

长冈市国际交流中心
第 141 刊 发刊日：2016. 10. 5

你好！长冈



ちゅうごくごほうそうじしちゅう がいつか にち ごごじぶんじ
FM ながおか (80.7MHz) で、中国語放送実施中！ 10月5日・19日 午後6時30分～7時

FM 长冈 (80.7MHz) 正在实施中文广播！时间为 10月5日・19日晚上6点30分～7点



中国語咨询

地球广场开设了专门为外籍人士服务的咨询窗口。
不需要事先预约, 无论你在任何情况下, 如遇困难、
感到不安、需要查询等都请随时利用。

中国語相談

ながおかしこくさいこうりゅう ちきゅうひろば ちゅうごくご
长岡市国際交流センター「地球広場」では、中国語での
相談業務を行っております。
じぜん ややく ひつよう こま
事前の予約は必要ありませんので、困っていることや
わからないことがあるときは気軽に来てください。

页数	内 容
p. 2	・ 活动通知 悠然随意地球旅游 ～美国～
p. 3	・ 关于防灾训练的通知 ・ 关于防灾
p. 4	・ 关于缴纳市税 ・ 发送保险费的缴纳通知单
p. 5	・ 回收品抽签出售会 ・ 将在新立川综合医院前设置公交车站
p. 6	・ 长冈大学悠久节 ・ 中之岛产业节 ・ 名泉越光节
p. 7	・ 「越后三岛 竹灯街道」 ・ 道院高原 ～健步登高赏红叶～
p. 8	・ 10月份的休日・节假日值班医院

ページ	内 容
p. 2	・ ぶらり地球旅行～アメリカ～のお知らせ
p. 3	・ 防災訓練のお知らせ ・ 防災について
p. 4	・ 市税の納付について ・ 保険料の納付書の送付
p. 5	・ リサイクル品抽選会 ・ 新立川総合病院を路線バス経由します
p. 6	・ 長岡大学悠久祭 ・ 中之島産業まつり ・ 名水コシヒカリまつり
p. 7	・ 越後みしま 竹あかり街道 ・ 道院高原 紅葉トレッキング
p. 8	・ 10月の休日診療

● 来自地球广场的通知 ●
 询问：长冈市国际交流中心
 「地球广场」 TEL：0258-39-2714

● 地球広場からのお知らせ ●
 問い合わせ：長岡市国際交流センター
 「地球広場」 TEL:0258-39-2714

悠然随意地球旅游

ぶらり地球旅行

《欢迎光临 佐治亚

《Welcome to Georgia!

～美国佐治亚州的魅力～》

～アメリカ ジョージア州の魅力～》

由一对来自美国佐治亚州的伉俪，为大家介绍母国的文化等。欢迎对海外文化以及对国际交流有兴趣的朋友来参加！

ジョージア州出身ご夫婦が、母国を紹介いたします。
 外国の文化や国際交流に関心のある人の参加をお待ちしています！

时 间：10月29日（周六）下午2点～3点
 会 场：长冈市国际交流中心「地球广场」
 定 员：30名（先到者） 参加费：免费
 报 名：到10月22日（周六）为止

日 時：10月29日（土）午後2時～3時
 会 場：長岡市国際交流センター「地球広場」
 定 員：30人（先着） 参加料：無料
 申し込み：10月22日（土）まで





长冈市综合防灾训练的通知

10月23日(星期日)的上午7点50分~8点15分之间,预定2次在全市范围内用紧急通知FM收音机和区域电子邮件等发送训练信息。

如果因此给您带来了不便,敬请谅解!

