

／ つながる、ひろがる、新発見。 ／

ながあが

Nagaoka

川口温泉にも
みんな来てね



2016
9月号
市政だより

BBQ しよう!

雨でも平気！
👍

手探りでROKOROKO

みんなでワイワイ♪

中川清兵衛 生誕の地・与板に、ビール園

- p 2 | 平和の誓い、新たにケネディ駐日米国大使が長岡花火を観覧
- p 4 | 世界に飛び出せ！長岡みらいびと 学生が志を成すため留学 / 高校生がホノルルで英語研修 / 小学生が楽しみながら英語学習
- p 8 | トリアー市と姉妹都市締結10周年
- p 9 | 9月は高齢者見守り強化月間

10
も
16
見
ペ
ー
ね
ジ

与板★
中川清兵衛記念
BBQビール園
10月31日(月)まで営業中

スタンダードプラン (肉約350g) 3,000円	デラックスプラン (肉約470g) 4,000円
---------------------------------	--------------------------------

★ご予約はこちら
☎050・5835・0493
ホームページ▶

長岡市ウェブサイト
<http://www.city.nagaoka.niigata.jp>

長岡市Facebook
<https://www.facebook.com/city.nagaoka>





米百俵花火「尺玉100連発」
 沢田知可子さんの「空を見上げてごらん」の曲に乗せて
 約3分間、最大8カ所からの壮大な尺玉連発

今年も大迫力の長岡花火 2日間で102万人が感動
 長岡まつりの起源は戦災からの復興
 70年後の今も、同じ夜空を見上げ同じ想いに



長岡空襲の犠牲者を悼み献花



市長とケネディ大使と一緒に慰霊の花火「白菊」を観覧



長岡市から花火柄の柄尾の手まりをプレゼント



長岡市と米国フォートワース市の高校生と懇談



歌手・沢田知可子さん

「震災の復興支援から
 始まった10年来のご縁。
 長岡のみなさんとの想いが
 ひとつになって打ち上がり
 感無量です」

越後長岡応援団をはじめとした長岡ゆかりの各界著名人約100人も長岡まつりを訪れました。
 花火観覧のほかに、長岡空襲の殉難者を悼み献花に足を運んだり、馬高縄文館や長谷川邸などの市内施設を見学したり、市民と交流したりと、長岡の歴史・文化・地域資源などに触れました。その魅力と感動はインターネットなどを通じ、発信されています。

**長岡ゆかりの著名人も
 花火に感動！世界に発信！**

平和の誓い、新たに ケネディ大使 長岡花火を観覧

8月2日・3日、キャロライン・ケネディ駐日米国大使が長岡まつり開催に合わせ、長岡市を訪問しました。
 2日の大花火大会を観覧したケネディ大使は「私たちがあたたかく歓迎してください、この魔法のような平和、希望、そして友好の祝典を共有してください」と市長と長岡市民のみなさまに感謝しました。

**米国大使で初めて
 長岡空襲殉難者に
 献花**

3日は、アオーレ長岡に設けた長岡空襲殉難者を弔う献花台を訪れ、花輪を手向けました。

献花後、ケネディ大使は「命を失った方々を悼み、また再び平和に対する献身の気持ちを新たにしたい」と語りました。

アオーレでは、長岡市を訪問中の姉妹都市・米国フォートワース市と長岡市の高校生



歌手・平原綾香さん

**平原綾香さんは
 校歌を作詞・作曲した
 高等総合支援学校へ**

今年3月に高等総合支援学校の校歌「世界でたったひとつの絵」を作った越後長岡応援団の平原綾香さんは再び同校を訪問しました。

初めて目の前で全校生徒たちが歌う様子を見た平原さんは「感動しました。素晴らしい歌をありがとうございました」と涙を浮かべながら話していました。



元大相撲力士でホノルル市出身のKONISHIKIさん
 昨年8月のホノルル真珠湾での長岡花火打ち上げをご存じて献花に



長岡出身五輪競泳銀メダリスト・中村真衣さん



作家・林真理子さん



「よろろに剣心」漫画家・和月伸宏さん
 さんは地元長谷川邸での原画展でファンと交流も

と懇談も。学生からの「世界が融合していく中で大切なことは」との質問に、ケネディ大使は「互いの文化を大切に尊重することが大事」と答えていました。

ケネディ大使は、戦後70年の昨年8月15日、長岡市と姉妹都市・米国ホノルル市が共同で打ち上げた真珠湾の長岡花火をご存じて長岡市を訪問しました。長岡花火の観覧、空襲殉難者に献花していただいたことは、長岡花火に込められた想いを直接伝えることができた大変貴重な機会となりました。



長岡空襲殉難者への駐日米国大使の献花は初めて。駐日オーストラリア代理大使も献花

上記著名人のほか、加山雄三さん、森本千絵さん、中尾ミエさん、岡本真夜さん、新浪剛史さんなど30人の色紙です。時9月21日(水)まで(色紙入替)
 アオーレ長岡市民協働センター前 岡シティプロモーション課 ☎39・2361

長岡花火へのメッセージを展示します

世界に飛び出せ 長岡みらいびと



丸岡 陽さん (長岡技術科学大学修士2年)

ドイツで、地方都市のまちづくりを

ドイツのマグデブルク市にあるマグデブルク・シュテンダール応用科学大学に留学し、前後に長岡市役所でインターンをする予定です。進学で地方都市を転々とし、どの都市も困っている現状を目にし、救うことができないかと思っていました。その答えを海外のまちづくりから見出したいと応募しました。この研究を活かして将来は全国を飛び回り、地方都市の課題を解決できるような先生になりたいですし、そういう学生を育てる教育者になりたいです。

長岡市はアオーレ長岡をはじめ、まちなかが頑張っていますよね。長岡全体で活性化しようと頑張っているのも好きなところなんです。長岡に来ていろんなことを知ることができました。次は恩返しをしたいと思っています。

★派遣留学生の志

派遣留学生 10人 (長岡技術科学大学8人、長岡工業高等専門学校2人)

派遣国 メキシコ、スペイン、アメリカ、イギリス、ベトナムなど

派遣期間 2～6カ月間 (出発は9月以降順次)

研究内容 都市計画のルートと地方活性化、車椅子利用者の走行監視など



関 美沙紀さん (長岡技術科学大学修士1年)

ベトナムの大学と原子力研究所で、研究用原子炉を使って医療用放射性元素(体の中に放射性物質を入れて代謝や血流などがわかる検査方法・画像診断で使う元素・核医学検査薬)の製造実験と国産化に向けた研究をしています。東日本大震災以後、国内で実験ができない状況なので今回は貴重な機会です。先端の研究を体験することで、技術者としても成長し、将来、企業や国、長岡に貢献できるような人材になりたいと思っています。私の地元は山古志です。伝統がきちんと残っていて、後継者は少ないですが、しっかりと受け継ごうと意志のある人がいるのが誇れるところです。交流ではベトナムにはない雪と世界的に有名な錦鯉を広めてきたいと思っています。



ベトナムで、医療用放射線元素を



高橋 知也さん (長岡工業高等専門学校5年)

メキシコの日本企業に留学します。長岡に帰ってからも同企業でインターンの予定です。

長岡を起点に海外進出する企業に貢献するために、海外進出をしている企業から海外進出の経緯や、



メキシコで、海外進出のノウハウを

現地の労働者とうまく仕事を進めるコツを学びたいと思っています。自分も技術者として就職し、今回の経験を活かし、若者をはじめとする長岡の技術者を海外に派遣できる仕事に就きたいと思っています。

また、海外で刺激を受けて、新しいものをどんどん取り込んでいきたいと思える自分になりたいです。私の出身地・小国地域も世界とどこかでつながっている。そういうグローバルな視点をさらに培っていききたいと思います。

市は、長岡の未来をつくる若者の夢の実現を応援しています。その夢の実現や可能性を広げるためのきっかけづくりとして、世界に挑戦する若者を応援する事業があります。英語力をはじめとするコミュニケーション能力や、異なる文化・価値観を理解する力を身に付けるのはもちろん、さまざまな体験をすることで、生きるチカラへの糧や将来への志を持ってもらうことを目指しています ※今年度新たに取り組む3事業を紹介します

世界中の研究機関や企業で

1 学生が

志を成すため留学

「米百俵の精神を受け継ぐ」長岡グローバル人材育成事業 海外派遣留学生10人が決定

関政策企画課 ☎ 39・2204

学生は、留学前に、市内企業でインターシップを実施し、地域や企業の課題を整理。留学中は、専門知識の習得とともに課題解決に向けた調査を行います。また、長岡の文化・伝統、産業などを派遣先の国で広める「長岡交流大使」としても活動します。帰国後は、再度、市内企業でインターシップを実施。課題への解決事業の提案を行い、成果を来春開催する報告会で発表します。

海外派遣留学生壮行会で激励

派遣留学生、文部科学省担当課長、長岡米百俵グローバル人材育成事業実施協議会関係者などが出席し、交流大使の任命式、留学への心構えを学びました(7月27日、アオーレ長岡)



※トビタテ！留学JAPAN日本代表プログラム「地域人材コース」…文部科学省が、平成26年から始めた官民協働で取り組む海外留学支援制度。事業にかかる奨学金などは、地元企業などからの寄附金および独立行政法人日本学生支援機構の補助金により賄われる。今年3月、長岡市など産官学金で構成する協議会が提案した「『米百俵の精神を受け継ぐ』長岡グローバル人材育成事業」が長岡独自のプログラムとして採択されました

米百俵の精神人づくりはまちづくり 市内の産官学金が連携して支えます

- 株式会社北越銀行 / 株式会社大光銀行
- 日本精機株式会社 / アクシアルリテイリング株式会社
- 越後製菓株式会社 / 株式会社大原鉄工所
- ユニオンツール株式会社 / 上越工業株式会社
- エヌ・エス・エス株式会社
- 株式会社大菱計器製作所 / 日本容器工業長岡事業所



細貝 明日香さん (長岡大手高校2年)

経験は、私自身が変わる大きなきっかけに



今回の経験は私自身が変わる大きなきっかけになりました。現地の人や留学生と話をし国際系の仕事に就きたいと思い始めました。迷っていた進路も、親が進めていた短期留学も、自分からやってみようと思えるようになりました。多くのことを経験したおかげで本当にやりたいことが見つかり、同時に自分に足りないところも学びました。同じ悩みを持つ人はチャレンジしてみてください。参加してよかったと心から思えるはずですよ。

佐藤 葵さん (長岡工業高校2年)

積極的なコミュニケーションで新しい経験に



今回の研修で積極的にコミュニケーションがとれるようになりました。ホームステイではハワイの歴史の話を聞き、名所に連れて行ってもらいました。子どもたちは普段通りのスピードで話をするので聞き取るのが大変でした。ステープというアメリカの名前も付けてくれて別れるのがとても寂しかったです。高校の授業に参加してサッカーの話で盛り上がったことなど、たくさんの新しい経験ができました。



2 ホノルルの一般家庭や学校で 英語研修 高校生が

高校生英語研修inホノルル 市内高校生5人が体験



8月5日から8日間、市内の高校生5人がホノルル市を訪問しました。世界に視野を広げ、国際社会を舞台に活躍することを目指す若者が必要となるコミュニケーション能力、特に英語力を身に付けることが目的です。市が取り組むホノルル訪問事業として初めてホームステイを組み込み、特別英語授業や高校での授業体験など、より実践的な英語学習に臨みました。

国際交流課 ☎ 39・2207

①ホームステイ先の家族と。観光名所に行ったり、日常生活を体験したり、会話を楽しんだりしました ②日米協会名誉会長・長岡市国際親善名誉市民のエドウィン・ホーキンスさんによる英語レッスン。発音のコツをアドバイスしてもらいました ③真珠湾フォード島にある、戦後70年の昨年実施した「長岡ホノルル平和交流記念事業」の記念碑や、湾内に浮かぶアリゾナ記念館を慰霊の思いを込めて見学 ④現地コーディネーターとの会話の一つひとつも英会話上達の刺激になりました ⑤ハワイの演劇を鑑賞後にボランティア活動で掃除を体験 ⑥セントルイス高校を訪問。授業に参加したり、一緒に給食を食べたりしました。交流の記念に感謝状のプレゼントも

3 長岡の学校で 小学生が 楽しみながら英語学習

熱中!感動!英語教育 問 学校教育課 ☎ 39・2249

新町小学校5年生12人のクラブ



ゲームを交えてさまざまな色を英語で表現。「遊びながら覚えられて楽しい」「将来は英語の先生になりたい」とやる気満々でチャレンジしていました(7月21日)

ながおかキッズ英語クラブ 市内12小学校

小学5・6年生のクラブ活動にJTL(市が独自に雇用する日本人英語指導員)を派遣し、楽しみながら発展的・実践的な英語学習に取り組んでいます。児童の希望を聞きながら、英語でクッキング、英語版学校PRビデオ作成、自作の英語辞典作り、外来語カルタ遊びなど、各校で特色ある活動を行っています。JTLを派遣することで小学校教諭の英語指導力の向上も図ります。活動時間は各校とも年間10〜15時間程度。今後、実施校を増やしていく予定です。

※阪之上・新町・宮内・大島・才津・日越・関原・上川西・越路・越路西・脇野町・与板小の12校で133人が活動

NEXT ホノルルで 平和交流 4

★さあ、次は、君の出番だ!

戦跡の見学や国立墓地での献花、平和講話、文化体験、現地中学生との交流を通じて平和への理解を深めます。

期間 平成29年1月7日(土)〜14日(土) 対象 市内中学1年生(6回程度の事前研修に全て参加できる人)

定員 20人 費用 12万円 申込 10月6日(木)必着 までに市内中学校に配布または長岡市国際交流協会ホームページに掲載する応募書で申し込み

選考試験 10月15日(土)日本語と簡単な英語面接試験

問 国際協会 ☎ 39・2207

中学生海外体験 ホノルル訪問 参加生募集

お近くの高齢者に変わった様子はありませんか?

いつもと違うと感じたら、地域包括支援センターや民生委員にご相談ください。

チェック!

- 新聞や郵便物がたまっている
- 洗濯ものが干しっぱなしになっている
- 同じことを何度も尋ねたり、言ったりする
- 慣れた道で迷っている
- 見慣れない人が出入りしている
- 未開封の高額な商品が多数ある

私たちもシルバーささえ隊!

お店や事業所、市民団体などが見守っています!

