



## "かみメシ"で飲食店を美味しく応援！

テイクアウトやお弁当の販売をする町の飲食店を紹介する"かみメシ"プロジェクトを実施中！新型コロナウイルスの影響を受けている町の飲食店をみんなで美味しく応援しましょう！



詳しくは、町ホームページまたは「#テイクアウトかみいち」ホームページをご覧ください。

## 【表紙】第46回上市町民スキー大会

(2月7日、千石スキー場、14ページへ)

- P 2 新型コロナウイルス  
ワクチン接種の実施体制について
  - P 3 タウンミーティング  
「小学校のあり方について」開催
  - P 5 各種相談日・消防通信・公民館だより
  - P 6 暮らしのお知らせ
  - P 8 イベント・募集案内
  - P10 図書館・アルプスの湯・各種教室案内
  - P12 こんにちは！地域包括支援センターです
  - P13 保健だより P14 まちの話題
- 裏表紙 東京で生きる - No.012 -

## タウンミーティング「小学校のあり方について」を開催します

人口減少の時代を迎え、町では今後の小学校のあり方について、町民の皆さんと一緒に考えていくため、タウンミーティングを開催します。

当日は、小学校の運営に必要とされる適正な規模、条件などを皆さんにお示しし、これからの子どもたちのために求められる小学校のあり方について、ご意見をいただきたいと思っておりますので、皆さんの参加をお願いします。

**日時** 3月28日(日) 13:30 (13:00 開場)

**場所** 北アルプス文化センター

**定員** 上市町在住の方 300人 (申込先着順)

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、人数制限をさせていただきます。

**応募期限** 3月19日(金) (郵送の場合は当日消印有効)

※定員に達し次第、募集を終了します。

### 応募方法

#### ①町ホームページの申込フォーム

タウンミーティングのページ内の申込フォームに住所・氏名など必要事項を入力し、お申し込みください。  
※町ホームページ内「ピックアップ」にタウンミーティングページを設置していますので、そちらから申込フォームが利用できます。

#### ②はがき・電子メール・FAX

参加希望者の住所・氏名(必須)、電話番号またはメールアドレス(任意)を記載のうえ、次の宛先へ送付してください。

◆はがき：〒930-0393 上市町法音寺1番地 上市町役場総務課 タウンミーティング担当 宛て

◆電子メール：s.gyousei@town.kamiichi.toyama.jp

※タイトルを「タウンミーティング参加申し込み」としてください。

◆FAX：076-472-1115 ※冒頭に「タウンミーティング参加申し込み」と記載してください。

※個人情報に関しては、入場券の送付のほか、この事業に係る連絡を必要とする場合にのみ使用します。

#### ＜参加を希望される皆さんへ＞

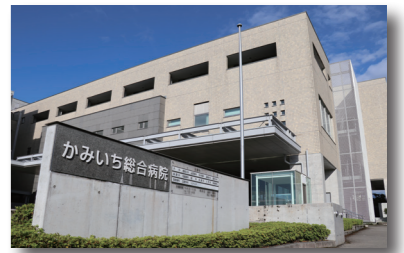
参加申し込みを確認後、記載の住所宛てに入場券を発送しますので、当日忘れずにお持ちください。

お問い合わせ 総務課 行政班 ☎内線 213



## 新型コロナウイルスワクチン接種は「上市モデル」で実施します

お問い合わせ 福祉課 保健班 ☎473-9355



町では、町民の皆さんへの新型コロナウイルスワクチン接種の実施を速やかにかつ、円滑に進めるため、1月22日に「新型コロナウイルスワクチン接種実施本部」を設置しました。

そして、ワクチン接種をかみいち総合病院を核として町内の開業医に協力いただき、全町を挙げて行う「上市モデル」として次のとおり実施することとしましたので、お知らせします。

なお、この「上市モデル」では、村内に医療機関がない舟橋村民も接種対象に含めることとしています。

### 【日程など】

◆4月より概ね次の順に接種を実施予定です。＜現時点での接種スケジュール＞

- ① 65歳以上の方
- ② 基礎疾患を有する方  
高齢者施設などの従事者  
60～64歳の方
- ③ 16～59歳の方

対象者	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
①	→							
②			→					
③				→				

※接種に必要なクーポン券の発送は3月下旬以降に順次発送予定です。

また、接種は予約制となります。予約方法などは後日お知らせします。

◆平日は、かみいち総合病院および町内の一部の開業医において接種を実施します。

※曜日や時間帯は個別に設定します。

◆土曜日・日曜日などは、かみいち総合病院において、上市医師会の協力のもと、集団で接種を実施します。

※各日2時間程度となります。



### 【接種場所】

#### かみいち総合病院



【平日】日中(特に夕方)に実施

【土曜・日曜など】各日2時間程度実施(集団接種)

#### 町内の開業医



【平日】各開業医の状況に応じて実施

【土曜・日曜など】かみいち総合病院を応援

### 上市モデルイメージ

#### 老人保健施設など



施設医・嘱託医が接種

#### 訪問診療受診者



往診する医師が接種

※今後、国などの方針により町の実施体制に変更がある場合があります。その都度、町ホームページや広報、ケーブルテレビ Net3などで町民の皆さんへお知らせしますのでよろしくお願いいたします。

## 住民票などのコンビニ交付が始まります！

お問い合わせ (マイナンバーカード) 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147  
(マイナポイント) 企画課 情報班 ☎内線 224

町民の皆さんがマイナンバーカードを利用して、全国のコンビニエンスストアなどで住民票の写しなどが取得できるようになります。ぜひご利用ください！

**開始日** 3月8日(月)～

**時間** 6:30～23:00(年中無休)

**場所** 全国のマルチコピー機設置店舗

(ローソン、セブン-イレブン、ファミリーマートなど)

**必要なもの** マイナンバーカード(顔写真付き)

※利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁)が必要です。

**発行できる書類** 住民票の写し、印鑑登録証明書

**料金** 300円(窓口請求での金額と同額です。)



### 取得方法

マルチコピー機の画面に表示されている「行政サービス」のボタンを押し、マイナンバーカードをかざし、暗証番号を入力するなど自ら操作し、取得してください。

※詳しくは、町ホームページまたは地方公共団体情報システム機構ホームページをご覧ください。

### ①まだマイナンバーカードを申請していない方へ

#### ＜申請出張サービス＞

**日時** 3月26日(金) 10:00～12:00

**場所** 保健福祉総合センター1階 ロビー

**必要なもの** マイナンバーカード交付申請書、本人確認書類

#### ＜時間外交付サービス＞

**日時** 3月8日(月) 17:15～19:00 ※交付のみ

21・28日(日) 8:30～12:00 ※申請も受付

**場所** 町民課 住基戸籍班(役場1階)

### ②マイナポイントの申し込みが延長されました

マイナポイントの申込期限が令和3年9月末まで延長となりました。ただし、マイナンバーカードの申請を令和3年3月末までに行う必要がありますので、まだ申請をされていない方は、お早めにご手続きをお願いします。

町民課窓口(役場1階)でも申し込みできますので、お気軽にお尋ねください。

詳しくは、マイナポイントのホームページをご覧ください。(https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/)