假定由于局部地区性的暴雨而引发的水灾进行防灾训练。

日期:10月23日(星期日)

时间:上午7点50分~11点30分(预定)

会场:与板中学、正徳馆高中等

内容:①与防灾有关机关的联合训练

②避难行动要支援者的平安与否确认

③避难训练

④直升机的救助训练等

对象:与板小学学区的町内会・自

主防灾会及中・小学生

报名・询问:长冈市危机管理防灾本部

TEL:0258-39-2262



ながおかしそうごうぼうさいくんれん し 長岡市総合防災訓練のお知らせ

10月23日(日)の午前7時50分~8時15分の間に2回、市内全域に緊急告知FMラジオやエリアメールなどで訓練情報を配信する予定です。

ご迷惑をお掛けしますがご理解をお願いします。

局地的豪雨による水害を想定した訓練を行います。

日時:10月23日(日)

時間:午前7時50分~11時30分(予定)

会場:与板中学校、正徳館高校など

内容:①防災関係機関との連携訓練 ②避難行動要支援者の安否確認 ③避難訓練 ④ヘリコプターによる救助訓練など

対象:与板小学校区の町内会・自主防災会及び小中学生



申込み・問い合わせ:長岡市危機管理防災本部

TEL:0258-39-2262

关于防灾

何谓区域邮件(紧急速报邮件)?

向手机发送「紧急地震速报」以及由国家或地方政府发布的「灾害・避难信息」、「海啸警报」等防灾信息的一种服务。

处在发信对象区域里的人士,无需申请就能够免费接收到信息。

FM收音机



当长冈市被预测将要发生烈度3以上的地震时,FM长冈(80.7MHz)会停止所有的节目来传播「紧急地震速报」。

此外,在灾害时将使用多种语言来传播信息。

请大家记住与灾害有关的日语。

如果您居住的地区有防灾训练等也请积极地参加吧。



ぼうさい 防災について



エリアメール(緊急速报メール)とは?

「緊急地震速报」、国や地方自治体が発信する「災害・避难情報」や「津波警报」を携帯電話へ発信するサービスのこと。

対象エリアにいる人は申込不要。無料で情報を受信することができます。



FMラジオ

FMながおか(80.7MHz)では、長岡市で震度3以上の地震が予測されたとき、すべての番組を中断して「緊急地震速报」を伝えています。

また、災害時には情報を多言語で伝えます。

災害に関係する日本語なども覚えておきましょう。

地域の防災訓練などがあれば積極的に参加しましょう。



关于市镇村办理各种手续的通知

请按时缴纳市税！

如果您忘记缴纳的话…

就会收到督促状・催告书。

那样的话，还要支付督促手续费和滞纳金。

如果不予理睬的话…

①会到金融机构、保险公司以及工作单位等对您的财产进行调查。

②存款、生命保险、工资和不动产等财产有可能会被扣押。被扣押的财产会被没收或出售（拍卖），用以充当拖欠的市税。

※如果由于事出有因而无法缴纳时，请找有关部门商量。既不进行联络、又不闻不问的话，您的财产就有可能被调查和扣押。

询问：收纳课 TEL：0258-39-2214



发送缴纳保险费用通知书

请按期缴纳保险费！

※对直接从年金扣除或直接从帐户扣除保险费的人，不寄送催款通知书。

★寄送时间：10月中旬

- ①国民健康保险…4～6期
(10月～12月的缴纳部分)
- ②后期高齢者医疗…7～9期
(10月～12月的缴纳部分)
- ③护理保险…7～9期
(10月～12月的缴纳部分)



★保险费的缴纳请使用自动转帐方式！

- ・每逢缴纳时期，可以省去特地去缴纳的麻烦。
- ・不会忘记缴纳保险费。

※请到持有帐户的市内金融机关办理手续。

查询：

- ①国保年金课 TEL：0258-39-2220
 - ②国保年金课 TEL：0258-39-2317
 - ③介護保険課 TEL：0258-39-2245
- 以及各支所市民生活课



