



p 2 オール長岡で支える これからの除雪

p 4 マイナンバーカード お得な今月中に申請を

p 8 今年のできごと

●表紙

下川西小学校で大きく実った里芋の収穫 (p10)

ながおか 市政だより

Nagaoka

12

2022

No.819

地域外からも支える 新たな体制

山古志発！有償ボランティア制度「YUBO」

山古志地域を拠点とするNPO法人中越防災フロンティアが取り組む「YUBO」。地域外からも事前登録のボランティアを広く募り、住民による除雪チームの人手が足りないときに派遣します。

今年度から、ボランティアの派遣対象地域を小国・栃尾・川口地域にも広がります。

— YUBOのポイント —

●初心者でも安心のサポート体制

ボランティア育成講座「越後雪かき道場[®]」で、作業の注意点やコツを学ぶことができます。

●有償でお互いの負担を軽減

謝礼を支払うことで、ボランティアの金銭的負担と利用者の心理的負担を軽減します。

●降雪状況に応じた柔軟な派遣

従来のボランティアは、実施1カ月前に告知する計画派遣が中心。YUBOでは降雪状況に合わせ、必要な時に必要な人数を派遣します。

山古志から広がる助け合い

平成18年の豪雪をきっかけに、山古志ではボランティアの育成と、外部人材を受け入れる体制づくりが進みました。そのノウハウを活かしながら、より柔軟に対応できる仕組みにしたのが「YUBO」です。

担い手不足は、どの地域でも近い将来に必ず直面する問題。山古志を起点に、長岡全体に助け合いの仕組みを広げたいです。



NPO法人
中越防災
フロンティア
和田 奈都子さん

あなたの力が必要です！ 除雪ボランティアを募集しています

除雪の経験などを事前に登録すると、実施する3～5日前にLINEで募集のメッセージが届きます。



▲詳しくはこちら

★ボランティアの派遣を希望する除雪団体はお問い合わせください
☎41・1203 (やまこし復興交流館おらたる内)

地域の暮らしを支える

近隣住民による除雪チーム

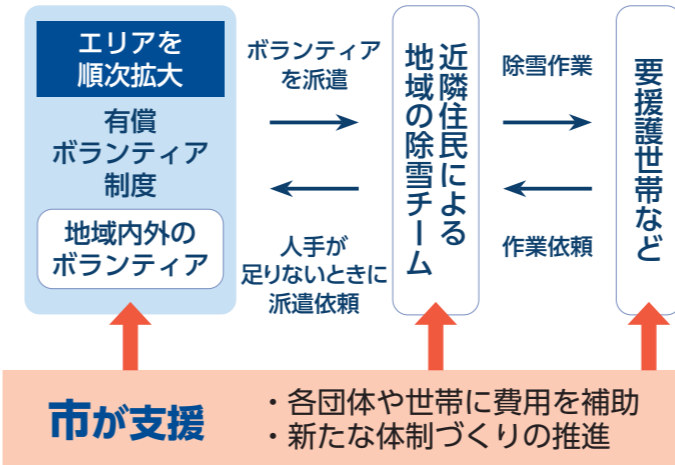
市内では豪雪地域を中心に、近隣の住民による除雪の共助組織が数多く活動しています。一人暮らしの高齢者など、自力での除雪が難しい世帯の雪下ろしや排雪を実施。民間事業者と共に、冬期間の暮らしを支えています。

40人の隊員で、毎年20軒程度の屋根の雪下ろしをしています。依頼者から「頼んでよかった」と言われるのは大きなやりがい。年々隊員数が減っていますが、地域のためにこれからも続けていきたいです。

▶大積雪ほり隊・大谷一夫さん



オール長岡で支える これからの除雪



雪国・長岡の生活で避けて通ることのできない「除雪」。自力での除雪が難しい人も多い中、近隣住民による共助や関係団体の協力などで冬期間の暮らしは守られています。しかし、近年の人口減少や高齢化により作業の担い手不足が課題となっています。市は今年度、持続可能な除雪体制の構築に向けた検討を開始。その一環として、地域外の人からも協力を得る有償ボランティア制度への支援を拡充します。これからも地域内外で支える除雪の仕組みづくりを進めていきます。

☎地域振興戦略部 ☎39・2515

これからの除雪は、地域の“内と外”での支え合い

雪国の未来を考える懇談会委員
長岡技術科学大学教授

上村 靖司 さん



雪下ろしは、家のつくりや排雪する場所が分からないと事故やトラブルにつながることがあります。だからこそ、地域の事情をよく知る除雪チームはこれからも絶対に必要です。雪は毎年死亡事故が発生する、いわば“災害”。安全のためにも雪下ろしは複数人で行わなければならない、担い手不足の解消には地域外からの手助けが欠かせません。

市域が広い長岡では、地域ごとに気候や地形が異なり、抱える問題もさまざま。豪雪地域が一方的に支えられるのではなく、降雪が少ない地域で水害があったら応援に行くといった、長岡全体でお互いに支え合う仕組みづくりが大切です。

冬の暮らしを安全・安心に
市の支援制度
ぜひ活用を

※詳しくは
市ホームページで

12月14日(水)までに登録を

要援護世帯の雪下ろし費用を助成

対象 次の全てを満たす世帯①世帯全員の市民税が均等割のみ課税または非課税②高齢者・障害者・母子世帯のいずれか③親族から労力・経済的援助が受けられない **対象屋根・上限金額** かやぶき：1回20,000円、落雪：ひと冬23,000円、それ以外：1回19,000円 **※回数制限あり** **申し込み** 地区の民生委員・児童委員 **問合せ** 福祉総務課 ☎39・2217、各支所地域振興・市民生活課 (栃尾支所は市民生活課)

除雪機での地域除雪に

3月末までの除雪燃料費を補助

対象団体 町内会、自主防災会など **対象事業** 公共的な敷地、通学路・生活道路、地域の危険箇所などで、除雪機を使った作業 **対象除雪機** 対象団体の所有、レンタル、リース **補助額** 作業1時間当たり500円(上限額30万円) **申し込み** 除雪作業前に、長岡地域は道路管理課 ☎39・2232、その他の地域は各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は地域振興課)へ

申請期間を延長！事故の防止に

屋根雪下ろし命綱固定アンカー
設置を補助

対象 一戸建て住宅、附属屋など **補助額** 工事費の2分の1(上限5万円。要援護世帯は工事費の3分の2(上限8万円)、住民税非課税世帯などは工事費の10分の9(上限10万円) **申し込み** 12月28日(水)までに都市政策課 ☎39・2265へ

住民同士の助け合い
社会福祉協議会による
サポート体制

高齢者や障害者など支援を必要とする人に対し、地域の支え合いでさまざまな除雪のサポートを実施。個人ボランティアや関係団体などと連携し、地域福祉の取り組みを活かした共助体制づくりに取り組んでいます。また、県の除雪ボランティア「スコープ」の派遣調整も行います。

高齢者や障害者などの家周りの除雪に協力を

事前登録制のボランティア

☎ボランティアセンター ☎94



▲詳しくはこちら

●玄関前の除雪などの日常の家事を支援する
「ボランティア銀行」

※詳しくはお住まいの地域の地区社会福祉協議会・地区福祉会へ



①分別された生ごみから生まれた電気を充電
(生ごみバイオガス発電センター)



②積雪時でも日照を確保できるように縦型に設置した太陽光パネル

計画案などにご意見を

脱炭素を加速

省エネ、再エネ、資源循環で

長岡の豊かな自然環境を未来へ引き継ぐために策定した環境基本計画。第4次計画の策定から5年が経過する今年、脱炭素社会への移行や気候変動など社会情勢の変化を踏まえ、中間見直しを行います。また、国が宣言している「2050年カーボンニュートラル(二酸化炭素排出量の実質ゼロ)」の実現に向け、2030年度までに新たに長

岡市が取り組むエネルギー政策の基本方針や具体的な戦略をまとめました。市民・事業者と共に、脱炭素や資源循環型のまちを目指し、環境と経済、両面の好循環につなげます。12月5日(月)から1月16日(月)まで、計画や戦略への意見を募集しています。詳しくは市ホームページで。

環境政策課 ☎24・0528

長岡市カーボンニュートラル チャレンジ戦略2050 基本方針(抜粋) NEW

- 徹底した省エネ対策の推進
 - ・高効率機器への切り替え促進
 - ・電気自動車の普及(①)や公共交通の利用
- 再生可能エネルギーの日常的な利用
 - ・雪国での効率的な太陽光発電技術の導入促進(②)
 - ・水力や風力発電、地中熱などの社会実装に向けた実証実験
- 地域資源の循環促進
 - ・長岡産天然ガスや未利用のバイオ資源の有効活用



1月2日から 対象者とエリアを拡大! “まちなか居住”で 住宅の固定資産税を免除

定住人口を増やし、公共交通や地域の生活サービスを維持するため、市外に住む人が住宅の購入などをし、まちなかに居住した場合に、住宅の固定資産税を2分の1に免除しています。期間は3年間(子育て世帯は5年間)です。免除の対象となるエリアは、市が指定するまちなか居住区域。長岡・中之島・越路・三島・栃尾・与板・川口地域にあります。今回新たに、同じ地域内のまちなか居住区域外からの転居も対象とし、市民のみならずも利用できる制度にしました。

免除対象エリアも拡大しますので、U・イターンを考えている市外の知り合いにもご紹介ください。対象エリアや免除条件など詳しくは市ホームページで。

☎39・2225

岡都市政策課



▲市ホームページはこちら



あなたは作った? マイナンバーカード 今月までの申請で 最大20,000円分のポイント

12月末までにマイナンバーカードを申請し、「健康保険証としての利用申し込み」や「公金受取口座の登録」をすると、キャッシュレスの買い物などに使える最大20,000円分のポイントがもらえます。お得な今月末までに、カードを申請しましょう。

ポイント付与…市コールセンター ☎89・6954
カード申請…市民課 ☎39・7575

土・日、コミセン、ワクチン接種会場でも! 申請チャンス アップ!!

