

／ 長岡市政だより ／

Nagaoka

2025

11

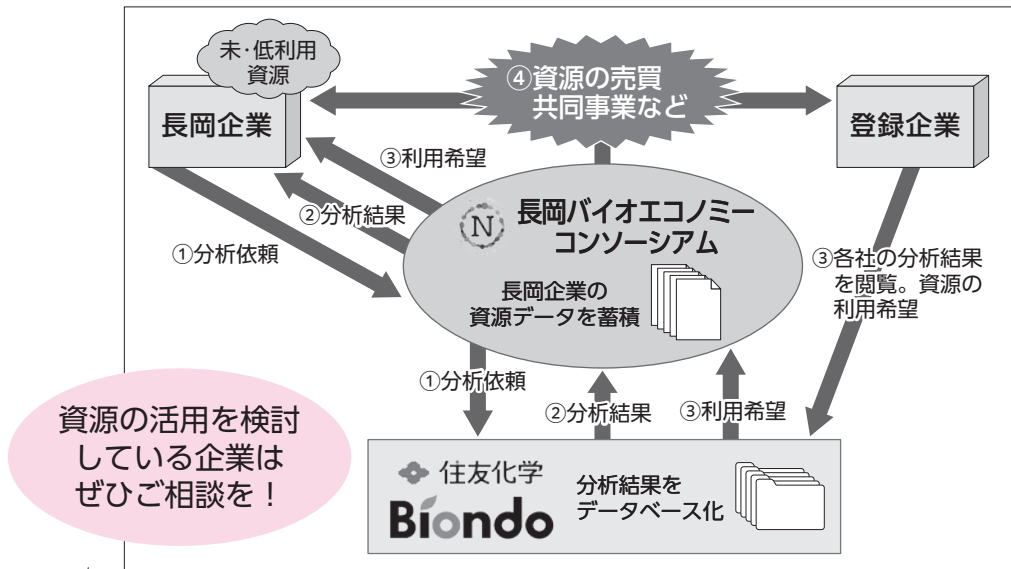
No.854



- p 2 ながおかCome100クラブ始動！
- p 3 未利用資源でビジネス創出
- p 5 おむつのサブスク開始

●表紙

走って跳んで！ながおかアーバンバイクパークがオープン（p23）



例えば /

「ゆずの皮」を分析すると…

成分	含有量(mg/100g)	機能性
ヘスペリジン	200	血圧のサポート
ノビレチン	20	認知機能のサポート

→200種以上の成分から、含まれる成分とその量、機能性などが分かります。

市を中心に産学官金68の企業や機関でつくる「長岡バイオエコノミーコンソーシアム」は、市内の未・低利用資源の活用や高付加価値化を通じて、バイオ産業の成長と創出を目指しています。

成分量や機能性
分析で明らかに

同コンソーシアムは、会員の住友化学(株)と連携し、成分分析によって資源の売り手と買い手をつなぐ日本初のデータサービス「Biondo」を活用した取り組みをスタートしました。

図産業イノベーション課 ☎39・2402

未利用資源で新たな価値と事業創出 資源の有効性が見える化 「買い手」とマッチング

トしました。

酒かすやもみ殻、果実の枝葉、魚のアラなど、これまであまり活用が進んでいなかった資源を分析。成分とその含有量のほか、「疲労感を軽減する」などの機能性も可視化します。結果はBiondoに登録され、資源の活用や事業化を模索する全国の企業など約900のユーザーとのマッチングにつながります。

分析費用は同コンソーシアムが負担。長岡の資源をくまなく活用する資源循環型社会の実現を目指します。

予想外の価値に期待
長岡の企業はチャンス

酒かすの分析を依頼
吉乃川(株)代表取締役社長
峰政 祐己さん

酒かすは現在、食品メーカーなどに販売していますが、需要を広げたいと考えています。今回の分析によって、酒かすの新しい価値や想定していなかった用途が見つかるのではないかと期待しています。

「実はこんな資源がある」という企業にとって今回の事業は、新たなビジネスを生むチャンスが十分あると思います。



アジア最大級の展示会でバイオ都市・長岡をPR

長岡バイオエコノミーコンソーシアムは10月8日～10日、横浜市で開かれたアジア最大級のバイオテクノロジーの展示会「Bio Japan」に市内6社と共同で出展しました。ビジネスの拡大や事業誘致を目指し、肥料サンプルや製品のデモ機などで各社が取り組みを紹介。官民一体となって「バイオのまち・長岡」をPRしました。



中学校
休日の部活動
地域移行

ながおかCome100クラブ始動！ 新しい仲間と新たな一歩

図学校教育課部活動地域移行室 ☎39・2036

中学校の休日部活動に変わり、9月から「ながおかCome100クラブ」の活動がスタートしました。通学する学校の部活動の有無にかかわらず、やりたい種目を自由に選べる「活動の場」の確保を第一に考えた地域クラブです。

スポーツ16種目、文化芸術4種目で84クラブが開設され、約1,300人が参加。種目別に市内をエリア分けし、生徒は学校ごとに指定されたクラブで活動します。活動は土曜日または日曜日の3時間程度が基本で、活動経験のある地域住民や保護者などの指導・見守りにより運営。参加申し込みは随時受け付けています。

仲間とつながり、成長し、スポーツや文化芸術に親しむ機会となるよう、市は引き続き地域と連携し、持続可能な活動環境づくりを進めていきます。



▲地域クラブの詳細はこちら

地域移行で どう変わった？

部活のときはできなかった試合形式の練習ができる！

VOICE
生徒の声

活動場所が変わって、いつもと違う雰囲気新鮮！

普段は教われない人から、専門的な指導を受けられるようになった！

違う学校の生徒と一緒に練習ができるようになって、活動がもっと楽しくなった！

長岡ならではの活動！ “特設デザインラボ”

地域クラブへの移行をきっかけに、新たに「デザイン」クラブが誕生しました。長岡造形大学の学生の指導のもと“モノ”や“コト”のデザインに挑戦。多彩な経験を通じて表現力や発想力を育みます。

指導スタッフ
長岡造形大学2年
ちいずみ ともか
茂泉 朋華さん





おむつのサブスク

料金＝月額2,400円（税込）

オプションサービス

内容＝紙エプロン・手口拭きが使い放題
料金＝月額870円（税込）

※申し込み方法は、保育園から保護者にご案内します

▶対象施設はこちら



忙しいパパママにうれしい！

こんな準備が全て不要に！

毎日の
おむつへの記名



保育施設へのおむつの持参



保育施設でおむつの残り枚数の確認



保育施設用おむつの購入



13の 公立保育園で

「おむつのサブスク」スタート 持参なしで 登園準備をスムーズに

市は、子育て環境のさらなる充実に向け、市内13の公立保育園でおむつとお尻拭きを使い放題になる「おむつのサブスクリプション（定額制）サービス」を開始しました。家庭からおむつやお尻拭きを持参する必要がなくなり、毎日のおむつの記名も不要に。

保護者の登園準備の手間が減るとともに、園でも子ども一人ひとりのおむつを管理する負担が軽くなり、子どもたちと向き合う時間のさらなる確保につながります。今後は、効果を検証しながら導入施設の拡大を検討します。
園保育課 ☎ 39・2219



▲中田宏内閣府副大臣（左から4番目）に要望書を提出する磯田市長（左から3番目）ら

柏崎刈羽原発の安全対策 強化と徹底を国に強く要求

原子力安全対策室 ☎ 39・2305

磯田市長をはじめとするUPZ※圏内の自治体首長らは10月10日、原子力規制庁や内閣府、財務省、経済産業省を訪れ、柏崎刈羽原発の安全対策の徹底などを求める要望書を提出しました。

要望書を受け取った内閣府の中田宏副大臣は「いただいた要望はしっかりと受け止める。今後も政府一丸となり取り組んでいきたい」と発言。磯田市長は「冬期間を含めた避難体制の確保や実効性のある対策をきちんと取ってほしい」と改めて強く要望しました。今後も住民の安全・安心のために関係機関と連携し、原子力安全対策にしっかりと取り組めます。

※UPZ：原子力発電所からの距離が半径おおむね5キロ～30キロの区域。柏崎刈羽原発では、長岡市（栃尾地域を除く）、柏崎・上越・十日町・燕市の一部、小千谷市、見附市、出雲崎町が含まれる。

要望内容など詳細は市ホームページで



“デコ活コンクール”受賞作品が決定 脱炭素社会への思い 4コマ漫画に

環境政策課 ☎ 24・0528

カーボンニュートラル（温室効果ガス排出量の実質ゼロ）の実現に向けて生まれた新しい言葉「デコ活」。「省エネ家電を使う」「ごみを減らす」など、私たちが暮らしの中でできる「脱炭素につながる取り組み」の総称です。市はその言葉を多くの人に知ってもらい、環境保全活動の輪を広げようと、市内の小・中学生を対象にデコ活がテーマの4コマ漫画コンクールを初開催。応募総数292点から受賞作品が決まりました。作品はトキと自然の学習館や市ホームページで紹介。子どもたちの創意工夫に触れ、この機会にデコ活を始めませんか。

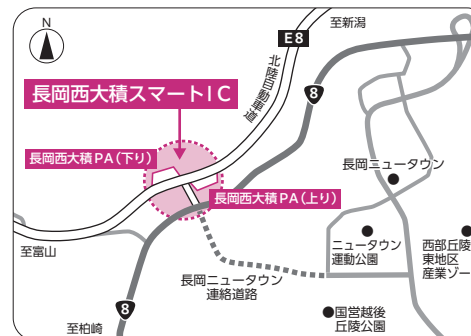
令和6年度 ごみと資源物の処理経費は 35億2,700万円でした

これは市民1人当たり年間約13,895円です。なお、みなさんから負担いただいている指定ごみ袋などの売り上げ収入は約3億4,200万円。この収入はごみの減量やリサイクル経費などに充てています。リサイクルには多大な経費が掛かることをご理解ください。

