

よいた



支所だより
第90号
2014.3.17

3

からだ

リフレッシュ!

こころ



「ママもゆっくり休んでね」

楽しく健康を考える講座が、よいたコミュニティセンターで開催されました。子育て中のお母さんや子守り中のおばあちゃんをはじめ11組が参加。リフレッシュ運動で日頃の疲れを取り、カフェタイムでリラックス。(2月 27 日)



↑ わたしも一緒にストレッチ



← 野菜たっぷりスイーツが紹介され参加者は野菜の変身ぶりにおどろいていました

- ・ほうれん草のスティック
- ・かぼちゃケーキ
- ・大根と牛乳のゼリー など

◎レシピは市民生活課保健係にあります

春の足音♪ すぐそこに...

もうすぐおーぷん

まちの駅よいた 3月30日(日) オープン

冬の間お休みしていた「まちの駅よいた」がいよいよ再開します。

再開を祝うオープニングイベントを開催!

時間 午前10時~午後2時

内容 コケ汁販売、甘酒などのサービス

※詳しくはイベントチラシをご覧ください。

【問】産業建設課商工観光係 ☎72・3201

うまみち森林公園 4月1日(火) オープン

今年もうまみち森林公園へ出かけてみませんか?

自然の中でゆ〜ったり。家族で、仲間キャンプやバーベキューなど...

みなさんをお待ちしています!

◆ご利用についてはお問合せください◆

【問】うまみち森林公園 ☎74・3010

できごと

与板を発信



←かわいい「雪だるまシュークリーム」



「まちの駅よいた」が、2014長岡雪しか祭りに出店し、与板の名産品販売や地域の魅力を紹介しました。限定販売した「雪だるまシュークリーム」がすぐに売り切れてしまうなど、与板ブースは大盛況でした。(2月15、16日)

匠の逸品 集結！

「越後与板打刃物匠会」が、東京日本橋の「ブリッジにいがた」で「鍛冶職人打刃物の世界展」を開催しました。

打刃物の販売のほか、かんな削り体験や鯉節削りの体験などもあり、匠の技で作られた与板打刃物の美しさと切れ味に多くの方が関心を寄せていました。(2月20～22日)



白銀の世界へ

レッツゴー

与板地域スキーツアー(スキー教室)が、舞子スノーリゾート(南魚沼市)で開催されました。

霧や、強風が吹くなどコンディションが悪い中、参加者46名は寒さに負けず、白銀の世界を楽しんでいました。(2月16日)





素敵な雪化粧に

会いに

うまみち森林公園主催による
スノートレッキング入門教室が行
われました。

スノーシュー(西洋式かんじき)
を履いて、うまみち森林公園周
辺をめぐる、雪化粧した与板の
自然を楽しみながら、気持ちの
よいトレッキングとなりました。

(2月22日)



おとうさんは チャンピオン

「お父さんを楽しもう講
座」が、よいたコミュニティセン
ターで行われました。この日
は3回シリーズの最終回。
講師から「幸せ家族にな
るために大切にしたい。パの
在り方」をテーマに話があり
ました。

最後に修了式を行い、頑
張ったお父さんたちに、子ど
もたちが描いたお父さんの
絵入りのチャンピオンベルト
が渡されました。

(2月23日)



農地開拓に功績 蔦都坊を学ぶ

今から約 400 年前、洪水に苦しむ蔦
都集落の農民を新田開発により救ったと
伝わる盲目の僧侶「蔦都坊」を学ぼう
と、遠藤貞男さん(蔦都)を講師に迎え、
講演会を開催しました。会場の与板公民
館黒川分館には、60名ほどの住民が訪
れ、地域の偉人の功績を学びました。

(3月2日)

次回の講演会にも、ぜひおいで
ください。

3月23日(日)

午後2時から3時30分

与板公民館本与板分館にて

「室町・戦国時代の

山東郡・古志郡と与板・直江家」

講師: 田中洋史氏

こころ 桃色

ひなまつり♪

まちのお茶の間スペースかたこんが「ひなまつり」を
与板ふれあい交流センターで開催しました。

春鈴会の民謡を聞いたり、参加者全員で「うれしい
ひな祭り」や「春よ来い」を歌ったり、心も身体も温かく
なる楽しいひなまつりになりました。(3月2日)



