

広報 *Town-Kamiichi*
かみいち

2013

6

No.714



今月の主な内容

特集 上市町まちなか交流プラザ紹介 …… 2～3P

スポーツ少年団紹介… 4～5P 健康と福祉 …… 16～17P
まちの動き… …… 6～7P 文化・スポーツ …… 18～19P
お知らせページ… …… 14～15P

今月の表紙

上市町児童陸上競技記録会
(6ページに関連記事)

9 イベント広場

町内の中高校生の部活動や公民館講座などの活動発表の場。8月には、巨大段ボール迷路もやって来ます。



8 わんぱく広場

雨の日でも子どもたちが楽しく遊べる屋内遊び場。大型複合遊具やボルダリングなど、子どもたちも大満足間違いなし。



あみ
amié

7 交流サロン

社会福祉法人むつみの里が運営する交流サロン。施設で作ったシフォンケーキやクッキーの他に、子どもたちに大人気の駄菓子もあります。

うどんやそばなどの軽食や、コーヒーや紅茶などの飲み物を提供しています。交流サロンには、テーブルやイス、無料のお茶が置いてあります。

お気軽にどうぞ。



(株)上市まちづくり公社

私たちが管理しています。テナントもまだまだ募集中です。お問い合わせは、☎ 473-2375 まで。



1 ブティック詩衣奈

おしゃれに敏感なミセスにおすすめの婦人服店。婦人服、カバン、アクセサリーなどを販売。



たい焼きも
あります

2 ふれあい元気市場 つるぎ

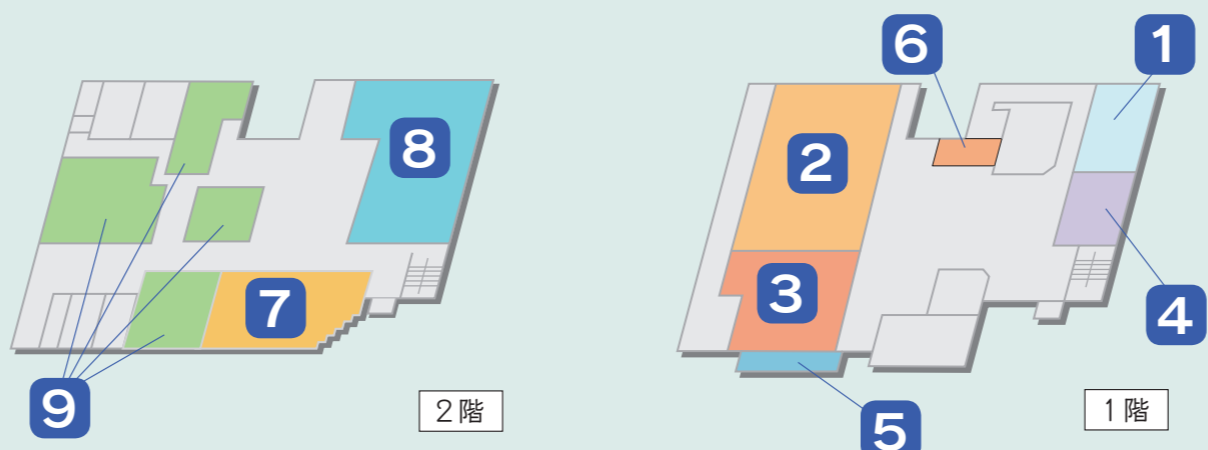
地域密着のスーパーとして、食品を中心に日用雑貨など豊富に取りそろえてあります。

私たちが販売しています！



カミール

上市町まちなか交流プラザを紹介！



3 農産物直売所

農産物直売所では、上市産の新鮮な野菜が生産者から届けられます。



4 王福井

中国人の店主が作る本格中華料理店。昼食時には、日替わりランチも提供しています。



6 特産加工品開発支援施設

特産加工品の試作や試食会場として提供し、町の特産品を使った食品やお土産品の開発を進めます。



5 M-CLOUD

店主が選んだシルバーアクセサリーやレザー小物、ストーンアイテムなどを販売。グレープフルーツやオレンジなどのフレッシュジュースやコーヒーなどの飲み物も提供しています。



武道 (柔道・空手・剣道・少林寺拳法)

少林寺拳法 剣



私は、今度の昇級試験で合格して帯の色が変わりました。練習はつらいことがあったけれど先輩たちが技を一生懸命教えてくれたのでうまくできました。次は、私が後輩を教えるお手伝いをします。お互いに技がうまくなって昇級できればすてきです。これからも楽しく少林寺拳法の技を練習します。がんばります。

練習日▶月⑧ 18:45 (小学生)、
19:45 (中学生以上)
場所▶剣道場 (私設)
(代)吉岡秀行 (☎ 472-6111)

上市町空手協会



空手道は心・技・体を鍛えるといわれるように、1番に礼儀を大切にします。練習は基本を中心として形や組手をバランスよく行います。みなさんも一緒に空手道をしてみませんか。

練習日▶⑧ 19:00 ⑨ 18:00
場所▶上市町武道館
(代)平井憲明 (☎ 472-1706)

上市町空手道



空手は「礼に始まり礼に終わる」と教えてもらいました。その教えで心や身体が強くなり、礼儀も正しくなりました。練習はきびしい中にも優しさがあり、みんな楽しく励んでいます。

練習日▶⑧⑨ 19:00
場所▶丸山総合公園総合体育館
(代)中村幹雄 (☎ 473-1115)

上市町柔道



私たちは、毎週火・木曜日に一生懸命練習をしています。大変だけど心や体がとても強くなります。また、楽しいイベントもいっぱいあります。ぜひ僕たちと一緒に柔道をしてみませんか。

練習日▶⑧⑨ 19:00
場所▶上市町武道館
(代)深川 勇 (☎ 472-3653)

上市剣道教室



剣道を通じて礼節を重んじ、立ち向かう勇気を培い、知恵を養います。一緒に剣道しませんか。

練習日▶⑧⑨⑩ 19:00
場所▶上市町武道館
(代)土肥久夫 (☎ 090-4683-6955)

サッカー

上市サッカー



僕たちは、みんなサッカーが大好きです。チームワークもとてもよく、声をかけ合って練習に取り組んでいます。サッカーに興味がある人は、ぜひ一度一緒にやってみませんか。女の子も募集中!!

練習日▶⑧⑨ 18:30、⑩ 9:00
場所▶上市中央小学校
(代)谷吉竜一 (☎ 090-1318-5835)

バドミントン

上市町ジュニアバドミントンスクール



こんにちは！上市町ジュニアです。僕たちは「一歩でも上へ行けるように」を目標に、大好きなバドミントンの練習に励んでいます。興味のある方は、町民体育館へGO！

練習日▶⑧⑩ 18:00、⑨ 14:00
場所▶上市町民体育館
(代)不破 靖 (☎ 090-1639-7564)

上市バドミントンスクール



バドミントンが大好きな1年生から6年生の男女24人で楽しく練習しています。試合で一つでも多く勝てるように頑張っています。あいさつもきちんとできるように心がけています。ぜひ見学に来てください。

練習日▶⑧⑨⑩ 19:00
場所▶⑧⑨上市中学校体育館
⑩丸山総合公園総合体育館
(代)宮本和典 (☎ 473-2468)

スポーツ大好きな子どもたちみんな集まれ!!

