



※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、イベントが中止・変更となる場合があります。
※イベントの内容に応じて、各主催者様に感染症対策の実施をお願いしていますので、ご来場の皆様もご協力をお願いします。

B.LEAGUE 2022-23 SEASON ホームゲーム！

【アリーナ・ナカドマ】

B.LEAGUE

12/14(水)19:05～ 
VS サンロッカーズ渋谷

12/17(土)17:35～ 
18(日)13:05～
VS 秋田ノーザンハピネッツ

12/28(水)19:05～ 
VS 富山グラウジーズ

12/30(金)17:35～ 
31(土)13:05～
VS 大阪エヴェッサ



問/新潟プロバスケットボール ☎(86)5700

Aollumination 2022-2023

2/19(日)まで【ナカドマ】
点灯時間 16:00～22:00 (音楽演出～20:00)
※クリスマスツリー 12/25(日)まで
アオーレ長岡冬の風物詩！
今年は、10周年バージョンでお祝いムードを盛り上げます！

問/(NPO)ながおか未来創造ネットワーク ☎(39)2500

SOMECITY 2022-2023 NIIGATA PLAYOFF IN アオーレ長岡

12/25(日) 13:00～(開場11:30)【アリーナ】
国内最高峰、最大級のストリートボールリーグ
“SOMECITY”のプレイオフ！
飲食店、バスケットアパレルの物販なども多数出店！



入場料:
前売券1,000円
当日券1,500円
18歳以下無料

問/長岡市バスケットボール協会(阿部)
☎090-7714-6790

スポーツフェスティバル

12/12(月) 8:30～11:30 【アリーナ】

チーム対抗で繰り広げる年に1回のスポーツ大会が3年ぶりに開催！日頃の団結力を発揮し、優勝を目指します！

問/(学)北陸学園
☎(32)0288

障害年金・無料相談会

12/12(月) 13:30～16:00 【第1協働ルーム】

障害年金のしくみ、手続き等、社会保険労務士との無料個別相談を行います。
※事前申込要

問/新潟県社会保険労務士会
長岡支部(大崎)
☎(37)5586

みんなで楽しもう！音楽の輪♪

12/13(火) 第1部10:45～11:30(開場10:30)
第2部14:00～15:00(開場13:30) 【ホールA】

第1部 おうたであそぼう！音楽の輪♪
第2部 元気よく歌おう！歌声の輪♪
※第1部無料、第2部500円(未就学児無料)

問/フルートの花束
実行委員会(武藤)
☎090-2315-1524

カラオケドンドン

12/14(水) 11:00～16:00(開場10:30) 【ホールA】

歌うのが大好きな方はどなたでもどうぞ！
普段着姿でテロップを見て歌ってください。
※事前申込要(FAXのみ)
※入場無料、カラオケ参加料1曲1,500円

問/あなたの町でカラオケ
ドンドン実行委員会
☎/FAX(89)5430

【学びの場】寄付・会員獲得のコツ

12/14(水) 19:00～20:00(受付18:30) 【第1協働ルーム】

市民活動の重要な資金源である寄付や会員からの会費を増やすには、自分たちの活動に共感してもらうことが大切！コツを学んで、あなたの活動に活かしませんか？
※事前申込要