全受賞作品はこちらから



▲関原中1年・外川和花さんの作品（中学校1～3年生部門金賞）



西部地域の新たな玄関口

名称が決定！ 長岡西大積スマートIC

西部地域の産業基盤の強化や観光振興、渋滞緩和などを目的に整備するETC専用のスマートインターチェンジの名称が「長岡西大積」に決定しました。市内では「長岡南越路」「長岡北」に続く3カ所目の設置。開通に合わせて大積PAの名称も「長岡西大積」に変更します。盛土などの本格工事は令和5年に着手。完成を目指して現在も行っています。また、産業団地へのアクセス向上や観光客の周遊性を高めるため、国営越後丘陵公園方向への接続道路の整備も併せて進めています。

国土政策調整課 ☎ 39・2307

◆国や園などの略字の見方は7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 ミラ=ミライエ長岡
さい=さいわいプラザ

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
- 催しの詳細や休館日は市ホームページや子育ての駅公式Instagram(右)で



ちびっこ広場 (フェニックス大手ウエスト2・3階) ☎39・2775

1 ふれあい遊びとわらべうた
日11月19日(水)午前11時～11時20分 対どなたでも

2 抱っこでダンス
日11月14日(金)午前10時30分～11時15分 対首据わり～抱っこひもで抱っこできる乳児と保護者 定12組(先着) 申随時

3 パパと楽しむベビーマッサージ
日11月29日(土)午前10時30分～11時30分 対10カ月までの乳児と父親 定12組(先着) 申11月10日(月)から

てくてく (千秋1) ☎21・3860

1 プラレールで遊ぼう
日11月22日(土)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時 定各25組(先着) 申11月7日(金)から

2 パパママ講座&相談 「子どもの歯の健康について」
日11月27日(木)午前10時30分～11時30分 講歯科衛生士 定15組(先着) 申11月13日(木)から

ぐんぐん (千歳1) ☎30・1025

1 講座「親子のためのおくすりのお話」
日11月27日(木)午前11時～正午 講薬剤師 対子育て中の親

2 ぐんぐんパパミーティング!
日11月30日(日)午前10時30分～11時30分 対子育て中の父親 定10組(先着) 申11月14日(金)から

3 子育てサロン 「同居二世帯どうしてる?」
日12月6日(土)午前10時30分～11時30分 対多世代同居で子育て中の人 定20組(先着) 申11月20日(木)から



地域版子育ての駅

中之島 なかのんひろば
こども発達相談室出前相談会
日11月18日(火)午前10時15分から

越路 のびのび 命のはなし
日12月9日(火)午前10時30分から 講バースコーディネーター・佐竹直子さん 申11月18日(火)～12月8日(月)

三島 もりもり 防災特別講座
日11月14日(金)午前10時30分から

山古志 やまっこ
子育て相談(保健師)
日11月21日(金)午前10時から

和島 わくわく
子育てに役立つ栄養講座
日11月14日(金)午前10時30分から 講管理栄養士

寺泊 にこにこ
手形でアートWeek

日11月10日(月)～14日(金)



枋尾 すくすく
おしゃべりハッピータイム
日11月14日(金)午前10時45分から

与板 にじの子広場
クリスマス製作

日12月4日(木)・5日(金)午前10時30分から

川口 すこやか 親子運動遊び
日12月2日(火)午前10時15分から

一緒にお話しませんか

●ままのまカフェ

日・場①11月17日(月)…ちびっこ広場②12月5日(金)…ぐんぐん 時午前10時45分～11時45分 講①母子保健推進員②歯科衛生士 対どなたでも

●子育て相談

日①11月18日(火)②20日(木)③21日(金)④12月3日(水)⑤4日(木)⑥10日(水) 時①③④⑥午前10時30分～11時30分②午前11時～正午⑤午前10時30分～11時 場①②てくてく③④すくすく⑤ちびっこ広場⑥ぐんぐん 講①⑤⑥家庭児童相談員②おもちゃインストラクター③保健師、栄養士④助産師

いづも発達相談室(さい) ☎36・3727
トールームぶらっと
お子さまの発達が気になる保護者同士の交流会
日11月18日(火)午前10時～11時30分 講コロナ親子の会 対18歳以下の子の保護者

いづも家庭センター(さい) ☎36・3790

●パママサークル

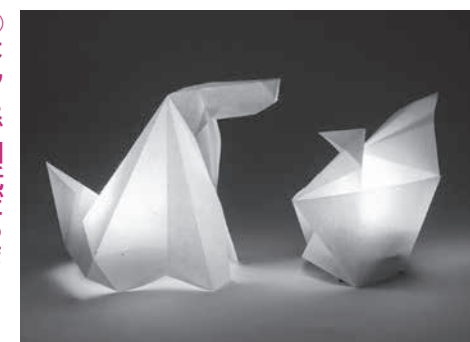
妊娠中に知っておきたい育児のポイントを紹介します。
日①12月13日(土)午前10時～正午、午後1時45分～3時45分
②来年1月23日(金)午後6時45分～8時45分 場さいわいプ

ラザ 肉助産師・保健師からの情報提供、沐浴体験、パパの妊婦疑似体験 対出産予定月が3月～4月の妊婦とパートナー 定①各24組(先着)②16組(母子健康手帳、バスタオル、フェイスタオル、ビニール袋、座布団) 申11月10日(月)～16日(日)(HP可)

枋尾美術館 ☎53・6300

1 晩秋のワークショッ

①いろいろな道具でアート
日12月6日(土) 講書家・角屋幸さん ¥5000円
②地図を描こう
日12月7日(日) 講まち歩きスケッチ画家・野田英世さん



③和紙のどうぶつランブシエード
¥5000円
手すき和紙で作ります。
日12月13日(土) 講オリガミデザイン代表・池山崇宏さん ¥1,0000円

岡技術科学大学講師・延原みか子さん 対小学1・2年生 定各10人(先着) 申11月11日(火)から(HP可)
②チビッコタイム
のりもののおはなし会
日11月24日(休)午前10時30分～10時50分 内読み聞かせ、工作 対小学生以下

北地域図書館 ☎22・7100

●読者のつどい

日11月28日(金)午後7時～8時 内風良ゆう著「流浪の月」の感想などの話し合い

西地域図書館 ☎27・4900

①長岡ボードゲーム部@西館
日11月23日(祝)午後1時～4時 対小学生以上 定16人(先着)

②100人サタのおねだり絵本だいさくせん!
サンタが出したお題の絵本を借りた人に、シールをプレゼントします。
日12月1日(月)～24日(水) 対小学生以下 定100人(先着)

中之島地域図書館(中之島文化センター内) ☎61・2165
①迎春ミニ風展示作品募集
展示後に作品をミニ風にし

枋尾地域図書館(トチオーレ内) ☎53・3005
①クイズに挑戦!子ども探偵
日11月15日(土)～12月14日(日) 対小学生以下

②えほんのへや
日11月15日(土)午後2時～2時30分 内読み聞かせ 対小学生以下 定10人(先着)

LINE「友だち」特典当選者
ちびっこモデル★ #155
子育ての駅でみつけた♪
@ぐんぐん
吉野なつめちゃん(1歳3カ月)
靴を履いてお散歩大好き。3歳上のお姉ちゃんを遊んでいます。

①わくわく!英語絵本の読み聞かせと工作
日12月7日(日)午前10時～10時40分、11時～11時40分 講長

中央図書館 ☎32・0658

②展示替えのため休館します
日11月25日(火)～12月5日(金)

③えほんのへや
日11月15日(土)午後2時～2時30分 内読み聞かせ 対小学生以下 定10人(先着)

高校生向け講座 商品開発チャレンジ！

回12月6日(土)午前9時30分～午後4時 場江口だ
んご本店 定20人抽選 申11月25日(火)までに専用
フォーム(右)で 問ながおか・若者・しごと機
構(ミライエ長岡企画推進室[ミラ]内) ☎86・6008



アイデアの出し方
や企業の工夫を学
びながら、メニュ
ーづくりに挑戦し
ます。

河井継之助記念館開館19周年記念講演会

杉本鉦子と武士の長岡

回12月14日(日)午後1時30分～3時 場長岡グラン
ドホテル 講俳優・星野知子さん 定400人先着
申11月12日(水)～30日(日)に同館 ☎30・1525へ



杉本鉦子がアメリカで執筆し、全米でベ
ストセラーとなった「武士の娘」。長岡
藩筆頭家老だった父・稲垣平助への思い
や、鉦子の生き方が描かれたこの作品か
ら、長岡の武家の精神風土を探ります。

講師の星野さん

ミライエ
クリエイティブ
キッズ
Mirae Creative Kids

小学生の創造力を 育むワークショップ

わくわく☆ミラクリスマス

問ミライエ長岡企画推進室[ミラ]

☎86・6008

回12月20日(土)

申11月30日(日)までにHPで

詳しく
はこちら



1 講演会

偶然の出会いからふみ出す一歩～夢を目指すチカラ～



時午後1時30分～2時30分

講KENTO【マジシャン先生】

対小学生と保護者 定40組

抽選

SNSの総フォロワー数が約
300万人のKENTO【マジシ
ャン先生】。困難を乗り越え
る力をマジックを交えてお話
します。

2 ネイルアートにトライ！

時午前10時～10時30分、10時30分～11時、11時～11時
30分、11時30分～正午 講長岡美容専門学校 対小
学生 定各5人抽選

3 光るクリスマスツリーランタン

時午前10時～10時30分、10時45分～11時15分、11時30
分～正午 講長岡技術科学大学・学生サークルTech
nical Education Circle 対小学生と保護者 定各
8組抽選

4 アイシングクッキーに 挑戦しよう！

時午前11時～正午 講悠
久山栄養調理専門学校 対小学生 定20人抽選
持マスク、タッパー(15cm
四方以上)



5 紙粘土でオリジナルオーナメントをつくろう!!

