

とちお コミュニティだより 5月号

2021. 4. 25

発行 とちおコミュニティ協議会
〒940-0222 長岡市中央公園1番36号
(長岡市栃尾文化センター2階)
TEL 89-7305 FAX 94-5210
E-mail tochio-comi@aioros.ocn.ne.jp



No.35
みんなでつながり
支え合い いきいき活動



策をグマし五
はつニツイ月
気けミツ。
持るツジオ山
ち若バヤレの
も葉ツ紫ンツ
爽のツ色ジツ
や城ジの色ジ
か山がユのが
! 散花キヤ美

とちおコミュニティセンター主催 <生涯学習・スポーツ部会事業>
2021 TOCHIO COMMUNITYCOUNCIL PRESIDENT CUP

第2回とちおコミセン健康ゴルフ大会



TOCHIO COMMUNITYCENTER HEALTHY GOLF COMPETITION

6月16日(水) 8時28分スタート
大新潟カントリークラブ三条コース

競技方法 18ホールSP(9ホールペリア方式)
参加費 1,000円 ※プレー費は自己負担となります。
定員 64名(先着) ビジタープレー代 約5,700円
(税込み、食事付きく飲み物別途)



申込み期限

5月26日(水) *定員になり次第締め切りとなります。

とちおコミセンに電話又はFAXでお申し込みください。

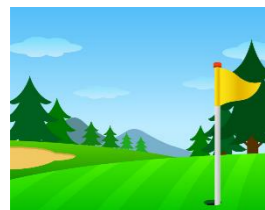
電話 89-7305 FAX 94-5210

※スタート時間、組み合わせ等は、後日参加申込者に連絡します。

今回のコンペは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、表彰式は行いません。

成績結果表及び賞品等の受け渡し等については、参加者に連絡します。

また、状況により中止させていただく場合もあります。



「第2回とちおコミセン健康ゴルフ大会」参加申込書 (FAX等でご使用ください)

お名前	性別	住所(番地までご記入ください)	生年月日	電話番号
		〒 長岡市	S・H	
		〒 長岡市	S・H	
		〒 長岡市	S・H	
		〒 長岡市	S・H	

※電話は、日中連絡のつく番号をお願いします。

とちおコミセン健康・福祉・児童部会
栃尾支所市民生活課 共同主催

令和3年度コミュニティ健康づくり推進事業



いきいき県民カレッジ登録講座

健康づくり講座 2021 第1弾 足腰元気度測定

転ばぬ先の自分確認! ~自分のカラダ年齢を知ろう~

今年のコミセンは、1年を通して健康について学び運動していきます。まずはその第1歩! 体組成・血管年齢・血圧、足腰元気度(転倒・予防に関する5項目)を測定し、自分の体を知ることから始めませんか。

とき : 5月26日(水) 13時30分~15時30分

ところ : 栃尾体育館 アリーナ

講師 : 運動指導員 山家祐三子さん

定員 : 20名(定員になり次第締切ります)

参加費 : 無料

持ち物 : 内履き、タオル、水分補給用の飲み物

申込み・問合せ : とちおコミュニティセンター

TEL89-7305 fax94-5210

※新型コロナウイルス拡大防止対策のため、中止または延期となる場合があります。マスク着用と検温にご協力をお願いいたします。



★今回の測定結果を受けて、6月23日(水)開催予定「足腰元気講座」で転倒・骨折を予防するための講座と運動を実践します。



この講座は「ながおかタニタ健康くらぶ」健康ポイント対象講座です。

5月26日(水)「足腰元気度測定」参加申込書 (FAX等でご使用ください)

お名前	年齢	住所	電話番号

栃尾地域
みんなのひろば

★地域イベントやサークル活動への参加募集など、コミセンだよりに掲載します。
原稿の締め切り…6月号は5月7日(金)、7月号は6月7日(月)
紙面の都合で、すべてを掲載できない場合があります。あらかじめご了承ください。
詳しくは、とちおコミセンまでお問合せください。☎89-7305 ☎94-5210

