



今月の表紙



書き初め大会

(1月11日・上市中央小学校)

P 2 税の申告は正しくお早めに！

P 4 新型コロナワクチン
3回目接種情報

P 5 各種相談日・消防通信

P 6 暮らしのお知らせ

P 8 住民税非課税世帯等臨時特別給付金
イベント案内

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

裏表紙 地域おこし協力隊

吉野智美さんからのメッセージ

New!

かみいちのスイーツガイド

町職員の有志が、町内の美味しいお菓子を
を紹介する、「かみいちスイーツガイド」を
作成しました！

スマホ・PC 閲覧



申告相談日程表



- 受付場所** 上市町役場 4階大ホール
- 受付時間** 9:00～11:00・13:00～16:00
※一部、日程により異なります。
- お問い合わせ先** 財務課 課税1班 ☎内線 130・131・132

役場での申告相談に来場される方へのお願い

必要な書類などを事前に準備し、なるべくお住まいの地区の対象日にお越しください。
来場の際は、マスク着用・少人数での来場をお願いするとともに、発熱の症状がある方や体調不良の方は来場をお控えください。
また、**3密回避の観点から、入場制限を実施します。**混雑状況によっては後日の来場をお願いすることがありますので、ご了承願います（電話予約などは行っていません）。**なお、町ではe-Tax（電子申告）や郵送など、非接触型の申告をおすすめしています。**

月	日	地区名
2月	16日(水)	上市
	17日(木)	上市
	18日(金)	柿沢・大岩・白萩西部・
	21日(月)	白萩南部・白萩東部
	22日(火)	南加積・山加積
	24日(木)	南加積・山加積
	25日(金)	すべての地区
	27日(日)	すべての地区（午前のみ） 受付 9:00～11:00 ※例年、非常に混雑します。
28日(月)	相ノ木・弓庄	

月	日	地区名
3月	1日(火)	相ノ木・弓庄
	2日(水)	宮川
	3日(木)	
	4日(金)	すべての地区
	7日(月)	音杉
	8日(火)	
	9日(水)	すべての地区
	10日(木)	
	11日(金)	※受付終了時間が日によって異なります。
	14日(月)	14日(月)は 19:30 まで
	15日(火)	15日(火)は 15:00 まで

申告に必要なもの

- 1** 「マイナンバーカード」または「通知カードと本人確認できるもの（運転免許証など）」
- 2** 令和3年中の所得がわかるもの
源泉徴収票、収入内訳書（事業所得の方）、個人年金や報酬、配当の支払証明書など
- 3** 各種控除の内容がわかるもの
▶医療費控除 医療保険者から交付を受けた医療費通知や医療費控除の明細書など
▶社会保険料控除 国民年金保険料の支払証明書など
▶生命・地震保険料控除 保険料の支払証明書など
▶障害者控除 障害者手帳など
▶寄附金控除 寄附金の領収書など
- 4** 申告者本人名義の振込先がわかるもの（所得税が還付される場合のみ）
- 5** 確定申告に関する税務署からのがきや書類（ご自宅に届いている方のみ）

※医療費控除を受ける場合は、事前に医療費や補てん金額（保険金など）の総額を計算し、「医療費控除の明細書」を作成してください。
このとき、予防接種や健康診断、人間ドックなど、治療目的以外の費用は原則、控除対象外となりますのでご注意ください。
※営業・農業・不動産といった事業所得の申告をする方は、事前に収入金額や必要経費の総額を計算し、収入内訳書（決算書）を作成してください。作成せずに来場された場合は、申告相談を受け付けできません。

魚津税務署での申告のお願い

次の方は、魚津税務署で申告してください

- スムーズな申告相談のため、次の申告は魚津税務署でお願いしています。ご了承ください。
- ①青色申告
- ②土地・建物・株式の売却による譲渡所得の申告
- ③住宅借入金等特別控除（住宅ローン控除）を受ける方の申告
- ④消費税・贈与税などの申告
- ⑤複雑な申告や時間を要する申告

魚津税務署での確定申告相談日程

- 受付期間** 2月16日(水)～3月15日(火) ※土・日・祝日除く。
- 受付時間** 9:00～16:00
- 場所** 魚津税務署 5階確定申告会場
- ※入場の際は「入場整理券」が必要です。整理券は当日会場で配布するほか、国税庁公式LINEアカウントで事前発行も実施しています。
- ※申告相談の電話予約は受け付けていません。
- ※ご自分で作成した還付申告書は1月から受付しています。
- ※スマートフォンでの申告を推進しています。



令和3年分の税の申告は 2月16日(水) から 3月15日(火) まで

税の申告は正しくお早めに!

所得税・住民税の申告は、昨年1年間の所得の総まとめであり、住民税や国民健康保険税などの各種算定の基礎となる重要なものです。申告をしなかったり誤った申告をしたりすると、加算税や延滞税が課せられることもあります。申告は正しく早めに行いましょう。

所得税の確定申告が必要な方

- ①個人事業者で所得税の納付税額がある方
※不動産貸付、集落営農、農事組合法人からの支払がある方を含む。
- ②給与を2か所以上から受けていて、主たる給与以外の給与収入金額と他の所得金額との合計金額が20万円を超える方
- ③給与または公的年金を1か所から受けていて、かつ他の所得の合計金額が20万円を超える方
- ④所得税の還付を受ける方



自宅でいつでも申告!

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」から申告書の作成・送信ができます!