時午後3時～3時30分、4時～4時30分 講長岡こ
ども・医療・介護専門学校 対小学生 定各20人抽選



米百俵未来塾
公開講座

オリンピック金メダリスト 高橋礼華さん講演会 ー夢を実現させるための 3つの方法ー

問長岡市スポーツ協会[さい] ☎34・2130

2016リオデジャネイロオリンピックで日本バド
ミントン史上初となる金メダルを獲得した高橋さ
んが、夢を実現させるために大切にしてきた考え
方を語ります。

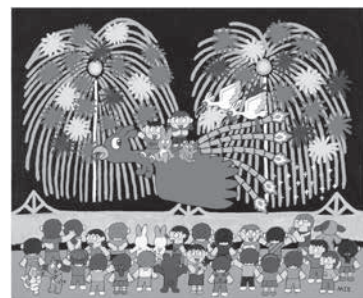


回11月29日(土)午前9時30分～
10時20分 場さいわいプラザ
定50人先着 申氏名(ふりが
な)、電話番号、メールアド
レスを同協会Eメールinfo@
n-spokyo.or.jpまたは電話で

クセセッションを行います。
回11月29日(土)午後1時30分
3時30分 場ミライエ長岡
定40人先着 申11月27日(木)
で(HP可)
3 かはくミニフラフト
回11月12日(水)午前9時30分
10時30分、午後2時30分
3時30分 場さいわいプラザ
定各10人先着
雪国植物園 ☎46・0030
1 秋の探鳥会
回11月9日(日)午前8時～10時
集合Ⅱ東口駐車場

2 11月17日(月)～30日(日)は無料
開園(休憩所「やまぼうし」
は閉鎖)
晩秋のもみじをお楽しみく
ださい。今年の通常開園は11
月16日(日)まで。来年は3月中
旬ごろから開園します。
人権・男女共同参画課[市セ] ☎39・2746
働く女性を応援しよう
[Friday Night CAFE]
回11月28日(金)②12月26日(金)
午後6時～9時 場①新町コ
ミュニティセンター②社会福
祉センタートモシア ①カ
ラダほぐしと瞑想②コミュニ

ケースンカードを使ったお
話し会 講地域おこし協力隊・
加峰真理さん 対市内在住・
通勤する女性 定各8人先着
申各開催日の2日前までにHPで
広報・魅力発信課[アオ] ☎39・5151
移住者交流会「初心者もベ
テランも集まれ!理学療法
士に学ぶ雪国のはじめ方」
回11月15日(土)午前10時30分
午後0時30分 場中央公民館
[さい] 対長岡市
に移住した人
定15人先着 申
11月12日(水)まで
(HP可)



▲田中翠恵さん画「長岡花火」

1 アール・ブリュット
まちかどギャラリー
障害のある人がありのまま
の感性で表現した、独創的な
作品を展示します。
回11月5日(水)～26日(水) 場ア
ーレ長岡、ミライエ長岡
2 はまなす珈琲講座
希少なコーヒー豆「ゲイシ
ヤ」とスイーツを楽しみます。
回12月7日(日)午前10時～11時
午後2時～3時 講道院高原
cafeピピ店主・深見啓太
さん 定各15人先着 各2、
000円 申11月17日(月)から

1 パーソナルカラーを知ろう!
ーまずは気軽に!入門編ー
日常生活に役立つパーソナ
ルカラーを座学と色当て体験
で学びます。
回12月6日(土)午後2時～3時
30分 講NPO法人日本パー
ソナルカラー協会認定講師・
高橋絵里香さん 講手鏡
2 農業に工学は必要!?
回12月9日(火)午後7時～8時
30分 講長岡技術科学大学准
教授・牧慎也さん
3 ことばの分析ーテキストマ
イニングによる社会探究ー
回12月11日(木)午後7時～8時

1 5 いずれも 定20人先着
(5は各7人先着) ¥500円
(1は250円、5は各300
円) 申11月10日(月)から(HP可)
自分の名前のきれいな書き
方を学びながら、一緒に冬
休みの宿題も仕上げよう!
科学博物館[さい] ☎32・0546
1 博物館講座
「なつかしのお菓子とおさ
べ菓子店ーおかしにつまっ
た板尾の思い出」
回12月18日(木)午後2時～3時
30分 場さいわいプラザ 定
15人先着 申11月10日(月)から
(HP可)
2 Museumサロン
ーコネクトー
「里山の未来」をテーマに、
(株)未来里山技術機構CEO・
山本麻希さんと学芸員がト

福祉課[アオ]

☎39・2343

寺泊文化センター

☎75・5155

まちなかキャンパス長岡[大手]

☎39・3300

国営越後丘陵公園

☎47・8001

時午前9時30分～午後4時30分 ¥65歳以上
210円、高校生以上450円、中学生以下無料
駐車料＝普通車320円、大型車1,050円、二輪
車100円 ※12月～来年3月は入園料無料(駐
車料は平日のみ無料) 休園日＝11月4日(火)・
10日(月)・17日(月)・18日(火)・25日(火)、12月1日(月)
・2日(火)・8日(月)・9日(火)

クリスマス Xmasイルミネーション

午後8時まで開園時間を延長し、屋内など
の一部のイルミネーションを点灯します。

回12月6日(土)・7日(日)・13日(土)・14日(日)・20日
(土)～25日(木)午後4時～8時(入園料・駐車料が
有料) 場健康ゾーン



サンタの部屋や大型
ツリーが登場し、ク
リスマスパーティー
気分を味わえます。

★クリスマスステージショー

歌やダンスのパフォーマンスを披露します。
時午後6時～6時30分 場花と緑の館

30分 講長岡工業高等専門学
校技術職員・星井進介さん
4 キメラ・クローン
ー黒魔術的だけどもマジメな
生命科学ー
回12月17日(水)午後7時～8時
30分 講長岡技術科学大学准
教授・大沼清さん
5 書を楽しもう!
冬休み書き初め教室
回12月27日(土)①午前10時～11
時30分②午後2時～3時30分
講毛筆書写技能検定準1級・
中川幸恵さん 対①小学3・
4年生②小学5・6年生 持
書道道具、お手本

みぞぐり体験
県内産の大豆を使い、麴か
らみそをつくりまします。
コース・回①12月2日(火)～4
日(木)②5日(金)～7日(日)③12日
(金)～14日(日)④16日(火)～18日(木)
⑤19日(金)～21日(日) 時いずれ
も1・3日目：午前9時～正
午、2日目：午前10時～10時
30分 定大豆使用量120kg
まで先着 ¥大豆5kg4、5
00円 申HPで

次世代農業推進拠点施設
(農の駅 あぐらつて長岡)
☎34・5360

6 レコード鑑賞会
回12月13日(土)午後2時～4時

保育Ⅱ開催日の10日前まで

各スポーツ施設の
教室の情報は
市ホームページから



▲こちら

◆国や園などの略字の見方は7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
◆国に電話、ファクス、Eメール、国(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 ミラ=ミライエ長岡
さい=さいわいプラザ

長岡市芸術文化振興財団
☎29・7715

●三遊亭白鳥&桃月庵白酒
二人会ーダブルホワイトー

回来年2月23日(祝)午後2時から
場リリックホール 全
席指定3,800円 チケット
発売日11月29日(土)



三遊亭白鳥(左)、桃月庵白酒

●緑花センター(花デラス)
☎39・8718

●ぷち講座

①モイストプリづくり
12月6日(土)午前10時～11時
30分、午後1時30分～3時
各12人(先着) 各300円
11月10日(月)～24日(休)
②なわなから始める!
ハボタンのお正月飾り
12月13日(土)・14日(日)午前10

催し

スポーツ

健康

暮らし

手続き・制度

募集

みんなのひろば



認知症の正しい知識を身に
付けるために、その症状や認
知症の人・家族への接し方を
学びます。

●市民セミナー「元氣なうち
から、もしものときのこと
を考えておこう」

11月26日(水)午後1時30分
3時 場リリックホール 内
講演「自分らしく生きたい
自分らしく逝きたい」素敵な
最期の迎え方」 長岡赤
十字病院医師・佐藤直子さん
定400人(先着) 申随時

11月はオレンジリボン・
児童虐待防止推進キャンペーン
知らせよう あなたが
あの子の声になる

国こども家庭センター(さい)☎36・3790

●子育ての悩みはすぐ相談を

出産や子育てに悩んだとき、周りで虐待を受けた
と思われる子どもを見つけたときは、一人で抱え込
まず、すぐに相談してください。

①「もしかして?」と感じたら

おはやく
☎39・0889 要保護児童対策地域協議会
「もしかしたら、虐待を受けているのでは?」
「ちょっと心配な親子だな」など、少しでも気にな
ることがあったら連絡してください。その子どもや
家庭を救うことにつながります。秘密は厳守します。

★夜間・土・日・祝休日の緊急時

児童相談所虐待対応ダイヤル「189」
児童相談所の全国共通ダイヤルです。近くの児童
相談所につながります。

②子どもや子育てのこと、ご相談ください

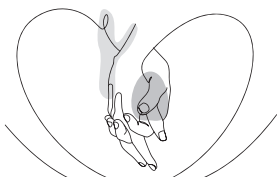
☎36・3790 こども家庭センター

①②いずれも 平日午前8時30分～午後5時15分
(年末年始は除く)

●「里親」になりませんか

家族と離れて暮らさなければならない子どもたち
を、家族の一員として迎え入れる人を募集します。
要件など、詳しくはお問
い合わせください。

平日午前8時30分～午
後5時15分(年末年始は
除く) 長岡児童相談
所☎35・8500



④認知症と共に歩む市民講座
「認知症を抱える家族の声」
11月22日(土)午前11時～正午
場米百俵プレイス北館 定25
人(先着) 11月21日(金)までに
崇徳厚生事業団医療・福祉よ
ろず相談☎39・7374へ
⑤家族をやさしく見守る
位置情報アプリ講座
認知症の家族を見守るのに
役立つスマートフォンアプリの位置
情報アプリの使い方、実際
に操作をしながら学べます。
12月9日(火)午前9時～11時
場さいわいプラザ 定10人(先着)
持スマートフォン 申随時

