

※(ホ) 第2回トレーニング教室を開催します

トレーニングルーム(桐の里倶楽部内)を活用した「トレーニング教室」を下記のとおり開催いたします。

スポーツクラブJOYFIT(会津若松市)のインストラクターを講師にお招きし、ランニング(ウォーキング)マシンやエアロバイクを使った運動とあわせ、マット運動やヨガを組合せたトレーニングを行います。

冬期を迎え運動不足になりやすい季節となりました。マシンの操作や基本的なトレーニング方法を覚え、健康的な体作りを目指す良い機会ですので、ぜひご参加ください。

○日時 1月19日(土)

(昼の部)午後1時30分～(夜の部)午後5時30分～

※いずれも約90分間です。なお、教室開催時間中は、参加者のみの利用としますので、ご了承ください。

○場所 桐の里倶楽部(トレーニングルーム)

○対象者 町内に在住もしくは勤務する18歳以上の方
(保護者同伴の中学生・高校生も可)

○講師 スポーツクラブJOYFIT(会津ゼネラルグループ)
インストラクター2名

○内容 ①基礎講習(脳力トレーニング)
②ストレッチ(かんたんヨガ&マット運動)
③マシントレーニング(ウォーキング・ランニング・バイク)
(※トレーニング初心者でもできる運動です。)

○申込み 昼の部・夜の部それぞれ先着12名までです。

1月16日(水)まで問合せ先までお申込みください。

(※「昼の部」「夜の部」いずれかをご希望ください)

○準備物 ①運動靴(内履き) ②水分補給用の飲み物

※動きやすい服装でご参加ください。

☎町民課保健福祉係 ☎(48)5565

平成31年度三島町奨学生を募集します

高等学校、大学、高等専門学校、専門学校等の学生を対象に、三島町奨学生を下記により募集しますので、希望される方は期日までに願書をお送りいたします。

なお、貸与の可否については選考委員会が決定し、決定者には3月下旬までにご連絡いたします。

1. 貸与資格

- ・学生又は保護者が引き続き1年以上三島町に住所を有する者
- ・品行が正しく、学術に優れ、健康である者
- ・経済的理由により就学困難と認められる者

2. 奨学資金の額(月額)

- ・大学生 3万円以内(無利子)
- ・その他 2万円以内(無利子)

3. 貸与期間

- ・進学する学校の正規の修業期間

4. 償還期間

- ・就職6ヶ月後から月賦で6年以内の償還となります。

5. 願書手続き

- ・奨学生願書、奨学生推薦調書を平成31年2月22日(金)までに役場総務課へ提出してください。

6. その他

- ・奨学生願書、奨学生推薦調書の請求、その他不明な点は総務課までご連絡ください。

☎総務課 総務係 ☎(48)5511

※(ホ) こらんしょ運動教室のお知らせ

心身機能の向上を目的とした『こらんしょ運動教室』を開催します。膝や腰、肩などの痛みを楽にする効果的な運動方法や、マッサージ・ストレッチなどの方法を学ぶことができますので、お気軽にご参加ください。

毎月1回の町民センターに加え、各地区集会所でも実施しています。町民センターに行くことが出来ない方もぜひこの機会にご参加ください。

【定期開催】(どなたでも参加できます)

●日時 1月22日(火) 午前10時から

●場所 町民センター1階 ふれあいの間

◆講師 健康運動指導士 島田 一郎 先生

◆準備品 ①飲料水 ②みしま健康ポイントカード

☎地域包括支援センター ☎(48)5045

※(ホ) 高齢者、地域住民、介護関係者交流カフェ「きてみっせ」を開催します

高齢の方や介護で悩んでいる方、地域の方がなんでも気軽に話することができるカフェを開催します! ゆったり、ゆったり息抜きしませんか?

今回は「もしもの話 自分らしい人生を生きるために」を話しますので、ぜひお越しください。なお、介護事業所や宮下病院、役場のスタッフに様々な相談もできます。

●日時 1月16日(水) 午前10時～午前11時30分

●場所 観光交流館からんころん(宮下駅前)

●料金 300円(ドリンクとお菓子代)

●実施主体 社会福祉法人みしま
(宮下病院、役場協力)
※予約不要です。

☎地域包括支援センター ☎(48)5045

お茶のみにきてみっせ!



