



ちきゅうひろば

地球广场

Chikyû Hiroba

やさしい
日本語

内容 (ないよう) Contents



P.2 ● 保育園・幼稚園の 入園 申し込み

ほいく えん ようちえん にゆうえん もう こ

● 保険料の 納付書を 送ります

ほけんりょう のう ふしよ おく

● 保険料の 納付は 口座振替が 便利です

ほけんりょう のうふ こうざふりかえ べんり

● 自転車保険についてのお知らせ

じてんしゃほけん し

P.3 ● 越路もみじまつり

こしじ

● 栃尾地域農業まつり

とち おちいきのうぎょう

● ソトアソビ・ソトゴハン in 東山

ひがしやま

はっこう たの にち

● 発酵を 楽しむ1日 HAKKO tripについて

中文

P.4 ● 保育園・幼稚園“入園”申請指南

● 关于保险费“纳付通知书”

保险费的缴纳请使用方便的自动转帐方式!

● 关于自行车保险的通知

P.5 ● 越路枫叶节

● 栃尾地区农业节

● 户外游玩・野餐 in 东山

● 快乐的“发酵之旅”一日游

English

P.6 ● How to Apply for Enrollment in Nursery Schools or Kindergartens

● Information Regarding Payment of Insurance Premiums

The Account Transfer Payment System for Paying Insurance Premiums

● Important Information about Bicycle Liability Insurance

P.7 ● The Koshiji Maple Leaf Festival

● The Tochio District Agriculture Festival

● Soto Asobi (Outdoor Recreational Activities) and Soto Gohan (Eating Outdoors) in Higashiyama

● A Guide to “HAKKO trip,” A Day to Enjoy Hakkô(Fermentation)

きゅうかんしんりょう

P.8 ● 急患診療の おしらせ

● 节假日急病就诊医疗机构

● Emergency Medical Facilities



ながおかしこくさいこうりゅう ちきゅうひろば
長岡市国際交流センター「地球广场」

ながおかしおおてどおり しみん かい
〒940-0062 長岡市大手通2-2-6 ながおか市民センター1階

Phone: 0258-39-2714 Skype: Chikyû Hiroba で探してください。

E-mail: kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp

ホームページ: <https://www.city.nagaoka.niigata.jp/kurashi/cate13/chikyuhiroba/>

Facebook: <https://www.facebook.com/nagaoka.chikyû.hiroba/>



ちきゅうひろば
地球广场に いつでも 相談に 来て ください!



Website



facebook



Map

「ちきゅうひろば」と「市政だより」が 10言語で 読めます!

「Catalog Pocket (カタログ ポケット)」という 無料の アプリを 使って 「ちきゅうひろば」や 「市政だより」などを 10言語で 読めるようになりました。

ぜひダウンロードして 使って ください。

【言葉】日本語、英語、中国語(簡体・繁体)、韓国語、ベトナム語、タイ語、インドネシア語、
スペイン語、ポルトガル語



iOS



Android



保育園・幼稚園の入園申し込み



入園は、子どもを保育園や幼稚園などへ入れることです。2023年4月1日から子どもを保育園や幼稚園へ入れたい人は、申し込みをしてください。園によっては、受け付けをしない年齢もあります。詳しいことは、子どもを入れたい園に聞いてください。

施設	対象	申し込み
保育園	2号認定（3歳以上）または	◆受付の期間： 2022年11月1日（火）から 11月8日（火）まで ◆申込書： それぞれの園、保育課、支所の地域振興・市民生活課（栃尾支所は市民生活課）でもらうことができます。 ◆申し込み場所： 子どもを一番入れたい園 ※長岡市のホームページにも詳しく書いてあります。
認定こども園 （保育園部分）	3号認定（3歳未満）を受ける子ども （申し込みが多い場合は希望の園に	
地域型保育施設	入れないこともあります。）	
幼稚園	1号認定（3歳以上）を受ける子ども	
認定こども園 （幼稚園部分）	（申し込み順の場合があります） ※宮内白ゆり幼稚園は認定がありません	

