

暮らしのそばに、新しい発見。

市政だより

6

No.729

2015.6.1

ながおか



子育ての駅てくてく、開館6年で100万人到達
(詳しくは12ページ)

みんなで子育て

- もっと子どもを産み育てやすいまちへ . . . P2
- 長岡花火のメッセージを世界に P5
- 大雨から暮らしを守る P6
- 始動！長岡発の地方創生 P8
- 長岡まつりに参加しよう／長岡花火ブランド力強化へ . . . P 10

もっと子どもを産み育てやすいまちへ



岡子ども家庭課 ☎39・2300

長岡の持ち味を活かした「長岡版ネウボラ」。地域一体で子育てをサポート

市は、妊娠期や産後の早い時期から育児まで切れ目なく、一人ひとりのニーズに合わせてきめ細かに支援する長岡版ネウボラ〇〇の体制を整え、地域一体となって子育てをサポートします。「子育ての駅」や地域で活躍する母子保健推進員の活動などを活かし、今までの支援体制をさらに拡充。市民の声に応じて新たに実施する産後ケア事業と合わせ、切れ目のない支援を提供します。

長岡版のポイント

- 子育ての駅や子育て支援センター、母子保健推進員・助産師など、身近で幅広い相談・支援体制
- さらに支援が必要な人には産後ケアコーディネーターが必要な支援を調整。地区担当の保健師と継続してサポート
- 保健師・助産師や母子保健推進員などへの相談から、ニーズが高い産後ケアへのサポートを充実。市が直営で開設する産後デイケアる〜む「ままりら」は全国初の取り組み
- ままのまカフェを行う母子保健推進員や、妊婦・赤ちゃん訪問などを行う助産師などが一体で子育てを支援

6/1 オープン

産後ケアコーディネーターがいる 産後デイケアる〜む



ままりらは、産後6カ月くらいまでのお母さんと赤ちゃんを対象に、話を聞いたり、ゆつくりくつろいでもらったりしながら体を休めてもらう家庭的な雰囲気の家です。マンションの一室で開く地域密着型の産後ケアルーム。母子保健推進員、助産師、栄養士など地域で子育て支援に関わるみんなの「もっと子育てを応援したい」という思いが開設を後押ししました。



お母さんに寄り添って話を聞く産後ケアコーディネーターの吉原さん



静かで落ち着いた室内

開室時間は平日9:30～15:30
利用相談は子ども家庭課へ

安心、リラックスして、前向きに子育て。地域みんなで応援します

産後ケアコーディネーター・吉原さん

産前産後は心身が不安定になりストレスが強い時期です。心と体が休まる環境や、ゆつくりと専門職に相談したいという要望が寄せられています。また、核家族などで身近に相談できる人がいないため、妊娠・出産・子育てに関する不安や戸惑いを抱えている妊婦が増加。子育てが孤独という声も多く寄せられています。「育児不安が強く時間をかけてじっくり相談したい」「自分の育児が正しいのか悩んで

さらに充実。新産後ケア

- 産後ケアコーディネーター 妊産婦の相談を集約し、関係機関と連携してニーズに合わせた必要な支援を調整します。※印の支援策も調整
- ままのまカフェ 母子保健推進員が子どもを預かり見守る中で母親同士の交流と気軽な相談ができます。市内各地に拡大して実施。
- ◇ 体調不良や育児不安などでじっくり相談したい人に
- 産後デイケアる〜む「ままりら」 産後ケアコーディネーターが助産師や保健師、母子保健推進員、栄養士などと一緒に、家庭的な雰囲気の中で心と体の回復をサポートします。
- 産後ケア訪問 ※ 助産師が沐浴、乳房ケアをしながらサポートします。
- 産前産後寄り添い訪問 ※ 母子保健推進員が育児を手伝いながらサポートします。

子育てコンシェルジュがいる子育ての駅

子育ての駅3館に育児相談や情報提供を行う子育てコンシェルジュを配置しました。必要に応じて関係機関に同行するなど「つなぐ支援」をします。中学生が赤ちゃんに触れ合うことで命の大切さを伝える「次代の親育成事業」にも取り組みます。

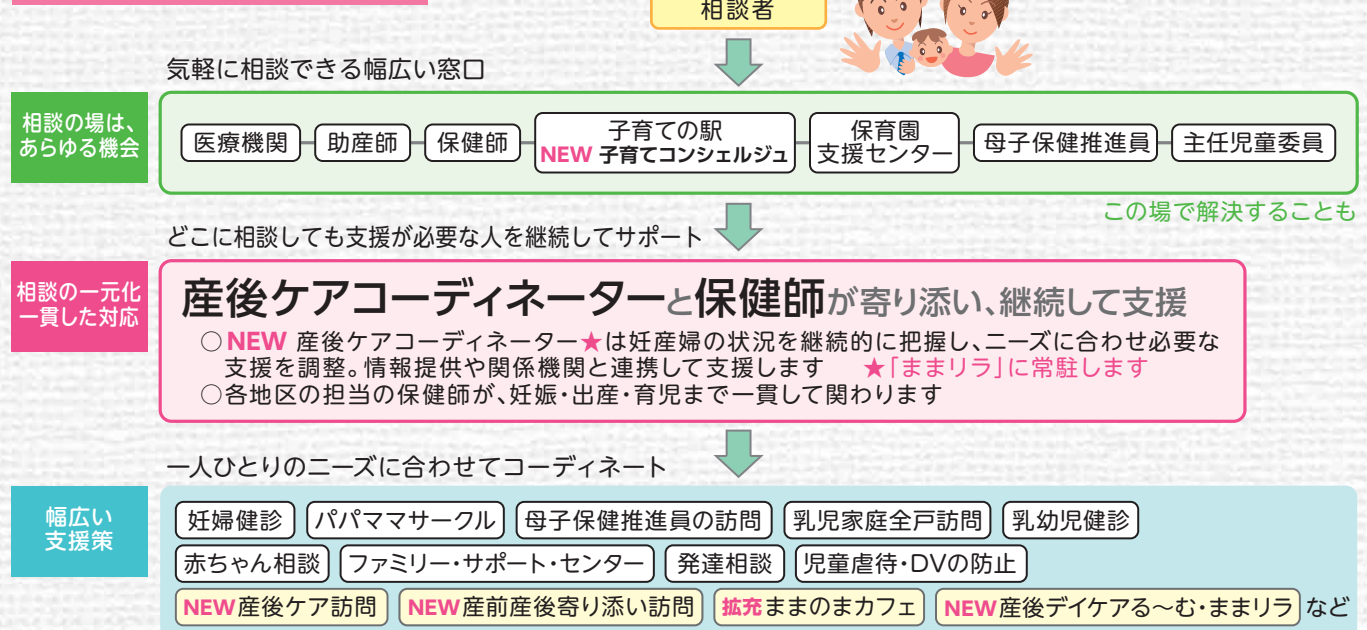
お子さんの成長を共に喜び合いたいです
——統括コンシェルジュ 金山さん・甲野さん

ちょっと話を聞いてもらいたいというときに、話し相手になってくれる人が子育ての駅にいます。話すことで気持ちが楽になります。「家族以外に子どもの成長を喜んでくれる存在がいるってうれしい」と言っていました。いろいろな人に見守られているということが子育ての大きな支えになると感じています。



統括の甲野さん(左)と金山さん

「長岡版ネウボラ」の仕組み



ネウボラ (neuvola) とは、男女共同参画の先進国で女性のほとんどが働くフィンランドの妊娠・出産・育児を切れ目なく支援する制度のこと (アドバイス「neuvo」する場所という意味)。日本国内でもこれを目指す動きがあり、各自治体でそれぞれの取り組みが始まっています。



世界中の人に花火に託した思いが 届きますように

それは 未来に向かって 平和を願うメッセージ
いつの日か この花火が平和の代名詞となって

戦後70年という今年 8月15日
長岡の人たちと長岡を応援してくれる
たくさんの人たちの想いを込めた花火が
ホノルルの夜空をやさしく彩る

長岡の花火は 慰霊と平和を願う花火
ゆっくりと開き ゆっくりと散る
そのはかなさに 見る人が涙する
花火は 世界的にはお祝いの意味であげられることが多い
でも ホノルルのみなさんは
長岡花火に込められた意味を理解してくれた
平和を願って 一緒にあげよう そう言ってくれた

長岡花火に込められた、 平和への想いを、世界に。

平和を願い、未来を想う花火を、世界中であげていきたい。

Message of Peace

NAGAOKA × HONOLULU

長岡市 メッセージ 検索



政策企画課 ☎39・2204

平和を願い、未来を想う長岡花火のメッセージを市と市民が共に発信するプロジェクトが始まっています。
震災からの復興、戦争で犠牲になられた方々への慰霊、平和への願いが込められた長岡花火は、国内外において花火を通じた交流の輪を広げ、戦後70年の今年、ホノルル市真珠湾で打ち上げられます。
長岡花火に込められた想いを次世代を担う子どもたちにしっかりと伝え、「子どもたちの未来が平和でありますように」このメッセージを子どもたちと共にホノルルに届けます。

多くの子どもたちが参加する、メッセージ・オブ・ピース プロジェクト進行中



Project 2



1

2



Project 1

表町小学校6年生が真珠湾で手向ける折り鶴づくり

①真珠湾に届ける千羽鶴と聞き一生懸命に想いを込めて鶴を折りました②折り鶴全てに書き込んだ一人ひとりが自分で考えた平和へのメッセージ。「戦争が二度と起きませんように」「これからも平和にいらしたいです」(5月19日)

茂木さん・中学生が語る長岡の未来

越後長岡応援団で脳科学者の茂木健一郎さんが中学生90人と意見交換。「個性を大事に誇りを胸に頑張ってください」(5月10日)

平和への願いを込めた折り鶴をホノルルに届けよう

真珠湾で行われる追悼式典で手向ける千羽鶴をホノルルと長岡の両市で制作します。

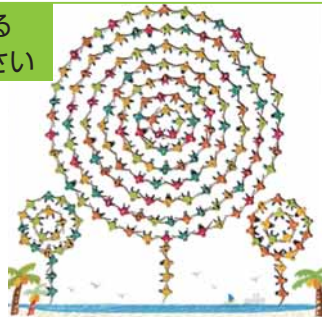
時 6月14日(日)午前10時～正午
場・間 アオーレ長岡西棟3階市民協働センター ☎39・2020



子どもたち200人で打ち上げる「平和の花火」を応援してください

小学生がつくる人文字を撮影します。この様子は動画などで発信します。

時 6月13日(土)午前9時～正午
場 市民防災公園
※雨天延期



撮影イメージ

年間約30万人が利用。長岡オリジナルの屋根付き施設

みんな大好き！子育ての駅

市内に4つある子育て支援の拠点施設「子育ての駅」。子育て世代だけでなく多世代が交流し、保育士が常駐して相談・情報提供をしています。4カ所合わせて1日約900人が利用しています。

子育ての駅千秋 てくてく



全国初の子育ての駅第1号。緑あふれる公園の中に屋根付き広場と子育て支援機能が一緒に。5月に開館6年、来館者数は100万人を達成表紙・P12。



広々としていて充実した設備でとってもいいですね。孫が飽きずに遊べて助かっています

佐々木隆男さん・長谷川優太くん(2歳)

所在地 千秋1-99-6
開館時間 9:00～18:00
駐車場 100台
★一時保育あり ☎21・3860

子育ての駅ちびっこひろば



司書がいる約1万3千冊の絵本や育児書を備えた絵本館を併設。中心市街地にあっても静かな落ち着いた空間です。8月に開館5年を迎えます。



まちなか絵本館は子どもの手にちょうどいい小さい絵本がたくさんあるのがいいですね!

佐藤遼さん・利音くん(1歳8カ月)

所在地 大手通2-5(フェニックス大手ウエスト2・3階)
開館時間 9:00～18:00
駐車場 市営・市提携駐車場は1時間無料
★一時保育あり ☎39・2775

子育ての駅とちお すどすど



栃尾地域にある道の駅に隣接した施設。平成24年の開館時からNPO法人が運営しています。



親しみやすいアットホームな雰囲気が好きです。とっても居心地がいいんです!

高野桃子さん・真斗くん(2歳)

所在地 栃尾宮沢1765(道の駅R290とちお隣り栃尾産業交流センターおりなす内)
開館時間 9:30～15:30
☎51・1022

子育ての駅 ながおか市民防災センター ぐんぐん



市民防災の拠点機能が融合した開館5年目の施設。全長24mのすべり台や砂場がある屋根付き公園があります。4月からNPO法人が運営しています。



“ママがうれしいイベント”が充実しているところもいいんです!

羽藤あずささん・那乃ちゃん(2歳)

大崎ゆうきさん・和花ちゃん(2歳)

所在地 千歳1-3-85
開館時間 9:00～18:00
駐車場 140台
☎30・1025

★子育ての駅の開館日、催しは20ページをご覧ください

乙吉川が土石流と化し岩や大木が濁流とともに押し寄せ75世帯が被害に（平成25年7月30日、長岡地域）



避難情報と取るべき行動

- 1 避難準備情報の発表**
 - 避難の準備
 - 避難所を開設します。必要に応じて避難を
 - 近所に避難が困難な人がいたら声掛けを
 - 2 避難勧告の発令**
 - 落ち着いて避難所または安全な場所へ避難を
 - 住んでいる地区にかかわらず安全に避難で
 - きる避難所へ
 - 避難が困難な人がいたら必要に応じて手助
 - けを
 - 3 避難指示の発令**
 - 直ちに安全な場所に避難してください
 - ※隣近まで浸水した場合、自宅の2階への
 - 避難の方が安全な場合があります
- 全市民が防災要員 みんなで助け合おう**
- 隣近所で助け合う：災害時に迅速に駆け付け、助け合
 - うことができるのは近所の人です
 - 避難所運営に協力を：高齢者などへの支援や物資の配
 - 布など、助け合い、譲り合いの気持ちを忘れずに

土砂災害から守る



1月21日



5月11日

水害から守る



土のう積み訓練 (5月17日、信濃川河川敷)

市は、梅雨に備え、国や県、各消防団などと合同で水防訓練を実施しています。

寺泊地域・山田地区
住居が立つ裏の斜面の地すべり対策が完了しました。今後も残りの斜面を実施します。

長岡地域・乙吉地区
乙吉川（本川）の高さ9m、幅60mの砂防堰堤。約15,600㎡の土砂をせき止めます。本体は6月中旬に完成します。

大雨の季節がやってきます 「早めの行動」が命を救う

危険が迫る 避難準備情報で行動

3種類ある避難情報（上図）のうち避難準備情報は、避難勧告が出されたとき、すぐに避難できるようにあらかじめ発表するものです。避難情報は、町内の連絡網や緊急告知FMラジオ①、携帯メール③④、広報車などでお知らせします。☎ 圏危機管理防災本部 ☎ 39・2262

危険を素早くお知らせ

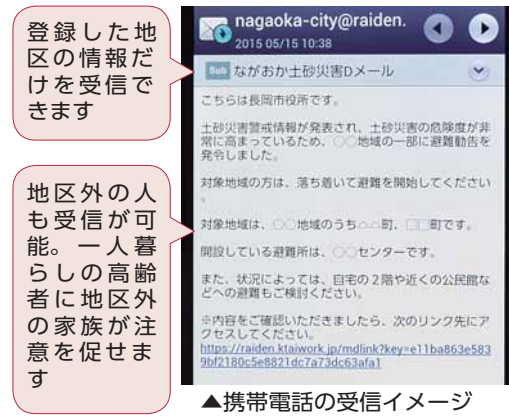
① 緊急告知FMラジオ
緊急時、自動的に電源が入り、避難情報などが大音量で流れます。「電話が通じない」「電気が止まった」事態でも情報が届くように、全ての町



