

※(ホ) 令和8年度 三島町健康講座について  
「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・介護予防に関心がある方々や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したい」「とにかく出掛ける場所が欲しい」方も大歓迎です!

日 程	4月9日(木)	4月16日(木)
時 間	10:00 ~ 正午ごろ	
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、筆記用具	
内容等	元気でまっせ体操 コグニサイズ体操 脳トレ	茶話会 テーブルゲーム 参加費 200円

☎地域包括支援センター ☎(48)5045

※(ホ) こらんしょ運動教室について

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。自宅ではやる気が出ない、一人では続かない方も健康づくりの仲間と一緒に取り組みましょう。

日 程	4月17日(金)	5月1日(金)
時 間	10:30 ~ 11:30	
会 場	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・タオル	
講 師	佐藤 正子 先生	
プログラム	ダンスエクササイズ「ズンバゴールド」	

☎地域包括支援センター ☎(48)5045

※(ホ) 運動で見直す「ならない・悪化しない」  
心臓病運動講座について

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為の生活の見直しが大切です。

ぜひご参加ください。

日 時	4月27日(月) 10:00 ~ 11:30	
会 場	町民センター大ホール	
内 容	心臓病予防・生活習慣病予防と運動について 運動プログラムの実施	
講 師	竹田総合病院 佐藤志保先生(心臓病専門理学療法士)	

☎地域包括支援センター ☎(48)5045

※(ホ) 春の歩こう会(屋外機能訓練)  
「芝桜まつり(ジュピアランドひらた)」に行こう!

平田村のジュピアランドでは、約25万株の芝桜が植栽されており、4月下旬から5月中旬に開催される「芝桜まつり」の期間中には花の絨毯を敷き詰めたような光景が広がります。

「外出」は介護予防にとっても効果的です。楽しみや好奇心を持ち続けること、予定に向けて計画的に準備すること、新しい物事に触れること、慣れない場所を散策すること、どれもが心と体の健康づくりにつながります。ぜひ、この機会に一緒に出掛けましょう。

日 程	4月30日(木)
時 間	8:00 集合出発
行き先	ジュピアランドひらた 他
定 員	20名程度
参加費	1,400円(参加費500円・旅行傷害保険代・入場料) *昼食は自己負担
申込期限	4月24日(金)までに地域包括支援センターにご連絡ください。

☎地域包括支援センター ☎(48)5045

※(ホ) ヨガ教室(公民館講座)について

三島町出身の先生が、やさしく楽しく指導するヨガ教室です。あなたもヨガで心も身体もすっきりリセットしませんか!初心者の方や運動の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。

日 程	4月22日(水)
時 間	10:00 ~ 11:00
会 場	町民センターふれあいの間
講 師	ヨガインストラクター 上野 沙紀 先生

☎公民館 ☎(48)5599

高齢者の肺炎球菌予防接種について

65歳を迎えてからの1年間は、高齢者肺炎球菌ワクチン接種の対象です。町の補助を受けて接種ができるのは、生涯で1度のみです。接種を希望される方は、このタイミングを逃さないようご注意ください。

肺炎球菌とワクチンについて	
肺炎は、日本の死亡原因の第5位であり、成人の肺炎の約2~3割は、肺炎球菌という細菌により引き起こされるとの報告があります。肺炎球菌は、血液の中に細菌が回ってしまう敗血症などの重い感染症の原因になることもあります。	
肺炎球菌予防接種は、肺炎や敗血症等の予防に対して有効性・安全性が確認されているワクチンです。	
接種対象者	
65歳の方(定期接種の機会は65歳の1年間です) 65歳を超えると全額自己負担となります。	
接種の実施場所	
県内の医療機関で接種することができます。(接種を行っていない医療機関や、事前に予約が必要な医療機関等もありますので、確認をお願いします。)	
接種の受け方	
・対象の方には、予診票を介護保険証に同封してお送りいたします。お手元に届きましたら、予診票裏面の説明をよくお読みください。 ・県内の医療機関で接種を受けてください。その際、マイナンバーカードと予診票(記入したもの)をご持参ください。	
接種料金	
自己負担	1,000円

☎町民課保健福祉係 ☎(48)5565

## 三島町農業委員及び 農地利用最適化推進委員を募集します

町では本年7月に農業委員が任期満了を迎えるにあたり、「三島町農業委員会の委員等の定数に関する条例」に基づき、農業委員・農地利用最適化推進委員を次のとおり募集します。