確定申告書等作成コーナーでは…

- 自動計算** 画面の案内に従って必要事項を入力すれば、税額などが自動で計算!
- 自動入力** マイナポータルと連携することで、控除額など自動で入力できる情報があります!
- 自宅から** e-Tax（電子申告）で24時間いつでも簡単送信!
※印刷して郵送などで税務署に提出することもできます。



▲国税庁 HP



▲e-Taxの解説動画

※「確定申告書等作成コーナー」にて作成した申告書は、データ保存することによりいつでも作業を再開できます。また、保存した申告書等のデータは、翌年以降の申告書等作成時に利用できます。
※「e-Tax（電子申告）」は、マイナンバーカードとマイナンバーカード読取対応のスマートフォン（またはICカードリーダー）を用意すれば利用できます。税務署で発行されたID・パスワードを利用する方法もあります。
※「e-Tax（電子申告）」を利用すると大部分の書類などの添付が不要となり、書面提出の場合よりも還付金を早く受け取ることができます。



※今後の状況に応じて、中止となる場合があります。

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	町民課 ☎ 内線 148
②人権・行政相談	9日(水) 13:00～16:00	つるぎふれあい館	町民課 ☎ 内線 191
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	8日(火) 予約制 9:00～11:00		
⑥結婚相談	8・22日(火) 13:00～16:00	つるぎふれあい館	総合相談窓口
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	上市町社会福祉協議会 ☎ 473-9300
⑧生活・就労相談	15日(水) 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 心の悩みや病気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	富山県中部厚生センター ☎ 472-0637
⑪看護職員就業支援相談	17日(木) 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

三日市保育園幼年消防クラブの皆さん



火災・救急・救助の概要(令和3年中)

- ▶火災件数は4件(うち建物火災4件)でした。
 - ▶救急件数は1,167件で、前年に比べ154件増加し、搬送人員は1,131人でした。
 - ▶救助件数は0件でした。
- ※件数は上市町の発生件数です。

一般公募普通救命講習のお知らせ

日時 3月13日(日) 9:00～12:00
(講習開始の5分前までに集合してください。)

場所 消防署2階大会議室

申込み 上市消防署救急係までお申し込みください。
(☎ 472-2244)

定員 20人程度

※申込みは講習日の1週間前まで(定員になり次第締切)

※当日は動きやすい服装でお越しください。

消防出初式が行われました

1月8日、役場前で消防出初式が行われました。消防車両12台、170人が参加し、一斉放水や行列行進などを行い1年の無火災を願いました。



悩みごと相談窓口を開設しました!

不登校や発達障害などの悩みごとの相談に応じます

相談員 町教育センター 発達支援アドバイザー

☎ 076-473-2355
(幼児ことばの教室内)

✉ soudan-kamiichi@tym.ed.jp

電話での相談



月 水 金 13:00～18:00
(祝日、年末年始などを除く。)

Eメールでの相談(随時受付)



氏名、連絡先、相談内容を送信
※受信時間などによっては、返信が翌勤務日となる場合があります。

窓口での相談(要予約)



電話またはEメールでの事前予約をお願いします。幼児ことばの教室内で相談員が面談を行います。



新型コロナワクチン

3回目接種情報

上市町・舟橋村新型コロナワクチン接種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。)

※接種券を送付した日の翌日午前中は電話がつながりにくい場合があります。できるだけ予約専用サイトでの予約にご協力をお願いします。

追加接種
(3回目接種)
のみ



▲専用予約
サイト

接種券発送予定

接種券が届いた方のみ予約が可能です。接種券は、2回目接種の終了日順に送付していますので接種予約は、接種券が届くまでお待ちください。

3回目接種券の発送スケジュール

2回目接種日(令和3年)	接種券発送日(令和4年)	発送件数
7月4日から26日まで	2月2日(水)	コールセンターの混雑を避けるため、約500通ずつ発送する計画です。
7月27日・28日	2月7日(月)	
7月29日から31日まで	2月9日(水)	

最新の情報は、町HPを随時ご確認ください。



▲町HP

2回目接種日が8月以降の方への接種券は、2月中旬以降から順次発送予定です。

3回目接種予定日

令和4年2月 (1月24日時点の情報です。予約枠が埋まっている場合があります。)

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
予約枠が埋まった日	満	●	●	●	●	●
6	7	8	9	10	11	12
	●	●	●	●	●	●
13	14	15	16	17	18	19
	●	●	●	●	●	●
20	21	22	23	24	25	26
	●	●	●	●	●	●
27	28	3/1	3/2	3/3	3/4	3/5
	●	●	●	●	●	●

3回目接種実施日 凡例

- かみいち総合病院
※2/7(月)～2/26(土)はモデルナ社製ワクチンで実施します(モ)。
 - 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では、主に1・2回目の接種を実施します。

※かみいち総合病院は接種日によって使用するワクチンの種類が変わりますので、予約の際に必ずご確認ください。

国は3回目接種をモデルナ社製ワクチンを活用して、前倒し接種を加速させるとしております。どちらのワクチンも「安全性」と「効果」が国によって確認されています。2月下旬と3月上旬の接種に使用を予定しているファイザー社製ワクチンの予約受付は、モデルナ社製ワクチンの予約が埋まり次第開始する予定です。

持参するもの(2点)

- ①「接種券・予診票」
※予診票は事前にボールペンで記入しておいてください。
※切り離さずにお持ちください。
- ②本人確認できるもの
・マイナンバーカード
・運転免許証 など