※認定は、市が教育や保育が必要だと認めることです。

【問い合わせ】保育課（さいわいプラザ 4階）TEL 0258-39-2377



ホームページ



保険料の納付書を送ります

納付は、お金を払うことです。納付書は、お金を払うときに使う紙です。保険料は決められた日までに払ってください。

保険料が年金から引かれている人や、口座振替の人には、納付書は届きません。

・払う保険料と納付書を送る時期

①介護保険の保険料：10月、11月、12月分

納付書を送る時期：10月の中ごろ

②後期高齢者医療の保険料：10月、11月、12月分

納付書を送る時期：10月の終わりがち

保険料の納付は口座振替が便利です

口座振替は、あなたの保険料を銀行から自動で払うことです。口座振替にすると、銀行などに行かなくて済みます。納付を忘れないで済みます。口座がある銀行などで手続きしてください。

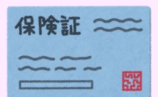
【問い合わせ】

①介護保険課 TEL：0258-39-2245

または支所の地域振興・市民生活課（栃尾支所は市民生活課）

②国保年金課（後期高齢者医療について）

TEL：0258-39-2317



自転車保険についてのお知らせ

自転車保険への加入は、お済みですか？
10月1日（土）から自転車利用者が自転車損害賠償責任保険などに加入することが義務化されました。
全国では、自転車に乗った人が相手にケガをさせて、たかさんのお金を払わなくてはならないこともおきています。

万が一の事故に備え、自転車損害賠償責任保険などに加入しましょう。
交通事故にあわないように、おこさないように、交通ルールを守りましょう。

【問い合わせ】市民課 TEL：025-39-2206



越路もみじまつり

木の葉が赤や黄色になってきれいな
 る紅葉が楽しめるまつりです。庭園の向か
 い側にある茶屋では、食べ物と飲み物を
 売っていて食事ができます。まつりの間は、
 茶屋の隣に食べ物を売る出店がありま
 す。まつりの間は、夕方から午後9時まで
 ライトで照らされたもみじを見ることもで
 きます。

ボランティアが庭園を案内します
 (土曜、日曜、祝日のみ)

- ◆日時：10月29日(土)から11月23日(水・祝日)まで
 庭園はいつでも自由に入ることができます。
 午後9時を過ぎるとライトが消えて真っ暗になります。
- ◆場所：長岡市もみじ園 (長岡市朝日600)
- ◆入園料：無料 (巴ヶ丘山荘は有料で予約が必要)
- ◆駐車場：無料
- ◆内容：もみじを見る、茶屋で食事をする、出店で食べ物を買う



とちおちいきのうぎょう 栃尾地域農業まつり

美味しい秋の食べ物を味わえるイベントです。

- ◆日時：10月23日(日) 午前10時～午後3時
- ◆場所：長岡市栃尾産業交流センターおりなす
- ◆内容：新鮮な野菜、新米コシヒカリ、にいがた地鶏、加工品などを売っています。
 ポン菓子・焼き芋・新米おにぎりを無料で配ります。小さい子どもが遊べる広場があります。

【問い合わせ】栃尾支所農林・建設課
 TEL：0258-52-5847

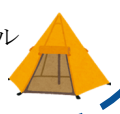


ソトアソビ・ソトゴハンin東山

市営スキー場がある東山で外で遊ぶ体験や、美味しい食べ物を食べたり、クラフトビールを飲んだり、できます。キャンプの体験で防災について勉強できます。

- ◆日時：10月22日(土) 午前10時～10月23日(日) 午後4時
- ◆場所：市営スキー場、東山ファミリーランド
- ◆内容：家族で楽しめる体験 (薪割り、火起こし、クライミング、テント張りなど)、キッチンカー・クラフトビールの店など

【問い合わせ】
 ナガオカ・クラフトビールフェスティバル
 実行委員会事務局 TEL：090-5534-1076



発酵を楽しむ1日 HAKKO tripについて

発酵食品(味噌・醤油・お酒など)を美味しく楽しむだけでなく、さまざまな角度から、長岡の発酵の魅力を巡る、旅(trip)のような特別な時間を過ごせます。宮内・撰田屋ではまち歩きやアートとJAZZも楽しめます。長岡駅周辺では醤油の仕込み体験や長岡工業高等専門学校の生徒による科学の実験を体験できます。



- ◆日時：10月30日(日) 午前10時から午後3時まで
- ◆場所：①宮内、撰田屋地区
 ②長岡駅周辺
- ◆料金：無料
- ◆内容：①宮内・撰田屋…まち歩き、発酵食品とお酒、アートとJAZZを楽しむ
 ②長岡駅周辺…学びと体験、親子で参加、科学の実験



