



廃瓶を素敵に再利用

日吉小学校3、4年生と脇野町小学校4年生が、10月22日に開催される「越後みしま 竹あかり街道」に並べるガラス行灯作りに挑戦しました。材料には三島地域の酒蔵の廃瓶が使われ、長岡造形大学の皆さんの協力で、素敵な行灯が完成しました。竹あかり街道を優しく彩る行灯をぜひ、ご覧ください。（9月8日・9日）

今年の夏も 暑かった

第60回三島まつりが8月15日(月)、16日(火)に開催されました。15日は、小中学生によるステージ発表のほか、盆踊り大会&仮装コンテストが行われ、参加者が趣向を凝らした衣装で思い思いに盆踊りを楽しんでいました。

16日の全日本丸太早切選手権大会は、強い日差しが照りつける中、気迫あふれる戦いが繰り広げられました。

最後の大花火大会で締めくくり、無事に幕を閉じた今年の三島まつり。祭り会場には笑顔の輪が広がっていました。



4連覇達成!



●長岡野菜を楽しもう! / 8月31日

三島公民館が郷土料理講座「夏編」を開催し、すいきとゆうごうを使って4品を作りました。長岡野菜は、長岡が誇る自慢の伝統野菜!ぜひ、食卓に長岡野菜を使った一品をどうぞ。(みしま会館)



●将来はプロの騎士? / 8月19日

みしまこどもの広場が日本棋院棋士の黒瀬正憲八段をお招きして、「囲碁教室」を開催しました。囲碁のルールや対局マナーなどを解りやすく解説していただき、参加した子どもたちは囲碁のおもしろさを体験しました。(みしまコミセン)

みしまの
できごと

●こころの健康講座

こころの病気は、特別な人がかかる病気ではありません。早めの気づきや対応が大切です。あなたと身近な人のために、こころの健康について理解を深めてみませんか。

日時 9月24日(土) 午前10時～11時30分

会場 長岡市みしま体育館

内容 講話「こころからだのメンテナンス」・リラククス体操

講師 新潟薬科大学 南雲陽子先生

持ち物 内履き、タオル、飲み物、筆記用具

参加費 無料

申込 不要

問合せ 市民生活課保健係 ☎422246

●介護研修会・交流会

心と体のセルフメンテナンスを学んだ後は、交流会で楽しくおしゃべりしましょう。

日時 10月28日(金) 午後1時30分～3時30分

会場 しみまコミュニティセンター 和室

対象 在宅介護を行っている方・関心のある方

講師 (一社) セルフアドヴァンス協会 代表理事 水科 江利子氏

定員 16人(先着順)

参加費 無料
申込 市民生活課福祉係 ☎422246

●敬老の日には住宅用火災警報器を!

平成27年中に、住宅火災で逃げ遅れなどで亡くなった方の約7割が65歳以上の高齢者です。あなたの周りの大切な人は、住宅用火災警報器を設置していますか。点検していますか。敬老の日には、日頃の感謝を込めて住宅用火災警報器をプレゼントしてみたいかがですか。設置方法などでお困りの方は消防署職員がお伺いします。

問合せ 与板消防署予防係 ☎722572

●秋の全国交通安全運動

9月21日(水)から9月30日(金)まで、「夕暮れは 早めのライトと

反射材」をスローガンに秋の全国交通安全運動が実施されます。

【運動の重点】

- ①子供と高齢者の交通事故防止
- ②夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- ③後部座席を含めた全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ④飲酒運転の根絶
- ⑤横断歩行者の保護

・9月30日(金)は、「交通事故死ゼロを目指す日」

問合せ 地域振興課地域振興・防災係 ☎422242

●三島地域防災訓練

10月に三島地域全域で防災訓練が実施されます。日時、訓練内容は各地区によって異なりますので、区長、町内会長にご確認ください。「もしも」に備えて、ご近所ご家族でご参加ください。

◆10月23日(日)は与板地域で長岡市総合防災訓練が実施されます。

近隣地区では、サイレン等が聞こえる場合があります。ご理解、ご協力をお願いします。

問合せ 地域振興課地域振興・防災係 ☎422242

●10月16日(日)は、3つの選挙の投票日です

- ①新潟県知事選挙
- ②長岡市長選挙
- ③長岡市議会議員補欠選挙

◆期日前投票について

(1)新潟県知事選挙
投票期間 9月30日(金)～10月15日(土)

(2)長岡市長選挙(3)長岡市議会議員補欠選挙
投票期間 10月10日(月)～10月15日(土)

▼(1)・(2)・(3)共通事項
投票時間 午前8時30分～午後8時

リバーサイド千秋は、午前9時～午後8時

投票会場 市内13カ所期日前投票所(アオーレ長岡、さいわいプラザ、リバーサイド千秋、各支所)

※投票所入場券は、9月29日(木)までに、はがきで郵送します。

◆10月16日(日)投票日
投票時間 午前7時～午後8時

投票会場 三島地域内6カ所

問合せ 地域振興課総務係 ☎422242

●首都圏みしま会の皆さんが三島地域を訪問します

首都圏みしま会員の皆さんが今年も長岡市を訪問し、交流します。

日時 11月2日(水)～3日(祝)

11月3日(祝)の午前中にみしま産業まつりに来場します。

《交流会参加者募集》

会場 割烹 福田屋(栃尾地域)
参加費 6,000円(送迎有)

申込 問合せ 地域振興課地域振興・防災係 ☎422242

●守っていますか? 家庭ごみの出し方

今一度、家庭ごみの出し方や分別方法を「ご確認ください」。

◆収集日と時間を必ず守る!