注意事項

- ①1・2回目接種は、電話のみで予約を受け付けています。
- ②接種当日は、スムーズに接種できるように、肩をすぐに出せる服装をお願いします(中に半袖シャツを着用するなど)。



▲3回目接種の様子

お知らせ **8** 有機質肥料の販売について

問 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し肥料を製造して1袋15kg 200円で販売しています。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 平日の8:30～17:00



お知らせ **9** 令和4年度上市町体育施設の
 通年利用について

問 教育委員会事務局 生涯スポーツ班 ☎内線 348
 令和4年度に上市町体育施設の通年利用予約を希望する方(町民または町内の事業所で勤務している方)は、利用申請書をご提出ください。
 申請書は町HPからダウンロードできます。
 ※丸山総合公園の利用希望については、上市町健康文化振興財団までご連絡ください(☎472-5300)。
申請期限 2月18日(金)
提出方法 郵送、FAX(473-2085)または、生涯スポーツ班窓口(役場3階)へ持参

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

介護保険とはどういう制度?

『介護保険』とは、40歳以上の方が加入者(被保険者)となって保険料を納め、介護や支援が必要になったときにサービスが利用できる、支え合いの制度です。
 住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らせるように、中新川広域行政事務組合において、舟橋村・上市町・立山町の介護保険運営を行っています。

	第1号被保険者	第2号被保険者
加入する方	65歳以上の方	40歳以上65歳未満の医療保険に加入している方
介護サービスを受ける方	原因を問わず、支援が必要であると認定された方	介護保険で対象となる病気(特定疾病)が原因で、支援や介護が必要であると認定された方
介護保険料	本人の収入・所得および世帯の課税状況に応じて、定められた保険料	加入している医療保険者が定める保険料

■2月の保険料(65歳以上の方)
 特別徴収 第6期(公的年金支払い時に天引き)
 普通徴収 第8期(2月28日(月)納期限)

お知らせ **6** マイナンバーカードの平日延長・
 休日交付サービスについて

問 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147
日時 2月7日(月) 17:15～19:00
 2月27日(日) 9:00～11:00 **要予約**
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
持参するもの 通知カード、本人確認書類、はがき(交付通知書)



お知らせ **7** マイナンバーカードの
 申請サポートについて

問 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147
 65歳以上の方のマイナンバーカード申請をサポートします。
期間 3月18日(金)まで(土・日・祝日除く。)
時間 午前の部 9:00～11:30 午後の部 13:30～15:30
場所 町民課住基戸籍班(役場1階2・4番窓口)
内容 ①顔写真撮影(10年間の本人確認用となります。) ②申請書の記入説明など
持参するもの 通知カード(個人番号カード交付申請書)または令和3年1月から3月頃に郵送された交付申請書(白い封筒で個人宛)、本人確認書類(運転免許証、健康保険証、介護保険証など)
 ※マイナンバーカードの受け取りは、申請してから約1か月後です。交付通知書(はがき)が自宅に届いたら、役場1階2番窓口にて受け取ってください。
 ▶各種証明書のコンビニ交付や健康保険証としての使用、マイナポイントがもらえるなど、取得のメリットが増えています。



年金だより **問** 町民課 住基戸籍班 ☎内線 148

国民年金保険料は口座振替がお得です!

国民年金保険料の納付には口座振替がご利用になれます。口座振替をご利用いただくと、保険料が自動的に引き落とされるので、金融機関などでお支払になる手間が省け、納め忘れもなく、とても便利です。
 また、口座振替には当月分保険料を当月分に振替納付することにより、月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い6か月前納・1年前納・2年前納もあり、大変お得です。ただし、6か月前納(4月～9月分)・1年前納・2年前納の場合、口座振替の申し込み期限が2月末までとなっておりますのでご注意ください。
 口座振替ご希望の方は納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、ご希望の金融機関または魚津年金事務所へお申し出ください。
 ▶魚津年金事務所 ☎0765-24-5153 8:30～17:15(土・日・祝日・年末年始除く。)



お知らせ **4** 子育て世帯生活支援特別給付金の申請がまだお済みでない方へ

問 福祉課 児童班 ☎内線 7233・7234
 新型コロナウイルス感染症の影響などを踏まえ、子育て世帯に対して子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。
支給額 対象児童1人当たり一律5万円
対象 令和3年3月31日時点で18歳未満の児童(特別児童扶養手当を受給している障害児の場合は20歳未満)を養育する方のうち、①または②に該当する方
【ひとり親の方】
 ①公的年金等を受給していることにより、令和3年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない方
 ②新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方
【ひとり親以外の方】
 ①令和3年1月1日以降の収入が減少し、住民税非課税相当の収入となった方
 ②高校生以上の児童のみを養育していて、令和3年度住民税(均等割)が非課税の方
申請期限 2月28日(月)

お知らせ **5** 水道管の凍結にご注意を!