【問い合わせ】：ながおか魅力発信課
 TEL：0258-39-5151





保育园·幼儿园“入园”申请指南



“入园”就是让孩子入托保育园、幼儿园等保育设施。如果您的孩子需要从2023年4月1日起开始入托的话，请按期报名申请。

根据各保育设施的具体情况，接受入托儿童的年龄也有所不同。详细内容请向各设施确认。

设施名	对象	入园申请
保育园	获得“2号认定”（三岁以上）或“3号认定”（未满三岁）的儿童。（报名超过限定人数时，可能无法如愿进入所希望的保育设施）	◆报名期间： 2022年11月1日（周二）～11月8日（周二） ◆报名表： 请到各保育设施、保育课以及各支所的地域振兴·市民生活课（栃尾支所为市民生活课）领取报名表。 ◆报名地点：请向第一志愿的保育设施提交报名表 ※详细内容请阅览长冈市政府主页
认定儿童园（保育园部）		
地区型托儿设施		
幼儿园	获得“1号认定”的儿童（按报名先后顺序） ※宫内白百合幼儿园不需要认定	
认定儿童园（幼儿园部）		

※“认定”是指经审查后市政府判定该儿童有必要进行保育的一种认可。

咨询：保育课（幸福广场 4楼） TEL：0258-39-2377



ホームページ



关于保险费“纳付通知书”

“纳付通知书”即缴纳通知单，保险费的缴纳通知单将寄至您家中，请务必按时缴纳保险费！

对从年金帐户直接扣除保险费用者以及使用自动转帐者，将不再寄送缴纳通知单。

·缴纳保险费以及“纳付通知书”寄送时间：

①介护保险保险费...

10月、11月、12月的份额，将在10月中旬寄送“纳付通知书”

②后期高龄者医疗保险费...

10月、11月、12月的份额，将在10月底寄送“纳付通知书”

保险费的缴纳请使用方便的自动转帐方式！

自动转帐是指直接从银行账户自动扣款，采取自动转帐方式，可以免去专门去银行等处缴纳的麻烦，还可以避免忘记缴纳保险费。

※自动转帐请到开户的银行等办理手续。

咨询：

①介护保险课 电话：0258-39-2245

各支所的地域振兴·市民生活课（栃尾支所为市民生活课）

②国保年金课（后期高龄者医疗）

电话：0258-39-2317



关于自行车保险的通知

您已经加入自行车保险了吗？

从10月1日(周六)开始，自行车使用者投保“自行车损害赔偿 responsibility 保险等”已被义务化。

在全国各地，因骑自行车成为肇事者并要求支付高额赔偿金的案例发生。

为了防止万一发生的事故，请大家尽快加入“自行车损害赔偿 responsibility 保险等”吧！

让我们遵守交通规则，避免发生交通事故。

咨询：市民课 TEL：0258-39-2206



越路枫叶节

越路枫叶园秋色宜人，鲜艳的红叶、灿烂的黄叶，交织出一幅绝美画卷，正是欣赏枫叶的好时节。

枫叶园对面的茶馆出售食物和饮料，可以在此用餐。另外，活动期间，茶馆旁边还设有临时的小吃摊位。

枫叶节活动期间的夜晚（傍晚～晚上9点），彩灯点缀下的枫叶，更加娇艳多彩，令人赏心悦目。欢迎前来观赏！

◆期间：10月29日（周六）～11月23日(周三/节日)

枫叶园可以随时自由出入。但晚上9点熄灯后，周围一片漆黑。

◆地点：长冈市枫叶园(长冈市朝日600)

◆入园费：免费(巴之丘山庄收费并需要预约)

