

平成25年度三島地域体育祭開催日は、
9月29日(日)です!

～みんなで楽しい体育祭にしましょう～



◆雨天対応について
体育祭当日に雨が降って体育祭が中止となっても、みしま体育館(三島中条)を会場に交流と発表の場を計画しています。自由参加で楽しめる競技もありますので、御家族・御近所お誘いあわせの上、みしま体育館へ遊びにいきましょう! 詳細は、「コミセン新聞」体育祭特別号「でお知らせします。」

- ※○のついた種目は、得点種目です。
- | | |
|-------------|-----------|
| 1 ゆづぎ | 5 台風レース |
| 2 玉入れ | 6 綱引き |
| 3 幼児レース | 7 大玉送り |
| 4 ★アトラクション★ | 8 男女総合リレー |
| 9 パン食いレース | しっぽ取りゲーム |



◆地域体育祭の競技種目が決定!
地域住民の交流と親睦の場となる三島地域恒例の体育祭に向け、7月9日(火)に第2回実行委員会が開催されました。競技種目・参加人数について、雨天対応、また、体育祭スローガンについて等、実行委員の皆さんから検討していただきました。決定したものをお知らせします。

◆競技種目について
事前に、三島地域スポーツ推進委員・三島公民館振興員協議会の2団体による合同会議で、競技種目・内容について検討していただき、その結果が代表から説明がありました。競技書目は左表のとおりです。優勝目指してがんばりましょう!

みしまコミセン新聞

★第39号★

コミセン広報委員会
平成25年7月25日発行

- ・体育祭関連
- ・事業報告
- ・募集・お知らせ

◆スローガンが決定しました!
走って笑って楽しんで
元気ハツラツ 三島体育祭

ステキなスローガンが9通寄せられ、右のスローガンに決定しました!
さあ、脇野町小学校グラウンドで、選手の人も応援の人も走って♪笑って♪楽しみましょう♪

◆こんなお楽しみもあります♡
応援賞あります!
「元気な♪」「にぎやかな♪」「息の合った♪」
応援合戦が楽しみですよ。

今年も設置します。
小さなお子さん連れのママさん、家族の応援のちびっこが集えるテントです。お気軽にご活用。

みしま地域の人気者
みんなの応援に来てくれる!!かも?
仲良くしてね♪

■みしまこどもの広場より …暑い夏をクールシェアしましょう…

いよいよ子どもたちは楽しい夏休みです。みしまこどもの広場では、夏休みの子どもたちにたくさんの体験をしてもらいたいと考えています。

- この夏の目玉は・・・!
- 「ヨット体験乗船」寺泊バスツアー
 - 夏休み陶芸教室
 - 夏休みこども将棋&オセロ大会
 - 夏休み食事ボランティア体験 など

また、夏休み中の子どもたちの居場所となるように、月曜と火曜の午後はコミセンのホールを会場に「DVD鑑賞会」を行います。子どもだけでなく、大人もお気軽にご参集ください。同時に、子どもたちの見守りをしてくださる方を募集しています。暑い夏、みんなでクールシェアしましょう! 詳しい内容は、小学校を通じて配布されていますのでご覧ください。



今年の「夏休みこども将棋&オセロ大会」のひとコマ↓

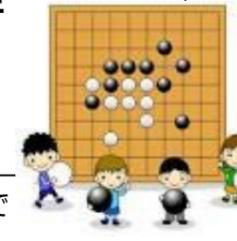


■囲碁を始めませんか?

～みしま囲碁クラブより～

囲碁は将棋と同じく「頭のスポーツ」と言われ、黒石と白石だけで役割が皆平等な、要は「陣取り合戦」です。囲碁は「集中力」を身に付け「バランス感覚」を養うことで、物事の価値判断をする練習になり、子どもたちの人格形成に役立つと言われています。そんな囲碁を、三島地域の皆さんに知って楽しんで頂きたく、この度夏休み期間中に「初心者教室」を計画しました。大勢の皆さんの御参加をお待ちしています。

＜囲碁 夏休み初心者教室＞
日 時: 7/29(月)・8/7(木)
8/20(火)・8/26(月)
午前10時～正午
会 場: コミセン和室
対象者: 囲碁初心者の皆さん



☆暑い夏を涼しいコミセンで「囲碁」を楽しみましょう!

■わくわくルーム(脇小児童クラブ)の厚生員が代わりました

6月末で専任厚生員の北川由美子さんが退職し、代わって7月から青柳美子さんが専任厚生員となりました。北川さんは、代行厚生員として引き続き児童の見守り指導に関わります。

■コミセン施設を有効利用しよう!

