



2025.12.25 No.45

発行 寺泊コミュニティ推進協議会

編集 広報委員会

事務局 寺泊コミュニティセンター（通称：寺泊コミセン）

長岡市寺泊敦ヶ曾根551番地

T E L 0256-97-3155 F A X 0256-98-2205

E-mail teradomari-com@plum.plala.or.jp



健康・福祉部会
事業報告

Comicafe
コミセンカフェ



●9月24日(水)おしゃべりカフェ

淹れたてコーヒーを飲みながら、気のままにおしゃべりを楽しみました。空き瓶リメイクのアートにも挑戦しました。



●10月26日(日)カフェ&プラレール

初企画！たくさんのプラレールを用意しました。子どもたちは思い思いにレールをつなげ、列車を走らせました。



●11月12日(水)カフェ～健康講座～

運動機能分析装置「zaRitz(ザリツ)」を使って測定しました。測定結果の説明と、イスに座ってできる運動を教わりました。



スポーツ・文化部会事業報告

ソフトバレーボール交流大会

「今年の景品は豪華です」の掛け声で始まった本大会は、例年以上の盛り上がり！どのチームも白熱したラリーに観客からも大きな歓声が上がりました。



10月19日(日)
開催

参加者
49名



優勝 【チームこれから】

決勝は チームこれから vs からむーちょ。互いに一歩も譲らず、最後まで目が離せない戦いになりました。

来年は
あなたのチームの挑戦を
お待ちしています！



健康・福祉部会事業報告

寺中×地域住民×コミセン



寺泊がよくなるために わたしたちができること

「地域のために何ができるか？」をテーマに、2つのプロジェクトを実施！寺中1年生、大活躍です。



『スマホ教室・太鼓の達人体験』

講師は中学生！QRコードを読み取り、WEBアンケートの回答方法についてお伝えしました。太鼓の達人体験では、ゲームを通して参加者と交流を深めました。



『ベンチ・プランター・看板製作』

中学生が地域のために作りました。看板は海岸に設置予定です。ベンチ・プランターはご希望の集落や団体にお譲りします！

お申込みは寺泊コミセンまで！☎0256-97-3155

申込締切：2026年1月30日(金) ※ベンチ・プランター5個
いずれも先着順です



講座＆イベント情報

参加をお待ちしております

健康講座



スマホ講座



今後のコミセン事業のご案内は
寺泊コミュニティだよりで
掲載していきます！

略語の説明

| | | | | | |
|---|--------|---|-------|---|-----|
| 会 | =会場 | 定 | =定員 | 対 | =対象 |
| 申 | =申込方法 | 締 | =申込締切 | | |
| 料 | =料金、費用 | 他 | =その他 | | |

2026年

1月14日(水)10時~12時 カフェ～健康講座～

今年度2回目の健康講座カフェ。①骨の健康度 ②血管年齢をそれぞれ測定します。これからの健康づくりに役立てて元気な寺泊を目指しましょう。

会 寺泊コミセン 和室研修室

料 100円(協力金)

定 無制限

申 不要(直接会場へ)

2026年

2月18日(水)13時30分~15時30分 スマホカフェ

地域おこし協力隊の川堀龍氏をお招きして、スマホのご相談に応じます。予約不要、自由参加。コーヒーだけでもOKです。お気軽にいらしてください。

会 寺泊コミセン 和室研修室

料 100円(協力金)

定 無制限

申 不要(直接会場へ)

冬はコミセンでホット一息
お友達と一緒にコーヒーをブレイクしよう♪



年末年始

休館のお知らせ

12/28 (日) ▶ 1/4 (日)

上記期間は休館とさせていただきます
何卒よろしくお願ひいたします

- ✓ 住民票等証明書発行手続きは12月26日(金)までの受付です
- ✓ 2月の団体利用のお申込みは1月5日(月)からの受付です
- ✓ 1月5日(月)から通常通り開館いたします

2025 ————— 2026

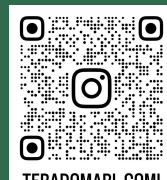
みなさんからの口コミ・話題を
お待ちしています！

寺泊の隠れた名所！自分の地域自慢！etc.
ぜひコミセンだよりに掲載させてください♪

Follow Me

Instagram

タイムリーな情報を発信！



次回予告

寺泊コミュニティだよりNo.46

発行日:2026年3月2日(月)