11月12日(水)～25日(火)は女性に
対する暴力をなくす運動期間

国人權・男女共同参画課市セ☎39・2746

DV、性犯罪・性暴力、ストーカー行為などの女
性に対する暴力は重大な人権侵害です。一人で悩
まず、まずは相談してください。
相談先=配偶者暴力相談支援センター☎33・1233、
ウィルながおか相談室☎39・9357、NPO法人女の
スペース・ながおか☎38・0456

★11月12日午前10時～午後9時に、女性に対する
暴力根絶のシンボル「パープルリボン」にちなみ、
アオーレ長岡を紫色にライトアップします

●女性に対する暴力防止セミナー「自分らしく生き
ること～勇気の一步と支え合い～」(ライブ配信)

11月21日(金)午後2時～4時 場ミライエ長岡 講
五ノ井里奈さん 定30人(先着) 申11月17日(月)までに
HPで

★オンライン配信もあります

自宅のパソコンやスマートフォンからも参加でき
ます。申し込みは新潟
県女性財団ホームペ
ジ(右)で。



五ノ井さんが陸上自衛隊に在職して
いたときに経験した性暴力や、この
ような事態が二度と繰り返されてほ
しくないという思いで戦った、勇気
を出すことの大切さをお話しします。



健康

長寿は「う」課さい
☎39・2268

①認知症本人・家族ミテ
ィング「集まろう!語り合
おう!ともにつくる長岡市へ」
日ごろの思いや体験を話し
合い、やりたいことなどを一
緒に考えます。
11月20日(木)午後2時～3時
30分 場中央公民館(さい) 対

①②いずれも 場旧機那サフ
ラン酒製造本舗・米蔵 国ミ
ライ発酵本舗(株)☎8・8545

馬高縄文館 ☎46・0601

①企画展「縄文石器入門」
文石器の特色をさぐる」
11月22日(土)～来年3月8日
(日)午前9時～午後5時(入館
は午後4時30分まで。月曜休
館。祝日の場合は翌日。12月
28日(日)～1月5日(月)は休館)
一般200円、高校生以下
無料

②アンギン編み体験!
縄文時代からある編み方で
コースターを作ります。
11月30日(日)午前10時～午後



長岡在住の高校生画家・石
原さんによる初の個展。小
学生時代から現在までの作
品を展示します。

②石原花音個展 NOSTALGIA
11月20日(木)～12月14日(日)
(火曜休館)

スポーツ

南部体育館 ☎39・3600

●アルビレックス新潟ス
クール
コーチによるサッカー教室

11月16日(日) 対・時小学1・
2年生:午後2時～3時10分
小学3～6年生:午後3時30
分～4時40分 定各30人(先着
国外履き(サッカースパイク
不可) 申11月10日(月)から

みしま体育館☎41・2133

●アルビレックス新潟ス
クール
コーチによるサッカー教室

11月29日(土) 時①午後1時
30分～2時50分②午後3時10
分～4時30分 対①未就学児
と保護者②小学1～3年生
定①25組(先着)②25人(先着) 申
11月9日(日)から

●市民スポーツ祭

①体操競技大会
12月7日(日)午前9時から

場市民体育館 種別1小学1
部(採点制)・ビギナーの部
(発表)、中・高校各1・2部
一般の部 種目1自由演技
小学生500円、中学生以
上1,000円 申11月21日
(金)までに市民体育館にある申
込書で

②インディアカ大会

12月14日(日)午前8時から
場みしま体育館 種目1男女
混合(一般・45歳以上) 定
1チーム2,000円(協会会
員チーム1,000円) 申11
月21日(金)までにスポ協ホーム
ページで

③フットサル大会

12月28日(日)午前9時から
場みしま体育館 対16歳以上
定12チーム(先着) 対1チーム
10,000円 申
11月10日(月)～12月18
日(木)に市民体育館に
ある申込書で



【訓練】11月12日(水)午前11時ころ
Jアラートの試験放送・送信を行います

消防庁が全国瞬時警報システム（Jアラート）の試験放送（緊急告知FMラジオ、FM屋外拡声器）を行います。市公式LINE、ながおかDメールプラスなどでも配信します。

☎危機管理防災本部☎39・2262



▲ほじょ犬マーク（左）…交通機関や民間施設でも受け入れが義務化されている補助犬同伴への理解を求めるものです、オストメイト用設備／オストメイト…人工肛門・人工ぼうこうを使用する人のための設備があることを表します

12月3日(水)～9日(火)は障害者週間です
左図は、障害に関係するマーク（二例）です。誰もが暮らしやすい社会の実現には一人ひとりの理解が必要です。ま

くらし

健康ふれあいフェスタ

11月16日(日)午前10時～午後2時
健康寿命とリハビリに関する講演、健康チェック、飲食販売など

小国診療所 ☎95・2010

12月4日(木)～10日(水)は人権週間です
いじめや虐待、性被害などの子どもの人権問題、インタ

◆国や県などの略字の見方は7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 ミラ＝ミライエ長岡
さい＝さいわいプラザ

健康

健康増進課 ☎39・7508

1 食育講演会「お米をもっと楽しむために」

11月20日(木)午後1時30分～3時
場リリックホール 定
100人(先着) 申11月17日(月)まで(HP可)



講師は、テレビ番組など各メディアで活躍中のお米ライター柏木智帆さん。米・食味鑑定士の資格を持ち、年間400種類のお米を食べる柏木さんが、おいしい炊き方から食育まで、お米の魅力をたっぷり紹介します。

2 健康UP!講座

11月13日(木)～健康なカラダづくり♪音楽de楽しくピラティス②18日(火)：紅葉ウォーキング越路もみじ園周辺ウォーキングマップで健康的に季節を味わう③26日(水)：薬のあれこれQ&A 時
午前10時～11時(②は正午まで) 場①まちなかキャンパ

ス長岡(大手)②越路体育館③ミライエ長岡 申11月6日(木)～各前日

3 つきイチ脳活く知ってる方が効果的!きちんと学ぼう お薬と認知症予防

11月25日(火)午前10時～11時30分
場さいわいプラザ 調
新潟薬科大学臨床教授・南雲陽子さん 定65歳以上 定20人(先着) 申11月10日(月)から(HP可)

4 食育総合講座「みんなの食育塾」親子で作ろう!お正月料理

12月6日(土)午前10時～午後1時
場さいわいプラザ 調
長岡グランドホテル日本料理料理長・野元真善さん 定小学生以上と保護者 定10組(先着) ¥1組1,000円 持エプロン、三角巾、マスク 申11月27日(木)まで(HP可)

5 骨粗しょう症予防講座

12月17日(水)午後1時30分～3時
場さいわいプラザ 肉
骨密度の簡易測定、運動・栄養指導 調保健師、運動指導員、栄養士 定30人(先着) 申12月4日(水)～11日(木)

6 糖尿病予防教室

12月18日(木)、来年1月28日(水)、2月25日(水)午後1時30分～3時30分(計3回)
場さいわいプラザ 肉講話、運動

・栄養指導など 調医師、運動指導員など 定20人(先着) 申11月18日(火)から

7 あなたの健康相談会

11月27日(木)②28日(金)③12月6日(土)④8日(月)⑤9日(火)⑥16日(火)⑦17日(水) 時①④⑥午後1時～4時②③⑤⑦午前9時30分～午後0時30分
場さいわいプラザ 肉健診結果の説明、生活習慣病の予防・改善指導 相談員Ⅱ栄養士、保健師 定各6人(先着) 持健康手帳(ある人) 申①11月17日(月)②18日(火)③26日(水)④⑤28日(金)⑦12月5日(金)まで

8 こころの相談会

11月21日(金)②12月5日(金)③12日(金)④18日(木)午後2時～4時
相談員Ⅱ①②④精神保健福祉士③公認心理師

9 死別の悲しみケア こころのとまり木相談会

11月29日(土)午前9時30分～11時30分②12月19日(金)午後6時～8時
相談員Ⅱ臨床心理士

いづれも 場さいわいプラザ 定各2人(先着) 申⑧①11月10日(月)②21日(金)③12月2日(火)④8日(月)⑤11月19日(水)⑥12月9日(火)までに健康増進課または北部・南部・栃尾地域事務所へ

1 ネット上の人権侵害、障害のある人や外国人、性的マイノリティなどに対する不当な差別や偏見、部落差別、ハンセン病問題などの解決には、一人ひとりが、互いの人権を尊重し合うことが不可欠です。

人権・男女共同参画課 ☎39・2746

長岡市人権講演会

「障がいがある人にもやさしい街に」障害者差別解消法改正について考える」

12月6日(土)午後1時30分～3時15分
場ミライエ長岡(オンライン可) 調スローコミュニケーション代表・野澤和弘さん(写真) 定100人(先着) 申12月2日(火)までに人権・男女共同参画課 ☎39・2746へ(HP可)



11月是新潟県拉致問題等啓発月間です

拉致問題・特定失踪者問題の早期解決には、一人ひとりが関心を持ち、自分に何ができるのかを考えて伝え合い、解決を求める声を上げ続けていくことが大きな力になります。拉致問題などへの関心や

理解を深めましょう。人権・男女共同参画課 ☎39・2746

NE-Aエレクトロニクス新潟

企業の最新技術・製品などを集めた展示商談会です。11月19日(水)・20日(木)午前10時～午後5時(20日は午後4時まで)
場ハイブ長岡 調新潟県電子機械工業会 ☎21・5400 担当Ⅱ産業支援課 ☎39・2222

