

参議院議員通常選挙のお知らせ

投票日 **7月21日(日)**

第 25 回参議院議員通常選挙が 7 月 21 日(日)に執行されます。選挙当日、都合が悪く投票できない場合には期日前投票ができます。

期日前投票期間

- 期 間 **7 月 5 日(金)から 20 日(土)まで**
- 時 間 **午前 8 時 30 分から午後 8 時まで**
- 場 所 **町民センター 談話室**

棄権しないで投票しましょう！

●選挙管理委員会 ☎ (48) 5511

※(ポ) 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 J O Y F I T（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。

「昼の部」はシッカリ 90 分コース、「夜の部」はお手軽 60 分コースですので、ぜひご参加ください。定員になり次第、〆切となりますのでお早めにご連絡をお願いします。

- 日 時 **① 7月18日(木) ② 7月27日(土)**
【昼の部(90 分コース)】午後1時30分～午後3時
【夜の部(60 分コース)】午後6時30分～午後7時30分
※教室開催時間中は、参加者のみの利用となりますので、ご了承ください。

- 会 場 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 J O Y F I T（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。**
各開催日の 3 日前まで下記担当へお申込みください。
(※【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

心の健康相談のお知らせ

- 日 時 **7 月 10 日(水) 午後 1 時 30 分から**
- 会 場 町民センター 研修室
- 内 容 公認心理士による個別相談 ※要予約
- 申し込み / 問い合わせ先 町民課 保健福祉係 ☎ (48) 5565

一人で悩んでいませんか？

仕事の悩み、子育て、不登校、引きこもり、いじめ、夫婦・人間関係、うつ、精神疾患などの心に関わるお悩みに、公認心理士がお話を伺い、具体的な対応について助言いたします。

※(ポ) 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。

- 定期開催（どなたでも参加できます）
 - 日 時 **7 月 9 日(火) 午前 9 時 30 分から**
会 場 町民センター 1 階 ふれあいの間
 - 日 時 **7 月 22 日(月) 午前 9 時 30 分から**
会 場 町民センター 1 階 ふれあいの間
 - 日 時 **7 月 30 日(火) 午前 9 時 30 分から**
会 場 町民センター 1 階 ふれあいの間
- 地区開催（どの地区の方でも参加できます）
 - 日 時 **7 月 8 日(月) 午後 1 時 30 分から**
会 場 浅岐集会所
 - 日 時 **7 月 26 日(金) 午後 1 時 30 分から**
会 場 桧原多目的集会所
- ◇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
- 【内 容】受付、血圧測定、お知らせなど（30 分）
島田先生による運動教室（1 時間 30 分）

●社会福祉協議会 ☎ (52) 3344



～自分の口の中を鏡で見るとはどうして大切なの？～

※(ポ) けんこう いつまでも健口教室のお知らせ

美味しいものを食べて楽しく食事をするためには、口の中を健康に保つことが大切です。口の中には、「歯」「歯ぐき」「舌」「口の粘膜」など、お手入れをするところがたくさんあります。口の健康について一緒に考えてみませんか？

- 日 時 **7 月 17 日(水) 午後 1 時 30 分から午後 3 時**
会 場 大登生活改善センター
- 日 時 **7 月 18 日(木) 午前 9 時 30 分から午前 11 時**
会 場 大谷活性化センター
- 講 師 認定歯科衛生士 嶋原 ヨシ子先生
- 内 容 ①口のお手入れ（歯・舌・歯ぐきなど）
②うがいの体験（うがいの大切さを学びましょう！）
- そ の 他 みしま健康ポイントカードをお持ちの方は、カードをご持参ください。
どの地区の方でも参加できます。

●町民課 保健福祉係 ☎ (48) 5565



～高齢者・地域住民・介護関係者交流カフェ～

※(ポ) 『きてみっせ』開催のお知らせ

高齢者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そうことができるカフェ『きてみっせ』を開催します。介護事業所や宮下病院、役場の職員がおりますので、様々なご相談もできます。お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

- 日 時 **7 月 19 日(金) 午前 10 時から午前 11 時 30 分**
- 会 場 観光交流館からんころん（宮下駅前）※事前予約不要
- 参加費 300 円（お好きなドリンクとお菓子代）
- 主 催 社会福祉法人みしま

●地域包括支援センター ☎ (48) 5045

※(ポ) 地区対抗ソフトボール大会のお知らせ

お盆の恒例イベントである三島町体育協会主催の地区対抗ソフトボール大会を下記のとおり開催します。町民と帰省者がソフトボールを通じて親睦を図ることを目的として開催しています。ぜひご参加ください。詳細は、各区長・分館長さんにお知らせします。

- 日 時 **8 月 14 日(水) 午前 8 時 30 分**
- 会 場 町民運動場

●体育協会事務局（教育委員会内）☎ (48) 5599

『社会を明るくする運動』 三島町推進委員会からのお知らせ

『社会を明るくする運動』とは？

すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

7月は『社会を明るくする運動』強調月間です。当委員会では、この運動の啓蒙・啓発活動の一環として、下記の日程で町内全域をパレードします。地区訪問の際は、町民の皆様の温かいご声援をよろしくお願いいたします。

『社会を明るくする運動』町内パレード日程

○日 時 **7月9日(火)** 午前8時45分から午後3時40分

○コース【午前の部】

役場（出発式） ～ 小学校訪問 ～ 宮 下 ⇒ 桧 原 ⇒
8:45 9:00 9:30 10:00
滝 谷 ⇒ 大 登 ⇒ 桑 原 ⇒ 大 谷 ⇒ 浅 岐 ⇒
10:20 10:40 11:00 11:10 11:30
間 方
11:50

