

ちきゅうひろば

地球广场

Chikyû Hiroba



March
3月
2026
Vol. 72



やさしい
日本語

内容 (ないよう) Contents

- P.2** ● 国民健康保険、国民年金の大事な手続きについて
こくみんけんこうほけん こくみんねんきん だいじ てつづ
- 自動車などの税金について
じどうしゃ ぜいきん
- P.3** ● 日本語を勉強したい人へ
にほんご べんきょう ひと
- 悠久山桜まつり 福島江観桜会
ゆうきゅうざん さくら ふくしま え かんおうかい
- 妊婦さんのRSウイルスワクチンについて
にんぶ
- ながおか市民センターの開館時間が短くなります
しみん かいかんじかん みじか



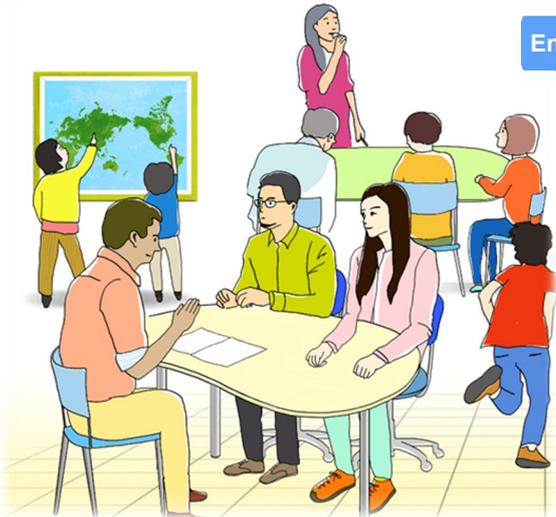
中文

- P.4** ● 关于国民健康保险、国民年金的办理手续
 ● 关于汽车等的纳税通知
- P.5** ● 日语学习信息
 ● 悠久山樱花节 福島江赏樱会
 ● 关于孕妇RS病毒疫苗的接种
 ● 长冈市民中心缩短开放时间

「ちきゅうひろば」は毎月10日に発行しています。
 毎月10号发行《地球广场》。
Chikyû Hiroba
Published on the 10th of every month

English

- P.6** ● A Guide about Important Procedures for the National Health Insurance System and the National Pension System
 ● Tax Payments for Vehicles
- P.7** ● Would You Like to Study Japanese?
 ● Yukyuzan Cherry Blossom Festival
Fukushimae Kanohkai Cherry Blossom Viewing Festival at the Fukushimae Canal
 ● RS Vaccinations for Expecting Mothers
 ● The Hours of the Nagaoka Civic Center Will Be Shortened
- P.8** ● 急患診療の お知らせ
 ● 节假日急病就诊医疗机构
 ● Emergency Medical Facilities



ながおかしこくさいこうりゅう ちきゅうひろば
長岡市国際交流センター「地球広場」

ながおかしおてどおり しみん かい
〒940-0062 長岡市大手通2-2-6 ながおか市民センター1階
Phone: 0258-39-2714

Teams: Via "kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp" で探してください。
E-mail: kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp
website: <https://www.city.nagaoka.niigata.jp/kurashi/cate13/chikyuhiroba/>
Facebook: <https://www.facebook.com/nagaoka.chikyuhiroba/>
Instagram: https://www.instagram.com/nagaoka_chikyuhiroba/

ちきゅうひろば そうだん き
地球広場に いつでも 相談に 来て ください!



website



Facebook



Instagram



Map



ながおかし

長岡市からの お知らせ



こくみんけんこうほけん 国民健康保険、こくみんねんきん 国民年金の だいじ 大事な てつづ 手続きについて

仕事を 始めたり、会社を 辞めたりすると、 入る 保険と 年金の 種類が 変わります。 **14日以内**に 国民健康保険（国保）、国民年金保険（国民年金）の 手続きを 自分で してください。 働いている 会社は この 手続きを してくれません。

