◆日や曜などの略字の見方は９ページ
◆対どなたでも、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
大手＝大手通庁舎　ミラ＝ミライエ長岡
さい＝さいわいプラザ

くらし

●8月3日㈰は西サービスセンターを午後2時で閉庁します

長岡まつり大花火大会で駐車場が混雑するため、営業時間を短縮します。
問同センター☎29・6172

●空き家の実態調査を行います

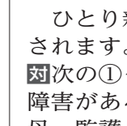
期間中は市が委託した調査員が現地を訪問し、空き家の外観を調査・撮影します。
日7月～11月末（予定）　問都市政策課大手☎39・2265

●仕事・職場の悩み専門相談

職場の人間関係や再就職などの相談に産業カウンセラーが応じます（予約優先）。
日7月15日㈫午後6時～7時30分　申HPで　問男女平等推進センターウィルながおか相談室市セ☎39・9357

●花火はルールとマナーを守りましょう！

迷惑にならない場所と時間、後始末が大切です。
①説明書をよく読み、注意事項を必ず守る
②子どもは必ず大人と一緒に
③花火を人や家に向けない
④風の強い時はしない
⑤水バケツなどを用意して、残り火は完全に消す
⑥たくさんの花火に一度に火をつけない
⑦ごみは必ず持ち帰る
問消防本部予防課☎35・2190



●税理士無料税務相談（要予約）

日7月16日㈬、8月6日㈬午前9時30分～正午　場・申税理士会長岡支部（三和3）☎33・8080　担当＝市民税課アオ☎39・2212

●7月20日㈰は参議院議員通常選挙の投票日です

投票日に投票所へ行けない人は、4日㈮から19日㈯まで期日前投票ができます。
問選挙管理委員会（越路支所内）☎86・4841

●特定外来生物の取り扱いに気を付けましょう

ブラックバス類やアライグマなどは「特定外来生物」に指定され、飼育や運搬、野外放出などが原則禁止されています。外来種を「入れない・捨てない・拡げない」よう適切な対応をお願いします。
問環境政策課☎24・0528

●同和問題をご存知ですか

平成28年12月に「部落差別解消推進法」が施行されました。
部落差別問題は、同和地区・被差別部落といわれる特定の地域の出身であることを理由に差別を受けるなど、基本的人権が侵害されている重大な問題です。
市は、同和問題の解消のため、あらゆる場での教育、周知活動を進めています。悩みや困りごとをご相談ください。
問人権・男女共同参画課市セ☎39・2746、新潟地方法務局長岡支局☎33・6901

●水稲・大豆病害虫の防除にご協力を

7月中旬から9月上旬に無人ヘリコプターや背負動力散布機などで防除をします。人や動物に影響の少ない薬剤を使用しますが、作業中は近づかないでください。実施区域の道路を通行する際は交通誘導の指示にご協力ください。
時午前4時30分～正午　問農水産政策課市セ☎39・2223

●保育の場で活かせる！子育て支援員研修

講習と現場実習で保育の知識や技術を学びます。研修修了者を「子育て支援員」に認定します。
内・日基本研修…8月27日㈬・28日㈭、専門研修…9月2日㈫・3日㈬・8日㈪・11日㈭、見学実習…9月下旬～10月下旬の2日間　場さいわいプラザ（見学実習は市内保育園など）　対市内に在住・通勤（保育や子育て支援分野）する人、市内への就労（保育や子育て支援分野）を希望している人　定80人抽選　申7月23日㈬までに北陸学園北陸福祉保育専門学院ホームページで　担当＝保育課さい☎39・2219

おうちで作ろう！みんな大好き給食メニュー

Vol.11 保育園メニュー 夏のっぺ

郷土料理「のっぺ」を夏野菜を使ってアレンジ。夏野菜は水分が多く体を冷やす働きがあるので暑い時期におすすめです！
※写真は来迎寺保育園で撮影しました

■材料（４人分）

ゆうごう	150ｇ	オクラ	２本
じゃがいも	１個	だし汁	800cc
にんじん	１/２本	つきこんにゃく	40ｇ
油揚げ	１枚	ホタテ缶（水煮）	20ｇ
かまぼこ	20ｇ		
◎ しょうゆ… 大さじ１		塩	少々

