

ととと

支所からのおしらせ

No.192



発行・編集: 栃尾支所地域振興課 ☎0258-52-5815

栃尾地域交流拠点施設オープニングイベント第2弾

トチオーレ

秋 あじ
まつい

- とき 10月9日(日) 午前10時~午後3時
 内容 ① 栃尾のあぶらげ大集合/あぶらげの販売
 ② 飲食ブース、キッチンカー出店
 ③ 越後長岡まちの駅展示販売ブース
 ④ ボランティアブース(栃尾ボランティア連絡協議会)
 ⑤ 作って楽しいワークショップ(栃尾高校) など
 問合せ 栃尾地域交流拠点施設トチオーレ ☎89-8611

クマ 出没
注意!!クマが出没した
場所をチェック

クマを刺激しない



単独行動は避ける

クマに出会ったときは
慌てずにゆっくり後退鈴・ラジオなど
音の鳴る物や
クマよけスプレーを携行クマに襲われた場合は
地面に伏せて頭・首・腹を守る

秋は、冬眠前のクマがエサを求めて活発に活動します。

クマによる被害にあわないための対策が重要です。



※放置されたカキやクリの実がクマを呼び寄せます。収穫見込みのない果樹はもぎ取りましょう。

連絡・問合せ

栃尾支所地域振興課 ☎52-2151

長岡市男女平等推進センター ウィルながおか

◆第36回ウィルながおかフォーラム分科会1

「呼吸と姿勢が歩き方・生き方を変える！ココロとカラダのセルフメンテナンス」とき 11月17日(木) 午後1時30分～3時30分

とちオーレ 小ホール
内容 毎年好評！水科江利子さんの講座を栃尾で開催します。ココロとカラダ(調整・呼吸・姿勢づくり)のセルフケアを体験できます。ぜひご参加ください。

定員 20名(先着・要申込み)
参加費 無料
持ち物 軽くて動きやすい服装でお越しください。



申込み 11月10日(木)まで、QRコードまたはお電話で(HPからも可)
問合せ ウィルながおか ☎39-2746

地域振興課

◎申込み・問合せ 栃尾支所地域振興課 ☎52-1117

◆第54回「栃尾美術展」作品募集

部門 ①絵画版画②書道③写真④彫塑工芸⑤中学生書道
応募作品 公募展での入選、入賞歴のない創作作品
応募資格 栃尾地域在住・出身、または勤務・通学している中学生以上の人

展示期間 11月11日(金)～13日(日)
午前9時～午後6時(ただし、11日は午前10時から、13日は午後3時まで)
展示会場 トチオーレ

出品料 無料
作品搬入・受付 作品に出品目録を付け、11月7日(月)の午後4時～7時までにトチオーレへ

※開催要項・出品目録は栃尾支所地域振興課に用意してあります。市HPからもダウンロードできます。

表彰 部門ごとに美術展賞、奨励賞、中学生書道を除く4部門に新人賞、特別賞をそれぞれ授与します。

◆「栃尾文化祭」作品募集

栃尾美術展と同時開催。グループ・個人作品大歓迎！
募集作品 絵画、書、生け花、文芸、工芸、手芸など
作品搬入・受付 11月10日(木)の午後2時から8時までにトチオーレへ

申込み期限 10月14日(金)まで

栃尾産業交流センター おりなす

◎申込み・問合せ ☎51-1331

◆おりなす秋まつり(入場無料)

とき 11月3日(木)例 午前10時～午後3時

内容 ①BMXショーと試乗体験(午後1時～2時)②テキスタイルマルシェ/栃尾の生地等の販売③ストラックアウト、スマートボール等のキッズコーナー④キッチンカーの出店

◆おりなす手織り講座企画「秋の植物染め」

とき 11月5日(土) 午前9時30分～午後2時30分
内容 施設内の落ち葉で綿と絹の混織のストールを染めます。

定員 12名(先着順)
参加料 6,000円(材料費込み)
持ち物 エプロン、ゴム手袋、筆記用

具、昼食。
申込み 10月5日(木) 午前9時から

道院高原

◆道院高原感謝祭

隠れた紅葉の名所、色とりどりの紅葉に染まる道院高原で、日頃の感謝を込めて開催します。

とき 10月29日(土)・30日(日) 両日
とも午前10時～午後3時

内容 販売(おにぎり、豚汁、駄菓子)、体験(錦鯉すくい、水ヨーヨー釣り、薪割り、火起こし、周遊マップラリー(景品プレゼント個数制限あり))