問 建設課 上下水道班 ☎ 472-4646
水道管は、氷点下3℃～4℃以下で凍結しやすくなります。低温注意報などが発令された際には、次のような対策をとりましょう。
 ①家を長期間留守にする方や空家を所有している方は、メーターボックス内の止水栓を閉めて、水抜きを行いましょう。
 ②むき出しになっている水道管は、保温材などで保温しましょう。
 ③凍結した場合は、凍結した水道管にタオルなどを巻き、ゆっくりぬるま湯をかけてください。熱湯は絶対にかけないでください、水道管が破裂する恐れがあります。
 ④翌日、漏水していないか確認しましょう。

▶漏水の確認方法

宅内外の蛇口を全て閉め、メーターボックス内にある水道メーターの銀色のコマを見ます。コマが少しでも回っていれば、漏水している可能性があります。
 漏水の修理は、町の指定給水装置工事業者に申し込んでください。(修理費用は自己負担です。)



お知らせ **1** 子育て世帯緊急支援交付金(町単独事業)について

問 福祉課 児童班 ☎内線 7234
 新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、経済的負担の影響を大きく受ける子育て世帯を支援するため、子育て世帯緊急支援交付金を支給します。該当の方には、令和3年12月中に案内を送付済み(下記②に該当の方は、随時送付予定)ですので、届いた申請書に必要な事項を記入し、必要書類を添付のうえ提出してください。
支給額 対象児童1人につき1万円(支給は1回限り)
対象
 ①令和3年12月1日に上市町に住所があり、令和3年度末で満18歳以下の児童
 ②令和3年12月1日の翌日から令和4年4月1日までに出生した方で、上市町に住所のある児童
申請期限 ①に該当する方 2月28日(月)
 ②に該当する方 出生月の翌月の月末

お知らせ **2** 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
 町内の空家所有者などを対象に、空家に関する相談会を次のとおり開催します。空家の管理、売買、解体、税金に関することなど、お気軽にご相談ください。専門家がお答えします。
日時 2月10日(木) 14:00～17:00
場所 役場3階 第3会議室
 ※電話での予約を受け付けします。
 ※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** 「ATMでお金が返ってくる」は全て詐欺!

問 町民課 生活環境班 ☎内線 141
 昨年、県内では「還付金詐欺」の被害が15件ありました。犯人は、役場の職員などを名乗り「払い過ぎた保険料を還付しますので、いますぐATMへ行って手続きを」などと電話をかけてきますが、役場や金融機関からは、このような電話はかけません!
警察相談専用電話 #9110

詐欺被害を防ぐために…
 ・怪しいと思ったらいったん電話を切り、まずは警察へ相談しましょう。
 ・役場や金融機関に直接確認しましょう!
 ・留守番電話やナンバーディスプレイの活用(知らない人や知らない番号、非通知番号には出ない)、通話録音装置の設置など、電話対策が有効です。
 ・携帯電話で通話しながらATMを操作する人を見かけたら声掛けを!



イベント案内 -event guide-



こどもの城だより ~2月行事~

お問い合わせ ☎ 473-0001

内容	日時	
合同まめまき会	2日(水)	
ちびっこ広場 (4か月から1歳頃まで)	8・22日(火)	
乳幼児教室 (子育て相談)	体操教室 (体操講師)	9日(水) 10:30
	ぞう組 (2歳児)	16日(水)
	うさぎ組 (1歳児)	17日(木)
	合同ひなまつり会	24日(木)
	将棋クラブ	12・26日(土) 10:00
教室・イベント ※★印は、 要予約です	体操教室 (マット・鉄棒)	5日(土) 13:00
	★こどもクッキング	13日(日) 10:00
	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

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

20日(日)は休館です。

※28日(月)はワックスがけ準備のため

16:00「閉」館

※3月1日(火)はワックスがけのため

14:00「開」館

※今後の状況に応じて、行事を中止する場合があります。

スノーシューハイク in 種

☎ 080-7830-2736 または 090-6817-4148

日時 2月19日(土) 9:00 ~ 12:00
(8:45に白萩南部小学校に集合)

募集定員 親子3組 (小学生以上) 参加費 1人あたり1,500円

申込先 tocotoco まで電話でお申し込みください。

※当日は、スキーウェア、帽子、手袋、長靴などの着用をお願いします。

eケーション in 上市 開催延期について

☎ 企画課 情報班 ☎内線 228

新型コロナウイルス感染症の影響により、3月に開催を延期します。詳しくは町ホームページをご覧ください。

「小学校のあり方」について 校区別懇談会が始まります

☎ 総務課 行政班 ☎内線 213

少子化の時代を迎え、今後の小学校のあり方について、町民の皆さまからご意見を伺う機会として、校区別の懇談会の開催を予定しています。皆さまのご参加をお願いします。

校区	予定日	校区	予定日
陽南	2月27日(日)	白萩西部	3月27日(日)
南加積	4月10日(日)	宮川	4月24日(日)
相ノ木	5月15日(日)	上市中央	5月29日(日)

場所・時間 いずれも上市町文化研修センター 3階大会議室
14:00 開始 (予定)

※申込方法など詳細は、校区ごとに別途文書にてご案内します。

※各行事・イベントは、今後の状況に応じて延期または中止となる場合があります。

かみいち 総合病院

富山大学附属病院との医療連携協定 締結



1月14日、かみいち総合病院は富山大学附属病院と医療連携協定を締結し、調印式を行いました。同大学附属病院が締結する協定としては、当院は県内8番目となります。

調印式では、かみいち総合病院の浦風雅春院長と、富山大学附属病院の林篤志病院長が協定書に署名・押印し、今後の連携強化について約束しました。

本協定では、患者の紹介・受入れや高度急性期治療後のフォローを行うといった医療面だけではなく、研修などによって医師、看護師その他医療スタッフの交流・質の向上も推進されます。

本協定をもとに、今後にかみいち総合病院は地域医療の充実に努めていきます。



▲浦風院長(左)と林院長(右)