こくほ 国保 こくみんねんきん 国民年金	こんなとき	ひつよう 必要なもの
入る	かいしゃ や 会社を 辞めたとき	や ひ 辞めた日が わかる書類（離職票、資格喪失連絡票など）
	かぞく ふよう 家族の 扶養で なくなったとき	ふよう と け ひ 扶養を 取り消した日が わかる書類（資格喪失連絡票など）
	にんい けいぞく お 任意継続が 終わったとき	にんい けいぞく お ひ 任意継続が 終わった日が わかる書類 (資格喪失連絡票、 資格が なくなった日が 書いてある 資格確認書)
やめる	かいしゃ はたら 会社で 働くことになったとき	あた 保険に 入った日が わかる書類
	かぞく ふよう 家族の 扶養になったとき	あた 新しく 保険に 入った日が わかる書類 (資格確認書、 資格取得連絡票など)
その他	がっこう い 学校に 行くために ほかの 市町村へ 引越すとき	がっこう い 学校に 行っていることが わかる書類（学生証など）



●手続きのときは、上に 書いてある 必要な 書類と あなたのことが わかるもの（在留カードなど）と マイナンバー（個人番号）が わかるもの（マイナンバーカードなど）を 市役所へ 持って行って ください。

【注意】国保を やめたあとに 病院に 行くときは、保険の 種類が 変わったことを 病院に 伝えて ください。新しい 保険の 手続き中 国保の 保険で 病院に 行くと、あとで お金を 返してもらうことが あります。



【問い合わせ】
国保年金課国保保険料担当 TEL：0258-39-2220
または 各支所地域振興・市民生活課

●2026年度国民年金保険料
2026年 4月から 2027年 3月までの 国民年金の 保険料は、1か月 **17,920円**です。

※国保と 国民年金が わからない人は、「長岡暮らしのしおり」(やさしい日本語・英語・中国語)に 説明があります。
国保は 51ページ、国民年金は 54ページです。

↓こちらの QRコードから ダウンロードできます。



にほんご



簡体中文



English

【問い合わせ】
国保年金課国民年金係 TEL：0258-39-2250
または 各支所地域振興・市民生活課



じどうしゃ 自動車などの ぜいきん 税金について



バイクや 自動車の 税金は、4月1日現在の 持ち主に かります。自分の バイクや 自動車を 他人に あげたり、廃車<使わなくなった 車を 業者に 引き取ってもらうこと>にした人は、**3月31日(火)**までに 届け出を してください。

自動車	区分	届け出をする 場所
①	125cc以下の バイク（原動機付き自転車など）・ 農耕車・小型特殊自動車など	アオーレ長岡 総合窓口 または 各支所地域振興・市民生活課
②	125ccを 超える 二輪車	北陸信越運輸局 TEL：050-5540-2041
③	660cc以下の 三輪車・四輪車（軽自動車など）	軽自動車検査 協会 TEL：050-3816-1851
④	660ccを 超える 四輪車	北陸信越運輸局 TEL：050-5540-2041

また、車検証に 書いてある 住所と、今 住んでいる 住所が 違う場合は、住所を 変える 手続きが 必要です。この手続きを しないと、納税通知書が 届かないことが あります。必ず **3月31日(火)**までに、車検証の 住所を 変える 手続きを してください。

★納税通知書の 送り先を 変えたい人は、QRコードから 手続きできます。
※これは、送り先を 変える 手続きです。
車検証の 住所を 変える 手続きは、上の 表の「届け出をする場所」で 行ってください。