問合せ 道院高原 ☎58-2120
※ 詳細は道院高原HPにて配信

杜々の森名水公園

◆縁(ゆかり)むすび祭2022

水と食のフェスティバル
紅葉時期に秋の味覚をお届けします。食べよし!! 作ってよし!! 見てよし!!

とき 10月15日(土)・16日(日) 両日
とも午前10時～午後3時30分

内容 ぬかががまで炊いた新米おにぎりや地元野菜のみそ汁を販売。新米に合う食が集まる全国うまいもの市や、食品サンプルのワークショップ等のものづくり市を開催予定。
問合せ 杜々の森名水公園管理運営組合 ☎58-3050

ワークセンター 栃尾

◎申込み・問合せ ☎52-12333

◆履歴書の書き方セミナー

とき 11月2日(水)・12月7日(水)

いずれも午前10時～11時
とち 栃尾産業交流センターおりなす 第1会議室

内容 学歴、職歴や資格欄の基本的な書き方、志望動機のとめ方

◆面接対策セミナー

とき 10月19日(水)・11月17日(木)
いずれも午前10時～11時30分

とち 栃尾産業交流センターおりなす 第1会議室

内容 ①面接の受け方(座学)、②面接のロールプレー(入退室など)

◆面接マナー講座

定員 各6名(先着)
とき 12月1日(木) 午後1時30分～3時
とち 栃尾産業交流センターおりなす 第1会議室

内容 外部専門講師による講座

定員 8名(先着)
★雇用保険の求職活動実績になります。

市民生活課

◎申込み・問合せ

栃尾支所市民生活課 ☎52-5836

◆骨粗しょう症予防講座

骨粗しょう症にならないためのヒントを見つけ、毎日コツコツ取り組んでみませんか。
とき 10月26日(水) 午後1時30分～3時30分(午後1時から受付)

とち 栃尾産業交流センター おりなす 骨密度の簡易測定。毎日コツコツ取り組める『栄養・運動講座』

定員 20名(先着)

参加費 無料

持ち物 水分補給用の飲み物、タオル
※動きやすい服装・履物、マスク着用。

10月19日(水)
11月21日(月)

9:45～10:05
10:30～11:50
みやざわ苑
下塩小学校

13:00～13:40
13:55～14:40
上塩小学校
みどりこども園

市民生活課

◎申込み・問合せ 栃尾支所市民生活課

☎ 52-15836

◆ヘルスアップセミナー

自身の健診結果を見直しして検査値を改善しませんか。

とき 11月1日(火)・15日(火) 全2回 各

回とも午後1時30分～3時30分

ところ 栃尾地域交流拠点施設トチオーレ

小ホール

内容 知って得する栄養・運動講座

定員 15名(先着)

参加費 無料

持ち物 健康診断の結果、水分補給の飲み物

※動きやすい服装・履物、マスク着用。

栃尾地域図書館

◎申込み・問合せ 栃尾地域図書館

☎ 53-3005

◆おたのしみ「ぷち」上映会

とき ①10月8日(土) ②11月12日(土)

各回 午前10時30分～11時30分

ところ トチオーレ 2階 和室A

上映作品 ①まんが日本昔話「みそ買い

橋」「言うなの地蔵」「猿地蔵」「エビの腰

はなげまがったか」、②ミツキーマウス

「ミツキーの誕生日」「ミツキーのオーケ

ストラ」他、「14ひきのかぼちゃ」

申込み 不要(直接会場へ)

◆えほんのへや

とき ①10月15日(土) 午前10時30分

～11時30分 ②11月19日(土) 午前10

時30分～11時

ところ トチオーレ 2階 和室A

内容 ①「ハロウィン」のお話と簡単な工

作、②「どんぐり」のお話

申込み 不要(直接会場へ)

