

夏といえば、やっぱりコレ！

大杉公園まつりが開催され、長さ約30mの巨大流しそうめんに多くの家族連れが参加しました。流れてくるそうめんを子どもたちも上手にキャッチし、ツルツルっと美味しそうに食べていました。「早く次のそうめん流して～」と待ちきれない様子も見られ、夏の一日を楽しんでいました。（7月29日）





●楽しく介護を学ぶ

介護研修会で、介護や認知症について楽しく学んでもらおうと寸劇が披露されました。寸劇を演じたのは、「ぼこまめ一座」と呼ばれる市内の民生委員などで構成されているグループで、介護生活をユーモアたっぷり公演し、会場は大きな笑い声に包まれていました。（7月26日）



●ゆとりも乗せて出かけよう

夏の交通事故防止運動を前に、交通安全指導所が三島体育センター前に開設されました。三島交通安全協会の皆さんが啓発物を配布し、交通安全を呼びかけました。夏は出かける機会も多くなります。エコドライブでゆとりをもった運転を心がけましょう。（7月21日）



●暑さに負けず、丸太切り

長岡まつり「わんぱくおまつり広場」で丸太早切体験会が行われました。広場には、県内外から多くの人々が訪れ、体験会にも「イッチ、ニイ、イッチ、ニイ」と暑さに負けず大きな掛け声が響き、賑わいました。（8月3日）



●育児疲れをリフレッシュ

すくすく広場で子育て中の保護者を対象に骨盤ストレッチ教室を行いました。参加者は、ストレッチなどで気持ちよい汗を流し、日ごろの疲れをリフレッシュしました。すくすく広場は、子育ての情報交換の場です。次回は10月に離乳食教室を予定しています。（7月25日）



●味は格別！手打ちうどん

手打ちうどん作り教室が鳥越集落開発センターで行われました。子どもたちの夏休みの思い出にしておこうと「みしまこどもの広場」が企画し、30人が参加しました。麺の硬さにばらつきがありましたが、味は格別！みんなで美味しく味わいました。（8月7日）



●熱戦の混合バレー 上岩井Aが制す

三島公民館主催の地域混合バレーボール大会が行われ、15チームが熱戦を繰り広げました。（7月29日）

優勝：上岩井A 準優勝：脇野町A
3位：藤宮 3位：三島中条

◇長岡うまい米コンテスト2018出品者募集

長岡の最もうまい米を決定する食味コンテストを開催！

- 対 象 市内または出雲崎町の農業者、学校田のある小学校
- 出品対象米 平成30年産の国内銘柄（もち米、低アミロース米は除く）
- 部 門 ①個人②学校田
- 参加料 1点1,500円
- 提出物 玄米2kg、栽培履歴
- 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（金）までに参加申込書を産業建設課農林係 ☎42・2249 または農水産政策課 ☎39・2223へ



◇骨美人教室

骨密度を測定して、栄養の話と軽体操の方法を聞いて、骨粗しょう症を予防しよう。

- 日 時 8月29日（水）午前9時～11時
- 会 場 三島保健センター
- 参加料 無料
- 定 員 30人
- 申 込 市民生活課保健係 ☎42・2246へ

◇いのちの総合相談会

9月は新潟県自殺対策推進月間です。弁護士、臨床心理士、保健師などが心や体、お金生活の悩みなどの相談に応じます。

- 日 時 9月15日（土）午前9時30分～正午
- 会 場 長岡市社会福祉センター「トモシア」
- 参加料 無料
- 定 員 6人（先着順）
- 申 込 9月10日（月）までに健康課 ☎39・7508へ

◇今年も「越後みしま 竹あかり街道」を開催

三島地域の秋のイベント「越後みしま 竹あかり街道」を開催します。ご家族、ご友人をお誘いのうえ、ご来場ください。

- 日 時 10月27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

▼竹の切り出し作業を行います▼

- 日 時 9月2日（日）午前9時～
- 集 合 三島支所駐車場
- 問合せ 三島ライトアップ実行委員会（遠藤）090-2885-8143



◇野焼きはやめよう

家庭から出たごみをドラム缶で燃やしているため、家の窓が開けられないなどの苦情が寄せられています。基準に合った焼却炉を用いないで家庭ごみや枝葉などを焼却することは、法律で禁止されています。

家庭ごみは、燃やさずに正しく分別して決められたごみステーションに収集日の午前8時30分までに出してください。

- 問合せ 市民生活課環境係 ☎42・2246

◇下水道への接続はお済ですか

下水道が使用できる地域では、水洗化トイレへの切り替えや浄化槽から下水道への切り替えが義務付けられています。お住いの地域の水質保全・生活環境を改善し、快適な住みよい街にするためにも、一日も早く下水道に切り替えましょう。

