

# 折し紙

## 折り紙で夏を満喫♪

みしまコミュニティセンター「こどもの広場」で、折り紙教室が開催されました。参加した子どもたちは、折り紙サークルの皆さんの指導を受けながら、夏をテーマにした折り紙を折り、色紙に貼りました。どれも素敵な作品ばかり！夏のいい思い出になりましたね。（8月7日）





●働き盛りの今だから・・・／7月28日

働き盛り世代のためのランチセミナーが開催されました。参加者は軽体操を行った後、ヘルシーな昼食をとりながら、栄養指導を受けました。働き盛りの今だからこそ、食事と運動について考えたいですね。（みしま会館）



●皆さんならどうしますか？／7月28日

自主防災会と民生児童委員を対象とした第2回自主防災会研修会が開催されました。災害時にどのような判断をするかYES・NOで答える「クロスロードゲーム」を用いて参加者同士で意見交換を行いました。（三島支所）



●二十歳の決意！気持ち新たに／8月15日

三島地域成人式が開催され、今年は83名が新成人の仲間入りをしました。会場は、旧友や恩師との久しぶりの再会に喜ぶ姿や記念撮影をする姿が何度も見られ、笑顔の絶えない式典となりました。（みしま交流センター）



●気分スッキリ！骨盤体操！／7月24日

すくすく広場「骨盤体操」が開催されました。講師の動きに合わせて、日ごろ育児に奮闘中のママさんたちは、リラックスした時間を過ごしました。体操が終わったあとは、皆さん気分スッキリいい笑顔！（三島保健センター）



●ルール守って、楽しい夏を！／7月25日

夏の交通事故防止運動にあわせ、交通指導所が開設され、三島交通安全協会女性部の皆さんがドライバーに交通安全を呼び掛けました。みんなで交通ルールを守り、楽しい夏を過ごしましょう！（三島体育センター前）

## 越後みしま 竹あかり街道

◆10月24日(土)開催◆

三島ライトアップ実行委員会が、「里山保全活動」として、里山から切り出した竹で製作した竹灯籠を脇野町本町通りの約1kmの沿道にデザイン豊かに並べます。

9月下旬に竹の伐採作業を行います。三島地域が一体となって里山保全活動に取り組むことで、人との繋がりを深めていきたいと思っておりますので、皆さまのご協力をお願いします。

「三島の里山」が今年度から「三島地域の宝」の一つに選定されました。



問合せ＝三島ライトアップ実行委員会(増間さん) ☎090-2214-4932

### ●三島まつりへのご協力 ありがとうございました

三島まつりには、多くの皆さまからご来場いただき、大変ありがとうございました。今年度の三島まつりは、「みんなで創る 三島まつり」笑顔の輪をつなぐ」をテーマに開催いたしました。地域住民の皆さまのご支援とご協力により、会場は多くの笑顔で溢れ、活気に満ちていました。おかげをもちまして、盛会のうちに終えることができましたこと、心よりお礼申し上げます。来年以降も活気ある三島まつりを開催できるよう努力して参りますので、引き続き、皆さまのご支援とご協力をお願い申し上げます。

三島まつり実行委員長

小方 久男

※まつりの様子は、9月号でお知らせします。

### ●骨美人教室

かかるとに微弱な超音波を当て、骨密度を測定します。骨粗しょう症予防に効果的な栄養と運動指導を行いますので、お気軽にお申込みください。

日時 9月8日(火)午前9時～11時30分

会場 三島保健センター

対象 30歳～70歳までの女性

内容 健康教育(栄養の話と軽体操)と骨密度測定

参加費 無料

定員 30名(先着順)

申込 市民生活課保健係 ☎42-2246



測定の様子

### ●慢性腎臓病市民健康講演会

「素晴らしい健康的パートナー」慢性腎臓病を放置すると、人工透析や脳梗塞、心筋梗塞になる可能性が高くなることは、あまり知られていません。慢性腎臓病を予防して、健康な毎日を送りたいという。

日時 9月17日(木)午後1時30分～3時30分

会場 長岡リリックホール

内容 体験談および専門医による講演

講師 長岡赤十字病院 山崎肇

医師、ザ・ニュースペーパー 渡部

又兵衛氏

司会 フリーアナウンサー 荒木

千賀子氏

参加料 無料

定員 450名(先着順)

申込 9月3日(木)までに応募用はがき(市施設、市内医療機関に設置してあるチラシに添付)または

はがきに、参加者氏名、生年月日、代表者住所、電話番号を明記し、

郵送してください。

宛先 〒940-8790 長岡市幸町2丁目1番1号 長岡市健康課成人保健係



### ●いのちの総合相談会

保健師や弁護士などの専門家が、こころやからだ、お金や生活の悩みなどの相談に応じます。

日時 9月11日(金)午前9時30分～午後12時30分

会場 さいわいプラザ

定員 6名(先着順)

参加費 無料

申込 9月7日(月)までに健康課 ☎39-7508

### ●出品米募集中! 「長岡うまい米コンテスト2015」

長岡の最もうまい米を決める食味コンテストが開催されます。

参加資格 市内在住の農業者、

学校田のある小学校

出品米 平成27年産の国内銘柄米(もち米・低アミロース米は除く)

