～17日(日)午後6時30分～9時30分(開苑は午前10時から)

●関連イベント

・雅楽演奏会：9日(土)午後7時30分から
・正徳館高校茶道部によるお茶おもてなし：10日(日)午後2時から
・積翠菴お茶会：16日(土)午後6時から(茶席券500円)
・楽山亭お茶会：16日(土)午後6時30分から(茶席券200円)
・琴・尺八の演奏会：16日(土)午後7時から
・アフタヌーン・コンサート：17日(日)午後2時から
※期間中のボランティア募集中



▲幻想的にライトアップされた楽山亭

福祉相談課 ☎39・2218

●トキめき新潟大会りハースル大会

トキめき新潟大会(第9回全国障害者スポーツ大会)は、10月10日(土)～12日(祝)に開催されます。

競技名	会場	日時
水泳	ダイエープロビスフェニックスプール	5月24日(日) 10:20～14:00
バレーボール(知的・精神障害者)	市民体育館	5月23日(土) 14:30～16:30 5月24日(日) 9:00～12:45
バレーボール(聴覚障害者)	北部体育館	5月24日(日) 9:00～13:45
フライングディスク	市営陸上競技場	5月24日(日) 9:30～15:35

会場周辺には駐車場が少ないので、公共交通機関をご利用ください



▲ローマ時代の歴史的な見どころが多いトリアー市

●姉妹都市ドイツ・トリアーマラソンに参加しませんか

トリアーマラソンは6月21日(日)に開催されます。
旅行期間＝6月19日(金)～24日(水)(予定) 種目＝ハーフマラソン21・1km、10km、5km、1・8km、400m(子ども用) 費用＝12万円程度(航空券、国内移動費。大会参加費は別) 宿泊＝ホームステイまたはホテル(ホテルの場合は宿泊費が必要) 期日＝5月29日(金)までに国際交流センター「地球広場」にある申込用紙で(財)長岡市国際交流協会へ※事務局は同行しません。詳しくはお問い合わせください。

(財)長岡市体育協会(市民体育館内) ☎34・2130と加盟団体の催し

●1市民体育祭ソフトテニス大会
日時＝5月17日(日)午前8時30分から(雨天順延) 種目＝一般男子・女子、シニアの部(小・中・高校の部は別途案内) 会場＝希望が丘テニス場 料金＝2,000円 期日＝5月7日(木)までに参加希望の種目名、参加者名、連絡先を〒940-2046雲出町1347長岡市ソフトテニス連盟・丸山進さん FAX46・5935で 期日＝丸山進さん ☎46・5935

●2市民マラソン大会
日時＝6月6日(土)午前9時30分スタート(雨天決行) コース＝信濃川河川堤防マラソンコース(集合は市営陸上競技場プレハブ旧管理棟) 種目＝高校生男子・一般男子A(10km)、一般男子B・一般女子(5km) 料金＝500円 期日＝5月31日(日)までに料金を添えて(財)長岡市体育協会へ(当日参加可)

●3初心者アーチェリー教室
日時＝6月2日～23日の毎週火曜日 午後7時45分～9時15分 会場＝南部体育館グリーンフロア 対象＝小学4年生以上 料金＝2,500円 期日＝(財)長岡市体育協会へ



▲気軽にアーチェリーにチャレンジ

●4市民テニス教室(6月コース)
日時＝6月2日～16日の毎週火・金曜日午後7時～9時(計5回) 会場＝希望が丘テニス場 定員＝45人 抽選 対象＝高校生以上 料金＝4,000円 期日＝5月20日(水)までに往復はがきに住所、氏名、電話番号、経験年数、返信あて名を記入して〒940-0097山田1の4の14棚橋義孝さんへ

●5金曜日テニスレッスン(6月コース)
日時＝6月5日～26日の毎週金曜日午前10時～正午(雨天中止) 会場＝東山テニス場 対象＝高校生以上の初級者 定員＝15人(先着) 料金＝1回1,000円 期日＝当日会場

●6オオミヤ杯長岡市シングルステニス大会
期日＝6月21日(日)・28日(日) 会場＝希望が丘テニス場 種目＝一般男女B・C 参加資格＝長岡市に在住、通勤・通学、長岡市テニス協会加盟員 料金＝一般3,500円(協会加盟員2,000円)、高校生以下1,500円 期日＝5月30日(土)までに希望が丘テニス場にある申込書で 期日＝長岡市テニス協会・石原さん ☎29・1489へ

●7初心者合気道教室
日時＝5月21日～7月30日の毎週木曜日午後7時～9時(6月4日を除く計10回) 会場＝市民体育館 対象＝中学生以上 定員＝20人(先着) 料金＝3,000円 持ち物＝運動のできる服装(柔道着、空手道着でも可) 期日＝5月17日(日)までに(財)長岡市体育協会へ

●8初心者・ジュニアゴルフ教室(定員は各コース10人)

開催日	コース	対象	時間	会場・申込	参加料	
6月7日～28日の毎週日曜日(計4回)	ジュニア	小学生～高校生	13:30～14:30	滝谷高原ゴルフパーク(滝谷町) ☎23・0511	1,050円(ボール代・入場料含む)	
7月12日、8月23日の日曜日(計2回)	ジュニア	小学生～高校生(経験者)	12:30～13:30			
6月7日～28日の毎週日曜日(計4回)	一般	初心者男・女	A	14:00～15:10	オーエムゴルフセンター(北園町2) ☎24・2131	5,250円(ボール代別。入場料はコースによって異なる)
	B		18:20～19:30			
	C		20:00～21:10			
6月7日・21日、7月5日の日曜日(計4回)	一般	初心者男・女	A	13:30～14:40	長岡西ゴルフガーデン(日越字原) ☎47・6511	
	B		15:10～16:20			
	C		18:00～19:10			
	D		19:40～20:50			
6月3日～24日の毎週水曜日(計4回)	一般	初心者男・女	A	13:30～14:40	長岡南ゴルフガーデン(楨田屋) ☎32・6511	
	B		15:10～16:20			
	C		18:30～19:40			
	D		20:10～21:20			

■ 囲の記載のないものは直接会場へどうぞ。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ができます(囲のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■ 料金の記載のないものは無料。

変身! 変心! 家族も応援 ~お父さん改造計画~

ちょっと太めのお父さん、身も心もカッコよく素敵に変身!
○個別の運動メニューの提案と食事のアドバイス
○最終回は、ヘアメイクと服のコーディネートで輝くパパに変身ほか



日時=6月20日(土)午後1時30分~4時30分、6月27日(土)、7月11日(土)・25日(土)、8月22日(土)、9月5日(土)午前9時30分~正午、8月8日(土)午前10時~午後1時30分(計7回) 対象=30~49歳でBMI25以上または腹囲85cm以上の男性(※BMI=体重[kg]÷身長[m]÷身長[m]) 会場=市民体育館ほか 定員=15人(先着)
料金=3,000円(オリジナルTシャツ込み、ヘアメイク費などは実費負担) 囲5月7日(木)~29日(金)に健康課 ☎32・5000へ

