

ながおか 市政だより

# Nagaoka

1

2024



新春座談会

## 長岡の明るい未来へ

米百俵の精神で築くあした —2ページ

p 8 30億円規模の物価高騰対策

p 9 米百俵プレイス西館に企業進出

●表紙

上り調子の1年に！栃尾美術館で張り子の辰に絵付け (p23)



◀座談会の会場は、令和5年7月にオープンしたミライエ長岡の「ミライエハウス」。ワークショップやセミナーなども行われる

**山田（進行）** 新型コロナウイルスの影響で大きく変化した世の中。昨年は、新しい形で日常を取り戻しつつある1年でした。

**市長** 今、この先どうなるのか分からない、先行きが予測できない世の中だと言われています。しかし私は、いつの時代も若者たちは希望に満ちていると思っています。今日は、長岡の未来を担う子どもや若者が新しい時代を生き抜くための力を育む活動をして

いるみなさんから夢を語っていただきたいと思っています。  
**山田** それは楽しみです。まずはみなさんの活動を伺いましょう。

**米百俵のまちで活躍する「長岡人」**

**廣川** 絵本セラピストとして、子育て支援施設や保育園などで絵本の講座を開催しています。お子さんや保護者一人ひとりと向き合い、対話することを大切にしています。令和3年からは教育委員も務めています。

**佐藤** 米農家に嫁いで10年です。農業を通じて小学校や幼稚園の子どもたちへの食育にも取り組んでいます。令和3年に、女性農業者同士の交流や情報交換の場となる団体を立ち上げて活動しています。

**長井** IT関連会社を営む傍ら、子どもたちにもものづくり技術を伝えたいと、20年前からロボカップジュニアの運営委員を務めています。

**山田** もう一人は、長岡で活躍する若者の代表としてお越しいただきました。



新潟県中越地域女性農業者コミュニティ nowa代表 佐藤 佑美さん  
 パラ陸上選手 松田 将太郎さん  
 長岡市長 磯田 達伸  
 絵本セラピスト 廣川 佳予子さん  
 ながおかメイカーズ・クラブ代表 長井 大さん

米百俵プレイス ミライエ長岡・互尊文庫で

新春座談会

# 長岡の 明るい未来へ ～米百俵の精神で築くあした～

新型コロナウイルス禍を経て、私たちの価値観やライフスタイルが大きく変化中、未来を担う子どもたちや若者を取り巻く環境も刻々と変化しています。こうした動きに対応し、新しい時代を生き抜いていくには――

長岡には市民協働や米百俵の精神で、子どもたちや若者が挑戦し、夢をつかめるまちづくりに貢献しようと活動する人たちがいます。その活動に込める思いや目標を通して、長岡の未来をお話しいただきました。

【進行はFMながおかパーソナリティの山田光枝さん】



失敗の連続をバネに  
挑戦する。  
無駄なことは絶対ない

まつだ しょうたろう  
松田 将太郎 さん

小学5年生から陸上を始め、長岡市立高等総合支援学校在学中から長岡ACに所属。令和5年のジャパンパラ陸上競技大会100mと200mで2冠を達成。2024年のパリ・パラリンピックを目指している。



▶松田選手（中央）を支える「チーム将太郎」の大関監督（右）と小川コーチ。夢を実現するため、共にハードな練習に取り組んでいる



▶ロボットのプログラミングをする子どもたち。答えが無数にあるロボット作りは、創造力を高める



優れた技術力を若者へ。「ものづくりのまち」の新しいページをつくりたい

ながい まさる  
長井 大 さん

(株)ナガイ代表取締役社長。令和4年設立のながおかメイカーズ・クラブの代表。ミライ工長岡を拠点に、ものづくりをする人(メイカー)が集い成長するコミュニティの創出を目指す。



◀大人向け絵本講座。絵本を通じて自分の気持ちを伝える機会を届けている

温かい言葉で育った子どもは、温かいコミュニケーションができると思います

ひろかわ かよこ  
廣川 佳予子 さん

長岡市教育委員。絵本と人が出会う場、人と人がつながる場をつくりたいと書店「リトルブックス」を開業。絵本セラピストの資格を持ち、児童養護施設や保育園などでの絵本講座のほか、大人向けの絵本セラピーなども開催している。



**市長** やはり女性の視点が入ると変化につながりますね。

**市長** 仲間の存在は力になりましたか。

**佐藤** 食育事業やマルシェ、研修や交流会など、仲間とやりたいことを実現できるようになりました。パッケージのデザインを工夫しようとか、おしゃれな作業着があれば、テンションが上がるね、などと意見交換もします。

**市長** すぐにもできそうです！長岡の企業には、県外の人がびっくりするすごい技術者がたくさんいます。その技術子どもや若者に見せたい。子どもたちのロボット作りには、ロボカップの運営に協力して今の子どもたちに指導してくれる人もいます。育つ

**市長** 陸上を始めたきっかけは何ですか。

**松田** 姉たちがスポーツをしていて、自分もやりたいと思いました。リハビリで通っていた長岡療育園の園長先生が「障害があっても活動の制限はない。積極的に体を動かさない」と言ってくれました。本格的に競技を始めたのは、新潟市で参加した陸上教室の先生の勧めです。

**市長** 背中を押してくれる人がいたんですね。

**松田** 新聞で私の記事を見た障害児の親御さんから、子どもに陸上をさせたいと連絡が来たことがあります。走る自分の姿が、誰かの気持ちを動かすきっかけになったことはうれしかったです。

**市長** 市では最新の農業技術を体験できる拠点「スマートアグリ長岡」を整備しました(写真③)。農業は男性の仕事というイメージを変えて、女性農業者が一層活躍するきっかけの一つになればと思っています。

**山田** 佐藤さんは障害のある人も一緒に農作業をしていますか。

**佐藤** 全ての人が活躍できる場があったらと考えて、手伝いをお願いしています。小豆に似たささげ豆を収穫して、一緒に殻をむきます。珍しい作物なので、米の脱穀機のような機械はなく手作業です。

**市長** ものづくりのまち長岡の技術なら、機械を作れるんじゃないですか。

**長井** すぐにもできそうです！長岡の企業には、県外の人



③情報通信技術や地域資源のガスを活用した次世代型園芸施設

**市長** 市もパラスポーツの普及を進めています(写真①)。長岡の子どもたちに松田さんの体験をぜひ話してください。廣川さんは子どもとの対話の手段として本を選ばれた。どんな思いがありますか。

**廣川** 私は、子どもたちに本の読み聞かせをするとき(写真②)、言葉との出会いを大切にしています。子どもたちが幼少期に出会う絵本に出てくる言葉には、人を傷つける言葉がありません。柔らかくて温かい言葉ばかりなんです。親御さんや大人が絵本を通じてその言葉を子どもたちに渡すことで、子どもたちは大人になったときにも、温かい言葉でコミュニケーションができるんです。言葉は思考をつくり、思考が行動をつくる。どんな言葉と出会うかは、子どもたちの将来をつくる大事な基盤になります。

**市長** 佐藤さんは「農家の嫁」になりましたか。伺いました。

**佐藤** 学生時代に手伝った農



②

①パラスポーツ普及の一環で車いすバスケットボールに挑戦する越路西小学校の子どもたち  
②子育ての駅「てくてく」での読み聞かせ。市内13カ所の子育ての駅では、子育て講座・相談などで親子をサポートしている



①



いそだ たつのぶ  
磯田 達伸 市長

長岡には子どもや若者を  
支える大人がいる。  
安心して挑戦してほしい

垣根を越えて交流し、議論する場として活用してもらいたいです。  
佐藤 女性農業者の仲間と利用してみたいです。違う業種の人とのつながりで、新しいものが生まれる可能性もありますよね。

**挑戦を続け  
明るい未来へ**  
山田 これからが楽しみになってきました。長岡の明るい未来のために大切だと思うことや今後の目標を教えてください。  
佐藤 私は挑戦を続けること



◀ 栖吉小学校の稲刈りの授業。子どもたちに、農作物や土に直接触れてもらうことを大切に活動している

自分と仲間を信じて一歩を踏み出す。大好きな農業の魅力を広めたい

さとう ゆみ  
佐藤 佑美 さん

長岡市農業委員。結婚を機に農業を始める。女性農業者でつくる「新潟県中越地域女性農業者コミュニティnowa」を結成。子どもたちや障害者と農業をつなぐ活動にも取り組んでいる。



が大事だと思っています。一緒に頑張る仲間がいるとすごく力になるし、仲間が新しいことを始めるときのワクワクが大好きなんです。農業に関わる女性を増やし、仲間の輪や農業の魅力をもっと広げていきたいです。  
松田 仲間の存在は大切です。障害者スポーツのチームがなく練習拠点に困っていた私を、長岡ACのコーチや仲間が気持ちよく受け入れてくれました。パラ陸上を通し、大きな夢を持つことの素晴らしさを感じています。  
廣川 松田さんに多くの支えがあったように、全ての子どもと親を周りがサポートする環境があるといいですね。自分の意見や気持ちを受け入れられているという安心感があるからこそ、怖がらずに挑戦を続けることができると思います。そのためにも、価値観を固定しないことが大事。一人ひとりが考えを持ち寄ること、イノベーションが生まれるのではないかと思います。  
長井 私の人生は失敗だらけです(笑)。でも、失敗ほど自

