

瀬波地区百人一首大会に参加しました！



地区育成会では、瀬波地区の児童との交流を目的に、瀬波地区育成会が開催する百人一首大会に参加しています。今年も2月4日（日）に勤労青少年ホームで行われ、上海府小学校からは4チーム（12名）が出場しました。

この大会では1・2年生、3・4年生、5・6年生に分かれて競技を行います。どの会場でも「はいっ！」と札を取る元気な声が響き、活気ある試合が行われていました。休憩時には瀬波地区食推の皆さんが用意してくれた甘酒とお汁粉の振る舞いに元気をもらい、子どもたちは最後まで一生懸命に試合に取り組んでいたようです。

惜しくも上海府チームの入賞はかないませんでした。どのチームも、日頃の練習の成果を存分に発揮して大変よく頑張りました。来年も、また頑張りたいです！

心豊かな人づくり
人と人との出会いを大切に

かわら版

上海府



第348号

「わたしたちの小学校の未来」発表会

2月9日（金）、上海府小学校の児童が小学校の跡地利用について自分たちの提案を発表する会が行われ、地域の方や保護者およそ60人が参加しました。

発表を行ったのは、3・4年生の児童5名。子どもたちは、これまで学んできたことや、今回改めて地域について調べた内容をもとに、「地域の人たちが笑顔になれる施設って何だろう？」と考えたそうです。そして、地元でとれる魚や郷土料理が食べられる食堂を作るというアイデアのほか、夕日スポットとして写真展示室を作ったら写真好きな人が集ってくれるのではないかと、伝統漁法である「タコだまし漁」の体験教室を開催したらどうかなど、上海府の特色を活かした様々な考えを発表していました。

さて、閉校まで残り約1年となりました。かわら版をご覧の皆さんは、閉校後の小学校がどんな施設になってほしいでしょうか？



地区の情報コーナー

※今月は「集落活性化支援事業」を活用して行われた集落の行事を紹介します！

【野潟区】集落親睦芋煮会（11月12日）

野潟区では、キャンプ場の反省会も兼ねた高齢者と次世代の方々の親睦会を開催しました。

同じ集落にいても普段あまり顔を合わせない方々も出席していただき、良い親睦会になったと思います。



【野潟区】

【大月区】団子木づくり（1月8日）

大月区では、伝統行事の「団子木づくり」を開催しました。当日は、集落住民のほか、岩ヶ崎の小学生も参加し、五穀豊穰と無病息災を願い、子どもたちと一緒に団子木を作りました。



【大月区】

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。



妻逝きし友如何にしてこの暮れを黒雲^{くろくも}迫る沖を眺めつ

(鈴木昭作)

見栄はってミサイルなどは発射せず農民・漁民助けて欲しい

(佐藤良子)

極月の初雪の朝古家なる厨の冷えの足裏より来ぬ

(加藤五三子)

十五夜の子の病室に母心秋の七草飾りてありぬ

(佐藤壯子)

数々の旬の野菜と海の幸古里の味伯父に送りぬ

(小野静江)

拉致されし蓮池さんの講演に初冬の外も氷雨^{つゆ}にけふる

(佐藤昌子)

横綱の今日引退の会見を納得いかぬファンの吾は

(太田美也子)

五頭山の初冠雪は朝の日に輝き増して冬は来たれり

(井上スミ)

拉致といふ実態を聞く会場の六〇〇人に咳一つなし

(佐藤英明)

全国的に、インフルエンザが流行中!!

外出時はマスクを着用する、
外出後は手洗い&うがいを徹底
するなど、予防対
策をしっかり行い
ましょう!



今後の予定

2月の予定

16日 町づくり推進委員会合同会議
17日 移動図書館巡回日
21日 確定申告(会場:上海府連絡所)
24~25日 健民少年団 新潟タウン研修

3月の予定

11日 移動図書館巡回日
7日 確定申告(会場:上海府連絡所)

ほけんし・かまたの

「HOT ほっと ひといき」コーナー

～『ながら運動』で元気に過ごそう～ その②

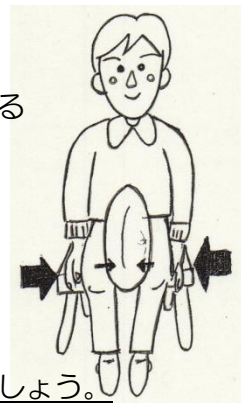
暦の上では『立春』も過ぎ、春が待ち遠しい季節になりました。つい「寒い」と私自身、まだ外出を控え自宅でじっとしがちです。からだを動かすのも億劫になりがちですが、そんなときにこそ、自宅でできる『ながら運動』はいかがでしょうか。

みなさん、座布団を用意して是非やってみましょう!!

◆座布団はさみ運動◆

効果: 太もも内側の筋肉を引き締め、O脚・ひざ痛を予防
※座布団(なければタオルなどを丸めたもの)を準備する。

- ①イスに浅く腰掛ける
- ②背筋を伸ばし両足の裏をしっかり床につける
- ③両ひざの間に座布団をはさむ
- ④座布団が落ちないようにキープする
(目安は20秒×3回)
- ⑤両ひざにギュッと力を入れて座布団を押す
ようにはさむ(目安は10秒×3回)



★両足の裏が床から離れないように意識しましょう。

地区担当保健師 鎌田 深雪