平成２０年１０月１５日発行（第 25 号）

前より前へ！長岡
人が育ち地域が輝く

よいた支所だより

長岡市 CITY NAGAOKA NIIGATA

編集／発行　与板支所地域振興課（☎0258-72-3100 ・ E-mail ：

よいた支所だよりカラー版は長岡市ホームページでご覧になれます。　http://www.city.nagaoka.niigata.jp/shisei/o-yoita/

地域の話題

与板十五夜まつり

熱気と興奮の三日間

小学校鼓笛隊の演奏

中学校吹奏楽部の演奏

天候にも恵まれ、与板が熱く燃えました。
（9/12～14）

心に爽やかな秋風が吹きぬけました
～与板子ども会清掃ハイキング～

与板子ども会では「兼続博士になろう！」の一環として与板を訪れた方に喜んでもらおうと兼続ゆかりの地（徳昌寺・都野神社・城山）のゴミ拾いハイキングをしました。兼続の愛した与板をいつまでもきれいにしておきたいですね！(9/20)

黄金色に実ったコシヒカリ

与板小学校５年生が稲刈りとはざがけを体験。

与板地区水田農業推進協議会の方々より指導してもらい、汗だくになり収穫の喜びを感じていました。(9/19)

チビッ子指導隊出動！ ～秋の交通安全運動～

与板幼稚園児25名が中町交差点で「交通ルールを守りましょう！」と元気いっぱい交通安全を呼びかけドライバーも笑顔で応じていました。(9/22・30)

地域の交通安全を願って～交通安全 yoita 大会コンサート in 与板～

与板町交通安全協会によって行なわれた交通安全大会。与板中学校吹奏楽部・県警音楽隊の皆さんによるすばらしい演奏が行なわれました。(9/21)

これからも元気にご活躍ください
～与板地域敬老会～

75歳以上の方360名が出席され、15名の方が米寿のお祝いを受けられました。祝宴では、「みなみの春夫ものまね歌謡ショー」を観ながら楽しいひと時を過ごしました。(9/20)

兼続の妻「お船の方」の碑建立

直江家の跡地お船の方の生誕地とされる本与板光西寺で除幕式が行なわれました。当日は来年の大河ドラマ「天地人」の作者火坂雅史氏の講演会も開催されました。(9/23)

ご寄付ありがとうございます

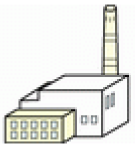
(株)北越銀行の「北銀まごころの会」の皆様から地域活動支援センター「コスモス」にビデオデッキが寄贈されました。有効に活用させていただきます。(9/17)

お知らせ

秋の火災予防運動

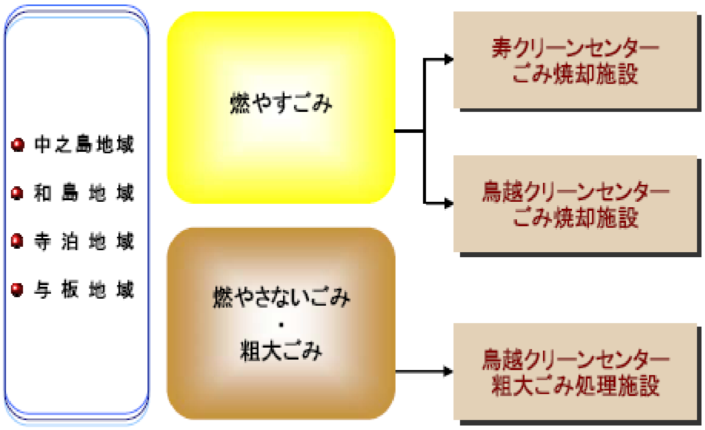
これから暖房器具を使う季節となります。
火の取り扱いには十分注意し、火事を出さないようにしましょう。
実施期間：１１月９日(日)～１１月１５日(土)
全国統一標語：『 火のしまつ　君がしなくて　誰がする 』
【問】与板消防署☎　72-2572

中之島クリーンセンターごみ処理業務終了のお知らせ



　市では効率的なごみ処理のため、中之島クリーンセンターのごみ処理業務を平成２１年３月末で終了することとしました。
　４月以降に引っ越しなどやむをえない理由で、中之島・和島・寺泊・与板地域の皆さんがごみを直接持ち込みされるときは、「寿クリーンセンター」又は「鳥越クリーンセンター」で受付けいたします。

【問】中之島クリーンセンター（☎0256-97-2130）
環境施設課（☎0258-24-2838）



特定健診及び後期高齢者健診について

65歳以上の方は、指定の医療機関で特定健診を受けることができます。

医療機関の一覧についてはお届け済みの特定健康診査（後期高齢者健診）のご案内をご覧ください。
受診には事前に予約が必要です。
レントゲン検査は一緒には受けられません。

実施期間　＝　平成２０年１２月３１日まで
持参するもの　＝　①特定健診または後期高齢者健診個人記録票兼受診券
事前に記入して持参ください。検診料金は無料です。
②保険証
③社会保険扶養の方は、社会保険から発行された受診券が必要です。

※　社会保険扶養の方は、受診できる医療機関が異なるため、受診できない場合があります。
必ず社会保険扶養である事を伝えて予約を取ってください。

※　健診個人記録票はお届け済みですが、紛失の場合は与板支所保健福祉課で再発行します。
国保、後期高齢者医療保険の方は、個人記録票がない場合、健診を受けることができません。