広告

## 屋根の無料点検実施中

保険  
対応

今年の雪は  
強敵でした。

※ご加入の保険内容  
によって適応される  
可能性があります。

上市町湯上野 539 TEL/FAX : 076-472-0990

小玉瓦工業 担当直通 ☎090-8269-2462

# 3月の各種相談日

相談無料

※今後の状況によっては、中止とさせていただくことがあります。

内容	日時	相談場所	お問い合わせ
①年金相談	23日(火)	10:00～15:00	働く婦人の家 町民課 ☎内線 148
②人権・行政相談	10日(火)	13:00～16:00	保健福祉総合センター 町民課 ☎内線 141
③健康相談 乳幼児の身体計測は要予約です。	毎週(月)～(金) ※祝日除く	9:00～17:00	保健福祉総合センター 上市町保健センター ☎473-9355
④消費生活相談窓口 交通事故に関する相談にも応じます。	毎週(月)～(金) ※水曜・祝日除く	8:30～12:00	町民課相談窓口 町民課 ☎内線 103
⑤法律相談	9日(火) 予約制	9:00～11:00	保健福祉総合センター相談室 上市町社会福祉協議会 ☎473-9300
⑥結婚相談	9日(火)・23日(火)	13:00～16:00	
⑦心配ごと相談	17日(火)	13:00～15:00	
⑧生活・就労相談	16日(火)	10:00～11:30	魚津地域産業保健センター(魚津市医師会館内) ☎0765-22-0318 受付時間 9:00～17:00
⑨介護相談・ボランティア相談	毎週(月)～(金) ※祝日除く	8:30～17:15	
⑩心の健康相談 50名未満の事業所で働いている方や労働衛生管理を担当している方を対象としたメンタルヘルスです。	6日(土) 予約制	10:00～12:00	魚津神経サナトリウム
	13日(土) 予約制	10:00～12:00	魚津緑ヶ丘病院
⑪心の健康相談 心の悩みや病気などの相談に精神科医師が応じます。	10日(火) 予約制	13:30～15:30	富山県中部厚生センター ☎472-0637
⑫看護職員就業支援相談	18日(水)	10:00～16:00	ハローワーク滑川 富山県ナースセンター ☎433-5251

みんなでめざそう 無火災の町!



## 消防通信

富山県東部消防組合 上市消防署 ☎472-2244



上市保育園幼年消防クラブの皆さん

### 化学消防ポンプ自動車を更新しました

上市消防署では、平成5年から28年間運用していた化学消防ポンプ自動車を新型車両に更新しました。この車両は、ダブルキャブオーバー型5.5t級低床四輪駆動消防用シャシを採用し、水1,300ℓ、消火薬剤500ℓを積載、車体上部には放水銃を装備しています。

この他、三連梯子電動昇降装置、ホースカー電動油圧昇降装置、LEDライト照明装置などを採用することで、隊員の安全確保や省力化、現場活動を円滑にすることが可能となっています。

2月9日には、無事故と無災害を願い、安全祈願が行われました。



### 春季火災予防運動 3月20日(土)～26日(金)

これからの時季は、空気が乾燥し、強い季節風が吹くなど、火災の発生しやすい気象状況となります。

火災の多くは、ちょっとした不注意から発生します。一人ひとりが火の取り扱いに十分注意して、火災の発生を防ぎましょう。



### 女性消防団員を募集しています

女性消防団員の活動に興味がある方は、上市消防署へご連絡ください。

**応募資格** 上市町在住または在勤の20歳以上65歳以下の方



### 公民館だより

公民館名(連絡先)	3月の行事予定など	日にち
上市 (☎472-0409)	味噌作り講習会 ※定員30人	12日(金) 13:30
宮川 (☎473-0074)	講演会「草と農業」 ※定員25人	7日(日) 10:00

詳しくは各公民館にお問い合わせください。

### 令和3年上市町春季消防訓練を実施します

日時 3月21日(日) 13:30～14:30 (雨天決行)

場所 大岩地内、大岩山日石寺周辺

※訓練実施中は、一部道路で車両通行制限があります。

皆様のご協力をお願いします。



## 富山福祉短期大学生が「花の家」を活用した観光プランを提案

富山福祉短期大学国際観光学科の1年生8人が、細田守監督のアニメ映画「おおかみこどもの雨と雪」に登場する家のモデルとなった「花の家」(浅生)を生かした観光プランを提案。その発表会が2月3日、上市町役場で行われ、中川町長、小竹副町長、上市町観光協会の澤井事務局長、花の家サポーターなど関係者20人が学生の提案に耳を傾けました。

なお、1月21日に町と同大学は、地域産業の振興などに関わる包括連携協定を締結し、令和3年度以降、学生が町でフィールドワークを行い、地域課題解決に向けた活動に取り組むこととなっています。



ハシビロコウさんチーム (左から) 内生蔵 美咲さん、宇波 優梨恵さん、高田 愛里さん



自然がたくさん「ほどよい田舎」で癒しを体験

**★自家用車で移動する家族をターゲットにしたプラン**  
花の家→丸山総合公園→つるぎの味蔵の順で巡り、丸山総合公園の人工芝グレンデでのそりすべり、つるぎの味蔵での地元食材を味わうなど、上市町の自然の豊かさを全身で感じてもらい、家族でいつもと違う「のんびり癒される」時間を過ごします。



カワウノさんチーム (左から) 高野 和さん、村田 のんのさん、松村 このはさん

「愛の聖地」上市であのトキメキをもつ一度

**★カップルや夫婦をターゲットにしたプラン**  
千蔵溪、花の家、夫婦岩、だんごや、眼目山立山寺の梅並木を巡り、2人の距離を縮め、絆をさらに強める時間を過ごします。花の家では縁側で語り合い、夫婦岩では絵馬を奉納、立山寺の梅並木では手をつないで並んで歩く…上市町は「愛の聖地」です。



マンボウさんチーム (左から) 村山 春華さん、広岡 陵さん

人の温かさに触れ「ほっと」するひとときを

**★子どもがいる家族をターゲットにしたプラン**  
花の家→カミール→眼目山立山寺の順で、行く先々で出会う人の温かみに触れながら巡ります。カミールでは、わんぱく広場など子どもにやさしい環境で遊んだり食事をしたり、「ほっと」する時間を家族で過ごします。カミールで販売されている地元農産物にレシピを紹介するQRコードを付ける提案も。

## 町営バスのラッピングデザインが決定!

町では、4月から町営バスを新たに2台導入します。車両のラッピングデザインは、細田守監督のアニメ映画「おおかみこどもの雨と雪」の一場面を活用し、それぞれのバスで「自然と共生する穏やかでやさしい「おおかみこどものふるさと」上市町」と「上市町の自然と「雨と雪」」を表現しています。皆さんへのお披露目は、4月1日を予定しています。町を走る姿が見られるまであと少し。お楽しみに!



### 4月から予約のりあいバスの当日予約が可能に!

4月1日から、予約のりあいバス(白萩線、陽南線)の当日予約が可能になります。当日予約が可能なのは、第2～4便で、予約は発車予定時間の1時間前までとなります。より便利になる予約のりあいバスをぜひご利用ください!なお、4月以降の町営バスの時刻表は、4月上旬に全戸配布する予定です。



広告

ケーブルスマホ

全国どこでも使える高品質かつお得な料金のスマートフォン

Net3

Net3加入者なら月額基本料金がなんと!

1,880円!! (税抜)

ケーブルスマホのお問い合わせは Tel.0120-361213

株式会社TAM

詳細はこちら ▶ <https://csp.net3-tv.net/>

**お知らせ 6 農業に従事する方へ 農業者年金に加入しませんか**

**お問い合わせ** 上市町農業委員会 ☎内線 327  
アルプス農協上市支店 ☎472-0580

農業者年金は、農業に従事する方のための積立方式の年金です。保険料は月2万円からで、金額はいつでも変更できます。

- 主な加入要件**
- ① 20歳以上60歳未満の国民年金第1号被保険者の方
  - ② 年間60日以上、農業に従事している方

**お知らせ 7 国民年金保険料の学生納付特例申請をお願いします**

**お問い合わせ** 町民課 住基戸籍班 ☎内線 148

令和2年度に学生納付特例で保険料の納付を猶予されている方のうち、令和3年度も在学予定の方へ3月末にはがき形式の申請書が送付されます。同一の学校に在学する方は、はがきに必要事項を記入して返送してください。学校が変わる場合は、改めて窓口での申請をお願いします。なお、令和3年度は制度を利用せず、保険料の納付を希望される場合は、魚津年金事務所（☎0765-24-5153）へお問い合わせください。

**お知らせ 8 介護給付費通知書をチェックしましょう**

**お問い合わせ** 中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎464-1316

中新川広域行政事務組合では、3か月に一度「介護給付費通知書」を発行し、介護サービスの利用実績をお知らせしています（通知書記載の利用者負担額は、サービス費用の1～3割相当分）。また、ひと月ごとにどのようなサービスを利用したのか分かるように記載されていますので、お手持ちの領収書などと見比べて、不明な点がございましたら、中新川広域行政事務組合介護保険課へお問い合わせください。

