

# やまこし

山古志支所だより

6月号

2014.6.20 発行



編集・発行

小林幸子さんをお迎えし、恒例の『幸子田』の田植えが行われました。(5月29日)

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。

5月24日  
花いっぱいフェア  
山古志ブース

長岡市民防災公園(千歳)で行われた花いっぱいフェアで、来年のサテライト会場になる山古志をPR。木製プレート工作体験などのブースを出展しました。小太郎も大人気！



5月25日  
消防団  
春季消防演習

地域を守る消防団山古志方面隊の演習が行われ、団員達が勇姿を披露しました。



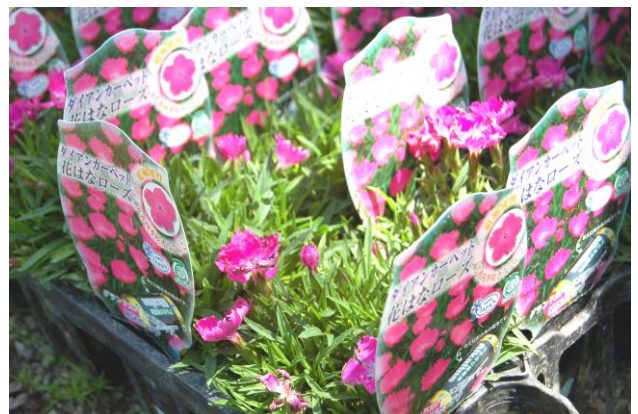
5月29日  
(表紙)  
幸子田植え

田植えの前には山古志小学校で児童と一緒に給食を食べる等、交流が行われました。



5月30日  
各集落に  
花苗を配布

サルビア、ニチニチソウ、ハナスベリヒユ、なでしこを配布。集落内をあざやかに彩ります。



5月30日  
第1回山古志  
地域委員会

今年度最初の地域委員会。地域コミュニティ事業補助金等について話し合いが行われました。(詳細は5ページ)



6月1日  
第65回  
全国植樹祭

川口きずな館前広場で行われたお手植え行事に、山古志小学校のみなさんも元気に参加しました。



6月8日  
全国闘牛サミット  
in 長岡大会

角突きの前には、永年の功績がたえられ、松井治二さんが全国闘牛サミット協議会から、青木茂さんが山古志闘牛会からそれぞれ表彰されました。



6月15日  
山古志ソフト  
バレー大会

Y-GETS 主催の、ソフトバレーボール大会が山古志体育館で行われました。見事優勝したのは小国地域から参加したチーム、『リザーブドッグス』でした。



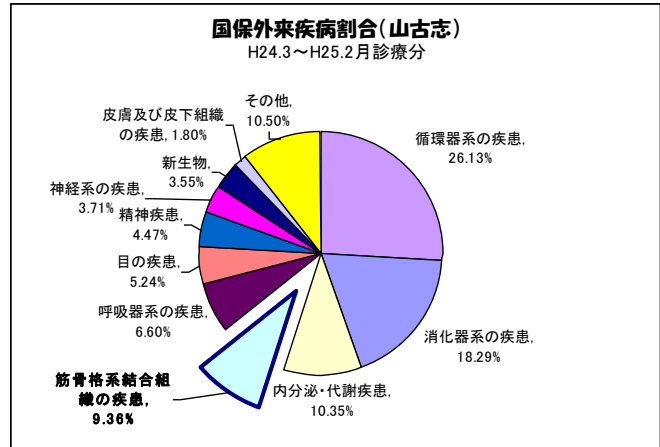
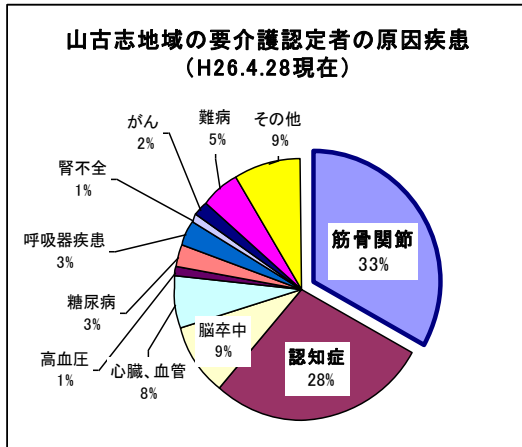
生活習慣病予防のススメ 33 ～転ばない筋肉、転んでも折れない骨づくり～