神田米穀さん



配達の際に声掛けをしたり、変わった様子がないか気に掛けたりしています。ひとり暮らしの高齢者のお話を聞くだけでも安心してもらえるようです。ささえ隊の輪が広がることで、高齢者が安心して暮らせるまちになるといいですね。

日頃から地域のつながりを大切に
敬老の日がある9月は高齢者見守り強化月間です。ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯が増加する中、近所や町内などで、普段からのお付き合いや人間関係、絆を深めることが大切です。

地域で声を掛け合うなど温かい心で高齢者を見守り、支え合ひましょう。
1,800団体の輪 シルバーささえ隊
市は地域包括支援センター※や民生委員・児童委員などと共に、地域全体で高齢者を見守り、支え合つて暮らせる地

域づくりを進めています。「シルバーささえ隊」は、これに賛同し協力いただいているみなさんです。現在、約1,800の商店などに広がり、日頃のあいさつや、ちょっとした手助けなど、自分のできる範囲で活動しています。
問長寿はつらつ課 ☎39・2268

地域の心と目で支え合おう

9月は高齢者見守り強化月間



▲ささえ隊には看板とステッカーを配布

トラブルから守る!

●高齢者トラブル110番

高齢者を狙った悪質商法などの被害を防ぐための電話相談です。窓口相談もあります。

「『過去の投資被害を取り戻せる』と言われてお金を払ったら相手と連絡が取れなくなった」「『以前注文を頂いた健康食品をお送りします』と電話がきたが頼んだ覚えがない」などの相談が寄せられています。

時9月15日(木)・16日(金)午前9時～午後4時30分 相談電話☎32・0022 (消費生活センター)

●くらしの講座 「高齢者をねらった悪質商法と消費者トラブル」

時9月26日(月)午後2時～3時30分 場まちなかキャンパス長岡 講金融広報アドバイザー・武田昇さん 定30人(先着) 申消費生活センター ☎32・0082

●住宅火災から高齢者を守ろう

昨年は全国で905人が住宅火災で亡くなり、そのうち約7割が65歳以上の人です。

9月19日(祝)の敬老の日には、高齢者に住宅用火災警報器の設置・点検をプレゼントしましょう。設置できずにお困りのお宅には、消防職員が伺います。

問消防本部予防課 ☎35・2190

※地域包括支援センター…市が設置する高齢者支援の公的相談窓口です。市内11カ所にあり、常駐している保健・福祉の専門スタッフが相談に応じます



水泳で交流 (平成9年7月30日 長岡市)



書道で交流 (平成23年4月4日 長岡市)



バレーボールで交流 (平成13年8月8日 トリアー市)



トリアー市の青少年と交流 (平成23年7月21日 トリアー市)



合宿で青少年がスポーツと異文化の交流 (平成28年8月4日 トリアー市)

トリアー市と姉妹都市締結10周年 友好の絆 未来に続く



問国際交流課 ☎39・2207



トリアー市はこんな場所

人口約11万人。フランス国境にほど近い最西部に位置します。紀元前16年に都市が形成され、4世紀には「第2のローマ」といわれるまでに栄えました。まちにはローマ時代の城門や円形大闘技場などが残り、ユネスコの世界遺産に登録されています。ワインの生産地としても知られ、モーゼルワインを楽しむことができます。



ローマ時代の遺跡 ポルタ・ニグラ(黒い門)

長岡市とドイツ・トリアー市は平成18年4月に姉妹都市になって今年で10年です。同じく姉妹都市である米国・フォートワース市が、トリアー市とも姉妹都市であったことが縁で平成7年に友好都市を締結。平成18年の長岡市制100周年を機にさらに交流を発展させるため、姉妹都市の締結をしました。これまで青

10周年 記念事業

ようこそ! トリアー市のみなさん

トリアー市からライブ市長や高校生などが10月に長岡市を訪問します。

姉妹都市締結10周年記念コンサート

世界を舞台に活躍するトリアー市のテノール歌手トーマス・キースリングさんがミュージカル曲やポップス、オペラなどを歌います。また、長岡市出身のソプラノ歌手・鈴木愛美さんとのデュエットや長岡少年少女合唱団と一緒に日本の唱歌も披露します。

時10月7日(金)午後7時から 場ホテルニューオータニ長岡 曲目=夢破れて、ユー・レイズ・ミー・アップ、マイ・ウェイ、ふるさと、オペラ「椿姫」より乾杯の歌など 関6歳以上 定370人(先着) 無料(要入場整理券) 整理券配布開始日=9月12日(月) 整理券配布場所=市民センター、長岡市国際交流協会(国際交流課内)、文信堂書店(長岡駅ビル内) 問長岡市国際交流協会 ☎39・2207



▲トーマス・キースリングさん

米百俵まつりに

米百俵まつり(12ページ)の時代行列に参加するほか、記念花火の打ち上げを行い、10周年をお祝いします。

市民と交流

日本文化の体験や市内観光などで市民と交流します。

少年のスポーツ交流やホームステイをしながらの文化体験など総勢約770人が両市を行き来し、異文化理解と友情

を育んできました。今後も、青少年のスポーツ交流を中心に交流を続け、友好の絆を深めていきます。

※時・場などの略字の見方は12ページをご覧ください



地域のまきこ

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
(16人が登録しています)

暑い熱い夏の思い出

寺泊中央海水浴場で行ったビーチサッカー。青い空と海に囲まれて、砂浜を駆け回り熱戦を繰り広げました。(8月13日)
📷須川敏春さん



早起きしてヨーヨー

「早朝マラソン大会」に1000人が参加。まぶしい朝の光を浴びながら、午前6時30分に中之島コミュニティセンターを一齐にスタートしました。(8月6日)
📷高津敏さん



枝豆好きにはたまらない

品種が多く長い期間楽しめる長岡の枝豆をPRしようと若手農業者などが企画して「世界えだまめ早食い選手権」をアオーレ長岡で初開催。全国から700人を超える枝豆好きが参加申し込みし、抽選で選ばれた88人が枝豆をほおばり食べる早さを競いました。(8月21日)

想いを込めて石を積む

栃尾地域に伝わる、早くに亡くなった子どもの冥福を祈る民俗行事「石積み」。参加者は刈谷田川の河原で静かに石を積み上げていました。(8月7日) 📷高木秀俊さん



お魚、ゲット!

川口ヤナ場前の特設会場で川魚のつかみどりが行われ、多くの家族連れが挑戦しました。悪戦苦闘しながら、アユやニジマスなどを「取った!」。(8月7日) 📷横山真也さん



真夏の雪山登山

やまこしフェアで、アオーレ長岡に雪山が登場。真夏の雪に子どもたちは「冷たい」と言いながらも、大喜びで遊んでいました。(8月6日) 📷

今月の表紙

与板河川緑地たちばな公園に7月30日にオープンした与板★中川清兵衛記念BBQビール園。最高級グリルで焼く肉と旬の地元野菜を楽しみに、多くの人でにぎわっていました。(8月11日)



早く流れてこないかな

小国会館で「キッズフェスティバル」を行いました。工作や紙ひこうき飛ばし大会で汗をかいた後は、流しそうめんでおなかをいっぱいに。(8月7日) 📷栗原佳宏さん



伝統が回り、つなぐ

越路地域飯塚の伝統芸能「巫女爺人形操り巡回」。屋台の上で若衆が操る巫女爺と手踊りを披露して集落内をねり歩きました。(8月14日) 📷遠藤幸明さん

私のまちの人気者

ふるさとわしままつりの芸自慢大会。ダンスや手品などさまざまな芸が披露されると、子どもたちはステージに駆け寄って夢中になって見ていました。(8月15日) 📷土田千栄美さん



心の架け橋ワンツースリー

ドイツの高校生がスポーツ交流に三島体育センターを訪れ、子どもたちとバレーボールをしました。初めは緊張した様子もボールを打ち合っただけで仲良しに。(8月6日) 📷金山静夫さん



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 抽=抽選
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、定特になし、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
・HP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
天手=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

かわぐっち
今月のおしらせ隊員
川口地域はおいしいものがいっぱいある季節。13ページ、21ページを見てね。
かわぐっち
毎号、記事にまつわる話を長岡ゆかりのキャラクターや動物が紹介します。
今回は、川口地域のマスコットキャラクター「かわぐっち」。頭には魚野川のアユをイメージしたすてきな飾りを、おなかには魚沼産コシヒカリをまとった川の妖精です。

川口体験交流センターのある木沢集落の棚田
農の駅 あぐらって長岡(ふるさと体験農業センター)
024-53360

移住体験ツアー 越後長岡「くらしのクラス」@川口編
川口体験交流センターやまぼうしに宿泊し、山の暮らしを体験します。
9月24日(土)午後0時30分~25日(日)午後2時30分(1泊2日) 集合=アオーレ長岡 稲刈りや野菜の収穫体験など 定10人(先着) ¥8,000円
9月15日(木)までに山の暮らし再生機構 ☎30・1213へ 担当=地域振興戦略部(天手) ☎39・2515

シャキシャキの歯ごたえ、ドキドキの体験 大口れんこん収穫体験ツアー
9月24日(土)午前10時~午後2時 集合=JAにいがた南蒲上通支店大口れんこん集出荷場 収穫体験、れんこん料理の昼食、蓮の実アート体験など 対小学生以上 定25人(抽選)
小・中学生2,000円、高校生以上3,000円(お土産付き) 持汚れてもよい服装、着替え 9月14日(水)(必着)までに、はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入して〒954-0192(住所記入不要)中之島支所地域振興課(☎61・2010)へ

- 1 飾り巻き寿司(1人1枚) (四巻・だし巻卵)
9月30日(金)午前10時~正午 定20人(抽選) ¥1,500円
2 悠久まんじゅう(1人1個)
10月6日(木)午前9時~正午 定24人(抽選) ¥300円
3 豆腐つくし講座
10月7日(金)午前9時~正午 定12人(抽選) ¥300円

- 和島オートキャンプ場
10月1日(土)午前11時~2日(日)午後3時 対キャンプ用品の販売、木工・キャンプ用品体験、キャンピングカー内覧、アウトドアアクセサリー、特別価格でのキャンプサイト利用(定30組(先着)。1組4人程度) 9月10日(土)~23日(金) 料金は問い合わせください

アオーレ交流課(アオ) ☎39・2288
女川さんまつり
本場の女川さんまを食べ復興応援!
9月17日(土)午前10時~午後3時 場市民防災公園 内宮城原女川町のさんまの炭火焼き販売(無くなり次第終了)など 関NPO法人ながおか未来創造ネットワーク ☎39・2500

道院高原 ☎0120-330-773
道院いも祭
サツマイモを掘って、取れたてを食べます。
10月2日(日)午前11時~午後2時 定40人(先着) ¥1,000円(昼食・お土産代含む)
9月29日(木)まで

長岡の秋、実りの秋。
関農水産政策課(市セ) ☎39・2223
5 小国みんなの体験館出張教室 (午前11時30分から)
内こんにゃくのりの小国和紙小物づくり ¥200円から
6 陶芸で小物づくり (午前11時30分から) ¥300円
7 牧場トラクター展示
8 ロールにお絵描き
9 青空市
長岡産の農産物や加工品を販売します。
2 親子★農園体験ツアー参加者募集
長岡地域の農家のおかあちゃんグループ「ゆめ倶楽部」と一緒に、秋野菜の収穫体験をします。お昼は野菜たっぷりの手料理を囲んで交流会。料理のワンポイント講座もあります。収穫した野菜のお土産付きです。
10月23日(日)午前10時~午後2時 集合=千歳バスターミナル 対小学生以下の子どもと保護者 定15組(抽選) ¥保護者1,000円、子ども500円 持おにぎり、水筒、長靴、雨具、軍手 9月10日(月)まで
3 ながおか巾着まつり
普段は入れない市場で、取れたて新鮮な野菜を堪能できます。
9月18日(日)午前9時~午後2時 場長岡中央青果市場(新産1) 内セリ体験、即売、おもしろ釣り大会、野菜の詰め放題など

10/8(土)
長岡の精神を次世代へ伝える 米百俵まつり
関同実行委員会事務局(まつり振興課(天手内)) ☎39・2221
時午前11時30分~午後5時 場大手通り周辺
1 越後長岡時代行列
戊辰戦争で長岡藩の隊編成や、華やかな牧野家参勤交代などを市民約500人が再現します。
○出陣式(千秋が原南公園)~午後2時から
○行列行進(大手通り)~午後3時20分から
2 楽しく米百俵を学ぶコーナー
内米百俵の伝承ブース、現在の長岡の礎を築いた先人の漫画パネル展示、先人カード探し、昔の遊び体験など
3 米百俵リレー
新潟市西蒲区(旧巻町)から与板地域を経由し、大手通りまで46.6kmをリレーします。ゴールは大手通りに午後2時40分到着予定です。
4 フリーマーケット出店者募集
時午前11時30分~午後5時 定100マス(先着) ¥1マス(1.8m×1.8m)500円(1人2マスまで) 9月10日(日)午後3時までに長岡市商店街振興組合連合会 ☎32・7002へ
※米百俵まつり実行委員長に、長岡藩主牧野家17代当主・牧野忠昌さんが就任しました

緑花センター(花テラス) ☎39・8718
花と緑の教室
1 庭木の冬囲い
10月1日(土)午前10時~11時30分 場千秋が原ふるさと森管理事務所前 関長岡市緑地協会 定50人(先着) 持軍手、せん定はさみ 9月9日(金)~23日(金)(HPからも可)
2 雪割草の育て方
10月2日(日)午前10時~11時30分 関新潟県雪割草連合会事務局 関光村利寛さん 定20人(先着) ¥1,000円 持薄手の手袋、エプロン
3 秋植え球根の育て方
10月15日(土)午前10時~11時30分 関島峰悦子緑花推進指導員 定16人(先着) ¥1,500円 9月9日(金)~10月7日(金)(HPからも可)
まつり振興課(天手) ☎39・2221
関原まつり
9月9日(金)~24日(土)(HPからも可)
ニライブ・芸能発表、花火大会▽19日(祝)ミニニライブ、カラオケ大会など 場関原公園、馬高縄文館付近など 関関原まつり実行委員会(関原地区商工会内) ☎46・2170
水面に映るナイアガラ花火

◆図や表などの略字の見方は12ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆図に電話、ファクス、Eメール、HP(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

オープンから5年 学びと交流がさらに加速



5年間で466講座、 延べ18,500人以上が受講

平成23年9月のオープンから
 まちなかカフェ243講座、まちなか大学52講座、市民プロデュース講座54講座などを開催。専門的な分野から身近なテーマまでを扱っています。
 企画・運営には市内3大学1高専が参加しています。学びを通して市民の交流も創出。「米百俵の精神」で地域の未来を担う人材を育てています。

①まちキャン講座の受講者同士が繋がった「まちキャン生交流会」(3月13日) ②ワクワク、ドキドキの学びが盛りだくさんの「まちなかカフェ」(6月11日。「山の日に山男&山ガールデビュー!」)

たくさんの人に喜んでもらえるような企画を考えています。そのためには、まずは自分たちが楽しむこと!人と人が出会い、交流が広がるきっかけを作りたいです。



▲まちキャン運営協議会学生分科会のみなさん。市内3大学1高専の学生で、5周年イベントの企画などに携わっています

3 まちキャン利用者発表会

時10月15日(土)午後3時30分～5時
 内踊り、音楽など

4 まちキャン特別交流会

料理やお酒を楽しみながら交流します。
 時10月16日(日)午後5時～7時 内20歳以上 定100人(先着) 申9月12日(月)～10月5日(水) (HPからも可)

5 体験&あそべるコーナー

時10月15日(土)・16日(日) 内落書きスペース、風船割りゲーム、大学生企画の科学実験など

ゆるキャラ・ご当地ヒーローの登場や軽食コーナーもあります。

まちなかキャンパス長岡

☎39・3300

5周年記念祭

10月15日(土)・16日(日)

保育=申10月5日(水)まで

1 カフェホーダイ

まちなかカフェ講座を集中開催します。

15日(土) 午後3時30分～4時30分

①酒はぬるめの燗がいい?