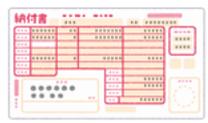


【①～③】



【④】

【問い合わせ】
①、②、③について
市民税課 TEL：0258-39-2212
④について
長岡地域振興 局 県税部 収税課 TEL：0258-38-2510



◆日本語を勉強したい人へ◆

【日本語講座】

4月から新しい授業が始まります。生活に必要な日本語を勉強することができます。ひらがなとカタカナを読んだり書いたりすることができる人が参加できます。



◆場所：ながおか市民センター◆

曜日	平日(毎週 火曜日・金曜日)週2回			日曜(毎週 日曜日)週1回			
クラス	初級Ⅰ-1	初級Ⅰ-2	初級Ⅱ-1	初級Ⅰ-1	初級Ⅰ-2	初級Ⅱ-1	初級Ⅱ-2
時間	9:30~10:30	11:00~12:00	13:00~14:00	9:30~11:30	12:40~14:40	15:00~17:00	10:30~12:30
教科書	みんなの日本語初級Ⅰ		みんなの日本語初級Ⅱ	みんなの日本語初級Ⅰ		みんなの日本語初級Ⅱ	
勉強する課	1~12課	13~25課	26~37課	1~12課	13~25課	26~37課	38~50課
始まる日	4月3日(金)			4月5日(日)			
料金	一か月 1,600円です(教科書のお金 2,750円も必要です)						

【にほんご広場】

日本語の勉強をしながら、参加している人たちと交流ができます。

ボランティアが日本語の勉強を手伝います。自分のレベルに合った勉強ができます。

- ◆活動している曜日と時間：
 - ・金曜日・・・午前10時から 12時
 - ・日曜日・・・午後1時30分から 3時30分
- ◆料金：無料
- ◆場所：長岡市国際交流センター「地球広場」

zoomを使ってオンラインでも勉強できます!



【日本語講座・にほんご広場についての問い合わせ】 国際交流センター「地球広場」 TEL：0258-39-2714

悠久山 桜まつり

悠久山公園にはたくさんの桜の木があります。春になると公園全体がピンク色に染まります。

◆期間：4月3日(金)から 5月6日(水・振替休日)まで
(4月19日(日)までの一番桜が見頃の時は、午後6時から 9時まで桜をライトアップします。)

◆場所：悠久山公園(長岡駅 東口から バスで 約15分)
※土曜日、日曜日は、会場の周りの道や駐車場はとても混みます。バスなどで行きましょう。
※桜の開花状況に合わせて、土曜日と、日曜日に、市営スキー場 臨時駐車場と 悠久山 ひょうたん池の間を走るシャトルバスを運行します(無料)。詳しくは、市のホームページを確認してください。



【問い合わせ】観光事業課 TEL：0258-39-2221

福島江 観桜会

福島江(長岡駅 東口から歩いて3分)では、川に沿って桜の木が並んで咲きます。

◆期間：3月27日(金)から 4月19日(日)まで
(午後5時30分から 8時30分まで提灯にあかりが つきます。)

【問い合わせ】長岡観光コンベンション協会 TEL：0258-32-1187

妊婦さんのRSウイルスワクチンについて

2026年4月から、妊婦さんのRSウイルスワクチンが無料で受けられるようになります。

妊婦さんがRSウイルスワクチンを受けると、お腹の赤ちゃんにも抗体がうつります。赤ちゃんがRSウイルスにかかっても、症状がひどくなるリスクが減ります。

- ◆対象：妊娠28週から 36週6日の妊婦
 - ◆場所：妊婦検診を受けている病院や クリニック
 - ◆料金：無料
- ※詳しくは 長岡市の ホームページを 見てください。



【問い合わせ】子ども家庭センター TEL：0258-36-3790

ながおか市民センターの開館時間が短くなります

4月から 長岡市民センターの 開いている 時間が 変わります。

- 【4月からの開館時間】
 - ・平日…8:30~18:30
 - ・土曜日・日曜日…9:00~17:30
 - ・祝日(国が決めた休みの日)…開きません
- ★「地球広場」も 祝日はお休みです。

【問い合わせ】国際交流センター「地球広場」 TEL：0258-39-2714



来自长冈市的通知



关于国民健康保险、国民年金（养老金）的办理手续

当您开始工作或辞去工作时，您所加入的保险和年金的种类就会发生变化，请在十四天以内自行办理好国民健康保险(国保)、国民年金的参保·退保手续(工作单位不代办此类手续)

