



表紙「カヌー体験会 親子でペアカヌー！」
(5月1日、富山県上市カヌー競技場)

【もくじ】

- P 2 特集 あさひの郷公園 新遊具設置
- P 4 生き活きつるぎヘルスポイント
がん検診、健康診査
- P 6 くらしのお知らせ
- P 8 イベント・各種相談日・募集案内
- P10 図書館・アルプスの湯・公民館だより
各種教室案内
- P12 こんにちは！地域包括支援センターです
消防通信
- P13 保健だより
- P14 新型コロナワクチン接種予約のお知らせ
- P15 まちの話題
- 裏表紙 東京で生きる - No.14 -

上市町郷柿沢地内の「あさひの郷公園」にふわふわドーム（対象年齢3～12歳）と大型複合遊具（対象年齢6～12歳）が完成しました。これを記念して4月28日に、お披露目会が開催されました。この日は、南加積保育園の3～5歳児24人が招待され、遊具を使って元気に遊び歓声を上げていました。

雲をイメージした「ふわふわドーム」と、剣岳をコンセプトに、早月尾根や早月川などをイメージした「大型複合遊具」は、いずれも新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金を活用し、総事業費5,958万円で整備されました。

あ

さひの郷公園に 新しい遊具が仲間入りしました



▲ふわふわドームで遊ぶ様子

さと あさひの郷公園

（上市町郷柿沢589） 駐車場76台



～使用上の注意事項～

- ふわふわドームで遊ぶときは、必ずくつを脱いでください。
- 遊具が雨で濡れているときは、使用しないでください。
- すべての遊具について、中学生以上は使用できません。
- ふわふわドームの使用時間は、9:00～17:00です。
- 公園南側に駐車場がありますので、路上駐車しないでください。

お問い合わせ 産業課 農林整備班 ☎ 内線 326

がん検診・健康診査について

お問い合わせ (がん検診) 上市町保健センター ☎ 473-9355
(健康診査) 町民課 医療保険班 ☎ 内線 142・143

～上市町の死亡原因第1位は「がん」～

がんは早期に発見し、早期に治療することで治る確率の高い病気です。しかし、早期のがんは自覚症状がほとんどありません。がん検診の目的は、症状がない時期にできるだけ早くがんを見つけ、適切な治療を行うことで、がんによる死亡を減少させることです。

上市町では、国の指針に基づき、肺・大腸は年に1度のがん検診、胃・子宮・乳房は2年に1度のがん検診を勧めています。

なお、症状がある場合はがん検診ではなく、医療機関を受診することが重要です。



◆がん検診・胸部エックス線検査のご案内

対象者：40歳以上（子宮がん検診は、20歳以上）で、職場などでがん検診を受ける機会がない方
※詳細については、5月に各家庭に配布した「**保存版 がん検診・健康診査のお知らせ**」をご覧ください。

<がん検診（胃・子宮・乳房・大腸）> ※要予約

受診方法	検診部位	実施期間	検診会場
集団検診	胃・子宮・乳房	6月から令和4年2月まで 全10日間 初回は6月7日(月) 8:15～9:30 受付	つるぎふれあい館
	大腸	6月から令和4年3月まで 随時受付	
施設検診	胃・大腸	6月から12月まで	町内の指定医療機関
	子宮・乳房	6月から令和4年3月まで	県内の指定医療機関

<胸部エックス線検査（肺がん・結核検診）>

期間：10月まで 全12日間

（検診会場での密集を避けるため、できるだけ受診券に記載された会場・時間にお越しください。）

※75歳以上の方および身体障害者手帳取得者は、施設検診（かみいち総合病院 健診センター）を利用できます。

※65歳以上の方は結核検診も兼ねています。結核検診は1年に1回の受診が義務付けられています。

◆受診券について

対象の方には5月に受診券（胃・大腸・子宮・乳房・肺）を発送しました。

- ①必ず開封して、日程・内容をご確認ください。
- ②通院中や職場での健診・ドッグなどを受診するため町の検診を受診しない方は、町保健センターまで未受診理由をご連絡ください。

※町のがん検診を希望する方で、受診券が届いていない方は、町保健センターまでご連絡ください。

◆受診の際のお願い

- ①検診・健診の実施体制に変更が生じる場合があります。事前に実施状況を実施機関へお問い合わせのうえ、受診してください。
- ②受診の際は、マスクの着用や手洗いの励行など基本的な感染症対策にご協力ください。

◆特定健診を受けましょう

受診期間：6月1日(火)から10月30日(土)まで

対象者	健診区分
国民健康保険加入者で 40歳から74歳までの方	特定健康診査
後期高齢医療制度に加入の方	後期高齢者健康診査

医療機関へ予約し、①被保険者証、②受診券、③記入済みの問診票を持参のうえ、受診してください。

なお、国民健康保険被保険者の方で、厚生連滑川病院健康管理センターでの日帰り人間ドックを受診する場合でも特定健康診査の受診券を持参ください。

薬を服用中の方は、受診当日の薬の服用について、主治医と必ず相談してください。

30代にチャンス到来！

今年も皆さんの健康のためにやります！

（実施期間：6月1日(火)～12月31日(金)）

お問い合わせ 上市町保健センター ☎ 473-9355



生き活きつるぎヘルスポイントとは？

日常生活でできる歩数・体重・血圧測定や楽しみながらできる健康教室・イベントに参加することでポイントが獲得できます。「自分の健康を自分がつくる」ためにも、できることから始めて、ポイントを貯めましょう！