さまざまな温度で日本酒を飲み比べます。

講サトウ商店店主・佐藤愛子さん

15日(土) 午後4時～5時

②まちトーク!一わたしたちはまちづくりリストです!一

講市民活動団体など

16日(日) 午前9時30分～10時30分

③脳と心のあいだには

脳科学と心理学の最新の研究を話します。

講長岡大学教授・山川智子さん

④ネコ型ロボットの秘密道具は実現するの?

漫画「ドラえもん」の秘密道具を科学的に解説します。

講長岡技術科学大学准教授・高橋弘毅さん

⑤パブリック・テイस्टینگ

コーヒーを試飲し、産地や焙煎、豆による味の違いを解説します。

講GOOD LUCK COFFEE オーナーパリス・青柳拓郎さん

16日(日) 午前11時～正午

⑥プロが教えるおうち洗いのコツ

講ワタナベグループ・岡田広幸さんほか

⑦十日町ツルルン滞在記

神奈川県から移住した学生が体験談を語ります。

講移住女子・水沼真由美さん

⑧まちキャントラベル番外編

一緯度が似ると食も似るお話一

講羽賀友信まちなかキャンパス長岡学長

10月のまちキャン講座も注目度大

申9月12日(月)から (HPからも可)

保育=各開催日の10日前まで

1 まちなかカフェ

自由に見学できます。

①ミネラルウォーターってどんな水? -リスク・エコについてのよもやま話-



時10月7日(金)午後7時～8時30分

講長岡工業高等専門学校教授・河田剛毅さん 定20人(先着)

②長岡の老舗本屋です!

書物や歴史、本屋の経営などについて対談します。

時10月11日(火)午後7時～8時30分 講覚張書店・覚張良太さん、長岡大学教授・松本和明さん 定20人(先着)

①②いずれも ¥500円 (1ドリンク付き)

③鼻をクワンクワン、燻製学

時10月23日(日)午前10時～午後2時 場稲保里山公園 講ボーイスカウト長岡1団・小林裕人さん 定15人(先着) ¥1,100円(飲食代含む)

④タニシカフェ

タニシを食べながら、その魅力を語り合います。

時10月28日(金)午後7時～8時30分 講yamakawa_sun代表・阿部巧さんほか 定15人(先着) ¥1,500円(飲食代含む)

2 市民プロデュース講座

①登山で道に迷わないための地図の見方

10月29日は登山体験をします。

時10月22日(土)・29日(土)、11月5日(土)午前10時～正午 (10月29日は午前9時～午後3時30分。計3回) 場まちなかキャンパス長岡、八方台こいの森 講とちお自然学校代表・土田竹志さん 定20人(先着) ¥2,600円(回転リング付きコンパス代を含む。コンパス持参者は600円)

②発見! 私らしいワクワク子育て

子育てに不安を抱えている人が自信を持って子育てに臨めるように後押しします。

時10月24日(月)・31日(月)、11月14日(月)午前10時～正午 (計3回) 講ThinkBuzan公認マインドマップ&記憶術インストラクター・若井京子さん 定20人(先着) ¥800円

米百俵講座

「日本のための米百俵を目指して」

米百俵の精神や長岡の教育の特質を客観的な視点から解説します。

時11月5日(土)・12日(土)・19日(土)・26日(土)、12月3日(土)午後2時～3時30分 (計5回) 講平成国際大学教授・坂本保富さんほか ¥3,000円

環境業務課 ☎24・28337

動物愛護ふれあいフェスティバル

時9月22日(祝)午前11時30分～午後3時30分 場ハイブ長岡
 内警察犬・スポーツドッグの実演など 内県動物愛護センター ☎21・5501

危機管理防災本部 ☎39・22662

来て、見て、学ぼう! みんなの防災フェア

時10月1日(土)・2日(日)午前10時～午後4時 場ハイブ長岡



降雨体験車や地震体験車で災害を体感できます。楽しみながら防災への意識を高めます。

内防災・災害に関する展示販売イベント 内同事務局 ☎025・283・8121

国際交流センター「地球広場」 ☎39・2714

1 ながお映画祭

世界の映画10作品を上映します。羽賀友信国際交流センター長の講座、留学生の母国紹介などもあります。

時9月17日(土)・19日(祝) 場リックホール ¥1作品1,000円(前売り) 内コミ ユニティシネマ長岡 ☎37・3512

2 世界の仲間と運動会

スポーツを通してさまざまな国の人と交流します。
 時10月15日(土)午前10時30分

河井継之助記念館 ☎30・1525

1 河井継之助慰霊祭

時10月9日(日)午前10時～正午 場榮涼寺(東神田3) 内法要、昼食会(定100人(先着) ¥3,000円)

2 八丁沖ウォーク

継之助が長岡城奪還の際に渡河した八丁沖を歩きます。

栃尾文化センター ☎52・2020

1 羽賀善蔵の愛したオニたち展

長岡の文化・経済活動に貢献した羽賀善蔵さんが描いた鬼の絵画を特別公開します。

2 土鈴展

〜土が奏でる秋の音色〜

①②いずれも 時9月10日(土)・25日(日)午前9時～午後5時

若者のアイデアや活動、出会いを応援

アイデア実現！ぜひご来場を

●とちお夜のランプ祭がパワーアップ トチオノアカリ

ながおか仕事創造アイデア・コンテスト「いいね！アイデア」部門の昨年度最優秀賞の発案者の思いに賛同した栃尾地域の各団体が連携して実現します。

- ①ランプ展示 時9月24日(土)・25日(日) 場谷内通りなど
- ②秋葉公園イルミネーション 時9月24日～30日(金) (24日に点灯式・ステージイベント)
- ③秋葉百八風鈴灯 時9月24日・25日 場秋葉神社など
- ④ナイトマルシェ 時9月24日 場秋葉門前広場

※詳しくはお問い合わせください

場トチオノアカリ協議会・今井さん ☎090・9373・4043
担当=ながおか・若者・しごと機構 ☎86・6008



8月10日、谷内通りの歩行者天国で、来場者と一緒にランプ作り。材料は糸織り、木枠を活かします。

●造形大生によるグループ展 「??」が「??」を「??」した、展示会

まちなかのアートスペースづくりを研究している学生などが、アート作品を展示します。「??」には思いの文字を想像しながらご覧ください。

時9月19日(祝)～10月2日(日)正午～午後7時(最終日は午後4時まで) 場プリン長岡 場長岡造形大学遠藤研究室 ☎21・3507 担当=ながおか・若者・しごと機構

●専門学校生発案の地域向け介護予防教室 健康寿命を延ばそう！

～体を動かして認知症予防～(作業療法士講座)

時9月10日(土)午前10時～11時 場・場晴陵リハビリテーション学院(日越) ☎47・4690 ※学園祭と同時開催 担当=ながおか・若者・しごと機構

自分をさらに高めたいあなたへ

●長岡ゆかりの先輩と語る 学生会議～しごとトーク～

和島地域で米作りに励む「農業で住みます芸人」のチカコホンマさんをゲストに、仕事や将来の目標を語り合います。

時10月15日(土)午後1時～3時 場プリン長岡 場市内の高校に通う生徒、大学・高専・専門学校生 定30人(先着) 申10月7日(金)までにながおか・若者・しごと機構へ



●出張プログラミング入門教室を始めます

簡単なゲーム作りなどを通じてプログラミングを体験したいグループを募集します。所要時間は1～2時間。使用機器は同機構が用意します。

時来年3月まで 場小学5年～中学生の5人～20人程度のグループ 申ながおか・若者・しごと機構

若者の出会いを応援

●おしゃれな酒場で新たな出会い フィーリングプロジェクト

時9月25日(日)午後5時～8時 場ナガオカバルLuigil-ルイージ- 場25歳～35歳の独身男女 定男女各16人(先着) ¥男性4,000円、女性3,000円 申9月20日(火)までに申込専用ホームページ<http://feelingproject.machinaka.biz>から 場NPO法人まちなか考房 ☎36・3240 担当=ながおか・若者・しごと機構

●古民家と秋まつりで川口の自然と文化を再発見！ 秋の味覚を味わおう！ 越後川口探検ツアー

バーベキューや花火、秋まつりを楽しみながら交流します。首都圏からも男女各15人が参加します。

時10月15日(土)・16日(日)(1泊2日) 場川口運動公園 場おおむね25歳～40歳の独身男女 定男女各10人(先着) ¥男性5,000円、女性4,000円 申9月30日(金)までに川口支所地域振興課 ☎89・3111へ ※男性のみ10月8日(土)午後7時から川口支所で事前説明会あり

●とちコン2016 ～出逢おーれ・デ・アモーレINとちお～

栃尾の自然の魅力を感じ、名産品やバーベキュー、緑日ゲームを楽しみながら、素敵な出会いを見つけます。

時10月23日(日)午前11時～午後3時(男性は午前10時25分から事前の作戦会議あり) 場とちおふるさと交流広場(雨天時はふるさと交流会館) 場20歳～50歳で栃尾地域に在住・通勤する独身男性、20歳～50歳の独身女性 定各30人(先着) ¥男性4,000円、女性2,000円 申9月30日(金)までに栃尾青年会議所 ☎52・4191へ 担当=栃尾支所地域振興課 ☎52・5815

●若者目線で企画する異業種交流 イベント(グループディスカッション)

若者自らが考え協力しながらイベントを実施。企画力、業務遂行力などビジネススキルの向上を図ります。時9月21日(水)、10月5日(水)・19日(水)午後7時～8時(計3回) 場プリン長岡 場株式会社エム・エスオフィス・平池麻衣さん 場市内に在住・勤務する39歳以下 定10人(先着) 申9月16日(金)までに株式会社エム・エスオフィス ☎30・1230へ 担当=商業振興課(大) ☎39・2228

地域に初出張！

●長岡空襲体験画展 越路地域展

戦災資料館で所蔵する空襲体験パネルを展示します。時9月21日(水)～10月2日(日)(月曜休館) 場越路総合福祉センター ※9月22日(祝)午後2時から「長岡空襲の体験を聞く会」があります

長岡空襲体験画展 ☎36・3269

●二重織でボレロを織る講座&手織り初心者講座

時10月12日～11月16日の毎週水曜日午前9時30分～午後0時30分(計6回) 定10人(先着) ¥16,500円(材料費4,000円程度別) 持

●建築・環境デザイン特別講義 義一般公開

時10月7日(金)午後2時40分～5時50分 場国際協力における社会開発のデザイン 場インストラクショナルデザイン ナ・伊藤拓次郎さん 定50人(先着) 申10月6日(木)までに

長岡造形大学 ☎21・3351



▲空きびんがかわいいオブジェに

① ワークショップ 時両日午前10時～午後5時

② ファッションショー 時18日(日)午後5時30分～6時30分 場学生が制作した衣装の披露

大学・高専・専門学校生のみなさんへ 学園祭シーズン到来 学生同士の交流はちょい乗りバス券で

各学校から長岡駅まで片道100円で利用できるバス券です。9月・10月は大学・専門学校の学園祭シーズン。学校の垣根を越えた交流にぜひご利用ください。時12月31日(土)まで 販売場所=プリン長岡(大手通2、第1安達ビル)など ¥1冊1,000円(11枚綴り) 場市内の大学・高専・専門学校に通う学生 場ながおか・若者・しごと機構 ☎86・6008

学園祭に行くには、ちょい乗りバス券がお得です。私たちが企画した学園祭にもぜひ来てください。私たちが多くの学園祭を見に行ってみようと思います。



▶長岡造形大学大学祭実行委員会の末松瑞生さん(左)と林風柚さん

◆図や表などの略字の見方は12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

迫力満点！万燈の登り屋台に注目 与板十五夜まつり

時9月16日(金)～18日(日) 場与板地域市街地、都野神社 場同まつり連絡協議会(与板町商工会内) ☎72・2303 担当=与板支所産業建設課 ☎72・3201

若者の熱気がほとばしる登り屋台は、17日・18日の午後7時15分から。



★同時開催 与板消防署救急フェア 時9月17日(土)午後1時30分～4時30分 場与板町与板国道403号上 場心肺蘇生法の体験、AEDの使用法、高規格救急車の展示、地震車体験など 場与板消防署 ☎72・2572

ビールを知っておいしく飲もう

①講演会「与板から世界へ “日本のビール醸造の父” 中川清兵衛伝」

時午前10時～11時30分 場中央図書館 場中川清兵衛と日本のビール産業 定100人(先着)

②美味しいビールの飲み方講座

バーベキューを楽しみながらビールを味わいます。時午後0時30分～3時30分 場与板★中川清兵衛記念BBQビール園(中央図書館から往復バスが出ます) 定50人(先着) ¥4,500円 申9月23日(金)までにアオーレ長岡、市民センター、各支所にある専用はがきで