スポーツ

北部体育館 ☎24・6116

各種スポーツサークル教室

- ①エアロビックウオーキング
日時=5月25日~6月29日の毎週月曜日午後7時30分~8時30分(6月1日を除く計5回)
- ②親子ピクニック
音楽に合わせて、親子で一緒に体操を楽しみます。
日時=5月25日~6月29日の毎週月曜日午後6時30分~7時20分(6月1日を除く計5回) 対象=3~6歳の子ど



▲子どもと一緒にコミュニケーション

③ジュニア・フィットネス
遊びの要素を取り入れた運動です。
日時=5月28日~6月25日の毎週木曜日午後6時30分~7時20分(計5回) 対象=小

もとその保護者

学生
④いきいき健康体操
指先から全身まで動かして、脳とからだを活性化します。
日時=5月27日~6月24日の毎週水曜日午前10時~11時(計5回)
①~④いずれも 料金=2,000円 囲5月10日(日)午前9時から電話または直接

健康

健康課 ☎32・5000

からだクリーン大作戦(入門)

生活習慣を見直して、今年の健診結果をオールAに!
日時=6月8日(月)午前10時~午後3時 会場=健康センター
内容=保健師・栄養士の話、ヘルシーメニューの試食、体操など 対象=64歳以下(特定保健指導の対象者は除く)
定員=30人(先着) 料金=500円 持ち物=健診結果、健康手帳(持っている人)、筆記用具、動きやすい服装 囲5月29日(金)まで

5月31日~6月6日は禁煙週間です

たばこが原因で死亡する人は、年間20万人近くにのぼります。吸う人も吸わない人も



あなたの健康相談室

栄養士・保健師が、生活習慣病を予防・改善する食事などの相談に個別に応じます。
日時=5月25日(月)午後1時15分~3時 会場=健康センター
定員=4人(先着) 持ち物=健康手帳(お持ちの人) 囲2日前まで

子ども家庭課(健康センター内)

☎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。
日時=6月12日(金)午後6時45分~8時45分 会場=健康センター
内容=沐浴実習、助産師・保健師からの情報提供
対象=妊婦とその夫 定員=35組(先着) 持ち物=母子健康手帳、筆記用具、沐浴実習用タオル、ビニール袋 囲5月12日(火)から

リサイクル品展示販売会

ごみに出された自転車や家具などを修理して販売します(品物の引き渡しは後日。希望者多数の場合は抽選)。
展示期間=6月1日(月)~5日(金)午前9時~午後4時
会場=環境衛生センター1内リサイクルプラザ(寿3) 囲環境業務課 ☎24・28337



長岡消防署川崎出張所が移転しました

訓練施設が充実した新庁舎



はしご車の操作訓練や救助訓練などを行い、地域の安全を守り、これまで以上に迅速な救急・消防体制に努めます。
消防本部総務課 ☎35・2192

情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況

〈情報公開制度〉

「長岡市情報公開条例」に基づき、市政に関する情報を公開しています。市民ならどなたでも情報の公開を請求することができます。

公開の請求があった場合は、原則として情報をすべて公開します。個人に関する情報などが含まれている場合、その部分を除き公開します。

本庁1階の市民の声情報室、2階の情報公開コーナーまたは各支所で、公開についての相談や請求を受け付けています。

平成20年度の情報公開の実施状況

実施機関	請求等の件数	公開・非公開の状況						不服申立て
		全部公開	部分公開	非公開	情報不存在	取下げ	処理中	
市長部局	168	130	34	0	3	0	1	0
教育委員会	21	17	3	0	1	0	0	0
選挙管理委員会	1	0	1	0	0	0	0	0
農業委員会	4	1	3	0	0	0	0	0
水道局	12	11	1	0	0	0	0	0
消防本部	4	4	0	0	0	0	0	0
合計	210	163	42	0	4	0	1	0

〈個人情報保護制度〉

「長岡市個人情報保護条例」に基づき、市が保有する個人情報の取扱いのルールを定め、市民のプライバシーを保護しています。

ご自身の情報は原則として、すべて開示しています。例外として、本人に知らされていない病気の状態など、本人に開示することが適切でないと判断した場合にはその部分を開示しないことがあります。

平成20年度の個人情報の自己情報開示請求の件数

実施機関	請求等の件数	処理状況						不服申立て
		全部開示	部分開示	非開示	情報不存在	取下げ	処理中	
市長部局	65	59	2	0	4	0	0	0
教育委員会	1	1	0	0	0	0	0	0
消防本部	3	0	3	0	0	0	0	0
合計	69	60	5	0	4	0	0	0

※「情報不存在」とは
公開請求または開示請求をされた情報が実施機関に存在しなかったことをいいます。

囲庶務課 ☎39・2203

■用記載のないものは直接会場へどうぞ。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ができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。

子育て支援サービスをご利用ください

- 子育て支援センター…子育て相談・サークルなどの支援・子育て情報を提供します。
- 一時保育…保護者が病気の時、育児疲れを解消したいときに、一時的に子どもを預かります。
- 休日保育…日曜日や祝日などに子どもを預かります。
- 病後児保育…病気回復期で保育園・幼稚園での集団保育が困難な子どもを預かります。

