

くわしく知りたい!

1人に1つ。マイナンバー講座

マイナンバーが通知され一年が経ちました。

●何のために導入されたの?
●誰がどんな場面で使うの?
など、わかるようでわからないマイナンバーの仕組みや、注意点をくわしく教えてもらいましょう。

開催日：3月3日(金)

時 間 10:00~11:30 ※受付9:45~
会 場 みしまコミセン ホール おおすぎ
参加費 無料
定 員 30人
講 師 長岡市行政管理課 職員
× 切 3月1日(水)

健康部会

みしま体育館

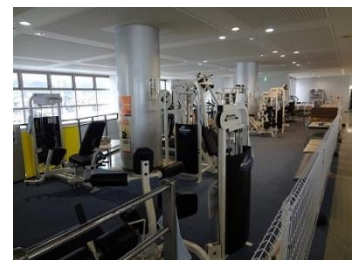
トレーニングジム
体験

機器の正しい使い方や、より効果的なトレーニングの仕方を、トレーナーの先生に教えてもらいましょう!

開催日：3月3日・17日(金)

※内容は2回とも同じです。

時 間 午後7:30~8:30
会 場 みしま体育館
トレーニングルーム
入館料 一般 150円
※みしま体育館の会員の方は無料
講 師 山本 潤 さん
(スポーツトレーナー)
× 切 3月1日(水)



ご注意ください

※イベントへ参加希望の方は、期日中にコミセンへお申込みください。※キャンセルは、実施日3日前まで受付。(土日を除く事務局稼働日で実施3日前まで) それ以降は不参加でも参加費を頂く場合があります。※参加者が5名以下の時は中止する場合があります。※イベントの様子は広報誌等へ写真掲載する場合があります。あらかじめご了承ください。

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~17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>

3月5日(日)

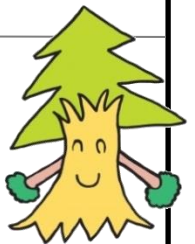
コミセン施設利用説明会

3月5日(日)午前9時30分~

会場：みしまコミセン和室(三島支所2階)

コミュニティセンター利用の留意点や書類記入方法等を説明します。

説明会終了後、サークルの皆さんを中心にコミセン施設の大掃除を実施します。



～はじめの一步～ 地域力 アップ セミナー

地域力ってなんだ？
地域力がアップすると
何がいいの？
…三島の先駆者から
やりがいと楽しみ方を
…地域戦略部から
そのノウハウを
聞き出せ！

育てる！みしまの地域力

トークゲスト

- ・上岩井町内会地域活動部
- ・蓮花寺町内会

パネルディスカッション

- ・綿貫 悟さん (みしまふるさと塾)
- ・あぎお 臆尾 理さん (長岡市地域戦略部)

開催日：3月12日(日)

時間 受付開始 13:45～
開始予定 14:00～15:30

会場 みしまコミセン ホール おおすぎ
正面玄関からお入りください

参加費 無料

× 切 3月10日

※コミセンへお電話でお申込みください

みんなの
みしま
フォーラム
開催！

みんなのみしまフォーラム

開催日：3月28日(火)・29日(水)

3月 28日 講演会 (18:30～20:00)

木村泰子氏 (大阪市立大空小学校初代校長)

29日 映画「みんなの学校」上映会

こどものための体験教室ほか (9:00～18:00)

会場：みしま会館

※くわしくは3月1日配布のチラシをご覧ください。