①②いずれも 場エビスビール記念館長・端田晶さん 場与板支所産業建設課 ☎72・3201

ファミリー・サポート・センター子育てサポート講座

子育ての手伝いをしてほしい人（依頼会員）と、手伝いたい人（提供会員）が助け合っています。全講座修了後、提供会員として登録できます。
 時10月27日(木)・31日(月)、11月15日(火)午前10時～午後3時（最終日は午後3時45分まで。計3回） 場さいわ

いプラザ 内調乳と食事、心の発達、発育と病気、事故と防止対策など 定30人(先着) 保育=10人(先着) (生後6カ月以上。要予約) 申9月12日(月)～10月20日(木)に同センター（ちびっこ広場内） ☎39・2860へ

◆園や園などの略字の見方は12ページ
 ◆園どなたでも、園特になし、◆無料、◆不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆◆に電話、ファクス、Eメール、(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
 アオ=アオーレ長岡 市セ=市民センター
 大羽=大手通庁舎 さいわ=さいわいプラザ

一緒に話しませんか

●ままのまカフェ
 母子保健推進員とおしゃべりを楽しみます。
 時・場①9月26日(月)…ちびっこ広場、10月7日(金)…ぐんぐん 時間=午前11時～正午 対どなたでも 持飲み物

●子育て相談

時・場①9月14日(水)…ぐんぐん ②16日(金)…すくすく③27日(火)…てくてく④10月5日(水)…すくすく⑤6日(木)…ちびっこ広場 時間=午前10時30分～11時30分 (③は午後2時30分～3時30分) 調①③⑤家庭児童相談員 ②保健師④助産師

- ① おばあちゃんと遊ぼう 時9月12日(月)、10月3日(月) 午前11時～11時30分
- ② 絵本のたね 「かくれんぼ」をテーマに絵本を作ります。 時9月13日(火)午前11時～正午
- ③ 絵本のとびら 「はらぺこあおむし」のお話の世界で遊びます。 時9月20日(火)午前11時～11時30分
- ④ 赤ちゃんが喜ぶ絵本術 絵本の読み聞かせもします。 時9月27日(火)午前11時～11時40分 対1歳未満児と保護者、妊婦
- ⑤ 親子ラフターヨガ 時9月29日(木)午前11時～11時40分 対首据わり～未就園児と保護者 定15組(先着) 持バスタオル 申9月23日(日)～25日(日) 申9月18日(日)～25日(日) (大人のみの可)
- ⑥ ミニ講座「赤ちゃんとおれあいリトミック」 時10月5日(水)午前10時30分～11時15分 対首据わり～つかまり立ち期の乳児と保護者 持バスタオル
- ⑦ おやこ防災フェス 時10月8日(土)午前10時～正午 内①パッククッキング

- ⑧ タニタコラボ企画「子どもの食育講座」(パパートク同時開催) 時10月15日(土)午前10時30分～正午 内幼児期の健康レシピの紹介、長岡野菜を使ったお料理 申9月29日(木)～10月6日(木) ②防災グッズ作り ③防災クイズラリー 対どなたでも
- ⑨ 産産師による防災講座 時9月14日(水)午前10時30分～11時30分
- ⑩ てまりホールで遊ぼう 時9月30日(金)午前10時30分～11時30分
- ⑪ すくすくお茶会 時9月21日(水)、10月7日(金) 午前11時～11時30分 持マイカップ、おやつ

全地域で元気に運営中！ 地域版子育ての駅

休館日=毎週日曜日・祝日(三島・山古志・和島・与板は毎週月曜日、中之島・越路は毎週水曜日、小国は毎週木曜日、寺泊は毎週月・木曜日)

<p>中之島 なかのひろば(中野西) ☎66・0366</p> <p>●親子で楽しむ運動あそび 時9月27日(火)午前10時～10時30分</p> <p>越路 のびのび(浦) ☎92・2655</p> <p>●保育園の2歳児と一緒に遊ぼう 時9月16日(金)午前10時～10時45分</p> <p>三島 もりもり(上岩井) ☎94・4347</p> <p>●親子リトミック遊び 時9月15日(木)午前10時45分～11時15分</p> <p>山古志 やまっこ(山古志竹沢) ☎59・3070</p> <p>●お誕生会&お菓子作り 時9月29日(木)午前10時～正午</p>	<p>小国 たんぽぽ(小国町相野原) ☎95・2123</p> <p>●絵本セラピストによる絵本読み聞かせ 時9月14日(水)午前10時～11時</p> <p>寺泊 にこにこ(寺泊教ヶ曾根) ☎0256・97・2627</p> <p>●保健師講座 時9月14日(水)午前10時30分～11時 内乳幼児時期の予防接種の種類と正しい受け方</p> <p>和島 わくわく(小島谷) ☎74・2885</p> <p>●森のわくわくレストランごっこ 時10月6日(木)午前10時30分～11時30分</p>	<p>与板 にじの子広場(与板町与板) ☎72・2221</p> <p>●絵とろうろを作ろう 時9月10日(土)・13日(火)～15日(木) 午前10時～午後3時</p> <p>川口 すこやか(川口武道窪) ☎89・3555</p> <p>●野菜スタンプで遊ぼう！ 時9月15日(木)午前10時～11時30分 内ランチョンマット作り</p>
--	---	--



レストランごっこでは、わくわくの近くの山で集めた木の葉や葉っぱをご飯やお皿に見立てておまごをしますよ。自然が豊かな和島地域の特色を活かした催しなんだ。地域版子育ての駅では、地域ならではの取り組みを進めているよ。地域外のみならずもどんどん利用してね。

かわぐっち

楽しさ、100倍「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(ラニックス大手エントランス) ☎39・2775

- ① おばあちゃんと遊ぼう 時9月12日(月)、10月3日(月) 午前11時～11時30分
- ② 絵本のたね 「かくれんぼ」をテーマに絵本を作ります。 時9月13日(火)午前11時～正午
- ③ 絵本のとびら 「はらぺこあおむし」のお話の世界で遊びます。 時9月20日(火)午前11時～11時30分
- ④ 赤ちゃんが喜ぶ絵本術 絵本の読み聞かせもします。 時9月27日(火)午前11時～11時40分 対1歳未満児と保護者、妊婦
- ⑤ 親子ラフターヨガ 時9月29日(木)午前11時～11時40分 対首据わり～未就園児と保護者 定15組(先着) 持バスタオル 申9月23日(日)～25日(日) (大人のみの可)
- ⑥ 産産師ほつと相談 時10月4日(火)午前10時30分～11時30分 内乳児の計測、発育など 対1歳未満児 定10組(先着) 申9月30日(金)から
- ⑦ 秋まつり 時10月8日(土)午前10時～午後3時 内縁日ごっこなど
- ⑧ タニタコラボ企画「子どもの食育講座」(パパートク同時開催) 時10月15日(土)午前10時30分～正午 内幼児期の健康レシピの紹介、長岡野菜を使ったお料理 申9月29日(木)～10月6日(木) ②防災グッズ作り ③防災クイズラリー 対どなたでも



いろいろな屋台でお店やさんごっこが楽しめます。

やつの調理実演 対未就学児の親 定20人(先着) 保育110人(生後6カ月以上。要予約) 申9月20日(火)から

てくてく(千秋) ☎21・38600

- ① てくてく散歩 休館日=毎週水曜日 時9月15日(木)午前10時30分～11時 対どなたでも
- ② 講座「親子で元気！体操遊び」 時9月29日(木)午前10時30分～11時30分 対1、2歳児と保護者 定15組(先着) 申9月20日(火)から
- ③ キッズランドで遊ぼう 時9月27日(火)午前10時30分～11時30分 対1歳以上児と保護者
- ④ 昔あそびを楽しもう 時10月1日(土)午前10時30分～11時30分 対どなたでも
- ⑤ おいしいおもになったかな？ 時10月4日(火)午前10時30分～11時30分 (雨天の場合は6日(木)) 定30組(先着) 持長靴、

ちびっこモデル★ #48 子育ての駅でみつけた！ @にじの子広場



山田美波ちゃん(4カ月) 離乳食相談会にお母さん来た美波ちゃん。この日初めて寝返りができました。

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！

9月11日(日)に子育てフェスティバルも。次ページへ

◆図や表などの略字の見方は12ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、■無料、●不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆●に電話、ファクス、Eメール、●(市ホームページ)に記載がある場合は、その方法で申し込み可
 [アオ]=アオーレ長岡 [市セ]=市民センター
 [大手]=大手通庁舎 [さい]=さいわいプラザ

子育てフェスティバル

体を動かすゲームなど、楽しいコーナーが盛りだくさん。

子育て支援団体や市民団体のアイデアがいっぱいの催しです。
 時 9月11日(日)午前9時30分～午後3時30分 場・園子育ての駅てくてく ☎21・3860

①おやこで体験

お仕事体験、写真撮影、体を動かすゲーム、景品がもらえる「てくてくラリー」など

②おやこで見る・聴く

お話やダンス、和太鼓など楽器演奏の発表

③おやこで食育

楽しく食育を学ぶコーナー、コーヒー、ポップコーンの提供
 そのほか、おもちゃの修理、子育て情報の展示など
 ※靴入れ袋やごみ袋をご用意ください
 ※会場駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください



子ども家庭課(さい) ☎39・23000

1 ながおかポニーカーニバル

時 10月2日(日)午前10時～午後3時 場 市民防災公園 内 乗馬・餌やり体験、動物ペンダント作り、屋外ゲームコーナーなど
 ★軽乗レッスン
 アクロバットな乗馬を体験できます。
 時 午前10時～11時30分 対 小学3～6年生 定 10人抽選

2 わたしの主張新撰大会

時 9月23日(金)まで
 県内13地区から選ばれた中学生が、自分の思いや考え、経験などを発表します。
 時 9月18日(日)午後1時～4時 場 リリックホール
 ●寺泊水族博物館 ☎75・4936
 ●親子わくわく魚ランド
 水族館の舞台裏の見学や餌

作り、ミズダコやウミガメなどへの餌やり体験ができます
 時 9月4日～11月27日の毎週日曜日午前11時～正午 対 小学生と保護者 定 各5組(先着)
 ※高校生以上700円、中学生450円、小学生350円、3歳以上200円
 中央図書館 ☎32・0658

1 映画会

時・内 9月22日(祝)午後2時～4時15分「煙囪の煙」(07年/日本)▽10月2日(日)午後2時～3時55分「シヤレード」(63年/アメリカ) 定 各180人先着

2 大瀧拓哉ピアノリサイタル

長岡出身で第12回オルレア国際ピアノコンクール優勝者が、美しい音色を披露します。
 時 9月24日(土)午後6時から 定 180人先着 申 9月13日(火)から

3 子どもに関わる人向け講座「絵本のよこぐ」

赤ちゃんから絵本を楽しむ大切さや、言葉の重要性、年齢に添った絵本の選び方などを話します。
 時 9月24日(土)午前10時～午後0時30分 定 180人先着
 ※保育あり(定5人。生後6カ月以上) 講 野いちご文庫・伊藤美智子さん 申 9月11

日(日)から
 4 おやこタイム
 子どもが大きな音を立てても、温かく見守りながら利用する時間帯を設けました。おはなし会もあります。
 時 毎週金曜日午前9時30分～正午(おはなし会は午前10時30分～11時)



子どもたちが喜ぶおはなし会

互尊文庫 ☎35・7981

1 読者のついで
 読書感想や体験などを話し合います。
 時 9月16日(金)午後7時～8時30分 内 有川浩著「図書館戦争」
 2 互尊文庫探検隊
 「図書館で宝探し」
 本のラベルや棚の表示を手掛かりに資料を探します。

時 9月25日(日)午後2時～3時30分 対 小学生以上 定 10人先着 申 9月11日(日)から
 3 あきびんごさんのうきうきワークショップ
 絵本の読み聞かせをし、絵を描きます。
 時 10月9日(日)午後1時30分～3時30分 場 市民体育館 定 50人先着 講 絵本作家・あきびんごさん 申 9月17日(土)から各地域図書館へ
 4 文学散歩 坂口安吾ゆかりの地・松之山を巡る旅と映画「図書館戦争」の撮影地・十日町も探訪する
 大棟山美術博物館や十日町情報館などを訪ねるバスツアーです。
 時 10月15日(土)午前8時45分～午後5時30分 集合 長岡駅東口 定 25人先着 対 高校生以上 ¥5,000円(昼食代、入館料を含む) 申 9月25日(日)から各図書館へ

西地域図書館 ☎27・4900

1 ぱんつ!とむかしばなし
 時 9月11日(日)、10月9日(日)午前11時～11時30分 内 長岡民話の会による昔話の語り
 2 むかーしむかしのおはなし会 お月見スペシャル
 時 9月17日(土)午後2時～3時

場 大島コミュニティセンター 内 長岡民話の会による昔話の語り、秋の工作 対 3歳～小学生
 3 おはなし日本&世界一周フランスの昔話
 時 9月18日(日)午前11時～11時30分 内 読み聞かせ、クイズ

南地域図書館 ☎30・35001

1 えほんのとびら〜ターシャ・テューダーさんの絵本〜
 時 9月17日(土)午後2時30分～3時 対 3歳～小学生
 2 醸造の町根田屋歴史さんぽ
 時 10月1日(土)午後0時45分～

4時45分 集合 南地域図書館 星野本店、機那サフラン酒本舗、吉乃川など 講 田屋歴史研究会会長・小林芳郎さん 対 20歳以上(酒の試飲あり) 定 25人先着 ¥300円(お土産付き) 申 9月17日(土)から
 北地域図書館 ☎22・7100

1 おはなしピピピ さつちゃんおばさんの紙芝居スペシャル
 時 9月17日(土)午後3時～3時30分
 2 みにみに上映会
 時 9月18日(日)午後3時～3時30分

45分 内 NHKこどもにんぎょう劇場②日本編(2)「ごんぎつね」「わらしべちゃん」「三まいのお札」
 3 フォーアレンジメント教室
 時 10月8日(土)午後1時～2時30分 内 ハロウィンアレンジ 対 中学生以上 定 16人先着 ¥2,000円(材料費)
 持花用はさみ、カッター、袋
 申 9月17日(土)～28日(水)に料金を添えて
 中之島地域図書館(中之島文化センター内) ☎61・2165