実施内容や利用料金、利用時間など、詳しくは各実施施設に直接お問い合わせください。

実施施設	地域	住所	電話番号	支援センター	一時	休日	病後児
ちびっこ広場	長岡	大手通2	☎39・2775	○	○		
宮内保育園		宮栄3	☎32・3707	○	○		
山本保育園		浦瀬町	☎44・8051	○			
上除保育園		上除町	☎46・2411	○	○		
宮本保育園		宮本町1	☎46・5340	○	○		
黒条保育園		黒津町	☎24・8703	○	○		
六日町保育園		中潟町	☎22・2057	○			
十日町保育園		十日町	☎22・3170	○			
下川西保育園		花井町	☎29・1900	○			
石坂保育園		村松町	☎22・0011	○			
中之島保育園	中之島	中之島	☎66・2366		○		
みずほ保育園	中之島	中野西創	☎61・4100	○			
塚山保育園	越路	塚野山	☎94・2006		○		
こしじ保育園		浦	☎92・2221	○	○		
ひまわり保育園	小国	小国町相野原	☎95・2029	○	○		
和島保育園	和島	小島谷	☎74・3078	○			
おおこうづ保育園	寺泊	寺泊敦ヶ曾根	☎0256・97・3176	○	○		
白岩保育園		寺泊雨地	☎75・3737		○		
栃尾白山保育園	栃尾	天下島1	☎52・4019		○		
東部保育園	長岡	四郎丸3	☎33・1096		○	○	
西部保育園		渡里町3	☎32・0027		○		
長生保育園		西千手3	☎32・3674	○	○		
大島保育園		大島本町2	☎27・1090	○	○		
前川保育園		前島町	☎23・1527	○			
関原保育園		関原町2	☎46・2174	○			
東部第二保育園		土合5	☎33・3795	○			
蔵王保育園		蔵王1	☎33・6502		○		
岡南保育園		滝谷町	☎22・2683	○	○		
撰田屋保育園		撰田屋1	☎36・8347	○	○	○	
宮内中央保育園	宮内3	☎33・2018	○	○			
希望が丘保育園	希望が丘3	☎28・0331	○	○	○		
新保保育園	新保4	☎24・4437	○	○			
恵和保育園	蓮瀧町	☎28・2768	○	○		○	
東部どんぐり保育園	四郎丸2	☎34・8088	○	○		○	
いなば保育園	稲葉町	☎21・2810	○	○			
みしま中央保育園	三島	上岩井	☎42・3475	○	○		
寺泊保育園	寺泊	寺泊二ノ関	☎75・2246		○		
芳香稚草園	栃尾	新栄町3	☎52・1768	○	○		○
善昌寺保育園		栃尾原町2	☎52・3864		○		
みどり保育園		下檜出	☎52・3239	○	○		
与板保育園	与板	与板町与板	☎72・3123	○	○		
ながおか生協診療所	長岡	前田1	☎38・0813				○

アメリカシロヒトリは 早期に発見して駆除しましょう

アメリカシロヒトリは、5月下旬ごろから9月にかけて庭木や街路樹の葉を食い荒らします。次の方法で駆除し、被害を防ぎましょう。



◆葉のある枝葉を切り取るのが最も効果的！

幼虫(毛虫)の発生時期には、庭木など樹木の様子を注意深く観察してください。幼虫は集団でクモの糸がからんだような巣網を作ります。この巣網を見つけたら、すぐその枝葉を切り取り、靴底などでつぶしてください(皮膚炎など人への害はありません)。残った枝は燃やすごみに出してください。巣網を放置すると幼虫が樹木全体に散ってしまうため、見つけ次第、枝葉ごと切り取って素早く処分しましょう。

◆薬剤散布は最小限に！

幼虫が樹木全体に発生した場合や枝を切り取ることが難しい場合は、薬剤散布が有効です。駆除剤は、薬剤を葉に付着させ、その葉を幼虫が食べることで駆除するものです。発生前に散布しても予防効果はありません。

- 薬剤散布は、次のことを必ず守ってください。
- ①事前に町内回覧などで「窓閉め」の徹底を周知(必要に応じて隣接町内にも)
 - ②マスク、手袋、長袖など薬剤が素肌に付かない服装で
 - ③薬剤散布は風上から実施し、隣家への飛散に注意
 - ④作業後は手・足・顔洗い、うがいを忘れずに
- ☎環境業務課☎24・2837

あなたも地域の防災リーダーに！ 「中越市民防災安全大学」平成21年度受講生募集

防災の知識や技術を身につけて町内会や自主防災会で活躍しませんか。

卒業後は「中越市民防災安全士」に認定され、「中越市民防災安全士会」の会員として会員同士や他団体との交流を通して活躍できます。

また、NPO法人日本防災士機構が認定する「防災士」の受験資格も取得できます。

期日=7月4日~11月14日の土曜日(計13回)

講師=地元大学をはじめとする全国の防災専門家、

行政などの実務担当者ほか 対象=高校生以上の市民 会場=長岡商工会議所(受講者には無料駐車券を配布) 定員=50

人(先着) 料金=15,000円(学生7,500円) 5月18日(月)~6月19日(金)に(社)中越防災安全推進機構☎・FAX36・8141へ。詳しくは、市役所1階市民情報ラウンジ、5階危機管理防災本部、各支所地域振興課、市民センター1階にあるパンフレットをご覧ください。ながおか防災情報ホームページhttp://www.bousai.city.nagaoka.niigata.jpからもご覧になれます。



☎(社)中越防災安全推進機構☎36・8141

危機管理防災本部☎39・2262

光化学スモッグにご注意ください

光化学スモッグは、工場や自動車などから排出される窒素酸化物や炭化水素に、太陽の紫外線が当たることにより発生します。目やのどなどに健康被害を引き起こすことがあります。県内では5月から6月にかけて発生しやすく、光化学スモッグ注意報が発令される場合があります。

Q1注意報はどんなときに？
光化学スモッグの原因となる「光化学オキシダント」という物質の濃度が0.12ppm以上になると、県が注意報を発令します。

Q2注意報が出た。さあどうすれば？
屋外での運動は避ける。子ども、高齢者、病弱な人は屋外に出ない。

Q3どんな症状が？
対処方法は？
目の症状：痛む、かゆい、チカチカする、充血するなど↓目を水道水で洗う。のどの症状：痛む、いがらっぽい、せきが出るなど↓うがいをする。

※屋内で安静にし、それでも良くならないときは、医師の診断を。健康被害の問い合わせや報告は、健康課☎32・5000へ

Q4私たちにできる取り組みは？
車を運転するときはエコドライブで。アイドリングストップを心がけましょう。注意報が発令されても直ちに被害が発生するわけではありません。過度に心配する必要はありません。光化学スモッグの情報は新潟県のホームページ(パソコン版http://www.niigata-taiki.com/ 携帯版http://www.niigata-taiki.com/)からどうぞ。

☎環境政策課☎24・0528



5月は水防月間です

水害から身を守るため、一人ひとりが日ごろから天気予報や気象情報、注意報などに関心を持ちましょう。

岡河川課 ☎39・2233



■ 用記載のないものは直接会場へどうぞ。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ができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」 「募集情報」からも可)。
■ 料金の記載のないものは無料。