～基礎を身に付け確実にレベルアップ～

町民スキー教室開催のお知らせ

初級者から上級者までのレベルにあわせて、三島町スキークラブの皆さんが丁寧に指導して下さいます。親子で参加もできますので、お気軽にご参加ください。

●日時 1月26日(土) 午前10時～午後3時まで

2月23日(土) 午前10時～午後3時まで

※当日は送迎バスを運行いたします。

※両日とも午前9時までに役場前に集合してください。

●場所 フェアリーランドかねやまスキー場

●指導者 三島町スキークラブの皆さん

●参加費 小学生1,500円/大人1,800円(リフト・昼食代)

●申込期限 1月21日(月)まで

●申し込み先/お問い合わせ 三島町公民館 ☎(48)5599

冬のものづくり教室開催のお知らせ

1月12日④より開催の冬のものづくり教室について、詳しい内容が決まりましたので改めてお知らせします。

期 間 平成31年1月12日④～2月24日⑩まで（全14回）
会 場 三島町生活工芸館

日 程	山ブドウ細工 (籠・財布)	マタタビ細工 (全般)	ヒロロ細工 (全般)
会 場	1階資料会議室	2階大工芸室	
時 間	9:00～16:00 (12:00より1時間休憩、15:30より片付け)		
1月12日④	全体開講式 (9:00～)		
	籠	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
1月13日⑤	籠・長財布	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
1月19日⑪	籠・長財布	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
1月20日⑫	籠・長財布	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
1月26日⑰	籠・長財布	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
1月27日⑱	籠・長財布	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
2月2日⑲	籠	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
2月3日⑳	籠	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
2月9日㉑	籠	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
2月10日㉒	籠	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
2月17日㉓	籠	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
2月23日㉔	籠	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
2月24日㉕	籠	マタタビ細工全般	ヒロロ細工全般
	全体閉講式 (15:00～)		
回数	全14回		

☎生活工芸館 ☎ (48) 5502

スプレー缶（廃エアゾール製品等）の 廃棄方法について

先月、札幌市においてエアゾール製品による爆発火災事故が発生しました。運搬時・処理場での爆発事故等の防止のため、下記のとおり適正な処分についてのご理解とご協力をお願いいたします。

- ① 製品を最後まで使い切る。
 - ② 缶を振って音を確認するなどにより充填物が残っていないか確認する。
 - ③ ガス抜きキャップがある製品については、火気のない風通しの良い屋外でガス抜きキャップを使用して充填物を出し切る。
 - ④ 屋外等の安全な場所で必ず穴を開けてから缶類として出す。
- ご不明な点は、お問い合わせください。



☎町民課 町民係 ☎ (48) 5555

※ 健康ミニフォーラム 「食べ物の適量を知ろう！」

口から食べたものはすべて血液データに出できます。食べるものの適量を知るための講習会を行いますので、健診で心配なデータがあった方、生活習慣病を予防したい方、いつまでも元気で暮らしたい方など、男女問わずたくさんのご参加をお待ちしています。

日 時 1月26日④ 午前10時30分～午後1時（※参加費200円）
場 所 三島町町民センター
内 容 短時間ですぐできる調理講習会など
準備物 エプロン、三角巾をご持参ください。
申 込 1月23日③までに町民課保健福祉係にお電話ください

☎町民課 保健福祉係 ☎ (48) 5565

インフルエンザ注意報！

インフルエンザに感染しやすい時期です。十分な睡眠、バランスの良い食事をとるなど、免疫力の低下を防ぐことを心がけ、こまめに手洗いを行い、外出時はマスクを着用しましょう。また、急な発熱や、咳が続くなどの症状が出た場合には、すぐにかかりつけの医療機関を受診してください。

☎町民課 保健福祉係 ☎ (48) 5565

第47回雪と火のまつり 奉納花火協賛者募集

2月9日④開催の雪と火のまつり最大の見所は燃え上がるサイノカミと花火の共演です。

実行委員会では今年、この奉納花火大会を明るく良い年となるよう願いを込め盛大に開催したいと思います。

ご協賛は1口1,000円～ご参加いただけます。

ご協賛いただいた方にはイベント当日、会場にお名前の掲示を行うほか、オリジナルクリアファイルをプレゼントします。

皆さまからのご協賛をお待ちしています。

☎観光協会 ☎ (48) 5000

会津地域づくり交流会・福島県地域 創生総合支援事業（サポート事業） 成果発表会の開催について

会津地域における地域づくり団体等の交流会及び福島県地域創生総合支援事業（サポート事業）を活用した団体による平成30年度の成果発表会が下記により開催されます。成果発表会では、地域づくり団体による講演や優良事例発表のほか、次年度サポート事業の申請についての説明が予定されております。美しく魅力ある地域づくりにご尽力されている町民の皆様にとって、活動の参考となる内容となっておりますので、ぜひご参加ください。

※サポート事業とは、地域を元気にするために、住民の皆さんが主役となり、地域課題や地域づくりの方向性を民間団体や市町村等とともに考え、連携して行う魅力ある地域づくりを支援する事業です。

日 時 平成31年1月28日⑨ 午後1時30分～午後4時
場 所 ピカリンホール（会津若松市北会津町中荒井字諏訪前11）
内 容 ①地域づくり団体の講演

②サポート事業実施団体の成果発表（4団体）

※滝谷地区「滝谷地区風穴等を活用した地区活性化事業」について発表されます。

③平成31年度サポート事業の申請について

参加申込み先 1月21日⑧までに、下記の間合せ先にご連絡ください。

☎地域政策課 地方創生推進係 ☎ (48) 5533