支所などに土・日、特別窓口を開設

- 各支所
時間=午前9時~午後4時

支所	日程
越路・山古志・栃尾・与板	12月10日(土)・11日(日)
三島・寺泊	12月11日(日)・24日(土)
中之島・小国・和島・川口	12月11日(日)・25日(日)

2 アオーレ長岡

マイナンバーカード窓口が通常開いていない第3土曜日と翌日曜日の12月17日(土)・18日(日)、年末の29日(木)・30日(金)もカード申請のみ受け付けます。時間=午前9時~午後4時
※12月31日(土)もオンラインで申請できます

10分で完了! 31カ所のコミセンで

11月から順次、地域のコミュニティセンターでもカード申請を受け付けています。12月の開設日時や対象施設は市ホームページで。



ワクチン打った、その足で!

ハイブ長岡で新型コロナワクチンを接種した人を対象に、接種日当日、会場でカード申請を受け付けます。日時=12月10日(土)・11日(日)・18日(日)・24日(土)・25日(日)午前9時30分~午後5時45分

新たに2歳までのお子さんも! 自宅訪問でらくらく申請

対象者を拡大しました。市職員が自宅を訪問し、マイナンバーカード申請書の記入補助から写真撮影まで無料で行います。期間=3月31日(金)まで 対象=市内に住居登録があり、初めてカードを申請する①75歳以上②身体障害者手帳を持っている人③0歳~2歳児 NEW ④①~③の人が申請した場合に限り同一世帯の人 申し込み=希望日の4日前までに専用フォーム(右)または電話で



カードを申請していない人に、11月下旬から順次、QRコード付きの申請書を送っているよ。QRコードを読み取ればスマホから簡単に申請できるんだ。今月中にやってみてね!

▶マイナンバーキャラクター・マイナちゃん



市政の最近のできごとを紹介します。



県内初「マッチングハブ」を開催

産学官金連携のビジネスマッチングイベントに、県内外から大学や企業94団体が出展しました。パネル展示や実演、ステージ発表などを通して技術を紹介。参加者同士が交流を図り、新たな事業展開につなげました。(10月23日・24日)



想像力を育む、アーティスト体験

来年一部オープン予定の「米百俵プレイス ミリエ長岡」の小学生向けプログラムを実施しました。地元工務店で廃材のことを学び、その特徴を活かした作品作りに挑戦。作品が映える展示手法も考えました。(10月23日)



「発酵・醸造のまち長岡」を発信

長岡に根づく発酵・醸造文化の魅力を広く発信しようと「HAKKO trip」を宮内・撰田屋地区と長岡駅前で開催しました。約6千人が、地元の発酵・醸造食品を使った食事やしょうゆの仕込み体験などを楽しみました。(10月30日)



新しい技術で米どころ新潟を守る

長岡技大を中心に産官学が連携し、地域資源の完全循環の実現に向けた研究開発を始めます。キックオフ会議では、企業や農家、行政の関係者が豊かな資源と技術を活用した10年後のあるべき将来を語りました。(11月18日)



燕市でスクリーニング検査を受ける地域の代表者

原子力安全対策の強化へ 住民参加で防災訓練を実施

図原子力安全対策室 ☎39・2305

10月29日、地域防災力の向上や原子力安全対策の強化に向けた県の原子力防災訓練に、日越・関原・深才地区、三島地域の住民が参加しました。訓練では、県から柏崎刈羽原子力発電所の事故発生連絡を受け、緊急告知FMラジオや原子力防災ホームページなどで住民に情報や指示を伝達。住民は自宅で、放射性物質から身を守る屋内退避を行いました。続いて、各地域の代表約150人が一時集合場所に集まり、燕市や新潟市へバスで一時移転。安定ヨウ素剤の緊急配布や放射性物質による汚染を確認するスクリーニング・簡易除染など、一連の流れを確認しました。

参加した住民からは「災害時にとるべき行動を理解できた」「日頃から災害に備えることが大切」といった声が寄せられました。磯田市長は「いざという時に避難できるよう、しっかりと考えていきたい」と述べました。



1 物件があるエリアから見える風景 2 物件から徒歩8分のまちの駅「吟床」で交流する地域住民。「体験者のお世話もしますよ!」と駅長の星野さん(左) 3 越後杉を使用したダイニングキッチン

市外の人に
ご紹介を

山の暮らし 雪を感じる 地元の交流 山古志暮らし、お試しで

図地域振興戦略部 ☎39・2515

「自然に囲まれてのんびり暮らしたい」。地方移住への関心の高まりを背景に、市では移住者の受け入れや定住化の促進に取り組んでいます。11月から山古志・竹沢地区で市外の人向けにお試し移住体験をスタート。山古志の豊

かな自然や雪深い冬の生活の魅力を肌で感じることができ。物件は、中越地震の被災者向け公営住宅の空き室を活用。遊休施設の有効活用を図ります。体験は3月中旬まで。日赤

町でも実施しています。市外・県外の家族や友人など、移住に興味がある人にぜひご紹介ください。

★体験内容や申し込みなどはこちら



山古志の人・自然の魅力が心を豊かに



昨年9月に山古志に移住地域おこし協力隊・中澤 泉さん
山古志は四季がはっきりしていて、自然に囲まれて生活する豊かさを感じられます。地域のみなさんも温かく迎え入れてくれ、居心地がよいです。田舎暮らしへの憧れがある人はぜひ来てみてください。

18カ国の外交団が長岡に! 錦鯉、花火、食文化を 世界に発信

図農水産政策課 ☎39・2223



1 長岡造形大学の学生たちが施した錦鯉の装飾。アオーレ長岡で外交団を出迎えました 2 長岡産食材を使った料理でもてなした昼食会

泳ぐ宝石・錦鯉の魅力を国内外に発信する「世界錦鯉サミット」を11月6日、新潟市で初めて開催しました。前日には、18カ国の駐日外交団が、視察ツアーで長岡を訪問。錦鯉をはじめ花火や食文化など長岡の魅力を伝えました。道の駅ながおか花火館では長岡花火に込められた思いや歴史を紹介。長岡産食材を使った料理でもてなしました。やまこし復興交流館おらたるでは、日本の原風景であり錦鯉を育んだ棚田や棚池とそこから上がる花火を間近で鑑賞してもらいました。長岡のさまざまな魅力に触れた参加者は「長岡花火に鎮魂や復興の思いがあることに感動した。また訪れたい」と話していました。

長岡のできごと 2022



1月 18日 楽天グループ(株)と人材育成や地域経済の活性化などで包括連携協定を締結
 国が県内全域を対象に新型コロナウイルス「まん延防止等重点措置」を適用(3月6日まで)
 2月 4日 北京五輪開幕。モーグル・星野純子選手とスキークロス・古野慧選手が出場(1は3月9日の星野選手による母校・栖吉小学校の訪問)
 3月 3日 米国ホルル市と姉妹都市締結10周年(現地時間2日。2は5日の記念イベント)
 4月 1日 アオーレ長岡が開館10周年(3は9日の記念イベント)
 ナガオカワーカール1期生が(U)SEN-NEXT HOLDINGSに入社
 国の「デジタル田園都市国家構想実現会議」で長岡の事例を発表
 国の社会実験の対象として、道の駅ながおか花火館が高速道路の休憩地に選定
 5月 1日 栃尾地域交流拠点施設「トチオーレ」が開館4。9月25日に来場者10万人を達成
 日本初の「イノベーション地区」創設を目指し、シンポジウムを開催
 6月 7日 N T 東日本と「イノベーション都市長岡」の実現に向けた連携協定を締結
 長岡藩家老・河井継之助が主人公の映画「峠 最後のサムライ」が公開。河井継之助記念館で8月28日まで企画展を開催(5は5月19日の試写会)約15億5千万円の物価高騰対策の実施を決定
 ファミリー・サポート・センターが開設20周年子育ての駅とちお「すくすく」が開館10周年7・13水害から18年
 7月 1日 貞心尼没後150年を記念し、10月2日まで特別展を開催(6は4月11日の闇魔堂・貞心尼像除幕式)
 長岡市省エネ・再エネ産業振興プラットフォームを設立
 8月 1日 長岡パワエレクトロニクス研究会を設立(7は8月21日の子どもパワエレ理科教室)
 「米百俵ブレイスミライ工場」建物内部の見学会を開催(8)

8月 1日 長岡空襲から77年。平和関連行事を開催。平和祭を3年ぶりに大手通りで実施(9)
 3年ぶりに大花火大会を開催(3日まで)(10)
 豪雨被災地の村上市・関川村へ職員を派遣
 経済産業省のデータセンター設置課題調査事業に採択
 磯田市長が内閣府の推進する「輝く女性の活躍を加速する男性リーダーの会」に県内で初参加
 大河津分水が通水100周年
 「米百俵ブレイス北館」に進出する5つの事業者と協定を締結
 9月 2日 日赤町でお試し移住体験を開始(6ページ)
 長岡市中山間地域振興条例を制定
 マイナンバーカード申請手続きで自宅へ出張訪問を開始(4ページ)
 10月 3日 全国初のスマートアグリ体験の拠点を開設(11)
 英国の世界遺産・ストーンヘンジに火焰型土器を展示(来年8月31日まで)
 悠久山公園でデジタル技術を活用して歴史を学ぶ体験型実証実験を開始(12)
 成年後見センターを開設(12ページ)
 2年ぶりに東山で米百俵フェスを開催(13)
 中越大震災から18年
 11月 5日 世界錦鯉サミットの一環で、駐日外交団が長岡を視察(6ページ)
 市内限定キャッシュレス決済サービス「ながおカペイ」を運用開始



地域のまきこ

まちのほつとフォト

📷は、市民リポーターが取材・撮影しました
(21人が登録しています)

みしまの元気になるし

みしま産業まつりといえば「三島まるごと元気鍋」。地元野菜がたっぷり入った熱々の一杯とお母さんたちの活気に、心も体もポッカポカ。(11月3日)



2台ピアノの“響演”

プロ奏者2人による名曲コンサートが地域交流館わしまで行われました。2台のピアノが奏でる豊かな響きが、観客を魅了しました。(11月6日) 📷外川正明さん



やっぱ、こころん

越路地域の交流施設「こころん」の1周年祭。中華やカレーなどの料理を囲んでお祝いし、「やっぱこころんだよー！」(11月3日) 📷品川和之さん

はっっこはだめよ

おぐにコミュニティセンターで開催したおぐに秋まつり。豆つかみに挑戦した子どもは、豆の真ん中を上手にとらえる、見事な箸さばきを披露しました。(11月3日) 📷箕輪務さん



じゃんけんにしんけん!

