

広報

Town-Kamiichi

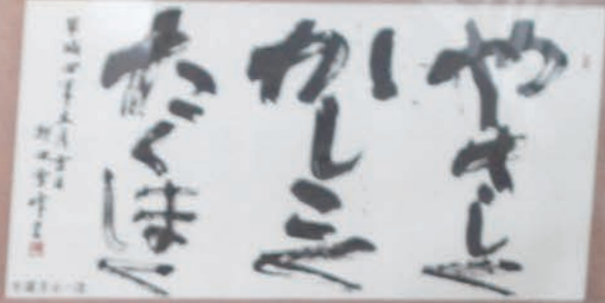


2015

8

No.740

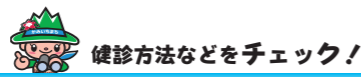
# かみいち



夢先生の課題にみんなが団結！

JFA こころのプロジェクト「夢の教室」

# 特定健診・特定保健指導でメタボ解消!



かみいち総合病院 健診センター	☎ 472-5136
池田内科医院	☎ 472-5222
わかさ医院	☎ 473-9380
酒井医院	☎ 473-1118
中村内科クリニック	☎ 473-3360
渡辺整形外科医院	☎ 472-0103
安本内科クリニック	☎ 472-0228

▶右の医療機関で受診して下さい。

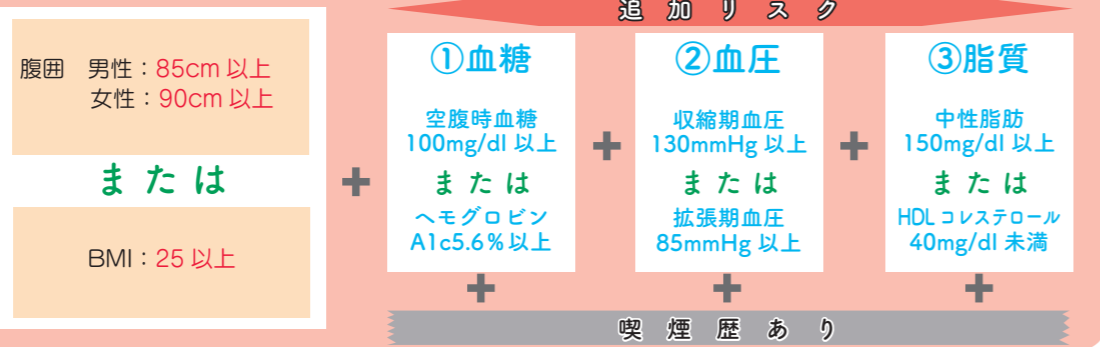
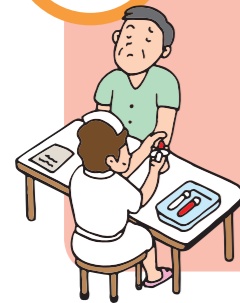
## 特定健康診査の概要

対象者	上市町国民健康保険加入者 40～74歳
実施医療機関	上市町内の病院または医院
受診期間	6～10月
持参するもの	受診券、健康保険証・問診票
内容	身体計測、問診、血圧測定、血液・尿検査、医師の診察など
料金	①40～65歳 500円 ②66～74歳 無料

※後期高齢者の方を対象とした類似の健康診査もありますので、詳しくは町民課医療保険班へお問合せください。

## 特定保健指導の

### 診断基準



### 特定保健指導って?

上市町では特定健診の結果、生活習慣の改善が必要と認められた方を対象に特定保健指導の教室を実施しています。この教室では保健師・管理栄養士が個々の生活習慣に応じて相談に応じています。また教室プログラムの中には運動教室も組み込まれており、運動の重要性について体験することもできます。

### どんな人が対象になるの?

特定健診を受診すると、その健診結果から生活習慣改善の必要性によって『情報提供』、『動機づけ支援』、『積極的支援』の3つに判定されます。※病院などで薬剤治療を受けている方は対象外です。上市町国民健康保険加入者で、『動機づけ支援』、『積極的支援』に該当する方には、健診受診から2カ月後をめぐりに教室の案内を郵送します。