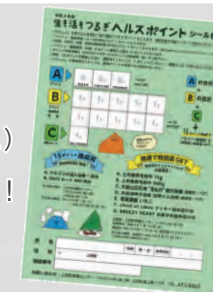
健康づくりは
できることから
自分のペースで！

参加対象
30歳以上の
上市町民

～15ポイント達成までの道のり～

- ①「けんしん」を受ける。
対象の教室・イベントに参加する。
歩数・体重・血圧を記録する。
- ②上市町保健センターなどでシールをもらい、台紙に貼付する。
（教室・イベントは、開催場所でもらえます。）
- ③15ポイントに到達すると、「達成賞」進呈！
さらに「特別賞」の抽選に応募できる！

ポイントシールの配布は
令和4年1月31日(月)まで



※昨年15ポイント達成した方へは
「継続ポイント」として1ポイントプレゼント！



6月の対象事業は…

- ★ふれあい健康教室
詳しくは、上市町健康文化振興財団（☎ 473-9333）へお問い合わせください。
- ★上市町総合スポーツクラブ "さんさん" 教室
開催日程は、"さんさん" 事務局（☎ 472-1971）へお問い合わせください。
- ★介護予防教室
詳しくは、地域包括支援センター（☎ 473-2811）へお問い合わせください。

※対象事業など詳しくは、6月上旬配布のパンフレットをご覧ください。

★15ポイント到達で…

15ポイント達成賞（達成者全員に進呈）

- ★アルプスの湯入浴券（1回分）
- ★QUOカード500円分

引き換え場所 上市町保健センター
（つるぎふれあい館2階）

引き換え期限 令和4年3月31日(木)まで

特別賞（抽選でGET！）

- ★上市産黒毛和牛
- ★大岩山日石寺 "写仏行" 修行体験（食事付・ペア）
- ★大岩湯神子温泉 日帰り入浴券（食事付・ペア）
- ★稲葉農園 いちご
- ★chest of cakes クッキー詰め合わせ
- ★BREEZY HEART お菓子の詰め合わせ

豪華賞品をプレゼント！

応募箱設置場所 上市町保健センター
応募締切 令和4年1月14日(金)まで
抽選日 令和4年2月11日(金・祝)
「劔岳雪のフェスティバル」にて
※抽選日を変更することがあります。

ケーブルスマホ

Net3加入者なら
月額基本料金がなんと!

1,650円!! (税込)

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

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/>

ARKS

オックス セレモニーホール 上市

会員加入説明会

オックス会員システムについてご説明いたします。

7月18日 日 10:00～12:00
[受付] 9:45～

■終活セミナー ご参加の方にエンディングノートプレゼント!
■施設見学 ■葬儀・法要相談 個別でご相談を承ります。

参加無料
要予約

オックスセレモニーホール上市 上市町湯上野96-1 TEL 076-472-1194

※状況により日程・内容が変更になる場合がございます。
※イベントでは、新型コロナウイルス感染防止対策を行っております。



国民健康保険税・後期高齢者医療保険料のお知らせ

お問い合わせ 財務課 課税 1 班 ☎内線 132・137

軽減基準を見直します

地方税法などの改正による、個人所得課税の見直しに伴い、世帯の所得の合計額が一定額以下の場合、国民健康保険税および後期高齢者医療保険料の軽減基準を次のとおり見直します。

≪国民健康保険税および後期高齢者医療保険料≫

軽減割合	基準額	
	見直し前	見直し後 (令和3年度)
7割	33万円	43万円 + 10万円 × (給与・年金所得者の数－1)
5割	33万円＋ 28.5万円 ×被保険者数	43万円＋ 28.5万円×被保険者数 + 10万円 × (給与・年金所得者の数－1)
2割	33万円＋ 52万円 ×被保険者数	43万円＋ 52万円×被保険者数 + 10万円 × (給与・年金所得者の数－1)

※下線部の『+ 10万円× (給与・年金所得者の数－1)』は、世帯主および世帯の被保険者の中に給与・年金所得者が2人以上いる世帯に適用されます。

※後期高齢者医療保険料において特例的に上乘せして軽減が行われていたもの（7.75割軽減）は、令和3年度からは廃止されます。

※7月中旬に決定通知書（納付書）を送付します。

遊休農地の保全管理をお願いします

お問い合わせ 上市町農業委員会 ☎内線 327

梅雨の時期になると、カメムシの被害などが出てきますので、自己の田畑の草刈りなどの管理をお願いします。なお、管理状況を確認するため、職員が農地などに立ち入ることがありますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

有機質肥料の販売について

お問い合わせ 富山地区広域圏衛生センター ☎472-2294

富山地区広域圏衛生センターでは、し尿や浄化槽汚泥を乾燥させた肥料を製造・販売しています。良質な有機質肥料で野菜や花栽培の元肥として最適です。

販売日時 平日 8:30 ～ 17:00

販売場所 富山地区広域圏衛生センター
(上市町稗田1番地)

販売価格 200円（1袋：15kg）



ごみの減量と分別について

お問い合わせ 町民課 生活環境班 ☎内線 141

令和2年度の上市町のごみの総量は、5824.2tとなり、前年度と比較して14.7t増加しました。在宅時間が増え、家庭ごみが増えやすい状況ですが、引き続きごみの減量と分別に、ご理解とご協力をお願いします。