上市町スポーツ少年団



4月21日に丸山総合公園総合体育館で結団式が行われ、1年間の活躍を誓いました。

現在、上市町には14のスポーツ少年団があり、たくさんの小中学生が、それぞれのスポーツ活動に励んでいます。

町内の全スポーツ少年団の活動を紹介します。

☎ 教育委員会事務局 生涯スポーツ班 (内線 348)



バスケットボール

上市ミラクルズ
ミニバスケットボールクラブ



バスケットボールの楽しさは、みんなの思いを一つのボールにのせて、パスをつなぎ、シュートすることです。私たちと一緒にバスケットボールを楽しみましょうか？

練習日▶⑧⑨ 19:00、⑩ 9:00
場所▶⑧⑨白萩西部小学校、
⑩丸山総合公園総合体育館
(代)中川重徳 (☎ 090-2441-4299)

上市さんさんアンテロース



僕たちは、上市さんさんアンテロースバスケットボールクラブです。土曜日の練習を含め、週3回練習をしています。みんなで全国大会出場に向けて一生懸命がんばっています。

練習日▶⑧⑨⑩ 19:00
場所▶⑧⑨白萩西部小学校、
⑩丸山総合公園総合体育館
(代)岡部祐樹 (☎ 090-3764-9109)

野球

宮川



宮川スターズは、野球が大好きな子どもたちでいっぱいです。全員野球で勝利を目指して、試合も練習も楽しくがんばっています。興味のある方は、ぜひ一度練習を見に来てください。

練習日▶⑧⑩ 17:30、⑨⑪ 9:00
場所▶宮川小学校
(代)青木 勉 (☎ 090-6924-9043)

北島



北島スポーツ少年団は、3年生から6年生の14人で楽しく元気に野球をしています。みんなで団結し、1試合でも多く勝てるようにがんばっています。体を動かすのが好きな人はぜひ練習を見に来てください。

練習日▶⑧⑨⑩ 17:00、第2・4⑨ 9:00
場所▶上市町民総合グラウンド
(代)土井孝嗣 (☎ 472-1260)

上市中央ベースボールクラブ



上市中央ベースボールクラブは、6年生から3年生の男女11名で練習に励んでいます。興味のある方は、下記時間帯に練習をしているのでぜひ一度見に来てください。

練習日▶⑧⑨ 18:00、⑩ 13:00
場所▶上市中央小学校
(代)碓井養一 (☎ 090-3762-8424)

相ノ木ツズ



今年の相ノ木ツズは、「どんまい」を合言葉にして全員野球でがんばります。どんな相手でも最後まで全力プレーで、勝利を手にとりたいと思います。笑顔で勝利、相ノ木ツズ!!

練習日▶⑧⑨⑩ 18:00、⑪⑫ 試合または練習
場所▶相ノ木小学校 他
(代)金盛敬司 (☎ 090-8703-0855)

5月17日

シーズン終了を報告

富山グラウジーズ

5月17日、上市町を練習拠点とするプロバスケットボールbjリーグ・富山グラウジーズの黒田祐社長が、2012-2013シーズン終了報告のため、伊東町長を訪問しました。

今季レギュラーシーズン35勝17敗で、過去最高順位となる東地区3位の成績を取めたグラウジーズは、東地区のプレーオフ・セミファイナルまで進出しましたが、惜しくも敗退。

黒田社長は、「上市のみなさんの応援が力になった。」と話し、伊東町長は、「よく頑張ってくれた。来季もこの調子で頑張ってもらいたい」と激励しました。

9月14・15日には、丸山総合公園総合体育館で台湾のチームを迎え、プレシーズンゲームも予定されています。



▲シーズン終了を報告する黒田社長

古民家を訪問

5月2日

石井隆一知事が上市町を視察

5月2日、石井隆一知事が上市町を訪れ、映画「おおかみこどもの雨と雪」の舞台のモデルとなった浅生の古民家などを視察しました。

古民家「花の家」で、家主の山崎正美さんや花の家サポーターズと懇談した石井知事は、「映画を見てから一度は古民家を訪れたいと思っていた。山崎さんらが、全国からやってくる映画ファンを温かく迎えていることが上市町と富山県のPRになっている。」とねぎらいました。



▲ 山崎さんから説明を受ける石井知事

5月18日

節目を飾る

北アルプス吹奏楽団 第20回定期演奏会

5月18日、北アルプス吹奏楽団(宮崎敏裕団長)の第20回定期演奏会が北アルプス文化センターであり、団員の生き生きとした演奏に約700人が聴き入りました。

演奏会では、20回を記念し作曲家の坂井貴祐さんに作曲を依頼した「月光波濤」や、同じく20回を記念し作曲家の建部知弘さんに作曲を依頼した「Catch The Sunshine!」などが披露されました。



▲ 演奏する団員のみなさん

記録更新を目指す

上市町児童陸上競技記録会

5月8日、丸山総合公園多目的広場で「上市町児童陸上競技記録会」が開催されました。

この大会は、児童相互の親睦を図るとともに、陸上競技の技能向上を目指すことを目的に行われ、町内6小学校の5・6年生416人が参加。

100メートル走や、50メートルハードル走、走り幅跳び、ソフトボール投げが行われ、参加した児童は日頃の練習の成果を出し切り、記録更新を目指しました。

各種目の優勝者は次のとおりです。(敬称略)

100m走	5年男子 有澤脩人(上市中央)	5年女子 北口 遥(上市中央)
	6年男子 内山雄真(宮川)	6年女子 富永えみり(陽南) 谷友稀音(上市中央)
50mハードル	5年男子 内山壮真(宮川)	5年女子 橋本依佳(宮川)
	6年男子 内山雄真(宮川)	6年女子 谷友稀音(上市中央)
ソフトボール投げ	5年男子 内山壮真(宮川)	5年女子 北口 遥(上市中央)
	6年男子 酒井優輔(南加積)	6年女子 谷友稀音(上市中央)
走り幅跳び	5年男子 土肥康隆(宮川)	5年女子 橋本依佳(宮川)
	6年男子 内山雄真(宮川)	6年女子 久保美咲(宮川)



▲ソフトボール投げ

受章おめでとうございます

ニュース

春の叙勲

平成25年春の叙勲が発表され、長年にわたり各分野でご尽力いただいた功績が認められ、次の方々を受章されました。受章したみなさんをご紹介します。

瑞宝単光章(消防功勞)



元上市町消防団分団長
吉田 義雄 さん(85歳)
(湯上野)

長年にわたり、団員、分団長として消防活動に精励され、消防の充実に尽力されました。

瑞宝双光章(学校保健功勞)



元学校薬剤師
堀 宏 さん(78歳)
(新町)

町内の小中高校の学校薬剤師として長年従事され、学校保健の向上に貢献されました。

瑞宝双光章(看護業務功勞)



元かみいち総合病院副院長
兼看護部長
中林 みつ枝 さん(65歳)
(富山市)

