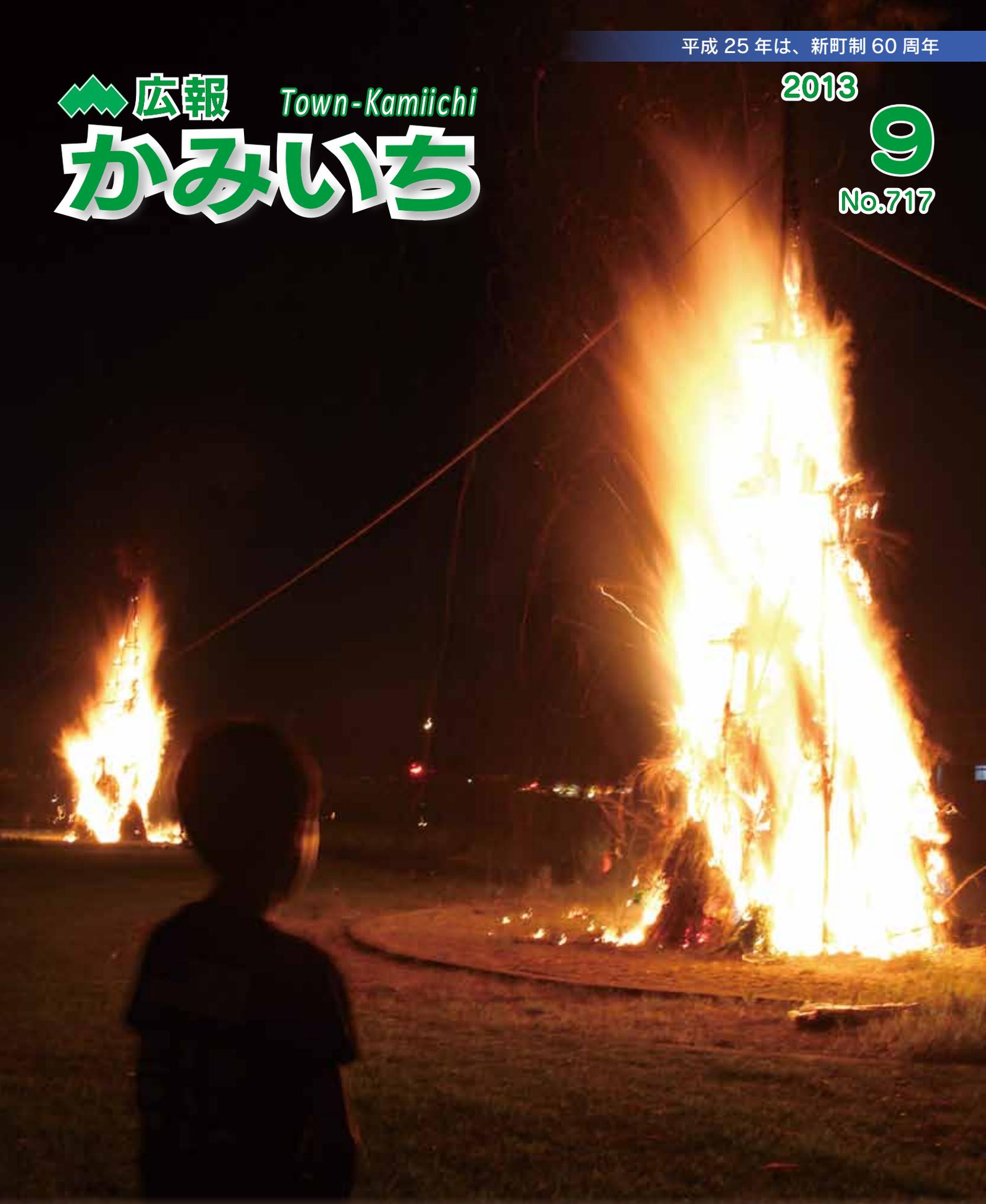


広報 *Town-Kamiichi*
かみいち

2013

9

No.717



今月の主な内容

特集 上市まち博 …… 2～5P

上市町長・町議会議員選挙… 6P
まちの動き …… 10～11P
お知らせページ …… 14～15P

文化・スポーツ …… 18～19P
健康と福祉 …… 20～21P
雇用創造協議会 …… 22～23P

今月の表紙

やぐら焼き (8月13日)

[11 ページに関連記事]



いつもの児童対象の教室ではなく、大人や親子を対象としたカヌー教室。カヌーの魅力は、陸上では味わえない水上での自由な感覚と、水面からみる自然眺望。参加者はカヌーの魅力を楽しみました。

その後参加者は、普段あまり口にすることのないイノシシ肉などを使ったバーベキューを楽しみました。

ひとくちメモ

なぜ、上市町でカヌー？

上市町とカヌーの関係は、1991年に早乙女湖が国体会場に決定したことから始まります。1年後に経験者が誰1人いない中で、上市町カヌー協会が発足。9歳の挑戦をはじめとするカヌー教室などを行い普及活動に努めた結果、現在では、国体優勝選手などを輩出するまでに至っています。

カヌー体験 & ジビエバーベキュー



かみいちリトリート
眼目森林セラピー&ヨガ

医学的に裏付けられた森林浴効果である「森林セラピー」と、ヨガ、そして体に優しく低カロリーにこだわった「森林セラピー弁当」。参加者は他では体験できない心と体の癒やしを体験しました。



古き良き日本の原風景「里山」と伝統的な家屋をガイドとともに散策。ハゲ山から望む剣岳と田園の眺望に一同大満足の日でした。



里山トレッキング

上市町の魅力を再発見できる「上市まち博」の第2弾「上市まち博〈小春〉」を開催します。内容を次ページで紹介いたします。

まちごとアトリエ&かみいち写ん歩

市の町として発展してきた歴史を持つ上市町には、街中にも魅力的な宝物がたくさん存在しています。「まちごとアトリエ」では、その街中を丸ごとアトリエに見立て、参加者が自由に写生ポイントを見つけて、それぞれの視点で描きました。また、「かみいち写ん歩」では町の魅力をカメラに収めました。



町全体を博覧会会場にして「上市まち博〈2013初夏〉」が5月11日から6月23日まで開催されました。

この町まるごと
パビリオン

「上市まち博」とは？

上市の魅力をもっともっと掘り起こし、その魅力を町民をはじめ、もっとたくさんの人たちに「知ってもらいたい」「自慢してもらいたい」「楽しんでもらいたい」、そして「子どもたちへ語り継いでもらいたい」という考え方のもと、町全体をパビリオンに見立て、「魅力や宝物の発見の場」「楽しみ方の発見の場」「実際に楽しむ場」「具体的なイメージを提案する場」として企画実施しました。

そこで今回は、「上市まち博〈2013初夏〉」と題して開催されたイベントを紹介していきます。



巨大杉巡り



富山には、各地に巨大杉があります。美女平の巨木や片貝川洞杉は有名ですが、上市町にもあります。それが早月尾根松尾平の麓にある「大王杉」です。

参加者の1人の「幹の周りで手をつないでみよう」の呼びかけで幹の周りをぐるり…、11人で幹の外周を囲みました。

他にも、「つるぎ恋月まち博企画」「心からきれいになれる町かみいちモニターツアー」など、興味深い企画、楽しいプログラムが満載の「上市まち博 <2013 小春>」。
各プログラムの詳しい内容は、9月中旬以降、上市町観光協会（☎ 472-1515）へお問い合わせください。

2 上市再発見

上市町の魅力と宝物を再発見し、その魅力をたっぷり楽しみましょう。

プログラム	場所	内容
いま、改めて知る、劔岳	文化研修センター 2階研修室	氷河と深い関係にある劔岳。その地質的考察と、上市が授かっている劔岳の恵みを知る講演会。 ジオパークという新たな取り組みも紹介。
たのしい劔岳		「劔岳」について、親子で楽しく学び、体験する企画。 「劔岳を上手に描くために」をテーマにした絵の教室を予定！
上市駅 70 周年記念・写真でたどる上市と鉄道		いまから 100 年前、立山軽便鉄道の駅として誕生した上市駅。その後の変遷を経て、70 年前に現在の上市駅ができました。その歴史を写真でたどります。
カミイチ・ポタリング～大岩鉄道巡り～	上市駅～大岩	ポタリングとは、自転車で気軽に楽しむ散歩（散走）です。お宝スポットが広く散在する上市にはうってつけの楽しみ方！ このプランは、昭和初期に計画されたという大岩鉄道ルートを少しでも意識しながら、ゆっくりのんびりのポタリング。
錦秋の早乙女湖でカヌー体験	上市カヌー競技場	湖を囲む山々が鮮やかに彩られる錦秋の早乙女湖で、カヌー体験。
馬場島 星 FULL 夜	馬場島荘	県内トップクラスといわれる星の観察スポット“馬場島”。秋から冬へと向かう馬場島で、一泊しながら星空を楽しむプラン。
我酔楽親子体験教室	南加積会館	上市町商工会青年部が中心となってつくった里芋焼酎「我酔楽」。 その我酔楽の原料である上市町の名産・里芋に感謝する親子体験教室です。
かみいち伝承紙芝居		上市町には、たくさんの伝承が伝わっています。伝承をとおして、上市、そして地域を見つめ直してみませんか？紙芝居の読み聞かせと展示を計画しています。
星空観察☆眼目	眼目山立山寺	大好評だった「星空観察・2013 夏☆眼目」。 皆さまのご要望にお応えして、四季折々の星空を楽しむプログラムです。