産前産後期間の国民年金保険料が免除となります

お問い合わせ 町民課 住基戸籍班 ☎内線 148

届出をすると産前産後期間の保険料が免除されます。届出は出産予定日の6か月前から可能です。

免除期間 出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間（多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間）

対象 国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の方

届出先 町民課住基戸籍班（役場1階2番窓口）
添付書類として、出産予定日や出産したことが分かる母子健康手帳などが必要です。

※詳しくは、町民課住基戸籍班または、魚津年金事務所（0765-24-5153）までお問い合わせください。

マイナンバーカードの時間外交付サービスを実施しています

お問い合わせ 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147

日時 6月7日(月) 17:15 ～ 19:00
27日(日) 9:00 ～ 12:00

場所 町民課住基戸籍班（役場1階2番窓口）

対象 マイナンバーカードの交付を受ける方
※申請はご自身でお願いします。

持参するもの 通知カード、本人確認書類、はがき（発行通知書）

※マイナンバーカードの受け取りは、**予約可能**です。
※マイナンバーカードを利用した住民票の写しおよび印鑑登録証明書のコンビニ交付サービスが始まっています。ぜひご活用ください。



「はたちのつどい」開催予定月が変わります

お問い合わせ 教育委員会事務局 生涯学習班 ☎内線 344

次回開催の「はたちのつどい」から開催月が以下のとおり変更となります。詳しい日時は、後日お知らせします。

変更内容

変更前 1月 ⇒ 変更後 3月

新婚夫婦の新生活を応援します

お問い合わせ 福祉課 社会福祉班 ☎内線 7125

町では、新婚生活支援事業として、新婚夫婦の新居購入や賃借などに係る費用を補助します。

対象経費 ①新居の住居費（購入費、家賃など）
②新居への引越費用

補助金額 1世帯当たり30万円以内

※詳しくは、福祉課社会福祉班へお問い合わせください。

町に提出する申請書などの押印が省略できます

お問い合わせ 総務課 行政班 ☎内線 213・214

町民サービスの向上と行政手続の簡素化の一環として、町に提出する申請書などの押印が省略できます（法令などで押印を求める書類や実印を必要とする書類などを除く。）。なお、手続によっては本人確認（マイナンバーカード、運転免許証などの提示等）や本人の署名が必要となる場合があります。

※対象書類は、町ホームページに一覧を掲載します。
※詳しくは、担当課へお問い合わせください。

使っていますか？子育て応援券～有効期間は3年間です～

お問い合わせ 福祉課 児童班 ☎内線 7232・7233・7234

県と市町村で共同実施している「とやまっ子子育て応援券」の有効期間は3年間、お子さんの3歳の誕生日の前日まで利用できます。

配布対象 新たに生まれた子どもを持つ家庭

応援券の金額

第1子（1万円分）
第2子（2万円分）
第3子以降（3万円分）



有効期間 対象となる子どもの誕生日から3年間

応援券対象サービス 一時保育、読み聞かせ絵本の購入、任意の予防接種、乳児健康診査 など

※詳しくは富山県子ども支援課のホームページをご覧ください



ひとり親世帯臨時特別給付金の申請について

お問い合わせ 福祉課 児童班 ☎内線 7232・7233・7234

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少しているひとり親世帯に給付金が支給されます。

申請期限 令和4年2月28日(月)

申請先 福祉課児童班（つるぎふれあい館2階）

※支給要件など詳しくは、福祉課児童班までお問い合わせください。

児童手当等現況届の提出をお願いします

お問い合わせ 福祉課 児童班 ☎内線 7232・7233・7234

児童手当を継続して受給するには、現況届を年1回提出する必要があります。現況届を提出しないと、受給できなくなる場合があります。

対象の方には、個別に案内を送付しますので、6月末日までに福祉課児童班窓口（つるぎふれあい館2階）へ必ず提出してください。

介護保険アレコレ ～限度額認定証の更新をお願いします～

現在お持ちの「介護保険負担限度額認定証」の有効期限は、令和3年7月31日までです。継続して軽減を受けるには認定の更新が必要ですので、申請書を提出してください（新規の方を含む。）。認定された方には、後日認定証を郵送します。

なお、令和3年度介護報酬改定に伴い、8月からは対象基準が変わりますのでご注意ください。

段階	対象となる方		預貯金等
第1段階	①住民税非課税世帯（世帯分離している配偶者を含む）で 老齢福祉年金を受給している方 ②生活保護を受給している方		1,000万円（夫婦は2,000万円）以下
第2段階	住民税非課税世帯 (世帯分離している配偶者含む)	合計所得金額と年金収入額(※)の合計が 80万円以下の方	650万円（夫婦は1,650万円）以下
第3段階①		合計所得金額と年金収入額(※)の合計が 80万円を超え120万円以下の方	550万円（夫婦は1,550万円）以下
第3段階②		合計所得金額と年金収入額(※)の合計が 120万円を超える方	500万円（夫婦は1,500万円）以下
第4段階	上記以外の方（住民税課税世帯の方）		対象外