1 図書館バッグを作ろう
 無地のトートバッグに布用クレヨンなどで絵を描きます。

花のよつな動物
オオバナサンゴ
 26
 海中
 サンゴはクラゲやイソギンチャクと同じ刺胞動物です。硬い石灰質の骨格がある種類と無い種類があります。骨格は成長と共に大きくなり、長い年月をかけサンゴ礁といわれる海底地形を作ります。オオバナサンゴは石灰質の骨格のあるサンゴで、温帯から熱帯の海に生息します。日中、カラフルな共肉と呼ばれるブヨブヨとした部位を広げる姿は花のようです。

いこうよ、海の大冒険! 岡寺泊水族博物館 ☎75・4936

越後長岡・お宝めぐりの旅
 ～秋の山古志地域・川口地域を訪ねて～
 時 10月7日(金)午前8時20分～午後5時 集合=さいわいプラザ、アオーレ長岡 コース=【山古志】木籠集落→やまこし復興交流館おらたる→【川口】里山食堂(昼食)→川口きずな館→田麦山公民館(そば打ち体験)→あぐりの里 定 30人抽選 ¥2,000円 申 9月15日(木)までに地域振興戦略部(大手) ☎39・2260へ

そば作りが盛んな川口地域。中越大地震で田んぼが壊れた後「水を溜めなくても作れる物はないか」というボランティアの発想でそば作りが始まり、地域内に広がったんだ。助け合いから生まれたおいしいおそばだよ。

かわぐっち

1 上映会
 時 9月10日(土)午前10時30分～11時30分 内 日本むかしばなし 定 20人先着 対 小学生以下(未就学児は保護者同伴)
 2 えほんであそぼ
 時 9月16日(金)午前10時～10時30分 内 絵本の読み聞かせ
 3 大人のフラット織物づくり
 段ボールと糸を使い、簡単なコースターを織ります。
 時 9月22日(祝)午後1時30分～3時30分 定 10人先着 対 高校生以上 申 9月11日(日)から
 4 夜のおはなし会
 閉館後の図書館で読み聞かせをします。
 時 9月24日(土)午後7時30分～8時 定 20人先着 対 小学生以下(保護者同伴)
 5 ハロウィンパーティー in 寺泊
 時 10月22日(土)午前10時～11時

1 おたのしみ「ぶち」上映会
 時・内 9月10日(土)午前10時30分～11時30分: NHKこどもにんぎょう劇場⑥世界編(3)「王様の耳はロバの耳」
 「おおかみと七ひきのこやぎ」「バラモンとトラとジャッカル」▽10月8日(土)午前10時30分～11時30分: ウォルトディズニー制作の名作アニメ「フィガロとクレオ」、宮西達也シリーズ①「にゃーご」「ぶたくとと100ぴきのおおかみ」
 2 えほんのへや
 時 9月17日(土)午前10時30分～11時 内 旅のお話の読み聞かせ
 3 あさのこわいおはなし
 図書館閉館後に、怖いお話の読み聞かせやパネルシアターなどを行います。
 時 9月24日(土)午後7時～8時 定 50人先着 対 小学生以下(保護者同伴)
 4 ゆび編みでマナーを作ろう
 時 10月8日(土)午後2時～3時 定 10人先着 対 小学生以上(小学1・2年生は保護者同伴) 申 9月17日(土)から

こどもおんがくさい

今年の市民音楽祭は子どもたちが主役です。
時10月2日(日)午後2時～4時30分 **場**リリックホール **内**ピアノとオーケストラの共演、市内中学校の合唱の競演、箏講座成果発表、マルチピアニスト・小原孝さんのステージ **定**700人
先着 **料**小学生以上500円(未就学児は無料。ただし座席が必要な場合は500円) チケット販売=リリックホール、文信堂書店長岡店 **問**同実行委員会(生涯学習文化課さい内) ☎32・5110



▲西中学校合唱部のみなさん

歌詞の一つひとつの言葉をしっかりと届けられるように歌います。

9/17 土 学びと健康の文化祭 さいわいプラザフェスティバル

場さいわいプラザ **内**・**時**①ケツメリクガメと遊ぼう、もっかん絵手紙教室、親子体操教室、陶芸、苔玉づくり…午前10時～午後3時
 ②ポニー乗馬体験、高校生によるクラフト教室…午前10時～正午、午後1時～3時
 ③空気を使った不思議な実験…午前10時、11時20分、午後1時、2時
 ④学校給食の試食…午前11時45分から(無くなり次第終了)
 ⑤3・1・2弁当販売…午前11時～午後1時
 ⑥認知症予防体験…午前10時～正午
問中央公民館さい ☎32・0437



▲昨年度大人気だった学校給食の試食

青少年文化センター ☎34・1305

① 科学工作教室
 時9月25日(日) **内**虹色スコップ作り **対**小学生 **定**20人抽選 ¥500円 **持**牛乳パック2個、はさみ、セロハンテープ、のり、筆記用具

② 子ども絵手紙教室
 くぐんぐん伸びる表現力を養うまじょうじ
 時10月3月の毎月第1土曜日(計6回) **対**小学生以上 **定**10人抽選 ¥4,500円 **持**筆記用具

③ いずれも 時間11午前10時

① 書道
 時10月1日、11月12日の毎週土曜日(計7回) **対**小学3年生以上 **料**2,000円

② 焼物
 時10月1日、11月5日の毎週土曜日(計6回) **対**小学3年生以上 **料**4,000円

③ ロボコン入門
 時10月1日、11月19日の毎週

時11時30分 **時**9月14日(水)21日(水)(必着)までに往復はがきの往信の裏に教室名、学校名、学年、氏名(ふりがな)、電話番号、郵便番号、住所、返信用表に自分の宛名を記入して、〒940-0003 今朝白1の1の1青少年文化センターへ

③ 楽しい教室(後期)
① 書道
 時10月1日、11月12日の毎週土曜日(計7回) **対**小学3年生以上 **料**2,000円

② 焼物
 時10月1日、11月5日の毎週土曜日(計6回) **対**小学3年生以上 **料**4,000円

③ ロボコン入門
 時10月1日、11月19日の毎週

土曜日(計8回) **対**小学1～4年生 **料**3,500円

④ 図工
 時10月2日、11月20日の毎週日曜日(計7回) **対**小学1～2年生 **料**4,000円

⑤ 将棋
 時10月2日、11月13日の毎週日曜日(計7回) **対**小学生以上 **料**1,000円

⑥ 紙芝居入門
 時10月2日、11月6日の毎週日曜日(計6回) **対**小学1～3年生 **料**1,000円

⑦ 理科実験
 時10月2日、30日の毎週日曜日(計5回) **対**小学4年生以上 **料**3,000円

⑧ いずれも 時間11午前10時、11時30分 **③**は午後1時

時30分、3時、7時は午前11時まで) **定**①③②0人抽選②④⑤15人抽選⑤16人抽選⑦10人抽選 **時**9月18日(日)(必着)までに、往復はがきの往信の裏に教室名、学校名、学年、氏名(ふりがな)、電話番号、郵便番号、住所、返信の表に自分の宛先を記入して〒940-0003 今朝白1の1の1青少年文化センター「楽しい教室係」へ

④ 星空シアター
 時9月24日(土)、10月8日(土)午後7時～8時(荒天時中止)

⑤ 鉄道模型運転会
 時9月24日(土)午後1時～4時、25日(日)午前10時～午後3時30分 **内**H〇車両ゲージなど

⑥ 子ども絵手紙教室作品展
 時9月11日(日)～10月30日(日)午前9時30分～午後5時

栃尾美術館 ☎53・6300
 9月26日(月)～10月7日(金)は展示替えのため休館します。

私のお宝アート展
 市民のみなさんの愛蔵の作品が大集合します。
 時10月8日(土)～11月23日(祝)午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで。月曜休館。祝日の場合は翌日) **料**観覧料(一般300円、大学生・高校生150円、中学生以下無料)

★関連イベント
「お宝アート鑑賞会」
 見どころなどを紹介します。
 時10月8日(土)午後2時～3時 **料**観覧料

良寛の里美術館 ☎74・3700
 設備改修のため、11月7日(月)～来年1月3日(火)は休館します。

●開館25周年特別展「良寛とその敬慕者・村山半牧と吉野秀雄展」
 時9月14日(水)～11月6日(日)午前9時～午後5時 **内**書の展示 **料**高校生以上500円、小・中学生300円

長谷川邸 再建300年祭

続報



場長谷川邸(塚野山) **問**同実行委員会事務局(越路支所産業建設課内) ☎92・5903

▲地元住民や県内外の来場者が盛大にお祝った300年記念式典(6月25日)

●長谷川邸歴史講演会
 有識者と地元愛好会が語ります。当日は入館無料です。
時9月24日(土)午後2時～3時30分

●長谷川邸×JAZZ×SAKE
 土間でジャズバンドの生演奏と越路地域の日本酒の試飲を楽しみます。
時10月1日(土)午前10時から、正午から、午後3時から(各50分) **料**高校生以上420円、小・中学生210円

中央公民館さい ☎32・0437

① ゆうどぎスクール

講座	コース
①料理	木曜
②華道	火曜 池坊
③茶道	火曜 宗偏流 抹茶
④ペン	水曜

時10月、12月の午後6時～8時(①④は午後6時30分～8時30分。各計8回) **対**市内在住者 **定**各20人先着(④は30人先着) **料**④は別途500円 **持**②のみ食糧 **時**9月16日(金)まで

30人先着) **料**①9,000円②11,000円③④5,000円 **時**①エプロン、三角巾②花ばさみ、ナイロンふろしき③茶道用ふくさ、扇子④ペンまたは万年筆(ペン字受講者)、小・大筆(毛筆受講者) **時**9月23日(金)まで

② 趣味の教室の芸能発表会
 時10月8日(土)午後1時～4時 **場**リリックホール **内**民謡、詩吟、よさこい、謡

③ 非日常大人スタイル／充実のプライベートライフ
 新しいことを始めたい人や退職後の居場所づくりをした人にとつたりの講座(計5回)です。
時・**内**①10月5日(水)午後7時～8時30分:ウクレレで歌いましょう②17日(月)午後6時30分～9時:日本の幸!大人の船を握ろう③22日(土)午後2時～4時:DIYで打楽器・カホン作り④26日(水)午後7時～8時30分:クルマをデザインするということ⑤11月2日(水)午後7時～9時:楽器を使わずあなたもドラマー(ボイスパーカッション) **時**①長岡アロハクラブ・畠山徳雄さん②にいがたの名工・八木正平さん③DIYアドバイザー!大橋久志さん④長岡造形大学教授・齋藤一彦さん⑤アカペラサークルハモろう亭・荒木隆幸さん **定**20人先着 **料**4、

長岡市芸術文化振興財団 ☎29・7715

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)。

① リリックホール開館20周年記念日コンサート
 ～響き合う歌声 ガラ・コンサート～
 長岡出身の国際的声楽家、故・中澤桂さんの功績を称えた日本歌曲を中心としたコンサートです。
時11月1日(火)午後6時30分から **場**リリックホール **出演**=五十嵐郊味、佐藤晶子、鈴木愛美、長岡少年少女合唱団 **ゲスト**=レガール東京 **ピアノ**=腰塚賢二 **料**全席指定1,000円

② 平成29年度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 **時**9月30日(金)までにリリックホールなどにある申込書で

●図や表などの略字の見方は12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、●●にファクス、●●に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
ア〇=アオーレ長岡 **市**〇=市民センター
内〇=大手通庁舎 **さい**〇=さいわいプラザ

中之島文化センター ☎66・1310

●「ポンドでポーチ作り」
 時10月2日(日)午前10時～正午 **対**中学生以上 **料**700円
時9月17日(土)から

越路支所地域振興課 ☎92・5910

① 越路文化展60回記念美術教室作品展覧会
時9月14日(水)～27日(火)午前9時～午後4時30分(最終日は午後3時まで) **場**長谷川邸 **内**長谷川邸を題材とした絵画・写真 **料**高校生以上420円

② 地学講座
時・**内**①9月27日(火)午後7時～9時:日本の生物相の特徴とその生い立ち②10月2日(日)午前9時～午後5時:野外観察会「地層と化石の観察から越路の大地の生い立ちを探る」③13日(木)午後7時～8時30分:地層に記録された海面の変動④25日(火)午後7時～9時:生痕化石と古環境 **時**①上越教育大学副学長・天野和孝さん③信州大学学術研究院・保柳康一さん④生痕研究グループ・豊岡明子さん **場**越路総合福祉センター(②は越路支所集合) **定**②のみ40人先着 **料**①、500円(②は別途500円) **持**②のみ食糧 **時**9月16日(金)まで

30人先着) **料**①9,000円②11,000円③④5,000円 **時**①エプロン、三角巾②花ばさみ、ナイロンふろしき③茶道用ふくさ、扇子④ペンまたは万年筆(ペン字受講者)、小・大筆(毛筆受講者) **時**9月23日(金)まで

② 趣味の教室の芸能発表会
 時10月8日(土)午後1時～4時 **場**リリックホール **内**民謡、詩吟、よさこい、謡

③ 非日常大人スタイル／充実のプライベートライフ
 新しいことを始めたい人や退職後の居場所づくりをした人にとつたりの講座(計5回)です。
時・**内**①10月5日(水)午後7時～8時30分:ウクレレで歌いましょう②17日(月)午後6時30分～9時:日本の幸!大人の船を握ろう③22日(土)午後2時～4時:DIYで打楽器・カホン作り④26日(水)午後7時～8時30分:クルマをデザインするということ⑤11月2日(水)午後7時～9時:楽器を使わずあなたもドラマー(ボイスパーカッション) **時**①長岡アロハクラブ・畠山徳雄さん②にいがたの名工・八木正平さん③DIYアドバイザー!大橋久志さん④長岡造形大学教授・齋藤一彦さん⑤アカペラサークルハモろう亭・荒木隆幸さん **定**20人先着 **料**4、

③ 中尾ミエプロデュース ザ・デイサービス・ショウ2016

高齢者施設を舞台に、お年寄りたちが繰り広げる痛快コメディミュージカルです。
時12月6日(火)午後6時30分～8時50分 **場**リリックホール **出演**=中尾ミエ、尾藤イサオ、モト冬樹ほか **料**全席指定3,000円 **青少年招待**(小学4年生～高校生)=30人抽選(時)9月17日(土)～10月17日(月)必着) **チケット発売日**=9月17日(土)

◆園や園などの略字の見方は12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

雪国植物園 季節の花⑳3 みつけた!

