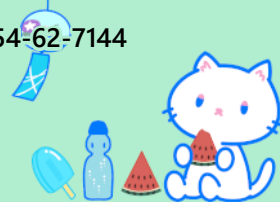


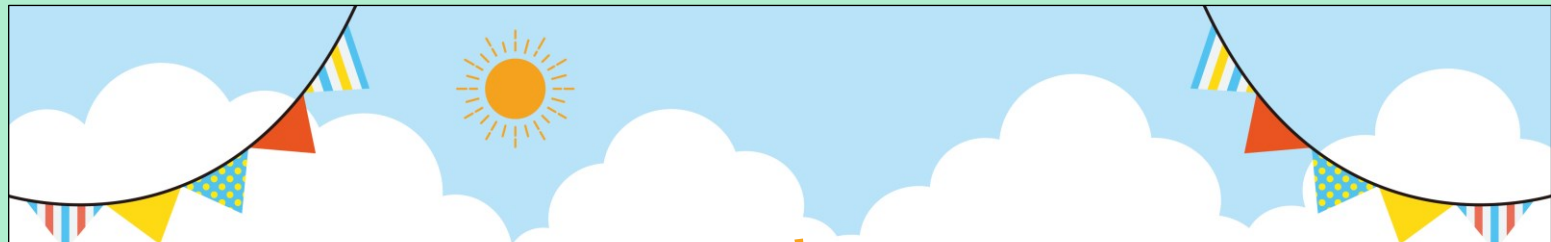


あらかわらばん

2024.8
【Vol.80】



まち協HP <https://www.love-arakawa.com/> Mail: love-arakawa@bz04.plala.or.jp ※本紙に掲載されている記事は、8月1日現在の情報で制作しています。



復興!

令和6年度あらかわみらいファンド助成事業

あらかわ エキマルシェ

9月1日(日)

午後3時～午後7時

JR坂町駅前特設会場(歩行者天国)

駅前マルシェは、令和4年8月豪雨水害の時、助けて頂いた感謝を忘れず、「ありがとう」の思いを込めたイベントで、フリースタイルアラカワが企画し、あらかわみらいファンドを活用し開催しています。当日は、楽しく、美味しいイベントのため、ぜひお越しください。

坂町駅前を中心とした飲食店による

食の饗宴と生ビール

ソフトドリンクの販売もあります

ドリンクチケット購入が必要となります。お得な前売り券があるかも

ステージイベント

もちろんカラオケあります

物販ブース

特産品 なんかも買えちゃう



食べる



飲む



唄う

- <主催>フリースタイルアラカワ・荒川商工会青年部
- <後援>あらかわ地区まちづくり協議会
- <問合せ>フリースタイルアラカワ 村田 080-5090-2761



【最新情報はコチラから(右記QR)】

<https://www.instagram.com/free.style.arakawa/>

おとな時間を楽しむ会

「ちゅうさん」・「らくさん」弾き語りライブ ~あの名曲を弾き語り~

今回は村上市・新発田市を中心に活躍するアーティスト、「ちゅうさん」と「らくさん」による弾き語りライブです♪
芸術の秋、「あら、ほっ」で、ギターが奏でる演奏と魅力ある歌声をみんなで楽しみませんか。



- < 日 時 > 9月29日(日) 午後1時30分~(2時間30分程度)
- < 会 場 > つどい場「あら、ほっ」
- < 定 員 > 30名 ※要申込。当日の飛び入り参加はできません。
- < 参加費 > 1,000円(飲み物・お菓子代) ※当日集金
- < 申込方法 > 8月19日(月) 午前9時から受付開始
先着順で定員に達し次第受付終了。
※荒川地区以外の方は8月26日(月)から受付開始
- < 申込期限 > 9月13日(金)まで
- < 申 込 み > あらかわ地区まちづくり協議会 電話0254-62-3102

~カフェタイム~
「FeFactorycafe109」の
お菓子がですよ☆

荒川商工会 夜間創業相談会をご利用ください

相談料：無料

荒川商工会では、創業を考えている方を対象に、経営指導員による夜間の創業相談を実施します！
創業を考えている方で、どこに相談したらいいかわからない、不安があり準備が進まない、経営や事業の知識やノウハウが不足している、仕事や家事などで平日の昼間に時間がない、などのお悩みをお持ちの方はぜひご利用ください。

