

第2次まちづくり計画  
2030年の未来図  
創発のまち

# あらかわらばん



まち協HP <https://www.love-arakawa.com/> Mail: [love-arakawa@bz04.plala.or.jp](mailto:love-arakawa@bz04.plala.or.jp) ※本紙の掲載記事は、4月1日現在の情報で制作しています。

## まちづくり協議会通常総会の開催について

あらかわ地区まちづくり協議会の活動について、令和7年度の各種活動報告を行い、新年度の活動方針について説明を行います。どなたでも傍聴できますので、ご興味がある方はお気軽にご参加ください。

**日時** 4月24日(金) 午後7時～

**会場** 荒川地区公民館 多目的ホール



### 令和7年度の活動(一部)



オータムフェスイベント  
(ツリーハウスコンサート)



あらかわチャレンジ  
(荒川中学校3年生地域貢献活動)



## 「あらかわらばん」に 広告を載せませんか

募集中

会社などのPR広告をまちづくり協議会広報誌「あらかわらばん」に掲載しませんか？



●**広報誌** 発行日：毎月15日(年11回) ※1月号は除く

発行部数：毎月5,500部

配布先は荒川地区の全世帯、各種公共施設など

広告料：2,000円～

■**問い合わせ先** あらかわ地区まちづくり協議会事務局 ☎0254-62-3102  
(荒川支所地域振興課総務管理室内)



詳しくは  
まち協HPで



# あらかわみらいファンド助成事業公開審査会のお知らせ

あらかわ  
みらいファンド  
応募期限  
4月17日(金)まで

あらかわ地区を元気にしようと「あらかわみらいファンド助成事業」に応募した団体(個人)が取り組みの内容や想いを発表します。どなたでも傍聴することができますので、会場においでいただき、熱き想いを持つ“あらかわの仲間”をみんなで応援しましょう！

日時：5月17日(日) 午前9時30分～(予定)

会場：荒川地区公民館 多目的ホール



## あらかわみらいファンド助成事業報告会を開催しました！

3月8日(日)、「令和7年度あらかわみらいファンド活動助成事業」報告会を開催しました。一般部門、チャレンジ部門の団体を合わせた全5団体から発表があり、地域のためのアイデアいっぱいの活動、1年間の活動報告をしていただきました。令和7年度で助成3回目の卒業団体が1団体あり、『継続は力なり』の言葉どおり成長ぶりと今後の展開への期待が光りました！

報告会のあとは、令和8年度助成事業の説明会が引き続き開催され、新たに申し込みされる方などが積極的に質問されていました。



事業報告の発表



審査委員長より講評



## 夢ファームあらかわのイベント情報&プレゼント

### ◆農福連携！未来ワークサポートさかまち期間限定カフェ◆

夢ファームあらかわ(農業分野)が、さかまち福祉複合施設(未来ワークサポートさかまち・未来ベースさかまち)と連携することで、障がい者等の働く場所づくりや生きがいをもって社会参画を実現していく取り組みを行っています。今年も下記のとおり、いちご園で期間限定販売を開催しますので、ぜひ遊びにきてください。



日時 5月2日(土)

各日とも午前10時30分～午後2時30分  
※商品がなくなり次第終了

会場 夢ファームあらかわいちご園(村上市長政605-1)

内容 いちごパフェ、いちご米粉シフォン、米粉の焼き菓子



### ◆プレゼント情報◆

夢ファームあらかわの越後姫無料摘み取り体験(2パック)を、抽選で10名様にプレゼントいたします。下記の応募内容をよくご確認してご応募ください。

#### 【応募要件】

当選後、5月4日(月祝)までの間に夢ファームあらかわいちご園に来場できる方

※プレゼントの発送には対応しません。

#### 【応募方法】

夢ファームあらかわのインスタグラム(右記QR)をフォローし、ダイレクトメッセージから「いちご欲しい!」とメッセージを送信し応募完了!応募の締め切りは4月23日(木)

