

※ 12 月 11 日から 1 月 10 日までの届け出です（敬称略）※保護者やご遺族などの了承を得て掲載しています

おたんじょう			おくやみ		
■村上地域			■村上地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
楓 宗之	鈴木 宗之	飯野二丁目	丸山 登志	93	岩船岸見寺町
朋 大雅	山岸 大雅	緑町二丁目	佐藤 静男	89	坪根
釉 司	中山 司	上片町	松田 キヨ子	90	三之町
季 祐介	岩佐 祐介	大欠	伴田 秀子	77	岩船中新町
柚 涼夏	須貝 涼夏	肴町	太田 静雄	84	馬下
晴 紀之	仁井田 紀之	田端町	高橋 政志	71	南町一丁目
樹 上相川	加治 健太郎	上相川	佐藤 千恵子	96	山居町二丁目
■荒川地域			■荒川地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
帆 千熙	渡邊 千熙	下鍛冶屋	和田 スエ子	81	岩船地蔵町
翠 七湊	木村 翔	七湊	伊藤 雪恵	64	間島
神 百百合子	佐藤 キヨ	羽黒町	佐藤 キヨ	91	長井町
朝 章一	鈴木 章一	久保多町	小田 かなな	65	緑町五丁目
朝 東 金藏	東 金藏	松山	鈴木 孝夫	90	飯野三丁目
朝 孝夫	鈴木 孝夫	飯野三丁目	大倉 ひとみ	65	早川
朝 テイ	松村 テイ	塩町	齋藤 ムツ子	93	齋藤三丁目
朝 リヤ子	瀬賀 リヤ子	岩ヶ崎	齋藤 ムツ子	93	塩町
朝 武男	川村 武男	下山田	齋藤 ムツ子	93	飯野三丁目
朝 清治	長谷川 清治	新町	齋藤 ムツ子	93	飯野三丁目
朝 幸子	小田 幸子	西興屋	齋藤 ムツ子	93	飯野三丁目
朝 進	増田 進	羽黒町	齋藤 ムツ子	93	飯野三丁目
■朝日地域			■朝日地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
柊 和剛	岩沢 和剛	中原	磯部 トキエ	90	佐々木
柊 和剛	岩沢 和剛	中原	磯部 トキエ	90	佐々木
柊 和剛	岩沢 和剛	中原	磯部 トキエ	90	佐々木

おたんじょう			おくやみ		
■村上地域			■村上地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
丸山 登志	93	岩船岸見寺町	磯部 トキエ	90	佐々木
佐藤 静男	89	坪根	磯部 トキエ	90	佐々木
松田 キヨ子	90	三之町	磯部 トキエ	90	佐々木
伴田 秀子	77	岩船中新町	磯部 トキエ	90	佐々木
太田 静雄	84	馬下	磯部 トキエ	90	佐々木
高橋 政志	71	南町一丁目	磯部 トキエ	90	佐々木
佐藤 千恵子	96	山居町二丁目	磯部 トキエ	90	佐々木
荒木 健次	89	上の山	磯部 トキエ	90	佐々木
和田 スエ子	81	岩船地蔵町	磯部 トキエ	90	佐々木
伊藤 雪恵	64	間島	磯部 トキエ	90	佐々木
佐藤 キヨ	91	長井町	磯部 トキエ	90	佐々木
佐々木 百百合子	88	久保多町	磯部 トキエ	90	佐々木
鈴木 章一	72	緑町五丁目	磯部 トキエ	90	佐々木
小田 かなな	65	松山	磯部 トキエ	90	佐々木
東 金藏	74	早川	磯部 トキエ	90	佐々木
大倉 ひとみ	65	早川	磯部 トキエ	90	佐々木
鈴木 孝夫	90	飯野三丁目	磯部 トキエ	90	佐々木
齋藤 ムツ子	93	塩町	磯部 トキエ	90	佐々木
松村 テイ	86	岩ヶ崎	磯部 トキエ	90	佐々木
瀬賀 リヤ子	94	下山田	磯部 トキエ	90	佐々木
川村 武男	88	新町	磯部 トキエ	90	佐々木
長谷川 清治	87	西興屋	磯部 トキエ	90	佐々木
小田 幸子	91	羽黒町	磯部 トキエ	90	佐々木
増田 進	76	羽黒町	磯部 トキエ	90	佐々木
■荒川地域			■荒川地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
磯部 トキエ	90	佐々木	磯部 トキエ	90	佐々木
磯部 トキエ	90	佐々木	磯部 トキエ	90	佐々木
磯部 トキエ	90	佐々木	磯部 トキエ	90	佐々木