◆停车场：免费

◆内容：观赏红叶、餐饮服务、食物等的销售

《周六、周日及节假日
还有志愿者导游为您服务》



栃尾地区农业节

在美丽的秋天尽享秋季的美食。

◆时间：10月23日（周日）上午10点～下午3点

◆地点：长冈市栃尾产业交流中心ORINASU

◆内容：销售新鲜蔬菜、越光新米、新潟地鸡、加工品等。

还可以免费品尝爆米花、烤芋、新米饭团等。儿童们还可以在广场上尽情玩耍。

咨询：栃尾支所农林·建设课

TEL：0258-52-5847



户外游玩·野餐 in 东山

在拥有市营滑雪场的东山，您可以体验户外游玩活动，品尝美食和精酿啤酒。还可以通过参加露营体验了解防灾知识。

◆时间：10月22日（周六）上午10点～10月23日（周日）下午4点

◆地点：市营滑雪场 东山家庭乐园

◆内容：与家人一起体验(劈柴、起火、攀岩、搭帐篷等)、厨房车、精酿啤酒酒店等。

咨询：长冈精酿啤酒节执行委员会事務局

电话：090-5534-1076



快乐的“发酵之旅”一日游

进入享有“发酵·酿造街道”之称的宫内·摄田屋，不仅可以品尝到美味的发酵食品（味噌、酱油、清酒等），还可以在1日游的“发酵之旅”中，从各个角度探索长冈发酵的魅力。感受在城镇中漫步、观赏艺术作品和爵士乐的乐趣。

在长冈站附近的设施里，还可以体验酱油的制作和长冈工业高等专科学校的学生进行的科学实验。

◆时间：10月30日（周日）上午10点～下午3点

◆地点：①宫内·摄田屋地区 ②长冈站附近

◆费用：免费

◆内容：

①宫内·摄田屋地区... 参观街区，享受发酵食品和美酒、艺术和爵士乐

②长冈站附近... 学习和体验，亲子共同参加科学实验

咨询：长冈魅力发信(宣传)课

电话：0258-39-5151





How to Apply for Enrollment in Nursery Schools or Kindergartens



Applications for new enrollment in nursery schools, kindergartens, and other child-care facilities will be accepted. These applications are for parents who wish to enroll their preschool-aged children in nursery schools or other child-care facilities starting on April 1st, 2023.

The age at which children can be accepted differs from facility to facility. Please contact the facility of your choice for detailed information about the age at which children can be accepted.

Child-Care Facilities	Ages of Children Accepted	Application Method
Nursery Schools	Children who received a No. 2 approval* (for children aged 3 or older) or a No. 3 approval* (for children under 3 years of age) [If there are excessive applicants, enrollment in the applicant's first choice of facility might not be possible.]	Application Period: November 1 (Tues.), 2022 – November 8 (Tues.), 2022 Application Forms: Application forms are available at each child-care facility, the Child-Care Division of the City Office, the Regional Promotion-Citizens' Affairs and Service Division of each district office, or the Citizens' Affairs and Service Division of the Tochio Branch Office.
<i>Nintei Kodomoen</i> (Nursery School-Style)		
Community-Oriented Child-Care Facilities		
Kindergartens	Children who received a No. 1 approval* (for children aged 3 or older) [Accepted on a first-come, first-served basis in some cases.] An approval* is not necessary for enrollment in Miyauchi Shirayuri Kindergarten	Apply at your first-choice child-care facility. You can check the Nagaoka City website for detailed information about all the child-care facilities.
<i>Nintei Kodomoen</i> (Kindergarten-Style)		

*An approval refers to a city-authorized approval form that states the necessity for enrollment.
For further information: Child-Care Division (*Saiwai Plaza* – 4F) (Phone: 0258-39-2377)



website



Information Regarding Payment of Insurance Premiums

A notice regarding insurance premiums for the months of October, November, and December will be sent out in October.

Members of the Public Nursing Insurance System and the Later-Stage Elderly Healthcare System are required to pay their insurance premiums for each month by the due date.

However, those whose insurance premiums are withdrawn from their pensions or those using the account transfer payment system will not receive these notices.

• The Public Nursing Insurance System

The notice of insurance premiums for October, November, and December will be sent out around the middle of October.

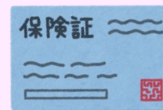
• The Later-Stage Elderly Healthcare System

The notice of insurance premiums for October, November, and December will be sent out around the end of October.

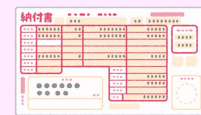
The Account Transfer Payment System for Paying Insurance Premiums

We recommend you use this payment system for paying insurance premiums because it is very convenient.

With this system, you don't have to go to a financial institution such as a bank or a post office to make each payment. Also, you don't have to worry about forgetting to pay.