参加費 ①個人部門 1点1,500円 ②学校田部門 無料

※①は1人何点でも応募可

審査方法 書類審査後、機械・審査員による食味審査

申込 8月31日(月)までに産業建設課農林係 ☎42-2249 または農政課 ☎39-2222

三島米は  
4年連続  
入賞中



### ●与板消防署救急フェア

AEDの使用方法、高規格救急車の展示、起震車の体験など。

日時 9月19日(土)午後1時30分～4時30分

会場 与板十五夜まつり「おまつり広場」

問合せ 与板消防署救急係 ☎72-2572

### ●電気柵にご注意を!

長岡市内では、野生動物の田畑への侵入を防ぐため、電気柵が設置されています。電気柵周辺の危険表示に注意し、むやみに近づいて、電線に触れないようにしましょう。

問合せ 産業建設課農林係 ☎42-2249

### ●国勢調査にご協力ください

国勢調査は、5年に1度、日本に住んでいるすべての人と世帯を対象とした統計調査です。今回の調査から、パソコンやスマートフォンによるオンライン調査が実施されます。なお、従来どおり統計調査員への調査票の提出や郵送回答もできます。

ご協力よろしく申し上げます!



●長岡市美術展覧会（市展）  
作品募集！

昨年、三島地域の方が工芸部門で市長賞を受賞されました！

部門 日本画、洋画、彫刻、工芸、書道、写真

応募資格 中学生以上

出品規定 未発表の作品に限り、1人1部門につき、2点以内

出品手数料 ①一般 1点1,500円(同部門2点目は1,000円) ②中・高生 1点500円

展示期間 10月30日(金)～11月4日(水)

会場 ㈱アオーレ長岡 アリーナ

合併10周年を記念して、今回特別に次の事業を実施します。

①合併10周年記念賞の追加

各部門から1点ずつ選びます。

②枋尾展・寺泊展

市展終了後、枋尾、寺泊で入賞、入選作品の一部を展示。

※募集要項、出品申込書は地域振興課にあります。

問合せ 生涯学習文化課 ☎325110



●水道局職員を名乗る詐欺にご注意を！

水道局の職員を名乗って、「浄水器の販売」や「配管の点検」などを行い、金銭を請求する被害が発生しています。水道局では、これらのことは一切行っていません。不審な点があれば、水道局または営業所にご連絡ください。

問合せ 水道局業務課 ☎341412、与板営業所 ☎7222259

●公民館図書新着情報

①鹿の王(上・下) 上橋 菜穂子

②ミヤマ物語(1部・2部・3部)

あさの あつこ

③流 東山 彰良

④火花 又吉 直樹

⑤スクラップ・アンド・ビルド 羽田 圭介

⑥ラプラスの魔女 東野 圭吾

図書は、三島支所1階図書コーナーにあります。貸出しは、コミセン事務室で行っています。

問合せ 地域振興課教育支援係 ☎422242



三島地域混合バレーボール大会

三島地域混合バレーボール大会が7月26日(日)に開催されました。

＜大会結果＞

★優勝★

七日市Bチーム

★準優勝★

藤宮チーム

★3位★

吉崎Bチーム



◆七日市Bチーム◆

ザ・スターフェスティバルバンドと日吉小学校がコラボレーション♪

ザ・スターフェスティバルバンドが結成15周年を記念して、初めての演奏会を開催します。日吉小学校生徒とのコラボレーションもあり！どうぞ、お出かけください。

日時＝8月30日(日)午後2時～4時

会場＝長岡リリックホール ※入場無料

※ザ・スターフェスティバルバンド

日吉地区の吹奏楽経験者で結成されたバンド

くらしのカレンダー（8月23日～9月19日）

8月		
23	日	
24	月	長岡野菜の料理講座(10:30～みしま会館)
25	火	
26	水	1歳6か月児健診(13:00～三島保健センター) ※対象＝H25年12月、H26年1月生まれ
27	木	◆申込締切日：あなたの健康相談室 申込＝市民生活課保健係 ☎422246
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	あなたの健康相談室(13:30～三島保健センター)
9月		
1	火	行政相談(9:00～三島支所)
2	水	
3	木	
4	金	縄文時代の食事(19:00～みしま会館)
5	土	
6	日	
7	月	2015ながおかノーマイカーデー(13日まで)
8	火	骨美人教室(9:00～三島保健センター)

9	水	
10	木	3歳児健診(13:00～三島保健センター) ※対象＝H24年4月、5月生まれ
11	金	いのちの総合相談会(9:30～さいわいプラザ)
12	土	
13	日	第20回ソフトバレーボール大会 (8:00～三島中学校体育館)
14	月	
15	火	
16	水	茶道講座④ (10:00～みしまコミュニティセンター)
17	木	慢性腎臓病市民健康講演会 (13:30～長岡リリックホール)
18	金	
19	土	交通安全大会(13:30～三島体育センター)

三島地域の人口(8月1日現在) ※()前月比

世帯数	人口	男	女
2,324(-2)	7,022(-7)	3,392(-2)	3,630(-5)