

よいた

支所だより
第107号
2015.8.17

8



猛暑はビール日和



与板地域出身で日本人初のビール醸造家、中川清兵衛をたたえる15回目の「ビールフェスタ」が、支所駐車場で開かれました。昨年の雨模様から一転、うだるような暑さの中、特設ビアガーデンは、冷えたビールで渴いた喉を潤そうと、約800人ももの来場者でにぎわいました。(8月8日)

できごと

ボランティア活動できれいなまちへ



株式会社阿部製作所の皆さんが猛暑の中、スポーツ広場周辺の草取りやごみ拾いに取り組みました。この活動は、地域貢献活動として公共施設をきれいにしようと3年前から行われているもので、当日は、160名もの社員が参加されました。(8月3日)



公益社団法人長岡市シルバー人材センター北事務所(与板支部)の会員22名の皆さんが、天地人通りの清掃活動を行いました。「与板を訪れる人にきれいな町を」との思いで、早朝の時折雨が降る中、草取りやごみ拾いに汗を流してくださいました。(7月24日)

絆を深め10年目



▲のみでクスノキを削り、香り袋としておみやげに

ジュニアチャレンジよいた(JUICY)と米沢市ほくほく隊の交流会を、2泊3日にわたり与板地域で行いました。兼続公を縁に、隔年で互いの地域を訪ねる交流は今年で10年目。参加した子ども達は、まち歩きや、与板打刃物を使ったおみやげ作りなどを通して交流を深めました。(8月7~9日)

お船らーめん ぜび一度



長岡まつり大花火大会へ招待された著名人が集うウェルカムパーティで、観光協会の皆さんが「お船らーめん」を振る舞いました。

「すごく優しいお味で、何度でもいただきたいと思いました。皆さんも是非召し上がってください」と、パーティに参加していた常盤貴子さんもPRに一役買ってくれました。(8月2日)

真夏の空の下 熱闘を展開 4 チームに栄冠輝く



地域対抗「ソフトボール大会」がスポーツ広場で開催され、12 チームが 4 コートに分かれてリーグ戦を行いました。猛暑にもかかわらず、参加選手は高校球児にも劣らない熱戦を繰り広げていました。(8月9日)

【大会結果】優勝

Aコート＝柳之町 Bコート＝江西 2 丁目
Cコート＝江西 3 丁目 Dコート＝水道町

事故防止を呼びかけ



県の夏の交通事故防止運動の一環として、与板町交通安全協会と高齢者交通安全推進員、自転車商組合の皆さんが、上町の街頭で安全運転を呼びかけました。

行きかうドライバーに「安全運転に充分注意してください」などと、チラシを配りながら呼びかけると、ドライバーも笑顔で応じていました。(7月22日)

素敵な出“愛”を ヨイタであなたのモチ期がやってくる！



地域の宝「楽山苑」を独身男女の出会いの場として、初めて「ヨタキ」が開催されました。

参加者は、魅力的な所作や着こなしの秘訣などを元ミスインターナショナルやファッションモデルから伝授され、和やかな雰囲気の中、交流を深めていました。(8月8日)

紙甲冑づくりスタート



今年も、甲冑づくりプロジェクトが始まりました。今後 4 回の共同作業で甲冑を仕上げ、天地人行列(10月3日)に参加し、イベントを盛り上げる予定です。途中からの参加も歓迎します。希望される方は支所地域振興課 ☎72-3101 へお問い合わせください。(8月8日)

与板地域の人口（H27.8.1 現在）※（ ）前月比			
世帯数	人口	男	女
2,222 世帯 （+3）	6,674 人 （+6）	3,289 人 （+6）	3,385 人 （±0）