3 “心からきれいになれる町かみいち” で、ココロとカラダにご褒美を！

上市まち博 <2013 初夏> で大好評だった「かみいちリトリート」。新たな視点からブラッシュアップされた企画も含め、今回は種類も豊富にそろえました。ココロとカラダに、ちょっとぜいたくな癒やしのひとときを演出します。

「かみいちリトリート」シリーズ

プログラム	場所	内容
眼目森林セラピー	眼目山立山寺	伝承に満ちた古刹（こさつ）眼目山立山寺での森林セラピー。いまや定番となった眼目森林セラピーのライトな半日プラン。
大岩森林セラピー	大岩山日石寺	修験の地としても知られる大岩山日石寺。日本有数のパワースポット・ヒーリングスポットで、森林セラピーを堪能。森林セラピーを満喫できる1日プラン。

上市まち博<小春>を紹介！

開催期間 10月中旬～12月下旬

3つのテーマに分けて紹介します

1 上市町にゆかりのある写真家野寺治孝さんの写真展が、ついに実現！

空気感を伴った時間と空間を表現する写真家として人気の野寺治孝さん。夫人が上市町出身というご縁で、野寺さんの写真展が、上市町でついに実現！上市町をメインフィールドに撮影された写真集“帰郷”の貴重な作品展です。また、この作品展を記念して、「トークショー」「フォト・カフェ」「街並撮影会と講評会」も企画しています。



Profile

野寺 治孝（のではるたか）

1958年千葉県浦安市生まれ。写真家。有限会社スローハンド代表。さまざまな場所、被写体を独自の視点で捕らえた作品を多数発表している。2014年写真家生活30周年を迎える。妻は上市町稗田出身。主な写真集「帰郷」「TOKYO BAY」「boat」「結婚のずっと前」主な写真展「Land's end」「CUBA HAVANA CLUB」「約束の夏」主な撮影「松任谷由実」「丸の内カレンダー」「パラス・パレス」主な雑誌「家庭画報」「ミセス」「チルチンぴと」「カメラライフ」

プログラム	開催日	時間	場所
野寺治孝写真展“帰郷”	11/22(金)～12/23(月)	9:30～16:30	西田美術館
野寺治孝トークショー	11/23(土)	10:00～11:00	西田美術館
フォト・カフェ	11/29(金)	19:00～21:00	文化研修センター2階研修室
街並撮影会と講評会	11/30(土)	10:00～15:00	市街地・カミール

プログラム	場所	内容
護摩堂で、ココロとカラダ、美しく～弘法大師の霊水と本懐石料理とヨガ～	護摩堂 八十八荘	弘法大師の伝説が伝わる、いにしへの山岳信仰の里「護摩堂」で、ココロとカラダを美しくするプラン。本懐石料理と霊水とヨガで、たっぷり癒やされ、思い切り美しくなってください。
高原シエスタ	松尾平	紅葉を楽しみながらゆっくりと歩きましょう。森でたたずんだり、写真を撮ったり、目を閉じて野鳥の声を聞いたり…。ランチの後は自分だけの場所を見つけて「シエスタ」（お昼寝）！
里山“田園浴”	種集落	伝統的な古民家がいまだ軒を連ねる種集落内。路地裏やあぜ道をのんびり散策。“田園浴”という新たな里山の楽しみ方を提案します。
大王杉巡り	松尾平麓	霊峰劔岳の麓にそびえる巨大杉群。その力強い生命力や包容力を五感で感じ、神秘的な姿に迫る癒やしの森林散策。
たき火ナイト	劔親自然公園	火を囲むと、なぜか優しい穏やかな気持ちになれます。BBQを楽しみ、テントで一泊。天気が良ければ満天の星も！

災害時の食に備える

9月1日は防災の日

—まずは水分、次にしっかり食事！食べることが、大切な命を守ります—

災害は、いつ発生するかわかりません。

水道、ガス、電気などライフラインが途絶えても使用できる食料品や長期保存可能な食料品の備えがあると重宝します。

1 非常用食料品として適しているもの

- 日常生活にも使え、長期保存できるもの
- 調理に手間がかからないもの
- 持ち運びに便利なもの
- 栄養価が高く腹持ちのよいもの



2 ライフラインが途絶えても手軽に使用できる食料品

- 市販のペットボトルや缶等の飲料水 水、お茶、ロングライフ牛乳など
- 手をかけないで食べられる食品 乾パン、クラッカー、コーンフレーク、せんべい、肉や魚の缶詰など
- 水やお湯を加えるだけで簡単に食べられる食品 アルファ米、フリーズドライ食品、カップ麺、粉末飲料など
- 卓上カセットコンロで作れる食品 レトルト食品、インスタント食品、フリーズドライ食品など
- エネルギー源、栄養源となる食品 チョコレート、あめ、ようかん、氷砂糖、栄養補助食品など

3 非常用食料品1人あたりの目安量(例)

	非常用食料品名	1日分	3日分	保存期間
飲料	市販の飲料水	3ℓ	9ℓ	1～3年
	野菜ジュース(200ml)	1缶	3缶	1年
主食	乾パン(100g)缶詰	1缶	2缶	5年
	缶入り味付けごはん(350g) ※レトルトのごはんやお粥でも可	1缶	2缶	5年
	水戻し餅(10個入り) ※真空パックの餅、アルファ米でも可	1袋	2袋	5年
主菜	肉や魚の缶詰(225g)	1缶	3缶	3年
副菜	野菜の缶詰(225g)	1缶	3缶	3年
その他	板チョコレート・ドライフルーツ等	1個	1～2個	1～2年

※保存期間は、メーカーや商品により異なりますので必ず確認してください。

※飲料水は、500mlのペットボトルのものが持ち運びやすいです。

※缶詰は、缶切り不要のものが便利です。

10月6日(日)は 上市町長 上市町議会議員

告示日・・・10月1日(火)
投票日・・・10月6日(日)
立候補予定者事務説明会
日時▶9月13日(金) 午後1時30分～
場所▶上市町役場4階 大ホール

選挙の投票日です

投票できる方

- 平成5年10月7日以前に生まれた方
- 上市町の選挙人名簿に登録されている方で、投票時に上市町に住所を有する方

投票時間

午前7時から午後8時まで
※ただし、大岩・山加積・南部投票区は、午後7時まで。

投票所入場券

世帯主宛てに封書により郵送されます。入場券をなくしたときは、身分を証明できるもの(運転免許証など)をご持参ください。

選挙公報

投票日の2日前までに「新聞折り込み」で配布します。
折り込み新聞 ▶ 北日本・富山・読売・朝日・北陸中日・日本経済・毎日新聞などの各朝刊

新聞を購読していない場合や折り込み漏れなどで配布されない場合は、10月3日(木)以降の場所で入手することができます。

施設名 ▶ 役場・保健福祉総合センター(つるぎふれあい館)・上市公民館・音杉コミュニティセンター・南加積会館・宮川公民館・相ノ木会館・柿沢地区会館・白萩西部公民館・山加積公民館・大岩コミュニティセンター・白萩南部公民館・白萩東部公民館・弓庄公民館

期日前投票

投票当日に仕事や旅行などで投票所へ行けない方は「期日前投票」をすることができます。

期間 ▶ 10月2日(水)から5日(土)まで

時間 ▶ 午前8時30分から午後8時まで

場所 ▶ 働く婦人の家1階 期日前投票所

不在者投票

仕事や旅行などで、選挙期間中、上市町外に滞在している方は、滞在先の市区町村の選挙管理委員会にて不在者投票ができます。詳細は町選挙管理委員会へお問い合わせください。

