



みんなにいい夏がきますように

今月の表紙

「七夕の集い」(7月7日、ニチイ弓庄保育所)

今月の主な内容

- P 2 新型コロナワクチン接種の予約方法
- P 4 各種相談日・公民館だより・消防通信
- 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
保健だより
- P14 まちの話題

新型コロナワクチン もったいないバンクへの登録

登録できる方

接種券をお持ちで、予約をしていない町民

注意事項

- ・集団接種当日、キャンセルが発生した場合に電話にてご案内します。(平日の15～16時頃となります)
- ・電話に出られなかった場合や、都合がつかない場合などには、次の方へご連絡します。
- ・2回目の接種は、原則として3週間後の同じ曜日時間帯となります。
- ・キャンセルの発生状況次第では、順番が来ない可能性があります。
- ・当日は右記「Step 3」の持ち物を持参し、肩をすぐに出せる服装でお越しください。

登録方法

町ホームページの応募フォームまたは申込書によりお申し込みください。なお、電話でのお申し込みはお受けできません。

応募フォームによる
お申し込みが便利です。



応募フォーム▶

よくあるご質問

ワクチンの接種費用は？

全額公費で負担するので無料です。
町がワクチン接種のために金銭や個人情報などを電話やメールで求めることは決してありません。

ワクチンの有効性や副反応は？

現在、町で使用しているワクチン（ファイザー社製）は、2回の接種によって、発症を予防する効果は約95%と報告されています。

副反応について、国内治験では、ワクチンを2回接種後の接種部位の痛みは約80%、37.5度以上の発熱が33%、疲労・倦怠感が約60%の方に認められていますが、こうした症状の大部分は数日以内に回復しています。

ワクチン接種は強制？

接種は強制ではありませんが、国では新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、受けることを勧めています。接種は、ご本人の同意がある場合のみ行うことになります。

接種計画について

町では国の示す接種の優先順位に従い、**ワクチン確保の見通しが立った時点で予約受付を開始しています。**

希望者全員必ず接種できますので、皆さん、慌てずにご予約ください。

59歳以下の方へは年齢を区切って接種券を送付し、券が届いた方から以下のとおり予約を受付します。

優先順位	対象年齢など	接種券送付時期	接種予定期間
1	医療従事者	送付済	4月15日～5月31日(完了)
2	65歳以上の高齢者	送付済	4月26日～7月31日(概ね完了)
3	60～64歳・基礎疾患のある方	送付済	7月4日～9月上旬
4	50～59歳	7月30日送付済	8月下旬～10月上旬
	40～49歳	8月6日発送予定	9月上旬～10月下旬
	16～39歳	9月上旬発送予定	9月下旬～11月下旬
	12～15歳	一部送付済(中学生)	

※今後ワクチンの供給状況などによって接種券の発送時期や接種計画が変わる可能性がありますので、随時町ホームページをご確認ください。

新型コロナワクチン接種情報

町HP▶



各医療機関の接種時間帯など

医療機関名	接種の時間帯	備考 (接種を行わない日)
かみいち総合病院	平日・土曜・祝日 15:00～16:30	8/15、8/25～27
	日曜 9:00～10:30	
池田内科医院		水・日・祝日 8/11～8/15
中村内科クリニック	ご予約の際に、専用予約サイトまたは町コールセンターへご確認ください。(日によって受付時間が異なります。)	日・祝日 8/8～8/15
ひの皮ふ科クリニック		水・日・祝日 8/11～8/15

インターネット予約時の注意事項

接種場所の絞り込み

町村

接種会場

場所

かみいち総合病院 池田内科医院 中村内科クリニック ひの皮ふ科クリニック

①クリックまたはタップ
接種会場のボタンを押すと場所が下に表示されます。

②接種場所を選択

③クリックまたはタップ

ご注意ください!
接種場所を選択せずに、**予約はこちらから**を押して次の画面へ進むと全医療機関の予約枠が表示されます。

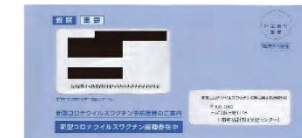
リセット 予約はこちらから

まもなく59歳以下の方の接種を開始します!

完全予約制

新型コロナワクチン接種の予約方法

7月下旬に、50～59歳の方へ「接種券」と「予診票」を郵送しました。
接種券を受け取ってから、接種までの流れをお伝えします。



接種券が入った封筒

接種券が届いたら… ※接種券が届く前の予約はできません。

Step 1 接種会場と接種希望日を決めます

町内のワクチン接種が可能な医療機関は**4**か所です

かみいち総合病院 池田内科医院 中村内科クリニック ひの皮ふ科クリニック

※1回目の接種日が決まると、2回目の接種日は、原則として**3週間後の同じ会場・曜日・時間帯**となります。

Step 2 予約をします

予約方法は**2**通りです(各医療機関・役場・保健センターの窓口では予約受付ができません)

お手元に接種券をご用意ください。いずれの方法でも、予約には「**あなたの券番号**」が**必要**です。

① インターネット予約(24時間365日受付)

専用予約サイトはこちら



予約サイトの使い方動画はこちら



② 町コールセンターでの電話予約

☎ 076-473-3565 9:00～16:00(土・日・祝日除く。)

※接種希望日の**1週間前**までに予約してください。

電話予約時にお伝えいただくこと

- ① 上市町民であること
- ② 名前
- ③ 生年月日・性別・住所
- ④ 接種券右上に記載されている「あなたの券番号」
- ⑤ 電話番号

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など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をする場合は接種当日の**12:00**までに必ず町コールセンターへご連絡ください(当日が土・日・祝日の場合は、その前営業日まで)。

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、ご理解とご協力をお願いします。

Step 3 接種当日の流れ

接種日の流れの動画はこちら▶



以下の**3**点を持参してください

- ① 接種券(シールは剥がさないでください)
- ② 記入済の予診票(ボールペンで記入)
- ③ 本人確認できるもの(運転免許証など)



接種券見本

注意事項

- ・持ち物に不足のある方、体調不良の方、接種日の2週間以内にご自身または同居家族が県外・海外に行っていた方は、接種をお断りします。
- ・ワクチンの接種によって副反応が起こることがあります。現在病気を治療中の方や体調に不安のある方は、事前にかかりつけ医にご相談ください。
- ・普段お薬を服用されている方は、お薬手帳をご持参ください。