にはほとんど行けないけれど、ロボット作りには行きたいという子がいました。学校は苦手でも、好きなことだとどんな学習意欲が湧いてやる気になる。  
市長 ものづくりやプログラミングを学んだり、eスポーツ(写真⑤)をしたりと学校とは違う環境を用意したい。ミライエ長岡では、子どもたちの好奇心を刺激し、アイデアの実現を応援する小学生向けのワークショップ「ミライエクリエティブキッズ(写真⑥)」のようなイベントを開催しています。  
長井 私はミライエ長岡で、業種や世代などの垣根を越えた技術者の交流をしたいんです。5階のナデックベースのものづくりラボには3Dプリンターもある(写真⑦)。そこに行けば教えてくれる人がいる環境は素晴らしい。技術が集積する長岡の新しい1ページを作りたいです。  
市長 さまざまな人が集まりイノベーションの拠点でもあるミライエ長岡。ここは開かれた場所です。分野や年代の

た学生が子どもたちを指導する循環ができていることは、長岡の強み。長岡のものづくりには希望があふれていると思います。  
市長 市では、多くの人が長岡の優れたものづくり技術を知ってもらい、楽しさを体験してほしいと「ものづくりフェア」や「メイカーズながおかまつり(写真④)」を開催しています。今年も2月にあります。  
16ページへ

分を伸ばしてくれるものはない。失敗すると悔しくて、徹底的に原因を考えます。失敗の中に学びがあることを伝えながら、子どもたちの成長を支えていきたいです。  
松田 私はスタートの反応が苦手で失敗の連続でしたが、それをバネに練習を続けていきます。今の目標は、強化指定選手になること。たくさんライバルと切磋琢磨した先に、5月の世界選手権や8月のパリ・パラ五輪があると思っています。  
市長 楽しみですね。ぜひ長岡の子どもたちや若者に勇気を与えてください。  
山田 市長、長岡の未来は明るいんですね。  
市長 みなさん一人ひとりの活動が長岡の大きな力になっていることに、元気づけられました。『ひびとづくり』は、まちづくり。長岡の未来には希望があると改めて感じました。この地に息づく市民協働や米百俵の精神で、子どもたちや若者の挑戦を応援し、夢をつかめる長岡と一緒に盛り上げていきましょう！

た学生が子どもたちを指導する循環ができていることは、長岡の強み。長岡のものづくりには希望があふれていると思います。  
市長 市では、多くの人が長岡の優れたものづくり技術を知ってもらい、楽しさを体験してほしいと「ものづくりフェア」や「メイカーズながおかまつり(写真④)」を開催しています。今年も2月にあります。  
16ページへ

にはほとんど行けないけれど、ロボット作りには行きたいという子がいました。学校は苦手でも、好きなことだとどんな学習意欲が湧いてやる気になる。  
市長 ものづくりやプログラミングを学んだり、eスポーツ(写真⑤)をしたりと学校とは違う環境を用意したい。ミライエ長岡では、子どもたちの好奇心を刺激し、アイデアの実現を応援する小学生向けのワークショップ「ミライエクリエティブキッズ(写真⑥)」のようなイベントを開催しています。  
13ページへ



⑦小学生の創造力を育むワークショップ「ミライエクリエティブキッズ」  
⑥ミライエ長岡のものづくりラボ。3Dプリンターやレーザーカッターなどを備え、試作品やオリジナル作品を自由に作ることができる



⑥



⑤

④自由な発想でものづくりをする人が集う「メイカーズながおかまつり」。さまざま分野でものづくりをする人が出会う場を創出する  
⑤年齢や体格に関係なく楽しめるeスポーツの体験会



④

# さらに30億円規模の支援 物価高騰対策



エネルギー価格や物価の高騰に直面する市民や事業者を支援し、市民の暮らしと地域経済を守ります。事業の詳細は各担当課へ。

☎財政課 ☎39・2209

## 暮らしを守る

**2/1(木) 発売** 5千円で500円お得！  
**プレミアム付き商品券**

1冊5,500円分の長岡市共通商品券を5,000円で販売します。  
販売期間 = 2月1日(木)~29日(木) 使用期間 = 2月1日(木)~5月20日(月) (プレミアム分500円のみ3月20日(祝)まで)  
販売場所 (予定) = 市内郵便局 (簡易郵便局を除く)  
販売数 = 7万冊(先着) (1人2冊まで)  
☎長岡市共通商品券協同組合 ☎86・7107  
担当 = 産業支援課 ☎39・2222



▲最新情報は  
こちら

## 非課税世帯へ7万円

令和5年度の住民税非課税世帯へ1世帯当たり7万円を給付します。対象世帯には順次、案内を送ります。  
☎非課税世帯等臨時特別給付金室 ☎39・2347

## 学校給食費を補助

小・中学校などの給食費が上がらないよう、子ども1人当たり1,000円程度を各学校に補助します。  
☎学務課 ☎39・2239

## 町内会活動を支援



町内公民館、防犯灯などの維持管理や地域活動を支えます。1月中に申請書を送り、2月中旬以降に支給します。  
☎町内会 支給額 = 1世帯当たり1,200円の世帯割により算出  
☎市民協働課 ☎39・2291

# 地域経済を守る

## 運送事業者応援給付金



対象者には順次申請書を送ります。  
☎一般貨物自動車運送事業を営む、市内に本社または営業所がある法人、個人事業主 補助額 = 営業車両1台当たり2万5千円 (上限50万円) 担当 = 産業支援課 ☎39・2222

## バス、タクシー事業者支援金



☎市内に本社または営業所があるバス、タクシー事業者 補助額 = バス1台当たり3万円、タクシー1台当たり2万円 申 2月20日(火)までに都市政策課交通政策室 ☎39・2267へ

## 農作物次期作支援金



農業用資材の高騰や米の等級低下などに直面する農家を支援します。対象者には順次申請書を送り、2月上旬から支給します。  
☎市内に住所がある水田作付面積が30アール以上の米の販売農家 補助額 = 水田作付面積10アール当たり4,000円 (上限200万円) ☎農水産政策課 ☎39・2223



※☎・申などの略字の見方は11ページへ

# 米百俵。プレイス西館に企業進出 新たな雇用を生み、 若者の選択肢を広げる

人づくり・産業振興の拠点「ミライエ長岡」が入る「米百俵プレイス」西館のオフィスをフロアに、首都圏などから企業9社が進出します。企業は、フロアを貸す第四北越銀行と県、市が誘致。新たに約200人の雇用が生まれる見込みです。長岡で学ぶ学生や若者の市内就職の選択肢拡大につなげます。  
6階のコラボレーションオ

フィスに入居するベンチャー企業やスタートアップ、産学官連携の場となる5階のNadeshiko B.A.S.Eとの交流や連携で、新たな商談や製品開発なども期待されます。  
市は今後も、企業の誘致を進め、地域経済の活性化と定住人口の増加を図ります。  
☎産業立地・人材課 ☎39・2298

(株)YAZ 代表取締役CEO 田中康之さん

リモートワークが浸透し人材の流動化が進む今、企業の枠にとらわれず地域として人を育てる感覚が大切です。地元での採用を続け、他のIT企業や地元企業と共に長岡の未来を創る力になりたいです。「米百俵の精神」の象徴ともいえるミライエ長岡で、全国で勝負できる開発エンジニアチームと事業を育てていきます。



長岡出身

# 県内初！オンライン診療車を導入 家の近くまで 医療を届けます



☎保健医療課 ☎39・2383

昨年度から、対面とオンラインによる診療を行っている山古志診療所。通院が困難な高齢患者の負担を減らすため、11月からオンライン診療車の運用を始めました。  
医療機器を搭載した車内では、看護師が血圧測定や通信機器の操作などを行い、受診をサポート。患者はテレビ会議システムを通して、医師の診察や薬剤師の服薬指導を受けます。  
今後は毎月1回程度、集落の集会所などに出向いて診療します。他の中山間地域への展開も視野に効果や課題を検証し、医療の確保につなげます。



(株)クロス・プロップワークスのオフィス

## 進出企業

業種	企業名	本社
IT	(株)NEX-GEN	東京都千代田区
	(株)portia	
	(株)ZOOM	東京都新宿区
	(株)YAZ	東京都渋谷区
	(株)クロス・プロップワークス	北海道函館市
	(株)デジタルキューブ	兵庫県神戸市
経営コンサルタント	(株)アーク&パートナーズ	東京都千代田区
機械器具卸売	三菱電機冷熱機器販売(株)	
技術サービス	(株)アルプス技研	神奈川県横浜市

※上記以外にも数社が入居に向けて商談中  
◇は市内からの移転



オンライン診療車での診察 (11月27日)

## 1/5 (金)から 山古志診療所に新たな医師 診察時間を拡大します

医師 = 石川忍さん (石川内科クリニック元院長) 診察日 = 毎週水・金曜日  
受付時間 = 午前9時~11時、午後1時30分~3時 ※予約制。急患の場合は要相談 ☎山古志診療所 ☎59・3807

