

東洋大と子どもたちとの交流



思い出をありがとう！



東洋大陸上競技部山古志合宿 (8月23～27日)

今年で5回目の山古志合宿。練習の合間をぬって選手たちが山古志小中学校の子どもたちに特別授業。走る楽しさを教えてくれました。(8/24)

激励会も兼ねた夏祭りでも住民らと盆踊りなどで交流しました。(8/25)



↑市老連山古志ゲートボール大会。
最後まで気が抜けない真剣勝負に目がくぎづけ。
試合結果：1位 城山会C、2位 城山会E、3位城山会B
(8月30日)



↓越後長岡ツアーデーマーチの山古志ウオーク。全国から参加者、約500名が秋の山古志を歩きました。(9月15日)

↓種芋原まつり奉納相撲
力士らの本気のぶつかり合いに観客から大きな声援が上がりました。(9月2日)



↑ご長寿を祝う敬老会。今年は16名の方が米寿を、8組のご夫婦が金婚をめでたく迎えられました。(9月8日)

第5回長岡市錦鯉養殖組合・JA越後おぢや組合 合同秋の新作観賞会

今年の当才鯉を競う鑑賞会で272匹の鯉が出品され、参加者の目を楽しませていました。
(9月9日山古志体育館)



総合優勝1席→

受賞結果

賞	品種	氏名
総合優勝1席	紅白	錦鯉新潟ダイレクト 丸庄養鯉園
総合優勝2席	昭和	越路養鯉場
総合優勝3席	三色	錦鯉新潟ダイレクト 丸庄養鯉園

第2回 山古志地域委員会の開催状況

日にち：9月4日(火)

場所：山古志支所 3階 大会議室

議題等：第1回地域委員長・副委員長会議について
第2回情報分科会と要望書について
震災メモリアル施設整備について 等

概要：地域委員会で提出する山古志地域のブロードバンド化の早期実現に対する要望書について話し合われたほか、震災メモリアル施設整備についての報告がありました。



担当：地域振興課 地域振興・防災係 (☎ 59-2328)

肺がん検診を実施します



年に1回は肺がん検診(胸部レントゲン)を受診しましょう。お近くの会場でお受け下さい。

対象者：40歳以上の方で、今年度胸部レントゲン検診を受診していない方

持ち物：個人記録票(対象者へ4月下旬に発送済)健康手帳(お持ちの方)

料 金：40歳から64歳：500円
65歳以上：無料

※ 喀痰検査を実施される方は、別途700円が必要です(70歳以上の方は無料)

月日	場 所	受付時間
9月26日(水)	間内平集落開発センター	8:30 ~ 8:40
	竹沢駐在所駐車場	8:45 ~ 9:05
	虫亀集落センター	9:20 ~ 9:35
	桂谷集落センター	9:45 ~ 9:50
	種芋原公民館	10:10 ~ 10:30
	池谷除雪車格納庫	10:45 ~ 10:55
	木籠公民館	11:10 ~ 11:15
	小松倉集落センター	11:25 ~ 11:30
梶金集落開発センター	11:45 ~ 11:55	

問合せ：市民生活課 保健係 (☎ 59-2333)

あまやち会館入館料が500円から300円に！

日ごろのご愛顧に感謝して入館料を引き下げます。この機会にどうぞご利用ください。

入館料：大人(高校生以上) 500円 → **300円**
小人(中学生以下) 300円 → **150円**



日帰り入浴にご利用ください！

料金変更期間：9月1日から平成25年3月31日まで
営業時間：午前9時30分から午後4時30分
休館日：毎週火曜・年末年始
問合せ：あまやち会館 (☎59-3620)

特設行政相談会のお知らせ

相談無料！
秘密厳守！

行政(国県市町村等)に関する困りごとはありませんか。総務大臣から委嘱された行政相談委員が、苦情や意見・要望をお聴きし、解決のお手伝いをします。お気軽にご相談ください。なお、相談会以外でも、直接行政相談委員の自宅にて、電話、手紙などにより日々相談を受けていますのでご利用ください。

特設行政相談会

日時：10月11日(木)午前9時～11時

場所：山古志支所 3階 301会議室

行政相談委員：樺澤 正雄さん

(長岡市山古志種芋原 3950 ☎59-3266)

問合せ：市民生活課福祉係 (☎ 59-2333)

秋の交通安全運動実施中

秋の行楽シーズンを迎え、出かける機会も多くなります。交通ルールを守り、夕暮れ時は早めにライトを点灯するなど、交通事故防止に努めましょう。

スローカン 広めよう 早めのライトと 反射材

実施期間：9月21日(金)～9月30日(日)

問合せ：地域振興課 地域振興・防災係 (☎ 59-2328)

山古志お見合いプロジェクトツアー

「やまこい」参加者募集中

日時：10月13日(土)～14日(日)午前10時～午後4時

場所：山古志地域内(宿泊：あまやち会館)

対象：概ね25歳以上の独身の山古志在住または出身男性
概ね25歳以上の独身女性

定員：各15名(先着)

参加費：男性15,000円/女性8,000円
(男女とも1泊4食つき)

その他：男性限定オリエンテーション(10/4午後7時30分から)

問合せ・申込先：山古志住民会議 (☎ 59-2301)

男性参加者をお待ちしています



トキめき Heart in 村上

城下町にかがやく恋の予感編

日時：10月6日(土)午後1時～午後5時20分

場所：朝日みどりの里またぎの家(村上市)

定員：各18名(男女ともに30歳～48歳)

参加費：男性4,000円/女性4,000円

問合せ・申込先：(株)トアイリンクス

☎：025-290-7606 FAX：025-290-7607

その他の
出会いイベント
【新潟県共催】

クマに注意!