## 特定健診を受けましょう

特集

～40歳以上の上市町国保加入者のみなさまへ～

### 特定健診とは?

特定健診は、生活習慣病にいち早く気づき、予防するために『血管の状態』を知るための健診です(治療中の方も受診できます)。平成25年度における上市町国民健康保険の特定健診受診率は41.4%と低いのが現状であり、町では受診率の向上に取り組んでいます。

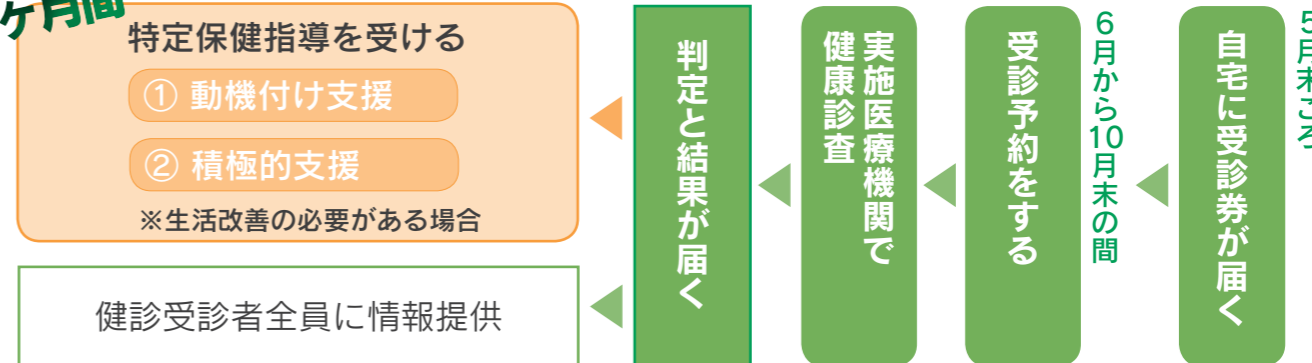
メタボリックシンドロームにばかり注目されていますが、健診を受けてあなたの健康状態を確認してみませんか?

### いつまで?

上市町国民健康保険の特定健康診査は10月末で終了です。まだ健診を受けていない方は、町内の医療機関で受診することができます。ご予約の上お早めに受診してください(受診券が必要です)。

なお、国保助成の人間ドックを受診された方は特定健診を受診できませんのでご注意ください。上市町国民健康保険以外に加入されている方は、ご加入の医療保険を確認の上、各医療保険者にご確認ください。

### 6ヶ月間



### 血清クレアチニン検査でなにが分かるの?

血清クレアチニンは腎臓の糸球体の機能を反映する指標となります。血清クレアチニン値は慢性腎臓病(CKD)の早期発見に有用とされています。

メタボリックシンドローム(肥満、高血圧、糖尿病、高脂血症)や、喫煙、家族に腎臓病の人がいる場合は腎臓病になるリスクが高いと考えられ、より注意が必要となります。

### 慢性腎臓病とは?

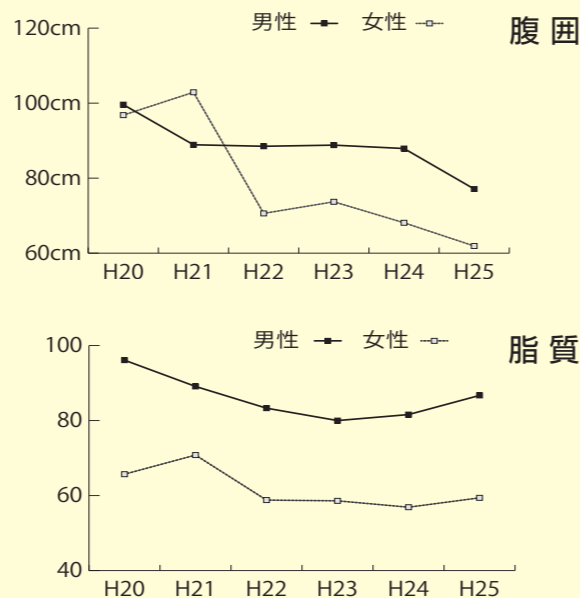
尿たんぱくが陽性の状態が続いている場合や腎臓の働きが低下している場合を『慢性腎臓病(CKD)』といい、新たな国民病ともいわれ、注目されています。初期には自覚症状はありません。



今年度から血清クレアチニン検査が追加になりました!

