

つなぐ伝統つながる絆

「三島まつり」の開催にあたり、皆さまから絶大なるご支援とご協力をいただき、盛大に終了させていただきましたことに厚くお礼申し上げます。今後も地域活性化のイベントへ参加いただき、三島地域の事業全般にわたり一層のご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。(三島まつり実行委員長／片野健一)



特集①
今年の夏も
熱かった！



地域内外の多くの方が楽しんだ「三島まつり」今年も8月15日(木)16日(金)に開催され、スペシャルゲストには宇崎竜童さんが登場！夕暮れ迫る三島の街を素敵なお歌声で包んでくれました。もちろん、ほかのステージイベントも充実。太鼓によさこい、フラダンスなど、華やかな舞台が観客を楽しませました。22回目を迎える丸太早切選手権や、盆踊り大会&仮装コスプレコンテストも大盛り上がり！最後に三島の夜空を飾った大花火大会なども含め、「三島まつり」を写真でふりかえります。



①力を出し尽くした丸太早切決勝②宇崎竜童さんの圧巻のライブ③はじける元気！チアリーディング④魅せる情熱のよさこい⑤フラのリズムに乗って♪⑥竹あかりでニッコリ⑦丸太早切り、女性も負けてないんです⑧切った丸太でポーズ！⑨熱戦！三島まつり協賛野球大会⑩爽やかな音色、三島中学校吹奏楽部⑪成人式を終えた皆さんもボランティアに参加⑫かたくり太鼓、力強く⑬気合のコスプレで、いざ盆踊り大会！⑭市民大花火へは総額1,639,137円のご寄付をいただきました。ありがとうございました。⑮勇壮みこし御渡⑯Negiccoのかわいいダンス♪



ほかにもたくさんの方の笑顔写真を撮りました！イベントが盛りだくさんだった三島まつり。すべてを広報誌に...と思いましたが、写真の多さに一部のみの掲載となりました。広報誌に掲載できなかった写真や、市民の皆さんから提供いただいた写真は、左記のように展示を行います。ぜひご覧ください。

三島まつりの写真展

広報で撮影した写真を多数展示します。

日時 9月24日(火)～10月31日(木) 午前8時30分～午後5時15分

場所 三島支所1階
問合せ 地域振興課 地域振興・防災係 ☎42-2242

三島まつりの写真展

フォトコンテストの全応募作品を展示します。

日時 9月13日(金)～10月4日(金) 午前8時30分～午後5時15分

場所 三島支所1階
問合せ 三島支所観光推進協議会(産業建設課 商工観光係) ☎42-2249

平時から災害に備えましょう

避難のための 五つの心得

災害を想定した危機意識を持つことが、わたしたちの『備え』の基本になります。

平時から、次のことに注意しましょう。

- 避難場所・避難経路の確認
- 家族内の連絡方法を決める
- 非常持ち出し品の準備をする
- ご近所との「日常的な交流」を心がける
- 地域の自主防災組織が行う避難訓練に参加する

長岡震災アーカイブセンターきおくみらいでは、防災グッズチェックリストを配布中です。【きおくみらい防災グッズチェックリスト】で検索してみてください。平時から災害に備えましょう。



①災害時に心配なことをひとりひとり書き出す。②お年寄り世帯を地図で確認。③地盤の状態を確認。④話し合った防災訓練の計画をまとめる。⑤・⑥防災訓練の実施。隣近所で声をかけあって避難。安否の確認。



した。参加者からは「子どもを連れての避難準備は大変だった。これが災害時だと思えばとゾッとしたり。日頃から備えなければと改めて思った」などの声が聞かれました。

災害時に、自分が怪我をして対応できない状況になったとき、頼ることができるとは、なんでしょう。それは、隣近所の助け合いと『もしものとき』の準備。誰が何をできるのか、できそうか。皆さんもぜひ、地域での防災訓練を通じて『もしもの』ことを隣近所の方と考えてみてはいかがでしょうか。



特集②平日日中の防災訓練・上岩井町内

突然の災害 あなたは自分を守れますか？

災害はいつ発生するかわかりません。平日の昼間の災害を想定して行われた上岩井町内の「平日日中の防災訓練」の取り組みを取材しました。

平日日中の防災訓練の流れ

- ①災害時の心配事懇談会(8月20日)
 - ▶ポイント 課題の認識と共有
- ②防災訓練の計画づくり(8月28日)
 - ▶ポイント 課題解決の方策検討
- ③防災訓練の実施(9月12日)
 - ▶ポイント 計画の実践・ふりかえり