**◆3月の保険料**  
普通徴収 随1期（3月31日(水)納期限）  
※令和3年2月に65歳に到達された方などが対象

**お知らせ 9 高額介護合算療養費の支給申請手続きをお願いします**

**お問い合わせ** 町民課 医療保険班 ☎内線 143

国民健康保険および後期高齢者医療制度では、医療と介護の自己負担額の合計が基準額を上回る世帯に高額介護合算療養費を支給しています。支給対象見込の方へは、3月中旬にお知らせを送付しますので、申請手続きをお願いします。ただし、令和元年8月から令和2年7月までの間に加入する健康保険に変更があった方は、自己負担額の把握ができないため、支給対象かどうかの判断ができません。基準額など詳しくは、町民課医療保険班へお問い合わせください。

**お知らせ 4 軽自動車などの廃車や名義変更などの手続きを忘れずに**

**お問い合わせ** 財務課 課税1班 ☎内線 137

毎年4月1日は、軽自動車税（種別割）の賦課期日（課税の基準となる日）です。賦課期日までに名義変更や廃車手続きをされないと、課税されますのでご注意ください。詳しくは、各担当機関へお問い合わせください。

種別	連絡先
原動機付自転車 (総排気量125cc以下)	財務課課税1班 ☎内線137
小型特殊自動車 (農耕用、特殊作業用)	
軽二輪車 (総排気量125cc超250cc以下)	富山運輸支局 ☎050-5540-2044
二輪の小型自動車 (総排気量250cc超)	
軽自動車	軽自動車検査協会 ☎050-3816-1852

※三輪および四輪以上の軽自動車のうち、毎年4月1日時点で最初の新規検査から13年を経過する車両に対し、税率が上乘せされる重課が適用されます。令和3年度は、平成20年3月以前に最初の新規検査を受けた車両が対象です。

**お知らせ 5 所得税の確定申告期限などが延長となりました**

**お問い合わせ** 財務課 課税1班 ☎内線 130、131

新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、令和2年分所得税などの申告および納付期限が**4月15日(木)**まで延長となりました。ただし、上市町役場4階申告会場での申告相談は3月15日(月)までと変更はありませんのでご注意ください。期限延長となりましたが、皆さん、税の申告は正しくお早めをお願いします。※3月16日(火)以降の相談受付について  
住民税の申告：財務課課税1班（役場1階9番窓口）にて受付  
所得税の確定申告など：魚津税務署にて受付

**上市町議会3月定例会日程**

**お問い合わせ** 議会事務局 ☎内線 272

会期 3月4日(木)から18日(木)までの15日間

日にち	内容
4日(木)	本会議・全員協議会
5日(金)	議案調査日
6日(土)・7日(日)	休会
8日(月)・9日(火)	議案調査日
10日(水)	本会議（一般質問など）
11日(木)・12日(金)	予算特別委員会
13日(土)・14日(日)	休会
15日(月)	総務教育常任委員会
16日(火)	産業厚生常任委員会
17日(水)	議案調査日
18日(木)	全員協議会・本会議

**お知らせ 1 令和3年の各町内会の区長が決定しました**

**お問い合わせ** 総務課 行政班 ☎内線 215

令和3年にお世話いただく各町内会の区長が決定しましたので、お知らせします。（令和3年2月18日現在、敬称略）

地区名	町内会名	区長氏名	地区名	町内会名	区長氏名	地区名	町内会名	区長氏名	地区名	町内会名	区長氏名	
上市	東町	岡田 哲男	音杉	稗田定住促進住宅	幅 信芳	南加積	柿沢新	福島 輝雄	大岩	大沢	山林 テル子	
	神明町	小林 吉隆		横法音寺定住促進住宅	石黒 明子		三杉町	水野 洋一		浅生	谷口 正尚	
	上中町	岡部 俊久		湯崎野	鍋谷 正成		松原野	安井 宗義		上経田	梨木 剛	
	錦町	早崎 安廣		湯神子	平井 敏廣		山加積	黒川		井原 真二	下経田	村上 富士夫
	西中町	能登 政巳		堤谷	谷吉 英樹		若杉	酒井 悦雄		上荒又	中田 幹雄	
	新町	伊井 謙治		須山	水林 憲一		若杉新	松田 正彦		下荒又	小川 宏文	
	熊野町	島田 憲善		丸山	平井 光吉		江又	森田 正信		新清水	中田 貴保	
	鍵町	蓮本 豊		湯上野	吉田 盛		中小泉	(協議中)		放土ヶ瀬	田中 秀一	
	南町	澤村 俊晴		極楽寺	藤田 富士夫		荒田	石黒 三千治		放土ヶ瀬新	平川 正義	
	森元町	村崎 宏		釈泉寺	酒井 正明		森尻	松本 喜二		中開発	金木 建三	
	石浦町	森 清志		稲村	立野 静雄		石仏	澤井 和夫		飯坂新	酒井 重人	
	旭町	村中 雅人		白萩西部	白萩西部町営住宅		藤木 賢史	宮川		大永田	谷口 直久	相ノ木
松和町	野越 幸夫	白萩南部	東種	平井 弘	竹鼻	酒井 正秋	青出新	高城 行雄				
幸町	柿森 茂雄	西種	西種	稲垣 和夫	東江上	大井 仁	中青出	中島 清孝				
柳町	松谷 秀男	折戸	折戸	山本 安孜	中江上	井上 和正	下青出	牧野 収				
西町	吉田 清人	中村	中村	清水 孝司	江上	榊原 敏雄	上条沖	現田 清雄				
栄町	米澤 博	蓬沢	蓬沢	早川 廣作	弥市	見田 七郎	久金	碓井 悦朗				
天神町1区	遠藤 幸正	伊折	伊折	山下 正明	宮川町営住宅	高尾 潤子	久金新	渡辺 敬				
天神町2区	宮本 修一	広野	広野	酒井 忠雄	劔町	矢部 美智子	久金新	村上 信廣				
天神町3区	加藤 達行	野島	野島	酒井 俊晴	柿沢1区	岡崎 昭夫	相ノ木新町	村上 信廣				
音杉	北島	本村 雅司	眼目	土井 芳弘	柿沢2区	前川 守	ひまわり台	土肥 章悦				
	湯上野	穴戸 清一	片地	堀田 喜久男	柿沢3区	奥田 良信	久金新団地	佐藤 好久				
	上法音寺	小倉 久信	永代	堀田 政之	柿沢4区	大井 弘三	アナガーデン	木本 均				
	法音寺	平井 勲	一越	三浦 信行	新屋	萩中 正文	和合	松井 光夫				
	横法音寺	堀内 義行	砂林開	黒田 輝久	女川	島津 一夫	横越	黒澤 智樹				
	大坪	堀田 芳夫	田島野	池田 吉明	館	種田 順一	神田	山崎 正晴				
	稗田	久田 良光	斉神新	池田 浩一郎	陽南町営住宅	堀田 裕子	感謝状贈呈者	(在任5年以上10年未満、敬称略)				
	正印	石黒 秀幸	広市新	土開 正子	大松新	松原 静夫	川村 剛 (神明町・8年)	※( )内は、町内会名・在任年数。				
	正印新	堀田 基夫	野開発	立花 芳一	大松	村井 榮悦						
	川原田	山崎 良成	広野新	奥井 幸雄	大岩	山本 靖						
	三日市	石黒 裕一	郷柿沢	碓井 繁	松谷	牧野 茂雄						