かみいち総合病院副院長を務めるなど、長年にわたり看護業務に従事され、地域医療の向上に貢献されました。

白萩隕鉄 お帰りなさい

5月11日

かみいち まち博2013初夏

5月11日、「かみいち まち博2013初夏」の第1弾として、西田美術館(郷柿沢)で「白萩隕鉄2号」と「流星刀」の展示と記念講演が開かれ、来場者は約100年ぶりに上市町に戻った隕鉄に見入っていました。

記念講演では、白萩隕鉄を調査した元富山市科学文化センター館長の倉谷寛さんが、白萩隕鉄2号発見のエピソードなどを紹介しました。

このまち博は、6月23日までの期間中、市街地を散策し町の魅力を撮影する撮影会(6月8日)や、眼目での



▲ 白萩隕鉄2号と流星刀を鑑賞する来場者

森林セラピーとヨガの体験(6月23日)などが予定されています。お問い合わせは、町観光協会(☎472-1515)まで。

「児童手当」現況届

☎ 福祉課児童班 (内線 7128・7129)

児童手当を継続して受給していくためには、年1回現況届を提出していただく必要があります。この届を提出していただきませんと、手当を受給できない場合がありますので、ご注意ください。

対象者には6月上旬に児童班より個別に案内を送付しますので必要な書類をそろえて期限内に必ず提出してください。



【受付期限】 6月12日(水)～28日(金)

ご注意ください!

自転車利用中の用水転落事故

☎ 上市警察署 (☎ 472-0110)



県内で今年に入ってから、夜間自転車に乗っていて用水に転落したとみられる事故により4名の方が亡くなっています(5月14日現在)。

- 自転車利用の際は、次のことに注意しましょう。
- 多くの道路には、左右にふたのない溝や用水があります。夜間は特に気をつけましょう。
 - 飲酒運転は大変危険です。自転車でも「飲んだら乗るな」を守りましょう。
 - 携帯電話を使いながらの自転車の運転も非常に危険です。

福祉課児童班からのお知らせ

☎ 福祉課児童班 (内線 7128・7129)

上市町保育料徴収基準額をお知らせします

平成25年度上市町保育料徴収基準額表(平成25年4月1日)

(単位:円)

入所児童の属する世帯の階層区分		徴収金基準額(月額)			
階層区分	定義	3歳未満児	3歳以上児		
A	生活保護法(昭和25年法律第144号)による被保護世帯(単給世帯を含む)等	0	0		
A階層を除き前年分 所得税非課税世帯	B1	前年度分町民税 非課税世帯	母子・父子等世帯 その他の世帯	0 0	4,000 3,100
	B2	前年度分町民税 均等割のみの世帯	母子・父子等世帯 その他の世帯	10,000 11,600	7,000 8,200
	C1	前年度分町民税 所得割のある世帯	母子・父子等世帯 その他の世帯	13,000 14,500	9,800 10,900
	C2	前年度分町民税 所得割のある世帯	母子・父子等世帯 その他の世帯	13,000 14,500	9,800 10,900
A階層を除き前年分 所得税課税世帯	D1	前年分所得税	20,000円未満	25,500	24,900
	D2	〃	20,000円～40,000円未満	33,700	27,100
	D3	〃	40,000円～81,000円未満	43,200	31,800
	D4	〃	81,000円～103,000円未満	43,900	32,700
	D5	〃	103,000円～135,000円未満	44,200	33,300
	D6	〃	135,000円～413,000円未満	45,000	34,100
	D7	〃	413,000円～570,000円未満	46,700	34,600
	D8	〃	570,000円～734,000円未満	47,600	35,200
	D9	〃	734,000円以上	52,000	50,500

- 1 同一世帯で兄弟姉妹が保育所に入所している場合は、年齢の若い入所児童の保育料が軽減されます。また、3人以上同時入所の場合は、同時入所児童のうち年齢の一番若い入所児童の保育料が無料となります。
- 2 第3子の児童については、保育料が半額となります。
- 3 平成25年度から第4子以降の児童については、保育料が無料となります。
- 4 階層区分は、入所児童と同一世帯に属して生計を一にしている父母およびそれ以外の扶養義務者(家計の主宰者である場合に限る。)のすべてについて、それらの方の課税額の合計額で決定いたします。
- 5 保育料は、前年分の所得税と前年度分の町民税課税額状況によって決まりますので、昨年と階層が違って来る場合があります。
- 6 午後6時から午後7時までの延長保育の実施に対して、延長保育料月額100円(月額2,500円を限度)を徴収いたします。

Net3からのお知らせ

☎ Net3(滑川中新川地区広域情報事務組合) ☎ 474-9211

コミュニティチャンネルが変わりました!

091ch	コミチャン9	ふるさと満載の「コミチャン!」 滑川市・上市町・立山町の地域情報番組
092ch	お天気チャンネル	24時間お天気情報を放送 ※県議会中継も放送します。
121ch	コミチャン12	リクエスト番組・町議会中継・県政番組など

6月の町議会中継から121ch(ハイビジョン)でご覧いただけます。

「コミチャン12」をご覧いただくには、初回のみ以下の受信操作が必要になります。

STB(ケーブルテレビチューナー)の場合

- 1 091ch(コミチャン9)に合わせて、そのまま10分間お待ちください。
- 2 STBの電源を切って、30分お待ちください。
- 3 STBの電源を入れていただき、121ch(コミチャン12)が視聴できることをご確認ください。
※ご視聴いただけない場合は、再度1からお試してください。

地デジ対応テレビ/地デジ対応録画機器の場合

- 1 設定画面にて「チャンネル再スキャン」を行ってください。
※チャンネルの再スキャン方法については、お持ちの機器の取扱説明書をご参照ください。
- 2 121ch(コミチャン12)が視聴できることをご確認ください。
※ご視聴いただけない場合は、再度1からお試してください。

広報かみいち広告掲載募集

町では、地域産業の振興を図るため、「広報かみいち広告掲載取扱要領」を定め、「広報かみいち」(発行部数8,200部、毎月1日発行)に掲載する有料広告を募集しています。広告の掲載は、広報の発行号単位とし、広告の掲載料は次のとおりです。

広告掲載料

広告の規格	仕上がり寸法(縦×横)	広告掲載料
1型	46mm×88mm	10,000円
2型	46mm×176mm	20,000円

広告は、一色刷りとし、「広告」の字句を挿入。(右側に例示)
広告の掲載位置は、表紙及び裏表紙以外の紙面の下段。

原稿の提出期限 広報発行日の15日前

広告

掲載できない広告

- ・町の公共性、中立性及び品位を損なうおそれのあるもの
- ・公の秩序又は善良の風俗を害するおそれのあるもの など

※お申し込み前に、必ず以下の要領等をお読みください。

・上市町有料広告掲載取扱要領
http://www.town.kamiichi.toyama.jp/hp/koukoku/index.html

企画課情報班(内線221)

☎ 福祉課児童班 (内線 7128・7129)