接種当日の流れ ※肩をすぐに出せる服装をお願いします。

- ① 受付・検温
- ② 予診票の確認
- ③ ワクチン接種
- ④ 接種後の経過観察(接種後15～30分、接種会場で待機)
- ⑤ 接種済証の交付(次回接種日の確認)



予診票見本

会場の混雑解消のため、予約時間**30**分以上前の入場は、お断りすることがあります。



柿沢保育所幼年消防クラブの皆さん



水の事故を防ぐために

- ①河川敷で水遊びやバーベキューをする際は、子どもから目を離さない。
- ②飲酒や体調不良がある場合は、泳がない。
- ③立ち入り禁止の川や池には近づかない。

「少しくらい」の気持ちが必要な「命」にかかわる事故になることがあります。水の危険性を十分に理解したうえで、安全に楽しみましょう。



一般公募普通救命講習のご案内

消防署では1人でも多くの町民の皆さんに応急手当を身につけてもらうため、救命講習を実施します。

日時 9月12日(日) 9:00～12:00 (講習時間3時間)
※8:55までに集合してください。

場所 上市消防署(稗田36) 2階大会議室

申込先 上市消防署 救急係 (☎ 472-2244)

消防団員を募集しています!

『自分たちのまちは自分たちで守る』

もしものときは、まちを守るリーダーとして、今、新たな消防団員のチカラが求められています。地域のために、あなたの『チカラ』を発揮してみませんか? 消防団に興味のある方や、消防団に参加したいと思う方は、最寄りの上市町消防団各分団、または上市消防署へお問い合わせください。



電気器具の安全な取り扱いをお願いします

電気器具を使用する際は、使用前に取扱説明書を読んで正しい使用方法を理解し、定期的な点検整備をするなどして、電気器具からの出火防止に努めましょう。



公民館だより

公民館名(連絡先)	8月の行事など	日時
柿沢 (☎ 472-6353)	電動「自転車」体験会	7日(出)

8月の対象事業

15ポイント達成者第1号が出ました!

自宅で動画を見ながらやるだけ!ポイント獲得できる「一緒にストレッチヨガ」は、こちらから



5ポイント

★大腸がん検診

問 上市町保健センター (☎ 473-9355)

★特定健康診査

問 町民課医療保険班 (☎内線 142・143)

1ポイント

★ふるさと町民学園「ヘルシーゼミナール」(11ページ)

★上市町総合スポーツクラブ「さんさん」教室 (11ページ)

★介護予防教室「足腰しっかり貯筋体操教室」(12ページ)

★ふれあい健康教室

問 上市町健康文化振興財団 (☎ 473-9333)

血圧・体重・歩数の「記録」でポイントを集めよう!

「記録」をとって保健センターで提示すると1ポイントもられます。毎日の記録でなくても30日分あればOK! 血圧、体重、歩数の測定記録30日ごとに1ポイントになります。



記録用紙▶

記録用紙の指定はありません。記録用紙が欲しい方は保健センターでお申出ください。

8月の各種相談日

※今後の状況に応じて、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	24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	11日(火)	13:00～16:00	つるぎふれあい館 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	つるぎふれあい館 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	10日(火) 予約制	9:00～11:00	つるぎふれあい館 相談室 総合相談窓口 上市町社会福祉協議会 ☎ 473-9300
⑥結婚相談	10・24日(火)	13:00～16:00	
⑦心配ごと相談	18日(火)	13:00～15:00	
⑧生活・就労相談	17日(火)	10:00～11:30	①滑川市民健康センター 教育委員会事務局 ☎ 内線 342
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にこにこ相談会 お子さんの発達や生活・行動・学習・進路・就学に関することなどの相談に各分野の専門家が応じます。	①2日(月) 予約制 ②6日(金) 予約制 ③26日(木) 予約制	13:30～16:00	富山県 中部厚生センター ☎ 472-0637
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。	11日(火) 予約制	13:30～15:30	富山県 ナースセンター ☎ 433-5251
⑫看護職員就業支援相談	19日(木)	10:00～16:00	ハローワーク滑川

全国高等学校総合体育大会に向けて (空手道競技大会は8月12日～15日 場所 丸山総合公園総合体育館)

7月9日、上市駅構内で富山県立上市高等学校の生徒が大会の機運を高めようとカウンタダウンボードを設置しました。このボードは、剣岳をモチーフに生徒自らが発案・制作したものです。

また、7月20日にも同校生徒が制作した47都道府県の「応援のぼり」がお披露目されました。



7月16日、上市町役場で全国高等学校総合体育大会に出場する町出身選手の激励壮行会が開催されました。空手道競技をはじめとした6競技16人の選手が出場します。

無観客での開催となりますが、大会の様子は「インハイTV」で視聴することができます。



▲出場選手たち



◀ 47都道府県「応援のぼり」 インハイTV ▶



より安心して乗車できるようになりました

7月2日、町営バス7台の手すりや座席などに抗菌・抗ウイルスコーティングが施されました。

コーティングには、ナノダイヤモンド触媒(国際規格ISO 22196の抗菌性能評価基準適合)が使われており、その効果は一定の環境下において新型コロナウイルスやA型インフルエンザウイルスなどの不活性化が実証されています。このコーティングは富山県内では、富山きときと空港や氷見、滑川の観光遊覧船での施工実績があり、公営バスへの施工は北陸初。

手洗いやアルコールなどの消毒と組み合わせることで、より安心して乗車できますので、これまでと変わらず皆様のご協力をお願いします。



▼コーティング施行の様子

お知らせ 8 マイナンバーカードの休日交付サービスを実施しています

問 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147

日時 8月8日(日) 9:00～12:00 **要予約**
29日(日) 9:00～12:00 (予約者優先)
9月5日(日) 9:00～12:00 **要予約**