区分	農業委員	農地利用最適化推進委員
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>農地法の規定による、農地利用に関する許認可、進達</li> <li>違反転用等の是正指導</li> <li>農業委員会及び各種会議等への参加</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>担い手への農地利用の集積の調整</li> <li>耕作放棄地の発生防止、解消に向けての調整</li> <li>農地法の規定による許可申請及び届出に係る現地調査</li> <li>必要に応じて農業委員会及び各種会議、研修会への参加（議決権は無し）</li> </ul>
定数	7名（※原則として過半数は認定農業者）	3名
任期	令和8年7月20日から 令和11年7月19日まで（3年間）	農業委員会から委嘱された日から 令和11年7月19日まで
報酬（年額）	152,000円	121,600円
身分	非常勤の地方公務員特別職	
応募方法	①個人（農業者等3名連名）または法人・団体の推薦 ②個人による応募	
資格・要件	農業に関する識見を有し、農地利用の最適化に関する業務等を適切に行うことができる者（農業者でなくても可）	農地利用の最適化の推進に熱意と識見を有する者
募集期間及び提出方法	①応募用紙については、農業委員会事務局で配布します。 また、町ホームページからもダウンロード可です。 ②応募期間は、4月3日（金）～5月1日（金）までの29日間となります。 ③推薦用紙または応募用紙に必要事項を記入し、農業委員会事務局へ提出してください。 ④農業委員と農地利用最適化推進委員どちらにも応募できますが、両委員を兼ねることはできません。	
公表	募集終了後、町ホームページにおいて応募状況を公表予定	

☎農業委員会事務局 ☎(48)5566

## 農作物を霜の被害から守りましょう！！ 三島町防霜対策本部設置

**【設置期間】3月23日（月）～5月31日（日）**

三島町では、例年3月下旬から5月にかけて降雪による農作物への被害発生が懸念されることから、凍霜害の未然防止と被害発生後の迅速な対応を行うため、3月23日から5月31日まで「三島町防霜対策本部」を設置しました。

農業者の皆様におかれましては、発熱資材や被覆資材等の活用により、防霜対策に努めましょう。

霜注意報が出た場合には、防災無線による町内一斉放送を行います。また、霜による被害が出た場合には、役場産業建設課までご連絡ください。

霜注意報が出た場合の町の対応

時間帯	対応内容
8:30～19:00	防災無線による町内一斉放送
19:00～8:30（翌朝）	各農家にて対応

☎産業建設課 産業建設係 ☎(48)5566

## 桐の里ウォーク2026 ～只見線にみんなで手を振ろう～ を開催します！

新緑の中、町内を楽しく歩くイベント「桐の里ウォーク2026～只見線にみんなで手を振ろう～」を以下のとおり開催します。

今年はコースを一部変更し、3つのアーチ橋を一緒に見ることが出来る絶景スポット「アーチ三兄弟」を巡るルートを組み入れましたので、昨年とはまた違う景色をお楽しみいただけます。また、イベント名にもあるとおり、コースの途中では只見線の列車に向かって、参加者全員で元気よく手を振って、ふくしまディスティネーションキャンペーンを盛り上げましょう！

ご家族やご友人と一緒に、ぜひお気軽にご参加ください。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

日程	5月16日（土） ※小雨決行
時間	受付 午前7時50分～8時40分 スタート 午前8時55分
会場	交流センター山びこ
定員	先着400名
参加料	大人 町民800円（町外1,000円） 中学生以下 町民400円（町外500円）
申込方法	5月1日（金）までに、紙面に掲載のQRコード、 またはお電話（48）5599にてお申し込みください。



☎教育委員会 ☎(48)5599

## 桐の里ウォーク2026 物販団体の募集について

「桐の里ウォーク2026」開催にあたり、イベントのゴール地点にて、参加者の皆様を温かくお迎えし、大会と一緒に盛り上げてくださる物販等の出店団体を募集いたします。

長い距離を歩き終えた参加者の皆様にとって、ゴールでの美味しいお食事や特産品のお買い物は、毎年大きな楽しみの一つとなっております。

お忙しい時期とは存じますが、皆様の事業のPRや販路拡大の機会としても、ぜひご出店をご検討いただけますと幸いです。

開催日	5月16日（土）
会場	三島町交流センター山びこ前芝生
内容	物販等
申込方法	教育委員会へご連絡のうえ、申請書を提出していただきます。
申込期限	4月17日（金）

☎教育委員会 ☎(48)5599

## 緑の羽根募金へのご協力をお願いします

緑の羽根募金は、両沼地方緑化推進委員会を通じて、国土緑化推進機構へ送られます。植樹や間伐などの国内森林整備のほか、震災で被災された方々への支援、未来の担い手である子ども達への森林環境教育、海外の緑化支援等へも活用されるものです。

町民の皆様のご協力をよろしくお願いします。

募金額	1世帯（緑の羽根1本）あたり 100円 ※4月以降、区長様へ募金の取りまとめ依頼を予定しています。 ※区長様が訪問した際に募金をお願いします。
-----	---

☎産業建設課 ☎(48)5566