

◆回や欄などの略字の見方は10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  
◆□に電話、ファクス、Eメール、☎(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 さい=さいわいプラザ

**納期限は11月30日(火)です**  
①国民健康保険料(5期)  
②後期高齢者医療保険料(8期)  
③介護保険料(8期)  
④下水道事業受益者負担金(3期)  
※キャッシュレス決済が便利です(④を除く)



**みんなのひろば**

市民の各種サークル、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25日(休)(必着)、2月号は12月24日(金)(必着)。開催日や申し込み締め切りが、【1月号】1月3日(月)、【2月号】2月10日(休)以降のものに限りません。  
◆提出先…〒940-8501 広報課へ郵送、持参、FAX39・2272、Eメールinf-prd@city.nagaoka.lg.jp ※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・募集できない  
②活動が主に市外で行われている  
③独自のPR手段を持っている(新聞など)  
④政治・宗教・営利が目的(準ずるものを含む)  
●原則として会員募集は年1回、同一団体の掲載は年4回までです。  
☎広報課 ☎39・2202

**催し**  
■シリス版画の会「木版画展」  
11月8日(月)～19日(金)午前10時～午後4時30分(14日(日)は休館。19日は午後3時まで) 会場 台町会館 岡酒井さん ☎090・2179・0145  
■はじめ会24周年絵画展  
11月9日(火)～11日(休)午前9時30分～午後5時(11日は午後4時まで) 会場 アオーレ長岡 岡恩田さん ☎090・83004・6758  
■韓国語講座  
コース・初心者：11月12日から毎週金曜日午後7時30分～8時30分、経験者：毎週木曜日午後7時40分～8時40分、中級者：毎週火曜日午後6時30分～7時30分 場さいわいプラザ ☎月3,500円(テキスト代別) 申アリアラン韓国語サークル

ル・高野さん ☎090・7249・3877  
■聞いてくわいしい昔話  
11月14日(日)午後2時～3時30分 場中央図書館 岡長岡民話の会 ☎090・4669・4084  
■長岡大学地域連携研究センターシンポジウム  
「新型コロナウイルス感染症による地域経済・福祉への影響」  
11月19日(金)午後1時30分～3時40分 場まちなかキャンパス長岡 定30人先着 申11月16日(火)までに同大学 ☎39・16000へ  
■長岡崇徳大学市民公開講座  
日・内①11月20日(土)：ひきこもりと社会参加②27日(土)：感染予防の基本 時午前11時～正午 場まちなかキャンパス長岡 定①33人先着②34人先着 申①11月15日(月)②22日(月)までに同大学 ☎46・6666へ

**スポーツ**  
■ニュートン親子テニス教室  
11月11日～来年3月31日の毎週火・木曜日午後6時30分～8時(期間中に計41回) 場ニュートン運動公園 対小学生以下

**健康**  
■発達障害児の家族支援に関する研修会  
11月20日(土)午後1時20分～4時30分 場リリックホール 定200人先着 ☎5000円(学費無料) 申こどもmirai研究会 ☎86・7981  
■発達障がい児・者のためのダイナミックリズム体験会  
11月21日(日)、12月16日(木)、来年1月16日(日)午前10時～正午

**募集**  
■長岡育英寮入寮生  
定10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・大学院生 場東京都武蔵野市西久保2の16の9 部屋16畳洋間個室食事なし(エアコン)、共同の浴室と自炊設備あり) ☎月3万5千円(光熱水費込み) 申12月1日(水)～来年2月20日(日)に卒業業(株)・河田さん ☎24・7373へ

**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、新型コロナウイルス感染症の院内感染を防ぐため、受診する前に必ず電話で相談してください。

- 持保険証、医療費助成の受給者証(ある人)
- 風邪や腹痛などの比較的軽症な救急患者 → ①～④を受診してください
  - 入院や手術を必要とする重症な救急患者 → ⑤を受診してください

施設名 (長岡局番0258)	診療科目	受付時間	診療曜日				
			日・祝	月～金	土	日	土
①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	—	●	●	—	—
②休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科 内小児科 外科	午後6時45分～9時30分 午前9時～11時30分 午後1時～4時30分	—	●	—	—	—
③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	●	—	—	—	—

①～③はさいわいプラザ(幸町2-1-1)の1階にあります

産婦人科は在宅当番医制です(日曜・祝日のみ)。お問い合わせは休日・夜間急患診療所 ☎37・1199へ。

正面と裏側に診療所専用駐車場があります。(台数に限りあり)

④休日在宅当番医(中之島・見附地区)  
受付時間=午前9時～11時30分、午後1時～4時30分  
※外科は☎、内科は☑で表記しています。

期日	病院名	電話番号
11月	3日(祝) ☑石川医院	☎66・2140
	7日(日) ☑杏仁堂医院	☎62・0123
	14日(日) ☑中之島クリニック	☎61・2551
	21日(日) ☑星整形外科医院	☎66・8808
	23日(祝) ☑関谷医院	☎61・0205
28日(日) ☑わたなべ皮膚科	☎62・7750	
12月	5日(日) ☑田崎医院	☎62・1122

⑤救急当番病院  
当番病院に関するお問い合わせ  
休日・夜間急患診療所 ☎37・1199(受付時間のみ)  
長岡市医師会 ☎22・5600  
長岡市消防本部 ☎36・0119

立川総合病院 ☎33・3111  
長岡赤十字病院 ☎28・3600  
長岡中央総合病院 ☎35・3700

**アクセス、急増中！  
市ホームページ 広告募集**



アクセスはトップページで月平均15万件です。感染症対策や災害情報の閲覧のため、昨年に比べて約1.7倍に増えています。企業PRなどにぜひご活用ください。  
募集数=9枠 掲載期間=来年1月～3月(1カ月単位) バナー広告規格=縦70×横180ピクセル。GIF、JPEG、PNGで容量20KB以内(静止画のみ) ☎月2万円(一括前納。掲載期間中の取り下げなどに伴う返金はしません) 掲載位置=トップページ 申1月分は11月26日(金)までにHPで(2月分以降は随時) 担当=広報課アオ ☎39・2202

**募集 悠久山公園 市民ボランティア**

☎都市施設整備課 大手 ☎39・2230  
悠久山公園の桜の手入れの一環として、落ち葉の堆肥づくりをします。  
11月13日(土)午前9時30分～11時30分 場悠久山公園(自由広場) 岡長岡市緑地協会 ※詳しくは市ホームページで

