

スポーツの秋 スポーツ教室「健康太極拳」を開催しました

10月10日(月・祝)スポーツの日に、上海府地区青少年健全育成会とオレモオメモとの共催でスポーツ教室を開催しました。柏尾の佐藤裕見子さんと佐藤秀子さんを講師にお迎えし、初心者から経験者まで20名の参加がありました。

当日は気温が低く、会場の上海府体育館内も寒かったのですが、講師の説明に合わせ、呼吸やひとつひとつの動作に集中すると身体はすっかり温まり、参加された方は、和やかな雰囲気の中でゆったりと身体を動かし、心もリラックスされている様子でした。



また、スポーツ教室の前には、オレモオメモ主催のビーチクリーンが岩ヶ崎で行われました。悪天候の中、雨具を着用して1時間程ゴミを拾い、ペットボトルや缶、発砲スチロール等のゴミを大量に回収しました。住んでいる私たちも、しっかりとマナーを守り、ひとりひとりの心がけて、このゴミが無くなる日が来る事を願っています。



第405号

～伝統文化継承事業～ うどん打ち体験

町づくり推進委員会では、10月17日(月)に伝統文化の継承と世代間交流を目的に、瀬波小学校3年生38名を対象とした「うどん打ち体験」を行いました。これは、例年行っている「たこだまし漁体験」が8月の大雨災害による海への影響により、児童の安全確保が心配されたことから、この機会にほかの伝統文化を体験してもらおうと、この地域で昔からよく食べられていたうどん打ちへと変更したものです。

6グループに分かれた子どもたちには、それぞれ地域住民が講師となり指導し、小麦粉が溢れ出さないよう慎重に捏ねる子や、食べる分が無くなりそうなほど元気に捏ねる子など、どのグループも楽しそうに作業を進めていました。また、製麺機からうどんが出てくる様子をはじめて見た際には、子どもたちから拍手が沸き起こり、大変驚いていました。

感染症予防でその場で食べることは出来ず、茹でる前の状態で持ち帰りとなりましたが、何うどんにして食べるのかを考えてきたそうで、お家でうどんを食べるのを楽しみに帰って行きました。(ちなみに、カレーうどんが人気でした。)

今回は、たこだまし漁を体験させることができず残念でしたが、それだけではないほかの伝統文化を学ぶ機会となり、より一層地域の理解を深めてもらうことができたのではないかと思います。引き続き、子どもたちに地域の伝統文化を伝えていけるよう取組みを進めていきます。



🍣 稲刈りをしました 🍣

10月12日(水)、村上小学校5年生39名が野潟集落にある田んぼに稲刈りへ来ました。講師の菅原さんの指導の下、1組と2組で刈り取り作業と稲を運ぶ作業を交互に行い、田んぼの周りには、子どもたちの賑やかな声を聞き集まってきた近所の方が笑顔で見守っていました。

今年は、大雨で稲が倒れてしまい刈り取りが大変そうでしたが、鎌でザクザク切っていく作業を楽しむ様子が見られました。力を合わせ、最後まで綺麗に刈り取った後は、菅原さんのご厚意で振舞われたスポーツドリンクで乾いた喉を潤していました。

今後の授業で、このお米を食べる計画だそうです。新潟に住んでいると美味しいご飯が食べられることを当たり前とってしまいがちですが、そこへ至るまでの苦勞を知り、生産者の方々へ感謝して、心を込めて「いただきます」と、自分たちで頑張ったお米を味わってほしいですね♪



発表! 第8回かみかいふ写真コンテスト 受賞作品が決定しました!



43点ものご応募をいただいた「第8回かみかいふ写真コンテスト」。

22日間の投票期間を終え、気になる開票結果の発表です! 受賞された皆さん、おめでとうございます!



🏆 大賞 幸せ【撮影場所：岩ヶ崎】 瀬賀彩香さん(岩ヶ崎)

～投票された方のコメント～

- ・幸せそうに写っている家族の姿がすごく印象的でした。
- ・幸せそうな笑顔が微笑ましいです!