「最初はグー!」の掛け声が響いた山古志産業まつりの新米じゃんけん大会。勝てば地元産の新米が2倍もらえる戦いに、参加者は真剣に挑みました。(11月3日) 📷市村洋一さん



手に汗握る、“おにぎり”の行方

与板地域町内対抗スポーツ大会の参加者が、おにぎり型のボールを使ったバレーボールに悪戦苦闘。予測不能な動きを見せるボールに何とか食らいつこうと、ハッスルプレーで盛り上がりました。(11月13日) 📷井口庸一さん



悠久の魅力、みんなの手で

悠久山公園で市民ボランティアなど150人が、桜の木に与える堆肥作りを行いました。一生懸命落ち葉を拾う子どもたち。来年もきれいな桜が咲きますように。(11月12日) 📷酒井弘剛さん



笑顔の真ん中に“なかのん”

中之島支所の周辺に、地域のゆるキャラ・なかのんやアーチ状のイルミネーションが登場。12月24日まで地域を明るく照らします。点灯式に集まった人たちで「はい、チーズ」。(11月13日)

今月の表紙

下川西小学校の2年生が、地域の農家さんと協力して育てた里芋を収穫しました。子どもたちの背よりも高い葉っぱは、まるで傘のよう。1株から40個ほどの里芋が取れると、「家族みんなでいっぱい食べられるね!」と大はしゃぎでした。(11月15日)



幻想的な光のアート

寺泊つわぶき祭で行われた「神あかりのタペ」。約150個の曲輪を照らす優しい光と柔らかな陰影が、秋の夜を彩りました。(10月29日)



なりきり度、トップを競う

アニメなどでおなじみのキャラクターに扮する大衣装コンテストで、川口秋まつりは大盛り上がり。ランウェイを歩きたたずまいや雰囲気も、本物そっくり!? (10月30日)



私の器をつくろう

栃尾美術館の陶芸講座に8人が参加しました。自分好みの器を目指して、細部にこだわり何度も手直しをしていました。(11月6日) 📷野尻明張さん



今月の
おしらせ隊
隊員

なかのん
毎号、記事にまつわる話を長岡ゆかりのキャラクターや動物が紹介します。今回は、中之島地域のマスクットキャラクター「なかのん」。地域の花として親しまれている蓮の花を頭に載せた「れんこん」の妖精です。

がんばる受験生にお守りをあげるのん♪
18ページへ



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

◆略字の見方
日=日時・期日 時=時間 場=場所・会場
内=内容 講=講師 対=対象・資格
定=定員・募集人数 料=料金・参加料 持=持ち物
申=申し込み 問=問い合わせ
先着順 抽選...申し込み多数の場合は抽選

注) ①どなたでも、②特になし、③無料、④不要(直接会場へ)の場合は、記載なし

◆申し込み方法
・電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込み可
・HPは、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」で申し込み可

◆庁舎の表記
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

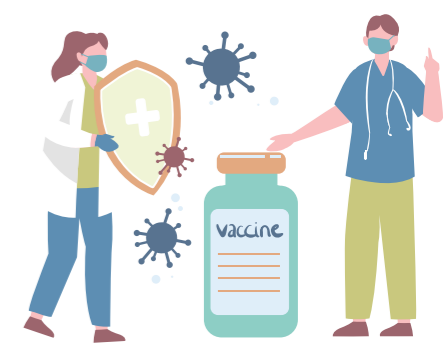
お知らせ

新型コロナワクチン ※11月21日(月)時点の情報です

年末年始の感染拡大に備え 今、ワクチン接種を!

全国で感染者数が増加しており、第8波の流行が懸念されます。これまでの傾向から、気温の低下で換気が減ることや休暇中の移動が増えることで、年末年始に向けて感染リスクが高まるとされています。今後の感染拡大やインフルエンザとの同時流行に備え、早めの接種を検討してください。

■新型コロナウイルスワクチン接種事業室 ☎39・2383



12歳以上

3～5回目接種 (オミクロン株対応ワクチン)
最後の接種から3カ月以上経過で接種が受けられます。接種券が手元にあるまたは届いた人から、個別接種を実施する医療機関や集団接種に予約し、接種を受けてください。
※集団接種は、12月25日(日)で一旦終了します

■追加の日程・予約枠
予約開始は12月9日(金)午前10時から

会場	日程	対象	使用ワクチン
長岡赤十字病院	12月24日(出) 午前9時～午後3時	18歳以上	モデルナ BA.4/5
ハイブ長岡	12月25日(日) 午後3時～5時15分	12歳以上	ファイザー BA.4/5

1・2回目接種 (ファイザー社製従来型ワクチン)
従来型ワクチンの供給は、年内で終了します。接種を希望する人は、1・2回目接種を実施する医療機関で接種を受けてください。年内に2回目接種まで完了すれば、予定されているワクチン接種実施期間の3月31日(金)までにオミクロン株対応ワクチンが接種できます。

生後6カ月～11歳

ワクチン接種をする場合としない場合のメリット、デメリットを家族でよく話し合い、お子さんが納得したうえで接種を判断してください。乳幼児(生後6カ月～4歳)の初回接種は3回で1セット。2回目は1回目の接種から通常3週間後、3回目は2回目の接種から8週間後に接種します。
1月15日までに1回目を接種すれば、3月31日までに3回目を受けられます。

■接種のことなら、市コールセンターへ(無料)

☎0120・622・007 (毎日午前10時～午後7時)

■市ホームページ

予約サイトはこちら! 個別接種を実施する医療機関も確認できます。

●あなただけのやりたいを応援!
ながおか若者会議リターンズ
おいしい料理と飲み物で交流しながら、「若者提案プロジェクト補助金」の仕組みや活用事例を学びます。
12月18日(日)午後2時～5時
アオーレ長岡 15歳～39歳 定員15名
※保育あり
一般1,000円、学生500円
12月15日(木)まで



●冬休み特別企画「はまなす書き初め教室」
12月25日(日)午前10時～正午
午後1時30分～3時30分
書心会・志田邦子さん 対小学生 定員15名
12月9日(金)から
00円 習字用具、お手本
2 新春特別企画「はまなす紅白歌合戦」出場者募集
1月22日(日)午前11時～午後4時 定員男女各10名
寺泊文化センター ☎75・5155

●みそづくり体験
県内産の大豆を使い、麴からみそをつくりまわります。
コース: ①1月17日(火)～19日(木) ②1月22日(日) ③24日(火) ④26日(木) ⑤28日(土) ⑥30日(日)
3日目: 午前9時～正午、2日目: 午前10時～10時30分
大豆使用量120kgまで 抽選

●年末市(臨時五・十の市)
正月飾りや旬の野菜、果物などを販売します。
12月29日(木)・30日(金)午前8時～正午 場殿町2・3丁目
坂之上町2丁目
☎39・2222

ながおか・若者・しごと機構
(三ライ工長岡開設準備室(大里内))
☎86・6008

●フックコーナー
「冬のオンラインイベント」
12月3日(土)～1月29日(日) 午前9時30分～午後5時
28日(水)～1月3日(火)・10日(火) 月曜休館。1月9日(祝)は開館

「お知らせ」掲載記事の
新型コロナウイルス対応

●開催に当たっては、新型コロナウイルスの感染対策を行います

●感染防止のため、催しを中止または延期、内容の変更、施設を休館する場合があります

※11月21日(月)時点の情報です

“やさしい英語”で気軽にトーク
ほうかご国際文化部
☎国際交流センター「地球広場」 市セ ☎39・2714

ベトナム出身の留学生と簡単な英語で交流しながら外国の文化を学びます。
12月17日(土)午後2時～3時30分
対中・高校生 定員15名(先着) 市ホームページ(右)で



▶ハワイ出身の講師と英語のゲームで交流する参加者

暮らしの安心支えます 成年後見センター

☎福祉総務課 ☎39・2217

障害者や高齢者をはじめとする市民の権利を守る「成年後見センター」を開設しました。司法・医療・福祉などの専門機関と連携。自分一人では契約や財産管理が難しい人を支援する「成年後見制度」利用などの相談に応じるとともに、家族や後見人などの“支える側”もサポートします。



相談は無料! ささいなことでもお気軽に
成年後見センター ☎86・4715
開設時間=平日午前8時30分～午後5時15分(年末年始は除く)
場所=社会福祉センタートモシア内

こんな悩み、ありませんか?