問/ながおか市民協働センター
☎(39)2020

食について考えよう！前川小「幸せ米」販売

12/15(木) ①10:00～②11:00～
※なくなり次第終了 【ナカドマ】

前川小5年生が学校田で育てた新米コシヒカリを販売します。「この米を食べて幸せになってほしい！」という願いを込めて大切に育てました。ぜひ食べてください！

問/前川小学校
☎(23)1266

ひとのわ・ルナの会 楽しい脳活性化教室			パタカラ体操、リラックス体操、折り紙作成など楽しい脳活性化ゲームを行います。 ※事前申込要、参加費500円	問/ ひとのわ・ルナの会(松本) ☎090-4926-4882
12/17(土) 13:30～15:00(受付13:00)	【第2・3協働ルーム】			
第5回ながおか若者会議リターンズ inアオーレ長岡～食とお酒と補助金と～			若者提案プロジェクト補助金のしくみや活用事例を学んだ後、美味しい料理とお酒を楽しみながら交流します。 ※事前申込要、一般1,000円、学生500円	問/ ながおか・若者・しごと機構 ☎(86)6008
12/18(日) 14:00～17:00(開場13:30)	【ホールA】			
障害年金無料相談会			障害年金がもらえるか分からない方、手続きの仕方が分からない方、不支給決定に納得のいかない方、分かりやすくご説明いたします。※事前申込要	問/ 長岡障害年金サポートセンター ☎(82)6453
12/19(月) 13:30～15:30	【ホールD】			
刀剣チャンバラ教室			時代劇や漫画で見られるような剣術・古武術が楽しく学べます。体力や運動神経のない方も気軽に参加していただけます。	問/ 越後武芸館 ☎080-1275-2168
12/19(月) 18:00～20:00	【ホールD】			
長生橋フォーラム2022			「信濃川治水100年、歴史と長生橋 補修工事からみえる素顔」と題して講演会を行います。併せて第2回長生橋フォトコンテスト表彰式を行います。※事前申込要	問/ 長生橋を愛する会(村山) ☎080-6643-4059
12/21(水) 13:00～16:45(開場12:30)	【ホールA】			
カラダを動かす習慣づくり「つきイチひろば」			「ハッピー体操」や「ながおか元気体操」などの運動を実施します。初めての方でも気軽に参加できます。楽しく動いて元気はつらつな身体をつくりましょう。	問/ 健康課 ☎(39)7508
12/21(水) 13:30～14:30(受付13:00)	【ホールBC】			
NDSPクリスマス感謝祭			児童養護施設への募金にご協力いただいた方に温かいスープを提供します(先着100名)。その他、パンなどの販売や16:00からはクリスマスツリー前でダンスの発表を行います。	問/ NDSP こどもスマイルプロジェクト ☎080-7456-6610
12/22(木) 12:00～16:30(開場11:00)	【ナカ・マ】			
NDSP展示会			長岡市民による、絵や書などの展示会です。	問/ NDSP ☎080-7456-6610
12/26(月)～28(水) 8:00～21:00 (初日10:00～、最終日～15:00)	【ホワイエ】			
International Christmas Party 2022			高校生団体“WA!!”が主催するクリスマスパーティー！留学生や国際交流に興味のある学生とともにアクティビティを楽しもう！ ※事前申込要、参加料500円	問/ 市民活動団体WA!!(金澤) ☎050-5479-6939
12/26(月) 17:30～19:30(開場17:00)	【ホールBC】			
“まるい・落ちない・すべらない”合格祈願マンホールカードお守り			受験生応援！“まるい・落ちない・すべらない”というマンホール蓋の特徴にあやかった「マンホールカード入りの合格祈願お守り」を配布します。※12/28(水)～2/28(火)は市民協働センターで配布(12/29(木)～1/3(火)除く)	問/ 下水道課 ☎(39)2235
12/27(火) 10:00～17:00	【ホールD】			
2022 暮来月コンサート Jazz & 童謡(わざうた) arrange in 長岡			古来、童謡と書いて「わざうた」と読んでいた。秘められた“わざ”とJAZZが織りなす不思議なシンクロニズム…思いがけない世界観をお楽しみ下さい。 ※事前申込要、一般5,000円、学生1,500円	問/ 慈の後援会 ☎050-3442-0659
12/28(水) 18:30～20:30(受付18:00)	【ホールA】			
市民街頭献血			新型コロナウイルス感染症の影響により、血液量が不足しています。400mL献血にご協力をお願いします。	問/ 健康課 ☎(39)7508
1/6(金) 10:00～11:45、13:00～16:00	【受付:ホワイエ】			
VOCALOID Φ-RING ver.01.1			透過スクリーン投影によるボーカロイドのファンメイドライブ！ 2022年春に開催し大好評だった内容を再公演！！	問/ 8bit Lab. ☎070-3616-0868
1/6(金) 15:30～17:00(開場15:00)	【ホールA】			
映画『香川1区』上映会と大島新監督講演会			2021年総選挙激戦区“香川1区”に密着したドキュメンタリー映画の上映と大島新監督の講演会を開催します。 ※一般前売1,200円、当日1,500円	問/ 長岡アジア映画祭実行委員会！ ☎090-4520-4222
1/7(土) 9:40～13:30(開場9:30)	【ホールA】			
NPO法人ピュアはーと ぶちライブ			ピュアはーとのメンバーによるぶちライブ！今年はひなたのおふたりが出演し、法人設立10周年記念企画として作成いただいたピュアはーとイメージソング「Heart(はーと)」を披露してもらいます。	問/ (NPO)ピュアはーと ☎(46)5251
1/7(土) 10:30～12:30(開場10:00)	【アリーナ】			
令和5年消防出初式			「安全・安心なまち長岡」を目指し、消防出初式を開催。大手通りでは3年ぶりとなる消防団員による一斉放水や行列行進、アリーナでは表彰式等の式典を行います。	問/ 長岡市消防本部 ☎(35)2192
1/8(日) 13:00～14:20	【大手通、アリーナ他】			



