

※(ホ) 出張！三島町健康講座について

三島町健康講座を各地区で出張開催しております。健康講話とレクリエーションや自宅でも楽しく運動できる内容を紹介しておりますので、ぜひご参加ください。

対象地区	日時	会場
桧原地区	6月24日(火)午前10時～	桧原多目的集会所
西方地区	6月27日(金)午前10時～	西方ふるさとセンター
大登地区	6月30日(月)午前10時～	大登生活改善センター
宮下地区	7月3日(木)午前10時～	町民センター
間方地区	7月8日(火)午前10時～	間方集会所

【持ち物】飲み物、健康ポイントカード

☎地域包括支援センター ☎(48) 5045

※(ホ) 令和7年度 三島町健康講座
「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、定期的な通いの場です。「人と会っておしゃべりたい」「とにかく出掛ける場所が欲しい」方も大歓迎です！

月 日	令和7年6月26日(木)	令和7年7月3日(木)
時 間	10:00～正午頃	
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	健康講話 講師：明治安田生命	出張・健康講座 健康講話と運動

☎地域包括支援センター ☎(48) 5045

夏の町民プールの休止について

三島小学校のプールを利用し例年8月に実施しておりました町民プールにつきましては、近年の猛暑による利用者への熱中症対策等の健康面の配慮や、安全面・衛生面で必要な監視員の確保が大変困難になっていることから、今夏より休止といたします。ご不便をお掛けしますがご理解のほどよろしくお願いいたします。

なお、小学生向けには西会津町の屋内プールを利用したスイミング教室を月1～2回実施しておりますので、ぜひこちらをご利用願います。

☎三島町公民館 ☎(48) 5599

※(ホ) 水中ウォークで足腰元気教室(要申込)について

プールでの運動(ウォーキング)は低負担で全身運動を行い、筋力・持久力の向上、心臓の健康、ストレス軽減、認知機能の向上など多くのメリットがあります。さらに、日ごろ足腰に痛みがある方、痛みのせいで運動しづらい方にとっては、水中での浮力により負担を掛けずに運動が出来ます。

この機会にぜひご参加ください。

月 日	令和7年6月27日(金)	令和7年7月11日(金)
時 間	13時 役場出発 16時 役場解散	13時 役場出発 16時 役場解散
会 場	西会津町さゆり公園 屋内温水プール	
内 容	水中での簡単な運動・ウォーキング(1時間程度)	
参加費	1回500円(プール利用料)	
定 員	参加者5名以上で実施	
持 ち 物	健康ポイントカード、飲料水、水着・水泳帽・バスタオルなど	

※7月11日は、スポーツクラブバンビィのインストラクター1名がつかます。

☎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。

月 日	令和7年6月30日(月)	令和7年7月4日(金)
時 間	10:00～11:30	10:30～11:30
会 場	町民センター ふれあいの間	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(ズンバの時)	
講 師	スポーツクラブ JOYFIT インストラクター	佐藤 正子
プログラム	心身機能向上のためのストレッチ 筋力トレーニング	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) <三島町公民館・町民課コラボ事業>
「小学生スイミング教室」・「水中ウォークで足腰元気教室」の開催について

三島町公民館及び町民課では、町民の健康づくりを目的に、次の事業を実施いたしますので、ふるってご参加ください。

【日 時】 令和7年7月5日(土) 9:30～11:00 (以下2事業いずれも)

【場 所】 西会津町さゆり公園屋内プール
(耶麻郡西会津町登世島字西林乙 2529-10)

【交通手段】 町マイクロバス(自家用車も可)

【集合時間】 町マイクロバスを利用される方は、
役場前に8:30集合 12:00解散
(自家用車も可、9:15までに開催場所へお集まりください)

【申込期限】 以下2事業いずれも令和7年6月27日(金)まで

小学生スイミング教室の開催について(公民館主催)

町内小学生の水泳技術の向上を目指して、個人に応じた指導を行い、体力の向上及び安全な水中の活動を学ぶことを目的とします。さらに、スイミング教室をとおしての仲間づくりや健全な成長を支援します。

対 象 者	三島小1年生から6年生までの児童(1・2年生は保護者同伴)
内 容	基本技術の習得、水中の安全教育、体力向上、社会性の育成
講 師	スポーツクラブバンビィ(会津坂下町)インストラクター
参加費	1回300円(小学生料金、プール利用料)
定 員	20名
申 込 先	三島町公民館まで電話でお申し込みください。

☎三島町公民館 ☎(48) 5599

水中ウォークで足腰元気教室について(町民課主催)

水中の低負担での全身運動で健康づくりを支援します。

対 象 者	65歳以上の町民の方
内 容	水中での簡単な運動・ウォーキング(1時間程度)
参加費	1回500円(プール利用料)
定 員	5名
申 込 先	地域包括支援センターまで電話でお申し込みください。

☎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

公民館講座を下記のとおり開催いたします。
 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。
 ○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
7月9日(水)	10:00～11:00	町民センターふれあいの間
7月15日(火)	10:00～11:00	