予約時間 ①9:00～10:00
②10:00～11:00
③11:00～12:00 のいずれか

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。

※お盆期間の平日は、通常どおり窓口交付をしています。



お知らせ 9 マイナンバーカード申請サポート出張窓口について

問 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147

日時 8月12日(木) 10:00～12:00
場所 ショッピングセンターパル内 イベント広場
内容 マイナンバーカード申請補助、顔写真撮影、オンライン申請

持参するもの 通知カード、本人確認書類

お知らせ 10 「はたちのつどい」開催日程が決定しました

問 教育委員会事務局 生涯学習班 ☎内線 344

成人を祝う「はたちのつどい」を次のとおり開催予定です。詳細は「広報上市12月号」でお知らせします。

日時 令和4年3月20日(日) 午前10時30分から
場所 北アルプス文化センター

該当者 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

お知らせ 11 県外学生への支援金について(1人当たり5万円)

問 総務課 職員班 ☎内線 212・216

対象要件 次の要件をすべて満たす必要があります。
①平成4年4月2日以降に生まれた学生・生徒
②県外の高等学校、高等専門学校、専修学校、短期大学、大学、大学院、予備校に在籍している学生・生徒
③7月1日現在、学生・生徒の保護者の住民登録が上市町内にあること

申請締切 8月31日(火) (必着)

※手続方法など詳しくは、町ホームページをご確認ください。

お知らせ 5 第11回特別弔慰金の請求はお済みですか？

問 福祉課 社会福祉班 ☎内線 7121

令和2年4月1日から第11回特別弔慰金の請求を受付しています。手続きがお済みでない方は、早めにお手続きください。

請求期限 令和5年3月31日(金)まで

支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債

支給対象者 令和2年4月1日時点で、恩給法の公務扶助料や戦傷病者戦没者遺族等援護法の遺族年金などを受ける方がいない場合で、次の順番による先順位のご遺族一人(戦没者等の死亡当時のご遺族)。

- 1 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
- 2 戦没者等の子
- 3 戦没者等の①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹
※要件による順番の入れ替わりあり。
- 4 1～3以外の三親等内の親族(甥、姪等)

注意事項 戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。なお、請求済みの方へは、国債発行後、郵便でご案内します。審査に時間を要するため、書類提出から国債発行までに1年以上かかる場合もありますのでご了承ください。

請求の際は、本人確認書類(運転免許証・健康保険証など)、請求者の印鑑を必ずご持参ください。

お知らせ 6 がん検診と一緒に特定健診も受診しませんか？

問 町民課 医療保険班 ☎内線 142・143

次の日程で、がん検診と特定健診を同日実施します。ご自身の健康のため、ぜひ受診してください。

日時 ①9月13日(月) 8:15～
②11月15日(月) 8:15～

場所 つるぎふれあい館

申込期限 ①8月31日(火) ②10月29日(金)

対象者 国民健康保険の加入者で40歳から74歳までの方

申込方法 町民課医療保険班までお電話にてご予約ください。

持参するもの 被保険者証、特定健診受診券、問診票(記入済みのもの)

※がん検診については、町保健センターへお問い合わせください。

お知らせ 7 空家でお悩みの方へ空家相談会を開催します

問 建設課 管理建築班 ☎内線 318・319

空家の管理、売買、解体、税金に関することなどに、専門家がお答えします。お気軽にご相談ください。

日時 8月13日(金) 14:00～17:00

場所 役場3階 第3会議室

※予約は電話(☎内線318・319)で受付します。

当日は予約の方を優先しますのでご了承ください。



お知らせ 3 枝葉や草は乾かした後に捨てましょう

問 町民課 生活環境班 ☎内線 141

庭木の剪定や草刈りで出た枝葉や草はすぐに捨てず、十分に乾かしてから捨てましょう。皆様のご協力をお願いします。



剪定した葉を空気に触れる状態で乾かすと、2日だけで3割近く軽くなりました。見た目にも小さくなったことがわかります。

※8月9日は振替休日のため、可燃ごみのみ収集します。8月11日は通常通りの収集です。

お知らせ 4 農地を守る！農地パトロールを実施します

問 上市町農業委員会 ☎内線 327

町農業委員会では、毎年8月～9月にかけて農地利用状況調査(農地パトロール)を実施しています。これは、農地法に基づく農地の基本となる大切な調査です。

調査のため、農業委員や農地利用最適化推進委員が農地などに立ち入ることがありますので、農業者の皆様のご理解とご協力をお願いします。

介護保険アレコレ

問 中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎464-1316

～介護保険料Q&A～

Q. 介護サービスを利用していない人も介護保険料を納めないといけませんか？

A. 介護サービスを利用する・しないにかかわらず、介護保険料は納めなければいけません。介護保険は、被保険者一人ひとりが保険料を負担し、社会全体で支えていく制度ですので、ご理解をお願いします。

Q. なぜ、介護保険料の期別ごとの納付額は均等ではないのですか？

A. 特別徴収の場合は、4月と6月の保険料は2月と同額を徴収し、8月以降で調整しています。また、普通徴収の場合、年額を納付回数で割って納めることになり、100円単位の差額を第1期で調整しています。

■8月の保険料(65歳以上の方)
特別徴収 第3期(公的年金支払い時に天引き)
普通徴収 第2期(8月31日(火)納期限)

お知らせ 1 上市町長選挙及び上市町議会議員選挙の事務日程について

問 上市町選挙管理委員会 ☎内線 214

◎立候補予定者等事務説明会

日時 9月6日(月) 13:30から
場所 役場4階 大ホール

◎候補者届出書類等事前審査

日時 9月16日(木)、17日(金) 9:00～17:00
場所 役場4階 大ホール

お知らせ 2 ひとり親家庭の相談に応じます(予約不要)

問 福祉課 児童班 ☎内線 7233

日時 8月31日(火)
場所 つるぎふれあい館2階 福祉課児童班窓口

◆ひとり親家庭等生活相談会(11:00～17:00)
ひとり親家庭の皆さんのさまざまなお悩みに、家庭児童相談員と母子・父子自立支援員が相談に応じます。

◆出張ハローワーク！※児童扶養手当の受給者が対象
ひとり親全カサポートキャンペーン(13:00～16:00)
お仕事についてのお悩みに、ハローワーク滑川の職員が相談に応じます。仕事を探しているが見つからない、今の仕事より、条件の良い仕事を探しているなど、求人情報もご用意しています。

※いずれも予約不要です。お気軽にお立ち寄りください。

年金だより

問 町民課 住基戸籍班 ☎内線 148

～年金の「予約相談」をご利用ください～

全国の年金事務所では、待ち時間の解消や相談時間の短縮を図るため、年金の予約相談を実施しています。ご予約いただくと、相談内容にあったスタッフが事前に準備のうえ対応します。

