

～不況だからこそ！やさしく強い会社づくり！～

ワーク・ライフ・バランスを進めるためのセミナー

日時＝9月28日(月)午後1時～4時30分 会場＝アトリウム長岡 内容＝事例紹介とワークショップ コーディネーター＝(株)ライフキャリアデザイン・アソシエイツ代表取締役・川端美智子さん 事例発表＝一正蒲鉾(株)総務課長・長谷川次郎さん、大和証券(株)長岡支店長・加藤顕久さん、(株)悠久堂医科器械店常務取締役・加瀬由紀子さん 対象＝事業主・人事労務担当者 定員＝30人(先着) 男女平等推進センターウィルながおか ☎39・2746 または 商業振興課 ☎39・2228 (印)からも可



▲事例発表する加瀬さん

一緒に働きやすい職場づくりについて考えましょう！



与板消防署救急フェア
日時＝9月19日(土)午後1時30分～5時 会場＝与板町与板国道403号上の与板十五夜まつり「おまつり広場」 内容＝心肺蘇生法の体験、AEDの使用法、高規格救急車の展示など

与板消防署救急フェア
日時＝9月19日(土)午後1時30分～5時 会場＝与板町与板国道403号上の与板十五夜まつり「おまつり広場」 内容＝心肺蘇生法の体験、AEDの使用法、高規格救急車の展示など

生涯学習相談室
☎38・65522

まの先生企画講座
環境を守る下水道について
楽く学ぼう！

日時＝10月17日(土)①午前11時～正午②午後1時～2時(内容同) 会場＝中央公民館302教室 内容＝クイズ・実験・ビデオ映像を交え環境と下水道を説明 講師＝管路管理総合研究所・柏昌幸さん 対象＝小学3年生以上(小学生は保護者同伴) 定員＝各40人(先着) 持ち物＝筆記用具 印9月10日(木)から電話で(平日午前9時～午後4時)

とっておきの長岡まちめぐり

①ヨット乗船とぶどう狩り
日時＝9月19日(土)午前10時～午後4時 集合＝市役所本庁に午前9時またはみなと公園駐車場に午前9時50分 定員＝20人(先着) 料金＝3,000円(昼食代込み) 印9月10日(木)までに寺泊支所産業課 ☎75・3105へ

②ガイド付き日帰りバスツアー「織物の町栃尾めぐり」
栃尾織物の歴史をたどって、織物工場の見学や染物の体験をします。
日時＝9月25日(金)午前9時～午後4時 集合＝市立劇場前または長岡駅東口 定員＝20人(先着) 料金＝3,000円(昼食代込み) 印9月14日(月)までに、郵便番号、住所、氏名、電話番号、希望集合場所を、はがき〒940-0233 栃尾宮沢1764 栃尾観光協会 ☎51・1195、FAX51・1190、Eメールinfo@tochiokankou.jpで

③せせらぎのふる里・太田をめぐる
太田の源流を散策し、せせらぎと太田の風を感じてください。
日時＝10月10日(土)午前9時～午後4時 集合＝市役所本庁 コース＝妙龍神社→三角だるま→高龍神社→不動社→一本杉と不動滝→原工房(雪布和紙でうちわ作り)→まめ焼きと焼きいも 定員＝20人(先着) 料金＝3,000円(昼食代込み) 印9月24日(木)までに太田コミュニティセンター ☎23・2002、FAX23・2096へ



④与板三国街道物語
三国街道の城下町・与板で今に伝わる4種類の水巡りをします。
日時＝10月17日(土)午前9時～午後3時30分 集合＝市役所本庁 定員＝20人(先着) 料金＝3,000円(昼食代込み) 印9月30日(水) (消印有効) までに往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入して〒940-2492 与板町与板甲134 与板支所産業課 ☎72・3100へ

生涯学習文化課
☎32・5110
FAX 32・0587

①手漉紙で
オブジェをつくろう

草花を入れた丸型和紙を制作。10月に開催されるデザインフェアで展示します。
日時＝9月26日(土)午後1時30分～3時30分 会場＝長岡造形大学 定員＝40人(先着) 料金＝300円 印9月10日(木)から長岡デザインフェア実行委員会事務局(生涯学習文化課内)へ

②長岡市民音楽祭
三曲の調べ 邦楽選と和の響きを奏する

日時＝10月18日(日)午後1時30分から 会場＝リリックホール

ル・コンサートホール 出演
＝長岡三曲連盟、日本歌曲をうたう会、長岡メンネルコール、長岡大手高校・琴部ほか ゲスト＝正統社 9月18日(金)から入場整理券を市役所1階案内所、各支所、市立劇場、リリックホール、市民センター、中央図書館、中央公民館で配布