※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、イベントが中止・変更となる場合があります。
※イベントの内容に応じて、各主催者様に感染症対策の実施をお願いしていますので、ご来場の皆様もご協力をお願いします。

B.LEAGUE 2022-23 SEASON
Albirex BB ホームゲーム！【アリーナ・ナカドマ】

11/19(土) 17:35～
20(日) 13:05～
VS 群馬クレインサンダーズ

12/ 3(土) 17:35～
4(日) 13:05～
VS 仙台89ERS

問/ 新潟新潟プロバスケットボール ☎(86)5700

Aollumination 2022-2023

11/12(土)～2/19(日)【ナカドマ】
点灯時間 16:00～22:00
(音楽演出～20:00)
※クリスマスツリー～12/25(日)

アオーレ長岡冬の風物詩！
今年は、10周年バージョンで
お祝いムードを盛り上げます！

問/(NPO)ながおか未来創造ネットワーク ☎(39)2500

ハッピー体操講座 11/14(月) 9:30～11:15(受付9:10) 【ホールBC】		介護予防のための体操をしよう。 ※事前申込要、参加費300円	問/ さわやか悠久大学 ☎(36)6908
書芸家平野壮弦氏書芸パフォーマンス&ワークショップ 11/14(月) 15:25～16:00(開場15:00) 【ナカドマ】		書芸家平野壮弦氏による書芸アートパフォーマンスの披露と筆をもって皆さんで作品を作り上げるワークショップを開催。	問/ 新潟県高等学校教育研究会 小千谷西高等学校(松本) ☎(82)4335
アール・ブリュット まちかどギャラリー 11/15(火)～12/15(木) 【協働センター他】		障害のある方が作り出した作品を展示します。光る感性から紡ぎ出された独創的なアートの世界をぜひご覧ください。	問/ 福祉課 ☎(39)2343
みんなの野菜マルシェ 11/15(火)・25(金) 11:00～18:00 【ナカドマ】		清造農園 & 竹内農園が生産した旬の長岡産野菜を販売！その他カレーやパン・ドリンクなど、市内のお店が出張販売します！	問/ みんなの野菜マルシェ(竹内) ☎090-2315-3687
はなはす・れんこん・かみどおりプロジェクト2022 大口れんこんPR販売 11/15(火) 11:50～なくなり次第終了 【ナカドマ】		学校田で育てた、中之島地域の特産物「大口れんこん」をPR販売。上通小学校考案のれんこんレシピも配布。 ※1袋200円	問/ 上通小学校 ☎(66)2781
カラダを動かす習慣づくり「つきイチひろば」 11/16(水) 13:30～14:30(受付13:00) 【ホールBC】		「ハッピー体操」や「ながおか元気体操」などの運動を実施します。初めての方でも気軽に参加できます。楽しく動いて元気はつらつな身体をつくりましょう。	問/ 健康課 ☎(39)7508
第6回「発酵を科学する」アイデア・コンテスト 11/18(金) 14:00～17:00(開場13:30) 【ホワイエ】		全国の高専生による「微生物の力を使ったお弁当」のアイデアコンテストの審査会を開催します。	問/ 発酵を科学する事務局(長岡技術科学大学内) ☎(47)9456
