

恒例の春のウォーキング

## 雪国植物園へGO

初夏の雪国植物園  
ノハナショウブや  
エゾアジサイが  
見ごろです健康部会  
学習部会

日時：6月16日(日)

午前9:45~14:00(受付9:30~9:45)

集 合：鳥越集落開発センター

コース：鳥越集落開発センター

～雪国植物園(片道約2km)

※ボランティアガイドさんによる園内散策1時間程度あり

参加費：300円(雪国植物園入館料)

定 員：30名(先着順)

× 切：6月11日(火)

持ち物：・入園料・おにぎり・飲み物  
・雨具・帽子・汗拭きタオル服 装：動きやすく、蜂に刺されない服装  
(黒、縞模様避ける)うれしい(\*~\*)  
豚汁付き!!

運動指導 酒井葉月 先生(運動指導士)

ウォーキング前のストレッチや正しい歩き方を  
学びながら歩きます※準備の都合上、事前に申込みが必要です。コミセンへお電話ください(キャンセル受付6/12まで)※少雨決行。  
ウォーキングができない場合、鳥越集落開発センターでストレッチ教室を実施します。 ※小学生以下は保護者同伴まちづくり  
部会

## 三島中央公園

## クリーンアップ作戦

お手伝いしてみませんか?

日時：6月16日(日)

少雨決行

午前8時~10時(予定)

内 容：草取り・ゴミ拾い  
セイタカアワダチソウの除去持ち物：軍手・草取りに必要な道具  
飲物・作業に適した服装※三島中央公園 管理棟集合※駐車場がありませんので、調整池沿いの道路へ駐車してください  
※事前に申込みは不要です。学習部会  
健康部会

## 普通救命講習

いざという時に、大切な人を救いたい!普通救命講習Ⅰの修了証がもらえるチャンスです。

日時：①6月20日(木)

②7月6日(土)

午前9:00~12:00(受付8:45~)

会 場：コミセン 和室

講 師：与板消防署のみなさま

参加費：無料

定 員：各回 30名(先着順)

× 切：①6月14日(金)  
②6月28日(金)

持ち物：筆記用具など



※準備の都合上、事前に申込みが必要です。※参加できなくなった場合は、必ずご連絡ください。※修了証発行のため、住所・氏名・生年月日をお聞かせください。

# 旬な話題を学ぼう 元号とは？

学習部会

新元号「令和」に込められた意味や  
思いを学びましょう。

日時：6月26日（水）  
午前10：00～11：30（受付9：30～）

会場：コミセン ホールおおすぎ  
講師：新潟県立歴史博物館  
学芸課長 浅井勝利さん

参加費：無料

定員：20名（先着順）

※切：6月21日（金）

持ち物：筆記用具など

※準備の都合上、事前に申込みが必要です。  
コミセンへお電話ください

5月から新しい元号に  
なりました。  
千三百年以上にわたって  
使われ続けている元号の  
意義や歴史などを  
紹介します。



新潟県立歴史博物館  
学芸課長 浅井勝利さん

## 募 集

こども育成  
部会

### 夏休み中学生自習室を開催 学習ボランティアを募集

中高生夏季休業期間にコミセンの部屋を自習  
室として開放し、一緒に勉強してくれる学習  
ボランティアを募集します。

#### 学習ボランティア

期間：令和元年7月25日～8月22日のうち  
都合の良い2日間程度

会場：みしまコミュニティセンター

時間：午前9時～午後5時まで（内2時間程度）

対象：三島中学校生徒

内容：中学生への学習指導（教科問わず）

・申し込み・問い合わせはコミセンへ（電話42-2525）

#### 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

<https://e-mishima.info/>



## お 知 ら せ

学習部会

### コミセン図書新刊入荷

入荷した本	著者
「一切なりゆき ～樹木希林のことば～」	著者：樹木希林
「医者が教える非まじめ老後のすすめ」	著者：大塚宣夫
「好日日記 季節のように生きる」	著者：森下典子
「超孤独死社会」	著者：菅野久美子

#### コミセン図書コーナー（三島支所1階）

★開館時間：平日8：30～17：15まで

★貸出期間：14日間 ★貸出冊数：一人5冊まで

★貸出方法：借りたい本をコミセン事務局へお持ちください

※図書カードは必要ありません

コミセン図書コーナーが整理され、より利用しやすくなりました！



図書ボランティアの皆様ありがとうございました

5月10日 図書整理の様子