**お知らせ 3 野ねずみの一斉駆除を行います**

**お問い合わせ** アルプス農業協同組合 営農部営農企画課 ☎472-5480  
アルプス農業協同組合 上市営農経済センター ☎472-5519

**薬剤散布日** 3月27日(土)～4月4日(日)  
**散布対象** 上市町の農地  
**散布方法** 農家の方が、農地のあぜや農道などにある「ねずみの穴」へ薬剤を投入します。  
**使用薬剤** メリーネコリん化亜鉛  
(成分：リン化亜鉛1.0%、形状：黒色粒状、毒性：普通物)  
※駆除中は、関係者以外農地へ入らないでください。  
※ねずみの死骸は、素手で触れないでください。  
※誤って薬剤を食べてしまった場合は、直ちに吐き出し、医師の診断を受けてください。

**お知らせ 2 kamiichi総合病院勤務を目指す 医学生などを支援します**

**お問い合わせ** 福祉課 保健班 ☎473-9355

町では、将来kamiichi総合病院に勤務しようとする医学生などを対象に、修学資金を貸与します(要件あり)。なお、貸与を受けた1.5倍に相当する期間勤務した場合は、返還が免除されます。  
**申込期間** 4月30日(金)まで  
**貸与金額** 月額4万円を上限とする額  
※内科・小児科・産婦人科・麻酔科・総合診療科の医師となる意志がある第5年生または第6年生は8万円を上限とする額を貸与します。また、入学した月は、その額に30万円を上限とした額を加算します。



# 募集案内 - recruitment guide -



## あなたの上市町「こころの風景」を募集します

お問い合わせ NHK ふれあいセンター ☎0570-066-066(ナビダイヤル) ☎050-3786-5000

NHK-BS プレミアムで放送する『こころの風景』。俳優の火野正平さんが、番組に寄せられたエピソードをもとに、地元の人々とふれあいながら「こころの風景」を訪ねます。現在、富山県内で4本の番組を制作予定。皆さんのエピソードを募集します！

### 応募方法

- ①はがき・封書：〒150-8001「こころ旅」係へ送付
- ②FAX：03-3465-1327へ送付
- ③番組ホームページ：

「こころ旅」で検索し、投稿フォームから送信

募集期限 4月12日(月)

※詳しくは、NHK番組ホームページをご覧ください (http://nhk.jp/kokorotabi)。

### ◆富山県の放送予定：5月24日(月)～28日(金)

放送時間 (再放送あり)

『こころの風景』7:45～7:59 (月～金)  
『こころの風景～とうちゃこ～』19:00～19:29 (火～金)

## 求職者支援訓練を実施しています

ハローワークでは、求職者の方(主に雇用保険を受給できない方)に、職業訓練によるスキルアップを通じて早期の就職を目指していただくため、求職者支援訓練を実施しています。詳しくは、ハローワーク滑川(☎475-0324)へお問い合わせください。

## 町民農園利用者を募集します

お問い合わせ 産業課 農政地籍班 ☎内線 325

町民農園は、自分で好きな農作物を育てて収穫する農園です。おいしい野菜などを育てる楽しみを味わってみませんか？

場所 上市町広野地内 (里山の駅つぎの味蔵付近)

区画数 12区画 (1区画約20㎡)

年間利用料 1区画3,000円

募集期限 3月19日(金)

申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ、産業課農政地籍班(役場3階)へ提出してください。

※原則1人1区画とし、申し込みが定数に達し次第、締め切ります。ただし、募集期間を過ぎても区画が余っている場合は、随時受け付けます。  
※申込書は、町ホームページからダウンロードできます。

## 自衛官候補生を募集します

お問い合わせ 自衛隊魚津地域事務所 ☎0765-24-1036

自衛隊では、自衛官候補生を年間を通じて募集しています。他の種目も募集しています

受験資格 18歳以上33歳未満の男女

※試験日程など詳しくは、自衛隊魚津地域事務所へお問い合わせください。また、自衛隊富山地方協力本部ホームページでも確認できます。



今回の、「骨密度」についてのお話をします。骨密度は、骨粗鬆症の指標の一つで、骨にレントゲン線を当てて測定します。対象は、大腿骨頸部や腰椎があり、かつ、当院では、前腕の橈骨(とうこつ)で測定しています。数値としては、YAMAM (Young adult mean)は、若年成人平均値のことです。骨粗鬆症のガイドラインによると、薬物療法開始基準は、大腿骨近位部や脊椎の脆弱性骨折(軽微な外力での骨折)のある方、これら以外の前腕骨骨折や上腕骨近位部骨折などのある方で、YAMAM値が80%未満の方、あるいは脆弱性骨折の既往がある方、YAMAM値が70%未満の方を対象となっています。外来で診ていますが、多くは50%以下の方もおられ、こ

## 骨粗鬆症のおくすり(その8)



かみいち総合病院 参事 酒井 康一郎

りや大変だ!」となってしまう。骨密度は、レントゲン室にて数分で測定できますので、ご自身やご家族に骨粗鬆症や骨折が心配だわ、という方がおられましたらぜひ一度、骨密度の測定に

## かみいち総合病院 外来診療受付時間

平日	正面入口開錠時間	8:00
	受付開始時間	午前 8:30
		午後 13:00
		※脳神経外科は13:30

※受付終了時間は、診療科によって異なります。  
※土・日・祝日および年末年始は、外来診療は休診します。  
※緊急時は、一度病院へ電話するか、救急車を要請してください。

かみいち総合病院 ☎472-1212 ホームページ <https://www.kamiichi-hosp.jp/>



# イベント案内 -event guide-



## こどもの城だより ~3月行事~

お問い合わせ ☎473-0001

内容	日時	
ちびっこ広場(4か月から1歳頃まで)	2・16日(火)	
乳幼児教室(子育て相談)	ぞう組(2歳児)記念品制作	3日(水) 10:30
	うさぎ組(1歳児)記念品制作	4日(木)
	合同退室式(さよならの会)	10日(水)
教室・イベント	将棋クラブ	13・27日(土) 10:00
	★ヒップホップダンススクール	5日(金) 16:00
	おりがみ教室	6日(土) 10:30
	プラバンづくり	7日(日) 10:30
	体操教室(マット・鉄棒)	13日(土) 13:00
	アイロンビーズづくり	14日(日) 10:30

※★印は、要予約です。



★開館時間  
月～金 10:00～18:00  
土・日・祝日 9:00～17:00

※ワックスがけのため開館時間を変更します。  
8日(月) 16:00 閉館、9日(火) 14:00 開館

★3月の休館日 21日(日)

～乳幼児教室の参加者を募集しています～

対象 上市町在住の生後4か月から未就園(所)児とその保護者の方  
開催日 火・水・木曜日 10:30～11:30  
火曜日(月2回):ちびっこ広場(4か月～1歳頃まで)  
水曜日:ぞう組(2歳児)、木曜日:うさぎ組(1歳児)  
※ぞう組、うさぎ組は登録制です。

## 北アルプス文化センター・イベント情報

お問い合わせ 北アルプス文化センター ☎473-1818

### ①第17回富山国際学園吹奏楽団定期演奏会 和～ジャポニズム～

日時 3月7日(日) 14:00開演(13:30開場)  
出演 富山国際大学吹奏楽部 入場料 無料  
※詳しくは、富山国際大学吹奏楽部へお問い合わせください。(tuins\_suisou@hotmail.com)

### ②民謡・お笑いライブ in かみいち

日時 3月14日(日) 14:00開演(13:30開場)  
出演 小寅、寺崎美幸、母心、原田直之、山本謙司  
踊り:風の会、働く婦人の家民舞踊講座の皆さん  
入場料 全席指定3,000円(当日:3,500円)  
※未就学児の入場不可

## ECO2セミナー"百薬の不思議な世界"

お問い合わせ 上市町観光協会 ☎472-1515

薬草を題材として、医学・薬学にとどまらず、様々な分野を横断しながら、講師の小川康先生が"くすり"について、皆さんと語り合います。



日時 3月13日(土) 9:00～12:30 (8:45～受付)  
場所 富山県薬用植物指導センター  
内容 越中とやま編～富山の売薬と和漢薬～  
【登場する主な薬草(薬)】  
オウレン、キハダ、熊の胆、マムシ、ブクリョウ、ドクダミ、ヨモギ、反魂丹など

