

竜宮城だより

～文化の発信 楽しむ館～

令和 6 年 10 月 10 日
第 151 号
上南地区公民館：568-2533



梅池自然公園入口 満足そうな表情で帰りの集合写真



今回 21 名が「大系線に乗って梅池の自然公園を巡る旅」に参加され、普段乗ることのない大系線を糸魚川から南小谷までの 1 時間、車窓から周りの景色を楽しみ、梅池高原駅から白い幹のダケカンバの林間をゴンドラやロープウェイを乗り継いで標高 1860m にある梅池自然公園を訪れました。

霧がかかったり、晴れたりの幻想的な雰囲気の中、色づき始めた高原植物の湿原を散策して一足早い秋を堪能し、非日常的な癒しのひと時を体験しました。

帰りには道の駅 小谷に立ち寄り、長野県の特産品を楽しみつつ、旅を締めくくりました。



ワタスゲ湿原エリア 風穴



大系線キハ 120 形



旭新町元気クラブの連覇を阻止！
溝尾長寿会優勝

9/7 (土)

南能生小学校体育館にて第 15 回上南地区公民館杯輪投げ大会が開催されました。親睦を目的としたこの大会には、上南 5、西能生 2 の計 7 チーム・27 名が参加し、和やかな雰囲気の中、熱戦が繰り広げられました。昨年、一昨年と連覇を果たした西能生の旭新町元気クラブを抑え、溝尾長寿会「さざんか」が優勝を勝ち取りました。



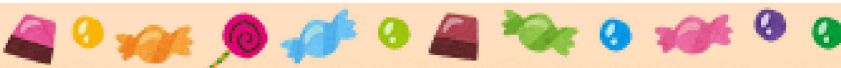
競技終了後には柴田支援員によるバルーンアートが披露され、参加者も加わりながら「いぬ」を作成

順位・結果

(敬称略)

個人 **優勝**：佐藤 ヤエ子(溝 尾)
準優勝：伊藤 勝男 (楨)
第 3 位：小林 富子 (旭新町)

団体 **優勝**：溝尾長寿会さざんか
(市川榮一、市川正代、佐藤ヤエ子、船田民夫)
準優勝：松の実会 A
第 3 位：旭新町元気クラブ A



まだ余裕が
あります

出前講座 認知症について 募集中!

テーマ:～認知症の人と家族のこと、もう少し知りたい(病気・くらし・支援)～

高齢化が進み今後認知症が増え続ける
と言われています。認知症は誰もが避け
られない身近な病気ですが自分がもし
なったら、家族がなったら・・・よりよく生き
ていくために今から学びます。



日 時:10月25日(金)午前9時30分～11時
ところ:上南地区公民館 研修室
内 容:認知症の人に対して、友人として、地域として何ができるのか、
そしてともに過ごす家族としてどう支えあっていくことができる
のかともに考えます。
講 師:新潟県立看護大学 原 等子准教授
対 象:能生地域の方ならどなたでも
参加費:無料
申込み:10月22日(火)までに上南地区公民館へ
その他:健康ポイントラリー対象

能生地域 ビーチボール バレー大会 募集中!



日 時:11月10日(日)午前8時～12時30分
ところ:能生体育館
対 象:能生地域に在住または勤務する一般の方、
小中高生および主催者が認めた方
申込み:10月10日(木)～10月24日(木)
所定の用紙で 各地区公民館へ
チーム:1チームの人数は監督1名、選手6名、
捕員2名以内で編成
参加費:1チーム500円
※申込時に支払ってください

骨密度相談会 募集中!

年齢が進むにつれ骨がスカスカになり骨折の原因に
なりやすいと言われています。特に女性におすすめし
ます。結果はその場ですぐわかりますのでお気軽にお
越しください。

日 時:11月14日(木) 午前9時30分～11時
ところ:上南地区公民館 1階和室
内 容:市健康増進課による骨密度のチェックを
行います。
対 象:上南地区の方ならどなたでも
その他:参加費無料、申込み不要
健康ポイントラリー対象

おすすめ!

上南芸術展

上南地区住民による多彩な内容で開催。
今回は1日のみの展示となります。



日 時:11月17日(日) 午前9時～午後4時30分
ところ:上南地区公民館
内 容:・金井篤志さんのガラス細工
・伊達光江さん新作「花嫁人形」など
・ナインパッチ(手芸サークル)手芸作品
・倉本ちつるさんの作品
・ドロップス(ママさんグループ)による
ペープサート劇(紙人形) 15時～実演します
・大谷翔平選手寄贈のグローブ いっしょに
・海洋高校出身力士の手形 記念写真撮影
参加費:無料

あっぱれ 敬称略



- ◆糸魚川市市制20周年 第20回糸魚川市
親善陸上競技大会 9/26 美山陸上競技場
男女混合100×400mリレー
第3位 南能生小
阿部洋大(藤後)橋立真衣(高倉)
藤岡鞠(西飛山)伊藤颯亮(楨)
- ◆糸魚川市科学研究発表会 10/1
南能生小学校 3年 池田雅(楨) 参加