使っていますか?子育て応援券

「とやまっ子 子育て応援券」の有効期間は3年間です

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。

※黄色の応援券をお持ちの皆さまは、記載の有効年月日に1年プラスして利用してください。

※平成25年度から定期予防接種化されたヒブ・小児用肺炎球菌の予防接種は、子育て応援券を利用できません。

【配付対象】 平成20年4月1日以降に生まれた子どもを持つ家庭

【応援券の金額】 第1子・第2子 1万円分
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



詳しくは県児童青年家庭課のホームページをご覧ください。

子育て応援券 富山県

検索

若い方々の積極的な
参加をお待ちしています

期日前投票立会人募集

上市町選挙管理委員会では、7月21日執行予定の参議院議員通常選挙における期日前投票の立会人を募集します。希望される方は、以下の募集要領をご確認のうえ、ご応募ください。

業務内容	募集内容
投票立会人の仕事は、その名前のおとり、投票が公正に行われるよう立ち会っていただくことを目的としていますので、難しいことはありません。ぜひ有権者の代表として選挙の管理執行にご協力ください。	応募資格 上市町の選挙人名簿に登録され、選挙権を有すること。 立会時間 午前8時30分～午後8時（午前8時15分までに参集願います） 立会期日 7月5日(金)～20日(土)の希望する日 立会場所 上市町働く婦人の家1階談話室（予定） 募集人数 期日前投票日1日につき2名（のべ32名） 報酬 日額9,500円（源泉徴収あり・交通費込） 応募方法 申込書を町選挙管理委員会に提出（持参・郵送・FAX・Eメール） ※申込書は窓口のほか、町ホームページからも取り出せます。 応募締切 6月17日(月) 必着

【応募・お問い合わせ先】上市町選挙管理委員会事務局（上市町役場2階総務課内） ☎ 472-1111(内線214)



カミールに集まれ

まちなか交流プラザイベント開催

☎ 産業課商工観光班（内線363）

おもしろ理科工作

上市高校の生活理科選択者が簡単な理科工作（ブーメラン）の製作指導を行います。

日時▶6月21日(金) 午後3時45分～午後5時

場所▶上市町まちなか交流プラザ（カミール）2階
イベント広場、地域交流サロン

対象▶小学生

子育て支援教室

「虫歯にならないために大切なこと」

「はみがきイヤ」「仕上げみがきイヤ」などの子どものイヤイヤ言葉。

そんなときの対処法を歯科衛生士さんに聞いてみませんか？

日時▶6月25日(火) 午前10時30分～11時30分

場所▶上市町まちなか交流プラザ（カミール）2階
わんぱく広場

対象▶乳幼児とその親または保育者

講師▶歯科衛生士

持ち物▶タオル、現在使用している

子ども用と仕上げみがき用歯ブラシ

参加者には、歯科衛生士おすすめの歯ブラシをプレゼント！



上市をもっと知ろう

第11回 かみいち時間

☎ 産業課商工観光班（内線364）

メール：kamiichi.jikan@town.kamiichi.toyama.jp

日時▶6月22日(土) 午後3時～(受付 午後2時45分～)

場所▶文化研修センター2階 研修室

講師▶富山県天文学会（駒井卓氏・青海正和氏）

テーマ▶「上市の星空が、こんなに素敵だって知っていましたか？」

参加費▶1,000円 / お一人（おやつ付き）

申込▶6月19日(水) 締切

電話またはメールにてお申し込みください

善意銀行（平成25年4月11日～5月10日）

窓口 / 上市町社会福祉協議会

▶2,000円 匿名 ▶アクリルタワシ30枚 中川祥子様

▶タオル50本 匿名 ▶タオル25本 匿名

介護保険アレコレ

中新川広域行政事務組合
介護保険課

☎ 464-1316

介護保険負担限度額認定の更新

介護保険施設入所などの施設サービス（ショートステイを含む）を利用したときは、1割の介護サービス費用のほか、食費と居住費がかかります。所得の低い方は、食費と居住費について、負担が低く抑えられています。

現在お持ちの「介護保険負担限度額認定証」の有効期限は平成25年6月30日までです。

継続して軽減を受けるには、中新川広域行政事務組合介護保険課に申請が必要です（新規の方を含む）。申請後、該当者に認定証を郵送します。

なお、負担限度額の認定は、申請月の初日からとなりますのでご注意ください。適用期間は平成26年6月30日までです。

広報かみいち 広告掲載募集

広告

広告掲載料

広告の規格	仕上がり寸法（縦×横）	広告掲載料
1型	46mm×88mm	10,000円
2型	46mm×176mm	20,000円

新町制60周年記念事業

乗りたくなるコミュニティバス 車体ラッピングデザイン募集

募集内容

上市町営バスとして運行している小型バス（1台）車両の両側面、前後面にラッピングします。※窓ガラスは除く

イメージ

上市町をイメージするもので、町民に親しみや愛着を持ってもらえるデザインとします。

応募資格

上市町在住者・在勤者・在学者

応募方法

所定の車体ラッピングデザイン記入用紙（A3サイズ）に色鉛筆、サインペン、水彩絵の具等で着色デザインのうえ、応募用紙とあわせて提出してください。

【留意点】

※個人名、団体名、商品名等を入れたデザインは不可。
※未発表作品に限る。

※他者の知的財産権を侵害しないものに限る（これらの問題が発生した場合は、すべての責任はすべての応募者が負うものとする。）。

応募期間

6月3日(月)～7月10日(水) ※最終日の消印まで有効

応募点数

応募用紙1枚につき1点とし、何点でも応募できます。

応募用紙等の入手方法

次のいずれかの方法で、応募用紙等を入手してください。

・上市町役場企画課企画班で受け取る。

・町ホームページ(<http://www.town.kamiichi.toyama.jp>)からダウンロードする。

上市町では、住民のみなさんから愛着を持っていただけるコミュニティバスになるように、「車体ラッピングデザイン」を次のとおり募集します。多数のご応募をお待ちしています。

☎ 企画課企画班（内線222）

提出方法

次のいずれかの方法で提出してください。

①持参する

②郵送する（郵送に係る経費は自己負担）

③電子メール（JPEG形式）

※持参場所・郵送先

〒930-0393

上市町法音寺1番地 上市町役場 企画課 企画班

提出先メールアドレス info@town.kamiichi.lg.jp

※CD-ROMによる提出も可能

賞

最優秀賞 1点（賞金1万円）

優秀賞 2点（賞金5千円）

※高校生以下の場合は図書カード

審査

選考委員会で審査します。

発表

最優秀賞の受賞者のみ通知します。

町ホームページ等で公表します。

※受賞者の氏名等を公表。

その他

・応募作品は返却しません。

・最優秀作品の著作権、使用权等一切の権利は町に帰属します。

・最優秀作品を基本原画としてコミュニティバス車両にラッピングしますが、町の判断で修正することがあります。また他のバス車両にラッピングする場合もあります。

・ご応募いただいた方の氏名等の個人情報は、作品の選考以外の目的には使用しません。

☎ 町民課住基戸籍班（内線145）

障害基礎年金受給者の方へ

現況届の提出をお忘れなく

◎20歳前の障害により障害基礎年金を受給されている方

◎障害福祉年金から切り替わった障害基礎年金を受給されている方は、毎年7月が「現況届」の提出月です。

現況届は、引き続き年金を受ける権利があるかを確認するための大切な届です。

7月初旬に日本年金機構から現況届が送付されますので、必要事項を記入し、7月31日までに、町民課住基戸籍班の国民年金担当窓口へ提出してください。

診断書付きの現況届が送付されてきた方は、医師に診断書に記載していただいたうえで、現況届と一緒に提出してください。

現況届の提出がなかったり遅れたりした場合は、年金の支払いが一時差し止めとなりますのでご注意ください。

※申告義務のある方で所得の申告をされていない方は、必ず申告をしてください。

※上記の年金が全額支給停止になっている方、受給し始めてから1年を経過していない方は提出の必要がありませんので送付されません。

※上記以外の障害年金を受けている方は、誕生月が現況届の提出月となっています。

お知らせ Information ページ

募集

職員募集

総務課職員班 (内線 212)