※外国人世帯・人口を含む

お知らせ

国勢調査 2015

5年に一度のみんなの調査
ご協力をお願いします！

国勢調査は、5年に一度、日本に住んでいるすべての人・世帯を対象とした調査です。

調査結果は、少子高齢化対策や暮らしの改善のための基礎資料となります。

オンライン調査(希望者)を先行実施

今回の調査ではじめてインターネット回答を全国で先行して実施します。スマートフォンやパソコンを使って、簡単に回答ができるようになります。

9月中旬から調査員が訪問します

9月中旬から調査員が世帯を訪問し、人数を確認させていただいたうえで、「インターネット回答の利用案内」を配付します。インターネット回答を希望される世帯は9月20日(日)までに回答してください。

その後、インターネット回答がなかった世帯にのみ調査票を配布します。

【調査票配付期間】 9月23日(水)～30日(水)
※調査員の都合により期間がずれる場合があります。

「かたり調査」にご注意ください

調査員は「写真付きの調査員証」と「腕章」を身に付け、「手提げ袋」を持っています。

国勢調査を装った不審な訪問者や電話にご注意ください。

「インターネット回答の利用案内」や「調査票」がご家庭に届かない場合は、下記までご連絡ください。

【問】地域振興課・地域振興・防災係 ☎72-3101



与板地域 調査員名簿 (敬称略)

調査員名	担当する調査区域
羽入 康	馬場丁、泉丁、中町の一部
山岸 松嗣	中町・船戸・堂前中島町の一部
岩下 佐武郎	水道町・堂前中島町の一部
外山 竹大	水道町の一部
小柳 十四司	船戸の一部
大久保八重子	安永・上町の一部
内藤 和男	上町・横町の一部、蔵小路
山崎 早苗	横町・安永の一部
渡辺 栄子	柳之町・横町・堤下の一部
丸山 義則	下丁、稻荷町の一部
丸山 信夫	五軒町、稻荷町・堂前中島町の一部
吉荒 孝次	堂前中島町の一部
山崎 さゆり	北新町・南新町・下横町・下丁・長丁の一部
小林 茂樹	泉丁・南新町・長丁の一部
中野 茂	南新町・中川岸・堂前中島町・倉谷・柳之町・堤下の一部
中村 八十治	城山1丁目
本村 敏男	柳之町・横町の一部、江西4丁目
折笠 一夫	江西3丁目
武樋 真司	江西2丁目
石橋 徹	蔦都
高橋 廣志	吉津・広野
安達 正廣	槇原の一部、中田、南中
風間 市郎	槇原の一部、山沢
黒川 裕士	馬越
高野 薫	岩方
大平 博英	本与板の一部
石黒 カウ	本与板の一部、下与板
加納 等	原

■ 8月の納期限は8月31日(月)

市・県民税 2期 ・ 国民健康保険料 2期
後期高齢者医療保険料 5期 ・ 介護保険料 5期

催し

与板地域敬老会を開催

日時 9月12日

(土) 午前11時から

会場 与板体育館

※船戸・安永・上町

以外の方は送迎バス

があります。



対象 75歳以上(昭和16年4

月1日以前に生まれた方)

申込 対象者あてに郵送され

たハガキでお申し込みください。

【問】市民生活課福祉係

☎72・3190

手続き・制度

臨時福祉給付金の

申請受付が始まっています

期間 11月20日(金)まで

対象 以下の全てを満たす人

①平成27年1月1日現在、長岡

市に住居登録がある

②平成27年度の住民税が非課

税(住民税課税者に扶養されて

いる人などを除く)