長岡市DX推進ラボ

「社会人向けデジタル人材育成プログラム」

Excel操作や生成AIなど、これからの企業活動に役立つ知識や技術を学べます。11月17日(月)・26日(水)、12月5日(金)、来年1月23日(金)、2月20日(金)午後3時30分～5時
12月12日(金)、来年2月6日(金)午後3時30分～6時
場ミライエ長岡など 定各15人(先着) 申HPで 調産業支援課 ☎39・2222

仕事・職場の悩み専門相談

職場の人間関係や再就職などの相談に産業カウンセラーが応じます(予約優先)。11月25日(火)午後6時～7時30分、12月6日(土)午後1時～2時30分
申HPで 調男女平等推進センターウイイルながおか相談室 ☎39・9357

おうちで作ろう!
みんな大好き給食メニュー



秋の味覚、さつまいもの甘みを活かした大人気メニュー!サクサクの衣とホクホクのさつまいもの食感を楽しんでください。
※写真は太陽幼稚園・おひさま保育園で撮影。園の畑で育てたさつまいもを使用しています

■材料(4人分)

さつまいも…2本(約400g) 水……………30ml
バター……………20g パン粉…………大さじ4
小麦粉……………大さじ2 揚げ油…………適量

■作り方

- 1 さつまいもの皮をむき、1cm幅の輪切りにして水にさらす。
- 2 水気を切って耐熱ボウルに移し、ラップをして電子レンジで軟らかくなるまで加熱する。(600W約5分)
- 3 熱いうちにつぶし、バターを加えて混ぜる。4等分にして成形する。
- 4 小麦粉を水で溶いたバター液に③をくぐらせ、パン粉を付ける。
- 5 200℃の油で、きつね色になるまで揚げる。



▲過去のレシピはこちら

市の女性の委員比率は39.6%
女性の登用に積極的に取り組みます

人権・男女共同参画課 ☎39・2746

「第3次ながおか男女共同参画基本計画」では、令和13年度までに審議会や委員会などの女性委員の割合を40～60%にすることを目標に掲げています。

今年度の女性登用率は前年度と同じ39.6%でした。引き続き、女性登用の推進に努めます。

審議会、委員会などの状況
(過去3年間、数値は4月1日現在)

年度	審議会・委員会数	女性委員を含む会数	女性委員を含む会の比率	委員数(人)	女性委員数(人)	女性委員の比率
令和5年	72	69	95.8%	1,032	392	38.0%
令和6年	73	71	97.3%	1,057	419	39.6%
令和7年	75	72	96.0%	1,074	425	39.6%



11月はチャージで
20%ポイント還元

調長岡市共通商品券協同組合 ☎86・7107
担当=産業支援課 ☎39・2222

期間中にながおかペイをチャージすると、チャージ額の20%を限定ポイントとして付与します。
11月30日(日)まで ※上限2,000ポイント。有効期限は12月14日(日)

デジタル地域通貨「ながおかペイ」が3周年を迎えるよ。8月には市内4カ所にチャージ機も設置。簡単チャージでポイントをゲットしよう!詳しくは市ホームページ(右)をみてね。



次期長岡市総合計画案 にご意見を

閩政策企画課アオ ☎39・2204

これからの10年のまちづくりの方向性を示す「長岡市総合計画」の策定を進めています。市民などで作る策定委員会や議会で議論してまとめた計画案に、ご意見をお寄せください。

回11月21日(金)～12月12日(金) 閲覧場所＝アオーレ長岡総合窓口、各支所、市ホームページ

次期計画案の概要

キャッチフレーズ／将来像

変わるれ！長岡／住み続けたい 戻ってきたい
選ばれるまち～イノベーション先進都市～

特徴

「長岡市に住み続けたいと思う人の割合」の向上など約130の重要業績評価指標（KPI）を設定し、毎年進捗を評価



▲詳しくはこちら



移転準備のため 長岡戦災資料館を閉館します

旧互尊文庫（坂之上町3）への移転に向け、現施設（城内町2）を閉館します。新しい施設の開館時期は、決まり次第お知らせします。
回12月15日(月)から

★閉館中も資料の貸し出しや語り部の派遣を行います

詳細はお問い合わせください。

閩同館 ☎36・3269

地域振興・市民生活課、情報ラウンジ

③意見書の提出

回11月28日(金)～12月4日(木) 提出先＝都市政策課、中之島支所地域振興・市民生活課、情報ラウンジ

③長岡 浦工業団地地区（地区計画）

①縦覧

回11月13日(木)～27日(木) 場都市政策課、越路支所地域振興・市民生活課、情報ラウンジ

②意見書の提出

回11月28日(金)～12月4日(木) 提出先＝都市政策課、越路支所地域振興・市民生活課、情報ラウンジ

①～③いずれも 閩都市政策課大至 ☎39・2225

④六間原公園・稲場公園の名称変更の説明会

回11月20日(木)午後7時～8時 場関原コミュニティセンター 閩都市施設整備課大至 ☎39・2230

▶三島地域の「はなみずき団地」。都市計画を変更し、生活利便施設の誘致に取り組みます



都市計画の変更に関する 説明会などを行います

次の3地域、2公園の都市計画を変更します。

①みしま中央地区（④用途地域・⑥地区計画）

①説明会（④⑥）

回11月11日(火)午後7時～8時 場みしまコミュニティセンター

②縦覧（④⑥）

回11月13日(木)～27日(木) 場都市政策課、三島支所地域振興・市民生活課、情報ラウンジアオ

③公述申し出（④）

回11月13日(木)～27日(木) 場都市政策課、三島支所地域振興・市民生活課、情報ラウンジ

④意見書の提出（⑥）

回11月28日(金)～12月4日(木) 提出先＝都市政策課、三島支所地域振興・市民生活課、情報ラウンジ

⑤公聴会（④）

回12月17日(水)午後6時30分～8時 場みしまコミュニティセンター ※③の公述の申し出がない場合は開催しません。その場合は市ホームページに掲載します

②中之島中央産業団地地区（地区計画）

①説明会

回11月12日(水)午後7時～8時 場中之島文化センター

②縦覧

回11月13日(木)～27日(木) 場都市政策課、中之島支所

女性のためのデザイン思考でつくる経営力

回12月7日(日)午後2時～4時、14日(日)午後2時～5時30分（計2回） 場ミライエ長岡 対市内の高校・大学などに通う女子学生 定15人抽選 申12月5日(金)までにHPで閩産業イノベーション課大至 ☎39・2402

デザインの考え方を経営に活かす「デザイン経営」をテーマにした女子学生向けのプログラム。CDO（最高デザイン責任者）に必要な視点と実践的なスキルを学びながら、将来のキャリアプランを考えよう！



▲わし麻呂くん

●つながる起業家交流ナイト「NOMIE会」
長岡市、小千谷市、見附市、出雲崎町の起業家同士で交流します。
回11月20日(木)午後6時30分～8時30分 場ミライエ長岡 定60人先着 定5000円 申起業支援センターCLIP長岡 岡ホームページで 担当Ⅱ産業イノベーション課 ☎39・2402



●事業の始め方をゼロから学ぼう！起業スクール
回11月19日(水)・26日(水)、12月3日(水)・13日(土)・19日(金)午後6時～8時（13日は午前10時～午後5時。計5回） 場ミライエ長岡 定20人抽選 定2000円 申起業支援センターCLIP長岡ホームページで 担当Ⅱ産業イノベーション課大至 ☎39・2402

くらし

402
●ゆるくつながる
ながおか女子部

気軽に立ち寄り自由に過ごせる居場所を提供します。
回11月14日(金)・28日(金)午後4時～7時（14日は午後6時～7時におしゃべり会あり。要申し込み） 場まちなかキャパス長岡大至 閩女性閩NP法人女のスペース・ながおか ☎38・0457 担当Ⅱ人権・男女共同参画課市 ☎39・2746

●11月9日(日)・15日(土)は秋の全国火災予防運動

急ぐ日も 足止め火を止め準備よし

冬に向けて、暖房器具を使用する機会が多くなります。火の取り扱いには十分注意し、火事を出さないようにしましょう。

閩消防本部予防課 ☎35・2190

●上級救命講習会

修了者には証明証の交付、ながおかペイ300ポイントのプレゼントがあります。
回12月6日(土)午前9時～午後6時 場消防本部 閩乳児・成人への心肺蘇生法、AEDの使用法、応急手当など 定30人先着 申11月10日(月)から長岡消防署 ☎35・2193

与板の新交流拠点 いこいね☆よいた 12月から利用申し込みを受け付けます

閩与板支所地域振興・市民生活課 ☎72・3201

来年1月19日(月)からイベントや会議、サークル活動などに利用できます。

★申し込み方法

利用月の3カ月前（営利目的の場合は2カ月前）の1日から窓口・電話で受け付け（例：3月20日の利用は12月1日から受け付け）
※休館日の場合は翌日から。毎月1日は窓口でのみ受け付け
申よいたコミュニティセンター ☎72・4114（来年1月からは ☎44・0070）

イベントなどに利用できる多目的ホールや気軽にお茶を楽しめる交流スペース、地域活動に使える和室や調理室などがあるよ。ぜひ利用してね！



▶よいたん



★施設情報

開館時間 午前9時～午後9時30分（行政部分は平日午前8時30分～午後5時15分）

休館日 12月29日～1月3日



▲詳しくはこちら

★対象施設

	施設	収容人数	主な設備
1階	多目的ホール(1)	180	音響設備、ステージ、ピアノ
	多目的ホール(2)	70	音響設備、ステージ
	交流スペース	—	カフェチェア、テーブル
	和室（1）	10	屏風スクリーン
	和室（2）	10	床の間、水屋
2階	調理室	20	調理台5台、冷蔵庫、レンジ
	図書・学習スペース	—	図書・学習机6台
	ミーティングルーム	30	椅子、机
	音楽・活動ルーム	24	椅子、机、ピアノ