今の季節、クマは冬眠に向けて活動が活発になっています。きのこ採りや農作業等で山へ入る際は、なるべく一人での行動は避け、「携帯ラジオ」「鈴」等を携帯し、自分の存在を知らせましょう。



遭遇してしまったときは…

慌てたり、騒いだりしてはいけません。慌てると事故につながります。走らず背中を向けずに立ち去りましょう。

問合せ：地域振興課 地域振興・防災係 (☎59-2328)

10月21日(日)は 新潟県知事選挙の投票日です

投票日に投票所に行けない人は期日前投票所へどうぞ。

期日前投票

期日：10月5日(金)～20日(土)

時間：午前8時30分～午後8時

場所：山古志支所1階相談室ほか

市内12カ所の期日前投票所

(詳しくは市政だより9月号27ページ)

投票所入場券は10月4日(木)までにはがきでお届けします。

問合せ：選挙管理委員会 (☎39-2241)

地域振興課 総務係 (☎59-2330)



生活習慣病予防のススメ ⑫

～禁煙宣言!! 脱タバコ生活のススメ-その4-

検証

喫煙歴34年 禁煙歴2年 58才男性の脱タバコ生活

ズバリ! 私流 禁煙のコツ、成功までの道のり!

こうして私は
タバコを
やめられた!

やめる
きっかけ…

- 最近、孫が生まれた
- うまいと感じるのは朝の1本だけ
- タバコの値段も高くなった…

- いちいち外に吸いに行くのが面倒になってきた
- 周囲のタバコに対する目が厳しくなり、肩身が狭い
- どうやら同級生もやめたらしい…

絶対禁煙なんて無理だと思った同級生ができたのなら、ひょっとして自分もやめられるかも?!

タバコをやめようと一念発起!

まずは、

- *禁煙を開始する日を決めた
- *家族や仲間に禁煙を宣言した
- *テレビの脇に「禁煙」の貼紙
- *タバコ、ライター、灰皿を捨てた

そして実行!!

- 吸いたくなったら深呼吸、水を飲んだ
- 時には氷をほおぼり、口さみしさを紛らわした
- 田んぼにはタバコの代わりにお茶を持参
- 食後は早めに食卓を離れた
- 会合ではタバコを吸わない人の傍にしようにした
- 一服の代わりに軽い体操、鼻歌を一曲
- 新たな趣味(読書)に挑戦

継続は力なり!!

禁煙を続ける自信がついた!!

- ★手持ちぶさたの解消に読書が意外とハマリ、今では楽しみの一つに。
- ★タバコを買ったつもりになってはじめて「禁煙貯金」。貯まったおカネで一泊旅行することが、頑張った自分と協力してくれた家族へのご褒美です。

タバコの煙からいのちを守るために、今からはじめよう、脱タバコ生活! あなたの番です!!

担当：市民生活課 保健係 (☎59-2333)

10.4

ウィルながおか出前相談室

ひとりで悩まないで何でもお話しください。
女性相談員と一緒に考えます。
日 時：10月4日（木）午後2時～4時
場 所：山古志会館 2階 和室(8畳)
相談専用電話：090-4064-6017※まずはこちらにお電話を！
（受付時間：月～金 午前10時～午後4時30分）
問合せ：長岡市男女平等推進センター
ウィルながおか相談室（☎ 39-9357）

10.13

**メンタル危機講座
～「家族力」がうつから救う～**

うつな時代を乗り切るヒントがいっぱい！
日 時：10月13日（土）午前10時～12時
場 所：長岡市消防本部（長岡市千歳1-3-100）
問合せ：健康課（☎ 32-5000）

開催中

「つなごう山古志の心」展

山古志の心を次世代へとつないでいくために、
震災当時の写真や復旧の取組みパネルを展示しています。
日にち：11月25日（日）まで
場 所：山古志会館
問合せ：山古志住民会議事務局（復興支援センター
山古志サテライト ☎ 59-2301）

土砂災害の3D
映像も上映中

10.23

山古志地域 追悼式

中越大震災で犠牲
になられた方々への追悼の
意を表するとともに、これ
からの山古志地域のさらなる
復興を誓い、追悼式を行
います。詳しくは後日配布
するチラシをご覧ください。