ワクワク もうすぐ1年生

まもなく進級を控えた年長児は、1年生になったら「なわとびを頑張りたい」「お勉強を頑張りたい」「いっぱい友達をつくりたい」「国語を頑張りたい」などと胸を膨らませていました。

↑ 3月生まれの年長児



与板幼稚園で誕生会が行われました。

園児らは大きくなったら「保育士さんになりたい」「警察官になりたい」「ケーキ屋さんになりたい」などと答えていました。大きな夢をかなえてくださいね。(3月6日)

与板保育園でひな祭りにあわせ、誕生会が行われました。

ひな祭りにちなんだクイズが出題され、子どもたちは大はしゃぎ。子どもたちの元気パワーで春を呼び寄せていました。(3月3日)



↑ 3月生まれの年長児

おめでとう！

栃尾地域で行われた第6回長岡市民かるた大会（百人一首）で活躍されました。

開催日：2月16日
会場：長岡市栃尾文化センター

◆小学校低学年の部◆

準優勝 山田瑛斗さん(小学3年生)
第3位 齋藤果穂さん(小学3年生)
奨励賞 齋藤万璃さん(小学1年生)

◆小学校高学年の部◆

第3位 吉田吏璃さん(小学4年生)



子ども会リーダーに修了証



与板小学校4～6年生の18名が参加した「与板子ども会」が一年間の活動を終え、閉講式を迎えました。

さまざまなチャレンジを達成してきた子どもたちには今後の地域での活躍に期待を込め、一人ずつ修了証書が授与されました。(3月8日)

与板子ども会は、野外活動や他地域交流などさまざまな活動を異年齢集団で行っています。

平成26年度の会員募集については、来月学校を通じてチラシを配布します。

平成25年度 地域委員会の開催状況

会議の開催状況

【第1回会議】

日時 平成25年5月20日(月)
 場所 与板支所3階 大会議室
 議題 ① 正副委員長の選任について
 ② 平成25年度地域コミュニティ事業補助金交付団体の決定について



↑ 6月に行われた地域委員会の様子

◆ 主な内容 ◆

① 選考委員会を設置し正副委員長を決定
 ◎ 委員長 坂田 芳男氏
 ○ 副委員長 長谷川 一夫氏

② 申請内容を審議し、なごみの会の「楽山亭活性化事業」に決定

◆ 報告事項 ◆

・ 地域委員会の役割
 ・ 平成25年度ふるさと創生基金事業について
 ・ 平成25年度当初予算(与板地域)の概要について
 ・ 今後の地域委員会の進め方について

【第2回会議】

日時 平成25年6月27日(木)
 場所 与板支所3階 大会議室
 議題 分科会のテーマと進め方について

◆ 主な内容 ◆

分科会で議論していく協議項目の絞込みを行う

◆ 報告事項 ◆

・ 平成25年度ふるさと創生基金事業の進捗状況について

【第3回会議】

日時 平成26年3月12日(水)
 場所 与板支所3階 大会議室
 議題 ① 平成26年度ふるさと創生基金事業について

◆ 主な内容 ◆

平成26年度ふるさと創生基金事業の承認
 ◆ 報告事項 ◆
 ・ 分科会の中間報告
 ・ 平成25年度ふるさと創生基金事業の進捗状況について

分科会の開催状況

2つの分科会に分かれ「与板地域が目指したい方向」や「与板地域をどんな地域にしたいのか」それぞれテーマを決めて協議を行う

○ 第1分科会 開催回数6回

◆ 協議テーマ ◆

大項目

「地域資源を活用した地域振興について」

中項目

「与板再発見」と「人づくり」

検討項目

- ① うまみち森林公園
- ② 与板十五夜まつり
- ③ 与板のあゆみ

○ 第2分科会 開催回数6回

◆ 協議テーマ ◆

大項目

「健康で安心して暮らせるまちづくりについて」

中項目

「健康」と「住みやすいまち」

検討項目

- ① 買い物弱者対策
- ② 健康づくりのための情報発信

(2月はお休みです。) 巡回時間等が変わっています。

与板小学校【午後 1:10~2:00】

与板幼稚園【午後 1:00~2:30】

◎支所だより「くらしのカレンダー」でもお知らせします。



お知らせ

地域コミュニティ事業補助金

町内会、非営利団体などが地域の活性化のために行う自主的な活動に関する事業に対して、補助金を交付します。

補助金額 対象経費の80%以内(上限50万円)

内容や申請方法などの詳細は、お問い合わせください。

【問】地域振興課地域振興・防災係 ☎72・3101



↑平成 25 年度補助交付団体「なごみの会」 楽山亭を定期的に開放し、伝統文化の体験や抹茶のおもてなしなどの活動を実施

献血にご協力を!