講師 小川 康 先生(薬剤師、チベット医)  
定員(予定) 20人 ※定員に達し次第締切  
参加費 3,000円(保険代を含む)

申込方法 上市町観光協会へ次の方法でお申し込みください。

- ①電話:472-1515
- ②FAX:472-1514
- ③メール:info@kamiichi.jp

※歩きやすい靴・服装でご参加ください。



## おはなしママの会「おはなし会」

お問い合わせ えほんしつ"ゆめぼつけ" ☎472-2211

日時 3月6日(土) 10:30  
場所 えほんしつ"ゆめぼつけ"  
内容 おはなしママの会による読み聞かせ・手遊び・マジックなど  
定員 20組程度(申込先着順)  
申込方法 えほんしつへ直接お申し込みください。



※各種イベントに関して、マスク着用や手洗いなど基本的な感染対策の徹底にご協力をお願いします。また、今後の状況によって中止することがあります。



## オクス セシモニーホール 上市

## 個別相談 随時受付中

葬祭ディレクターが葬儀・法要に関するご相談を承ります。お気軽にお問い合わせください。



※お越しの際は、事前にお問い合わせください。 上市町湯上野96-1 TEL 076-472-1194

## 3月の教室・講座スケジュール

※日程が変更になる場合があります。

### 上市町働く婦人の家

お問い合わせ ☎ 473-0075

講座名	曜日	開始時間	開催日
リアリティフラワー		9:30	8 22
煎茶(皇風)		13:30	1 15
フラワーデザイン		13:30	1 15
書道	月	13:30	8 22
華道(池坊)		13:30	8 22
3B体操		14:00	1 8 15 22
玄太極拳		19:30	8 22
刺し子・リフォーム		9:30	9 23
手芸・手編み		10:00	2 16
茶道(遠州)		13:00	9 23
オカリナ		13:20	9 23
スポーツ吹き矢・ベタンク(火)	火	13:30	2 16
絵てがみ(A)		13:30	16
絵てがみ(B)		13:30	9 23
新川民謡研究会		18:30	2 9 16 23 30
社交ダンス(火)		18:30	3月までお休みです。
パッチワーク		9:30	3 17
ちぎり絵		9:30	10 24
フォークダンス	水	10:00	3 10 17 24 31
ペン習字		13:30	10 24
料理(夜)		17:30	10 24
社交ダンス(水)		18:30	3 10 17 24 31
料理(昼)		9:30	11 25
茶道(表千家)		9:30	11 25
大正琴(アルプス)		10:00	4 18
相撲甚句	木	10:30	11 25
大正琴(りんどう)		13:00	4 18
スポーツ吹き矢・ベタンク(木)		13:30	4 11 18 25
タイ式ヨガ		18:00	4 11 18 25
ちりめん細工		9:30	12 26
民舞踊	金	13:30	12 26
太極拳		13:30	12 26
レザークラフト	土	9:30	6 27
フラダンス		10:00	6 13 27

～講座を受講して自分らしく輝きませんか？～  
 働く婦人の家では、受講生を随時募集しています。  
 なお、講座を受講される方は「婦人の家友の会」に入会していただきます。  
**年会費は1講座につき1,200円(途中入会の場合は100円×月数分)です。**  
 現在、会員は約300人。研修や教室などを開催し、講座の枠を超えて会員同士が楽しく交流しています。  
 皆さんも、学びながら自分らしく輝きませんか？  
 お待ちしております！

## 上市町総合スポーツクラブ“さんさん”

お問い合わせ “さんさん”事務局(B&G体育館内) ☎ 472-1971

教室名	曜日	開始時間	開催日
ピラティス(朝)	ⓑ	10:30	1 8 15
ジュニアビック教室	ⓑ	月 18:00	1 8 15
ジュニアバレー教室	ⓑ	19:00	3月までお休みです。
はつらつ卓球(ラージ球)	ⓑ	火 10:00	2 9 16
シニアエクササイズ宮川	ⓐ	13:30	2 9 16
気軽に卓球(硬式球)	ⓑ	10:00	3 10 17
ゆったり体操教室音杉	ⓐ	10:00	定員に達しています。
シニアエクササイズ相ノ木	ⓐ	13:30	3 10 17
かけっこ教室 A	ⓐ	水 17:00	3 10 17
かけっこ教室 B	ⓐ	18:00	3 10 17
サッカー教室	ⓑ	18:00	3 10 17
楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球)	ⓑ	10:00	4 11 18
シニアエクササイズ柿沢	ⓐ	13:30	4 11 18
ストレッチヨガ	㉑	木 15:30	4 11 18
子どもバドミントン教室	ⓐ	18:00	4 11 18
ピラティス(夜)	ⓑ	19:30	4 11 18
やわやわビクス	ⓑ	10:00	5 12 19
シニアエクササイズ弓庄	ⓐ	金 13:30	5 12 19
パワーヨガ	㉑	19:30	5 12 19
キッズうんどう教室 ※限定6人	ⓑ	15:00	
トランポリン教室(Ⅰ部) ※限定12人	ⓐ	土 15:00	定員に達しています。
トランポリン教室(Ⅱ部) ※限定18人	ⓐ	16:15	
ホープズ卓球教室	㉑	19:00	6 13

ⓐ弓庄公民館 ⓐ柿沢公民館 ⓐ相ノ木会館 ㉑カミール ⓐ音杉公民館(弓庄コミュニティ)  
 ㉑働く婦人の家 ⓑB & G体育館 ⓐ宮川公民館 ㉑上市町体育センター

## 柿沢コミュニティセンター

お問い合わせ ☎ 473-8100

教室名(講師)	料金	日時
陶芸教室(吉野 香岳氏)	陶芸 1,300円 絵付け 1,500円 ろくろ 3,000円(要予約)	10日(水) 13日(土) 24日(水) 27日(土) 10:00
工作教室(浦田 和夫氏)	1作品 500円から	14日(日)
ステンドグラス教室(西島 直義氏)	1回 1,500円 (材料・キット代別途)	28日(日) 13:30



アルプスホール ゆうゆう館

【お問い合わせ】アルプスホールゆうゆう館 上市町柿沢 233  
 電話 076-473-9046 フリーダイヤル 0120-456-897

大ホール・  
 家族葬用小ホール  
 ございます。  
 葬儀・法要に  
 関することなど  
 電話1本で  
 ご相談承ります。



広告

## 上市図書館へようこそ!

開館時間 10:00 ~ 18:00

お問い合わせ 図書館 ☎ 472-6494  
 えほんしつ ☎ 472-2211

### 図書館ミニ情報

#### 3月は「雑誌セール月間」です!

次の日程で保存期限の切れた雑誌のセールを行います。図書館のカウンターやホームページ、図書館報「こんにちは図書館です」2月号でも確認できます。

場所 生涯学習会館3階 ホール 時間 13:30 ~ 14:30  
 販売価格 1冊10円(1人20冊まで、同一タイトルは5冊まで)

日にち	雑誌の種類
6日(土)	料理本、スポーツ本、趣味本、きょうの料理、オレンジページ、ナンバー、ティーズシーン、旅の手帖、囲碁講座、山と渓谷、つり人、アンアン、タクトなど
7日(日)	文芸本、芸術本、子どもの本、文芸春秋、小説新潮、中央公論、ダヴィンチ、本の雑誌、クレア、一枚の絵、ブルーラス、こどものとも、ベビモ、この本読んで!など
13日(土)	健康本、情報本、旅行レジャーの本、きょうの健康、日経ヘルス、壮快、暮しの手帖、日経PC、クウネル、サライ、おはよう21、リー、ウイズ、ニュートンなど
14日(日)	園芸本、生活情報本、エンターテイメント本、現代農業、趣味の園芸、趣味の山野草、婦人公論、特選街、歴史街道、素敵にハンドメイド、コットンタイムなど
20日(土)	各回の残り分

### 今月の図書館・えほんしつカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
2/28	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	4/1	2	3

黒地に白文字の日は休館日

### 今月のイベント

#### ★絵本のよみかかせの会

日時 3月14日(日) 10:30 ~ 場所 絵本コーナー

#### ★読書会

日時 3月26日(金) 13:30 ~ 場所 3階対面朗読室  
 課題図書「寂しい写楽」 宇江佐 真理 / 著

### 今月のおすすめ本

#### 『神の鳥ライチョウの生態と保全』

楠田 哲士 / 編著、緑書房 / 発行

古くから日本人に愛されてきた美しい鳥ライチョウ。この本では約70人の専門家が、この鳥の生態と魅力について執筆しています。

また、国の天然記念物に指定されているライチョウの保護活動なども掲載されています。



### えほんしつ “ゆめぼつけ”



授乳室やおむつ替え室があるので安心して楽しめます!