市政の最近のできごとを紹介します。



## 原発事故「3つの検証」県に質疑

県内の全市町村でつくる原子力安全対策に関する研究会で、県が福島第一原発事故の「3つの検証」の総括を報告。代表幹事の磯田市長は「数ある課題の解決に向け、国や県、事業者に意見していきたい」と述べました。(11月17日)



## 女性の視点で防災を考える

防災対策に女性の視点を取り入れようと開催したワークショップに、親子サークルや学生消防隊などで活動する女性たちが参加。和やかな雰囲気の中で出された率直な意見は、今後の防災知識の普及などに活かします。(11月24日)



## 学生のアイデアで長岡の魅力を全国へ

26人の学生が「長岡の未来のスター商品」のプロデュースに挑戦しました。企画やパッケージ作成など学生が試行錯誤を重ねた商品は、楽天市場の「長岡市公式ショップ・丸ごとながおか」で販売中です。(12月10日)



## 真珠湾で平和への思い新たに

米・ホノルル市で行われた真珠湾攻撃の犠牲者を追悼する式典に、4年ぶりに磯田市長が出席しました。市長は「平和を希求する市民の思いを粘り強く発信していきたい」と思いを新たに語りました。(12月7日。日本時間8日)

# お知らせ

市ホームページ：https://www.city.nagaoka.niigata.jp/

◆略字の見方  
 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・参加料 持=持ち物  
 申=申し込み 問=問い合わせ  
 先=先着順 抽=申し込み多数の場合は抽選

注) 函どなたでも、函特になし、無無料、申不要(直接会場へ)の場合は、記載なし

◆申し込み方法  
 ・電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、その方法で申し込み可  
 ・函は、市ホームページの「イベントカレンダー」「募集情報」で申し込み可

◆庁舎の表記  
 アオ=アオーレ長岡 市セ=市民センター 大羽=大手通庁舎  
 ミラ=ミライエ長岡 さい=さいわいプラザ

## 今月のおしらせ隊 隊員



なかのん  
 毎号、記事にまつわる話を長岡ゆかりのキャラクターや動物が紹介します。  
 今回は、中之島地域のマスコットキャラクター「なかのん」。地域の花として親しまれている蓮の花を頭に載せた「れんこん」の妖精です。

裏表紙にプレゼントが当たるクイズがあるの♪みんなの挑戦を待ってるの♪

- まちなかカフェ  
 ① 加藤製菓の挑戦  
 ネット通販で年商1億円を突破するまで！  
 2月16日(金)午後7時～8時  
 加藤製菓(株)代表取締役社長・加藤一弥さん
- 動物愛護センター、いつでも行っていいんだー！  
 2月22日(木)午後7時～8時  
 調原動物愛護センター

- 中華まん作り  
 1月27日(土)午前9時30分～正午  
 場 みんなの体験館 定10人先着 2,000円  
 1月20日(土)まで
- 人権・男女共同参画課  
 人権講演会  
 「子どもたちの見えざる貧困」ネット社会で潜在化、深刻化する現状について  
 2月18日(日)午後1時30分～3時15分  
 場 まちなかキャンパス長岡(オンライン可)  
 調 ジャーナリスト・石川結貴

- 緑花センター(花テラス)  
 花いっぱいコンクール作品展  
 1月5日(金)～2月22日(木)  
 場 イオン長岡店
- 花と緑の教室  
 「雪割草の育て方」  
 2月11日(祝)午前10時～11時30分  
 場 市民防災センター  
 調 新潟県雪割草連合会顧問・光村利寛さん 定30人先着  
 1月12日(金)～2月2日(金) (HP可)

- ぱち講座「ハートのサシエ(香り袋)づくり」  
 2月3日(土)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時  
 調 島峰悦子緑花推進指導員ほか 定各12人先着 各300円  
 申 1月10日(水)～26日(金)

▲フェルトを編み込んだ袋にハープを入れて作るサシエ

## 今日はどこに行こう？ / 市ホームページ イベントカレンダー

カレンダー形式でイベントをチェックできます。ぜひご利用ください。



おぐに森林公園 95・3161

- 消防本部総務課  
 消防出初式  
 1月7日(日)午後1時～2時20分  
 場 大手通りなど  
 消 防団員による一斉放水、分列行進、消防車両の展示など
- 獣医師・上杉晶さん  
 ① いずれも 定20人先着  
 ② 500円 申1月10日(水)から(HP可)

## ミライエ講演会 好きは未来のチカラになる アニメプロデューサーという仕事

「名探偵コナン」や「シティーハンター」など多くのアニメの企画・プロデュースに携わる諏訪道彦さんが講演します。

2月4日(日)午後2時～4時 場 ミライエ長岡 定100人抽選 申 1月15日(月)午後5時までにミライエ長岡ホームページ(左)で 問 ミライエ長岡企画推進室 86・6008



諏訪さんが携わったアニメーション作品の画像やアフレコ現場の写真などを使って、アニメプロデューサーの仕事を紹介！夢を持つことや、努力することの大切さを伝えます。

## アルビBB後半戦！今こそ会場で応援を

担当=市民協働課 ☎39・2288

プロバスケットボールBリーグ2部で奮闘する新潟アルビレックスBB。ホームタウンの長岡市民の声援で、勝利を後押ししましょう！

アオーレ長岡戦	試合日	試合開始	対戦相手	試合日	試合開始	対戦相手
	1/20(土)	17:40	滋賀レイクス	3/23(土)	17:40	ライジングゼファー福岡
21(日)	14:10		24(日)	14:10		
2/3(土)	17:40	神戸ストークス	27(水)	19:10 (予定)	福島ファイヤーボンズ	
4(日)	14:10		4/13(土)	17:40 (予定)		
26(月)	19:10	青森ワッツ	14(日)	14:10 (予定)		
27(火)			20(土)	17:40 (予定)	アルティーリ千葉	
3/2(土)	17:40	アルティーリ千葉	21(日)	14:10 (予定)		
3(日)	14:10					

問 新潟アルビレックスBB ☎86・5700

新加入のステイシー・デヴィス選手も躍動！

★チケット情報はこちら

©NIIGATA ALBIREX BB

### 113 ギンカクラゲ



海の中 海のウツオチ

銀貨のような円盤状の部分を持つことが名前の由来です。浮きの役割がある円盤は最大でも直径4cm程度で、周りにたくさんの青い触手が伸びています。普段は暖かい海の沖合を漂っていますが、波や風などの影響を受け、秋から冬にかけて寺泊周辺の海岸に打ち上げられることがあります。

寺水がお薦めする今月のいきものは「寺水」です。詳しい解説は寺水へGO!

いこうよ、海の大冒険! 寺泊水族博物館 ☎75・4936

## 冬こそお得な寺水へ!

### 1月13日(土)~2月29日(木)は中学生以下の入館無料

前9時~午後4時30分(月曜休館。祝休日の場合は翌日)

① 縄文検定  
火焔土器と縄文をテーマにした検定です。詳しくは「日本遺産火焔土器」のホームページで。

② 3月3日(日) 時初級:午後1時~1時50分、中級:午後2時10分~3時10分、上級:午後3時30分~4時40分 定各30人抽選(併願可) 申2月16日(金)までに、往復はがきの往信の裏に希望する検定級、郵便番号、住所、氏名、電話番号、返信の表に自分の宛先を記入して〒9401203 5 関原町1の3060の1馬高縄文館へ(各級1人1枚)

## トキのつがいを間近で観察

園トキと自然の学習館 ☎75・3201

観覧棟「トキみ〜て」でつがいを公開します。春には子育ての様子を観察できる見込みです。

回 1月16日(火)から 高校生以上100円、中学生以下無料  
★開館時間が変わります  
回 1月16日から 時午前9時30分~午後4時30分(入館は午後4時まで)

## トキと自然の学習館×寺泊水族博物館

① 出張工作教室in寺泊水族博物館「トキの折り紙、はり絵、松ぼっくりの置物づくり」  
回 1月6日(土)~8日(祝)、2月2日(金)・16日(金)午後1時30分~3時30分 場 寺泊水族博物館 ※入館料が必要

② 冬の鳥調査隊  
回 3月2日(土)午前9時30分~午後0時10分 集合=寺泊水族博物館 対 市内に在住・通学する小学4~6年生と保護者 定20人抽選 申1月14日(日)~28日(日)午後3時にHPで

## トキと自然の学習館×寺泊水族博物館

① 出張工作教室in寺泊水族博物館「トキの折り紙、はり絵、松ぼっくりの置物づくり」  
回 1月6日(土)~8日(祝)、2月2日(金)・16日(金)午後1時30分~3時30分 場 寺泊水族博物館 ※入館料が必要

② 冬の鳥調査隊  
回 3月2日(土)午前9時30分~午後0時10分 集合=寺泊水族博物館 対 市内に在住・通学する小学4~6年生と保護者 定20人抽選 申1月14日(日)~28日(日)午後3時にHPで

## 卒業・修了研究展

① 卒業・修了研究展  
回 2月9日(金)~12日(休)午前10時~午後6時(12日は午後3時まで)

