

みーニャンの  
下田ネタコーナー  
スペシャル



三条市地域おこし協力隊下田チームの自称マスコット「みーニャン」です！今回はいつものちっちゃい枠を飛び越えて丸々1ページで下田のおトクな情報をご紹介しますニャ！！年末年始に向けて温泉に、お蕎麦にカフェに、お弁当、スイーツ！どれもこれもみーニャンの大好きなもののばかりですニャ！是非一度足を運んでみてください！  
次回予定は4月発行特大号です。



越後長野温泉 嵐溪荘  
妙涼和樂 嵐溪荘  
みょうせんわらく らん けい そう

なんと日帰り入浴1,000円が(11時~14時半限定)  
**650円に割引**してくれる  
そうですよ~  
下田通信持参で2018年3月末まで有効  
※2名様まで(割引除外日 12/30~1/3)

皆さん、すっかり下田は寒くなってきましたね！こんなとき恋しくなるのは温泉ですよ！ご紹介したいのがみーニャンが大好きで何度もリピートしている「嵐溪荘」さん。こちらの泉質はクセになります！なぜかという、日本屈指の濃厚な「強食塩冷鉱泉」でなめるとしよっぱいです。それがまた肌の新陳代謝に良い気がします(個人的感想です)。露天風呂から望める景色も絶景で、四季折々の移ろいを楽しむことができますニャ！温泉を楽しんだ後はロビーで温泉を使用した「ほうじ茶」でホッと一息が至福の時間です。



お土産におすすめです！  
「山の塩羊羹」美味しさの  
秘密は「嵐溪荘」さんの  
温泉を使用しています！  
なんとも良い塩梅です。

住 三条市長野 1450 電 0256-47-2211



こくわ屋藤兵衛(こくわやとうべえ)

下田豚カレーは分厚いのに柔らかいお肉が一枚乗った、まさに発明品！これは凄いニャ！分厚いお肉一枚が乗ってます！「真空低温調理」という特殊な調理法で、こんなに分厚いのに柔らかくジューシーに仕上げられています。もちろんカレーにもこだわり、ルーには野菜がたっぷり溶け込んでコクと深みがあるので食べ飽きないニャ！

住 三条市笹岡 2235 番地 電 0256-46-4931  
営 11:00~16:00(夜は要相談) 休 水・木曜日



横田精肉店

うまさの秘訣は「ラード」！品切れ続出の日替わり弁当は278円から安い・うまい・ボリュームたっぷりの三拍子揃った横田さんの「日替わり弁当」はもう食べました？人気の「カツ丼」や「唐揚げ」はラードで揚げるといった贅沢な作りです。地産地消のお弁当はお店の人の愛情たっぷりでみーニャンの友達は何日食べてます。

住 三条市荻堀 827 電 0256-46-2122  
営 平日9:00~20:00 土日祝9:00~19:30



kallwillstore(カルウィルストア)

下田産の新鮮野菜をスイーツにし、下田を全国PRしているお店です！使用野菜は全部下田産で店主の下田愛を感じます。そして嬉しい砂糖不使用！野菜たっぷりで身体に良さそうニャ！嵐溪荘さんで行われる「竜王戦」でも棋士さんの「おやつメニュー」にノミネートされています。これは「モチスイーツ」ニャ！

住 三条市林町 1-18-6 電 080-7823-6982  
営 10:00~17:00 休 月・火・第1水・第3日



傳七茶屋(でんしちぢや)

希少なアナログプレーヤーで極上の音楽を楽しめる古民家カフェ！ここ傳七茶屋さんでは1950年代の希少なアナログプレーヤーでレコードを楽しめますヨ！ご主人が3日かけてじっくり作るカレーやケーキもオススメですニャ！レコード数1500枚以上の中からお好みの音楽のリクエストもできちゃいます！！

住 三条市北五百川 88-1 電 080-8082-5911  
営 日曜 11:00-16:00 土曜は不定休



そば処 山河(やまか)

