

とちおコミュニティだより 5月号

2023. 4. 25

No.59

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-re@city.nagaoka.lg.jp

みんなでつながり
支え合い いきいき活動



五月。立夏です。爽やかな風が気持ちよく、新緑が目を楽しませてくれる季節です。今年も力強くたくましく、栃尾の樹々が元気で。



◆生涯教育・スポーツ部会



男の料理教室



と き: 5月27日(土)
16:00~19:00(受付 15:30から)
と ころ: 「トチオーレ」キッチンスタジオ
講 師: 萩原一男さん(調理師)
定 員: 8人(先着)
参加費: 2,000円
(材料費1,000円+飲み物代1,000円)
持ち物: エプロン、三角巾、マスク、タオル

おしながき
麻婆豆腐
鯛のカルパッチョ
胡瓜の中華付け

料理の後は、
みんなで楽しく
試食しましょう!



申込み・問合せ

とちおコミセン ☎ 89-7305
(火曜~土曜 9:00~16:00)

◆健康・福祉・児童部会 共同主催 栃尾支所市民生活課

健康づくり講座 2023

第1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: 5月24日(水)
13:30~15:30(受付 13:00から)
と ころ: 「トチオーレ」大ホール
講 師: 小林奈津子さん(運動指導員) 大屋真理子さん(栄養士)
定 員: 25名(先着) 参加費: 無料
持ち物: タオル、水分補給用の飲み物

申込み・問合せ

とちおコミセン ☎ 89-7305
(火曜~土曜 9:00~16:00)

いきいき県民カレッジ登録講座



コミセンと栃尾支所市民生活課がタッグを組み、1年を通して栃尾地域の健康づくりのお手伝いをします!今後の講座については毎月発行される「とちおコミュニティだより」でお知らせします。



栃尾地域コミュニティ活動団体紹介

栃尾地域でサークル活動などに取り組んでいるとちおコミュニティ活動団体を紹介しています。



<こすもすの会>

『新舞踊』という分野での健康増進を図りながら、6月の発表会に向けて練習中です。
<活動日>主に毎週水曜日
<会 費>無料



ゆったりした動きで、どなたでも無理なく楽しく始められます。肩こりと腰痛が改善するかもしれません。脳の活性化にも効果がありそうなので、脳トレに関心のある方も是非、始めてみませんか。お問い合わせをお待ちしております。
<問い合わせ>52-9526(土田キン)

<とちおFDCぐれ〜ぷ>

フォークダンスを楽しみ、健康保持と増進、そして親睦を深めています。
<活動日>毎週金曜日 10:00~12:00
<会 費>月額500円



「交流・交換活動」を年1回、「踊ろう会」を年2回実施しています。定期的に新曲、復習曲の講習を受けて、楽しくステップを踏んでいます。あなたも一緒に踊ってみませんか。お仲間大募集中です。

<問合せ>52-4939(清水信子)

これからも栃尾地域でいろいろな活動を楽しんでいる「栃尾地域コミュニティ活動団体」を紹介していきます。

とちおコミセン 退任・新任のご紹介

大変お世話になりました

よろしく申し上げます

大崎 勉 センター長

3月末でセンター長を退任いたしました。とちおコミセンオープンから5年間でしたが、コミセンの検討委員会及び準備委員会の6年間を入れると11年間コミセンに関わらせていただきました。この間、地域の皆様や関係者の皆様には大変お世話になりました。お礼申し上げます。とちおコミセンの益々の発展をご祈念いたします。

酒井 幸栄 主事

コミセン業務、長かった様で短かった様な想いの5年間でした。この間、市民の方々から様々な叱咤激励の声もありましたが、なんとか全うできましたことは、地域の方々のご協力とご指導と感謝しております。本当に長い間支えていただきありがとうございました。

田邊 仁 主事

そこに住んでいる人が交流し、心と心がふれあうところがコミュニティセンターです。健康で楽しく、時には地域のこれからのことを考えるととちおコミセンで活動できた幸せを感じています。お世話になりました。



(後列左より) 山田優也主事、稲田敦子主事、監物美枝子主事、小林弘典主事
(前列左より) 小林進主事、武士俣利一センター長、佐藤泰子主事

新たに5人のメンバーが加わりました。栃尾地域のみなさんと「つながり」を大切にしながら頑張ります!

