

上川沿公民館だより

令和7年

6

月号

〒017-0836 大館市池内字大出135 (電話 42-0836 FAX 42-3754)

★6月15日(父の日)は上小グラウンド9時スタート★

上川沿地区住民運動会！に集まれ～

上川沿地区の運動会の目玉は、宝探しです！自由参加の種目で、宝袋の中にはちくんの特別賞のカードが入っていたら、もう1つ賞品がもらえます。プログラムN03、N04とも、特別賞は15個ずつ用意しています。60歳以上の方、幼児、小学生は、挑戦してみてください(人-人)

※上川沿地区住民運動会のプログラムは、裏面に掲載しています。

ヤッターネ！
特別賞



子宮がん検診・乳がん検診の予約が始っています

☆子宮がん検診(医療機関方式)対象は、20歳以上の女性。40歳以上は偶数年齢になるかた

☆乳がん検診 対象は、40歳以上の偶数年齢になる女性

予 約 方 法

○電話予約 平日8:30～17:00
(申込専用ダイヤル 43-7143)

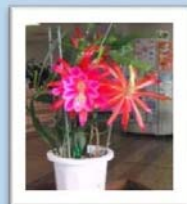
○WEB予約 24時間受付
二次元コード



URL <https://www.kensinportal.jp/akita/odate/2025/>

※『令和7年度 健康ガイド』
12～14ページをご覧ください。

お問い合わせ 健康課
TEL 42-9055



今年も公民館で
クジャクサボテンが、
開花しました！
(R7.5月撮影)

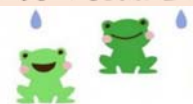
健康教室のお知らせ

6月の健康教室は、モルックを行います。動きやすい服装で、お越しください。※事前の申込みは、必要ありません。

日時 令和7年6月20日(金) 14時～15時
上川沿公民館 講堂



7月のお知らせ



7/12(土)

上川沿地区対抗野球大会
午前9時～ 二井田野球場

7/13(日)

大館エレキフェスティバル2025
12時開演(11時半開場)
上川沿公民館講堂

プログラム

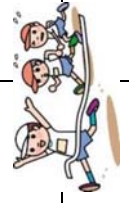
第52回 (令和7年度)



上川沿地区住民運動会

令和7年6月15日(日) 9時開始 上川沿小学校グラウンド

入場行進・開会式						
No.	種 目	回数	地区 出場 人数	総 出場 人数	時 間	得点 種目
1	小学生 100m競争	9	自由 参加		9:30 ～ 9:40	— ↓ 5
2	幼児かけっこ (30m)				9:40 ～ 9:45	— ↓ 5
3	60歳以上 宝探し (30m)	1	自由 参加		9:45 ～ 9:50	フ イ ー ル ド
4	幼児児童宝探し (30m)	1	自由 参加		9:50 ～ 9:55	フ イ ー ル ド
5	順 送 球	1	10	60	9:55 ～ 10:15	フ イ ー ル ド
6	スプーンリレー (400m) ※不足時、子どもの参加も可とする。	1	8	56	10:15 ～ 10:20	3 ↓ 3
7	55歳以上 玉入れ競争 ※不足時、子どもの参加も可とする。	1	10	60	10:20 ～ 10:30	フ イ ー ル ド
8	バウンドボール 競争400m リレー	1	8	56	10:30 ～ 10:40	3 ↓ 3

競技用品等			
種 目	対象及び内容等	得点 種目	競技用品等
小学生 100m競争	学年別とし、低学年は80m男女混合、高学年は男女別で行う。	—	
幼児かけっこ (30m)	小学校入学前児童	—	
60歳以上 宝探し (30m)	60歳以上の男女	—	
幼児児童宝探し (30m)	幼児、小学生等こども	—	
順 送 球	中学生以上の女子10名(不足時、60歳以上の男子可。)頭上と股間を交互にボールを送り、最後の人は一輪車でボールを運ぶ。※先頭の人は、後向きで次の人へボールを送ること。	フ イ ー ル ド	ハレーボール6 ※一輪車は各 皿内で用意
スプーンリレー (400m) ※不足時、子どもの参加も可とする。	男女各4名 女→男の順(50m×8) スプーンにピンポン球を乗せてリレー。木の柄以外を持つと失格。	3 ↓ 3	スプーン及びピンポン玉 各7 上小PTAオーブ ン参加
55歳以上 玉入れ競争 ※不足時、子どもの参加も可とする。	55歳以上の男女混合10名(地区に55歳以上の人がいない場合は10人以下でもよい。) ※競技時間は1分。	フ イ ー ル ド	紅白青の玉 かこ3 ストップウオッチ
バウンドボール 競争400m リレー	走者は女→男→女→男順(50m×8) 1走者はボールを入れた野菜コンテナを背負って走る。2走者はコンテナを渡し前走者がボールをワンバウンドでコンテナに入れる。8走までその繰り返し。	3 ↓ 3	野菜コンテナ ボール 各7 上小PTAオーブ ン参加

No.	種 目	回数	地区 出場 人数	総 出場 人数	時 間	得点 種目	対象及び内容等	競技用品等
9	豆拾い競争 200m リレー ※不足時、子どもの参加も可とする。	1	4	28	10:40 ～ 10:55	フ イ ー ル ド	男女各2名(女→男の順:50m×4) 途中で箸を使い豆を5個ビンに入れ、箸とピンをリレー。ゴールの際、ビンの中の豆が20個未満であれば失格。	ビン・箸・皿 各7 豆140個以上 上小PTAオーブ ン参加
10	ソフトバレー ボール運び 200mリレー	1	8	48	10:55 ～ 11:05	3 ↓ 3	男女のペア4組(50m×4) 男女がソフトバレーボールを育苗箱(ダシ)に入れてリレー。※育苗箱(ダシ)は、面手で持つこと。	ソフトバレー ボール6 育苗箱6 個
11	一般男女混合 綱引き	1	20	120	11:05 ～ 11:25	フ イ ー ル ド	男女各10名 市縄引き大会のルールにより20秒で勝敗を決定する。ときは、他町内から人を借りてきてよい。	綱・ストップ ウオッチ
12	年代別リレー	1	11	66	11:25 ～ 11:35	7 ↓ 3	10代～50代の男女各1名+町内会長(50m×10+町内会長) 10代から順に男→女とリレー。 ※アンカーは、ケガ防止のため準備運動を行うこと。10代は小学生と一緒	バトン 上小PTAオーブ ン参加
13	ターゲット バード リレー	1	10	60	11:35 ～ 11:50	フ イ ー ル ド	55歳以上の男女各5名(女→男の順) 球を持って投入地点まで走り、球がターゲットに入るまで投げ続ける。外れた場合は拾って再度投げやる。球が入ったらターゲットから拾い、次の人に球を手渡してリレー。	ターゲット及び バード各6 個
14	小学生リレー	1	—	—	11:50 ～ 12:05	—	当日参加した小学生を対象に、チーム編成してリレーを行う。	バトン
15	男女混合 400m リレー	1	4	28	12:05 ～ 12:15	3 ↓ 3	男女各2名。 女→男の順でリレー。	バトン 上小PTA オーブン参加
					12:15 ～	閉会式		