【午後の部】

川 井 ⇒ 西 方 ⇒ 名 入 ⇒ 大石田 ⇒ 小 山 ⇒
13:00 13:15 13:35 13:50 14:10
高清水 ⇒ 滝 原 ⇒ 早 戸 ⇒ 中学校訪問 ～
14:15 14:25 14:35 15:00
宮 下 ～ 役場解散
15:30 15:40 ※時間は前後する場合があります。ご了承ください。

☎町民課 保健福祉係 ☎（48）5565

早朝座禅会のお知らせ ～ 早起きは三文の得 ～

『社会を明るくする運動』三島町推進委員会では、7月の強調月間に合わせ健全な青少年を育成することを目的として、早朝座禅会を開催します。どなたでもご参加ください。

○日 時 **7月25日(木)** 午前6時から午前7時

○会 場 宮下地区「宮昌寺」本堂

○対象者 どなたでも参加できます

○内 容 遠藤弘佳住職による説法・座禅 ラジオ体操等

☎町民課 保健福祉係 ☎（48）5565



第二沼沢発電所見学会のお知らせ

NPO 法人会津みしま自然エネルギー研究会と公民館の共催による第二沼沢発電所の見学会を開催します。普段は立ち入ることのできない地下の発電所を見学できる貴重な機会です。お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

○日 時 **8月17日(土)** 午前9時30分から午後0時30分まで
午前9時30分までに町民センター前集合
(バス移動)

○対 象 者 町内に在住もしくは勤務する方

○参 加 費 大人 800 円 小・中学生 500 円（昼食代・傷害保険料として）
※未就学児無料

○申込期限 **7月26日(金)**

○そ の 他 昼食はカレーライスを用意します。
階段が多いので動きやすい靴を着用してください。(サンダル不可)

○申し込み / 問い合わせ先 公民館 ☎（48）5599

早戸温泉つるの湯からのお知らせ

源泉パイプ清掃及び修繕工事のため、**7月10日(水)**は終日休館とさせていただきます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

☎つるの湯 ☎（52）3324

第13回市町村対抗福島県軟式野球大会 三島町チーム選手募集

9月に開催される『第13回市町村対抗福島県軟式野球大会』出場に向け三島町チームを結成するにあたり選手を募集します。参加を希望される方は**7月26日(金)**まで教育委員会へお申込みください。

○今後の日程

7月上旬 練習開始（週2回程度）
7月9日(火) 抽選会
8月中旬 両沼支部野球大会
9月上旬 壮行会
9月7日(土) 開会式（ヨーク開成山スタジアム）
9月7日(土)～ 市町村対抗軟式野球大会（組合せに準じます）
※この他にも他町村との練習試合などを予定しています



○参加資格

- ・令和元年7月1日現在、町に住所を有する18歳以上の社会人の方
※学生は参加できません
※令和元年7月2日以降に転入された方は参加できません。
- ・町内の中学校を卒業している方で、町外在住の方は、「ふるさと選手」として参加できます。（5名以内）

○その他 ・グローブ・スパイク・練習着は各自ご用意ください。

・スポーツ安全保険に加入していただきます。

○申し込み / 問い合わせ先 教育委員会 ☎（48）5599

～みんなで野球を楽しもう！～

※(ポ)ふれあい野球教室を開催します

ヒートブロウ（町野球チーム）主催による野球教室を開催します。野球を体験してみたい方・興味のある方・体を動かしたい方など、どなたでも大歓迎です。ぜひご参加ください。

○日 時 **7月25日(木)・8月8日(木)** 午後7時から午後9時

○会 場 町民運動場

○対象者 小学生以上（大人も大歓迎） ※イベント傷害保険に加入します。

○内 容 キャッチボール・フリーバッティングなど

○服 装 野球のできる動きやすい服装

○準備品 グローブ・帽子・飲み物・タオル（道具の貸出しも行います）

○参加費 無 料

○その他 雨天の場合は中止となります。申込み時にお知らせいただいた連絡先にご連絡します。

○申込期限 **7月18日(木)**

○申し込み / 問い合わせ先 公民館 ☎（48）5599

※(ホ)ウォーキング教室のお知らせ

公民館で実施している「ウォーキング教室」の一環として、下記大会に参加いたします。裏磐梯の自然を満喫しながらウォーキングを楽しみましょう！お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

○大 会 名 「うつくしま・みずウォーク きたしおばら大会 in 裏磐梯」

○日 時 **8月3日(土)** 午前9時40分スタート（小雨決行）
午前6時30分までに町民センター前集合
(バス移動)

○会 場 北塩原村 「グランデコスノーリゾート」

○コ ー ス 7km

○参 加 料 大人 800 円 中学生以下 400 円

○対 象 者 三島町民及び特別町民の方

○特 典 参加賞・完歩証・とん汁等のおもてなし

○申込期限 **7月22日(月)（期限厳守）**

○申し込み / 問い合わせ先 公民館 ☎（48）5599



－事業主の皆さんへ－

労働保険の年度更新のお知らせ

令和元年度の労働保険の年度更新の申告期限は**7月10日(水)**です。

期限までに、最寄りの銀行、郵便局、労働基準監督署、福島労働局において手続きをされますようお願いします。

なお、労働保険の年度更新は電子申請を、労働保険料等の納付は口座振替をご利用ください。

☎福島労働局 総務部 ☎024(536)4607