### 特定健診受診者の腹囲と脂質の推移

(上市町国保加入者平均)



特定健診を受けている人のデータは、改善してきています。

### なぜ内臓脂肪が蓄積すると良くないのか?

メタボリックシンドロームの判定基準は、腹囲(男性85cm以上/女性90cm以上)に加えて、高血糖、脂質異常、高血圧によって行われます。おなか周りが大きいだけではメタボの判定とはなりません、腹囲測定は内臓脂肪蓄積の目安を知るのに有効的であると言われています。

### 内臓脂肪は「普通預金」、皮下脂肪は「定期預金」

脂肪には、内臓脂肪と皮下脂肪の2タイプがあります。貯金の種類にたとえると、内臓脂肪は出し入れ自在な「普通預金」、皮下脂肪はだんだんたまる積立タイプの「定期預金」のようなものです。

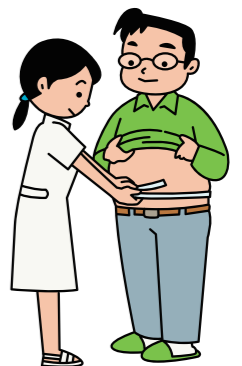
### ◎内臓脂肪

おなかの内臓の周りにつく脂肪。おなかのぼっこり出ている人は、この内臓脂肪が蓄積している可能性が高いと言えます。たまりやすいですが、運動などで減りやすい特徴があります。増えすぎると高血糖、高血圧、高脂血症の原因になる物質を分泌します。

そのため、内臓脂肪型肥満の人は、血糖値、血圧、中性脂肪、コレステロール値などに異常が出やすくなります。内臓脂肪は体につきやすい反面、運動や食生活の見直しなどによりとれやすいという特徴があります。

### ◎皮下脂肪

少しずつたまっていき、運動をしても減りにくい特徴があります。下腹部やおしり、太ももなど皮膚の下に脂肪がたります。



柿沢保育所幼年消防クラブ



上市町消防団消防操法大会

7月5日、宮川小学校グラウンドで上市町消防団消防操法大会が行われ、町内8つの消防分団が出場しました。

競技は、ポンプやホースなどの消防用機械器具の操作技術を競うもので、隊員個々の動作とチームとしての連携操作、そしてタイムにより総合的に審査されました。



競技結果

- 小型ポンプ操法の部
- 優勝▶相ノ木分団
- 次勝▶白萩分団
- 参勝▶大岩分団

女性消防団員募集 消防団に参加しませんか!

上市町消防団では、男女共同参画の基本理念のもと、火災予防や地域防災などの広報・啓発を主体に活動していただき、女性団員を募集しています。

女性消防団員は、消防団組織の活性化や住民のニーズに応える方策として全国的に広がっており、今後さらなる活躍が期待されています。

女性ならではの視点を生かし、消防団活動に意欲ある方の入団をお待ちしています。

※入団を希望される方は上市消防署(庶務係)までご連絡ください。(TEL 076-472-2244)

※町内に在住または在勤の方で20歳以上65歳以下の方を対象とします。

※原則として、平時のみの活動とし、災害現場には出動しません。

公 民館だより

Community Center News

8月の予定

◎公民館行事

公民館名	内 容	実施日	公民館名	内 容	実施日
音 杉	いきいきサロン「敬老の集い」	23(日)	南加積	介護予防運動	5・19(水)
宮 川	こども習字教室	6・20(木)	公民館サロン		28(金)
	避難訓練	6(木)	自然体験教室 学校林ハイキング		29(土)
	清掃奉仕活動	8(土)	柿 沢	社会見学会	5(水)
	料理教室	18(火)	弓 庄	デジカメを楽しもう	7(金)
白萩西部	コラム「天地人」書写教室(3回目)	29(土)	弓 庄	納涼フェスティバル	13(木)
			南加積	三代目ふれあいカローリング大会	24(月)