内会に配備しています。65歳以上の高齢者などを対象に購入費用の一部を補助します。

② ながおか土砂災害Dメール

土砂災害が発生する恐れのある地域の住民を対象に、急激な降雨、土砂災害、避難情報などの緊急情報を配信します。事前の登録が必要です。登録方法は



③ 携帯電話の緊急速報メール
市内の配信エリアにあるNTTドコモ（エリアメール）、au、ソフトバンクの携帯電話に一斉配信します。事前登録は不要で、通信料はかかりません。対応機種や設定は携帯電話の店舗にお問い合わせください。

④ 携帯電話の災害情報メール
市はNPOと連携し、避難情報などを配信します。障害者や高齢者には音声読み上げ機能の利用がおすすめ（一部対応しない機種があります）。事前の登録が必要です。

☎ NPO法人住民安全ネットワークジャパン ☎ 39・1656

大雨に備える

- 1 浸水を防ぐ**
浸水被害を軽減するため、雨水管や雨水ポンプ場の整備を進めています。近年多発しているゲリラ豪雨による浸水被害に対しては、各地域に応じた対策工事を実施しています。
- 2 河川の氾濫を防ぐ**
市は、河川の水の流れを良くし、氾濫による水害から市民生活を守るため、河川を管理する県に治水対策を要望。猿橋川、栖吉川、黒川などで、川底の土砂をさらう工事を実施しています。

3 土砂災害から守る

平成25年の7月・8月豪雨で甚大な被害を受けた地区では、砂防堰堤の設置工事や地すべり対策工事が進められています（写真上中央・左）。

④ 土砂災害の危険箇所を知る
平成26年8月の広島県での土砂災害を契機に、土砂災害の恐れがある区域を地域住民にお知らせすることが義務付けられました。県は調査を完了した箇所から公表しています。平成29年6月までに全区域を示します。

閲覧場所：河川港灣課、各支所産業建設課（栃尾支所は建設課）、県ホームページ <http://www.pref.niigata.lg.jp/sabo/1193933760987.html>

5 6月は土砂災害防止月間

土砂災害は一瞬で尊い命や財産を奪います。がけ崩れや地すべりなどの危険を感じたら、すぐに避難しましょう。次の場合は特に注意が必要です。

- ① 長雨や大雨のとき
- ② 川の水、井戸水、湧き水の量に変化したり濁り出したりしたとき
- ③ 土地に亀裂が入り小石がバラバラと落ちてくるとき

日ごろから近くの山、がけ、川などの様子に注意し、異変を感じたらすぐに連絡してください。

☎ 1 下水道課 ☎ 39・2235
☎ 2 河川港灣課 ☎ 39・2233
☎ 3 県長岡地域振興局治水課 ☎ 38・2629

こちらの情報源もチェック

ながおか防災ホームページで気象情報を確認
市内各地域の雨量や河川の水位、気象などの情報を集約。一度に確認できます。



ながおか防災 検索

防災気象情報をメール配信

長岡市に発表された気象警報、震度、津波、水位などの情報をメールでお知らせします。



ボーサイダー（市公式ツイッター）で素早く防災情報をキャッチ

防災情報を配信します。市民のみならずと双方向に情報発信する手段としても有効です。



長岡市ボーサイダー 検索

始動!

長岡発の地方創生

地方創生は、国を挙げての人口減少対策です。市は、10年・20年先のまちの活力を維持し、人口減少社会に対応するため、雇用創出、移住・定住、結婚・出産・子育てなど、まちづくりの方向性を示す長岡版総合戦略策定を進めています。若者や民間事業者からは、地方創生に向けた積極的な提案が寄せられています。市はそれぞれの取り組みを支援し、活力ある長岡を目指します。

若者の未来に関わる地方創生を、若者自身と全市民の「志」で

長岡版総合戦略では、地方創生に多くの若者が関心を持ち、全市民で若者の志を引き出し応援することを目指しています。そのためには、若者からも知恵や情報を引き出し、さまざまな分野の具体的な施策に反映することが大切です。今後、実効性が高く長岡らしい総合戦略にするため、産・官・学・金（金融機関）、労（労働界）・言（報道機関）からなる長岡市地方創生推進会議を設立し、骨子案（下イメージ）をたたき台に議論を重ね、8月末までに長岡版総合戦略の策定を目指します。策定のヒントとなる取り組みが、若者や企業で始まっています。長岡発の地方創生に向け、みなさんのアイデアをお寄せください。

長岡市地方創生推進会議事務局
Eメール info@city.nagaok.a.lg.jp
〒951-8501 長岡市中央1-1-1
電話 025-220-4391

充実した学生生活を送る場としての人気度アップへ

始動1

若者主体で企画を実現 学生交流イベントで仲間づくり

若者の意見をくみ取り、若者と企業のニーズを的確につなぐ市の「ながおか・若者・しごと機構推進室」に、若者からさまざまな提案が寄せられ、若者自らの手で実現させる動きが出ています。

「長岡学生交流会」（現：長岡学生団体「Co-Do」）は、学生の輪を広げ長岡を盛り

り上げようと、市内の学生有志が設立した団体。交流会を提案し、4月に市内の全ての大学・高専・専門学校生に呼び掛け長岡学生交流会を開催しました。長岡を盛り上げるために、若者自らが企画アイデアを市は随時受け付け、全力で応援します。

▶若者自らが企画し、約100人が参加した長岡学生交流会



「何か企画したい学生をつなぎ、長岡を元気にしたい」

長岡学生団体「Co-Do」

学生の仲間づくりの場をつくりたいと思い、学生交流会を市に提案しました。初回の交流会は、参加者同士、打ち解けて盛り上がりまは成功です。もっと回数を重ねて、さらにたくさんの人をつなぎたい。そこから新たなグループができて、長岡をさらに元気にする活動が生まれる、そのきっかけをつくりたいです。



◀「Co-Do」のみなさん。16人で活動中。交流会後、団体名を長岡学生交流会実行委員会から改称。名称には「無数の点をつなぎ形にする（connecting dots）」「コンセントにつなげば電気がつくように、人をつなぎ光をとすコードになる」の意味が込められています

定員を200人に拡大

第2回長岡学生交流会で輪を広げよう

時 6月27日(土)午後5時30分～8時 場 まちなかキャンパス長岡 対象＝市内の大学・高専・専門学校生 定員＝200人(先着) 料 1,000円 申 6月24日(水)までに氏名、学校名、学年、性別を長岡学生団体「Co-Do」にEメール hinotori.camp@gmail.com で

新たな市場開拓で雇用創出へ

始動2

地域経済活性化に向けた民間事業

震災経験と地域資源を活かし、食物アレルギーに対応した備蓄も可能な米粉クッキー製造

▶生産・製造・販売などにさまざまな関係者が携わり全国展開を目指しています

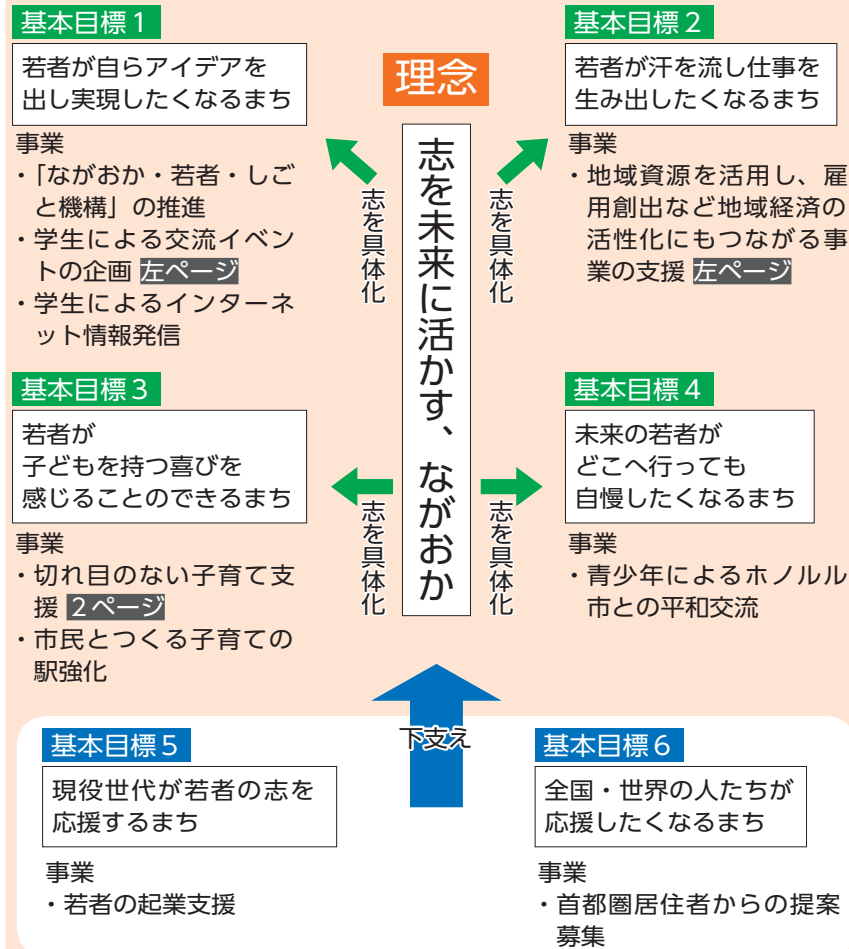


市は国の「地域経済循環創造事業交付金」を活用し、地域資源を活かし地域経済の活力を創出する民間事業者の取り組みを支援しています。今回は、米の生産地という地域特性を活かした米粉クッキー製造を支援。中越大地震や東日本大震災の経験から、食物アレルギーに対応し、非常食として備蓄もできるものです。米の新たな価値を創る取り組みで、長岡の元気づくりにつながります。

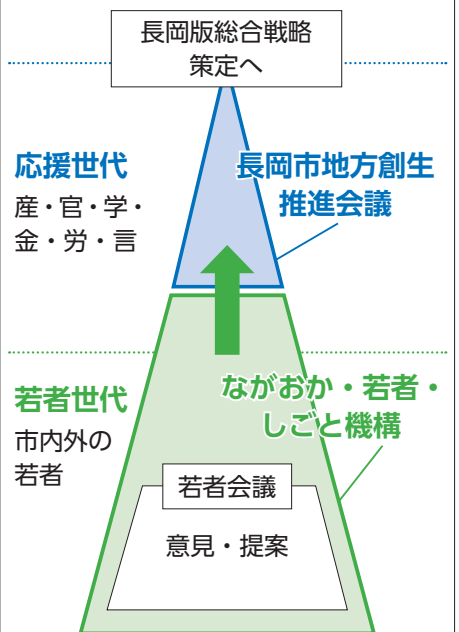
米の生産は(有)エコ・ライス新潟が、製造は洋菓子メーカーの(株)美松が、販売は非常食大手の尾西食品(株)が担当し、連携して全国販売を目指します。開発には、アレルギーの子どもの保護者が参加する長岡にこつとくらぶや、食育などの活動を行うNPO法人プロジェクト88も携わりました。

市は6月から全ての市立保育園のおやつに導入。災害時に備蓄も予定しています。今後さまざまな制度を活用して民間事業者の提案の実現を支援し、長岡ならではの地方創生を進めます。

長岡版総合戦略 骨子案イメージ



若者の意見をくみ取り地方創生を進めます



ながおか・若者・しごと機構は、若者世代の意見をくみ取り、実現を支援。長岡市地方創生推進会議は、若者会議など若者世代の意見を踏まえ、地方創生を議論。現役世代が、若者の提案・企画を応援するまちをつくりま

★みんなであげようフェニックス協賛金募集
復興祈願花火フェニックスは、今年11回目の打ち上げを目指します。ご協力をお願いします
☎NPO法人復興支援ネットワーク・フェニックス
☎36・2537



越後長岡神輿渡御



大民踊流し



柿川灯籠流し



慰霊の花火・白菊
8月1日午後10時30分、70年前の長岡空襲が始まった同時刻に白一色の尺玉3発を打ち上げます

長岡花火を世界へ発信 花火の魅力を高める組織が初会合

長岡花火の魅力と知名度をさらに高める「長岡花火ブランド推進委員会」が初会合を開催しました。

平和への願いが込められた長岡花火の世界に向けた発信と子どもたちへの継承、長岡花火のさらなるブランド力の向上を関係団体が協力して進めていくことを確認しました。



4月27日

【委員構成】

- | | | |
|-----|------|------------------------------|
| 委員長 | 石田 章 | NPO法人復興支援ネットワーク・フェニックス 副代表理事 |
| 委員 | 神林 茂 | NPO法人ながおか未来創造ネットワーク 代表理事 |
| 委員 | 高野克広 | 長岡市国際交流協会 専務理事 |
| 委員 | 樋口勝博 | 復興10年フェニックスプロジェクト推進会議 座長 |
| 委員 | 丸山清貴 | 長岡青年会議所 理事長 |

戦後70年の節目に フェニックス花火は2種類

2種類の復興祈願花火「フェニックス」が歌手・平原綾香さんの「Jupiter」に合わせて打ち上げられます。8月2日は中越震災からの復興祈願の想いを込めた約3分間バージョン。3日は約5分間バージョンで、「未来へつなぐ平和への想い」をテーマに8月のハワイ・ホノルル市真珠湾での打ち上げへとつなぎます。

あなたの想いをフェニックスに乗せて 想いを夜空へプロジェクト

みなさんの想いを書いた短冊をフェニックスの花火玉に貼り、夜空へ打ち上げます。

¥1,000円（フェニックス花火の打ち上げ協賛金になります）
☎6月28日(日)までにアオーレ長岡シアター☎39・2500などで



慰霊と復興、平和への祈りを込めて

長岡まつりに参加しよう



8月1日(土)
【前夜祭】

■柿川灯籠流し
慰霊と平和への願いを込めて灯籠を流しましょう。
☎午後7時～8時30分(雨天中止) 場柿川の一之橋、追廻橋付近 ☎長岡青年会議所☎34・0069 ※詳細は市政だより8月号と一緒に配布する長岡まつり特集号でお知らせします

■大民踊流し
おそろいの衣装で参加してください。

☎午後7時25分～8時45分 対10人以上のグループ ☎6月12日(金)までに長岡商工会議所☎32・4500へ

■大手通商店街みこし
商店街のハッピを貸します。

☎午後1時、7時 ☎18歳以上 定100人先着 ☎7月3日(金)までに大手通商店街事務局☎30・5590へ(平日午前9時～午後6時)

■万燈みこし
米百俵ハッピを貸します。

☎午後8時50分～10時 集合11時午後6時30分に長岡グランドホテル前 ☎18歳以上 定50人先着 ¥1,000円(クリーニング代、飲み物代) ☎住所、氏名、性別、電話番号を米百俵神輿会・内山さん☎090・6194・6517、FAX35・3677へ



2日(日)・3日(月)
【昼行事】

■フリーマーケット
☎午前11時30分～午後3時 場スズラン通り ¥1マス5

00円(約3m×1.8m) ☎6月10日(水)～7月30日(木)にスズラン通商店街振興組合事務局☎32・2480へ(平日午前9時～午後4時)