膝痛・腰痛の悩み解消術



山古志地域の高齢者の健康課題

- \* 要介護認定者の原因疾患：筋・骨・関節疾患が第1位
- \* 国保外来疾病割合（H24.3～H25.2月診療分）：筋骨格系結合組織疾患の受診者が約1割
- \* 膝痛・腰痛の悩みを抱えている人が7割。（H23 長岡市高齢者日常生活圏域ニーズ調査結果より）

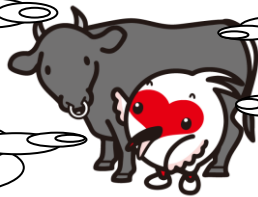


膝・腰痛は年のせい。焼かなきゃ治らないって医者に言われた。あと何年この身体もつかの。

腰痛は池や田んぼの仕事してれば仕方がねえ。職業病だよ。

若い人も腰や膝、肩が痛って人がいるよね。

痛くなったら整骨に行けばいい。ロコミであちこちの整骨のはしごらて。



ひどく壊れる前に何とかしませんか！！

ヒント!! 水中運動で無理なく筋トレ～まずは講演会へ行こう！～

膝痛・腰痛に悩むあなた！  
まずは講演会へ！！

講演会『膝痛・腰痛を緩和し楽々動けるために！～水中運動で楽々筋肉づくり～』を開催します。

- 日時：7月4日（金）午後1時30分から3時
  - 会場：やまこし復興交流館おらたる 2階ホール
  - 講師：健康運動指導士 関口陽子 先生
  - 申込：7月1日（火）までに下記担当へ
- 担当・申込み：市民生活課 保健係（☎ 59-2333）

「川口温泉若返りツアー」  
《元気はつらつ隊》募集

昨年度好評につき今年もやります！

※65歳以上の男性が対象です。

- 日時：8月25日（月）  
午前9時から  
午後5時
  - 会場：えちご川口温泉
  - 内容：水中運動や認知症予防などの介護プログラムの体験
  - 参加費：1,000円（昼食代、入浴代込）
  - 申込：6月27日（金）までに下記担当へ
- 担当・申込み：市民生活課 保健係（☎ 59-2333）



腰が痛くて立つのもやっとこさ。

膝が痛くて階段の上がり下がり難儀でさあ～

## 第1回 山古志地域委員会の開催結果

以下のとおり会議内容と結果をお知らせします。

- 日時：5月30日（金） 午後7時30分～9時
- 会場：山古志支所3階 大会議室
- 議題：長岡市地域コミュニティ補助金について
- 概要

長岡市地域コミュニティ補助金の申請団体から事業説明があり、審査の結果、補助対象事業として承認されました。

### 今年度の地域コミュニティ事業

- 事業名：やまこし夏まつり 2014
- 実施団体：特定非営利活動法人 中越防災フロンティア
- 事業内容

山古志地域全体の夏まつり（8月31日を予定）を企画・実施し、住民が一堂に会し楽しむ場を設け、今後の地域活性化の一助とする。

担当：地域振興課 地域振興・防災係（☎ 59-2328）

## 災害を予防しましょう

雨が多量に降った際は、水路からあふれた水が地すべりの要因となることがあります。養鯉池やため池などの水路について、以下のことに気をつけて管理をお願いします。

- ・養鯉池、ため池の排水口や排水路は定期的に見回り、周囲の草刈りを行う。
- ・池の排水能力が不足している場合は出水期の前に水位を下げしておく。

担当：地域振興課 地域振興・防災係（☎ 59-2328）

## 光回線整備工事のため地域内で調査作業をしています

光回線整備工事のため、主に地域内の電柱周りを作業員が調査・確認していますので、ご理解とご協力をお願いします。作業員は下の腕章をつけています。なお、作業中に調査費などと称して住民の方に請求することは一切ありません。