② 大学院博士(後期)課程修了作品展  
回 2月9日(金)~18日(日)午前9時~午後5時(13日(火)は休館) 場 県立近代美術館

③ ファッションショー「I was born」  
回 1月21日(日)午後3時~4時5時~6時

## ミライエ長岡企画推進室

☎86・6008

● ミライエ  
クリエイティブキッズ  
① ARを使って、花火大会をプロデュース!  
回 2月10日(土)午前9時30分~正午、午後1時30分~4時 場 ミライエ長岡 対 小学1~3年生 定各10人抽選 各500円 申1月22日(月)までにHPで

② マインクラフトでミライエ長岡を攻略しよう!  
回 1月21日(日)午前9時30分~正午、午後1時30分~4時 場 ミライエ長岡 対 小学4~6年生 定各20人抽選 各500円 申1月10日(水)まで

## 農の駅 あついで長岡

☎34・5360

① みそづくり体験  
県内産の大豆を使い、麴からみそをつくりまわります。コース・回 ① 2月6日(火)~8日(木) ② 2月13日(火)~15日(木) 定 各20人抽選 各10,000円

② 花・野菜苗づくり講座  
種を持参して温室で苗づくりをします。回 2月1日(木)~5月5日(祝) 定 20人抽選 各10,000円

## 中之島地域図書館(中之島文化センター)

☎61・2165

① 新春おたのしみ会  
回 1月7日(日)午前10時30分~11時30分 内 読み聞かせ、お正月遊び 対 小学生以下 定 10人 宛

② おはなしひろば 節分スペシャル  
回 1月28日(日)午前10時30分~11時30分 内 季節のお話、工作 対 小学生以下 定 10人 宛

③ うちのこねこの写真展 写真募集  
展示後に返却します。回 2月10日(土)~3月17日(日) 申 1月6日(土)~30日(火)に写真(A4サイズ以下、1人3枚)

## 長岡造形大学

☎21・3351

① アンギン編み練習会作品展  
回 1月5日(金)~3月10日(日)午後3時~6時

② アンギン編み練習会作品展  
回 1月5日(金)~3月10日(日)午後3時~6時

## 北地域図書館

☎22・7100

① としよかん福袋  
テーマごとに集めた3冊の本をセットにした福袋を貸し出しします。

② 映画会  
回 ① 1月24日(水)午後2時~3時30分:上海特急(32年/アメリカ) ② 30日(火)午後2時~3時5分:毛糸の指輪(77年/日本) 定 各180人 宛

## 西地域図書館

☎27・4900

① ぼんつーとむかしばなし  
回 1月14日(日)午前11時~11時20分 内 長岡民話の会による昔話の紙芝居と語り

② おはなし日本&世界一周「およめさん」  
回 1月21日(日)午前11時~11時20分 内 読み聞かせ、クイズ

③ えほんのとびら  
〜せなけいこさんの絵本〜  
回 1月21日(日)午後2時30分~2時50分 対 3歳~小学生

## 南地域図書館

☎30・3501

① えほんのへや  
回 1月20日(土)午前10時30分~11時 内 読み聞かせ 定 10人 宛

② ぬいぐるみのおとまり会  
ぬいぐるみと一緒に話を聞いた後、ぬいぐるみをお話書館にお泊まりさせます。回 2月17日(土)午後2時~2時30分 対 小学生以下 定 10人 宛 申 2月3日(土)から

## 馬高縄文館

☎46・0601

① アンギン編み練習会作品展  
回 1月5日(金)~3月10日(日)午後3時~6時

## 中之島地域図書館(中之島文化センター)

☎61・2165

① 新春おたのしみ会  
回 1月7日(日)午前10時30分~11時30分 内 読み聞かせ、お正月遊び 対 小学生以下 定 10人 宛

② おはなしひろば 節分スペシャル  
回 1月28日(日)午前10時30分~11時30分 内 季節のお話、工作 対 小学生以下 定 10人 宛

③ うちのこねこの写真展 写真募集  
展示後に返却します。回 2月10日(土)~3月17日(日) 申 1月6日(土)~30日(火)に写真(A4サイズ以下、1人3枚)

## 中央図書館

☎32・0658

① POPで紹介 みんなのオススメ本!  
市内の小・中・高校生が作成した、お薦めの本を紹介するPOPを展示します。回 12月26日(火)~2月28日(水)

② さつちゃんおばさんの紙芝居スペシャル  
回 1月13日(土)午後3時~3時30分 定 10組 宛

③ 読者のつどい  
回 1月26日(金)午後7時~8時 場 まちなかキャンパス長岡(大手) 内 久坂部羊著「R・I・P」の感想などの話し合い

## 西地域図書館

☎27・4900

① ぼんつーとむかしばなし  
回 1月14日(日)午前11時~11時20分 内 長岡民話の会による昔話の紙芝居と語り

② おはなし日本&世界一周「およめさん」  
回 1月21日(日)午前11時~11時20分 内 読み聞かせ、クイズ

③ えほんのとびら  
〜せなけいこさんの絵本〜  
回 1月21日(日)午後2時30分~2時50分 対 3歳~小学生

## 互尊文庫

☎35・7981

2/1(木)から 互尊文庫 図書の貸し出しスタート

開館当初から所蔵する図書の貸し出しを始めます(一部図書を除く)。

互尊文庫では、たくさんの人が新しい本を手にできるよう、受け入れの半年後から貸し出しているのん。

なかのん

## ひとりじかんinミライエ長岡

施設内でお子さんを預かり、ゆっくりと本を読む時間を提供します。

回 1月26日(金)、2月15日(木)・28日(水)午前10時~正午 対 生後6カ月~未就学児と保護者 定 各10人 宛 申 1月5日(金)午前10時~19日(金)に専用フォーム(右)で 場 ミライエ長岡企画推進室 ☎86・6008

▶ 図書館司書がお薦めの本を紹介するブックツアー

**ファミリー・サポート・センター  
子育てサポート講座**

子育ての手伝いをしてほしい人(依頼会員)と、手伝いたい人(提供会員)が助け合っています。提供会員は全ての受講が必要です。

日 2月13日(火)・16日(金)・21日(水)午前10時～午後3時  
(21日は午後4時まで。計3回) 囚 子どもの栄養と食生活、心の発達など 定15人(先着) 保育=3人(先着)(生後6カ月以上。要予約) 場・申 2月6日(火)までに同センター(ちびっこ広場内) ☎39・2860へ



**ちびっこモデル★ #133**  
子育ての駅でみくつけた♪  
@なかのひろば

古関いちちゃん(2歳2カ月) 中之島のゆるキャラ「なかのん」が大好き。手を挙げて横断歩道を渡れるようになりました。

LINE「友だち」特典当選者

**子ども発達相談室(子ども家庭センターさい内)**  
☎36・3727

**トータルルームぶらっと**  
お子さまの発達が気になる保護者同士の交流会  
日 1月31日(水)午前10時～11時30分 囚 ひだまりハウス 対 18歳以下の子の保護者

**長岡市芸術文化振興財団**  
☎29・7715

チケット発売日の予約は、インターネットと電話からのみとなります。

**入船亭扇辰独演会**  
10月から延期となった同公演の追加販売です。



**仲道郁代プロデュース**  
「三善晃記念 響きあひつり」公開レッスン  
仲道郁代による受講生への直接指導を一般公開します。  
日 2月11日(祝)午前10時から

**長岡出身の落語家・入船亭扇辰**

日 2月4日(日)午後1時から、4時30分から 場 アオーレ長岡 全席指定2,000円  
U-25 1,000円 チケット発売日 1月10日(水)

**国営越後丘陵公園**  
☎47・8001

日 午前9時30分～午後4時30分 3月末まで入園料・駐車料が無料 休園日=1月1日(祝)・9日(火)・15日(月)・22日(月)・29日(月)・2月5日(月)

**①えちごスノーワールド**  
そりゲレンデ、スノーシュー、クロスカントリースキーコースなどがオープン。土・日・祝休日の午前10時～午後4時は無料そりリフトを運行します。  
日 1月6日(土)～2月25日(日)(積雪状況により中止・延期の場合あり)

**②スノートレイルランナーズカップ越後丘陵公園**  
日 2月11日(祝) 時・種目=①午前10時30分～午後1時10分…ロング8km②午後1時～4時…ショート4km 集合=花と緑の館 対①中学生以上②3歳以上 定200人(先着) 料 一般5,000円、高校生3,000円、中学生2,500円、小学生以下2,000円 申 1月26日(金)までに大会ホームページ(右)で

**子ども・子育て課さい**  
☎39・2300

**パパママサークル**  
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 ①2月17日(土)午前10時～正

**0歳からのつたのコンサート**  
日 2月16日(金)午前10時～10時45分、午前11時30分～午後0時15分 場 リリックホール  
出演 ソプラノ・五十嵐郊味、ピアノ・齋藤淳子 対 乳幼児と保護者 定各40人(先着)(子ども1人につき大人2人まで) 申 1月16日(火)から電話で

**リリックホール** ※未就学児入場不可

**産業支援課大手**  
☎39・2222

**長岡まちゼミ**  
長岡駅周辺のお店の人が専門家ならではの知識や技術を教えます。親子向けの講座も

**子ども・子育て課さい**  
☎39・2300


**産後ケアセンター**  
日 2月1日(木)～6日(火)午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前9時～午後6時30分) 1日は午後1時から 場 市民センター1 囚 信濃川河川事務所流域治水課 ☎32・3243