- 福祉サービスを利用したいけど、契約内容を理解できない
- 最近物忘れが増えて、お金の管理が不安
- 自分に万が一のことがあったとき、障害のある子どもの将来が心配
- 後見人をしていて不安なことがあるけど、誰に相談したらいいかわからない

100 アカシマシラヒゲエビ



海中のウツチオウチ

頭から尾までの鮮やかな赤色とその中心に伸びる白いラインが目印です。白い触角はサントクロースの白ひげのよう。館内に4種類いる「サントエビ」の一種として親しまれています。

ウツボやハタなどの体に付いた寄生虫を食べてくれる掃除屋としても有名。長い触角を振り回す愛らしい姿をぜひ見に来てください。

いこうよ、海の大冒険! 岡寺泊水族博物館 ☎75・4936

もよい服装 申12月9日(金) 1月13日(金)
人権・男女共同参画課市セ ☎39・2746
1 拉致問題を考える 特別パネル展
長岡出身の特定失踪者・村三奈子さんや拉致被害者・横田めぐみさんの家族写真を展示します。
日12月14日(水)〜18日(日)午前8時〜午後9時 場アオーレ長岡

観光企画課大手 ☎39・2344
「佐渡島の金山」 県市連携講座
日1月7日(土)午後1時30分〜3時30分 場まちなかキャンパス長岡(大手) 講国士館大学 名誉教授・岡田保良さん 定80人(先着) 申1月6日(金)まで
県文化課世界遺産登録推進室 ☎025・280・5726、Eメール ngf150030@pre

1 雪室の秘密
日1月19日(木)午後7時〜8時30分 講(株)Snowbin代表取締役・伊藤親臣さん 定20人(先着) ¥700円 申12月12日(月)から(HP可)
2 「時間」お金「ムダなし! ネットスーパー活用術」
日1月26日(木)午後2時〜3時30分 講原信ナルスオペレーター・雁瀬昭仁さんほか 定20人(先着) ¥500円 持スマ

1 トフォンまたはタブレット端末 申12月12日(月)から(HP可)
2 まちなか大学 ヨソモノが伝える長岡のモットー! 長岡の地域おこし協力隊
日1月25日(水)、2月1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)午後7時〜8時30分(計5回)
講長岡造形大学研究員・軍司円さんほか 定30人(先着) ¥3,000円 申12月12日(月)から(HP可)

1 おはなしきかせて クリスマススペシャル
日12月18日(日)午後2時〜2時45分 内読み聞かせ・工作
対幼児〜小学生 定15人(先着)
2 読者のつどい
日12月23日(金)午後7時〜8時
内三浦綾子著「ひつじが丘」の感想などの話し合い

国営越後丘陵公園 ☎47・8001
時午前9時30分〜午後4時30分 (12月10日(土)・11日(日)は午後6時まで。Xmasキャンドルナイト開催日は午後8時まで) ¥3月末まで入園料・駐車料が無料 休園日=12月の毎週月・火曜日、12月28日(水)〜1月1日(祝)・4日(水)・10日(火)

1 Xmasキャンドルナイト
きらめく大ケヤキの周りにキャンドルがとまります。花と緑の館ではマルシェやクラフト教室も開催します。
日12月17日(土)・18日(日)・24日(土)・25日(日)午後4時30分〜午後8時 場健康ゾーン

クラフト教室で作ったキャンドルホルダーを並べて、会場を彩りましょう!



2 クリスマス花火
2日間限定で花火を打ち上げます。
日12月17日(土)・24日(土)午後7時から3分程度 場緑の千畳敷
3 ポインセチアプレゼント
日12月25日(日)午前9時30分から(無くなり次第終了) 場花と緑の館

◆回や日などの略字の見方は13ページ
◆図どなたでも、図特になし、図無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆図に電話、ファクス、Eメール、図(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
図アオーレ長岡 図市セ=市民センター
図大手=大手通庁舎 図さい=さいわいプラザ

2 ぶち講座「小さな額」
日1月21日(土)午前10時〜11時30分、午後1時30分〜3時
講島峰悦子緑花推進指導員ほか 定各12人(先着) ¥各100円 持ビニール袋、汚れて
▶グランプリを受賞した桂小学校児童による花壇の手入れ



1 花いっぱいコンクール 受賞団体決定
56団体の中から、各賞が決定しました。
最高峰部門 グランクラス
グランプリ:桂小学校
準グランプリ:恵和こども園
保育園・幼稚園、小学校、中学校以上、地域、職場の各部門
最優秀賞:長生保育園、宮内小学校、山本中学校、山口区花の会、老人福祉センター 皆楽荘

長岡市芸術文化振興財団 ☎29・7715
チケット発売日の予約は、インターネットと電話からのみとなります。 ※U18ご招待シートは小学4年生〜高校生が対象です

1 リリックホール コーラスフェスティバル
日12月11日(日)午後1時から 場リリックホール ※4歳から入場可

2 イタリアの想い出
イタリアのトップ奏者によるコンサートです。
日3月18日(土)午後2時から 場リリックホール ¥全席指定3,000円 チケット発売日=12月15日(木) U18ご招待シート=30人(抽選) (申2月18日(土)~25日(土))



▲出演するマッダレーナ・ジャコプツィ(左上・ピアノ)、ヤコボ・ジャコプツィ(右上・ピアノ)、アレクサンドロ・ベヴェラリ(左下・クラリネット)、ルドヴィーカ・ラナ(チェロ)

3 リリック・ジュニア フェスティバル
日12月18日(日)午後2時から 場リリックホール ※4歳から入場可
★同日開催 「はじめてのKidsステージ」 年長児〜小学3年生の演奏です。

時午前11時30分から 場リリックホール
4 参加者募集
①「1日限りの吹奏楽部in長岡」
日2月23日(祝)午後0時30分〜4時30分 場リリックホール 内楽器のワークショップ 対吹奏楽の経験がある人 定30人(抽選) ¥1,000円(楽器の貸し出しあり ¥1,500円) 申12月28日(水)までにリリックホールなどにある申込書で

②「劇団文学座俳優さんと一緒に1dayおしばい体験!」
宮沢賢治作「どんぐりと山猫」が題材です。
日2月26日(日)午前10時〜午後5時 場リリックホール 講文学座俳優・高橋ひろし 対小学4年生〜中学3年生 定15人(抽選) ¥500円 申1月20日(金)(必着)

までにリリックホールなどにある申込書で
5 メンバー募集
①リリック・ジュニア・ミュージカル
プロのミュージカル俳優と一緒に歌やダンス、演技を学びます。
日2月11日(祝)〜3月19日(日)午後0時30分〜5時(期間中に計5回) 場リリックホール 講ミュージカルカンパニー・イツフォーリーズ所属俳優 対小学2年生〜高校2年生 ¥3,000円 申1月15日(日)までにリリックホールなどにある申込書で

②長岡少年少女合唱団
日毎週水曜日午後7時〜9時、毎週土曜日午前9時30分〜正午 場リリックホールなど 対小学1年生〜高校2年生 ¥月4,000円

助成額大幅アップ! 晴れの舞台を応援! 市民芸術文化活動助成事業
地域に根ざした芸術文化活動費の一部を助成します(選考あり)。
対4月1日(土)〜令和6年3月31日(日)に実施する音楽、演劇、舞踊、伝統芸能、美術など 申1月5日(木)〜31日(火)(必着)
※詳しくはリリックホールなどにあるパンフレットで
合唱や太鼓、美術展など幅広い活動に使われているよ。みんなの日頃の成果発表などを後押しするのん!
なかのん

◆回や冊などの略字の見方は13ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆図に電話、ファクス、Eメール、図(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

年末年始の休館日

ちびっこ広場、てくてく、ぐんぐん：12月30日(金)～1月2日(休)
 地域版子育ての駅：12月29日(木)～1月3日(火)

わくわくいっぱい「子育ての駅」

対象の記載のない催しは、全て乳幼児と保護者が対象です。

各子育ての駅では随時、保育園入園や子育ての相談を受け付けています。開館時間：ちびっこ広場：てくてく、ぐんぐん：午前9時～午後5時、なかのひろば：午前10時～午後3時30分、のびのび・もりもり・やまっこ・たんぼぼ・すくすく(にじの子広場)：午前9時30分～午後3時、わくわく：午前9時～午後2時30分、すこやか：午前8時30分～午後4時30分。詳しくは市ホームページで

ちびっこモデル★ #120
 子育ての駅でみつけた♪ @ぐんぐん
 石黒陽乃架ちゃん(1歳0ヵ月)
 おまが踊きななて大好き
 4歳年上の姉ちゃんねら、歌うのが大好きです。



ちびっこ広場(エニックス大手エス2・3階) ☎39・2775

ぐんぐん(千秋) ☎30・1025

リズム遊び
 12月14日(水)午前11時～11時15分



休館日：毎週火曜日
 1 講座「赤ちゃんのお腹の整え方」
 12月21日(水)午前11時～11時45分 講管理栄養士・ますがたみきさん 対0才児の保護者 定12人(先着) 申12月12日(月)から ※12月22日(木)午後5時まで子育ての駅フェイスタックで配信します

パパサロン「こどもの脳力と自信を育てる」パパと子の運動あそび」
 12月17日(土)午前10時30分～11時30分 対3歳～未就学児と父親 定16組(先着) 申12月3日(土)から




健康サロン「おやこ足ツボ体験」
 12月26日(月)午後1時30分～2時30分 対どなたでも 定10組(先着) 申12月16日(金)から

中之島なかのひろば
 クリスマスパティー
 12月22日(木)午前10時30分～11時 定15組(先着) 申12月5日(月)から

越路のびのび
 子どもの生活リズム
 12月16日(金)午前10時30分～11時 定10組(先着) 申12月5日(月)～15日(木)

三島 もりもり 親子でつくるうー書アート
 1月6日(金)午前10時30分から 定10組(先着)



山古志やまこし クリスマス会
 12月24日(土)午前10時30分から 定10人(先着)

和島 わくわく 年忘れ！ わくわくお楽しみ会
 12月23日(金)午前10時30分から 定10人(先着)

川口 すこやか お正月遊び
 1月5日(木)・6日(金)午前10時30分から 定10組(先着)

与板 にじの子広場 今年もよい年になりますように！新年おたのしみ会
 1月6日(金)午前11時から



西地域図書館 ☎27・4900
 1 おはなしほんつ！ クリスマススペシャル
 12月10日(土)午後2時～3時 大島コミュニティセンター1 内読み聞かせ、工作 対3歳～小学生 定10人(先着)

北地域図書館 ☎22・7100
 みにみに上映会
 12月19日(月)午後3時～4時45分 内ゆずり葉の頃 定10人(先着)

はまなす上映会上映会上映会
 12月24日(土)午前10時30分～11時35分 内ウォルトディズニー「赤ずきんちゃん」 対小学生以下 定15人(先着)

トキのひみつを解き明かせ！
 受付で学習シートの配布を始めました。

馬高縄文館 ☎46・0600
 「県の石」指定記念 ヒスイ製首飾り特集展示
 開催中の企画展「縄文石器入門」縄文石器の特色をさぐる」と同時開催です。
 3月12日(日)までの午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで) 12月28日(水)～1月4日(水)、月曜休館。祝日の場合は翌日) 一般200円、高校生以下無料

おはなし日本&世界一周「北海道」
 12月18日(日)午前11時～11時20分 内読み聞かせ、クイズ

おはなしひろば クリスマススペシャル
 12月18日(日)午前10時30分～11時30分 内読み聞かせ、工作 定10人(先着)

