



「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



カラー版は
こちらから

2月号

No. 254

令和6年2月1日発行



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



明けまして

おめでとうございます

小雪で喜んでいただけのも吹っ飛ぶ、衝撃的な地震が、それも元日にありました。市内の西区や、特に震源地の能登半島は壊滅的な被害が続出しています。一日も早い復旧、復興をお祈り申し上げます。

自然災害は発生を抑えることは困難ですが、被害の軽減、避難所での過酷な生活の緩和は災害への備え、対応によって可能で、特に住民同士の協力、助け合い、協同によって大きな成果があります。平素から、家族で、自治会で、コミュニティで、避難行動の検討、確認、訓練の必要性を再認識していくことも重要なことと思います。

さて、昨年十一月二十三日に豊栄南小学校の閉校記念式典が実施され、四月には葛塚小学校に統合します。支障なくスムーズな移行を願っています。

さらに地域には、中央環状道路の早期の計画決定、事業着手、持続的な公共交通としてのエリアバスの利用増による良好な運営等に加え、少子高齢化、人口減少等多くの課題があります。長引くコロナ禍もようやく減少傾向となり、中止、縮小を余儀なくされたコミュニティの活動・事業も概ね可能になってきました。地域の自治会長、コミュニティ委員、そして住民の方の協力を得て、課題解決や地域活性化の活動をしていきたいと考えております。

長浦コミュニティ委員会

会長 山賀 好郎



北区男女共同参画地域推進員企画事業

「珈琲の味わいを知る」講座

～コーヒーの香りが心を満たす、
自分のままでいられるきっかけ探し～

日時：3月10日（日）10:00～12:00

会場：ドンバスコーヒーロースターズ
by SUZUKI COFFEE

（葛塚 3304-5）豊栄図書館向かい

内容：・コーヒー講座（ハンドドリップのコツなど）
・男女の役割について、身近な思い込みを考える

定員：20名（応募多数の場合は抽選）

参加費：500円（コーヒーの試飲、お茶菓子、ドリップパック1つお土産付き）

申込み：2/16（金）までに 北区役所地域総務課
TEL 025-387-1155



イスにすわってヨガ 無料体験会！



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、そんな方でも無理なくできる「タイ式ヨガ（ルーシーダットン）」です。初めての方大歓迎です。性別も年齢も関係なし！椅子ヨガで心身ともにリフレッシュしませんか？

日時：①3月22日（金）10:00～11:00

②3月24日（日）10:00～11:00

会場：長浦コミュニティセンター多目的ホール

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（念のため）

定員：各回20名 ※どちらに参加してもOK

申込み：長浦コミュニティセンター

電話またはメールにて

スマホ教室

ドコモショップ豊栄店のスタッフが開催するスマホの使い方教室で今回はその3回目です。

お使いのスマホをお持ちください。

☆参加費無料+教科書プレゼント

定員 15名 申込み締切 2/20 (火)



<基本編>

日時：2月27日(火)

13:30~15:30 (受付 13:00~)

内容：① あんしん安全に利用するために
② アプリを使おう

※詐欺メールの見分け方や対処法、便利なアプリの使い方を学びます。

申込み問合せ：長浦コミュニティセンターまで

4月生
募集中!

子ども英会話 長浦教室

対象：年中・年長/小学1年~6年生

開催日：土曜日、日曜日

(時間はお問い合わせください)

会場：長浦コミュニティセンター

講師/申込み：

ECC ジュニア 小田 理恵 先生

TEL 090-1613-7553 まで

無料体験レッスン受付中!

お気軽にご連絡ください!



算数・英語・数学教室 生徒募集!(若干名)

子どもの学年と授業に合わせて、予習復習や定期テストに向けての学習をします。

講師：島田陵子先生(英語)

柳澤大祐先生(数学)

柳澤啓子先生(算数)



会費：3,000円(月額)(別途問題集代)

定員：各クラス8名(定員になり次第〆切)

※追加募集になりますので申込みはお早め。

申込み：長浦コミセン TEL 025-387-2061



<令和6年4月~の予定です>

クラス	教科	曜日	時間(50分)
小学生 (算数は4年生以上)	算数	金曜	17:00~
	英語		18:00~
中学1年生	数学	金曜	19:00~
	英語		20:00~
中学2年生	数学	水曜	19:00~
	英語		20:00~
中学3年生	英語	金曜	19:00~
	数学		20:00~

やさしいエアロとストレッチ体操教室

音楽に合わせた有酸素運動と体のゆがみを直す
ストレッチ!心も体も軽くなる1時間です!

日時：毎月第1・第3水曜日 10:10~11:10

参加費：1,000円(月2回分) 定員20名

エアロ&ステップ教室

音楽に合わせた簡単な体操とステップ台を使い
下半身強化と体力維持を目指します!

日時：毎週木曜日 13:30~14:30

参加費：2,000円(月4回分) 定員20名



※どちらの教室も持ち物は共通です。動きやすい服装、運動靴、水分、タオル、ストレッチマット

講師/申込み 小林(Taeko) TEL 090-2975-8934

☆会場はどちらも長浦コミセンです

頭と体のストレッチ教室

有酸素運動と脳トシを合わせたストレッチを椅子に座って行います。
凝り固まった体と頭とストレスを、ゆっくり、楽しくほぐしましょう!

日時：毎週金曜日 13:30~14:30

会場：長浦コミセン 多目的ホール

講師：江口 憲子先生

(フリーインストラクター)

参加費：2,000円(原則月4回分)

持ち物：動きやすい服装、内履き、水分、タオルなど

その他：定員20名 ※追加募集です。

お早めに!

申込み：講師 江口まで

TEL 090-4008-0174