職種と人員▶

助産師 / 1名程度 (上・初級)
看護師 / 5名 (初級)
臨床検査技師 / 1名 (初級)
理学療法士、作業療法士 / 3名 (初級)
言語聴覚士 / 1名程度 (初級)

受験資格▶

○各職種の国家資格を有する方または平成26年3月までにその資格を取得見込みの方
○上級職は、大学(短大を除く。)で専門的教育課程を卒業または卒業見込みの方
○昭和49年4月2日以降生まれの方
○普通自動車免許を保有している方または採用までに取得見込みの方
採用年月日▶平成26年4月1日
受付期限▶7月31日(水)
採用試験▶8月24日(土)にかみいち総合病院で実施します。
※提出書類についてはご確認ください。

プール監視員 アルバイト募集

教育委員会事務局学校教育班
(内線 346)

夏休みの間、毎年児童に開放している町内小学校プールの監視員を次のとおり募集します。
応募資格▶高校生以上(高校生は学校の了解が必要になります。)
業務内容▶プール開始の準備、監視、後片付けなど
賃金▶時給800円
勤務時間▶午前9時～午後4時
※学校により若干時間が異なります。

期間▶7月25日(木)～8月30日(金)
(原則として、土・日曜日およびお盆期間は休み)

その他▶

●普通救命講習を受講していただきます。日時は後日お知らせします。
●プール開放日および時間は、学校によって異なりますので、詳細は各学校へお問い合わせください。また、申し込みも直接各学校へお願いします。

中新川広域行政事務組合 職員募集

中新川広域行政事務組合総務課
(☎464-1335)

職種と人員▶

①行政事務職(高校卒業程度、民間企業職務経験者) / 1名程度
②土木職(大学卒業程度) / 2名程度
受験資格▶

①昭和44年4月2日以降生まれで、平成25年3月末時点で民間企業等の職務経験が5年以上の方
②昭和59年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく大学等(短大を除く。)を平成25年3月までに卒業した方(一般土木工学課程修了者)
①②普通自動車免許を保有している方または採用までに取得見込みの方
採用年月日▶平成25年10月1日
受付期限▶6月28日(金) 必着
採用試験▶7月28日(日)に中新川広域行政事務組合で実施します。
※提出書類についてはご確認ください。

赤十字奉仕団 団員募集

福祉課社会福祉班 (内線 7122)

赤十字奉仕団は地域でボランティア活動を展開しながら、人道と博愛の精神に根差した赤十字の理解を地域に広めています。
あなたも、赤十字奉仕団の一員として一緒に活動しませんか。
募集対象▶18歳以上で上市町在住の方
主な活動▶福祉施設への奉仕活動、災害救助に関する奉仕活動、一人暮らし高齢者支援など。



開催

家族介護リフレッシュ教室

上市町地域包括支援センター
(内線 7196)

対象者▶在宅で要介護1～5の認定を受けている方をお世話しているご家族
日時・内容▶

①6月26日(水)
落語: 演目「代書」やすのやにらくさい 安野家仁楽斎
演目「桃太郎」ばう風亭みるみる
リフレッシュ体操、昼食、入浴
②7月9日(水)
講義: 脱水症について
講師: 高辻樹理氏

昼食、入浴
①②ともに10時30分～午後1時30分(10時から受付)
場所▶保健福祉総合センター
1階福祉センター
参加費▶お一人500円(弁当代)
申込締切▶各開催日の1週間前

お知らせ

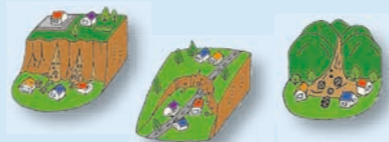


浄化槽の補助金制度

町民課生活環境班 (内線 141)

町では、公共下水道等の計画区域外において生活雑排水(台所・洗濯・風呂水など)による河川等の汚染防止のため、し尿と生活雑排水を一緒に処理する家庭用小型合併処理浄化槽を新たに設置した方に対し、補助金を交付しています。
補助対象区域▶公共下水道事業、特定環境保全公共下水道事業、農業集落排水事業の整備済および認定区域または計画区域を除く区域

6月1日～30日は、 土砂災害防止月間 ～みんなで防ごう土砂災害～



お元気チェックリストで 確認してみませんか?

上市町地域包括支援センター
(内線 7192・7195)

4月1日現在65歳以上の方(介護保険の認定を受けている方や長期間の入院などが続いている方等を除く)を対象に、5月末に「お元気チェックリスト」を送付しました。

チェックリストがご自宅に届きましたら必要事項を記入し、同封の返信用封筒にて上市町地域包括支援センターあてにご返送ください。
このチェックリストの結果を基に、あなたに応じた介護予防教室のご案内を送付させていただきます。

特定健診を受けましょう

町民課医療保険班 (内線 142)

次のとおり、健康診査を実施します。健康状態をチェックし、生活習慣の改善にお役立てください。

対象者および健診区分▶
●国民健康保険の加入者で40歳から74歳までの方⇒特定健康診査
●後期高齢者医療制度にご加入の方⇒後期高齢者健康診査

受診期間▶6月1日(土)～10月31日(木)
受診方法▶町内の医療機関へご予約のうえ、健診当日に①被保険者証、②受診券、③問診票(記入済みのもの)をご持参ください。

6月定例会日程

10日(月) 本会議、全員協議会
11日(火) 議案調査日
12日(水) 本会議(一般質問等)
13日(木) 各常任委員会
14日(金) 休会
15日(土) 休会
16日(日) 休会
17日(月) 全員協議会、本会議

※本会議については、ケーブルテレビNet3(アナログ8ch・デジタル121ch)にて生中継されます。詳しくは「チャンネルかみいち」をご覧ください。

水道メーター定期交換

建設課上下水道班 (☎472-4646)

計量法に従い、水道メーターの定期交換を実施します。メーター交換時には15分程度の断水があります。該当地区の方々には、事前にお知らせしますので、大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

営業用はかりの検査日程

富山県計量検定所 (☎422-0551)

「取引」または「証明」に使用されるはかりは、2年に一度、検査が必要です。本年度の検査日程は次のとおりです。

日時▶6月18日(火)・19日(水)
午前10時～午後3時

場所▶役場裏車庫

検査手数料一覧▶

指示はかり、台はかり等
100kg以下 500円
250kg以下 900円
棒はかり 250円
分銅、おもり(1個につき) 10円

常願寺ハイツ改装前の 未使用回数券の払い戻し

常願寺ハイツ (☎462-1164)