**信濃川・大津分水写真コンテスト入賞作品展**  
日 2月1日(木)～3月3日(日)(各1時間程度) 場 参加店舗など 定各3～5人(先着) 各店舗へ 囚 同実行委員会事務局(長岡市商店街連合会内) ☎32・7002 ※詳しくは同イベントホームページで

**河川港湾課南**  
☎39・2233

**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インスタグラム(右)で



**ぐんぐん(千歳1)** ☎30・1025

**①パパサロン「子どもの脳力と自信を育てる♪パパと子の運動あそび！」**  
日 1月14日(日)午前11時～正午 講 ネクストヒューマンリソース代表理事・佐藤政志さん 対 3歳～未就学児と父親 定16組(先着) 申 1月7日(日)から

**②HAKKŌサロン「寺泊の酒粕なじらね? 家族で楽しむ冬のおいしい♡」**  
日 1月27日(土)午前11時～正午 講 てらどまり若者会議～波音～代表・木村勝一さん(写真)ほか 対 どなたでも 定10組(先着) 申 1月13日(土)から



寺泊産の原材料にこだわった日本酒造りに挑戦する私が、寺泊の魅力を紹介します。酒粕を使ったおいしい料理も試食できますよ。

**③講座「赤ちゃんのお腹の整え方」**  
日 1月31日(水)午前11時～正午 講 管理栄養士・ますがたみきさん 対 妊婦、2歳児までの保護者 定 20人(先着) 申 1月22日(月)から

**てくてく(千秋1)** ☎21・3860

**①にちようおもちゃばこ**  
日 1月14日(日)午前10時45分～11時

45分 囚 読み聞かせ、おもちゃ作り 対 どなたでも 定15組(先着)

**②ワクワク絵本タイム**  
日 1月15日(月)午前10時45分～11時15分 対 どなたでも

**ちびっこ広場(フェニックス大手ウエスト2・3階)** ☎39・2775

**①リズム遊び**  
日 1月17日(水)午前11時～11時15分

**②マタニティママのおしゃべり会**  
日 1月19日(金)午後2時～3時 対 妊婦

**地域版 子育ての駅**

**中之島 なかのひろば 育児相談&防災講座**  
先着5組に防災グッズをプレゼントします。  
日 1月16日(火)午前10時30分から

**越路 のびのび メディアとの上手な付き合い方**  
日 1月25日(木)午前10時30分から 講 保健師 申 1月11日(木)～23日(火)

**三島 もりもり 干支で開運! ドラゴンモバイル作り**  
日 1月12日(金)午前10時30分から 定 10組(先着)

**山古志 やまっこ 豆まき会**  
日 2月3日(土)午前10時30分から

**小国 たんぼぼ 新年お楽しみ会**  
日 1月10日(水)午前10時30分から

**和島 わくわく みんなでワイワイお正月遊び**  
日 1月17日(水)午前10時30分から

**寺泊 にこにこ 新年お楽しみ会**  
日 1月12日(金)午前10時30分から

**栃尾 すくすく 節分お楽しみ会**  
日 2月2日(金)午前11時から

**与板 にじの子広場 豆まき会**  
日 2月2日(金)午前11時から

**川口 すこやか 鬼のお面作り**  
日 2月2日(金)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 1月15日(月)午前11時～正午 場 ちびっこ広場 講 母子保健推進員 対 どなたでも

**●子育て相談**  
日 ①1月18日(木)②19日(金)③2月1日(木)④7日(水) 時①②④午前10時30分～11時30分③午前10時30分～11時 場①てくてく②④すくすく③ちびっこ広場 講①主任児童委員、助産師②保健師、栄養士③家庭児童相談員④助産師

**●栄養相談～はじめての離乳食～**  
日 1月22日(月)午前10時～11時 場 ちびっこ広場 講 栄養士 対 生後4、5カ月の子の保護者 定 5人(先着)



◆国や園などの略字の見方は11ページ  
 ◆◇どなたでも、◇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 □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

2/25  
(日)

# ものづくりの楽しさを体験!

問産業支援課(大手) ☎39・2222

- ①長岡ものづくりフェア ものづくり教室
- ①エレクトロニクスものづくり教室  
 時午前10時30分～午後0時30分、1時30分～3時30分 対小学3・4年生(保護者同伴) 定各6人 抽選 ¥各1,000円



- ②新聞の作り方を学んじゃおう! 簡単新聞づくり教室  
 会場で取材をして、新聞を作ります。  
 時午前10時～11時30分、10時30分～正午、午後1時～2時30分、1時30分～3時 対小学生(4年生以下は保護者同伴) 定各3人 抽選
- ③テレビ局の作るYouTube動画の撮影現場を見てみよう!  
 プロによる映像制作の見学やリポーター体験をします。  
 時午前10時～11時30分、午後2時～3時30分 対小・中学生(小学4年生以下は保護者同伴) 定各5人 抽選

- ②メイカーズながおかまつり ワークショップ
- ①しゃくとり虫を歩かせてレースをしよう  
 プログラミングでしゃくとり虫のロボットを歩かせます。  
 時午前10時30分～正午、午後1時～2時30分 対小・中学生(小学3年生以下は保護者同伴) 定各5人 抽選 ¥各4,000円

- ②FMラジオ組み立て  
 時午後2時30分～3時30分、3時30分～4時30分 対小学生～高校生(小学4年生以下は保護者同伴) 定各3人 抽選 ¥各1,000円

- ①②いずれも 場アオーレ長岡 申1月19日(金)までにHPで ▶詳しくはこちら



## 冬を楽しむ 長くそう! とちお遊雪まつり

場栃尾産業交流センターおりなす、道の駅R290とちお 園栃尾観光協会 ☎51・1195 担当=栃尾支所商工観光課 ☎52・5827



- ①前夜祭  
 日2月3日(土)午後5時～8時30分 内空飛ぶLEDランタン(定100個(先着) ¥2,000円 申随時)、雪上花火、飲食屋台
- ②メイン行事  
 日2月4日(日)午前10時～午後3時 内そり滑り台、雪上運動会、スノーモービル、グルメテント村、ステージイベントなど

- 栃尾美術館 ☎53・6300  
 1月29日(月)～2月2日(金)は展示替えのため休館します。
- ふるさとのこどもたち展  
 栃尾地域の園児の絵画や作品を展示します。  
 日2月3日(土)～25日(日)午前9時30分～午後5時(月曜休館、12日(休)は開館し、13日(火)休館)
- 国際交流センター「地球広場」(市セ) ☎39・2714  
 ことばの教え方講座  
 外国人市民への日本語支援ボランティアを育成します。  
 日2月4日(日)午前10時～正午 定20人(先着) 申1月10日(水)からHPで

- 長岡市国際交流協会(国際交流課(市セ内)) ☎39・2207  
 ①中学1年生ホノルル訪問 体験報告会  
 日2月10日(土)午前9時30分～10時10分
- ②多文化共生セミナー  
 「外国人からみた長岡はどう映る?お互いに暮らしやすい街にするには?」  
 日2月10日(土)午前10時30分～正午 申1月5日(金)～2月1日(木)に電話、Eメール index.change@city.nagaoka.jp、同協会ホームページの専用フォームで

ゲストは、慶徳寺(蓬平町)の住職でアメリカ出身のガーヴィー・春龍さんと、アキシアルレベル(株)で商品開発に携わる中国出身の張文甲さん。2人の長岡での生活や仕事の話から、外国人も日本人も暮らしやすい街を考えるの。

①②いずれも 場ミライエ長岡 定50人(先着)

▲なかのん

- ③姉妹都市交流の絆 国際交流のつどい  
 日2月17日(土)午後6時30分～8時30分 場ホテルニューオータニ長岡 内姉妹都市の料理など 定150人(先着) ¥0円(学生会は4,000円)、②会員以外:9,000円(学生は5,000円) 申①1月9日(火)～2月9日(金) ②1月22日(月)～2月9日(金)
- 長岡戦災資料館 ☎36・3269  
 20周年記念誌発行記念 所蔵資料展  
 日1月20日(土)～2月25日(日)午前10時～午後4時
- ながおか・若者・つじと機構(ミライエ) ☎86・6008  
 歴博DE婚活  
 日2月25日(日)午後0時30分～5時 場県立歴史博物館 対

- 科学博物館(さい) ☎32・0546  
 かはくミニクラフト  
 日1月10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)
- 長岡市スポーツ協会(以下スポ協)(さい) ☎34・2130と加盟団体の催し  
 ①短期親子体操教室ひよこ  
 日2月3日～3月23日の土曜日(期間中に計6回) 時午前9時15分～10時15分、10時45分～11時45分 場市民体育館 対3歳～小学1年生と保護者 定各30組(先着) ¥1組3,600円 申1月10日(水)からスポ協ホームページで
- ②市民スポーツ祭  
 ①スキー大会(大回転競技の部)  
 日2月18日(日) 場市営スキー場 ¥一般・高校生4,500円、小・中学生3,000円

