

# 358店舗が参加！ ポッキリパスポート プレミアム

本紙と  
同時配布

税込み“ポッキリ”価格（500円、1,000円など）で、お得にグルメやサービスを楽しめます。豪華賞品が当たるスタンプラリーも実施します。  
期間＝11月30日(水)まで 岡岡商工会議所 ☎32・4500 担当＝産業支援課 ☎39・2222



3,000円分の  
クーポン付き  
さらにお得で使いやすく♪

・500円券×6枚！昨年より2,000円増額  
・1会計で何枚でも使用可能に

対象店舗で「ポッキリを見た」と言うだけでポッキリ価格に！当社では、市内醸造企業の塩こうじを使った新商品のハンバーグを、2個500円で提供します。クーポンを持って、気軽にお買い物に来てください♪



参加店舗  
**(株)フリタミートパーベイザーズ**  
(西宮内2)  
特販課長 永田 真紀さん

- ①リコーダーアンサンブルの愉しみ②リコーダー古楽の愉しみ
- ¥1800円②一般2,800円、小・中・高校生1,300円
- ①②共通一般3,000円、小・中・高校生1,800円(当日各200円増) 岡岡実行委員会・皆川さん ☎090・7258・4763
- 越後ながおか語り座ネット創立記念公演  
「語りの杜に風が吹く」  
10月1日(土)午後1時30分～4時 場リリックホール 内音話、警女唄など 講文学座・本山可久子さん ¥中学生以上1,500円 岡岡今井さん ☎090・3505・1672
- パレット会・四季の会 水彩画合同作品展  
10月4日(火)～6日(木)午前9時～午後5時(4日は午前11時から、6日は午後4時まで) 場アオーレ長岡 岡パレット会・中村さん ☎32・4712
- オリオンの会 絵画展  
10月5日(水)～7日(金)午前10時～午後4時30分(7日は午後4時まで) 場台町会館 岡関さん ☎34・3559
- ★会員募集中  
毎月第1・3水曜日 場さいわいプラザ ¥年15,000円 岡関さん
- 長岡マンドリンアンサンブルコンサート  
「美しきマンドリンの世界」  
10月10日(祝)午後2時～4時 場リリックホール ¥500円 申榎山さん ☎090・2847

- ・3552
- 写画「鼓動」写真展  
10月3日(月)～11日(火)午前8時30分～午後7時(3日は午後3時から、11日は午後2時まで。8日～10日は午前9時～午後6時30分) 場市民センター 岡新部さん ☎080・5546・5960
- 長岡明德高校社会人向け講座 漢字セミナー  
10月14日～来年2月3日の毎週金曜日午後1時30分～3時15分(期間中に計11回) 定25人(先着) ¥4,250円(検定料別) 申9月26日(月)～30日(金)に同校 ☎33・5821へ
- ブルーノートジャズオーケストラコンサート  
It's My Favorite!  
10月22日(土)午後6時30分～8時 場リリックホール ¥1,000円 岡ジャズカフェ音楽 ☎36・7655
- 武術研究会  
9月12日(月)・26日(月)午後6時～8時 場アオーレ長岡 岡越後武芸館 ☎080・1275・2168
- 復活！開学記念マラソン大会  
10月1日(土)午前10時から 場長岡技術科学大学周辺(2km、5km、10km) ¥500円 申9月13日(火)までに同大学同窓会・芳賀さん ☎46・5505へ
- 空手道体験会  
11月までの金曜日(月3回程) 対・時小学校低学年以下

## スポーツ

- 午後6時30分～7時15分、小学校高学年以上：7時～8時 場上川西コミュニティセンター ¥1回500円 申太陽会 ☎090・4523・4806
- 蓬平猿倉岳天空のブナ林 秋のトレッキング  
10月2日(日)午前9時～午後2時 定30人(先着) ¥1,500円 申9月20日(火)までに蓬平猿倉の森の会・中村さん ☎090・8813・7064へ
- 楽しい脳トレ体験会  
9月17日(土)午後1時30分～3時 場日越コミュニティセンター 定20人(先着) ¥100円 申ひとのわ・ルナの会・松本さん ☎090・4926・4882
- 精神障害者「家族のつどい」  
9月24日(土)、10月15日(土)、11月19日(土)午前10時～正午 場社会福祉センター1 岡精神障害者家族会 岡希望の会 ☎94・552
- メンタルヘルズ講演 「睡眠に関わる7つの習慣の8つの効果が人生を変える」  
9月23日(祝)午後2時30分～4時30分 場社会福祉センター1 岡新潟大学教授・神村栄一さん 定33人(先着) ¥1,000円 申合同会社カウンスリン グループ さくら長岡 ☎090・3805・6170
- 生活習慣改善と免疫力を高める「生体エネルギー療法と花セラピーの体験」  
9月23日(祝)午前9時30分～11時