「山河」さんが年越しそばを予約受け付けているらしいです！

店主が本気で作った「年越しそば」

**1,000円**(税込) 手打ち生蕎麦(2食入) 蕎麦屋の特製つゆ付  
お申込み締切日：12月25日(月)  
商品お渡し日：12月29日・30日

「そば処山河」さんは本格的な手打ち蕎麦が楽しめるお店です！使用する素材は全て下田産にこだわっており、蕎麦粉・水はもちろん下田産。天麩羅の素材も全て下田産ですニャ！地のものが同じだと相性が抜群とのこと、蕎麦の完成度は非常に高いですニャ！耳寄り情報を1つ紹介します！なんと山河さんでは「予約があれば夕方の営業可能」とのこと。夕方予約では時間に合わせて「打ちたて」の蕎麦提供や「飲み放題」もあつたりしますヨ~



当日挽いた蕎麦を打ち立てる！更にこの時期は「新蕎麦」が楽しめますニャ！

住 三条市大谷地 94-1 電 080-2140-5556 営 11時~蕎麦が無くなり次第終了 定休日：木曜

下田通信



十二月特大号

地域おこし協力隊活動報告

2017年12月1日(金)

地域と社会をつなぐ下田の逸品

五輪峠

平成三十年春、発売決定！

五輪峠に関してのお問合せ

NPO 法人ソーシャルファームさんじょう

Tel:0256-64-8116まで

※お申込みはお近くの酒屋さんへ



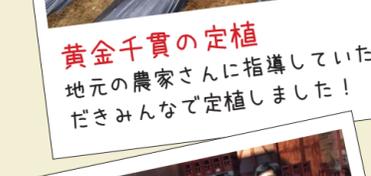
ご予約は  
お早めに



黄金千貫の定植  
地元の農家さんに指導していた  
だきみんなて定植しました！



「おらの誇り」につながる逸品を作りたいとの思いから始まった下田の芋焼酎「五輪峠」造り。今年も芋主さんや多くの地域の方々からのお力添えを頂き、発売が決定いたしました！今後も地域と社会をつなぐ下田の逸品として継続していきます！



2.6トンの黄金千貫集まる！  
全ての芋主さんの芋を金升酒造さんへ無事に届けました！



黄金千貫の芋掘り  
芋掘りワークショップの開催！  
豚汁に入った黄金千貫がうまい！



地域おこし協力隊(下田)  
大滝 雄斗

制作・連絡先 三条市地域おこし協力隊 NPO 法人 ソーシャルファームさんじょう (おひさま整体 受付)  
TEL 0256-64-8116 (旧荒沢小学校内) FAX 0256-64-8122 Mail sfs150512@gmail.com

三条市  
地域おこし協力隊  
メンバー紹介  
Vol.09



持ち前の「俯瞰力」で下田の魅力を発見!!

佐藤 光 さとう ひかり

横浜市出身。前職はスキンケアや雑貨を扱う販売員。退職を機に、職業訓練施設「しただ塾」に参加。4月から地域おこし協力隊へ。下田の魅力発見/発信中!



旧荒沢小学校の図工室を活用した陶芸教室の様子

三条市  
地域おこし協力隊  
メンバー紹介  
Vol.10



下田もロケ地の「ミッドナイト・バス」2018.1.20(土)公開!

下田に定住し、ふるさと作りを目指します。

山口 晃 やまぐち あきら

新潟市より移住。前職はWebデザイナーで新潟県の観光サイトや某大学、大手自動車企業などのサイト作成・立ち上げに携わる。協力隊の任期終了後は下田地域での定住を目指す。



森町小学校の「収穫祭」にて。子供たちと共にひこぎせん作り。

下田を訪れる方たちにより良い思い出を残したい。

主な活動内容

- ・陶芸教室
- ・職業訓練しただ塾
- ・農業、棚田再生プロジェクト
- ・ハロウィン、クリスマスイベント運営など

今後の目標

図工室に使われていない電気窯を見て、「これは動かさなくては!」という気持ちになりました。ですが、右も左もわからない状態。下田地域にある「みひろ窯」さんとの出会いをきっかけに、4月からみひろ窯の尾崎さんから本格的に陶芸を習い、現在は小学校を対象とした親子陶芸教室を行っています。