◎エンジョイ教室

公民館名	内 容	実施日
宮 川	社会見学会	21(金)
白萩西部	ゲートボール教室	6(木)・19(水)
弓 庄	親子でデジカメを楽しもう	7(金)

◎その他

公民館名	内 容	実施日
宮 川	ジュニア囲碁教室	1・8・15・22・29(土)
南加積	こども・おとな・囲碁・将棋教室	1・22(土)

広告

広告欄

7月6日から1週間、上市中学校の2年生4名が役場で職場体験。

いろんな仕事を手伝う中、他の事業所で働く仲間たちの仕事の様子取材にいきました。本号では、中学生が仕事に奮闘する様子を写真で紹介します。



僕達も取材に同行し、紙面づくりに協力しました。



お客様に心をこめて挨拶 (松井エネルギー)



車椅子介助 (かみいち総合病院)



子ども達のお世話 (三日市保育所)



体力づくり (上市消防署)



ニジマスの放流作業 (上市第2ダム)



草刈作業 (千石キャンプ場)

まがよくなりました!



取材依頼 (役場)



感想をインタビュー (米井建設)

広告

広告欄

## 開館30周年を音楽で盛大に祝う

6月23日

宝くじまちの音楽会 岩崎宏美With宗次郎

6月23日、上市町北アルプス文化センターで開館30周年を記念し、宝くじの助成を受け「宝くじまちの音楽会」を開催しました。岩崎宏美さんは素晴らしい歌声を、オカリナ奏者の宗次郎さんはオカリナの美しい音色を響かせ、満席の会場を魅了しました。

この音楽会は、上市町と上市町健康文化振興財団、富山県および（一財）自治総合センターが主催。岩崎さんが「聖母たちのララバイ」をはじめとする代表曲を歌い、宗次郎さんは「天空のオリオン」などを披露しました。

また、地元の北アルプス混声合唱団と上市女声合唱団、ガールスカウト県連盟第36団の計85人も出演し、「浜辺の歌」「翼をください」の2曲を2人の歌と演奏に合わせて合唱しました。



▲ 岩崎宏美さん、宗次郎さんと地元合唱団との共演



▲ 防犯の約束を書いた短冊を風船に結んで空へ飛ばす児童

## 短冊に防犯の約束

7月3日

南加積小で防犯七夕集会

7月3日、南加積小学校で防犯七夕集会が行われ、1・2・3年生50人が、短冊に願いを込めました。

この防犯七夕集会は、中新川地区防犯協会南山支部（伊井好作支部長）と同校が毎年続けている恒例行事で、児童代表の6人が願い事や防犯の約束を発表した後、児童全員で2本の竹と風船に短冊を飾り付けました。

なお、中新川地区防犯協会では、鍵かけキャンペーンに取り組んでいます。

## 夢をちからに

7月7日～10日

JFA こころのプロジェクト

7月7日から10日までの4日間、町内各小学校で5年生を中心に、日本サッカー協会（JFA）の「こころのプロジェクト・夢の教室」が開催されました。

元Jリーグ選手の佐藤悠介さん、山田隆裕さんの他、2004年世界ジュニア陸上4位の湯田友美さんの3名が「夢先生」として各小学校を訪れ、子ども達に夢を持つことの大切さや仲間と協力することの



▲ 山田先生、小林先生と記念写真

重要性を伝えました。

夢の教室では、まず最初に夢先生のアシスタント役を務める元サッカー女子日本代表の小林弥生さんが児童と運動遊びで勝負。

小林先生に勝つためのアイデアをみんなで考え、力を合わせることでチームワークの大切さを学びました。

後半は、教室で夢先生の講義が行われ、佐藤先生は少年時代に友人の励ましがあって途中であきらめない強い気持ちを持てたことに触れ、「言葉の力」と「感謝の気持ち」の大切さを子どもたちに伝えました。

