

# 坂上の里

回覧

No.358  
令和7年9月5日  
坂上公民館  
TEL・FAX 69-2001

中高生向け  
英会話

## 「英会話教室」参加者募集

教養講座として、英会話教室を開催いたします。坂上公民館では、中高生を対象に全5回開催いたします。参加を希望される方は、電話または来館にてお申し込みください。

日 時：9月27日（土）

10月11日（土）・25日（土）

11月 8日（土）・22日（土）

午後1時30分から1時間半程度

定 員：20名（先着順）

対象者：中学生・高校生（町内在住）

参加費：無料

講 師：東吾妻町外国語コーディネーター

ニック先生

内 容：中高生の宿題や課題、自主勉強をお手伝いします。ゲームを取り入れながら英語を学びましょう！

申込先：坂上公民館

69-2001



## 夏休み宿題会を開催しました

7月31日（木）坂上公民館にて、夏休み宿題会を開催しました。坂上地区の小中学生（参加者6名）が夏休みの課題、ポスター、習字等に取り組みました。

当日は、見守りボランティアとして、成瀬裕美さん、成瀬ルナさんにお世話になりました。



## 教養講座開催のお知らせ

坂上公民館では、10月29日（水）に、「大戸周辺文化財めぐりウォーキング」を開催いたします。町社会教育課、文化財保護担当者に解説してもらい、大戸周辺の文化財を歩いて巡ります。（全行程約2.5km）



秋の景色も楽しみながら、地元の歴史を学びましょう。



詳しくは、10月広報にて参加者を募集いたします。

皆様の参加をお待ちしています。

## 「坂上地区町民親善スポーツ大会」

8月21日に開かれた令和7年度区長会長並びに坂上地区スポーツ推進委員合同会議で、今年度の『坂上地区町民親善スポーツ大会』を開催することが決定しました。

日時：10月12日（日）

場所：坂上小学校校庭

（雨天時は坂上小学校体育館）

※詳細は毎戸配布の募集要項をご覧ください

## 防犯パトロールを行いました

防犯協会坂上支部（轟 忠明支部長）では、8月6日（水）に坂上地区のパトロール及び防犯診断を行いました。坂上公民館から坂上小学校付近のパトロールをした後、それぞれの地元に戻り自動車によるパトロールを行いました。

役員の皆さん、お世話になりました。

## =「新刊図書」のご紹介=

- |                |       |
|----------------|-------|
| ・残光そこにありて      | 佐藤 霽  |
| ・翠雨の人          | 井与原 新 |
| ・食べる瞑想         | 山下 明子 |
| ・マスカレード・ライフ    | 東野 圭吾 |
| ・鎌倉茶藝館         | 伊吹 有喜 |
| ・バンクハザードによこそ   | 中山 七里 |
| ・一橋桐子(79)の相談日記 | 原田 ひ香 |
| ・あの夏のキミを探して    | 汐見 夏衛 |

## こども園・学校の主な行事予定

### さかうえこども園

- |           |                  |
|-----------|------------------|
| 9月20日(土)  | こども園・小学校合同運動会    |
| 22日(月)    | 振替休業日(預かり保育日)    |
| 24日(水)    | 園内研修⑥            |
| 30日(火)    | 避難訓練(火災)         |
| 10月 1日(水) | 園開放④(9:30~10:30) |
| 3日(金)     | 秋の遠足             |
| 6日(月)     | お月見会・読み聞かせ⑤      |
| 7日(火)     | さつまいも掘り(週内)      |

### 坂上小学校

- |           |               |
|-----------|---------------|
| 9月20日(土)  | こども園・小学校合同運動会 |
| 22日(月)    | 振替休業日         |
| 10月 8日(水) | 郡陸上記録会        |

### 東吾妻中学校

- |           |                |
|-----------|----------------|
| 9月10日(水)  | 修学旅行(～12日まで)   |
| 20日(土)    | 郡新人戦(～21日・23日) |
| 24日(水)    | 校内体育祭          |
| 27日(土)    | 郡新人戦           |
| 10月 2日(木) | 郡総体駅伝大会壮行会     |
| 4日(土)     | 郡総体駅伝大会        |

※予定は変更になることがあります。



### 坂上地区の人口と世帯数

令和7年7月末現在

地区名	男	女	計	世帯数
大 戸	313	315	628	307
萩 生	157	145	302	149
西 棟 名	104	84	188	130
本 宿	199	202	401	217
須賀 尾	124	142	266	137
大 柏 木	160	173	333	149
合 計	1,057	1,061	2,118	1,089

昨年同月	1,082	1,100	2,182	1,094
比 較	△ 25	△ 39	△ 64	△ 5
全 町	5,876	5,986	11,862	5,425

## 秋の全国交通安全運動

吾妻交通安全協会坂上支部

9月21日(日)から30日(火)にかけて、秋の全国交通安全運動が実施されます。

交通ルールやマナーを守り、交通事故に合わないよう、起こさないように、安全運転を心がけましょう。



## 【健康一口メモ】

### MCI(軽度認知症)について

大戸診療所 高柳 孝行

9月は「認知症月間」です。認知症について関心と理解を深めるために認知症基本法が制定されました。

最近、MCI(軽度認知症)という言葉を耳にしませんか。MCIは「健康な状態」と「認知症」の中間的状態で年齢相応の認知機能の低下は認めるものの日常生活に支障をきたすほどのことはない状態です。ただ注意力や判断力が少し低下するためにいろいろな不都合が見られます。

次のようなことで思いつくことがあります。

- 同じことを繰り返し言ったり、尋ねたりする
- 探し物が多い
- 料理に手間取るようになった
- 冷蔵庫にあるのに同じものを買ってくる
- 何かと「面倒くさい」とやめてしまう
- 長年の趣味が楽しめなくなった
- 外出の機会が減った
- 約束事を忘れる
- 今日の日付が言えないなど。

この様な状態を放置すると半数の人が4年程で認知症に進むといわれています。MCIの段階で何らかの手当をすることが必要です。

適切な対応をすることで進行を遅らせたり認知機能の改善が期待できます。

生活習慣病といわれる糖尿病や高血圧・高脂血症は認知症のリスクを高めるため予防・治療が必要です。その上でバランスの取れた食事・運動、人とのコミュニケーションにも心掛けて下さい。孤独は脳にとって大敵だといわれます。

友達・仲間と一緒におしゃべりしたり、音楽や絵画など脳トレを通して認知力アップをやしなうことが認知症予防につながります。