今後は技術を磨いていき、より多くの方が下田を訪れてよい思い出を残してもらいたいです。

下田で子供たちに「ふるさと」をつくりたい。

主な活動内容

- ・広報物作成担当 (Web、チラシなど)
- ・ふるさと祭り事務局
- ・下田恋活、棚田再生プロジェクト
- ・ハロウィン、クリスマスイベント運営など

今後の目標

僕が下田で目指すものは子供たちに「ふるさと」をつくることです。下田の宝として「美しい景観」や「品質の高い農産物」があると思いますが、それ以上に宝だと感じるのは下田に住む地域の皆様だと実感しています。雪が積もれば心配して除雪を手伝ってくださったり、近所の集まりでは子供に温かい言葉をかけてもらいます。そんな「人情」が溢れる下田を、更に子供たちが好きになる仕組みを地域の皆様と実現していきたいです。



NPO 法人  
ソーシャルファームさんじょう  
理事長 柴山 昌彦

関係人口からはじめよう

持続可能な地域をつくる根底は「ひとつづくり」だと、取組を始めて2年半。最近「関係人口」という言葉が使われるようになった。交流人口や定住人口よりハードルが低い「地域に関わってくれる人口」のことだ。従来、よそ者の関わり方は、交流が移住定住の二者択一しかなかった。「定住しないから」「どうせ居なくなるから」と排他的になるのではなく、住民が主役となりよそ者と協働してチャレンジすることが潜在する可能性を広げることになる。100年後の下田地域のあるべき姿からバックキャストした時、「新しいよそ者」を受入れ、共に学び共に成長する、このプロセスが地域づくりには欠かせない。人口は減少しても人材は増加する持続可能な魅力あるフルサトになることが目標だ。

おひさま  
整体

特別割引券 有効期限~H30年1月末日まで 営平日 9:30~17:00  
70分 ¥3,900 → ¥3,400 (税込) 場所: 旧荒沢小学校 ※土日の施術に関しては前日までに要相談  
35分 ¥2,000 → ¥1,500 (税込) 要予約: 080-5914-5689



山口  
みさ子  
整体師

# みんなで作る 学校クリスマス

いっぱい遊ぼう。たくさん笑おう。

40名限定

先着順お早めに!  
※親子参加歓迎!

12月16日(土) 受付 9:30より  
パーティ-10:00-12:00

場所: 旧荒沢小学校 食堂にて

対象: 未就学児さん~小学生のお友達  
(未就学児・低学年さんは保護者の方と一緒に来てね)

参加費: お一人様 300円

持ち物: 500円までのプレゼントをご用意ください。(プレゼント交換用)

申込方法: お名前、学年、学校名、電話番号をお知らせください。

申込先: NPO 法人ソーシャルファームさんじょう

Tel 0256-64-8116 メール sfs150512@gmail.com 担当: 浜本、佐藤、山口

景品付きのゲームと  
おやつがあるよ!



下田唯一のサッカークラブ『エストレヤ下田』  
ESTRELLA SHITADA



初めてサッカーを始める子、大歓迎! Jリーグで活躍した永井篤志コーチが丁寧に指導します!



永井篤志 (ながい あつし) アンダー16 日本代表/日本高校選抜/第69,71回全国高校サッカー選手権優勝/1995年、JFL ベストイレブン & 最優秀新人王ダブル受賞/Jリーグ通算 403 試合出場

新しい仲間を募集中!  
(小学1年生から6年生まで)

「エストレヤ」とはスペイン語で「星」という意味。子供たちが「下田の夜空に広がる星のようにキラキラ輝いてほしい」という願いを込めました。クラブ理念は未来創造。私たちの勝利は子供たちの成長です。サッカーに限らず子供たちがあらゆるチャンスをつかみ、将来日本の未来を創造できるような大人になれることを目指します。

無料体験の申込み  
(メールまたは電話で受け付けます。)  
活動場所: 旧荒沢小学校/下田体育館など  
estrella.shitada@icloud.com  
090-2305-6829 代表: 会津(あいず)

BMX フロライダー 菊池 雄  
東京五輪への道

森町小学校ゲストティーチャー

森町小学校で菊池選手がゲストティーチャーデビューしました。四年生と六年生を対象に「一生懸命」をテーマにした講義と全校生徒を対象にした体育館でのBMXパフォーマンスを行いました。前半の講義では、首の骨を折る大事故から奇跡の復活を遂げた菊池選手の実体験のお話しが中心で「今を全力で生きること夢を形にしていこう!」の優しくも暖かいメッセージが印象的でした。



後半パフォーマンスのメインは8人の先生方の上をスーパージャンプ!!