投票所のお知らせ

投票区名	投票所開設施設名	所在地
上市中央	上市町まちなか交流プラザ	西中町11番地
上市第2	地域コミュニティセンター	三日市20番地
上市保育園	上市保育園	北島613番地
音杉第2	音杉コミュニティセンター	横法音寺80番地
音杉第3	上市町武道館	稗田35番地3
南加積	南加積会館	広野1540番地の1
宮川	宮川公民館	中江上94番地の1
柿沢	柿沢地区会館	柿沢428番地の1
相ノ木	相ノ木会館	飯坂新121番地
大岩	大岩コミュニティセンター	大岩156番地
山加積	山加積公民館	黒川112番地
西部	白萩西部公民館	湯上野5番地
南部	白萩南部公民館	東種17番地
弓庄	弓庄公民館	横越1番地の7

※音杉第3投票区の投票所が、稗田公民館から上市町武道館に変更となっています。

開票速報

次の方法でご覧いただけます。

- Net3(ケーブルテレビ) アナログ8ch、デジタル121ch
- 上市町ホームページ
トップページ(<http://www.town.kamiichi.toyama.jp/>)からアクセス

お問い合わせ

上市町選挙管理委員会
☎472-1111(内線214)

未来をつくる
あなたの一票大切に



子どもおよび妊産婦医療費助成は年に1回 受給資格の更新が必要です。

現在ご使用の受給資格証と福祉医療費請求書は、10月以降使用できなくなりますのでご注意ください。

所得が制限限度額内の方

10月1日から使用できる新しい受給者資格証と福祉医療費請求書を下記日程によりお渡しします。

9月上旬に引換券(はがき)を養育者宛てに発送しますので、現在の受給者資格証と一緒にお待ちください。
 日時▶9月12日(木)～30日(月)(土日祝日を除く)
 午前8時30分～午後5時15分
 場所▶上市町保健福祉総合センター(アルプスの湯)2階

所得が制限限度額を超えた方

前年(平成24年中)の所得が制限限度額以上ある方は平成25年10月1日から1年間、医療費の助成を受けることができなくなります。該当する場合は、文書を9月末までに養育者宛てに発送します。

【お問い合わせ】
 福祉課児童班(内線7128・7129)

防災行政無線を用いた全国一斉の緊急情報の伝達試験

9月11日(水)午前11時ごろと
 11時30分ごろの2回実施します。

町では、地震・津波や武力攻撃などの災害時に、全国瞬時警報システム(Jアラート)(※)から送られてくる国からの緊急情報を、防災行政無線を用いて皆さまへお伝えするため、情報伝達訓練を行います。

当日実施する試験は次のとおりです。

町内74か所に設置してある防災行政無線から、次の放送内容が一斉に放送されます。

【放送内容】
 「これは、試験放送です。」×3
 + 「こちらは、ぼうさい上市町です。」
 + 防災行政無線チャイム



④上市町以外の地域でも、全国的にさまざまな情報手段で試験が実施されます。

(※) J-ALERT(ジェイ・アラート)とは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。

【お問い合わせ先】総務課防災班(内線215)

上市をもっと知ろう

第12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▶9月27日(金) 午前11時～
 (受付 午前10時45分～)

場所▶富山県薬用植物指導センター

講師▶澤井保子氏
 (富山やくぜん倶楽部代表・医学博士)

テーマ▶「今夜からできる! わかりやすい家庭菜膳」

参加費▶1,500円/お一人(弁当付き)

申込▶9月25日(水) 締切
 電話またはメールにてお申し込みください。

ご寄附感謝

▶ふるさと寄附金として20万円 匿名

善意銀行

(平成25年7月11日～8月10日)
 窓口/上市町社会福祉協議会

▶540円 匿名 ▶服など 匿名
 ▶タオル100本 匿名

広報かみいち 広告掲載募集

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

9月はがん征圧月間

毎年*、がん検診を受けていますか？ 電話によるがん検診のお勧めをはじめます

当町の死亡原因の第1位は「がん」です。早期発見・早期治療により、「がんによる死亡」を減らすことができます。しかし、早期発見・早期治療に重要ながん検診の当町における受診率は、肺を除く全ての部位において国が目標とする50%を下回っている現状です。

そこで、毎年*がん検診を受ける町民を増やすことを目指し、保健師などが対象者一人一人へ電話し、直接お話しをする取り組みを新たに実施します。

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

対象者 本年度到達年齢45歳・55歳・65歳のすべての町民

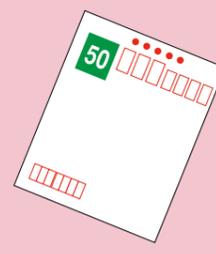
本年度到達年齢	生年月日
45歳	昭和43年4月1日～昭和44年3月31日生
55歳	昭和33年4月1日～昭和34年3月31日生
65歳	昭和23年4月1日～昭和24年3月31日生

時期 平成25年9月下旬～10月(予定)

流れ

①事前案内

対象者個人宛てに案内ハガキを送付



②電話発信

電話する時間帯 8:30～19:30

※土日・祝日も電話させていただく場合があります。

発信元

上市町保健センター
 (上市町役場 福祉課)
 ☎473-9355

発信先

対象者
 (約1,050人)



毎年がん検診を受けていますか？

職場などでがん検診を受ける機会がありますか？

④がん検診の継続受診をお勧めする目的の電話です。がん検診に関することをお聞きする場合がありますが、健康食品や器具の販売目的の勧誘等をするものではありません。

【お問い合わせ先】

上市町保健センター
 (上市町役場福祉課)

☎473-9355

めざせ がん検診受診率 **50%** 達成

8月10日

におとんぼを作ろう

かみいち自然塾

8月10日、子どもたちが「におとんぼ」と呼ばれる竹を使った高さ約10メートルのやぐら作りを体験しました。

8月13日の花火大会の前に、その「におとんぼ」を燃やして先祖の霊が帰ってくるときの目印にする町の伝統行事を、子どもたちに知ってもらおうと、町と商工会青年部が企画。町商工会青年部員や黒田義夫さん(東町)の指導の下、上市中学生やボーイスカウト上市第1団など16人の子どもたちが竹の枝を取り除く作業や竹を切る作業などを手伝いました。



▲やぐら作りを手伝う参加者



▲完成に近づくやぐら

8月12日

恒例の夏祭り にぎわう

ふるさと観光上市まつり

8月12日、ふるさと観光上市まつりが西中町商店街で開かれ、上市音頭の町流しやYOSAKOI、サンバなどが繰り広げられました。

町流しには、町内会や事業所など18チーム約440人が参加。それぞれそろいの浴衣姿などで踊りながら商店街を流しました。また、街中で突然踊りを披露する「フラッシュモブ」を商工会青年部と上市高校ダンス部が今年初めて披露したほか、毎年恒例となったYOSAKOIやサンバなどもあり、たくさんの観客を魅了しました。



▲町流し



▲YOSAKOI



▲フラッシュモブ

8月19・20日

スポーツを通して姉妹都市交流

九十九里中学校と上市中学校が交流試合

8月19日から21日まで千葉県九十九里町から九十九里中学校のサッカー部12人が姉妹都市交流のため町を訪れました。

19日はサッカー部員、教諭らと交えて、役場4階ホールで歓迎式が行われ、伊東町長が歓迎の言葉を述べた後、双方のサッカー部員が一人ずつ自己紹介しました。20日は、丸山総合公園多目的広場で交流試合を行い、試合後はパーベキューなどで親交を深めた後、映画「おおかみこどもの雨と雪」の舞台モデルとなった古民家「花の家」などを見学しました。



▲交流試合

8月2日

巨大迷路に夢中

子育て支援教室

8月2日、上市町まちなか交流プラザで子育て支援教室が開かれ、25組の親子が段ボールで作った巨大迷路に挑戦したり、フェルトペンなどで迷路の側面にお絵描きしたりして楽しみました。

この迷路は、縦横72cm、高さ100cmの段ボール100個を組み合わせたもので、広さ約52㎡になります。

この巨大迷路は、9月13日と15日に行われる次のイベントにも登場します。



▲迷路に挑戦したりお絵描きしたりして楽しむ親子



▲巨大段ボール迷路

第4回子育て支援教室「骨づくりは大切」

日時▶9月13日(金) 10:30～11:30 場所▶カミール2階 わんぱく広場

子育て支援フリーマーケット

日時▶9月15日(日) 9:00～15:00 場所▶カミール2階 イベント広場

フリーマーケットは、出店者も募集しています。

【お問い合わせ・申込み先】(株)上市まちづくり公社 ☎473-2375

8月6日

あま〜い桃

元気とふれあいの学校給食づくり事業

8月6日、湯上野の町果樹協会の果樹園で、音杉保育所の年長児31人が桃狩りを体験しました。

この事業は、食育や地産地消について学んでもらおうと町が、町果樹協会(藤樫裕賢会長)の協力を得て実施。

園児らは、きれいに実った桃を2個ずつ摘み取りました。試食もあり、園児たちは桃を口いっぱいにはおぼり、「甘くておいしい」と笑顔を見せていました。



▲桃を摘み取る園児



▲順番に桃を試食する園児たち

8月9日

土星の輪が見えた!

