

# ちきゅうひろば



## 地球广场

## Chikyū Hiroba

やさしい  
日本語

### 内容 (ないよう) Contents

P.2 ● 保険料の 納付書を 送ります

● とちお遊雪まつり

● 大雪の 時に 気をつけること

P.3 ● 長岡の 冬は スキー場で 楽しみませんか？

● 「ながおか冬神輿まつり」神輿を 担ぎたい人 募集！

● 豆まき大会

● アオーレ長岡 10周年記念「eスポーツ体験会」



中文

P.4 ● 关于寄送保险费缴纳通知单

● 栃尾游雪节

● 大雪期间注意事项

P.5 ● 长冈市滑雪场指南

● 招募“长冈冬季抬神轿活动”参加者！

● 撒豆活动

● AORE长冈10周年纪念活动～电子竞技体验会～

P.6 ● Information Regarding Payment of Insurance Premiums

● The Tochio Yūsetsu (Playing in the Snow) Festival

● Safety Tips in Case of Heavy Snowfalls

P.7 ● Enjoy Winter in Nagaoka at the City's Ski Areas

● The Nagaoka Winter Mikoshi Festival

● A Get-Together for Bean Scattering

● Hands-on Experience of e-Sports

Celebrating the 10<sup>th</sup> Anniversary of City Hall Plaza – Aôre Nagaoka

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



English

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」

〒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: Chikyū Hiroba で探してください。

E-mail: [kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp](mailto:kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp)

website: <https://www.city.nagaoka.niigata.jp/kurashi/cate13/chikyuhiroba/>

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

Instagram: [https://www.instagram.com/nagaoka\\_chikyū\\_hiroba/](https://www.instagram.com/nagaoka_chikyū_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！



Facebook

Instagram

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

# あけましておめでとうございます

昨年さくねんは 地球広場ちきゅうひろば を 利用りようしてくださり、ありがとうございます。  
 今年ことしも 皆さんの みな お役に やく 立ちたいと た 思いますので、どうぞ おも よろしく ねが お願いします。

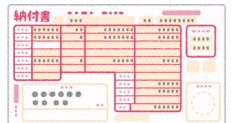
## ながあかし 長岡市からの お知らせ

### ほけんりよう のうふしよ おく 保険料の 納付書を 送ります

介護保険、後期高齢者医療保険の 保険料の 1月から 3月に 払う分の 納付書を 送ります。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。年金から 払っている人 や、口座振替の人には、納付書は 届きません。口座振替は、お金を 銀行などから 自動で 払うことです。

- ・介護保険の 納付書が 送られる 時期：1月の 中頃
- ・後期高齢者医療の 納付書が 送られる 時期：1月の 終わり頃

★保険料は 口座振替が 便利です  
 自分の 口座が ある 銀行などで 申し込むことが できます。



#### 【問い合わせ】

- ・介護保険：介護保険課 (TEL:0258-39-2245)
  - ・後期高齢者医療保険：国保年金課 (TEL:0258-39-2317)
- 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)

## とちお遊雪まつり

3年ぶりの おまつりです！ 雪で 遊んで おいしい 食べ物を 食べて 「雪国とちおの 冬」を 楽しもう！



#### 日時と内容：

#### ① 前夜祭

2月4日 (土) 午後5時から 午後8時30分まで  
 空飛ぶランタンに 願い事を 書いて 夜の 空に 飛ばします。(申し込みが 必要です)  
 雪上花火の 打ち上げ、食べ物の 屋台も あります。

#### ② とちお遊雪まつり

- 2月5日 (日) 午前10時から 午後3時まで
- ・見る：神楽舞い (神道の 行事)、ステージイベントで 音楽の 演奏
  - ・遊ぶ：そりすべり台、雪上運動会
  - ・食べる：グルメ テント村 (食べ物の 屋台が あります)
  - ・体験：スノーモービル試し乗り



## 大雪の 時に 気をつけること

雪が たくさん 降ると、電車や バスが 遅れたり、道が 混みます。高速道路や 国道が 通れなくなる 場合も あります。このような 時は、できるだけ 外に 出ないように しましょう。どうしても 外に 出なければ ならない時は、最新の 道路情報を 確認して ください。



道路情報はこちら →



◆場所：栃尾産業交流センターおりなす (道の駅R290とちおの となり)

