

## プレミアム付き桐の里商品券の 使用期限は「1月31日(金)」まで!

令和6年8月1日より町内で使用されている、令和6年度のプレミアム付き桐の里商品券について、**1月31日(金)が使用期限**となります。まだお手元に残っている方は、忘れずにご使用いただきますようお願いいたします。

☎三島町商工会 ☎ (52) 2430

### ※(ホ) 令和6年度



三島町健康づくりイメージ  
キャラクター「桐子」

～目指せ!健康寿命+10歳(プラステン)～

**2月1日(土)午前9時00分～午前11時30分**

**【会場】三島町町民センター 大ホール**

町民の健康づくりを推進するため、「目指せ!健康寿命+10歳(プラステン)」をキャッチフレーズに「健康フォーラム」を開催いたします。

健康づくりに関心のある方はもちろん、今まで自分の健康について考える時間のなかった皆様も、ぜひご参加ください。

当日イベント申込不要 入場無料! (開場:午前8時30分)

持ち物:健康ポイントカード

● 町の事業紹介及び現状報告

● タニタ健康セミナー(オンライン開催)

「今日から実践!ヘルシーレシピのコツ」

～健康的な食習慣を身につけるために～

【講師】株式会社タニタヘルスリンク 管理栄養士

・本セミナーでは、タニタの社員食堂におけるレシピづくりのコツのほか、外食やコンビニでのメニュー選びのポイント、気をつけたい3つの「あ」などについてご紹介します。実践的な内容なので、気軽に始められるヒントが詰まっています。

● 講演「おいしく食べて、運動しよう!」

・毎日コツコツ運動習慣!セラバンドを使って運動しましょう!!

【講師】竹田総合病院心臓病専門理学療法士 佐藤 志保先生

● 「具たくさん味噌汁試食」

・具たくさんにより塩分の摂取量を減らした味噌汁の試食会。

参加者全員にもれなく記念品プレゼント!!

・タニタ食堂監修雑穀ごはん ・タニタ食堂監修減塩みそ汁(2種)

・健康運動グッズ(セラバンド)

☎町民課 保健福祉係 ☎ (48) 5565

## 大林ふるさとの山の伐採木(桜) の無償提供について

大林ふるさとの山を維持管理するため、枯れてしまった桜を伐採しました。伐採した樹木を燃料用木材として希望者に無償で提供することで、木質バイオマスの有効活用を図り、エネルギー地域循環を推進します。

ご希望の方は、電話で地域政策課までお申込みください。

- ① 申込期間 令和7年1月29日(木)～令和7年5月30日(金)  
※ 数に限りがあるので、無くなり次第終了とします。
- ② 提供期間 上記申込期間と同様
- ③ 提供場所 旧西方児童館広場
- ④ 提供状態 50cm程度に玉切りした木材で、令和6年12月に伐採した桜。
- ⑤ 提供条件
  - ・三島町に住民票を有する方。
  - ・無償での提供とします。
  - ・提供数量は公平性を保つ観点から、1世帯につき軽トラック2台分程度を原則とします。
  - ・安全性、過積載の観点から、荷台にパネル等をあてての荷積みは御遠慮ください。
  - ・受渡し場所まで取りに来ることが可能な方。
  - ・ご自身で積み込みが可能な方。
  - ・使用目的は自家消費することとし、営利目的での転用をしない方。
  - ・お渡しした樹木を不法投棄しない方。
- ⑥ 申込方法 電話で地域政策課へ申込みください。

申込時:地区、氏名、電話番号、大まかな数量  
(〇五分、軽トラ〇台分等)をお伝えください。

※ 受取後:持ち出し数量をお伝えください。

### 【注意事項】

- ・予約、取り置きはいたしません。
- ・作業時、運搬時のケガは自己責任となります。
- ・木の選別は行ってません。各自で選別して下さい。
- ・木材の加工は行いません。
- ・防腐処理等はしていないため害虫等が発生することがあります。
- ・無断での持ち出しは御遠慮ください。
- ・提供期限後の残材は三島町生活工芸館薪ボイラーの燃料として使用します。

☎地域政策課 ☎ (48) 5533

## 宮下温泉ふるさと荘・桐の里倶楽部 休館のお知らせ

宮下温泉ふるさと荘及び桐の里倶楽部は、源泉施設整備のため2月17日(日)の温泉の営業を中止いたします。

なお、桐の里倶楽部については、定休日の2月19日(水)を営業日といたします。今回の変更については、以下のとおりです。いつもご利用いただいている皆様にはご不便をお掛けいたしますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

【ふるさと荘】2月17日(日)営業日⇒休業日  
※ 日帰り温泉のみ休業で、前日当日ともに宿泊は可能です。

【桐の里倶楽部】2月17日(日)営業日⇒休業日  
2月19日(水)定休日⇒営業日  
※ トレーニングルームも同様です。

☎地域政策課 ☎ (48) 5533

☎ふるさと荘 ☎ (48) 7120

☎桐の里倶楽部 ☎ (52) 2828

## ※(ホ) 第7回 運動で見直す『ならない・悪化しない』 心臓病運動講座を開催します

高血圧や糖尿病、高脂血症、肥満、メタボリック症候群などの生活習慣病は全て心臓病の予備軍であり、本町においても、心臓病を指摘されている方が年々増加傾向となっています。

