

コミセン健康部会・学習部会・キラ、スポ!みしま・多世代健康づくりセミナー「みしまDEウォーク」合同開催

健康部会

恒例の秋のウォーキング 雪国植物園へGO

秋の雪国植物園

リンドウやおオニガナや

桜の紅葉が見ごろです

うれしい(*~*)
豚汁付き!!

日時：10月19日(土)

午前9:45~13:00(受付9:30~9:45)

集合：日吉小学校 体育館(鳥越甲420)

コース：日吉小学校~雪国植物園(片道約2km往復)

※雪国植物園で1時間程散策

※日吉小学校へ戻って交流会を兼ねて昼食

参加費：300円(雪国植物園入園料)

定員：30名(先着順)

〆切：10月11日(金)

持ち物：・参加費・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)

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 10/16 まで) ※少雨決行
ウォーキングができない場合、日吉小学校で体操教室を実施します。 ※小学生以下は保護者同伴

募集



今年もみしま産業
まつりにあわせて
開催します。

日頃の活動の成
果をぜひ、ご披
露ください!

学習部会

11月3日 コミセン作品展 出展者 ステージ発表 出演者 募集!

- 開催日 11月3日(日曜・文化の日)
- 時間 午前10時~午後2時30分(予定)
- 会場 コミセン集会室・ホール(三島支所2階)

- ・展示を希望される方は、9月18日(水)までに
コミセン事務局にご連絡ください。
- ・事前に打合せ会(9月24日(火)午前開催予定)
を行います。
- ・出展者、出演者へは、後日改めて日程を連絡します。

11月3日の事業詳細は次号お知らせします

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局
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/>

募集

リニューアルします！

みしまフレンド 大募集

学習部会

コミセン図書コーナー 新刊案内

new!

コミセンでの事業はもちろん、三島地域住民の学習活動等に協力をしていただく「みしまフレンド」。リニューアルに伴い、再募集します。まずは、コミセンへお問い合わせください。関係書類等お渡しし、説明します。

「みしまフレンド」とは

- ★長岡市生涯学習人材バンク「まちの先生」の三島地域版。お持ちの知識や技術・特技を多くの方へ広めましょう。歴史、外国語、郷土料理、手仕事…なんでもOK！
- ★地域在住の方、または地域内を活動拠点としている団体
- ★登録後、必ず指導依頼があるわけではありません。御理解ください。
- ★政治、宗教、営利を目的とする者及び団体は不可です。

作者	タイトル
今村夏子	むらさきのスカートの女
江國香織	旅ドロップ
外山滋比古	忘れるが勝ち！
斎藤茂太	ここが違う ボケる人ボケない人
阿川佐和子	見る力 アガワ流介護入門

利用について

- ★開館時間：平日 8：30～17：15 まで
- ★貸出期間：14 日間
- ★貸出冊数：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。市立図書館貸出カードは必要ありません

お知らせ

みしまコミュニティセンターは 空調設備改修工事に伴い 利用休止します



ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

利用休止施設

みしまコミュニティセンター全室
(三島支所2階／ホール、工作室、和室、集会室、収納室)
※印刷機の利用については、コミセン事務局にご相談ください。

利用休止期間(予定)

令和元年 9月16日(月)～令和元年 10月31日(木)

施設の利用再開について(予定)

令和元年 11月1日(金)～
・休館に伴い、10月分の貸館の予約は受け付けません。
・11月分の貸館予約は、通常どおり1ヶ月前の初日、
令和元年 10月1日(火)から行います。

収納室(印刷室)、工作室内の物品庫について

収納室および工作室内の物品庫は、工事施行前に物品を撤去して下さい。持ち帰りが困難な場合は、事務局へご相談下さい。
なお物品の破損等・汚れ・紛失については責任を負いませんのであらかじめご了承下さい。

他施設の利用について

三島地域内の他施設を利用される場合は、施設ごとに利用条件が異なります。各施設の申込方法により、直接予約をしてください。

みしま交流センター 脇野町1140-1/電話：42-2223
みしま会館 上岩井1260-1/電話：42-2222
三島体育センター 吉崎526番地/電話：42-2756

ご協力ありがとうございました

令和元年度コミセン協力金

431,011円