問合せ：地域振興課 地域振興・防災係（☎ 59-2328）

## 今年も山古志ウオークを開催します！

平成18年度から開催されているウォーキング大会。今年度も「2014 越後長岡ツーデーマーチ」として開催日が決定しました。

- 日程：9月13日（土）山古志ウオーク  
14日（日）信濃川ウオーク

※コース等の詳細については、追って支所だより等でお知らせします

担当：地域振興課 地域振興・防災係（☎ 59-2328）

## ウィルながおか出前相談室 **要事前予約**

子育て、夫婦間、その他色々な家族の心配事など、ひとりで悩まずなんでも相談ください。女性相談員と一緒に考えます。（秘密厳守）

- 日時：7月3日（木）午後2時～4時
- 場所：山古志体育館1階 休憩室（和室）
- 相談専用電話：090-4064-6017 ※まずはお電話を！
- 受付時間：月曜～金曜

午前10時～午後4時30分

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）

## 介護研修会を開催します

『排泄にまつわるお悩み解決！』をテーマに、用品選びや介護のコツなどについて学びます。

- 日時：7月30日（水）午前10時から午後1時
- 会場：なごみ苑2階 軽作業室

申込み：市民生活課 福祉係（☎ 59-2333）

## 富所先生の診察があります

7月の診療日は次のとおりです。

- 日時：7月15日（火）午後2時～4時
- 場所：虫亀診療所

問合せ：市民生活課 保健係（☎ 59-2333）

## 牛の角突き開催日程（7月）

- 日程：7月20日（日）
- 時間：午前10時開場 午後1時開始
- 観覧料：2,000円（高校生以上）

問合せ：山古志闘牛会（☎ 59-3933）

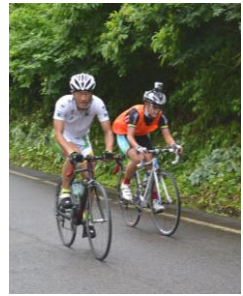
産業建設課 商工観光係（☎ 59-2343）

## 越後長岡チャレンジサイクリングが開催されます

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6日（日）午前7時から午後4時（地域内の通過は午前中を予定）
- メイン会場：長岡市営スキー場（スタート・ゴール）
- コース：蓬平方面 ⇒ 虫亀（8時30分頃）⇒ 支所 ⇒ 梶金 ⇒ 木籠  
⇒ 池谷 ⇒ 種苧原 ⇒ 栃尾方面 ※山古志を通る部分のみ抜粋

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）



## 新しい浴衣で民謡流しに参加しませんか？

長岡まつり前夜祭大民謡流しに山古志地域として参加します。今年は女性用の浴衣を新調します！練習会も開催しますので、はじめての方もぜひご参加ください。みんなで楽しく踊りましょう！

- 日程：8月1日（金）午後6時30分頃 支所前出発  
（午後7時25分頃 民謡流し開始予定）

- 場所：長岡駅前大手通

- 定員：60名程度

※詳細については、後日配布するチラシをご覧ください。

申込み：地域振興課 地域振興・防災係（☎ 59-2328）



## 7月6日（日）は農業委員会委員選挙の投票日

立候補届出の受け付けを6月29日（日）に行い、第1選挙区（長岡、山古志）委員定数5人で、候補者の数が委員定数を超えた場合、投票を行います。

### 投票を行う場合

#### 投票できる人

本年1月1日現在で調製した長岡市農業委員会委員選挙人名簿に登録されており、長岡市に住所を有している人が投票できます。投票所入場券は、7月1日（火）までに、はがきでお届けします。