国保 国民年金	以下情况需要申报	办手续时所需文件
加入	从公司离职时	能确认辞职日期的文件（离职票、资格丧失联络票等）
	失去被扶养家属资格时	能确认扶养被取消日期的文件（资格丧失联络票等）
	任意继续结束时	能确认任意继续终止日期的文件（资格丧失联络票、记载着任意继续资格丧失日期的资格确认书等）
退出	到公司就职时	记载有新的健康保险加入日的文件 （资格确认书、资格取得联络票等）
	成为被扶养家属时	
其他	为了上学搬迁到其他市町村时	在校证明文件（学生证等）



◎ 办理手续时，请携带上述必要的文件、本人身份证明(在留卡等)以及可以确认“个人编号”的文件(个人编号卡等)



【注意】如果已经脱离国民健康保险，而新的保险证尚未到手之前需要到医院就诊时，请向医院的受理窗口说明保险证将有变化的事实。万一不得已使用了国民健康保险证就诊的话，过后有可能会被要求退还由市里负担的医疗费。

【咨询】

国保年金课 国保保险费负责部门 TEL:0258-39-2220
各支所地域振兴·市民生活课

● 2026年度国民年金保险费

2026年4月至2027年3月，国民年金的保险费为每月 **17,920日元**。

※如果对国民健康保险和国民年金尚未了解的话，请参阅“长冈生活指南手册”（有简易日语、英语、以及中文的版本）。国民健康保险的介绍在第51页，国民年金的介绍在第54页。也可以扫描以下的二维码下载。



日语



中文



英语

【咨询】

国保年金课 国民年金负责部门 TEL:0258-39-2250
各支所地域振兴·市民生活课



关于汽车等的纳税通知



将对4月1日登记在册，持有摩托车、汽车等的车主征收一年的税金，如果想将车转让给他人或废弃的话，请在**3月31日（周二）**之前申报。

种类	申报窗口
① 125cc以下的小型摩托车、农用车 小型特殊汽车等	市政厅 阿偶蕾长冈 综合窗口 各支所地区振兴·市民生活课
② 超过125cc以上的二轮车	北陆信越运输局 TEL: 050-5540-2041
③ 660cc以下的三轮车·四轮车（轻型汽车等）	轻自动车检查协会 TEL: 050-3816-1851
④ 超过660cc以上的汽车	北陆信越运输局 TEL: 050-5540-2041

此外，如果车检证上的地址与您现在所居住的地址不同，则需要办理地址变更手续。

如果不办理此手续，可能会导致纳税通知书无法送达。请务必在3月31日（周二）之前办理车检证地址变更手续。

★纳税通知的发送地址需要更改时
请点击此二维码办理手续 →
(此为更改纳税通知收件地址的手续)



【①~③】



【④】

★变更车检证上的地址，请至上表中的“申报窗口”进行办理

【咨询】

关于①、②、③请咨询市民税课
TEL:0258-39-2212

关于④请咨询长冈地域振兴局县税部 收税课
TEL:0258-38-2510





◆日语学习信息◆



【日语讲座】

- 新学期的初级日语学习班将在4月份开课，学习在日常生活中所需的实用日语。
- 对象为能够读写平假名、片假名的人士。

◆地点：长冈市国际交流中心“地球广场”（长冈市民中心内）

班级	平日班（周二、周五） 每周 2次			周日班 每周 1次			
级别	初级 I - 1	初级 I - 2	初级 II - 1	初级 I - 1	初级 I - 2	初级 II - 1	初级 II - 2
时间	9:30~10:30	11:00~12:00	13:00~14:00	9:30~11:30	12:40~14:40	15:00~17:00	10:30~12:30
使用教科书	大家的日语初级 I		大家的日语初级 II	大家的日语初级 I		大家的日语初级 II	
课程	1~12课	13~25课	26~37课	1~12课	13~25课	26~37课	38~50课
开课日	4月3日（周五）			4月5日（周日）			
费用	每月 1,600日元，教科书需另外购买（2,750日元）						