山田先生は、辛いことがあっても途中であきらめずにやり遂げたことが成長と自信につながったことなどを話されました。



▲ 自身の体験や思いを熱く語る佐藤先生

## 友好を続けて半世紀

6月26日

上市町九十九里町姉妹都市締結50周年記念式典

6月26日、上市町役場で千葉県九十九里町との姉妹都市締結50周年記念式典を開催しました。

両町の関係者約40人が長きにわたる友好を振り返り、今後も絆を深めることや互いの発展を誓い合いました。

記念品として、剣岳、九十九里浜など両町の風景を描いた絵画を互いに贈り、両町長が目録を交換し、固い握手を交わしました。

上市町の配置業販売業者が九十九里町を訪れていた縁で、1965年に姉妹都市となって以来、剣岳雪のフェスティバルと九十九里町で行われる祭りやイベントで毎年相互に訪問し、出店して特産品を紹介したり、中学生がスポーツの交流試合を行ったりして交流を深めています。



▲ 川島九十九里町長と握手する伊東町長



▲ 九十九里町の皆さんとの記念写真

## かみいちのPRはまかせてください

7月3日

「2015観光大使かみいち」が決定！！

先月、上市町観光協会（坂井穂悦会長）は、上市町の魅力を全国へ発信する「観光大使かみいち」を募集したところ、全国から応募があり、その中から美容学校非常勤講師の小柴千晶さんと会社員の谷口絵梨子さん、東京理科大3年生の高藤優奈さんの3名を選びました。

7月3日、2015観光大使かみいちへ任命した3名を上市町役場でお披露目し、10月に同町で行われるフォトゲイニング大会用のポスターの撮影と研修会を実施しました。

観光大使の任期は来年2月28日までとなっていて、その間、県内外の様々なイベントに参加して上市町をPRしていきます。

3人は、「多くの人に上市の魅力を知ってもらいたい！」などと今後の意気込みを語ってくれました。

## 看護師が働きやすい病院を目指して

受賞！

かみいち総合病院 ワーク・ライフ・バランスの推進

かみいち総合病院は、看護師等のWLB（ワーク・ライフ・バランス）推進ワークショップ事業に3年間取り組んだ実績を評価され、日本看護協会から「カンゴザウルス賞」を受賞しました。

看護師が病院で働き続けることができる環境づくりに取り組んだことによって、職場の雰囲気や職員の意識がだんだんと良い方向に変化しています。

かみいち総合病院は今後もWLB推進に努め、新人看護職の離職率8年間0%の継続を目指していきます。



▲ 賞状とカンゴザウルス君

# お知らせ Information ページ

## 募集



**「自立型人材育成コーチング事業」受託事業者の募集**  
産業課商工観光班（内線363）

上市町では処遇改善に取り組み事業所に対して、経営者層への個別コーチング及び従業員への人材育成研修を実施する受託事業者を募集いたします。

委託期間▼契約日（8月下旬予定）から平成28年3月

委託契約の方法▼公募型プロポーザル方式による随意契約

応募方法▼8月17日（月）から24日（月）までの間に、産業課商工観光班（役場3階）まで応募ください。

実施要項、留意事項及び提出書類の様子は、上市町のホームページからダウンロードしてください。

## アルプスの湯テナント事業

上市町健康文化振興財団  
☎473・9363

場所▼アルプスの湯1階 約25㎡

目的▼売店  
（食料品、入浴用品、町の特産品等）

日	時間	場所	お問い合わせ先
年金相談	8月25日（火） 午前10時～午後3時	働く婦人の家	町民課（内線145）
人権・行政相談	8月12日（水） 午後1時～4時	保健福祉総合センター	町民課（内線141）
健康相談	毎週月～金（祝日除く） 午前9時～午後5時	保健福祉総合センター	福祉課 ☎473・9355
消費生活相談窓口	毎週月・火・木・金曜 午前中	町民課相談窓口	町民課（内線103）
※消費生活相談窓口は、交通事故に関する相談も行っています。			
法律相談（予約制）	8月11日（火） 午前9時～11時	保健福祉 総合センター 相談室	総合相談窓口 社会福祉協議会 ☎473・9300
結婚相談	8月11日・25日（火） 午後1時～4時		
心配ごと相談	8月19日（水） 午後1時～3時		
生活・就労相談	8月11日（火） 午前10時～11時30分		