■2日「ふれあい広場」
ステージ出演者募集

☎午前11時30分～午後3時のうちの15分間 場大手通りなど
☎6月16日(火)までに長岡観光コンベンション協会☎32・1187へ(平日午前9時30分～午後6時30分)

長岡まつりの最新情報は こちらから

長岡の大花火 検索

☎長岡まつり協議会事務局
(まつり振興課内)
☎39・2221

大花火大会チケット販売について

★フェニックス席
コンビニ(セブン-イレブン、ローソン)で発売中☎

★フェニックス席を除く有料観覧席
①当初販売で定員に満たない席・キャンセル分の席をインターネット販売☎ 【7月4日(土)から】

②当日販売☎

※詳しくは、長岡まつりホームページをご覧ください
☎長岡まつりチケットセンター☎35・9244

長岡まつりの起源

昭和20年の長岡空襲で、市街地の8割が焼失し1,486人(平成27年4月27日時点)の尊い命が失われました。

その長岡空襲の翌年から、慰霊と戦災復興の願いを込めて「長岡復興祭」が開催されました。昭和26年には「長岡まつり」と改称。以来、中越震災など幾多の危機を市民の力、地域の力で乗り越え、続けられてきました。



地域のマキモノ

まちのほつとフォト

📷は、まちかどカメラマンが取材・撮影しました

結ぶ。ちまぎと世代の絆

ちまぎづくり体験会に三島地域の小学生が参加。達人が子どもたちに結び方を伝授しました。「おばあちゃん、ほくのどうかな？」(5月17日) 📷



優雅に 200 匹

越路地域・岩田地区の大空に鯉のぼりが揚がりました。汐海川に吹く風を受けて、気持ち良さそうにス～イスイ。(5月4日) 📷柴木樹さん

どうも、はじめまして

道の駅越後川口あぐりの里で開催された祭りに水辺の生き物が登場。初めて見るイモリやサンショウウオなどに、子どもたちはおっかなビックリ。(5月17日)



愛情いっぱいの手

与板地域の母子保健推進員が開催したベビーマッサージ体験会。やさしく話し掛けながらのスキンシップで親子の絆を深めました。(5月15日)



広がった！笑顔のかけ橋

中之島地域の猫興野橋に歩道が新設。安心して歩行者が通行できる橋の完成を祝い、住民のみなさんが子どもみこしを先頭に渡り初めを行いました。(5月17日) 📷



今月の表紙

子育ての駅てくてくのオープンから、ちょうど6年経ったこの日、来館者数が100万人に達しました。節目の家族と森市長がくす玉を割ってお祝いしました。(5月5日)

2~4ページもご覧ください

図書館員のたまご

小学5・6年生12人が中央図書館の仕事体験しました。事前の特訓の成果を活かし、本の貸し出しや読み聞かせなどに大活躍。(5月9日) 📷



晩ご飯は旬のフルコース？

道の駅良寛の里わしまで春の山菜や野菜の販売会が行われました。初物好きのお客さんが大きなたけのこを両手に品定め。あっという間に400本が完売しました。(5月10日) 📷金山静夫さん



美しい景観で観光客をお出迎え

八重桜の開花に合わせ、寺泊駅付近の県道沿いに地元の有志がぼんぼり35本を設置。夜には幻想的な雰囲気になりました。(5月4日) 📷遠藤幸明さん



地域の特色をしこ名に

山古志地域の「牛の角突き」が開幕しました。合併10周年を記念し、長岡地域「フェニックス」や和島地域「良寛」など、11地域の闘牛をお披露目。勇壮な戦いで、3,000人の観客を沸かせました。(5月4日) 📷高津敏さん



小国和紙にアルファベット

文字を美しい書体で書く技法「カリグラフィー」の英国人書家・ユアン・クレイトンさんの作品を小国芸術村会館に展示。地元小学生は、和紙を活かした作品に感動していました。(4月30日)

伝統の技術にうっとり

「うちおてまりまつり」が開催され、常安寺に大小約3,000個のてまりが並びました。そのきめ細かさややかさに訪れた人は魅了されていました。(5月5日) 📷



つなぐ、未来へ
長岡空襲70年企画 戦後70年

戦災資料館特別展

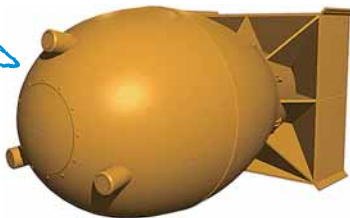
～焦土からの復興と平和の希求～

長岡戦災資料館 ☎36・3269

開 午前10時～午後6時（初日は午後1時30分から、最終日は午後5時まで） 内 左近に落ちた模擬原子爆弾実物大模型、旧長岡赤十字病院の玄関扉、9学区区住宅焼失地図、空襲殉難者遺影、復興をたどるパネル、ホノルルとの平和交流パネルなど
☆体験者のお話 開 7月5日(日)午後2時～3時、8日(水)午後1時30分～2時30分

特別展で模擬原子爆弾の実物大模型を初公開

1945年7月20日午前8時13分、米軍機B29が左近に重さ約5トン、直径約1.5メートル、長さ約3.5メートルの爆弾を投下。4人の命が奪われ、5人の重軽傷者を出しました。この爆弾は原子爆弾の投下訓練用に使われたもので、長崎に落とされたものとはほぼ同じ型です。



▲模擬原子爆弾イメージ（長岡戦災資料館所蔵映像：CGイメージ星貴）

●長岡空襲の体験を聞く会

開 6月28日(日)午後1時30分～3時30分 場 長岡戦災資料館 講 木村純三さん（当時長岡中学校1年）、木村初江さん（当時東千手国民学校4年）

●長岡空襲殉難者追慕の集い

開 7月5日(日)午前10時～11時 場 アオーレ長岡 内 空襲殉難者家族のお話、長岡少年少女合唱団による追慕の合唱など

この時期のみ咲くユリ科の高山植物です。ツアアでは同じユリ科のニッコウキスゲも観賞できます。



人 先着③10人先着
4,000円、日帰り4,000円 申 6月30日(火)まで

●読者のこゝろ
読書感想や体験などを話し

互尊文庫 ☎35・7981

●映画会
時・開 6月12日(金)午後2時～3時30分「ハーブ&ドロシー アートの森の小さな巨人」(08年/アメリカ)▽6月26日(金)午後2時～3時30分「ハーブ&ドロシー ふたりからの贈りもの」(13年/アメリカ) 定 各180人先着

中央図書館 ☎32・0658

今月のおしらせ隊 隊員

みしまる太くん

市町村合併から10年の今年は、記事にまつわる話を各地域のキャラクターが紹介します。今回は三島地域の全日本丸太早切選手権大会マスコットキャラクター「みしまる太くん」。県の天然記念物に指定されている「蓮花寺の大杉」から生まれた木の妖精です。



右下の全日本丸太早切選手権大会で待ってるよ♪

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

◆略字の見方

時=日時・期日	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) 函どなたでも、函特になし、無料、申不要(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
・開は、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
大手=大手通庁舎	さい=さいわいプラザ

お知らせ

催し スポーツ

寺泊支所地域振興課 ☎75・3111

●寺泊の海を体感しよう

～Eポート長岡寺泊大会～
10人乗りの手こぎゴムボートで速さを競います。
開 7月12日(日)午前9時～午後4時 場 寺泊片町(寺泊中央埠頭付近) 内 約200mのタイムトライアルレース 対 小学生以上 定 1チーム10人で30チーム先着(10人未満の場合、混成チームを編成します) 申 7月3日(金)までに寺泊観光協会 ☎75・3363へ ※荒天時は内容変更・中止の場合あり



良寛の里美術館 ☎74・3700

●企画展「良寛ゆかりの人々展」

良寛の父以南、弟由之、貞

力自慢よ集まれ！
全日本丸太早切選手権大会



2人1組で両引きのこぎりを使い丸太を切り落とす速さを競います。上位入賞者には豪華賞品、参加者全員に参加賞を進呈します。
開 8月16日(日)午前9時から 場 みしま体育館駐車場 部門=一般の部、女性の部、小学生の部(3年生以上) 定 180組(先着) 持 ぼうき(1人1本)、軍手など 申 6月22日(月)～7月27日(月)に、チーム名、参加部門、代表者の氏名(フリガナ)・電話番号・住所をはがき〒940-2392(住所記入不要)三島支所産業建設課、FAX42・3534、Eメールmsm-sangyo@city.nagaoka.lg.jpで 開同実行委員会事務局(三島支所産業建設課内) ☎42・2249

心尼の書を展示します。
開 6月3日(水)～7月27日(月) 午前9時～午後5時 場 高校生以上500円、小・中学生300円

教育センター ☎32・3716

●平成28年度用教科書展示会

中学校教科書を中心に展示します。
開 6月19日(金)～7月2日(木) 場・時間 Ⅱ教育センター：午前9時～午後6時(土・日曜日は午後5時まで) 中央図書館：午前9時30分～午後7時(月曜日、6月30日(火)は合います。
開 6月26日(金)午後7時～8時30分 内 桜木紫乃著「ホテルローヤル」

西地域図書館 ☎27・4900

●ぼんっ！とむかしばなし

開 6月14日(日)午前11時～11時30分 内 長岡民話の会による昔話の紙芝居と語り

親子でたのしみ人形劇
開 6月20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 内 人形劇サークル「ぶんちゃんちゃちゃ」による

北地域図書館 ☎22・7100

●みにみに上映会

開 6月15日(月)午後3時～4時 内 山本周五郎シリーズ①「かあちゃん こころのふるさと」

中越高校写真部「写真展」
開 6月19日(金)～28日(日)

生涯学習文化課 ☎32・5110

●新潟県美術展覧会長岡展

開 6月17日(水)～21日(日)午前9時～午後5時 場 県立近代美術館 料 一般400円(当日50円増)、学生以下無料 開新潟日報社長岡支社 ☎34・9600

道院高原 ☎20120・330・773

●ホテル鑑賞とアウトドア体験

テント設営から食事作り、

生涯学習文化課 ☎32・5110

●おはなしピクニック

開 7月4日(土)午後3時～4時 内 読み聞かせ、工作

●フラワーアレンジメント教室

開 7月11日(土)午後1時～2時30分 内 プリザーブドフラワーアレンジ 定 16人先着 料 2,500円 持 花用はさみ、カッター 申 6月13日(土)から

●おはなしピクニック

開 7月4日(土)午後3時～4時 内 読み聞かせ、工作

●フラワーアレンジメント教室

開 7月11日(土)午後1時～2時30分 内 プリザーブドフラワーアレンジ 定 16人先着 料 2,500円 持 花用はさみ、カッター 申 6月13日(土)から

●おはなしピクニック


開 7月4日(土)午後3時～4時 内 読み聞かせ、工作

●おはなしピクニック

開 7月4日(土)午後3時～4時 内 読み聞かせ、工作

11 先月赤ちゃんがふ化

マゼランペンギン



南アメリカのアルゼンチンやチリなどの沿岸に生息しています。生まれた時は体重約100g、体長約10cmですが、親鳥が毎日吐き戻した餌を与え、1カ月で1kg以上に成長します。成鳥は胸にある2本の黒い帯模様が特徴ですが、ヒナは全身が灰色の羽毛で覆われています。寺泊水族博物館では5月に1羽が誕生しました。

いこうよ、海の大冒険! 寺泊水族博物館 ☎75・4936



● 図や表などの略字の見方は14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] = 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

寺泊地域図書館(寺泊文化センター内) ☎75・5159

1 海の工作会
 時 7月12日(日)午前10時～11時30分
 対 図 頁やビーチグラスを使った工作
 対 小学生 定 10人
 先着 持 はさみ、のり
 7月4日(土)から



寺泊の浜で集めた貝でフオフレームを作ります。

2 えほんであそぼ
 時 6月19日(金)午前10時～10時30分
 対 図 読み聞かせ
 3 工作教室「たなばた飾りを作ろう」
 時 6月28日(日)午前10時～11時30分
 対 3歳～小学生 定 10人
 先着 持 はさみ、のり
 6月14日(日)から

栃尾地域図書館(栃尾文化センター内) ☎53・3005

1 おたのしみ「ぶち」上映会
 時 6月13日(土)午前10時30分～16日(火)～7月9日(木)



▲パンダの絵柄

青少年文化センター ☎34・1305

1 星空シアター
 ～ 星空を楽しみましょう～
 時 6月13日(土)、7月5日(日)午後8時～9時(悪天候の場合は中止)

11時30分 図 「りゅうのめのみみだ」 「ねずみくんのチョッキ」

2 えほんのへや七夕スペシャル
 時 6月20日(土)午前10時30分～11時30分
 定 20人
 先着

3 筆ペン講座
 時 6月26日(金)午後7時30分～9時30分
 対 18歳以上 定 20人
 先着 ¥500円(筆ペン代含む)
 申 6月11日(木)から

4 ペットボトルキャップでマップネットを作ろう
 時 7月11日(土)午後2時～3時
 対 小学生(1・2年生は保護者同伴) 定 10人
 先着 申 6月20日(土)から

5 秋葉中学校美術部
 「図書館掲示を作ろう」 P.R. OBJECT 作品展
 新潟教育アート展の活動部門でグランプリを受賞した作品です。
 時 7月30日(木)まで

ニータン(こ)の広場 ☎47・0088

ベビーマッサージ教室
 時 6月16日～7月21日の毎週火曜日午前10時30分～正午、午後1時～2時30分(各計6回)
 対 安定期の妊婦、寝返り頃までの乳幼児と保護者 定 各10人
 先着 ¥各3,000円

持 バスタオル、ミルク、ベビオイル 申 6月10日(水)から

中之島文化センター ☎66・1310

開館20周年記念事業
1 出演者サイン展
 時 6月5日(金)～7月3日(金)午前9時～午後5時
2 岡村孝子コンサート
 時 8月29日(土)午後5時から
 定 500人
 先着 ¥全席指定5,000円 チケット販売
 申 6月20日(土)午前10時から窓口、午後1時30分から電話で



「あみんとして」待つわでデビュー。「夢をあきらめないで」が世代を超えて親しまれています

サンライフ長岡 ☎36・7200

1 ネイルアート
 時 6月19日～7月31日の毎週金曜日午後7時～8時(7月3日を除く計6回)
 定 10人
 先着

郵便番号、住所、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-0033今朝白1の1の1青少年文化センターへ



描いた絵をパソコンで読み取りレーザーで彫刻します。

4 セタドームシアター
 時 7月5日(日)午前11時から、午後1時30分から、3時20分から(各35分) 定 各94人
 先着

豊1枚分のジャンボあぶらげ

観光物産フェア とちお自慢市



時 6月14日(日)午前10時～午後3時
 場 道の駅 R290とちお 図 巨大あぶらげ製作実演・試食、栃尾生地製品の展示即売、岩手県大槌町のホタテ焼きや特産品販売など
 図 栃尾観光協会 ☎51・1195 担当=栃尾支所商工観光課 ☎52・5827

2 ヒップホップ教室
 時 6月16日～7月28日の毎週火曜日(6月30日を除く計6回)
 対 時間Ⅱ 小学1～3年生：午後6時30分～7時30分、中学生以上：午後7時45分～8時45分 定 各15人
 先着

3 ベビーマッサージ教室
 時 6月24日～8月5日の毎週水曜日午前10時30分～正午、午後1時～2時30分(7月1日を除く計6回)
 対 安定期の妊婦、寝返り頃までの乳幼児と保護者 定 各15人
 先着

4 アロマ教室
 時 6月18日～7月30日の毎週木曜日午後7時～8時(7月2日を除く計6回) 定 15人
 先着

5 セタスタンプラリー
 時 7月5日(日)午前10時～午後4時 対 園児・高校生

農の駅 あぐらって長岡(ふるさと体験農業センター) ☎34・5360

1 しょう油おこわ講座
 時 6月24日(水)午前10時～正午 定 36人
 抽選 ¥400円

2 ちまき講座
 時 6月25日(木)午前9時～午後1時 定 30人
 抽選 ¥500円

3 そば打ちとほたる観察
 時 6月27日(土)午後6時～8時30分 定 20人
 抽選 ¥700円

5 バレト教室
 先着 園タオル
 フィットネス、バレエ、ヨガを融合したエクササイズです。
 時 6月15日～7月27日の毎週月曜日午後7時30分～8時30分(7月13日・20日を除く計5回) 定 15人
 先着

1～5 いずれも ¥各3,000円(1のみ材料費2,000円別) 申 6月10日(水)から

中央公民館(さい) ☎32・0437

絵巻寿司で思わずニッコリ! 親子料理教室
 時 7月18日(土)午前9時30分～11時30分
 対 小学生と保護者

1～3 いずれも 申 6月15日(月)(消印有効) までに往復はがきの往復の裏に希望講座名、郵便番号、住所、氏名、電話番号、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-0108 2 1 栖吉町3670農の駅あぐらって長岡へ(1講座につき1枚)

4 ハム、ベーコン作り体験の申し込み方法を変更します
 10月～12月、来年1月～4月の各期間中に各1回、1人当たり2回までとします。
 ¥ハム750円、ベーコン600円(1kg当たり、肉代別) 申 3カ月前から

集まれ! 未来の防災リーダー!

