



## 荒川中学校が能登半島地震・大雨災害義援金を日本赤十字社へ贈呈

荒川中学校3年生は、SDGs×地域貢献活動である「あらかわチャレンジ」で、地域事業者の方々の協力をいただきながら活動を行っています。その活動の中で、能登半島地震及び大雨災害の被災者を支援しようと、9月から11月に地区内の商業施設、校内、学校行事、地域のイベントなどで募金活動を行いました。1月21日（火）に募金活動で集まった募金と、昨年度から継続し実施したアルミ缶回収の収益金を合わせて日本赤十字社を通じ、被災地へ義援金として寄付しました。



皆様からの温かいご支援、ご協力ありがとうございました

## 荒川中学校が『文部科学大臣優秀教職員表彰』を受賞



荒川中学校が行ってきた「SDGs×地域貢献」活動である「あらかわチャレンジ」の活動が高く評価され、令和6年度文部科学大臣優秀教職員表彰を受賞されました。

荒川中学校では、2018年から総合的な学習の時間にSDGsを通して、世界で起こっている様々な課題を解決し、持続可能な社会を実現するために、生徒が当事者意識をもって主体的に行動を起こせるようになることを目標として活動をしています。今年度も「特産品を使ったメニューの開発」、「イルミネーションによるまちづくり」などの様々な活動を行いました。

荒川中学校の西村校長先生は「本賞は教職員を対象としたものですが、長年に渡り生徒の活動を支えていただいた地域の皆様のご理解とご協力の賜物と深く感謝しております。今後も今回の受賞を励みに、ふるさと荒川を愛する生徒の育成に努めていきます」とお話しされていました。



▲あらかわチャレンジ事務局と生徒会長

▼村上法人会荒川支部から寄付  
～あらかわチャレンジの活動に～



今年度のあらかわチャレンジの活動を中学生がPR動画にしました！

期間限定配信!! 2/20～3/15まで。

[あらかわ地区まち協 新着情報](#)

[検索](#)

### 《あらかわチャレンジの概略》

- H30年度 3年生がSDGsの考えを取り入れた地域貢献活動を開始
- R 1年度 SDGsの学びを中学校全学年・全教員へ
- R 2年度 産(荒川商工会)、官(荒川支所・あらかわ地区まち協)、学(荒川中学校)が連携した取り組みを開始  
前進事業「みんなが主役プロジェクト」スタート。第1回新潟SDGsアワードの大賞を受賞！  
活動売上金の一部を村上市の新型コロナウイルス対策応援基金に贈呈
- R 3年度 取組発展のため、あらかわ地区まちづくり協議会内に事務局を設置。事業の仕組みづくり！  
「あらかわチャレンジ」始動！第2回新潟SDGsアワードの審査員特別賞を受賞！
- R 4年度 SDGsの視点に立ち、地域と連携・協働して事業を継続・発展
- R 5年度 活動売上金を能登半島地震の被災者へ義援金贈呈し、また、村上市花火大会に花火打ち上げ寄付
- R 6年度 環境省が進めるデコ活(脱炭素につながる新しい暮らしを創る国民運動)に参加



# 令和6年度あらかわみらいファンド報告会&令和7年度助成事業説明会

今年度の助成を受けた各団体の活動状況や成果についての報告会を行います。

どなたでも傍聴できますので、ぜひお越しください。続けて、令和7年度の助成事業説明会も開催いたします。

**日時** 3月9日(日) 午前9時30分～

**会場** 荒川地区公民館2階会議室

あらかわみらいファンドとは？

自らの発想で自主的にまちづくりに取り組む団体や個人を応援するため設立された助成制度であり、様々な取り組みを支援しています。ぜひご活用ください。あらかわ地区まちづくり協議会ホームページの各種ダウンロードにも要項を掲載しております。