平成18年9月に行った常願寺ハイツの改装前の回数券をお持ちではありませんか。

改装前の回数券は、現在使用できません。未使用分について払い戻しをしますので、常願寺ハイツまでお持ちください。

なお、払戻期限は平成27年10月末日です。

休館日▶毎週火曜日

かみいち総合病院のお知らせ

女性スタッフによる

土曜レディース健診

【子宮・乳がん】

日時▶6月8日(土)・22日(土)
8:30～12:30 ※予約制
(受付8:30～9:30)

予約▶健診センター(☎472-5136)
平日の13:00から17:00

6月の相談

年金相談

日時▶25日(火) 午前10時～午後3時
場所▶働く婦人の家

人権・行政相談

日時▶12日(水) 午後1時～4時
場所▶保健福祉総合センター1階会議室 ※予約不要

消費生活相談窓口

(交通事故に関する相談も行っています。)

日時▶毎週月・火・木・金曜日 午前中
場所▶町民課相談窓口

総合相談窓口

場所▶保健福祉総合センター相談室
連絡先▶社会福祉協議会 (☎473-9300)

■法律相談(予約制)
日時▶11日(火) 午前9時～11時
■結婚相談
日時▶11・25日(火) 午後1時～4時
■心配ごと相談
日時▶19日(水) 午後1時～3時

6月の納税 納入

町民税1期
納期限▶7月1日(月)

町税夜間納税相談

日時▶7月1日(月) 午後5時～8時
場所▶財務課10番窓口

ご寄附感謝

▶新町制60周年記念事業費指定寄附金として50万円

川上邦夫様
▶保健医療福祉施設整備基金指定寄附金として10万円

護摩堂集落様
▶神経精神科備品購入代として271,435円
かみいち総合病院 むつみ家族会様



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	平成25年2月生	6月6日(木)	13:00~13:30	健診票、母子健康手帳	※健診票は2か月児訪問でお渡ししています。
	平成25年3月生	7月11日(木)			
1歳6か月児健診	平成23年11月生	6月12日(水)	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	※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。
	平成23年12月生	7月10日(水)			
3歳児健診	平成22年2月生	6月27日(木)	13:00~13:30	健診票、アンケート、母子健康手帳	※尿検査を行います。フッ化物塗布も行います(希望者)。※健診票とアンケートは郵送でお送りします。
	平成22年3月生	7月25日(木)			
離乳食教室	平成24年12月生 平成25年1月生	6月19日(水)	9:00~9:30	母子健康手帳、エプロン	※要予約
すくすく教室	平成24年9月生 10月生	6月19日(水)	13:00~13:30	母子健康手帳	※要予約

16歳か月児健診

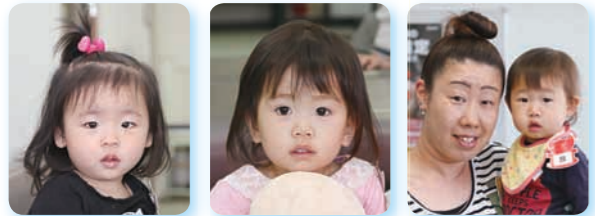
の子どもたち



どいごうろう 土肥晃太郎ちゃんと 寿恵さん
おおしせいか 大西星珂ちゃんと 凜音さん



どいふみ 土肥美実ちゃん
うすいきらと 碓井輝空ちゃん
みずのゆな 水野結菜ちゃん



やまもとあすか 山本明佳ちゃん
まきのみほ 牧野実穂ちゃん
なかだここね 中田湖々音ちゃん
たか子さん



みづたかのあ 水高希愛ちゃん
すぎらもちり 杉浦黄葉ちゃん
やまだかいり 山田海瑠ちゃん



はぐろしょうた 羽黒翔大ちゃん
ひろたゆうだい 廣田雄大ちゃん
いとこうし 伊東晃志ちゃん
智恵美さん

生き生き健康フェスティバル開催 ~伝えていきたい健康づくり~

【日時】6月22日(土) 10:00~15:00
【場所】つるぎふれあい館(上市町保健福祉総合センター)

【事前予約制】※参加費無料

内容	時間
測って納得「出張メタボぶち健診」	10:00~15:00
いきいき健康づくり講座	10:00~11:00
家族でチャレンジクッキング	10:15~13:00
親子わんぱく広場	10:15~11:30
ドキドキ健康ウォーキング	13:00~13:45
かみいちイクメンばわあっふ教室	13:15~14:00
健康講演会「がんばらない生き方」	14:00~15:00

【予約不要】10:00から15:00まで随時開催

内容
販売コーナー 音杉農産物直売組合・ワークハウス剣・むつみの里
相談コーナー 健康相談・歯の相談・心の相談
紹介・展示コーナー
・いろいろなおにぎりの紹介(JAアルプス女性部)
・母子保健推進員が伝えたい昔のおもちゃと子育て
・ヘルスポランテアが伝えたい「私の健康法」
・ヘルスメイトが伝えたい、残したい食文化
体験コーナー
・身近なものを使った健康グッズ作り
・脳活性化ゲーム
・みんなで作る七夕飾り
・つるぎくんを探して粗品をゲット

※詳細はチラシをご覧ください。

上市町食生活改善推進協議会の活動を紹介します。

上市町食生活改善推進協議会は、昭和47年に設立し、愛称「ヘルスメイト」として、「私たちの健康は私たちの手で、元気で長生き！」を合言葉に、食を通じた健康づくり活動を行っています。6月22日に開催される生き生き健康フェスティバルでは、「ヘルスメイトが残したい、伝えたい食文化“祝い膳”～お食い初め、成人のお祝い、還暦のお祝い～」を展示します。ピンクのエプロンを着用して説明をしているのが、ヘルスメイトです。見かけたら気軽に声をかけてください。



▲保育所での「朝ごはんを食べよう」の寸劇

がん検診 胸部レントゲン検診の受診券を発送しました

5月中旬に、以下の対象者にごがん検診・胸部レントゲン検診の受診券を送付しました。対象者で受診券が届かない方は、上市町保健センター(☎473-9355)までご連絡ください。
【対象者】職場等でがん検診を受ける機会のない40歳以上(子宮がん検診は20歳以上)の方



上市町が実施するがん検診は、生活スタイルにあわせて受診方法が選べます！
詳細は、「がん検診・健康診査のお知らせ」、ホームページまたは受診券に同封のお知らせ等でご確認ください。

日本脳炎予防接種のお知らせ

日本脳炎ワクチン接種後に重症の副反応が発生したため、平成17年5月以降、国の指示により積極的勧奨は行っていませんでした。平成17年5月30日から平成22年3月31日の期間に、予防接種を受けることができなかったお子さん(平成7年4月2日生~平成19年4月1日生)への特例措置として、20歳未満までの間に接種を受けられようになりました。
現在は、改良ワクチンである乾燥細胞培養日本脳炎ワクチンが使用されています。
本年度の積極的勧奨の対象は、①満3歳の1期初回接種、②満4歳の1期追加接種、③7・8歳(小学1・2年生)の1期接種、④9・10歳(小学3・4年生)の1期追加接種、⑤18歳(高校3年生)の2期です。
母子健康手帳の「予防接種の記録」で接種履歴を確認し、早めに接種しましょう。
特例措置の対象者の方で接種を希望される方は、新しい予防接種券兼予診票を交付いたしますので、母子健康手帳をご持参のうえ、保健センターへお越しください。