③生活保護などを受けていない

※対象となる可能性のある人が

いる世帯の世帯主へ申請書を送

付しています

給付額 一人6千円

給付までの流れ ①市から申請

書を郵送 ②申請書に振込口座な

どを記入、申請書と本人確認書

類などを返信用封筒に同封し、

市に返送 ③市が申請書などを確

認・審査後、口座に振り込み

★臨時福祉給付金を装った振り

込め詐欺に御注意ください

【問】福祉総務課臨時福祉給付

金班 ☎39・2992

暮らし

特設人権相談所を開設

近隣間のトラブルや多重債務

土地問題等について、地元の人権

擁護委員が相談をお受けします。

秘密は厳守されますので、お

気軽に御相談ください。

日時 8月20日(木) 午前10時

～午後3時

会場 よいたコミュニティセンター

【問】市民生活課市民係

☎72・3160

暮らし

電気柵に注意してください

電気柵は、野生動物の田畑へ

の進入を防ぐために設置されて

いる柵のことです。

当市及び近隣市町村において

も電気柵が設置されていること

から、電気柵周辺の危険表示に

注意し、むやみに近づき電線に

触れたりしないよう注意してく

ださい。

特に幼児等には電気柵付近で

遊ばせたり、近づけさせたりし

ないようにしましょう。

【問】産業建設課農林係

☎72・3201

手続き・制度

公共下水道に

接続しましょう

排水設備やトイレの水洗化工

事(し尿浄化槽の廃止も含む)

をしていない人は、生活環境向

上のために、下水道への接続工

事をしてください。

工事にあたっては、水洗便所

改造等工事資金融資制度が利用

できます。

なお、申込み先は市内の取扱

金融機関となります。

限度額等 一般住宅の場合 80

万円、利率年2・0%

【問】産業建設課

土木施設係 ☎72・3201

「ゆるキャラグランプリ」に参戦

熱い一票を
お願いします



全国のゆるキャラさんたちの一年に一度の大きなお祭り「ゆるキャラグランプリ 2015」に「よいたん」がエントリーします。

投票は8月17日(月) 午前10時から11月16日午後6時までで、投票にはID登録が必要となります。ID登録後、1日1回投票できますので、皆様からの応援よろしくお願いま〜す!

詳しいことは「ゆるキャラグランプリオフィシャルウェブサイト」、投票方法は <http://www.yurugp.jp/vote/method.html> をご覧ください。

【問】地域振興課地域振興・防災係 ☎72-3101

健康

いこの総合相談会

保健師や弁護士などの専門家が、こころやからだ、お金や生活の悩みなどの相談に応じます。日時 9月11日(金)午前9時30分〜午後0時30分 会場 さいわいプラザ 定員 先着6人

【申・問】9月7日(月)までに健康課 ☎39・7508

健康

慢性腎臓病(CKD)市民健康講演会『素晴らしきかな、腎生！〜腎から学ぶあなたの健康〜パート2』

日時 9月17日(木)午後1時30分〜3時30分(開場は午後1時から)

会場 長岡リリックホール 内容 当事者の体験談および腎臓専門医による講演、当事者と専門医による対談

講師 長岡赤十字病院 医師 山崎 肇さん、ザ・ニュースペーパー 渡部 又兵衛さん 定員 450人 申込 申込者全員の氏名・生年月日、代表者の住所・電話番号

を記載の上、応募用はがき(8月上旬より市施設、市内医療機関に設置する講演会チラシに添付)または官製はがきにて応募(先着順、無料)。

宛先 〒940-8790 長岡市幸町2丁目1番1号 長岡市健康課 成人保健係 9月3日(木)必着

【問】健康課 成人保健係 ☎32・5000

健康

精神保健福祉相談会 開催

『話せばこころが軽くなる』 眠れない、だるい、物忘れが心配、何もする気になれないなどの気になる症状が続いている方



はお申込みください。本人ではなく、ご家族の相談も可能です。(無料)

日時 9月3日(木)午後2時〜3時30分 会場 与板保健センター 精神科医師が相談に応じます。 定員 先着2人 【申・問】9月1日(火)まで

市民生活課保健係 ☎72・3190 または、長岡地域振興局地域保健課 ☎33・4931

健康

こころの講演会「医笑同源」 笑いはこころの特効薬！笑って、うつ予防について学びませんか？

日時 9月12日(土)開演午前10時〜午後0時(開場 午前9時30分から)

会場 長岡造形大学 アトリエ棟 2階 大会議室

内容 演題① 笑いと健康② うつな気分を乗り切るヒント 講師 演題① 新潟落語会会長 水都家艶笑(みなどやえんしゅう)さん 演題② 医療法人明生会 関病院 精神科医 阿部亮さん