#### 山古志地域の投票所

投票区	地区	投票所	投票日・時間
9	種苧原	種苧原公民館	7月6日（日） 午前7時から 午後7時まで
10	虫亀	虫亀集落センター	
11	池谷、檜木、大久保	池谷集落センター	
12	竹沢	竹沢集落センター	
13	間内平、山中、菖蒲	間内平集落開発センター	
14	油夫、桂谷	山古志小学校中学校	
15	梶金、木籠、小松倉	木籠公民館	

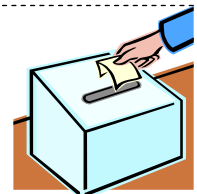
#### 期日前投票所・・・「山古志支所1階」または「さいわいプラザ5階」

投票日に仕事や旅行等で投票所に行けない人は、6月30日（月）から7月5日（土）までの毎日午前8時30分から午後8時まで、期日前投票ができます。

#### 投票を行わない場合

無投票の場合、投票所入場券はお届けしません。

担当：地域振興課 総務係（☎ 59-2330）



## 臨時福祉給付金、子育て世帯臨時特例給付金のご案内

それぞれの対象となる可能性のある方には、7月上旬に申請書を送付します。

※両方の給付金を受け取ることはできません（臨時福祉給付金が優先されます）。それぞれの受給対象をよくご確認ください。

	臨時福祉給付金	子育て世帯臨時特例給付金
対象者 ※条件のすべてを満たす方	<ul style="list-style-type: none"> <li>○平成26年1月1日現在で長岡市に住民登録がある</li> <li>○平成26年度の住民税が非課税または免除されている（ただし、住民税課税者に扶養されている人などを除く）</li> <li>○生活保護制度内の被保護者などでない</li> </ul>	<p><u>給付対象者</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○平成26年1月分の児童手当・特例給付を受給</li> <li>○受給者の平成25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満</li> </ul> <p><u>給付対象児童</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○平成26年1月分の児童手当・特例給付の対象児童（臨時特例給付金の対象となる児童や生活保護世帯の児童は除く）</li> </ul>
市からの申請書送付先	対象となる可能性がある人がいる世帯主	平成26年1月分の児童手当受給者 ※公務員の方は勤務先から申請書が発行されます
給付額	対象者1人につき10,000円 高齢基礎年金・児童扶養手当等の受給者は1人15,000円	児童1人につき10,000円
申請期間	平成26年7月1日（火）～12月24日（水）	
提出方法	返信用封筒による郵送	返信用封筒による郵送 又は さいわいプラザ4階子ども家庭課・各支所市民生活課へ
問合せ先	山古志支所市民生活課 福祉係（☎59-2333） 福祉総務課 臨時福祉給付金係（☎39-2992）	山古志支所市民生活課 福祉係（☎59-2333） 子ども家庭課 家庭支援係（☎39-2300）

## 木造住宅の耐震診断費・耐震改修費助成の活用を！

### 自己負担額は1万円！耐震診断

#### ●対象：次のすべてを満たす住宅

- ①昭和56年5月31日以前に建築した一戸建て
- ②壁、柱、床等の主要構造の大部分が木造
- ③現に住宅として利用（併用住宅を含むが、住宅部分が2分の1以上を占める）
- ④過去に耐震診断費の助成を受けていない

#### ●助成額

延べ床面積により6万2千円～9万3千円  
※診断費として当初7万2千円～10万3千円が必要ですが、助成額を差し引くと自己負担額は1万円になります。

#### ●申込：11月28日（金）まで

（診断完了は平成27年1月20日（火）まで）

耐震診断、耐震改修の申し込みについては、必ず

事前に下記担当へ連絡をお願いします。

問合せ・担当：都市開発課（☎39-2226）

### 命と財産を守る！耐震改修

#### ●対象：次のすべてを満たす住宅

- ①昭和56年5月31日以前に建築した一戸建て
- ②壁、柱、床等の主要構造の大部分が木造
- ③耐震診断で、総合評点が1.0未満（倒壊する危険性がある）と判定