【日语广场】

在学习日语的同时，还可以和参加活动的各国人士进行交流。
由志愿者帮助您学日语，可以选择适合自己水平的学习方法。

◆ 活动时间：

- 周五····上午10点~正午
- 周日····下午1点30分~3点30分

◆ 参加费：免费

◆ 地点：长冈市国际交流中心“地球广场”

也可以通过ZOOM
参加网上学习！



【咨询】长冈市国际交流中心“地球广场” TEL: 0258-39-2714

悠久山樱花节

悠久山公园里遍布樱花树。春天时满园盛开，将公园装点成一片粉色的花海。

时间：4月3日（周五）~5月6日（周三、换休日）
（至4月19日（周日）为止的樱花最佳观赏期的晚上6点至9点，有灯光照明）

地点：悠久山公园（从长冈站东口乘坐巴士约15分钟）
※周六和周日，会场周围的道路和停车场会非常拥挤，请尽量乘坐巴士等公共交通工具前往。

※根据樱花的开花状况，周六、周日将运行从市营滑雪场的临时停车场至悠久山瓢池之间的免费往驳巴士。

详细内容请查看长冈市官方网站。

【咨询】观光事业课 TEL: 0258-39-2221



长冈市官网

福岛江 赏樱会

福岛江（从长冈站东口步行3分钟）沿岸成排的樱花树竞相绽放。

◆期间：3月27日（周五）~4月19日（周日）
（下午5点30分至晚上8点30分，有灯光照明）

【咨询】长冈观光协会 TEL: 0258-32-1187



关于孕妇RS病毒疫苗的接种

从2026年4月起，孕妇将可以免费接种RS病毒疫苗。如果孕妇接种了RS病毒疫苗，抗体会传递给肚子里的宝宝，即使宝宝感染了RS病毒，也会减少症状加重的风险。

适用对象：怀孕28周至36周6天的孕妇
地点：孕妇接受产前检查的医院或诊所
费用：免费
※详细信息请参阅长冈市官方网站。



【咨询】

儿童家庭中心
TEL: 0258-36-3790



长冈市官网

长冈市民中心缩短开放时间

从4月开始，长冈市民中心的开放时间将有所变化。

【从4月开始的开放时间】

- 平日····8:30~18:30
- 周六·周日····9:00~17:30
- 节假日····休息



★「地球广场」节假日休息

【咨询】国际交流中心「地球广场」 TEL: 0258-39-2714



A Guide about Important Procedures for the National Health Insurance System and the National Pension System

When you start a new job or quit your job, your membership in your health insurance system and pension system will change. In these cases, you are required to follow the proper procedures to change your membership by yourself for both systems within 14 days. Your former employer will not take care of these procedures.

National Health Insurance National Pension	When	Necessary Items
Membership Required	Becoming unemployed	A document showing the date you became unemployed (e.g. unemployment certificate, loss of qualification certificate, etc.)
	Becoming a non-dependent of a household	A document showing the date you became a non-dependent of a household (e.g. loss of qualification certificate, etc.)
	Terminating voluntary continuation (after quitting a job) of membership in an employees' health insurance system	A document showing the date of terminating voluntary continuation (e.g. loss of qualification certificate or health insurance card showing the date of loss of qualification)
Membership Discontinued	Becoming employed	A document showing the date of becoming a member of the new insurance system (e.g., a newly issued health insurance certificate or the acquisition of a qualification certificate)
	Becoming a dependent of a household	
Others	Moving to another municipality for school enrollment	A document showing school enrollment (student ID)



For the above procedures, be sure to bring your ID (e.g. residence card) and a document showing your Individual Number (e.g. notice card or Individual Number Card)

Note:

If you have to get medical treatment before you get a renewed health insurance card after discontinuing membership in the National Health Insurance System, tell the hospital staff about the change of your membership in the National Health Insurance System.

If you use your National Health Insurance Card while it is being processed for change, you may have to refund the amount paid by the City of Nagaoka later.