高齢者や子育て中の皆さんが多い平日の昼間に災害が発生した場合の対応を話し合おうと、上岩井町内で「平日日中の防災訓練」が開催されました。各町内の自主防災会の役員や上岩井町内の皆さんに参加を呼びかけ、3日間の取り組みに、延べ150人が集まりました。

課題を認識・共有する

20日(火)に、災害時に不安なことを意見交換しました。参加者からは「子どもとの避難はそれだけで手一杯。荷物を持って逃げるのができ

計画を実践し経験に

12日(木)の午前中に、防災訓練を実施しました。参加者は事前の計画にそって隣近所への声かけと、自宅から避難所までの危険箇所を点検しました。訓練後には危険箇所マップの作成と、防災訓練のふりかえりを行いました。

20日(火)には、20日(火)に出された課題をもとに、防災訓練の計画を検討しました。「子どもと一緒に避難・隣近所の安否確認には、声かけが大事」「危険箇所の点検やマップづくりが必要」など、活発な意見が出されました。

課題解決の方策を考える

「避難所まで無事に行けるか。塀が崩れている場合もあるし、隣近所の安否確認も難しくなる」などの意見があり、災害時の課題を改めて確認し合いました。



● 9月7日(土) 三島中学校
雨も吹き飛ぶ若いパワー

小雨が降る中で行われた三島中学校体育祭。騎馬戦や棒倒し、リレーなど、どの種目も白熱の試合展開に。赤軍・青軍どちらも精一杯の力を出し切って頑張りました。



● 9月7日(土) 三島体育センター
サッカー少年・少女を応援

県主催の「ゆめづくりスポーツ教室」が開催され、アルビレックス新潟で活躍した選手が講師を担当。参加した児童たちは、真剣な表情で講師のレクチャーを受けました。



● 9月7日(土) みしま体育館
いつまでも元気でいてね

75歳以上の方を対象に、三島地域敬老会が開催されました。式典の後には、子どもたちが歌と踊りで元気をプレゼント。出席した皆さんからは笑顔がこぼれました。



● 8月15日(木) みしま交流センター
二十歳、大人の仲間入り

新成人の皆さんが自ら実行委員会を組織し、企画から当日の運営まで行う成人式。今年には80名で、思い出に残る成人式を迎えることができました。最後は笑顔でバチリ。



● 8月30日(金) 日吉小学校
夢先生のパワフル授業

JFAニッポンのプロジェクトが全国で開催している「夢の教室」。中村真衣さんが夢先生となつて日吉小学校の児童に夢をもつことや仲間と協力することの大切さを伝えました。



三島地域委員会 特集③ 川口地域へ視察研修

三島地域委員会が川口地域を視察。
NPO法人暮らしサポート越後川口の活動など
視察研修の成果を報告します。

三島地域委員会では、地域の先進的な事例を研究するため、NPO法人が運行する川口地域バス(黄色いバスの視察研修を行いました。川口地域の集落間の交通はこれまで市営バスが担ってきましたが、更なる利便性の向上のために、今年の4月からNPO法人暮らしサポート越後川口がその役割を担っています。8月からは、住民のニーズを反映させて、バスのレンタル事業も開始しました。同法人は、川口きずな館の運営も行っており、様々な教室や体験イベントを提供。生活交通・ミニミニティなど様々な面から川口地域を支えています。

三島地域にはNPO法人はありませんが、地域委員会や分科会等でNPO法人の有用性と育成について研究を重ねていきます。

分科会活動・経過報告

各分科会とも、地域の課題を協議中。これまでに挙げられた課題について、次回の会議から改善策を検討する予定。◎がついているものは特に議論が活発なもので、各分科会のテーマ候補は次のとおり。

第1分科会(開催数:3回)

- ◎小中学生の通学路の確保
- ◎地域内の空き家対策(防犯の面から)
- ◎環境美化(リサイクル・ゴミの不法投棄対策)
- ◎福祉問題(子育て支援・高齢者支援)
- ◎農業問題(耕作放棄地の対応・後継者の育成)
- ◎地域資源の活用・発信(地産地消・観光の推進など)

第2分科会(開催数:3回)