- ▶開催日時 8月26日(月)~30日(金)の5日間 午後6時~9時
※今後の開催予定：10月21日(月)~25日(金) / 12月9日(月)~13日(金)
- ▶場 所 荒川商工会(村上市羽ヶ榎104-44)
- ▶相談内容 ・創業したいけれど、どこへ相談したらいいの？創業計画書は？
・開業届などの提出はどうすればいいの？
・資金繰りの相談はどこへしたらいいのかな？ など
- ▶申し込み ご相談は予約制です。お電話かメールでお申し込み下さい。
荒川商工会(TEL:0254-62-3049)
[Mail: arakawa@shisyoren.or.jp](mailto:arakawa@shisyoren.or.jp) (※件名に「創業相談予約申込」とご記入ください)



まちの保健室からのお知らせ

脱水のサインを見逃さないで！

夏に急増する熱中症。近年は、コロナ感染予防として、マスクを着用することも増え、「かくれ脱水」の危険がより高まっています。「かくれ脱水」とは、自覚症状が無いまま脱水が進行する状態で、こまめな水分補給ができないと起こりやすいと言われています。

脱水になりかけているかどうかは、尿の色で自己チェックができます。普段から尿の色をチェックし、水分補給の目安にしましょう！

【右図】厚生労働省「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」の資料を元に作成

喉の渇きを感じたときは既に脱水の傾向にあります。

補給した水分は吸収されるまでに30分以上かかるとされています。

まとめて水分をとるよりも、こまめな水分補給(180~360ml)が脱水予防には効果的です！

| 尿の色 | 脱水の状態 |
|-------|---------------------------------------------------------------------------|
| 薄い黄色 | 問題ありません。 普段通りに水分をとりましょう。 |
| 明るい黄色 | 問題はありませんが、少し給水しても良いかもしれません。 コップ一杯の水分をとりましょう |
| 卵黄食 | 1時間以内に約250mlの水分をとりましょう。 屋外にいたり、発汗しているときは500mlの水分をとりましょう。 |
| 黄土色 | 今すぐ約250mlの水分をとりましょう。 屋外にいたり、発汗しているときは500mlの水分をとりましょう。 |
| 茶色 | 今すぐ1000ml以上の水分をとりましょう。さらに色が濃い、赤/茶色が混ざる時は脱水症以外の問題も考えられます。 すぐに病院に行きましょう。 |

ココロとカラダのメンテナンス

「まちの保健室」…ふくちゃcafe内
村上市坂町1761-2

<https://healthup-hukutya.amebaownd.com/>



荒川地区公民館ギャラリーで 写真を展示します



What's “minzu” ?

荒川地区公民館の1階にあるギャラリー（展示室）は、
通年、荒川地区内で活動している団体や個人が市民ギャラリー展を開催し、
様々な活動成果の発表を行っています。

故郷の清流・荒川の“水minzu”

今回、9月の展示はあらかわ地区まちづくり協議会の支援情報部会で
活動しているメンバーを中心に写真を展示します。

minzu

Instagramのアカウント

@yasu0714oyanagi
@seahappy_
@dicen222
@mi_18089
@love_arakawa



村上市荒川地区を再発見するフォトブック「find arakawa」の制作をきっかけに、あらかわ地区まちづくり協議会支援・情報部会の若手メンバーを中心に発足しました。

普段は地域の撮影や取材が活動の中心で、その内容は情報誌「あらかわらばん」やSNSを通じて住民が見てしまっている魅力を発信の発信を行っています。地域に愛着と誇りを持って活動しています。

minzuの名前は「水」を方言調に訛って読ませたものです。清らかに休むことなく流れる故郷・荒川の「水」に由来しています。

▽展示者 minzu（ミンズ）

▽展示内容 写真作品

▽期間 9月1日（日）～9月26日（木）

▽時間 午前8時30分～午後9時（公民館が開館中）

あらかわゴルフ場感謝祭を開催します



あらかわゴルフ場では、ゴルフに親しみをもってもらえるようにと、お子様から大人までみんなが楽しめる秋祭りを開催します。これからゴルフを始める人、ゴルフに馴染みのない人も気軽に楽しめるイベントです。

<日 時> 9月23日（祝月） 午前10時～午後3時

<会 場> 村上市営あらかわゴルフ場 クラブハウス



フードコーナー

キッチンカーも
やってきます！

あゆの塩焼き、豚汁、
焼き鳥、焼きそば、フランクフルト、かき氷

魚のつかみ取り

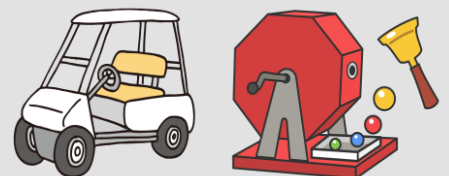
午前の部（未就学児～小学3年生まで）午前11時～
午後の部（小学4年生～中学3年生まで）午後1時～

