



令和 8 年(2026 年)2 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

【2月の予定】

日	曜日	時間	内容	場所
7	土	10:30~11:30	わくわく福あつめ	講堂
17	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	水	09:30~11:30	専門部 おひな様・繭玉飾りつけ	ロビー
19	木	19:00~30:00	専門部長会議	事務室

※ 予定は都合により変更となる場合があります。

【専門部活動】 おひなさま/繭玉の飾りつけを行います



地域の皆さまに季節の彩りを感じていただけるよう、おひな様を展示いたします。

- ◆ 展示期間：2月18日(水)~3月8日(日)
- ◆ 場所：コミュニティセンター ロビー
- ◆ 桃の節句 特別おもてなし：3月3日(火)限定で桜茶、甘酒、雛あられを振る舞います。

※ 午前9時からなくなり次第終了となりますので、お早めにお越しください。

【地区福祉組織活動】

卒園・卒業生へのコサージュづくり ボランティアを募集します

卒園・卒業を迎える子どもたちへ、心を込めたコサージュを一緒に作りませんか。
 作業はどなたでもできる簡単な内容で、初めての方でも安心してご参加いただけます。



- ◆ 日時:2月20日(金)午前9時30分~12時
- ◆ 場所:コミセン和室
- ◆ 参加希望の方はコミセンまでお申込みください。
電話 22-4401(平日 9:00~17:00) QRからもどうぞ⇒



当日は、茶菓子とスターバックスのコーヒーをご用意しています。
 和やかな雰囲気の中で、子どもたちの門出を祝う温かい時間を一緒に過ごしましょう。

【福祉普及活動事業】 お正月フラワーアレンジメント を実施しました

12月26日(金)、フラワーショップ「グアナボ」の田辺大樹さんを講師に迎え、お正月用フラワーアレンジメント講座を開催しました。14名が参加し、丁寧な指導のもと、各自が工夫を凝らしながらアレンジメントづくりに取り組みました。完成した作品はどれも個性豊かで、参加者のご家庭のお正月を華やかに彩ったことでしょう。



高田地区合同新年祝賀会 が開催されました

1月10日(土)、飯塚商店(新道)を会場に恒例の新年祝賀会が開かれ、高田地区10町内から72名が参加しました。地域の皆さんが一堂に会し、和やかな雰囲気の中で新年の門出を祝いました。

参加者同士が近況を語り合ったり、今年の抱負を共有したりと、地域のつながりを改めて感じられるひとときとなりました。



【専門部活動】 クリスマスの飾り の片づけを行いました

1月7日(水)、館内のクリスマス飾りを片づけました。和室、研修室、ロビーと、年末から皆さまをお迎えしてきた華やかな装飾を一つひとつ丁寧に外していくと、にぎやかだった空間が少し静けさを取り戻し、どこか名残惜しい気持ちになります。それでも、飾りを手に取りながら「今年もたくさんの方に楽しんでいただけたかな」と振り返ったり、「来年はどんな飾りつけにしようか」と想像がふくらんだり、前向きな気持ちも芽生えます。

～参加してくれた専門部員～

飯塚明世さん(新道) 中村義則さん(上方) 内山一二三さん(横山) 阿部由紀子さん(横山) 丸山かおりさん(堀)

コミセンからのお願い

- 除雪の妨げになりますので、深夜、早朝の駐車はご遠慮ください。
- 施設からの落雪にご注意ください。



インターバル速歩の説明と実技講習会 が開催されました

1月20日(火)、講師として森川真悠子さん(信州大学医学系研究科 助教・医学博士)と池嶋聖也さん(新潟産業大学 経済学部教授)をお招きし、「インターバル速歩説明会」を開催しました。当日は21名の方が参加され、前半はインターバル速歩の健康効果や、スマートフォンを使ったアプリの操作方法について学びました。

後半は会場を講堂に移し、実際にインターバル速歩を体験しました。インターバル速歩を5カ月間継続すると、太ももの筋力が最大20%増加し、持久力も10%向上するといわれています。持久力が10%向上することは、体力年齢が約10歳若返ることに相当するそうです。

健康づくりには“貯金”だけでなく“貯筋”も大切です。日々の生活にインターバル速歩を取り入れ、無理なく楽しく体力づくりを続けていきましょう。



【活動推進事業】 みそづくり講座 が開催されました

1月31日(土)、越後みそ西の杜氏・西巻さんと、みそソムリエの朽堀さんを講師に迎え、みそづくり講座を行いました。満員となる16名が参加し、同じ材料でも保管環境で味が変わるなど、みその奥深さを学びました。どんなみそに仕上がるのか、完成が楽しみです。



西巻さんからの説明後・・・



大豆をつぶします

大豆、塩、糶と種みそを入れて混ぜます



塩のフタをして梅雨明けまで寝かせます



空気を抜くように容器に移し替えます



材料をよくなじませます

【内閣府 地区防災計画作成モデル創出事業】 第3回地区防災計画策定ワークショップ

今回が最終回となりました

1月26日(火)地区防災計画策定ワークショップの最終回が行われました。各町内から災害時の課題や懸念点が出され、今後の計画づくりに向けた検討課題として整理されました。地域の防災力向上に向け、住民同士が意見を交わす有意義な機会となりました。



【上方町内会】 小正月 繭玉の飾りつけ を行いました

1月19日(月)、上方有志会の皆様が上方開発センターに集まり、小正月を祝う飾り付け作業を行いました。センター内には、手作りの繭玉や色鮮やかな飾りが次々と飾られ、訪れる人の目を楽しませていました。

さらに1月25日(日)には、子供会の皆さんと一緒に「飾り付けをめぐる会」を開催しました。会場にはにぎやかな笑い声が響き、世代を超えた交流の場となりました。



報告者:中村義則さん(上方)

【黒滝町内会】 どんど焼き を行いました

1月12日に黒滝ではどんど焼きを行いました。前日から雪と風でどうなるかと思いましたが、高さをいつもより低くしてなんとか倒れずに行う事が出来ました。参加者が持ち寄ったしめ縄などで飾られましたが不景気を吹き飛ばして貰う為に子供達の点火で景気に燃えて貰いました。その後も雪と風で今年も厳しい1年になってしまうのでしょうか。良くなる事を期待します。



報告者:布施美也子さん(黒滝)