～ 消防を体験し、防災を学ぶ～

時 8月10日(月)・11日(火) (宿泊はなし) 場 消防本部など 図 普通救命講習、放水訓練、防災の話など 対 市内に在住・通学する中・高校生 定 30人
 先着 ¥1,000円 申 6月17日(水)から消防本部予防課 ☎35・2190へ



AED講習など実践的な体験を行います。

親子や子ども会で休日を楽しもう! 子どもフェスティバル

時 6月28日(日)午前9時～午後3時 場 アオーレ長岡、大手通り周辺 図 ①(午前)ポイントラリー…クイズやゲームをして得点を競います②(午後)遊びと体験広場…ペットボトルロケット発射、モンキーブリッジ、防災楽習迷路、合気道体験、縄文のまが玉作りなど 対 幼児・小学生と保護者、子ども会 ¥1人300円(豚汁代含む)
 申 6月16日(火)までに長岡市子ども会連絡協議会 ☎32・0581へ 担当=子ども家庭課(さい) ☎39・2300



星野知子が語る杉本鉞子 長岡ロケなび設立7周年記念講演会

長岡藩家老の家に生まれ、アメリカで出版した「武士の娘」が世界的ベストセラーとなった杉本鉞子への思いを、女優・星野知子さんが語ります。
 時 6月27日(土)午後3時～4時 場 さいわいプラザ 定 120人(先着) 申 6月10日(水)～20日(土)に長岡ロケなび事務局(長岡観光コンベンション協会内) ☎32・1187へ 担当=観光企画課(天手) ☎39・2344



●体験教室に参加しませんか
 時・内 ①6月16日(火)：パステル和アート ②27日(土)：笹団子作り ③7月4日(土)：ちまき作り 時間 午前9時30分～正午 場 みんなの体験館 定 各10人(先着) ①1,200円 ②③1,000円 申 電話で(水曜休館)

養菜館 ☎95・3161

▶長岡藩士の東北地方探索日記「陸奥の編笠と、村役人の旅日記 奥羽行」を収録



①長岡市史双書No.54「江戸時代の旅と旅日記(2)」絶賛発売中
 ¥1,500円

文書資料室 ☎36・7832

①企画展「めがはじまり」関連講座
 時 6月27日(土)午後2時～3時30分 場 さいわいプラザ ②「押し葉標本のタネから芽が出る?」芽生えを描いた「加茂の仙人」 ③新潟大学准

科学博物館(さい) ☎32・0546

②長岡市史双書を読む会
 長岡市史双書No.54をテキストに江戸時代の旅日記を読み解きます。
 時 7月1日(水)・8日(水)・22日(水)午後2時～4時(計3回) 場 中央図書館 ④長岡郷土史研究会会員・田所和雄さんほか 定 80人(先着) ⑤1,500円(テキスト代) ⑥6月28日(日)まで

馬高縄文館 ☎46・0601

①縄文土器をつくろう!
 土笛を作ります。
 時 6月21日(日) 申 6月10日(水)～18日(木)

②ミス馬高土偶をつくろう!
 馬高遺跡出土のミス馬高土偶を参考に作ります。
 時 6月28日(日) 申 6月10日(水)～25日(木)

②市民探鳥会
 時 6月20日(土)午前6時～9時(雨天決行) 場 信濃川河川敷 集合 ③長生橋東詰河川敷 ④6月19日(金)まで

教授・志賀隆さんほか 定 40人(先着) 申 6月26日(金)まで

「ミス馬高」はニコニコ笑っているような三角形の顔とおちょぼ口が特徴の土偶。実物を参考に、「ミス馬高」を粘土で作ります。毎回ユニークな表情の土偶が誕生しています。



①②いずれも 時間 午前10時～正午 ③小学生以上(小学生は保護者同伴) 定 15人(先着) ④観覧料(一般200円、高校生以下無料) ⑤使用古い古したタオル、汚れてもよい服装(①はスプレーも)

校 ①同校教授・中村愛さん 材料費 ②300円 ③筆記用具
 ④小さくたって一人前!ゲームで体験サイバル術
 ひもの結び方や火の起こし方を学びます。
 時 7月26日(日)午前10時～午後2時30分 場 赤城コマランド(栖吉町) ⑤講師 イスカウト長岡1団・ボーイ隊長 小林裕人さん 材料費 ⑥200円 ⑦持参手(イボ付き不可)、はさみ、

着替え、牛乳パック
 ⑦kawaii理科実験
 分解しまくり隊
 機器を分解してキーホルダーを作ります。
 時 7月20日(祝)午前10時～11時30分 ⑧長岡技術科学大学助教・吉武裕美子さん 材料費 ⑨300円 ⑩持参不要になったリモコン、電卓、時計
 ①②いずれも ③小学生と保護者(④は小学4～6年生、⑤は小学3～5年生、⑥は小

学1・2年生のみ保護者同伴) ⑦各20組(抽選) ⑧15人(抽選) ⑨各500円 ⑩6月17日(水)(必着) ⑪までに、はがきに郵便番号、住所、氏名、保護者名、学年、電話番号、希望講座名を記入し〒940-0100 62大手通2の6まちなかキャンパス長岡へ
 ⑤⑥⑦講座 ⑧⑨もカフェ
 ①学校で話したくなる! みんなでたのしみ芸術写真 遠近法やユニークなアイデア

(土)午前10時～正午(18日は午後7時～8時。計3回) ②場 ③まちなかキャンパス長岡(18日は長岡工業高等学校) ④長岡工業高等学校准教授・長部恵一さん 材料費 ⑤5,000円 ⑥持参ロハンテープ、はさみ、輪ゴム
 ⑦世界にひとつだけのミニカラーを作ろう!
 3Dプリンターで作られた原型に色を塗ります。
 時 7月25日(土)、8月8日(土)・22日(土)午前10時～11時30分

(計3回) ⑧長岡造形大学教授・増田譲さんほか 材料費 ⑨2,000円
 ①②いずれも ③小学生と保護者 ④各20組(抽選) ⑤各2,000円 ⑥6月17日(水)(必着) ⑦までに、はがきに郵便番号、住所、氏名、保護者名、学年、電話番号、希望講座名を記入し〒940-0100 62大手通2の6まちなかキャンパス長岡へ

②まちなか大学
 ロマン輝く星のお話
 時 7月12日(日)・26日(日)、8月9日(日)・23日(日)、9月13日(日)午後2時～3時30分(計5回) ⑧場 ⑨まちなかキャンパス長岡(8月9日のみ長岡技術科学大学) ⑩長岡技術科学大学 ⑪NPO法人星空ファクトリー・倉藤哲郎さんほか 定 30人(先着) ⑫3,000円 ⑬6月10日(水)から(HPからも可)



▲学生委員・田中美也子さん

①学生交流イベント
 キャンパスリンク納涼会
 ④笹の葉さらさら、モビールひらひら
 時 7月4日(土)午後2時～4時 ⑤場 ⑥市内に在住・通学する高校生以上の学生 ⑦定 25人(先着) ⑧500円 ⑨申 6月10日(水)から(HPからも可)

④子ども講座 ⑤子どもカフェ
 ①学校で話したくなる! みんなでたのしみ芸術写真 遠近法やユニークなアイデア

②子ども理科工作・実験教室
 身の回りの微生物を観察してみよう
 時 7月20日(祝)・26日(日)午後1時30分～3時(計2回) ⑧場 ⑨長岡技術科学大学 ⑩長岡大学名誉教授・森川康さんほか ⑪小・中学生(小学生は保護者同伴) ⑫定 25人(抽選) ⑬500円 ⑭持参用具、ビニール袋、タオル ⑮6月17日(水)(必着) ⑯までに、はがきに郵便番号、住所、氏名、保護者名、学年、電話番号、希望講座名を記入し〒940-0100 62大手通2の6まちなかキャンパス長岡へ

③まちキャンポランティア企画講座
 ①知って楽しい長岡
 長岡の特色を学びます。
 時 7月11日(土)、8月8日(土)、9月5日(土)、10月17日(土)、11月14日(土)午後1時30分～2時間程度(計5回) ②場 ③Aオ1長岡など ④古田島吉輝長岡戦災資料館顧問ほか ⑤定 30人(先着) ⑥2,500円 ⑦申 6月10日(水)から(HPからも可)

⑤パタパタ飛行機を作ろう
 時 7月25日(土)午後1時30分～3時 ⑧場 ⑨長岡工業高等学校専門学

③みんなの発見が一面記事! まちなか新聞を作ろう
 子どもはインタビュアー、保護者はカメラマンになって記事を作ります。
 時 7月19日(日)午前10時～午後4時 ⑧場 ⑨長岡大学地域連携室・脇田妙子さん 材料費 ⑩100円 ⑪デジタルカメラ
 ④山古志の牛を見て「牛生」を作ろう
 時 7月25日(土)午前11時～午後5時30分 ⑧場 ⑨山古志地域 ⑩集合 ⑪Aオ1長岡駐車場入口前(長岡ランドホテル脇) ⑫長岡造形大学教授・後藤哲男さんほか 材料費 ⑬2,000円(昼食代含む)

アを駆使します。
 時 7月18日(土)午前10時～正午 ⑧場 ⑨長岡造形大学教授・阿部充夫さん ⑩デジタルカメラ(スマホも可)
 ②ワクワクするカラージュボストカードをデザインしよう
 時 7月18日(土)午後2時～3時30分 ⑧場 ⑨長岡造形大学准教授・山田博行さん 材料費 ⑩100円 ⑪持参はさみ、のり、自身を写した写真、雑誌の切り抜き

あなたのアイデアでまちが変わる!
市民研究員を募集します
 市民のみなさんが研究員となり、地域課題の解決策を創り出すプロジェクト「まちづくり市民研究所」。「食の資源循環で長岡を元気に」をテーマに、環境の視点から、市民生活に役立つ提案を考えます。
 時 9月～来年8月の平日夜、土曜日を中心として月1回程度
 ⑧場 ⑨長岡技術科学大学准教授・姫野修司さんほか ⑩定 10人(選考あり)
 ★説明会を開催します!
 研究テーマと活動内容を説明します。
 時 7月2日(水)午後7時～8時 ⑧申 6月10日(水)から(HPからも可)



米百俵塾 2015 本編
 米百俵の精神を受け継いだ人々の生涯や業績を学び、現代版「米百俵の精神」とはどうあるべきか考えます。
 時 7月26日(日)午前10時～正午、8月8日(土)午前10時～午後0時30分、8月29日(土)午前10時～11時30分、9月5日(土)午後1時30分～3時30分、9月12日(土)午前9時30分～午後0時30分(計5回)
 ⑧場 ⑨稲川明雄河井継之助記念館館長ほか ⑩定 30人(先着) ⑪3,000円 ⑫申 6月10日(水)から(HPからも可)

まちなかキャンパス長岡 ☎36・3300
 保育 ②各開催日の10日前まで

リリック子ども音楽館イベント
東京フィルコミュニティコンサート

0歳から楽しめる、フルートのコンサートです。
時7月9日(木)午前10時30分～11時15分 子育ての駅で来てく
出演=東京フィルハーモニー交響楽団所属フルート奏者
岡岡市芸術文化振興財団 ☎29・7715

東京フィルが
てくてくに来てくる！
子どもに本物の音楽体験！

◆園や園などの略字の見方は14ページ
◆園どなたでも、園特になし、無料、園不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆園に電話、ファクス、Eメール、園(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

★2ページの子育て支援策、4ページの子育ての駅特集もご覧ください。

笑顔いっぱい「子育ての駅」

対家の記載のない催しは、全て乳幼児と保護者が対象です。

ちびっこ広場(ラニックス大手エスタ) ☎39・2775

休館日なし

1 助産師ほっと相談

時6月11日(木)午前10時30分～11時30分 内乳児の計測、発育など 定10組先着 申6月10日(水)から

2 ちびっこタイム&たんだん誕生会

保育士とリズム体操や手遊びをします。
24日(水)は誕生会をします
時6月17日(水)・24日(水)、7月1日(水)午前11時～11時15分

3 ニコニコわんぱくデー「新聞紙で遊ぼう」

時6月12日(金)・19日(金)・26日(金)、7月10日(金)午前9時～正午



ふわふわの新聞紙のプール

3 てくてく散歩

公園内を探検します。
時6月18日(木)午前10時30分～11時 対どなたでも



「おさんぽパスポート」
手に6月は風車で初夏の風を感じながら散歩。雨にちなんだものを自然の中で見つけます。

4 ちびっこおもちゃばい

時6月21日(日)午前11時～正午 内読み聞かせ、おもちゃ作り

5 キッズランドで遊ぼう

時6月23日(火)午前10時30分～11時30分 対1歳以上児と保護者

6 ままのまカフェ

時7月2日(木)午前10時30分～11時30分 対どなたでも 持飲み物

4 赤ちゃんと一緒にパパートーク

男性保育士と育児の話をしてます。
時6月13日(土)午前11時～正午 対1歳未満児と父親、妊婦の夫

5 好き嫌いの原因はおやつなの?

時6月18日(木)午前11時～11時40分 講管理栄養士

6 マタニティママのおしゃべり会

出産前に入館カードも作れます。
時6月19日(金)午後2時～3時 対妊婦

7 ママのほっとタイム(子育て相談)

時・相談員 6月25日(木)：主任児童委員、7月2日(木)：家庭児童相談員 時間 午前10時30分～11時30分

8 ファミリー講座「パパも積木にチャレンジ」

時6月20日(土)午前11時～正午 講児童共育アドバイザー 母子保健推進員とおしゃべりを楽しみます。

9 ままのまカフェ

時7月4日(土)午前10時30分～11時30分 対どなたでも

7 昔遊びを楽しもう!

