

# 上海府

かわら版



# 第11回かみかいふ写真コンテスト

38点ものご応募をいただいた「第11回かみかいふ写真コンテスト」  
気になる開票結果の発表です！今年の受賞作品は下記の通りとなりました。  
受賞された皆さん、おめでとうございます！

## 大賞「お盆にあげるお寺境内の花作り」

太田美也子さん（馬下）



～投票された方のコメント～

- ・上海府の風物詩が見られてよかったです。
- ・お盆のお供花をみんなで準備している写真がとてもステキでした。
- ・おばあちゃん達の笑顔がステキ
- ・一緒にこういう仕事をしているのが、楽しそう。★☆☆\*

第442号



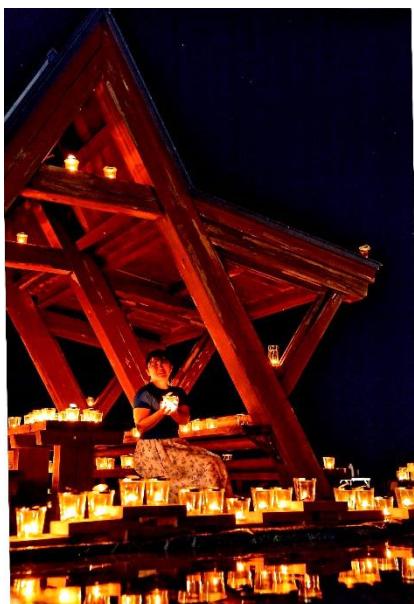
## 佳作「くくりワナに掛かったイノシシ

90kg超の巨体」長茂樹さん（大月）



～投票された方のコメント～

- ・臨場感がすごいから
- ・取れて良かった！！
- ・立派なイノシシにびっくり！
- ・ワナにかかったイノシシは見たことがなかったので



優秀賞  
「ふれあい広場のラブンツエル」  
瀬賀真亮さん（大月）

## 互近所ささえ～る隊賞

「みんなで声援」

井上ミチ子さん（馬下）

～投票された方のコメント～

- ・上海府の人々のつながりとあたたかさを感じました



～投票された方のコメント～

- ・光と影がきれいに出ていて、とても幻想的で素敵なお1枚でした。
- ・上海府活性化のために、すてきな企画をありがとうございます。

～投稿された方

のコメント～

- ・夕陽がきれい
- ・とてもきれいな夕日でした



素敵な写真ばかりだったので、どの作品に投票しようか悩まれたことと思います。

今年も、写真を通して、上海府の魅力を再認識することができた写真コンテストとなりました。

応募者の皆さん、ありがとうございました。

審査員賞「共演」  
菅沼利幸さん（藤沢）

「上海府らしさ」を感じる写真を選ぶ  
「審査員賞」は、秋まつり当日、当会の審査員により選ばれました。



# 上海府地区秋まつり



11月9日（日）、旧上海府小学校と上海府体育館を会場に上海府地区秋まつりを開催しました。今年もたくさんの方にご来場いただきました。

## ランチルーム

ランチルームはお昼時間の開催とあって、恐竜レースや抽選会までのお休み処として、多くの方に利用していただくことができました。久しぶりにお会いできた方と話が弾んだり、いっしょに軽食を楽しむなど、地域の皆さんがあらためて交流を深める空間となっていました。



## 渡り廊下

渡り廊下では、恒例の「かみかいふ写真コンテスト」を開催。今年もたくさんの方にご応募いただき、皆さんが見つけた上海府のステキ♡がたくさん展示され、たくさんの方に投票いただきました。

また、「ささえ～る隊コーナー」では、上海府の好きなところ・良いところを書き出してもらいました。今年もミサンガ作りが行われ、たくさんの方に楽しんでいただくことができました。

今回は、撮影スポットがあり、子どもたちが互近所フラワーから顔を出して撮影していました。かわいいお花が完成しましたね。



↑ミサンガ作り

## 1・2年生教室

1・2年生教室では、地区的皆さんの作品展示・ゲームコーナー・防災土コーナー・手作りアクセサリーの販売など、芸術に触れたり、ゲームで楽しんだりできる場所となりました。輪投げが難しく、なかなか入らないのですが、入ったときには歓声があがり、皆さんに喜んでもらっていました。



