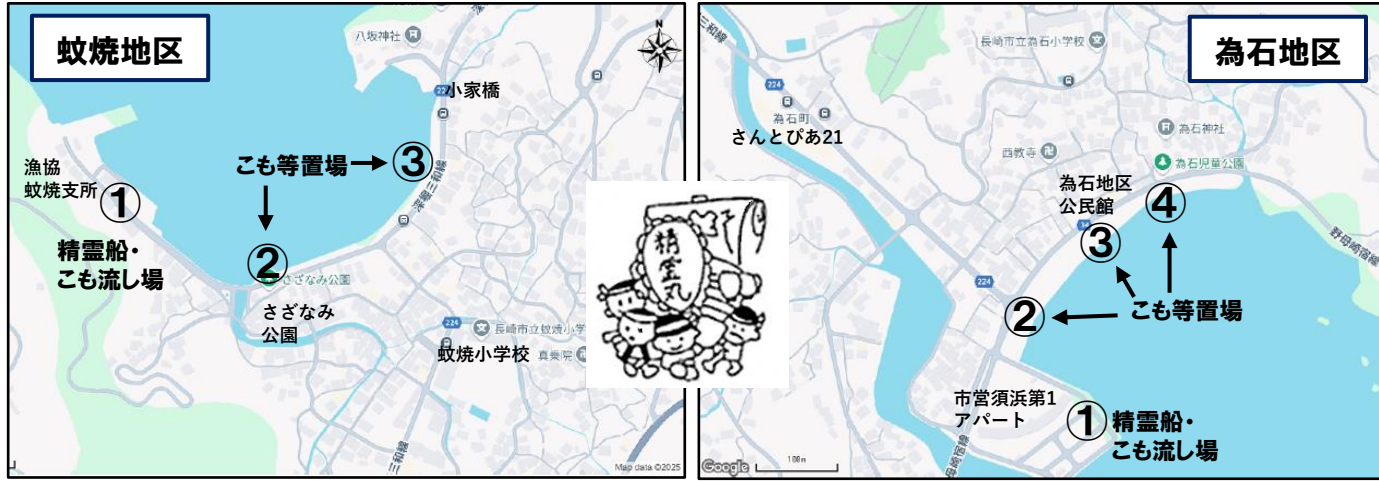


三和地区人口世帯数 令和8年5月末現在
 ≪人口≫ 8,912人(前年同月比-163人)
 ≪世帯数≫ 4,744世帯

精霊流し ～ 三和地区の流し場について ～

流し場案内図

蚊焼・為石地区は下図のとおりです。ほかの地区については下表をご覧ください。



地区名	精霊船などの回収流し場一覧	
	精霊船・こも	こも（お供え物）
岳路	岳路海岸駐車場	-
蚊焼・晴海台	①漁協蚊焼支所前	蚊焼地区②③
布巻	①漁協蚊焼支所前 ①須浜アパート先	-
為石・椿が丘	①須浜アパート先	為石地区②③④
藤田尾	藤田尾海岸前広場	-
川原	旧農協給油所前	-
宮崎	総合地域施設敷地内（宮崎集会所）	宮崎消防詰所横
木場・徳道		-

注意

全長2メートル以上の船を流す場合は、警察署の道路使用許可が必要です。詳しくは、所轄の警察署（大浦警察署 ☎095-829-0110）へお尋ねください。

精霊流しの詳しいことは、右の二次元コードからアクセス



【お問合せ】資源循環課（☎095-829-1159）

三和地区 いきいき健康教室

ご自身の生活を振り返り、元気なうちから生活習慣病の予防に取り組みましょう！

期日	時間・会場	内容
9月1日 (火)	13:30～15:30 健康づくりセンター（布巻町）	・健康ミニ講話 ・健康体操

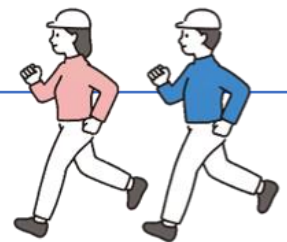
【対象者】長崎市民 【持ってくるもの】飲み物、タオル、室内用運動靴

【参加費】無料

※動きやすい服装でお越しください。

【申込締切】8月26日（水）

※申込・お問合せ先 南総合事務所地域福祉課
 （☎095-892-1113）



保育あり！
パパ、ママ大歓迎！

電子申請でもお申込み
できます！



好奇心ワクワク！ 三和公民館 秋の講座受講生募集

【申込方法】

- ▶ **三和公民館のホームページからweb申込み**
右の二次元コードをご利用ください。→ → → → →
- ▶ **はがきで申込み**
1講座につき1枚の「往復はがき」で申込みください。
- ▶ **三和公民館の窓口で申込み**
決定通知用として「はがき」をご持参ください。