①収集日の朝8時30分までに出す

②収集日以外は「ミステーション」に出さない

《こんな時はどうするの?》

Q. 家庭菜園の葉や茎は「枝葉草の日」に出せないの?

A. 家庭菜園の葉や茎は、堆肥化容器などを利用してできるだけ土に還してください。土に還すことができない時は、「燃やすごみ」に出してください。

Q. 「枝葉・草」は、市内のごみ処理施設に持ち込むことはできないの?

A. 「枝葉・草」は、市内のごみ処理施設への持ち込みは行っていません。「枝葉・草の日」に出してください。

▼詳しくは、ごみ分別冊子「長岡市ごみと資源物の分け方と出し方」を「ご確認ください」。

◆町内会による秋の一斉クリーン作戦が実施されますので、「ご協力ください」。

問合せ 市民生活課環境係 ☎422246

良質な睡眠をとるには

- ①寝酒をしない
- ②寝る前は自分なりのリラククスを
- ③ぬるめのお湯で入浴
- ④休日に「寝だめ」をしない



まで、「夕暮れは 早めのライトと



●越後みしま竹あかり街道

今年も越後みしま竹あかり街道が開催されます。ぜひ、お出かけください。

日時＝10月22日(土)午後4時～9時

会場＝脇野町本町通り

内容＝竹灯籠ライトアップ、ミニコンサート、屋台村ほか

問合せ＝三島ライトアップ実行委員会(増間) ☎090・2214・4932



来場者による竹灯籠への点灯の様子(平成27年)

越後長岡 地域の宝フォトコンテスト

～写真を撮って応募しよう～

平成26年度に選定された地域の宝を広くPRしようと、フォトコンテストを開催中です！とっておきの写真を投稿して、長岡の魅力をみんなで発信しよう！

- ・応募作品
デジタルカメラ、スマートフォンで撮影した写真データ。
 - ・応募方法
ツイッターまたはインスタグラムで「#越後長岡地域の宝」をつけて投稿。「地域の宝」特設サイトでも受付中。
 - ・応募期間
9月12日(月)～平成29年2月10日(金)
 - ・賞品
大賞: 地域の特産品詰合せ(5万円相当)
- ※詳しくは、「地域の宝」特設サイトへ

・問合せ
地域振興戦略部
☎39・2260



三島まつりフォトコンテスト

～応募作品展示中～

たくさんのご応募ありがとうございました。ご応募いただきました全作品を展示しています。ぜひ、素敵な写真をご覧ください。

展示場所＝三島支所1階ロビー
展示期間＝9月30日(金)まで

優秀作品はみしま産業まつりで展示、みしま観光協会ホームページにも掲載します。

問合せ＝みしま観光協会事務局(産業建設課内) ☎42・2249

投票受付中！

ゆるキャラグランプリ2016

今年も「ゆるキャラグランプリ2016」にみしまる太くんがエントリーしています。今年こそ、皆さんの一票でみしまる太くんをグランプリにしよう！！

投票期間＝10月24日(月)まで
投票方法＝ゆるキャラグランプリのホームページから投票
問合せ＝産業建設課商工観光係 ☎42・2249

※詳しくは、ゆるキャラグランプリのホームページをご覧ください。
<http://www.yurugp.jp/>



くらしのカレンダー(9月19日～10月23日)

9月		
19	月	敬老の日
20	火	
21	水	3歳児健診(13:00～三島保健センター) ※対象＝H25年4月、5月生まれ ◆申込締切日: あなたの健康相談室 申込＝市民生活課保健係 ☎42・2246 秋の全国交通安全運動(～30日まで)
22	木	秋分の日
23	金	
24	土	公開講座「こころの健康講座」 (10:00～みしま体育館)
25	日	三島地域体育祭(8:30～脇野町小学校グラウンド) ポニーカーニバルinみしま(10:00～同上)
26	月	あなたの健康相談室 (13:30～三島保健センター)
27	火	
28	水	
29	木	
30	金	
10月		
1	土	
2	日	長岡市消防団三島方面隊秋季演習 (10:00～脇野町小学校)
3	月	
4	火	行政相談(9:00～三島支所)
5	水	

6	木	
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	体育の日
11	火	
12	水	
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	新潟県知事、長岡市長、長岡市議会議員補欠 選挙 (7:00～各投票所)
17	月	赤ちゃん相談(9:00～三島保健センター) ※対象＝H28年3月、4月生まれ
18	火	
19	水	
20	木	
21	金	
22	土	越後みしま竹あかり街道(16:00～脇野町)
23	日	みしまマルシェ(10:00～みしま会館)

資源物の拠点(三島支所)回収は、毎週土・日曜日の午前9時から正午までです。

三島地域の人口(9月1日現在) ※()前月比			
世帯数	人口	男	女
2,326(+6)	6,936(+5)	3,344(+5)	3,592(±0)