## 食推コーナー



地区的食推さんによる試食コーナーでは、今年は地域の郷土料理「大海」、「青菜ののりタク和え」がふるまわれました。上海府の郷土料理「大海」は、食推さんらしいやさしいお味でした。

↓撮影スポットで撮影したよ





## 恐竜レース

上海府地区向上委員会オレモオメモ

主催の「恐竜レース」、今年は趣向を変えて開催されました。

今回は4頭の恐竜で予選レースを2回行い、スタート後くじに書かれたミッションを行わなければいけません。足が遅くても運次第では勝つことができます。しかし、強い人は運までも味方につけるようです。去年に引き続き野潟の『ノガルイタウルス』が優勝しました。ミッションには、“AB型の人と一緒に走る”など、会場の観客の協力がなければゴールできません。また、“ぐるぐるバット5回”など恐竜でなくても大変なミッションをこなさなくてはいけません。そのため、周回遅れの恐竜もでていましたが、会場は非常に盛り上りました。予選を勝ち抜いた恐竜は第1レースから柏尾『カオスノユズトル』・早川『タグ一ハヤカドン』。第2レースからは大月『アサヒンヅキルス』・野潟『ノガルイタウルス』となり、決勝戦を行いました。決勝戦は、なかなか迫力ある展開となり、みごと野潟の恐竜が勝ち切りました。

また、今回もちびっこ（幼児・小学生対象）の恐竜鬼ごっこも行われました！子どもたちは懸命に恐竜から逃げていました。



## スタンプラリー・抽選会

スタンプラリーとお楽しみ抽選会には、大勢の方にご参加いただきました。スタンプラリーでは、子どもたちが会場へ入ったときから、これが欲しい！と目をつけて、スタンプを集め、お目当ての景品を無事ゲットしていました。

お楽しみ抽選会では、大勢の方に抽選券を抽選箱にいれてもらいました。今回はひとり1回抽選できるため、家族で3個当たるご家庭もありました。運がいいですね。

『景品』を見事当てたみなさん、おめでとうございます。

みなさん、秋まつりは、お楽しみいただけましたでしょうか。

あやぶまれた天候も持ちこたえて、たくさんの方にご来場いただき、笑顔で溢れた1日となりました。

また、地域の様々な団体にご協力いただき、無事に秋まつりをつくり上げることが出来ました。大変ありがとうございました！



## ご注意ください！

今年はクマの目撃情報が相次いでいます。

目撃情報があった付近は近づかず、十分に警戒してください。熊の活動が活発な早朝や夕方は特に気を付けてください。可能な限り複数人で行動し、単独行動を避けましょう。



## お知らせ

年末年始は、  
以下のとおり**休館**します。

12月29日（月）  
～1月3日（土）



※1月5日（月）より  
通常開館

上海府連絡所  
上海府地域コミュニティセンター

## 今後の予定



12月の予定

20日 8日 7日  
移動図書館巡回日  
村上ささえ愛♡の日  
移動図書館巡回日



ほけんし・クロサワの

## 「HOT ほっと ひといき」コーナー



### ●ヒートショックに気を付けましょう

12月になり一層冷え込む季節になりました。体調は崩されていませんか？

冬は寒暖差による血圧の急激な変化が起きやすいといわれています。血圧は体温調節とも関係しており、暑いときは熱を逃がすために血管を拡張し、寒いときは逃がさないために血管を収縮させています。

このとき注意が必要なのが「ヒートショック」です。「ヒートショック」とは、室温や気温の急激な変化に伴う血圧の変動によっておこる健康障害をいいます。

特に気を付けたいのが、冬場の入浴時です。例えば暖かい部屋から寒い脱衣所に移動して着替える時には血管が収縮し、熱い浴槽に浸かる時には血管が拡張するため、「ヒートショック」が起こりやすくなります。

次の対策方法を参考にしてみてください。

### 入浴時の対策

- (1)入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
- (2)湯温は41度以下、お湯に浸かる時間は10分までを目安にする
- (3)浴槽から急に立ち上がらない
- (4)食後すぐの入浴や、飲酒後、服薬後の入浴は避ける
- (5)入浴する前に、同居する家族にひと声かける



【出典：政府広報オンライン】

村上市役所保健医療課健康支援室 ☎53-2111（内線 2441）（地区担当保健師 黒澤拓海）