キッズコーナー

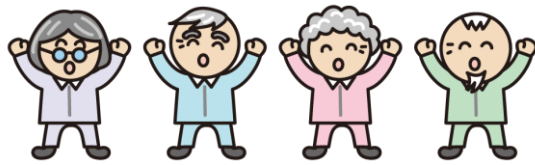
めだかすくい、サンキャッチャー作り、
型抜き、スーパーボールすくい、
輪投げ

その他

カート試乗体験
（運転手付きです）
大抽選会（午後2時～ ※中学生以下限定）



【サンスマイル教室をご紹介します！☆】



今回は「スマイルクラブ」をご紹介します！

この教室はみんなで楽しく身体を動かしたり、脳トレやレクリエーションを行う集いの場です☆
人と話す機会が減った方、物忘れや運動不足が気になる方、お気軽にご参加ください！

- 教室名 【スマイルクラブ】 毎週金曜日 午前9時30分～11時
- ところ 荒川総合体育館 会議室 ※10月からは荒川地区公民館（予定）
- 対象 荒川地区在住 65歳以上 ご自身でバスへの乗り降りや、お手洗いにいける方
- 定員 23名 希望する方はバスの送迎付き！
- 料金 会員 1回400円 送迎有1回600円 非会員 1回500円 送迎有1回750円
- 持ち物 内履き、水分補給用飲み物

《申込み》 随時受付中！サンスマイルあらかわまでお申込みください。

【お問い合わせ・お申込み】NPO法人サンスマイルあらかわ（☎0254-62-3248）

《平日8:30～17:30まで対応いたします》

夏休み子どもわんぱく教室を開催しています！

あらかわ地区まちづくり協議会では、夏休みに突入した地区内の小学生を対象に、自由な遊び場として、つどい場「あら、ほっ」を開放しています！

今回は、7月26日(金)～8月23日(金)の間、毎週水・金曜日に計7回、小学生約40人の申込みがあり、猛暑のなか、保護者の方に送迎して頂いたり、友達と誘い合わせたりして来館してくれました。

午前中はミニ体験活動を実施し、その他は自由時間としています。
おうちでは、なかなかやる気になれない宿題も、友達と一緒に楽しく進めている様子でした。外のツリーハウスで遊んだり、お昼は、お弁当を持って来て、友達と楽しくお昼ごはんを食べた子もいました。

ミニ体験活動では、26日に手作りハンガー作りをして、31日は防災出前講座「なまずの学校」で、カードゲームを通して災害の時に役に立つアイテムを学びました。金屋小と保内小の児童が交流しあい、楽しい時間を過ごしています。



あらかわチャレンジ収益金を花火協賛金に！

令和5年度荒川中学校3年生(現在高校1年生)が、あらかわチャレンジ(地域貢献活動)の中で、昨年11月25日に開催した「荒島ミニマルシェ」&「おらだりカフェ」の収益金を令和6年度村上市花火大会メッセージ花火に寄付しました。

地元で開催される、村上市花火大会を中学生の力で盛り上げたく、私たちの地域貢献活動「笑顔・感謝・未来」のメッセージに乗せて、打ち上げます。



金屋三匹獅子が金屋保育園と、金屋小学校に！

7月12日(金)、金屋祭りを前にして、金屋獅子踊り保存会の皆さんが、午前中に金屋保育園、午後金屋小学校を訪問し、実際の獅子踊りを披露されていました。金屋保育園では、園児のお父さん達が獅子の舞を披露しました！お父さん達が一生懸命に踊る姿に、子ども達も惹きつけられていました。踊り終わると、みんなで記念撮影をしましたが、獅子を近くで見ると迫力があり、怖がっている園児もいました！



金屋小学校では、児童のお父さん達の獅子の舞の他、踊りやお囃子には、小学校の児童も参加しており、自分たちの祭りを盛り上げようとする気持ちが伝わってきました。

金屋小プールで 「みんぷル」 開催しました



7月27日(土)・28日(日)、8月3日(土)に、小学生を対象にしたプール遊び「みんぷル」が開催されました！

金屋小学校PTAが主催し、あらかわみらいファンドの助成を受けて実施したもので、夏休みの子ども達が楽しく元気に遊んで健康づくりになればと、様々な水遊び道具を準備されていました。

