

納期限は10月31日(月)です

- 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)
- ※スマートフォン決済が便利です

◆回や欄などの略字の見方は19ページ
◆図どなたでも、図特になし、●無料、●不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆●に電話、ファクス、Eメール、●(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 さい=さいわいプラザ

みんなのひろば

市民の各種サークル、国・県などの催し情報、会員募集などを掲載しています。

◆原稿締め切り…12月号は10月31日(月)(必着)、1月号は11月25日(金)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【12月号】12月10日(土)、【1月号】1月3日(火)以降のものに限ります。
◆提出先…〒940-8501 広報課へ郵送、持参、FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jp ※応募多数の場合、掲載できないことがあります

次に該当するものは原則掲載できません。
①広く市民が参加・募集できない
②活動が主に市外で行われている
③独自のPR手段を持っている(新聞など)
④政治・宗教・営利が目的(準ずるものを含む)
●原則として会員募集は年1回、同一団体の掲載は年4回までです。
●申込先 ☎39・2202

催し
■日本水彩中越支部員と水彩画愛好者の作品展
10月9日(日)～11日(火)午前9時～午後6時(9日は午後1時から、11日は午後4時まで) 場 アオーレ長岡 岡小林さん ☎24・7407
■示現会巡回長岡展(絵画)
10月9日(日)～15日(土)午前10時～午後5時(11日(火)は休館。15日は午後4時まで) 場 中央図書館 岡川寄さん ☎090・7522・2811
■秋の草花・盆栽展
10月15日(土)～16日(日)午前10時～午後4時(16日は午後3時まで) 場 緑花センター 岡長岡市草花・盆栽クラブ・穂苅さん ☎090・4967・7359
■赤城コランド植樹会
10月16日(日)午前10時～午後3時

時 冒険遊び、ピザ焼きなど
小学生以上1000円 場・岡赤城コランド・山川さん ☎090・3215・8256
■大人の部活 ヨガ部・アロマ部
10月14日(金)・28日(金)午後4時～4時45分：キッズヨガ① 14日(金)午前10時～正午：ココロとカラダの疲れにみるアロマ③ 15日(土)午前8時～9時15分、18日(火)午前10時～11時10分：骨盤調整ヨガ④ 21日(金)午後1時～4時：だれでもおうちセラピスト 場 興国寺(千手) ①3歳～12歳 各1、500円(④は3、000円) 申 各前日までに藤井さん ☎090・6687・8957へ
■長岡れきべん歴史勉強塾
「日本・ウクライナと、ロシアとの歴史的關係」
10月16日(日)午後3時～5時30分 場 中央図書館 講 日本

経済学准教授・久野潤さん ☎500円(学生無料) 岡新濁れきべん運営事務局 ☎080・6677・8535
■長岡地域交流歌謡ショー
10月16日(日)午後1時30分～4時30分 場 トチオーレ 岡オンザロックオーケストラ・相沢さん ☎090・8588・1999
■だるま会総合作品展
10月18日(火)～20日(木)午前10時～午後5時(18日は午後1時から、20日は午後3時まで) 場 中央図書館 岡書道、絵画など 岡池山さん ☎22・3632
■中古衣料品チャリティ即売会 & フードドライブ(食品寄付)
10月19日(水)午前10時～午後2時(寄付は18日(火)午前10時～午後3時) 場 アオーレ長岡 岡長岡市消費者協会事務局(消費生活センター内) ☎32・0082
■秋の盆栽展
10月22日(土)～23日(日)午前10時～午後4時(23日は午後3時まで) 場 緑花センター 岡盆栽協会 岡長岡支部・中川さん ☎92・6015
■悠月会水墨画展
10月22日(土)～23日(日)午前9時30分～午後5時(23日は午後4時まで) 場 中央図書館 岡平沢さん ☎33・8543
■ONCリード合奏定期演奏会
10月23日(日)午後2時～4時30分 場 リリックホール 岡金山さん ☎32・7244
■杜のコンサート
10月23日(日)午後2時～4時 場 アオーレ長岡 岡民謡、吹奏

楽など 500円 岡同実行委員会・佐藤さん ☎090・2985・4418
■赤道会展(絵画)
10月26日(水)～30日(日)午前10時～午後5時(26日は午後1時から、30日は午後4時まで) 場 中央図書館 岡渡辺さん ☎080・3019・7369
■拉致問題を考えるパネル展
11月5日(土)～6日(日)①7日(月)～11日(金)午前9時～午後4時(5日は正午から、6日は正午まで) 場 川崎コミュニティセンター ①分館②本館(岡) ☎35・3935
■栃尾混声合唱団定期演奏会
11月6日(日)午後2時～4時 場 トチオーレ 定300人(先着) 場 アオーレ長岡 岡定60人(先着) 500円 申 あおのの会・栗林さん ☎090・2419・0694
■家づくりに役立つ建築講座
11月6日～27日の毎週日曜日 午後1時～3時 場 アオーレ長岡 岡定各15人(先着) 各1、500円 申 NPO法人建築・住教育研究会・広川さん ☎090・9016・7468
■40代婚活
11月13日(日)午後1時～5時 場 川口地域交流体験館「杜のかたらい」 対おおむね40歳の独身男女 定各10人(抽選) 男性6、000円、女性4、000円 申 10月28日(金)までにソラヒト日和・堀口さん ☎080・6718・1838へ