病気や事故の治療に使われる輸血用血液は、献血による血液で賄われ、たくさんの命が救われます。

身近な人助け、ぜひ献血にご協力をお願いします。

日時 3月20日(木)午前10時

～12時30分まで

会場 与板支所

対象 16歳～69歳の方。

※65歳以上の方は60歳～64歳の間に献血経験のある方に限られます。

持ち物 献血カード(献血手帳)

※初めてのの方は保険証等、身分確認ができる物をご持参ください。

【問】市民生活課保健係

☎72・3190

4月11日から

各種がん検診の受付開始

がんの早期発見には、定期的な検診を受けることが大切です。

検診によって申込期間、内容、対象などが異なります。

詳細は4月1日に配布される「健康カレンダー」でご確認ください。

さい。

【申込・問】市民生活課保健係

☎72・3190

犬の登録と狂犬病の予防接種

生後91日以上の犬を取得した犬の飼い主は、生涯1度の登録と、毎年1回、狂犬病予防注射を受けなければなりません。犬を飼っている人は、下記の会場で登録と予防注射を受けてください。

すでに犬の登録が済んでいる飼い主には、狂犬病予防注射票交付申請書を郵送します。新規に犬の登録をする人は、当日、受付に申し出てください。

◆用意するもの

狂犬病予防注射済票交付申請書(押印必要)、料金、印鑑(新規に登録する場合)

※申請書に記載誤り等がある場合は、朱書きで訂正してください。

◆料金

登録済の犬 3、100円

新規登録の犬 6、100円

※会場が混雑しますので、つり銭のいらないようご準備願います。

◆狂犬病予防注射の日程

【与板地域】

期日 4月9日(水)

会場 ①与板公民館黒川分館、

②与板保健センター

時間 ①午後1時30分～1時

50分、②午後2時20分～3時

※与板地域以外の会場は、市政だより4月号をご覧ください。

◆その他

・犬の死亡、飼い主の市内転居、飼い主が変わった場合は与板支所市民生活課または環境業務課までご連絡願います。

・犬や猫などのペットを飼うときは、飼い主が責任を持ってルールやマナーを守りましょう。

・犬の散歩中にふんを残して「く」などの苦情が多く寄せられます。後始末はきちんと行い、地域の生活環境の保全にご協力をお願いします。

【問】市民生活課環境係

☎72・3160



平成26年度		自動車文庫「米百俵号」巡回日程											
巡回施設	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	3	
与板小学校	巡回日	16	14	18	9	27	16	3	21	18	10	21	4
与板幼稚園		21	19	23	14	9/1	19	8	24	21	15	26	9

ながおか土砂災害 Dメール登録受付中

土砂災害に関する緊急情報（急激な降雨、土砂災害、避難情報など）を登録された携帯電話等のメールアドレスへ配信します。

緊急告知 F M ラジオやエリアメールとは異なり、影響のある方（メールアドレスを登録された方）だけに速やかに土砂災害情報をお伝えします。

（登録は市外にお住まいの親族の方でも登録できます。）

申込方法 Ⅱ「ながおか土砂災害 Dメール登録票」を町内会長等へ提出してください。

申込期限 Ⅱ 3月21日（金）まで



2月27日に開催された町内会等への説明会の様子

戸別受信機の電池チェックを！

与板地域にお住まいのご家庭に、1台ずつ設置いただいている防災行政無線の戸別受信機。停電・非常時でも、自動的に電池受信に切り替わるシステムです。いざという時のために、日頃から電池を確認し、いつでも受信できるようにしましょう。