ご利用ください！ 長岡市中小企業制度融資

申し込みは、市内の各金融機関へどうぞ。詳しくは各担当課へお問い合わせください

制度名	融資限度額	貸付利率(年・固定金利)	返済期間	問い合わせ	
中小企業振興資金	普通貸付	2.000万円	2.6% (信用保証付は2.2%)	運転資金6年以内 (据置1年) 設備資金7年以内 (以内含む)	商業振興課 ☎39・2228
	組合貸付	5,000万円 返済期間1年未満の 運転資金は2億円	2.4% (返済期間1年未満の) 運転資金は1.5%	運転資金4年以内 (据置3月) 設備資金5年以内 (以内含む)	中之島支所 産業課 ☎61・2013
	創業貸付★	1,000万円	2.5% (信用保証付は2.4%)	運転資金5年以内 (据置1年) 設備資金7年以内 (以内含む)	越路支所 産業課 ☎92・5903
中小企業高度化資金	普通貸付	4,000万円	2.4% (信用保証付は2.2%)	10年以内 (据置1年以内含む)	三島支所 産業課 ☎42・2249
	組合貸付 (共同施設事業)	所要資金の2/3以内で 4,000万円	2.4%	7年以内 (据置6月以内含む)	山古志支所 産業課 ☎59・2343
	組合貸付 (県高度化対象)	所要資金から県高 度化資金貸付額 を除いた額の1/3	2.4%	15年以内 (据置3年以内含む)	小国支所 産業課 ☎95・5906
	特別貸付 (中小流通業店舗 等活性化資金)	5,000万円	2.1% (信用保証付は1.9%)	10年以内 (据置1年以内含む)	和島支所 産業課 ☎74・3111(代)
中小企業経営 安定支援特別融資●	3,000万円	1.9%	9年以内 (据置1年以内含む)	寺泊支所 産業課 ☎75・3105	
中小企業連鎖倒産防止対策資金	倒産企業との債権額 の範囲内で3,000万円 (特認7,000万円)	1.9%	9年以内 (据置2年以内含む)	榑尾支所 商工観光課 ☎52・5827	
小口零細企業保証制度資金★	1,250万円 (ただし保証協会の保証 付融資残高が1,250 万円以内)	2.1%	運転資金5年以内 (据置1年) 設備資金7年以内 (以内含む)	与板支所 産業課 ☎72・3100(代)	
中小企業災害復旧資金	3,000万円	5年以内2.2% (信用保証付は1.7%) 5年超2.4% (信用保証付は1.9%)	運転資金7年以内 (据置1年) 設備資金9年以内 (以内含む)	工業振興課 ☎39・2222	
新技術新製品開発資金	2,500万円	1.7%	8年以内 (据置1年以内含む)	工業振興課 ☎39・2222	
設備資金	4,000万円 1年以上5年未満の 創業者は6,000万円	1.9%	8年以内 (据置1年以内含む)	企業誘致課 ☎39・2298	
工場等立地促進資金	用地購入費の2/3 建物の建設・購入費の 2/3で2億円限度	1.7%	10年以内 (据置2年以内含む)		

信用保証料の補助

★印の付いている融資を新潟県信用保証協会の保証付きで利用した場合、信用保証料の一部または全部を市が補助し、借り入れの際の経費負担を軽減しています。

補助率 = 小口零細企業保証制度資金… 75%
中小企業振興資金創業貸付… 100%

中小企業経営安定支援特別融資の取り扱い期間を1年間延長します (●印)

子育てリーダー 9期生17人が誕生

老人クラブや子ども会、町内会で交通安全指導などを行う子育てリーダーを認定しています。
新たに認定した17人を紹介します(50音順・敬称略)。
安藤 和美 中沢 4
五十嵐 滋之 山古志 虫亀
池田 興一 希望が丘 3
稲川 洋二 榑下町
江畑 輝男 花井町
小幡 實 下条町
笠原 正美 深沢町
小林 操 深沢町
坂牧仁太郎 山古志 種彦 原
佐藤 進 蓮濁 1
佐野 英治 麻生田町
曾根由美子 台町 1
太刀川熊太郎 上除町
徳長 昭枝 今朝白 1
中村 保 片田町
蜂屋 善男 青葉台 4
堀 重久 西新町 1
岡市民活動推進課 ☎39・2206

● 長岡市墓園 (鉢伏町) 使用者募集
条件 ① 昭和9年4月1日以前に生まれたひとり暮らしの人 ② 昭和19年4月1日以前に生まれた寝たきりまたは認知症の人 実施時期 ① 1回目: 6月8日、2回目: 11月1日、来年度1月 ② 介護予防推進室 ☎39・2268 または、各支所 民生生活課 (榑尾支所は保健福祉課)
募集区画数 ① 和式60区画、洋式10区画 (第1・3・4・7号墓域) ② 面積 ① 4㎡、6㎡ ② 応募要件 ① 原則として市内に住居がある人。ただし、次の要件にすべて該当する人を優先 ① 市内に住居がある人 ② 墓地がないために埋葬できない焼骨がある ③ 使用許可後1年以内に墓碑を建立できる ④ 永代使用料 ① 4㎡ 149,000円、6㎡ 222,000円 ② 管理手数料 (年額) ① 4㎡ 1,200円、6㎡ 1,800円
③ 5月20日(水)平成22年3月31日(水)に市民課生活係(市役所1階⑥番窓口) ☎39・2215へ ※募集要項は4月27日(月)から申し込み窓口で配布します。区画がなくなり次第締め切ります。

● 全国大会などに出場する小・中学生の保護者に助成金を交付します
申請の手続きなど、詳しくはお問い合わせください。
民生生活課 ☎39・2239 または各支所地域振興課
● 市民活動研修助成制度をご利用ください
対象となる市民活動 ① 保健福祉、社会教育、まちづくり、文化芸術、環境保全、災害救援、人権擁護、国際協力などの活動 ② 対象となる研修 ① 市民活動の推進役となる人材の育成や、市民活動の企画・運営などに関する内容で、次のいずれかに該当する研修 ① 国・県・市町村が主催 ② NPO法人が主催 ③ NPO法人に準ずる市民活動団体で市長が適当と認めるものが主催 ④ 対象 ① 市内に住居があるまたは市内で活動する団体に所属する15歳以上(中学生除く) ② 助成額 ① 受講料、参加費、交通費、宿泊費のうち自己負担額の3分の2。上限額 30,000円(1人1回)。ただし、宿泊費は宿泊を伴い2日以上研修に参加する場合のみ1泊につき6,000円以内 ③ 市民センター事務室 ☎39・2763

10月から 住民税(市・県民税)を公的年金から納付する特別徴収制度が始まります

対象 = 住民税の納税義務のある人のうち、前年中に公的年金を受給している人で当該年度の4月1日現在65歳以上の人
税額 = 公的年金にかかる住民税
徴収方法 = 平成21年度の住民税額のうち半分については6月、8月にこれまでどおり納付書で納付。残り半分は10月、12月、2月に特別徴収で納付
○ 納税方法の変更で新たな税負担はありません
※ 公的年金以外の所得がある人は、公的年金分の税額は公的年金から特別徴収し、ほかの所得分は今までどおり納付書による納付か給与からの特別徴収になります。
詳しくは6月の納税通知書に同封される税制改正のお知らせをご覧ください
岡市民税課 ☎39・2212

住宅建設の融資制度をご利用ください

次のすべてを満たす人が対象です。
① 自らの居住用として市内に建てる
② 平成22年3月末日までに工事が完了または売買契約を締結する予定
③ 前年1年間の所得金額が800万円以下
④ ほかに市の住宅融資制度を利用していない
⑤ 市税を滞納していない
⑥ 各取扱金融機関で定める就業期間、年齢、担保、保証人などの貸付要件に該当する

