



燃え上がる炎でスルメを焼く来場者

## 舞い上がる炎に 一年の平穏を願う

無病息災、家内安全を祈る「さいの神」が本与板で行われました。地元の子どもたちによる火入れにあわせて多くの人が詰め掛け、燃え盛る炎や生竹の割れる音に大きな歓声が上がっていました。会場近くの公民館では、住民の写真や習字が展示されたり、甘酒が振る舞われたりして、来場者は今年一年の健康を祈りあっていました。(2月8日)

# できごと

## ご当地グルメ「お船らーめん」

今月 28 日(土)から販売開始

直江兼続公の妻、お船の方をイメージした美白色のまろやかなスープが特徴である「お船らーめん」の調理講習会が行われました。講習会では、ラーメンを提供する与板地域内 7 飲食店が集まり、使用食材の分量や地元産の食材にこだわった調理法のポイントなどを確認しました。

お船ラーメンは、地域内の飲食店で今月 28 日(土)から一斉に販売し、「与板のご当地グルメ」として、今後イベント等でも提供し広く PR していきます。

### お船らーめん販売店

割烹 なかまち	(中町)	酒麵処柿や	与板店(船戸)
塩文	(中町)	久酒弥	(長丁)
志保の会	(志保の里荘)	レストラン翔	(山沢)
寿し・割烹 味芳(馬場丁)		※提供店には「のぼり旗」が掲げられます。	



地元産の豆乳入りスープが特徴の「お船らーめん」



## チャンバラで体力づくり



昔なつかしいチャンバラごっこが体育種目に発展した「スポーツチャンバラ」の体験会が、与板体育館で開催されました。

「体のどこに当てても勝ち」という簡単なルールとあって、初挑戦の小学生達も夢中になって楽しんでいました。レクリエーションとしてもお勧めですよ！(1月24日)

## まちキャン「石」について学ぶ



金属やセラミックス、半導体の複合材料を研究している南口誠長岡技科大准教授による「まちキャン出張カフェ」が「でくのぼう」(横町)で行われました。「半導体の材料と道端に落ちている石は、実は同じシリコンでできている」と説く南口教授の話に、参加者は興味深そうに聞き入っていました。(2月8日)



## 大きな声で「助けて〜」

110番の日を前に、与板保育園の園児が不審者への対応を学びました。与板警察署が企画したもので、署員と4名の園児で不審者が子どもを車に連れ込もうとする寸劇を演じ、小林地域課長が、知らない人から「お菓子をあげる」「お母さんを知っている」と言われてもついていかないように注意しました。園児は「助けて」と大声を出す練習や、着衣など不審者の特徴を近くの家の大人に話し、110番通報してもらうことを確認しました。(1月9日)

## 都野神社で防火訓練

文化財防火デーを前に、江戸時代の巨匠、小林源太郎の彫刻が本殿にある都野神社で防火訓練が行われました。神社の氏子総代会役員の皆さんが、消火器を使って初期消火訓練。通報によって与板方面隊員と消防署員が駆けつけ、神社内に逃げ遅れた人がいないことを確認後、声を掛け合いながら一斉に放水を行いました。

八田宮司は、「訓練をしていただき心強いです。日頃から火災を出さないよう注意します」と参加者にお礼の言葉を述べていました。(1月25日)



## 心の中のオニを退治

与板幼稚園で、園児手作りの紙製のマスと新聞紙を丸めたマメを使った豆まきが行われました。「着替えができないオニ、自分勝手なオニを退治しよう」と約束した園児たちは、鬼が現れると、一旦後ずさりしながらも、「鬼は外、福は内」と威勢よくマメを投げました。泣きながら逃げ惑う子もいる中、鬼が退散すると、先生から「良く頑張ったね」とほめられていました。(2月3日)

与板地域の人口（H27.2.1 現在）※（）前月比			
世帯数	人口	男	女
2,221 世帯 （±0）	6,714 人 （-12）	3,297 人 （-7）	3,417 人 （-5）

※外国人世帯・人口を含む

# お知らせ

## 平成 27 年 町内会長をお知らせします

年途中での交代は随時お知らせします。

（敬称略）

町内名	氏名	町内名	氏名	町内名	氏名	町内名	氏名
榎原	安達正廣	江西2丁目	武樋真司	北新町	吉野義孝	下与板	石黒敏一
山沢	大橋重一	江西3丁目	折笠一夫	下横丁	中村伸一	本与板	大平博英
倉谷	高野博史	江西4丁目	石原豊	五軒町	池田豊司	馬越	黒川博
城山	中村八十治	船戸	佐藤道男	稻荷町	坂田進	岩方	高野薫
柳之町	石井式夫	中町	中島達雄	原	丸山弘	中田	佐藤忠夫
堤下	山田藤一	堂前中島町	関川孝蔵	馬場丁	佐藤寅三郎	南中	倉品栄三
横町	本村敏男	水道町	石黒正幸	泉丁	今村均	吉津	小林誠一
蔵小路	新田幸雄	南新町	日浦隆	長丁	小林国男	広野	本田静治
上町	大谷伸一	中川岸	井上太一	下丁	上原均	蔦都	石橋栄
安永	本村富一						