Shanti Yoga day!! 11/19(土) ①8:30～9:30 ②10:00～11:30 【ホールBC】		Yogaで心身を平和に整える日。 協賛 Yoga studio Le'a 井上桂 ※事前申込要、参加料①1,000円 ②3,000円 ①+②¥3,000	問/ anjali.yoga.shala ☎090-2317-4838
第36回ウィルながおかフォーラム登録団体主催イベント 映画「われ弱ければ～矢嶋桐子伝～」上映と座談会 11/19(土) 10:00～12:20(開場9:30) 【ホールA】 フードドライブ同時開催9:00～10:00		明治時代に女性の人権を守る活動を始めた矢嶋桐子の半生を描いた映画の上映と座談会。※一般1,000円、障害者手帳・療育手帳お持ちの方・高校生以下500円	問/ 矯風会長岡 ☎(37)4282
不動産無料相談会 11/19(土) 13:30～16:30(受付13:00) 【第1協働ルーム】		公認不動産コンサルティングマスターによる不動産無料相談会を行います。 ※事前申込要	問/ (NPO)新潟県不動産コンサルティング協会 ☎(35)2220
ひとのわ・ルナの会 楽しい脳活性化教室 11/19(土) 13:30～15:00(受付13:00) 【第2・3協働ルーム】		ビューティータッチセラピー、手作りおもちゃの作成、パタカラ体操など楽しい脳活性化ゲーム体験ができます。 ※事前申込要	問/ ひとのわ・ルナの会(松本) ☎090-4926-4882
市内ハッピー・パートナー企業 取り組み紹介パネル展 11/20(日) 13:00～15:30 【ホワイエ】		市内ハッピー・パートナー登録企業133企業・団体のうち26企業・団体の取り組み事例パネルを展示します。	問/ 人権・男女共同参画課 ☎(39)2746
第36回ウィルながおかフォーラム 分科会2 「もうイクメンとは呼ばせない。僕ら“父親”の育休」 11/20(日) 13:30～15:30(開場13:00) 【ホールA】		講師 荒木隆幸氏(ファザーリング・ジャパンにいがた)の育休体験と、各年代・パネラーによる男性育休ぶっちゃけトークを開催！ご家族でお越しください！※事前申込要	問/ 第36回ウィルながおかフォーラム実行委員会 ☎(39)2746
越後ながおか語り座ネット11月定例公演 11/20(日) 13:30～15:30(開場13:00) 【シアター】		市内中心で活動する5団体が月替わりで行う発表会。今回は、紙芝居と朗読を行います。	問/ 越後ながおか語り座ネット ☎090-3505-1672
絵手紙第二楽章展—ともに心輝いて 20周年— 11/21(月)～25(金) 9:00～18:00 (初日13:00～、最終日～16:00) 【ホワイエ】		今年で20周年を迎える絵手紙講師の集まり「絵手紙第二楽章」の展示会。「ヘタでいい、ヘタがいい」をキャッチフレーズに仲間と交流してきた作品をご覧ください。	問/ 絵手紙第二楽章(加藤) ☎(33)7558
障害年金無料相談会 11/21(月) 13:30～15:30 【ホールD】		障害年金がもらえるか分からない方、手続きの仕方が分からない方、不支給決定に納得のいかない方、分かりやすくご説明いたします。※事前申込要	問/ 長岡障害年金サポートセンター ☎(82)6453