えほんのへや くりすますスペシャル
 12月17日(土)午前10時30分～11時30分 内読み聞かせ、工作 対小学生以下 定10人(先着)

トキの生態をクイズ形式で楽しく学べるよ！繁殖期になると羽が黒くなるんだ。白い羽のトキが見られるのは1月上旬まで。ぜひ見に来てね！



八幡林官衙遺跡学習会
 古代のお金づくりに挑戦！
 溶かした金属を鑄型に流し込んでお金をつくります。
 12月18日(日)午前10時～正午 場道の駅寛の里わしま「和

南地域図書館 ☎30・3500
 1 おはなし☆おはなし クリスマススペシャル
 12月11日(日)午後2時30分～3時30分 内読み聞かせ、工作 対幼児～小学生 定15人(先着)

本を借りて、クリスマスツリーを飾ろう！
 本を借りるともらえるシールで館内のツリーを飾ります。
 12月25日(日)まで 対小学生以下

おたのしみ「ぶち」上映会
 12月24日(土)午前10時30分～11時30分 内名作児童文学DVDシリーズ「セロひきのゴシユ」など 定15人(先着)

科学博物館 ☎32・0546
 八幡林官衙遺跡学習会
 古代のお金づくりに挑戦！
 溶かした金属を鑄型に流し込んでお金をつくります。
 12月18日(日)午前10時～正午 場道の駅寛の里わしま「和

市内で発見された約5千年前の首飾り「ヒスイ製大珠」



えほんのとびら
 大島妙子さんの絵本
 12月18日(日)午後2時30分～2時50分 対3歳～小学生

えほんであそぼ
 12月16日(金)午前10時～10時30分 対未就園児 定15人(先着)

トキと自然の学習館 ☎75・5159
 1 クリスマスや新年の飾りにトキの貼り絵や置物を作ろう
 12月17日(土)午前9時30分～午後3時 定50人(先着)

トキの生態をクイズ形式で楽しく学べるよ！繁殖期になると羽が黒くなるんだ。白い羽のトキが見られるのは1月上旬まで。ぜひ見に来てね！

市内で発見された約5千年前の首飾り「ヒスイ製大珠」



今年の冬はスキーを極める！マスタースキー教室

回 1月17日～2月2日の毎週火・木曜日午後2時～4時(計6回) 場 市営スキー場
 対 おおむね50歳以上 定 30人(先着) 料 8,000円(リフト代込み) 申 12月18日(日)午前9時～午後5時に料金を添えて北部体育館へ 問 長岡スキー協会・大井さん ☎080・3149・6665

- ① **親子体操・小学生スポーツ教室体験会**
 回 1月11日(水)午前10時30分～11時30分 場 市民体育館 対 小学生 定 20人(先着)
- ② **ひよこ**
 回 1月12日(木)午後4時30分～5時30分 場 市民体育館 対 14日(土)午前9時30分～10時30分 和島体育館 対 3歳～6歳と保護者 定 各15組(先着)
- ③ **つばさ**
 回 1月14日(土)午前10時40分～11時40分 場 和島体育館 対 小学生 定 20人(先着)
- ④ **つばさプラス**
 回 1月11日(水)午後5時～6時 場 市民体育館 対 小学生 定 15人(先着)
- ⑤ **キッズラン**
 回 1月6日(金)午後6時～7時 場 市民体育館 対 小学生 定 20人(先着)
- ⑥ **市民テニス教室**
 回 1月6日～20日、2月3日～17日、3月3日～17日の火・金曜日午後7時～9時(各期間中に計5回) 場 南部体育館 対 高校生以上 定 各40人(抽選) 料 各4,000円
- ⑦ **初心者フットサル**
 回 1月25日(水)午後7時～9時 場 オールレ長岡 対 中学生以上
- ⑧ **女性バスケトップボール(中学生以上)**
 回 1月12日(水)午後7時～9時 場 オールレ長岡
- ⑨ **いづれも**
 申 12月12日(月)からスポ協へ

スポーツ教室 (1月～3月)

申 中之島体育館は12月25日(日)午前9時から、みしま体育館は17日(土)午前9時から電話または窓口で。詳しくはお問い合わせください

施設名	教室名	1月初回	曜日	時間	回数	対象	定員(先着)	料金	
中之島体育館 ☎66・1711	①いきいき健康体操	16日	月	13:30～14:30	10回	50歳以上	20人	6,000円	
	②モーニングヨガ	17日	火	10:00～11:00	7回	どなたでも		4,200円	
	③リセットアクティブコンディショニング			14:00～15:30				5,500円	
	④スッキリヨガ			19:30～20:15					
	⑤バレトン	11日	水	20:30～21:15	11回	どなたでも		6,000円	
	⑥シェイプボクシング(水)			13:30～14:15				5,500円	
	⑦フラダンス	12日	木	10:00～11:00	10回	どなたでも		5,000円	
	⑧レクスポーツ			13:30～14:30				6,000円	
	⑨トランポピクス			19:30～20:30				7,200円	
	⑩健康コンディショニング			10:00～11:00				12回	7,200円
	⑪爽快健康体操	6日	金	13:30～14:15	11回	どなたでも		5,500円	
	⑫体幹トレーニング			19:30～20:15				2,500円	
	⑬シェイプボクシング(金)			19:30～20:15					
	⑭SHAPE BOX	14日	土	19:30～20:15	5回	どなたでも		2,500円	
みしま体育館 ☎41・2133	①ポールストレッチ	16日	月	19:30～20:30	9回	どなたでも	15人	5,400円	
	②全身シェイプ(火)	17日	火	19:30～20:30	10回		20人	6,000円	
	③ヨガ(朝)	11日	水	10:00～11:00			8人	5,000円	
	④ハツラツ体操			13:30～14:30	20人		6,000円		
	⑤からだリセット体操			19:30～20:30	8人		5,000円		
	⑥ピラティス	5日	木	13:30～14:30	10回		どなたでも	20人	6,000円
	⑦筋力アップトレーニング			19:30～20:30				8人	5,000円
	⑧いきいき健康体操			13:30～14:30					
	⑨ヨガ(昼)			19:30～20:30					
	⑩ヨガ(夜)	6日	金	10:30～11:30	10回		どなたでも	8人	5,000円
	⑪体幹トレーニング			13:30～14:30					
	⑫さわやか体操			19:30～20:30					
	⑬ステキにエクササイズ	6日	金	10:30～11:30	10回		どなたでも	8人	5,000円
	⑭全身シェイプ(金)			13:30～14:30					

◆回や場などの略字の見方は13ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆図に電話、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)＝アオーレ長岡 (市)＝市民センター
 (大)＝大手通庁舎 (さい)＝さいわいプラザ

スポーツ

陸上競技場 ☎27・6300

- ① **簡単！筋力トレーニング教室**
 回 12月16日(金)・23日(金)、1月6日(金)
 申 12月11日(日)まで
- ② **簡単！健康運動教室**
 回 12月13日(火)・20日(火)・27日(火)

おぐに森林公園 ☎95・3161

- **そば打ち**
 回 12月18日(日)午前9時30分～午後0時30分 場 みんなの体験館 定 10人(先着) 料 2,500円 申 12月11日(日)まで
- ① **いづれも**
 回 12月12日(月)・19日(月)・26日(月)午後6時～6時45分 対 小学生1～3年生 定 各10人(先着) 料 各500円 申 各前日まで
- ② **目指せ！前跳び・後ろ跳び！縄跳び教室**
 回 12月20日(火)、1月10日(火)

悠久山野球場 ☎33・0322

- ① **身体らくらくポールストレッチ教室**
 回 12月20日(火)、1月10日(火)
- ② **シェイプアップ運動教室**
 回 12月15日(木)・22日(木)、1月6日(金)
- ③ **親子運動教室**
 回 1月8日(日)午後2時～3時 対 小学生1・2年生と保護者 定 10組(先着) 料 500円 申 1月7日(土)まで

市民体育館 ☎34・2700

- **子連れヨガ体験会**
 回 12月13日(火)・20日(火)午前11時10分～午後0時10分 場 ガインストラクター・原純子

市民スポーツ祭 スキー大会(距離競技の部)
 回 2月12日(日)午前8時から 場 市営スキー場 料 一般・高校生1,000円、小・中学生500円、リレー(1チーム)1,000円 申 1月20日(金)までに(有)ラングラウフ・大宮さん ☎090・3144・7252へ

まるい、落ちない、滑らない マンホールカード入り お守りを配布します

問 下水道課 市 ☎39・2235

受験シーズンに向け職員が手作りした、マンホールカード入りの合格祈願お守りを配布します。
 回 12月27日(火)～2月28日(火)午前8時30分～午後7時(初日は午前10時～午後5時、土・日・祝日は午後5時まで、12月29日(木)～1月3日(火)は休館) 場 市民協働センター(ア) ※1人につき1枚



長岡市スポーツ協会(以下スポ協) ☎さい ☎34・2130と加盟団体の催し

- ① **親子走り方教室**
 回 12月24日(土) クリスマス特別教室
 回 午後1時30分～2時20分 対 幼児と保護者 定 15組(先着)
- ② **走り方教室**
 回 午後3時15分～4時15分 対 小学生1～3年生 定 15人(先着)
- ③ **ZUMBA**
 回 午後3時30分～4時30分 対 中学生以上 定 20人(先着)
- ④ **いづれも**
 回 12月23日(金)まで 料 1,000円

子どもを近くで見ながら、気持ちよく身体を伸ばします。

さん 回 2カ月・未就園児と母親 定 各10組(先着) 料 各1組500円 申 随時

◆回や図などの略字の見方は13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
◆図に電話、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

健康

健康課(さい) ☎39・7508

1 献血のお願い

12月21日(水)午前10時～正午
さいわいプラザ 16歳～69歳(65歳以上は60歳～64歳に献血経験のある人) ※新型コロナウイルスワクチン接種済(接種済は24時間)以内に接種した人は不可 献血カードまたは身分証明書(初めての人は写真付きのもの)