- For further information about the National Health Insurance System:
 - The Premium Section of the National Health Insurance and Pension Division (Phone: 0258-39-2220)
 - The Regional Promotion Citizens' Affairs and Service Division of each district branch office

The monthly premium for the National Pension System for the 2026 fiscal year (April 2026 – March 2027) is ¥17,920.

- For further information about the National Pension System:
 - The National Pension Section of the National Health Insurance and Pension Division (Phone: 0258-39-2250)
 - The Regional Promotion Citizens' Affairs and Service Division of each district branch office



Pension Book

If you do not understand the National Health Insurance System or the National Pension System, please refer to [A Guide to Living in Nagaoka](#) in Chinese, Easy Japanese, and English. (page 51 for the former and page 54 for the latter).

You can download [A Guide to Living in Nagaoka](#) with the QR codes below.



Japanese



Chinese



English



Tax Payments for Vehicles



Automobile taxes are imposed on vehicle owners as of April 1st every year. If you have given your vehicle to someone or discontinued using it and had a dealer pick up, you are required to inform the designated office about this by March 31st (Tues.), 2026.

Type of Vehicle	Designated Office to Be Informed
① Motorbikes with a total engine displacement of 125cc or less (e.g. bicycles with motors, etc.), agricultural vehicles, small special vehicles, etc.	<ul style="list-style-type: none"> • General Service Desks City Hall Plaza - Aôre Nagaoka • Regional Promotion Citizens' Affairs and Service Division of each district branch office • Citizens' Affairs and Service Division of the Tochio Branch Office
② Two-wheeled vehicles with a total engine displacement over 125cc	Hokurikushinetsu Transport Bureau (Phone: 050-5540-2041)
③ Three-wheeled and four-wheeled vehicles with a total engine displacement of 660cc or less (e.g. light vehicles, etc.)	Light Vehicle Inspection Association (Phone: 050-3816-1851)
④ Four-wheeled vehicles with a total engine displacement over 660cc	Hokurikushinetsu Transport Bureau (Phone: 050-5540-2041)

If the address on your vehicle inspection certificate differs from your current address, you must follow the procedure to change it. If not, you may not receive your tax notice. Please change the address on your vehicle inspection certificate by March 31st (Tues.), 2026. To change your mailing address for tax notices, you can use the QR code below.

To change the address on the vehicle inspection certificate, follow the necessary procedure at the respective office shown in the **Designated Office to Be Informed** column above.

If you want to change your mailing address for tax notices, check these QR codes. ➡



【①~③】



【④】

For further information:

Re: ①, ②, and ③ Citizens' Tax Division (Phone: 0258-39-2212)

Re: ④ Taxation Division, Prefectural Tax Department Nagaoka Regional Promotion Bureau (Phone: 0258-38-2510)



Would You Like to Study Japanese?



Japanese Classes:

Starting in April, the City of Nagaoka will offer new Japanese language classes for the 2026 fiscal year. In this one-year course for beginners who can read and write *hiragana* and *katakana*, they can learn basic levels of Japanese useful for daily life.

Contents of Lessons: Basic sentence structures and how to use verbs and adjectives
Venue: Nagaoka Civic Center on Ote Street

Days	Twice a week (Tuesdays and Fridays)			Once a week (Sundays)			
	Classes	Basic I - 1	Basic I - 2	Basic II - 1	Basic I - 1	Basic I - 2	Basic II - 1
Hours	9:30 a.m. - 10:30 a.m.	11:00 a.m. - 12:00 p.m.	1:00 p.m. - 2:00 p.m.	9:30 a.m. - 11:30 a.m.	12:40 p.m.- 2:40 p.m.	3:00 p.m. - 5:00 p.m.	10:30 a.m. - 12:30 p.m.
Textbook	<i>Minna no Nihongo</i> Basic Level Vol. I		<i>Minna no Nihongo</i> Basic Level Vol. II	<i>Minna no Nihongo</i> Basic Level Vol. I		<i>Minna no Nihongo</i> Basic Level Vol. II	
Lessons	Lesson 1 - 12	Lesson 13 - 25	Lesson 26 - 37	Lesson 1 - 12	Lesson 13 - 25	Lesson 26 - 37	Lesson 38 - 50
Starting on	April 3 (Fri.)			April 5 (Sun.)			
Monthly Fee	¥1,600 (plus ¥2,750 for the textbook)						

Nihongo Hiroba:

Language volunteers will help you learn Japanese depending on your language proficiency level. You can have a good time by interacting with volunteers and participants while learning Japanese.