【問い合わせ】 栃尾観光協会 TEL:0258-51-1195

ながおか ふゆ じょう たの ちきゅうひろば1月号

# 長岡の 冬は スキー場で 楽しみませんか？



スキー、 スノーボード、 そり遊びを して 楽しみましょう。 長岡市には 3つの スキー場が あります。

	ながおかしえい じょう 長岡市営スキー場	とちおファミリースキー場	こし こうげん じょう 古志高原スキー場
やっている日・時間			
	やっている日・時間は、QRコードから ホームページを 見て、確認 してください。		
リフト券代	1日券 ちゅうがくせいじょう えん 中学生以上：3,000円 しょうがくせい さいいじょう えん 小学生・シニア(60歳以上)： 2,500円 など	1日券 ちゅうがくせいじょう えん 中学生以上：2,000円 しょうがくせい いか えん 小学生以下：1,500円 など	1日券 ちゅうがくせいじょう えん 中学生以上：2,000円 しょうがくせい いか えん 小学生以下：1,500円 など
道具のレンタル	○	×	○
	ぼうし てぶくろ 帽子、ゴーグル、手袋の レンタルは ありません。		
市の中心からの距離	くるま やく ふん 車で 約15分	くるま やく ふん 車で 約30分	くるま やく ふん 車で 約40分
問い合わせ	0258-34-2225	0258-53-2390	0258-59-3500

※もっと 詳しく 知りたい人は、 それぞれの スキー場に 聞いて ください。

## 「ながおか冬神輿まつり」神輿を 担ぎたい人 募集！

神輿・縁日・飲食などが そろった イベントを 開催 します。神輿を 担いで みたかった、なんだか 楽しもう、そう思う すべての人が 対象です！  
日本語に 自信がない人は 日本語が 話せる 友達と 一緒に 応募して ください。

◆日時：2月12日(日) 午前11時から 午後7時まで、  
神輿は 午後6時から

◆場所：アオーレ長岡

◆申し込み：2月10日(金)までに 申し込みフォームから



## まめ たいかい 豆まき大会

季節が 冬から 春に 変わる 2月3日頃を 「節分」と 言います。節分には、健康や 幸せを 願って 豆まきを します。日本の 伝統を 体験して 春を お祝い しませんか？ 子どもから 大人まで どなたでも 参加 できます。

◆日時：2月3日(金) 昼の 12時から 午後1時まで

◆内容：ギャラリーから 豆や 小さな お菓子を まきます

◆場所：長岡市市民体育館 大アリーナ  
(長岡市 学校町 1丁目)

◆人数：申し込みが 早い人から 50人



【問い合わせ】長岡市市民体育館  
TEL：0258-34-2700

## ながおか しゅうねんきねん アオーレ長岡 10周年記念 「eスポーツ体験会」

2022年度は アオーレ長岡が できてから 10周年の 記念の 年です。子どもたちに 夢を 与える 企画として、地元長岡で プロゲーマーとして 活躍している方を 招いて 「eスポーツ体験会」を 行います。

◆日にち：2月5日(日) 午後1時から 午後5時まで

◆場所：アオーレ長岡

◆内容：モンスターストライクの 対戦会

プロ選手 モモさんらの トークショーと デモンストレーション

【第1部】 午後1時から 午後4時

eスポーツ「モンスターストライク」対戦会

【第2部】 午後4時から 午後4時30分

トークショー

【第3部】 午後4時30分から 午後5時

プロチーム「フォースリーパーズ」による デモンストレーション

※【第1部】の 対戦会に 参加したい 人は 申し込みが 必要です。見るのは 自由です。

◆対戦会の定員：24組(2人1組) (申し込みが 早い人から)

◆申し込み：1月13日(金)までに、アオーレ長岡ホームページ (<https://ao-re.jp/>) から

【問い合わせ】NPO法人ながおか未来創造ネットワーク  
TEL：0258-39-2500

◆雪や 新型コロナウイルスの 状況で イベントの内容を 変更 または 中止することが あります。





# 新年好!祝大家新年快乐!

去年承蒙大家厚爱“地球广场”，在此我们表示诚挚的感谢。  
在新的一年里，我们将继续为您提供更加满意的服务，希望大家一如既往地  
关注支持“地球广场”，并期待您的再次光临!