※平成28年8月以降は、非課税年金収入額（遺族年金、障害年金）も含めます。

（注）世帯分離していても、配偶者が住民税課税者である場合は対象外です。

■6月の保険料（65歳以上の方）

特別徴収 第2期（6月15日の公的年金から天引きされます）

普通徴収 なし（今年度の納期開始は8月2日です。前年度分で納め忘れないかご確認ください。）

お問い合わせ 中新川広域行政事務組合
介護保険課 ☎464-1316



募集案内 - recruitment guide -



中新川行政事務組合職員を募集します

お問い合わせ 中新川広域行政事務組合 総務課 ☎ 464-1335

募集人員・受験資格

- ①行政事務職 1 名程度（大学卒程度）
平成4年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた方
- ②介護認定調査事務職 1 名程度（短大卒程度）
昭和61年4月2日以降に生まれ、保健師、助産師、看護師、准看護師、介護福祉士、社会福祉士の実務経験期間が通算して5年以上ある方
- 申込方法** 採用試験申込書を当事務組合窓口またはホームページにて取得し、郵送または持参してください。
- 受付期限** 6月30日(水)必着
- 試験日** 7月18日(日) **場所** 中新川広域行政事務組合
- 採用予定日** 令和4年4月1日(金)
- ※詳しくは、中新川広域行政事務組合総務課までお問い合わせください。

ブース出店企画を考える仲間を募集します

お問い合わせ 企画課 企画班 ☎内線 223
(一社) 地域デザイン研究所 ☎ 070-5148-7227
話題のスポーツ「フットロゲイニング」でもてなしブースの出店企画を考える仲間を募集します。
友活&恋活のはじまりに参加してみませんか。

対象者 22歳～39歳の独身男女 計20人程度
参加費 無料(レクリエーション時の飲食代など実費負担)
申込締切 6月30日(水)
申込みWeb <https://i-toyama.net/kamiichi/>
※日程など詳しくは、(一社) 地域デザイン研究所までお問い合わせください。



令和4年3月「はたちのつどい」実行委員を募集します

お問い合わせ 教育委員会事務局 生涯学習班 ☎内線 344

令和4年3月開催予定の「はたちのつどい」の企画・運営に参加する新成人を募集します。一生に一度の成人式を自分たちの手で思い出に残る催しにしてみませんか。興味のある方は、お気軽にご連絡ください。

対象者 平成13年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方で、7月頃から月1回程度開催予定の実行委員会に参加できる方

里親を募集しています

お問い合わせ 富山児童相談所 ☎ 423-4000
里親支援機関事務局 ☎ 432-8137

さまざまな事情で家族と離れて暮らす子どもを自分の家庭に迎え入れ、温かい愛情と正しい理解を持って育ててくださる方が「里親」です。子どもたちが健やかに育つためのサポートをしてみませんか。制度内容など詳しくは、お問い合わせください。

ボルダリングに挑戦してみよう

お問い合わせ “さんさん”事務局(B&G 体育館内) ☎ 472-1971

日時 7月18日(日)9:00～13:00(受付8:45役場前)
場所 桜ヶ池クライミングセンター(マイクロバスで移動)
対象者 小学4年生以上(定員10人になり次第締切)
参加費 会員1,000円 会員以外2,000円(保険料等含む)
持ち物 運動のできる服装(Tシャツ&ハーフパンツがベスト)、マスク、除菌用品など
※詳しくは、“さんさん”事務局までお問い合わせください。

糖尿病診療のトピックス

すこやか
サロン

Health
Column



かみいち総合病院
院長
浦風 雅春

最初に、糖尿病の新薬であるSGLT2阻害薬を紹介します。SGLTとは、「ナトリウム・グルコース共役輸送体」というタンパク質のことです。SGLT2には、腎臓でブドウ糖を再吸収する働きがあり、血糖を増加させます。同薬は腎臓のSGLT2の働きを阻害することで、腎臓でのブドウ糖再吸収を抑制し、血液の過剰なブドウ糖を尿中に排出します。その結果、血糖値が改善します。同薬は、糖尿病患者の心・腎保護効果から生命予後を改善するとの報告もされ、非常に注目されている薬剤です。

次に、新型コロナウイルス感染症との関係ですが、糖尿病患者がより感染しやすいという報告はありません。重症化に関しては、血液中のヘモグロビンA1Cが高いと死亡率が高いた報告があります。従って、血糖コントロールだけが、糖尿病の合併症予防だけ

が、糖尿病の合併症予防だけでなく感染症の重症化予防のうえでも、極めて重要です。マスク、手洗いなどの感染予防対策を含め、生活習慣の見直しを改めてお申し込みます。当院の内科・糖尿病センターでは、個々に適した「オーダーメイド医療」を実践し、専門性の高い医療サービスを提供しているの、気軽に受診してください。

かみいち総合病院 受付窓口の表記が変わります

変更前	変更後(6月1日～)
1番受付	<u>A 受付</u>
2番受付	<u>B 受付</u>
3番受付	<u>C 受付</u>

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 ～6月行事～

お問い合わせ ☎ 473-0001

内容	日時	
乳幼児教室 (子育て相談)	ちひつこ広場(4か月から1歳頃まで) ぞう組(2歳児) うさぎ組(1歳児) 乳幼児教室合同キッドピクス	8・22日(火) 2・16・23日(水) 3・17・24日(木) 10日(木)
	将棋クラブ	12・26日(土) 10:00
	体操教室(トランポリン)	5日(土) 13:00
	★レッツ! エンジョイ・イングリッシュ	7日(月) 14:00
教室・イベント	ブラバンづくり	13日(日) 10:30
	★ヒップホップダンススクール	18日(金) 16:00
	おりがみ教室	19日(土) 10:30
	アイロンビーズづくり	27日(日) 10:30