時7月7日(火)午前10時30分～11時

8 ピカピカ☆たなばたまつり

時6月25日(木)午前10時30分～11時30分

9 子育て相談

時6月16日(火)午前10時30分～11時30分 相談員 家庭児童相談員

10 お兄さんお姉さんと遊ぼう!

高校生と一緒に遊びます。
時6月19日(金)午後2時～3時、25日(木)午後1時～2時

1 健康お茶会

時6月11日(木)午後1時30分～2時30分 対どなたでも

2 ミニ講座「やさしい離乳食の基本」

時6月12日(金)午後1時30分～2時30分 講栄養士

3 手しごとカフェ

おしゃべりしながら編み物やクラフトを楽しみます。
時6月18日(木)、7月9日(木)午

11 わいわいおしゃべり会

妊婦さんも出産や育児の話聞くチャンスです。
時6月16日(火)、7月7日(火)午前11時～正午 対1歳未満児と保護者、妊婦

12 たなばた飾りを作ろう

時7月1日(水)～7日(火)



笹の葉に折り紙で作った天の川や願い事を書いた短冊を飾り付けます。

4 子育てサロン「夏のアレコレ!!情報交換しませんか?」

時6月25日(木)午前10時30分～11時30分

5 ミニ講座「おひまの話しエッセイ」

助産師がおっぱいのトラブルや卒乳などを話します。
時6月26日(金)午前10時30分～正午 定40人先着(6カ月未満児は同席可) 保育 10人先着(生後6カ月以上。要予約) 申6月18日(木)・21日(日)

6 ハッピー誕生会

誕生月以外の人もどうぞ。
時6月19日(金)午前10時45分～11時15分



みしまる太くん

5 ミニ講座「おひまの話しエッセイ」

助産師がおっぱいのトラブルや卒乳などを話します。
時6月26日(金)午前10時30分～正午 定40人先着(6カ月未満児は同席可) 保育 10人先着(生後6カ月以上。要予約) 申6月18日(木)・21日(日)

6 ハッピー誕生会

誕生月以外の人もどうぞ。
時6月19日(金)午前10時45分～11時15分

13 たなばた記念日

織り姫・ひこ星と一緒に歌やゲームを楽しみます。
時7月3日(金)午前11時～11時20分

14 リズム遊び

時7月6日(月)午前11時～11時15分

15 どうする?卒乳

時7月8日(水)午前11時～11時40分 講助産師

7 みんなで探検!消防署

時7月1日(水)午前10時45分～11時45分 定30組先着(大人のみも可) 申6月22日(月)～27日(土)

8 きらきら☆たなばたデー

時7月6日(月)午前10時45分～11時15分 内七夕の話と笹飾り作り

9 子育て相談

時7月8日(水)午前10時30分～11時30分 相談員 家庭児童相談員

1 お誕生会

誕生月以外の人もどうぞ。
時6月24日(水)午前11時～11時30分

2 作って遊ぼう

時6月26日(金)午前10時30分～11時30分 内栃尾文化センター出張工作教室 定15組先着

3 ちまき作り

時6月27日(土)午前10時～午後1時 定15組先着 ¥1000

ちびっこモデル★ #33
子育ての駅でみつけた! @ちびっこ広場



五十嵐桜介くん(3歳)
車の遊木やで遊ぶのが大好き。みんなの面倒を頼らせてもらっています。

広報編集者が子育ての駅で出会ったちびっこをとびきりの1枚で紹介!します!

雪国植物園
☎46・0030

季節の花⑫
みつけた!

ヤマホタルブクロ
(6月中旬～7月中旬)

釣り鐘型の花が咲きます。自生の多くは白い花。名前の由来は子どもが花の中にほたるを入れて遊んだからと言われています。



●ホタルの夕べ

☎6月19日(金)～30日(火)午後7時から

時8月8日(土)～10日(月)(2泊3日) 場国立妙高青少年自然の家 内星空観察、キャンプファイヤー、アウトドアク

●夏のひまわり

毛並みを整え餌をあげます



¥28,000円 申6月19日(金)まで



合併地域を巡る 災害メモリアル施設バスツアー

時6月20日(土)午前10時～午後4時 場長岡震災アーカイブセンターきおくみらい、やまこし復興交流館おらたる、木籠メモリアルパーク、山古志闘牛場 定20人(先着) ¥1,500円(昼食代含む) 申6月15日(月)までに中越防災安全推進機構☎39・5525へ 担当=地域振興戦略部(大手)☎39・2515

観光周遊バスでめぐり号 国営越後丘陵公園を中心に雪国植物園などを巡ります。

●観光企画課(大手)

☎39・2344

ぶらり地球旅行 「英語で知るメキシコ」 同国出身の留学生が、英語で母国を紹介します。 時6月13日(土)午後2時～3時 30分 定30人(先着) 申前日まで

●国際交流センター「地球広場」

ツキングなど 対小学5・6年生 定100人(抽選) ¥8,000円 申6月15日(月)～30日(火) 雨止 ☎39・2714

私たちバスガイドが車内で見どころをお知らせします。初夏の花をお楽しみください。町内会の旅行にもびつたりですよ。



時6月13日(土)～28日(月)までの土・日曜日 ¥中学生以上500円、小学生200円(フリーパスで1日乗り降り自由入館料など別) 販売所=越後交通長岡駅大手口案内所など

国営越後丘陵公園
☎47・8001



1 香りのばらまつり

時6月21日(日)まで ※6月6日(土)・7日(日)・13日(土)・14日(日)は午前7時にばら園を開園します

2 ばら講演会&ガーデンツアー

ばら育種の第一人者を招きます。

時午前9時30分～午後6時 ¥高校生以上410円、小・中学生80円、65歳以上210円 駐車料=普通車310円、大型車1,030円、二輪車100円 休園日=なし

時・講6月7日(日)…小山内健さん、6月20日(土)…大野耕生さん 時間=午後1時～3時 場暖の館、香りのばら園

3 海老名真綾ノルディックウォーキング体験

時6月13日(土)午後1時30分～3時30分(荒天中止) 集合=花と緑の館 定30人(先着) ¥700円(ポールレンタル含む) 申電話で

4 国際香りのばら新品種コンクール表彰式&記念トークショー

時6月14日(日)午後1時～3時 場香りのばら園(雨天時は花と緑の

館) 出演者=「New Roses」編集長・玉置一裕さんほか

5 ラベンダー摘み取り体験

時6月27日(土)・28日(日)、7月4日(土)・5日(日)午前10時～午後3時30分(雨天中止) 場ラベンダー園 ¥50本100円、1株300円

6 アロマテラピー講座

時7月5日(日)午前10時～正午 集合=花と緑の館 内アロマテラピーの基本、クラフト作り、ラベンダーの摘み取りなど ¥1,500円 定15人(先着) 申電話で

長岡市芸術文化振興財団
☎29・7715

1 野村万作・萬斎 狂言公演

時9月15日(火)午後7時～9時 場リリックホール ¥全席指定5,000円 出演=野村万作、野村萬斎、石田幸雄ほか 演目=「寝音曲」「小傘」 チケット発売日=6月13日(土) 青少年招待=20人(抽選) (申6月13日(土)～30日(火)必着)



▲野村万作



▲野村萬斎

2 ユニオンツールクラシックプログラムvol.18 仲道郁代&川久保賜紀デュオコンサート

国際的に活躍する2人のトップアーティストによるコンサートです。 時9月25日(金)午後7時～9時 場リリックホール ¥全席指定3,000円 曲目=ショパン/ワルツ第6番「子犬」、クライスラー/美しきロスマリンなど チケット発売日=6月27日(土) 青少年招待=30人(抽選) (申6月27日(土)～7月18日(土)必着)

3 英国女王陛下の近衛軍楽隊 長岡公演

バグパイプメンバーやソプラノシンガーとの共演があります。 時10月17日(土)午後2時～4時 場市立劇場 曲目=

チケットの購入は、お問い合わせください(公演により年齢制限あり)。 ※青少年招待の対象は小学4年生～高校生です

「威風堂々」「アメイジング・グレイス」など ¥全席指定4,500円 チケット発売日=6月19日(金) 青少年招待=30人(抽選) (申6月19日(金)～7月19日(日)必着)

4 イ・ムジチ合奏団

待望の世界最高峰の室内オーケストラの演奏会です。 時10月3日(土)午後2時～4時 場市立劇場 曲目=ヴァイヴァルディ/「四季」など ¥全席指定S席7,000円、A席6,000円 チケット発売日=6月20日(土) 青少年招待=100人(抽選) (申6月20日(土)～7月20日(祝)必着)

5 東京バレエ団 子どものためのバレエ 「ねむれる森の美女」

チャイコフスキーの3大バレエの一つをオリジナルバージョンで上演します。 時10月4日(日)午後3時から 場市立劇場 ¥全席指定2,000円 チケット発売日=7月3日(金)

★関連イベント 東京バレエ団初めての子ども向け体験ワークショップ

時10月3日(土)午前11時～正午 場市立劇場 対4歳～小学1年生 定40人(抽選) 申7月1日(水)～8月31日(月)にリリックホールなどにある申込書で



6 平成28年度長岡リリックホール開館20周年記念市民企画公募型事業募集

市民が自主的に企画した事業を財団の自主事業として実施します(選考あり)。 対音楽、演劇、舞踊、伝統芸能などの舞台芸術 申9月30日(水)までにリリックホールなどにある申込書で

◆園や圃などの略字の見方は14ページ
◆園どなたでも、園特になし、無料、園不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆園に電話、ファクス、Eメール、園(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
大刊=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

●高校生ボランティア講座

子ども家庭課(さい) ☎39・2300

10/25(日)	10/4(日)	9/12(土)	8/24(月)	7/28(火)～31(金)※(3泊4日)	7/11(土)	期日
9:00～16:00	8:00～16:00	9:00～16:00	9:30～16:00	0助in(3泊4日) 0円別 0円別 0円別	9:30～15:30	時間
【さいわいプラザ】	【巡回ながおかポニーパーク】	【さいわいプラザ】	【さいわいプラザ】	【さいわいプラザ】	【さいわいプラザ】	内容【会場】
全活動のまとめ、活動の足跡展「準備など」	「市民防災公園」補助	「さいわいプラザ」	「さいわいプラザ」	「さいわいプラザ」	「さいわいプラザ」	楽しくボランティア(講習と実践)

◆園や圃などの略字の見方は14ページ
 ◆園どなたでも、園特になし、無料、園不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆園に電話、ファクス、Eメール、園(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
 大刊=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

夏は農業体験で、野菜と思い出を収穫!

園農政課市セ39・2223

①親子農園見学ツアー

地元野菜がどのように育てられているかを見学します。長岡地域の農村地域生活アドバイザーグループ「ゆめ倶楽部」メンバーの農園で収穫体験した後は手料理を囲んだ交流会があります。

時7月18日(土)午前10時～午後2時 集合=さいわいプラザ 対小学生と保護者 定15組(抽選) 対保護者1,000円、小学生500円(収穫野菜のお土産付き) 対おにぎり、長靴、雨具、軍手 甲6月23日(火)まで

②農家民宿に泊まろう! 小学生夏休み農村体験

夏休みの思い出に、自由研究に、友達同士で農家民宿に泊まってみませんか。

時8月5日(水)～7日(金)(2泊3日) 集合=長岡駅 対市内小学5・6年生3～4人1組 定8組(抽選)(結果は7月20日(祝)までに発送します) 対16,000円 甲6月26日(金)までに、人数分の氏名、住所、電話番号、学年をはがき〒940-0062大手通2-2-6農政課、FAX39・2284、Eメールnousei@city.nagaoka.lg.jpで

果は7月20日(祝)までに発送します) 対16,000円 甲6月26日(金)までに、人数分の氏名、住所、電話番号、学年をはがき〒940-0062大手通2-2-6農政課、FAX39・2284、Eメールnousei@city.nagaoka.lg.jpで



野菜の収穫や自然の中での料理は忘れられない体験に!

栃尾美術館 53・6300

①ギャラリー特別企画・白櫻佳子 型染展

時6月28日(日)までの午前9時～午後5時(月曜休館) 対タペストリー、和紙、服飾など



▲染色画「花鳥車」部分

★関連ワークショップ「型染めでオリジナルランチョンバッグ」

白櫻さんの指導で型彫り(切り絵)とステンシルでランチョンバッグを作ります。時6月21日(日)午後1時30分～3時30分 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定10人 先着 対500円 対汚れてもよい服装 甲6月10日(水)から

②ワークショップ「木のバナーナイフを作る」

小刀などで木を削ります。時6月28日(日)午前9時30分～正午 対高校生以上 定6人 先着 対500円 対汚れてもよい服装 甲6月10日(水)から

6年生(個人参加は保護者の同意書が必要) 対1種目500円、リレーチーム1,000円 甲6月30日(火)まで 長岡市陸上競技協会(園飯田さん)090・1653・3253)へ

スポーツ

福祉課アオ FAX 39・2256

ハンデイスポーツ・レクリエーション講習会

障害者スポーツ・レクリエーションの指導者、ボランティア養成のための講義と実技です。日本レクリエーション協会公認「レクリエーションインストラクター」資格取得のための単位が取得できます。時6月25日(土)7月23日の毎週木曜日午後7時～8時45分(計5回) 対市民体育館など 対高校生以上 定30人(抽選) 甲6月17日(水)まで

みしま体育館 41・2133

①キッズヒップホップダンス INみしま

時6月15日(土)7月27日の毎週月曜日午後7時～8時(7月13日を除く計6回) 対小学生 定15人(先着) 対3,600円

②いきいき健康体操

時6月18日(土)8月6日の毎週木曜日午後1時30分～2時30分(7月2日・23日を除く計6回) 対60歳以上 定8人(先着) 対3,000円

③昼ヨガ

時6月18日(土)8月6日の毎週木曜日午後1時30分～2時30分(7月2日を除く計7回) 定20人(先着) 対4,200円

④シェイプアップボクシング

時6月19日(土)8月7日の毎週金曜日午後7時30分～8時15分(7月3日・24日を除く計6回) 対小学生以上 定15人(先着) 対3,000円



◀みしまるたくん

⑤ヒップホップダンス教室

時6月15日(土)7月27日の毎週月曜日午後8時10分～9時10分(7月13日を除く計6回) 対小学生以上 定15人(先着) 対3,000円

①～⑤いずれも 甲6月10日(水)から

越路体育館 92・4826

●スポーツを楽しむDAY

時6月14日(日)・28日(日)午後1時～4時30分



バドミントンや卓球、バレーボールなど好きなスポーツで遊べます。スポーツ経験者も初心者も一緒に楽しく汗をかきましょう!