定員 200名(事前の申込は不要です) 【問】健康課 ☎32・5000

催し

与板消防署救急フェア

日時 9月19日(土)午後1時30分〜午後4時30分 会場 与板町与板国道403号上、与板十五夜まつり「おまつり

広場

内容 心肺蘇生法の体験、AEDの使用方 法、高規格救急車の展示、起震車の体験など

【問】与板消防署救急係 ☎72・2572



催し

シンガ人形展(なごみの会主催)

与板にゆかりのある画家でシンガ人形作家でもある信賀 齊(しんが・ひとし)さんの「シンガ人形展」を行います。

ほのぼのとしたかわいいう人形を見ながら、楽山亭で美味しい抹茶をお楽しみください。

期日 9月11日(金)〜13日(日) 時間 午前10時〜午後3時 会場 楽山亭 【問】なごみの会代表 渡辺さん ☎72・4150



まちに真夏の熱気がふたたび。ぜひご参加ください。

与板十五夜まつり

「民謡流し」、「創作みこし」の参加団体を募集しています。
地域の一大まつりをみんなで盛り上げましょう！

民謡流し

参加団体募集



日時＝9月18日(金)午後7時30分～9時30分(予定)
申込＝与板十五夜まつり催事実行委員会事務局(産業建設課 ☎72-3201)

創作みこし

参加団体募集



日時＝9月20日(日)午後2時～5時(予定)
申込＝與板神輿連絡協議会事務局(山田博章さん ☎72-2708 Fax 72-3407)

絵灯籠

作品募集



募集期間＝8月31日(月)まで
問合せ＝与板十五夜まつり連絡協議会(与板町商工会内 ☎72-2303)

募集

「長岡つまい

米コンテスト

2015」出品者



農家自慢の米の食味を競い、長岡米No.1を決定します。

応募資格＝市内在住の農業者または、学校田を有する小学校

出品対象米＝平成27年産の国内銘柄(ただし、低アミロース米、もち米は除く)

出品数＝1人何点でも応募できます。

申込方法＝8月31日(月)までに産業建設課にある申込用紙で

※長岡市HPからもダウンロードできます。

部門＝①個人部門②学校田部門

参加料＝出品点数1点あたり1,500円(後日)

提出物＝玄米2kg・出品する米の栽培履歴(後日)

選考方法＝一次審査(書類)・二次審査(穀粒判別機・炊飯食

味計)・最終審査(食べ比べ)
※学校田部門については、最終審査会当日の体験記録発表

【問】産業建設課農林係

☎72・3201

よた 元気を作ろう良い食

～早寝・早起き・おいしい朝ごはん運動～



平成25年度から、与板地域では子どもたちの健康づくりを進めるため、「早寝・早起き・おいしい朝ごはん運動」をテーマに、様々な取組みを継続しています。

保育園・幼稚園・小学校・中学校の子どもたちの生活習慣に関するアンケートの実施もその取組みの1つ。今年度は、保護者の方を対象に実施し、多くの方から御回答をいただきました(回収率92.8%)。結果をピックアップすると…

＜就寝時刻について＞ まだまだ遅寝の傾向にあるようです…

- 保育園・幼稚園の子どもは21時までに寝るのが理想→ですが、寝ている子はたったの11.1%
- 小学生は21時半までに寝るのが理想→41.2%
- 中学生は23時までに寝るのが理想→58.0%

→我が家は絶対に早寝は無理!と思いこんでいる保護者の方も多いかもかもしれませんが、今回のアンケート結果より、いろいろと工夫を凝らして、子どもたちを早めに寝かせるように取り組んでいる家庭も多いことがわかりました。その工夫点をちょっとご紹介!