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6日(土)、7月号は6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。TEL89-7305 Fax94-5210

募集 栃尾の伝統の技を修得しませんか 栃尾てまり初心者講座

求む!初心者
今、てまり作りの後継者が少なくなっています。
ぜひいっしょにてまり作りを覚えませんか。

とき 6月～11月頃まで
平日に10回程度(1回3時間程度)を受講者としててまりの会講師で予定日を相談して決めます。

ところ NPO 法人連絡事務所(旧市民会館となり) 金町1丁目6-7

定員 栃尾地域の市民5人程度

受講料 8,000円(材料費)

申込み・問合せ 5月末日までに「とちおてまりの会」事務局・稲田待子 ☎53-5826

スポーツ スポーツチャンバラ 初心者教室

とき 5月17日(水) 5月19日(金)
5月24日(水) 5月26日(金)
午後7時30分～9時 計4回

ところ 栃尾体育館 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 電話 090-2653-5458
会長 高橋増司 電話・Fax 52-2785
初心者教室終了後随時募集します。

募集 あなただけの素敵な文字を作ってみませんか 筆で文字を楽しむ教室

とき 毎月第2・第4土曜日(4月～3月)
午前10時～午前12時

ところ トチオーレ コミュニティルーム

会費 前期・後期各3,000円

申込み・問合せ 事務局:大竹啓一 ☎090-1543-6966

募集 あなたの人生を短歌にしてみませんか とちお歌壇 短歌教室

とき 毎月第4木曜日(4月～3月)
午後1時30分～3時30分

ところ トチオーレ会議室

会費 前期・後期各3,000円

申込み・問合せ 事務局:矢沢伸夫 ☎090-6226-2234

道院高原キャンプ場オープン

5月27日(土)

空と風を楽しむキャンプサイト。湖畔と森の中、プライベート感を満喫でき、守門岳の大パノラマや満天の星空が楽しめます。
※ご予約はホームページから

入場料 1日1人100円～

オートキャンプ場 1区画(日帰り)1,500円～(宿泊)2,500円～

フリーキャンプ場 1張(日帰り)入場料のみ(宿泊)1,000円

問合せ 道院高原 ☎58-2120

催し おいなす春まつり

とき 5月6日(土)・7日(日)
午前10時～午後3時

ところ 栃尾産業交流センターおいなす

内容 栃尾産の生地や繊維製品などの展示販売、ストラックアウト、バランススクーター(*), コーヒー、ポップコーン、おにぎり(*), 豚汁(*)
*は5月7日のみ

4月29日(日)～5月7日(日)まで展示プラザで、パッチワークキルト展を開催。5月6日(土)には手芸ワークショップをします。(小鳥とピンクッション作り。それぞれ1個300円)

問合せ 栃尾産業交流センターおいなす ☎51-1331

募集 おいなす春の植物染め 「台所にあるもので染める」

とき 5月27日(土)
午前9時30分～午後2時30分

ところ 栃尾産業交流センターおいなす

内容 紅茶やコーヒーなどで絹のストールを染めます。

定員 12名(先着順)

参加料 5,000円

持ち物 エプロン、ゴム手袋、筆記用具、昼食

申込み 5月1日(月)午前9時～ 定員になり次第締め切ります

問合せ 栃尾産業交流センターおいなす ☎51-1331

◆生涯学習・スポーツ部会

とちおコミュニティセンター主催



2023 Tochio Community Council President Cup

第4回 とちおコミセン健康ゴルフ大会

Tochio Community Center healthy Golf Competition

6月14日(水) 9時00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ホールリペア方式)

参加費: 4,000円(表彰式・パーティー代込み)
表彰式会場:トチオーレ大ホール

プレー代: 5,990円(ビジタープレー代、税込み、食事付き ※飲み物別途)

定員: 72名(先着)



申込み期限: 5月26日(金) ※定員となり次第締め切りとなります。

◎ 時間、組み合わせ等は後日、参加者へ連絡します。

◎ 新型コロナウイルス感染状況により、表彰式等変更中止させていただく場合もあります。

申込み・問合せ

とちおコミセン 電話 89-7305 Fax 94-5210
(火曜～土曜 9:00～16:00)

「第4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	

※電話は、日中連絡のつく番号をお願いします。