- ◎NPO法人の育成と活用
- ◎地域住民の絆づくり等
- ◎区長・公民館振興員の職務の見直しと改善
- ◎民生委員・児童委員の活動の現状の把握
- ◎小中学生の登下校時の安全と冬期通学路の確保
- ◎地域行事(三島地域体育祭・三島まつり)の在り方等



お知らせ

催しもの

●第3回みしま子育て談話室
子どもと暴力

子どもの暴力は、自己主張が抑えられ「自分らしさ」が失われた不安定な心の表れだといわれています。今回は、バランスのとれた心を育てる「子育て」のコツをご講演いただきます。

日時 10月19日(土)午後2時～3時30分



●夏休み「絵日記・川柳コンクール」作品展
夏休み期間中、三島地域の児童・生徒から募集した絵日記と川柳の全作品を展示します。

会場 10月21日(月)～27日(日)午前8時30分～午後5時15分
会場 2 地域振興課教育支援係 ☎42・2242



健康

●公民館講座ふるさとセミナー「古文書講座」

江戸時代のくずし文字を3回講座で教えていただきます。(1回だけの参加も可能です)

日時 10月17日(木)入門編「越後往来」を読む
10月24日(木)初級編「妻への誓い」のことば
10月31日(木)神社仏閣の俳句めぐり(雨天決行)
① ②は午後2時～3時30分
③は午後2時～4時

●頭いきいき教室(脳トレ)

脳にいいこと、はじめませんか？脳トレを取り入れた認知症予防のための教室を開催します。仲間とわいわいおしゃべりしながら、楽しく認知症予防をしましょう！

日時 平成25年10月8日(火)～平成26年1月14日(火)の毎週火曜日午前10時～正午
※10月8日(火)は事前説明会のため参加必須
会場 三島保健センター

●知って得する介護のポイント

毎日の介護を出来るだけに、安全に行うポイントやコツを学びます。交流会では、日頃の介護の悩みや思いを共有しましょう。

日時 10月31日(木)午前10時～午後0時30分

会場 三島支所3階会議室
対象 在宅介護を行っている方・介護に関心のある方
定員 16名
参加費 無料

内容 ①上手な福祉用具の活用、②衣服の着脱と排泄介助のコツ、③交流会・介護

●献血のお願い

三島地域内2ヶ所で献血を実施します。皆さまのご協力をお願いします。

日時 10月11日(金)①午前10時～正午 ②午後1時30分～4時

会場 ①三島保健センター
②三島病院
問合せ 三島保健センター ☎42・2246

ご協力を
お願いします。



公民館図書コーナー

- 温かいメッセージのソーシャルスキル教育 伊佐 貢一
 - 鉞子 内田 義雄
 - もあのみもち 岡本 明子
 - 段ちがい！お料理ノート 科学者ママnicky
 - 心 姜 尚中
 - ホテルローヤル 桜木 紫乃
 - 今やる人になる40の習慣 林 修
 - 永遠の0 百田 尚樹
 - 海賊とよばれた男(上・下) 百田 尚樹
 - 騎手の一分 藤田 伸二
 - 爪と目 藤野 可織
 - 愛ふたたび 渡辺 淳一
- 問合せ = 地域振興課教育支援係 ☎42・2242

秋の夜長に
一冊の本と
素敵な時間を



いつもの暮らしに、がん検診を。

がん征圧月間

●国民の2人に1人ががんに

現在、日本では、国民の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなっています。初期のがんは自覚症状がありません。

●定期検診で早期発見を

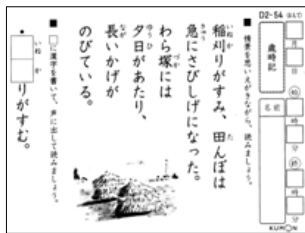
検診では、初期段階のがんを発見できます。初期に適切な治療を受けることで、体の負担を少なくすることができます。

毎日寝る前に歯をみがくことが当たり前になっているように、がん検診を定期的に行うことを習慣にしましょう。

●がんを防ぐための新12か条

- ①たばこは吸わない
 - ②他人のたばこの煙をできるだけ避ける
 - ③お酒はほどほどに
 - ④バランスのとれた食生活を
 - ⑤塩辛い食品は控えめに
 - ⑥野菜や果物は豊富に
 - ⑦適度に運動
 - ⑧適切な体重維持
 - ⑨ウイルスや細菌の感染予防と治療
 - ⑩定期的ながん検診を
 - ⑪体の異常に気がいたら、すぐに受診を
 - ⑫正しいがん情報でがんを知ることから
- (出典:公益財団法人 がん研究振興財団)
定期検診を受けるとともに、12か条を守って、健康な毎日を送りましょう。