Health Insurance Card



Notice Form

For further information:

• The Public Nursing Insurance System

The Public Nursing Insurance Division (Phone: 0258-39-2245), the Regional Promotion-Citizens' Affairs and Service Division of each district office, or the Citizens' Affairs and Service Division of the Tochio Branch Office

• The Later-Stage Elderly Healthcare System

National Health Insurance and Pension Division
Phone: 0258-39-2317

Important Information about Bicycle Liability Insurance

Do you have bicycle liability insurance? From Saturday, October 1st, 2022, bicycle liability insurance is compulsory.

Nationwide, there are cases where bicycle riders have caused accidents and had to pay large amounts of reparations.

You are required to get bicycle liability insurance in case of unpredictable accidents. Also, follow traffic laws to avoid accidents.



For further information: Citizens' Affairs Division
(Phone: 0258-39-2206)

The Koshiji Maple Leaf Festival

Visitors can enjoy *kôyô* at Momijien (Maple Leaf Garden) during the Koshiji Maple Leaf Festival. *Kôyô* refers to tree leaves turning red and yellow in the autumn.

Momijien will be illuminated in the evening during the festival to enhance the view of the garden. The illumination starts from sunset and ends at 9:00 p.m.

There is *Momiji no Chaya*, Maple Leaf Café, in front of the garden, serving dishes and drinks. Food stalls will be set up next to Maple Leaf Café during the festival.

For further information:
Nagaoka City Momijien
(Phone: 0258-92-6360)



When: October 29 (Sat.) –
November 23 (Wed., a national holiday)

Where: Nagaoka City Momijien
(600 Asahi, Nagaoka City)

Visitors can enter the garden anytime. Lights will be turned off after 9:00 p.m. and it will become pitch-dark in the garden.

Admission: Free

A fee is required to use the Tomoegaoka Villa located in the garden. Reservations are necessary.

Parking: Free

Event Details:

- Viewing red and yellow maple leaves
- Dining at Maple Leaf Café
- Various food stalls
- Strolling through the garden guided by volunteers (only on Saturdays, Sundays, or national holidays)



The Tochio District Agriculture Festival

This is an event where visitors can enjoy delicious food freshly harvested and locally produced in the autumnal season.

When: October 23 (Sun.) 10:00 a.m. – 3:00 p.m.

Where: *Orinasu*-Nagaoka City Tochio Industrial Interaction Center

Event Details:

- Fresh vegetables, newly harvested *Koshihikari* rice, Niigata *jidori* (locally produced chicken), processed goods, etc. will be sold.
- Free *pongashi* (sugar-coated puffed rice snacks), *yakiimo* (roasted sweet potatoes), and *onigiri* rice balls made with freshly harvested rice will be served.
- Play area for little children

For further information:

Agriculture, Forestry, and Industry Division
Tochio District Office (Phone: 0258-52-5847)



Soto Asobi (Outdoor Recreational Activities) and Soto Gohan (Eating Outdoors) in Higashiyama

In Higashiyama, where the municipal ski area is located, you can enjoy recreational activities, eating outdoors, and drinking craft beer, a beer crafted in a traditional or non-mechanized way by small breweries. There will be a learning session about how to protect yourself from disasters while enjoying camping.

When: October 22 (Sat.) 10:00 a.m. –
October 23 (Sun.) 4:00 p.m.

Where: Municipal Ski Area in Higashiyama

Event Details:

- Hands-on experiences of chopping wood, starting a fire, building a tent, bouldering, etc. Enjoy these activities with your family.
- Food trucks
- Craft beer shops
- Many more fun programs



For further information:

Nagaoka Craft Beer Festival Organizing Committee
Office (Phone: 090-5534-1076)

A Guide to "HAKKÔ trip," A Day to Enjoy Hakkô(Fermentation)

You can explore the charms and wonders of fermentation as if you were on a trip in this special tour. You can enjoy both tasting fermented foods (including *miso* [soybean paste], *shôyu* [soy sauce], and *sake*) and experiencing the special features of traditional fermentation processes here in Nagaoka from various perspectives.

In the Miyauchi-Settaya area, tourists can enjoy a stroll through town, art exhibits, and jazz sessions.

At a satellite station set up near Nagaoka Station, tourists can try hands-on experiences of making soy sauce and science experiments led by students from National Institute of Technology, Nagaoka College.