予約の申し込みは、下記の予約受付専用電話または年金事務所まで受付しています。予約相談希望日の1か月前から前日まで受付していますので、お気軽にご利用ください。

※ご連絡の際は、基礎年金番号のわかる年金手帳や年金証書をご準備ください。

予約受付専用電話 ☎0570-05-4890

魚津年金事務所 ☎0765-24-5153
(音声ガイダンス1番に続き2番)

予約受付時間 平日(月～金) 8:30～17:15



募集案内 - recruitment guide -



富山県東部消防組合職員の募集について

富山県東部消防組合消防本部 総務課
☎ 0765-24-0119

令和4年4月に採用予定の職員を募集します。

募集区分 消防(初級) 採用人数 2人程度

一次試験日 9月19日(日)

申込期間 8月2日(月)～27日(金)

受験資格 次の要件をすべて満たす者

- ①富山県東部消防組合管内に住所を有する者(採用されるまでに富山県東部消防組合管内に居住する者を含む)
- ②平成12年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた者
- ③高等学校を卒業した者、もしくは令和4年3月までに卒業する見込みの者
- ④体力頑健の者

※詳しくは、富山県東部消防組合消防本部総務課までお問い合わせください。なお、受験案内・申込用紙・受験票は、ホームページからダウンロードして利用することができます。



第7回フォトログイニング上市まちのわ 2021 運営ボランティアを募集します

産業課 商工観光班 ☎内線 362

大会実施日 10月10日(日) 9:00～15:00頃まで

募集人数 5～10人程度

活動内容 チェックポイントでの写真撮影、密集対策の呼びかけなど

※当日までに打ち合わせを予定しています。申込方法など詳しくは、町ホームページをご覧ください。

町HP



8月は夏山シーズンです。山に入る方も多い時期かと思えます。この時期、特に注意が必要な動物がいます。「マムシ」や「ヤマカガシ」といった毒を持つ蛇です。特にマムシは噛まれると、その後重篤な状態になる可能性があるため、早急に医療機関を受診する必要があります。今回は、マムシに噛まれた際に病院を受診するまでの間にできることや、気をつけることについて話をします。

まず、それがマムシかどうかの判断についてです。マムシの場合は並行する2本の牙痕が残る事が多いようです。また、受傷後30分から1時間ほどで受傷部位が腫れ上がる場合は、マムシに噛まれた可能性が高いと言えるでしょう。

噛まれた現場での処置としては、軽く緊縛(静脈圧程度)、絞り出しや吸引器を用いた排毒、流水での傷口の洗浄が有効と言われています。

そして、迅速な来院が重要ですが、受傷部位の安静を保ち、慌てずに受診しましょう。排毒用の

「夏山の毒へびにご注意を」



かみいち総合病院 内科医員 水野 脩

吸引器は市販されていますので、山に入る際には持っていられるのもよいでしょう。

かみいち総合病院の敷地内は禁煙です

健康増進法の規定により、かみいち総合病院の敷地内での喫煙は禁止されています。病院駐車場に止めているお車の中も敷地内として取り扱っておりますので、皆さまのご理解・ご協力をお願いします。



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 ～8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)	ちびっこ広場 (4か月から1歳頃まで)	10・24日(火)
	合同乳幼児教室 (水あそび)	5日(木) 10:30
	合同乳幼児教室 (運動あそび)	26日(木)
教室・イベント	将棋クラブ	7・28日(土) 10:00
	★パソコン教室	4日(水) 10:00
	プラバンづくり	8日(日) 10:30
	ヒップホップダンススクール	20日(金) 16:00
	★親子木工教室	22日(日) 10:00
体操教室 (かけっこ)	28日(土) 13:00	

※★印は、要予約です。
8月の休館日 14(土)・15(日)・16(月)

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

～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) [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。

んまつーパス「キリギリスとアリ」

北アルプス文化センター ☎ 473-1818

「んまつーパス」は、反対から読むとスポーツマンです。ダンス作品「キリギリスとアリ」が公演されます。

富山県立上市高等学校のダンス部も出演予定です。

日時 8月22日(日) 13:30開場 14:00開演

場所 北アルプス文化センター

入場料 一般 2,000円、小学生以上大学生以下 1,000円、園児無料

※全席指定、当日券は500円増です。

お申し込み方法など詳しくは、北アルプス文化センターまでお問い合わせください。



ふるさと観光上市まつりの開催を中止します

上市町商工会 ☎ 472-0716

8月開催予定の「ふるさと観光上市まつり」は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、開催を中止します。

第3弾 上市町で宿泊費割引キャンペーンスタート!

割引対象者 県内在住者 産業課 商工観光班 ☎内線 362

割引内容 対象施設の宿泊で1人あたり最大5,000円の宿泊料金の割引

割引対象施設 町内7宿泊施設※施設により宿泊対象日異なります。

宿泊対象期間 令和4年2月28日(月)まで(翌日のチェックアウトまで)

※詳しくは、町ホームページをご覧ください。

のんびり泊まったついでに「いいね」「楽しいね」「おいしいね」をSNSに投稿しよう!

上市町正印 659-2 点検・見積 無料

屋根工房上野

雪止めの増設・コロニアル屋根の相談

などお気軽にお声がけくださいませ

電話 076-461-3829 / 携帯 080-4255-9253

ARKS 広告

家族葬もオークスにお任せください

オークスセレモニーホール上市はご参列人数に合わせた会場をご用意しています。少人数のお葬儀も安心してお任せください。

オークス セレモニーホール 上市 上市町湯上野96-1 ☎ 076-472-1194

広告

全国どこでも使える! 安心品質で低価格!