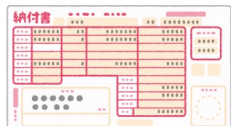
## 来自长冈市的通知

### 关于寄送保险费缴纳通知单

向相关人员寄送保险费缴纳通知单（1月~3月的缴纳部分），请大家按期缴纳!

对从年金帐户中直接扣除以及通过自动转帐缴纳保险费的人，不再寄送缴纳通知单。

- ① 护理保险缴纳通知单...1月中旬寄送
- ② 后期高龄者医疗缴纳通知单...1月底寄送



★ 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的支付方式。自动转帐手续请到您持有户头的银行等金融机构办理。

咨询:

- ① 介护保险课 TEL: 0258-39-2245
  - ② 国保年金课 TEL: 0258-39-2317
- 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)

## 栃尾游雪节

时隔3年的活动! 尽情游雪, 品尝美食, 享受“雪国栃尾的冬天”吧!



◆ 时间及内容:

### ① 前夜祭

2月4日(周六) 下午5点~晚上8点30分

- 放天灯: 将愿望写在灯笼上放飞天空  
(需要申请)

- 雪上焰火
- 饮食摊位等

### ② 栃尾游雪节



2月5日(周日) 上午10点~下午3点

- 看: 神乐舞(神道活动)、  
舞台表演、音乐演奏
- 玩: 雪橇滑梯、雪上运动会
- 吃: 美食帐篷村(饮食摊位等)
- 体验: 雪地摩托试乘

## 大雪期间注意事项

下大雪时, 电车和公共汽车会晚点, 道路堵塞。有时, 高速公路和国道可能无法通行。这时候, 请尽量不要外出。如果不得已需要外出的话, 请事先确认最新的道路信



道路信息  
请确认此二维码



◆ 地点: 栃尾产业交流中心ORINASU  
(公路休息站R290栃尾的旁边)

咨询: 栃尾观光协会 TEL: 0258-51-1195

# 长冈市滑雪场指南

地球广场1月号



请尽情享受雪国长冈冬季的滑雪、单板滑雪、雪橇等各种雪上运动，给您带来的乐趣吧！

	长冈市营滑雪场	栃尾家庭滑雪场	古志高原滑雪场
开放日・时间			
各滑雪场的开放日・时间等请扫描以上的二维码确认			
缆车券	1日券： ・初中以上：3,000日元 ・小学生和老年人(60岁以上)：2,500日元 等々	1日券： ・初中以上：2,000日元 ・小学生以下：1,500日元 等々	1日券： ・初中以上：2,000日元 ・小学生以下：1,500日元 等々
出租滑雪用具	○	×	○
不出租帽子、护目镜和手套			
市中心～滑雪场距离	驾车 约15分钟	驾车 约30分钟	驾车 约40分钟
咨询	0258-34-2225	0258-53-2390	0258-59-3500

