



さんぼく地区  
まちづくり  
通信

no.44

# さんぼく

山北地区まちづくり協議会が発足して十五年目となります。この間に地域は、急激な人口減少と少子化高齢化が進み、想像をはるかに超えて地域の過疎化が進行し、また、災害やコロナ禍などを機に、これまで大切に守られてきた集落行事が途絶えるなど、風俗や生活環境にも影響が表れています。

一方で、官民共同による新しい公共交通システムの導入により、住民の足が確保され、中心部の空き店舗には新規スーパーが出店するなど、暮らしへの好変化も見え始めています。

今地域づくりは、社会情勢の変化により地方創生が推進される中で、その考え方、運営組織の在り方、そして住民の関わり方が問われています。

時代に遅れることなく、笑顔絶えない山北地域が永遠に続くよう、一人ひとり何ができるか考え、ワガコトとして身近なことから行動してみませんか。

集落支援員 大滝寿



2026.3.15 発行号

今川集落のみなさんは投球の練習から真剣です。ご夫婦での参加も2組ありましたが試合は男性対女性で行われました。



【集合】8:40~9:20

①今川集落開発センター  
(椅子に座って行う体操とポッチャ)

買い物と体操やポッチャなど  
軽い運動を組み合わせた  
“楽しむ・集まる・出かける”  
半日おでかけツアー

去年免許返納したから、これ(買い物ツアー)が楽しみなんだよ〜



買い物ツアー【今川集落編】



椅子に座ったままお話ししながらも丁寧にストレッチなどで身体と気持ちをほくします。



買い物困難者支援\*健康管理対策\*つどいの機会



## 『おでかけさんぽぽ』

山北地区まちづくり協議会は、板垣美枝子集落支援員を中心に買い物支援を通じたささえあいのまちづくりを進め、日々の楽しみを増やして、生き生き生活を提案していきます。



Start



つなぎやくの

おでかけさんぽぽは、  
『買い物に困ってる』だけでなく  
みんなで一緒になることが  
いいと思うの。

左から、民生委員の中村美恵子さん(今川集落) 齊藤りえ子さん(越沢集落) 集落支援員とのやりとりや買い物中の見守りなど心強いサポーターとして参加してくれています。

10:10~10:40  
②サンキ村上市店



10:45~12:00

③原信マーケットシティ  
(ファッションしまむら・セリア・原信村上市インター店)



板垣支援員は、みなさんが楽しんで買い物されているか小走りで施設を順々に回り、声掛けしながら確認していきます。

【到着】12:50

④今川集落へ戻る

荷物も多いので自宅近くで下ろしてもらえると便利です。

【編集・発行】

山北地区まちづくり協議会 事務局  
TEL 0254-77-3111  
s.shinko-chiiki@city.murakami.lg.jp  
〒959-3993  
村上市府屋232番地(村上市山北支所内)

Home page



Facebook



~こころ一皿、普段着のおもてなし~ 959-3941  
新潟県村上市基47

# 民家レストラン 風止のりす仲

NAKA

TEL 0254-77-3759【営業日 金・土・日】※冬季休業

春の訪れです!  
外壁や屋根廻りの点検をしませんか

## (株)マルカ工業 0254-77-2608

(株)マルカ工業一級建築士事務所 [担当 一級建築士 加藤 英人]

お住まいの困りごとお気軽にご相談ください

まちづくり通信に広告を掲載する事業者を募集しています。詳しくは事務局にお問合せください。

【第4回ワークショップ】

「山北の楽しい イベント企画」

講師 板垣 敏幸



エッジのテーブル  
海辺のテイクアウト

村上牛のビーフシチューと御飯がめちやくち合うのゆで卵が とても美味しかった。 Y樹

これまでの3回の講座で学んだ知識をフル動員して“山北の楽しいイベント”をみんなで考えました。4グループに分かれて“ワイワイガヤガヤ”楽しく夢を語り合った結果、「日本国の植物フィールドワーク（現地調査）」「食から山北を知ろう」「山北フォトゲイニング（地図をもとにチェックポイントを回り得点を集めるゲーム）」「山北“宝”鍋」が提案されました。

どれか一つでも実現できたらいいですね！！

海、山、世代、立場 それぞれの考えや思いの違いを知ることができた。

企画を考えるのはおもしろい もっと柔軟に アイデアを出せれば...