星空観察 2013☆眼目

8月9日、眼目山立山寺で星空観察会が行われ、約60人が参加しました。

参加者は、富山県天文学会の会員から星の見つけ方のコツなどを教わった後、実際に外に出て県天文学会が用意した大型の望遠鏡などで星空や土星の輪などを観察しました。

上市町は、アクセスの良さと星空のすばらしさから天体観測エリアとして人気が高いそうで、参加者は、夜空に展開される宇宙のドラマに見入っていました。



▲大型望遠鏡をのぞき込む参加者

柿沢保育所幼年消防クラブ員のみなさん



普通救命講習のお知らせ

日時▶ 10月6日(日) 午前9時~正午
 場所▶ 消防署2階大会議室
 対象者▶ 町内に在住または勤務されている方
 申込▶ 9月29日(日)までに消防署へお申し込みください(定員(20名)になり次第締め切り)。
 ※当日は、講習の10分前に集合し、動きやすい服装でお願いします。
 ※町のホームページにも掲載しています。

少年消防クラブ員施設見学

8月2日、上市町少年消防クラブの施設見学が実施され、参加したクラブ員45名は、富山県広域消防防災センター四季防災館を見学しました。
 地震、煙中の体験をし災害に対する日頃の備えについて学びました。



救急フェアの開催

日時▶ 9月8日(日) 午前10時~正午 場所▶ 保健福祉総合センター1階ロビー
 内容▶ 心肺蘇生法の体験、AED(自動体外式除細動器)の展示 他

富山県東部消防組合職員募集 平成26年4月に採用予定の職員を募集します。

募集区分	採用人数	受験資格	第一次試験の日程	申込期間
消防 初級	2名程度	次のすべての要件を満たす人 ①富山県東部消防組合管轄内に住所を有する人(採用されるまでに富山県東部消防組合管轄内に居住する人を含む。) ②平成4年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた人 ③高校卒業程度の学力を有する人 ④体力頑健の人	10月27日(日)	9月2日(月)~9月30日(月)

- ③1. 富山県東部消防組合管轄内は、魚津市、滑川市、上市町、舟橋村です。
 2. 年齢制限理由：任期の定めのない採用で、新規卒卒者と併せて同一募集枠での募集のため。

※申込方法・試験方法などの詳細については、右記までお問い合わせください。
 富山県東部消防組合消防本部ホームページ <http://www.toyamaken-toubu119.jp> にも受験案内を掲載しています。(申込用紙・受験票をダウンロードして利用することができます。)

申込用紙請求・申し込み・問い合わせ先
 富山県東部消防組合消防本部総務課人事係
 〒937-0805 富山県魚津市本江3197-1
 ☎(0765)24-0119
 E-mail: toubu-shobo@city.uozu.toyama.jp

公民館だより

Community Center News

9月の予定 September

●公民館行事

公民館名	内容	実施日
音杉	音杉地区パークゴルフ大会	4(水)
宮川	宮川料理教室	24(火)
	こども習字教室	5・19(木)
南加積	介護予防運動	4・18(水)
	公民館いきいきサロン	27(金)
	公民館自然体験(カヌー体験)	15(日)
柿沢	住民運動会	21(土)
相ノ木	校区運動会	14(土)
白萩西部	校区合同大運動会	22(日)
山加積	月見茶会	21(土)
弓庄	地区レクリエーション大会	22(日)
	史跡探訪と歩こう会	25(水)

●エンジョイ教室

公民館名	内容	実施日
音杉	おやつ作り教室	14(土)
宮川	ビデオ鑑賞会	17(火)
南加積	インドカレー&デザート作り	28(土)
柿沢	ビデオ鑑賞会	24(水)
白萩西部	キーホルダー作り	28(土)

●その他

公民館名	内容	実施日
宮川	ジュニア囲碁教室	7・14・21・28(土)
南加積	こども・おとな・囲碁・将棋教室	7・21(土)

富山県中部厚生センターからのお知らせ

【お問い合わせ先・申込先】富山県中部厚生センター ☎ 472-0637

家族教室の開催

心の病で治療中のご家族がいらっしゃる方を対象に教室を開催します。

日時▶ 9月25日(水) 午後1時30分~3時
 内容▶ 講義・座談会

「心の病を持つ方への接し方
 ~絆を強める人間としての接し方~」

講師 精神保健福祉士

会場▶ 富山県中部厚生センター

申込み締切▶ 9月20日(金)

ひきこもり等家族相談会の開催

ひきこもりのお子さんを支えているご家族の気持ちがお楽になるように専門家がサポートします。秘密は守りますので安心してご相談ください。

日時▶ 9月26日(木)

午後2時~3時 家族相談(座談会)

午後3時~5時 個別相談(希望者)

場所▶ 富山県中部厚生センター

助言者▶ 臨床心理士

相談を希望される方は事前に上記へ申し込みください。

うつ病について学ぶ講座の開催

家族のうつ病やうつ病の方との接し方で悩んでいる方、その他うつ病について学びたい方等、一般住民を対象に教室を開催します。1コース2回です。参加費は無料です。

会場準備のため、9月27日までに申し込みください。

1回目

日時▶ 10月3日(水) 会場▶ 富山県中部厚生センター

内容▶ 午後2時~2時30分 座談会

午後2時30分~4時 講義

「うつ病について知っていますか？」

~正しい知識を学びましょう~

講師 厚生連滑川病院精神科 江守賢次医師

2回目

日時▶ 10月29日(火) 会場▶ 富山県中部厚生センター

内容▶ 午後2時~2時45分 講義

「話を聴くということ~傾聴ボランティアをとらして~」

講師 ピア・サポーター 保科勝文氏

午後2時45分~3時 リラックスタイム

午後3時~3時30分 座談会

新 ALT を紹介します!

Assistant Language Teacher

はじめましてジェフリー・リチャードと申します。ジェフと呼んでください。年齢は27歳、アメリカ合衆国カリフォルニア州のペーカースフィールドというところから来ました。

現在妻のアリーと一緒に上市に住んでいます。大学では歴史と宗教を専攻していました。また数年前に2か月ほど神戸を訪れたこともあり、そこで日本に大変興味を持ちました。人が親切、食べ物がおいしい、そして何より自然が豊かな日本に魅了されALTになることを決めました。日本語はまだですが、上市にいる間にたくさん勉強しようと思っています。

趣味は、特に音楽、10歳のころからドラムをたたくのが大好きです。他には読書・映画鑑賞・ハイキングが好きです。犬は大好きですが、猫はちょっと...アレルギーがあります。

上市中学校でたくさんの生徒と友達になり楽しい時間を過ごすのを楽しみにしています。また、道で私やアリーを見かけたら気軽に声をかけてください。どうぞよろしくお願いいたします。



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

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、必ず以下の要綱等をお読みください。

・上市町有料広告掲載取扱要領

・広報かみいち広告掲載取扱要領

<http://www.town.kamiichi.toyama.jp/hp/koukoku/index.html>

企画課情報班(内線221)

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

お知らせ Information ページ



募集

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▶
土木職(大学卒業程度)/1名程度

受験資格▶
○昭和57年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方
○学校教育法に基づく大学(短期大学を除く。)またはこれに準ずると管理者が認める教育機関を卒業または卒業見込みの方(一般土木工学課程修了者)
○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▶9月30日(月) 必着
採用試験▶10月20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。

開催

上市町新町制60周年 記念式典

総務課職員班(内線212)

日時▶9月10日(火)
午前10時~11時

場所▶北アルプス文化センター

内容▶新町制60周年記念特別表彰記念展示
町の歩み写真展
新町制30周年記念タイムカプセルの開封展示

新町制60周年記念 上市町交通安全町民大会

町民課生活環境班(内線141)

日時▶9月21日(出)
午後1時30分~

場所▶北アルプス文化センター

内容▶交通安全ポスター表彰
警察音楽隊演奏
フィッシュ&チップス講演
など

※詳しくはチラシをご覧ください。

第3回 認知症の家族教室

上市町地域包括支援センター
(内線7196)

対象者▶認知症の方を介護している家族の方

日時▶9月26日(木)
午後1時30分~【受付】午後1時

場所▶保健福祉総合センター1階
機能訓練室

内容▶ミニ講義
認知症地域支援について
相談会

*ミニ講義の後、不安や悩みを自由に話し合える交流座談会を開きます。お気軽に参加ください。

10月20日(日)に大岩「茗荷谷山」史跡探勝ウォークの会が開催されます。詳細は10月号でお知らせします。



カミール会場での 介護予防教室が始まります!