ヒガンバナ
 (9月下旬～10月上旬)
 40cm前後の若草色の直立した1本の茎の頂に、鮮やかな赤色の花を咲かせます。同園では5万株の大群落を見ることが出来ます。



1 一火燭土器 発見80周年記念・特別展「馬高遺跡出土品展」
 馬高縄文館 ☎46・0601
 普段展示していない重要文化財などを公開します。
 時9月24日(土)～11月6日(日) 午

2 土器づくり
 時・場①9月25日(日)：馬高縄文館②10月2日(日)：藤橋歴史の広場 時間①午前10時～午後3時 ②小学生以上(小学生は保護者同伴) 定①20人 ②10人 ③10人 ④10人 ⑤10人 ⑥10人 ⑦10人 ⑧10人 ⑨10人 ⑩10人 ⑪10人 ⑫10人 ⑬10人 ⑭10人 ⑮10人 ⑯10人 ⑰10人 ⑱10人 ⑲10人 ⑳10人 ㉑10人 ㉒10人 ㉓10人 ㉔10人 ㉕10人 ㉖10人 ㉗10人 ㉘10人 ㉙10人 ㉚10人 ㉛10人 ㉜10人 ㉝10人 ㉞10人 ㉟10人 ㊱10人 ㊲10人 ㊳10人 ㊴10人 ㊵10人 ㊶10人 ㊷10人 ㊸10人 ㊹10人 ㊺10人 ㊻10人 ㊼10人 ㊽10人 ㊾10人 ㊿10人

3 縄文土器をつくろう!
 馬高遺跡や火燭土器などをテーマにした作品展です。
 時9月17日(土)～10月2日(日) 午前9時～午後5時 無料 (展示室は入館料が必要。9月17日(土)～19日(祝)は展示室入館も無料)
 前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで。月曜休館。祝日の場合は翌日) 定一般200円、高校生以下無料



▲馬高遺跡で発見された縄文土器(国重要文化財)

4 新産3オン3大会
 時10月23日(日)午前9時～午後5時30分(10月16日(日)組み合わせ抽選会) ①16歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ②10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ③10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ④10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑤10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑥10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑦10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑧10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑨10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑩10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑪10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑫10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑬10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑭10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑮10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑯10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑰10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑱10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑲10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ⑳10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉑10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉒10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉓10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉔10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉕10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉖10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉗10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉘10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉙10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉚10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉛10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉜10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉝10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉞10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㉟10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊱10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊲10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊳10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊴10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊵10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊶10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊷10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊸10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊹10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊺10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊻10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊼10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊽10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊾10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム ㊿10歳以上(1チーム7人まで。男女混合可) 定20チーム

5 キノコを調べる会
 前9時～午後4時 場信濃川大河津資料館(燕市)
 里山のキノコの採集、鑑定をします。
 時10月9日(日)午前10時～午後2時(雨天決行) 場東山ファミリアランド周辺 集合市営スキー場ロッジ 調長岡きのこ同好会・原信高さんほか 持屋食、採集用ビニール袋 ★採集したキノコとフラット作品展示会
 時10月10日(祝)午前9時～午後4時 場さいわいプラザ

スポーツ

南部体育館フィットネス教室(10月～12月)

開催日など詳しくはお問い合わせください(初回は無料体験日)。☎9月9日(金)から電話(☎39・3600)または窓口で

教室名	10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	3日	月	19:30～20:30	8回	どなたでも	15人	4,800円
②ダイエットウォーキング	11日	火	10:00～11:00	11回	どなたでも	25人	6,600円
③アームレスリング	4日	火	19:30～20:30	12回	高校生以上	6人	6,000円
④かんたんリズム体操	12日	水	12:00～13:00	10回	どなたでも	30人	6,000円
⑤リラックスアロマヨガ	5日	水	14:00～15:00	11回	どなたでも	15人	6,600円
⑥毎日コツコツ体操	13日	木	10:00～11:00	9回	どなたでも	30人	5,400円
⑦初心者向けフラグダンス	6日	木	13:00～14:00	10回	どなたでも	15人	6,000円
⑧小学生ヒップホップダンス	6日	木	18:30～19:30	10回	小学生と保護者	30人	1組10,000円 子どものみ6,000円
⑨初級ヒップホップダンス	6日	木	20:00～21:00	10回	中学生以上	30人	6,000円
⑩ナイトヨガ	6日	木	19:30～20:30	10回	どなたでも	15人	6,000円
⑪リフレッシュウォーキング	7日	金	10:00～11:00	10回	どなたでも	25人	6,000円
⑫男性向け全身エクササイズ	7日	金	19:00～20:00	10回	どなたでも	10人	5,000円
⑬バレトン	7日	金	19:30～20:30	10回	どなたでも	15人	6,000円

国営越後丘陵公園

☎47・8001



時午前9時30分～午後5時 定65歳以上210円、高校生以上410円、小・中学生80円 駐車料=普通車310円、大型車1,030円、二輪車100円 65歳以上入園無料日=9月19日(祝)(駐車料などは有料) 入園無料日=10月2日(日)(駐車料などは有料) 休園日=なし

1 コスモスまつり
 9月下旬から赤・白・ピンク、10月はイエローが開花します。
 時9月17日(土)～10月23日(日)
 ◀丘一面に30万本が咲きそろいます

2 秋の10km健康ウォーキング
 時9月19日(祝)午前10時～午後4時 集合=ウェルカムゲート 定100人先着 定大人1,600円、小・中学生1,000円(アクアール長岡入浴料、入園料、豚汁、おにぎり代含む。駐車料別) 甲9月14日(水)までにアクアール長岡☎47・5656へ

3 クラシックカー展
 時10月2日(日)午前9時30分～午後3時 場緑の千畳敷

4 ふるさと越後の秋まつり
 時10月8日(土)～10日(祝)午前10時～午後4時30分 場緑の千畳敷(雨天時は花と緑の館) 内ふれあい動物園、伝統芸能、グルメ屋台など 定ふれあい動物園300円、エサやり体験200円

5 今井秀治～バラの写真撮影セミナー～
 時10月9日(日)午後1時30分～3時 場暖の館

陸上競技場開場40周年記念 スポーツフェスタ

子どもから大人まで、楽しみながら体力や運動能力を高めるコーナーが満載です。

時 9月19日(祝)午前9時30分～午後4時30分
 ①走り方教室(午前10時30分～11時15分、午後1時30分～2時15分、3時～3時45分) ②50mトライアル(午前9時30分～10時、11時30分～正午、午後2時30分～3時、4時～4時30分) ③大人のための体操教室(午前10時～10時30分、11時30分～正午、午後1時～1時30分、2時～2時30分) ④ノルディックウォーキング(午前9時30分～10時、11時30分～正午) ⑤ヘキサスロン、ストラックアウトなど 対①②小学生以下③④成人 定①各20人先着②各30人先着③④各10人先着 ¥500円 陸上競技場 ☎27・6300 (①～④は要事前申し込み)



昭和51年にオープンした陸上競技場は、県内で初めて、雨天でも使用できる舗装コースを備え、注目を集めたんだ。さらに整備を進め昭和57年から日本記録も公式に認められる競技場になったんだ。

かわぐっち

●**無料体力測定会**
 時・場 ①9月10日(土)午後7時～8時30分：中之島体育館(☎66・1711) ②17日(土)午後7時～8時30分：みしま体育館(☎41・2133) ③20日(火)午前10時～11時30分：...

●**スポーツ振興課** ☎32・6117

●**骨盤体操** 身体の歪み解消！
 時 9月12日(月)・20日(火)・28日(水)、10月3日(月)午前9時30分～10時15分 対20歳以上 定各10人先着 ¥各500円 申各前日まで

●**マラソン大会に向けて！** キッズ体力UP教室
 時 9月12日(月)・28日(水)、10月3日(月)午後4時30分～5時15分(計4回) 対小学生 定20人先着 ¥3,000円 申9月11日(日)まで

●**市民マラソン大会**
 時 10月8日(土)午前8時30分スタート コースⅡ信濃川河川堤防マラソンコース 集合Ⅱ陸上競技場 種目Ⅱ一般・高校生(8km・5km)、中学生

●**市民スポーツ祭**
 時 10月9日(日)午前9時30分から 場 市民体育館 種目Ⅱ一般、高校生、初心者教室の部 ¥1,000円 申9月30日(金)までに料金を添えて市民体育館へ

●**市民マラソン大会**
 時 10月23日(日) 場 ニュータウン運動公園 定 16チーム先着 ¥1,000円 申 9月12日(月)～10月5日(水)に各体育館にある申込書で

●**市民マラソン大会**
 時 10月2日(日) 場 希望が丘テニス場 種目ⅡA・B・C・ベテラン(ペア年齢合計90歳以上) 対市内に在住・通勤・通学する人 ¥1組4,500円 申9月20日(火)(必着)までに希望が丘テニス場にある申込書で 岡長岡市テニス協会・川上さん ☎090・1880・3510

●**学校開放バドミントン教室**
 時 9月12日～12月12日の毎週月曜日午後7時30分～9時30分(9月19日、10月10日を除く計12回) 場 中島小学校 対18歳以上(高校生は除く) ¥3,000円 岡長岡バドミントン協会・村田さん ☎351169

●**学校開放バドミントン教室**
 時 9月12日～12月12日の毎週月曜日午後7時30分～9時30分(9月19日、10月10日を除く計12回) 場 中島小学校 対18歳以上(高校生は除く) ¥3,000円 岡長岡バドミントン協会・村田さん ☎351169

●**学校開放バドミントン教室**
 時 9月12日～12月12日の毎週月曜日午後7時30分～9時30分(9月19日、10月10日を除く計12回) 場 中島小学校 対18歳以上(高校生は除く) ¥3,000円 岡長岡バドミントン協会・村田さん ☎351169

●**学校開放バドミントン教室**
 時 9月12日～12月12日の毎週月曜日午後7時30分～9時30分(9月19日、10月10日を除く計12回) 場 中島小学校 対18歳以上(高校生は除く) ¥3,000円 岡長岡バドミントン協会・村田さん ☎351169

●**秋の初心者太極拳教室**
 時 ①9月27日、10月25日の毎週火曜日 ②9月29日、10月27日の毎週木曜日 ③9月30日、10月28日の毎週金曜日(各計5回) 時間 ①③午前10時～11時 ②午前10時～11時30分 場 市民体育館 ¥各2,000円 申 9月21日(水)までにスポ協へ 岡長岡太極拳協会・片桐さん ☎36・4758

●**秋の初心者太極拳教室**
 時 ①9月27日、10月25日の毎週火曜日 ②9月29日、10月27日の毎週木曜日 ③9月30日、10月28日の毎週金曜日(各計5回) 時間 ①③午前10時～11時 ②午前10時～11時30分 場 市民体育館 ¥各2,000円 申 9月21日(水)までにスポ協へ 岡長岡太極拳協会・片桐さん ☎36・4758

●**秋の初心者太極拳教室**
 時 ①9月27日、10月25日の毎週火曜日 ②9月29日、10月27日の毎週木曜日 ③9月30日、10月28日の毎週金曜日(各計5回) 時間 ①③午前10時～11時 ②午前10時～11時30分 場 市民体育館 ¥各2,000円 申 9月21日(水)までにスポ協へ 岡長岡太極拳協会・片桐さん ☎36・4758

●**秋の初心者太極拳教室**
 時 ①9月27日、10月25日の毎週火曜日 ②9月29日、10月27日の毎週木曜日 ③9月30日、10月28日の毎週金曜日(各計5回) 時間 ①③午前10時～11時 ②午前10時～11時30分 場 市民体育館 ¥各2,000円 申 9月21日(水)までにスポ協へ 岡長岡太極拳協会・片桐さん ☎36・4758

スポーツ

福祉課アオ ☎39・2343
 FAX 39・2256

陸上競技場

☎27・6300

北部体育館

☎24・6116

市民体育館

☎27・6300

市民体育館フィットネス教室(10月～12月)

開催日など詳しくはお問い合わせください。
 申9月13日(火)(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9月19日(祝)ころ発送します)

教室名	10月初回	曜日	時間	回数	対象	定員	料金
①骨盤体操	3日	月	19:00～20:00	9回	どなたでも	27人	4,500円
	3日	月	20:10～21:10				6,500円
②ジュニア・ヒップホップ	1日	土	16:30～17:30	13回	小学生	27人	4,500円
③たのしいフラダンス	3日	月	13:30～14:30	9回	どなたでも	27人	4,500円
④はじめてピラティス	4日	火	19:00～20:00				5,500円
⑤子連れヨガ	4日	火	11:10～12:10	13回	母親と子	25組	1組6,500円
⑥ハツラツ健康体操	4日	火	13:30～14:30				6,500円
⑦シェイプアップ・ボクシング	4日	火	20:10～21:10	11回	どなたでも	27人	5,500円
	7日	金	19:00～20:00				6,500円
⑧ソフトエアロビクス	5日	水	10:00～11:00	11回	成人男性	27人	5,500円
⑨ヒップホップ	6日	木	19:30～20:30				6,500円
⑩男性のための体力づくり	5日	水	20:00～21:00	13回	どなたでも	27人	5,500円
⑪すてきにピラティス	5日	水	13:30～14:30				6,500円
⑫やさしいフラダンス	6日	木	12:20～13:20	13回	未就園児と保護者	45組	1組6,500円
⑬ラテンエアロ	6日	木	13:30～14:30				1組5,500円
⑭はじめてのフラダンス	4日	火	19:00～20:00	11回	小学生以下	27人	5,500円
⑮親子英語でリトミック	4日	火	20:10～21:10				6,500円
⑯親子英語でリトミック幼児	4日	火	10:30～11:30	13回	どなたでも	27人	5,500円
⑰親子英語でリトミック小学生&アドバンスド	7日	金	16:15～17:15				6,500円
⑱はじめてヨガ	7日	金	17:30～18:30	11回	どなたでも	27人	5,500円
	4日	火	13:30～14:30				6,500円
	5日	水	10:00～11:00				6,500円
	5日	水	11:10～12:10				6,500円
	5日	水	12:20～13:20				6,500円
	5日	水	19:00～20:00				6,500円
	5日	水	20:10～21:10				6,500円
	6日	木	10:00～11:00				6,500円
	6日	木	11:10～12:10				6,500円
	6日	木	19:00～20:00				6,500円
	6日	木	20:10～21:10				6,500円
	7日	金	10:00～11:00				6,500円
	7日	金	20:10～21:10				6,500円
18日	土	19:00～20:00	6,000円				
18日	土	20:10～21:10	5,500円				
⑳腰痛予防改善	1日	土	15:00～16:00	12回	3歳～未就学児	15人	6,000円
㉑太極拳	5日	水	15:00～16:30	11回	小学生まで	30人	7,500円
㉒Dance αダンス	2日	日	17:00～17:45	9回	高校生まで	30人	6,000円
	2日	日	18:00～19:00				9,000円
2日	日	19:00～20:30					