市・町の手続きに関するお知らせ

市税の納付は納期限までに！

おさ わす
納め忘れると…

とくそくじょう さいこくしょ そうふ
督促状・催告書を送付します。

とくそくてすうりょう えんたいきん
督促手数料・延滞金もかかります。



そのまま放置すると…

① きんゆうきかん ほけんがいしゃ きんむさき ざいさん ちょうさ
金融機関、保険会社、勤務先などに財産の調査
を行います。

② よちよきん せいめいほけん きゆうよ ふどうさん ざいさん
預貯金、生命保険、給与、不動産などの財産を
差し押さえる場合があります。差し押さえた
ざいさん と た ばいきやく こうばい たいのうしぜい
財産は取り立て・売却（公売）し、滞納市税に
充てます。

※納められない事情があるときは、まず相談してく
ださい。何も連絡がないと財産調査・差し押さえを
行います。

お問い合わせ：収納課 TEL：0258-39-2214

保険料の納付書を送ります

きげん おさ
期限までに納めてください。

ねんきん のうふ こうざふりかえ ひと のうふしよ とど
※年金からの納付や口座振替の人には、納付書は届き
ません。

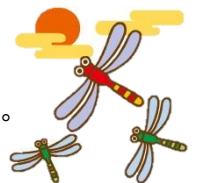
★送付時期：10月中旬

- ①国民健康保険…4～6期 (10月～12月納期限分)
- ②後期高齢者医療…7～9期 (10月～12月納期限分)
- ③介護保険…7～9期 (10月～12月納期限分)

★保険料の納付は口座振替で

- ・納期ごとに納めに行く手間が省けます。
- ・納付忘れがなくなります。

手続きは、口座のある市内の金融機関でどうぞ。



お問い合わせ：

- ①国保年金課 TEL：0258-39-2220
 - ②国保年金課 TEL：0258-39-2317
 - ③介護保険課 TEL：0258-39-2245
- または各支所市民生活課





回収品抽籤出售会

把作为大件垃圾扔掉的自行车和家具等修理好后进行抽籤・出售。

(购物后过几天交货)

期间: 10月17日(周一)～

10月21日(周五)

时间: 上午9点～下午4点

会场: 环境卫生中心(寿3)

对象: 长冈市民

询问: 环境业务课

TEL: 0258-24-2837



リサイクル品抽選販売会

ひんちゆうせんはんばいかい

粗大ごみに出された自転車や家具を修理し、販売します。(品物の引き渡しは後日です。)

期间: 10月17日(月)～10月21日(金)

時間: 午前9時～午後4時

場所: 環境衛生センター(寿3)

对象: 長岡市民



問い合わせ: 環境業務課

TEL:0258-24-2837



在新立川综合医院前 将设置公交车车站!

立川综合医院将在11月上旬搬迁到别处。

新地址是在长冈市上条高畑土地规划调整事业地区内。

由于一些公交车将要经过新立川综合医院,因此这部分公交车的路径和时刻表会有所改变。

变更时期: 从2016年11月1日(星期二)

头班车开始

对象线路:

- ・ 南循环线
- ・ 柿・高町团地线(柿・高町方向)
- ・ 村松线(宫内站、村松方面)

※从11月1日(星期二)开始,越后交通公交车的时刻表将被修改。一部分公交车的路径和时刻表也会有所改变。

★有关公交车运行的详细内容,请询问:

越后交通株式会社 同乘营业部

电话: 0258-29-1110

也可以咨询交通政策课 TEL: 0258-39-2267



新立川综合病院を



路線バスが経由します!

11月上旬に立川综合病院が移転します。

新しい住所は、長岡市上条高畑土地地区画整理事业地内です。

これにより、一部のバスが新立川综合病院を經由するルートと時刻に変更されます。

变更时期: 2016年11月1日(火) 始発便から

対象路線:

- ・ 南循環線
- ・ 柿・高町团地線 (柿・高町方面)
- ・ 村松線 (宫内駅、村松方面)