#### ●対象工事と助成額

- ・耐震改修…工事費の3分の1（上限60万円）に最大15万円を加えた額
- ・融雪装置設置併用耐震改修…工事費の2分の1（上限100万円）に最大15万円を加えた額
- ・部分補強…工事費の3分の1（上限30万円）に最大10万円を加えた額および地震保険料の2分の1（最大3万円）

☆改修設計及び工事監理費の助成（事業費の2分の1で上限12万円）もご利用ください。

#### ●申込：11月28日（金）まで

（工事完了は平成27年1月20日（火）まで）

**防犯情報**

もし、あなたのところへ「身に覚えのない催告通知」がきても…

**あわてない 連絡しない 払わない**

◇身に覚えのない訴訟通知や催告に関するハガキ・メールなどが届く事例が全国的に多発しています

◇このような通知は「架空請求」であり、請求に応じる必要はありません！

◇不審な通知書が届いたら、書面に書かれた番号には絶対に電話をしないことが大切です

ご心配な場合は、長岡市立消費生活センター（☎ 32-0022）にご相談ください。

（相談時間：午前9時から午後4時30分まで）



問い合わせ先は以下のとおり。  
地Ⅱ地域振興課、市Ⅱ市民生活課、産Ⅱ産業建設課、学Ⅱ山古志小・中学校、サⅡ地域復興支援センター山古志サテライト、他Ⅱその他

くらしのカレンダー（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	水	行政相談日(なごみ苑)	市
20	金	支所日より6月号発行	地	10	木		
21	土	資源物拠点回収(山古志支所前)	市	11	金		
22	日			12	土	青空ぼうけん塾(なごみ苑、山古志体育館)	地
23	月	山古志体育館 休館日	地	13	日		
24	火	すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市	14	月		
		赤ちゃん相談(さいわいプラザ)	市	15	火	富所医師診療日(虫亀診療所)	市
25	水			16	水	1歳6か月児健診(さいわいプラザ)	市
26	木			17	木	1歳6か月児健診(さいわいプラザ)	市
27	金			18	金	支所日より7月号発行	地
28	土	山古志の歴史を語る会(やまこし復興交流館)	地	19	土		
29	日	牛の角突き(山古志闘牛場)	産	20	日	牛の角突き(山古志闘牛場)	産
30	月			21	月	(海の日)	
＜ 7 月 ＞				22	火	すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市
1	火			23	水		
2	水	3歳児健診(さいわいプラザ)	市	24	木		
3	木	3歳児健診(さいわいプラザ)	市	25	金	赤ちゃん相談(さいわいプラザ)	市
		すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市	26	土		
		ウィルなおか出前相談室 ※要予約(山古志体育館)	他	27	日		
4	金	健康づくり講演会(やまこし復興交流館)	市	28	月	山古志体育館休館日	地
5	土			29	火	人権相談会(山古志体育館)	地
6	日	越後長岡チャレンジサイクリング2014(地域内)	他	30	水	介護研修会(なごみ苑)	市
7	月			31	木		
8	火						

● 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）

**6月** 納期限(口座振替日)は、6月30日(月)です。

**7月** 納期限(口座振替日)は、7月31日(木)です。

納期＝市民税・県民税1期

納期＝国民健康保険料1期、固定資産税2期

介護保険料(普通徴収)3期

介護保険料(普通徴収)4期

※ 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

458 世帯 (±0)	1,149 人 (-3)	582 人 (±0)	567 人 (-3)
-------------	--------------	------------	------------

※ 外国人世帯人口含む