◆図や表などの略字の見方は12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

◆**図**や**表**などの略字の見方は12ページ
 ◆**図**どなたでも、**図**特になし、**無**無料、**要**不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆**電**に電話、**フ**アックス、**E**メール、**市**(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**シ=市民センター
大手=大手通庁舎 **さい**=さいわいプラザ

楽しく学んで健康づくり

1 歩いて健康に タニタカフェ×謎解きまち歩きゲーム

タニタカフェ1回利用ごとに受け取る1問分の「謎解きシート」で、2週間に1問ずつ計5問の市内観光スポットに関するクイズを解きます。全問正解者にはタニタカフェ割引券などのプレゼントがあります。
 時9月17日(土)～11月20日(日) **市**タニタカフェ**市**シ**大**手**大**手通庁舎**大**手通**大**手通
 39・7867 担当=福祉総務課**ア**オ**大**手通**大**手通

2 カフェDE運動・健康相談

時9月12日(月)・26日(月)午後1時30分～3時30分、15日(木)・29日(木)午前10時～正午 **市**タニタカフェ **内**運動や健康づくりの相談 **市**運動指導員、保健師 **市**健康課 **さい**39・7508

3 カフェDE健康講座

時・**内**①9月13日(火)…背筋をピンッ!腰痛予防体操②20日(火)…「お口の健康講座」楽しいお口のトレーニングでカラダも笑顔もパワーアップ③27日(火)…人生を愉しむコツ～老いや病気をチャンスに変える～④30日(金)…運動効果UP!お役立ち健康グッズ 時間=午前10時～11時 **市**タニタカフェ **市**健康課 (②は長寿はつらつ課**さい**39・2268)

4 歩いていい友!～長岡に広げよう歩友の輪～

時9月23日(金)午前10時～11時、10月4日(火)午後6時30分～7時30分(雨天決行) 集合=タニタカフェ **内**まちなかウォーキング **市**健康課

5 多世代湯ったり健康セミナーinアクアール

栄養・運動講座のほか、タニタレシピを会食し温泉でリラックします。
 時10月26日(水)、11月9日(水)午前9時30分～午後3時 **市**タニタ管理栄養士、健康運動指導士、保健師 **市**18歳以上の市民 **市**各30人**市**選 **市**1,200円(昼食代)
市9月23日(金)(必着)までに、はがきに「多世代湯ったり健康セミナー希望」、希望日、郵便番号、住所、氏名、電話番号(はがき1枚で2人まで)を記入し、〒940-0084幸町2-1-1健康課へ(結果は9月30日(金)ころ発送)

10月1日(土)から B型肝炎の予防接種を無料で受けられます

市平成28年4月1日以降に生まれた生後2カ月～1歳未満児 回数=3回(すでに接種した回数は対象外) 予約=8月以降生まれの人…生後2カ月の月に予防接種個人シールと一緒に送付、4月から7月生まれの人…協力医療機関に設置 **市**協力医療機関(要予約) **市**子ども家庭課**さい**39・2300

健康

長寿はつらつ課**さい**39・2268

1 高齢者向けはりきゅう・マッサージ体験治療

時9月25日(日)午後1時～4時 **市**日越コミュニティセンター **市**対65歳以上

2 川口温泉若返りツアー 元気がつらつ隊

頭と体を10歳若返らせる日帰りバスツアーです。
 時・集合①10月7日(金)：与板支所②14日(金)：和島支所③28日(金)：寺泊支所 時間①午

前9時～午後5時 **市**川口温泉 **内**運動、認知症予防などの介護予防プログラムの体験 **市**対65歳以上 **市**各20人**市**選 **市**1,000円(昼食代含む)
市①9月23日(金)②30日(金)③10月14日(金)まで

筋トレやアロマストレッチで足腰を元気にするよ。体を動かした後に川口温泉は格別だね。総料理長おすすめのご長寿弁当もお楽しみに!
 ◀かわぐち

3 今日から始める健康づくり 自分の足で歩き続けるための秘訣
 最新の研究成果を交えて紹介します。
 時10月8日(土)午後1時30分～3時 **市**ホテルニューオータニ長岡 **市**講筑波大学大学院教授・久野譜也さん **市**定350人**市**先着 **市**申10月3日(月)まで

福祉課**ア**オ **市**39・2343
市障害者ハンドブック「ともに生きる」のご利用を
 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお

くま

知って得る介護研修会

1 認知症を知ろう!
 時9月29日(木)午前10時～午後2時 **市**場地域包括支援センターかわぐち
 2 歯は命!正しい口腔ケア
 時9月30日(金)午前9時30分～11時30分 **市**場中之島コミュニティセンター

3 おいしくて食べやすい介護食を作る
 時10月12日(水)午前10時～午後1時 **市**場越路総合福祉センター
 4 動いてストレス解消!身近なところでリフレッショしよう
 時10月20日(木)午前10時～午後

1 時 **市**場栃尾産業交流センター
 2 時 **市**場中之島コミュニティセンター

子ども家庭課**さい**39・2300
市パパママサークル
 妊娠や出産を学んだり相談したりする場です。



持ちの人などが利用できる各種サービスを紹介します。配布場所**市**福祉窓口**ア**オ、各支所市民生活課、市ホームページ

市内の小学校に入学を希望する場合はご相談ください。健康診断の日程などをお知らせします。

1 被災地から避難し、現在市内に住んでいる
 2 被災地から住民票を異動していない
市園学務課**さい**39・2239

長岡サポステ若者就職相談
 時平日午前10時～午後5時 **市**対15歳～39歳で職業・学業に就いていない人、今春高校、大学・短大・専修学校など卒業予定の就職未内定者 **市**申長岡地域若者サポートステーション(今朝白) **市**86・7730 ※詳しくは長岡サポステホームページをご覧ください **市**担当**市**商業振興課**大**手**市**39・2228

健康課**さい**39・7508

1 アルコール相談会

お酒の飲み過ぎなどの相談に応じます。
 時9月15日(木)午後2時～4時 **市**場さいわいプラザ **市**相談員**市**専門相談員、保健師 **市**2人**市**先着 **市**申9月13日(火)まで

2 ココロの相談会

「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9月28日(水)午後2時～4時

ココカラ☆アンチエイジング 女性の健康生活プログラム

時9月30日(金)、10月14日(金)、11月11日(金)・25日(金)、12月9日(金)(計5回) 時間=午後7時～8時30分(初回と25日は午後9時まで) **市**場さいわいプラザ **市**対市内在住の19歳～64歳の女性で、健診で血圧・中性脂肪・HDLコレステロール・HbA1cのいずれかが保健指導値以上の人 **市**定30人**市**先着 **市**¥500円

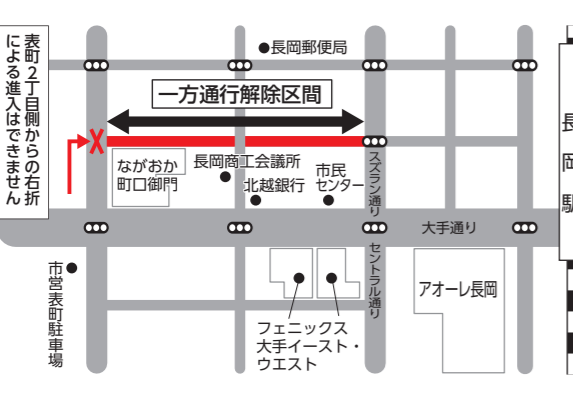


▲運動講座のヨガ

★初回は一般公開します
市場さいわいプラザ **市**内ストレスケア～自分と向き合おう～ **市**講セルフアドヴァンス協会・水科江利子さん **市**対女性 **市**定50人**市**先着 **市**申9月7日(水)～23日(金)に健康課**さい**39・7508へ

「ながおか町口御門」の竣工に合わせ 一方通行を解除します

時9月30日(金)午前6時から **市**場市民センター北側市道 **市**長岡警察署**市**38・0110 担当=中心市街地整備室**大**手**市**39・2807





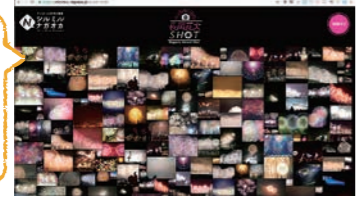
市外に長岡を紹介する市勢要覧を基に作成した新しいウェブサイトです。市勢要覧の内容を見られるほか、長岡が誇る名所や景観を特殊撮影した動画や写真投稿企画で、長岡の魅力を発信・共有していきます。

1 長岡花火SHOT

市民や長岡ファンからの投稿写真や動画を、特設サイトで誰でも自由に閲覧できます。

▶投稿はこちらから
 ※投稿期限は9月30日(金)まで

「自宅から撮影」という市民ならではの魅力を感じるショットもあります。投稿のコメントには、花火への思いやこだわりも。長岡花火をみんなが楽しむ”新しいカタチ”です。



長岡ネタをいち早く知りたい人は
 フェイスブック
長岡市Facebook
 「いいね！」は2,000件超。これからも旬な情報を発信し続けます。
<https://www.facebook.com/city.nagaoka/>

2 タイムラプス動画「NAGAOKA time」

市内の身近な風景をコマ撮りした動画です。



第1弾はアオーレ長岡。見慣れた場所のはずなのに、思わず「へえ〜」となってしまうような場面が盛りだくさん。つい最後まで見続けてしまう動画です。

保育園など入園申し込み前に認定申請を

来年4月から入園希望の場合、保育園・認定こども園（保育園部分）などは10月3日(月)から、幼稚園・認定こども園（幼稚園部分）は11月の入園申し込みと同時に受け付けます。詳しくは市ホームページで。

図保育課 ☎39・2219

10月分から 子どもの医療費助成入院助成を中学校卒業まで拡大

助成を受けるためには申請が必要です。対象者には、申請書を郵送しました。9月16日(金)までに申請した人には、9月末に新しい受給者証（入院）を送ります。

図子どもが1人または2人いる世帯
 本人負担額＝入院…1日上限1,200円（非課税世帯のみ食事助成あり）
 申請に必要なもの＝子どもの健康保険証、印鑑、保護者の「個人番号カード」または保護者の「通知カードと本人確認書類」
 図福祉課 ☎39・2319、各支所市民生活課

イト点灯
 ・シートベルトとチャイルドシートは正しく着用
 ・飲酒運転を「しない・させない・許さない」の徹底
 図市民活動推進課 ☎39・2206

●納め忘れはありませんか？
 国民健康保険料
 納付コールセンター開設
 9月から国民健康保険料の納付が遅れている人に、電話による納付案内を行います。「長岡市国民健康保険料納付コールセンター」として市からの委託を受けた民間事業者のオペレーターが、未納となっている保険料の納期限、金額などをお知らせします。納付相談は、国保年金課図保保険料係、各支所市民生活課へどうぞ。
 図来年3月までの毎月20日ごろ

●日赤救急法基礎講習会
 時10月15日(土)午後1時～5時
 30分 場さいわいプラザ ☎15歳以上 定30人(先着) (5人以下は中止の場合あり) ☎1,500円 図9月30日(金)までに日赤安全奉仕団長岡市分団事務局(福祉総務課 ☎39・2220)

●在宅介護者支援金の申請は9月30日(金)まで
 支給期間 5月～8月 支給時期 11月下旬 図市が送付した申請書に必要事項を記入し、ケアマネジャーまたは地域包括支援センターの確認後、郵送で長寿はつらつ課へ 図長寿はつらつ課 ☎39・2268、各支所市民生活課

●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)。
 図9月14日(水)・21日(水)・28日(水)、10月5日(水)午後1時30分～4時 場 消費生活センター ☎32・0022



●女性活躍推進セミナー
 人財不足解消に向け、女性社員のチカラを活かす
 時10月13日(水)午後3時～5時
 場 まちなかキャンパス長岡
 内職場づくりの取り組みや成功事例 図経営者・管理者・人事担当者 定50人(先着) 図
 ・ 10月11日(火)までに(株)エム・エスオフィス ☎30・1230へ 担当 商業振興課 大手 ☎39・2228

●税理士無料税務相談(要予約)
 時9月21日(水)、10月5日(水)午



●稲わら・もみ殻の焼却は絶対にやめましょう
 焼却で出る煙は、ぜんそくの悪化や目・のどの痛みといった体への悪影響、車の視界を遮る交通障害などを引き起こし、多くの苦情が寄せられます。
 生活への悪影響をなくし、美しい環境を守りましょう。
 ☆稲わら・もみ殻は田んぼを元気にする有機資源
 燃やさず、土に戻し、有効活用を徹底しましょう。

●土作りのポイント
 ①秋のすき込みは10月末までに
 ②5～10cm程度の浅打ちを
 ③腐熟促進剤や、よりりん、ケイカルなどの土作り資材を使用し分解促進を
 図農水産政策課 ☎39・2223

●9月21日(水)～30日(金)は秋の全国交通安全運動
 夕暮れは、早めのライトと反射材
 秋は夕暮れの早まりと行楽期が重なり、交通事故が多発する傾向にあります。
 ・歩行者は反射材を活用
 ・自動車や自転車は早めのラ

長岡まつり大花火大会観覧会場を公園として使えます

信濃川右岸河川敷広場の一部を開放します。
 図9月10日(土)から ※火気の使用不可。団体利用は、公園緑地課 ☎39・2230へ申請が必要です



ボール遊びやグラウンドゴルフなどに最適!

