

三島支所からのお知らせ

2007 10月号

ごみと資源物の分け方と出し方の説明会を開催します

平成20年4月から、ごみと資源物の分け方と出し方を全市で統一します。これに伴い、下記のとおり説明会を開催します。

どなたでも参加できますので、ぜひお越しください。事前の申し込みは不要です。



- 日時** ①10月27日(土)
午前の部＝午前10時～11時
午後の部＝午後2時～3時
- ②10月28日(日)
午前の部＝午前10時～11時
午後の部＝午後2時～3時

会場 みしま会館 和室研修室

問合せ

市民生活課環境係 ☎42-2221 (内線 243・253)

バランスアップ教室(糖尿病予防教室)のご案内

血糖値が気になる方、糖尿病について勉強したい方はこの教室でバランスの良い食事と運動を学び、糖尿病を予防しましょう！

- 日時** ①11月13日(火)
午前9時30分～午後2時
- ②11月29日(木)
午後1時30分～午後3時30分
- ③平成20年2月14日(木)
午前10時～午後1時30分



会場 三島保健センター

内容 バランス食バイキング、お手軽運動、ヘルシー弁当試食、糖尿病予防のための話など

持ち物 筆記用具、米1合(①のみ)

参加料 ヘルシー弁当代金(③のみ)

申込み 11月1日(木)までに保健福祉課保健係 ☎42-2221 (内線 238) へ。

問合せ 保健福祉課保健係 ☎42-2221 (内線 238)



秋のイベントのご案内

のろし にいがた狼煙プロジェクト「猿塚・経塚～古道めぐり」

県内各地に点在する山城などで、のろしを上げて震災復興・観光振興を祈念するイベント。三島では、三島古城群の中で最大の山城・中条城中ノ丸跡地で行います。また、三島上条の「猿塚・経塚」を訪ね、古道をめぐります。

日時 10月20日(土) 午前9時から正午まで
※午前10時頃、気比宮・宮沢の山腹からのろしをご覧になれます(強風時中止)。

会場 宮沢地内

内容 詩吟披露、のろし上げ、古道散策

申込み・問合せ

みしま観光推進協議会事務局(産業課商工観光係) ☎42-2221 (内線 223・225)

第35回みしま産業まつり

今年が目玉は、自然素材である「木」を使ったチェンソーアート・カービングショー。世界各国で数々の実績を持つ西間健さんをお迎えし、熊や鷹などの作品はその場で競売します。このほか「三島産の秋野菜販売・品評会」「みしままるごと元気鍋」「ウルトラセブン vs キングジョー」など、盛りだくさんの内容で行います。

日時 11月3日(土・祝)
午前9時～午後3時30分

会場 みしま会館

問合せ

みしま産業まつり実行委員会事務局(産業課商工観光係) ☎42-2221 (内線 223・225)





健康コーナー

見直しませんか?あなたの喫煙習慣

“禁煙・節煙・分煙”のススメ

喫煙が体に及ぼす害は大きなものがあります。健康のことを考えるなら、喫煙者にはやはり「禁煙」をお勧めします。しかし、それが難しい場合には、たばこの本数を減らす「節煙」を。また、たばこを吸わない周りの人のことを考え、喫煙場所を分ける「分煙」にも心がけましょう。

禁煙にチャレンジ!

たばこの依存性は強く、1度目の禁煙で成功する人は少ないものです。でも、繰り返しチャレンジすることで禁煙に成功する人はたくさんいます。1度や2度の失敗にくじけず、何度でもチャレンジしていきましょう。禁煙補助剤（ニコチンガムなど）を上手に使ったり、禁煙外来を受診する方法もあります。

禁煙教室のご案内

日時 ①11月7日(水)、②12月6日(木)、③平成20年3月7日(金)の午後7時～8時30分
内容 ニコチン量と一酸化炭素濃度測定(簡単に測定できます)、禁煙方法の紹介、個別相談
定員 6人 参加料 無料
申込み 10月26日(金)までに保健福祉課保健係 ☎42-2221(内線233)へ。
問合せ 保健福祉課保健係 ☎42-2221(内線233)

まつのNEWS

走ったにろんだ!?体育祭

秋の恒例行事である三島地域体育祭が行われ、およそ1,700人が参加しました。

綱引きや大玉送りでは、各地区の選手たちがチームワークを発揮。また、クライマックスの男女総合リレーでは、追いつ追われつの大接戦に。僅差でゴールテープを切った上岩井が、逆転で総合優勝を果たしました。また、2位は昨年優勝の吉川A、3位は吉川Bで、今年も各チームの健闘が光りました。(9月23日)



▲小さな口を大きく開けてパンをゲット!「じゃんけんパンくい」

地層が語る三島の大地

三島町商工会主催の「三島まなび塾」が、昨年に引き続き開催されました。第2回目は「西山連峰の大地の生い立ち」をテーマに、三島中学校の渡辺秀男先生が講義。70人の受講生たちは、三島地域の成り立ちや断層のメカニズムなどの説明を真剣な表情で聴いていました。なお、この塾は10月24日までの毎週水曜日に、商工会館で開催されています。(9月26日)



▲太古の昔、三島は海の底だった!大地の変貌の歴史を熱血講義



ふるさとセミナー11月の講座案内

《書道講座「年賀状を毛筆で書いてみませんか？」》
インターネットの普及に伴い、実際に文字を書く機会が少なくなった現代社会。「便利になっても、忘れてはならない大切な文化を守り続けていきたい」という趣旨の講座です。