6月4日(火)から10日(月)は、歯と口の健康週間です。

健康は 食から 歯から 元気から

こどもの城 (6月予定) ☎473-0001

幼児教室	子育て相談	その他
午前10時30分~ ぞう組 12・26日(水) うさぎ組 13・27日(木) 合同ピクニック(立山総合公園) 6日(木) 午前9時30分~ 合同子育て講演会(歌・おはなし・ピアノ) 20日(木) ちびっこ広場(6か月~1歳頃) 11・25日(火)	午前10時30分~ 主任児童委員 13日(木) 体操講師(キッドピクス) 26日(火)・27日(木)	将棋 8・22日(土) 午前10時~ 合唱 1・15日(土) 午前9時~



体操(鉄棒) 15日(土) 午後2時~	父の日のプレゼント作り 3日(月)~15日(土)	ブラバンづくり 2・23日(日) 午前10時~11時
子どもクッキング(要予約) 8日(土) 午前9時30分~	親子クッキング(要予約) 30日(日) 午前10時~	布バッグ・ポーチづくり 9日(日) 午前10時~11時
英会話 10日(月) 午後3時30分~		おはなしの会 17日(月) 午後3時30分~
パソコン 29日(土) 午前10時~10時30分		

めまい

すこやかサロン

health Column



かみいち総合病院 耳鼻咽喉科部長 大井 秀哉

私たちの体では、耳・筋肉などからの情報が脳に送られ統合されます。そして、脳で統合された情報が首や腰・手足などの筋肉に正確に伝わることで、体のバランスを正常に保っています。これらの情報に異常や食い違いが起こるとバランスが崩れめまいが起こります。
めまいのタイプには、大きく分けて3種類あります。
①目が回るめまい(回転性めまい)
②グラグラ・フワフワ揺れるめまい(動揺性・浮動性めまい)
③クラッと立ちくらみのようなめまい(眼前暗黒感)
①の原因の多くは、一側耳であることがほとんどで、突発性に起こります。
②の場合は、脳神経の病気が心配されます。③の場合、血圧や循環器と関係することが少なくありません。
吐き気や嘔吐は、めまいに付き物の症状ですが、その他の付随症状(耳鳴・難聴・耳閉感・頭痛・しびれ・麻痺・動悸・不整脈・首凝りなど)に合わせて専門医を受診しましょう。

from kamiichi general hospital



講座名	ヘルシーゼミナール	※自然環境講座	※園芸入門講座	※剣生きがいがい大学
内容	認知症について ～中核症状に伴って 現れる心理状況～	富山城と城址公園 ～神通川の天然の要害 「浮城」～	カラフルな緑のカーテン! ～楽しい涼しいスズメウリ ビーチボール～	ネット3と博物館見学 ～ケーブルネットと 香り高い文化～
講師	かみいち総合病院 神経精神科医長 竹内正志氏	富山市郷土博物館長 木村昌弘氏	花と緑の銀行上市支店 グリーンキーパー 松井啓子氏	滑川中新川地区広域情報事務組合 事務局長 池本 寛氏 滑川市立博物館学芸員 近藤浩二氏
日時	15日(土) 13:30～15:00	20日(木) 9:00～12:30	26日(水) 10:00～11:30	28日(金) 9:00～12:30
場所	働く婦人の家2階	富山城 (北アルプス文化センター前集合)	働く婦人の家2階	滑川中新川地区広域情報事務 組合(Net3)、滑川市立博物館 (北アルプス文化センター前集合)
定員	—	50名	40名	50名
費用等	無料	300円	2,200円(シャベル、園芸ハ サミ、手袋持参)	200円

北アルプス文化センター催し案内
☎ 473-1818
上市町新町制 60周年記念事業
「ふるさと民謡ショー」
日時▶6月23日(日)
開演:午後1時(開場:午後0時30分)
入場料▶全席自由 1,500円
出演者▶小野花子、王藤正蔵、漆原栄美子、
松田隆行、寺崎美幸、浅草追分社中 ほか

アルプスの湯 ☎ 473-9333
【6月の催し物】
(午後0時30分～ 観覧無料)
1日(土) 松前一座公演
2日(日) 藤山一座公演
8日(土) 劇団「夢来舞」公演
15日(土) 劇団「絆」歌謡舞踊ショー
29日(土) もみじの会 歌と舞

【ロビー展示】
上市美術会 絵画・工芸部門
6月11日(火)まで
種地区涼田伝承会 写真展示
6月12日(水)～18日(火)

総合スポーツクラブ“さんさん”教室
“さんさん”事務局 (B&G 体育館内) ☎ 472-1971

教室名	曜日	開始時間	日
オープン水泳教室(水中運動)	日	9:10	9 16 23
ママのリフレッシュピクス	日	10:30	10 24
さんさんジュニアピクス	月	18:00	3 10 17
ジュニアバレー	月	19:00	3 10 17 24
はつらつ卓球(ラージ球)	火	10:00	4 11 18 25
シニアエクササイズ宮川	火	13:30	4 11 18 25
気軽に卓球(硬式球)	水	10:00	5 12 19 26
太極拳	水	13:30	5 12 19
シニアエクササイズ相ノ木	水	13:30	5 12 19 26
サッカー教室	水	18:00	5 12 19
かけっこ教室	水	18:00	5 12 19
楽しく卓球(ラージ球・硬式球)	木	10:00	6 13 20 27
オープン水泳教室(ウォーキング&ストレッチ)	木	14:15	6 13 20
ストレッチヨーガ	木	15:30	6 13 20 27
フラダンス	金	19:30	6 20
やわやわピクス	金	10:30	7 14 21
パワーヨーガ	金	19:30	7 21
さんさんスポーツ教室	土	15:00	1 15 22
レクタラ(トランポリン)	土	16:10	1 15 22 29

①カミール ②働く婦人の家 ③宮川公民館
④B&G体育館 ⑤相ノ木小学校グラウンド
⑥相ノ木公民館 ⑦ウエルネススポーツセンタープール

町民体力診断テスト
日時▶6月30日(日) 13:30～ 場所▶B&G 体育館
対象▶小学生以上 参加料▶さんさん会員 100円 非会員 300円

うえるねす通信 ウエルネススポーツセンター ☎ 473-2070

気になるおなかシェイプ術
～夏に向けて体幹部を引き締め、美BODYラインを獲得しましょう～
この季節になると毎年気になるのが、おなか周りや二の腕のたるみですね。薄着になり、肌の露出が多くなるため、体のあちこちを引き締めたい! ダイエットしなきゃ! と思い立つのもこの季節に多い傾向です。しかし、なかなか実行に移せず、夏が来る頃には諦めムードに…ということはありませんか?
そこで、今回は簡単なおなかシェイプ術をご紹介します。