※今月号の「すこやかサロン」は休載します。

住民税均等割非課税世帯等の皆さまへ

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金について

1世帯あたり

10万円

⚠ 支給には手続きが必要です

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、様々な困難に直面した方々が速やかに生活・暮らしの支援を受けられるよう、住民税非課税世帯などの皆さまに対して、1世帯当たり10万円の臨時特別給付金を支給します。

対象世帯

①基準日(令和3年12月10日)において、上市町の住民基本台帳に記録されており、世帯全員の令和3年度の住民税均等割が非課税である世帯

②家計急変世帯

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて令和3年1月以降の家計が急変し、①の世帯と同様の事情にあると認められた世帯

※①・②ともに、住民税が課税されている方の扶養親族等のみからなる世帯は対象外です。

支給額

1世帯あたり 10万円

※1世帯1回限り。また、①・②の重複支給はできません。

手続方法

1 令和3年度住民税均等割が非課税の世帯

町から対象世帯に対し、「支給要件確認書」を2月下旬に送付します。

確認書の必要事項を確認・記入のうえ、同封の返信用封筒で返送していただく予定です。

※令和3年1月2日以降に転入した世帯等については、他自治体に課税状況を確認したうえ、送付します。

2 家計急変世帯

給付金を受けるには、申請が必要です。

申請方法などについては、詳細が決まり次第、町ホームページおよび町広報などでお知らせします。

⚠ 詐欺にご注意ください!

この給付金を装った特殊詐欺や個人情報の詐取にご注意ください。

給付金の支給にあたり、ATMの操作をお願いしたり、現金の振り込みを求めることなどは絶対にありません。

お問い合わせ先 臨時特別給付金担当係 ☎内線 7121 ~ 7125

オークス **セシモニーホール** 上市

個別相談 随時受付中

お葬式って いくら かかるの?

家族葬と 一般葬の 違いは?

病院から 直接ホールへ 入れるの?

準備して おくものって なに?

お気軽にご相談ください。

オークス セシモニーホール 上市

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

働く婦人の家



問 働く婦人の家 ☎ 473-0075

料理講座 (講師 平野 寛子)



開催日時 毎月第2・4 水 曜日 17:30～20:30

毎月第2・4 木 曜日 9:30～12:00

場所 働く婦人の家 1階講習室

料理教室は、昼と夜の2講座があり、それぞれ月2回開講しています。現在は約20人の男女が参加し、グループに分かれ笑い合いながら楽しく料理を作っています。季節の食材を生かした定番料理から、家にある食材で作るお菓子まで、皆さんの要望に沿ったメニューを心がけています。

柿沢コミュニティセンター (2月)

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 (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)	2日(水) 5日(土) 16日(水) 19日(土) 10:00
工作 (浦田 和夫氏)	1作品 500円から	6日(日)
ステンドグラス (西島 直義氏)	1回 1,500円 (材料・キット代別途)	27日(日) 13:30

※各教室・講座などは、今後の状況に応じて延期、または中止となる場合があります。

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

ストレッチヨガ (指導者 海老 美奈子)



開催日時 毎週 木 曜日 15:30～16:40

場所 カミール3階 多目的ホール

参加費 300円 / 会員 600円 / 非会員

対象 成人

肩こり、腰痛、膝痛でお悩みの方でも参加できます。気持ち良くストレッチで身体を動かすと、免疫カアップにも繋がります。
※ヨガマットをご持参ください。

“さんさん”かんじきハイク

日時 2月20日(日) 8:40～15:30 (8:30～受付)

※役場玄関前に集合してください。

場所 来拝山 (標高 899.3 m)

対象 10人 (小学4年生～一般成人) ※定員になり次第締切

参加費 さんさん会員 700円、会員以外 1,500円 (保険料を含む。)

引率者 上市峰窓会の皆さん

持ち物 昼食、飲み物、敷物、長靴、ストック、保険証 (コピー可)、感染対策用品 (マスク、除菌用品、ビニール袋など)
※かんじきは “さんさん” で用意します。

申込方法 “さんさん” へ電話または FAX (ともに 472-1971) にてお申し込みください。
※参加者へ事前に健康チェックシートをお渡しします。

上市図書館へようこそ!

開館時間 10:00～18:00

※閉館時間は随時ご確認ください。

お問い合わせ 図書館 ☎ 472-6494

えほんしつ ☎ 472-2211 黒地に白文字の日は休館日



今月の図書館・えほんしつカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1/30	1/31	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	3/1	3/2	3/3	3/4	3/5

今月のイベント

★絵本のよみきかせの会

日時 2月13日(日) 10:30～ 場所 絵本コーナー
テーマ 「みんなで雪遊び～冬を楽しもう～」

ボランティア募集中

絵本の読み聞かせのボランティアに興味のある方は、お気軽に図書館までご連絡ください。

★読書会

日時 2月25日(金) 13:30～ 場所 3階対面朗読室
課題図書 「渦」 大島 真寿美 / 著

今月のおすすめ本

『女子の謎を解く』 三宅 香帆 / 著 笠間書院 / 発行

「なぜ姉妹キャラクターは姉が落ち着いていて妹が元気なことが多いの?」「ヒロイン像は時代とともに変わっているの?」など、小説や漫画、ドラマなどで活躍するヒロインの謎について論じた本です。話題の作品が多く取り上げられており、興味深い論点で知的好奇心がくすぐられる本です。



図書館ミニ情報

この冬冷えない体に温活のすすめ

医療・健康コーナーでは「この冬冷えない体に温活のすすめ」をテーマに展示しています。

ショウガや薬膳など体を温める食材の本や温泉に関する本などを取り揃えました。本を参考に今年の冬も元気に乗り越えましょう。



今月の新着本

★一般書

みんな、本当はおひとりさま……………久本 雅美 / 著
塞王の桶……………今村 翔吾 / 著

★児童書

おばけずかんクイズ BOOK ちょいムズへん… 講談社 / 発行
すずりくん……………青柳 貴史 / 作・中川 学 / 絵

★今月のおすすめコーナー★

授乳室やおむつ替え室があるので安心して楽しめます! テーマは「ゆきあそび、たのしいね!」です



えほんしつ “ゆめぼつけ”

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 12日(土) 10:30～

「ハート天使・ハートこま」をつくります

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、新着本情報などご覧いただけます。

アルプスの湯であたたまるう!