古武術チャンバラ教室		体力が無くてもOK！キツイことはしません。武術を学びたい方、強くなりたい方歓迎！剣術も行なう為、木刀をお持ちの方はご持参ください(貸出有)。	問/ 越後武芸館 ☎080-1275-2168
11/21(月) 18:00～20:00	【ホールD】		
古典茶花の講習会		二十四節気から茶花の歴史や茶会記を学び、茶花の活け方の実技指導を受けます。 ※事前申込要、参加料5,000円(見学無料)	問/ 古典茶花の会 ☎090-1463-0818
11/23(水祝) 9:45～12:45	【第1・2協働ルーム】		
長岡うまい米コンテスト2022		長岡市と出雲崎町の米生産農家が追求する”安全・安心・うまい”長岡米の全国発信とレベルアップを目指してその味を競い、長岡一うまい米を決定します。	問/ 長岡うまい米コンテスト実行委員会(農水産政策課内) ☎(39)2223
11/23(水祝) 10:30～15:00(開場9:45)	【アリーナ】		
第5回にいがたオーガニックフェスタ		有機農産物や加工品等の展示や販売など、オーガニック食材を見て・食べて・触れ合う一日。	問/ にいがたオーガニックフェスタ実行委員会(堀井) ☎090-1853-4974
11/23(水祝) 10:00～15:00	【ナカマ】		
のもーれ！The World		長岡在住の国際市民をゲストに史上初・国際交流のもーれ！お茶とお菓子を囲んで交流タイムも。※事前申込要、参加費一般1,000円、会員800円、学生・外国の方500円	問/ (NPO)市民協働ネットワーク長岡 ☎(39)2020
11/25(金) 19:00～20:40(受付18:30)	【協働ルーム】		
笑っているパパを増やそう！パピママサロンSP！		新潟県父親支援講座普及事業。笑っているパパを増やそう！1部:トークセッション「父親支援 知って見てさあやってみよう！」2部:パピママサロンSP！※事前申込要	問/ (NPO)多世代交流館になニーナ(山岸) ☎080-6650-8037
11/26(土) 1部9:30～10:30(開場9:15) 2部10:30～12:00(開場10:15)	【ホールD】 【第1・2協働ルーム】		
長岡 音むすびフェス!!2022		音楽も食も盛り沢山！ロック、アイドル、ポップス！様々なジャンルの音楽を取り揃えました！※事前申込要(プレミアムチケットのみ)、一般1,000円、プレミアム席10,000円他	問/ 長岡音むすびフェス!!実行委員会 ☎080-4145-1722
11/27(日) 11:00～(開場10:00)	【アリーナ、ホールA】		
大好き！中之島！特産物販売		3・5年生が総合学習で学んだ、中之島地域の宝である特産物(米・ニラ・小松菜・レンコンなど)を販売します。ぜひお越しください！	問/ 中之島中央小学校 ☎(66)2123
11/28(月) 10:00～なくなり次第終了	【ナカマ】		
中古パソコン展示即売会		中古パソコンの即売会を行います。ぜひお越しください！	問/ (株)アイセイPC ☎(38)6922
11/28(月) 12:00～14:30	【ホールD】		
落語を楽しむ会		長岡出身落語家“瀧川鯉津さん”の落語を楽しみ、応援しましょう。 ※事前申込要、参加費1,000円	問/ さわやか悠久大学 ☎(36)6908
11/28(月) 13:30～15:15(受付13:10)	【ホールA】		
女性のエンパワーメントセミナー		テーマ「私らしいリーダーシップ・メンバーシップスタイルを見つけよう！～わたしに発揮できる力、たくさんあった！～」 ※事前申込要	問/ 人権・男女共同参画課 ☎(39)2746