※ ★印は、要予約です。

初めてのガイド付き トレッキング in 千石城山

お問い合わせ tocotoco ☎ 080-7830-2736
E-mail : 2021tocotoco@gmail.com

エコツアーガイドと歩くとこんなに楽しい!を知ってもらえるツアーです。千石城山の山頂で、上市の湧き水を使った美味しい珈琲を淹れましょう。

日時 6月27日(日)9:30～12:30(集合9:15)

場所 ふるさと親自然公園ビジターセンター

募集定員 10人(定員に達した場合は抽選)

対象者 18歳以上

参加費 1,500円(保険料含む)

持ち物 リュックサック、軽登山靴(トレッキングシューズ)、雨具、帽子、飲料、敷物、マスクなど

※詳しくは、tocotocoまでお問い合わせください。



常願寺ハイツ「夏の特別教室」

お問い合わせ 常願寺ハイツスポーツ公園 ☎ 462-1164

プール教室などの子どもから大人までが楽しめる教室が開催されます。※詳しくは、常願寺ハイツホームページをご覧ください。

6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	22日(火)	10:00～15:00	働く婦人の家
②人権・行政相談	9日(水)	13:00～16:00	つるぎふれあい館
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	つるぎふれあい館
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
⑤法律相談	8日(水) 予約制	9:00～11:00	
⑥結婚相談	8日(水)・22日(火)	13:00～16:00	
⑦心配ごと相談	16日(水)	13:00～15:00	つるぎふれあい館 相談室
⑧生活・就労相談	15日(火)	10:00～11:30	
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 心の悩みなどの相談に精神科医師が応じます。	9日(水) 予約制	13:30～15:30	富山県中部厚生センター
⑪にこにこ相談会 お子さんの発達や生活・行動・学習・進路などの相談に各分野の専門家が応じます。	①6月9日(水) 予約制 ②6月18日(金) 予約制 ③6月23日(水) 予約制	13:30～16:00	①滑川市民健康センター ②立山町元気交流ステーション ③上市町つるぎふれあい館

★開館時間

月～金 10:00～18:00
土・日・祝日 9:00～17:00

★6月の休館日 20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):ちひつこ広場(4か月～1歳頃まで)
水曜日:ぞう組(2歳児)
【平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ】
木曜日:うさぎ組(1歳児)
【平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ】
※ぞう組、うさぎ組は登録制です。



地域活性化フォーラム 上市のミライ

お問い合わせ 富山県中小企業家同友会事務局 ☎ 452-6006

町民参画型で作られた「第8次総合計画」をもとに参加者の皆さんへ「上市の未来像」について紹介・説明します。当日はグループディスカッションも予定しています。町のミライについて考えてみませんか。

日時 6月11日(金) 受付17:30 開始18:00

場所 北アルプス文化センター

参加費 無料

※お申し込み方法など詳しくは、富山県中小企業同友会事務局までお問い合わせください。



生き生き健康フェスティバルの 開催延期のお知らせ

お問い合わせ 上市町保健センター ☎ 473-9355

毎年6月に開催している「生き生き健康フェスティバル」は、当分の間開催を延期します。
開催時期などは、決まり次第、お知らせします。

ふるさと町民学園

※今後の状況により内容を変更することがあります。

お問い合わせ

教育委員会事務局 生涯学習班 ☎ 内線 381

講座名	自然環境講座	創生きがい大学	園芸入門講座
内容	自然と富岩運河“歴史と背景” ～富岩運河“保存と再生”～	岩瀬が生んだ海の豪商“道正屋・馬場家” ～富山の教育・文化を発展させた“馬場はる”～	ハーブの世界“ラベンダー” ～満開に咲き誇る“ハーブの宴”～
講師	濱田 啓二 氏（富山県ナチュラリスト）	柴田 清秀 氏（町観光ボランティア） 伊東 保男 氏（富山県ナチュラリスト）	ハーブファーム富夢創野 代表 有澤 久志 氏
場所	富岩運河環水公園	旧馬場家住宅	ハーブファーム富夢創野
日時	6月15日(火)・16日(水)・18日(金) 9:00～16:00 ※上記の3講座を3日間開催しますので、いずれか選択。		
定員等	各40人（参加諸費用400円）※昼食持参（食事処：富岩運河環水公園周辺に有） 申込方法：教育委員会事務局で申込用紙を受け取り、申込み（窓口受付のみ）※6月9日(水)締切		



6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	月	9:30	7 14
煎茶（皇風）		13:30	7 21
フラワーデザイン		13:30	7 21
書道		13:30	14 28
3B体操		14:00	7 14 21 28
玄太極拳	火	19:30	14 28
刺し子・リフォーム		9:30	8 22
手芸・手編み		10:00	1 15
茶道（遠州）		13:00	8 22
オカリナ		13:20	8 22
スポーツ吹き矢・ベタンク（火）	水	13:30	1 15
絵てがみ		13:30	8 22
新川民謡研究会		18:30	1 8 15 22 29
社交ダンス（ウイング）		19:00	1 8 15 22 29
ちぎり絵		9:30	9 23
パッチワーク	木	10:00	2 16
ペン習字		13:30	9 23
料理（夜）		17:30	9 23
社交ダンス		18:30	2 9 16 23 30
茶道（表千家）		9:00	10 24
料理（昼）	金	9:30	10 24
相撲甚句		10:00	10 24
大正琴（アルプス）		10:30	7(月) 17
大正琴（りんどう）		13:00	7(月) 17
スポーツ吹き矢・ベタンク（木）		13:30	10 17 24
タイ式ヨガ	土	19:30	3 10 17 24
ちりめん細工		9:30	11 25
民舞踊		13:00	11 25
太極拳		13:30	11 25
レザークラフト		9:30	5 19
フラダンス		10:00	5 12 19