ひよびよの会 毎週月曜 10:45 ~

おはなし会 毎週日曜 10:45 ~



親子で楽しむ おりがみ教室 13日(土) 10:30 ~

くまモン・イチゴを作ります

### ★今月のオススメコーナー★

テーマは「おきてーはるですよ!」です



3月はたのしいイベントを開催! くわしくは8ページへ

※今後の状況によって、中止などの対応をとることがあります。

図書館ホームページ・図書館報「こんにちは図書館です」でも、新着本情報などがご覧いただけます。

## アルプスの湯であたたまるろ!

お問い合わせ ☎ 473-9333

3月

### 今月の催し物 (12:30開演、観覧無料)

6日(土)	劇団「雅」	公演
13日(土)	ほたるの会	公演
20日(土)	劇団「絆」	公演
26日(金)	SUN笑会	「ふろの日」公演
27日(土)	藤山一座	公演

※今後の状況によっては、中止になる場合があります。

### マナーを守って快適な入浴を!

- その1 体を洗ってから浴槽に入ります!
- その2 せっけんの泡を洗い流してから浴槽に入ります!
- その3 浴槽の中にタオルや髪の毛が浸からないようにしましょう!
- その4 脱衣所に戻る際は濡れた体を拭きましょう!

### 「とやまの温泉とくたくスタンプラリー」開催!

県内6か所の温泉施設を巡って無料券2枚がもらえるスタンプラリーが開催します。ぜひご参加ください!

期間 4月1日(木) ~ 6月30日(水)  
 ※無料入浴券は、7月31日(土)まで有効です。

### 入浴ポイントカード実施中!

入浴1回につき1ポイント進呈。10ポイントたまれば、入浴1回をサービスします!  
 ※2か月券・6か月券などは併用できません。

### お得にアルプスの湯をご利用ください!

- ① 毎月5日はワンコインデー(大人500円)!
- ② "ふろの日"(毎月26日)はポイント2倍!
- ③ "プレミアムフライデー"(月末最後の金曜日)はポイント2倍!



健診・教室名	対象	実施日	受付時間	持ち物	その他
4か月児健診	令和2年9月11日生 ～令和2年10月生	3月4日(休)	13:00～13:30	健診票・母子健康手帳・バスタオル	※健診票は、2か月児訪問でお渡ししています。
	令和2年11月生 ～令和2年12月10日生	4月1日(休)			
1歳6か月児健診	令和元年8月生	3月11日(休)	13:00～13:15	健診票・問診票・フツ化物塗布申込書(希望者)・母子健康手帳・バスタオル	※フツ化物塗布も行います(希望者)。※健診票とフツ化物塗布申込書は、郵送でお送りします。
	令和元年9月生	4月8日(休)			
3歳児健診	平成29年9月生	3月25日(休)	13:00～13:30	健診票・アンケート・母子健康手帳・バスタオル	※尿検査を行います。フツ化物塗布も行います(希望者)。
	平成29年10月生	4月22日(休)			
離乳食教室	令和2年10月生 令和2年11月生	4月21日(休)	9:00～9:30	母子健康手帳・エプロン	※要予約
すくすく教室	令和2年7月生 令和2年8月生	4月21日(休)	13:00～13:30	母子健康手帳	※要予約
ママ&ベビーサポート教室	産後4か月までの お母さんとお子さん	3月10・24日(休)	9:00～9:30	母子健康手帳・バスタオル	※定員5組(申込順)

※健診会場では、換気や手指消毒を実施しています。お越しの際は、自宅での体温測定とマスク着用をお願いします。お子さんや保護者の方で発熱や体調不良の症状がある場合は、翌月に変更可能ですので、ご連絡ください。

## ～1歳6か月児健診の子どもたち～



## 「食育の豆知識」をチェックしよう!

町ホームページには、授乳期から離乳完了期までの食育の豆知識を掲載しています! ぜひチェックしてください!



## ～女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすために～

3月1日～8日は「女性の健康週間」

- 思春期(10代)** からだづくりをする時期です。
- 無理なダイエットは、月経不順や無月経を招きます。
    - ・基本は1日3食、主食をきちんと食べましょう。
    - ・栄養バランスよく、カルシウム・鉄分・食物繊維をたっぷりと。
  - 骨は思春期に作られます。
    - ・スナック菓子や清涼飲料水など嗜好品はほどほどに。
- 性成熟期(20～40代)** 自分のからだと向き合きましょう。
- 若い女性の子宮がん・乳がんが増えています。
    - ・20歳を過ぎたら子宮がん検診、40歳を過ぎたら乳がん検診を受けましょう。
  - 喫煙によって女性ホルモンの分泌や作用が低下します。
    - ・お肌やからだのために、たばこはやめましょう。
- 更年期(40～50代)** 更年期障害は「治す」より「つきあう」。
- 閉経後の女性はメタボになりやすいので気をつけましょう。
    - ・生活を見直しましょう(栄養・睡眠・休養・喫煙・飲酒)。
  - 女性ホルモンが急激に減るため、からだに適応できず、心身に様々な不調が生じます。その不調が原因で生活に支障をきたすようになると「更年期障害」です。
    - ・更年期を正しく知り、我慢せず、1人で悩まないようにしましょう。
    - ・人生の生きがいを見つけて、張りのある生活を送りましょう。
- 老年期(60代以降)** いつまでも健康で自立した生活を送るために。
- 65歳以上の女性の約半数は、骨粗鬆症になっていると言われています。
    - ・生活習慣を見直しましょう(食事・運動・日光浴・禁煙・アルコールなど)。
    - ・骨粗鬆症検診を受けて、自分の骨の状態を知ることが大切です。

## 令和2年度 高齢者用肺炎球菌ワクチン予防接種は3月末までです

町の助成を受けてこの予防接種を受けられるのは、生涯に一度だけです。接種を希望される方は、受け忘れのないようご注意ください。

- 対象**
- ①令和2年度中に次の年齢に到達した方  
65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳
  - ②60歳以上65歳未満の方のうち、心臓・腎臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害を有する方(身体障害者手帳1級に該当する方)

※接種を希望される方は、予診票に必要事項を記入のうえ、町内指定医療機関で接種してください(個人負担金3,000円、生活保護世帯は無料です)。

## 3月1日～7日は「子ども予防接種週間」です

この機会に母子健康手帳の「予防接種の記録」を確認し、まだ受けていないものがあれば、早めに接種しましょう。



## ～3月の開催予定～

内容	日時	場所	備考
介護予防教室	2日(火) 13:30～14:30	宮川公民館	参加費 無料 持ち物 介護予防手帳、水分、タオル、運動しやすい服装、マスク
	3・17日(水) 13:30～14:30	南加積公民館	
	10日(水) 13:30～14:30	相ノ木会館	
	18日(木) 13:30～14:30	柿沢公民館	
	3月はお休みです。 3月はお休みです。	音杉公民館 弓庄公民館	
わきあいあい健康長寿! 足腰しっかり貯筋体操教室	① 10:00～11:15 (受付9:30) ② 13:45～15:00 (受付13:15) 5・12・19日(金) ※19日は午前のみ	カミール2階	参加費 無料 ※要予約 定員 各回25人(1日50人) 持ち物 水分、タオル、運動できる靴、マスク、荷物を置くシートなど
ほっと一息できる場所 おれんじカフェ	11日(木) 13:30～15:00	保健福祉総合センター1階 会議室	参加費 100円 ※要予約 ※当分の間、カミールは使用しません。