当日は、地区内外の小学生児童が多く訪れ、会場は子ども達の笑顔に包まれていました。

おらだり基地 水かけ祭り 開催しました



8月4日(日)、おらだり基地で、「夏だ！休みだ！水かけ祭りだ！」を開催しました。

おらだり基地の関係者がタイを訪れた際に知ったタイの旧正月「ソンクラーン」に行われる世界的に有名な「水かけ祭り」をヒントに、「おらだり基地で水かけをしたらもっと楽しいかな」と発案。

当日は、水鉄砲などで、参加者同士、大人も子どもも全員が、水をかけてかけられ・・・水鉄砲合戦に大興奮、満面の笑みで水をかけていました。

あらかわ地域には、あっと驚く歴史があります

一荒川伊豆守こと
垂水源二郎 臨時掲載一

【地元の武将 荒川伊豆守と同一人物とされる垂水源二郎が地元発刊の歴史小説に登場します】

村上市史編纂にも携われた故 大場喜代司先生が書かれた『愚直之将 上杉二代と本庄繁長の歴史小説』に、川中島の合戦の場面で垂水源二郎が登場しています。上杉氏の重臣で、村上市旧小泉庄本庄城主の本庄繁長とともに登場しています。

『愚直之将』表紙第一巻から第四巻
※ 販売していません



「あれが噂に聞く本庄弥二郎繁長か、親仁どのが男惚れしたのと側近に濡らしていたときである。垂水源二郎と墨痕鮮やいた。そうだ荒川保の垂水である。どこからか、大川忠秀を討ちとったあつ」

【右図】
荒川伊豆守浮世絵
大英博物館所蔵



© The Trustees of the British Museum

地元に川中島の合戦が書かれた歴史小説があるね！驚いたな！



愚直之将 第二巻 P.94より
村上市中央図書館所蔵



え〜っ。地元に川中島の合戦を書いた歴史小説があるよ！
その中に垂水源二郎が登場するよ！
今回は、高坪山（蔵王山）ふもとの黒川の石油と滋賀県近江神社とのゆかりについてを知らせてみるよ！

あらかわ互近所ささえ～る隊

「あら、かんどう！繋がることで広がる(わ)」



【問合せ先】

荒川支所地域振興課地域福祉室
☎0254-62-3101 (内線124、127)

あらかわ互近所ささえ～る隊、隊員の水橋恵子です。私の所属している村上市食生活改善推進委員協議会（略して食推）荒川地区の代表をしている縁で、ささえ～る隊で活動しております。地域の助け合いの仕組みづくりのお手伝いを・・・という固い感じがしますが、普段の活動を通してささえあいの活動をしていけたらと思っています。

昨年度より、食推の活動で調理実習の体験を行っています。地域の皆さんに体験実習をしてもらい、体験する事で健康について知ってもらう活動です。参加された方は「楽しかった」と繰り返し参加してくれています。私も初めて参加する集まりは緊張したり、うまくいかか心配したりします。ですが、案外うまくできなくても、話を聞いたりおしゃべりするだけで楽しかったりします。今では、家族・仕事・共通の知り合いの近況・・・と話しはつきず、様々な年代が入り交じり、賑やかなひと時を過ごしています。



皆さんの周りにはどんな繋がりがありますか？これからも、ささえ～る隊員として、地域がつながるような活動をしていきたいと思っています。
あらかわ互近所ささえ～る隊員 水橋 恵子



荒川地区集落支援員だより



酒井 幸子さん

つどい場「あら、ほっ」にラベンダーが咲く時期の6月に、毎年ラベンダーフェスを実施します。今年はツリーハウスができたこともあり、親子で大勢来てくれました。

賑わう会場内で、ひときわ人気があったのは、ラベンダーの石鹸作り体験でした。日頃より販売しているラベンダー石鹸ですが、この日は目の前で材料を見てもらい、ご自身で練って、型にはめ、飾りを付けて完成させます。

「材料は無添加の石鹸素地に、自家製ラベンダーオイルとはちみつ、ラベンダーのポプリを煮立てて取る浸剤のみ。無添加の安全安心な石鹸です。」などと、声を大にこうしゃくを言っているうちに、石鹸は完成します。「わ～可愛くできた。」「いい香り」などの歓声があがり「いいね！」「かわいい！」

さて、このフェスが終了するとラベンダーをすべて刈込み、吊るしたり、ヨシズを広げて干したりの作業があり同時に一年分のラベンダーのオイル採りが始まります。梅雨時期も重なり、むせ返るようなラベンダーの香りに包まれる時間がまっています。さらに皮肉にも、いつもいつもこの香りに包まれている私の鼻は、すっかりその香りに慣れてしまい、もはや良さを感知できなくなっているのです。トホホ…残念