

山古志支所だより

6月号

2013.6.21 発行

編集・発行

長岡市山古志支所地域振興課地域振興・防災係 〒947-0204 長岡市山古志竹沢乙 461
電話：0258-59-2328 FAX：0258-59-2331 Eメール：ymks-chiiki@city.nagaoka.lg.jp
カラー版は長岡市ホームページでご覧いただけます。

お父さん、お母さんの
力を見せてやる！



山古志小・中合同運動会

運動会での子どもたちのがんばりに触発され、
保護者の綱引きで、お父さん、お母さんが大奮闘。
真剣勝負を繰り広げました。(5/19)



山古志小・中が力をあわせた運動会
優勝は白組でした。(5/19)



優勝した
「そんなMASAか」です

山古志ソフトバレーボール大会で
13チームがハードなバトル!(5/25)



小林幸子さんが山古志小の
子どもたちと田植え交流!(5/27)



アルパカ牧場に新しい仲間が入り
地域の人もにっこり!(5/31)

地域材「県産杉ブランド認証材」で家づくり

県産材スギ製品を使用した安心・安全な住宅づくりを支援する「ふるさと越後の家づくり事業」の募集を行っています。「越後杉ブランド認証材(品質・性能の明確な県産スギ材製品)」や「県産瓦」の使用量等に応じ、最高で70万円の補助金が支給されます。

問合せ：新潟県 長岡地域振興局 林業振興課
(☎ 38-2572)

還付金詐欺の電話に注意!

長岡市内の高齢者のお宅に、市役所を騙る、還付金詐欺の前兆電話が多発しています。



不審な電話や情報は、まずは家族に確認し、警察に相談しましょう。

担当：地域振興課 地域振興・防災係 (☎ 59-2328)

第2回 山古志地域委員会の開催状況

【日時】5月30日(木) 午後7時30分～9時00分

【会場】山古志支所 3階 大会議室

【議題・報告】

- ・光回線インターネット接続加入意向調査結果について
- ・長岡市地域コミュニティ事業補助金について
- ・分科会の設置について

【概要】

光回線インターネット接続加入意向調査の結果についての報告が行われたほか、長岡市地域コミュニティ事業補助金の申請団体から事業説明があり、補助対象事業として2団体とも承認されました。また、第一分科会、第二分科会を設置することとなりました。

担当：地域振興課 地域振興・防災係 (☎ 59-2328)

今年度の地域コミュニティ事業

山古志住民会議 お見合い プロジェクト

【目的】昨年度から引き続き、山古志でお見合いイベントを開催。若者が集い、議論や交流、地域を想うところを醸成する。

若者の集う場づくりを行いながら継続的な地域活動へとつなげる。

【内容】○若者を中心とした企画検討会 ○事前オリエンテーション ○お見合いイベントの開催

【目的】山古志地域住民が一堂に会し、楽しむ場を設け、より一層の連帯意識を高め、地域の活性化の一助となる。

中越防災フロンティア
やまこし
夏祭り

【内容】○山古志地域全体の夏祭りを企画・実施
○時期は盆期間 (8月17日(土)予定)

光回線インターネット加入意向アンケート調査の結果について

4月に皆様から回答していただいた、加入意向アンケート集計結果の概要をお知らせします。

○アンケート配布数 536 有効回答数 290

	回答世帯数
「加入を希望する」	139
「加入を希望しない」	117
「わからない」	34

ご協力誠にありがとうございました。市ではこの結果を基に、来年度整備実現に向け準備を進めています。事業の進捗については、今後も支所だより等を通じてお知らせする予定です。引き続き本事業に対するご理解、ご協力をお願いします。

担当：情報政策課 情報政策班 (☎ 39-2205)

地域振興課 地域振興・防災係 (☎ 59-2328)

大民踊流しに参加しませんか？

今年も長岡まつり前夜祭の大民踊流しに山古志地域で参加します。練習会も行いますので、初めての方も奮ってご参加ください。みんなで楽しく踊りましょう！

日時：8月1日(木) 午後6時30分頃 支所出発
(午後7時25分頃 民謡流し開始予定)

場所：長岡駅前大手通り

定員：60名程度(先着順)

※詳細については、配布したチラシをご覧ください。

担当：地域振興課 地域振興・防災係 (☎ 59-2328)

