

上海府地区納涼祭 8月25日(日)開催



スタッフを募集します!



昨年の様子



今年もデイサービスセンターゆきわり荘を会場に納涼祭を開催します!この夏の思い出を作りたい方…納涼祭を通して上海府を元気にしたいと思う方…みんなで一緒に納涼祭を盛り上げませんか?

納涼祭当日に出店のスタッフとしてお手伝いいただける方を募集します。

お気軽に事務局(上海府地域コミュニティセンター ☎58-2001)へお問い合わせ・お申し込みください!

心豊かな町づくり
〜みんなの生きいを大切に〜
上海府
かわら版



第364号

上海府地区青少年健全育成会

オリエンテーリング大会に参加しました

5月12日(日)、瀬波地区との交流を目的に、瀬波地区育成会主催「親子オリエンテーリング大会」に参加しました。この大会は、瀬波地区の自然観察教育林を会場に、コース内に設置されたクイズを解きながら遊歩道を歩くもので、当日は35チームが集まりました。当地区からも2チームが参加し、クイズに苦戦しながらも、みんなで力を合わせてクイズの答えを考えていました。残念ながら入賞は叶いませんでしたが、オリエンテーリングを通して、親子や友達同士の親睦が深まる楽しい1日となりました。



スポーツ教室を開催しました

5月18日(土)、上海府体育館で今年度1回目のスポーツ教室を開催しました。当日は、村上ohanaネットの渡辺さんを講師にお迎えし、「スポーツかるた」という老若男女問わずできる「ゆるスポーツ」を体験しました。保育園児や小中学生、地域の方など20名が参加し、スポーツかるたを無理なくゆる〜い雰囲気で行いました。上海府小学校閉校以来の子どもたちと地域の方が集まる場となり、久しぶりの再会に喜び一幕もありました。次回は、11月頃の開催を予定していますのでお楽しみに♪



6/2(日) 第18回 ふれあい大運動会inかみかいふ

総合優勝

柏尾

総合準優勝
岩ヶ崎

総合3位
吉浦・馬下

努力賞
大月



5月25日(土)は、運動会に向けたグラウンド除草作業を行いました。お天気にも恵まれ、100名を超える大勢の皆さんがご参加ください、おかげさまで気持ちよく運動会を開催することができました。ご参加くださった皆さん、ありがとうございました！！



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。

山桜盛り上がり咲く里山は見渡す限り輝き満てり

(佐藤壯子)

令和明け萌黄色満つこの五月心新たに薫る風来る

(太田美也子)

畑仕事終わりにて帰れば娘の料理長き連休帰省も嬉し

(佐藤良子)

朝風の中に迎えし令和の日幸と平和を祈り続けむ

(小野静江)

初夏の風清けく受けて令和なる幕は開けゆき雅子妃まぶし

(井上スミ)

平成の晩酌これで終わりかと持つ盃に過去を偲びぬ

(鈴木昭作)

新皇后気品あふるる雅子さま笑顔に安堵し記帳に向かう

(加藤五三子)

忘れ物預かっています

5月25日(土)に行われたグラウンド整備作業の際に、手袋(※下記写真)のお忘れ物がありました。お心当たりのある方は、上海府地域コミュニティセンターに取りに来てください。



ほけんし・なかがわの

「HOT ほっと ひといき」コーナー

村上市の特定健診検査項目

- ・身体計測(身長、体重、BMI、腹囲測定)
- ・血圧測定
- ・脂質検査(総コレステロール、HDL・LDLコレステロール、中性脂肪)
- ・肝機能検査(GOT、GPT、 γ -GTP)
- ・腎機能検査(血清クレアチニン、e-GFR)
- ・血糖検査(空腹時血糖又は随時血糖、HbA1c検査)
- ・尿検査(尿糖、尿蛋白、尿潜血)
- ・貧血検査(赤血球、ヘモグロビン値、ヘマトクリット値)
- ・尿酸値
- ・心電図
- ・眼底検査

「病院にかかっているのに健診は受けなくても良いですか？」と良く聞かれます。

上記の表は、市の健診の検査項目です。お医者さんでは、これだけの項目を毎年検査しているとは限りません。腎機能検査(血清クレアチニンや e-GFR)、尿検査などは検査されていますか?特に、腎臓の機能は知らず知らず自覚症状のないまま進行し、気づいた時には悪化してしまっていることがあります。

検査していない項目がある方は、ぜひ健診を受け生活改善にお役立てください。また、かかりつけ医でも健診がうけられる個別健診もありますので、ご相談ください。

(地区担当保健師 中川紀子)

胃がん検診

受付時間 午前7時45分～午前9時30分

7月8日 海府ふれあい広場

今後の予定

6月の予定

26日 町づくりの委環境安全全部会会議

7月の予定

7日 村上天祭

14日 移動図書館巡回日