Hours: 10:00 a.m. - 12:00 p.m. Fridays
1:30 p.m. - 3:30 p.m. Sundays

Participation Fee: Free

Venue: Nagaoka City International Affairs Center, *Chikyū Hiroba*

You can also study Japanese online through Zoom.

For detailed information:

Nagaoka City International Affairs Center, *Chikyū Hiroba*

Phone: 0258-39-2714



Yukyuzan Cherry Blossom Festival

There are many cherry blossom trees in Yukyuzan Park. In spring, the entire park is draped in pink. In the evening, visitors can enjoy beautifully illuminated cherry blossoms.

When: April 3 (Fri.) - May 6 (Wed., a substitute national holiday)

Venue: Yukyuzan Park
(about 15 minutes by bus from Nagaoka Station East Exit)

Event Details:

● Illumination

Visitors can enjoy the beautifully illuminated cherry blossoms in the evenings (6:00 p.m. - 9:00 p.m.) when the cherry blossoms are at their best from April 3rd (Fri.) to April 19th (Sun.).

Since the roads and parking lots around the park are very crowded, visitors are advised to take the bus. Free shuttle bus services between Hyotan Pond in the park and the parking lot of the Municipal Ski Area are available. For detailed information, check the Nagaoka City website.

For further information: Environmental Business Division
Phone: 0258-39-2221



Nagaoka City website

Fukushima Kanohkai Cherry Blossom Viewing Festival at the Fukushima Canal

When: March 27 (Fri.) - April 19 (Sun.)

Venue: Many cherry blossom trees line Fukushima Canal
(about 3 minutes on foot from Nagaoka Station East Exit)

Event Details:

● Illumination

March 27 (Fri.) - April 19 (Sun.) 5:30 p.m. - 8:30 p.m.

Lanterns will be lit up and reveal a beautiful scene of cherry blossoms reflected on the water of the canal.

For further information:

Nagaoka Association of Tourism and Conventions

Phone: 0258-32-1187



RS Vaccinations for Expecting Mothers

Starting in April 2026, pregnant women will be able to receive the RS vaccination free of charge. The RS vaccination enables an expecting mother and her fetus to develop antibodies, reducing the risk of severe symptoms if the RS virus infects them.

Eligibility for free RS vaccination:

Women who are pregnant from 28 weeks up to 36 weeks plus 6 days

Venue: Hospitals or clinics for prenatal checkups

Fee: Free

Note: For details, please refer to the Nagaoka City website via the QR code on the right.

For further information:

Child and Family Affairs Center

Phone: 0258-36-3790



Nagaoka City website

The Hours of the Nagaoka Civic Center Will Be Shortened

Starting on April 1st, 2026, the opening hours of the Nagaoka Civic Center will be changed as follows:

Mondays ~ Fridays 8:30 a.m. ~ 6:30 p.m.

Saturdays and Sundays 9:00 a.m. ~ 5:30 p.m.

Closed: National Holidays

(The center will also be closed on substitute national holidays.)

Note: The Nagaoka City International Affairs Center,

Chikyū Hiroba, will also be closed on national holidays as well as substitute national holidays.