日本赤十字社ホームページからの予約なら、待ち時間がなくスムーズに血液検査の結果も2～5日後に確認できます。

2 カフェDE健康講座

12月13日(火)：冬こそ注意！高血圧・寒い時に気を付けるポイントと運動
12月22日(木)：野菜足りてる？ベジチエックで確認★
1月6日(金)：元気にイキキストレッチ !!
11月10日(火)～11月11日(水) 午後2時～3時

3 こころの相談会

12月21日(水) 26日(月) 10日(火) 午後2時～4時
さいわいプラザ(各支所からオンラインで相談可) 相談員 臨床心理士、保健師など
各2人(先着) 12月12日(木) 26日(月) 16日(金) 27日(火) まで
健康課または各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)へ

4 あなたの健康相談会

1月10日(火) 20日(金) 午後1時～4時
さいわいプラザ 健康診断の結果、生活習慣

多重債務相談日

借金返済の相談に弁護士・司法書士が応じます(要予約)
12月14日(水) 21日(水) 午後1時30分～4時
消費生活センター(市セ) ☎32・0022

宝くじの助成金で町内会の備品を整備しました

自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として実施するコミュニティ助成事業を活用して、次の備品を整備しました。
市民協働課(アオ) ☎39・22

福祉や生活の困りごとは 民生委員・児童委員へ

委員の改選により、新任267人を含む536人が12月から各地域で活動しています。地域の身近な相談役として、住民からの悩みや困りごとを聞き、市役所などの関係機関へとつなぎます。お住まいの地区の委員はお問い合わせください。
任期=令和7年11月30日まで 福祉総務課(アオ) ☎39・2217、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)



民生委員・児童委員は、厚生労働大臣が委嘱するボランティアだのん。秘密は固く守るから、生活や子育て、介護のことなど、安心して相談してほしいのん。

◀なかのん

市議会12月定例会

総務課(アオ) ☎39・2244

本会議や委員会は公開されています。

期日	会議名	場所
12月6日(火)	議会運営委員会 本会議(招集日)	第二委員会室 議場
7日(水)～9日(金)	本会議※	第一委員会室
12日(月)	建設委員会	第一委員会室
13日(火)	産業市民委員会	
14日(水)	文教福祉委員会	
15日(木)	総務委員会	第二委員会室
19日(月)	議会運営委員会 本会議(最終日)	議場

傍聴席では、次のことを遵守してください。発熱やせき、風邪の症状がある場合は、傍聴をご遠慮ください。

- ①入場時のアルコール消毒、検温②マスクの着用③他の傍聴者と間隔を空けた着席
- 本会議と常任委員会は、市ホームページで生中継・録画中継しています(ケーブルテレビの再放送は当日の午後7時から)。
- ※7日(水)～9日(金)の本会議は、一般質問者の人数により日程が短くなる場合があります
- 本会議…午後1時から、議会運営委員会…午前11時30分から、常任委員会(建設・産業市民・文教福祉・総務)…午前10時から 本会議…40人、車いす席2人、親子傍聴席10人、委員会…12人
- ★議会中継はスマートフォン、タブレット端末などでもご覧いただけます

議員の年賀状は禁止されています

市議会議員は、答礼のための自筆によるものを除き、選挙区内の人に年賀状を出すことやお歳暮などを贈ることが公職選挙法で禁止されています。ご理解をお願いします。

病の予防・改善指導 相談員 栄養士、保健師 各6人(先着) 健康手帳(ある人)
12月23日(金) 1月10日(火) まで
5 食育総合講座「みんなの食育塾」ビギナーさん集まれ！
初めてのメンズキッチン
1月12日(木) 26日(木) 午前10時～午後1時(計2回)
さいわいプラザ 講話、調理実習 定15人(先着) ¥800円 持エプロン、三角巾、筆記用具 12月26日(月)まで

6 大人のまな★ビバプラス
運動や食事など、フレイル予防のポイントを学びます。

ゲーム依存ってなんだろう？

YouTubeで配信します。
12月15日(木)～1月19日(木) 大森病院医師・関正樹さん
1月11日(水)までに県長岡地区に連絡してください。



上級救命講習会

修了者に修了証を交付します。
1月21日(土) 午前8時30分～午後5時30分
消防本部 乳児・成人への心肺蘇生法AED(自動体外式除細動器)の使用法、応急手当など
20人(先着) 12月15日(木)から長岡消防署 ☎35・2193へ

灯油の取り扱いに注意を!

冬はホームタンクからの灯油の流出事故が多発します。河川に流れ出ると、水質汚染の原因となります。
①小分け中はその場を離れない
②タンクのバルブを完全に閉めたか確認する
③タンクの配管やホースなどが破損していないか日ごろから点検する
④屋根からの落雪や除雪などで配管を傷めないように十分に注意してください
万が一漏れた場合は、すぐに元栓を締め、新聞紙やタオルなどで外部へ流出しないよう応急処置をしてください。その後消防本部または市役所

雪降る前に確認! 空き家の管理は適切に

管理されずに放置された建物は、地域住民の生活に悪影響を及ぼす恐れがあります。倒壊などを防ぐため、屋根の雪下ろしなどの管理をお願いします。空き家の活用もご相談ください。
都市政策課(大手) ☎39・22

年末年始も「火の用心」

冬は火を使う機会が多く、火災が発生しやすい季節です。もう一度「火の元」を確認しましょう。
・住宅用火災警報器の設置・点検をする
・コンロから離れる時は火を消す
・ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
・使わない電気製品は電源を切り、コンセントも抜くなど、注意してください。
消防本部予防課 ☎35・2190

冬の空き家の放置は倒壊や落雪などの危険が高まります。隣家や通行人などを巻き込む事故が発生すると、法的な責任を問われます。



寒くても ゆずる運転

冬道は焦らず慎重運転
時間に余裕を持ち、やさしいブレーキ操作でタイヤのスリップを防ぎましょう。
・歩行者の近くを通るときは十分な間隔を確保
・歩行者の急な動きに対応できるようにしましょう。
・飲酒運転の根絶
二日酔いも違反です。運転の前日はお酒を控えましょう。
市民課(アオ) ☎39・2206

税理士無料相談(要予約)

12月21日(水)、1月4日(水) 午前9時30分～正午
場・甲 税理士会長岡支部(三和3) ☎33・8080 担当 市民課(アオ) ☎39・2212

12/28(水)まで 非課税世帯などへの緊急支援給付金 確認書の提出を忘れずに!



は詳細は

住民税非課税世帯などへ案内を送付済みです。家計急変世帯は1月31日(火)まで申請を受け付けます。該当するかわからない人はご相談ください。 〇〇市給付金専用コールセンター ☎39・2347

斎場使用料・給水工事手数料・下水道使用料

4月1日から 料金を改定します

市は将来にわたって良好なサービスを提供していくため、持続可能な行財政の確立に向けた取り組みを進めています。老朽化した施設の維持管理に多額の費用がかかることなどを踏まえ、長年据え置いてきた使用料などを改定します。

1 斎場の使用料

<改定後の使用料 (市内6斎場いずれも)>

区分	市民(※)		市民以外	
	現在	新料金	現在	新料金
12歳以上	無料	10,000円	30,000円	40,000円
12歳未満		7,000円	23,000円	28,000円
死産児		5,000円	17,000円	20,000円
部分葬など		2,000円	6,000円	8,000円

※死亡者、死産児の父または母、部分葬を行う人が市民の場合

〇〇市民課 ☎39・2019

2 給水装置工事の申請手数料

これまで一律3,000円でしたが、給水管の口径および工事の内容により1,000円~8,000円値上げします。詳しくは水道局ホームページで。

〇〇水道局工務課給水係 ☎36・4431

3 下水道の使用料

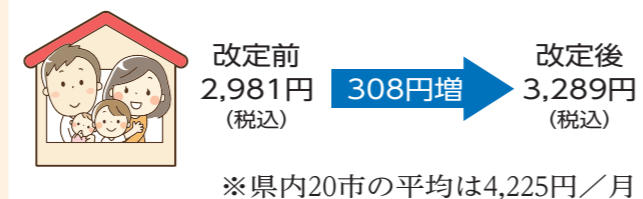
基本料金と9㎡~10㎡の超過料金を改定します。 <改定後の使用料>

区分	排出量 (1カ月あたり)	使用料	
		現在	新料金
基本料金	8㎡まで	656円	880円
超過料金 (円/㎡)	9㎡~10㎡	82円	110円
	11㎡~40㎡	126円	変更なし
	41㎡~100㎡	148円	
	101㎡~500㎡	169円	
	501㎡~	190円	

※別途消費税がかかります

市では、平成13年7月から21年間、使用料を据え置いてきました。改定後も県内で2番目に低い料金水準です。

★1カ月あたり253円~317円の値上げです <一般家庭(25㎡/月)の例> 夫婦と子ども2人の家庭の目安



〇〇下水道課 ☎39・2235

固定資産税の申告をお忘れなく

〇〇資産税課 ☎39・2213 申告書は郵送、総合窓口(税金窓口) ☎39に持参

1 償却資産の申告は1月31日(火)まで

毎年1月1日現在の償却資産の所有状況を、その資産のある市町村に申告してください。 対象者=市内で工場や商店を営んだり、駐車場やアパートを貸したりして、事業用の償却資産を持つ事業者 対象の償却資産=法人税法や所得税法に基づき、減価償却として損金や必要経費として算入されるものなど。詳しくは、市ホームページで

償却資産とは?