◆クイズに挑戦！子ども探偵

内容 くじを引いて、いろいろな謎について図書館の本を使って調べます。正解者には景品をプレゼント。

とき 10月15日(土)～11月13日(日)

ところ 栃尾地域図書館内

対象 小学生以下

栃尾美術館

◎申込み・問合せ 栃尾美術館

☎ 53-6300

◆とちびまつり

とき 10月22日(土)・23日(日) 午前10時～午後4時

ところ 栃尾美術館 アトリエ、ギャラリー

内容 県内の美術・工芸家に参加し、簡単なワークショップや販売を行います。

◆陶芸講座

「私の器をつくらう丸平藍」

とき 11月6日(日) 午前10時～11時30分

午後1時30分～3時

ところ 栃尾美術館 アトリエ

内容 手ろくろを使って丸いお皿をつくり

ります。

講師 岡崎宗男さん(陶芸家)

対象 18歳以上

定員 各回8名(先着順)

料金 1,700円

持ち物 エプロンなど汚れてもよい服装、手拭きタオル、マスク着用

申込み 10月12日(水)から電話受付

☆焼き上がり作品は、12月初旬のお渡し予定です。

◆ワイヤークラフト講座

「ワイヤーでつくろくまぞうさん」

とき 11月20日(日) 午前10時～11時30分

ところ 栃尾美術館 アトリエ

内容 ワイヤーで手のひらサイズのぞうのオブジェをつくります。

講師 太刀川由美子さん(ワイヤークラフト作家)

対象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

定員 8名(先着順)

料金 1,200円

持ち物 マスク着用

申込み 11月10日(木)から電話受付

◇11月21日(月)～12月2日(金)まで、展示替え期間のため休館します。

百歳おめでとうございます

百歳長寿者の皆さんに、お祝状と記念品が贈られました。栃尾地域の対象者は16人です。



- 栄町 飯浜 トシ
- 栃尾新町 草分 イト
- 谷内 布施 キン
- 仲子町 稲田 エイ
- 榎原 高橋 美代、木村八重子
- 上樫出 大港キミノ、高野 利男
- 山口 勝沼フミエ、石丸 藤一
- 栃堀 椿 コヨ、増沢ハツイ
- 軽井沢 茨木ヒサヨ
- 木山沢 保科 ハナ

※氏名等は了承された方のみ掲載敬称略

◆スポーツの秋！健康教室のお知らせ

教室がリニューアルしました。詳細についてはお問合せください。 栃尾体育館 ☎ 52-5571

教室名	曜日	時間	開催日	定員	料金
ラウンドザ・サーキット	火	午後1時30分～2時30分	毎週都度制	15人	600※
キッズ体育	水	午後5時～6時	毎週都度制	15人	1,000
RF～有酸素～	木	午前10時～11時	毎週都度制	15人	600※
健康トレーニング	金	午後14時～14時45分	毎週都度制	15人	300
キッズ体育	土	午前9時30分～10時30分	毎週都度制	15人	1,000

※ラウンドフィットネス定期券利用者は300円で参加できます。

教室名	曜日	時間	開催日	回数	定員	料金
ハツラツ健康体操	火	午後2時～3時	10/4～12/13	11	15人	6,600
フラダンス	火	午後3時15分～4時15分	10/4～12/13	11	15人	6,600
ボクシングシェイプ	火	午後7時30分～8時30分	10/4～12/13	11	25人	6,600
リズム体操	水	午後2時～3時	10/5～12/14	10	25人	6,000
骨盤ゆがみ改善体操	水	午後3時15分～4時	10/5～12/14	10	15人	6,000
リラククスヨガ	水	午後7時30分～8時30分	10/5～12/14	10	15人	6,000
やさしい健康体操	木	午後2時～3時	10/6～12/15	10	25人	6,000
たのしいエアロビクス	木	午後7時30分～8時30分	10/6～12/15	10	25人	6,000
はじめてヨガ	金	午前10時～11時	10/7～12/16	11	20人	6,600

栃尾体育館

米百俵号巡回 中央図書館 ☎ 32-0658

10月11日(火)
11月15日(火)