【第2回 座学】 11/5(水)

「山北の文化財」

講師 竹内 裕



菅原鮮魚店  
(中継)



中継桜まつりの時もクオリティが高いお弁当でしたし、今回も、とても美味しくいただきました。 K男

「文化財」をテーマに参加者の皆さんと活発な意見交換ができました。とても楽しい時間でした。山北の自然、四季を通じて色彩豊かな生活の中で育まれた歴史文化には「文化財」としての価値があります。それは現地に行かなければ体験できない、理解できない価値でもあり、大きな魅力です。

今後機会があれば、地域の魅力を「知る」「発信する」今回のような取組にぜひまた参加させていただきたいと思います。

話を聞いて面白かった。文化財をめぐるツアーがあってもいいと思う。

東北の文化、北陸の文化の両方を取り込んでいる山北は、特に歴史深い文化が残っていると感じました。

山北を知る事で起きる“化学反応”を体験できた『山北塾』  
どんな学びがあったのか、皆さんにもご紹介いたします。

# 山北塾

山北地区まちづくり協議会《委員実践活動》

「山北塾」は地域の皆さんに山北のことをもっと知ってもらいたいという思いからまち協の委員実践活動(委員発案の自主事業)として実施しました。

講座の前には注文制で毎回地元の美味しいお弁当を食べて“幸せ”な気分の中で講師の話に耳を傾けました。

初めて聞く話や“なるほど”という納得の話、“え〜っ”という驚きの話などがたくさんあって、心も体も満たされた4回の講座でした。

地名の由来に思いをめぐらせる良い機会でした。災害や地形様々な由来があることを知り、大変勉強になりました。

お話が上手でとても楽しかったです。

人気だった座学

## 第1回 「地名を考える」

学びたい講座は？

「山北の食」  
「フィールドワーク」  
「歴史学」

満足度

山北に生まれたけれど、知らないことだらけでした。何もないところだけど、よいところなので もっともっと盛り上げていきたい。

知ってるようで知らないことばかりだった。『楽しく知る』ってとても良いことだと思う。

満足度

アイデアが せっかく出たので、実践編!!の講座...というよりチーム作りたい。

満足度

今後の受講希望

Yes 92.3%

参加してみたの感想を聞いてみました。

山北塾

## 山北塾

参加してみたの感想を聞いてみました。

【第3回 座学】 11/19(水)

「山北の宝・集落の宝」

講師 大滝 寿



増子商店  
(中継)

いろんなものが少しづつ入っていて、楽しみながら食べれました。地場産のものがあると もっとうれしいです。 E美

自然・人工物・生活文化・人、それぞれの“宝”についてお話しました。また、山北に縁のある著名人として、大関朝日嶽(北田中)、政治家教育者加藤勝弥(板屋沢)、越後のJ万次郎:伊之助(板貝)、大川宿(府屋)に宿泊した吉田松陰、文豪田山花袋は北中に滞在して「廢駅」を執筆したことなどを紹介しました。

山北にはまだまだ知らない埋もれた資源(宝)が沢山あるはずですよ。

皆さんだったらこの宝どう活かしますか？

来年の集落の収穫祭で、もらった資料展示をして、それをネタに当時の話を聞いてみたいと思う。

【第1回 座学】 10/22(水)

「地名を考える」

講師 本間 清



ギャラリィ&  
カフェ  
えん(府屋)

まずは塾で「地名」を取り上げていただいたことに感謝します。なかなか地名をお話しする機会がなく、またここで話すには私も勉強しないといけないので助かりました。

まちづくりに一番大事なことは自分の住む「ふるさと」に関心と敬意を払うことで、ここからスタートします。

受講者のみなさんからは「自分の集落名を知りたい」という熱意が伝わってきましたので、いいまちづくりが期待できます。

季節を感じられるお弁当は とても良く、他から来た方に食べてもらいたい。美味しい料理 ありがとうございます。 Y子