ケーブルスマホ

ケーブルスマホのお問い合わせは 株式会社TAM TEL.0120-361213

Net3 加入者なら 月額基本料金がなんと! ネットスリー

1,650円!! (税込)

詳細はこちら ▶ <https://csp.net3-tv.net/>

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。

講座名	ヘルシーゼミナール
内容	熱中症の予防対処方法 (熱中症を引き起こす環境・からだ・行動による要因)
講師	かみいち総合病院 内科医員 水野 脩 氏
日時	21 日(出) 13:30～15:00
場所	働く婦人の家 2F
費用等	無料 (当日自由参加)

8月の自然環境講座、園芸入門講座、剣生しがい大学は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、講座開催を中止します。

問 教育委員会事務局生涯学習班 ☎ 内線 381

8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

問 働く婦人の家 ☎ 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	2 23
煎茶(皇風)		13:30	2 23
フラワーデザイン		13:30	30
書道		13:30	2 23
3B体操	火	14:00	2 27 30
玄太極拳		19:30	2 30
刺し子・リフォーム		9:30	10 24
手芸・手編み		10:00	3 17
茶道(遠州)	水	13:00	10 24
オカリナ		13:20	8月は実施しません。
スポーツ吹き矢・ペタンク(火)		13:30	3 17
絵てがみ		13:30	10 24
新川民謡研究会	木	18:30	10 17 24 31
社交ダンス(ウイング)		19:00	3 10 17 24 31
ちぎり絵		9:30	25
パッチワーク		10:00	8月は実施しません。
ペン習字	金	13:30	11 25
料理(夜)		17:30	11 25
社交ダンス		18:30	4 11 18 25
茶道(表千家)		9:00	12 26
料理(昼)	土	9:30	12 26
相撲甚句		10:00	12 26
大正琴(アルプス)		10:30	5 19
大正琴(りんどう)		13:00	5 19
スポーツ吹き矢・ペタンク(木)	日	13:30	5 12 19 26
タイ式ヨガ		19:30	5 12 19 26
ちりめん細工		9:30	27
民舞踊		13:00	27
太極拳	月	13:30	27
レザークラフト		9:30	7 21
フラダンス		10:00	7 21 28

～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。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。

お知らせ

これまで掲載してきました「上市町総合スポーツクラブ」および「上市町働く婦人の家」の教室・講座のスケジュール欄は、広報上市9月号から教室・講座紹介コーナーに変更し、各教室・講座の内容や活動をご紹介します。広報上市でスケジュールを確認していた方は、お手数ですが各ホームページでご確認いただくか、「働く婦人の家」または「さんさん事務局」へ直接ご確認ください。
興味のある教室・講座がある場合は、これまでどおりお気軽に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」

問 「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	2 23 30
ジュニアピック教室		18:00	2 23 30
はつらつ卓球(ラージ球)★	火	10:00	3 10 17 24 31
シニアエクササイズ宮川★		13:30	3 10 24 31
気軽に卓球(硬式球)★	水	10:00	4 11 18 25
ゆったり体操教室音杉★		10:40	4 11 18 25
シニアエクササイズ相ノ木★	木	13:30	4 11 18 25
かけっこ教室 A		17:00	4 11 18
かけっこ教室 B	金	18:00	4 11 18
サッカー教室		18:00	4 11 18 25
楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球)★	土	10:00	5 12 19 26
シニアエクササイズ柿沢		13:30	5 12 19 26
ストレッチヨガ★	日	15:30	5 12 19 26
子どもバドミントン教室		18:00	5 12 19 26
ピラティス(夜)★	月	19:30	5 12 19 26
やわやわピクス★		10:00	6 20 27
シニアエクササイズ弓庄★	火	13:30	6 20 27
パワーヨガ★		19:30	6 20 27
ジュニアうらなう教室 ※定員満員	水	12:40	21 28
キッズうらなう教室① ※定員満員		13:40	21 28
キッズうらなう教室② ※定員8人	木	14:40	21 28
トランポリン教室(Ⅰ部) ※定員満員		12:40	21 28
トランポリン教室(Ⅱ部) ※定員満員	金	13:40	21 28
トランポリン教室(Ⅲ部) ※定員満員		14:40	21 28
ホープズ卓球教室	日	19:00	7 21

★は生き活きつるぎヘルスポイント対象です。

㊦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 ㊦上市町民体育館 ㊦宮川公民館 ㊦宮川小学校
㊦上市町体育センター ㊦つるぎふれあい館 ㊦上市町武道館

柿沢コミュニティセンター

問 柿沢コミュニティセンター ☎ 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)	4日(火) 7日(出) 21日(出) 25日(火)
夏休み工作教室(浦田 和夫 氏)	1作品 500円から	28日(出)
スタンドグラス教室(西島 直義 氏)	1回 1,500円 (材料・キット代別途)	29日(日) 13:30

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

8月

今月の図書館・えほんしつカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
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	9/1	9/2	9/3	9/4

黒地に白文字の日は休館日

図書館ミニ情報

毎月第2日曜日、午前10時30分から、上市図書館では地域ボランティアの協力により、児童向けに絵本や紙しばいの読み聞かせを行っています。
一つのおはなしを共有することは、一人で本を読むのとは違ったおはなしの世界を楽しむことができます。
事前申込みは必要ありません。図書館にお越しの際に、ぜひ覗いてみませんか?



今月の新着本

- ★一般書
竜とそばかすの姫……………細田 守 / 著
なんでも自分で修理する本 道具と素材の図鑑……………片桐 雅量 / 著
ばくのお父さん……………矢部 太郎 / 著
- ★児童書
わかりやすい!まとめやすい!小学生の自由研究 ……ガリレオ工房 / 編著
感染症を正しく学べる!はたらく細菌 ウイルス&細菌図鑑 ……講談社 / 編
じいちゃん、出発進行!……………藤川 幸之助 / 作・天野 勢津子 / 絵



(c)Disney (c)Disney/Pixar

『ディズニーアニメーション大全集 新装改訂版』

ディズニーファン編集部 / 編
柳生すみまろ、デイヴ・スミス / 共同監修 講談社 / 発行

1937年に公開された、世界初の長編カラーアニメーション『白雪姫』から、最新作『ラーヤと龍の王国』までの、ディズニー&ピクサーアニメーション作品の全てが収められています。
ページをめくれば、私たちがにっこりと笑顔にしてくれる作品がたっぷりつまった1冊です。

えほんしつ “ゆめぽけ”



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 14日(出) 10:30～
「さかな・せみ」をつくります

★今月のおススメコーナー★

テーマは「たのしい!なつ!」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。

アルプスの湯であたたまろう!