土地や家屋以外の事業用の構築物、機械、装置、備品などの有形資産のこと。駐車場の舗装や消雪設備、側溝、フォークリフトやショベルローダなどの大型特殊自動車も含まれます。

2 償却資産の電子申告ができます

オフィスや自宅から、eLTAXを利用して申告できます。詳しくは、地方税共同機構ホームページで。



3 賃貸家屋の附帯設備の納税者

原則として、家屋の所有者に固定資産税が課税されます。ただし、借り主などが費用を負担した事業用の附帯設備は家屋とは区分され、借り主に償却資産として課税されます。この場合、家主と借り主双方が連名で、「分離申告書」を市役所に提出する必要があります。詳しくはお問い合わせください。

●沖縄戦で亡くなられた方の御遺族へ 沖縄県糸満市の平和祈念公園内に、沖縄戦で亡くなられた方々の氏名を刻んだ記念碑「平和の礎」があります。昭和19年3月22日(昭和21年9月7日)に沖縄県区域や南西諸島周辺で、沖縄戦が原因で亡くなられた方の追加刻銘を受け付けています。 申12月9日(金)までに福祉総務課 ☎39・2217、各支所地域振興・市民生活課(栃)



手続き・制度

●本人通知制度に登録を 住民票の写しや戸籍謄本などを第三者へ交付したとき、事前に登録した人に通知します。 〇〇市民課 ☎39(平日のみ)、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課) 〇〇長岡市に住民登録がある人(平成26年6月20日以降に住民票が除票になった人を含む)、長岡市に本籍・附票がある人(除籍の人を含む) 〇〇登録期間 〇〇5年間(期間中に住所、氏名、本籍などが変更

●来月4月、小・中学校に入学する子どもの保護者に入学者通知書をお届けします 小学校は郵送で、中学校は小学校を通じてお届けします。12月23日(金)ころまでに届かない場合はご連絡ください。入学通知書の住所から転居した場合は、入学する学校が変更になることがあります。詳しくはご連絡ください。

尾支所は市民生活課)、県福祉保健総務課 〇〇25・280・5180へ

〇〇本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など) ※代理人や郵送による申請ができます 〇〇市民課 ☎39・7512

高齢者施設の入館料などが変わります

4/1 土 から

〇〇福祉総務課 ☎39・2371、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)

施設ごとに変更内容が異なります。詳しくは各施設のホームページで。

①入館料を改定します

地域	施設名	入館料	
		現在	新料金
長岡	高齢者センターふそき	65歳以上200円 など	65歳以上100円 など
	高齢者センターまきやま		
	高齢者センターけさじろ		
栃尾	高齢者センターみやうち	-	市外料金を追加 など
	高齢者センターとちお		
中之島	さくらの家	60歳以上無料 など	65歳以上無料 など
	日枝の里		
	はすはな荘		
	サンパルコなかのしま		
寺泊	夕映荘	60歳以上無料 など	65歳以上無料 など
	山古志		
与板	なごみ苑	65歳以上200円 など	65歳以上無料 など
	志保の里荘		

※長岡ロングライフセンター、ゆきわり荘(和島地域)は改定しません

②一部の施設で浴室利用を終了します

高齢者センターふそき・まきやま・けさじろ・みやうち、さくらの家、日枝の里、ゆきわり荘、なごみ苑は、3月31日(金)で浴室の利用を終了します。

③一部の施設で高齢者センターの共通回数券の利用を終了します

高齢者センターふそき・まきやま・けさじろ・みやうちは、3月31日(金)で共通回数券の利用・販売を終了します。今後は長岡ロングライフセンター、高齢者センターとちお おいらこの湯でご利用ください。

●「おむつ使用の確認書」の申請を受け付けます 寝たがりの人が使用するおむつ代の医療費控除を受けるには、医師が発行する「おむつ使用証明書」が必要です。一定の要件を満たすと、市が「おむつ使用証明書」に代わる「おむつ使用の確認書」を発行できる場合があります。 〇〇要介護認定を受けていて、おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降の人 ※その他の詳しい要件は事前にお問い合わせください 〇〇総合窓口(福祉窓口) ☎39、各支



▲なかのん

子宮頸がんの95%以上は、ヒトパピローマウイルス(HPV)というウイルスの感染が原因だ。ワクチンを接種することで、将来の子宮頸がんを予防することが期待できる。 〇〇子宮頸がん予防ワクチンの接種費用を助成します 積極的勧奨の差し控えにより、定期接種の年齢を過ぎて接種した人に費用の助成を行います。 〇〇次の全てを満たす人 ①令和4年4月1日時点で市内に住んでいる人 ②平成9年4月2日~平成17年4月1日生まれの女性 ③令和4年3月31日までに子宮頸がん予防ワクチン任意接種を受けた ※その他該当要件あり 〇〇令和7年3月31日(月)までに市ホームページにある申請書を子ども・子育て課 ☎39・2300、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)へ

市公式 LINE 「長岡の魅力」に簡単アクセス！ 岡広報課 ☎39・2202

長岡市公式ラインに、移住・定住や米百俵プレイス ミライエ長岡の情報など「長岡の魅力」をまとめたメニューを追加しました。市外の知人や親戚にもぜひ紹介してください。



「友だち」は7万人超！ 便利な選択受信サービスも。登録はこちら

市ホームページ 誰でも見やすく、使いやすく 岡広報課 ☎39・2202



市ホームページで、背景色の変更や文字サイズの拡大、音声読み上げができるようになりました。ぜひご利用ください。

納期限は12月28日(水)です

- 固定資産税・都市計画税 (3期)
 - 国民健康保険料 (6期)
 - 後期高齢者医療保険料 (9期)
 - 介護保険料 (9期)
- ※スマートフォン決済が便利です

募集 2月18日(土)・19日(日)

冬を満喫♪ 長岡雪しか祭り

①長岡を全国にPR! 「越後長岡スノーアンバサダーコンテスト」出場者

1年間、イベントなどで長岡の魅力を全国に発信します。入賞者には豪華景品あり。対20歳以上 定20人(先着) 選考会=2月19日 申2月10日(金)まで

②ダンスコンテスト出場者

入賞者には豪華特典あり。※過去の優勝チームは参加不可 選考会=2月19日

③あなたの想いを雪花火にのせてメッセージ花火

定5台程度 打ち上げ日時=2月18日午後6時から 定71,000円から 申1月10日(火)まで

④ボランティアスタッフ

定2月18日午前10時30分~午後4時30分、19日午前9時30分~午後4時30分 内会場設営、交通整理など 定18歳以上 申1月31日(火)まで

⑤祭りにご協賛を

協賛いただいた人の氏名、企業名を、市有施設などに設置するチラシや市ホームページなどに2月中旬に掲載します。定10,000円から 申1月13日(金)まで

⑥祭り出店者



内地域の特産品や軽食の販売など 申12月14日(水)までに市ホームページにある申込書で

申同実行委員会事務局 (①②長岡商工会議所内 ☎32・4500③長岡花火財団 ☎39・0823④⑤⑥観光事業課 ☎39・2221)

◆図や表などの略字の見方は13ページ ◆図どなたでも、図特になし、図無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし ◆図に電話、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

募集

米百俵財団奨学生

長岡市出身の大学・短期大学・専門学校進学者 採用の決定時期は2月下旬、貸与月額は3万円、5万円、7万円から選択(無利子) 貸与方法は半年分前払い(希望者は、初回貸与時に10万円、50万円の一時金を貸与) 貸与期間は令和5年4月から在学期間2年以内の最短期間(卒業後、返還方法については、卒業後1年間滞りなく、その後10年または15年以内に月賦、半年賦か年賦) 申在学出身高校、高専にある申込



書を各学校へ(提出期限は各書局(ミライエ長岡開設準備室(大手内)) ☎86・6008) 学校の異なる) 同財団事務局長(ミライエ長岡開設準備室(大手内)) ☎86・6008 他団体の給付型奨学金と一緒に利用できるの。人材育成の重要性を説いた「米百俵」の精神を未来に伝え、夢をかなえるために頑張る学生を応援するのん!

即戦力となる経験者を募集!

市立保育園の保育士 (任期付正規職員)



採用人数=5人程度 雇用期間=令和5年4月1日から3年 定昭和40年4月2日以降生まれで、保育士としての職務経験が直近10年中に3年以上ある人 一次試験日=1月15日(日) 定12月22日(木)まで(消印有効)に申込書類を教育総務課 ☎39・2238へ郵送 ※詳細は必ず試験案内をご確認ください ◆試験案内および申込書類の入手方法 ①配布場所...教育総務課、保育課 ☎39・2238、市役所総合ガイド ☎39・2238 など ②市ホームページ ③郵送請求...封筒の表に「試験案内請求」と朱書きし、120円切手を貼った宛先明記の返信用封筒(角形2号)を同封し、〒940-0084幸町2-1-1教育総務課へ

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...2月号は12月23日(金)(必着)、3月号は1月31日(火)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【2月号】2月10日(金)、【3月号】3月10日(金)以降のものに限りません。 ◆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。 岡広報課 ☎39・2202

回3月31日(金)まで 策課 ☎025・280・5088 雪によるLPガス設備の事故を防ぎましょう 排気筒や吸気口、容器などの周辺が雪に埋もれることがないように、除雪や点検を心掛けましょう。 岡新潟県LPガス協会 ☎025・267・3171 ◆新潟県ライフサポートセンター ☎86・8898のご利用を労働や生活の問題を解決するサポートをします。 回平日午前10時~午後4時 高齢者・障害者・児童が利用する施設などの対応や説明に納得できない場合は相談を 岡県福祉サービス運営適正化委員会 ☎025・281・5609 認知症のお悩みは、新潟県認知症コールセンター ☎025・281・2783へ 回平日午前9時~午後5時

回日時、期日 回時間 回場所、会場 回内容 回講師 回対象、資格 回定員、募集人数 回料金、会費、受講料(記載がないものは無料) 回持ち物 回問い合わせ 回申し込みが必要(記載がないものは直接会場へ)

催し クリスマスを病院で過ごす子どもたちなどに、本を買ってプレゼントしませんか 回12月12日(月)まで 岡文信堂書店長岡店など 岡サンタ・プロジェクトながおか・田中さん ☎37・4282 ◆スマホ・パソコン教室 回①スマホ:12月22日~2月16日の毎週木曜日(期間中に計8回)②ワード基礎:12月23日~3月3日の毎週金曜日(期間中に計10回) 時午後1時~3時 分4時30分 場市民防災センターなど 定各15人(先着) 定60歳以上 定各15人(先着) 定24,000円②22,000円 申NPO法人住民安全ネットワークジャパン 関さん ☎39・1656 ◆ウクライナ避難夫妻講演会 回2月5日(日)午後1時30分~2時