悠久山野球場 33・0322

①らんらんウォーキング

時6月16日(火)・18日(木)・25日(日)・30日(火)午前10時～11時 対ストレッチ、ウォーキングなど 対20歳以上

②お手軽運動教室

時6月22日(月)・29日(月)午前10時～11時(計2回) 対ストレッチ、簡単な筋力トレーニング 対60歳以上

①～⑤いずれも 定10人(先着) 対1回500円 甲前日まで

②オオミヤ杯長岡市テニスシングルス大会



インドアでは18メートル先の的を狙って矢を射ます。子どもはもちろん、大人も年齢に関係なく始められ、長い間続けることができます。矢が的の中心に当たると爽快です。

①初心者アーチェリー教室

時①7月7日～28日②8月4日～25日③9月1日～29日の毎週火曜日午後7時45分～9時15分(9月22日を除く各計4回) 場南部体育館 定各6人(先着) 対各2,500円 甲①6月26日(金)②7月31日(金)③8月28日(金)までにスポ協へ

長岡市スポーツ協会(市民体育館内)以下スポ協 34・2130と加盟団体の催し

③サマージュニアテニス大会

時7月27日(月)・28日(火) 場希望が丘テニス場 種目Ⅱシングルス(高校2年生、高校1年生・中学生、小学生) 対市内在住または長岡市テニス協会に加盟の小・中・高校生、市内の小・中・高校に通学する児童生徒 対2,000円

②③いずれも 甲長岡市テニス協会(園石原さん)32・4507のホームページにある大会要項を確認の上、所定の申込書で

④小学生陸上競技選手権大会

時7月19日(日)午前9時30分(雨天決行) 場陸上競技場 種目Ⅱ50m(3・4年生各学年男女別)、100m(5・6年生各学年男女別)、800m・走幅跳(3・4年生共通男女別)、80mハードル・4×100mリレー・走高跳・走幅跳・ボール投げ(5・6年生共通男女別)、4×100mリレー(3・4年生男女混合)、1,500m(5・6年生共通男子)、800m(5・6年生共通女子) 対市内在住の小学3～

和島B&G海洋センター 74・2257

①アクアビクス

水中で行うエアロビです。時7月16日(土)30日の毎週木曜日午後7時30分～8時15分(計3回) 対1,500円

★体験会

時7月9日(木)午後7時30分～8時15分 対500円

②水中運動教室

日～28日の毎週火曜日午前10時30分～11時15分、夜コース：7月15日(土)29日の毎週水曜日午後7時30分～8時15分(各計3回) 対1,500円

③中高年向け水泳教室

時7月16日(土)30日の毎週木曜日午前10時30分～11時30分(計3回) 対1,800円

④幼児水慣れ教室

時7月12日(日)午前10時30分～11時30分 対3歳～年長児と保護者 対500円

①～④いずれも 定各15人(先着) 甲6月10日(水)から和島野球場クラブハウス 74・2289へ

栃尾体育館 52・5571

●スポーツ団体を応援します! 期間限定ナイター使用料を割り引き

時11月20日(金)までの日没～午後9時30分(平日のみ) 場吉水運動広場 対週に1回以上利用する団体 対通常1時間2,200円を高校生以上1,000円、小・中学生500円に割り引き

◆図や表などの略字の見方は14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
 大羽=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

市民体育館フィットネス教室(7月~9月)

開催日など詳しくはお問い合わせください。
 甲 6月15日(月)(消印有効)までに、往復はがきの往信の裏に①氏名②住所③電話番号④教室名⑤曜日、時間帯(第1・第2希望)、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-0041学校町1-2-1市民体育館フィットネス教室係(☎34・2700)へ(はがき1枚につき1教室。多数の場合は抽選し、結果を6月20日(土)ころ発送します)

教室名	7月初回	曜日	時間	回数	対象	定員	料金
①骨盤体操	6日	月	19:00~20:00	9回	どなたでも	27人	4,500円
	6日	月	20:10~21:10				6,000円
②トライ・ヒップホップ	4日	土	16:30~17:30	12回	小学1~3年生	27人	4,500円
③テクニカルフラダンス中級クラス	6日	月	13:30~14:30	9回	どなたでも	27人	5,500円
④はじめてピラティス	7日	火	19:00~20:00				6,000円
⑤子連れヨガ	3日	金	11:10~12:10	12回	子育て中の母親と子	25組	1組5,500円
	7日	火	10:30~11:30				5,500円
⑥ハツラツ健康体操	7日	火	13:30~14:30	11回	どなたでも	27人	6,000円
⑦シェイプアップ・ボクシング	7日	火	20:10~21:10	12回			6,500円
⑧ソフト・エアロビックウォーキング	1日	水	10:00~11:00	11回	どなたでも	27人	5,500円
	2日	木	19:00~20:00				6,500円
⑨ヒップホップ	2日	木	20:10~21:10	13回	成人男性	27人	5,500円
⑩男性のための体力づくり	1日	水	13:30~14:30	11回	どなたでも	27人	6,000円
⑪すてきにピラティス	2日	木	12:20~13:20	6,500円			
⑫やさしいフラダンス初心者クラス	2日	木	13:30~14:30	11回	未就園児と保護者	45組	1組5,500円
⑬親子英語でリトミック	7日	火	10:30~11:30	25組	就園児と保護者	25組	1組6,000円
⑭親子英語でリトミック幼児クラス	3日	金	16:15~17:15	12回	小学生以下	27人	6,000円
⑮親子英語でリトミック小学生&アドバンスドクラス	3日	金	17:30~18:30	13回	どなたでも	27人	6,500円
	3日	金	13:30~14:30				5,500円
	1日	水	11:10~12:10				6,000円
	1日	水	12:20~13:20				6,000円
	1日	水	19:00~20:00				6,000円
	1日	水	20:10~21:10				6,000円
	2日	木	10:00~11:00				6,000円
	2日	木	11:10~12:10				6,000円
⑯腰痛予防改善	3日	金	10:00~11:00	12回	どなたでも	27人	6,000円
	3日	金	20:10~21:10				6,000円
	4日	土	19:00~20:00				6,000円
	4日	土	20:10~21:10				6,000円
⑰はじめてヨガ	4日	土	20:10~21:10	13回	15人	6,500円	
⑱太極拳	1日	水	15:00~16:30	9回	3歳以上の未就学児	20人	6,000円
⑳キッズダンス	5日	日	17:00~17:45				

運動が苦手な子ども遊びながら体を動かすので、楽しみながら上達します。かけっこのポイントはスタートと姿勢。素早いスタートと正しい姿勢でレーンを真っすぐ走る練習をします。



陸上競技場 ☎27・6300
①キッズかけっこ教室
 時 6月18日~7月16日の毎週木曜日、6月15日~7月13日の毎週月曜日(各計5回)
 対・時間 小学1~3年生:午後4時15分~5時15分、小学4~6年生:午後6時~7時
 定員 各15人(先着) ¥3,000円 申前日まで

越路B&G海洋センター ☎92・4594
②オープニングフェスティバル
 時 6月27日(土)午前9時~午後2時
 定員 10人(先着) ¥2,000円 申前日まで

南部体育館 ☎39・3600
③元気で転ばん!体操
 時 6月16日~7月28日の毎週火曜日午前11時30分~午後0時30分
 対 内基礎体力向上と転倒防止のトレーニング
 定員 20人(先着) ¥1,600円(7回、800円) 申前日まで

4時 ④無料開放、日本代表選手が教える水中ホッケー体験など
 持水着、スイムキャップ
 ⑤ 閩越路体育館 ☎92・4826
 時 6月21日(日)午後1時~2時
 内 投球フォームの指導など
 講 甲子園出場経験者ほか 対 小学生と父親 定20組(先着)
 ¥1組600円(ゴムボール、飲み物付き。子ども2人目から1人につき200円増) 場・申前日までに南部体育館 ☎39・3600へ

南部体育館フィットネス教室(7月~9月)

甲 6月10日(水)から電話(☎39・3600)または窓口で

教室名	7月初回	曜日	時間	回数	対象	定員(先着)	料金
①初めてのピラティス	6日	月	19:30~20:30	7回	どなたでも	20人	4,200円
②健康ダイエットウォーキング	7日	火	10:00~11:00	11回		15人	5,500円
③アームレスリング	7日	火	19:30~20:30	12回	高校生以上	6人	6,000円
④リラクサアロマヨガ	1日	水	14:00~15:00		20人	7,200円	
⑤体幹鍛えて目指せ美ボディ	1日	水	19:00~19:45	12回	どなたでも	10人	6,000円
⑥短時間シェイプUP	1日	水	20:00~20:45			15人	7,200円
⑦初心者向けフラダンス	2日	木	13:00~14:00	7回	小学生(保護者)	30人	4,200円(親子7,000円)
⑧小学生ヒップホップダンス	9日	木	18:30~19:30		中学生以上	4,200円	
⑨初級ヒップホップダンス	9日	木	20:00~21:00	12回	どなたでも	10人	6,000円
⑩短時間シェイプUP	2日	木	19:00~19:45			15人	5,500円
⑪体幹鍛えて目指せ美ボディ	2日	木	20:00~20:45	11回	どなたでも	15人	5,500円
⑫健康ダイエットウォーキング	3日	金	10:00~11:00			20人	6,000円
⑬男性向け全身エクササイズ	3日	金	19:00~20:00	12回			

◆図や表などの略字の見方は14ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、■無料、●国不要(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] = アオーレ長岡 [市] = 市民センター
 [大] = 大手通庁舎 [さ] = さいわいプラザ

健康

長寿はいつまで
 ☎39・2268

●要介護者宅を訪問し、無料で歯科健診を行います

歯科医師などが相談・健診します。治療する場合は、治療費と交通費がかかります。
 自宅で寝たきりの人や重度障害者 甲 介護支援専門員(ケアマネジャー)、長寿はつらつ課、各支所市民生活課、県長岡地域振興局医薬予防課
 ☎33・4932

口の状態がよくなると、言葉がはつきりしたり食事の幅が広がったりして、介護の負担軽減にもつながるよ。まずは気軽に、担当のケアマネジャーに相談してね。



◀みしまる太くん

健康課 さい ☎39・7508

1 熱中症にご注意を！
 熱中症の危険は真夏だけでなく

長岡市多世代健康まちづくりプロジェクト 楽しみながら健康づくり

6/12(金) から タニタカフェ に新メニュー



長岡産の玄米を使用した、スパイシーで野菜たっぷりのカレーライスです。
 提供時間=午前11時~午後2時 ¥スープセット900円(税込) 関福祉総務課 [ア] ☎39・2371

▲カロリー 454kcal、塩分2.3gに抑えたカレーライス

これが目印！健康講座ポイントマーク



市が主催する健康関連の115講座は「ながおかタニタ健康くらぶ」のポイント対象になります。チラシなどに記載するこのマークが目印です。

●カフェDE健康講座

時・内①6月12日(金)…ストレス社会をしなやかに生きるために~ストレスって何?~②23日(火)…忙しいあなたも!ながら体操③26日(金)…誰もが危険、熱中症の新常識④7月7日(火)…気持ちのいいストレッチ~上半身~ 時間=午前10時~11時 場タニタカフェ 定各25人(先着) 関健康課 さい ☎39・7508

●歩いていい友! ~長岡に広げよう歩友の輪~

時6月16日(火)午後6時30分~7時30分、19日(金)午前10時~11時(雨天決行) 集合=タニタカフェ 関まちなかウォーキング 関健康課

「ながおかタニタ健康くらぶ」会員募集中!

お得な会員特典や健康ポイント対象講座、ためたポイントで交換できる景品など、詳しくは「健康ラボ長岡」http://www.nagaoka-kenkou.jp、市ホームページをご覧ください。 関福祉総務課

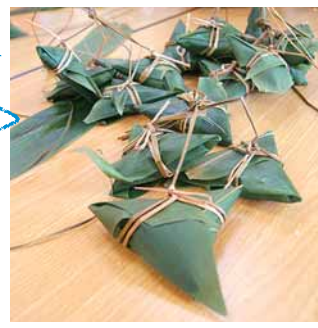
妊婦への感染を防ぐため 風しん予防接種費用を一部助成

関健康課 さい ☎39・7508

関長岡市に住民登録があり、検査の結果風しん抗体価が低い(HI法16倍以下)または陰性で、次のいずれかに該当する人
 ①妊娠を希望する女性(妊娠中は接種できません)
 ②妊娠を希望する女性の夫などの同居者
 ③風しん抗体価が低いまたは陰性の妊婦の夫などの同居者

※風しんの予防接種歴がある人、風しんにかかったことのある人は除きます
 対象接種期間=平成27年4月1日~平成28年3月31日
 助成額=麻しん・風しん混合ワクチン…6,000円
 風しん単独ワクチン…4,000円
 ※予防接種費用は医療機関により異なります。一旦全額お支払いください
 ※医療機関への予約は各自で行って下さい(接種できる医療機関は、市ホームページをご覧ください)
 手続きなど=接種後、平成28年3月31日までに必要書類を添えて健康課、各支所市民生活課へ申請してください

関保険証または運転免許証、印鑑、抗体検査の結果、予防接種済証明書、領収書、振込先の通帳(③の対象者は母子手帳、妊婦の抗体検査結果も)
 ★風しん抗体検査は県が無料で実施しています
 関指定の医療機関 関妊娠を希望する女性および同居の家族など(検査を受けたことのある人、予防接種歴のある人、風しんにかかったことのある人は除く)
 ※詳しくは県ホームページをご覧ください
 関県健康対策課 ☎025・280・5200



ちまきづくりでは笹の包み方や結び方を学びます。

4 家族で守ろうパパの健康
 時6月21日(日)午前11時~午後3時30分 場リバーサイド千

秋 関血圧測定、体組成測定、体力チェック、簡易血糖検査など ¥1000円

5 こころの相談会
 「夜眠れない」「気持ち沈む」「お酒の量が増えた」などは心の疲れのサインかも。早めにご相談ください。
 時①6月24日(水)②7月1日(水)午後2時~4時 場さいわいプラザ 相談者 臨床心理士 定2人(先着) 甲①6月19日(金)②26日(金)まで

6 骨美人教室
 時6月24日(水)、7月10日(金)午後9時30分~11時30分 場さいわいプラザ 関骨密度測定、栄養指導、運動指導 関30歳~70歳の女性 定30人(先着) 甲6月12日(金)から各開催日の3日前までに健診専用番号 ☎32・50000へ

子ども家庭課 さい ☎39・2300
 1 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。
 時・場①7月10日(金)午後6時45分~8時45分:さいわいプラザ②7月16日(水)午前10時~



2 パパママと赤ちゃんの集い「パパも聞いてよ、遊んでよ」
 時7月11日(土)午前10時~正午 場さいわいプラザ 関赤ちゃんへの言葉掛けや遊び方、グループトーク 関保育士 関乳児と親、妊婦 定25組(先着) 甲6月11日(木)から母子保健推進員協議会事務局(子ども家庭課内)へ

3 6月は環境月間
 地球温暖化防止の取り組みにご協力をお願いします。

★エコドライブ
 車を運転するときには穏やかな発進やアイドリングストップなどを心がけましょう。
 ★6月22日(月)~7月7日(火)はライトダウンキャンペーン
 6月22日、7月7日午後8時~10時は公共施設などの照明も消灯します。家庭でも明りを消して、夏至と七夕の夜を過ごしてみませんか。
 関環境政策課 ☎24・0528

4 電気の上手な使い方
 時6月25日(木)午後2時~3時30分 場まちなかキャンパス

●税理士無料相談(要予約)
 関6月17日(水)、7月1日(水)午前9時30分~正午 場・甲 税理士会長岡支部(三和3) ☎33・8080 担当 市民税課 [ア] ☎39・2212



▲長岡警察署警部補・和田さん

●水害時の消毒薬の配布
 水害時の感染症防止のため、被害を受けた住宅の所有者に、町内会を通じて消毒薬を配布します。希望者は町内会長へご連絡ください。

消毒薬	用途
消石灰 (20kg入り)	床下用、屋外用(屋敷周りなど)
逆性石鹼液 (600ml)	屋内用(床、壁、家具など)

