



# さべりing

盛大に開催！  
山辺里地区文化祭!!  
11月6日 山辺里地区文化祭



あふれる緑 つながる和 生き生きさべり

▼11月6日(日)山辺里地区文化祭を山辺里小学校と村上農村環境改善センターを会場に開催しました。▼午前中に開催した芸能発表では、山辺里小学校全校児童による合唱、四日市楽生クラブによる“ひよっこ”と“おかめ”がお菓子を撒きながら登場した「秋田大黒舞」、全国トップクラスの迫力の「少林寺拳法の演武」、山辺里保育園のかわいらしいお遊戯、東中学校吹奏楽部による聴きごたえのある演奏などに目と耳で芸術を堪能しました。  
▼フィナーレは恒例となった山辺里地区のイメージソング「大好き・さべり」を会場の全員での大合唱。一体感のある芸能祭となりました。※文化祭の詳細は次ページ以降に掲載しています。

# 山辺里地区文化祭

○小学校では、児童や地域の方の作品展示、恒例となった「かぼちゃ重さあてクイズ」、「交通安全コーナー」などを開催しました。



かぼちゃ重さあてクイズ！  
今年のかぼちゃは 12.5kg (大人) と  
4kg (子供) でした！！



正解者の中から抽選の結果、当選された方は以下のとおりです。  
500 円の商品券(大人)、図書券(子供)が贈られました。(順不同)  
大人：大滝好子さん(高平)、川村甚一さん(下山田)、遠山イネさん(金屋)  
子供：齋藤あつしさん(山辺里)、板垣勇汰さん(天神岡)、小林ゆうとさん  
(天神岡)、佐野統さん(山辺里)、大滝結凜さん(下相川)、熊倉紫音さん  
(山辺里)、矢田遥人さん(山辺里)、天井佑さん(山辺里)



— 創作体験教室 —

## ふしぎなかぼちゃに絵を描こう！



文化祭の催しの一つとして、“地域の  
人”が講師となって小学生を対象とし  
た体験教室を開催しました。この教室  
は、まちづくり協議会の委員と小学生  
の交流の場として毎年いろいろな教室  
を開催しているものです。

今年は、「ふしぎなかぼちゃに絵を描  
こう」。この教室では“ベレーボ”とい  
う品種のかぼちゃを使用しました。ま  
るでベレー帽をかぶっているようなふ  
しぎな形のかぼちゃは、下相川の大滝  
公民館長さんが育ててくださいまし  
た。

参加者は、自分好みの形のかぼちゃ  
を手に取り、似顔絵やクリスマスの模  
様など、思い思いの絵を描いていま  
した。



大きなかぼちゃには、山辺里地区まちづくり協議会の中村会長が「大好き・さべり」  
の歌詞を書き出す場面も。小学校に飾って頂きました。

## 東中学校の生徒がボランティアで、大活躍！

村上東中学校の生徒が、地域貢献活動の一環として、縁日コーナーの運営に協力してくれました。当日は地域の皆さんのために一生懸命頑張りました！



## 皆さんの気持ちは詰まった新鮮野菜市



地区の皆さんからご提供いただいた開催した「新鮮野菜市」は大賑わい♪

## 村上牛串！ さべり焼き！ さべりみその豚汁！



毎年好評の村上牛串と豚汁、さべり焼きの販売！  
村上牛串は、JA にいがた岩船肉牛部会。豚汁、さべり焼きは、まちづくり協議会委員とまちづくりサポーターのみなさんが運営してくださいました！

新鮮野菜市、縁日コーナー、村上牛、さべり焼き、豚汁の収益(145,946円)は、集落行事などの際に貸し出すことのできるテント、ゴザなどの物品の購入費用に充てられ、皆さんの元へ還元されます。皆様のおかげで、地域行事が成り立っています！！