厳正なる抽選のうえ、当選者の方には、夢ファームあらかわより、ダイレクトメッセージにて当選のご連絡をいたします。



夢ファームあらかわ

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

# おらだり育援隊 News

～金屋小学校区のにぎわいづくり～

## 3/15 eスポCUPを開催しました



人気テレビゲームを大型スクリーンに映しだし、トーナメント方式で優勝を決定します。試合は急遽大人も加わり、熱気がさらに過熱し大盛り上がり！今年も小中学生の実行委員が中心となり、企画したeスポCUPが開催されました。子供たちの「やってみたい」を尊重し、大人は最低限の手助けをしながら、大会運営ができました。

## 3/29 金屋区総会に育援隊活動を報告



おらだり育援隊隊長と金屋地域担当の河村集落支援員が、おらだり基地がある金屋集落の総会に参加し、おらだり育援隊の活動報告やおらだり基地の紹介をさせていただきました。今後も、地域活性化のため、空き家情報の提供やおらだり基地の更なる利活用のため、連携の構築を図りました。

－おらだり育援隊とは？－

「金屋小学校区がこれからも持続し、地域活性化となる」を目的に2021年から活動しています。現在は、金屋、大津、海老江など金屋小学校区の空き家情報を集め、空き家を貸したい所有者と借りたい子育て世代とのマッチングに取り組んでいます。

## 春休み子どもわんぱく教室 体験活動しました！

あらかわ地区まちづくり協議会は、春休み期間中である3月26日（木）～31日（火）、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、地域の方にご協力をいただき、体験活動を行いました！ 体験活動では、夢絵本☆野いちごさんの読み聞かせ、プラバン工作やカレーづくりを行うほかに、宿題をする子や外の園庭で鬼ごっこをするなど児童同士の交流が生まれていました。



読み聞かせボランティア レクリエーション



プラバン工作

カレー作り



サンスマイルあらかわコーナー

## 【荒川総合体育館利用再開について】

荒川総合体育館は耐震及び大規模改修のため、長らく休館しておりましたが、5月1日(金)より供用開始することとなりましたのでお知らせいたします。休館期間中はご理解とご協力を賜りましたこと、心より感謝申し上げます。

なお、武道場棟の外部工事(屋根や外壁等)については、令和8年4月から8月までを予定しており、引き続き駐車場の制限や外部工事の騒音、振動などがある中での利用となりますことをご了承いただきますようお願いいたします。皆様のご来館を心よりお待ちしております。

☆NPO法人サンスマイルあらかわ事務所について

4月3日より事務所が荒川総合体育館に移転していますのでお間違えのないようお願いいたします。

【お問い合わせ】NPO法人サンスマイルあらかわ TEL0254-62-3248

村上市坂町2530 荒川総合体育館≪平日8:30～17:30まで対応いたします≫

## 荒川中学校「企業講話」を開催しました

3月11日（水）、荒川中学校1年生（現2年生）を対象に、地域の多様な職業人が登壇するキャリア教育の場「企業講話」が行われました。農業や飲食店など、さまざまな分野の方々が登壇され、各事業所は仕事の内容だけでなく、SDGsの取り組みも交えながらお話しいただきました。

参加された事業者さんは、「この取り組みを通して、次世代を担う子ども達が将来働くことの意義や進路選択に役立ててもらえればうれしいです。」とお話されていました。



▲荒川神林商工会 様



▲岩船郵便局 様



▲平野建築 様



▲創作和食くつろぎ空間 出雲 様



▲(株)夢ファームあらかわ 様



▲HAPPYSUGAR 様

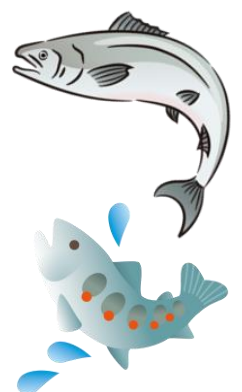


▲株式会社長谷川電気工業所 様

## 保内小学校児童がサケ稚魚放流

3月12日（木）、先月の金屋小学校に引き続き、保内小学校の4年生（現5年生）が、一級河川の荒川にサケの稚魚の放流を行いました。サケの稚魚の放流は荒川漁業協同組合の協力のもと毎年行われています。児童は卵から育てた稚魚を組合が育てた稚魚とともに放流しました。