When: October 30 (Sun.) 10:00 a.m. – 3:00 p.m.

Where:

- Miyauchi-Settaya Area
- Satellite Station set up near Nagaoka Station

Participation Fee: Free

Event Details:

In the Miyauchi-Settaya area

- A stroll through town
- Tasting fermented foods
- Art exhibits
- Jazz sessions

At the satellite station set up near Nagaoka Station

- Learning and Experiencing Sessions for parents and children with science experiments

For further information:

The Division of Sharing Nagaoka's Charms
(Phone: 0258-39-5151)



きゅうかんしんりょう
急患診療の おしらせ *①~③の場所: さいわいプラザ1階 (幸町 2-1-1)

施設名	診療科目	あいている 時間
①こどもが 夜に 病気や けがをしたとき: 「中越こども急患センター」 TEL:0258-86-5099	小児科 <子どもが 病気の とき>	月曜日~土曜日 午後6時45分~9時30分
②夜や 休みの日に 病気や けがをしたとき: 「休日・夜間急患診療所」 TEL:0258-37-1199	内科 <お腹が いたいときや 風邪の ときなど>	月曜日~金曜日 午後6時45分~9時30分 日曜日・祝日 午前9時~11時30分 午後1時~4時30分
	小児科 <子どもが 病気の とき> 外科 <けがや 手術のとき>	日曜日・祝日 午前9時~11時30分 午後1時~4時30分
③休みの日に 歯が いたくなったとき: 「休日・急患 歯科診療所」 TEL:0258-33-9644	歯科 <歯が 痛い とき>	日曜日・祝日 午前9時~11時30分 午後1時~3時30分

- ◆新型コロナウイルスの 感染を 予防するため、行く前に 必ず 電話で 相談して ください。
- ◆産婦人科 (女の人の 病気や 赤ちゃんを 産むとき) は、在宅当番医制 (休みの日に 開いている 病院) です。 (日曜・祝 休日のみ)
- ◆わからないときは、②休日・夜間急患診療所 (0258-37-1199) に きて ください。

节假日急病就诊医疗机构 *请在正常医疗时间以外和节假日身体不适时利用。

《长冈地区》 休日・夜間急診診療所 【幸町2-1-1 幸福广场 (旧市役所办公大楼)】

医疗机构	医疗科目	挂号时间
①中越儿童急症中心 TEL:0258-86-5099	小児科	周一~周六 (节假日除外) 晚上6点45分~9点30分
②休日・夜間急診診療所 TEL:0258-37-1199	内科	周一~周五 (节假日除外) 晚上6点45分~9点30分 周日・节假日 上午9点~11点30分 下午1点~4点30分
	小児科/外科	周日・节假日 上午9点~11点30分 下午1点~4点30分
③休日牙科急診診療所 TEL:0258-33-9644	牙科	周日・节假日 上午9点~11点30分 下午1点~3点30分

◆妇产科为轮流值班制 (周日・节假日) 咨询: 休日・夜間急診診療所 TEL:0258-37-1199

Emergency Medical Facilities Civic Health Center (Saiwai Plaza - 1F)

Facilities	Departments	Hours
Chuetsu Center for Children's Emergency Treatment (0258-86-5099)	Pediatrics (Shônika)	(Monday - Saturday) 6: 45 p.m. - 9: 30 p.m.
Clinic for Sundays, Holidays, and Nights (0258-37-1199)	Internal Medicine (Naika)	(Monday - Friday) 6: 45 p.m. - 9: 30 p.m. (Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 4: 30 p.m.
	Pediatrics (Shônika)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 4: 30 p.m.
	Surgery (Geka)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 4: 30 p.m.
Dental Clinic for Sundays and Holidays (0258-33-9644)	Dentistry (Shika)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 3: 30 p.m.

主な 緊急医療施設	主要紧急医疗设施	General Hospitals available for outpatient emergency treatment	TEL
立川総合病院	立川综合病院	Tachikawa Sogo Byoin (General Hospital)	0258-33-3111
長岡赤十字病院	长冈红十字病院	Nagaoka Seki-juji Byoin (Red-Cross Hospital)	0258-28-3600
長岡中央総合病院	长冈中央综合病院	Nagaoka Chuo Sogo Byoin (Central General Hospital)	0258-35-3700