【問】地域振興課地域振興・防災係 ☎72・3101

### 市政 今年の選挙



平成 27 年は次の選挙が予定されています。

① 県議会議員選挙

投票日 4 月 12 日（日）

告示日 4 月 3 日（金）

② 市議会議員選挙

投票日 4 月 26 日（日）

告示日 4 月 19 日（日）

③ 市長選挙

任期満了日 11 月 20 日（日）

※告示日や投票日などの日程は決まり次第お知らせします。

### 募集

#### 期日前投票所の投票立会人

県議会議員選挙、市議会議員選挙の期日前投票所の投票立会人を募集します。

事務内容 期日前投票手続き全般の立会い

募集人数 各期日前投票所 1 日につき 2 人（申込者多数の場合抽選で決定）

期日 4 月 4 日（土）～ 4 月 11 日（土）、4 月 20 日（月）～ 4 月 25 日（土）のうちの希望する日（複数日可）

時間 午前 8 時 30 分～午後 8 時※リバーサイド千秋期日前投票所は午前 9 時～午後 8 時  
会場 市内 13 カ所の期日前投票所（アオーレ長岡、さいわいプラザ、リバーサイド千秋及び各支所期日前投票所）のうちの希望する 1 か所

対象 長岡市の選挙人名簿に登録されている人で、特定の候補者に直接関係のない人  
報酬 1 日 9,500 円 ※リバーサイド千秋期日前投票所は 1 日 9,100 円（食費、交通費は自己負担）  
※所得税を源泉徴収し、口座に振り込みます。

申込方法 3 月 9 日（月）までに、所定の申込書に記入の上、各支所地域振興課又は選挙管理委員会へ提出してください。（郵送、FAX、メール可）

※申込書は、市ホームページ、各支所地域振興課、選挙管理委員会にあります。申込者全員に結果をお知らせします

【問】地域振興課 総務係

☎ 72・3101

選挙管理委員会

☎ 39・2241

■ 2月の納期限は3月 2日(月)

固定資産税・都市計画税4期 ・ 国民健康保険料8期  
後期高齢者医療保険料 11期 ・ 介護保険料 11期  
下水道事業受益者負担金4期



催し

「ほのぼのの☆カフェ」

月に1回開店中

日時 毎月第3金曜日 午前10時～11時30分  
2月は20日(金)に開催します。

会場 Ⅱよいたコミュニティセンター  
内容 Ⅱ子育て中の保護者の方、お子さんと一緒に、母子保健推進員主催の「ほのぼののカフェ」に遊びに来ませんか？おいしいお茶を用意してお待ちしています。ゆつたり、ほのぼのとした気持ちで過ごせる場所です。参加料は無料、事前申込は不要です。

【問】市民生活課

保健係 ☎ 72・3190

市政

体育施設利用調整会

体育館及びスポーツ広場の4・5・6月分の利用についての調整会を行います。与板地域のスポーツ団体の皆様、ご参加ください。  
日時 Ⅱ 3月10日(火)午後8時  
会場 Ⅱ 与板体育館ミーツイングラス

【問】地域振興課教育支援係

☎ 72・3102

募集

第2弾「指でくるくる」

「チョコレートアート」講座

指でくるくる色をのぼして描くアートです。下絵もあるので初めての人でも簡単につくれます。

今回はマカロン！お部屋のインテリアとしていかがですか？ホワイトデーの贈り物にも最適！

日時 Ⅱ 3月14日(土)午前10時～正午まで

会場 Ⅱ 中央公民館(幸町2丁目1番1号)

定員 Ⅱ 16人(先着)

材料費 Ⅱ 1,000円

持ち物 Ⅱ エプロンまたは汚れてもいい服装

講師 Ⅱ まちの先生 金子恵さん

【申・問】 3月9日(月)から中央公民館 ☎ 32・0437で受付します。



\*まちの先生も募集中

長岡市では、いろいろな知識や経験をお持ちの方を募集し、市民の皆さんにご紹介しています。「絵画を教えたい」「地域の歴史や文化について伝えたい」など、283名が登録中です。与板にお住まいの方も16名登録されています。お気軽にご連絡ください。