児童たちは、「ちゃんと泳げているかな?」「まだそこにいる〜」などと放流したあとも心配そうに見つめていました。また、放流した際に、児童が「カニ見つけた!」と川の生き物を見つけて興味津々になる、自然豊かな場所であることが分かりました。最後に荒川漁業協同組合副組合長の伊藤眞さんが、「川は楽しいですか?」と聞くと、子ども達は「はい」と大きな声で答えていました(^^)



# まちの保健室からのお知らせ

## ～4月から始める 五月病 対策～

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  
住所：村上市坂町1761-2  
電話：080-2467-6816

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



新年度が始まる4月は、生活環境が大きく変化したり、新しい人間関係が始まったり、緊張する場面が多くなる時期です。その一方で、寒さ厳しい冬から暖かく過ごしやすい春を迎えることで、気持ちがソワソワしたり、モチベーションがアップしたり、慣れない環境に早く適応しようと、いつも以上に頑張ってしまう時期でもあります。

自覚のないまま心身の疲労がたまり、そうこうしているうちに5月の大型連休がやってきて生活リズムが乱れて…このような季節の変化や生活環境の変化、生活リズムの乱れから、自律神経(交感神経と副交感神経)のバランスを崩し、連休明けに「やる気が出ない」「疲れが取れない」「だるい」といった症状がおきてくるのが「五月病」です。

新しいことに全力で取り組む姿勢も大事ですが、心や身体の緊張感を意識せずに過ごす、疲労は蓄積する一方で、溜まれば溜まるほど回復にも時間がかかります。

4月のうちから自律神経のバランスを整えながら過ごし、五月病を予防しましょう！



新年度が始まる4月は、生活環境が大きく変化したり、新しい人間関係が始まったり、緊張する場面が多くなる時期です。

### ～自律神経(交感神経と副交感神経)を整えるには～

Point 1 生活習慣を整える	Point 2 軽く運動を行い、血流を良くする	Point 3 ストレスと上手に付き合う
朝日を浴びる、朝食を摂る ⇒体内時計をリセット  夕食は午後8時までに済ませる、 就寝30分前に スマホやテレビはOFF ⇒睡眠の質を向上	ゆっくり深い呼吸ができて、 身体が温まる程度の運動 (ジョギングよりもウォーキング等)	自分なりの心を落ち着かせる ルーティン行動を持つ  深呼吸を意識的に取り入れる (4秒かけて息を吸い8秒かけてゆっくり吐く、1対2の長さ)  話をじっくり聴いてくれる人に話をする

「まちの保健室」では、健康に関する相談を受け付けています。気になる方は、「一般社団法人ふくちゃ」まで。  
相談料…1回(30～60分) 2,000円(ワンドリンク付) ※初回は無料



## 荒川地区集落支援員だより



鈴木 清博さん

皆さん、こんにちは。(早いもので着任し1年が経ちました)今年度も引き続き荒川地区集落支援員を務めさせていただきます。新年度が始まると、なぜか机の上とかが片付いている気がします。実は、気にするだけで、去年の経験や繋がりが重なり、今年度の活動の土台になると思います。今年も「顔の見える関係づくり」を目標に、「集落の見張り役」として、引き続き「地域のWell being」を目指し“気愛”で取り組んで参ります。



Well-being

令和8年度(4/1～)市の行政組織の見直しに伴い、従前の自治振興室で所掌する『まちづくり協議会に関する業務』につき、その主体を集落支援員に移行することを踏まえ、自治振興室が総務管理室に統合致しました。このことにより、まちづくり協議会に携わる事務局が1名減となりますが、暮らしやすい集落創りの一助となるよう努めて行きたいと思っております。