既に心臓病を指摘されている方は、重症化を予防し、生活習慣病を指摘されている方は、心臓病を発症しないための生活の見直しが大切です。

自分自身の状態を知り、具体的な対策を考えていきましょう。ぜひご参加ください。

内 容	血管年齢検査 運動プログラムの実施
日 時	令和7年1月29日(水) 10:00～12:00 ※9:30～受付開始
会 場	町民センター 大ホール
講 師	竹田総合病院心臓病専門理学療法士 佐藤 志保先生
持 ち 物	健康ポイントカード、飲料水、上履き、運動記録用紙

●地域包括支援センター ☎ (48) 5045

## ※(ホ) こらんしょ運動教室を開催します

体を動かすことを目的とした集いの場を開催いたします。自宅ではやる気がでない、一人では続かない方も、運動づくりの仲間と一緒に取り組みましょう。

内 容	ダンスエクササイズ 「ズンバゴールド」	心身機能向上のための ストレッチ筋力トレーニング
日 時	1月31日(金) 10:30～11:30	2月3日(月) 10:00～11:30
会 場	町民センター 大ホール	町民センター ふれあいの間
講 師	佐藤 正子 先生	スポーツクラブ JOYFIT インストラクター
持 ち 物	健康ポイントカード、飲み物、上履き(ズンバの時)	

●地域包括支援センター ☎ (48) 5045

## ※(ホ) 三島町健康講座を開催します ～目指せ!健康寿命+10歳(プラステン)～

三島町健康講座「目指せ!健康寿命+10歳(プラステン)」は、健康づくりや介護予防に関心がある方、身体機能の低下や健康面に不安がある方が、さまざまなゲームやレクリエーション・ものづくり・運動などをとおして、楽しみながら健康づくりに取り組む定期的な集いの場です。「人と会っておしゃべりがしたい」「とにかく出掛ける場所が欲しい」方も大歓迎です!

内 容	元気体操 ゲームレクリエーション	茶話会・テーブルゲーム
参加費	無 料	100円
日 時	1月30日(木) 10:00～12:00	2月6日(木) 10:00～12:00
会 場	町民センター ふれあいの間	
持 ち 物	健康ポイントカード、飲み物	

●地域包括支援センター ☎ (48) 5045

## ※(ホ) 町民スキー教室の開催について

初心者から上級者まで、レベルに合わせて三島町スキークラブの皆さんがわかりやすく指導します。親子で参加することもできますので、お気軽にご参加ください。なお、小学生は昭和村との合同教室となります。

【日 時】第1回 2月11日(火) 9:30～15:30

第2回 3月1日(土) 9:30～15:30

8:30 町民センター前に集合

※ 送迎バスを運行いたします。

【場 所】フェアリーランドかねやまスキー場

【指導員】三島町スキークラブ

【参加費】小学生 1,700円 大人 2,000円 幼児 無料

※ リフト代、昼食代(カレーライス)込みの金額です。幼児は別途昼食代がかかります。

【レンタル】小学生 1,500円 大人 1,800円

※ 申込時に身長、靴のサイズをお知らせください。

【申込方法】三島町公民館へ電話または直接お申込みください。

【申込期限】2月3日(日)

●三島町公民館 ☎ (48) 5599

## ※(ホ) 公民館講座について

公民館講座を以下のとおり開催いたします。初心者の方や運動が苦手な方でも安心して参加できるプログラムを行っておりますので、ぜひご参加ください。

○ らくのびヨガ教室 講師 ヨガインストラクター 上野 沙紀 先生

月 日	時 間	会 場
2月5日(水)	13:00～14:00	町民センター ふれあいの間

○ 心身機能向上のための筋力トレーニング 講師 スポーツクラブ JOYFIT

月 日	時 間	会 場
2月14日(金)	18:00～19:00	町民センター 大ホール

【持ち物】健康ポイントカード、飲み物、上履き(JOYFITの時)

●三島町公民館 ☎ (48) 5599

## 奥会津地域づくり協同組合正職員募集について

業務内容	マルチワーカー ※複数の事業所で仕事を掛け持ち働く方
雇用形態期間	正職員・無期雇用
試用期間	3か月
就業場所	組合員(柳津町・三島町・昭和村内)の事業所
勤務時間	派遣先により異なります
休憩時間	60分
休日・休暇	土日祝、年末年始/有給休暇、夏季休暇
賃 金	基本給 月給 170,000円 賞与有り(年2回、6月・12月 毎月給額) 通勤手当、住居手当、職務手当(派遣先の就労条件による) 時間外労働手当、深夜・休日労働手当
福利厚生	社会保険・労働保険/健康診断
研修制度	教育訓練制度、技能研修、資格取得支援制度等
応募資格	普通自動車第一種運転免許を有し、実際に運転している方、税の滞納がない方、学歴・経歴不問、年齢が59歳までの方
応 募 問 合 せ 先	奥会津地域づくり協同組合 [担当者 伊藤] 電話 0241-42-7831 FAX 0241-42-7832 Mail info@okuaizu-chiiki.com HP https://okuaizu-chiiki.com/