資金の種類別	融資限度額	年利率(固定金利)	
新築資金	一般新築	700万円	2.9%
	新築住宅(落雪高床式、融雪式屋根、耐雪)	1,000万円	2.0%
	多世代同居住宅 性能評価住宅	1,000万円	
リフォーム資金	一般	400万円	2.9%
	融雪式	400万円	2.0%
	耐震・バリアフリー	400万円	1.6%
宅地購入資金	700万円	2.9%	

岡市内の取扱金融機関へ 岡建築住宅課 ☎39・2265

- 軽自動車税〈全期〉
- 介護保険料〈2期〉

**軽自動車税は
コンビニでも支払いが可能に**

軽自動車税の納付書は納期限内に限り、コンビニエンスストアでお支払いできます。
☎収納課 ☎39・2214

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。
(1)休日・夜間急患診療所 (西千手2の5の1 健康センター内)

診療科目	受付時間
休日・夜間急患診療所 ☎37・1199 FAX35・8266	・内科 ・小児科 (月～金曜日 は内科のみ)
休日急患歯科診療所 ☎33・9644	歯科



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

(2)中越こども急患センター (西千手2の5の1 健康センター内)

診療科目	受付時間
中越こども急患センター ☎86・5099	小児科 月～土曜日(祝休日は除く) 午後6時45分～9時30分

(3)小国診療所 (小国町楢沢88)

診療科目	受付時間
小国診療所 ☎95・2010	内科・歯科 第3日曜日のみ 午前8時30分～11時30分 午後3時～4時30分

(4)休日在宅当番医 (見附・中之島地区)

期日	内科	外科
5月 3日(祝)	関谷医院 ☎61・0205	見附市立病院 ☎62・2800
4日(祝)	石川医院 ☎66・2140	寺師医院 ☎62・0137
5日(祝)	林俊吉クリニック ☎66・3000	わたなべ皮フ科 ☎62・7750
6日(休)	村上医院 ☎63・4600	石澤医院 ☎62・2500
10日(日)	内島医院 ☎66・2446	お元気クリニック ☎63・3800
17日(日)	田崎医院 ☎62・1122	貝瀬皮膚科 ☎66・8100
24日(日)	星野(弘)医院 ☎62・0998	見附南医院 ☎63・4477
31日(日)	山谷クリニック ☎61・1388	金井医院 ☎62・0116
6月 7日(日)	見附市立病院 ☎62・2800	星整形外科医院 ☎66・8808

受付時間はお問い合わせください。
※症状が軽いときは、日中にかかりつけ医を受診するか、上記(1)から(4)を受診してください。
※入院や手術が必要な重症者の救急診療は、下記の病院が行います。当番病院は、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 または消防本部 ☎36・0119にお問い合わせください。
★5月から長岡赤十字病院の外科の診療体制が変わります。外来新患は紹介状のある人のみとなります。紹介状や予約のない人は受診できません。

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

市立養護学校看護師募集

募集人数=1人 雇用期間=6月1日～平成22年3月31日(勤務実績により更新あり) 仕事=医療的ケアを必要とする児童生徒の医療措置および健康管理 資格=看護師資格のある人 報酬=日額9,350円 勤務日=月～金(年間210日を上限) 勤務時間=午前9時10分～午後2時40分(5時間30分) 試験日=随時 選考方法=書類審査、面接 5月15日(金)までに市販の履歴書を学校教育課 ☎39・2249へ郵送または持参

■用記載のないものは直接会場へどうぞ。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ができます(用のあるものは、市ホームページの「イベントカレンダー」 「募集情報」からも可)。
■料金の記載のないものは無料。

手続き・制度

●自然の恵み有効利用！雨水タンクの設置を補助します

貯めた水は、花壇の水まきや洗濯などに利用できます。川への雨水の流出を抑え、水害を防ぐ効果があります。対象は長岡地域の柿川・稲葉川周辺(おおむね坂之上、中島、蔵王、川崎、中沢地区)に居住する人 募集人数は50人(要) 補助内容1000リットル以上貯められるタンクの購入・設置費用の2分の1で上限2万円(1世帯につき1基) 5月1日(金)～9月30日(水)に住所、氏名、電話番号を下水道課 ☎39・2235、Eメール gresu@city.nagaoka.niigata.jpへ(購入、設置は交付決定後、業者に依頼してください。メーカーにより費用は異なり、自己負担は2～4万円程度)



●中小企業従業員・農業者のための派遣研修助成制度

(財)長岡市米百俵財団では、中小企業で働く人や農業に従事している人が、派遣研修に参加する場合に自己負担の一

第3回都市景観賞候補募集

長岡らしい優れた景観を「守り」「つくり」「育てる」ことに貢献している建物や活動を表彰しています。

【推薦の対象】
①市内の建築物(住宅、店舗、事務所、倉庫、工場など)、工作物(看板、柵、モニュメント、門、塀など)、庭園、樹木、並木などで次のようなもの(国または地方公共団体の所有・管理するものは除く)

- ◆歴史的価値や地域の伝統を受け継ぎ、長年にわたって良好に維持されているもの
- ◆周辺環境に調和するデザインまたは地域の景観をリードするデザインで美しい都市景観をつくり出しているもの
- ②都市景観に貢献する地域活動など(まちづくり活動、緑化活動、美化活動など)を行っている個人、団体

【応募方法】
8月31日(月)(必着)までに、推薦する対象の名称、所在地、選んだ理由、応募者の住所、氏名(ふりがな)、電話番号を、はがき〒940-0061城内町3の4の14都市計画課 ☎39・2270、Eメール toshikei@city.nagaoka.lg.jpで。市役所本庁1階市民情報ラウンジ、各支所、市民センター、各地区コミュニティセンターなどにある専用はがきでも応募できます(1人何点でも応募可。自薦・他薦は問いません)。応募者の中から抽選で100人に図書カード(500円分)を贈呈します。

【表彰式】 来年1月(予定) 第2回受賞物件・活動 (平成18年度)

- 守る…いまつの門と庭、如是蔵博物館
 - つくる…ギャラリー沙蔵、久須美酒造
 - 育てる…高野町を美化推進する会の活動、越路ホテルの会の活動
- 市ホームページ内都市計画課のページで写真を見られます。
☎都市計画課 ☎39・2225



▲野本恭八郎をはじめ長岡出身の偉人の資料などを展示している如是蔵博物館

●中心市街地へ進出する起業家・企業などを支援します

中心市街地の空き事務所や空き店舗へ進出する起業家や企業などに対して、家賃などの費用の一部を補助します。

●長岡市中心市街地事務所集積促進事業

対象は空き事務所への入居者補助金額(賃借料の2分の1の額(上限月額10万円))を3年間補助 主な補助要件は次の要件をすべて満たす中小企業者①事務所である(風俗営業関係、金融保険業は除く)②中心市街地の空き事務所2階以上の階にある③開設した事務所内で勤務する者が常