## 健康

- 日本産業カウンセラー協会 働く人の電話相談室  
☎0120・583・358 仕事や人間関係などの相談に産業カウンセラーが応じます。
- 9月9日(金)～11日(日)午前10時～午後10時
- 特設人権相談所  
9月16日(金)午後1時～4時：越路支所、10月5日(水)午前9時～11時：おぐにコミュニティセンター1、7日(金)午前10時～正午：栃尾支所、13日(木)午後1時～4時：よいたコミュニティセンター1、19日(水)午前10時～午後3時：寺泊支所、11月8日(火)午後1時～4時：川口地域福祉センター1、9日(水)午後1時～4時：中之島コミュニティセンター1 内いじめ、虐待、差別問題など 岡新潟県地方支務局長岡支局 ☎33・6901
- 個人事業者向け 消費税インボイス制度説明会  
9月21日(水)②22日(木)③10月25日(火)④26日(水)①③午前10時～11時②④午後1時30分～2時30分 定各12人(先着) 場・申①②9月15日(木)③④10月20日(木)までに長岡税務署 ☎35・8509へ
- おしごと体験会  
9月26日(月)午後1時～3時30分 場ハイブ長岡 内企業説明

## くらし

- もみじ園ナイトコンサート  
9月17日(土)午後3時～7時
- 大人の部活アロマ部  
9月11日(日)午後2時～4時：感情のオイルお話し会、22日(木)午前10時～11時30分：手作り美肌ローション 場興國寺(千手2) 岡ウェルネスアドバイザー・諸橋友さん ¥各1,500円 申各前日までに藤井さん ☎090・6687・8957へ
- 不動態の無料相談会  
10月7日(金)午後1時～4時 場まちなかキャンパス長岡 内不動産の価格決定や賃料など 岡新潟県不動産鑑定士協会 ☎025・225・2873
- 行政書士による「一日無料相談会」  
10月9日(日)午前10時～午後4時 場まちなかキャンパス長岡 内相続・遺言、各種許可関係など 岡新潟県行政書士会中越支部・佐藤さん ☎32・3535
- 戦没者の遺族からDNA鑑定申請を受け付けます  
対硫黄島、インド、インドネシア、沖縄、樺太、旧ソ連地域、タイ、中部太平洋地域、東部ニューギニア、ノモンハン、ビスマーク・ソロモン諸島、フィリピン、ミャンマーで収容された戦没者遺骨の遺族と思われる人 岡厚生労働省社会・援護局事業課 ☎03・5253・1111
- 自筆証書遺言書を法務局が保管します(要予約)  
自身が書いた遺言書を法務局で保管することができます。 岡新潟県地方支務局長岡支局 ☎33・6901
- 「チーム福祉」メンバー 日曜日(月1回) 場さいわいプラザ 内情報共有 岡医療福祉の専門資格を持つ人 岡岡部さん ☎070・4002・0368

## 募集

# 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…11月号は9月30日(金)(必着)、12月号は10月31日(月)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【11月号】11月10日(木)、【12月号】12月10日(土)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。  
岡広報課 ☎39・2202

- やまこし蓬平散策スタンプラリー「HAKONIWATARI」  
山古志や蓬平の参加店舗を利用してスタンプを集めます。  
9月3日(土)～11月6日(日) やまこし復興交流館おらたる ☎41・1203
- 木版画教室 年賀状を木版画で  
9月10日(土)・23日(祝)、10月8日(土)・28日(金)、11月12日(土)・25日(金)午後1時30分～3時30分 場さいわいプラザ ¥月500円(教材費別) 申シリウス版画の会・酒井さん ☎090・179・0145
- 長岡崇徳大学市民公開講座 「ヤングケアラーについて考える」家族のケアを背負う子どもたち」  
9月10日(土)午前11時～正午

## 催し

- まちなかキャンパス長岡 定30人(先着) 岡岡大学 ☎46・666
- 長岡技術科学大学技大祭  
オンラインで開催します。詳しくは技大祭ホームページで。  
9月10日(土)・11日(日)午前10時～午後7時 岡ダンス、ヒーローショーなど 岡岡実行委員会・福土さん ☎070・2010・9068
- 大人の部活アロマ部  
9月11日(日)午後2時～4時：感情のオイルお話し会、22日(木)午前10時～11時30分：手作り美肌ローション 場興國寺(千手2) 岡ウェルネスアドバイザー・諸橋友さん ¥各1,500円 申各前日までに藤井さん ☎090・6687・8957へ
- もみじ園ナイトコンサート  
9月17日(土)午後3時～7時

- 教職員とOB・OGによる オータムコンサート  
9月18日(日)午後2時～3時30分 場リリックホール 内合唱、楽器演奏など 岡中川さん(東谷小学校内) ☎52・2739
- 長岡クラフトフェア 「秋のアートビレッジ」  
9月23日(祝)～25日(日)午前10時～午後3時30分(25日は午後3時まで) 場千秋が原ふるさと森 岡岡実行委員会・堀口さん ☎080・6718・1838
- シベリア強制抑留・北方四島略奪を語る講演会  
9月25日(日)午後2時～4時 場中央図書館 岡シベリア抑留解明の会理事長・近藤建さん 岡アジア経済研究所新潟事務局 ☎080・6677・8535
- 長岡リコーダーフェスティバル  
10月1日(土)午後0時30分～5時30分 場リリックホール 内

！ 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、受講料(記載がないものは無料) 掲掲持物 問問問い合わせ 申申し込みが必要(記載がないものは直接会場へ)