上市町地域包括支援センター
(☎ 473-2811)

日時▶9月から平成26年3月までの毎月第1金曜日(1月は休み)
午前10時~11時30分
(受付:9時30分~)

場所▶カミール2階 イベント広場

内容▶足腰しっかり貯筋体操等

講師▶健康運動指導士
(株)アピアスポーツクラブ

費用▶無料

準備するもの▶水分、タオル

上市地区防災訓練

総務課防災班(内線215)

日時▶9月14日(土)
午前8時30分~【雨天決行】

対象地区▶上市地区(一部地域除く)

内容▶地震災害を想定した緊急伝達・報告訓練、避難訓練、初期消火訓練等

※訓練当日は、当該地区において、防災行政無線を使用した「訓練用緊急地震速報」等を放送します。



剣だけじゃない、 ポスター展

日本中ではこれほどまでに、剣を愛している地域は他にない。だからこそ言葉「剣だけじゃない」。

普段見過ごしているこの町の魅力に気がつき、見直せる目を持つことができれば、きっと今より日々が豊かになるはず。

2013.9/14土~10/7月 10:00~19:00

会場:カミール2F 展示場(水曜定休日)
〒930-0334 富山県中新川郡上市町西中町11

076-472-1111 / 上市町産業課 商工観光班
お問合せ 076-473-2375 / カミール・上市まちづくり公社

お知らせ

特定健康診査の受診は お済みですか?

町民課医療保険班(内線142)

受診できる期間は10月31日(木)までです。

町内の医療機関で受診することができます(要予約)。受診の際には、「特定健康診査受診券」と「国民健康保険被保険者証」をご持参ください。

※受診期限は75歳の誕生日の前日までとなります。9月または10月に75歳になられる方は早めに受診の予約をお願いします。

後期高齢者医療 人間ドック助成事業

町民課医療保険班(内線143)

富山県後期高齢者医療広域連合では、人間ドック受診費用の一部を助成しています。

助成を受けるには、事前に対象となる検査(医療)機関でドックの日時を予約後、検査の14日前までに役場町民課にて申請のうえ、広域連合から「承認証」を取得する必要があります。申請には後期高齢者医療被保険者証、印鑑を持参してください。

③検査後に申請されても、「承認証」は発行されません。

助成額▶費用の1/2(上限15,000円)

対象となる検査(医療)機関▶
かみいち総合病院ほか県内26機関

9月定例会日程

2日(月)	本会議、全員協議会	※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。
3日(火)~5日(木)	議案調査日	
6日(金)	本会議(一般質問等)	
7日(土)~8日(日)	休会	
9日(月)	各常任委員会	
10日(火)	議案調査日	
11日(水)~12日(木)	決算審査特別委員会	
13日(金)	全員協議会、本会議	

第29回 楽しく走ろう! 参加者募集

剣健康マラソン大会

9月29日(日)

開会式 9:30 スタート 10:00
場所 丸山総合公園多目的広場

第13回 かみいちスポーツまつり

上市町総合スポーツクラブ「さんさん」

時間 10:30 ~ 14:00
場所 丸山総合公園総合体育館
丸山総合公園多目的広場 ほか

参加費 さんさん個人会員 100円 個人会員以外 300円

9月の相談

年金相談

日時▶24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▶11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▶10日(火) 午前9時~11時

■結婚相談
日時▶10・24日(火) 午後1時~4時

■心配ごと相談
日時▶18日(水) 午後1時~3時

9月の納税

国民健康保険税3期
後期高齢者医療保険料3期
納期限▶9月30日(月)

町税夜間納税相談

日時▶9月30日(月) 午後5時~8時
場所▶財務課10番窓口

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▶9月14日(土)・28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

自衛官募集

☎ 自衛隊魚津地域事務所 (☎ 0765-24-1036)

募集種目	資格	受付期間	試験期日
防衛 大学校 学生	推薦	9月5日～9日	9月28日・29日
	総合選抜		1次：9月28日 2次：11月2日・3日
	一般（前期）	9月5日～30日	1次：11月9日・10日 2次：12月10日～14日
	一般（後期）		1次：平成26年3月1日 2次：平成26年3月13日
防衛医科 大学校 学生	医学科	9月5日～30日	1次：11月2日・3日 2次：12月18日～20日
	看護学科		1次：10月19日 2次：11月30日・12月1日
自衛官 候補生	男子	年間を通じて受付 8月1日～9月6日	#1：9月9日・10日 #2：9月18日・19日
	女子		9月23日

9月10日は 下水道の日



みなさんが生活を営む上で、台所、風呂、洗濯、水洗トイレなどに水は欠くことができません。

しかし、これらで役立つ水も、そのまま汚水として川や海に流すと、水質が低下し、魚などが住めなくなるばかりか、悪臭を発生させたり、蚊やハエが発生し伝染病の発生源になったりもします。

町と中新川広域行政事務組合では、みなさんの快適な生活環境と、豊かな自然の恵みを守るために下水道を整備しています。

下水道普及と水洗化促進を図るため、9月9日(月)午後3時半ごろから、上市ショッピングタウンバル正面入口付近において、下水道に関連するグッズの配布を予定しておりますので、ぜひお立ち寄りください。

☎ 建設課 上下水道班 (内線 113)
中新川広域行政事務組合 下水道課 (☎ 464-1315)

秋の全国交通安全運動 平成25年9月21日～9月30日

運動の基本

子どもと高齢者の交通事故防止

運動重点項目

- 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗車中の交通事故防止
- 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 飲酒運転の根絶

また、今年7月に富山県道路交通法施行規則が一部改正され、自転車運転中の携帯電話やイヤホン等の使用の禁止が明文化されました。

(違反者には5万円以下の罰金を科せられる場合があります。)

交通ルールを守り、安全に道路を利用しましょう。

【問い合わせ先】 上市警察署 ☎ 472-0110

年金だより

☎ 魚津年金事務所 (☎ 0765-24-5153) 町民課住基戸籍班 (内線 145)

専業主婦(夫)の年金が改正されました

配偶者の扶養から外れた際の手続きが遅れたり漏れたりしたために、保険料を納めていない(未納)期間が生じることがあります。このような方が手続きをとることで、「未納期間」を「受給資格期間」(年金を受け取るために必要な期間)に加えられるようになりました。

手続きによって無年金や年金の減額を防ぐことができます。また、万一のときの障害年金などを受け取る権利にもつながります。

原則として20歳から60歳まではすべての人が国民年金保険料を納めることとなっていますが、会社員に扶養される配偶者は保険料を納める必要がありません。

ただし配偶者が退職した場合や65歳を迎えた場合、収入の増加によって扶養から外れた場合などには、手続きをとって保険料を納めていかなければいけません。この手続きが2年以上遅れたことがある方は、2年以上前の保険料を納めることができないために「未納期間」が発生してしまいます。

このような期間のある方は、お早めに手続きをとってください。

詳しいお問い合わせは、下記電話番号へお願いします。
国民年金保険料専用ダイヤル 0570-011-050
魚津年金事務所 0765-24-1494

町税等徴収強化月間

☎ 財務課納税班 (内線 135・136)

納税の公平性の確保と収納率の向上を図るため、9月から12月までを「町税等徴収強化月間」とし、富山県総合県税事務所と共同で徴収の強化に取り組みます。

期間中は滞納が一定期間を過ぎている方に対して、預貯金の差押、生命保険の差押および、会社に訪問し給与照会や給与の差押などを実施します。

納期限の過ぎている町税等は、速やかに納めてください。

病気や失業など、やむを得ない理由で一時的に税金を納付できない場合は、分割納付をすることもできますので、相談してください。

つるぎくんの

税金なぜなぜコーナー



Q 借金があるため、税金が払えません。

A 借金があっても納税しておられる方がたくさんおられます。また、法律により、税金はすべての債務(借金含む)に優先すると定めてあります。そのため、借金を理由とした滞納は認められておりません(地方税法第14条)。

Q 突然差し押さえられることがあるのですか。

A 税は、納期限内納付が大原則です。差し押さえ予告は、原則行っていないですが、督促状・催告状により指定期限までの納付をお願いしておりますので、指定期限までに納付してください。

全国一斉「高齢者・障害者の人権安心相談」強化週間

人権擁護委員による無料電話相談(通話料はご負担ください) 相談内容▶家庭内・福祉施設内における虐待などの高齢者や障害者をめぐるさまざまな人権問題など
日時▶9月9日(月)～15日(日) 午前8時30分～午後7時
ただし、土・日曜日は午前10時～午後5時
相談受付の電話番号▶0570-003-110

お問い合わせ先▶富山地方務局人権擁護課 (☎ 441-6376)