## 風船、綿あめコーナーの寄付金は 台風10号の被災者支援に！



風船と綿あめのコーナーは、平成28年8月に発生した台風10号の大雨により被災した岩手県の被災者の皆さんに全額(10,216円)が届けられます。



地区内のユリの生産者さんから、見事なユリをいただきました。改善センターの玄関で来場者を癒してくれました。



健康は、安心・安全な食生活から！



安心・安全な食事を PR するため、地域の食推さん(ヘルスメイト)が健康食の試食コーナーを開催し大勢の来場者に PR。



伊藤保健師も健康の PR コーナーで、「もしも山辺里地区が 100 人の村だったら...」というわかり易い手作りの資料で健康指導も行いました。

ドンツ！ 迫力の音！！  
ポン菓子販売



道路ではマナーを守って！  
交通安全協会



オオハシ食堂さんも  
人気でした～♪



匠の技を展示  
村上高等職業訓練校

御 礼  
地区の皆様のおかげ、そして地区を盛り上げようというあたたかいお気持ちにより、今年も盛会のうちに文化祭を終えることが出来ました。ご協力いただいた、皆様に心よりお礼申し上げます。大変ありがとうございました。  
平成 28 年度山辺里地区文化祭  
実行委員長 中村 行善



女川ハムさんの  
ほくほくのコロッके♪

# 山辺里地区の魅力を再発見！さべりフォトコンテスト受賞作品

まちおこし委員会では、山辺里地区の魅力をおさめたフォトコンテストを実施。55作品の応募があり、審査の結果、「あふれる緑」、「つながる和」、「生き生き」の各部門の受賞作品が決まりました。先日の文化祭で展示したほか、入賞作品は、村上農村環境改善センターロビーで展示しています。



あふれる緑 準グランプリ  
「夏の門前川」  
川内 みき子さん(山辺里)



あふれる緑 グランプリ  
「西興屋の風景」  
小田 幸士さん(西興屋)



つながる和 準グランプリ  
「祭りだ、ワッショイ」  
磯部 寿夫さん(四日市)



つながる和 グランプリ  
「桜より大好きなお友達。また明日遊ぼうね」  
加藤 さゆりさん(石原)



生き生き 準グランプリ  
「納涼祭のスイカ割り」  
大滝 佑里さん(高平)



生き生き グランプリ  
「味噌ガールズ」  
川内 愛子さん(鑄物師)



あふれる緑  
「光と風と水面の音色」  
伊與部 順一さん(肴町)



つながる和  
「一点集中」  
鍋倉 静雄さん(大関)



生き生き  
「取れないよ～」  
川内 好さん(鑄物師)



# 伊藤保健師の **+** 保健師通信 **+**

## ▼睡眠シリーズ③ ～睡眠のスイッチ～▼

文化祭では、色々な方にお会いできて嬉しかったです（\*・ω・\*）

皆さん知っていましたか？人間の体は、朝から夜眠る準備を始めているのです。起きて朝日を浴びてから、15時間後に眠たくなるホルモンが出ます。なので、遅く起きれば起きた分、夜は眠れなくなります。不規則な生活も睡眠の質に影響してきます。

他にも体にはすごい働きがあるのです。眠っている間はご飯が食べられないので、血糖値を一定に保ってくれるホルモンが出ています。ストレスやアレルギーに対抗するホルモンも、眠っている間に大量に出ます。

気持ちや体調を整えるために、朝しっかり起きて「睡眠のスイッチ」を入れましょう！



山辺里地区担当 伊藤 麻里 （電話 53-2111 内線 263）

今月はど！ど～んのご紹介！！

新生児訪問でお伺いした地区の赤ちゃんを紹介します。



本間 唯輝（いつき）くん  
- 山辺里 -



今井 佳穂（かほ）ちゃん  
- 下相川 -



岡田 悠希（ゆうき）くん  
- 下相川 -



佐藤 鈴架（すずか）ちゃん  
- 鑄物師 -



左（姉）：近藤 結希菜（ゆきな）ちゃん  
右（妹）：楓華（ふうか）ちゃん

1歳違いのお姉ちゃんと一緒に登場♪-四日市-

### ▽今後の予定▽

- 12月 3日（土） 山辺里地区まちづくり協議会  
役員・委員全体会議
- 10日（土） 健民少年団  
募金活動と白玉団子作り
- 11日（日） キムチづくり教室  
冬の交通安全運動（～20日）

※さべりの話題は、12月15日に発行のさべりingに掲載予定です。