- ・9時前から布団に入って、絵本を1冊読むようにしている
- ・休日平日関係なく、生活のリズムを一定にしている
- ・子どもの生活リズムを優先させるため、夫婦で入浴時間や洗いもののやりくりを協力しあう



なぜ、早寝・早起きが子どもにとって大切なのか、その答えを知りたい方は、9月11日(金)15:00～(開場14:30) 与板小学校体育館へお越しください。「賢く元気な脳育て」と題して、文教大学 成田奈緒子先生(小児科医)の講演会を開催します。わかりやすく、各地域で大人気の先生のお話しです。申し込み不要。直接会場へお越しください(体育館入口からお入りください)。

【問】市民生活課保健係 ☎72・3190

暮らしのカレンダー 9 月

1	火	土砂災害Dメールテストメール発信 びよんびよんくらぶ (幼稚園)	15	火	ウィルながおか出前相談 (要予約 与板 保健センター)
2	水		16	水	子宮がん・乳がん検診 骨粗しょう症予防教室 (与板体育館)
3	木	米百俵号巡回(黒川分館他 4 箇所)	17	木	離乳食相談・試食会 (支援センター)
4	金		18	金	与板十五夜まつり (~20 日まで) ほのぼ～の☆カフェ (与板コミュニテ ィセンター)
5	土	JUICYメンバーシップキャンプ (6 日ま で うまみち森林公園)	19	土	
6	日	与板地域防災訓練 抹茶のおもてなし・論語の素読 (楽山亭)	20	日	抹茶のおもてなし (楽山苑)
7	月	米百俵号巡回(小学校)	21	月	敬老の日
8	火		22	火	国民の祝日
9	水	米百俵号巡回(幼稚園) 赤ちゃん体操 (特設支援センター)	23	水	秋分の日 交通安全Y o i t a 大会 (与板体育館)
10	木	行政相談 (与板支所男子厚生室) 3 歳児健診 (三島保健センター) 体育施設利用調整会 (与板体育館)	24	木	
11	金	健康づくり講演会 (小学校) 抹茶のおもてなし、シंगा人形展 (楽山苑) (~13 日まで)	25	金	与板幼稚園誕生会
12	土	与板地域敬老会 (与板体育館)	26	土	
13	日	抹茶のおもてなし (楽山苑)	27	日	良寛講座第3回 (よいたコミュニテ ィセンター) 抹茶のおもてなし (楽山苑)
14	月	健康相談 (支援センター)	28	月	
			29	火	
			30	水	

かんたん緑のおかずレシピ ⑫

元気を作ろうよい食
～起き・おいしい朝ごはん運動～



ズッキーニとインゲンの塩麹炒め

レシピ提供: なかえ

材 料 (4人分)

ズッキーニ: 中 1 本 ベーコン: 100g インゲン: 10 本
サラダ油: 小さじ 2 しめじ: 1 袋 塩麹: 大さじ

作り方

①インゲンはゆでて 3cm の長さに切る②ズッキーニは 5mm くらいの厚さの半月切り、しめじは石づきを取り、小房に分ける。ベーコンは適当な大きさに切る③フライパンにサラダ油を熱し、ベーコンとしめじを入れて炒める④インゲンとズッキーニも加え、さっと炒める⑤ 塩麹で味を整える

お勧めポイント

簡単で、さっぱり
していておいしい
ですよ～



和風ピクルス

レシピ提供: 母以上祖母未満

材 料 (作りやすい分量)

大根: 5cm くらい 人参: 5cm くらい きゅうり: 1 本 パ
プリカ(黄): 1 個 (なくても OK。セロリでも) 調味料
(米酢: 100cc 水: 100cc 砂糖: 小さじ 2 塩、しょうゆ
は適量)

作り方

①大根・人参は、5mm くらいのいちょう切り、きゅうりは 5mm くらいの斜め切り、パプリカは 5mm 幅で縦に切る
②調味料を全て、鍋に入れ、煮立てる(砂糖・塩を溶かす)
③②の中に、野菜をすべて入れ、火を止める④器に移し、ざっくり混ぜながら、冷まして出来上がり

お勧めポイント

冷蔵庫でストックでき
ます。子ども用には、
酢と水の分量を調整
します。大人用には、
たかの爪やゆずやレ
モン汁などお好みで
加えると、味の変化
が楽しめます