パッチワーク体験教室のご案内

マスクの、ケースとカバー作りを体験できます。

日時 7月7日(水)、21日(水) 10:00

※どちらかの希望日を予約してください。

場所 働く婦人の家 1階談話室

講師 村井 生子 先生（パッチワーク講座講師）

持ち物 ものさし（20cm以上）、基本の裁縫道具

講習料 友の会会員700円 非会員1,000円

申込期限 6月25日(金)まで（申込時に講習料を支払い）

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）	月	10:30	7 14 21 28
ジュニアビック教室		18:00	7 14 21 28
はつらつ卓球（ラージ球）	火	10:00	1 8 15 22 29
シニアエクササイズ宮川		13:30	1 8 15 22
気軽に卓球（硬式球）	水	10:00	2 9 16 23 30
ゆったり体操教室音杉		10:40	2 9 16 23 30
シニアエクササイズ相ノ木	木	13:30	2 9 16 23 30
かけっこ教室 A		17:00	2 9 16
かけっこ教室 B	金	18:00	2 9 16
サッカー教室		18:00	2 16 23 30
楽しく卓球サークル（ラージ球・硬式球）	土	10:00	3 10 17 24
シニアエクササイズ柿沢		13:30	3 10 17 24
ストレッチヨガ	日	15:30	3 10 17 24
子どもバドミントン教室		18:00	3 10 17 24
ピラティス（夜）	月	19:30	3 10 17 24
やわやわピクス		10:00	4 11 18 25
シニアエクササイズ弓庄	火	13:30	4 11 18 25
パワーヨガ		19:30	4 11 18 25
ジュニアうんどう教室 ※定員満員	水	14:00	5 12 19 26
キッズうんどう教室① ※定員満員		15:00	5 12 19 26
キッズうんどう教室② ※定員8人	木	16:00	5 12 19 26
トランポリン教室（Ⅰ部）※定員満員		15:00	5 12 19 26
トランポリン教室（Ⅱ部）※定員満員	金	16:00	5 12 19 26
トランポリン教室（Ⅲ部）※定員満員		16:50	5 12 19 26
ホープス卓球教室	土	19:00	5 12 19

※運動教室・トランポリン教室（7月～9月）の参加申し込みは、6月14日10:00からB & G体育館で開始（先着順）します（体育館の改修工事により、7月から町民体育館へ場所を変更します）。

㊤弓庄公民館 ㊦柿沢公民館 ㊧相ノ木会館 ㊨カミール ㊩音杉公民館（弓庄コミュニティ）

㊪働く婦人の家 ㊫B & G体育館 ㊬宮川公民館 ㊭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）	5日(土) 12日(土) 26日(土) 30日(水)
工作教室 （浦田 和夫 氏）	1 作品 500 円から	19日(土)
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）	27日(日)

10:00

13:30

上市図書館へようこそ！

6月

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

今月のイベント

★絵本のよみきかせの会

日時 6月13日(日) 10:30～ 場所 絵本コーナー

★読書会

日時 6月25日(金) 13:30～ 場所 3階対面朗読室
課題図書「70歳のたしなみ」 坂東 真理子 / 著

今月のおすすめ本

『ネット中傷駆け込み寺』

佐藤佳広・スマイリーキクチ / 著、武蔵野大学出版会 / 発行

インターネットは現代人の生活に欠かせない存在となっていますが、その普及と利用者の拡大に伴い、ネット上での誹謗中傷などのトラブルが増加しています。この本では、ネット被害に遭った時の対処法を専門用語を極力避けて、わかりやすく説明しています。私たちがインターネットの利便性と危険性を理解し、トラブル回避に役立ってくれる1冊です。



えほんしつ “ゆめぼつけ”

びよびよの会

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

12日(土) 10:30～

「カエル・アジサイ」をつくります

★今月のおススメコーナー★

テーマは「あめつて おもしろい！」です



※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。

公民館だより

公民館名（連絡先）	6月の行事など	日時
宮川 （☎ 473-0074）	おうちパン講座	12日(土)
	エンジョイ教室	19日(土)
柿沢 （☎ 472-6353）	はつらつ公民館支援事業 【竹でご飯を炊こう】	20日(日)

詳しくは、各公民館にお問い合わせください。

令和3年度「県民ふるさと大賞」受賞

5月9日、「県民ふるさと大賞」の表彰式が富山県教育文化会館で行われ、柿沢公民館が受賞しました。同館は、地域住民の最も身近な社会教育施設として拠点づくりに取り組まれ、「放課後子ども教室」など、時代のニーズに合った行事の開催に努められたことが評価されました。



右 山本 裕 館長
左 永原 紀代美 主事▶

6月

アルプスの湯であたたまろう！

お問い合わせ

☎ 473-3272



今日の催し物（12:30開演、観覧無料）

5日(土)	松前一座	公演
12日(土)	もみじの会	公演
19日(土)	マジックサークル	公演
26日(土)	ふろの日「ザ・あんぼたん」	公演

※今後の状況によっては、中止になる場合があります。

ロビー展示（つるぎふれあい館1階）

◆上市美術会展（書）期間 6月11日(金)～7月2日(金)