●長岡市環境審議会委員

長岡市環境基本計画の策定など環境保全の基本的事項を審議します。

●長岡市介護相談員(非常勤嘱託員)

募集人数は2人程度 雇用期間6月1日～平成22年3月(勤務実績により更新する場合あり) 仕事は市内の介護保険施設などを定期的に訪問し、事業所の利用者やその家族の相談に応じる②事業所の職員と意見交換を行い、介護サ

●長岡市介護相談員(非常勤嘱託員)

募集人数は2人程度 雇用期間6月1日～平成22年3月(勤務実績により更新する場合あり) 仕事は市内の介護保険施設などを定期的に訪問し、事業所の利用者やその家族の相談に応じる②事業所の職員と意見交換を行い、介護サ

募集

●バンベルク市オットー・フリードリッヒ大学講座受講生 期間8月3日(月)～29日(土) 対象はドイツ語での授業を理解できる語学力のある市出身または在住の大学生 募集人数1人(選考あり) テーマは中世から現代までのドイツ

て選考 5月29日(金)までに環境政策課、各支所にある応募用紙で環境政策課 ☎24・0528へ(市ホームページからダウンロードできます) 募集人数は2人程度 雇用期間6月1日～平成22年3月(勤務実績により更新する場合あり) 仕事は市内の介護保険施設などを定期的に訪問し、事業所の利用者やその家族の相談に応じる②事業所の職員と意見交換を行い、介護サ



みんなのひろば

● 〇＝問い合わせ
● 〇＝申し込み（記載のないものは直接会場へ）
● 料金の記載のないものは無料

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。

7月号の原稿の締め切りは5月29日(金)(必着)です。〒940-8501広報課広報編集係へ郵送、持参、FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jpで提出してください。開催日や申し込み締め切りが7月10日(金)以降のものに限りません。

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・テレビ広告など)
④ 政治・宗教または営利を目的とする
応募多数の場合、掲載できないことがあります。会員募集は原則として掲載後1年間再度掲載しません。
〇広報課 ☎39・2202

催し

水道公園子どもフェスティバル

200匹の鯉のぼりが水道タ
ンクと公園に泳ぎます。

期間 4月30日(木)～5月6日(休)
(5月5日(祝)午前10時30分～午後3時30分は山古志の闘牛と記念撮影、錦鯉鑑賞会などあり)

会場 水道公園 〇水道長生クラブ・小林さん ☎36・7176

陶芸無料体験教室

期間 5月1日(金)～31日(日) 会場 夢現工房陶芸教室(宮本3)

定員 1回10人(要〇) 料金 〇無
料(焼成費は別。湯のみ大1個
で灯油窯700円、薪窯1,500
0円) 持ち物 〇タオル 〇同
工房・今春さん ☎46・6838

車椅子フォークダンスインストラクター養成講座

日時 5月9日(土)午前9時～午後4時 会場 社会福祉センタ

〇市民健康社交ダンスパーティー
〇スクエアダンス無料体験会
〇表町ダンス教室
〇富山サンダーバース
〇新潟アルビレックスBCVS
〇子どもリズム体操教室

毎週水曜日②5月15日～6月19日の毎週金曜日午前10時～11時30分(計6回) 会場 中央公民館①小ホール②音楽室 料金 〇1,500円 持ち物 〇動きやすい服と靴 〇長岡ラウンドダンス2000・若月さん ☎36・6987

日時 5月23日(土)午後2時～4時30分 会場 〇榎尾体育館 料金 〇500円 〇開催実行委員長・若月さん ☎33・7416 (当日も受け付けあり)

日時 5月30日(土)午後7時～9時 会場 〇中央公民館大ホール 〇長岡スクエアダンスクラブ・馬場さん ☎66・7856

日時 5月23日(土)午後1時から 会場 〇悠久山野球場 料金 〇大人:1,000円(当日2,000円増)、小・中・高校生:300円(当日1,000円増)、未就学児無料 〇新潟アルビレックス・ベイスボール・クラブ ☎025・247・4155

日時 5月8日からの毎週金曜

1(水道町3) 定員 〇20人(要〇) 料金 〇3,000円 〇車椅子レクダンス普及会(矢草草の会) 長岡支部・柴木さん ☎090・2632・3105

〇長岡★堀口大学を語る会催し
〇講演会
〇堀口大学とモダンズム

日時 5月9日(土)午後2時～3時30分 会場 〇中央図書館講堂 講師 〇詩人・白石かずさん

〇堀口大学ゆかりの地巡り
日時 5月31日(日)午前9時～午後4時 行き先 〇妙高市、上越市 定員 〇25人(要〇) 料金 〇マ
イクロパス実費程度 〇5月20
日(水)まで

① 〇いづれも 〇同会・佐藤さん ☎36・6055

〇長岡大学公開講座
① 〇日商簿記3級基礎講座
日時 5月14日～7月16日の毎週水曜日午後7時～9時(計10回) 講師 〇同大学専任講師・

日午前10時30分～正午 内容 〇親子体操、歌遊び、紙芝居など
対象 〇入園前の乳幼児 講師 〇長岡市健康体力作り指導者会・平沢康子さん 料金 〇3カ月3,000円 会場 〇新町コミュニ
ニティセンター ☎36・9230

〇女性ソフトボール部員募集
日時 毎週水曜日午後7時から、毎週日曜日午前9時から 会場 〇アルプス電気グラウンド(東高見1) 対象 〇初心者～上級者(高校生可) 会費 〇年12,000円 〇長岡市ソフトボ
ル協会・遠藤さん ☎355078

〇上通剣士会
日時 毎週月・木曜日午後7時30分～9時 会場 〇上通小学校 対象 〇2年生～中学生 会費 〇月1,000円 〇渡邊さん ☎24・1249

〇中央総合病院地域保健講座
〇血糖値って何?血糖値が高くなる原因
日時 5月30日(土)午後1時30分～3時30分 会場 〇同病院2階講堂 講師 〇同病院糖尿病看護認定看護師・丸山順子さん 〇5月21日(金)までに同病院地域保健講座委員会 ☎35・7264、FAX39・7863

〇中村三奈子さんをさがす会
日時 5月16日(土)午後2時～4時 会場 〇川崎コミュニティセンター 内容 〇特定失踪者問題調査会・荒木和博さんの講演な

中村大輔さん 料金 〇10,000円(テキスト代2,000円別)

〇中国語初級会話
日時 5月21日～7月23日の毎週水曜日午後6時30分～8時(計10回) 講師 〇同大学准教授・邱躍さん 料金 〇10,000円(テキスト代2,000円別)

〇初級エクセル講座
日時 6月1日～17日の毎週水曜日午後7時～9時(計6回) 講師 〇同大学准教授・吉川宏之さん 料金 〇6,000円(テキスト代900円別)