コミセン施設は個人利用も可能です。学生の皆さんもお気軽に、夏休みの学習の場としてご利用ください。

- 利用できる時間帯は?
祝日を除く月曜日から金曜日の午前9時から午後5時15分です。
- 利用できる施設(部屋)は?
当日空いている施設(部屋)です。個人で占有することはできません。
- 誰でも利用できるの?
小中学生の皆さんが利用する場合は、保護者同伴での利用となります。また、営利、宗教、政治活動を伴う場合の利用はできません。



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>

コミセン新聞・コミセンだよりがカラーで見られますよ!

■6/29 「フナ林ミニコンサート」が開かれました！（上岩井町内会）



↑ フルートとチェロの演奏にうっとり♪

昨年より整備をしてきたフナ林でミニコンサートが開催され、主催者予想を大幅に上回る約 150 名の方がハーモニック・グレイセスのフルートとチェロによる演奏を楽しみました。

誰でも知っているエーデルワイスや夏の思い出等 11 曲に聞きほれ、アンコールの連続で、次回秋の開催を約束してようやく演奏会が終了となりました。秋も楽しみです！

なお、コミセン1階市民ラウンジに、上岩井町内会が取り組んでいる活動の様子の写真が展示されています。ぜひご覧ください。



■7/6 花の植栽講習会(花咲けみしま実行委員会)

みしま会館のホールを会場に「花の植栽講習会」が開催されました。初参加という小学生から毎回楽しみにしているという常連の方まで、約60名の方にご参加いただきました。

緑化センター長の小林正夫先生から植え育て方について、とても丁寧な説明をしていただきました。今回の植栽では、自然に優しく、水はけが良く土のはね返りを防げるということで、土の上下に茅を敷きつめました。また「縁があって参加者の皆さんのところへお嫁にいく花たちを、それぞれのお家で感謝の気持ちで可愛がってほしい」との話がありました。

これらの花が開いて、三島地域を彩ってくれるのが楽しみです♪



お花は咲きましたか？

■7/13 ヨガ講座(健康部会)

7月13日(土)みしま会館ホールにて、健康部会主催のヨガ講座を行いました。

講師は昨年に続き Saori 先生。硬い体の人には難しいと思われるがちなヨガですが、自分の呼吸を意識しながら、講師の指導のもと、体をやさしくゆっくりと動かしていきました。仰向けになり、だんだんココロと体がほっとしたのか、気持ちがよくなって手を伸ばしたり足を伸ばすことも苦痛に感じませんでした。

小学生も参加して年齢層の幅が広い講座でした。参加者からは、“気持ち良かった～”、“普段肩が凝っているけれど体験して軽くなった感じ。”との感想をいただきました。



リラックスできました～☆



■6/22 三角ちまきをつくろう (児童育成部会 みしまこどもの広場共催)

地域の先生5名を含め32名で今年も三角ちまきを作りました。先生に結び方を教えてもらい、覚えてしまえばあっという間に一人6個のちまきを完成させました

子どもだけではなく、お姉さん、お母さん、おばあちゃんと幅広い世代の参加があり和やかな雰囲気の中で進めることができました。



↑ 皆さんちまきの結び方に集中しています



■7/3 三島歴史教室(学習部会)

集会室では、なつかしのレコードやレコードプレーヤーの展示、そして最近話題の富士山の掛け軸の展示もありました。また、工作室では似顔絵を描いてプレゼント。当日描いた似顔絵のコピーがコミセン2階に展示してありますのでご覧ください！



↑ 前回に引き続き、なつかしの蓄音機やレコードも展示しました。



← 似顔絵作成中

■7/5 作って食べよう エビチリ! (福祉部会・三島公民館共催)

みしま会館調理室にて、料理教室が開催されました。

今回の教室では、エビの下味のつけ方、湯通しのコツなど本格エビチリの作り方を長岡グランドホテルのシェフから教えていただきました。調味料の順番もわかりやすく教えていただき、先生のトークもユーモアがありとても楽しかったです。

参加者の方から、“とてもおいしかったです♡”、“あとで味がしっかりと出てきた。”、“家族にプリプリのエビチリを食べさせることができます♪ありがとうございました。”などの感想をいただきました。

今回の教室は、事前の申し込みがあっという間に定員になるほどの大人気で、残念ながら参加できなかった方も…。今後も皆さんの興味のある講座や教室を企画していきたいと考えています。お楽しみに！



← プリプリのエビチリ定食のできあがり