※11月1日(火)から越后交通路線バスの時刻が改正されます。一部の路線でも経路や時刻が変更される予定です。

★バス運行の詳細は越后交通(株) 乗合営業部へ。

TEL:0258-29-1110

問い合わせ: 交通政策課 TEL:0258-39-2267



长冈大学悠久节

内容：临时小吃店、街头艺术表演、轻音乐现场演奏会、艺术家现场表演等丰富多彩的节目。

时间：10月29日（周六）、10月30日（周日）
（两天都是从上午10点开始）

地点：长冈大学（新潟县长冈市御山町 80-8）

巴士路线：从长冈站东口②号站台乘坐到「悠久山」方向的巴士，在终点站「悠久山」下车，步行5分钟。

询问：长冈大学悠久节实行委员会
Tel: 0258-39-1600(总机)



ながおかだいがくゆうきゆうさい 【長岡大学悠久祭】

内容：模擬店、大道芸、軽音ライブ、アーティストライブなど盛りだくさん。

日時：10月29日（土）、30日（日）

両日とも午前10時～

場所：長岡大学（長岡市御山町80-8）

＜バスでの行き方＞

ながおかえきひがしぐち ばんせん ゆうきゆうざん ゆ じょうしゃ
長岡駅東口②番線より「悠久山」行き乗車、
しゆうてん ゆうきゆうざん げしや とほふん
終点「悠久山」下車、徒歩5分

とあ ながおかだいがくゆうきゆうさいじつこういんかい
問い合わせ：長岡大学悠久祭実行委員会

だいひょう
Tel: 0258-39-1600 (代表)



中之岛产业节

被注册在吉尼斯记录的世界最大「巨型饭团」，不仅大而且别有风味。

使用中之岛生产的新米「越光大米」做成的名特产饭团，新鲜又好吃，千万别错过哦！

时间：10月23日（星期日）

上午9点～下午3点

会场：中之岛社区中心周围

内容：使用中之岛产的新米「越光大米」600kg 做成巨型饭团。可以免费品尝饭团，还有土特产品抽签会，大藕等当地产蔬菜的销售等。

询问：中之岛产业节实行委员会事務局

（产业建设课内）

TEL: 0258-61-2013



なかのしまさんぎょう 「中之島産業まつり」

ギネスブックにも登録された世界一の「ジャンボおにぎり」は大きいだけでなく、味も格別です。

中之島産新米コシヒカリの美味しいおにぎりをぜひ味わってください。

日時：10月23日（日）午前9時～午後3時

会場：中之島コミュニティセンター周辺

内容：中之島産新米コシヒカリ600kgを使った「ジャンボおにぎり」の製作、おにぎりのプレゼント、特産品抽選会、大口れんこんなどの地場産野菜の即売など

とあ なかのしまさんぎょう じつこういんかい じむきょく
問い合わせ：中之島産業まつり実行委員会事務局
さんぎょうけんせつかない
（産業建設課内）TEL: 0258-61-2013



栃尾地区

名泉越光节

备有许多豪华赠品的活动。

品尝新米做成的饭团、热腾腾的酱汁、年糕等，请尽情享受秋天的美食吧！

时间：10月16日（周日）上午10点到下午3点

会场：杜々之森名水公园（长冈市中野俣 3996）

内容：巨型油豆腐寿司赛吃大会及捣年糕

出售用长冈市当地食材做成的大碗盖浇饭等

咨询：杜々之森名水公园

TEL: 0258-58-3050



めいすい 「名水コシヒカリまつり」

豪華景品を多数取り揃えたイベントです。

新米のおにぎり、熱々のお汁、おもちなど、秋の味覚を楽しめます！

日時：10月16日（日）午前10時～午後3時

会場：杜々の森 名水公園（長岡市中野俣3996）

内容：ジャンボいなり寿司大食い大会、餅つき、長岡市の地元食材を使ったどんぶりの販売など

とあ とど もりめいすいこうえん
問い合わせ：杜々の森名水公園
TEL: 0258-58-3050

とちおちいき
栃尾地域



「越后三島 竹灯街道」
～灯火炎炎，竹灯寄托共同的心愿～

被新潟县选为“越后长冈百景”的越后三島竹灯街道，以越後三島、脇野町本町大道排列着的约 800m 充满风情的街道为舞台，约 2 万 5000 支蜡烛和 50 盏 LED 灯照射着竹林和酒窖大放异彩。