立ったままでも、椅子に座っても大丈夫
★下っ腹シェイプ★毎日朝晩3セット行いましょう
①大きく背伸びをし、息を吸いながら、おなかをできる限り引っ込めましょう。
②おなかを引っ込めたまま、腕を下ろし、2～3回呼吸しましょう。
③ゆっくり息を吐いて、全身の力を抜きましょう。

★わき腹シェイプ★毎晩3セット行いましょう
※腰痛の方やこの動作をすると違和感がある方は実施を控えましょう。
①背すじを伸ばし、真っすぐの姿勢を保持しましょう。(猫背や反り腰にならないように)
②両腕を肩の高さまで上げましょう。
③ゆっくりと息を吐きながら体をひねりましょう。「水」のゆるやかな「揺らぎ効果」で体も心もリラックス!!
※1・2・3・4でひねり、5・6・7・8で元に戻りましょう。

ウエルネススポーツセンターでは
部位別シェイプアップ指導を実施しています。「気になる部位の簡単引き締め実践方法」をご指導いたします。

柿沢コミュニティセンター教室 ☎ 473-8100

【陶芸教室】
講師▶越中瀬戸焼千寿窯 吉野香岳氏
日時▶5日(水)、8日(土)、19日(水)、22日(土)
午前10時～
料金▶1,300円(陶芸)、1,500円(絵付け)、3,000円(ろくろ、要予約)

【工作教室】
講師▶あかり工房 KAZU 浦田和夫氏
日時▶23日(日) 午前10時～
料金▶1作品につき500円～

【木版画教室】
講師▶版画家 岩井幸子氏
日時▶20日(木) 午後1時～
料金▶1,000円(材料費別途)

【ステンドグラス教室】
講師▶ガラス造形作家 西島直義氏
日時▶16日(日) 午後1時30分～
定員▶10名(要予約)
料金▶1回1,500円
(材料・キット代別途徴収(3,000円～5,000円程度))

婦人の家教養講座 ☎ 473-0075

茶道(遠州) 19(水)
茶道(表流) 13・27(木)
茶道(裏千家) 27(木)
煎茶(皇風) 3・17(月)
華道 10・24(月)
料理(昼) 6・20(木)
料理(夜) 7・21(金)
書道 10・24(月)
ペン習字 12(水)、24(月)
手芸・手紙 4・18(火)
パッチワーク 5・19(水)
刺し子・リフォーム 11・25(火)
レザークラフト 8・29(土)
木目込み・押絵 6・20(木)
ちぎり絵 12・26(水)
絵てがみA 18(火)
絵てがみB 11・25(火)
組みひも 14・28(金)
リアリティフラワー 10・24(月)
フラワーデザイン 4・18(火)
オカリナ 11・25(火)
大正琴 6・20(木)
相撲甚句 7・21・28(金)
民舞踊 休み
盆踊り 14・28(金)
3B体操 3・10・17・24(月)
フォークダンス 5・12・19・26(水)
社交ダンス(火) 4・11・18・25(火)
社交ダンス(水) 5・12・19・26(水)
フラダンス 1・8・15(土)
心太極拳 10・24(月)
吹き矢 4・18(火)、6・13・20・27(木)

図書館カレンダー

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						

黒地に白文字の日が休館日

開館時間
午前10時～午後6時

今月の催し

絵本のよみかかせの会
日時▶9日(日) 午前11時～ 場所▶絵本コーナー

読書会
『沈黙』 遠藤周作 / 著
日時▶28日(金) 午後1時30分～ 場所▶3階対面朗読室

一般書
“珍獣ドクター”の動物よろず相談記
田向 健一 / 著
どんなペットを飼ったらいいですか? うちのゴ、健康ですか? 動物にも脳死はありますか? 動物の幸せを考える80の珍問・難問・奇問! ゆりかごから墓場まで、動物病院に届いた飼い主の悩みに珍獣ドクターが回答。

児童書
世界を変えた建物 クリスティーネ・パクスマン / 著
ピラミッドやギリシャ神殿などの古代建築から、フランク・ロイド・ライトやル・コルビュジエなどの建築家による個性あふれる建築、そして、サグラダ・ファミリアといった近現代建築まで、時代を彩った画期的な建築を年代順で紹介。

一般書
デキる男の正解美容……………戸賀 敬城 / 著
学校では教えてくれない! 国語辞典の遊び方……………サンキュータツオ / 著
夢幻花……………東野 圭吾 / 著

児童書
世界の住まい大図鑑……………野外民族博物館リトルワールド / 監修
おまじないは魔法の香水……………あんびる やすこ / 作・絵
これはちいさな本……………レイン・スミス / 作

えほんしつ ゆめぽっけ ☎ 472-2211

おはなしびよびよの会
毎週月曜日
午前10時30分～

おりがみ教室
8日(土) 午前10時30分～

おはなし会
1日・15日・22日・29日(土)
午前10時30分～



エアロピクス

ママのリフレッシュピクス



出産後のママの体力回復やリフレッシュを目的としたエアロピクス。初心者の方や運動が苦手な方も、安心してできるので、楽しみたい方であればどなたでも参加できます。

- 日時** 毎月第2・第4月曜日 10:30～11:30
- 場所** カミール2階 イベント広場
- 受講料** さんさん会員 300円 非会員 500円

講師紹介
フリーインストラクター
橘 佳美 さん

20年間、富山市内のスポーツクラブなどでエアロピクスを指導。



ここがポイント

ママがエアロピクスをしている間、スタッフがお子さんのお世話をします。安心してリフレッシュできます。



上市町総合スポーツクラブ“さんさん” 教室紹介 in カミール

ヨーガ

ストレッチヨーガ

ゆったりとした音楽・呼吸で体の筋肉をほぐしながらストレッチするストレッチヨーガは、ダイエットにおすすめ。筋肉や脳の衰えによる老化を防ぎ、心も体も若返ります。

- 日時** 毎週木曜 15:30～16:30
- 場所** カミール3階
- 受講料** 全10回コース 2,000円
1回のみ参加は、1回500円



講師紹介

社団法人日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士
海老 美奈子 さん

ヨーガ歴25年、指導歴16年。社会福祉施設や老人福祉施設、公民館などでヨーガを指導。



町の人口と世帯数 平成25年5月1日現在

人口	22,100	(-10)	(-9)
男	10,544	(+10)	(-21)
女	11,556	(-20)	(+12)
世帯数	7,882	(+11)	(+139)

() は前月比 () は前年比

編集後記
5月15日付の北日本新聞に、富山市出身で、商品ジャーナリストとして、原稿執筆、メディア出演、講演活動に携わる北村森さんが、観光についてこんなことを話していました。
「県民が足を運び、県民が足を運び、魅力を再発見することで、クチコミが県外に広がり、地域が元気になるというものです。上市町でも、剣岳以外のきらめき輝く魅力を見つけたい」との思いから、観光キャッチフレーズ「剣だけじゃない、」を作り直しました。
みなさんも上市町の魅力的な場所を再発見してください。また、カミールでも、職員が手作りの観光ポスターを掲示していますので、カミールへお越しの際はぜひご覧ください。
村上