●多重債務問題相談日
 弁護士・司法書士が相談に応じます(要予約)。
 時6月17日(水)・24日(水)、7月1日(水)・8日(水)午後1時30分~4時 場・甲消費生活センター[市] ☎32・0082

●女性のための防犯講習会
 時6月21日(日)午後3時~4時30分 関身の守り方の実技・講習 関長岡警察署 関中学生以上の女性 定30人(先着) 甲・場南部体育館 ☎39・3600

つま先引きつり、かまきり、突然の危険な場所などをお教えします。家族や友だちを誘って参加してください。

◆図や表などの略字の見方は14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
 大平=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ



●知って得する介護研修会

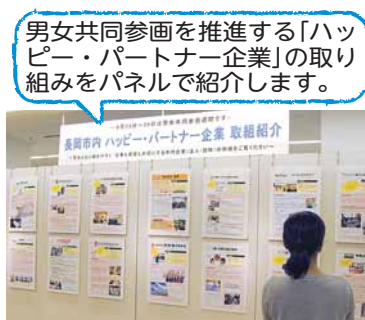
- ①口腔ケアのあれこれ
 時7月8日(水)午前10時～午後0時30分 場山古志地域福祉センターなごみ苑
- ②介護保険の手続きとお金
 時7月10日(金)午後1時30分～3時30分 場みしまコミュニティセンター
- ③介護のコツ
 時7月24日(金)午前10時～正午 場越路総合福祉センター
- ④おむつのあて方、選び方
 時7月28日(火)午前10時～午後0時30分 場青葉台コミュニティセンター

①～④いずれも 講社会福祉協議会介護職員など 対象者で介護をしている人など 定各16人先着 甲6月10日(水)から
 ①山古志支所市民生活課 59・2333 ②三島支所市民生活課 42・2246 ③越路支所市民生活課 92・5906
 ④長寿はつらつ課 さい 39・2268へ

●6月23日～29日は男女共同参画週間

キャッチフレーズは「地域力×女性力＝無限大の未来」。期間中は市内企業のワーク・ライフ・バランス推進の取り組み、ウィルながおかの活動

紹介などを展示します。時6月20日(土)～29日(月) 場アオーレ長岡 男女共同参画推進室 南セ 39・2746



●出前ウィルながおか相談室をご利用ください

夫婦間の悩みなどを女性相談員と一緒に考えます。時・場①6月11日(木)、7月9日(木)：栃尾保健福祉センター ②6月16日(火)：与板保健セン

住みよい環境をみんなで守ろう

環境業務課 ☎24・2837、各支所市民生活課

●ごみのポイ捨て、不法投棄をなくそう

空き缶やたばこの吸い殻などを公共の場所や他人の土地に捨てる行為は犯罪です。長岡市生活環境の保全及び美化に関する条例により、守らないと過料(5万円以下)を科することがあります。

不法投棄は法律により、5年以下の懲役もしくは1千万円(法人は3億円)以下の罰金が定められています。パトロールを実施し、不法投棄を発見した場合は警察署と連携して対応します。

●空き地の所有(管理)者は定期的に除草・清掃を

空き地に雑草が生えると、蚊やハエが発生したりごみのポイ捨て場所になったりして、周辺のみなさんに大変な迷惑を掛けます。所有(管理)者は土地の状態を常に把握し、適正に管理してください。

●道路上に張り出している樹木は伐採してください

道路や歩道への倒木や枝の張り出しは、通行の支障となるだけでなく、歩行者や通行車両の事故につながる恐れがあります。所有者はしっかりと管理し、伐採、枝払いなどの対応をお願いします。



▲樹木で通行できない車道

環境業務課 ☎39・2232

地元で使おう！ お得な券で、お買い物

10%お得な長岡市プレミアム付商品券を発行

1,000円商品券を11枚つづりにしたセットを1万円で販売します(使用できる店舗は6月下旬の新聞折り込みチラシをご覧ください)。
 販売日時=7月3日(金)からの午前10時～午後5時(無くなり次第終了)
 販売場所=長岡商工会議所、各商工会(栃尾は谷内よってげ場)、宮内コミュニティセンター、イトーヨーカドー丸大長岡店、CoCoLo長岡、イオン長岡店、アピタ長岡店
 購入限度額=1人5万円(5セット)
 発行総額=22億円(20万セット)
 使用期限=12月31日(木)まで
 長岡市共通商品券協同組合(長岡市共通商品券協同組合) ☎86・7107 担当=商業振興課(大平) ☎39・2228



7月3日(金)スタート 発行記念イベント

- ①シールラリー
 11地域で商品券を使ってマスコットキャラクターのシールを集めると、抽選で地域の特産品などの景品をプレゼントします。時9月30日(水)まで 場同商品券実行委員会
- ②中心商店街合同 夏のガラぼんまつり
 時7月27日(月)まで 場長岡市商店街振興組合連合会 ☎32・7002
- ③夏の抽選売り出しナイトバザール
 時8月12日(水)まで 場宮内商店街 ☎32・3136
- ④あぶらげんしんキラキラ七夕抽選会&とちおスタンプ1冊800円セール
 時8月10日(月)まで 場栃尾商工会 ☎52・4191
- ⑤スタンプ2倍セール
 時8月31日(月)まで 場二和スタンプ会 ☎47・0315
- ⑥川口地域限定「プラスワン宝くじ」
 時12月31日(木)まで 場川口町商工会 ☎89・2213
- ⑦山古志特産品プレゼントキャンペーン
 時12月31日(木)まで 場山古志商工会 ☎59・2151
- ⑧抽選会
 時12月31日(木)まで 場越路町ほたるカード会 ☎92・2247

児童1人に5,000円の子育て応援券を配付

使用できる店舗はプレミアム付商品券と同じです。
 ①平成27年5月分の子育て手当受給者で平成25年中の所得が児童手当の所得制限限度額未満の人
 ②①に該当しない人のうち平成27年6月分の子育て手当受給者で平成26年中の所得が児童手当の所得制限限度額未満の人
 配付時期=①7月2日(木)から②10月ごろから順次郵送 ※公務員は、子育て世帯臨時特例給付金の申請に添付

する児童手当受給状況証明を確認後、10月ごろから順次郵送(申請書は勤務先から送付されます)
 発行額=対象児童1人につき5,000円
 使用期限=12月31日(木)まで
 場保育課 さい ☎39・2219

子育て世帯には臨時特例給付金もあるよ。詳しくは32ページを見てね!



◀みしまる太くん

時平日午前9時30分～午後4時30分 甲長岡パルソナル・サポーターセンター ☎89・8263 担当生活支援課(アオ) ☎39・2338

た生計を営み償還能力がある限度額(一般住宅80万円、共同住宅など150万円) 利率年2.0% 返済融資を受けた翌月から36か月以内融資時期(工事完了後) 甲市内の取扱金融機関 場下水道課(アオ) ☎39・2235

下水道が使用できる地域では水洗トイレに改造することが義務付けられています。工事に当たっては、水洗便所改造など工事資金融資制度が利用できます。
 排水設備やトイレの水洗化工事(し尿浄化槽の廃止も含む)をする人で、次の全てを満たす人①建物の所有者またはその同意を得ている借家人など②下水道事業受益者負担金、農業集落排水事業受益者負担金、市税、国民健康保険料を滞納していない③独立し

住宅地などで農業を使う際には、注意を
 農業は、飛散すると周囲の住民の生活環境や健康に悪影響を及ぼす恐れがあります。庭の草木や芝、家庭菜園などに使う場合は十分に注意してください。
 ①定期的な散布はやめ、せんだや害虫の捕殺に切り替える
 ②塗布、樹幹注入や粒剤など、飛散の少ない農薬を使う
 ③散布区域は最小限にする
 ④風の強い日は避け、風向き

生活に困ったら、まずはご相談ください
 経済的に厳しい、就職ができないなどの問題を一緒に考え、解決への糸口をアドバイス。関係機関にも同行し、自立に向けた支援を行います。

基礎講習会
 時7月11日(土)午後1時～5時 対15歳以上 ¥1,500円
 資格継続講習会
 時7月12日(日)午前9時30分～午後1時30分 対平成24年7月以降に救急員の資格を取得し、2年以上経過した人 ¥800円 場82円切手を貼った返信用封筒

①基礎講習会
 時7月11日(土)午後1時～5時 対15歳以上 ¥1,500円
 ②資格継続講習会
 時7月12日(日)午前9時30分～午後1時30分 対平成24年7月以降に救急員の資格を取得し、2年以上経過した人 ¥800円 場82円切手を貼った返信用封筒

①甲種防火管理新規講習会
 時6月24日(水)・25日(木)午前10時～午後4時50分(25日は午後4時まで) ¥3,560円
 ②防災管理新規講習会
 時6月26日(金)午前10時30分～午後4時20分 ¥2,375円

①いずれも 場消防本部 定130人先着 甲6月8日(月)～17日(水)に6カ月以内に撮った証明写真(縦4cm×横3cm)1枚を添えて、消防本部予防課 ☎35・2190、各消防署・出張所へ

納期限は6月30日(火)です

- 市・県民税 (1期)
- 下水道事業受益者負担金 (1期)
- 介護保険料 (3期)

急患診療のお知らせ

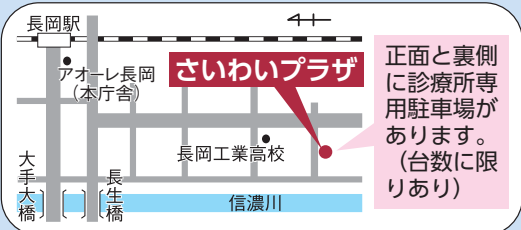
診療時間外や休日に具合が悪くなったときにご利用ください。受診の際は、必ず保険証と医療費助成の受給者証(ある人)を持参してください。

- 風邪や腹痛などの比較的軽症な救急患者 → ①～⑤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 → ⑥を受診してください

施設名	診療科目	受付時間
① 休日・夜間急患診療所 ☎37・1199 FAX35・8266	内科	月～金曜日(祝休日は除く) 午後6時45分～9時30分
	内科 小児科 外科	日曜日・祝休日 午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
② 休日急患歯科診療所 ☎33・9644	歯科	日曜日・祝休日 午前9時～11時30分 午後1時～3時30分
③ 中越こども急患センター ☎86・5099 FAX94・4655	小児科	月～土曜日(祝休日は除く) 午後6時45分～9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。



施設名	診療科目	受付時間
④ 小児診療所 ☎95・2010 (小国町橋沢88)	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

⑤ 休日在宅当番医(見附・中之島地区)

受付時間=午前9時～11時30分、午後1時～4時30分

期日	内科	外科
6月	7日(日) 石川医院 ☎66・2140	貝瀬皮膚科 ☎66・8100
	14日(日) 林俊吉クリニック ☎66・3000	中之島クリニック ☎61・2551
	21日(日) 内島医院 ☎66・2446	見附南医院 ☎63・4477
	28日(日) 田崎医院 ☎62・1122	寺師医院 ☎62・0137
7月	5日(日) 星野医院 ☎62・0998	金井医院 ☎62・0116

⑥ 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

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

今なら間に合う 秋の収穫

ー 菜園利用者募集 ー

■来年3月まで ■場希望が丘2・3丁目付近 ■市内在住者 ■定15区画(先着)(1区画20㎡、1世帯1区画) ■年2,000円 ■甲生涯学習文化課☎32・5110



▲旧寺泊線鉄道敷を活用した「菜園きぼう」

運営補助 中学生以上 甲 8月14日(金)までに福祉課☎39・2343、FAX39・2256、Eメール fukushika@city.nagaoka.jp
●夏季のプールアルバイト
①和島B&G海洋センター
②悠久山プール 雇用期間 7月1日(水)～9月6日(日) 7月4日(土)～9月13日(日) 仕事監視、清掃など 対18歳以上 ②高校生以上で泳げる健康な人 定10人(6月20日(土)～23日(火)のいずれかで面接)

●長岡市環境審議会委員
環境基本計画など環境保全の基本的事項を審議します。2人程度(委員は全15人) 任期 7月25日～平成29年7月24日 選考方法 小論文(応募の動機、環境について)、面接 甲 6月24日(水)までに環境政策課☎24・0528、各支所、市ホームページにある申込書で
●地球市民の会
イベントやボランティア活動を通して国際理解を深める会です。いろいろな国の人と交流したい人はぜひご登録ください。会員にはイベントのお知らせを送ります。 甲 国際交流センター「地球広場」市セ ☎39・2714

●ふれ愛コンサート「ながおかボランティア」
時 9月20日(日) 場 アオーレ長岡 内 来場者誘導、ステージ

総合窓口からのお知らせ

●実地調査にご協力を
固定資産(償却資産)の適

【開設時間】 平日…午前8時30分～午後8時
土・日・祝日…午前9時～午後5時
6月6日(土)・7日(日)、7月4日(土)・5日(日)は、電算システムのデータ更新のため、戸籍・住民異動届出などに関する手続きで正式な処理が翌日以降になることがあります。印鑑登録は取り扱いできません。

◆図や表などの略字の見方は14ページ
◆図どなたでも、図特になし、無料、国不要(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
アオーレ長岡 市セ=市民センター
内大=大手通庁舎 さいわいプラザ

手続き・制度

●児童手当を受けている人は現況届の提出を

現況届は、児童手当を受けている人が引き続き受けられるかどうかを確認するためのものです。対象者には6月中旬に現況届を郵送しますので、忘れずに提出してください。届出期間 6月15日(月)～30日(火) [平成27年度の支給日] 6月15日、10月15日(木)、来月2月15日(月)に、それぞれ2～5月分、6～9月分、10～来月1月分を、指定の口座に振り込みます。 甲 保育課☎39・2219

●住居表示実施地区に建物を建てる際は届出が必要
地番(○番地○)ではなく住居番号(○番○号)が住所や所在地になる長岡、栃尾、与板地域の一部では、建物(倉庫、看板などを除く)を建てる際に届け出が必要で、転居の手続きに必要な住居表示実施通知書と表示プレートを交付します。
●介護保険施設・ショートステイ利用時の居住費・食費などの軽減制度が変わります
8月以降の介護保険負担限度額認定(ピンク色の受給者証)から条件が変わります。更新申請の対象者にはお知らせを送付しました(更新期限は6月24日(水)まで)。 甲 世帯全員(世帯分離をした配偶者含む)が市民税非課税で預貯金などが単身1,000万円以下、夫婦2,000万円以下の人 甲 申請書、同意書、本人と配偶者の預貯金などの額を証明する書類を福祉窓口アオーレ、各支所市民生活課へ郵送、持参 甲 介護保険課アオーレ☎39・2245

忘れずに申請を 2つの給付金

昨年からの主な変更点

どちらの要件にも該当する人は、2つの給付金を受け取ることができます

子育て世帯臨時特例給付金

対象となる可能性のある人へ、6月中旬に児童手当の現況届と併せて申請書を郵送します。 ※公務員には勤務先から申請書が送付されます

●次の全てを満たす人
①平成27年6月分の児童手当受給者
②平成26年中の所得が児童手当の所得制限限度額未満

給付額=対象児童1人につき3,000円
甲 6月30日(火)までに申請書を児童手当の現況届と併せて保育課へ郵送
甲 保育課☎39・2219、各支所市民生活課

臨時福祉給付金

詳しくは市政だより8月号でお知らせします。
甲 福祉総務課臨時福祉給付金班 ☎39・2992

募集

●出前子育て講座を聞きませんか
職場内研修などに活用してください。
甲 8月～来月2月 甲 怒らない子育て方法など 定3社(選考あり) 甲 7月17日(金)までに子ども家庭センター☎36・3790へ