地域の魅力は景色の美しさや歴史・史跡だけではありません。

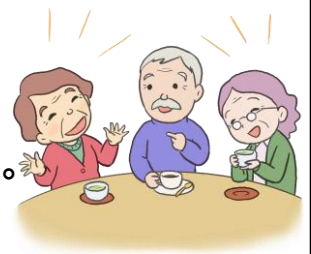
「誰かが困っていたりすると、なぜかすぐに噂が広まる」

…これは立派な情報網であり、助け合いの証拠です。

今年もその“地域の早耳ネットワーク”を、良い方向に活かしていきましょう。

…笑顔と元気を持ち寄って「やってみよう！」を合言葉に、

みんなで一歩ずつ進んで参りましょう。宜しくお祈りします。 <m( )m>





～毎月8日はささえ愛の日から...あいさつ運動推進中!～

# あらかわ互近所ささえ～る隊

【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)

## 「登校の安全を見守りながら」

あらかわ互近所ささえ～る隊、隊員の坂上 正信です。  
先日、新潟日報の“学校&家庭のつばやき”のトピックに、「登校の安全を見守る人」と題して記事がありました。児童の安全を見守るボランティアの方の活動を目にして感銘を受け、自分自身もボランティア活動に加わりたいという、ボランティアの人から、ボランティアの人が生まれ、輪を作っていくという内容でした。

私は、保内小学校の通学班と一緒に通学して17年ほどになりますが、幸いなことに、無事に役割を果たせています。令和4年の水害により、復旧工事のため、通学路が一部変更されたり、児童や一般の方々にも不自由をきたしている状況の中でも、子ども達は元気に通学し、清々しい「挨拶」をしてくれます。そんな子ども達の姿に、毎日元気をもらっていることに、私の方が感謝している次第です。今後も、子ども達を見守るボランティアを続けていかなければ...と強く思う昨今です。



「挨拶」で元気をもらおう! その経験は皆さまにもあるのではないのでしょうか? 子どもたちの姿や「挨拶」から元気をもらう私のように、その「挨拶」「声掛け」で元気になる人がいます。ボランティアの輪が広がるように、「挨拶」の輪が広がれば、荒川地区全体で、「ありがとう」がたくさん聴こえる荒川地区になりそうじゃありませんか。

荒川互近所ささえ～る隊は、「挨拶」に注目して「ありがとうが聴こえるまち あらかわ」を目指して活動していきます。皆さんも、隣近所の人との「挨拶」を大切にしてみませんか。

あらかわ互近所ささえ～る隊 隊員 坂上正信

## あらかわまちづくり 歴史探訪 Vol.53 (2026.4)

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

【2026年2月17日に荒川中学校で、一年生にあらかわ地区の歴史探訪発表会を開催しました】

一年生二クラスの約60名の生徒さんに、あらかわ地区の歴史探訪発表会を行いました。芦田愛菜ちゃんとサンドウィッチマンの博士ちゃんの番組で取り上げられた荒川伊豆守の話の冒頭に、武田信玄に斬りかかった地元武将荒川伊豆守の活用案を話しました。

### 歴史探訪発表会 ロマンのあるあらかわ地区の歴史



あらかわ地区まちづくり  
支援・情報部会 主催  
郷土史研究会 後援  
清流ヒステリア 後援



熱心に資料を見る生徒たち



荒川伊豆守に扮した発表者も、熱が入りました

芦田愛菜ちゃんとサンドウィッチマンの博士ちゃんの番組



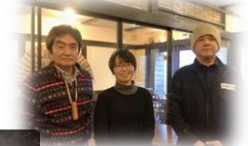
信玄と戦ったのは誰で...

### 鎌倉・戦国時代 荒川中学校 特別授業

河村氏～垂水氏～  
荒川伊豆守へ



荒川伊豆守の子孫の方との  
出会い



地元武将をアニメ化、  
フィギュア化したもの



荒川中学校には、歴史が好きな生徒さんもいて、先生からは地域の歴史の話に、子供たちも関心ありそうだったとのご意見もありました。

地域の歴史には、  
中学生も関心があるね!