長岡戦災資料館
☎36・3269
FAX 36・3335

①日本の生命線と言われた満州について学びませんか

長岡空襲の遠因でもある、日本と満州の関係を学びます。
日時＝①9月12日(土)午後1時30分～4時②10月3日(土)午後1時30分～4時 会場＝長岡

勤労青少年ホーム
☎32・4429

①楽しい教養講座

対象は市内に居住または勤務する40歳未満の人。会場はすべて勤労青少年ホームです。

教室	コース	定員
ペン 毛筆	水曜コース	30人
	月曜コース	各20人
茶 道	月曜コース	各15人
	火曜コース	各15人
花 道	水曜コース	各30人
	火曜コース	各30人
料理	月曜コース	各20人
	水曜コース	各20人

②英会話教室
英語圏の国で通用する力を

期間＝10月～3月(計18回) 時間＝午後6時～8時(料理・ペン毛筆は午後6時30分～8時30分) 定員＝いずれも(先着) 料金＝料理14,500円、花道20,500円、茶道・ペン毛筆8,000円(いずれも利用者協議会費400円別) 印9月11日(金)～30日(水)

中之島文化センター
☎66・1310

①工作教室「エコバック作り」

日時＝9月23日(祝)午前10時30分から 定員＝15人(先着) 中之島地域図書館 ☎61・2165

②上映会

内容と日時＝①「おくりびと」：9月22日(休)午前10時から、午後1時30分から②「まめう

身につけます。

日時＝9月29日～12月8日の毎週火曜午後7時30分～9時(11月3日を除く計10回) 定員＝25人(先着) 料金＝1,700円 印9月16日(水)～28日(日)

③エアロビクス教室

体を動かしてストレスを発散しませんか。
日時＝10月9日～12月11日の毎週金曜午後7時～8時30分(計10回) 定員＝25人(先着) 料金＝700円 持ち物＝内履き 印10月1日(木)まで(必着)に、往復はがきの往信の裏に「エアロビクス教室」希望、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を、返信の表にあて先を記入して、〒940-0033 今朝白1の10の12 勤労青少年ホームへ

④ビジネスオーナー習得教室
「ブラッシュアップ編」

実践的なビジネスオーナーを学びます。
日時＝10月29日～12月3日の毎週木曜午後7時～8時30分(11月5日を除く計5回) 講師＝中村経営教育研究所主任・中村容子さん 定員＝20人(先着) 料金＝1,000円 印10月13日(火)～27日(火)



救急フェア
日時＝9月12日(土)午前11時30分～午後3時30分 会場＝大手通り歩行者天国(雨天時は市民センター2階) 内容＝応急手当(心肺蘇生法、AEDの使用法など)、体験コーナー、救急活動パネル展

長岡消防署救急係
☎35・2193

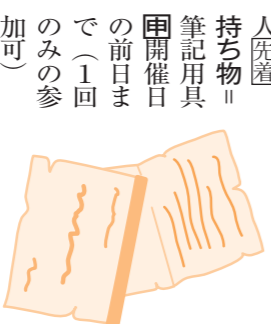


文書資料室 ☎36・7832
FAX 36・3754
monjo@net9.nag.jp

チャレンジ！古文書in山古志

初心者向けの古文書解説講座です。
期日と内容＝①9月29日(火)：村の暮らし②10月13日(火)：災害と飢饉③11月10日(火)：領主と村 講師＝①②文書資料室職員③長岡郷土史研究会会長・今井雄介さん

①～③いずれも 時間＝午後2時～3時30分 会場＝山古志会館2階研修室 定員＝30人(先着) 筆記用具 印刷品 前日までの(1回)のみの参加可



工業振興課 ☎39・2222

起業家応援セミナー

日時＝10月8日(木)・15日(木)・21日(水)・28日(水)、11月5日(木)・12日(木)・19日(木)の午後6時30分～9時(計7回) 会場＝長岡大学(10月15日のみ市民センター) 内容＝起業の心構え、事業計画づくりのポイントなど 講師＝長岡大学

子ども家庭課(健康センター内)
☎39・2300
FAX 39・52222



突然、倒れた人にAEDを使用するには勇気がいるもの。いざという時のため学んでみませんか。

教授・原田誠司さん、(有)MCA代表・小松俊樹さんほか 対象＝ビジネスアイデアを持つ起業希望者で、具体的な準備や計画はこれからの人 定員＝10人(先着) 印10月2日(金)までに、ながおか新産業創造センター(NBIC) ☎21・0369、FAX21・0371、Eメールnbic@nbic.jpへ

親子でワクワクお手伝い塾

日時＝9月27日(日)午前10時～午後3時30分 会場＝ゲストハウス坂井邸(旭町2、駐車場は南中学校を利用できます) 内容＝親子でお手伝いに関するワークショップや掃除実習など 講師＝消費行動研究家・辰巳渚さん 対象＝小学1～3年生の児童とその親 定員＝親子10組(先着) 持ち物＝エプロン、タオル、マスク、ゴム手袋 昼食 印9月14日(月)まで



▲辰巳渚さん