子育て世代だけでなく、孫育てや職場内のコミュニケーションを深めることにも効果的です。

●姉妹都市ホノルル青少年受入れホストファミリー
時 8月2日(日)～3日(月) 内集 合場所への送迎、寝食のお世話(2日はホノルルの生徒と自由行動、夜は訪問団と一緒に花火観覧) 定10家族 甲

●外国語指導助手(ALT)
定4人 雇用期間 8月1日～来月3月31日(勤務実績により更新あり) 仕事 小・中学校での英語指導の補助、市主催の英語セミナーの補助など 甲 次の全てを満たす人 ①英語を母国語または公用語とする国の出身 ②日常生活に支障がない程度の日本語力がある ③日本の普通自動車運転免許があり、日常的に運転をしている 報酬 月額30万円 勤務日 平日 勤務時間 午前8時30分～午後4時30分(休憩1時間) 試験日 6月30日(火) 試験会場 さいわいプラザ 選考方法 書類審査、面接 甲 6月19日(金)までに学校教育課☎39・2249にある申込書で
●ふれ愛コンサート「ながおかボランティア」
時 9月20日(日) 場 アオーレ長岡 内 来場者誘導、ステージ



みんなのひろば

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。

◆原稿締め切り…8月号は6月25日(必着)、9月号は7月31日(必着)。開催日や申し込み締め切りが【8月号】8月3日(月)、【9月号】9月10日(休)以降のものに限りません。
◆提出先…〒940-8501 広報課へ郵送、持参、FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jp

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(新聞など)
④政治・宗教・営利を目的とする(準ずるものを含む)
応募多数の場合、掲載できないことがあります。会員募集につながるものは原則として掲載後1年間再度掲載しません。
☎広報課 39・2202

催し

友連作りができるパソコン教室
6月15日(土)8月17日の毎週月曜日午前9時～正午、6月16日(日)8月18日の毎週火曜日午後1時30分～4時30分(7月20日・21日、8月3日・4日を除く各計8回) 場シテイホール301ナイチヨ(城内町3) 内
フリード 対60歳以上 定各15人 先着 ¥1時間約833円(計2万円) 申NPOひとのWA づくり ☎34・2480
シルバー人材センターの催し
①にこにこソング
「簡単布小物、小さな木工」
6月18日(木) ¥500円
②陶芸教室「ランプシェード」
7月4日(土) ¥1,500円
③いづれも 時間11時～10時 正午 定10人先着(保育あり)

要予約) 場・申①6月16日(日)7月4日(土)までに同センター(台町2) ☎35・2380へ
手作りパン教室
6月19日(金)・26日(金)、7月3日(金)午前9時30分～午後1時(計3回) 定12人先着 ¥6,000円 場・申長岡友の会(稲葉町)・小林さん ☎24・6169
ドキュメンタリー映画「かみさまとのやくそく」上映会と子宝支援総合研究所・世野尾麻紗子さん講演会
胎児記憶やインナーチャイルドがテーマです。
6月20日(土)午前10時30分～午後4時30分 場ハイブ長岡 定100人先着 ¥3,000円 申同実行委員会・瀧澤さん ☎090・7833・3715
「素直な心について」勉強会
6月20日(土)午後1時～3時

打刃物とあかり
①与板打刃物まつり
6月20日(土)・21日(日)午前9時～午後5時 内打刃物展示・体験など 岡与板刃物工芸館・川野さん ☎72・2619
②キャンドルナイト@与板
6月21日(日)正午～午後9時 内キャンドル演出、フリーマーケットなど 岡同実行委員会・高橋さん ☎080・5171・0964
③いづれも 場明元寺・与板刃物工芸館(与板町与板)など
いきいき子育てセミナー「義父母とのかわりどろどろ」
6月21日(日)午前10時～11時30分 場宮内コミュニティセンター 1 講倫理研究所・池田久子さん 定20人先着(保育あり。要予約) ¥300円 申家庭倫

打ち物とあかり
①とらふのふりかき
6月20日(土)午後1時30分～3時30分 場県立近代美術館 ¥500円 場・申6月16日(火)までに長岡中央青果(新産1) ☎46・7317へ
朗読のつどい
6月20日(土)午後1時30分～3時30分 場県立近代美術館 ¥500円 場・申朗読「泉」・高橋さん ☎090・5589・5694
朗読のつどい
6月21日(日)午後1時30分～3時30分 場県立近代美術館 ¥500円 場・申朗読「泉」・高橋さん ☎090・5589・5694
打ち物とあかり
①とらふのふりかき
6月20日(土)午後1時30分～3時30分 場県立近代美術館 ¥500円 場・申6月16日(火)までに長岡中央青果(新産1) ☎46・7317へ
朗読のつどい
6月20日(土)午後1時30分～3時30分 場県立近代美術館 ¥500円 場・申朗読「泉」・高橋さん ☎090・5589・5694

まち探見録
「陽がよこがぶ発酵の話」
6月23日(火)午後1時30分～3時 場まちなかキャンパス長岡 講たちは本舗ほか 定30人先着 ¥1,500円 申NPO法人まちなか考房 ☎36・3240
シニアパソコン教室
6月23日(火)8月25日の毎週火曜日午前9時～正午、6月24日(日)8月26日の毎週水曜日午後1時30分～4時30分(各計10回)

場日時、期日 場場所、会場 内容 講師 対象、資格 定員、募集人数 料金、会費、受講料 (記載がないものは無料) 持ち物 問い合わせ 申し込み (記載がないものは直接会場へ)

みんなのひろば

アドラー心理学ミニ講座
7月11日(土)午後1時30分～4時30分 場サンライフ長岡 内
勇気づけを学ぶ講演など 講日本支援助言士協会代表・鶴田恵美子さん ¥3,000円 申長岡楽しく学ぶ会・五十嵐さん ☎63・4266
ものづくりの街 長岡のルーツを探って「脇野町のこぎりその起り」と展開
7月12日(日)午後1時30分～4時30分 集合11時 会場前 定30人先着 ¥65歳以上300円、高校生以上400円、小・中学生200円 申7月1日(水)までにながおか史遊会・湯本さん ☎070・6571・0686
社交ダンスパーティー
6月27日(土)午後6時30分～8時45分 場南部体育館 ¥500円 場・申宮内ソシアルダンスクラブ・西山さん ☎090・2202・1327
市民健康社交ダンスパーティー
6月28日(日)午後2時～4時30分 場南部体育館 ¥500円 場・申ながおか健康社交ダンスの会・若月さん ☎33・7416
百名山、霧ヶ峰募集登山
7月25日(土)・26日(日)(1泊2日) 定40人先着 ¥16,000円 申7月8日(水)までに長岡労働者山岳会・高坂さん ☎090・5516・2706へ
トレイルランナーズカップ
7月5日(日)午前11時～午後1

場国宮越後丘陵公園 対3歳以上(未就学児は要伴走) ¥小学生以下1,000円、中学生以上3,000円(当日500円増) 場トレイルランナーズ・松永さん ☎66・7991
会員募集
パレット教室
6月20日(土)・27日(土)午後1時30分～2時15分 場中之島体育館 ¥1回500円 場サークルS・酒井さん ☎86・0143
ダンスクラブスイート(社交ダンス初心者)
7月7日(土)9月29日の毎週火曜日午後7時15分～7時40分、午後8時～8時40分 場新町コミュニティセンター 定各20人先着 ¥各3,600円 申川崎さん ☎32・8480
又ンチャク音響機とフリース
毎日午前6時30分～7時 場明治公園(坂之上町3) 場又ンチャク音響機宗家・樋口さん ☎090・2881・1660
長岡西部剣道教室
毎週水曜日午後7時～9時 場希望が丘小学校 内小・中学生 ¥年7,000円 申桑原さん ☎090・7226・5666
四郎丸サッカースクール
毎週土曜日午後5時～6時45分 場四郎丸小学校 対小学生 ¥月1,000円 申武田さん ☎090・4920・0418
川崎東ミニバスケットボール男子
毎週土・日曜日午前9時～午

後1時、水曜日午後7時～9時(不定期)、第1・3・5金曜日午後7時～9時 場川崎東小学校など 対小学生男子 ¥登録料2,500円、6カ月5,000円 場山下さん ☎090・7731・7788
長岡スクエアフェニックス(スクエアダンス)
毎週月曜日午後7時30分～9時30分、毎週火曜日午前10時～正午(7月第1・2月曜日・火曜日は無料体験) 場川崎コミュニティセンター分館 ¥月1,500円、入会金1,000円 申北村さん ☎090・8007・1080
健康
精神に障害を持つ人の家族への相談
6月10日(水)・24日(水)、7月8日(水)・22日(水)午前10時～正午 場市民センター 場NPO法人希望の会福祉会・森田さん ☎9275
がんに関する市民公開講座
子宮頸がん撲滅に向けて
6月16日(火)午後5時30分～7時 場新潟大学大学院助教・工藤梨沙さん 場・申長岡中央総合病院 ☎35・3700
発達障害児のための「コミュニケーション」の育て方講演会
6月21日(日)午後1時～4時 場中央図書館 場コロナ発達療育センター・大塚貴実子さん 定120人先着 ¥2,000円 場コロナを学ぶ会・高橋さ

理の会長岡市・金子さん ☎27・4788
中越シンフォニックウィンドオーケストラ演奏会
6月21日(日)午後1時30分～3時30分 場リリックホール 内メインストリートで、エルザの大聖堂への行列など 場西山さん ☎080・5679・9858
わたしを大切に生きるためにアサーティブ(自己表現)トレーニング
6月21日(日)・28日(日)、7月5日(日)・12日(日)、8月23日(日)・30日(日)、9月6日(日)・13日(日)午後1時30分～3時30分(計8回) 場中央図書館 場フェミニストカウンセラー・荻野茂子さん 対女性 定15人先着 ¥4,000円 申NPO法人女のスペース・ながおか ☎38・0457
はまなすウインドアンサンブルはまがせコンサート
6月21日(日)午後2時～3時30分 場寺泊文化センター 内パケットウザフェューチャーなど 場高山さん ☎090・2462・8767
まち探見録
「陽がよこがぶ発酵の話」
6月23日(火)午後1時30分～3時 場まちなかキャンパス長岡 講たちは本舗ほか 定30人先着 ¥1,500円 申NPO法人まちなか考房 ☎36・3240
シニアパソコン教室
6月23日(火)8月25日の毎週火曜日午前9時～正午、6月24日(日)8月26日の毎週水曜日午後1時30分～4時30分(各計10回)

てんかん公開講座
「てんかん治療の最新情報」
6月27日(土)午後2時～3時30分 場まちなかキャンパス長岡 場新潟中央病院・増田浩さんほか 場波の会新潟支部・矢部さん ☎0256・73・4308
無料介護講座
内・申▽総合習得コース：7月7日(火)・15日(水)・21日(火)・22日(水)・23日(木)・27日(月)午前10時～午後4時(計6回)▽介護技術習得コース：8月26日(水)・28日(金)(計3回) 場ハイブ長岡 定各30人先着 申新潟県社会福祉協議会介護実習・普及センター ☎025・281・5525
ひきこもり一人で悩まないで
内・申①家族サークル：毎月第1日曜日・第3木曜日午後1時～4時30分②当事者の居場所：毎月第1木曜日・第3火曜日午後1時～3時 場市民センター ¥①1回1,000円 場「ひきこもる」子どもの親の「くるみの会」・島崎さん ☎090・2974・0815
銃砲刀剣類登録審査会
6月18日(木)午前10時～正午、午後1時～2時30分 場県長岡地域振興局 ¥1件6,300円

場日時、期日 場場所、会場 内容 講師 対象、資格 定員、募集人数 料金、会費、受講料 (記載がないものは無料) 持ち物 問い合わせ 申し込み (記載がないものは直接会場へ)

催し

スポーツ

健康

暮らし

手続き・制度

募集

みんなのひろば

催し

スポーツ

健康

暮らし

手続き・制度

募集

みんなのひろば

幻想的な癒やしの光

関越路ホテルまつり実行委員会事務局（越路支所産業建設課内） ☎92・5903



越路ホテルまつり

無数のホテルが飛び交う中、光と音の共演をお楽しみください。

時 6月20日(土)午後4時30分～9時

場 塚山南部地域体育センター、牛の首地区など

内容=コーラス、ミュージックベルを聴きながらホテル観賞、ステージイベント、出店コーナー、おにぎりプレゼント（先着500人）など



ホテルファンタジー 「ミステリーツアー」

行き先は当日までのお楽しみ。越路地域の穴場ホテルスポットへご案内します。

時 6月23日(火)～27日(土)・29日(月)午後7時15分～9時45分

集合=アオーレ長岡、シビックコア地区駐車場、越路支所

内容=ホテル生息地のガイド・観賞

定員=各20人(先着)

¥500円（小学生以下は250円、保護者同伴）

申し込み=6月8日(月)～16日(火)

ホテルの見頃は6月中旬～7月上旬。ホテルまつりの時期が一番の見頃です。光り方は種類によって違い、ゲンジボタル（写真）は長め、ヘイケボタルは短め。探して見比べてみてください。詳しくは「昔ばなしとほたるの館（塚山活性化センター）」へどうぞ。



輝き人

守る・創る
長岡の宝

vol.05

越路ホテルの会
会長 丸山喜代次さん

次世代に伝えたい地域の光

子どもの頃はどこにでもホテルがたくさんいました。家の中にも入ってきて、一緒に寝たことは幸せな思い出です。あのやさしい光には本当に癒やされます。どんどん減っていくホテルを守りたいと思い、約30年前から昔のような自然環境を取り戻す活動をしています。

小・中学校と連携し、総合学習でホテルを飼育・観察して生息地に帰すことなども続けてきました。とても一生懸命に取り組んでくれるので、私たちも元気とやる気もらっています。未来を担う子どもたちが、ホテルと共に生きるふるさとを自慢できるように、これからも地域を挙げて豊かな自然を守り続けたいです。



越路 ホテルの里

ホテルが舞う自然豊かな里山を守ろうと、8つの地区と小・中学校、J A、地元企業でつくる越路ホテルの会が環境整備を続けてきました。定点観測を始めた15年前から、生息数は着実に増えています。



▲きれいな水が流れる自然環境が必要

「市政だより」にご意見をお寄せください



抽選で5人に、朝日酒造エントランスホールのSanDoコンサートペア鑑賞券をプレゼント。

対象=市内在住の人（1人1通まで） 応募方法=6月29日(月)（必着）までに、はがきに①郵便番号②住所③氏名④年代（30代など）⑤電話番号⑥市政について興味のあること⑦市政だより6月号の感想を記入し、〒940-8501（住所記入不要）広報課へ。FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jpも可。
※当選者の発表は発送（6月下旬）をもって代えさせていただきます

発行：長岡市 平成27年6月1日発行
〒940-8501新潟県長岡市大手通1-4-10 ☎0258・35・1122(代)
「ながおか市政だより」は市役所総合ガイド（アオーレ長岡東棟1階）、西・東サービスセンター、各支所で発行日から閲覧できます。
編集：広報課 ☎0258・39・2202/FAX0258・39・2272

人口と世帯（5月1日現在） ※（ ）内は前月比
人口/277,830人(+457) 世帯数/104,647世帯 (+542)
男/135,451人(+266) 女/142,379人(+191)

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

VEGETABLE OIL INK 植物油インキを使用しています