暮らし

みんなで安心！「交通災害共済」に加入しましょう

思いがけない交通事故に備えて、県内全市町村で行う助け合いの制度です。3月に町内会を通じて、平成27年度加入者の募集をします。



年会費 Ⅱ 1人500円。

申込方法 Ⅱ 加入申込書(2枚複写)が各世帯に配られますので、住所・加入する者の氏名・加入者合計人数・金額を記入してください。申込書の2枚複写は切り離さず、会費を添えて町内会長に提出してください。なお、市内金融機関(ゆうちょ銀行を除く)

で直接申し込むこともできます。

★加入中のみなさんへ

見舞金の請求期限は事故から1年です。請求漏れがないようご注意ください。

【問】地域振興課地域振興・防災係 ☎ 72・3101

市政

自主防災会活動事例発表会

市内で地域に根差した特徴ある防災活動を紹介します。防災に関する講演会もあります。

日時 Ⅱ 3月8日(日)午後1時30分～4時30分

会場 Ⅱ リリックホール(千秋3丁目1356番地6)

対象 Ⅱ 自主防災会や町内会役員など

内容 Ⅱ ①自主防災会の活動事例発表(森上区・下条町二丁目) ②講演Ⅱ演題「名古屋市における自主防災会活動(仮)」講師・災害ボランティアコーディネーター ながや代表 高崎 賢一氏

【申・問】地域振興課地域振興・防災係 ☎ 72・3101

中越防災安全推進機構 ☎ 39・5525

# 暮らしのカレンダー 3月

1	日	土砂災害Dメールテストメール発信
2	月	
3	火	
4	水	米百俵号巡回 (小学校) 赤ちゃん体操 (特設支援センター)
5	木	中学校卒業式
6	金	幼稚園誕生会 離乳食相談・試食会 (支援センター)
7	土	一日相談 (保育園)
8	日	
9	月	中学校修学旅行 (~11日) 米百俵号巡回 (幼稚園)
10	火	行政相談 (与板支所男子厚生室) 体育施設利用調整会 (与板体育館) ぴよんぴよんくらぶ (幼稚園)
11	水	3歳児検診 (三島保健センター)
12	木	
13	金	ぴよんぴよんくらぶ (幼稚園)
14	土	JUICY閉講式 (与板体育館)
15	日	

16	月	
17	火	ウィルながおか出前相談 (要予約 与板保健センター)
18	水	
19	木	健康相談 (支援センター)
20	金	献血 (与板支所) ほのぼのカフェ (コミセン) お招き会 (保育園)
21	土	春分の日
22	日	
23	月	
24	火	小学校卒業式
25	水	幼稚園卒園式
26	木	
27	金	
28	土	保育園卒園式
29	日	
30	月	
31	火	

## かんたん緑のおかずレシピ⑥

元気を作ろうよい食

～早寝・早起き・  
おいしい朝ごはん運動～



### 大根おひたし

レシピ提供:千村 ユミ子さん (安永)

**材料** (分量はお好みで)

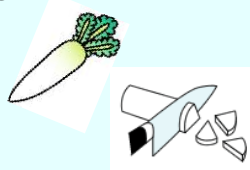
大根 だし汁 (これが決め手なので、煮干しやかつお節、昆布など、何でもいので、ちゃんと「だし」をとって、しょうゆで麺を食べるくらいに味つけする。サボる時は、麺つゆを薄める)

**作り方**

①大根をいちょう切りにし、ゆでて水を切る②だし汁につける

**お勧めポイント**

大根をゆで、だし汁につけたら、後は放っておく。冷めてからも (冷めた方が) おいしい。大人向けには、ゆずの皮を刻んで飾ると、香りも見たい Good!



### 納豆サラダ

レシピ提供:ペンネーム ママ以上祖母未満

**材料** (2~3人前)

ひじき (缶) : 1個 にんじん:5cmくらい きゅうり:5cmくらい ブロッコリー:適量 (オクラでも可)  
納豆 (ひきわり) : 1パック しょうゆ:適宜

**作り方**

①にんじん・きゅうりは千切りにし、塩でもむ②ブロッコリーはゆでて、千切りにする③ひじきはさっと湯を通し、冷ましておく④①~③を納豆と混ぜる⑤納豆のタレとしょうゆで味を調える (ポン酢でも OK)

**お勧めポイント**

にんじんが固くて食べづらい場合は、さっとゆでるとやわらかくなります。大人はカラシを入れるとピリっとして美味。ブロッコリーは前日にゆでておくと、時短バツグン!



「おやこ食育講座」でも、子どもに人気のメニュー!!