▼多年にわたり長岡市公平委員会委員として寄与
大原 興人

▼多年にわたり長岡市固定資産評価審査委員会委員として寄与
稲庭 達夫

▼多年にわたり長岡市情報公開・個人情報保護審議会委員として寄与
長津 和彦

▼多年にわたり町内会長として寄与
荒木 昭平 木原 博 故 西川 明治 山田 昭次

▼多年にわたり町内会役員として寄与
渡邊 正博

▼多年にわたり統計調査員として寄与
北村さち子

▼多年にわたりコミュニティセンター長として寄与
菊入 隆夫

▼多年にわたり保護司として寄与
今井 法夫 遠藤 悦子 野口志代子 室橋 弘道 横山 英晴

▼多年にわたり学校医として寄与
土田 桂蔵 脇屋 義彦

▼多年にわたり学校薬剤師として寄与
大黒 幸恵

▼多年にわたり母子保健推進員として寄与
小宮山多恵子 堀井慶恵子

▼多年にわたり食生活改善推進委員として寄与
五十嵐晴子 大崎フミ子 葛綿マチ子 椿 ゆう子 眞島 文子

▼多年にわたり長岡市スポーツ推進委員として寄与
今井 則子 田中 義昭 安井 邦彦

▼多年にわたり消防団員として寄与
青木 秋生 青木 進 阿部 浩明 荒木 貴之 五十嵐繁秀 岩渕 惣哉 内山和一郎 遠藤 直樹 大越 啓也 岡本 渉 小熊 昇一 長部 一稔 小谷松泰之 覺張 弘 片桐 英樹 勝沼 敏明 樺澤 努 河合 正浩 川上 渉 菊入 康文 倉部 和典 古田島秀一 小林 一亨 米山 貴寛 斎藤 裕 酒井 和明 坂口 真一 櫻井 敏明 櫻井 智和 佐藤 昌二 佐藤 大介 佐藤 良栄 島津 和則 諏佐 郁男 諏佐 学 鈴木 真介

▼多年にわたり寺泊芸術文化協会役員として寄与
高津 勝

▼多年にわたり長岡市スポーツ推進委員として寄与
星野 敏行

▼多年にわたり長岡市スポーツ協会役員として寄与
市村 輝男 高田 裕司

▼多年にわたり長岡市水泳協会役員として寄与
故 小林 均

鈴木 正常 高野 敦 高橋 哲也 高橋 秀浩 高橋 雅也 千野 宗洋 千野 豊 長島 功 永見 亘 中村 研一 中村 良孝 波形 光一 長谷川義和 早川 篤史 早川 直喜 原 茂 平澤 勝紀 古川 一宏 堀井 正和 本多 義隆 丸山洋太郎 森山 賢一 諸橋 和英 山岸 久夫 山岸 裕 山野 研己 結城 伸也 和久井 直

▼多年にわたり地域福祉ボランティアを継続
樺澤興志雄 矢尾板洋子 柳 吉茂

▼多年にわたり生涯学習指導を継続
今井 勝

▼多年にわたり青少年健全育成活動を継続
片桐 恒平 すいれん

▼多年にわたり弓踊りを継承
六夜祭弓踊保存振興会

▼多年にわたり交通安全街頭指導を継続
石丸 伸吉 小黒 三治 柏木 義雄 佐藤 記一 神保 千春 曾根 豊子 多田 和光 広井 賢一 渡邊 一郎

▼多年にわたり学校医および保育園医として寄与
庄司 智

▼多年にわたり学校医として寄与
故 納谷 裕

▼多年にわたり母子保健推進員として寄与
吉田 秀子

▼コミュニティ・スクールと地域学校協働活動の一体的推進が評価され、文部科学大臣表彰を受賞
長岡市立中之島中央小学校 学校運営協議会

長岡市教育委員会表彰 晴れの受賞者 (敬称略)

図教育総務課 ☎39・2238
11月26日(水)、さいわいプラザで表彰します。

▼多年にわたり新町小学校後援会会長として寄与
山崎 晃一

長岡市表彰 晴れの受賞者

さまざまな分野で長岡市の発展に尽くされた方々を紹介します (敬称略)。
11月3日(祝)、アオーレ長岡で表彰します。

図庶務課 ☎39・2203



▼多年にわたり市議会議員として寄与
松井 一男 五十嵐良一 池田 明弘 池田 和幸 大竹 雅春 田中 茂樹

▼第36回「みどりの愛護」功労者
国土交通大臣表彰を受賞
社会福祉法人 長岡三古老人福祉会 地域密着型複合施設わしま 地域共生委員会

▼多年にわたり川口町商工会会長、理事および監事ならびに長岡南商工会副会長として寄与
小宮山正久

▼多年にわたり小国町商工会会長および副会長ならびに理事として寄与
故 田中 克己

▼多年にわたり山古志商工会会長および山古志村商工会理事ならびに長岡南商工会監事として寄与
田中 仁

▼多年にわたり二和地区商工会会長、副会長および理事ならびに長岡南商工会副会長として寄与
深見 政英

▼2024 UCI BMX フリースタイルワールドカップで優勝
片桐 悠

▼2024 UCI BMX フリースタイルワールドカップで3位に入賞
片桐 亮

▼第74回全国高等学校スキー大会
男子10キロメートルフリーで優勝
坂詰 真吾

▼2024世界マスターズ陸上競技選手権 M50 400メートルリレーで優勝
佐藤 政志

▼WORLD SKATE GAMES ITALY 2024 INLINE SLALOM に出場
高橋 翔 高橋 祐一 橋本 朋弥

▼CO・OP 2024 FIS パラ・ノルディックスキージャパンカップ白馬大会 立位・知的女子5キロメートルI Dの部クラシカルで優勝
中澤 恵

▼第47回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会
男子15-16歳400メートル個人メドレーで優勝
根岸 歩夢

▼第3回空道ワールドカップおよび2024全日本空道ジュニア選手権大会U16女子-53キログラムで優勝
長谷川愛生

▼ビーチバレージャパン第38回全日本ビーチバレーボール男子選手権大会で優勝
長谷川徳海

▼FISスキークロスワールドカップ2025に出場
古野 慧

▼BMX 2024 UCIパンプトラック世界選手権に出場
古野 哲也

▼第36回日本パラ陸上競技選手権大会および2025ジャパンパラ陸上競技大会の100メートルおよび200メートルで優勝ならびに日本記録を樹立
松田将太郎

▼第78回国民スポーツ大会女子ケイリンおよびロードレースで優勝
水谷 彩奈

▼第3回空道ワールドカップ一般男子-230および2025北斗旗全日本空道体力別選手権大会 230以下で優勝
目黒 雄太

▼FIFAビーチサッカーワールドカップ 2024出場および第10回ビーチサッカー地域リーグチャンピオンシップで優勝
山田 貴仁

▼第47回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会
女子CS100メートル自由形で優勝
山田 妃夏

▼第78回全日本学生音楽コンクール全国大会で優勝
後藤 苺瑚

▼第32回全国高等学校写真選手権大会で優勝
学校法人 中越学園 中越高等学校 写真部

▼第8回「生命を見つめるフォト&エッセー」文部科学大臣賞を受賞
中山あいり

▼多年にわたり長岡地区交通安全協会評議員として寄与
小松 功

次ページへ

納期限は12月1日(月)です

- 国民健康保険料(5期)
 - 後期高齢者医療保険料(8期)
 - 介護保険料(8期)
 - 下水道事業受益者負担金(3期)
- ※支払いは口座振替が便利です

急患診療のお知らせ

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、感染症の院内感染を防ぐため、必ずマスクを着用してください。また、**歯科を受診する場合は、受診前に必ず電話で相談してください。診療費の支払いは現金のみです。**
場さいわいプラザ1階 **持**マイナンバーカード(保険証または資格確認書)、医療費助成の受給者証(ある人)
※産婦人科は在宅当番医制です(日曜・祝休日のみ)。お問い合わせは休日・夜間急患診療所 ☎37・1199へ

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
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	—	●	●
休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科	午後6時45分～9時30分	—	●	—
	内科 小児科 外科	午前9時～11時30分、 午後1時～4時30分	●	—	—
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	●	—	—

救急車？病院に行く？迷ったら…
夜間に電話で相談できます
午後6時～翌午前8時(日曜・祝休日は24時間)
県救急医療電話相談(15歳以上) #7119
I P 電話などは ☎025・284・7119
県小児救急医療電話相談(14歳以下) #8000
I P 電話などは ☎025・288・2525

自分で病院に行ける救急患者は、**当番病院を以下で確認してください**
●休日・夜間急患診療所 ☎37・1199(受付時間のみ)
●市消防本部 ☎36・0119

◆**国**や**国**などの略字の見方は7ページ
◆**国**どなたでも、**国**特になし、**国**無料、**国**不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆**国**に電話、ファクス、Eメール、**国**(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 **ミラ**=ミライエ長岡
さい=さいわいプラザ

1カ月の
アクセス数
約30,000件

イベント情報集約サイト バナー広告を大募集

岡広報・魅力発信課 **アオ** ☎39・2202



▲詳しくはこちら

市内のイベント情報を集めたサイトに広告を掲載できます。
募集枠=3枠 掲載期間=来年3月まで(1カ月単位) **¥**月2万円(一括納付。掲載期間中の取り下げなどに伴う返金はしません) **バナー広告規格=縦70×横180ピクセル。G I F、J P E G、P N Gで容量20K B以内(静止画のみ)**

▶広告を掲載する同サイトのトップページ



イベントを告知したい 団体はぜひ登録を

ウェブ上で公開されている市内のイベント情報をA Iが自動で収集し、サイトに掲載しています。地域の催しなどウェブサイトを持たないイベントも、イベント情報集約サイトの専用フォームから掲載の申し込みができます。イベント主催者のみなさんはぜひご活用ください。
※所定の審査を通過した情報のみを掲載します。掲載基準など詳しくは同サイト(下)で