🏆 優秀賞 コチドリ(小千鳥)の子育て 羽根内にヒナ3羽【大月】 長茂樹さん(大月)

～投票された方のコメント～

動物好きの不肖にはたまらなくすてきです。



🏆 佳作 なぎさの語り【野潟】 星野恒夫さん(寒川)

※子ども部門賞への応募はありませんでした。また、同率2位が複数作品あり、担当役員で審査し決定しました。

今回は残念ながら入賞とならなかった素晴らしい作品の数々をご紹介します。
素敵な写真ばかり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、上海府の魅力を再確認することができた写真コンテストでした。応募者の皆さん、ありがとうございました。



早朝の静寂 (大月)



カモのヒナ団子 (大月)



早川寺 (早川)



早川寺地蔵群A (早川)



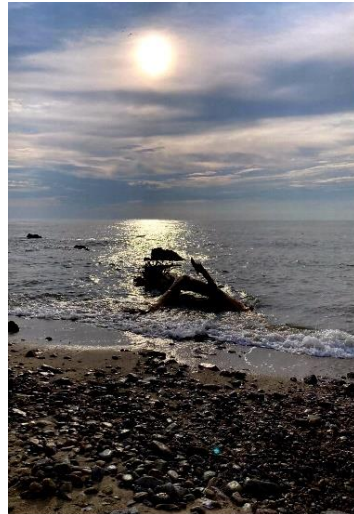
早川寺地蔵群B (早川)



透明度抜群の海 (野潟)



サザエ3兄弟 (野潟)



流れ着くのは海 (早川)



また連れてきてね (早川)



夕陽の跡 (早川)



たこだまし漁体験① (野潟)



たこだまし漁体験② (野潟)



たこだまし漁体験③ (野潟)



寒風の海苔摘み (早川)



海苔すき (早川)



豪雨一過 (早川)



雨が上がったよ (早川)



貝密集 (野潟)



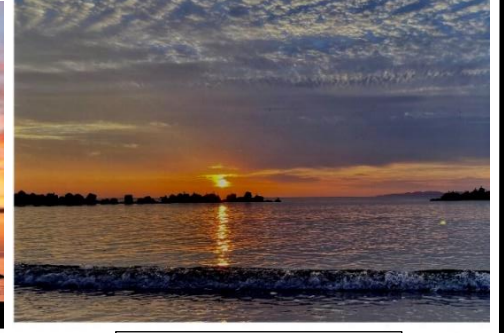
ぼんぼん あじさい (野潟)



パパのかもめ弁当 (野潟)



マジックアワー (野潟)



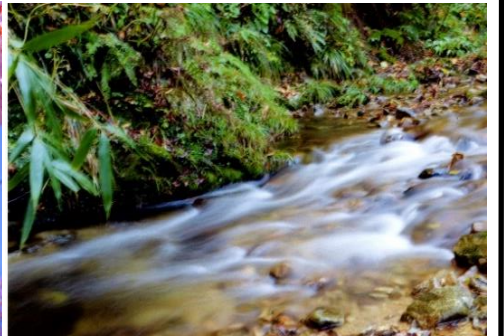
贅沢な時間 (早川)



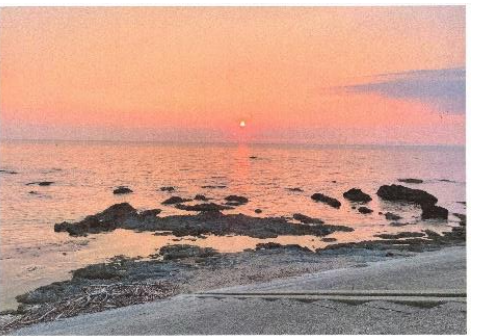
冬の景色 (間島)



満開の桜 (間島)



川の流れ (間島)



沈む夕日がきれいだな (野潟)