※　長岡赤十字病院は指定医療機関ではありません。
ご注意下さい。

【問】保健福祉課保健係　☎72-3100（内線 123、124）

入場無料

「糖尿病を知るつどい」

日時：平成２０年１０月２５日（土）
午後１時開場　１時３０分開演
場所：長岡リリックホール（シアター）
内容：
※ 講演「どうして運動するといいの？」
講師　かえつクリニック院長　岡田節朗医師

※ 運動実践　「こんな運動がおすすめ」
講師　日本健康運動指導士会
新潟県支部支部長　川本　朝子先生

※ その他　健康相談会・ウォーキングマップの紹介・歯科指導・血糖測定ほか

入場は無料です。お気軽に参加ください。
案内書は保健福祉課窓口に備えてあります。

【問】保健福祉課保健係　☎72-3100（内線 123、124）

ご案内

はり･きゅう･マッサージ助成券を交付しています

75歳以上の方を対象に助成を行っています。

■助成金額＝1回　1，000円分
（6枚つづり1冊）

■交付場所＝与板支所保健福祉課

※　保険証など年齢の確認できるものをご持参ください。
※　この助成券を利用できるのは、市の指定を受けた施術所のみです。

詳細については、保健福祉課福祉係へお問い合わせください。

【問】保健福祉課福祉係　☎72-3100（内線 122）

■１０月の納期限
１０月３１日（口座振替日１０月３１日）
市民税・県民税第３期、国民健康保険料第４期
介護保険料・後期高齢者医療保険料第７期

与板地域の世帯数と人口（H20.10.1 現在）※（ ）前月比

世帯数	人口	男	女
2,167 世帯 （±0）	7,219 人 （-2）	3,521 人 （+5）	3,698 人 （-7）

くらしのカレンダー（１１月）

1	土	育児相談「お父さんの料理教室」（勤労青少年ホーム） 幼稚園フェア（幼稚園） 生涯学習フェスティバル～3 日（与板体育館）
2	日	
3	月	【文化の日】 たちばな健康マラソン大会
4	火	
5	水	ぴょんぴょんくらぶ（幼稚園） さわやか健康体操教室（勤労青少年ホーム）
6	木	足腰お達者教室（ふれあい交流センター） 頭いきいき教室（ふれあい交流センター、勤労青少年ホーム）
7	金	
8	土	与中祭（中学校）
9	日	保育園作品展・バザー（保育園） 与板いきいきフェスティバル（与板体育館） 小学校ハートフルコンサート（小学校） ふいご祭（金山神社）
10	月	行政相談（与板支所） リハビリ（志保の里荘）
11	火	あんしん体操教室（勤労青少年ホーム） ぴょんぴょんくらぶ（幼稚園） 米百俵号巡回（小学校前） ポリオ（三島保健センター）
12	水	さわやか健康体操教室（勤労青少年ホーム）
13	木	誕生会（幼稚園） 頭いきいき教室（ふれあい交流センター、勤労青少年ホーム）

14	金	ぴょんぴょんくらぶ（幼稚園） 米百俵号巡回（幼稚園前）
15	土	心の相談室（保育園乳児棟） 離乳食相談（保育園支援センター）
16	日	地域対抗スポーツ大会（与板体育館） 地域秋季バトミントン大会（中学校）
17	月	リハビリ（志保の里荘）
18	火	ぴょんぴょんくらぶ（幼稚園）
19	水	さわやか健康体操教室（勤労青少年ホーム）
20	木	足腰お達者教室（ふれあい交流センター） 頭いきいき教室（ふれあい交流センター、勤労青少年ホーム）
21	金	新入園児保護者会（幼稚園） ぴょんぴょんくらぶ（幼稚園）
22	土	
23	日	【勤労感謝の日】 2008 与板オープン卓球大会（与板体育館）
24	月	【振替休日】
25	火	あんしん体操教室（勤労青少年ホーム） ぴょんぴょんくらぶ（幼稚園） 乳児相談（与板保健センター）
26	水	さわやか健康体操教室（勤労青少年ホーム）
27	木	頭いきいき教室（ふれあい交流センター、勤労青少年ホーム） 米百俵号巡回（小学校前） 3 歳児健診（三島保健センター）
28	金	ぴょんぴょんくらぶ（幼稚園）
29	土	
30	日	

兼続みちくさ日記 ⑥

おにぎりは戦国時代の味？ の巻

今年の1月、鮫ヶ尾城跡（妙高市）から、戦国時代の炭化したおにぎりが出土していたことが判明。上杉謙信の後継者争いで、養子の景勝（兼続の主君）と景虎が戦った「御館（おたて）の乱」（1579年）で焼失したものではないか？ と推測されています。

焼きおにぎりを笹でくるんだものは、野戦食と言われ、戦地で再びあぶって食べたとか。日持ちがして、持ち運べて、温めやすい･･･当時の知恵がつまっていますね。

これは、「けんさん焼き」として今も魚沼で食べられています。また、笹だんご、笹寿司も上杉家由来の郷土料理として伝わっています。幼少期から、上杉家で生活をした兼続にとっては、故郷の味というところでしょうか。

味付けは、あくまで味噌。当時はまだ、醤油が普及していなかったそうですから。

兼続の気分で、ぜひ一度おためしあれ。

【けんさん焼きの作り方（4 人分）】

1、しょうが（10g）をみじん切りにし、味噌（小さじ4）と一緒に混ぜ合わせる。
2、おにぎりにフライパンで焼き目をつける。
3、おにぎりに 1 をぬって、さらに香ばしく焼く。
★好みで、大根おろし、ねぎ、かつお節などをのせ、湯や茶を注いでお茶漬け風にも。