

# みしまコミセン新聞

■みしまこどもの広場が

6月からスタート!

コミセン広報委員会  
平成26年6月3日発行

- ・こどもの広場  
スタート
- ・事業報告
- ・イベント案内



見守りボランティアを募集中!  
詳しくはコミセンまで!



## 月曜日の放課後は、 体育館であそぼ!

毎週月曜日、3時から5時まで  
脇野町・日吉小学校体育館を開放

※参加には登録が必要です。詳しくはコミセンにお電話ください。



### ■5/28 はじめての 野菜づくり

野菜作りの素朴な疑問から堆肥作り・・・参加者の皆さんは今までわからなかったアレコレを講師の草分繁秋さんに質問。講習会というよりも「野菜づくり座談会」という雰囲気でした。

家ではおじいちゃんが野菜づくりをしているけど、私は全くの初心者。土づくりから肥料の種類まで、聞くことすべてが勉強になりました!いつか若い世代が畑を引き継げたらと思います。(片桐さん)



次回 第2回目は8月開催、冬野菜の準備についてを教えてください(学習部会)

(学習部会)

### ■家庭用噴霧器 貸出スタート

アメシロ駆除用の噴霧器貸出  
5/20から始めました。

利用者の皆さんから「とても助かっています」という感想をいただいています。

貸出は平日9時~16時です。

(まちづくり部会)

## 事業報告

### ■6/1 春のウォーキング

お天気に恵まれ、意気揚々と出発しましたが、暑かった!! 熱中症に注意しながら歩きました。

今回は中学生も参加!大杉公園では、中学生達は元気いっぱい遊び、はじめて見る丸鳥に興味シンシン♪バーベキューの炭起こしも体験して楽しみました。

(学習部会・健康部会)



←ダッチオープンで丸鳥や野菜を蒸し焼きしました



←QRコードを読み込んでHPをのぞいてみてください!



みしまコミュニティ推進協議会 広報委員会

問みしまコミュニティセンター事務室(平日8時30分~5時15分)

〒940-2392 長岡市上岩井1261-1 電話:42-2525 FAX:42-3711

ホームページ:http://www.oosugikun.com

## 歩き方 講習会

日時:6月22日(日)10:00~11:30

会場:コミセン ホールおおすぎ

定員:30名(先着)

講師:木元 実さん

(長岡市健康課長)

持ち物:タオル・飲み物

参加費:無料

× 切:6月19日(木)

その他:体組成計(筋肉や体のバランスを数値でチェックできます)で体のチェックができます。この機会にチェックしてみませんか?



~“正しい歩き方”を学び、  
身につけましょう!~

(まちづくり部会)

## ヨガ講座

日時:6月28日(土)10:00~11:30

会場:コミセン 和室1・2・3

定員:30名

講師:Saori 先生

持ち物:タオル・飲み物

参加費:無料

× 切:6月20日(金)

その他:・小学3年生以下のお子様の参加の場合は、保護者同伴でお願いします。  
・ヨガマットはコミセンで用意できます。お持ちの方はご持参ください。



~誰でも出来るヨガ講座です。心も体もリラックスさせましょう。  
みなさんも参加しませんか?~

(健康部会)

## 花のさし芽講習会

日時:6月29日(日)

第1回 9:00~10:30

第2回 11:00~12:30

会場:コミセン 工作室匠

定員:各回25名

講師:小林 正夫先生(緑花センター長)

参加費:500円

× 切:6月13日(金)

その他:詳しくは、各世帯へ配布されたチラシをご覧ください。

~恒例となりました「みしま花いっぱい事業講習会」。今回は初心者のための『さし芽講習会』です。花を育てて、人の心を広げよう!~



~恒例となりました「みしま花いっぱい事業講習会」。今回は初心者のための『さし芽講習会』です。花を育てて、人の心を広げよう!~

(花咲けみしま実行委員会  
・まちづくり部会協力)

## 料理教室

日時:7月4日(金)9:30~13:00

会場:みしま会館 調理実習室

定員:20名(先着)

講師:西澤敬介さん(レストランUONI)

持ち物:エプロン・三角巾

参加費:500円

受付:6/10~6/17(定員になり次第×切)

その他:詳しくは、各世帯へ配布されたチラシをご覧ください。

~家庭でできるリッチな料理教室

おいしく作るコツを学んでみませんか?!~

(三島公民館・  
福祉部会共催)



## ■地域体育祭が始動します。

平成26年度の三島地域体育祭の実施に向け、6月11日に第1回実行委員会を開催します。実行委員会で決定した事項は、コミセン新聞等で随時お知らせします。お見逃しなく!

平成26年度の予定

三島地域体育祭 9月28日(日)

