

坂上の里

回 覧

No.363

令和8年2月5日

坂上公民館

TEL・FAX 69-2001

防犯協会坂上支部より

令和7年度防犯標語コンクール

東吾妻町防犯協会坂上支部（轟忠明支部長）では坂上小学校の児童を対象とした防犯標語コンクールを開催しました。受賞作品は次のとおりです。（敬称略）

◆金賞

安心は 日々の備えと 心がけ
6年 黒岩 謙心

◆銀賞

ご近所と コミュニケーション 大切に
5年 小池 隼大

その電話 騙まされる前に 確認だ
6年 渡邊 海斗

◆銅賞

いかのおすし 守って安心 登下校
4年 成瀬 れな

家のドア カギをしめたか かくにんを
5年 福泉 陽向

るすのとき かぎかけぜったい わずれるな
4年 清水 虹空

◆佳作

それちがう うその電話に 気をつけて
5年 渡邊 友美柳

だいじょうぶ その気持ちが 悪を呼ぶ
6年 湯浅 舞彩

俺だよ俺！ 電話きた！ お金の話すぐきろう
4年 山内 航成

こわいとき にげてもいいんだ わるくない
6年 加部 秋菜

明るい選挙啓発 ポスター展示

令和7年度明るい選挙啓発ポスターコンクール（町選挙管理委員会実施）入選作品のうち坂上地区の児童生徒作品を2月13日（金）まで坂上公民館で展示しています。

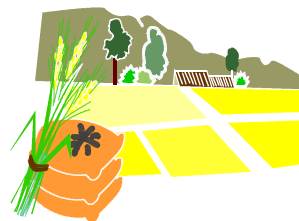


米・食味分析鑑定コンクール：国際大会

12月6日、7日に茨城県つくば市で開催された、第27回「米・食味分析鑑定コンクール：国際大会」inつくばみらいの国際総合部門であがつまさくや姫生産組合の加部精一さんが金賞、若手農業経営者部門であがつまさくや姫生産組合の黒岩優人さんが特別優秀賞を受賞しました。

この大会は、米・食味鑑定士協会が主催している『お米のコンクール』です。

総出品数5,000検体以上の中から選ばれたコンクール受賞者のお米は、国内はもとより海外でも高い評価を得ています。



坂上地区協議体から

「カフェすいせんについて」お知らせ

坂上地区では、偶数月の第3土曜日（変更になる場合があります）にカフェすいせんを開催しています。カフェすいせんとは、協議体構成員や認知症サポーター等の地域の方によって運営される「集いの場」です。

前回は12月20日に開催し、紙芝居やモルック、脳トレクイズなどのレクリエーションを行い、みんなで楽しい時間を過ごしました。坂上地区の方はどなたでも参加できます。是非ご参加ください。



《次回開催》

日 時：令和8年2月21日（土）

13：30から15：30（出入り自由）

場 所：大戸区公民館

申込み：不 要

参 加：無 料

開催内容：お楽しみ

問合せ：包括支援センター Tel.68-0200

社会福祉協議会 Tel.68-2772

2026（令和8）年用

お年玉付き年賀はがき当選番号

1等（現金30万円など）	455756
2等（賞品カタログギフト）	5037
3等（お年玉切手シート）	73
	44
	84

※引換期間 2026年7月21日（火）まで
吾妻本宿簡易郵便局でも受け付けています

= 図書のご案内 =

- | | |
|--------------------|--------|
| ・探偵小石は恋しない | 森 バジル |
| ・最後の皇帝と謎解きを | 犬丸 幸平 |
| ・月白 | 宇佐美まこと |
| ・私たちの人生レシピ | 千咲ゆず葉 |
| ・テミスの不確かな法廷2 | 直島 翔 |
| ・お稲荷さまの謎解き帖 | 朝水 想 |
| ・じゃ、これって殺人ってことで | 東川 篤哉 |
| ・図解眠れなくなるほど面白い昭和の話 | |

町田 忍

* 図書室の窓が冬バージョンになりました

図書ボランティア『よみかかせの会ぬるがわ』の皆様に図書室の窓を冬バージョンに飾り付けていただきました。



こども園・学校の主な行事予定

さかうえこども園

- | | |
|----------|--------------------|
| 2月20日（金） | 保育参観・PTA総会
奉仕作業 |
| 24日（火） | 誕生会 |
| 27日（金） | 避難訓練（地震） |
| 3月 2日（月） | 読み聞かせ 安全点検 |
| 3日（火） | ひなまつり会 |
| 4日（水） | 幼年消防パトロール |
| 5日（木） | 誕生会 |
| 6日（金） | お別れ会 |

坂上小学校

- | | |
|----------|--------------------|
| 2月19日（木） | 学習発表会・PTA総会
懇談会 |
| 3月 5日（木） | 6年生を送る会 |

東吾妻中学校

- | | |
|----------|------------------|
| 2月13日（金） | PTA定期総会 |
| 19日（木） | 1, 2年期末テスト（～20日） |

※予定は変更になることがあります。

【健康一口メモ】

健やかに冬を乗り切りましょう

大戸診療所 高橋 政次

今年の夏があまりにも暑かったためか今年の冬の寒さが今までと違う寒さを感じるのは歳のせいなのかなー・・・？

インフルエンザやコロナ感染症ともに少なくなっているとの記事を目にしました。とはいえ、まだまだ寒さはしばらく続きます。毎日の食事を通して感染症予防に一役。風邪など感染症の予防には「体温を上げる」と「粘膜の保護と免疫の維持」が重要とされます。そこで風邪など感染症の予防にお薦めのスープや鍋料理の紹介です。

体を温めるためには生姜や長葱が効果的に働いてくれます。粘膜の強化には人参やホウレンソウなどの緑黄色野菜からビタミンAやβカロテンが鼻や喉の粘膜を丈夫にしウイルスの侵入を防いでくれます。そして免疫の基礎となる鶏肉や豆腐などたんぱく質は、免疫細胞の材料となります。肉・魚・豆腐など良質のたんぱく質と野菜をたくさん入れたスープや鍋料理にたっぷりの生姜や長葱、七味・ゆずなど好みの薬味でおいしくいただき感染症を予防しましょう。

冬の夜長、読書や大好きな歌手の歌声で癒されるのも良いでしょう。

心身ともに十分リラックスして質の良い眠りを得ましょう。翌日に疲れを残さないことも大事ですから。



坂上地区の人口と世帯数

令和7年12月末現在

地区名	男	女	計	世帯数
大戸	309	312	621	306
萩生	157	146	303	146
西榛名	102	84	186	129
本宿	194	200	394	215
須賀尾	124	138	262	136
大柏木	157	168	325	148
合計	1,043	1,048	2,091	1,080

昨年同月	1,076	1,083	2,159	1,100
比較	△ 33	△ 35	△ 68	△ 20
全町	5,827	5,920	11,747	5,394