景区里有出售热乎乎的食物和饮料。

时间：10月22日（星期六）

下午4点～晚上9点

地点：长冈市脇野町本町大道

停车场：三島支所停车场（从三島支所停车场到会会场附近有免费接送巴士）

交通：今年取消从阿偶蕾长冈出发的往驳巴士，请利用私家车或公交车前往。

定期公交车：莲花寺（出云崎）线

上车地点：长冈站大手口3号线

下车地点：脇野町

从长冈站出发约30分钟，单程车票420日元

询问：三島灯会实行委员会事務局
（三島支所产业建设课内）

TEL：0258-42-2249



「越後みしま 竹あかり街道」

～ともそうよ ころろひとつに 竹あかり～

新潟県が選定した「越後長岡百景」にも選ばれている、越後三島・脇野町本町通りの風情ある町並み約800mを舞台に、約2万5千個のろうそくと約50基のLED照明で竹林や酒蔵をライトアップします。

温かい食べ物や飲み物の販売もあります。

日時：10月22日（土）午後4時～午後9時

場所：長岡市脇野町本町通り

駐車場：三島支所駐車場（三島支所駐車場から会場付近まで無料シャトルバス随時運行）

アクセス：今年はお阿ーレ長岡からのシャトルバスはありませんので車かバスを利用してください。

定期バス：蓮華寺（出雲崎）線

乗り場：長岡駅大手口3番線

下車：脇野町

長岡駅から約30分、片道420円

問い合わせ：みしまライトアップ実行委員会事務局（三島支所产业建设课内）

TEL：0258-42-2249



道院高原 复兴10周年纪念

～健步登高赏红叶～

日期：10月30日（星期天）

※下雨延期到11月3日（节日）

时间：上午8点 开始受理

9点30分 登山开始

会场：道院高原

受理会场：栃尾家庭滑雪场

（长冈市栃堀6044）

内容：一边攀登高原，一边欣赏秋天的红叶美景。午饭将品尝用新米做成的饭团和猪肉酱汤。另外还有获得栃尾地区特产品的抽奖活动哦！

对象：健康、能行走长距离坡道的人士。

定员：200名（先到者）

参加费：500日元

报名：到10月27日（星期六）为止。

询问：道院高原（栃尾设施管理合同会社）

TEL：0120-330773



道院高原 復興10周年記念

「紅葉トレッキング」

日時：10月30日（日）※雨天延期11月3日（祝日）

時間：午前8時～ 受付開始

午前9時30分～ トレッキング開始

会場：道院高原

受付会場：とちおファミリースキー場

（长岡市栃堀6044）

内容：高原を登りながら、秋の紅葉の景色を楽しみます。

昼食には新米のおにぎりや豚汁を用意します。栃尾地域の特産品が当たる抽選会もあり！

対象：健康上、問題なく長距離の坂道を歩ける方

定員：200名（先着）

参加料：500円

申込み：10月27日（木）まで

問い合わせ：道院高原（栃尾施設管理合同会社）

TEL：0120-330773



10 月的急诊医疗制度 * 请在正常医疗时间以外和节假日身体不适时利用。

《长冈地区》^{さいわいちやう} 休息日・夜间急诊诊疗所【(幸 町 2-1-1 幸福广场 (旧市役所办公大楼))】

	医疗科目	挂号时间
① 休息日・夜间急诊诊疗所 <small>きゆうじつ やかん きゆうかんとしんりやうじよ</small> (休日・夜间急患診療所) TEL:0258-37-1199 FAX:0258-35-8266	内科	〈周一～周五〉 下午 6 点 45 分～9 点 30 分
	内科 小儿科 外科	〈周日・节假日〉 上午 9 点～11 点 30 分 下午 1 点～4 点 30 分
② 休息日牙科急诊诊疗所 <small>きゆうじつ きゆうかんとしんりやうじよ</small> (休日急患歯科診療所) TEL:0258-33-9644	牙科	〈周日・节假日〉 上午 9 点～11 点 30 分 下午 1 点～3 点 30 分
③ 中越儿童急诊中心 <small>ちゆうえつ きゆうかんとしんりやうじよ</small> (中越こども急患センター) TEL:0258-86-5099 FAX:0258-94-4655	小儿科	〈周一～周六 (节假日除外)〉 下午 6 点 45 分～9 点 30 分