### 貸付条件

①開始日 9月2日（火）から  
②営業日・時間 アルプスの湯に準ずる（休館日 月曜日）  
③賃借料 1万2960円（月額）  
※光熱水費別途負担

受付期間▼8月4日（火）から14日（金）  
午前9時～午後5時

審査及び選定結果▼書類審査、面接審査等を行った後、選定結果を8月21日（金）までに応募者に通知する予定です。

応募方法・内容等、詳細はお問い合わせください。

## 自衛官募集

自衛隊魚津地域事務所  
☎0765・24・1036

○陸・海・空自衛官候補生  
年齢▼18歳以上27歳未満の者  
男子▼年間を通じて受付  
女子▼受付8月1日（土）～9月8日（火）  
（試験日は受付時にお知らせ。）

○一般曹候補生  
資格▼18歳以上27歳未満の男女  
受付期間▼8月1日（土）～9月8日（火）  
（一次試験 9月18日（金）～19日（土）  
いづれか1日）

○航空学生  
資格▼高卒（見込含む）  
21歳未満の男女  
受付期間▼8月1日（土）～9月8日（火）  
（一次試験 10月9日（金））

## 開催



**薬膳特産品開発セミナー**  
笑農和 ☎456・3853  
日時▼8月26日（水）  
午後2時～午後5時

本とあそぼうおはなし隊  
（株）上市まちづくり公社  
☎473・2375

講談社のおはなし隊が全国訪問しキャラバンカーがカミールにやってくるよ！読み聞かせ、キャラバンカー搭載絵本の鑑賞

日時▼8月24日（月）  
1部 午前10時00分～午前10時30分  
2部 午前10時40分～午前11時10分  
読み聞かせ▼  
カミール2階イベント広場  
キャラバンカー搭載絵本▼  
西中町駐車場



## 剣健康マラソン・かみいちスポーツまつり

上市町教育委員会事務局  
生涯スポーツ班（内線348）

第31回剣健康マラソンと第15回かみいちスポーツまつりを9月27日（日）に開催します。

詳細は「広報かみいち9月号」でお知らせします。

## はたちのつどい

上市町教育委員会事務局  
生涯学習班（内線344）

成人を祝う「はたちのつどい」を平成28年1月10日（日）午前10時30分（予定）から開催します。

詳細は「広報かみいち12月号」でお知らせします。

対象▼平成7年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方

## 女性のためのプチ起業塾

事務局（株式会社ジーアンドエス）  
☎076・222・7234

日時▼午後6時30分～午後9時  
9月14日（月）、28日（月）、10月19日（月）  
11月2日（月）、30日（月）、全5回  
チャレンジ出店▼11月21日（土）  
場所▼カミール

対象▼起業準備中、起業に興味のある女性など  
定員▼15名（先着順）  
参加費▼1200円（全5回受講分、町外の方は2000円。単発受講可。）  
申込期日▼8月21日（金）  
詳細、お申込み等は、上市町ホームページでご確認ください。