どやまの温泉とくどくスタンプラリー実施中

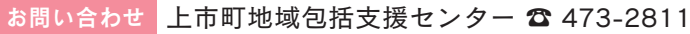
県内6か所の温泉施設を巡って無料券2枚をGet！

期間 6月30日(水)まで（詳しくはフロントまで）

アルプスの湯「夕布」開催します

日時 毎週火・木・土曜日 13:00～16:00

場所 保健福祉総合センター1階ロビー





親子カヌー体験会

5月1日、富山県上市カヌー競技場で富山県カヌー協会主催のカヌー体験会が開催され、親子9組20人が参加し、同協会のメンバーからカヌーの実技指導を受けました。この体験会は、カヌーに興味を持ってもらおうと、同協会が今年初めて開催したもので、2人乗りのペア艇のほか、1人乗りのシングル艇やシーカヤック、サップボードなど思い思いのアクティビティを楽しみました。この日は、上市中学校と上市高校のカヌー部の練習とも重なり、賑やかな体験会となりました。



こどもの城「たけのこほり」

5月2日、こどもの城が企画した世代間交流たけのこほり体験が行われ、大人と子供合わせて9組18人が参加しました。竹林の所有者の堀田正博さんがたけのこ掘りで注意することを説明し、息子の博志さんが掘り方のコツを参加者に伝えました。この日は、あいにくの雨模様でしたが、親子で力を合わせて上手にたくさんたけのこを掘りました。



稗田伝統文化保存会 獅子舞披露

4月25日、正印地内に建設された松井エネルギーモータース(株)新社屋の竣工式で、開店を記念し稗田伝統文化保存会が獅子舞を披露しました。同会は昨年、公益財団法人明治安田クオリティオブライフ文化財団から伝統文化の保存に努めている団体選ばれ、衣装更新費用の一部助成を受け、踊り子の衣装を更新しました。この日は天候に恵まれ、多くの見物客が訪れました。



親子で奏でるコンサート

5月16日、宮川公民館で酒井寛樹さん（バイオリン奏者）と娘の絢加さん（ハープ奏者）の「親子で奏でるコンサート」が開催されました。寛樹さんは「オンラインなどで、楽器の演奏を楽しめる機会はあるが、ぜひ生の演奏を聴いて欲しい。」と述べられ、演奏では、クラシックの名曲や映画「おおかみこどもの雨と雪」で使われた曲などを披露する場面もあり、観客を楽しませました。



上市川で稚アユの放流

4月26日、上市川の左岸河川敷で稚アユの放流が行われました。この放流は、中新川内水面漁業協同組合がアユ釣りのシーズン前に毎年行っているもので、上市中央小学校の4年生50名と滑川市の和光保育園の園児らが参加しました。放流した4,800匹の稚魚は、体長8cmほどで、卵から養殖されました。バケツに入った稚アユを手渡された児童らは、順番に河川敷に並び放流し、アユが元気よく泳いでいる様子を興味深く観察していました。



上市高校「職業を知る会」

5月19日、上市高校で町内24事業所が生徒に仕事内容を紹介する「職業を知る会」が行われました。この会は、生徒の職業観を養い、将来の職業選択に役立ててもらおうと上市高校と町内の中小企業有志でつくる「ハッピー上市会」と町が協力し、開催しています。



新型コロナウイルスワクチン接種の予約についてのお知らせ

上市町新型コロナウイルスワクチン
集団接種予約サイトについて
予約サイト URL : <https://kamiichi.vaccine-revn.jp/auth/login>



お問い合わせ

予約受付専用コールセンター ☎ 473-3565
福祉課 保健班 ☎ 内線 473-9355

予約受付の開始当初は大変多くの方が予約申込みをされ、予約受付専用コールセンターに電話がなかなかつながらないなどのご不便をおかけし申し訳ありませんでした。ワクチンは、希望者が全員必ず接種することができますので、慌てずご予約ください。
お申込みは**集団接種予約サイト（24時間受付）**が、大変便利です。ご家族などが代行入力することも可能ですので、ぜひご利用ください。

その他注意事項（下図予約履歴画面参考）

- ・ログイン後画面では予約履歴の確認が可能です。
- ・入力後は、予約履歴画面で予約ステータスが「**予約確定**」または「**キャンセル**」となっていることをご確認ください。
- ・スマートフォン版は、一部表示が異なります。

インターネット予約の方法（PC・タブレット版）

①ログイン

あなたの券番号とパスワードを入力します

例：0000012340 ⇒ 12340

例：1950年1月1日生 ⇒ 19500101

入力を終えたら、「ログイン」を押します

ログイン

②ログイン後画面

「予約はこちらから」を押します

予約はこちらから

③カレンダー画面

予約可能な枠を押します
※残りの予約枠数によって表示される図形が変わります

5人以上→○
1人以上→▲
なし→×

参考 予約履歴画面

予約ステータス	接種場所	日程	詳細
キャンセル	かみいち総合病院	2021/06/09(土) 15:30 ~ 30分	詳細
キャンセル	かみいち総合病院	2021/06/07(月) 16:00 ~ 30分	詳細
予約確定	かみいち総合病院	2021/06/10(木) 16:00 ~ 30分	詳細