11/29(火) 10:00～12:00(受付9:30)	【協働ルーム】		
過労死等防止対策推進シンポジウム		全国で開催している「過労死等防止対策推進シンポジウム」を初めて長岡市で開催します。※事前申込要	問/ 厚生労働省(運営事務局プロセスユニーク) ☎0570(070)072
11/30(水) 14:00～16:30(受付13:00)	【ホールA】		
第36回ウィルながおかフォーラム メインイベント 「君が自分らしくいられるために～子どもたちに伝えたいこと～」		次世代により良い社会を残すためにできることって何だろう？家族関係やハラスメント等の問題に取り組む弁護士太田啓子氏と、一緒に考えてみませんか。※事前申込要	問/ 第36回ウィルながおかフォーラム実行委員会 ☎(39)2746
12/3(土) 13:30～15:30(開場13:00)	【ホールA】		
映画「めぐみへの誓い」上映会とミニトーク		映画「めぐみへの誓い」の上映と、特定失踪者問題調査会代表 荒木和博氏と特定失踪者ご家族とのミニトークを行います。※事前申込要	問/ 中村三奈子さんをさがす会(中村) ☎090-4279-4724
12/3(土) 13:30～16:00(開場13:00)	【ホールBC】		
兵頭峰講演会 アオーレ長岡		パリコレで発表された日本のファッションブランドAdel Mamishの創始者兵頭峰が語る。～パリコレまでの道のり～ ※前売2,000円、当日2,500円、学生・障がい者1,500円	問/ (同)次世エンターテインメント ☎080-1472-9492
12/4(日) 14:00～16:00(開場 13:00)	【ホールA】		
Xmasフェスティバル2022		ゲストに小林礼奈さん(元太田プロ)を迎えたクリスマスイベント。ミセス達のドレスウォーキングショー、フラダンス、ベリーダンス、マジックやトークショー。※入場料500円	問/ Xmasフェスティバル実行委員会 ☎080-7456-6610
12/4(日) 18:30～20:00(開場18:00)	【ホールA】		
長岡金春会 秋季大会		伝統芸能の能楽、謡と仕舞の発表会	問/ 長岡金春会(今井) ☎(34)3870
12/6(火) 9:30～16:00	【ホールA】		
薔薇美子と仲間たち ハートフルシャンソン・コンサート		愛、絶望、歓喜。心の響をふるわせる 魂の歌の数々 ※事前申込要、入場料大人2,500円(中学生以下無料)	問/ 長岡シャンソン愛好会(安田) ☎(35)3237
12/7(水) 14:00～16:00(開場13:30)	【ホールA】		
はなはす・れんこん・かみどおりプロジェクト2022 大口れんこんPRエコバッグ販売		学校田で育てた、中之島地域の特産物「大口れんこん」で版を押した「れんこんエコバッグ」を販売。子どもたちがまとめたれんこんパンフレット付き。※1袋100円	問/ 上通小学校 ☎(66)2781
12/8(木) 10:00～なくなり次第終了	【ナカマ】		
冬のお取り寄せケーキ＆ご当地おみやげフェア		横浜ガトー・ド・ボワイヤー・ジュの季節のお取り寄せケーキや、毎回好評の限定もみじ饅頭10種以上など、人気おみやげを販売！	問/ 世界のお茶と日本のおみやげ発信プロジェクト ☎090-3670-8194
12/8(木)～10(土) 10:00～17:30	【ホワイエ】		
業界研究・インターンシップフェス		学生が企業の担当者から直接インターンシップ情報を聞くことができます！ ※事前申込要	問/ 産業立地課 ☎(39)2228
12/8(木) 13:30～16:00(開場12:30)	【アリーナ】		