※有关详细内容，请向各滑雪场咨询。

## 招募“长冈冬季抬神轿活动”参加者！

举办神轿巡游、庙会、饮食等各种活动。抬神轿巡游是日本传统的活动仪式，希望体验者可以报名参加。如果您对日语没有信心，请与会说日语的朋友一起报名。

◆时间：  
2月12日（周日）上午11:00～晚上7:00  
神轿巡游从下午6点开始

◆地点：市政厅 阿偶蕾长冈（AORE长冈）

◆报名截止日期：2月10日（周五）

请扫描以下的二维码报名

详情请看  
这里→



请从此处  
报名→



## 撒豆活动

季节从冬季转入春季的交替之日（2月3日），被称为“节分”。

“节分”之日，人们通常举办撒豆（驱鬼招福）活动来祈愿健康和幸福。通过体验日本的传统活动来迎接春天的到来吧！小孩大人均可参加。

◆时间：2月3日（周五）中午12:00～下午1:00

◆内容：从画廊抛撒豆子和零食等

◆地点：长冈市立体育馆 大竞技场  
（长冈市学校町1丁目）

◆人数：前50名

咨询：长冈市市民体育馆  
电话：0258-34-2700



## AORE 长冈10周年纪念活动 ～电子竞技体验会～

在市政厅阿偶蕾长冈建成10周年之际，为了鼓励孩子们拥有梦想，策划了这项电竞体验活动。并邀请了活跃在长冈本地的职业游戏玩家为大家表演和指导。

◆时间：2月5日（周日）下午1点～下午5点

◆地点：市政厅阿偶蕾长冈（AORE长冈）

◆内容：《怪物弹珠》电竞体验

职业选手Momo等人的脱口秀和演示。

【第1部分】下午1点～下午4点

电竞《怪物弹珠》对抗赛

【第2部分】下午4点～下午4点30分

脱口秀

【第3部分】下午4点30分～下午5点

由专业团队“4Sleepers”进行演示

※希望参加【第1部分】对抗赛的人需要报名。  
观赛自由。

◆对抗赛名额：24组（1组2人，按报名顺序）

◆报名：截至1月13日（周五）

请在AORE长冈官网上报名  
（<https://ao-re.jp/>）



AORE长冈官网

咨询：NPO法人长冈未来创造网络  
电话：0258-39-2500

◆根据降雪量以及新冠疫情的状况，  
活动会有内容变更或取消的可能。



# Happy New Year to You All!

We thank you very much for visiting us at *Chikyu Hiroba* last year. We are looking forward to welcoming you to *Chikyu Hiroba* and providing help and support for this year as well.

## Information from the City of Nagaoka

### Information Regarding Payment of Insurance Premiums

The notices regarding your insurance premium payments for January, February, and March will be sent to you in January.

Members of the Public Nursing Insurance System or the Later-Stage Elderly Healthcare Insurance 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.

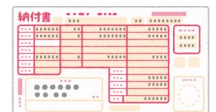
We recommend you use the account transfer payment system when paying insurance premiums. You can apply for it at a bank or other financial institution where you have a savings account.

The notices will be sent:

- around the middle of January for the Public Nursing Insurance System
- around the end of January for the Later-Stage Elderly Healthcare Insurance System

For further information:

- Public Nursing Insurance System  
Public Nursing Insurance Division  
(Phone: 0258-39-2245)
- Later-Stage Elderly Healthcare Insurance System  
National Health Insurance and Pension Division  
(Phone: 0258-39-2317)
- Or the Regional Promotion-Citizens' Affairs and Service Division of each district office or the Citizens' Affairs and Service Division of the Tochio Branch Office



Notice

### The Tochio Yûsetsu (Playing in the Snow) Festival

The festival is back for the first time in three years! Let's enjoy the winter of the "Snowy Land of Tochio" by playing in the snow and tasting delicious food!

#### Event Details:

##### ● Festival Eve Celebration

February 4 (Sat.) 5:00 p.m. – 8:30 p.m.

- Write your wish on a "flying lantern" and release it into the night sky. (applications required)
- Fireworks on snow
- Food stalls



##### ● Tochio Yûsetsu Festival

February 5 (Sun.) 10:00 a.m. – 3:00 p.m.

- Watch: *Kaguramai* (sacred *Shinto* dance and music) Performances by musicians
- Play: A big slide for sleds Sports activities on snow
- Eat: Gourmet village with food stalls
- Experience: Snowmobile riding



### Safety Tips in Case of Heavy Snowfalls

We usually have a lot of snow in Nagaoka. Snow starts falling at the beginning of December and stays on the ground until the end of March.

Heavy snowfalls often cause traffic jams and disturb transportation schedules. Trains and busses are often behind schedule and roads are crowded.

Freeways and national highways are sometimes closed and not available for use.

During these times, you are advised to refrain from going out and stay home if possible. If you have to go out, check the latest road information, which is available with the QR code below. Always keep your safety in mind during snowy days.



The latest road information →



**Where:** Tochio Industrial Interaction Center, *Orinasu* (next to Roadside Station R290 Tochio)





For further information: Tochio Tourism Association (Phone: 0258-51-1195)





## Enjoy Winter in Nagaoka at the City's Ski Areas

Everyone is most welcome to have fun with skiing, snowboarding, and sledding at ski areas in three locations in the city.