## “音楽で介護予防”リフレッシュしませんか? 参加無料

「介護予防で健康長寿」～音楽療法の実践～  
～音楽に合わせて心も体もリフレッシュ～

歌うことや楽器を奏でるといった音楽活動は、脳の健康を高めるといわれています。また、リフレッシュ・リラクセスにもたいへん効果的です。

**講師** 藤掛 賜枝 氏 (日本音楽療法学会 認定音楽療法士)

**申込締切** 3月17日(休)

**日時** 3月19日(金) 13:30～14:30 (受付13:15～)

**場所** カミール2階 イベント広場

**申込先** 上市町地域包括支援センター (☎ 473-2811)  
※19日(金) 午前の「足腰しっかり貯筋体操教室」に参加される方は申し込みできません。ご了承ください。

※自宅で必ず体温測定をして、マスクを着用してお越しください。また、ご自身やご家族の体調が少しでもすぐれない場合は、参加を控えてください。会場の衛生管理には細心の注意を払いますが、参加者の皆さんも基本的な感染症対策にご協力ください。

## 「成年後見制度」ってなあに? ～あなたと財産を守ります!～

皆さんは、成年後見制度をご存知ですか?  
認知症や障がいなどが理由で判断能力が十分でない状態になり、自分のことを自分一人で決めたり、大切な財産を管理したりすることができなくなる場合があります。そんな方のために、契約や手続き、財産管理を本人に代わって後見人などが行う制度が成年後見制度です。  
成年後見人などは、判断能力が十分でない状態になった方の思いを大切にしながら一緒に考え、契約や手続き、財産管理に関わる様々なサポートをしてくれます。  
成年後見制度は、判断能力が十分でない方を守る制度です。

成年後見人などができる主なこと	成年後見人などできない主なこと
<ul style="list-style-type: none"> <li>・福祉サービスなどの契約</li> <li>・大きな買い物や生活資金の管理</li> <li>・契約の取り消し</li> <li>・親族の相続</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手術や治療の同意</li> <li>・本人の介護や付き添い</li> <li>・本人の保証人や身元引受人</li> </ul>

※主に法律行為を自分ですることが難しい場合

※判断能力に応じて後見・保佐・補助の3種類に分けられ、与えられる権限が異なります。

**◆手続きの流れは?**  
まず、家庭裁判所に申立てを行います。裁判所で本人の状況を確認後、成年後見人などに適切と思われる人を選任し、後見などが開始されます。  
なお、申立てができるのは、本人、配偶者、四親等以内の親族、検察官などとなります。

**◆どんな人が選任される?**  
本人のためにどのような支援が必要かなどの事情に応じて、ふさわしい方を家庭裁判所が選任します。

成年後見人などに選任される人
<ul style="list-style-type: none"> <li>・親族(両親、兄弟姉妹など)</li> <li>・弁護士、司法書士、行政書士、社会福祉士などの専門職</li> <li>・社会福祉法人、NPO法人などの法人</li> </ul>

将来の財産管理などが不安という方は、まずは、上市町地域包括支援センターまたは福祉課社会福祉班 (☎内線7123) へお気軽にご相談ください。

代表 堀田「勲男」から孫の「強志」に  
今まで通りやっています!

早めの点検・修理で「安心・安全」

屋根のリフォームなど  
屋根のことなら何でも

見積無料

屋根の相談なら

# 片地瓦工事

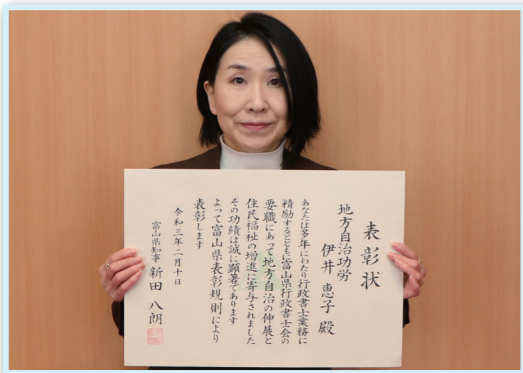
いつでもお気軽にお電話ください。  
電話・FAX 076-473-1593  
携帯 090-6271-6987(代表直通)  
〒930-0411 上市町砂林開33



### 富山県地方自治部門功労表彰を受賞

多年にわたり行政書士業務に精励し、地方自治の振興に寄与された方を表彰する令和2年度富山県地方自治部門功労表彰において、行政書士の伊井恵子さん（郷柿沢）が受賞されました。

伊井さんは、平成11年10月、富山県行政書士会に入会。平成21年から10年間、同会の理事を務め、主に広報部長を担当されました。なお、平成31年4月より、町の情報公開・個人情報保護審議会委員および行政不服審議会委員を務めておられます。



### 富山県農業振興賞を受賞

上市町農業委員会会長の碓井繁さん（郷柿沢）が地域の農業技術の向上や組織作りなどに意欲的に取り組んでいる優秀な指導者として、令和2年度富山県農業振興賞を受賞されました。

碓井さんは、町内で早くから水稻直播栽培に取り組み、現在は上市町直播生産組合長を務め、町全体の直播栽培の技術向上に尽力されています。また、白ネギ生産者の技術向上などの中心的役割を担い、園芸作物の産地育成に尽力されています。



### 高齢者世帯にお弁当と笑顔を届ける

1月23日、上市地区民生委員児童委員協議会と同地区社会福祉協議会は、上市地区の75歳以上の一人暮らしの方を中心に地区内の173世帯に昼食用の弁当を配布し、コロナ禍で外出機会が減っている高齢者を元気づけ、笑顔をお届けしました。

今回の配布は、毎年開催している高齢者の集いが中止となったことを受け、健康チェックを兼ねて企画されたもの。お弁当を受け取った皆さんは、「心待ちにしていました。来てくれてありがたいです。」と笑顔で話していました。また、民生委員や福祉推進員の方も、「いつも（高齢者の）皆さんから元気もらっています。」とこちらも笑顔で話していました。



### 上市町武道連盟・稽古始め

1月、上市町武道連盟に加盟する柔道・剣道・空手道・弓道・少林寺拳法の5団体が稽古始めを行いました。

今年は、新型コロナウイルスの影響で合同での稽古始めを中止にし、各団体で行われることに。会員の皆さんは、初稽古に汗を流し、今年1年の飛躍を誓いました。



### eスポーツで世代を超えた交流

1月24日、eスポーツ大会「eケージョンin上市」が文化研修センターをメイン会場とした町内4会場で開催され、参加者がスマートフォン向けのオンラインゲームで熱戦を繰り広げました。

大会は昨年を引き続いて2回目。感染対策のため会場を分散しての開催となりました。「モンスターライクスタジアム」を使用した団体戦（14チーム28人が参加）と「競技かるた」を使用した個人戦（14人が参加）で行われ、初心者から経験者までが世代を超えて腕を競い、対戦後は会話を楽しみ交流を深めていました。



サブ会場のひとつとなった西田美術館でも厳かな雰囲気の中、静かな熱い闘いが繰り広げられました。▼

### 園児が節分に元気いっぱい鬼退治

2月2日は節分。上市保育園では、豆まき会が行われました。ゲームをしたり、歌を歌いながら踊ったりと楽しんだ園児たち。するとそこに金棒を持った鬼が登場。その迫力に泣き出す園児もいましたが、豆に見立てた新聞紙で作ったボールをみんな鬼に向かって投げて鬼退治。自分の中にある悪い鬼を追い出していました。



### インターンシップ生とオンライン交流

2月9日、上市町観光協会によるインターンシップ事業の一環として、過去に参加したインターンシップ生2人と白萩西部小学校5、6年生とがオンラインで交流しました。

お互いに近況などを話した後、2人からインターンシップを通じて「なんでも挑戦してみる」と「多様な価値観に触れること」の大切さを学び、今の生き方に活かされていることが語られました。