### お盆期間中のごみ収集日程

町民課生活環境班（内線141）

12日（水）	通常どおり収集
13日（木）	「燃やせるごみ」のみ収集（該当地区のみ）
14日（金）	お休み

## 平成27年度 屋外広告物講習会

富山県土木部建築住宅課観係  
☎444・9661

富山県では、屋外広告物を営む方を対象に、屋外広告物の表示や設置に関する必要な知識を修得していただくため、富山県屋外広告物条例に基づく講習会を開催します。

屋外広告物を営むためには県の登録を受ける必要があります。講習会修了者等の業務主任者をおこなければ登録を受けることができますのでご注意ください。

日時▼8月26日（水）  
午前9時30分～午後4時30分

場所▼富山県民会館  
（富山市新総曲輪4番18号）

対象▼屋外広告物を営む方または営もうとする方  
受講手数料▼3000円  
（富山県収入証紙により納付）

## お知らせ



**受診時のお願い**  
かみいち総合病院事務局  
☎472・1212

神経精神科の初診時には診察に時間を要するため、ご来院時に受診できない場合があります。大変お手数ですが、当日に受診可能かどうか来院前にご確認ください。

## 富山県地域医療再生 修学資金貸与制度

富山県厚生部医務課  
☎444・3218

富山県では、将来県内の公的病院等で医師として診療に従事する意志のある医学生に対し、修学資金を貸与する制度を設けています。

一定の要件を満たした場合に返還が免除になる場合があります。

募集期間▼7月1日（水）から9月24日（木）まで。

詳細は、お問い合わせください。

## 納税・納入

町・県民税2期  
国民健康保険税2期  
後期高齢者医療保険料2期  
納期限▼8月31日（月）  
日時▼8月31日（月）  
午後5時～8時

場所▼財務課10番窓口

## 善意銀行

【窓口】上市町社会福祉協議会  
（平成27年6月11日～7月10日）  
3万円 上市町仏教会様  
9991円、  
タオルなど他3件 匿名様

## マイナンバー制度 ～個人情報の安心・安全対策について～

総務課行政班（内線215）

マイナンバーは、制度面とシステム面の両方から個人情報を保護するための措置を講じています。

- | 制度面                                      | システム面                                     |
|--|---|
| ① 法律に規定があるものを除いて、マイナンバーを含む個人情報の収集・保管の禁止。 | ① 個人情報を一元管理するのではなく、従来通り管轄する行政分野による分散した管理。 |
| ② なりすまし防止のためマイナンバーを収集する際の本人確認。           | ② システムにアクセスできる人の制限及びアクセス記録の管理。            |
| ③ 法律に違反した場合、重い罰則。                        | ③ 行政機関間では、マイナンバーを直接用いず、暗号化した連携符号の使用。      |
| ④ 特定個人情報保護委員会（第三者機関）による番号管理の監視・監督。       |   |

詳しくは、内閣官房ホームページ <http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/> などでご確認ください。

お問い合わせ先▶全国共通ナビダイヤル ☎0570(20)0178



### 55歳以上の再就職をサポート!

#### とやまシニア専門人材バンク

富山県では、専門的知識や技術、経験を生かして就労を希望する55歳以上の方とこれらの人材を求める企業とのマッチングを図るため、人材バンクで窓口やインターネットでの情報提供のほか、職業相談、職業紹介業務を行っています。

#### お問い合わせ先▶

富山市湊入船町9番1号  
(とやま自遊館2階)  
とやまシニア専門人材バンク  
☎ 444-4289

### 健康で働く意欲のある高齢者!

#### シルバー会員募集中

地域社会に役立つ仕事がしたい。健康と生きがいのために働きたい。毎日は無理だが少しでも働きたい。少しでも収入が欲しい。仲間づくりをしたい。

60歳以上で、健康で働く意欲のある方  
まずは、お電話ください。

お問い合わせ先▶公益社団法人  
上市町シルバー人材センター  
☎ 472-4567

### 上市町シルバー人材センター

#### クリーンサービス技能講習

対象▶シルバー派遣就業を希望する原則 60歳以上の高齢者で、シルバー会員、又は今後会員となってシルバー派遣就業を目指す方

定員▶15名 受講料▶無料  
内容▶清掃の基本、道具の使い方の知識と掃除の実習

開催日▶10月19日(月)、20日(火)  
会場▶上市町シルバー人材センター  
町民体育館  
申込期間▶9月14日(月)～10月7日(水)  
☎ 472-4567

### 再就職をめざす求職者の方を対象に職業訓練を実施

#### 求職者支援訓練の受講生募集

##### 簿記FP販売士科▶

訓練期間 9月11日(金)～1月8日(金)  
募集期間 8月18日(火)まで 訓練実施場所(お問い合わせ先)  
クレセントパソンスクール桜町校 ☎076-432-7676

##### しっかり学ぶパソコン・ホームページ基礎科▶

訓練期間 9月24日(木)～1月22日(金)  
募集期間 8月25日(火)まで 訓練実施場所(お問い合わせ先)  
クレセントパソンスクール桜町校 ☎076-432-7676

##### 対象者▶

ハローワークで求職の申し込みをしている方等。  
※選考があります。受講料は無料、テキスト代等は必要です。

##### お問い合わせ先▶

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構  
富山支部 ☎0766-28-6900  
滑川公共職業安定所 ☎076-475-0324