<https://love-arakawa.com/download/>

## 発表団体と事業名

### 【一般部門】

あらかわ大地の会  
静山荘花見山公園レンジャー  
プロジェクトH  
フリースタイルアラカワ  
金屋小学校PTA

「荒川平野の生き立ちとくらしを学ぶ」事業  
「介護予防『荒川の茶の間』ふれあい処静山荘」  
まちの保健室～心身の健康をサポートします～  
復興あらかわ 駅前マルシェ  
金屋っ子のミンプルを取り戻せ！



### 【チャレンジ部門】

金屋小学校150周年実行委員会  
村上市立保内小学校PTA  
KITTA 盛上げ隊

地域みんなで歴史と誇りを再確認!! 記念誌編集事業  
夏の暑さを吹っ飛ばせ! プールにおいでよ! 笑顔SUN SUNプロジェクト  
地域の宝を育てよう～PART3～



## 夢ファームあらかわのいちご園情報!

今年もこの季節がやってきました! 夢ファームあらかわのいちご園のいちご狩りがスタートします。

開園してから約23年、品種は「越後姫」1本! 大粒で甘みが強くジューシーな新潟ブランド「越後姫」!! 温湯消毒や害虫天敵導入により、農薬の使用を最小限に抑える栽培に取り組んでいるそうです! ビニールハウスは広だけでなく、天井も高く、開放的! また、「高設栽培」のため、立ったままいちご狩りができ、どなたでも安心して楽しめます。

今シーズンは2月22日(土)からの営業を予定しています。皆様、お誘い合わせの上、もちろんソロ参加でも大歓迎ですので、ぜひ遊びに行ってみてください。



### 夢ファームあらかわいちご園

場所: 村上市長政605-1

料金: 入場無料

いちご摘み取り100g 260円程度

電話: 0254-62-5338

いちご園の情報をインスタグラムで発信中!

<https://www.instagram.com/yumefarmarakawa/>



## あらかわ互近所ささえ～る隊

～2月は新潟県高齢者見守り強化月間～

地域の見守りでだれもが安心して暮らせるまちに



【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)

新しい年を迎え、今年は皆さまにとって、どんな一年になりますでしょうか?

さて、少子高齢化の現在、荒川地区でもその流れを強く受けて、一人暮らしや夫婦だけの高齢者世帯が多くなってきています。この時期は、気温も下がり、病気やトラブルに巻き込まれたり、誰も気付かないまま深刻な事態を迎えていたというニュースを耳にすることも多くなってきました。

このような最悪の事態を防ぐために、早期に異変に気づく関係づくりが必要です。その関係づくりの一つが、日ごろからの「地域の見守り」です。

「見守り」といっても、難しく考える必要はありません。「こんにちは」「お出かけですか、気を付けて」の声かけや「回覧板を手渡しする」「部屋の明かりやカーテンの開閉の確認」など皆さまが普段している「さりげない見守り」です。「いつものまち」「いつもの会話」を知っているからこそ、異変に気付くことができます。日常業務や生活の中で「それとなく注意を払う」「さりげなく様子を見る」ようご協力をおねがいします。

地域のだれもができる範囲で、少しでも見守りに参加することで、多くの人を支えることができます。

あらかわ互近所ささえ～る隊 事務局



▲坂町地区 友愛訪問

(一人暮らしの高齢者にお弁当を届ける取り組み)



酒井 幸子さん

冬休みわんぱく子供教室を冬休みのうち3日間開催しました。

これは保内の子も金屋の子も一緒に遊べる遊び場です。席は自由なので、もちろん仲間うちで同じテーブルに着く子達もいますが、なかには、学校が違っていても自然に同じテーブルで仲良くできる子達もいます。子供たちの持つ心の柔軟さを感じます。大人もそうありがたいものです。カフェルームでは、宿題をやる子、トランプやUNOなどで遊ぶ子、絵を描く子などが静かに過ごします。

