すなやま支援員だより

VOL.96

令和　8年3月　発行
発行者：砂山地域集落支援員　阿部久美子
拠点施設：めでたや
住所：村上市塩谷1325-48(中央公民館内)
電話：　62-7222
防災タブレット：62-7222

柔らかな日差しに包まれ桜のつぼみも膨らみ始め集落のあちこちでフキノトウが顔を出し始めました。ようやく長い冬が明け、心弾む季節の到来ですね。

新年度を迎え、店舗型買い物支援の拠点“めでたや”も、まちづくり協議会さんのお力をお借りして、装いも新たにスタートしようとしています。単に物を買う場所ではなく、皆様が安心して集まれる場所であり続けたいと願っています。冬の間はこもりがちだった体も、春の日差しを浴びると少し動かしたくなりますね。お買い物ついでに、「最近ちょっと困っていること」など気軽にお聞かせください。一緒に考え、必要なお手伝いや窓口につなぐお手伝いをいたします。ふとした生活の不安や福祉の相談などご遠慮なくご相談ください。皆様の「困った」に寄り添うのもこのめでたやの大切な役目です。めでたやでお茶飲み話でもして、心も体もリフレッシュしませんか？



めでたやに看板があったほうがいいと思う、俺が作ってやるよ、という地域の人がこんなに可愛いめでたやのカッティングをしてきてくださいました。左の鯛は私のミスで上下逆に貼ってしまい、申し訳ないことをしましたが、とても気に入っています。他にもお便りを書く時の参考になるのでは？と、「神林村史」や岩船潟の歴史、塩谷砂丘の自然の報告書等々の資料を持ってきてくださる方々もいます。私が、料理が下手なのもわかっていて、おいしい“きらずいり”や“いいずし”を届けてくださる方も。地域の方たちに可愛がってもらって幸せだなと、思う毎日です。

すなやま支援員だよりについてご意見、ご要望がございましたら、
お気軽にお問合せください。E メールアドレス；sunayama.shien@gmail.com

健診・がん検診を受けましょう！

村上市の高齢化率は 41.9％と新潟県平均(34.6％)より高い状況です(令和 7 年 10 月現在)。何歳になっても自分の身の回りのことは自分でやり、元気に生活できるといいですね。そのためにできることの 1 つに生活習慣病やがんの早期発見・治療があります。

新年度に入り、神林地区ではすでに今年度のがん検診がスタートしました。生活習慣病やがんは、自覚症状がなく進行します。1 年に 1 回健診・がん検診を受けて、ご自分の健康状態をチェックしませんか？



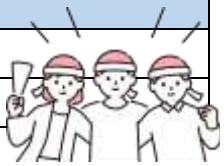
令和 8 年度　集団健（検）診　日程

日　　程	内　　容	場　　所
4 月 15 日（水）	乳がん・子宮頸がん検診	神林保健センター
4 月 20 日（月）～23 日（木）	肺がん検診	
5 月 26 日（火）～29 日（金）	大腸がん検診	
6 月 5 日（金）・8 日（月）・9 日 （火）	特定健診 肺がん検診	神林農村環境改善センター

〇案内・個人記録票　：　がん検診　⇒3 月に発送しました。
　　特定健診　⇒5 月中旬に郵送予定です。
〇胃がん検診　：　今年度～完全予約制となります。
〇健（検）診の申し込みやキャンセルは、下記にご連絡ください。

地区担当保健師

保　健　師　名	担　　当
千　葉（5 月～）※	妊婦、乳幼児、健（検）診に関すること　等
加　藤	介護保険、介護予防、高齢者に関する相談　等



※4 月中はどちらも加藤が担当いたします

＜問合せ＞村上市神林支所地域振興課　保健師　加藤　TEL：66-6113