国保・後期高齢者医療・介護・国民年金の保険料は 税の所得控除の対象です

控除の対象=令和7年1月～12月に納めた保険料の合計。過去の未払い保険料の支払い分も含む

○保険料の確認方法

【国民健康保険、後期高齢者医療保険、介護保険】

種別	国民健康保険	後期高齢者医療保険	介護保険
納付方法			
納付書	1月下旬に送付予定の「 年間納付済額のお知らせ 」※領収書、口座振替指定の預貯金通帳でも確認できます		領収書
口座振替			預貯金通帳
スマートフォン決済アプリ			※金額が不明な場合は問い合わせを
年金からの支払い	日本年金機構などから1月中旬に送付予定の「 公的年金等の源泉徴収票 」(障害年金や遺族年金から支払った人には送付されません)※年金から支払った本人の控除対象になります※還付された保険料は差し引いて申告してください		
問い合わせ	国保年金課 アオ ☎39・2220、各支所	国保年金課 アオ ☎39・2317、各支所	介護保険課 アオ ☎39・2245、各支所

※窓口での確認の際は、本人確認書類(マイナンバーカードなど)をお持ちください

【国民年金保険】

11月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます(10月以降に今年初めて納付する人は来年2月上旬)。申告には、この証明書や領収書を添付してください。
※ねんきんネットで電子送付を希望をすると、10月下旬(10月以降に今年初めて納付する人は来年1月下旬)にマイナポータルで受け取ることができます
国ねんきん加入者ダイヤル ☎0570・003・004(I P 電話などは ☎03・6630・2525)、長岡年金事務所 ☎88・0003

★「ねんきんネット」で年金管理！

パソコンやスマートフォンから年金記録の確認や条件に応じた年金見込額の試算ができます。
国ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル ☎0570・058・555(I P 電話などは ☎03・6700・1144) 担当=国保年金課 ☎39・2250



▲登録はこちら

ねんきんネットの利用登録は、マイナンバーカードが便利です！



マイナちゃん

くらし

●**税理士無料税務相談要予約**

回11月19日(水)、12月3日(水)午前9時30分～正午 **場・申** 税理士会長岡支部(三和3) ☎33・8080 担当Ⅱ市民税課 **アオ** ☎39・2212

●**借金返済に関する無料相談会**

回11月29日(土)午前10時～正午 **場・申** 11月26日(水)までに消費生活センター **市セ** ☎32・0022

●**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)。
回11月12日(水)・19日(水)、12月3日(水)午後1時30分～4時 **場・申** 消費生活センター ☎32・0022

●**保育士就職相談会**

回11月28日(金)午前9時30分～正午 **場** さいわいプラザ **対** 保育士資格のある人(3月までに取得見込みを含む) **申** 11月27日(木)までに **国保** 育課 **さい** ☎39・2219

●**看護の就職応援セミナー**
子どもと高齢者に携わる看護師について

回12月5日(金)午前10時～11時30分 **場** 保育園・学校・介護施設での仕事内容や働き方な

ど **国** ハローワークやナースセンターに求職の申し込みをしている看護資格のある人

場・国 ハローワーク長岡 ☎32・1181 担当Ⅱこども家庭センター **さい** ☎36・3727

●**し尿のくみ取りは降雪前に**

例年12月は、し尿くみ取りの申し込みが集中し、収集が遅れがちです。降雪後の作業は困難なため、早めにくみ取りを済ませましょう。特に大型便槽は11月中に済ませてください。

【申し込み先】

▼長岡地域
川東地区大手通以北：(有)あけぼの清掃社 ☎42・2560

川東地区大手通以南：(株)みつわ ☎36・4470

川西地区：(株)原産業 ☎27・2241

▼中之島地域：(有)中之島清掃社 ☎66・3184

▼越路・小国地域：(有)あけぼの清掃社 ☎42・2560、クリーンシステム(株) ☎92・2517

▼三島・与板地域：(有)あけぼの清掃社 ☎42・2560

▼山古志地域：(有)山清コーポレーション ☎59・2304

▼和島地域：(有)タカハシ環境サービス ☎74・2433

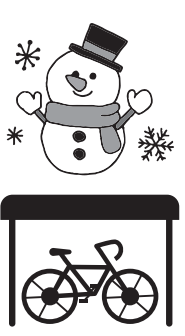
▼寺泊地域：(株)寺泊清掃社 ☎75・2034

▼栃尾地域：(有)協和衛生社 ☎52・3432

▼川口地域：(有)中越清掃社 ☎82・2955

●**冬期間に使用しない自転車などを預かります**

回来年4月30日(木)まで **¥**自転車1,000円、原付バイク2,000円(学生は半額。障害者・生活保護を受けている人は無料) **場・申** 長岡駅東口地下自転車駐車場 ☎38・2075、長岡駅大手口地下自転車駐車場 ☎32・8922、長岡駅大手口北自転車駐車場 ☎33・2345



募集

●**看護師(任期付正規職員)**

定1人程度 雇用期間Ⅱ来年4月1日～令和12年3月31日勤務場所Ⅱ寺泊診療所(状況により山古志診療所での勤務あり) **国** 看護師免許を有し、看護師としての病院などでの職務経験が2年以上ある人 **試験日** Ⅱ11月16日(日) **申** 11月10日(月)まで ※試験案内など詳しくは市ホームページで **国** 人事課 **アオ** ☎39・2201

鳥獣被害対策の徹底を

岡鳥獣被害対策課 ☎39・2348

秋は冬を越えるための餌を求めて鳥獣の活動が盛んになります。クマやイノシシを寄せ付けないう、果樹は早めに収穫するか、収穫しない場合は伐採しましょう。成熟を待っている場合はクマなどが木に登れないよう、トタンを巻くなどの対策をしましょう。



●収穫せずに放置＝「無意識の餌付け」!?



特に柿は、クマやイノシシを引き寄せることにつながり、収穫せずに放置しておくことが「無意識の餌付け」になると言われています。柿に限らず、作物は早めに収穫し、残りくずや落ちていた実は片付けましょう。

◀栃尾地域で撮影した、クマに荒らされたと思われる柿の木（9月27日）

●被害を防ぐ！基本を確認

寄せ付けなために

- ・生ごみや余った野菜、果物を外に放置しない
- ・ガレージや物置の戸締まりを徹底

遭わないために

- ・鈴、ラジオなど音の出るものを携帯
- ・鳥獣の出没しやすい早朝、夕方の作業は避ける
- ・単独行動を避け、作業中はこまめに周囲を確認
- ・「ながおかDメールプラス」などでタイムリーに出没情報を得る

▶詳しくはこちら



県が警戒レベル最高の「クマ出没特別警報」を発表

県内の4月～9月のクマの目撃件数と人身被害者数が過去最多を記録しています。今年はクマの餌となるブナの実が凶作で、今後も市街地などに出没する可能性が高くなっています。被害に遭わないよう、一人ひとりができる対策をしましょう。

みんなのひろば

市民サークル、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…1月号は11月21日(金)(必着)、2月号は12月17日(水)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【1月号】1月3日(出)、【2月号】2月10日(火)以降のものに限りです
- ◆提出先…〒940-8501広報・魅力発信課へ郵送、持参、FAX39・2272、専用フォーム(右) ※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・応募できない②活動が主に市外で行われている③政治・宗教・営利が目的(準ずるものを含む)
- 原則、会員募集は年1回、同一とみなされる団体の掲載は年4回までです

岡広報・魅力発信課 ☎39・2202

催し

- 重要無形文化財保持団体秀作展
「日本の伝統美と技の世界」
岡県立歴史博物館 ☎47・6130
休日の場合は翌日 場・岡
9時30分～午後5時(月曜休館)
11月7日(金)～12月21日(日)午前
11月10日(月)～16日(日)午前9
時30分～午後5時(12日は午後
1時から、16日は午後3時まで)
場・岡県立歴史博物館 ☎47・6130
- 製作実演
内・沈金・時絵：11月23日
(祝)・24日(休)、越後上布製作：
11月29日(土)・30日(日)、小千谷
縮製作：12月6日(土)・7日(日)
午前10時～午後4時(24日は
正午まで)
鉛筆画作品展「好き(LOVE)こそモノの上手なれ」
11月8日(土)～16日(日)午前9
時～午後9時(8日は正午から、
16日は午後4時まで)
場・岡県立歴史博物館 ☎47・6130
- シルシ版画の会木版画展
11月10日(月)～16日(日)午前10
時～午後4時(10日は午後1
時から、16日は午後3時まで)
場・岡県立歴史博物館 ☎47・6130
- はじめて会28周年絵画展
11月12日(水)～14日(金)午前9
時30分～午後5時(12日は午
後1時から、14日は午後4時
まで) 場・岡県立歴史博物館 ☎47・6130
- MOA美術館長岡児童作品展
11月15日(土)・16日(日)午前9
時～午後4時 場・岡県立歴史博物館 ☎47・6130
- ひなたぼっこコンサート
11月16日(日)午後1時30分～
3時 場・岡県立歴史博物館 ☎47・6130
- 「杜のかたらい」 内・リコー
ギター、エレクトーンなどの演
奏 定・80人(先着) ¥中学生以
上 77・0155

- 長岡大学 ☎39・1600
の催し
①地域連携研究センターシ
ンポジウム「高齢者の居
場所と生きがいづくり」
11月17日(月)午後1時30分～
3時30分 場・リリックホール
定・300人(先着) 申・11月12日
(水)まで
- 地域活性化プログラム成
果発表会
12月6日(土)午後1時～5時
場・ホテルニューオータニ長岡
定・400人(先着) 申・11月26日
(水)まで
- 孫育講座
11月17日(月)午前10時～11時
30分 場・蔵王のもりこども園
(蔵王1) 対・祖父父母 定・10
人(先着) 申・11月14日(金)まで
同園・武田さん ☎090・5821・7115へ
- 長岡蒼柴ライオンズクラブ
認証60周年記念特別講演会
「人生をあきらめない」
11月20日(木)午後6時～7時
30分 場・ホテルニューオータ
ニ長岡 講・山口達也さん 定・
300人(先着) 申・11月10日(月)
までに同事務局 ☎33・5200へ
- ながおかまちなかコンサート
11月24日(休)午後1時～4時