お問い合わせ ☎ 473-3272



「健康メディカル相談」

2月2日(水) 13:30～

「健康おしゃれ相談」

2月26日(日) 10:30～

今月の催し物 (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)	つるぎ相撲甚句会	公演
26日(土)	「ふろの日」ザ・あんぼたん	公演

※状況によって、中止になる場合があります。

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。)

2月6日(日) “ふろの日” はポイント 3倍

2月25日(金) “プレミアムフライデー” と

2月26日(日) “ふろの日” はポイント 2倍です。

ロビー展示 (つるぎふれあい館1階)

▶ 上市絵画教室作品展示

期間 2月8日(火)まで

▶ 令和4年上市町消防出初式写真展示

期間 2月1日(火)～13日(日)

▶ 尾山隆之写真展 (剣と石仏)

期間 2月10日(水)～20日(日)

ロビーコンサート

▶ 社会人ピアノサークル 『ぼろろん会』 ピアノコンサート

日時 2月20日(日) 13:00～15:00

場所 つるぎふれあい館ロビー

Net3 光サービスが始まります! 加入者様限定 予約受付中!

2022年4月から 県内最速 2Gbps!! ※2021年12月現在

BS 4K 放送を家中のテレビで! 超高速インターネット!

Net3ご契約中の方は、いまとほぼ変わらない料金で、BS4K放送や県内最速の超高速インターネットを楽しめます!

事前申し込み 事前申し込み受付専用番号 076-461-3118 ケーブルテレビNet3 Webサイト https://net3.tv

事前申し込み 076-461-3118 (平日 9:00～17:30)

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3年8月11日～9月生	2月3日(木)	13:00～	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3年10月生	3月3日(木)	13:30		
1歳6か月児健診	2月は実施しません。		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。
	令和2年7月～8月生	3月10日(木)			
3歳児健診	平成30年8月生	2月24日(木)	13:00～	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)。
	平成30年9月生	3月24日(木)	13:30		
離乳食教室	令和3年8月生 令和3年9月生	2月16日(木)	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3年5月生 令和3年6月生	2月16日(木)	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	2月2・9日(木)	9:00～ 9:30	母子健康手帳・バスタオル	※定員5組(申込順) ※要予約

※1歳6か月児・3歳児健診のフッ化物塗布は新型コロナウイルス感染症の状況に応じて中止することがあります。
※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



吉田 鈴 ちゃん 草島 祐一朗 ちゃん 酒井 陸 ちゃん
馬藤 芽生 ちゃん 松本 乙都葉 ちゃん 久保 汐里 ちゃん

2月最終週は「とやまいのちを守り育て週間」

3月は「全国自殺対策強化月間」です 自殺のない社会へ

心の健康を保つためにできること

休養 ゴロゴロすることが休養ではありません。趣味やスポーツ、友人や家族と過ごすなど、明日に向かっての英気を養うことです。
ストレスの対応 ▶ストレスに気づくこと ▶ストレスとうまく付き合う ▶ストレッチ etc も OK

インターネットによるメンタルヘルス情報(キーワードで検索!)

- ・『こころもメンテしよう』10～20代の若者向けサイト(ご家族・教職員向けサイトもあります。)
- ・『こころの耳』働く人向けサイト
- ・『うつ安心とやま』うつ病予防関連サイト



集団がん検診のお知らせ

令和3年度(2021年度)の集団がん検診は下記の日程が最終日です。がん検診は、症状がない早期のがんを発見する事が役割であり、続けて受ける事がとても重要です。

検診内容

胃・大腸・子宮・乳がん検診

2月19日(土) 会場 つるぎふれあい館
受付時間 ①8:15～8:45 ②8:45～9:10 ③9:10～9:30

対象 胃・大腸・乳房がん検診 40歳以上 ※今年度、町から受診券が発行されている方で、職場などでがん検診を受診した場合は、必ず町保健センターまでご連絡ください。
子宮がん検診 20歳以上

持ち物 受診券、健康保険証、各種受給者証・手帳
5日前までに町保健センターへご予約ください。定員に達し次第、予約を締め切りますので、お早めにご予約ください。

検査内容・料金 通常1つの部位で3,000円～5,000円程度必要ながん検診が、集団がん検診なら大変お得に受診できます!