④予約入力画面

予約内容を確認し、「予約を登録する」を押すと予約が完了します

⑤予約確認画面

「内容確認へ進む」を押すと…予約確認画面となります

予約を登録する

⑥予約完了

予約が完了すると、カレンダー画面の予約した時間帯が赤く表示されます

キャンセルについて

インターネット予約は、**接種の7日前まで**ならいつでも接種日の変更やキャンセルが可能です。それを過ぎると予約サイトでの変更等はできませんのでご注意ください。
直前にやむをえず、変更またはキャンセルする場合は接種当日の**14:00までに必ず**予約受付専用コールセンター（473-3565）もしくは福祉課保健班（473-9355）にお電話してください。

2回目接種をキャンセルした場合、ワクチンの有効活用を図る観点から町が指定した日時に接種していただきますので、ご理解ご協力をお願いします。

個別接種のご予約について

かかりつけ医による接種をご希望の場合は、各医療機関へ直接お問い合わせください。
・池田内科医院 ☎ 472-5222
・中村内科クリニック ☎ 473-3360
・ひの皮ふ科クリニック ☎ 472-1800



#東京で生きる -No.014-

今回は、東京都在住で金融関係の仕事の傍ら、メンタルヘルス、コーチングなど多岐に渡る活動をされている深川慎一郎さん（新町出身）にお話を伺いました。
 (文：坂口 祐介 ※インタビューは、Zoom を使用して実施しました。)

■上市の思い出

上市町のメイン商店街に面する新町で生まれました。小さい頃は年に一度の6月の市姫まつりと8月の花火大会が楽しみで仕方ありませんでした。市姫まつりでは、ずらりと並ぶ屋台や露店に心躍らせて、特に当時100円で食べることができた「どんどん焼き」は、素朴で懐かしく今でも忘れられない故郷の味です。また花火大会は、白竜橋付近から目の前で見える花火と家族みんなでおしょうらい棒を回し、先祖を呼び込むお招来魂は子供心をワクワクさせてくれる私の夏の風物詩です。そして、普段楽しみだった食べ物は、近所の「やぐら松」の焼き鳥。おばあちゃんに連れていってもらい、煙が立ち込める中、大人達に混じって食べたレバーはたまらなく美味しく、強く印象に残っています。今までたくさんの焼き鳥を食べましたが、やぐら松を超える味には出会っていませんね。

■ことばのチカラ

大学卒業後から現在に至るまで都内で金融関係の仕事をしています。その中で仕事でもプライベートでも様々な方々と出会う機会に恵まれました。元々人の話を聴くことが好きなこともあって、知識やスキルを身に付けて、いろんな人の話を聴きたい、人の役に立ちたいと次第に思うようになり、2009年頃から心理学を学び始めました。現在では、メンタルヘルス、コーチング、カウンセリング、カラーセラピーなど派生して様々な分野に興味を持ち書籍や講座などから今でも日々学んでいます。その中で、ことばがもつチカラに影響を受けた場面が多々ありました。世の中には素敵なことばが沢山あります。日々感銘を受けたものに関してはスマホなどでメモしながら、自分だけで留めておくことは勿体ないので日々SNSを通じて発信しています。このことばたちが、誰かのチカラになればいいなとそんな想いで届けています。



春の叙勲 受章おめでとうございます

瑞宝双光章

種田 晴美さん 64歳 館
 (元特別養護老人ホーム「清寿荘」介護長)

1984年の開所から33年間勤め、入所者の歩行訓練やメンタルケアに注力されました。



瑞宝単光章

柳瀬 和幸さん 70歳 横越
 (前上市町消防団分団長)

消防団に43年間携わり、弓庄分団長を8年間務められました。



■町の人口と世帯数

令和3年5月1日現在

人口	19,843	(-46)	(-350)
男	9,516	(-29)	(-175)
女	10,327	(-17)	(-175)
世帯数	7,849	(-1)	(-44)

() 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

町県民税 第1期

6月30日(水) 納期限

【町税の納付に使えるアプリはこちら】



▲支払秘書



▲LINE Pay 請求書支払



▲PayPay

■ご寄附感謝

がんばるかみいち総合病院応援基金へ
 3件、1,012万円 (累計 3,551万5,620円)

■善意銀行 (町社会福祉協議会 4/11 ~ 5/10)

浄土真宗本願寺派上市組

重点プロジェクト 様 5,000円

細川 フヂエ 様 衣類、おむつ2袋、リハビリパ
 ンツ1袋、ジャンパー1着

西村 千寿子 様 介護用おむつ7枚

土肥 和子 様 タオル42枚

匿名 様 米60kg



■コロナが収束したら

今一番したいことは、趣味でもある神社巡りです。友人の誘いで伊勢神宮へ訪れたことがきっかけで神社巡りの虜になりました。良き日に自然豊かな聖なる場所へ実際に足を運ぶことで、仕事で嫌なことがあったとしても、こころが整い晴れやかな気持ちになることができます。この感覚は、自然に恵まれた上市で過ごしたことが繋がっているのかもしれませんが、今しばらく我慢の状況が続きますがコロナが落ち着いた頃には、友人を上市へ招き案内して上市の素晴らしさを感じてみたいと考えています。

深川 慎一郎さん

1969年生まれ。上市中学校、滑川高校、専修大学進学とともに上京。金融関連の仕事に従事しながら、メンタルヘルス、コーチング、カウンセリングなどを学び幅広く活動を行う。趣味は神社巡り、野球観戦。座右の銘は「いまを生きる」。

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



フォローはこちらから▲

上市町議会6月定例会日程

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

◆ 会期 6月9日(水) から 18日(金) までの10日間

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