お問い合わせ ☎ 473-3272

8月

毎月第1水曜日は「健康メディカル相談」
毎月最終土曜日は「健康おしゃれ相談」



今月の催し物 (12:30 開演、観覧無料)

3日(火)	開館記念「ザ・あんぼたん」	公演
7日(出)	松前一座	公演
14日(出)	もみじの会	公演
21日(出)	なんでもや〜歌謡団	公演
26日(休)	ふろの日「立山連峰歌謡会」	公演
28日(出)	りんどうカラオケ会	公演

※状況によって、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)

- ◆山の日「ふるさとの山・剣岳写真展」
期間 8月7日(出)～8月20日(金)
- ◆写真展「スウェーデンのパパたち」
期間 8月24日(火)～9月5日(日)

アルプスの湯「ゆ〜市」開催中です

日時 毎週火・木・土曜日 13:00～16:00

アルプスの湯営業案内

お盆期間中は休まず営業します。

8月はアルプスの湯23周年記念月間

- ◆8月31日(火)まで
・大人はワンコイン(500円)で入浴できます。
・家族ふれあい風呂体験 小人(小学生以下) 無料
※要保護者同伴、7歳以上のお子さんは混浴ができません。
- ◆8月1日(日)、3日(火)
・温泉大使がやってくる!記念品も進呈!
・1日は上市図書館から絵本の出前読み聞かせ(14:00～)

入浴ポイントカード実施中です

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。

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	8月は実施しません。 令和3年3月11日～令和3年4月生	9月2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。
1歳6か月児健診	令和2年1月生 令和2年2月生	8月12日(休) 9月9日(休)	13:00～13:15	健診票・問診票・フッ化物塗布申込書(希望者)・母子健康手帳・バスタオル	※フッ化物塗布も行います(希望者)。 ※健診票とフッ化物塗布申込書は、郵送でお送りします。
3歳児健診	平成30年2月生 平成30年3月生	8月26日(休) 9月30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。 フッ化物塗布も行います(希望者)。
離乳食教室	令和3年2月生 令和3年3月生	8月18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11月生 令和2年12月生	8月18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	8月11・25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～



結核・肺がん検診(胸部エックス線検査)

今年度の結核・肺がん検診は次の日程が**最後**となります。

日時 8月23日(月) 13:30～15:30
10月17日(日) 8:30～10:30

場所 つるぎふれあい館 **要予約(5日前まで)**

対象者 40歳以上で、職場などの検診を受ける機会がない方

- お願い**
- ・ボタンや刺しゅう、飾りのない無地のTシャツなどでお越しください。
 - ・通院中や他機関で受診するなど、都合により町の検診を受診しない方は、町保健センター(☎473-9355)へご連絡ください。

夏休みを利用して、早めに予防接種を受けましょう

学童期以降で受ける定期接種は、以下のとおりです。

- ①2種混合(小学6年生で1回)
- ②日本脳炎第2期(9～13歳未満で1回)

日本脳炎の特例対象者(平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの方)は第1期および第2期の不足分の接種が可能です。また、平成13年4月2日～平成19年4月1日生まれで20歳未満の方(満年齢)も同様に不足分の接種が可能です。対象年齢時に接種できなかった場合は、**任意接種(有料)**となります。

なお、接種券・予診票を紛失した場合は再発行が可能ですので、母子健康手帳を持参のうえ、町保健センター窓口へお越しください。

ヘリカルCTによる肺がん検診

日時 8月22日(日) 8:30～11:30

場所 つるぎふれあい館 **要予約**

対象者 40歳から70歳までの方 **定員** 70人

内容 問診とヘリカルCT検査(コンピューター断層撮影)

費用 ①今年度50・55・60・65・70歳になる方 **3,300円**
②上記以外の方 **5,800円**

予約方法 8月13日(日)までに町保健センターへご予約ください。ただし、定員に達し次第、予約受付を終了します。

※ヘリカルCTは、解像性に優れ、死角がないため見つけにくい部位の肺がんや治る可能性の高い小さな肺がん(数ミリ)を発見できます。



お勧めしたい方

- ・喫煙年数×1日の喫煙本数が600以上の方
- ・家族や職場で受動喫煙のある方
- ・親族に肺がん患者が多い方
- ・粉じん、排気ガスを吸う時間が長い方

◀一定速度で移動する寝台に横になって息を止めているだけの検査です(約15秒)。

新型コロナワクチンの接種状況(7月19日現在)

接種対象 60歳以上・基礎疾患がある方などの接種者数

1回目 7,880人 **2回目 4,094人**

※詳細は、町ホームページをご覧ください。



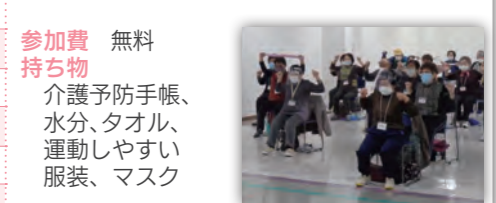
★は生き活きつるぎヘルスポイント対象です。

こんにちは! 地域包括支援センターです

～8月の開催予定～

お問い合わせ 上市町地域包括支援センター ☎ 473-2811

内容	日時	場所	備考
介護予防教室	3日(火)	13:30～14:30	宮川公民館
	4・18日(休)	13:30～14:30	南加積公民館★
	11日(休)	13:30～14:30	相ノ木会館
	19日(休)	13:30～14:30	柿沢公民館
	25日(休)	10:40～11:40	音杉公民館
	27日(金)	13:30～14:30	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★	6・20・27日(金)	①10:00～11:15(受付9:30) ②13:45～15:00(受付13:15)	カミール2階
ほっと一息できる場所 おれんじカフェ	5日(休)	13:30～15:00	つるぎふれあい館1階 会議室



※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。

コミュニティー・メディカルデザイナー養成講座第2回・第3回ご報告 Net3で放送します!