検診名	検査内容	国民健康保険	社会保険	節目・重点年齢 70歳以上など
胃がん	胃部エックス線検査	500円	1,000円	無料
大腸がん	便潜血検査	250円	500円	
子宮がん	視診・子宮頸部の細胞診	450円	900円	
乳がん	マンモグラフィ	350円	700円	

内容	日時	場所	備考
介護予防教室	1日(木) 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
	9日(木) 13:30～14:30	相ノ木会館	
	16日(木) 13:30～14:30	南加積公民館	
	17日(金) 13:30～14:30	柿沢公民館	
	25日(金) 13:30～14:30	弓庄公民館	
わきあいあい健康長寿!	①10:00～11:15(受付9:30) ②13:45～15:00(受付13:15)	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、眼鏡(またはフェイスシールド)、シートなど
足腰しっかり筋力体操教室	4・18・25日(金)	カミール2階	
ほっと一息できる場所 おれんじカフェ	10日(木) 13:30～15:00	つるぎふれあい館1階 会議室	参加費 100円 ※要予約

※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。

家族介護者リフレッシュ教室

日時 3月4日(金) 9:00～15:00(受付8:40～)
※つるぎふれあい館1階ロビーに集合してください。
場所 富山県国際健康プラザ(愛称:とやま健康パーク)
(富山市友杉151番地 ☎428-0809)
対象 在宅で要介護認定(要支援1・2、要介護1～5)を受けている方のお世話をしているご家族の方
定員 15人 ※要申し込み(送迎あり)
内容 問診、健康チェック、生活体力測定など行い、その結果をもとに運動方法・休養方法の提案、運動の実践・体験・入浴できます(湯治庵(とうじあん))昼食付
参加費 無料 **申込期限** 2月15日(木)まで

もの忘れ相談会(要予約)

もの忘れで心配な方、お気軽にご相談ください。
日時 3月3日(木) 14:00～16:00
場所 つるぎふれあい館1階 会議室
相談員 かみいち総合病院 神経精神科医師

▶各教室・講座などのお申込み・ご予約は、上市町地域包括支援センターまで ☎473-2811

地域でのシナプソロジー活用講座&シナプソロジー普及員養成講座

場所 つるぎふれあい館2階 研修室
講師 シナプソロジー アドバンスインストラクター 古川 公成 氏 (健康運動指導士)
▶地域でのシナプソロジー活用講座
日時 2月9日(木) 14:00～15:00(受付13:30～)
内容 シナプソロジーという脳活性化プログラムを学ぶ初心者向け体験講座です。シナプソロジーに興味がある方はもちろん、地域の方や家族と楽しみたい方におすすめです。
参加費 無料 **申込期限** 2月7日(火)まで

▶シナプソロジー普及員養成講座

日時 3月9日(木) 13:30～15:15(受付13:15～)
内容 シナプソロジーという脳活性化プログラムを学び、実践に活かすことができる普及員を養成する講座です。
参加費 3,850円(登録料とツール代)
申込期限 3月1日(火)まで

大岩通いの場～フレイル予防教室～

令和3年6月から11月の間に、保健事業と介護予防の一体的実施事業のモデル事業として、大岩通いの場でフレイル予防教室を開催しました。16人の参加者が、全8回の教室を通して、健康運動指導士、管理栄養士、歯科衛生士、理学療法士、保健師などから、要介護状態になる前に早めにフレイルを予防し元気に過ごす秘訣を学び、ご自分なりの目標を立て取り組みました。

参加者からは、「口腔ケアについて日頃気にしていなかったが気を付けるようになった」、「常に意識して運動や食事をするようになった」などの感想が聞かれました。

今後もご自分の目標を持ち、通いの場で励まし合いながら、いきいきと自分らしく過ごしてもらいたいと思います。





12/27 「さくら功労者表彰」受賞

「黒川さくらの森づくり会」が桜の植栽や保護、育成などに顕著な功績のある団体や個人が表彰される「さくら功労者表彰」を受賞し、12月27日にその報告がありました。同会は、平成18年に町内会全員が会員となり発足し、現在まで桜の植樹をはじめ、消毒や剪定、景観を良くするための清掃活動などに取り組んできたことが評価されました。

同会代表者の井原真二さんは、「これまでの会の活動が認められ、嬉しいです。これからも桜を守っていきます」と話しました。



12/27 上市町商工会女性部 ジェラートDEしょうがお披露目

12月27日、役場で上市町商工会女性部が開発した「ジェラートDEしょうが」の試作品完成お披露目会が行われました。この商品は、コロナ前の活気を取り戻すことを目的に、昨年7月に開発を開始し、サトイモのパウダーをブレンドするなど8種類の試作品を作り改良を重ねたものです。

同女性部の平井潤子部長は、「一生懸命考えて、味も吟味してできあがったジェラートです。皆さんに気に入ってもらえると思います」と話し、中川町長と小竹副町長が試食しました。



12/21 「多様な性と人権」講演会

12月21日、上市中学校で「多様な性と人権」と題した講演会が行われました。この講演会は、人権教育に取り組む同校が、生徒らの性の多様性についての理解を深めようと企画し、生徒439人、保護者6人と教職員が参加しました。

講演はレインボーハート富山の佐脇宏史さんが行い、LGBTQ などについて話し、「性の多様性は、自然で身近なことです。誰かが困っていたら話を聞いてあげてください」と生徒らに呼びかけました。



12/19 白萩南部公民館 山菜料理教室

12月19日、白萩南部公民館で山菜料理教室が行われました。参加者は種地区の行事運営に協力している町内各種団体のメンバー。

昨年同様、新型コロナウイルスの影響により山菜祭りが中止となったことから、事業運営への協力を感謝して開催されました。この日は、ゼンマイ、ワラビなど10種類の山菜を使用し、和え物やきんぴら、山菜ご飯などが作られました。