しかし、大半の子は遊戯室でドッチボールや鬼ごっこをして、走り回っています。晴れ間があると、外での追い駆けっこが始まります。そんな姿に何だかほっとするのは、私だけではないと思います。最近、TVゲーム遊びが多くなり、体を動かす事が嫌いな子も増えているのかと心配しましたが、そんなことはないですね。「子供は風の子元気な子」は今も健在です。また、各日の11時から1時間は体験時間があり、地域の方に協力してもらい、小物作りや料理をしてお昼に食べたりしています。



ただひとつ悩みは、(年齢のせいもあるかもしれませんが) 30人近くの可愛い子供たちの、素敵なキラキラネームが覚えられないことです。

## まちの保健室からのお知らせ

### 「ヒートショック」は風呂場だけではない!



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/>



最近、メディアでも取り上げられる「ヒートショック」。室内外の温度差が出やすくなる冬場に起こりやすく、特にお風呂場や脱衣場での温度差については、よく耳にするのではないのでしょうか。

「ヒートショック」は、温度差の影響により、血圧が大きく上下し、脳や心臓に大きな負担がかかる状態のことを言います。そのため、「お風呂場や脱衣場」はもちろんのこと、他にも注意したい場面・場所があります。

温度差が出やすい場所がヒートショックの危険がある場所です。

下記に挙げる対策を参考に、ヒートショックを予防しましょう!

#### ○洗面脱衣所(お風呂場)

- ✓脱衣所を温める(暖房器具の使用)、床が冷たい場合はマットの使用
- ✓いきなりお湯に浸からない、浴槽から出るときは一気に立ち上がらない
- ✓食後すぐの入浴は避ける(1時間はあける)

#### ○廊下、玄関

- ✓パジャマ(寝巻、部屋着)に1枚羽織ってから部屋の外に出る
- ✓裸足で歩かない(スリッパ、靴下を使用)

#### ○トイレ

- ✓小型の暖房器具の設置、便座カバーを使用、便座を温める機能を活用するなど
- ✓排便によるいきみに注意、便秘傾向の方は便秘対策(水分・適度な運動・服薬等)



症状	吐き気、麻痺、めまい 失神、胸の痛みなど
起こりやすい 時季	11~2月にかけての冬場
起こりやすい 場所	洗面脱衣所(お風呂場) トイレ 廊下、玄関

## あらかわまちづくり 歴史探訪

Vol.40  
(2025.2)

発行：支援・情報部会 須貝俊樹  
監修：佐藤和一郎

あらかわ地域には、あっと驚く歴史があります

【2024年11月23日に、歴史探訪報告会を開催しました】

荒川地区公民館にて、  
荒川伊豆守末裔の方をお招きし、  
来場者約40名の方に、  
歴史探訪報告会を開催しました。

荒川伊豆守浮世絵  
と大英博物館



荒川伊豆守浮世絵 大英博物館所蔵  
© The Trustees of the British Museum

荒川伊豆守墓標  
と林泉寺



### 歴史探訪報告会資料

ロマンのある  
あらかわ地域の歴史



あらかわ地区まちづくり協議会  
支援・情報部会主催  
郷土史研究会後援

### 鎌倉・戦国時代

#### 河村氏

河村氏と五輪塔



荒川保と河村氏  
【その荒川保に、鎌倉時代  
相模の国から、地頭として  
河村氏が派遣されました】  
【神奈川県山北町の資料に  
あらかわのことを  
多く書いています】



河村氏と垂水氏

【関川村垂水に  
垂水鑑跡が  
あります】



垂水源二郎と  
荒川伊豆守

荒川伊豆守末裔の方からは、荒川伊豆守の出が  
ここ阿賀北であることが語り継がれていて、  
先祖の系譜と関川村に残る河村氏〜垂水氏の系図  
と“義遠”の名前で一致!したよ。驚いたね!



あらかわ、関川村(荒川保)の武将が  
川中島の合戦で、  
武田信玄に  
斬りかかった!?