▲第2回開催の様様

▲第3回開催(グループワーク)の様様

6月19日(第2回)および7月3日(第3回)にコミュニティー・メディカルデザイナー養成講座が開催されました。第2回では、富山大学副学長で芸術文化学部の武山良三教授から「デザイン思考と実践」と題した講義が行われました。デザイン思考とは、デザインに必要な考え方と手法を活用して、「使い手」の目線に立ち、理想と現実のずれを埋めていく思考法です。武山教授は、「目標を決めてから、課題に取り組むことが大切です。地域の目標を参加者で共有して欲しい。」と話しました。

第3回では、元南砺市民病院院長であり、現在は南砺市政策参与で地域包括ケア課の南真司顧問が「愛着があり誇りに思い、幸せに暮らすまち創り」をテーマにした地域共生社会を目指す南砺市の取り組みについて紹介しました。地域共生社会とは、地域の人々が地域の課題を「自分ごと」として捉え、安心して幸せに暮らせるまちづくりを町ぐるみで行う社会のこと。南顧問は「困っている人に手を差し伸べるのが当然の社会になって欲しい。」と話しました。

講座回数を重ねるにつれ、受講者の理解も深まっているのではないのでしょうか。

なお、第3回の様様は、Net3ワイドにて9月6日～12日放送予定です。皆さん、ぜひご覧ください!

おれんじカフェ(認知症)カフェについて

おれんじカフェは、認知症の方とその家族、地域住民の方々や専門職など、誰でも参加できる集いの場です。お茶を飲みながら会話を楽しんだり、一緒にプログラムに参加したりして交流することを目的としています。

町では、毎月第2木曜日につるぎふれあい館でおれんじカフェを開催しており、毎月10人程度が参加しています。今年度は、ボランティアの方に講師としてご協力いただき、折り紙でのコースターやせっけんのデコパージュ作り、相撲甚句を聞いたりなどいろいろなプログラムを楽しみました。

今後は、大正琴鑑賞会、ストレッチヨガ、作業療法士による作品作り、クリスマス会など様々なプログラムを予定していますので、皆さんお気軽に参加してください。



7月のカフェで作成したせっけんデコパージュ▶

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

7月13日(火)2種類同時発売!

発売期間 7/13(火)～8/13(金)

公益財団法人富山県市町村振興協会

かみいち駅ピアノノ

7月6日、上市町観光協会が上市駅開設90周年を迎えることを記念して、上市駅を盛り上げようと駅構内にピアノを設置しました。ピアノノとは、イタリア語で小さなピアノを意味し、このピアノの愛称となっています。この日は、三日市保育園の園児が伴奏に合わせて歌ったり、ウクレレ奏者、小学生のバイオリン奏者との息の合ったピアノ演奏が披露されました。

ピアノは、午前9時から午後5時まで一般開放されており、誰でも利用できます。多い日には10人ほどが演奏しているとのこと。



▲伴奏に合わせて歌う園児たち

聖火リレートーチに触れる

7月12日、東京2020オリンピック聖火リレー点火セレモニーに参加した池田嘉津弘さんと笹島湧希さんが小学生に聖火トーチに触れてもらおうと、上市中央小学校へ訪れました。池田さんは「トーチを実際に見てもらうことで、オリンピックを少しでも身近に感じてもらうと思います。」、笹島さんは「夢や希望をあきらめないでください。」とそれぞれ話しました。この日から順番に町内6小学校で、池田さんのトーチとセレモニー当日の写真などを飾ったパネルが展示されました。



トーチと一緒に貸与された展示パネル▲

上市町社会福祉功労者表彰

7月2日、上市町保健福祉総合センターで上市町社会福祉功労者表彰式が行われました。ボランティア活動を通じて永年地域福祉に寄与した方を表彰する上市町社会福祉協議会会長表彰と社会福祉向上のため多額の金員を寄附した方へ上市町善意銀行理事長感謝状の贈呈が行われました。

【社会福祉協議会会長表彰（五十音順、敬称略）】

石黒 弘子 小倉 和子 久世 美耶子 土肥 勝 成瀬 義光
北東 正夫 堀内 光枝 松本 みち子 柳瀬 篤子

【善意銀行理事長感謝状（敬称略）】 柴田 昭



地域・家族で考える乳がん

7月11日、北アルプス文化センターでかみいち総合病院開院の70周年を記念して「地域・家族で考える乳がん」と題した公開講座が開催されました。講演では、この春かみいち総合病院に開設された「乳がん先端治療・乳房再建サテライトセンター」や、乳がんの最新治療の紹介などがあり、パネルディスカッションも行われました。

なお、この模様は、ケーブルテレビNet3番組「Net3ワイド」にて9月13日～19日放送予定ですので是非ご覧ください。



▲パネルディスカッションの様

災害ボランティア活動支援協定

6月21日、町は上市町社会福祉協議会および上市ライオンズクラブと災害時のボランティア活動支援に関する協定を結びました。この協定では災害発生時に、町と同協議会が災害救援ボランティア本部を設置し、同クラブは同本部の支援要請があった場合に、ボランティア活動での支援や活動に必要な備品・資機材を提供することなどを取り決めていきます。同クラブの表寺剛将会長は、「災害の発生が局地的になってきている。地元の者であればすぐにかけつけられるのではないかと考えた。」と話しました。



初めてのガイド付きトレッキング

6月27日、千石城山で町のガイドグループ「tocotoco」が主催するトレッキングツアーが行われました。このツアーは、「かみいち公募提案型まちづくり事業」の補助金を活用して行われるもので、ツアーガイドの後継発掘・育成を目的に参加者が募られました。町内外から15人が参加し、参加者は登山ルートの植物や城跡の歴史などについて解説を受けました。頂上では、コーヒーが振舞われ、景色と共にその香りや味を楽しみました。

参考：千石城山トレッキング動画▶



振舞われたコーヒーとお菓子▲

柿沢公民館「竹でご飯を炊こう」

6月20日、柿沢公民館で地域の子供たちにアウトドアの技術を伝えようと、竹でご飯を炊く体験イベントが開催されました。この日は、親子で51人が参加し、ご飯を炊くための竹をのこぎりで切ったり、まいぎり式の火起こし器で火を起すなどして、炭を入れた一斗缶の中でご飯が炊きあがりました。竹で炊いたご飯は、公民館の料理教室に通う皆さんが釜で炊いたご飯と一緒にお弁当に盛り付け、参加者はそのお弁当を持ち帰り、食べ比べをすることができました。