	Nagaoka Municipal Ski Area	Tochio Family Ski Area	Koshi Kogen Ski Area
Days and Hours			
	Refer to the respective websites above.		
Chair Lift Fees ( One-Day Ticket )	<ul style="list-style-type: none"> <li>• junior high school students or over: ¥3,000</li> <li>• elementary school students: ¥2,500</li> <li>• senior citizens aged 60 or over: ¥2,500</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• junior high school students or over: ¥2,000</li> <li>• elementary school students or younger: ¥1,500</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• junior high school students or over: ¥2,000</li> <li>• elementary school students or younger: ¥1,500</li> </ul>
Ski Equipment Rentals	Yes	No	Yes
	Caps, goggles, gloves, mittens are not available for rent.		
From Central Nagaoka	about a 15-minute drive	about a 30-minute drive	about a 40-minute drive
For further information	0258-34-2225	0258-53-2390	0258-59-3500

For further information, contact the respective ski areas.

### The Nagaoka Winter Mikoshi Festival

**You Are Most Welcome to Join the Festival If You Want to Carry Mikoshi (a portable shrine)!**

An event filled with fun programs such as carrying *mikoshi*, game stalls, and tasting delicious food and drinks will be held. This event is for anyone who has wanted to carry *mikoshi* and who thinks it would be fun.

If you are not confident in Japanese, sign up with a friend who can speak Japanese.

When: February 12 (Sun.) 11:00 a.m. – 7:00 p.m.

Carrying *mikoshi* will start at 6:00 p.m.

Where: City Hall Plaza – *Aôre* Nagaoka

Application Deadline: February 10 (Fri.)

For detailed information →



For application →



### A Get-Together for Bean Scattering

The changing of the seasons from winter to spring, around February 3<sup>rd</sup>, is called *Setsubun*. We have a tradition of scattering or tossing beans, hoping to invite good luck into and drive bad luck out of our homes.

Would you like to celebrate the arrival of spring by having a hands-on experience with traditional Japanese culture? People of all ages can join this gathering.

When: February 3 (Fri.) 12:00 p.m. – 1:00 p.m.

Where: Large Arena, Nagaoka City Gymnasium  
(1-chome Gakko-cho, Nagaoka City)

Event Details: Beans and small snacks will be tossed from the balcony.

Participants: Maximum 50  
on a first-come, first-served basis



For further information: Nagaoka City Gymnasium  
(Phone: 0258-34-2700)

### Hands-on Experience of e-Sports Celebrating the 10<sup>th</sup> Anniversary of City Hall Plaza – *Aôre* Nagaoka

The 2022 fiscal year marks the 10<sup>th</sup> year since City Hall Plaza – *Aôre* Nagaoka was completed. As a project to give children future dreams, we will hold an event named “Hands-on Experience of e-Sports” by inviting Momo-san, a professional gamer who is active and well-known in Nagaoka.

When: February 5 (Sun.) 1:00 p.m. – 5:00 p.m.

Where: City Hall Plaza – *Aôre* Nagaoka

Event Details:

[1<sup>st</sup> session] 1:00 p.m. – 4:00 p.m.

e-sports Monster-Strike competitions

(applications required for competitions)

No applications are necessary for visitors.

[2<sup>nd</sup> session] 4:00 p.m. – 4:30 p.m.

Talk by Momo-san and others

[3<sup>rd</sup> session] 4:30 p.m. – 5:00 p.m.

Demonstration of Monster-Strike

by 4Sleepers, a professional team

Competition Participants: Maximum 24 teams  
(2 persons/team)

(on a first-come, first-served basis)

Application Deadline: January 13 (Fri.)

Apply via the *Aôre* Nagaoka website (<https://ao-re.jp/>) below.

For further information:

Nagaoka Future Creation Network

(a Non-Profit Organization)

(Phone: 0258-39-2500)



*Aôre* Nagaoka website

There is a possibility of changes to or cancellations of the above programs due to snowfall or the COVID-19 pandemic.



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)にきいてください。

**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》休息日・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休息日・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休息日牙科急診診療所 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:休息日・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	主要緊急医療施設	General Hospitals available for outpatient emergency treatment	TEL
立川総合病院	立川総合病院	Tachikawa Sogo Byoin (General Hospital)	0258-33-3111
長岡赤十字病院	長岡赤十字病院	Nagaoka Seki-juji Byoin (Red-Cross Hospital)	0258-28-3600
長岡中央総合病院	長岡中央総合病院	Nagaoka Chuo Sogo Byoin (Central General Hospital)	0258-35-3700