- ③東山かんじきツアー  
 日3月17日(日)午前8時30分～午後1時 集合市営スキー場 定20人(先着) ¥700円 簡屋食(豚汁あり)、かんじき、ストック(貸し出し可)  
 申1月22日(月)～3月1日(金)に長岡着柴スポーツクラブ(スポ協内) ☎34・2130へ
- ④初心者親子なぎなた教室  
 日2月8日～3月28日の毎週木曜日午後7時～8時30分(期間中に計8回) 場市民体育館 対小・中学生と保護者 ¥3,500円 申1月

- 陸上競技場 ☎27・6300  
 ①走り方教室&雪上宝探し!  
 日・対1月27日(土):小学1～3年生、2月3日(土):小学4～6年生 時午前10時～11時30分 定各10人(先着) ¥各1,300円 申各前日までに電話、陸上競技場公式LINE、窓口で
- ②筋力トレーニング教室  
 日1月12日(金)・19日(金)・26日(金)、2月2日(金)・9日(金)午前10時～10時45分 対20歳以上 定各10人(先着) ¥各500円 申各前日までに電話、陸上競技場公式LINE、窓口で
- 市民体育館 ☎34・2700  
 ①健康や関節の痛みを悩む人に個別で運動指導をします  
 日1月18日(木) 時・定午前9

- ②スタンプを集めてガラポンに挑戦しよう!  
 体育館を使用してスタンプを10個集めると、ガラポンに1回挑戦できます。  
 日1月5日(金)～25日(木)
- ①マツト運動教室  
 日1月13日(土)、2月10日(土)午後2時～3時 対小学1～3年生
- ②小学生跳び箱教室  
 日1月20日(土)午後2時～3時、27日(土)午前10時～11時、午後2時～3時 対小学1～2年生
- ①②いずれも 定各10人(先着) ¥各1,000円 申各前日までに

日頃の体の不調を聞き、体育館のマシンを使ったお薦めのトレーニングを紹介いたします。

▲理学療法士・岡村隆利さん

◆回や日などの略字の見方は11ページ  
 ◆◇どなたでも、◇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 ミラ=ミライエ長岡  
 さい=さいわいプラザ

## スポーツ教室 (1月~3月)

申 1月10日(水)から各施設へ電話または窓口で。詳しくはお問い合わせください

施設名	教室名	1月初回曜日	時間	回数	対象	定員	料金
南部体育館 ☎39・3600	①シニアいきいき体操	16日 火	10:00~11:00	10回	60歳以上	11人	6,000円
	②かんたんリズム体操	17日 水	12:00~13:00	9回	どなたでも	30人	6,300円
	③バレトン (水)		20:10~21:10	10回		11人	7,000円
	④ナイトヨガA	11日 木	19:00~20:00	12回		15人	8,400円
	⑤ナイトヨガB		20:10~21:10			11人	6,300円
	⑥バレトン (金)	19日 金	19:00~20:00	9回	30人	5,400円	
	⑦シェイプアップボクシング		20:10~21:10				
北部体育館 ☎24・6116	①リフレッシュヨガ	15日 月	10:00~11:00	8回	どなたでも	31人	5,600円
	②体幹トレーニング (中級)		19:00~20:00	7回		10人	4,200円
	③ウォーキング	16日 火	18:30~19:30	10回		25人	7,000円
	④ウエストシェイプ		19:45~20:45		40人	5,000円	
	⑤引き締めるピラティス	17日 水	13:30~14:30	9回	25人	5,400円	
	⑥ソフトバレー	19日 金	10:00~11:30				
	⑦体幹トレーニング (初級)		13:30~14:30				
	⑧HIPHOPダンス	20日 土	17:30~18:30	7回	小学生以上	20人	家族ペア 7,700円 1人 4,900円
新産体育館 ☎46・4601	①朝からゆったりヨガ	15日 月	10:30~11:30	10回	どなたでも	30人	7,000円
	②ピラティス		19:00~20:00	8回		20人	5,600円
	③冬季テニス	17日 水	10:00~12:00	10回	10人	8,000円	
	④ヒップホップダンス		19:00~20:00		20人	7,000円	
	⑤いきいき健康ヨガ	18日 木	10:30~11:30			30人	

- ◆ **5** ところの相談会  
 ①1月23日(火) ②31日(水) ③2月9日(金) ④14日(水) ⑤20日(火)  
 ①④午後6時~8時 ②③⑤午後2時~4時
- ◆ **6** 死別の悲しみケア ところのとまり木相談会  
 ①2月5日(月)午後2時30分~4時30分
- ◆ **7** アルコール相談会  
 ①2月13日(火)午後2時~4時
- ◆ **5** ところの相談会  
 ①1月23日(火) ②31日(水) ③2月9日(金) ④14日(水) ⑤20日(火)  
 ①④午後6時~8時 ②③⑤午後2時~4時
- ◆ **8** あなたの健康相談会  
 ①1月31日(水) ②2月15日(木) ③16日(金) ④26日(月) ⑤27日(火)  
 ①②④午後1時~4時 ③⑤午前9時30分~午後0時30分  
 さいわいプラザ 内 健診の場

結果、生活習慣病の予防・改善指導 相談員 栄養士、保健師 (各3人 先着 健康手帳(ある人) 申 1月19日(金) ②③2月5日(月) ④⑤16日(金)まで

◆ **9** 食育総合講座「みんなの食育塾」メンスキッチン  
 ①1月20日(土)、2月3日(土) 午前10時~午後1時 (計2回)  
 さいわいプラザ 内 講話、調理実習 定15人 先着 800円 持エプロン、三角巾、筆記用具 申 1月12日(金)まで

◆ **10** 認知症サポーター養成講座  
 ①1月26日(金)午前10時~11時30分 さいわいプラザ 講 認知症キャラバン・メイト 定50人 先着 申 1月9日(火)から



◆ **11** 若者向け特別電話相談  
 「SNSを介して音楽フェスのチケットを購入した後、チケットが届かず連絡も取れない」などの相談が寄せられています。お気軽にお電話ください。

◆ **12** 新潟大学附属幼稚園 令和6年度新入・編入園児の募集  
 ③3歳~5歳児 定各若干名 入園選考検査 ③月上旬 園 同園(学校町1) ☎32・4192 担当 保育課 ☎39・2377

◆ **13** 保育園など入園の2次案内  
 定員に空きがある保育園や認定こども園、地域型保育施設の入園申し込みを受け付けます。

◆ **14** 入園申し込み  
 ①1月9日(火)~17日(水)に希望する施設に入園申込書を提出してください(定員を超える場合は選考あり)。  
 ※事前に認定申請が必要です。手続きが済んでいない場合は、早急に保育課へ相談ください。 ※対象施設は1月4日(木)以降に市ホームページで

## 今年の選挙

選挙管理委員会 ☎39・2241

10月15日の任期満了に伴い、市長選挙が行われます。告示日や投票日などの日程は、決まり次第お知らせします。

- 寄付禁止のルール「三ない運動」を守ろう  
 (政治家は) 贈らない!  
 (政治家に) 求めない!  
 (政治家から) 受け取らない!  
 次のことは禁止されています  
 ○政治家が、選挙区内の人にお金や物を贈ること  
 ○有権者が、政治家に寄付を求めること  
 ○政治家が役員や構成員に含まれる団体・会社が、政治家の氏名を表示したり、氏名が類推されるような方法で、選挙区内の人に寄付すること  
 ○政治家の後援団体が、選挙区内の人に花輪や香典、祝儀などを出すこと
- 長岡市の衆議院小選挙区は第4区です  
 長岡市は第2区、第4区、第5区に分かれていましたが、新しい第4区に統一されました。 次回の総選挙からは、他の選挙と同様に、市内全ての期日前投票所が利用できます。
- 明るい選挙啓発ポスター展  
 市内の小・中学生の作品10点を展示します。入選作品5点は、市ホームページで。  
 ①1月15日(月)~28日(日)午前8時30分~午後9時30分 (15日は午後1時から) さいわいプラザ  
 ▶市審査で入賞した寺泊中学校1年・風間聖翔さんの作品



## 健康増進課 ☎39・7508

◆ **1** 認知症予防「つきいち脳活」  
 ①1月23日(火)午前10時~11時30分 さいわいプラザ 内 65歳以上 定20人 先着 申 1月9日(火)から

◆ **2** お手軽!健康ブレイス  
 ①1月15日(月): 食べ過ぎ解消!体スッキリ運動、2月15日(木): 肩ほぐし運動、3月15日(金): 音楽に合わせてリズム体操 ②午前9時30分~10時30分 さいわいプラザ 内 定10人 先着

◆ **3** つきいちひろば  
 ①1月17日(水)、3月13日(水): アオーレ長岡、2月21日(水): まちなかキャンパス長岡(大手) ②午後1時30分~2時30分 内ながお元気体操、ハッピー体操など 定各30人 先着 持内履き

◆ **4** カフェDE健康講座  
 ①1月12日(金): 自分の骨を守ろう ②16日(火): まちなかウォーキング ③25日(木): 健康はおなかから ④30日(火): 生活スケジュール & 活動バランス Check 健康的で楽し

