

上海府

かわら版



第341号

第4回 かみかいふ写真コンテスト

7/30(日) AM 10:00～

なくなり次第終了

2017 海幸フェスタ

先着**100**名様
無料試食

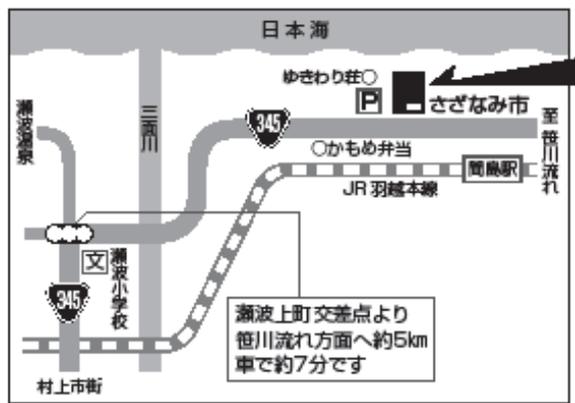
あそびにきてね!

目の前は日本海!

今年も開催!
上海府を味わおう
無料試食会!

サザエのつぼ焼き & ところてん

※お1人様1食限り



会場 **海府ふれあい広場**
村上市野淵2662番地1

季節の野菜
海産物直売所

さざなみ市

営業時間 12月17日(日)までの毎週土日祝祭日
午前8:00～午後3:00

*イベントご来場者は、デイサービスセンターゆきわり荘の駐車場をご利用ください。
*会場に募金箱を設置します。募金は村上市社会福祉協議会に寄付し、地域の福祉活動に役立てられます。

主催 **上海府地区町づくり推進委員会**
お問い合わせ ☎0254-58-2001

毎年好評の「かみかいふ写真コンテスト」を今年も開催します。
このコンテストは、デジタルカメラやスマートフォンで撮影した写真、自宅のプリンターで印刷した写真でも応募可能です。9月1日から受付しますので、ぜひ写真のご用意をお願いします♪

募集作品

- ・上海府地区の風景や行事の様子などの写真。(平成28年9月1日以降に撮影したもの。自作で未発表のものに限る。)
- ・大きさは、A4またはワイド六切まで。
- ・1人3作品まで応募可能。

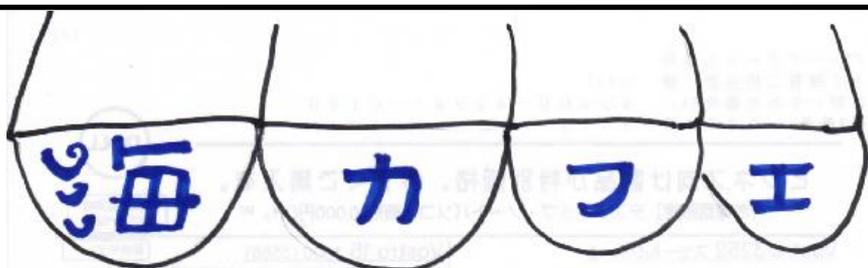
グループホーム上海府からのお知らせ

海カフェでお待ちしています♪

グループホーム上海府では、地域の皆さんにもっと気軽に足を運んでいただきたく、カフェ（お茶飲み処）を開設します。お茶やコーヒー、お菓子等をご用意しております。どなたでも利用することができますので、皆さんお誘いあわせのうえお気軽にお立ち寄りください。

【問合せ先】

グループホーム上海府 担当：田村 (☎500-3570)



OPEN！！

- 〈とき〉 7月26日(水)
- 〈時間〉 13:30～15:30
- 〈会場〉 グループホーム上海府
(旧上海府保育園隣)
- 〈参加費〉 無料



～花のある風景をいつまでも～

花いっぱい運動



上海府地区町づくり推進委員会では、地区の環境美化や景観の向上を目的に「花いっぱい運動」に取り組んでいます。花いっぱい運動は、道路脇花壇への植栽や公共スペースへの花プランターの設置に取り組む集落や公共施設に対して花苗や肥料などを支給するものです。今年も柏尾、早川、馬下の各集落と上海府小学校、ゆきわり荘、上海府地域コミュニティセンターが参加しました。

柏尾集落では、6月17日(土)にボランティアを募って植栽作業が行われました。作業には子どもも参加し、集落センター前の花壇やプランターに100株の花苗が植えられました。

その他の集落・施設でも色とりどりの花苗を植え、プランターは施設の玄関先や集落内のバス停留所前などに設置しています。皆さんもお近くを通りかかった際は、ぜひご覧ください。