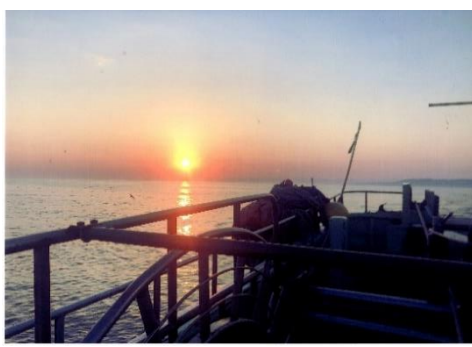
大根を洗う女性 (野潟)



上海府小から見えるキャンプ風景 (柏尾)



お駄賃 (岩ヶ崎)



帰港 (岩ヶ崎)



僕と夏 (岩ヶ崎)



親子 (岩ヶ崎)



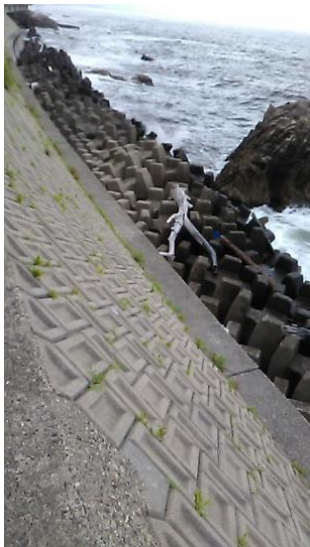
晚餐 (岩ヶ崎)



岩ヶ崎の孫 (岩ヶ崎)



ひ孫 (岩ヶ崎)



馬下海岸に
怪獣? (馬下)



今日の夕飯何かな? (早川)



あまいる
天色の海 (大月)



浜辺の風景 (大月)



肩車 (岩ヶ崎)

～来場された方の感想を一部ご紹介します～

- ・来年もやってネ!!!
- ・県外の者ですが上海府の海が大好きになりました。また来たいです。
- ・みんな大変良い写真です。おどろいています。
- ・海浴いならでの光景だと思います。
- ・上海府の美しい風景を見ることができてよかったです。
- ・たくさんの写真の中から1つしか選べないってのがおしいなあって思いました。それくらい、すてきな写真だらけで見ていて本当にニコツとなりました。
- ・海府の自然豊かな景色がたくさんある写真コンテストで、ステキでした!

砂丘短歌会 く今月の一首く

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。



吾が馬下ちくを護るかのこと聳え立つ吾を見下ろす岩壁見上ぐ

(太田美也子)

山裾の野菊を眺めてワラまるけ汗ばむ体に風のさわやか

(小野静江)

秋日和みのりの田んぼにコンバイン入りて波打つ稲穂刈りゆく

(井上スミ)

猛暑よりにわか秋の気配して柿は色づきイチジク熟す

(佐藤良子)

稲穂なき休耕田に咲き盛るコスモスの花見よとばかりに

(鈴木昭作)

秋澄める亡き友の庭一株の彼岸花咲きしばし佇む

(加藤五三子)

新型コロナウイルス感染症の影響により、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。



ほけんし・くどうの

「HOT ほっと ひといき」コーナー

健診は健康状態を確認する年1回のチャンスです!

最近肌寒い日が続いていますが皆さん体調はいかがですか？
年末が近づいてきましたがもう健診はお済みですか？私は今、今年度特定健診を受診された方の中で、血圧や血糖値、脂質等の生活習慣病のリスクが高い方を対象に訪問させていただき、健診結果と生活習慣を振り返り、現在の健康状態の確認を一緒に行っています。

生活習慣病は自覚症状がなく進むため、年に一度の特定健診を受診して、健康状態を確認することが大切です。今年度の集団健診は終了しましたが、個別健診は来年1月末まで実施しています。受診には個人記録表が必要ですので、手元にない方はご連絡ください。

体調のことで気になることがありましたらいつでもご相談ください。

村上市役所保健医療課健康支援室 ☎53-3364 (直通)

(地区担当保健師 工藤 梢)

今後の予定

11月の予定



- 15日 村上市議会市民厚生常任委員会との懇談会
- 27日 移動図書館巡回日
- 29日 町づくり理事会

12月の予定



- 8日 むらかみ♡ささえ愛♡の日
- 10日 移動図書館巡回日