スポーツ ニュータウン親子テニス教室 回12月13日~3月30日の毎週火・木曜日午後6時30分~8時(期間中に計30回) 場ニュータウン運動公園 定小学生以上10人(先着) 定20,000円 申寺泊F.T.C.岩富さん ☎080・52225・1130 ◆刀剣チャンバラ教室 回12月19日(月)午後6時~8時 場アオーレ長岡 岡越後武芸館 ☎080・1275・2168 ◆新潟県の雪情報 降雪量予測情報などをホームページや携帯サイトで提供します。

募集 カンボジア地雷撤去キャンペーン 回収した書き損じはがきなどを換金し、撤去団体に寄付します。 回3月31日(金)まで 岡同事務所 ☎092・833・7575 ◆来春採用の自衛官など 職種①陸上自衛隊高等工科学校生徒②自衛官候補生 ①16歳~28歳②18歳~31歳 試験日①1月14日(土)②1月15日(日)③1月16日(日) ④1月17日(月)⑤1月18日(火) 協力本部長岡出張所(千歳1) ☎33・0256へ

回日時、期日 回時間 回場所、会場 回内容 回講師 回対象、資格 回定員、募集人数 回料金、会費、受講料(記載がないものは無料) 回持ち物 回問い合わせ 回申し込みが必要(記載がないものは直接会場へ)



年末年始

のお知らせ



急患診療 (12月・1月上旬分含む)

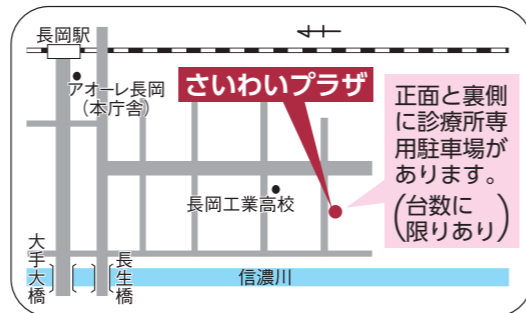
診療時間外などに具合が悪くなったときにご利用ください。
 なお、新型コロナウイルス感染症の院内感染を防ぐため、受診する前に必ず電話で相談してください。
 持ち物=保険証、医療費助成の受給者証 (ある人)

- 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・休	月～金	土
①中越こども急患センター ☎86・5099	小児科 (中学生まで)	午後6時45分～9時30分 ※12/29(木)～1/3(火)は休診です	—	●	●
②休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科	午後6時45分～9時30分 ※12/29(木)～1/3(火)は休診です	—	●	—
	内科 小児科 外科	午前9時～11時30分、午後1時～4時30分 ■12/31(土)～1/3(火)は下表	●	—	—
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 ■12/31(土)～1/3(火)は下表	●	—	—

■12月31日(土)～1月3日(火)の受付時間

施設名	診療科目	12/31(土)～1/3(火)
休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科 小児科 外科	午前10時～11時30分 午後1時～2時30分
休日急患歯科診療所 ☎33・9644	歯科	午前10時～11時30分 午後1時～2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・祝休日・12/31(土)～1/3(火)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	期日	病院名
12月	4日(日) ㊩ 石川 医院 ☎66・2140	1月	1日(祝) ㊦ 中之島クリニック ☎61・2551
	11日(日) ㊩ 山谷クリニック ☎61・1388		2日(休) ㊩ 田崎 医院 ☎62・1122
	18日(日) ㊩ 杏仁堂 医院 ☎62・0123		3日(火) ㊦ 貝瀬皮膚科 ☎66・8100
	25日(日) ㊦ お元気でクリニック ☎63・3800		8日(日) ㊩ 関谷 医院 ☎61・0205
			9日(祝) ㊩ 林俊壺クリニック ☎66・3000

⑤救急当番病院

立川 総合病院 ☎33・3111	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
長岡 赤十字病院 ☎28・3600	
長岡 中央総合病院 ☎35・3700	

市の業務案内

12月29日(木)・30日(金)の各窓口の業務日程は次のとおりです。その他の市役所の業務は休みます。

窓 口	取り扱う業務	12/29(木)・12/30(金)	12月31日(土)～1月3日(火) 休み	
総合窓口 (アオーレ長岡) 東棟1階 ☎39・7510	市役所総合ガイド	市役所の総合案内		午前9時～午後5時
	市役所なんでも窓口	市政、日常生活および町内会に係る相談など、刊行物の販売		
	新型コロナウイルス感染症総合案内窓口	新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口の案内		
	証明書発行窓口	住民票、戸籍、印鑑登録証明、所得・課税証明などの各種証明書の交付		
	住所変更・戸籍届出窓口	転入・転出などの各種届出の受理、印鑑登録、戸籍相談など		
	健康保険・年金窓口	国民健康保険、後期高齢者医療、国民年金		
	福祉窓口	児童手当、福祉(障害・高齢・介護保険)サービス、医療費助成の申請など		
	市営住宅窓口	市・県営住宅の手続き・相談		
	税金窓口	税金の受領		
	マイナンバーカード窓口	マイナンバーカードの申請 ※申請以外の手続きは、国のシステムが停止するため休みます		
パスポート窓口	パスポートの申請・交付	午前9時～午後4時30分		
東サービスセンター (アクロスプラザ長岡内) ☎39・7200	○住民票、戸籍、印鑑登録証明、所得・課税証明などの各種証明書の交付	午前10時～午後5時		
西サービスセンター (リバーサイド千秋内) ☎29・6172	○印鑑登録 ○パスポートの申請・交付	※パスポートの申請・交付は午後4時30分まで		

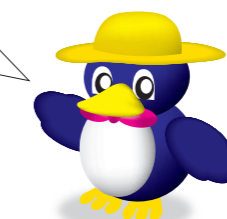
※市の施設の休みは、各施設に直接お問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください

ごみ収集

- 12月31日(土)～1月3日(火)はごみ収集を休みます
この期間は、ごみを出さないでください。
- 12月29日(木)～1月5日(木)のごみ収集日は、「家庭ごみと資源物の収集カレンダー」を確認を
- 冬期間は、降雪などの影響で収集の経路や時間が変わることがあります
- 1月・2月は「枝葉・草」の収集を休みます
- 1月～3月は「古着・古布」の収集を休みます

■ごみ処理場への直接持ち込み
 ごみの持ち込みは、引っ越しなどで多量のごみが出たときに限ります。
 年末の持ち込みは12月31日(土)正午までです。前日までにクリーンセンターに電話で申し込んでください。
 生ごみ用指定袋に入った生ごみは持ち込むことができません。生ごみを持ち込む場合は、燃やすごみ用指定袋に入れてください。

ごみの分別にご理解とご協力を今年度、リチウムイオン電池などが原因と思われるごみ収集車の火災が2件発生しました。危険ですので「スプレー缶類・発火物・有害物」の収集日に出してください。
 ▶詳しくはこちら



▲長岡の環境キャラクター・ペギーちゃん

ごみ処理場	持ち込みできる種類	申し込み
寿クリーンセンター ☎24・2856 (寿3-6-1)	燃やすごみ	前日までに電話で
鳥越クリーンセンター ☎47・1100 (鳥越甲2818)	燃やすごみ 燃やさないごみ 粗大ごみ※	

※粗大ごみは、事前に金額を確認して処理券シールを貼ってください

ウイインター
シーズンが来たー!

12/24(土)
一斉オープン



ゲレンデデビューにオススメ!

市営スキー場 ☎34・2225

☎12月24日(土)・25日(日)・29日(木)～1月9日(祝)、14日(土)～2月26日(日) (1月16日からの月曜日、2月21日(火)・22日(水)・24日(金)を除く)、3月4日(土)・5日(日)午前9時～午後5時 **¥11**回券・4時間券…2,000円、1日券…3,000円など
※スキー用具などのレンタルあり

★お得情報

●リフト券無料…☎①小学生以下②60歳以上 ☎毎月①第3日曜日②第2日曜日

景色もサイコー!

古志高原スキー場 ☎59・3500

☎水～日曜日・祝休日午前9時～午後5時 (12月26日(月)・27日(火)、1月3日(火)は営業。12月31日(土)を除く水・金・土曜日は午後9時までナイター営業) **¥12**回券・1日券…小学生以下1,500円、中学生以上2,000円、ナイター券…小学生以下1,000円、中学生以上1,500円など
※スキー用具などのレンタルあり

★お得情報

①リフト券無料…☎小学生以下 ☎毎月第3日曜日
②リフト1日券半額…☎①女性②60歳以上 ☎毎週①水曜日②木曜日
③リフト12回券・1日券割引…☎大人1人、小学生以下の親子 ☎3,500円を3,000円に割引

家族連れに大人気!

とちおファミリースキー場 ☎53・2390

☎土・日・祝休日午前9時～午後5時 (12月29日(木)～1月6日(金)は平日も営業。12月31日を除く土曜日は午後9時までナイター営業) **¥11**回券…1,000円、1日券…小学生以下1,500円、中学生以上2,000円、ナイター券…1,000円など

★お得情報

●リフト券無料…☎小学生以下 ☎毎月第2・4土曜日、第3日曜日

プロが教える
スノーボード教室も
開催します!
詳しくはスキー場の
ホームページで



講師のプロスノーボーダー
深見啓太さん (栃尾出身)

※入場時の検温や手指消毒、マスク着用などの感染症対策にご協力を
※スキー教室の実施は各施設のホームページで
※営業日時は降雪状況により変更する場合があります

▶詳しくはこちら



※☎や¥などの略字の見方は13ページへ

■発行：長岡市 (令和4年12月1日発行)
〒940-8501新潟県長岡市大手通1-4-10 ☎0258・35・1122(代)
※市政だよりは市役所総合ガイド、東・西サービスセンター、各支所で発行日から閲覧できます
編集：広報課 ☎0258・39・2202/FAX0258・39・2272

<https://www.city.nagaoka.niigata.jp>

VEGETABLE OIL INK 植物油インキを使用しています

■人口と世帯(11月1日現在)
人口/261,796人(-133)
世帯数/109,995世帯(+31)
男/128,237人(-87)
女/133,559人(-46)
※()内は前月比

長岡の話題、ほぼ毎日更新中!



公式ライン



公式フェイスブック