問合せ = 市民生活課保健係 ☎42・2246



▲みんなで声に出して読みます

対象 65歳以上の方
定員 20名(申し込み多数の場合は抽選)
参加費 月300円(家庭学習の教材含む)
内容 週1回、上記のような簡単な読み書き・計算をします。教室のない日には、10分程度でできるトレーニング教材をお渡しします。「人前で発表」「難しい問題」はありません。教室の前後には脳の健康度測定を行いますので、トレーニングの効果を実感できますよ！
申込 9月27日(金)までに市民生活課保健係 ☎42・2246

ゆるキャラグランプリ2013

9月17日(火)投票スタート！みしまる太くんに皆さんの愛の一票を！

今年で3回目を迎える「ゆるキャラグランプリ2013」にみしまる太くんが出場します！2011年は「くまモン(熊本県)」、2012年は「ハリオさん(愛媛県)」がグランプリを受賞。今年は、皆さんの一票で、『みしまる太くん』をグランプリにしよう！

投票期間 = 9月17日(火)午前10時～11月8日(金)

投票方法 = 「ゆるキャラグランプリ」ホームページから投票(ゆるキャラグランプリで検索)

問合せ = 産業建設課商工観光係 ☎42・2249または「ゆるキャラグランプリ」ホームページのメールフォームで



長岡から元気を届けたい
 脇野町小学校が花火を打ち上げ

祈りの花火 陸前高田へ

脇野町小学校みつば児童会が、東日本大震災の被災地に元気を届けようと花火の打ち上げを企画。校内や三島まつりで募金を呼びかけました。



脇野町小学校みつば児童会が、東日本大震災の犠牲者の慰霊と被災地の復興を願い「陸前高田市に花火を打ち上げよう!」プロジェクトを企画。資金を集めるため、三島まつりで募金活動を行いました。

脇野町小学校は震災後、岩手県陸前高田市の市立広田小学校と交流を開始。手紙のやりとりなどを続け、昨年には5・6年生の23人が同市の仮設住宅を訪れ、米やみそ、友情の旗を届けるなどの支援を行いました。

プロジェクトで打ち上げる花火は「白菊(慰霊の花火)」と「金冠柳(復興を願う花火)」の



同プロジェクトは、長岡市「熱中!感動!夢づくり教育事業」夢企画を活用しています。

2発。花火の製作は、長岡花火の第一人者である嘉瀬誠次さんに依頼しました。嘉瀬さんも児童の想いに快く依頼を引き受けてくれたそうです。花火は、10月11日(金)に広田小学校に設置された仮設住宅近くの海岸で打ち上げ予定。児童40人が現地を訪れ、地元住民と交流します。

kurashino-calendar 暮らしのカレンダー			
9月			
23	月		
24	火		
25	水		
26	木		
27	金	長岡市老連三島支部 親善スポーツ大会 (13:00~ 三島体育センター)	
28	土	三島交通安全大会 (13:30~16:30 三島体育センター)	
29	日	三島地域体育祭(8:30~13:00 脇野町小学校) ※雨天時は、みしま体育館	
30	月	あなたの健康相談室 (13:30~15:30 三島保健センター)	
10月			
1	火	赤ちゃん相談(9:00~三島保健センター) ※対象=H25年3月、4月生まれ 行政相談(9:00~12:00 三島支所)	
2	水		
三島地域の人口(9月1日現在) ※○前月比			
世帯数	人口	男	女
2,310世帯 (-3)	7,169人 (-6)	3,453人 (-8)	3,716人 (+2)

3	木	
4	金	
5	土	定住自立圏 バレーボール指導者講習会 (10:00~ みしま体育館) みしま文化協会 芸能祭 (13:00~15:30 三島体育センター) みしま文化協会 美術祭 (9:00~17:00 三島体育センター)
6	日	みしま文化協会 美術祭 (9:00~15:00 三島体育センター)
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	1歳6ヶ月健診(13:00~ 三島保健センター) ※対象=H24年2月、3月生まれ
11	金	献血(9:00~12:00 三島保健センター) (13:30~16:00 三島病院)
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	
16	水	NCT主催 子ども・ファミリーカラオケ大会 (14:00~ アオーレ長岡)
17	木	
18	金	◇みしま支所からのお知らせ10月号発行◇