スポーツ スポーツチャンバラ
初心者教室

とき 5月12日(水) 5月14日(金)
5月19日(水) 5月21日(金)
午後7時30分～9時 計4回
ところ 栃尾総合体育館
武道場(水) アリーナ(金)
対象 5歳以上～一般の方
参加料(保険料等)
高校生以上 2,000円
中学生以下 1,000円
申込み・問合せ 栃尾スポーツチャンバラ協会
事務局 金内一幸 ☎090-2653-5458
会長 高橋増司 ☎52-2785
初心者教室終了後随時募集します。

スポーツ 栃尾JVC
(ジュニアバレーボールクラブ)
団員募集

募集対象 小学1年生～
小学6年生の
元気な女の子・男の子
練習日 火曜日 19:00～21:00
ところ 栃尾東小学校体育館
一度、練習を見に来てください。
連絡なしでもOK!!気軽に見学してね!!
みんな仲良し。とても楽しいよ!!
合言葉(スローガン)
あいさつ・返事・元気
問合せ 代表 中村晃(栃尾山田町)
☎090-4930-6600



おしらせ 花の苗を販売しています!

とき 5月中の朝9時～夕方4時
※土日祝日も営業しています!
ところ とちおワークス (楡原 2220番地)
※楡原トンネル手前を右折
品種 ベゴニア、サルビア、日々草、マリーゴールド
その他各種
価格 全品種 1ポット 70円(税込)



問合せ とちおワークス ☎ 080-7809-8400
★感染防止のためマスク着用をお願いします

募集 初心者詩吟教室

とき 11月までの毎週月曜日
午後2時～4時
ところ 栃尾市民会館
1階 食堂
会費 月1,000円
他教室 栃尾シルバー人材センター
第1、第3水曜日 午後1時30分～
※詳細はお問合せ下さい。
申込み 栃尾城山吟詠会・高見 ☎ 52-1701



催し 障がいのある子の
「親亡き後」の「お金」の話

とき 6月12日(土) 10:00～11:30
ところ 老人福祉センター 皆楽荘 大広間
内容 障がいのある子の親亡き後のお金の話です
講師 一般社団法人 相続と遺言の相続センター
理事 鹿住拓郎氏
対象 障がいのある子の保護者等
定員 先着10名 参加料 無料
申込み 5月31日(月)まで
主催 長岡市手をつなぐ育成会 栃尾地区
問合せ 長岡市社会福祉協議会栃尾支所
地域福祉係 ☎52-5895

切り絵講座講師 稲田芳夫さん
切り絵作品展開催

<会場>
とちおコミセン
「エントランスロビー」
<期間>
令和3年5月28日(金)まで
*月～金曜日9:00～16:00



とちおコミセンは栃尾文化センター2階です。

すばらしい切り絵の世界をお楽しみください。

春の 歴史と文化と“食”を楽しむ
地域いいものの探訪ツアー

日時: 6月10日(木) 9:00～16:30
場所: 小国・白鳥・関原方面
集合: 栃尾市民会館前 8:45 (9:00出発)
参加費: 2,000円(昼食代)
※入館料及び行事保険料は、コミセンで負担します。
定員: 15名(先着順)



山口育英奨学会資料館・庭園 ⇒ 岩塚製菓直売店

渋沢栄一との繋がりもある山口権三郎。石油・鉄道などの事業の振興に携わり
とともに、人材育成にも力を注ぎました。その資料館を訪ねます。庭も必見!

「せんべいアウトレット」で
チョットお買い物!

⇒ あさひ山蛭庵<昼食>

日本酒や酒粕を調味料とした酒蔵料理や季
節の地野菜料理を楽しみます。お土産処も!

⇒ 寶生寺(木喰上人作観音像 新潟県指定文化財)

深い笑みをたたえた木喰上人の微笑仏
は、見る人の心を和ませてくれます。

⇒ 馬高縄文館(火焰土器ミュージアム)

馬高遺跡は、「火焰土器」発祥の地。火焰土器ミュージアムは「火焰土器」と
馬高遺跡及び隣接する三十稲葉遺跡をテーマにその特色を紹介しています。



申込み

申し込みは参加申込書に参加費を添えて「とちおコミセン」に申し込んでください。電話及びFAX
での申し込みはできません。なお、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止する場合があります。
バス乗車や食事なども含め、感染拡大防止対策をしっかりとって実施します。

申し込み開始5月6日(木)9:00より <問合せ>電話 89-7305

参加申込書

お名前	住所	電話番号
	長岡市	
	長岡市	