# 村上市内でもたまに見かける「接骨院」 いったいどういう場所なの？

今回のリサーチは雪かきシーズンに生まれがちな疑問を検証！！  
あらかわ地区内のとがし接骨院さんに突撃したところ、丁寧に教えてくれた！

接骨院は、日常生活やスポーツで出た不調や痛みに対して、電気やマッサージなどの施術を実施します。たしかに、お客様から「整形外科とどう違うの？」と聞かれたりします。病院と比べて大きく違うところは薬や注射、手術など医療的な行為は行わないことです。

歴史をたどれば、昔はまちに道場がいくつもあって、そこで先生がちょっとしたケガなどを治していたことがはじまりと言われています。

しかし、現在はしっかりと学び、国家資格を取得した人でなければできません。

ちょっとした痛みや不安でも頼れる場所として、接骨院という場所が地域の皆さんに少しでも伝われば幸いです。

なるほど！そうなんです！

確かに接骨院の中を見ても、施術のベッドや電気治療をする機械はあったが、薬品を扱わないからなのか、そのほかのものがあまり見当たらず、いたってシンプルな場所という印象を受けた。



とがし接骨院  
(村上市大津366)  
0254-62-7975

午前8:30～12:00  
午後14:00～18:30

※休診日  
土曜午後、日曜、祝祭日



お客様に同意をいただき、施術している様子を撮影。



▲電気治療の機器を腰に利用しているところ。 ▲水圧で施術を行うベッド。



そして、インタビューをするうちに重大なことが明らかになる……



部活動の先生の勧めもあり、高校卒業後は福島の専門学校へ進学しました。私は地元の人間関係が好きであらかわにいたかったのですが、当時、資格が取れる学校は新潟にはありませんでした。

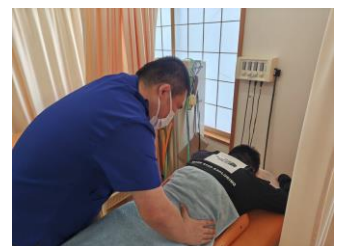
専門学校卒業後は福島県南相馬市の接骨院で働いていましたが、働きはじめて4年後に東日本大震災が起きました。

働いていた場所も原発に近く、当時は今より風評が強くありました。それもあって、色々思い悩んだ時期でした。自身のことを考える中で、大好きな地元に戻る決意を固め、あらかわに戻って独立開業することにしました。今年、ちょうど開業13年目を迎えます。

なんと、とがし先生はあらかわ出身で、紆余曲折を経て地元に戻ってきた方なのでした！！

「田舎って確かに不便かもしれないけれど、少し不便なぐらいが楽しいと思いますよ(笑)」と笑顔で語るとがし先生。「自分は地元の人間関係が好きだったから、あらかわにいたかったし、ずっと帰りたかった。今の若い子たちにそんな風に思ってもらえるまちになってほしいですね。」とあらかわ地区のこれからについても語ってくださった。

震災を乗り越えて、地元に戻ってきて開業されるなんて……コレなんていうドラマですか？  
地元の人間関係が好き、って言葉もステキですね。あらかわ地区の小中高生たちにも、将来そんな風に思ってもらえたら嬉しいなと思いつつ、とがし接骨院さんを後にしたのでした。



## 調査結果

地元想いのとがし先生に、接骨院がどういう場所なのかの疑問とともに、地元への熱い愛のメッセージを聞くことができた！

2024年12月に、あらかわ地区まちづくり協議会主催の講演会が行われました。

講師は島根県益田市で地域づくり活動をされている大畑伸幸さんです。

講演会にはまちづくりに興味関心のあるあらかわ地区の方のほか、あらかわ地区外の方も参加されていました。

大畑さんの取り組んだ『カタリ場』とは、地域の大人と子どもたちが語り合う場づくりのこと。この活動を通じて、地元に戻ってきたいと思う子どもが徐々に増えていったそうです。これまで取り組んでこられたことを楽しそうに語ってくださいました。



