

貝塚 直仁 さん

茨城県出身。観光振興隊員として
2024年5月に着任。

私は茨城県出身ですが、小さい頃から続けているサッカーを通して矢板市とつながり、2024年5月から（一社）矢板市観光協会の事務局長として、活動しています。

矢板市に住むようになり、市内を巡ったり、地域の方々とふれあったりする中で、自然の豊かさや人々の温かさを心地よく感じています。

観光振興隊員として、そんな矢板市の魅力を伝えるため、さいたま市やつくば市など、県外で行われる観光イベントに参加し、パンフレットの配布・観光スポッ

トの紹介・特産品の販売などのPR活動を行いました。

また私生活でも、たくさんの方に遊びに来てほしい、矢板市をより良い場所にしたいという思いから、八方ヶ原のレンゲツツジの枯れ枝除去作業など、ボランティア活動に参加しました。きれいなツツジの花が咲く矢板市を、一人でも多くの方に楽しんでもらえるよう自分ができることに取り組んでいます。

これからも地域の皆さんとのふれあいを楽しみながら、矢板市の魅力を発信していければと思っています。よろしくお願いします。



観光協会 HP

問い合わせ／

(一社) 矢板市観光協会 ☎ (47) 4252

みんなでおぼえよう!手話

『避難する』

両手でこぶしを作って、同時に斜め上に上げます。



監修

矢板市社会福祉協議会

『心配です』

両手の5指を軽く折り曲げて、軽く胸に1、2回あてます。
(心配そうな表情を浮かべながら)



石のことなら津久井石材店へ

ご先祖様を想い、大切な人なのに逝ってしまった彼方を思って、ステキなお墓をつくりませんか

他 御戒名彫り、改葬工事、お墓清浄、墓じまい

庭工事 庭木の伐採、除草コンクリート工事
車庫コンクリート敷工事

(有)津久井石材店
矢板市片岡

TEL 0287-48-0347
FAX 0287-48-3271

御見積り無料 お気軽にご相談ください



株式会社JAエルサポート

JA SS じゃすぼーと矢板SS 矢板市矢板183-1

灯油の配達おまかせください!

軽油・重油の配送もできます。
注文の手間が省けてお得にご利用
いただける灯油定期配送も!
詳しくは下記コールセンターまで!



LINE
友だち
募集中!!

受付時間/8:00~17:30 定休日/日・祝祭日

※内容確認や対応品質向上のため、録音させていただきます。コール

0800-700-0085

通話無料



矢板御飯 ヤイタゴハン

矢板市食生活改善推進協議会 監修

「厚揚げとブロッコリーのさっと炒め」

●材料 (2人前)

- ・厚揚げ …………… 1枚
- ・片栗粉 …………… 大さじ 1/2
- ・ブロッコリー …………… 150 g
- ・にんじん …………… 20 g
- ・ごま油 …………… 小さじ 1/2
- ・麺つゆ (3倍濃縮) …………… 大さじ 2/3
- ・バター …………… 10 g



●作り方

- ① 厚揚げは一口大に切り、片栗粉をまぶす。
- ② ブロッコリーは小房に分けて耐熱のビニール袋に入れ、電子レンジ (600 W) で2分ほど加熱する。
- ③ にんじんは1.5cm 幅の短冊切りにし、耐熱のビニール袋に入れて電子レンジ (600 W) で1分ほど加熱する。

- ④ フライパンにごま油を熱し、厚揚げの表面にこんがり焼き目をつける。
- ⑤ ④にブロッコリー・にんじん・麺つゆ・バターを加えてさっと炒める。



厚揚げは
栄養豊富な
豆腐ナリ

Memo

ブロッコリーとにんじんは電子レンジであらかじめ加熱しておくので、さっと炒め合わせる程度でできあがります。



江面 洋子さん