改造工事を行う場合には、低金利融資制度がありますので、ご利用の際はお問い合わせください。

- 問合せ 産業建設課土木施設係 ☎42・2249

◇与板消防署救急フェア

もしもの時に備えて、体験してみませんか。

- 日 時 9月15日（土）午後1時30分～午後4時30分
- 会 場 与板町与板国道403号上、与板十五夜まつり「おまつり広場」
- 内 容 心肺蘇生法の体験
AEDの使用方法
高規格救急車の展示
起震車体験など
- 問合せ 与板消防署救急係 ☎72・2572



図書名	著者	図書名	著者
未来の年表2	河合 雅司	いちばんよくわかるソーブカービング LESSON	河出書房新社
田園初 港行き自転車（上・下）	宮本 輝	やせる力 骨ストレッチ	松村 卓
その話は今日はやめておきましょう	井上 荒野	君たちはどう生きるか	吉野 源三郎
利用方法はみしまコミュニティセンター ☎42・2525へ		医者が教える食事術 最強の教科書	牧田 善二
		酒は人の上に人を造らず	吉田 類

普段の備えが、命を守る！

平成29年7月の九州北部豪雨や西日本を中心とした平成30年7月豪雨では甚大な被害が発生しました。これからの季節も大型台風の襲来など、自然災害が発生しやすい季節です。

普段からいざという時に備えましょう。

9月1日は、防災の日

《持っていますか？ハザードマップ》

各地域の水害、土砂災害、津波被害の想定内容をハザードマップで確認することができます。地域振興課で配布しているほか、ながおか防災ホームページにも掲載しています。お住いの地域がどのようなになっているか家族で今一度確認してみましょう。



《避難行動》

**避難準備・
高齢者等避難開始**

避難勧告

**避難指示
(緊急)**

- ・避難に時間のかかる人（ご高齢の方、障害のある方、乳児等）とその支援者は避難を開始
 - ・その他の人は避難準備
- 落ち着いて避難所に避難
- 直ちに安全な場所に避難



《備えていますか？》

- 非常持ち出し品**
非常食や水などをリュックサック等に入れて保管
- 備蓄品**
食料や衣類などを段ボール箱等にまとめて保管

《情報収集》

- ・防災無線
- ・緊急告知FMラジオ
- ・緊急速報（エリア）メール
- ・ながおか土砂災害Dメール
- ・防災気象情報メール
- ・ながおか防災ホームページ



【問合せ】
地域振興課
地域振興・防災係
☎42・2242

くらしのカレンダー（8月20日～9月24日）	
8月	
20	月 赤ちゃん相談（9:00～三島保健センター） ※対象=H30年1月、2月生まれ
21	火
22	水 三島地域区長会臨時総会（19:00～三島支所） 三島支所長杯ゲートボール大会（8:30～三島運動広場） オレンジカフェinみしま（14:00～デイサービスセンターみしま）
23	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 ☎42・2246
24	金
25	土
26	日
27	月 あなたの健康相談室（13:30～三島保健センター）
28	火
29	水
30	木 1歳6か月児健診（13:00～三島保健センター） ※対象=H28年12月、H29年1月生まれ
31	金
9月	
1	土
2	日
3	月
4	火 行政相談（9:00～三島支所）
5	水
6	木
7	金 特設人権相談所（13:00～みしまコミセン）
8	土 ぬか床作り講座（10:00～みしま会館）

9	日	
10	月	
11	火	
12	水	ぬか床作り講座（10:00～みしま会館）
13	木	
14	金	
15	土	みしま交通安全大会（13:30～三島体育センター）
16	日	
17	月	敬老の日
18	火	
19	水	
20	木	和算・算額視察研修（9:00～群馬県藤岡市） ◆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
21	金	みしま支所からのお知らせ9月号発行日 秋の全国交通安全運動（～30日まで）
22	土	
23	日	秋分の日
24	月	振替休日

- ◆納期限は8月31日（金）です◆
- 市民税・県民税（2期）○国民健康保険料（2期）
 - 後期高齢者医療保険料（5期）○介護保険料（5期）

三島地域の人口（8月1日現在） ※（ ）前月比			
世帯数	人口	男	女
2,389(+1)	6,806(-9)	3,288(-3)	3,518(-6)

資源物の拠点回収（三島支所）は、毎週土・日曜日の午前9時から正午までです。