◆電池チェックのしかた◆

【Ⅰ型受信機（白色）の場合】

①乾電池ランプ『赤』が点灯している場合

= 電池交換の必要はありません

②乾電池ランプ『赤』が消灯している場合

= 電池を交換してください



【Ⅱ型受信機（灰色）の場合】

①電池ランプ『赤』が消灯している場合

= 電池交換の必要はありません

②電池ランプ『赤』が点滅している場合

（放送終了時、警告音（ピーピー）が30秒間鳴ります。）

= 電池交換をしてください



【問】地域振興課地域振興・防災係

☎72・3101

ウィルながおか 出前相談室

次回与板保健センター会場の相談日

◆4月15日（火）午後2時～4時

予約電話

090・4064・6017

相談日の前日、午後4時30分までに電話予約してください。

【問】地域振興課地域振興・防災係
☎72・3101

消すまでは 心の警報 ONのまま

春の火災予防運動

4月1日（火）～7日（月）

春先は乾燥し、火災の発生しやすい季節です

◆火災を起こさないための3つの対策

- ・たばこの吸殻は、確実に消す。
- ・こんろを使用しているときは、その場を離れない。
- ・放火されにくい環境をつくる。

◆火災による被害を最小限にするための4つの対策

- ・住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具及びカーテンは、防災品を使用する。
- ・住宅用消火器等を設置する。
- ・お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

【問】与板消防署予防係 ☎72・2572





1	火	
2	水	
3	木	
4	金	
5	土	入園式 (保育園)
6	日	
7	月	入学式・始業式 (小学校、中学校)
8	火	入園式 (幼稚園)
9	水	始業式 (幼稚園)
10	木	行政相談 (与板支所 2階男子厚生室)
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	

16	水	米百俵号巡回 (小学校)
17	木	健康相談 (子育て支援センター)
18	金	
19	土	
20	日	城山山開き 地域ハイキング (城山)
21	月	米百俵号巡回 (幼稚園)
22	火	ぴよんぴよんくらぶ (幼稚園)
23	水	1歳6ヵ月児健診 (三島保健センター)
24	木	
25	金	誕生会 (幼稚園) 離乳食相談・試食会 (保育園)
26	土	
27	日	河川清掃活動 (河川公園、旧黒川周辺)
28	月	
29	火	昭和の日
30	水	

■ 3月の納期限は3月31日(月)

国民健康保険料9期

後期高齢者医療保険料・介護保険料12期

与板地域の人口 (H26.3.1 現在) ※ () 前月比

世帯数	人口	男	女
2,198世帯 (+5)	6,766人 (-1)	3,312人 (-1)	3,454人 (±0)

※外国人世帯・人口を含む



かんたん朝ごはんレシピ(黄色)① かんたんパンキッシュ

所要時間：約5分 (1人分)

材 料

食パン・・・1枚 卵・・・1個
ハム・・・3～4枚
(1cm四方に切ったもの)
(またはベーコン・・・適量)
チーズ・・・適量
ブラックペッパー・・・適量

作り方

- 1 パンの耳を取って、はしで全体をつぶし、器状にする①
 - 2 卵、ハム、チーズ、ブラックペッパー、を混ぜた液を①に入れる
 - 3 レンジで2分加熱 (機種によって時間を加減してください)
 - 4 お好みにケチャップやパセリをかけて、できあがり
- ☆ 耐熱容器に入れて加熱するとくずれにくいです



かんたんパンキッシュ

炊き込みご飯

所要時間：約70分 (4人分)

材 料

米・・・2合 にんじん・・・1/4本
ちくわ・・・1/2本 しいたけ・・・1枚
レンコン・・・1/2個
砂糖・・・小さじ1 みりん・・・小さじ2
しょうゆ・・・大さじ1.5
酒・・・大さじ1 塩・・・お好みで

作り方

- 1 米をとぐ (30分吸水)
- 2 お好みの大きさに切った、にんじん、ちくわ、しいたけ、レンコンをといだ米に入れる
- 3 砂糖、みりん、しょうゆ、酒を入れる
- 4 水加減を調節し、炊く
できあがり



炊き込みご飯

☆ 前日準備が
時短のカギ!

忙しい朝、一緒に食卓を囲むことが難しくても「おいしい?」「たくさんたべてね」など愛情のある言葉をプラスしましょう