大畑 伸幸さん

小中学校教員、教育委員会勤務を経て、NPO法人おむすびを設立、同法人理事長。ネイチャーキッズ寺子屋という地域活動を22年間継続。子どもたちとキャンプなどでの触れ合いを通じて郷土愛を育む。



## 大畑さんが講演で話していたこと

**当初益田市には「なにもない」と答える子が多かった！**

**地域の大人と子どもが繋がっていないと、子どもたちはふるさとに魅力を感じない！**

——カタリ場を始める前、益田市の子どもたちは地域に魅力を感じていなかった。気軽に話をするができる大人がいない、益田市には魅力的な大人がいないと子どもたちが思っていることがわかった。  
子ども時代に地域から切り離されたら、地域に戻ってくる理由は「仕方なく帰ってくる」ことになる。

**地域が持続するためには、「あこがれの連鎖」を作らなければいけない！**

——日々を前向きに生きている益田市の大人を通じて、多様な価値観・生き方に触れる。子どもが遊びにすら許可を求め、否定され続けている子どもたちに自らの話をし、また話を聞いてあげることで人生を共に分かち合う。その場が『カタリ場』となった。

**子どもの育ちの場は「学校」と「家庭」だけではない。地域で学び育てる！**

——カタリ場や地域活動のなかで子どもたちと大人が顔のわかる関係になると、子どもたちの「やりたい」が現れてくる。その「やりたい」をやってみることが子どもたちの学びになる。地域の大人は子どもたちを手助けする。子どもたちの「やりたい」は次第に地域の課題を解決する提案や活動につながっていった。

**カタリ場がもたらした結果！**

——将来益田市に住みたいと答えた新成人が83%（2023年）、益田市には魅力的な大人が多いと答えた新成人が90%（2003年）と、地域への愛着を感じる子が増えた。  
まちづくり団体だけでなく、公民館や学校運営協議会が連携し、主体的に子どもたちに関わることで持続する地域を目指すことができる。



身体に不調を感じている方！  
くびれやフェイスラインを  
すっきりさせたい方！  
大注目！！



今回取材したお店は...  
「温活整体院 makono手」さん

完全個室で痛くない施術なので安心！  
完全予約制のお店です♪

そもそも温活整体院とは・・・

外部から温めるのではなく、筋肉や骨格を正しい位置に戻すことにより血流を促進させる施術です。  
不調を体の中から改善していけます。  
オールハンドで少しずつ筋繊維をほぐしていくので、痛みは感じません。とっても安心！



メニュー

- ・温活整体
- ・makono手フェイシャル
- ・オプション（ヘッドマッサージや気になる部位など）
- ・腸活クリーニング
- ・脱毛



コロナ禍をきっかけに健康について考えるようになり、“いつまでも健康で美しくあってもらいたい”という思いから、現在温活整体以外にも様々なメニューを提供しております

オールハンドの施術で、対話を交えながら、心身のバランスを整えます

当店は一人で運営しているため、LINEでのご予約をおすすめしています  
施術中は電話に出ることができませんので、折り返しお電話いたします☎



オーナーの高橋さん

QA 高橋さんに聞く3つの質問！！

- Q. 人気メニューはありますか？  
A. 温活整体と、あとはオイルマッサージも女性に人気です！  
身体をほぐしてからオイルマッサージは、老廃物の排出がスムーズになり効果抜群🌟  
背中もウエストもすっきりさせたい方におすすめです！
- Q. イチオシメニューを教えてください！  
A. もちろん、温活整体です！
- Q. オトクな情報なんてありますか...？🌟  
A. 温活整体のメニューは、初回半額です♪  
通常価格 ¥6,600(税込)

どうぞですよ！！詳しくはInstagramやLINEでチェック➡

【店舗情報】

温活整体院makono手

所在地：村上市藤沢7-33  
電話：0254-62-7728  
定休日：不定休(完全予約制)  
営業時間：9:00~19:00

Instagram



LINE