広報かみいち広告掲載募集

広告

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	掲載できない広告									
<table border="1"> <thead> <tr> <th>広告の規格</th> <th>仕上がり寸法(縦×横)</th> <th>広告掲載料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1型</td> <td>46mm×88mm</td> <td>10,000円</td> </tr> <tr> <td>2型</td> <td>46mm×176mm</td> <td>20,000円</td> </tr> </tbody> </table>	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	<ul style="list-style-type: none"> ・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
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								
<p>※お申し込み前に、必ず以下の要綱等をお読みください。 ・上市町有料広告掲載取扱要綱 ・広報かみいち広告掲載取扱要領 http://www.town.kamiichi.toyama.jp/hp/koukoku/index.html</p>	<p>原稿の提出期限 広報発行日の15日前 企画課情報班 (内線 221)</p>									

広報かみいち広告掲載募集

広告

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	掲載できない広告									
<table border="1"> <thead> <tr> <th>広告の規格</th> <th>仕上がり寸法(縦×横)</th> <th>広告掲載料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1型</td> <td>46mm×88mm</td> <td>10,000円</td> </tr> <tr> <td>2型</td> <td>46mm×176mm</td> <td>20,000円</td> </tr> </tbody> </table>	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	<ul style="list-style-type: none"> ・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
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								
<p>※お申し込み前に、必ず以下の要綱等をお読みください。 ・上市町有料広告掲載取扱要綱 ・広報かみいち広告掲載取扱要領 http://www.town.kamiichi.toyama.jp/hp/koukoku/index.html</p>	<p>原稿の提出期限 広報発行日の15日前 企画課情報班 (内線 221)</p>									

こんにちは 図書館です 472-6494

ふるさと町民学園 教育委員会事務局生涯学習班 (内線 381)
講座名 ヘルシーセミナー ※園芸入門講座 ※自然環境講座 ※剣生きがい大学
内容 慢性腎臓病について お花の宝宝箱 "レカンフラワー" (花と手づくりでひろがる楽しみ) ぶどう狩り体験 (果樹のミルクに乾杯) 禅寺の体験学習 (哲学の道、座禅体験)

北アルプス文化センター催し案内 473-1818

新町制 60 周年記念事業 9月5日(木)より一般発売
細川たかし&石原詢子ジョイントコンサート

日時▶ 11月23日(土) 午後3時開演
入場料▶ S席 4,000円 A席 3,500円 B席 3,000円 (当日、いずれも500円増)
※全席指定、未就学児の入場不可

富山県ふるさと富山推進事業 9月21日(土)より一般発売

ふるさとを紡ぐ新しい謡と響き

日時▶ 12月8日(日) 午後3時開演
入場料▶ 1,000円 ※全席自由
出演者▶ 寺崎美幸(上市町)、林道美有紀(南砺市)、ヤマモト万歳(小矢部市)

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 8 15 22
ママのリフレッシュピクス 日 10:30 2 9
さんさんジュニアビック 月 18:00 2 9
ジュニアバレー 月 19:00 2 9
はつらつ卓球(ラージ球) 火 10:00 3 10 17 24
シニアエクササイズ宮川 火 13:30 3 10 17 24
気軽に卓球(硬式球) 水 10:00 4 11 18 25
太極拳 水 13:30 4 11 18
シニアエクササイズ相ノ木 水 13:30 4 11 18 25
サッカー教室 水 18:00 4 11 18
かけっこ教室 水 18:00 4 11 18
楽しく卓球(ラージ球・硬式球) 木 10:00 5 12 19 26
オープン水泳教室(ウォーキング&ストレッチ) 木 14:15 5 12 19 26
ストレッチヨーガ 木 15:30 5 12 19 26
フラダンス 金 19:30 5 19
やわやわピクス 金 10:30 6 13 20
パワーヨーガ 金 19:30 6 20
さんさんスポーツ教室 土 15:00 7 14 21
レクトラ(トランポリン) 土 16:10 7 14 21

- ㊦ カミール ㊧ 働く婦人の家 ㊨ 宮川公民館
㊩ B&G体育館 ㊪ 相ノ木小学校グラウンド
㊫ 相ノ木公民館 ㊬ ウエルネススポーツセンタープール

アルプスの湯 473-9333

【営業案内】

敬老の日 16日(月)「通常営業」 17日(火)「休業」
勤労感謝の日 23日(月)「通常営業」 24日(火)「休業」

【9月の催し物】 (午後0時30分~ 観覧無料)

- 7日(土) 松前一座公演
14日(土) 相撲甚句公演
21日(土) 劇団「絆」歌謡舞踊ショー
28日(土) 藤山一座公演

【アルプスの湯「夕市」(農産物特売)開催】

毎週火・木・土曜日 午後1時30分~5時
16日(月)・23日(月)「臨時開催」 17日(火)・24日(火)「休市」

【ロビー展示】

町展受賞作品(町展大賞・町展賞) 9月4日(水)~9日(月)

うえるねす通信 ウエルネススポーツセンター 473-2070

宇宙旅行へ出かけませんか?

~負担は最小限に、効果は最大限に活用できる水中運動の効果について~
テレビや雑誌などで「水中運動は良い」と、取り上げられることが多く、整形外科等の病院でも筋力強化やリハビリの一つとして「水中運動」をすすめることが多くなってきました。
しかし、具体的に何が良いのか?という点については、あまり知られていないため、「いざ!実践!」まで結びつかないのではないのでしょうか?
そこで今回は、「水中運動は、なぜ良いのか?」についてご説明します。ぜひ、これを機会に水中運動を実践し、運動習慣を身につけましょう。

①関節痛の予防・改善に効果的

浮力のおかげで、関節にかかる負担が軽減され、関節周辺の筋肉や腱(けん)も緊張や圧迫から解放されます。
その結果、陸上に比べ、動きやすくなります。

②メタボ・肥満の予防・改善に効果的

水中運動時は、体重が約10分の1になり、心臓や関節等への負担が軽減された状態で運動を行うことができます。

③バランス感覚、皮膚感覚の維持向上に効果的

ゆらゆら揺れる、ふわふわする環境下での運動は、自然とバランス感覚が養われ、転倒予防につながります。
なんと水の中は、普段の生活とは異なり、唯一、宇宙旅行へ飛び立った状態であり、入っているだけで揺らぎ効果も得られ、体だけでなく、心も健康的になっていきます。まだまだ残暑厳しい毎日ですが、ぜひプールで健康づくり&リフレッシュで乗り切りましょう!

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▶ 7日(土)、11日(水)、14日(土)、25日(水)
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▶ 28日(土) 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▶ 19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▶ 15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) 18(水)
茶道(表流) 12・26(水)
茶道(裏千家) 26(水)
煎茶(皇風) 2・9(月)
華道 9・30(月)
料理(昼) 5・19(水)
料理(夜) 6・20(金)
書道 9(月)、25(水)
ペン習字 11(水)、24(水)
手芸・手紙 3・17(水)
パッチワーク 4・18(水)
刺し子・リフォーム 10・24(水)
レザークラフト 7・21(土)
木目込み・押絵 5・19(水)
ちぎり絵 11・25(水)
絵てがみA 17(水)
絵てがみB 10・24(水)
組みひも 13・27(金)
リアリティフラワー 2・9(月)
フラワーデザイン 3・17(水)
オカリナ 10・24(水)
大正琴 5・19(水)
相撲甚句 6・20・27(金)
民舞踊 13・27(金)
盆踊り 13・27(金)
3B体操 2・9・30(月)、27(金)
フォークダンス 4・11・18・25(水)
社交ダンス(火) 3・10・17・24(水)
社交ダンス(水) 4・11・18・25(水)
フラダンス 7・14・21(土)
心太極拳 9・30(月)
吹き矢 3・17(水)、5・12・19・26(水)

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

黒地に白文字の日は休館日

開館時間

午前10時~午後6時

電話やホームページからも本を探ることができます。

今月の催し

絵本のよみきかせの会

日時▶ 8日(日) 午前11時~ 場所▶ 絵本コーナー

読書会

『猫背の虎 動乱始末』 真保 裕一 / 著

日時▶ 27日(金) 午後1時30分~ 場所▶ 3階対面朗読室

一般書

爪と目

藤野 可織 / 著

娘と継母。父。喪われた母。家族、には少し足りない集団に横たわる嫌悪と快感を律動的な文体で描く、純文学的ホラー。表題作ほか全3編を収録。

児童書

ウリオ

室井 滋 / 文 長谷川 義史 / 絵

小さくて可愛いイノシシの赤ちゃん、ウリオ坊。愛情たっぷりに育てられ、あつという間に大きくなってウリオに大変身。でもウリオになった途端、家族みんなに冷たくされて…。女優・室井滋が実話をもとに綴る、心温まるお話。

