

感染症対策を徹底しながら… 様々な活動を行っています！

## 😊 和やかサロン(馬下集落) 😊

7月12日(月)、馬下のお茶の間「和やかサロン」では、「みんなで笑おう😊元気アップ教室」を初めて開催し、12名が参加しました。ウェルネスむらかみの講師の指導のもと、体力測定や体操など1時間ほど体を動かしました。参加された



方は、「楽しかった!」「来てよかった!」と久しぶりに汗をかきリフレッシュされた様子でした。

まだまだ厳しい暑さが続きますが、のどが渇いていなくても、こまめに水分補給し、冷房を使った涼しい室内で適度に体を動かし、熱中症に気を付けながら、暑い夏を元気に乗り越えましょう。



上海府  
かわら版  
～上海府地区青少年健全育成会～



第390号

## ☀️ マスクをデコって自分だけのオリジナルマスクを作ろう! ☀️



7月22日(木・祝)、上海府地区青少年健全育成会と共催で「マスクをデコって自分だけのオリジナルマスクを作ろう!」を開催しました。市販のマスクに、布用シールをぺたぺたと貼り、世界でひとつだけのオリジナルマスクを作りました。参加した児童2人は、「楽しかった!」と早速作ったマスクを着用し嬉しそうに帰って行きました。

つらいマスク生活の中でも、工夫ひとつで感染症対策を楽しむことが出来ました。

## 🌸 花いっぱい運動 🌸

7月25日(日)、花いっぱい運動として旧上海府小学校の花壇の整地作業を行いました。当日は、8月8日～9日の上小ワンデイ復活グラウンドキャンプ(主催:村上商工会議所青年部)の事前作業もあり、村上商工会議所青年部さんと合同で実施。コロナ禍ということで、町づくり推進委員会は委員での作業としました。当日は、大変暑い中での作業となりましたが、上海府小学校閉校後から2年以上手つかずの花壇は、見違えるほどすっきりと綺麗になりました。

ご協力くださった皆さん、大変ありがとうございました。



8月31日まで!!

## かみかいふ写真コンテスト応募作品募集中～!

### 募集作品

- 上海府地区の風景や行事の様子などをおさめた写真。
- 令和元年9月1日以降に撮影した、自作で未発表のもの。
- 大きさは、A4またはワイドA切まで。
- 1人3作品まで応募可能。

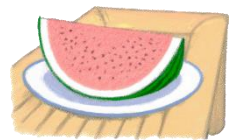
※詳しくは、7月30日配布のチラシをご覧ください。

# 砂丘短歌会 ～今月の一首～

上海府かわら版では、上海府地区の短歌教室

『砂丘短歌会』の皆さんの作品を紹介しています。

短歌教室の皆さんの力作をご覧ください。



佐渡おけさありやさありやさと踊りし日友等と語る若き日々あり

(太田美也子)

梅雨の朝あやめ紫陽花咲き競う吾も負けじと深呼吸する

(鈴木昭作)

次々に解体進む留守の家半年過ぎれば雑草覆う

(佐藤良子)

前倒しコロナワクチン接種するおそろる腕さし出しぬ

(佐藤壯子)

早苗田の青き絨毯織りなせり風はさざ波立て通りすぐ

(井上スミ)

職を退き四十年の時を経て先輩と出逢い話しは尽きぬ

(小野静江)

県産の梅に瀬戸内あらじおと今年の梅干し相性如何に

(加藤五三子)

新型コロナウイルスの影響により、掲載の事業が急遽変更となる場合があります。不明な場合は、主催者へお問い合わせください。

## 今後の予定

8月の予定

29日 村上市 防災訓練

移動図書館巡回日

9月の予定

8日 むらかみ

♡むらさえ愛♡の日

11日 移動図書館巡回日

## ～中止のお知らせ～

新型コロナウイルス感染症の感染状況から、9月20日(月・祝)に予定していた**上海府地区敬老会**は**中止**します。  
敬老者の方には、昨年同様、お弁当などを配布させていただきます。ご理解のほどお願いします。



### むらかみ互近所

### ささえ～る隊コーナー

「暑い☀️」とつい口から出てしまう毎日、お元気でお過ごしでしょうか。

さて、むらかみ互近所ささえ～る隊では、毎月8日を“むらかみ♡ささえ愛♡の日”としました。ずっと上海府で安心して暮らせるよう、ご近所で声を掛け合ったり、ついでにできる事をしたり、一人暮らしの方を気かけたり、どんな小さなことでも良いので、『ささえあい』を意識する日にしてみましょう。

前回の便りを見て、「どうにかならないかねえ」とお電話がありました。はっきり解決したわけではないのですが、その方が少しはスッキリされたのであればうれしいと思いました。読んでいただき、反応があり良かったです。今後もお気軽に「こんな支え合いしたよ～」とお電話をくださいね。

連絡先・村上市社会福祉協議会 地域福祉課 (☎62-7757)

【むらかみ互近所ささえ～る隊 佐藤小百合】