健康
■オストメイト社会適応講習会と相談会
10月22日(土)午後1時～3時 場 アトリウム長岡 岡雪椿友の会・田中さん ☎090・1041・8515
■ハロウィンジャンボくじ
10月21日(金)まで 場 県内の宝くじ売り場 岡新潟県市町村振興協会 ☎025・284・3434
■講話と実践 エンジョイニングゲーム(認知症予防ゲーム)は幸福度をアップする!
11月6日(日)午前10時～正午 場 アオーレ長岡 定60人(先着) 500円 申 あおのの会・栗林さん ☎090・2419・0694
■事業所に代わって、福利厚生サービスを提供します
市内中小企業の従業員・事業主 1月1人800円 申 事業所単位で長岡市勤労者福祉サービスセンター ☎37・5656へ
■森のようちえんふたばっこ令和5年度新入園児
赤城コランド(栖吉町)を拠点に自然の中で保育します。対年少～年長児 申 10月5日(水)から古川さん ☎080・5651・1049へ ※10月11日(火)・22日(土)午前10時から説明会あり(要申し込み)

11月 3日(祝) 石川 医院 ☎66・2140
10月 2日(日) 石川 医院 ☎66・2140
9日(日) 山谷クリニック ☎61・1388
10日(祝) 杏仁堂 医院 ☎62・0123
16日(日) 中之島クリニック ☎61・2551
23日(日) 関谷 医院 ☎61・0205
30日(日) 貝瀬 皮膚科 ☎66・8100
11月 3日(祝) 石川 医院 ☎66・2140

急患診療のお知らせ

診療時間外などに具合が悪くなったときにご利用ください。なお、新型コロナウイルス感染症の院内感染を防ぐため、受診する前に必ず電話で相談してください。

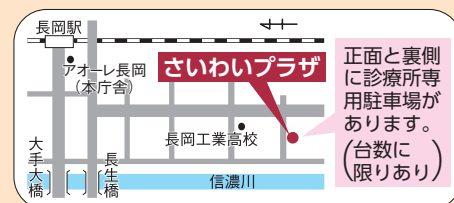
持保険証、医療費助成の受給者証(ある人)

- 風邪や腹痛などの比較的軽症な救急患者 → ①～④を受診してください
- 入院や手術を必要とする重症な救急患者 → ⑤を受診してください

施設名 (長岡局番0258)	診療科目	受付時間	診療曜日		
			日・祝	月～金	土
①中越子ども急患センター ☎86・5099	小児科 (中学生まで)	午後6時45分～9時30分	—	●	●
②休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科	午後6時45分～9時30分	—	●	—
	内科 小児科 外科	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分	●	—	—
③休日急患歯科診療所 ☎33・9644	歯科	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分	●	—	—

①～③はさいわいプラザ(幸町2-1-1)の1階にあります

産婦人科は在宅当番医制です(日曜・祝日のみ)。お問い合わせは休日・夜間急患診療所 ☎37・1199へ。



④休日在宅当番医(中之島・見附地区)
受付時間=午前9時～11時30分、午後1時～4時30分
※外科は☎、内科は☑で表記しています

期日	病院名	電話番号
10月	☑ 石川 医院	☎66・2140
	☑ 山谷クリニック	☎61・1388
	☑ 杏仁堂 医院	☎62・0123
	☑ 中之島クリニック	☎61・2551
	☑ 関谷 医院	☎61・0205
11月	☑ 貝瀬 皮膚科	☎66・8100
	☑ 石川 医院	☎66・2140

⑤救急当番病院
立川 総合病院 ☎33・3111
長岡 赤十字病院 ☎28・3600
長岡 中央総合病院 ☎35・3700
当番病院に関するお問い合わせ
休日・夜間急患診療所 ☎37・1199(受付時間のみ)
長岡市医師会 ☎22・5600
長岡市消防本部 ☎36・0119

募集

●高齢者向け優良賃貸住宅に入居しませんか

住宅IIウエルマンシヨン朝日(本町1) 定3戸(先着) 概要II 鉄筋コンクリート造8階建て、緊急通報装置、AED、生活介護員によるサポート
▽家賃:所得により81、000円～140,000円
▽共益費・管理費・家賃補助(含む)▽食事代:51,210円(3食の場合の概算)
60歳以上(夫婦の場合はいずれかが60歳以上) 申同マシヨン ☎32・0338
当II 都市政策課(大手) ☎39・2655



ウエルマンシヨン朝日は、市認定の住宅型老人ホームだよ。サークル活動や行事も盛んで、「自分らしい、充実したシニアライフ」を送りたい人にぴったり環境なんだ!



広めて!ながおか! 長岡の「宝」インスタグラム投稿キャンペーン

インスタグラムに、ハッシュタグ「#長岡の宝キャンペーン」「#スポット名」を付け、支所地域に設けたフォトスポットで撮影した写真を投稿してください。3スポット以上投稿してくれた人の中から抽選で、長岡の特産品をプレゼントします。詳しくは市ホームページで。
10月20日(木)～来年1月31日(火)
岡地域振興戦略部(大手) ☎39・2515