三和公民館

☎095-892-1919

住所: 〒851-0403

長崎市布巻町88-1

(栄上バス停下車すぐ)

講座名・講師（敬称略）	日程	備考
■Lim-Flow（リム・フロー） ～リンパを流すフィットネス～ （松浦 亜紀子） 運動・健康	9/8・15・29（火） 全3回 13:30～15:30	体の不調や老廃物をリンパとともに流すことをめざしたプログラム 〔申込締切〕 8/31(月) 〔会場〕 三和体育館
■ヒップホップダンス （中島 竜樹） 運動・健康	9/10, 10/8, 11/5・12・19（木） 全5回 10:00～12:00	さまざまなジャンルのステップにもチャレンジ 〔申込締切〕 8/31(月) 〔会場〕 三和公民館文化ホール
■全身ぽかぽか！ 頭と手の癒しケア講座 （山口 ふみよ） 運動・健康	9/18（金） 10:00～12:00	1回で2つのケアが学べる、うれしい体験講座！ 〔申込締切〕 8/31(月) 〔材料費〕 800円
■楽楽体験スマホセミナー （ソフトバンク講師） 情報機器	9/25（金） 10:00～12:00	ラインを使ってみよう＋相談会 〔申込締切〕 8/31(月)
■ピククルボール （北嶋 寛） 運動・健康	9/30, 10/7・21・28（水） 全4回 13:30～15:30	人気急上昇のラケットスポーツを体験 〔申込締切〕 8/31(月) 〔会場〕 三和体育館
■可愛いアイシングクッキー教室 （島田 さやか） 家庭・生活	10/3（土） 13:30～15:30	秋モチーフのアイシングクッキー 〔申込締切〕 8/31(月) 〔材料費〕 1,500円
■ドライフラワーオブジェ作り （中村 遥香） 芸術・文化	10/20（火） 10:00～12:00	小さな冬支度のフレーム製作 〔申込締切〕 8/31(月) 〔花材費〕 2,500円
■忘れし南部のロマンを歩く （中川 幸人、堀 泰司） 散策	10/22（木） 9:30～12:30	「津々谷（つづや）の滝」（予定） 〔申込締切〕 8/31(月)
■スッキリきれいなおへやとわたし （金原 直美） 家庭・生活	10/23（金） 10:00～12:00	簡単整理術！「冷蔵庫のお片付け」 〔申込締切〕 8/31(月)
■ゲームで楽しむ英会話 （辻 真須美） 国際	10/24・31（土） 全2回 10:00～12:00	英語のカードゲームで楽しく英会話を学びます。 〔申込締切〕 8/31(月)
■ふるさとヘルシーウォーク （村崎 春樹） 散策	10/29（木） 9:30～12:30	「 岳路 」※ロードウォークサポーターがご案内します。途中、ふるさと歴史話でお楽しみください。 〔申込締切〕 8/31(月)
■筋トレサーキット運動 （ウェルネススポーツ研究センター指導員） 運動・健康	11/4・11・18（水） 全3回 13:30～15:30	有酸素運動と筋力運動を交互に行う全身筋力アップ運動 〔申込締切〕 8/31(月) 〔会場〕 三和体育館
■旬の野菜で家族想いのごちそうごはん （古賀 みゆき） 家庭・生活	11/6（金） 10:00～12:00	〔申込締切〕 8/31(月) 〔材料費〕 1,000円 〔会場〕 健康づくりセンター 3 階
■ふるさと歴史散策 （村崎 春樹） 散策	11/17・24（火） 全2回 10:00～12:00	散策：西坂から桶屋町まで 座学：平戸・五島と長崎との関係の歴史 〔申込締切〕 8/31(月)
■おしゃべりと笑顔がふくらむお菓子時間 （古賀 みゆき） 家庭・生活	11/20（金） 10:00～12:00	〔申込締切〕 9/30(水) 〔材料費〕 1,000円 〔会場〕 健康づくりセンター 3 階