！ 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、会費、受講 申申し込みが必要(記載がないものは直接会場へ) 料(記載がないものは無料) 持持ち物 問問い合わせ

- 30分 場・アオーレ長岡 定・200人(先着) ¥一般800円(当日2000円増)、大学生以下500円 岡同実行委員会・高垣さん ☎070・4732・0329
- 長岡ウィンドオーケストラ P.H.O.E.N.I.X.演奏会
11月22日(土)午後2時～4時 場・リリックホール 定・700人(先着) ¥一般500円、中学生以下無料(要整理券) 岡小野さん ☎090・5796・3638
- 夢トーク!!
「自己肯定感アップとチャレンジ思考を磨くトークセッション」
11月23日(祝)午前10時～正午 場・ミライエ長岡 定・50人(先着) 申・誰かの夢応援 ♪ & M E ♪ プロジェクト・高木さん ☎090・6715・3419
- クリスマス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
11月23日(祝)～12月6日(土) 場・葛屋書店長岡古正寺店など 岡サンタ・プロジェクトながおか・田中さん ☎37・4282
- 県立美術館友の会 文化祭・作品展
11月26日(水)～30日(日)午前10時～午後4時(30日は午後3時まで) 場・県立近代美術館 岡同事務局 ☎28・4419
- 第3級アマチュア無線技士養成講習会
11月29日(土)午前9時～午後7時 場・ミライエ長岡 対・4

- 級保持者 定・36人(先着) ¥15,250円 申・11月22日(土)までに日本アマチュア無線連盟新潟県支部・小川さん ☎090・2086・4949へ
- もつとへぶんしっし講座 ちよゝ入門編
11月30日(日)午前10時～午後3時 場・さいわいプラザ 内・分子模型作り、カードゲーム 対・小学生以上と保護者 定・12組(先着) ¥1組5,500円 岡薬知ん研究所・五十嵐さん ☎090・1531・1294
- 折り紙で楽しむクリスマス展
11月30日(日)～12月14日(日)午前8時～午後9時(30日は正午から、14日は午後2時まで) 場・アオーレ長岡 岡日本折紙協会新潟中越支部フェニックス・渡辺さん ☎090・2328・4467
- ワークショップ
11月30日(日)正午～午後3時、12月14日(日)午前10時～午後2時 ¥各200円
- 長岡交響楽団定期演奏会
11月30日(日)午後2時～4時 場・リリックホール 対・小学生以上 ¥一般1,500円、高校生以下800円(当日200円増) 岡村山さん ☎36・3327
- 新潟県合同木鶏体験会
12月6日(土)午後6時30分～8時30分 場・沢崎正歯科医院(城内町2) 内・人間学の勉強会 講・(株)宮野食品工業所代表取締役社長・宮野伸一朗さんほか 定・30人(先着) 申・12月

- 1日(月)までに長岡木鶏クラブ・飯高さん ☎090・5790・7052へ
- スポーツ ワンバウンドバレーボール 中央クラブ体験会
11月10日(月)・13日(木)午前9時～正午 場・市民体育館 対・60歳以上 定・各10人(先着) 申・土田さん ☎090・5432・5849
- コミセン空手会員募集
日・場毎週火曜日：新組コミユニティセンター、毎週木曜日：富貴亀コミユニティセンター 時・午後6時30分～9時 対・3歳以上 ¥各3,000円 申・井上さん ☎090・2973・7421
- 健康 三島病院 ニもく会
11月20日(木)午後2時～3時30分 内・認知症の講義、家族会 場・申・11月19日(水)までに同病院 ☎42・2311へ
- オーラルフレイル予防講座
11月22日(土)午前9時30分～10時30分 場・米百俵プレイス北館 講・歯科衛生士・佐藤由可理さん 定・15人(先着) 申・11月21日(金)までにサンプラザ長岡 ☎27・1515へ
- 自然治癒力を高めるライフスタイルケア「生体エネルギー療法とセラピー」の体験
11月23日(祝)午前9時30分～11時30分 場・さいわいプラザ

- 定・10人(先着) ¥500円 申・MOA健康スマイルくらぶ・赤坂さん ☎070・3193・6433
- くらし 特設人権相談所
日・場11月21日(金)午後1時～3時：山古志体育館、28日(金)午前9時～正午：わしまコミユニティセンター、12月5日(金)午後1時～3時：アオーレ長岡 内・いじめ、虐待、差別問題など 岡新潟地方事務局長岡支局 ☎33・6901
- 中古衣料品等チャリティ即売会&フードドライブ(食品寄付)
11月26日(水)・27日(木)午前10時～午後2時(27日は正午まで。寄付は25日(火)午前10時～午後1時) 場・アオーレ長岡岡岡市消費者協会事務局(消費生活センター内) ☎32・0082
- 家庭用ばかりなどの無料点検
12月11日(木)午前10時30分～正午、午後1時～3時 場・さいわいプラザ 対・体温計、キツチンスケール、体重計など(非接触式体温計と血圧計は除く) 岡新潟県計量協会 ☎0256・36・2354
- 新潟空港Sky DEBUT お得なキャベーン実施中！
新潟空港を往復利用する12月26日(金)帰着までの海外旅行商品の代金を1人1万円割引引きします。対象商品はキャンペーンホームページで。

- 岡県空港課 ☎025・280・5471
- 若手社員の仲間作りを支援します
県内中小企業同士の若手交流事業に補助金を交付します。詳しくは県ホームページで。 岡県雇用能力開発課 ☎025・280・5270
- 募集 長岡育英寮入寮生 定・5人(面接で選考) 対・市内出身または市内の高校・高専を卒業した男子大学生・院生 場・東京都武蔵野市西久保2の16の9(JR中央線三鷹駅から徒歩13分) 部屋Ⅱ6畳洋室個室食事なし(共同の浴室と自炊設備あり、Wi-Fi無料) ¥月3万5千円(光熱水費込み) 申・来年3月31日(火)までに卒業業(株) ☎24・7373へ
- 「ものづくり」の職業訓練
日・内・来年1月6日(火)～6月29日(月)：機械加工技術科、電気設備技術科、ビル設備科 1月6日(火)～7月28日(火)：スマート生産サポート科 時・午前9時25分～午後3時50分 定・各12人・15人(12月10日(水)選考) ¥無料(教科書代など別) 場・申・12月4日(木)までにポリテクセンター新潟(住吉3) ☎33・2733へ
- 施設見学(要申し込み)
11月13日(木)・27日(木)午後2時～4時50分

今月の紙 国営越後丘陵公園の南側エリアにマウンテンバイクなどが楽しめる「ながおかアーバンバイクパーク」がオープンしました。木々に囲まれたパークは、初級者から上級者まで楽しめる多彩なコースが魅力。初日は県内外から多くの親子連れらが訪れ、起伏のあるコースでジャンプをしたり、自然の中をのんびり走ったりして楽しんでいました。(9月27日)





沼倉 昌明・千紘 選手

(長岡在住)

祝 東京デフリンピック 出場決定！

高橋 朋伽 選手

(中越高校3年)



ジャンプサーブが武器です。少し緊張していますが、笑顔でチームを支え、チームJAPANで金メダルを獲得できるよう全力で頑張ります。応援よろしくお願いします。

11月15日に開幕する「東京2025デフリンピック」に長岡の選手が出場します。デフリンピックは国際的な「きこえない・きこえにくい人のためのオリンピック」。100周年の節目となる大会が日本で初めて開催されます。世界の舞台に挑む3人を応援しましょう。
岡福祉課 ☎39・2343

昌明 選手 男子ダブルスと混合ダブルス、混合団体戦に出場します。ラケットに羽根が当たる音が聞こえない分、相手の動きでコースを判断しています。全力で挑みますので応援をお願いします。

千紘 選手 夫婦で出場する混合ダブルスでは金メダルを目指します。デフリンピックという言葉が広がり、私たちのプレーが子どもたちやご家族の希望につながると嬉しいです。

長岡の新米を堪能しよう

会場 アオーレ長岡 岡農水産政策課 ☎39・2223

11/23祝 長岡うまい米コンテスト

●コンテスト表彰式

応募総数約200点から今年1番うまい米が決定します。
時間＝午後1時～2時

●新ブランドが初登場!!長岡三大ブランド米の食べ比べ

おいしさを重視した「金匠」(左)、環境に配慮した「小さな生き物たちと育むお米」(中央)、今年認証が始まった中山間地域の特色を活かした「NAGAOKA MOUNTAIN GIFTS」を会場で味わうことができます。

時間＝午前10時から(無くなり次第終了)



▲各ブランドのロゴマーク

★新ブランド商品が市内店舗で販売スタート

「NAGAOKA MOUNTAIN GIFTS」として認証した米や加工品などの販売が市内店舗でスタートしました。

▶詳しくはこちら



11/22土～24休 ながおか米の陣

時間＝午前10時～午後8時
(24日は午後5時まで) 岡

にいがた米の陣同事業体
(株)ライブポート内) ☎025・278・7922



▲詳しくはこちら

●炊きたての新米長岡産コシヒカリが食べ放題!!

1人350円で制限時間なし。小学生以下は無料です。

●ごはんが進む厳選おかずエリア

バラエティ豊かな60種類以上のおかずが大集合!

●米と相性抜群の長岡の地酒が登場

●キッズプレイエリア

ストラックアウトや輪投げなどのゲームが楽しめます♪

★時間指定の有料席もあります