■作り方
❶ゆうごうは厚めに皮をむき、種とワタを取って食べやすい大きさに切る。
❷じゃがいも、にんじんは食べやすい大きさに、油揚げとかまぼこは短冊切りにする。
❸オクラはゆでて、小口切りにする。
❹鍋にだし汁、❶❷とつきこんにゃくを入れて煮る。
❺具材に火が通ったらホタテ缶、◎を加えてひと煮立ちさせ、❸を加える。

▲過去のレシピはこちら

クマ出没に注意

６月４日に栃尾地域でクマによる人身被害が発生しました。繁殖期の夏は行動範囲が広がるため、より一層注意してください。
問鳥獣被害対策課市セ☎39・2348

クマやイノシシに出会わないために
・朝夕の作業や単独行動を避ける
・作業中はこまめに周囲を確認
・鈴やラジオ、クマよけスプレーなどを携帯
・生ごみなどを外に放置しない

▲詳しくはこちら

ひとり親家庭などのみなさんへ

医療費の助成（所得制限あり）

問福祉課アオ☎39・2319

18歳（一定の障害がある場合は20歳）までの子どもがいる場合は、医療費の助成が受けられます。事前の申請が必要です。
本人負担額＝通院…１回530円（同じ医療機関で月に５回目からは無料）、薬局…無料、入院…１日1,200円　対次のいずれかに該当する人
①ひとり親家庭（公的年金などの受給のため、児童扶養手当を受けられない人を含む）②父・母の両方またはいずれかが重度の障害者である家庭③両親がいない子を養育している家庭など

児童扶養手当の支給（所得制限あり）

問生活支援課アオ☎39・2338

ひとり親家庭などの自立を支援するために支給されます。
対次の①～⑧のいずれかに該当する18歳（一定の障害がある場合は20歳）までの子どもを監護する母、監護し生計を同じくする父または養育者
①父母が離婚②父または母が死亡③父または母が重度の障害者④父または母の生死が明らかでない⑤父または母から引き続き１年以上遺棄されている⑥父または母が裁判所からのＤＶ保護命令を受けた⑦父または母が引き続き１年以上拘禁されている⑧母が婚姻によらないで出生
※公的年金などを受けることができる場合は、その差額分を支給します

★自立支援の相談を行っています
内高等職業訓練促進給付金や自立支援教育訓練給付金の案内、転職・資格取得に向けた相談、ハローワークと連携した就労相談、求人情報の提供など
※詳しくはお問い合わせください

家族や友人にぜひご紹介を！
学生のU・Iターンを手厚くサポート！

●就職で市内に移住した人の交通費と移転費を補助します

新制度

対東京圏（東京都、埼玉・千葉・神奈川県）にある大学を今年度卒業・修了予定で、県内に就職し市内に移住する人　内・補助額＝採用面接などにかかった交通費…２分の１以内（上限１万円）、移転費…上限81,500 円（交通費補助を利用した人のみ申請可能）　※他にも要件があります。詳しくは市ホームページ（右）で　問広報・魅力発信課アオ☎39・5151

申請は内定日以降に行ってください。交通費の領収書が必要なので申請まで保存をお願いします。

●お盆特別開催！U・Iターン就職相談会

日８月10日㈰午前10時～午後５時　場アオーレ長岡　対県外から県内（主に長岡市）へ就職を希望する社会人、大学生など　定12人先着　申７月７日㈪から長岡就職・転職・Uターンなび（右）で　問人材・働き方政策課大手☎39・2228

就労への一歩をサポート

●“働く”を聴こう！長岡サポステ・トークライブ

日７月24日㈭午後１時30分～３時30分（終了後に個別相談あり。要予約）　場ミライエ長岡　対15～49歳の働くことに悩んでいる人、その家族、支援者など　定30人先着　申長岡地域若者サポートステーション☎86・7730、専用フォーム（右）で　担当＝人材・働き方政策課☎39・2228

▲申し込みはこちら