三和公民館 秋の講座一覧（つづき）

講座名・講師（敬称略）	日程	備考
■デジタルクリエイション （中村 星太） 情報機器	11/20（金） 13:00～16:00	日常のワンショット写真をスマホでデザイン 〔申込締切〕9/30(水)
■ピースクリエイション （雅KAZZ） 芸術・文化	11/22（日） 13:00～16:00	ダンス（スペースユニオン）、デジタル作品 他 ※申込不要・無料
■楽しいパンづくり教室 （松尾 和実） 家庭・生活	11/27, 12/11（金）全2回 10:00～13:00	〔申込締切〕9/30(水) 〔材料費〕2,000円（2回分） 〔会場〕健康づくりセンター 3 階
■長崎南画体験教室 （松尾 學悦） 芸術・文化	12/5（土） 10:00～12:00	〔申込締切〕9/30(水) 〔準備するもの〕習字道具一式 （墨,硯,筆,下敷き,半紙）
■3Ring（さんわ）ダンス ～月1のヒップホップダンス～ （中島 竜樹） 運動・健康	12/10, 1/14, 2/18, 3/11(木) 全4回 10:00～12:00	〔申込締切〕9/30(水) 〔受講料〕2,000円（4回分） 〔会場〕三和公民館文化ホール
■愛しのハンドメイドアクセサリ （里見 はるか） 芸術・文化	12/12（土） 10:00～12:00	クリスマスのツリーとリース作り 〔申込締切〕9/30(水) 〔材料費〕1,500円
■お笑い健康ライブ （都知木 睦） 運動・健康	12/18（金） 10:00～12:00	脳トレゲームに&爆笑健康トーク！ 〔申込締切〕9/30(水)
■花あそび （小石 桂子） 芸術・文化	12/26（土） 10:00～12:00	お正月飾りの花アレンジメント 〔申込締切〕9/30(水) 〔花材費〕2,500円
■名作映画館 （公民館職員） 芸術・文化	9/17, 10/15, 11/19, 12/17 1/21, 2/18, 3/18(木) 13:30～15:30	※申込不要・無料 9月～3月の第3木曜日

～令和8年10月から(三和地区)～

※一部の地区では4月からはじまっています。

プラスチックごみの分別方法が簡単に！

燃やせるごみに捨てていたハンガーや歯ブラシなどのプラスチック製品をリサイクルするため、プラスチック製容器包装といっしょに「プラスチックごみ」として回収します。



★プラスチックごみに分別するときは、中身を使い切って、
汚れ等は落としてから出しましょう。

【お問合せ】資源循環課(☎095-829-1159)

3

プラスチック分別について
詳しいことはこちらから



～お近くの公民館などでも『健診・検診』が受けられます！～

三和地区 集団けんしんのお知らせ

要予約

事前の予約が必要です

○予約は定員に達し次第終了します。

予約はお電話で！

長崎県健康事業団けんしん予約センター

☎0120-611-711

受付時間 8:30～17:15(平日)



◆三和地区の日程◆

(特定健診・後期高齢者健康診査、肺がん・大腸がん・前立腺がん・胃がん検診、歯科健診)

期日	時間	会場	健診※	がん検診				歯科健診	予約可能日
				肺	大腸	胃	前立腺		
9/15 (火)	9:45～11:45	健康づくりセンター3階(布巻町)	○	○	○	○	○	○	8/13(木) 8/14(金)
9/17 (木)	9:45～11:45	晴海台地区ふれあいセンター	○	○	○	○	○	○	8/18(火)～ 8/21(金)
9/18 (金)	9:45～11:45	為石地区公民館	○	○	○	○	○		
	14:15～15:15	川原老人憩いの家	○	○	○	-	○		
9/24 (木)	9:45～11:45	蚊焼地区ふれあいセンター	○	○	○	○	○		8/25(火)～ 8/28(金)
	14:15～15:15	岳路自治公民館	○	○	○	-	○		
9/25 (金)	9:45～11:45	総合地域施設(宮崎集会所)	○	○	○	○	○		
	13:45～14:45	木場自治公民館(宮崎町)	○	○	○	-	○		

【歯科の予約について】 歯科健診のみをご希望のかたは、口腔保健支援センター (☎095-829-1436) へ予約してください。(※集団けんしんを予約されたかたは、歯科の予約は不要です。)

※日程表の「健診」とは「特定健診」「後期高齢者健康診査」となります。

○けんしん(健診・検診)の詳細については「広報ながさき」4月号の「けんしん特集号」でご確認ください。

○医療機関でも受診できますので、事前に医療機関にお問合せください。受診可能な医療機関はホームページから確認できます。

「けんしん」のホームページは
こちらの二次元コードからアクセス！



●持ってくるもの●

☐ マイナ保険証・資格確認書のいずれか

☐ 特定健診受診券 (特定健診を受診されるかた)

※受診券を紛失された場合は、国民健康保険課までご連絡ください。

※後期高齢者医療保険のかた(75歳以上)が
受ける「健康診査」には受診券はありません。

●記事作成● 南総合事務所地域福祉課 健康支援係 (☎095-892-1113)

SANWA
NEWS!



【発行元】長崎市三和地域センター

〒851-0403

長崎市布巻町111番地1

TEL:095-892-1111

E-mail sanwa@city.nagasaki.lg.jp

三和地域センターホームページは
随時更新中です。
地域の情報など、発信したい方は
お気軽にご相談ください！