期日 11月2日・9日・16日・30日（金）

時間 午前10時～正午

会場 みしま会館

内容 年賀状を毛筆で丁寧に書くためのコツを学びます。

講師 長岡市まちの先生・生きがい講座「みしま書道クラブ」講師
櫻川さゆりさん

定員 20人（先着順）

参加料 1,000円（教材費）



《昔懐かしい歌をご一緒に歌いましょう》

期日 11月12日（月）

時間 午前10時～11時30分

会場 みしま会館

内容 明治から昭和にかけての唱歌や童謡のほか、最近流行している歌、長岡市歌などを一緒に歌います。

講師 三島分室
遠山社会教育指導員

定員 20人（先着順）

参加料 無料



※「ふるさとセミナー」の問合せ・申込み
いずれも電話またはFAXで
みしま会館 ☎42・2222 ☎42・3534

三島地域作品展・芸能発表会の開催案内

期日 10月25日（木）～26日（金）

日時 ①作品展 25日午前9時～午後5時・26日午前9時～正午
②芸能発表 25日午前9時30分～午後3時

会場 三島体育センター

主催 長岡市老人クラブ連合会三島支部

入場料 無料 ※どなたでも自由に入場できます。

後援 長岡市教育委員会



第36回三島地域駅伝大会の開催案内

地区対抗でチームワークや健脚を競います。

期日 11月3日（土・祝）

時間 午前9時スタート＝みしま会館前

ゴール＝三島体育センター

コース 三島地域内一周

第1区	上岩井・みしま会館前
↓	
第2区	三島新保・観音堂前
↓	
第3区	藤川・平原様宅車庫前
↓	
第4区	気比宮・旧森林組合前
↓	
第5区	蓮花寺・公会堂橋前
↓	
第6区	三島上条・田中様宅前
↓	
第7区	逆谷・集落センター前
↓	
第8区	三島上条・田中様宅前
↓	
第9区	脇野町・ヤマカ時計店前
↓	
第10区	七日市・吉原様宅前
↓	
第11区	鳥越・J A日吉サービスセンター前
↓	
	吉崎・三島体育センター



とっておきの長岡「まちめぐり」～ロマンス街道ウォーク in 寺泊～参加者募集

潮風吹く日本海の絶景を眺めながら、寺泊の史跡や寺めぐりの歩き旅はいかがですか。

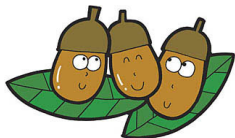
日時 11月10日(土)午前10時～午後3時

場所 みなと公園集合【照明寺→ロマンス街道散策→養泉寺(昼食、法話、昔話、紙芝居など)】

参加料 2,000円(昼食代、保険料などを含む) 定員 25人(先着順)

受付 10月22日から開始

申込み・問合せ 寺泊支所産業課 ☎75-3105







くらしのカレンダー(11月)



1	木	・ヘルスアップ教室(高脂血症予防教室) (13:30 三島保健センター)	16	金	・ふるさとセミナー「書道講座『年賀状を毛筆で書いてみませんか?③』」 (10:00 みしま会館)
2	金	・ふるさとセミナー「書道講座『年賀状を毛筆で書いてみませんか?①』」 (10:00 みしま会館)	17	土	
3	土	文化の日 ・第35回みしま産業まつり (9:00 みしま会館) ・三島地域駅伝大会 (9:00 みしま会館前スタート)	18	日	
4	日		19	月	
5	月		20	火	
6	火	・ポリオ予防接種 1回目対象=H19年3、4月生 2回目対象=H19年1、2月生 (13:45 三島保健センター)	21	水	
7	水	・禁煙教室① (19:00 三島保健センター)	22	木	・3歳児健診 対象=H16年6、7月生 (13:00 三島保健センター)
8	木	立冬 ・みしま貯筋クラブ②(転倒・骨折予防教室) (13:30 みしま会館)	23	金	勤労感謝の日・小雪
9	金	・ふるさとセミナー「書道講座『年賀状を毛筆で書いてみませんか?②』」 (10:00 みしま会館)	24	土	
10	土		25	日	
11	日		26	月	
12	月	・ふるさとセミナー「昔懐かしい歌を一緒に歌いましょう」(10:00 みしま会館)	27	火	
13	火	・バランスアップ教室(糖尿病予防教室) (9:30 三島保健センター)	28	水	
14	水		29	木	・バランスアップ教室(糖尿病予防教室) (13:30 三島保健センター)
15	木	・みしま貯筋クラブ③(転倒・骨折予防教室) (13:30 みしま会館)	30	金	・みしま貯筋クラブ④(転倒・骨折予防教室) (13:30 みしま会館) ・ふるさとセミナー「書道講座『年賀状を毛筆で書いてみませんか?④』」 (10:00 みしま会館)

三島地域の世帯数と人口 (10月1日現在)

			
世帯数	人口	男	女
2,187世帯 (+1)	7,431人 (+2)	3,552人 (+2)	3,879人 (±0)

※()内は前月比

編集・発行：長岡市三島支所地域振興課

〒940-2392 長岡市上岩井1261番地1

電話：0258-42-2221/FAX：0258-42-3534/メール：msm-chiiki@city.nagaoka.lg.jp

「三島支所からのお知らせ」のカラー版は、インターネットでご覧になれます。

アドレス：<http://www.city.nagaoka.niigata.jp/shisei/o-misima/>