炊きあがったご飯▲

地域の伝統文化へ助成

6月23日、上市町役場で地域の伝統文化保存維持費用助成金の目録贈呈式が行われました。この助成は地域の伝統文化の継承をを対象に（公財）明治安田クオリティオブライフ文化財団が行うもので、広野自治会が香積廣野神社の秋季祭で行う獅子舞が選ばれました。広野代表区長の酒井忠雄さんは、「地域の伝統文化保存維持の趣旨を尊重し、大切に守っていきたい。」と話しました。

なお、この助成金は、道具購入費として使われるとのこと。



#東京で生きる - 番外編 -

今回は、#東京で生きる No009 でご紹介した日本橋とやま館でマネージャーをしている出口ひとみさん（若杉出身）に上市町をテーマにコラムを書いていただきました。上市町を出た今でもふと思い出す、上市町の情景を是非お楽しみください。（文：早川 恭平 ※インタビューは、Zoom を使用して実施しました。）

■ラジオ体操と南無阿弥陀仏

大学進学をきっかけに上京して、ちょうど30年がたちました。改めて数えてみてびっくりしています。「上京あるある」だと思うのですが、大学入学、就職、出産後の公園デビュー、転職……。色んな節目で出身地の「地元ネタ」を話す機会がありました。その中でも一番びっくりされたエピソードを今日はご紹介します。

私が小学生の頃、夏休みといえば、毎朝のラジオ体操と午後の小学校開放プールに行くことが日課でした。毎朝眠い目をこすって通ったラジオ体操。見守り 当番のお母さんに ハンコを押してもらるのが楽しみでした。若杉の大ケヤキがある「日吉神社」で半分眠りながらラジオ体操を終え、そのまま私たちは 小さなポシェットに入れた「お経」と「お数珠」を持って近くの善称寺へ。ラジオ体操ですっかり目が覚めたあと、10分ほどみんなでお経をあげていました。今までたくさんの方との出会いがありましたが、まだ同じ経験をもつ人には会ったことがありません。当時、使っていた小さな小さなお数珠と母が手作りしてくれたお数珠入れを、私は過去5回の引っ越しで整理することなく、ずっと持ち続けています。久しぶりに引き出しから出してこの小さなお数珠を握ってみると、あの時の私に繋がるような気がしました。「すごいねえ」と毎回言われます。富山県内で他にも同じ習慣があった地域はあるのでしょうか。まだ出会ったことはありません。お線香の香り、馨子（けいす）の深い音色。心がスーッと静まっていく感じ。時々住職さんが私たちにもわかる言葉で色んなお話をしてくださることも。手を合わせる習慣、感謝の気持ちを忘れないこと、体に心に染み込むように身につけています。蝉の声を聞くと今でもラジオ体操と南無阿弥陀仏を思い出します。私の大切な上市町の夏の思い出です。



出口ひとみさん

1973年生まれ。宮川小学校、上市中、魚津高校、横浜国立大学を卒業後、旅行会社や横浜市などの勤務を経て、2016年11月より日本橋とやま館に勤務。広報、イベントなどの企画運営などを担当している。この春、横浜市青葉区でローカルメディアのWebライターとして活動を始めた。



「#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！



上市町
首都圏
同窓会

フォローはこちら▲

■上市町を好きな人が好きな上市町

私の職場には富山に通い始めて20年ほど！という富山好きな方がいる。もう、付き合いも4年になろうとしているが、出会った時に「とりわけ上市町が好きなんです！」と衝撃の告白を受けた。上京して30年。そんな人に初めて出会えたからだ。「ありがとう。本当に、ありがとう…でも、なんで?」「富山?なーん、なんもないじゃ!」という大人たちに囲まれて育った私は例に漏れず「なんもないがに、なんで?」と言いそうになった。でも、彼女は「上市町は特別」「上市町に住んでる人に会えたらちょっとした有名人に会えたような気になる」とまで言ってくれた。必要以上の謙遜は逆に失礼だ。なるべく心を感じただけで満したまま、聞いてみた。「上市町のどこが好き?」「きっかけは伊折橋から見た劔岳だよ。思わず車を停めて写真を撮った。」彼女は富山へ行く時は毎回車で行くそうだ。車が大好きなので、光岡自動車のことを熱く語ってくれたこともある。劔岳がきっかけで上市町が気に入り、富山に来るたびに上市町にも何度も訪れてくれた。彼女が上市町で一番好きな場所はどこか気になり、尋ねてみた。大岩の日石寺?穴の谷?眼目さん?全部はずれ。「何気



ない山道とか、林道とか。最高だよ。」拍子抜けしてしまったけど、今ならなんとなくわかる。ずっと住んでいると気づけなかったかもしれない。多分その時、私たちは同じような風景を思い出していただろう。木漏れ日が降り注いで、鳥の鳴き声と、風に揺れる木の葉擦れの音がする何気ない山道を。もう一つ、とっておきの体験を彼女は上市町で話してくれた。その話はまた今度に。

南加積公民館 地域応援プロジェクト

南加積公民館では、地域応援プロジェクトとして、同公民館と南加積保育園の間にある「せせらぎ水路」に天の川をイメージしたイルミネーションが設置されています。

同館の室田清孝館長は「地域が少しでも賑わえば幸いです。」と話されました。

点灯は、8月20日頃までを予定しています。



■町の人口と世帯数

令和3年7月1日現在

人口 19,813 (-21) (-332)

男 9,501 (-12) (-165)

女 10,312 (-9) (-167)

世帯数 7,841 (-7) (-46)

() 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2期

国民健康保険税 第2期

後期高齢者医療保険料 第2期

8月31日(火) 納期限

町税夜間納税相談 (財務課 10番窓口)

8月31日(火) 17:00~19:00

■ご寄附感謝

がんばるかみいち総合病院応援基金へ
4件、9万5千円 (累計3,581万2,120円)
岩城 満代 様 社会福祉事業へ 10万円

■善意銀行 (町社会福祉協議会 6/15 ~ 7/4)

上市町商工会女性部 様 タオル 150枚
松本 由紀子 様 紙パンツ 8袋、
尿とりパット 8袋

匿名 様 紙オムツ 9袋・タオル 100枚
ポータブルトイレ 1つ、洗浄いす 2つ

富山の魅力がわかる電子書籍「トヤマイーブックス」▶



富山の魅力がわかる「電子書籍」ポータルサイト「トヤマイーブックス」
toyamaebooks



自治体広報紙を配信するアプリ▶



iOS版



Android版

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。