◆国や国などの略字の見方は11ページ  
 ◆図どなたでも、図特になし、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



●油を流さないでください  
 食用油を下水管に流すと固まり、詰まりの原因になります。また、灯油は揮発し爆発する恐れがあります。食用油や灯油は適切に処理し、下水道には流さないでください。  
 ●空き家の管理は適切に  
 管理されずに放置された建物は、地域住民の生活に悪影響を及ぼす恐れがあります。倒壊などを防ぐため、屋根の雪下ろしなどの管理をお願いします。空き家の利活用もご相談ください。  
 ●市有財産を売却します  
 東川口市内、西川口市内の土地の一般競争入札を行います。  
 ●保護者向けセミナー「発達特性を知って働く」を考える  
 ●税理士無料相談要予約  
 ●赤十字救急員養成講習会  
 ●多重債務相談日  
 ●栃尾都市計画ごみ焼却場の変更案を縦覧します



冬の空き家の放置は倒壊や落雪などの危険が高まります。隣家や通行人などを巻き込む事故が発生すると、法的な責任を問われます。

●空き家の管理は適切に  
 管理されずに放置された建物は、地域住民の生活に悪影響を及ぼす恐れがあります。倒壊などを防ぐため、屋根の雪下ろしなどの管理をお願いします。空き家の利活用もご相談ください。  
 ●市有財産を売却します  
 東川口市内、西川口市内の土地の一般競争入札を行います。  
 ●保護者向けセミナー「発達特性を知って働く」を考える  
 ●税理士無料相談要予約  
 ●赤十字救急員養成講習会  
 ●多重債務相談日  
 ●栃尾都市計画ごみ焼却場の変更案を縦覧します

## うまい米コンテスト“入賞米” ながおかこしひかり

きんしょう  
**「金匠」**好評発売中!  
 農水産政策課市セ ☎39・2223

長岡うまい米コンテスト2022の上位入賞者が今年度生産した米を、ブランド米「金匠」として販売しています。  
 場原信(一部店舗を除く)、早川米穀店、大倉、遠藤米穀、杉本商店、ハレの日タカダヤ



★同コンテスト2023最優秀賞決定  
 ▷個人部門…諸橋昇一さん  
 ▷学校田部門…岡南小学校

## 簡単！スマートに！ スマホで確定申告を



自分のスマートフォンで申告書の作成から提出までを行えます。税務署職員が操作をサポートします。スマホ申告には、マイナンバーカードが必要です。  
 回・場 2月2日(金)・5日(月)…さいわいプラザ、6日(火)・7日(水)…アオーレ長岡 午前9時30分～午後3時 源泉徴収票、各種控除に関する証明書、マイナンバーカードを取得する際に設定したパスワード 長岡税務署 ☎35・8509 担当=市民税課アオ ☎39・2212



▲詳しくはこちら

●1月26日は文化財防火デー  
 地域住民や消防団、消防隊による火災防訓練などを行います。  
 ①1月21日(日)午前9時～10時 午前9時～10時30分 ③1月24日(水)午前9時30分～10時30分 ④1長谷川邸(塚野山) 39・2217



▶長谷川邸での訓練

- ②貴渡神社(枳堀) ③良寛の里わしま歴史民俗資料館 ④長岡消防署越路出張所 ☎92・6519 ⑤栃尾消防署 ☎52・1155 ⑥与板消防署 ☎72・2572

## 手続き・制度

●自宅での介護を応援します「在宅介護者支援金」  
 次の全てに該当する人を介護している同居家族に支給します。ケアマネジャーまたは地域包括支援センターに相談してください。  
 要件 ①65歳以上 ②市内に住民登録があり、住んでいる ③在宅である(施設に入所していない) ④介護保険の認定が要支援2 ⑤介護5 ⑥認知症

●栃尾都市計画ごみ焼却場の変更案を縦覧します  
 意見書を提出できます。詳しくは市ホームページで。  
 ①1月5日(金)～19日(金) ②意見書提出先 環境施設課(☎24・2838)、都市政策課、情報ラウンジアオ、栃尾支所市民生活課

●長岡市水族博物館協議会委員募集  
 寺泊水族博物館の運営などを審議、検討します。  
 定若千名 任期 4月1日～令和8年3月31日 ④4月1日現在、市内在住の20歳以上で、年2回程度平日昼間に開催する会議に出席できる人 報酬 会議1回につき9,100円 選考方法 書類審査 面接 ①1月31日(水)までに寺泊水族博物館(☎75・4936)、市ホームページにある申込書と同館へ



## 募集

## 市・県民税の申告相談会 2月16日(金)～3月15日(金) (平日のみ)

長岡地域の会場は、3月1日(金)までアオーレ長岡、4日(月)からさいわいプラザです。詳しくは市政だより2月号と一緒に配布するチラシで。各申告書は2月1日(木)からアオーレ長岡総合窓口(税金窓口)、各支所に配置します。  
 市民税課、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)

●保険料の納付書を送ります  
 期限までに納めてください。年金からの納付や口座振替の人には届きません。  
 ①後期高齢者医療：10期～12期(1月～3月納期限分)  
 ②介護保険：10期～12期(1月～3月納期限分)  
 ★納付は口座振替が安心・便利・確実です  
 手続きは、口座のある市内の金融機関で。  
 ①国保年金課アオ ☎39・2317 ②介護保険課アオ ☎39・2245、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)

●長岡市社会教育委員兼長岡市民館運営審議会委員募集  
 定若千名 任期 4月1日～令和8年3月31日 ④4月1日現在、市内在住の20歳以上で、年3回程度平日昼間に開催する会議に出席できる人 報酬 会議1回につき9,100円 選考方法 書類審査 面接 ①1月24日(水)(必着)までに、情報ラウンジ、さいわいプラザ、中央図書館、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は地域振興課、市ホームページにある申込書を中央公民館 ☎32・0437)へ

## 計画案にご意見を

名称	募集期間	問い合わせ先
地球温暖化対策実行計画	1月19日(金)まで	環境政策課 ☎24・0528
地域福祉計画	1月29日(月)～2月18日(日)	福祉総務課アオ ☎39・2371
障害者基本計画・障害福祉計画、障害児福祉計画	1月4日(木)～31日(水)	福祉課アオ ☎39・2218
高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画	1月12日(金)～2月5日(月)	介護保険課アオ ☎39・2245

閲覧場所=市ホームページ、情報ラウンジアオ、各担当課、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)

名称	募集期間	問い合わせ先
健康増進計画(ながおかヘルシープラン21)	1月4日(木)～18日(木)	健康増進課さい ☎39・7508
国民健康保険データヘルス計画・特定健康診査等実施計画	1月4日(木)～25日(木)	国保年金課アオ 国保給付係 ☎39・2006
新潟県後期高齢者医療広域連合広域計画・保健事業実施計画	1月12日(金)まで	国保年金課 後期高齢者医療係 ☎39・2317

### 催し

#### 音楽の力を高める会

「ニューイヤークンサート」  
 1月7日(日)午後1時30分〜4時  
 場所 リリックホール 内容 ジャズ、ピアノ演奏など  
 料金 025・777・2040

■**県立歴史博物館 冬季テーマ展示「越後の木綿いまむかし」**  
 1月13日(土)〜2月25日(日)午前9時30分〜午後5時(月曜休館。祝日除く)  
 料金 一般520円、高校・大学生200円、小学生100円  
 場所 同館 47・6130

■**村山雨景 画業40年の軌跡 日本の染色画展**  
 1月19日(金)〜21日(日)午前10時〜午後5時(21日は午後4時まで)  
 場所 アオーレ長岡 岡越後友禅会 29・6391

■**料理体験教室**  
 1月27日(土)、2月24日(土)午前



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…3月号は1月31日(水)(必着)、4月号は2月29日(水)(必着)。開催日や申し込み締め切りが【3月号】3月10日(日)、【4月号】4月10日(水)以降のものに限ります

◆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、同一団体の掲載は年4回までです  
 岡広報・魅力発信課 39・2202

9時〜午後1時 場さいわいプラザ 対50歳以上の一人暮らし、介護をしている人 各1、300円 申クッキング泉・伊丹さん 090・2654・3869

■**アートなHENTAI万博**  
 遊びを極めたクリエイターの文化祭  
 2月10日(土)午前10時〜午後5時  
 場所 アオーレ長岡 内容 作品展、ワークショップなど 岡同実行委員会・小川さん 070・8984・4466

■**いとうせいこう×奥泉光 文芸漫談SEASON6**  
 番外公演in長岡  
 3月16日(土)午後2時30分〜4時  
 場所 リリックホール 各1、700円(チケットは1月6日(土)からリリックホール、イーブラスで) 岡同実行委員会・林さん 090・2918・61

### 健康

■**豊かな健康教室 「日常に潜む腰痛の芽」**  
 1月13日(土)午後1時30分〜2時30分 場所 米百俵プレイス北館 15分 定員 15人 費用 無料  
 申込 岡同会 47・3003

■**骨粗しょう症予防教室**  
 1月20日(土)午後1時〜2時15分 定員 15人 費用 無料  
 場所 吉田病院 32・0490

■**摂食障害親の会・向日菜の会**  
 毎月第1・3土曜日午後1時〜4時30分 場所 阪之上コミュニティセンター 費用 1回5000円  
 申込 岡同会 090・5442・29967