地区の情報コーナー

砂丘短歌会吟行研修（6月9日）

小俣宿散策の様子→

集落内のお寺「福寿院」を拝観。住職さんから、お寺や集落の歴史についてお話を伺いました。最後は、ガイドさん、住職さんと一緒に記念撮影♪↓



上海府地区で活動している短歌の自主学習グループ「砂丘短歌会」では、毎年、短歌の素材探しを兼ねた吟行研修を行っています。今年は、山北地区の小俣宿を訪問しました。

小俣集落は山形県との県境に位置し、かつては日本の主要道であった出羽街道の宿場街として、出羽三山への参拝者など多くの人々が訪れていました。明治維新では戊辰戦争の戦場となり、集落のほとんどが焼き払われましたが、その跡に再建された家々が現在も残っています。

参加者の皆さんは小俣在住のガイドの佐藤さんの案内で集落を散策し、趣ある街並みに様々な思いをはせていたようです。

今回の研修を題材として詠まれた短歌は、次月以降に掲載する予定です。皆さん、どうぞお楽しみに。

救急法講習会

町づくり推進委員会では、いざというときの対処法を地域の皆さんに学んでいただくため、各集落と協力して救急法講習会を開催しています。

今年度の初開催は、吉浦集落。村上市消防本部から講師を迎え、熱中症対策や心肺蘇生法、AEDの使用方法などを学びました。

特にこれから患者が急増する熱中症については、

- ・熱中症は、体が慣れていない梅雨の時期にも発生する。
- ・初期症状として、めまい、あくび、立ちくらみが起こる。そのままにしておくと意識が無くなる。
- ・予防するためには、こまめに水分を取り、汗をかいて体温を下げる必要がある。のどが渇く前に水分を取ってほしい。

と説明がありましたので、皆さん十分に気を付けて過ごしてください。

昨年の講習会では、「救急車が消防本部を出発してから上海府に到着するまで、15分～20分程度の時間がかかる」と話がありました。救急車を待つ間に応急手当をすることで、救命の可能性が高くなります。大切な命を守るため、講習会が開催される際は積極的に参加しましょう。



砂丘短歌会 く今月の一首く

上海府かわら版では、上海府地区の短歌教室

『砂丘短歌会』の皆さんの作品を紹介しています。

短歌教室の皆さんの力作をご覧ください。



雨を待ち晴を待ちして暮らす日々家庭菜園梅雨はまじかに

(鈴木昭作)

子供らのパジャマのおさがりひとしきり着て節約と自画自賛する

(佐藤良子)

鉢植えの大きユリ花十五輪互いに隙間を譲り合うがに

(加藤五三子)

ジェット機の二機は空をば轟かせ辺りの樹樹も揺さぶるごとし

(佐藤壯子)

山はふじ丘はハマナス田は早苗故郷賑わう色に染まりて

(小野静江)

体調を崩し作れぬ笹団子孫ら待つかと購ひ送る

(佐藤昌子)

「きんぴら」の人参牛蒡刻みつつ大好物とう次男を想う

(太田美也子)

朝露のしとどなる葉をかき分けて初摘みしたり絹さや愛し

(井上スミ)

純白の梅花仕立てのウツギといふ花の素朴さ目に清清し

(佐藤英明)

お知らせ

6月15日発行の「上海府かわら版」にてお知らせした『靴の履き間違え』は、こちらで対応させていただきました。
ご協力ありがとうございました。

【村上市保健医療課】

もつすぐ夏休み！

子ども達の見守りに

ご協力をお願いします



今後の予定

7月の予定

19日 町づくり推進委員会

環境安全部会会議

22日 移動図書館巡回日

29日～30日

健民少年団連合会交歓キャンプ

30日 海幸フェスタ

8月の予定

6日 移動図書館巡回日

15日 村上市成人式

ほけんし・かまたの

「HOT ほっと ひといき」コーナー

『7月は熱中症予防月間です』

今年も蒸し暑い夏がやってきました。今回は熱中症についてお話します。熱中症は誰でもかかりうるものですが、子どもや高齢者、持病を持っている人は特に注意が必要です。

室内にいても熱中症にかかりやすいので、体調が悪い時やまだ暑さからだがついていかない時は無理をせずクーラーや扇風機をうまく取り入れ過ごすことも大切です。

また、規則正しい生活を心がけ、水分をこまめにとるようにしましょう。1日に必要な水分量はコップ5～6杯です。特に子どもと高齢者はのどの渇きを感じにくいのでこまめにとりたいものです。田畑作業などをするときは、できるだけ暑い時間帯を避けて、涼しい服装で作業しましょう。

重労働や大量の汗をかいたときは少量の塩分が必要な時もありますが、とりすぎには注意が必要です。

『元気に夏をのりきりましょう！』

(地区担当保健師 鎌田深雪)