教室では、参加者が山菜の呼び名について調べる様子も見受けられました。



上市町武道連盟 稽古始め

1月中、各所で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。昨年同様、新型コロナウイルスの影響で合同での稽古始めを中止し、団体毎に実施しました。

皆さん、初稽古で汗を流し、今年1年の飛躍を誓いました。



▲弓道



▲空手道



▲剣道



▲柔道



▲少林寺拳法

お詫びと訂正
2022年1月号の「まちの話題（上市ライオンズクラブが絵本を寄贈）の記事中に誤りがありました。
お詫びして訂正いたします。
2022年1月号（15ページ）
誤「寶島洋子会長」 正「寶嶋洋子会長」

12/21 感謝を込めて 医療従事者へ寄せ書き贈呈

12月21日、かみいち総合病院で陽南小学校の児童57人と教職員10人が書いた寄せ書きの贈呈式が行われました。メッセージが書かれた紙の色が学年毎に分けられており、レインボーメッセージと題した台紙に貼り付けられています。「病院があるおかげでワクチンを打つことができます」や「いつも応援しています」などの医療従事者への感謝の気持ちが記されました。

同校児童会長の前田悠蒼さんは、「メッセージを見て、色んな人を助けて欲しいです」と話しました。



12/19 かみいち Deai Bar 「BBQでコミュニケーション」

12月19日、つるぎふれあい館でかみいちDeai Barの5回目が開催され、男女8人が参加しました。

今回のゲストは、吉本興業唯一のBBQ芸人「たけだバーベキュー」さんと、様々なバーベキューレシピが披露されました。

セミナーでは、たけださんおすすめのアウトドアスパイスの紹介や、参加者へ火を起こす道具のプレゼントがあり、参加者は室内でもアウトドア気分を味わえたのではないのでしょうか。



▲ステーキの焼き加減を説明するたけださん（真ん中） 2022年2月号 14

よしのともみ
**地域おこし協力隊の吉野智美さんが
任期終了となりました**

吉野さんから皆さんへメッセージ



関東から移住して、早くも3年が経ちました。
2年目に入ってすぐにコロナの社会状況になってしまったため、思うように活動できたかといえば嘘になります。しかし、コロナ禍だからこそできたこと、学べたことがたくさんありました。

私の主な活動ミッションは、観光振興支援と移住定住支援。
私は、県外はもちろん、まずは県内の方に町を知っていただくよう活動しました。市町村を越えた活動は町職員には難しいことなので、私だけが得意なことだと考えたのです。活動に制限を加えず支えてくれた職員さんたちに心から感謝しています。

3年間で名刺交換をしたのは、延べ580名。コロナ禍になったことを考えると、ほぼ1年目に出会った人数です。一期一会の精神で、どんな出会いも次の活動に結びつけることができたと思います。

一方で、「地域おこし」という名前の重圧に苦しんだこともありました。活動について悩んだり、町に馴染めているのか自信がなくなったりも。しかしその度、たくさんの方が寄り添ってサポートしてくださいました。この町の方はとても心温かい方が多いと思います。

具体的な活動内容については、最後の地域おこし協力隊情報誌「かみ〜ち vol. 6」をご覧ください。



▲かみ〜ち vol. 6



▲地域おこし協力隊として活動した 吉野 智美さん

3年間、本当にお世話になり、ありがとうございました。
今後もこの町でお世話になりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



▲東京・有楽町駅前前で町や特産物をPR・販売し、「貴重な経験ができ、とても楽しかった」と吉野さんは話します。

**移動式バスケットゴール
を導入しました**



町は、バスケットボールを幅広い年代の方々に親しんでもらうことや各種大会の開催を期待し、独立行政法人日本スポーツ振興センターの令和3年度スポーツ振興くじ助成金の交付を受け、丸山総合公園総合体育館に移動式バスケットゴールを1対導入しました。同センターは、スポーツ振興政策を実施するための財源確保の手段としてスポーツくじ「toto」や「BIG」の販売を実施し、売上から得た収益は次世代選手の発掘育成、地域スポーツの普及や地域のスポーツ施設の整備など、日本のスポーツ振興のために役立てられています。

事業費 9,284千円 助成金額 4,800千円
導入日 令和4年1月14日
入札方法 条件付き一般競争入札
受注者 スポーツミヤモト



セノー バスケット台オレンジゴールとショットクロック (対)

町の人口と世帯数

令和4年1月1日現在

人口 19,638 (-30) (-321)

男 9,407 (-15) (-168)

女 10,231 (-15) (-153)

世帯数 7,796 (-19) (-45)

() 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

固定資産税 第4期

国民健康保険税 第8期

後期高齢者医療保険料 第8期

2月28日(月) 納期限

町税夜間納税相談(財務課 10番窓口)

2月28日(月) 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

16件、38万4,000円(累計3,791万4,275円)

大庭 典章 様 絵画(額付) 上村 淳之 作「双鶴」

■ 善意銀行 (町社会福祉協議会 12/2 ~ 1/3)

善意の箱収金(26件) 133,877円、浄土真宗本願寺派上市組

重点プロジェクト 様 5,000円、浄土真宗本願寺派上市組

112,000円、JAアルプス女性部上市地区 様 米13.5kg、編みア

ムグループ 様 手編み品64点、匿名 様 サポテン・フウキラン(苗)

15点、米80kg、おもちゃ・子供用紙パンツなど23点、切手260g

富山の魅力がわかる電子書籍「トヤママイブックス」▶



富山の魅力がわかる「電子書籍」ポータルサイト「トヤママイブックス」
toyama ebooks



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。