* 妇产科为轮流值班制 (周日・节假日) 询问: 休息日・夜间急诊诊疗所 TEL:0258-37-1199

④ 《小国地区》^{おぐにまちならさわ} 小国诊疗所 (小国町榎沢 88)

	医疗科目	挂号时间
小国诊疗所 <small>おぐにしんりやうじよ</small> (小国診療所) TEL:0258-95-2010	内科、牙科	第 3 个周日 上午 8 点 30 分～11 点 30 分、下午 1 点～4 点 30 分

⑤ 《见附・中之岛地区》休息日值班医院 (受理时间 上午 9 点～11 点 30 分 下午 1 点～4 点 30 分)

	内科	外科
10 月	2 日 (周日) 石川医院 (石川医院) TEL:66-2140	渡部皮肤科(わたなべ皮膚科) TEL:62-7750
	9 日 (周日) 林俊壹诊所 (林俊壹クリニック) TEL:66-3000	中之岛诊所 (中之島クリニック) TEL:61-2551
	10 日 (节日) 内岛医院 (内島医院) TEL:66-2446	健康诊所 (お元気でクリニック) TEL:63-3800
	16 日 (周日) 田崎医院 (たざき医院) TEL:62-1122	贝瀬皮肤科 (貝瀬皮膚科) TEL:66-8100
	23 日 (周日) 星野医院 (ほしの医院) TEL:62-0998	见附南医院 (見附南医院) TEL:63-4477
	30 日 (周日) 山谷诊所 (やまやクリニック) TEL:61-1388	寺师医院 (てらしいん) TEL:62-0137
11 月	3 日 (节日) 杏仁堂医院 (きょうにんどう医院) TEL:62-0123	星整形外科医院 (ほしせいけいげい医院) TEL:66-8808
	6 日 (周日) 佐伯内科 (さえき内科) TEL:66-8500	渡部皮肤科(わたなべ皮膚科) TEL:62-7750

※急诊时间请向各值班医院询问

※症状较轻时, 请到平日就医处或按上记①～⑤挂号。

※就诊时, 请记住要带上保险证和医疗费助成受给证 (持有该证的人)

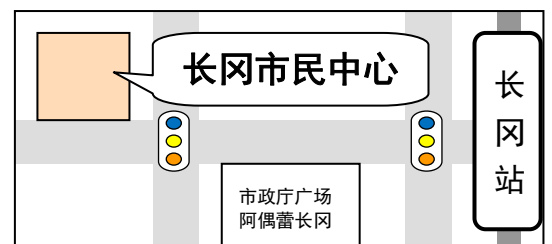
※需要住院或手术的重病患者急诊时请到左边这 3 所值班医院
《诊疗所电话》

休息日・夜间急诊诊疗所: ☎ 0258-37-1199 (挂号时间内)

长冈市医师会: ☎ 0258-22-5600

消防电话: ☎ 0258-36-0119

立川综合医院 (立川綜合病院) ☎0258-33-3111
长冈红十字医院 (長岡赤十字病院) ☎0258-28-3600
长冈中央综合医院 (長岡中央綜合病院) ☎0258-35-3700



※从长冈站开始徒步 5 分钟

长冈市国际交流中心「地球广场」

〒940-0062 长冈市大手通 2-2-6 长冈市民中心内

TEL: 0258-39-2714 FAX: 0258-39-2715

E-mail: kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp

http://www.city.nagaoka.niigata.jp/dpage/kokubun/chikyuhiroba/