

とちおコミュニティだより 8月号

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67号
(長岡市栃尾地域交流拠点施設内)
TEL 89-7305 FAX 94-5210
E-mail tochio-comi@aioros.ocn.ne.jp

2022. 7. 25

No.50

みんなでつながり
支え合い いきいき活動



の八月は立秋。暑さの残りはまだ多いが、朝晩は涼しくなっています。朝は暑く、夕方は涼しい。暑い日が続きますが、体調を崩さないように注意しましょう。

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



健康づくり講座 2022

第4弾 骨粗しょう症予防講座

骨の健康度を測定(手首)し、骨粗しょう症予防のための食事や運動について学びます。

と き： 8月31日(水) 午後1時30分～3時30分
(受付 午後1時～)

ところ： トチオーレ 大ホール

講師： 運動指導員 結城サカ工 栄養士 大屋真理子

持ち物等： タオル 水分補給用の飲み物



NEW!

第5弾 健康ウォーキング講座

日々のウォーキングは「ただ歩いている」だけとっていませんか。正しく！効果的な歩き方と、ウォーキングに必要なストレッチとあわせて実施します。

と き： 9月5日(月) 午後7時00分～8時30分
(受付 午後6時30分～)

ところ： 栃尾体育館 アリーナ

講師： 運動指導員 與田恵

持ち物等： タオル 水分補給用の飲み物 ウォーキングに適した靴(うち履き)



定員： 各25人(定員になり次第締め切ります。)

参加費： 無料

申込み・問合せ： お電話にてお申し込みください。

とちおコミュニティセンター ☎89-7305

長岡市中央公園1番67号トチオーレ内

(火曜～土曜 午前9:00～午後5:00)

【申込み受付は8月2日(火)から】

生涯学習・スポーツ部会事業

第2回とちおコミセン健康ボウリング大会 結果

28名の選手が参加。男性の部は星野直浩さん、女性の部は田村順子さんが優勝しました。ローゲーム賞などもあり、真剣な中にも、誰でもが楽しめる大会となりました。主な成績は以下のとおりです。



<男性の部>

氏名	1G	2G	トータル
優勝 星野 直浩	180	184	364
準優勝 稲田 悦雄	149	182	331
第3位 福王寺 勝	170	159	329
*ハイゲーム賞 星野 直浩	184		

<女性の部>

氏名	1G	2G	トータル
優勝 田村 順子	120	163	283
準優勝 大崎 良子	144	127	271
第3位 高橋 緑	137	112	249
*ハイゲーム賞 田村 順子	163		



第2回健康ボウリング大会
優勝者の星野直浩さんです。

楽しく参加し、おかげさまで優勝することができました。ボウリングは、年齢を重ねても、冬でもできるたのしく健康に良いスポーツです。

とちおコミセンの

赤いミニ鳥居

まちづくり部会事業

ごみを捨てないで！
という願いを込め 地域の方が作りました



ミニ鳥居を立てて記念写真！

一之貝区で



組み立ててペンキを塗って

6月26日(日)
環境美化活動！

一之貝区に新しく4基設置されました。栃尾地域の赤いミニ鳥居は、53基になりました！



みなさんの地区でも、この赤いミニ鳥居を設置してみませんか！とちおコミセン“まちづくり部会”が作った赤いミニ鳥居があります。

希望する場合は、とちおコミセンまでご連絡ください

☎ 89-7305

★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・・・9月号は8月5日(金)、10月号は9月6日(火)
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。Tel 89-7305 Fax94-5210

募集 伝統芸能「栃尾甚句」の
歌詞を募集します

応募方法 トチオーレに用意している応募用紙に、作品と必要事項を記入の上、トチオーレ内応募箱に投函してください。

締切り 8月14日(日)
採用された方に連絡します。

採用された作品は、8月27日盆踊りで作詞者を紹介し栃尾甚句保存会が歌います。
栃尾甚句は7・7・7・5の4句形式26文字の民謡です。あなたの心のふるさと「栃尾」の思いを歌にしてください。

問合せ 栃尾甚句保存会 大竹啓一
☎090-1543-6966



催し 2022年度
栃尾地域交流促進シンポジウム
「若者と共に地域を盛り上げるために」



とき 9月10日(土) 午後1時～3時
(開場 午後0時30分)

ところ トチオーレ 会議室
内容 栃尾地域の現状を共有しながら、今後を担う若者に対する理解を深め、共に栃尾地域を盛り上げる方法を考えていきましょう。

対象 栃尾住民の方々
定員 30名 **参加料** 無料
申込み・問合せ 長岡大学地域連携研究センター
☎39-1600



募集 初めての方向の手話教室(無料)

とき 9月2日～10月7日の毎週金曜日
(9月23日を除く) 全5回
午後7時30分～9時

ところ トチオーレ 会議室1

対象 小学生以上

指導 栃尾手話サークル

申込み・問合せ 8月30日まで
長岡市社会福祉協議会栃尾支所 ☎52-5895



催し 栃尾学習教室

とき 8月16日(火)・17日(水)・18日(木)・
19日(金) 午前10時30分～午後0時30分

ところ トチオーレ 会議室
内容 夏休みの宿題や予習復習、自主学習についてわからないところを大学生と一緒にコミュニケーションをとりながら勉強をします。

対象 栃尾地域の小学生
持ち物 勉強道具 **参加無料・申込不要**
問合せ 長岡大学 レオクラブ
金子竜久☎080-4135-1722

催し ハモろう亭アカペラコンサート

とき 8月6日(土) 午後2時～

ところ 杜々の森名水公園
内容 ハモろう亭など、市内を中心に活動しているアカペラグループによる合同無料ライブを開催！当日は、杜々の森の湧水で入れた冷茶の振舞いなどもあります。

問合せ 杜々の森名水公園管理運営組合
☎58-3050



催し 第68回 とちお祭

とき 8月27日(土)～28日(日) **ところ** 栃尾体育館、中央公園、秋葉公園、トチオーレほか

内容 27日(土)オープニングイベント(栃尾体育館アリーナ)、トチオンガーセブン・ヒーローショー(栃尾体育館アリーナ)、救急フェア(栃尾体育館卓球場ほか)、キッチンカー大集合・ゲームコーナー(中央公園)、盆踊り大会(中央公園)、みこし渡御(中央公園)

28日(日)全日本少年少女樽みこし綱引き選手権大会・全日本樽みこし綱引き選手権大会(秋葉公園特設会場)、とちお祭芸能祭(トチオーレ大ホール)、大花火大会(打上場所：鳩峰・タカ待場、観覧場所：栃尾松葉公園)

※詳しい内容・時間等は栃尾観光協会ホームページでご確認のうえお出かけください。

問合せ (一社)栃尾観光協会 ☎51-1195



↑ホームページはこちら

今さら聞けない!

初心者 LINE 講座

多くの声にお応えして、
今年度も開催します。



とき 8月23日(火)
午後1時30分～3時30分
(受付 午後1時～)
ところ トチオーレ 会議室1

講師 佐藤 宏さん (パソコン訪問指導 comii 代表)

定員 10名 【7月29日(金)午前9時より申込み開始】
受講料 300円
持ち物等 ご自身のスマートフォン、筆記用具
マスクを着用してご参加ください。

【これまでの受講者の感想(アンケートより)】



今までは電話しかできなかったけど、写真の送信ができるようになりました。



一人でやるのは難しかったので、来てよかったです。



楽しく学べました。

申込み・問合せ お電話にてお申込みください。
とちおコミュニティセンター ☎89-7305
(火曜～土曜 午前9時～午後5時00分)