☎三島町公民館 ☎(48) 5599

※(ホ) 桐の里倶楽部トレーニング教室 参加募集

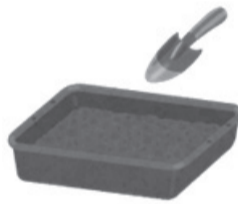
スポーツクラブJOYFIT (会津若松市) のインストラクターを講師に、ランニング (ウォーキング) マシンやエアロバイクでの有酸素運動や筋トレ、ヨガやストレッチなどを組合せたトレーニング教室を開催します。
 申し込みは不要ですので、ぜひお気軽にご参加ください。

日時	令和7年6月24日(火) 【昼の部】14:00～15:00 【夜の部】18:30～19:30
場所	桐の里倶楽部 (トレーニングルーム)
対象者	町内に在住又は勤務する18歳以上の方 (保護者同伴の中・高校生も可)
持ち物	運動靴 (室内履き)、飲み物、タオル、健康ポイントカード

☎町民課保健福祉係 ☎(48) 5565

生ごみ処理容器「キエー口」モニター募集

「キエー口」とは特別な材料や装置を使うことなく、土中の微生物の働きのみで生ごみを消滅させる仕組みのことで、町ではごみ減量施策の一環として、「キエー口」の普及を考えています。そこで、「キエー口」のモニターを以下のとおり募集しますので、興味のある方はぜひ応募ください。



応募資格	町内に在住し、この事業に積極的に取り組む意志のある方
募集締切	定員に達するまで、または7月31日(金)まで
募集人数	30人程度 (応募多数の場合は抽選のうえ決定します)
モニター期間	1カ月程度 (簡単な報告書の作成をお願いします)
その他	・「キエー口」に必要な土と容器は役場から提供します (自前でも可) ・提供した「キエー口」はモニター期間後もそのままお使いいただけます。 ・「キエー口」やモニター参加者の写真、レポート等を広報に掲載することがあります。

☎町民課町民係 ☎(48) 5555

「みさかDEあそぼ！」出店者募集

8月11日(月)、12日(火)の2日間、美坂高原で「みさかDEあそぼ！」を開催予定です。当日、飲食等を提供いただける出店者を下記のとおり募集しますので、出店を希望される方は、お申し込みください。

開催日時	8月11日(月)～12日(火) 各日10:00～15:00 (予定)
出店内容	飲食提供 (テントまたはキッチンカー)、農水産物や食品販売など
出店場所	美坂高原
出店料	無料
申込期限	7月3日(木)
申込方法	上記期限までに地域政策課へご連絡ください。 ※保健所及び消防署への申請は各出店者でご対応ください。

☎地域政策課 ☎(48) 5533

食器類および衣類 (古着) を無料回収します

町では、ごみの減量化・再資源化を推進するため、ご家庭で不要になった食器類および衣類 (古着) の回収を下記の日程で行いますので、ぜひご利用ください。
 回収されたものは専門業者によりリユース (再利用) されます。

日時	令和7年7月5日(土) 午前10:00～11:30
場所	役場前駐車場
回収品目	【食器類】 ※段ボール等に入れてまとめてお持ちください。 【衣類 (古着)】 ※透明または半透明のゴミ袋 (町指定でも可) に入れてお持ちください

【食器】回収できるもの

茶碗・お皿、鍋・鍋蓋 (ガラス蓋は不可)、花瓶 (陶器製のみ)、スプーン・フォーク

お持ちいただく際の注意事項

- ・ガラス類、木製品、土鍋、^{かめ}甕は回収できません。
- ・極端に破損したもの、汚れがひどいものは回収できません。
- ・箱もの (セット) はそのまま回収できます。

【衣類】回収できるもの

洋服、着物、靴類 (靴・長靴・サンダル・スリッパ)、ぬいぐるみ、毛布・敷きパッド・シーツ・タオル

お持ちいただく際の注意事項

- ・スキーウェア、はんてん、ダウンジャケットは回収できません。
- ・濡れているもの、生地が切れているもの、汚れがひどいものは回収できません。
- ・贈答品のシーツ・タオルケット・毛布等は箱に入った状態のまま持ち込むことができます。

☎町民課町民係 ☎(48) 5555

からんころん便り 第171号の 内容訂正について

6月6日配布の「からんころん便り (第171号)」にてお知らせしました。「6月のからんころん茶屋 みやしたそばの会」の記事につきまして、次のように訂正させていただきます。
 ご利用予定の方は、営業日をご確認のうえお越しいただきますよう、よろしくお祈りいたします。

誤	➡	正
営業日		営業日
6月24日(土)、25日(日) 時間11:00～14:00 ※売切れ次第終了		6月28日(土)、29日(日) 時間11:00～14:00 ※売切れ次第終了

☎三島町観光協会 (観光交流館からんころん) ☎(48) 5000

「早戸温泉つるの湯」終日休業のおしらせ

7月2日(水)、早戸温泉つるの湯は、修繕工事のため、終日休業いたします。
 ご不便をお掛けいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



☎早戸温泉つるの湯 ☎(52) 3324