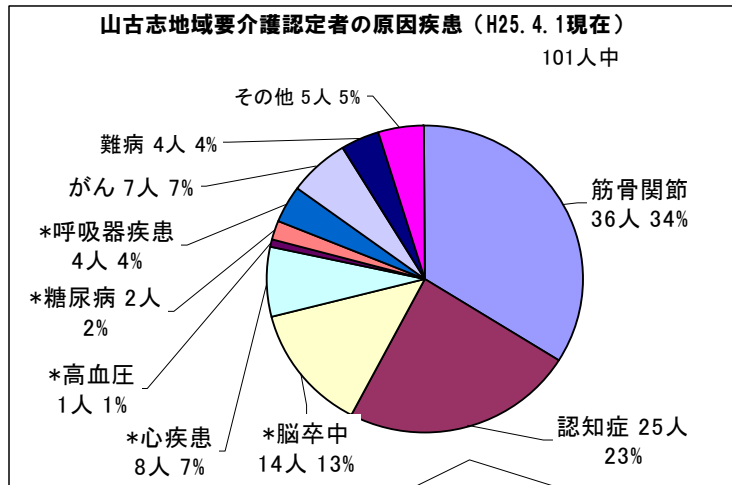


↑ →
昨年の様子

生活習慣病予防のススメ ②1 ～転ばない筋肉、転んでも折れない骨づくり～

膝・腰痛の人のつぶやき

- * 「膝が痛くて正座ができない。
階段の上り下りがつらい」
- * 「動かなければ痛くないんだよね」
- * 「冬は、滑って転べば困るから外には出たくない」
- * 「膝が痛くて医者に行けば、“やせる”と言われる。わかってはいるけど・・・」
という声をよく耳にします。



要介護認定者の原因疾患の内、筋・骨・関節等の運動器疾患が最も多く、膝・腰痛等の悩みは、65才以上の人々の健康課題となっています。

痛いから動かない・動けない

身体機能の低下

の悪循環を断ち切ろう！

おすすめの介護予防メニュー

水中運動で無理なく筋トレ

山古志地域「元気はつらつ隊」
川口温泉若返りツアーへ行こう！

長岡市では、痛みで陸上での運動は苦手という人でも、足腰に負担なく筋力が鍛えられる「水中運動」を介護予防事業のメニューとして取り組んでいます。

今年度、山古志地域では、まずは「お試し体験」ということで、水中運動や認知症予防等の介護予防プログラム（昼食付）を体験できるツアーを計画しました。ぜひ、この機会にお試しくささい！！

【日時】8月19日（月）午前9時～午後5時

【会場】えちご川口温泉（送迎あり）

【対象】65才以上 【定員】20人（抽選）

【持ち物】水着、水泳帽、タオル、筆記用具

【参加費】1,000円（昼食代含む）

【申込み・問合せ】市民生活課 保健係（☎ 59-2333）

膝・腰・肩の痛みでお悩みの方へ
介護予防講演会

【日時】7月1日（月）

午後1時30分～3時30分

【会場】山古志体育館 小アリーナ

（送迎あり）

【講師】AREA D021

関口陽子先生



【内容】「健康寿命を延ばそう」

～足腰の痛みを和らげて

いつまでも稼がれるために～

【持ち物】タオル、水分、ズック

※詳しくは、配布したチラシをご覧ください。

募集 介護研修会

高齢者向けのお弁当を会食しながら、献立や調理法についての工夫や注意点を学びましょう。
日 時: 7月3日(水) 午前10時から12時30分まで
会 場: 高齢者福祉センター なごみ苑
講 師: 山古志ごっつお多菜田 五十嵐なつ子さん
対 象: 介護を行っている方、介護に関心のある方
定 員: 先着15名 **参加費無料**
内 容: 高齢者の食事についての講演、高齢者向け弁当の試食(弁当はおかずのみ。主食は持参ください。)
申込み期限: 6月28日(金)まで
申込み・問合せ: 市民生活課 保健係 (☎59-2333)

6.28 自動車文庫「米百俵号」が巡回します

7.16
日 時: 6月28日(金)、7月16日(火)
 午後1時10分～3時
停車場: 旧種芋原教職員住宅→白髯神社(竹沢)→竹沢保育園(停車:各所30分程度)
問合せ: 中央図書館 (☎ 32-0658)

7.4 出前ウィルながおか相談室

夫婦間のトラブルや家庭内のことを相談下さい。女性相談員と一緒に考えます。
日 時: 7月4日(木) 午後2時～4時
場 所: 山古志体育館 1階 休憩室(和室)
予約電話: 090-4064-6017
 (月～金 午前10時～午後4時30分)
 ※この相談は予約制です。前日までに予約が無い場合は当日相談員はおりません。
問合せ: 長岡市男女平等推進センター
 ウィルながおか相談室 (☎ 39-9357)

7.7 越後長岡チャレンジサイクリング

山古志地域内がコースになります。沿道からの声援など、ご協力をお願いします。
日 時: 7月7日(日) 午前7時から午後2時
 (地域内通過は午前中)
メイン会場: 長岡市営スキー場(スタート・ゴール)
地域内のコース: 虫亀(8時30分頃から) ⇒ 支所 ⇒ 梶金 ⇒ 木箆 ⇒ 池谷 ⇒ 種芋原
問合せ: 越後長岡チャレンジサイクリング実行委員会 (☎ 33-8823)