日 時：10月23日（火）午後5時30分から
場 所：山古志支所前 昨年の様子
問合せ：地域振興課 地域振興・防災係（☎ 59-2328）

同時

ありがとう広場

開催

復旧・復興でお世話になった方々に感謝
の気持ちを込めて、復興市を今年も開催します
日 時：10月23日（火）午前9時30分～午後2時
場 所：山古志支所前
問合せ：山古志住民会議事務局（復興支援センター
山古志サテライト ☎ 59-2301）

9.22

牛の角突き

日 時：9月22日（土・祝）
10月8日（月・祝）、21日（日）
午前10時開場／午後1時開始
場 所：山古志闘牛場（池谷）
観覧料：2,000円（小学生以下保護者同伴で無料）
問合せ：山古志闘牛会（☎ 59-3933）
産業建設課 商工観光係（☎ 59-2343）

10.16

富所先生の診察があります

10月の中央総合病院富所先生の診察日は、
次のとおりです。
日 時：10月16日（火）午後2時から4時まで
場 所：虫亀診療所（☎ 59-2267）
問合せ：市民生活課 保健係（☎ 59-2333）

11.3

山古志産業まつり

今年は山古志支所前広場で開催！
詳しくは後日配布のチラシを
ご覧ください。
日にち：11月3日（土・祝）
場 所：山古志支所前広場
問合せ：産業建設課商工観光係（☎ 59-2343）



古志の火まつり開催日決定!!

日にち：平成25年3月9日（土）
場 所：四季の里 古志（種苧原）
今年度も地域の皆さんからカヤの調達などご協
力をお願いします。
※カヤの調達の詳細については、区を通じてお知らせします。



問合せ：古志の火まつり実行委員会
（産業建設課 商工観光係 ☎59-2343）

くらしのカレンダー（9月末～10月）

（ ）内は会場等

日	曜	行 事 等	問	日	曜	行 事 等	問
< 9 月 >				11	木	3歳児健診(長岡市健康センター)	市
21	金	秋の全国交通安全運動(9月30日まで)	地			特設行政相談会(山古志会館)	市
		赤ちゃん相談(長岡市健康センター)	市	12	金		
22	土	(秋分の日)		13	土	やまこい(山古志お見合いプロジェクト)14日まで	サ
		牛の角突き(山古志闘牛場)	他	14	日	長岡市震災対策訓練(川口運動公園)	
23	日	山古志の歴史を語る会(山古志会館)	地	15	月		
24	月	山古志体育館休館日	地	16	火	陶芸教室(山古志会館)	地
25	火	すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市	17	水	1歳6か月児健診(長岡市健康センター)	市
		陶芸教室(山古志会館)	地	18	木	1歳6か月児健診(長岡市健康センター)	市
26	水	結核・肺がん健診(集落巡回)	市	19	金	赤ちゃん相談(長岡市健康センター)	市
27	木			20	土		
28	金			21	日	新潟県知事選挙投票日(各投票所)	地
29	土					牛の角突き(山古志闘牛場)	他
30	日	西川をきれいにする会・錦鯉放流(新潟市内)	地			第59回長岡市錦鯉品評会(山古志支所前)	産
< 10 月 >				22	月	山古志体育館休館日	地
1	月			23	火	山古志地域 追悼式(山古志支所前)	地
2	火	陶芸教室(山古志会館)	地			すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市
3	水			24	水	陶芸教室(山古志会館)	地
4	木	出前ウィルながおか相談室(山古志会館)	地	25	木		
5	金	新潟県知事選挙期日前投票(10/20まで)	地	26	金	山古志支所だより 10月号 発行(予定)	地
6	土	花の絵の教室(山古志会館)(予定)	地	27	土	花の絵の教室(山古志会館)(予定)	地
7	日					第52回新潟県錦鯉品評会(小千谷総合体育館)28日まで	他
8	月	(体育の日)		28	日		
		牛の角突き(山古志闘牛場)	他	29	月		
9	火	すくすくチャイルドの会(竹沢保育園)	市	30	火	陶芸教室(山古志会館)	地
10	水	3歳児健診(長岡市健康センター)	市	31	水		

問い合わせは以下のとおり。地＝地域振興課、市＝市民生活課、産＝産業建設課、学＝山古志小・中学校、サ＝地域復興支援センター山古志サテライト、他＝その他

● 市税などの9月、10月の納期





問合せ：市民生活課 市民係 (☎ 59-2332)

9月 納期限(口座振替日)は、10月1日(月)です。
 納期＝国民健康保険料3期、後期高齢者医療保険料(普通徴収)6期、介護保険料(普通徴収)6期

10月 納期限(口座振替日)は、10月31日(水)です。
 納期＝住民税3期、国民健康保険料4期、後期高齢者医療保険料(普通徴収)7期、介護保険料(普通徴収)7期

※ 口座振替の方は前日までに口座の残高をご確認ください(再振替は行いませんのでご注意ください)。

山古志地域の人口
 (9月1日現在)
 ※ ()は前月比

	473 世帯 (-3)		1,227 人 (-4)		610 人 (-1)		617 人 (-3)
---	----------------	---	-----------------	---	---------------	---	---------------

※外国人世帯・人口を含む