For further information:

Nagaoka City International Affairs Center, *Chikyū Hiroba*

Phone: 0258-39-2714



しせつめい 施設名	しんりょうかもく 診療科目	あいている 時間
①こどもが 夜に 病気や けがをしたとき： 「中越こども急患センター」 TEL:0258-86-5099	しょうにか こ びょうき 小児科 <子どもが 病気の とき>	げつようび びょうび ごご じ ふん じ ふん 月曜日～土曜日 午後6時45分～9時30分
②夜や 休みの日に 病気や けがをしたとき： 「休日・夜間急患診療所」 TEL:0258-37-1199	ないか なか かぜ 内科 <お腹が いたいときや 風邪のときなど>	げつようび きんようび ごご じ ふん じ ふん 月曜日～金曜日 午後6時45分～9時30分 にちようび しゅくじつ 日曜日・祝日 午前9時～11時30分 ごご じ じ ぶん 午後1時～4時30分
	しょうにか こ びょうき 小児科 <子どもが 病気の とき> げか 外科 <けがなど のとき>	にちようび しゅくじつ ごぜん じ じ ふん 日曜日・祝日 午前9時～11時30分 ごご じ じ ぶん 午後1時～4時30分
③休みの日に 歯が いたくなったとき： 「休日・急患 歯科診療所」 TEL:0258-33-9644	し か は いた 歯科 <歯が 痛い とき>	にちようび しゅくじつ ごぜん じ じ ぶん 日曜日・祝日 午前9時～11時30分 ごご じ じ ぶん 午後1時～3時30分

- ◆病院へ行く前に必ず電話で相談してください。受診する場合は必ずマスクをつけてください。
- ◆産婦人科（女の人の病気や赤ちゃんを産むとき）は、在宅当番医制（休みの日に開いている病院）です。（日曜・祝休日のみ）
- ◆わからないときは、②休日・夜間急患診療所（0258-37-1199）にきいてください。

节假日急病就诊医疗机构 *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》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）】

医疗机构	医疗科目	挂号时间
①中越儿童急诊中心 TEL:0258-86-5099	小児科	周一～周六（节假日除外）晚上6点45分～9点30分
②休息日・夜间急诊诊疗所 TEL:0258-37-1199	内科	周一～周五（节假日除外）晚上6点45分～9点30分 周日・节假日 上午9点～11点30分 下午1点～4点30分
	小児科/外科	周日・节假日 上午9点～11点30分 下午1点～4点30分
③休息日牙科急诊诊疗所 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

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

Emergency Medical Facilities (Saiwai Plaza 1F 2-1-1 Saiwai-cho)

Facilities	Departments	Hours
Chuetsu Center for Children's Emergency Treatment (0258-86-5099)	Pediatrics (Shônika)	(Monday - Saturday) 6: 45 p.m. - 9: 30 p.m.
Clinic for Sundays, Holidays, and Nights (0258-37-1199)	Internal Medicine (Naika)	(Monday - Friday) 6: 45 p.m. - 9: 30 p.m. (Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 4: 30 p.m.
	Pediatrics (Shônika)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 4: 30 p.m.
	Surgery (Geka)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 4: 30 p.m.
Dental Clinic for Sundays and Holidays (0258-33-9644)	Dentistry (Shika)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 3: 30 p.m.

Note:

- ◆ Please call before visiting these facilities. You are requested to wear a surgical mask.
- ◆ You can get emergency obstetrics and gynecology treatment on Sundays and national holidays provided by a physician on duty for the day. Please contact the clinic for Sundays, national holidays, and nights (0258-37-1199).
- ◆ For further information: Clinic for Sundays, National Holidays, and Nights (0258-37-1199)

おも きんきゅういりようしせつ 主な 緊急医療施設	主要紧急医疗设施	General Hospitals available for outpatient emergency treatment	Phone
たちかわそうごうびょういん 立川综合病院	立川综合病院	Tachikawa Sogo Byoin (General Hospital)	0258-33-3111
ながおかせきじゅうじびょういん 長岡赤十字病院	长冈红十字病院	Nagaoka Sekijuji Byoin (Red-Cross Hospital)	0258-28-3600
ながおかちゅうおうそうごうびょういん 長岡中央综合病院	长冈中央综合病院	Nagaoka Chuo Sogo Byoin (Central General Hospital)	0258-35-3700