7.14 牛の角突き

8.3
日 時: 7月14日(日)、8月3日(土)
 午前10時開場/午後1時開始
場 所: 山古志闘牛場(池谷)
観覧料: 2,000円(中学生以下保護者同伴で無料)
問合せ: 山古志闘牛会 (☎ 59-3933)
 産業建設課 商工観光係 (☎ 59-2343)

7.16 富所先生の診察があります

7月の長岡中央総合病院富所先生の診療日。
日 時: 7月16日(火) 午後2時～4時
場 所: 虫亀診療所 (☎ 59-2267)
問合せ: 市民生活課 保健係 (☎ 59-2333)

6月は食育月間です

3食きちんと食べる、バランスの良い食事を摂る、地場産物の料理や郷土食を楽しむ、家族そろって食卓を囲む・・・など、“食”の大切さや楽しさを考えてみませんか。
担当: 市民生活課保健係 (☎ 59-2333)

図書ラウンジ 新着図書を紹介

6月新着図書

- 「海賊とよばれた男 上」「海賊とよばれた男 下」(百田 尚樹)
- 「色彩を持たない多崎つくると、彼の巡礼の年」(村上 春樹)
- 「ひと目で探せる 四季の山菜 採り方と食べ方」(畔上 能力(監修))
- 「自分のからだと上手につきあう ツボ&リンパマッサージ」(山田 光敏(監修))
- 「探偵ガリレオ」(東野 圭吾) / 「予知夢」(東野 圭吾) / 「容疑者Xの献身」(東野 圭吾)
- 「ガリレオの苦悩」(東野 圭吾) / 「聖女の救済」(東野 圭吾) / 「虚像の道化師」(東野 圭吾)
- 「禁断の魔術」(東野 圭吾) / 「真夏の方程式」(東野 圭吾)
- 「おべんとうの時間」「おべんとうの時間 2」(阿部 了・阿部 直美)

担当: 地域振興課 教育支援係 (☎ 59-2339)



暮らしのカレンダー（6月末～7月）

（ ）内は会場等

日	曜	行 事 等	問	日	曜	行 事 等	問
＜ 6 月 ＞				9	火	すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市
21	金	山古志支所だより 6月号 発行	地	10	水		
22	土			11	木	陶芸教室（山古志体育館）	地
23	日			12	金		
24	月	山古志体育館休館日	地	13	土	山古志杯争奪バドミントン大会(山古志体育館)	Y
25	火	すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市	14	日	牛の角突き(山古志闘牛場)	他
		赤ちゃん相談(長岡市健康センター)	市				
26	水			15	月	(海の日)	
27	木	陶芸教室（山古志体育館）	地	16	火	自動車文庫巡回（山古志地域）	他
28	金	自動車文庫巡回（山古志地域）	他	17	水	1歳6か月児健診(長岡市健康センター)	市
29	土			18	木	1歳6か月児健診(長岡市健康センター)	市
30	日			19	金	山古志支所だより 7月号 発行予定	地
＜ 7 月 ＞				20	土		
1	月	介護予防公演会（山古志体育館）	市	21	日		
2	火			22	月	山古志体育館休館日	地
3	水	介護研修会（なごみ苑）	市	23	火	すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市
		3歳児健診(長岡市健康センター)	市				
4	木	3歳児健診(長岡市健康センター)	市	24	水	まちの保健室（種苧原診療所）	市
		陶芸教室（山古志体育館）	地				
		出前ウィルながおか相談室（山古志体育館）	他				
5	金			25	木	まちの保健室（山古志診療所）	市
6	土			26	金	赤ちゃん相談(長岡市健康センター)	市
7	日	越後長岡チャレンジサイクリング（地域内）	他	27	土		
8	月			28	日		
				29	月		
				30	火	まちの保健室（虫亀診療所）	市
				31	水		

問い合わせ 地＝地域振興課、市＝市民生活課、産＝産業建設課、学＝山古志小・中学校、サ＝地域復興支援センター
山古志サテライト、Y＝総合型クラブ Y-GETS、他＝その他

● 参議院議員通常選挙のお知らせ

平成 25 年 7 月 28 日任期満了に伴う選挙日程等については、後日新聞折込等でお知らせします。

● 市税などの6月、7月の納期

問合せ：市民生活課 市民係（☎ 59-2332）

納期限(口座振替日)は、**7月1日(月)**です。

納期＝住民税1期、介護保険料(普通徴収)3期

6月

納期限(口座振替日)は、**7月31日(水)**です。





納期＝固定資産税2期、国民健康保険料1期、
後期高齢者医療保険料(普通徴収)4期、
介護保険料(普通徴収)4期

7月

※ 口座振替の方は前日までに口座の残高をご確認ください(再振替は行いませんのでご注意ください)。

山古志地域の人口
(6月1日現在)

※ ()は前月比

 474 世帯 (-1)	 1,205 人 (-2)	 603 人 (-1)	 602 人 (-1)
---	--	--	--

※ 外国人世帯・人口含む

