



まち協支援 岩船小中学校の取組 ～ふるさと支援講座～

岩船まちづくり協議会は岩船小学校・中学校、保護者等その他関係者によって構成される「学校運営協議会」との協力により、地元の人たちの経験や岩船の歴史などを、授業の中で児童生徒らに教える事を目的とした「ふるさと講座支援事業」を通年で実施しました。以下に取組の一部を抜粋して紹介します。地元の人たちが持つ知識を伝達することはもとより、子ども達との交流も意義のあることで、来年度以降も随時実施していきたいと考えています。

令和4年10月31日、岩船中学校では3年生の授業として、岩船地区の街歩きを実施しました。三日市区の大野区長会長をはじめとした4名の方が随行し、生徒らは4班に分かれて、岩船地区の歴史ある建物・場所について解説を受けながら石船神社、灯台付近、明神橋等々を1時間半ほどかけて散策しました。



令和4年12月13日、岩船小学校では、4年生が課外授業の一環として、それまでに学習してきた「岩船の小路」についての仕上げとして、岩船縦新町区に2枚の看板を設置しました。岩船地区に様々ある小路の成り立ちについて、「村上トライあんぐる」様を講師として、3・4年生はフィールドワークと事前学習を行いました。

令和5年1月18日、岩船小学校5年生は1、2学期を通して学習していた岩船の水産業に係る学習のまとめとして、鮮魚センターでの体験学習を行いました。センター内にある倉庫や水産物の加工場、子ども達が見たことのないような大型冷凍庫など、センター長である安宅様より直接解説していただきました。



「岩船いいところみつけマップ」の配布について

岩船中学校の生徒たちが令和4年4月26日に南魚沼市浦佐地区に修学旅行に行き、現地のまちづくり組織（浦佐地域づくり協議会）が整備する「浦佐フットパス」を参考とし、上記「ふるさと講座」で岩船地区を実地調査して自分たちで作りに上げた岩船の街歩きの地図です。協議会の取組も関係する事業であることから、当初の予定ではありませんがまちづくり協議会も配布に協力するものです。当「まちづくり通信」と同日配布いたしますので、是非マップを片手に散策してみてください。見慣れた岩船の景色でも、新しい発見があるかもしれません。

源内塾運営のお手伝いさん募集

まちづくり協議会では岩船上大町の「源内塾」を地域の拠点として有効活用する観点から、平成31年度より「いわふねのお茶の間」「健康づくり教室」などを定期的に行い、居場所作りや活用のPRを行っています。これらの運営には施設開放時に清掃や運営のお手伝いをしてくださる協力者のお力が欠かせません。ついては、月1～2回程度源内塾の催しについて協力してくださる方を募集します。ご興味のある方は、下記事務局までご連絡ください。詳細は、協力者の方とまちづくり協議会の会議の場を設定して後日説明いたします。

岩船まちづくり協議会 / 互近所ささえ～る隊事務局
岩船地域コミュニティセンター (Tel:56-7071)



活動の様子

すこやか



保健師メモ

～フレイル予防3つのポイント～

先月のまちづくり通信では、「**フレイル***」についてお話ししました。フレイル自己チェックの結果はいかがでしたか？当てはまる項目が多い…と思った方は、下記のフレイル予防のポイントを生活の中に取り入れてみましょう。

※フレイル…加齢によって、心と体の働きが弱くなった状態

① 栄養

私たちの体を作っている細胞は、毎日少しずつ入れ替わっています。食事は細胞が入れ替わるための材料となるため、**バランスの良い食事を3食しっかり摂りましょう。**

② 身体活動

運動は筋肉の発達だけでなく、食欲や心の健康にも影響します。

今より10分多く体を動かしましょう。

③ 社会参加

人とのつながりを持つことがフレイル予防には効果的です。

趣味やボランティアなど、**自分に合った活動を見つけましょう。**

少しずつ暖かくなり、フレイル予防に取り組みやすくなる季節です。茶の間などでフレイルについてより詳しくお話もできますので、お気軽に下記までご相談ください。



新採用から岩船地区を担当させていただき、もうすぐ2年が経ちます。

「近くに来たらいつでも寄ってね」、「市役所に寄ったから、顔を見に来たよ」など、みなさんからいただく温かい声が励みになりました。

今年1年、大変お世話になりました！



お問い合わせ先

岩船まちづくり協議会事務局 津島 住所：村上市八日市9-8 TEL：56-7071 FAX：56-6055

メール：kohei.tsushima@city.murakami.lg.jp HP：<http://www.iwafune-machikyo.net>

お問い合わせ先（保健師通信）

村上市役所保健医療課 岩船地区担当 保健師 川原あかり 電話：53-2111（内線2441）