①②③いづれも 会場 〇同大学 〇同大学生涯学習センター ☎39・1903に、はがき〒940・0828 御山町80の8、FAX39・9566、Eメール shougai@nagaokaniv.ac.jp

〇刑務所作業製品展示即売会
日時 5月16日(土)・17日(日)午前10時～午後7時(17日は午後5時まで) 会場 〇Eプラザ(台町2) 販売製品 〇家具、まな板、はし、折り紙、バケツ、便せん、靴、せつけん、みそ、しょうゆなど 〇財団法人矯正協会刑務作業協力事業部新潟地方事務所 ☎025・257・1214

〇長岡郷土史講演会「北越成辰戦争の銃砲について」
日時 5月16日(土)午後1時30分～3時 会場 〇中央図書館講堂 講師 〇長岡郷土史研究会顧問・内山弘さん 〇長岡郷土史研究会 ☎36・7832

〇障がい者と一緒に農作業しませんか
日時 5月16日(土)午後1時30分～3時 会場 〇中央図書館講堂 講師 〇長岡郷土史研究会顧問・内山弘さん 〇長岡郷土史研究会 ☎36・7832

〇看護師再就職支援講習会
〇「たの度働きたいあなたへ」
日時 6月1日(月)～5日(金)午前10時～午後3時30分(計5回) 会場 〇立川メデイカルセンター 会場 〇神田町2 対象 〇看護師・准看護師・保健師・助産師の資格がある人 料金 〇3,000円 〇保育所利用料 〇1日1,000円(昼食代込み、年齢制限あり) 〇5月29日(金)までに住所、氏名、年齢、電話番号、免許取得年月日、保育所利用の有無と子どもの年齢、人数を中越潜在看護師再就職支援センター・亀山さん ☎33・3111、FAX33・8811、Eメール tataka.wa@nigata-net.or.jp

〇子猫の里親さがし
生徒2カ月までの子猫を飼えなくなった人、飼いたい人はどうぞ。
日時 6月7日(日)午前10時～午後2時 会場 〇大手通り歩行者天国 〇猫捨猫防止会・青木さん ☎080・1129・2636

〇初級園芸福祉士養成講座
期日 6月13日(土)・14日(日)、7月11日(土)・12日(日)(計4回) 会場 〇ダイエープロビスフェニックスホール会議室ほか 料金 〇36,600円 〇園芸福祉にいがた・加藤さん ☎080・6

を育てます。収穫物を市価の半値で販売し、苗代などにします。日時 5月16日(土)午前9時から(月2回) 会場 〇信濃川河川敷(千秋が原) 〇エコーファーム・楚山さん ☎22・4930

〇市民柳柳大会
日時 5月17日(日)午前10時から 会場 〇東泉閣(柏町2) 宿題(各題2句) 〇「予報」「痛い」「返事」「記憶」「花火」川柳トーク 〇大野風柳さんによる「川柳人生」 料金 〇1,500円 〇投句 〇5月10日(日)までに定額小為替500円分を添えて、〒940・0842 鉢伏町183の14原とまさん ☎35・9037

〇野田明夢さん ☎35・9037

〇ガミガミ言わない子育て講座
日時 5月19日(火)午前10時～午後3時 会場 〇市民センター302会議室 講師 〇新家庭教育協会理事・高柳静江さん 定員 〇20人(要〇) 料金 〇2,500円(テキスト代2,000円別)

〇新家庭教育協会会長岡会場・早川さん ☎090・7258・9451(午後7時～10時)、FAX27・1434

〇いろいろなあそびを広げよう
〇野外ゲームと野外クッキング
日時 5月24日(日)午前10時～午後3時 会場 〇ニュータウンいこいの広場 対象 〇野外活動の指導技術を習得したい人など 定員 〇30人(要〇) 料金 〇大人800円、子ども300円 持ち物 〇筆記用具、綿の軍手、食器 〇5月7日(木)からスポーツ振興課内長岡市レクリエーション協

会事務局 ☎32・6117

〇「ザ・ローリングストーンズ シヤイン・アライト」上映会
日時 5月24日(日)午前10時40分～午後1時、3時30分 会場 〇市立劇場 料金 〇一般:1,400円(当日300円増)、60歳以上小・中・高校生:900円(当日100円増) 〇市民映画館をつくる会 ☎33・1231

〇長岡市民釣大会
日時 6月7日(日)午前6時集合 会場 〇黒川第4ダム(高頭町) 対象魚 〇フナ、コイ 定員 〇40人(要〇) 料金 〇大人1,500円小・中学生700円 〇5月24日(日)までに市内の釣具店にある所定の用紙で各釣具店へ 〇長岡市釣魚連盟事務局・田島さん ☎24・5625

健康

中央総合病院地域保健講座

〇血糖値って何?血糖値が高くなる原因
日時 5月30日(土)午後1時30分～3時30分 会場 〇同病院2階講堂 講師 〇同病院糖尿病看護認定看護師・丸山順子さん 〇5月21日(金)までに同病院地域保健講座委員会 ☎35・7264、FAX39・7863

〇中村三奈子さんをさがす会
日時 5月16日(土)午後2時～4時 会場 〇川崎コミュニティセンター 内容 〇特定失踪者問題調査会・荒木和博さんの講演な

スポーツ

フォークダンス初心者講習会

日時 5月12日・19日・26日の火曜日午後7時15分～8時30分 会場 〇神田小学校体育館 料金 〇500円 〇長岡市フォークダンス協会・西山さん ☎35・8077

〇ラウンドダンス初心者講習会
日時 5月14日～6月18日の

募集

県立美術館友の会

近代美術館・万代島美術館の2館共通の友の会です。期間 〇平成22年3月31日まで 特典 〇企画展の無料観覧券の配布、レストランの割引引きなど 会費 〇一般4,000円、学生2,000円、ファミリー1,000円 〇同会事務局 ☎28・4419

〇長岡市民劇場会員募集
演劇、寄席など年5、6本鑑賞できます。 会費 〇入会金2,500円、月2,500円(いずれも学割あり) 〇市民劇場 ☎35・9538(平日正午～午後7時)

募

トキめき新潟国体・大会手作り応援フラッグ作品募集

2×3メートルの布を提供します。歓迎・応援・感謝の思いを描いてください(大手通りに掲示。優秀作品の表彰あり)。対象 〇市内小学生、幼稚園・保育園児で5人以上のチーム 定員 〇30チーム(要〇) 〇長岡ベンチャークラブ・森井さん ☎090・2987・4795

〇子育てサークル「子やぎの会」
日時 毎週水曜日午前10時30分(午後0時30分(見学可)) 会場 〇宮原公民館 対象 〇0歳～就園前の幼児とその保護者 会費 〇月500円 〇松崎さん ☎090・7565・2742