おたんじょう			おくやみ		
■神林地域			■神林地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
小川 マス	85	海老江	小川 マス	85	海老江
田中 ハル子	89	荒川松山	田中 ハル子	89	荒川松山
一ノ瀬 春芳	90	藤沢	一ノ瀬 春芳	90	藤沢
齋藤 シン	99	田島	齋藤 シン	99	田島
小川 丈雄	89	海老江	小川 丈雄	89	海老江
矢野 定代	79	坂町	矢野 定代	79	坂町
伊藤 ワカ	98	花立	伊藤 ワカ	98	花立
渡邊 梅藏	82	大津	渡邊 梅藏	82	大津
高鳥 キン	94	下鍛冶屋	高鳥 キン	94	下鍛冶屋
川又 康雄	84	切田	川又 康雄	84	切田
伊藤 吉逸	78	花立	伊藤 吉逸	78	花立
信田 ヨシ	89	海老江	信田 ヨシ	89	海老江
■神林地域			■神林地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
長谷川 憲明	78	塩谷	長谷川 憲明	78	塩谷
岸 アヤ子	83	牧目	岸 アヤ子	83	牧目
田中 フキ	96	福田	田中 フキ	96	福田
齋藤 光彦	62	飯岡	齋藤 光彦	62	飯岡
磯部 平治	80	松喜和	磯部 平治	80	松喜和
齋藤 クライ	89	飯岡	齋藤 クライ	89	飯岡
齋藤 たづ子	72	河内	齋藤 たづ子	72	河内
平山 耕	75	七湊	平山 耕	75	七湊
三科 恵子	73	今宿	三科 恵子	73	今宿
高田 儀一郎	89	宿田	高田 儀一郎	89	宿田
石田 善衛	98	牛屋	石田 善衛	98	牛屋
木村 和男	75	七湊	木村 和男	75	七湊
鈴木 一男	94	平林	鈴木 一男	94	平林
板垣 イミ	99	殿岡	板垣 イミ	99	殿岡
■朝日地域			■朝日地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
相馬 ウメ子	78	あけぼの	相馬 ウメ子	78	あけぼの
相馬 ウメ子	78	あけぼの	相馬 ウメ子	78	あけぼの
相馬 ウメ子	78	あけぼの	相馬 ウメ子	78	あけぼの

人口と世帯数	
（1月1日現在）	
人口	52,228人（－112）
男	25,088人（－56）
女	27,140人（－56）
世帯数	21,980世帯（－24）
※（ ）は前月比	

おたんじょう			おくやみ		
■山北地域			■山北地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
中山 厚子	86	大須戸	中山 厚子	86	大須戸
小田 キヨ子	95	布部	小田 キヨ子	95	布部
本保 陽	69	大場沢	本保 陽	69	大場沢
高橋 レイ子	85	猿沢	高橋 レイ子	85	猿沢
水島 サダ	94	小揚	水島 サダ	94	小揚
飛田野 一郎	91	小揚	飛田野 一郎	91	小揚
岩沢 昇一	84	岩沢	岩沢 昇一	84	岩沢
■山北地域			■山北地域		
（出生児）（届出者）（行政区または住所）			（氏名）（年齢）（行政区または住所）		
岩田 一男	84	浜新保	岩田 一男	84	浜新保
小林 キユ子	94	府屋本町	小林 キユ子	94	府屋本町
佐藤 淳子	63	小俣	佐藤 淳子	63	小俣
齋藤 修吉	91	越沢	齋藤 修吉	91	越沢
加藤 ミヨキ	97	大毎	加藤 ミヨキ	97	大毎
大滝 節子	58	北中	大滝 節子	58	北中
富樫 カツエ	99	大代	富樫 カツエ	99	大代
渡邊 民藏	85	桑川	渡邊 民藏	85	桑川

食推おすすめレシピ



村上市食生活改善推進委員（略して食推）は「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、市内で食に関する活動をしています。

《調理》村上市食生活改善推進委員 問保健医療課健康サポート室（☎53－3364）

地元食材を利用して適塩でバランスよく食べよう 1日当たりの塩分摂取量の目標値 男性7.5g未満 女性6.5g未満

コーンとツナのサラダ混ぜごはん

調味料は市販のフレンチドレッシングでも代用可能です。

＜材料4人分＞

レタス…4枚 オータムポエム…1/2束 ツナ缶…2缶(正味140g)
コーン缶…1/2缶 ごはん…2合分
A オリーブオイル…大さじ1/2 塩…小さじ1/2 こしょう…少々
酢…大さじ2



＜作り方＞

- ①レタスは洗って2cm角に切り、キッチンペーパーで水分を拭く。
- ②オータムポエムは洗って2cmに切って、茹でた後によく絞る。
- ③ツナ缶の油とコーン缶の水気は切っておく。
- ④ボウルにごはんを入れて、混ぜ合わせたAを混ぜる。
- ⑤ごはんの上に、レタスやオータムポエム、ツナ缶、コーン缶を、彩り良く盛り付ける。

栄養価(1人分)

エネルギー389kcal たんぱく質11.9g 脂質11.7g 炭水化物62.5g 食塩相当量1.0g
ポイント：主食や主菜、副菜のそろったバランスのよい食事になります。地元のオータムポエムを使って、おいしく食べましょう。

地球にイイコト ECOアクション ⑥

～環境フェスタ 環境俳句・川柳コンテストを紹介～

問環境課環境政策室（☎75－8933）



環境について一首詠んでみたよ！ 小中学生の皆さんありがとうございました！

10月5日(日)に開催された「環境フェスタ村上2025」では、村上第一中学校地域学校協働本部「だすけ村上」の呼びかけにより、市内小中学校から465作品が集まりました。その中から入賞作品を紹介します。

※敬称略

金 賞	この世界 ガスや燃料 電気化へ	村上小学校	6年	前田 琳太郎
//	リサイクル 捨てる勇気と 拾う知恵	山北中学校	2年	齋藤 蓮心
銀 賞	木を植えて 大事な森に 恩返し	朝日さくら小学校	6年	富樫 陽葵
//	夜の山 水辺を照らす 姫蛸	荒川中学校	3年	木村 明風
銅 賞	十七の 目標目指し (SDGs) いざ対策	村上小学校	6年	松本 慶
//	夏の暮れ 広がる黄金 稲畑	村上第一中学校	3年	横山 千尋
特別賞	行動で 未来を守ろう 私たち	保内小学校	4年	鈴木 利宗
//	ぜったいに ごみをばいすて するわけねえ	金屋小学校	5年	近藤 利憲
//	海と山 世界を守る 私の手	村上南小学校	6年	越善 ななみ
//	海に降る 誰かが捨てた ゴミの雨	山北中学校	3年	本間 玲奈