一般書

全国一の宮めぐり

図解国会の楽しい見方.....時事通信社政治部 / 監修
身につけると一生役立つ子どものお作法練習帖... 諏内 えみ / 著

児童書

乗り物の迷路..... 香川 元太郎 / 作・絵
6人のお姫さま..... 二宮 由紀子 / 作 たんじ あきこ / 絵
ハイジ..... ヨハンナ・シュビリ / 作 マーヤ・デュシコーヴァ / 絵

えほんしつ

ゆめぽっけ

472-2211



おはなしぴよぴよの会

毎週月曜日
午前10時30分~

おりがみ教室

14日(土) 午前10時30分~

おはなし会

7日・21日・28日(土)
午前10時30分~



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5月生	9月5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6月生	10月3日(木)			
1歳6か月児健診	平成24年2月生	9月11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24年3月生	10月9日(水)			
3歳児健診	平成22年5月生	9月26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6月生	10月24日(木)			
離乳食教室	平成25年4月生 5月生	10月16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25年1月生 2月生	10月16日(水)	13:00~13:30	母子健康手帳	※要予約

健康教室レポート

7月18日開催

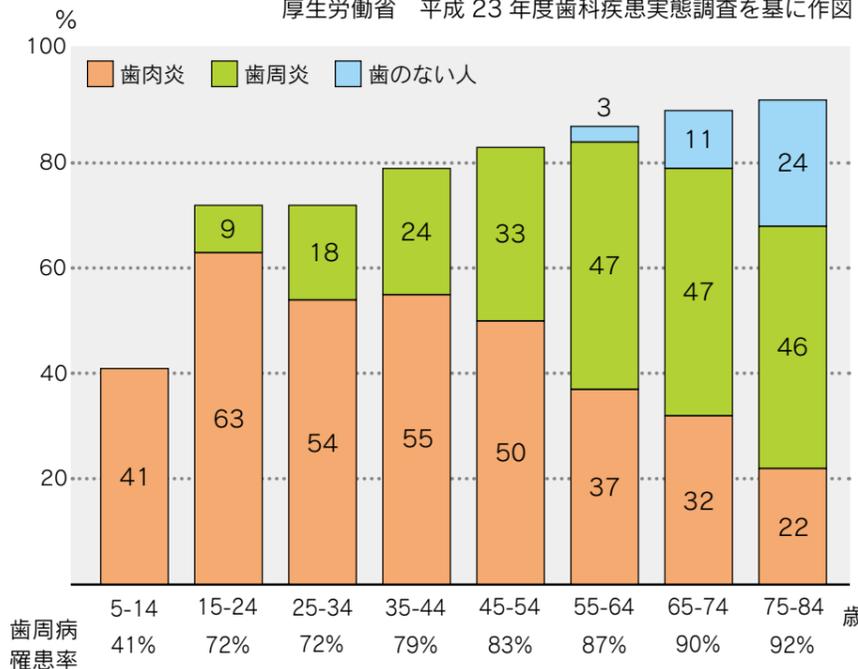
いきいき歯っぴー教室 ~おくちを健康に保とう!~

講師▶加藤弘直氏(加藤歯科医院 院長)

歯周病は国内でもっとも多い「感染症」です。歯周病は全身に影響を及ぼします。歯周病菌が口腔内の血管を介して全身にまわり、さまざまな病気を引き起こします。いつまでも健康でいるために定期的に歯科医院でチェックしましょう。

年齢別に見た歯周病罹患率

厚生労働省 平成23年度歯科疾患実態調査を基に作図



歯周病

チェックリスト

チェックリストに当てはまる項目があれば、早めに歯科医院に相談しましょう

- 歯ぐきの色が紫または赤黒い
- 歯の表面がネバネバする
- 歯石が付いている
- 口臭が強くなった
- 歯のすき間によくものがはさまる
- 歯ぐきから出血することがある
- ととき歯ぐきが腫れて痛む
- 歯が動く感じがする

9月10日は世界自殺予防デー。9月10日~16日は自殺予防週間です。

胸部レントゲン検診を受けましょう

9月24日(火)~30日(月)は結核予防週間です

胸部レントゲン検診は、肺がん・結核の早期発見に有効です。本年度まだ、胸部レントゲン検診を受けていない方は、次の日程で受診できます。



日時▶9月28日(土) 8:30~10:30

場所▶つるぎふれあい館

※40歳以上の方が対象

9月は、食生活改善普及運動、健康増進普及月間です。

この機会に自分の健康を見直してみませんか。

1に**運動** 2に**食事** しっかり**禁煙** 最後に**クスリ**
~健康寿命の延伸~

介護保険アレコレ

介護保険Q&A

☎ 中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎ 464-1316

- Q. 65歳になり、中新川広域行政事務組合より介護保険料の請求(介護保険料納入通知書)が送付されてきましたが、国民健康保険税で支払っている介護分と重複していませんか?
A. 月割りによって計算いたしますので、重複することはありません。(例: 9月10日お誕生日の方 → 8月分までが国民健康保険税、9月分から中新川広域行政事務組合で収納)

9月の保険料 普通徴収 第3期(9月30日納期限)
特別徴収 ありません

こどもの城

(9月予定) ☎ 473-0001

休館日 15日(日)

- 乳幼児教室** 午前10時30分~
そう組 4・11・25日(水)
うさぎ組 5・12・26日(木)
ちびっこ広場(6か月~1歳頃) 10・24日(火)
合同ミニ運動会 19日(水) ※午前10時15分~
- 子育て相談** 主任児童委員 19日(水) 午前10時15分~
- クラブ** 将棋 14・28日(土) 午前10時~
合唱 7・21日(土) 午前9時~
- 教室** 体操(鉄棒) 14日(土) 午後2時~
こどもクッキング(要予約) 21日(土) 午前9時30分~
お話の会 30日(月) 午後3時30分~
- イベント** お月見お茶会(要予約) 9日(月) 午後3時30分~
そば打ち体験教室(要予約) 28日(土) 午前9時30分~
- その他** プラバンづくり 1・22日(日) 午前10時~11時
布バッグ・ポーチづくり 8日(日) 午前10時~11時

風疹について

すこやかサロン

health Column



かみいち総合病院 小児科医長 和田 拓也

風疹ウイルスが原因で起こる感染症で、症状として発熱、発疹、リンパ節のはれがみられます。今年(県内では6月末現在で16人報告)しており、その影響で、妊婦、特に妊娠初期の感染により胎児にも感染し、「先天性風疹症候群」という目や耳、心臓の病気をもらった子が産まれる例が増えていきます。

日本では親世代で風疹の免疫を十分もっていない人が多くいるとされています。また、風疹は男性には関係ないと考えられている人も多いのですが、妊婦への感染の多くは家庭や職場であり、男性が感染源となる場合もあります。予防接種は流行前に受けるものです。はやっ

い、産まれてくる赤ちゃんを先天性風疹症候群から守るために、父母を含めたより多くの人が予防接種を受け、社会全体で流行させないようにしましょう。予防接種に関しては、女性の場合、2か月は避妊が必要など注意点もありませんので、費用など不明な点があれば医療機関へ問い合わせてください。

かみいち総合病院からのお知らせ

外来受付に関するお願い

患者さんへの利便性を考慮し、受付箱を午前8時15分から設置しています(外来受付開始は午前8時30分)。

現在ご意見をいただいている受付箱の設置をさらに早くすることは、保険証や診察券などの貴重品のお預かりの関係や、あくまで予約受付を優先としていることなどから現在のところ困難となっています。

朝の受付時にできるだけご迷惑をおかけしないよう職員一同努力してまいりますので、何とぞご理解ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

from kamiichi general hospital

●平成 25 年 9 月～ 10 月セミナー情報●

参加者募集！

1. みんなで家庭薬膳を学ぼう ー薬草・薬膳講座入門編ー



澤井保子氏

開催日◆9月30日(月) 10:00～15:30
 会場◆富山県薬用植物指導センター(上市町広野 2732)
 講師◆澤井保子氏(富山やくぜん倶楽部 代表)、大江勇氏(富山県薬用植物指導センター所長)、
 桶本和代氏(JAMHA 認定ハーバルセラピスト)
 対象◆求職中の方、薬膳や食に興味のある方、家庭料理に薬膳を取り入れて健康な体づくりを
 目指したい方
 内容◆家庭薬膳とは何か、食卓で取り入れる薬膳についてやハーブの話のほか、富山県薬用
 植物指導センター園内の散策も行います。
 定員◆20 名程度 受講料◆無料 備考◆8 月に開催した講座と同じ内容です。

2. ITで農業活性化セミナー ～とやまの美味しい農産物を全国に!～



下村豪徳氏

開催日◆10月3日(木) 13:30～16:30
 会場◆カミール(上市町西中町 11)
 講師◆福井信英氏(株式会社プロジェクトデザイン 代表取締役社長)、
 下村豪徳氏(株式会社笑農和 代表取締役社長)
 対象◆求職中の方、農業関係者や農産物加工品の販売に興味のある方
 受講料◆無料
 その他◆詳細が決定次第、ホームページにてご案内いたします。