健康

中央総合病院地域保健講座

〇血糖値って何?血糖値が高くなる原因
日時 5月30日(土)午後1時30分～3時30分 会場 〇同病院2階講堂 講師 〇同病院糖尿病看護認定看護師・丸山順子さん 〇5月21日(金)までに同病院地域保健講座委員会 ☎35・7264、FAX39・7863

〇中村三奈子さんをさがす会
日時 5月16日(土)午後2時～4時 会場 〇川崎コミュニティセンター 内容 〇特定失踪者問題調査会・荒木和博さんの講演な

募

トキめき新潟国体・大会手作り応援フラッグ作品募集

2×3メートルの布を提供します。歓迎・応援・感謝の思いを描いてください(大手通りに掲示。優秀作品の表彰あり)。対象 〇市内小学生、幼稚園・保育園児で5人以上のチーム 定員 〇30チーム(要〇) 〇長岡ベンチャークラブ・森井さん ☎090・2987・4795

〇子育てサークル「子やぎの会」
日時 毎週水曜日午前10時30分(午後0時30分(見学可)) 会場 〇宮原公民館 対象 〇0歳～就園前の幼児とその保護者 会費 〇月500円 〇松崎さん ☎090・7565・2742

募

トキめき新潟国体・大会手作り応援フラッグ作品募集

2×3メートルの布を提供します。歓迎・応援・感謝の思いを描いてください(大手通りに掲示。優秀作品の表彰あり)。対象 〇市内小学生、幼稚園・保育園児で5人以上のチーム 定員 〇30チーム(要〇) 〇長岡ベンチャークラブ・森井さん ☎090・2987・4795

〇子育てサークル「子やぎの会」
日時 毎週水曜日午前10時30分(午後0時30分(見学可)) 会場 〇宮原公民館 対象 〇0歳～就園前の幼児とその保護者 会費 〇月500円 〇松崎さん ☎090・7565・2742

募

トキめき新潟国体・大会手作り応援フラッグ作品募集

2×3メートルの布を提供します。歓迎・応援・感謝の思いを描いてください(大手通りに掲示。優秀作品の表彰あり)。対象 〇市内小学生、幼稚園・保育園児で5人以上のチーム 定員 〇30チーム(要〇) 〇長岡ベンチャークラブ・森井さん ☎090・2987・4795

〇子育てサークル「子やぎの会」
日時 毎週水曜日午前10時30分(午後0時30分(見学可)) 会場 〇宮原公民館 対象 〇0歳～就園前の幼児とその保護者 会費 〇月500円 〇松崎さん ☎090・7565・2742

募

トキめき新潟国体・大会手作り応援フラッグ作品募集

2×3メートルの布を提供します。歓迎・応援・感謝の思いを描いてください(大手通りに掲示。優秀作品の表彰あり)。対象 〇市内小学生、幼稚園・保育園児で5人以上のチーム 定員 〇30チーム(要〇) 〇長岡ベンチャークラブ・森井さん ☎090・2987・4795

〇子育てサークル「子やぎの会」
日時 毎週水曜日午前10時30分(午後0時30分(見学可)) 会場 〇宮原公民館 対象 〇0歳～就園前の幼児とその保護者 会費 〇月500円 〇松崎さん ☎090・7565・2742

募

トキめき新潟国体・大会手作り応援フラッグ作品募集

2×3メートルの布を提供します。歓迎・応援・感謝の思いを描いてください(大手通りに掲示。優秀作品の表彰あり)。対象 〇市内小学生、幼稚園・保育園児で5人以上のチーム 定員 〇30チーム(要〇) 〇長岡ベンチャークラブ・森井さん ☎090・2987・4795

〇子育てサークル「子やぎの会」
日時 毎週水曜日午前10時30分(午後0時30分(見学可)) 会場 〇宮原公民館 対象 〇0歳～就園前の幼児とその保護者 会費 〇月500円 〇松崎さん ☎090・7565・2742

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

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



国体企画第2弾は飛込です。高さ10mから時速約60kmで着水する飛込は、空中姿勢と高所恐怖症も何のその、早速取材に伺いました。

まず一番高い10m台に上がつてみましたが、あまりの高さに腰砕け(写真)。下で見ている人が豆粒のようです。気を取り直して3m台に挑戦。

シロウトなので、足からの飛込です。たかが水とあなどるなかれ、着水した足はしばらくジンジンとしびれたままでした。ちなみに10mからのダイブの衝撃は実に約1トン。選手は恐怖心に勝つため、トランポリンでの練習や1日100本もの飛込をこなしています。



▲相棒・とつびーの応援むなしく、10mの高さにビビりまくる記者

だとか。飛び出した瞬間に成功か失敗か分かる、という達人もいました。

競泳・飛込・シンクロナイズドスイミングは、ダイエープロビスフェニックスプール(長倉町)で、9月9日から開催されます。



⑬フキのきやらぶき

身近な野草・フキ。きやらぶきは、フキの茎の部分を使います。花の部分にあたるのがフキノトウです。

「伽羅」は、東南アジア原産の香木の一種で、かつて、日本で最も珍重されました。きやらぶきは、伽羅色といわれる黄褐色にフキを煮しめた料理です。

フキは皮を剥かずに、食べやすい大きさに切ります。水をたっぷり入れた鍋で、一昼夜かけてあくを抜きます。

水を沸騰させた鍋にフキを入れ、柔らかくなるまで煮ます。湯切りした後、鍋にフキが隠れる位の酒と砂糖、しょうゆ、だし汁を適量入れ、弱火で汁気がなくなるまで煮込みます。味が決まるまで調味料や水を足して、再び煮詰めます。最後は、照りを出すため、少量のみりんを加えてできあがり。



▲濃く煮詰めれば保存食に

協力：食生活改善推進委員協議会(与板地域)

兼続歴史散歩



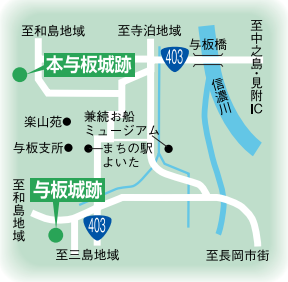
直江家の居城 本与板城・与板城

戦国時代、与板には二つの城がありました。一つは本与板城、もう一つは与板城です。

本与板城は、南北朝時代に築城されたといわれます。当時の交通の要衝に位置し、越後守護上杉氏の重臣・飯沼氏の居城を経て直江家の居城に。その後与板城に拠点が移りました。

本与板城から約二キロ南に位置する与板城は、兼続の先代・信綱のころ築城が始まり、兼続の代になって居城として使われるようになったといわれます。

現在はいずれの城も、土塁などにその名残をどこめています。



本丸は標高約百メートルの山頂にあり、黒川、信濃川が城の内堀、外堀の役割



▲新たに整備された与板城跡への遊歩道。ふもとから15分ほどで本丸跡に