



ほっと 6月たかだ

令和8年(2026年)6月5日発行
高田コミュニティ振興協議会
柏崎市新道3388 TEL/FAX22-4401
e-mail : c-takada@kisnet.or.jp
http://www.kisnet.or.jp/~c-takada/



高田コミセンHP

【6月の予定】

日	曜日	時間	内容	場所
2	火	19:00~21:00	親睦イベント部会	研修室
3	水	09:30~11:30	文化交流部会	研修室
8	月	10:30~11:30	インターバル速歩の会	研修室
16	火	10:15~	高田保育園 コツコツ貯筋体操参加 お遊戯の披露あり ※ 天候により変更、中止となる場合があります	和室
18	木	19:00~20:00	専門部長会議	事務室
23	火	19:00~21:00	親睦イベント部会	講堂
24	水	09:30~11:30	文化交流部 セタ・風鈴飾りつけ	ロビー
26	金	09:30~11:30	ハチミツ梅エキス作り講座	調理室
27	土	11:30~13:00	ほっとたかだ食堂	講堂
7/1	水	08:30~16:30	(活)護摩堂山あじさいハイキング【コミセバス】	屋外
10	金	08:00~19:00	(活)加茂水族館と酒造資料館をめぐるバス研 修【越後交通バス】	屋外

※ 予定は都合により変更となる場合があります。

活動推進事業

みゆきの里との連携事業です

脳トレ・仲間づくり・リフレッシュ！健康マージャンの会 参加者募集

頭を使いながら、みんなで楽しく交流できる健康マージャンの会をスタートします。初心者の方も大歓迎。講師がやさしくサポートします。気軽に参加して、仲間づくりと健康づくりを一緒に楽しみましょう。

賭けない、飲まない、
吸わないよ



◆ 日時：7月17日(金) 午前9時30分~11時30分 毎週金曜日活動予定です

◆ 場所：コミセン2階 和室

◆ 利用料：毎回100円 利用者登録していただきます(7/17、24、31は体験会として参加無料)

◆ 申し込み：準備の都合がありますので申し込みをお願いします

電話 22-4401 (平日9:00~17:00) またはQRコードからどうぞ

健康マージャン会

申込はこちら➡



麻雀パイの寄付を募集しています

健康マージャン会を立ち上げるにあたり、ご家庭で眠っている麻雀パイがありましたら、ぜひご提供ください。コミセンまでご連絡いただくとありがたいです。

活動推進事業

参加者募集！ 田上町・護摩堂山 あじさいハイキング ＊

標高 274m のやさしい登山道を、山頂まで約 40 分の気持ちよいハイキング。山頂の「あじさい園」では、約 3 万株のアジサイが色鮮やかに咲き誇ります。季節の花を楽しみながら、心も体もリフレッシュできる時間を一緒に。



- ◆ 日時：7 月 1 日（水）午前 8 時 30 分～午後 5 時 ※ 午前 8 時 15 分コミセン駐車場集合
- ◆ 講師：春川純一さん（堀在住）
- ◆ 参加費：ひとり 1,000 円（入浴代含む）
- ◆ 定員：30 名（定員になり次第締め切ります）
- ◆ 持ち物：昼食、飲料、タオル、雨具、軍手、シート、ゴミ袋、着替え
- ◆ 申込み：電話 22-4401（平日 9：00～17：00）
QR コードからもどうぞ

ごまどう山ハイキング
申込はこちら➡



【行程表】

8：30 高田コミセン出発 - - - 柏崎 IC === 三条燕 IC - - - 10：00～13：00 護摩堂山ハイキング - - -
13：15～14：15 ごまどう湯っ多里館（入浴） - - - 14：30～15：00 道の駅たがみ（買い物） - - - 三条燕 IC ===
柏崎 IC - - - 16：30 高田コミセン

（注）時間、行程は交通事情、天候により変更になる場合があります。

活動推進事業

参加者募集！ リニューアルオープンした加茂水族館と酒造資料館をめぐるバス研修 ＊

世界一のクラゲ展示で知られる加茂水族館は、展示エリアが新しく生まれ変わり、より魅力的に。幻想的に漂うクラゲの姿をゆっくり楽しめます。酒造資料館では、昔ながらの酒づくりの道具や工程を見学し、日本酒文化に触れることができます。

- ◆ 日時：7 月 10 日（金）午前 8 時 00 分～午後 7 時 ※ 午前 7 時 45 分コミセン駐車場集合
- ◆ 参加費：ひとり 6,000 円（入館料、昼食代含む）
- ◆ 定員：40 名（定員になり次第締め切ります）
- ◆ 申込み：6 月 12 日（金）午前 9 時から申し込み開始
コミセンに直接来ていただくか電話（22-4401）でお願いします。

【行程表】

8：00 高田コミセン出発 - - - 柏崎 IC === 朝日まほろば IC（トイレ休憩 2 か所程度） - - - 鶴岡市・出羽ノ雪酒造資料館（見学） - - - 鶴岡市・庄内観光物産館・ふるさと本舗（昼食） - - - 漬物処本長（見学） - - - 鶴岡市・加茂水族館（見学）朝日まほろば IC === 柏崎 IC（トイレ休憩 2 回程度） - - - 19：00 高田コミセン