■**無料法律相談会(要予約)**  
 1月5日(金)・24日(水)、2月2日(金)・20日(火)・27日(火)、3月5日(火)・15日(金)・22日(金)・26日(火)  
 午前10時〜正午 場所 岡新潟県商工会連合会長岡支所 21・0688

■**年金・労務無料相談会**  
 1月17日(水)午後1時〜3時  
 場所 社会福祉センター 岡同社会保険労務士会長岡支部・澤野さん 080・7195・7022

■**長岡技科大版 「文理選択セミナー」**  
 1月21日(日)午前9時〜11時20分  
 場所 アオーレ長岡 岡同佐藤塾塾長・佐藤祥太さんほか 対小・中・高校生 定員 200人  
 申込 岡同技術科学大学 47

### 募集

■**2月は新潟県司法書士会の相続登記無料相談月間**  
 お近くの司法書士事務所にご相談ください。  
 岡同会 025・244・5121

■**長岡育英寮入寮生**  
 定員 8人(面接で選考) 岡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 岡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15分) 部屋 6畳洋間個室食事なし(共同の浴室と自炊設備、フリーWi-Fi環境あり) 費用 3万円(光熱水費込み) 申込 1月31日(日)までに寿産業(株)・河田さん 24・7373へ

■**健康マージャンの会**  
 1月7日からの日曜日午前9時〜午後3時30分(月3回程度) 場所 千手コミュニティセンター 費用 1回5000円(年会費1、000円別) 申込 西巻さん 080・5515・9267

■**新潟県立美術館友の会**  
 ボランティア活動、鑑賞旅行など 費用 年2、000円 岡同事務局 28・4419

■**「ものづくり」の職業訓練**  
 3月1日(金)〜8月29日(木)の平日午前9時30分〜午後3時40分  
 内容 金属加工科 定員 12人(2月13日(火)選考) 費用 無料(教科書代など別) 場所 甲1月9日(火)〜2月5日(月)にポリテクセンター1新潟(住吉3) 33・2733へ

### 今月の紙

令和6年の干支・辰の張り子に絵付けするワークショップを栃尾美術館で行いました。良い年になるようお願いを込め、真剣なまなざしで筆を動かす参加者たち。色も表情も個性あふれる辰に仕上がりました。表紙の2体は参加者の力作です。子どもたちは初めての作業に苦戦しながらも「ヒゲを描くのが難しかった」「かわい表情になった」と笑顔を見せていました。新しい年も、暮らしの役にタツ、親しみある市政だよりをお届けします！(12月10日)



### 納期限は1月31日(水)です

- 市・県民税(4期)
- 国民健康保険料(7期)
- 後期高齢者医療保険料(10期)
- 介護保険料(10期)

※スマートフォン決済が便利です

### 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、**受診する前に必ず電話で相談してください**(回線が混雑し、つながりにくい場合があります)。

●保険証、医療費助成の受給者証(ある人)

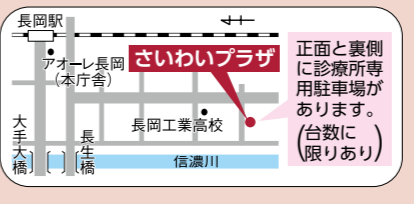
施設名 (長岡局番0258)	診療科目	受付時間	診療曜日				
			日	祝	月	金	土
1 中越こども急患センター ☎86・5099	小児科(中学生まで)	午後6時45分〜9時30分 ※12/29(金)〜1/3(水)は休診です	—	●	●	—	—
2 休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科 内科小児科外科	午後6時45分〜9時30分 ※12/29(金)〜1/3(水)は休診です 午前9時〜11時30分 午後1時〜4時30分 ■12/31(日)〜1/3(水)は下表	—	●	—	—	—
3 休日急患歯科診療所 ☎33・9644	歯科	午前9時〜11時30分 午後1時〜3時30分 ■12/31(日)〜1/3(水)は下表	●	—	—	—	—

#### 12月31日(日)〜1月3日(水)の受付時間

施設名	診療科目	12/31(日)〜1/3(水)
休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科 小児科 外科	午前10時〜11時30分 午後1時〜2時30分
休日急患歯科診療所 ☎33・9644	歯科	午前10時〜11時30分 午後1時〜2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・祝休日・12/31(日)〜1/3(水)のみ)。お問い合わせは休日・夜間急患診療所☎37・1199へ。

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(外)、内科は(内)で表記しています



期	日	病院名	番号	
12月	31日(日)	(内) 石川医院	☎66・2140	
	1日(祝)	(内) 山谷クリニック	☎61・1388	
	2日(火)	(内) 星野医院	☎62・0998	
	3日(水)	(内) お元気でクリニック	☎63・3800	
	1月	7日(日)	(内) わたなべ皮膚科	☎62・7750
		8日(祝)	(内) 田崎医院	☎62・1122
		14日(日)	(内) 貝瀬皮膚科	☎66・8100
		21日(日)	(内) 石川医院	☎66・2140
28日(日)		(内) 杏仁堂医院	☎62・0123	
2月	4日(日)	(内) 星整形外科医院	☎66・8808	

5 救急当番病院  
 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

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

◆国や県などの略字の見方は11ページ  
 ◆図などなくても、( )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 ミラ=ミライエ長岡  
 さい=さいわいプラザ

### 募集

●**長岡市芸術文化振興財団 職員(正規・臨時職員)**  
 募集職種 一般事務(正規職員、臨時職員) 各若干名  
 採用日 4月1日 仕事 事業企画、施設の管理、運営など  
 勤務場所 リリックホールまたは市立劇場 勤務日 土・日・祝休日を含む交替制(1日7時間45分、4週8休)  
 選考方法 書類審査、面接、



### 地域の安全、自分の手で！ 消防団員になりませんか？

岡消防本部総務課 ☎35・2192

Q消防団って何？  
 A自分の職業に就きながら、災害や訓練などの際に集まり活動する、非常勤の地方公務員です。報酬のほか、災害出動や各種訓練に参加した際は手当の支給もあります。

Qどんなことするの？  
 A災害時は消火、救助、住民の避難誘導などの活動、普段は火災予防の呼び掛けなどを行います。

Q誰でもなれるの？  
 A市内に在住、勤務している18歳以上なら誰でも入団できます。女性や学生の隊も組織されています。



# 新春恒例 お年玉クイズ

クイズに答えて、■の文字を1～6に入れ、キーワードを完成させてください。正解者の中から抽選で123人に賞品をプレゼントします。  
※当選者の発表は、賞品の発送（2月中旬）をもって代えさせていただきます

**応募資格** 市内在住の人（1人1回まで）  
**応募方法** 1月21日(日)までに下記のいずれかで

★市ホームページの専用フォーム  
「市政だより」のページから。読者アンケートにもご協力ください。「長岡 市政だより」で検索を



▲こちら

★はがき（消印有効）  
①キーワード②希望する賞品番号③郵便番号④住所⑤氏名⑥年代（30代など）⑦電話番号⑧市政だよりの感想を記入し、〒940-8501（住所記入不要）広報・魅力発信課（☎39・2202）へ ※FAX39・2272も可

ヒントは7・13ページに！  
子どもの創造力を育む  
ワークショップ  
だよ♪



## キーワード

ミライエ **1** **2** **3** **4** **5** **4** **6** キッズ

## クイズ

※□の中は全てカタカナで答えてね

1. 長岡まつり大花火大会で打ち上がる復興祈願花火
2. 1,500人を収容できるホールを備え、令和5年10月に開館50周年を迎えた舞台芸術の鑑賞・発表の場
3. 昭和11年に市内の馬高遺跡で出土した国の重要文化財
4. 日米開戦に反対した長岡出身の連合艦隊司令長官
5. トキの飛翔や食事の様子を間近に見られる「トキと自然の学習館」の観覧棟 **13ページへ**
6. 戦国武将・上杉謙信公と栃尾地域の名物が融合したイメージキャラクター

□□□□**1**□

長岡□**2**□□□□□□□□

□**3**□土器

山本 **4**□□□□

□□□□□**5**

□□**6**□□□□□□

合計**123**人に当たる！豪華プレゼントはこちら



イメージ

①山古志産にいがた和牛…8人



②ながおか花火館シアターペア鑑賞券…10人



一例

③米百俵手ぬぐい&ミライ工長岡文具セット…20人



トートバッグとおちょこのセット

④長岡オリジナルグッズ…30人



⑤長岡市共通商品券（2,000円）…30人



⑥宮内・摂田屋物語セット…10人

摂田屋地区の企業と市内の学校のコラボ商品。長岡造形大学（米）と宮内中学校（みそ）がパッケージをデザインし、お米は長岡農業高校がまがも農法で育てました。



市公式LINE「友だち」限定Wチャンス！  
ながおかペイ1,000ポイントを  
15人(抽選)にプレゼント



▲友だち登録はこちら

「お年玉クイズ」とメッセージを送信すると応募に必要な追加キーワードが配信されます。

1周年記念！お得なキャンペーン実施中♪

は▶詳細はこちら

