



田植えに挑戦!

5月30日(月)、村上小学校5年生児童41名が野潟集落にある田んぼで田植えに挑戦しました。当日は天候にも恵まれ、集落の方々が見守る中、講師の菅原さんや地域の方の指導の下、田んぼ一面に苗を手植えしました。水田へ苗ひとつひとつを丁寧に植え、毎日当たり前前に食べているお米にはこのような苦労があると分かり、生産者の方へのありがたみを実感したのではないのでしょうか。

その後は、足を綺麗にするために海へ移動し、子どもたちは大喜び。「また来たい!」との声が聞こえてきました。実りの秋に、また子どもたちがやってくるのが楽しみです。



～昨年度好評につき、今年も開催! 校舎裏6区画限定～

旧上海府小学校 1日限りの廃校キャンプ場を設置します

まるでプライベートビーチ付きのキャンプサイト!
校舎裏で海を見下ろしながら、ゆったりと夏の1日を過ごしませんか?

日 程: 8月6日(土) 13時～翌7日(日) 10時

場 所: 旧上海府小学校 校舎裏(村上市柏尾2812)

整備協力金: 1区画800円+保険料1人200円程度

問 合 せ: 080-6809-1489 (オレモオメモ 瀬賀)

詳細は、お問い合わせいただくか、オレモオメモホームページをご覧ください→

主 催 上海府地区町づくり推進委員会、上海府地区向上委員会オレモオメモ

7日は、朝7時より海を見ながら
「健康太極拳」に挑戦!

共催:上海府地区青少年健全育成会



海幸フェスタ2022

3年ぶりに海幸フェスタを開催します! 感染症対策として、提供方法や提供数を変更し、安心安全な開催に向け、スタッフ一同、万全な体制で準備を進めています。是非、熱中症対策と感染症対策の上、ご来場ください。

日 程: 7月30日(土) **整理券配布** 午前9時～ ※先着60名

※荒天中止。中止の場合は、当日会場への掲示および町づくり

推進委員会 Facebook ページでお知らせします。

場 所: 海府ふれあい広場前

内 容: 先着60名様にサザエのつぼ焼きを振舞います。

無くなり次第終了となります。

(※事前に整理券を配布する方法に変更しました。)

問合せ: 上海府地区町づくり推進委員会事務局 ☎58-2001



砂丘短歌会 今月の一首

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。



短歌の友突然逝くをタベ知る笑顔おおらかな日々よ

(太田美也子)

ふんだんな旬の野菜に海の幸故郷の味を孫に送りぬ

(小野静江)

ヒザ痛む八十七歳がんばるぞネギも植えたし空豆うまい

(佐藤良子)

歌会を終わりにて「またね」と別れたる友の訃報に言葉なくせり

(井上スミ)

咲くを待ち散るを惜しみて季節移り桜に替わる新緑の山

(鈴木昭作)

突然に友は逝きたり長の間の無二の付き合い礼も言えずに

(加藤五三子)

新型コロナウイルスの影響により、掲載の事業が急遽変更となる場合があります。不明な場合は、主催者へお問い合わせください。

～お知らせ～

町づくり推進委員会
地域活動部会会議で
の提案により、地区
合同運動会につい
て、回覧板によるアン
ケート調査を行いま
す。お手元に届きま
したら、ご協力をお願
いいたします。

今後の予定

7月の予定
24日 移動図書館巡回日
30日 海幸フェスタ

8月の予定
6日 移動図書館巡回日
7日 スポーツ教室「健康太極拳」
8日 むらかみ♡やえ愛♡の日

ほけんし・くどうの

「HOT ほっと ひといき」コーナー

暑い日が続いていますが、皆さん体調はいかがですか？

6月6日に、旧上海府小学校で特定健診があり、68名の皆さんに受診していただきました。ありがとうございました。健診結果は、7月下旬頃郵送しますので、もう少しお待ちください。

上海府の皆さんは集団健診だけでなく、個別健診でも多くの方が受診してくれているので大変うれしく思っています！特定健診は、脳血管疾患や心疾患、腎臓病を予防するために検査項目が決められています。

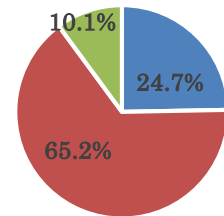
R3年度の特定健診結果から上海府地区の皆さんはHbA1c（食事や運動の影響を受けない1～2か月の血糖の平均値、全身の血管に影響を与える）が正常値を超えた5.6%以上の方が全体の6割以上いることが分かり、その中でも糖尿病の疑いがある6.5%以上の方も1割程度いることが分かりました。

血糖値が高くなる原因は、食習慣や運動不足等の生活習慣によると言われています。皆さん心当たりはありますか？HbA1cの値が高い人は将来の糖尿病発症率や動脈硬化症のリスクが高く、心筋梗塞や脳梗塞の発症率が高くなります。今年度の健診結果が返ってくるこの機会に生活習慣を見直してみませんか？

気になることがあれば、いつでもご相談ください。

村上市役所 保健医療課 ☎53-3364（直通）（地区担当保健師 工藤梢）

R3年度HbA1c値の割合



■ 5.5%以下 ■ 5.6%～6.4% ■ 6.5%以上