

図書館イベント情報

図書館本館 ☎32-0657

① 今月の特集(栄・下田分館)

・「推し」てます!  
好きを応援する本を集めました。  
・春の本(児童向け)  
春が待ち遠しくなる本を集めました。

② まちやまキネマ

とき…3月5日(日)  
時間・上映作品…  
・午前10時「ドライブ・マイ・カー」  
・午後2時 劇場アニメ「君の膵臓をたべたい」  
定員…各回先着80人

③ 本の世界に入ってみよう

映像を合成して動画を作ります。  
とき…3月5日(日) 午前10時、11時、午後1時、2時、3時  
対象…中学生以下  
定員…各回先着4組

④ 三条語りの会とびら

語りの部屋  
とき…3月14日(火) 午前11時～11時30分

⑤ 読書おたよりコンクール

関連展示  
受賞作品と題材となった図書を展示します。  
とき…3月15日(水)～4月5日(水)

⑥ マンガのいっぽんまちやま

マンガやイラストの描き方を学びます。  
とき…3月21日(火・祝) 午後2時～4時  
対象…小学生以上\*小学3年生以下は保護者同伴  
定員…先着30人  
持ち物…筆記用具

⑦ 読みかかせボランティア講座

修了後は読みかかせボランティアとして活動できます。  
とき…3月23日(木) 午後1時30分～3時30分

⑧ 手作りしかけ絵本教室

しかけ絵本を作ります。

とき…3月26日(日) 午後1時30分～3時30分

対象…小学生以上\*小学3年生以下は保護者同伴  
定員…先着40人

◆ 共通事項

ところ…まちやま

中央公民館 イベント情報

中央公民館 ☎32-4811

① 初心者パソコン相談

基本操作を相談できます。  
とき…3月16日(木) 午前10時、11時(各45分)  
対象…市内在住、在勤、在学の18歳以上  
持ち物…パソコン、電源コード  
定員…各回抽選5人  
申込期限…3月8日(水)

② ふるさと映画村

とき…3月22日(水) 午後1時30分  
上映作品…「サクラサク」

さかえ星空観察会

栄公民館 ☎45-5685

月や星座を観察します。雨天時は宇宙の映像を3Dで鑑賞します。

とき…3月25日(土) 午後7時～8時30分

ところ…農村環境改善センター

対象…小・中学生と保護者

定員…抽選25組

申込方法…電話かメール

メール sakaecc@city.sanjo.niigata.jp

申込期限…3月9日(木)



春の側溝清掃に協力ください

環境課 ☎34-5558

水の流れを改善し、蚊の発生を防止になります。

とき…4月1日(土)～5月31日(水)

その他…

・清掃は自治会や衛生担当者の指示の下、期間中に行ってください。

・泥上げは麻袋を使い、他の袋は使わないでください。

・個人で泥上げをしたものは市では回収できません。事前に環境課に連絡の上、下水処理センターに持ち込みください。

下水処理センター(塚野目2323 平日のみ)

犬・猫の飼い方あなたのマナー大丈夫ですか

環境課 ☎34-5558

● 犬の飼い方  
・排泄は家でさせましょう。リードは短く持ち、散歩の前に自宅敷地内を歩かせ、排泄をしたらほめるとしつけができます。  
・散歩中のふんは必ず持ち帰り、尿を洗い流す水を持ち歩きましょう。  
・他人の家の玄関前や道路、駐車場では絶対に排泄をさせないでください。

● 猫の飼い方  
・室内で飼い、外に出さないでください。高低差を付けて昇り降りできる場所があれば室内で十分です。市販のトイレ用具を使うと、臭いも少なく便利です。  
・不妊去勢手術をしましょう。手術をすると、子猫が生ま

れない、オスはマーキング行動をしない、発情期特有の大きな鳴き声が出にくいなどのメリットがあります。  
・首輪に迷子札を付けましょう。迷子の時に連絡できます。

● 野良猫でお困りの人へ  
・餌となるごみを放置したりしないください。  
・猫が嫌う強い臭いの洗剤、芳香剤、香水、木酢液などの強い臭いを使って、猫が近寄らないようにしましょう。超音波で、猫を近づけない装置も有効です。

内を3月末で終了します。  
4月から火災などの情報は、三条市メール配信サービス、三条市公式ツイッターを確認ください。  
三条市メール配信サービスはメニューの火災情報を選択ください。QRコードから登録できます。



火災などの自動音声案内を終了します

消防本部 ☎34-1111

火災などが発生したときに電話で行っていた自動音声案内を終了します。

火災警報器を点検しましょう

消防本部 ☎34-1161

点検ボタンを押すか、点検ひもを引っ張ると点検できます。反応がなければ、電池切れか故障です。買い替えてください。



三条市公式ツイッター 三条市メール配信サービス



ホームページ

ぐっすり眠って心も体も健康に

健康づくり課 ☎34-5445

良い睡眠をとるためのポイント

- 毎日同じ時間に起床して体内時計を整えましょう。
● 朝食で体を目覚めさせ、夕食は寝る3時間前までに取らしましょう。
● 寝る前はスマホやパソコンの使用を避けましょう。
● 寝る前の飲酒は睡眠が浅くなります。避けましょう。
● 無理に眠ろうとせず、眠くなってから寝床に入りましょう。
\* 2週間以上不眠が続くときは医療機関に相談ください。



特設コーナー

まちやまでは睡眠についての本を集めた特設コーナーを設置しています。
とき…3月2日(木)～30日(木)

1人で悩まず、相談ください

眠れないとき、悩み事があるときは健康づくり課や相談窓口を利用ください。
健康づくり課 ☎34-5445
平日/午前8時30分～午後5時15分



ホームページ その他の相談窓口 生きつらびっと(LINE相談)