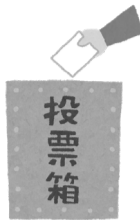


「参院選」の投票忘れずに!!



第27回参議院議員通常選挙は、以下のとおり実施されます。忘れずに投票しましょう。

なお、高清水、滝原、早戸地区に関しては地区投票所を廃止しましたので、期日前投票を利用していただくか、投票日当日の役場の送迎などを利用し、宮下投票所（町民センター）において、投票してください。
※上記地区の具体的な送迎方法については、別途お知らせいたします。

期日前投票日	場所	町民センター
	日時	令和7年7月19日(土)までの16日間 いずれも 8:00～20:00
投票日	場所	入場券に記載された投票所
	日時	令和7年7月20日(日) 7:00～18:00

☎三島町選挙管理委員会 ☎(48)5511

国民健康保険及び後期高齢者医療制度について

- ◎例年行っておりました各地区での保険証の交換は今年度から実施しません。
- ◎現在お持ちの被保険者証又は資格確認書の有効期限は、令和7年7月31日となっています。
- ◎マイナ保険証を持っている・持っていないにかかわらず、手続き不要で被保険者全員に7月末までに「資格確認書」を交付します（令和8年7月までの暫定運用）。
- ◎資格確認書は従来の紙の被保険者証と同じように、医療機関等で提示することで医療が受けられます。
- ◎資格確認書の有効期限は、令和8年7月31日です。
- ◎マイナ保険証を利用している方にも資格確認書を交付しますが、引き続きマイナ保険証をご利用ください。
- ◎令和7年8月1日以降、医療機関等を受診する際は、「マイナ保険証」又は「資格確認書」をご提示ください。
- ◎期限の切れた被保険者証又は資格確認書は、町民課保健福祉係へ返却いただくかご自身で破棄してください。ご自身で破棄する場合は、個人情報に留意の上、裁断等により確実に破棄してください。

☎町民課 保健福祉係 ☎(48)5565

「愛の血液助け合い運動」月間です！

令和7年7月1日から7月31日までの1か月間は、「献血であなたは誰かのヒーローに」を標語に「愛の血液助け合い運動」を実施しています。

近年、少子高齢社会の影響などにより、この10年間で10代から30代の方の献血へのご協力が、約33%減少しています。

これからは、各年代層はもとより、若い世代の献血がますます大切になっていきます。



次回の献血は10月22日(水)です！

献血は命を救うボランティア。この機会に一度献血に行ってみませんか？

項目	説明
献血 Web サービス (アプリ) 「ラブラッド」 (https://www.kenketsu.jp/)	継続的に献血にご協力いただけるように、会員登録を行うと、献血の予約や事前問診等ができるようになるアプリです。
日本赤十字社ホームページ (https://www.jrc.or.jp/)	ホームページで、お近くの献血ルームや献血バスの運行状況を調べることができます。

☎町民課 保健福祉係 ☎(48)5565

プレミアム付 桐の里商品券

購入希望抽選申込延長について

6月30日(月) → 7月11日(金)

以上の期日まで延長となります。

但し、まだ申込されていない購入ご希望の方は、抽選申込はがきを三島町商工会までご持参ください。

☎三島町商工会 ☎(52)2430

施設がん検診について

福島県立宮下病院で「がん検診」を実施いたします。ぜひご受診ください。

実施期間	令和8年3月31日まで、毎週月曜日から金曜日（1日3名） ※第2、第4木曜日は受診できません。
受付時間	午前8時30分までに受け付けしてください。
実施場所	福島県立宮下病院
受診申込	町民課保健福祉係（48-5565）までお申し込みください。

対象者

検診受診日に三島町に住所を有し、今年度中に下記の年齢に到達する方が対象となります。

No.	検診項目	対象者	自己負担額	実施方法
1	肺がん検診	50歳以上の方	500円	胸部レントゲン撮影
2	大腸がん検診	40歳以上の方	500円	便潜血検査
3	前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円	採血

※以下の方は受診できませんのでご注意ください。

- (1) 職場等で本検診と同様の検診の受診機会のある方
- (2) 受診を希望する検診のがんの治療中又は経過観察中の方

心の健康相談のおしらせ

一人で悩んでいませんか？

☆仕事の悩み、子育て、家族、病気などの心に関わるお悩みに、公認心理師がお話を伺い、具体的な対応について助言をいたします。ご本人が来られない場合は、ご家族等関係者の相談で構いません。一人で悩まず、一度心の健康相談を利用してみてください。秘密は厳守いたします。

日時	令和7年7月18日(金) 午後1時30分より
場所	町民センター 2階 視聴覚室
内容	公認心理師による個別相談（1人約45分）
予約方法	予約制です。 相談を希望される方は、事前に町民課保健福祉係（48-5565）まで連絡をお願いします。

※(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いたします。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いたします。ぜひご参加ください。

対象地区	日程	会場
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・運動などを通して、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！

日程	令和7年7月10日(木)	令和7年7月17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	元気体操・ ゲームレクリエーション	元気体操・コグニサイズ

☎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運動づくりの仲間と一緒に取り組みましょう。



日程	令和7年7月14日(月)	令和7年7月25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 正子先生
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) 令和7年度 第2回 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、当町においても、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必要です。ぜひご参加ください。



日時	令和7年7月28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と血管年齢等の検査
講師	竹田総合病院 佐藤志保先生(心臓病専門理学療法士)
その他	起床時の血圧を測定してご参加ください。

☎地域包括支援センター ☎ (48) 5045

※(ホ) 町民ふくし講座について 「みんなでつくる ①だんの②らしの③あわせ」

「認知症のある方が実際に見ている世界」を学ぶ講座です。「認知症のある方の生きる世界」を楽しく理解し、この世界を生きる上で必要な技術、ご本人との「対話」と生活環境の「デザイン」を学びましょう。

認知症は長寿社会においては非常に身近な病気です。認知症の方もそうでない方も、誰もが暮らしやすい町であるために、この機会にぜひご参加ください。



日時	令和7年7月29日(火) 午前10時～11時30分
場所	町民センター 大ホール
内容	「認知症世界の歩き方」
講師	会津美里町地域包括支援センター 小松 大氏
備考	開催準備の都合のため、事前申込にご協力ください。 申し込みなしの飛び込み参加も大歓迎です。

☎地域包括支援センター ☎ (48) 5045

素敵な出会いをサポートします 「はぴ福なび」会員募集中です！

「はぴ福なび」は、福島県に住む20歳以上の独身の方を対象としたオンライン型婚活マッチングシステムです。

2年間で10,000円の登録料が必要となりますが、三島町が半額の5,000円を補助しますので、この機会に是非ご登録ください。

お申込みはWEBで

○ふくしま結婚・子育て応援センター

<https://hapifukunavi.jp/hapifuku/>

Tel 024-544-0070



登録方法やマッチング(紹介)など、詳しくはホームページをご覧ください。町の補助制度や必要書類の準備など、個人情報保護法を遵守の上、お手伝いしますので、教育委員会へお気軽にご相談ください。

☎三島町教育委員会 ☎ (48) 5599