市議会を傍聴しませんか

本会議や委員会は公開されています。お気軽においでください。

9月定例会の日程

期日	会議名	場所
9月6日(火)	議会運営委員会	第二委員会室
	本会議(招集日)	議場
7日(水)～9日(金)	本会議※	
12日(月)	建設委員会	第一委員会室
13日(火)	産業市民委員会	
14日(水)	文教福祉委員会	
15日(木)	総務委員会	
20日(火)、21日(水)、23日(金)	決算審査特別委員会	
27日(火)	議会運営委員会	第二委員会室
	本会議(最終日)	議場

※7日(水)～9日(金)の本会議は、一般質問者の人数により日程を短縮する場合があります
 図本会議…午後1時から、議会運営委員会…午前11時30分から、常任委員会(建設・産業市民・文教福祉・総務)、決算審査特別委員会…午前10時から 図本会議…67人(車いす利用2人分含む)、親子傍聴席10人、委員会…12人
 本会議・常任委員会・決算審査特別委員会の生中継や録画中継は、市ホームページでご覧いただけます。
 図議会総務課 ☎39・2244

市の産業発展に貢献 外山脩造賞に岡部福松さん

岡部さんは鉄工業会の役職を長年にわたって歴任。使用しなくなった自社の工場を「匠の駅」として一般開放し、ものづくり人材の育成に尽力したことが評価されました。

★授賞式
 時9月25日(日)午後3時～3時20分 場アオーレ長岡
 図工業振興課 ☎39・2222



「匠の駅」では、3Dプリンタや研磨機などの工作機械を誰でも自由に使えます。
 岡部さんは「特に子どもたちにもものづくりの楽しさを知ってもらいたいです」と「匠の駅」の意義を語ります。

納期限は9月30日(金)です

- 国民健康保険料 (3期)
- 後期高齢者医療保険料 (6期)
- 介護保険料 (6期)
- 下水道事業受益者負担金 (2期)

急患診療のお知らせ

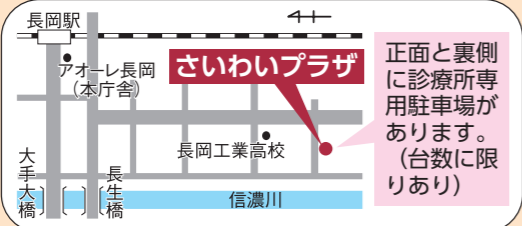
診療時間外や休日に具合が悪くなったときにご利用ください。受診の際は、必ず保険証と医療費助成の受給者証(ある人)を持参してください。

- 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	診療曜日				
			日・祝	月～金	土	日	祝
①休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科	午後6時45分～9時30分	—	●	—	—	—
	内科 小児科 外科	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分	●	—	—	—	—
②休日急患歯科診療所 ☎33・9644	歯科	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分	●	—	—	—	—
③中越こども急患センター ☎86・5099	小児科	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小国診療所 ☎95・2010 (小国町楢沢88)	内科・歯科	第3日曜日のみ 午前8時30分～11時30分 午後1時30分～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
9月 4日(日) 田崎医院 ☎62・1122	貝瀬皮膚科 ☎66・8100	
11日(日) 星野医院 ☎62・0998	中之島クリニック ☎61・2551	
18日(日) 山谷クリニック ☎61・1388	見附南医院 ☎63・4477	
19日(祝) 杏仁堂医院 ☎62・0123	寺師医院 ☎62・0137	
22日(祝) さえき内科 ☎66・8500	貝瀬皮膚科 ☎66・8100	
25日(日) 関谷医院 ☎61・0205	中之島クリニック ☎61・2551	
10月 2日(日) 石川医院 ☎66・2140	わたなべ皮フ科 ☎62・7750	

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

自信作求む

長岡市美術展覧会(市展) 作品募集

募集要項は情報ラウンジ[アオ]、各支所、市民センター、各図書館、中央公民館[さい]、各コミュニティセンター、画材店、書道用品店、一部カメラ店、市ホームページにあります。

●日本画、洋画、彫刻、工芸、書道、写真(創作作品で未発表のもの) ②中学生以上 作品搬入=10月25日(水)午後2時～7時にアオーレ長岡へ ③一般…1点1,500円(同部門2点目は1,000円)、中・高校生…1点500円 ※1人1部門2点まで 展示期間=10月28日(金)～11月2日(水) ④場アオーレ長岡 ⑤生涯学習文化課[さい] ☎32・5110



約8千人の来場者があった作品を鑑賞します。

企業名や商品をPR 窓口封筒の無償提供者を募集

市民課などの窓口で置き、市民が各種証明書を持ち帰るために使用する封筒を無償で作製・提供する市内事業者を募集します。

3分の1以下の面積に広告を掲載でき、企業のPRや広告料収入を得ることができます。

封筒には広告のほか、市が指定する市政情報を掲載していただきます。

サイズや枚数など詳しくはお問い合わせください。

配置期間=平成29年4月～平成30年3月 ②選考方法=書類審査で1事業者を決定 ③9月21日(水)(必着)までに市民課中央サービスセンター[アオ](☎39・7512)にある申込書で

企業をPR!

広告

給付金のお知らせ

岡福祉総務課臨時福祉給付金班 ☎39・2992

①平成28年度臨時福祉給付金

①次の全てを満たす人②平成28年1月1日現在、長岡市に住居登録がある③平成28年度の住民税が非課税または免除されている(住民税課税者に扶養されている人などを除く)④生活保護などを受けていない 給付額=1人3,000円

②障害・遺族基礎年金受給者向け給付金

①の対象者のうち、平成28年5月分の障害基礎年金または遺族基礎年金などを受給している人(高齢者向け給付金受給者を除く) 給付額=1人30,000円

①②いずれも 給付の流れ=①市から対象となる可能性のある人がいる世帯の世帯主へ②を合わせた申請書を郵送③申請書を記入し、本人確認書類などと返信用封筒に同封し、市に返送④市が確認・審査後、口座に振込み ⑤9月6日(火)～12月5日(月)

★臨時福祉給付金を装った「振り込め詐欺」に注意!

市職員がATM(現金自動預払機)の操作や手数料の振り込みなどをお願いすることはありません。

◆図や表などの略字の見方は12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
[大通]=大手通庁舎 [さい]=さいわいプラザ

手続き・制度

●町内会活動などに自治宝くじコミュニティ助成事業を利用しませんか

自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業で、町内会などの活動で使う施設や用品の整備などに助成しています。
★平成29年度の希望団体募集
選考方法=多数の場合は抽選 ②9月20日(火)までに市民活動推進課[アオ] ☎39・2206、各支所地域振興課へ(9月21日(水)午後7時からさいわいプラザで抽選会・説明会を行います)

募集

●平成29年度園児新潟大学教育学部附属幼稚園

③3歳児:25人程度、4歳児:15人程度、5歳児:10人程度 ④入園選考説明会=9月27日(火) ⑤願書請求=9月26日(月)～10月5日(水)の平日に同学校事務室(学校町1) ☎32・4956へ

●平成29年度花苗の配布

①街路花壇や公園など公共の場所では花を育てる町内会などの団体 ②9月30日(金)までに、長岡地域の団体は緑花センター(花テラス) ☎39・8718、支所地域の団体は各支所

苗の配布は来年の5月と10月。例年、300団体以上から申し込みがあり、約10万本の苗を配っています。みんなで市内を花いっぱいにしよう!



産業建設課(板尾支所)は建設課にある申込書で

土木技術職は受験資格緩和でさらに受けやすく

あなたの経験を長岡のために 社会人を対象に職員募集(平成29年4月採用)

採用職種	採用予定人数	受験資格
①一般事務	4人程度	・昭和56年4月2日～平成元年4月1日生まれ ・民間企業などの職務経験が3年以上ある※
②土木技術	3人程度	

※職務経験には、民間企業の正規社員のほか、自営業者や臨時・非常勤の社員(職員)や公務員なども含まれます。詳しくは試験案内をご確認ください

受付期間=9月5日(月)～26日(月)(消印有効)
受付方法=申込書類を郵送で人事課へ
第1次試験日=10月23日(日)

◆試験案内と申込書類の入手方法

- ①配布場所…人事課[アオ]、市役所総合ガイド[アオ]、まちなかキャンパス長岡、各支所地域振興課、市民センター、東・西サービスセンター、証明発行コーナー[さい]、各図書館
- ②市ホームページ <http://www.city.nagaoka.niigata.jp/shisei/cate03/saiyou/> からダウンロード
- ③郵送請求…封筒の表に「試験案内請求」と朱書きし、120円切手を貼った宛先明記の返信用封筒(角形2号)を同封の上、下記までご請求ください

問い合わせ

〒940-8501 大手通1-4-10
長岡市総務部人事課 ☎39・2201

長岡開府400年特別番組

稲川明雄が語る 今に活かせる長岡の歴史 第1回放送

長岡藩初代藩主・牧野成成の人物像や長岡版「常在戦場」について稲川明雄河井継之助記念館館長が語ります。放送局 エヌ・シー・ティ（ケーブルテレビ）放送日時 9月3日(土)から30日(金)までのほぼ毎日。詳しくは市のホームページをご覧ください。※第2回のテーマは、長岡城です 問い合わせ 企画課 ☎39・2345



みんなのひろば

時30分 場朝日酒造エントランスホール(朝日) ①リコーダーアンサンブルの愉しみ②リコーダーとバロックチェロ ③800円④2,800円⑤①②③④共通3,000円 ⑥同実行委員会・皆川さん ☎090・7258・4763

スポーツ

空手道初心者教室 9月14日、28日の毎週水曜日午後7時〜8時(計3回) 市民体育館 対年長児以上 施設使用料 甲光武会長岡支部・吉井さん ☎090・4845・6436

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…11月号は9月30日(金)(必着)、12月号は10月31日(月)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【11月号】11月10日(木)、【12月号】12月10日(土)以降のものに限りません。◆提出先…〒940-8501 広報編集課へ郵送、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。●原則として会員募集は年1回、同一団体の掲載は年4回までです。 広報編集課 ☎39・2202

催し

よみがえる「みず」 わくわくフェスタながおか 9月11日(日)午前10時〜午後3時 長岡浄化センター(上柳町) ①下水処理場見学会、妖怪ウォッチキャラクターショーなど ②新潟県下水道公社長岡支所 ☎28・20001

教職員とOB・OGによる オータムコンサート 9月22日(祝)午後2時〜4時 場リリックホール ①合唱、楽器演奏 ②小嶋さん(青葉台小学校内) ☎47・0250

ながおか健康社交ダンスの会・渡辺さん ☎090・9670・8002 蓮平猿倉岳天空のブナ林 秋のトレッキング 10月2日(日)午前8時〜午後2時 定30人 宛 ☎1,500円 9月20日(火)までに蓮平猿倉の森の会・中村さん ☎090・8813・7064へ

健康 地域と病院をつなぐ「ふれあい祭り」 9月10日(土)午前10時〜午後3時 ①講演、体験コーナー、各種相談など ②場・岡長岡赤十字病院 ☎28・3600

暮らし

9月25日(日)午前10時〜正午 場はつおう農園(王番田町) ①荒縄一本1,000円 ②園丁A越後ながおか上川西地域営農センター ☎27・7974

市民公開講座 依存症の基礎知識を再生への道 10月1日(土)午後1時〜4時30分 場千手コミュニティセンター ①講こころの相談室リカバリ代表・吉岡隆さん ②NPO法人新潟マック ☎32・9291

市民公開講座 依存症の基礎知識を再生への道 10月1日(土)午後1時〜4時30分 場千手コミュニティセンター ①講こころの相談室リカバリ代表・吉岡隆さん ②NPO法人新潟マック ☎32・9291

募 大人になってピアノ弾く会 毎月第1・3火曜日午前10時〜11時 場さいわいプラザ ☎2,000円 申渡辺さん ☎080・7944・1269

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

10/8 土

11:30~18:00

美味しい酒にアオーレ 越後長岡酒の陣

岡観光企画課 ☎39・2344

米百俵まつりと同時開催 (12ページ)

長岡の16蔵元がアオーレ長岡に集結



長岡出身で歌手・タレントの久住小春さんがオープニングの鏡開き (午前11時15分) と「長岡市日本酒で乾杯を推進する条例」のポスター完成お披露目 (午前11時30分) に登場します。

- 長岡16蔵元による地酒提供
- 長岡産食材を使ったおつまみの提供
- 長岡藩主ゆかりの「十分杯」紹介
- やさしい日本酒講座
- 利き酒チャレンジ



▲久住小春さん

当日 地酒・おつまみ チケット10枚綴 1,000円

- ★前売りチケットがお得です (2,000枚限定)
- 当日販売より1枚プラスの11枚綴りで1,000円
- 発売日=9月10日(土)
- 販売場所=まちなか観光プラザ ☎31・5202、長岡商工会議所 ☎32・4500、長岡小売酒販組合協力店 ☎34・3246

蔵人と話ができるチャンス！各蔵自慢の日本酒を、アドバイスをもらいながら飲み比べできます。



関連イベント

越後長岡美酒めぐり 美味しい酒に出会うまち



参加店舗一押し of 地酒と料理の「晩酌セット」を提供します。
時来年3月31日(金)まで
場長岡駅周辺34店舗
¥各店晩酌セット料金による

晩酌セットは各店さまざま

★スタンプラリーでプレゼントがもらえます

- スタンプカードは市有施設などにあります。晩酌セット注文でスタンプ1個押印します。
- ★5個…オリジナルおちょこ
- ★20個…プレミアムおちょこ
- ★全店制覇…長岡の地酒 (720ml)
- ※景品のおちょこを持参すると地酒1杯サービス

輝き人 vol.8



BMXレース
山口大地さん
3年生 18歳
帝京長岡高校

世界一に向けスピードアップ

2007年から出場している世界選手権で表彰台4回、2015年、2016年のアジア選手権連覇と世界レベルの実力を持つ山口さん。小千谷市の自宅から帝京長岡高校まで片道20kmを自転車で通っています。2歳から補助輪なしで自転車に乗り、4歳でBMXレースを始めました。現在は練習や大会のため1年の半分以上をアメリカやオーストラリアなど海外で過ごします。強みは、人一倍負けず嫌いな性格とジャンプやカーブなどで加速する高い技術。毎日2時間の練習で技術に磨きをかける一方、苦手なスタートを改善するため「最初の5こぎ目まででトップスピードに乗るよう筋肉の動きや体の姿勢を意識しています」。目標は東京五輪金メダル。さらにその先、「世界のライバルたちから、“BMXレースといたら山口大地”と言われる存在になりたいです」と世界の頂点を見据えて、真剣なまなざしで語りました。

BMXレース

BMXはBicycle Motocrossの略。競技用自転車でジャンプ台などのある400mのコースを走り、着順を競います。速度は最速60km/h程。2008年の北京五輪から正式種目に採用されています。



発行：長岡市 平成28年9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：広報編集課 ☎0258・39・2202/FAX0258・39・2272

人口と世帯 (8月1日現在) ※ ()内は前月比
人口/275,584人(-30) 世帯数/105,627世帯(+56)
男/134,467(-9) 女/141,117人(-21)

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

VEGETABLE OIL INK 植物油インキを使用しています