東谷小学校 9:30～10:30
いずみ苑 10:40～11:00

おりなす 11:10～11:35



開館時間 火・水・金・土曜 午前9時30分～午後3時(正午～1時間閉館)
 場所 栃尾産業交流センター おりなす 2階
 申込み・問合せ 子育ての駅とちお「すくすく」 ☎51-1022

無料

- ◆助産師による子育て相談
とき 10月5日(水)、11月2日(水)、12月7日(水)
午前10時30分～11時30分
- ◆保健師による子育て相談
とき 10月21日(金)、11月18日(金)
午前10時30分～11時30分
- ◆お誕生会
誕生月以外の方も参加自由です。
とき 10月26日(水)、11月16日(水)
午前11時～11時30分
- ◆出張図書館
栃尾地域図書館の出張貸出です。
とき 10月28日(金)、11月25日(金)
午前11時～11時30分
- ◆すくすくおしゃべり会
みんなで楽しくおしゃべりしましょう。
とき 10月14日(金)午前11時～11時30分
11月11日(金)午前10時30分～11時30分
※発達相談員が入ります。(個別相談)
12月2日(金)午前11時～11時30分
※栄養士が食育についてお話しします。
- ◆ハロウィンお楽しみ会
ハロウィンのかわいい工作をします。
とき 10月25日(火)午前11時～11時30分
- ◆プラレールで遊ぼう
長岡大学 米山ゼミナール生と一緒に遊みましょう。
とき 11月12日(土)午前9時30分～12時
午後1時30分～3時
- ◆ベビーマッサージ
1歳未満の乳幼児と保護者が対象です。
とき 11月16日(水)午後1時30分～2時30分
定員 10組(先着)
申込み 11月8日(火)～12日(土)
持ち物 バスタオル1枚
- ◆クリスマスミニコンサート
楽しいクリスマスソングの演奏をみんなで聴きましょう。
とき 12月3日(土)午前11時～11時30分
- ◆作って遊ぼう(栃尾地域図書館出張工作教室)
クリスマスにちなんだ工作をします。
とき 12月9日(金)午前11時～11時30分

「栃尾市共通商品券」をお持ちの方へ(お知らせ)

かつて協同組合栃尾市商店連合会が発行していた「栃尾市共通商品券」の利用期限が、8月31日をもって終了しました。まだ商品券をお持ちの方は払戻しをいたしますので、手続きをしてください。

払戻し方法: 長岡市共通商品券協同組合事務局又は山甲本店(谷内2)に該当の商品券を持参してください。
 払戻し期間: 令和4年12月28日(木)まで
 問合せ: 長岡市共通商品券協同組合 ☎86-7107
 山甲本店 ☎52-2542

栃尾地域の人口 令和4年9月1日現在

合計	男	女	世帯数
15,997(-43)	7,885(-21)	8,112(-22)	6,768(-4)

※外国人を含む、()内は前月比

健康・相談

◇ 各種相談 ◇

相談名	月日	内容	受付時間	会場
行政相談	10月25日(火) 11月22日(火)	国の行政に対する意見・要望	午前10時～正午	栃尾支所 2階 相談室
総合健康相談	10月25日(火) 11月22日(火)	健康についての相談 ※前日までに要予約	午後1時～3時	トチオーレ 1階 会議室3

問合せ・申込み 栃尾支所市民生活課 ☎52-5836

家屋を取り崩したら連絡を!
 固定資産税は、毎年1月1日現在の状況で課税します。
 すでに取り崩されている家屋に課税するなどの誤りを防ぐため、ご協力を
 お願いします。
 問合せ
 栃尾支所
 市民生活課
 ☎52-5837

市税などの納期限(口座振替日)

- 10月分 = 10月31日(月) 市・県民税(3期)、国民健康保険料(4期)、後期高齢者医療保険料(7期)、介護保険料(7期)
- 11月分 = 11月30日(水) 国民健康保険料(5期)、後期高齢者医療保険料(8期)、介護保険料(8期)

「とちお支所からのお知らせ」は、長岡市ホームページでもご覧いただけます。 <https://www.city.nagaoka.niigata.jp/>