3. 自分ブランドで生きる人になろう

成功・失敗事例に基づく自分ブランドの磨き方&ビジネスマナー講座

開催日◆10月10日(木)・11日(金) 各日 10:00～15:30
 会場◆つるぎ恋月(上市町湯上野1)
 講師◆古川智子氏(株式会社さくらコミュニケーションズ 代表取締役) ほか
 対象◆求職中の方、ビジネスで独立・創業をお考えの方
 内容◆「自分ブランド」は就職活動の時に不可欠なものであり、またすでに在職中の方も自
 分を磨くことを絶対に忘れてはいけません。ぜひ、この講座で「自分ブランド」をチェッ
 クしてみてください。
 定員◆約 20 名 受講料◆無料 申込締切◆10月4日(金)



古川智子氏

4. ビジネスゲームで学ぶ、リーダーシップとマネジメントの原理原則



福井信英氏

開催日◆10月17日(木) 13:30～16:30
 会場◆カミール(上市町西中町 11)
 講師◆福井信英氏(株式会社プロジェクトデザイン 代表取締役社長)
 内容◆経営の基礎がゲーム形式で学べる研修ツール「THE 商社」を使用します。
 受講料◆無料
 その他◆詳細が決定次第、ホームページにてご案内いたします。

※各セミナーの詳細はホームページでご確認ください。

Pick up!

6月から全10
 回の日程で開催
 した「加工特産
 品開発セミナー」。

6月26日・
 27日の第3・4
 回は鳥巢研二氏



左:ずいきドレッシング
 右:生姜とわらびの味噌ドレッシング

を講師に、商品イメージのプレゼンと試作品の
 試食を行いました。

7月9日・10日の第5・6回は高橋征雄氏
 を講師に、ドレッシング製造の専門的な知識を
 学び、実習で「生姜とわらびの味噌ドレッシン
 グ」と「ずいきドレッシング」の2種類を製造。

7月23日・24日の第7・8回は内藤善次
 郎氏を講師に、微生物の制御や加工技術の事
 例等を学び、実習では「アスパラガスと長ねぎ」
 と「自然薯と枝豆」のピクルス、野菜のペース
 トを作りました。

8月6日・7日の第9・10回は野口朋宏氏
 を講師にパッケージデザインを学び、受講生が
 考えたデザインをそれぞれ発表しました。

座学と実習を通して加工技術を身に着けた受
 講生の皆さんによって、今後、上市町の特産品
 として商品化されることを期待しています。

Pick up!

7月16日～19日の4
 日間、「おもてなしスペシャ
 リスト認定講座」を開催し
 ました。(株)さくらコミュニ
 ケーションズの古川智子氏



と篠原勤氏、上田弥生氏
 を講師に、「おもてなしの心」を学びました。3月に開催し
 た同講座の受講者でつくる「OST(おもてなしスペシャリス
 トとやま)倶楽部」からゲストティーチャーも招き、先輩か
 らそれぞれの分野でどう活かされたかを聴きました。

上市町を中心に、着実に増えつつある「おもてなしの心」。
 上市町、そして富山県の魅力を発信していきましょう。

Pick up!



7月13日～8月24日、
 富山県で初めての「女性のた
 めのプチ起業塾」を開催しま
 した。(株)ジーアンドエスの萩
 原扶未子氏を講師兼コーディネ
 ーターに、事業展開や経営、
 資金、ビジネスマナーなど、
 女性ならではの起業について
 全5回の日程で学びました。受講生によるグループもでき、
 今後、起業して力を発揮されるのを楽しみにしています。

＊ 食養生のススメ② ーハーブティーを取り入れようー ＊

前回このコーナーでは、町民の皆さんに食事とし
 ての家庭薬膳を提案しました。9月に開催する「み
 んなで家庭薬膳を学ぼう」セミナーの会場でもある
 富山県薬用植物指導センターには、たくさんのハー
 ブがあることをご存じですか? 今回は、より手軽
 にハーブを楽しむ方法として、ハーブティーをご紹
 介します。

JAMHA 認定ハーバルセラピストの桶本和代氏によ
 ると、「ハーブとは、ミントやオレンジなど、人間に
 役立つ香りのある植物のことです。身近な食材であ
 るネギやショウガ、シソなどは和のハーブです。ハー
 ブティーはハーブの水溶性の成分を取り出したもの
 で、香りをかぐことでアロマテラピー効果がありま
 す。選ぶときは、香りが強いもの、色の良いものに
 しましょう」とのことです。

おすすめ家庭薬膳レシピ vol.2



ペパーミント
 ティー (※飾り葉
 はレモンバーム)
 ●ペパーミント●
 胃腸の調子を整え
 る、眠気をさます、
 リフレッシュす
 る。

ティースプーン大盛り1杯(約3g)を急須など
 に入れ、200mlのお湯で3～5分抽出(花や葉は
 3分、種や果実など硬いものはつぶして5分)し
 ます。香りや成分をより楽しみたいときは、沸騰
 した熱いお湯で淹れるのがおすすめです。

町民の
 皆さんの
 ご参加、
 お待ちし
 ています。



他にもいろいろなセミナーを準備中です。随時ホームページに掲載します。
 問い合わせ先◆上市町雇用創造協議会(上市町西中町 11 カミール 2 階)
 電話◆076-472-0170(受付/平日 8:30～17:15) FAX◆076-472-0171
 HP◆<https://www.kamiichimon.jp/>



「大智海」 菱田範子さん（正印）

【講評】

柔軟にして重厚な筆致で淡墨のもつ叙情性を見事に表現した作。特に潤濁の対比を鮮やかに格調高く躍動させています。

町展大賞・最優秀作品賞（西田美術館） 書の部



「慈光」 見田美恵子さん（弥市）

【講評】

頂上に現れたレンズ雲と、雲間からの光芒が素晴らしい。逆光で撮りにくい被写体をうまく捉えています。

町展大賞・優秀作品賞（上市美術会） 写真の部

上市町新町制 60 周年記念 / 置県 130 年記念

第 27 回 **上市町美術展**

第 27 回上市町美術展が8月 28 日(水)から9月 1 日(日)まで北アルプス文化センターで開かれ、日本画や洋画、彫刻工芸、書、写真の入選作など町内外から合わせて 127 点（うち一般出品作品 100 点）の力作が出展されました。

お知らせ

9月4日(水)から9月9日(月)まで、受賞作品を（町展大賞・町展賞）を保健福祉総合センターロビーで展示します。

町展大賞 彫刻・工芸の部

「サマーフィッシュ」

松倉芳美さん（飯坂）

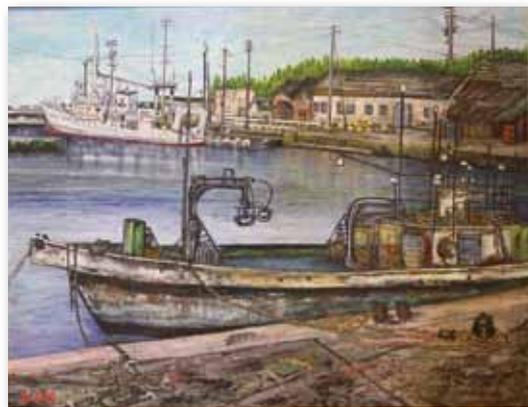


【講評】

サマーフィッシュ（ちぎり絵）は、絵画的な構図・色彩感覚もすばらしく、魚に動きを感じ、水の処理もよくできた作品です。今後の活躍が楽しみです。

町展大賞 洋画の部

「いか釣り船（滑川漁港）」
木曾アイ子さん（若杉新）



【講評】

身近な港の風景を表現し、なぜか生活を感じさせられました。作者の心の豊かさを思いました。今後、水や空の表現を工夫され、水や空の存在感が表れるように研究してください。

町の人口と世帯数

平成 25 年 8 月 1 日現在

人口	22,051	(-22)	(-242)
男	10,504	(-20)	(-122)
女	11,547	(-2)	(-120)
世帯数	7,875	(+2)	(-9)

() は前月比 () は前年比



教育長に報告に訪れた有澤君と谷さん

編集後記
うれしニュース

7月28日に行われた「第29回全国小学生陸上競技交流大会富山県大会」で谷友稀音さん（上市中央小6年）がソフトボール投げ有澤情人君（上市中央小5年）が100メートル走でそれぞれ優勝し、8月24日に横浜市で行われた全国大会に出場しました。その全国大会では、2人も惜しくも入賞を逃しましたが、全国大会出場はすばらしいことです。今後の活躍に期待したいですね。 村上

