



9月号 No. 272
令和7年9月1日発行

「当コミュニティ委員会は、新潟市地域活動補助金を受けて事業を実施しています。」

ながauraコミュニティだより



長浦コミセン
公式LINE

長浦コミュニティ委員会（長浦コミセン） 〒950-3338 新潟市北区長場 1834-1
TEL 025-387-2061 FAX 025-386-7495 ※月曜・祝日は休館日です
☆連絡先の記載がないものは全て長浦コミセンへご連絡ください。
E-mail アドレス nagaura-comi@sea.plala.or.jp



秋の全国交通安全運動 9月21日(日)～30日(火)



長浦コミュニティ委員会では、春と秋の交通安全運動期間を中心に、交通安全と防犯を呼びかけながらパトロールを行っています。各自治会から協力していただき『青色回転灯パトロール車』**通称青パト**にて長浦地区内を走ります。これからに向けて、より一層の交通安全と、防犯意識を高めましょう。



スマホ教室 初心者大歓迎！

ドコモショップ豊栄店のスタッフよりスマホの使い方を学びます。8月から月に1回の開催となりましたが、まだまだ不安なところをじっくり学ぶことができます。初めてのの方も、リピーターも気軽にご参加ください。

日 時：9月19日(金) 13:30～15:30
会 場：長浦コミュニティセンター
内 容：①災害に備えよう、ハザードマップサイトで災害リスクを確認しよう
②マップを使いこなそう、グーグルマップの使い方やナビゲーションなどの便利な機能の紹介
参加費：無料+教科書プレゼント **定員 15名**
申込み：長浦コミュニティセンターまで
締切 9/18(木)

※ドコモ以外のスマホで初めて参加される方は 13:00 にお越しください。



イスにすわってヨガ教室

イスに座りながら行うヨガです。身体が硬い、腰や膝が痛い、床に座るのがつらい、そんな方でも気軽に無理なくできる「タイ式ヨガ(ルーシーダットン)」です。

日 時：毎月第2日曜日 10:00～11:00
☆今後の予定 9/14, 10/12, 11/16, 12/7, 1/25, 2/8, 3/8
会 場：長浦コミュニティセンター
講 師：瀧澤あきこ先生

日本ルーシーダットン普及連盟インストラクター
持ち物：タオル、飲み物、ヨガマット(足元用)
※ヨガマットの貸出しあり

参加費：1,000円/1回 **定員各回 20名**
申込み：講師 瀧澤まで
TEL 080-5055-9518



長浦文化祭

今年も 11/8(土)、9(日)の二日間、長浦コミュニティセンターにて開催します。作品の展示のほか、ながaura茶会、演奏やダンスなど、様々なイベントを開催します。また、文化祭に出品する作品を募集しています。趣味で作ったこんなもの、誰かに見てもらいたいあんなものなど、ぜひ長浦文化祭に出品してみませんか？長浦コミセン窓口へお声がけください。



手芸教室「干支の置物」



来年の干支は『午うま』！ 少し早いですが文化祭に出品する作品作りをする教室です。手芸が初めての方でも大丈夫！ぜひ手作りしてみませんか？

日 時：10/16(木) 13:30～15:30
会 場：長浦コミュニティセンター
講 師：小林まゆ美さん(小林手芸店)
持ち物：裁縫道具
参加費：1,400円(予定材料費)
申込み：長浦コミセンまで 定員 10名

『フレイルチェック』参加者募集

あなたの元気度を調べてみませんか？自分の元気度を知って日常生活を見直しましょう。

「フレイル」とは、虚弱を意味する言葉で、加齢により心身の活力が低下した状態のことです。

日 時：① 9/24（水）10：00～12：00

② 3/11（水）10：00～12：00

両日とも受付 9：30～

会 場：岡方コミュニティセンター

定 員：30 名（先着） ☆参加費無料

対 象：長浦・岡方地区在住の 65 歳以上の方で

①②どちらも参加できる方

※以前参加された方も OK

持ち物など：動きやすく裸足になれる服装、運動のできる靴、水分補給の飲み物



問合せ・申込み：9/2（火）～ 9：30～17：00 （日曜、月曜、祝日除く）
岡方コミュニティセンター TEL 025-387-3331 まで



フレイル予防教室

フレイルチェックでご自身の健康度を確認後、フレイルを予防するためのポイントを専門の講師がわかりやすくお伝えします。フレイルチェックと合わせてご参加ください。日常生活を見直して健康長寿を目指しましょう。

日 時 ① 10/1（水）10：00～12：00

テーマ：歯・口、食・栄養

講 師：歯科衛生士・管理栄養士

② 10/15（水）10：00～12：00

テーマ：運動・社会参加

講 師：理学療法士、包括支援センターほか

会 場：岡方コミュニティセンター

対 象：長浦・岡方地区在住の 65 歳以上の方

定 員：20 名（先着） ☆参加費無料

持ち物など：水分補給の飲み物、筆記用具、内履き、眼鏡（必要な方）

長浦地区お祭り情報

9/7（日）、8（月）諏訪神社（上土地亀自治会）

9/13（土）～15（月）竹の通 神明宮（川西地区 7 自治会）

9/13（土）、14（日）下土地亀神社（下土地亀自治会）＜神楽舞＞

※詳細は各自治会へ
お問合わせ下さい



長場自治会の様子

アレコレ長浦 ⑤ 「川西 4 丁目納涼会」 川西 4 丁目副自治会長 加藤 康行

昭和 63 年 4 月 1 日に川前団地自治会として 16 戸で発足、途中川西 4 丁目自治会に名称を変更して現在に至っております。この間、新興住宅の為に発生しやすい様々な問題を都度、先人の方や行政、近隣自治会の皆様による指導を受けて解消してきました。そんな取組を通していざという時には一丸となって乗り越える風土を作り、子ども達の楽しみや大人の親睦の一翼を担ってきたのが今回紹介する納涼会です。納涼会は、自治会発足から始まり、コロナ禍の 3 年間を除き現在まで続いており、自治会主催の中で、最大と言っても過言ではないイベントです。各団体で考案した内容の催し物を持ち寄り、幅広い年代が盛り上げられるイベントが川西 4 丁目の納涼会です。4 丁目の各団体が一丸となり、今年も 7/26 に実施され、川西 4 丁目ですぐに育った子ども達が、たくさんの外孫を連れて参加してくれており、大人から子どもまで 200 人程の集客動員で大きな盛り上がりを見せました。各団体による実施内容を紹介しますと、さざんかの会：かき氷、射的、子ども会：スーパーボールすくい、輪投げ、青年会：カブト虫クワガタ虫の配布、スイカ割り大会、フィナーレの花火、自治会：飲食物の販売（焼そば、焼き鳥、フランクフルト、生ビール、飲料）などです。毎年少しずつの変化を加え、より良いイベントへブラッシュアップされ昨年より今年、今年より来年のように進化をとげていく納涼会となっております。

今回は、川前自治会さんへバトンをお渡しします。