（注）時間、行程は交通事情、天候により変更になる場合があります。

参加者募集！ おいしく夏を元気に！ハチミツ梅エキス作り講座 ＊

梅果汁を加熱・煮詰めることで生まれる特別な成分「ムメフラール」が血液をサラサラにし、生活習慣病の予防や冷え性の改善に期待が持てます。さらに、圧倒的なクエン酸パワーが夏の疲労回復・夏バテ予防に効果を発揮します。ハチミツをプラスすることで、これからの高い健康効果はそのままに、喉にも優しく毎日おいしく続けられる万能な一瓶になります。

- ◆ 日 時： 6 月 26 日(金) 午前 9 時 30 分～11 時 30 分
- ◆ 場 所： コミセン調理室
- ◆ 参加費：1,000 円（完成品は 250g程度）
- ◆ 定 員： 8 名（定員になり次第締め切らせていただきます）
- ◆ 持ち物： エプロン、三角巾、筆記用具
- ◆ 申込み： 電話または QR コードからお申込みください。



ハチミツ梅エキス講座
申込はこちら➡



地域福祉組織活動/歳末助け合い分配事業 **ほっとたかだ食堂からのお知らせ**

6 月 27 日(土)、今年度第 1 回目の「ほっとたかだ食堂」を開催します。地域の誰もが気軽に利用できる食堂として 3 年目を迎え、今年度はコミュニティ食堂部が献立やミニイベントを企画し、地域ボランティアや JA 女性部と協力して運営します。

当日は、文化交流部による七夕や風鈴の飾り付け、子ども向けのミニ縁日も楽しめます。どうぞお気軽にお立ち寄りください。



◆第 1 回 ほっとたかだ食堂
6 月 27 日(土) 11 時 30 分～13 時 子ども 100 円・大人 200 円
～メニュー～
・キーマカレー ・春雨サラダ ・フルーツポンチ
(メニューは変更になる場合もあります。ご了承ください。)



地域福祉組織活動 **足つぼ講座に参加しませんか！**

予防医学ゆらら式足分析®リフレクソロジー協会代表の岩坂悦子さんを講師にお迎えし、足から「内臓の疲れ」「食事バランス」「心の傷」「遺伝」「性格」などを読み取り未病を防ぐことで、100歳まで歩ける足と心を育てる健幸へと導く講座を行います。

電話または右記の QR コード(Google フォーム)から、申込受付します
受講は両日、または 1 日のみの参加でも OK です。
足裏のセルフケアを学び、自己免疫力を高めましょう！

足つぼ講座

申込はこちら➡



日 時： 令和 8 年 7 月 14 日(火) / 令和 8 年 9 月 8 日(火) 両日ともに 10 時～11 時

場 所： コミセン 2 階和室

参加費： 無 料

持ち物： フェイスタオル・ハンドクリーム(あれば)・水分補給用の飲み物

お問合せ・申し込み 高田コミセン 22-4401



専門部 各部の配属が決定しました

◎部長 ○副部長

5月15日(金)、第2回合同部会を開催し、今年度の各部の配属が決まりました。事前に希望調査を行った結果、参加者全員が第2希望までのいずれかの部に入ることができました。

これから1年間、このメンバーで活動していきます。活動の様子や進捗については、随時広報紙でお知らせしてまいります。皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



安心安全部

← ◎小池正浩(新道) ○山本和弘(藤橋)

大橋肇(黒滝) 金子哲久(新道) 布施広行(上方) 猪爪純雄(下方) 小林基之(横山)
阿部由紀子(横山) 榎利之(向陽町) 丸山かおり(堀) 塩浦修(南下) 大掛辰也(南下)



コミュニティ食堂部



文化交流部



親睦イベント部

◎大橋正文(黒滝) ○五位野敏江(横山)
嶋岡加代子(新道) 中村綾子(上方)
猪爪孝彰(下方) 種岡文子(横山)
今井達也(向陽町) 柴野萌(藤橋)
金子正美(堀)

◎中村義則(上方) ○飯塚明世(新道)
大橋尚子(黒滝) 秋間浩光(新道)
金子静夫(上方) 猪爪位江(下方)
茂木弘(向陽町) 中西仁美(向陽町)
今井貞夫(藤橋) 渡辺朝美(堀)

◎鈴木義行(新道) ○飯塚和久(新道)
鴨下紀久(黒滝) 植木洋一(貝瀨)
高橋新(下方) 丸山幸子(横山)
種岡英男(向陽町) 人見翔(向陽町)
小林広行(向陽町) 高橋清(藤橋)
小林洋(堀)

第26回潮風マラソンが開催されました

5月17日(日)、晴天のもと潮風マラソンが開催されました。高田地区からは64名のボランティアが参加し、全国から訪れたランナーのサポートにあたりました。



大河内給水所



大河内給水所

レース後半には大河内地内で野生動物の目撃情報があり、安全確保のため大会が途中で中止となるハプニングもありましたが、幸いけが人は出ませんでした。参加されたボランティアの皆さん、本当にお疲れさまでした。



黒滝給水所



新道給水所



新道給水所