今回の交流で児童は2人から積極的な生き方を学び、「大切なことをいっぱい教えてもらった。これからの人生に生かしていきたい。」と話していました。



▲インターンシップ生の岡田知里さん（画面左上）と内田遥さん（画面下）

### カヌー・第1回オンラインエルゴ選手権大会

1月30日、「カヌーホームチャレンジ第1回オンラインエルゴ選手権大会」が保健福祉総合センターなど全国12会場で開催されました。この大会は、新型コロナウイルスの影響で全国のカヌー大会が相次いで中止されたことを受けて開催されたもの。練習機械「エルゴ」を使って、全国の会場をオンラインで結び、10都道府県21チーム143人がタイムを競いました。

富山県からは早乙女湖カヌークラブに所属する11選手が出場し、酒井海倫選手、酒井星璃選手、藤縄樹希選手がそれぞれの種目で優勝しました。



### 第46回上市町民スキー大会

2月7日、第46回上市町民スキー大会が千石スキー場で開催され、10人の選手が大回転競技でタイム（2本の合計）を競い、熱戦を繰り広げました。

【各部門優勝者（敬称略）】	
小学校低学年 男子の部	碓井 奏志郎（上市中央小）
小学校中学年 男子の部	碓井 悠仁（上市中央小）
小学校高学年 男子の部	吉房 真之介（南加積小）
一般 男子の部	沢辺 剛





# #東京で生きる -No.012-

今回は、元 NHK 職員で、現在は埼玉県の浄泉寺で住職をされている福井学さん（東江上出身）にお話を伺いました。  
 (文：早川 恭平 ※インタビューは、Zoom を使用して実施しました。)

## ■ 60代70代になったときの自分の顔が楽しみ

私は、上市町東江上にある浄泉寺というお寺の次男として生まれ、両親は私と兄の意志を尊重して育ててくれました。私が大学生の頃には、同じ大学に通っていた兄が実家のお寺を継ぐ考えがあること、そしてわたしからは卒業後に就職したいこと、できればマスコミに進みたいことなどを話すように。その後、運よく NHK に入局、報道カメラマンとして働く日がやってきました。

NHK では、ヘリでの空撮も海外取材も経験を積むことができ、充実した日々を送っていたのですが、一方で望んで入った職場なのにどこか物足りなさも感じていました。一度しかない人生。体はひとつ。考え抜いて、一から仏教を学ぶために退職を決意しました。

仏教を学びたいと考えたのは奈良放送局時代、奈良の古寺、大寺で老若男女の素敵なお坊さんにお会いしていたことが背景にありました。

どの方も表情が柔らかく、まなざしが温かく、言葉は人懐こく、お姿全体は仏像のように後光が差して見えました。

わたしも経験を重ね 60代70代になったとき、古寺の老僧のようなお顔になれるか、いつしかなりたいと心の中で思っていたことが、NHK 退職の大きな理由になりました。

## ■ お寺をつくる

退職の翌年、西本願寺で職員として採用され、以後は浄土真宗本願寺派の教えを学びながら経験を積み、8年後に東京の築地本願寺に異動。そこで首都圏各地にお寺を開設された先輩のお寺を拝観させていただく機会があり、次第にわたしも興味を持つようになりました。

悩んだのはどこに、なぜ、なんのためにお寺を開くのか。そんなある日、東江上の浄泉寺のご門徒さんで、若いころに不動産のお仕事をなさっておられた方とお話しをする機会があり、現在の埼玉県吉見町とのつながりが生まれました。そのご門徒さんにとってはお父様が亡くなられたゆかりの地で、この地にお寺を建てることができればお父様を弔うことにもつながるとお話しになったことが、大きな理由になりました。こうしてお寺の場所は決まりました。

最初は4LDK 二階建ての借家から始まったお寺で、「これがお寺?」と好奇の目で見られることもありましたが、近くの日帰り温泉に法話会や雅楽演奏を持ち掛けてお坊さんを身近に感じていただいたり、築130年の古民家を取得するご縁が生まれ、解散寺院からご本尊とお荘厳を移築して本堂としました。そして実家である東江上の寺にちなみ浄泉寺と命名しました。

## ■ 地域に馴染む、個性を光らせる

わたしも妻もこの土地にはつながりがありません。新しいお寺として、かつ新しい住人として、ゼロから地域に馴染んで行くために、古民家の本堂で仏教讃歌のコーラス練習をしたり、ヨガインストラクターの妻がヨガ教室を行ったり、書道教室を開いてくださる方がいたりして、地域との接点づくりはこれまでも、そしてこれからも積極的に行っています。最近では NHK 時代のスキルを活かした動画制作に挑戦したり、奈良放送局の頃感じた、個性が光るお坊さんとして成長を目指しています。



テレビ局員から住職に。  
 -ゆかりのない土地にお寺をつくるまで-

浄土真宗本願寺派 浄泉寺 住職

福井学さん

## ■ 上市町への想い

アニメ映画監督の細田守さんの作品のファンで、中でも「おおかみこどもの雨と雪」は何度も見返すほど好きな作品です。アニメの中で描かれる上市町の情景は、とても懐かしいふるさととして心の中に刻まれています。この上市の雄大な自然を、多くの人に感じて欲しいなと思いますし、観光関係の方を始め、上市の良さを発信されている方々には頭が上がりません。離れて住む私にできることは限られていますが、ふるさとの食材をネット注文するなどして応援しています。コロナが収束したら上市に帰省したいと考えていますので、その日が今から楽しみです。

## 福井学さん

1971年12月生まれ。宮川小学校、上市中学校、富山中野高校、大阪大学を経て、NHKに入局。ニュースカメラマンとして充実した日々だったが僧侶の道を志して28歳で退職し、西本願寺に転職。2011年に退職し、布教伝道のため埼玉県へ。現在は浄泉寺の住職を務める。上市町東江上の浄泉寺の住職は実兄。

「#東京で生きる」は、フェイスブック「上市町首都圏同窓会」で全文公開しています。フォローしてご覧ください!



## ★ポムダムールトーキョーが富山大和に初出店!

町出身の池田喬俊さんが店主を務める日本初のりんご飴専門店「ポムダムールトーキョー」が、富山大和で1月21日～28日に開催された第28回全国有名駅弁とうまいもの大会に出店。連日多くの人がりんご飴を求めて、大いに賑わいました。池田さんから「開業して7年、いろいろありましたが無事に地元百貨店までたどり着きました。これからも上市町出身の喜びを胸に頑張ろうと思います!」との言葉をいただきました。



▲ポムダムールトーキョーホームページへ



### ■ 町の人口と世帯数

令和3年2月1日現在

人口	19,946	(-13)	(-352)
男	9,574	(-1)	(-148)
女	10,372	(-12)	(-204)
世帯数	7,846	(+5)	(-67)

( ) は前月比 ( ) は前年比  
 ※ここでは毎月の住民基本台帳人口・世帯数を掲載しています。

### ■ 町税のご案内

＜町税夜間納税相談＞  
 3月1日(月)、31日(水)  
 17:00～20:00  
 財務課納税班(役場1階10番窓口)

＜固定資産台帳縦覧＞  
 4月1日(木)～30日(金)  
 8:30～17:15(土日祝日除く。)  
 財務課課税2班(役場1階11番窓口)

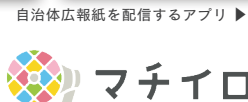
### ■ ご寄附感謝

がんばるかみいち総合病院応援基金へ  
 6件、155万5,000円(累計2,325万5,620円)  
 畠平 愛子様 社会教育事業へ5万円  
 株式会社池田模範堂様  
 未来ある子どもたちの支援、  
 地域への貢献事業へ300万円

### ■ 善意銀行 (町社会福祉協議会 1/11～2/10)

立山寺様 鏡餅2箱  
 種田均様 使用済み切手84g  
 匿名様(2人) 使用済み切手9g、ベルマーク3g、洗濯機1台

スマートフォンなどで、いつでもどこでも「広報上市」が読めます! アプリの利用は無料。タブレット端末でも利用できます。ぜひご利用ください。



Android版