### 戦没者を追悼し平和を祈念する日

#### 8月15日に黙とうを

毎年8月15日は、先の大戦において亡くなられた方々を追悼し、平和を祈念する「戦没者を追悼し平和を祈念する日」とされています。当日は、日本武道館において政府主催の「全国戦没者追悼式」が行われます。正午には先の大戦で亡くなられた多くの方々のご冥福をお祈りし、平和を願って1分間の黙とうをお願いします。

### 平成27年度後期高齢者歯科健診

#### 歯科検診のお知らせ

虫歯等の早期発見・早期治療とともに、歯磨き指導などを行うことによって、口の中の環境を改善し、誤嚥性肺炎など高齢者の方に多く発生する病気の予防のきっかけ作りを目的として後期高齢者歯科健診を実施します。

対象者▶昭和14年4月1日～昭和15年3月31日生まれの方(前年度に75歳になられた方)※対象者の方へ8月上旬に「歯科健診のご案内」等の書類を送付します。

健診期間▶9月1日(火)～11月30日(月)※受診には事前に医療機関への予約が必要です。

実施機関▶富山県内の歯科医療機関  
※一部実施していない医療機関がありますので、送付書類でご確認ください。

健診内容▶口腔診断、歯周病・口腔衛生診断、嚥下(飲み込み)機能の検査

持ち物▶送付書類一式、被保険者証

費用▶無料 ※健診の結果、治療に入る場合は別途治療費がかかります。

##### お問い合わせ先▶

富山県後期高齢者医療  
広域連合  
☎ 076-465-7504



## 2つの給付金

# 臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金のお知らせ

～消費税率引き上げによる、所得の低い方や子育て世帯の負担を緩和するため、暫定的・臨時的に次の給付金を支給します～

平成27年度は、2つの給付金のどちらの要件にも該当する方については、両方の支給対象となります。その場合、両方の給付金それぞれに申請が必要です。

## 1

### 臨時福祉給付金 ㊟ 福祉課社会福祉班(内線7121・7124)

#### 支給対象者

平成27年1月1日において、上市町に住居登録されている方で、平成27年度町民税(均等割)が課税されない方が対象。ただし、次の方は対象外です。

- ・町民税を課税されている方の扶養親族等
- ・生活保護制度の被保護者

#### 給付額

対象者1人につき6千円  
給付は、申請受付から1ヵ月後を予定

#### 申請期間

9月1日(火)～12月1日(火)

#### 申請方法

支給対象者となる可能性のある方には、申請書を8月末頃に送付します。  
(申請書が届いた方でも対象とならない場合があります)  
必要書類を同封の上、返信用封筒で、郵送にて申請してください。

郵送申請が原則ですが、役場へ持参される場合は次の窓口で受付いたします。  
上市町役場2階 臨時福祉給付金担当窓口  
8:30～17:15(土日、祝日を除く)



## 2

### 子育て世帯臨時特例給付金 ㊟ 福祉課児童班(内線7231) ※申請受付中

#### 申請期間

6月15日(月)～9月15日(火)

#### 申請方法

今年度については、児童手当現況届に申請欄を設けてあります。児童手当受給切替対象者、公務員の方は期間内に窓口へ提出して下さい。

#### 申請対象

6月分の児童手当受給者

#### 担当窓口

福祉課児童班(つるぎふれあい館2階)

※「臨時福祉給付金」や「子育て世帯臨時特例給付金」に関する振り込み詐欺や個人情報の搾取にご注意ください。

### 刑務所作業製品展示即売会

#### 第36回富山矯正展

「社会を明るくする運動」の一環として、犯罪や非行のない明るい社会を築くことを目的に実施します。

日時▶9月5日(土)

午前9時30分から午後4時

場所▶富山刑務所

内容▶施設見学、受刑者の生活状況などのパネル展示、コンピュータによる性格検査、刑務所作業製品の販売、模擬店コーナーなど

お問い合わせ先▶富山刑務所  
企画部門(作業) ☎ 429-3744

### 「年金情報流出」を口実にした犯罪にご注意ください!

#### 年金だより

㊟ 町民課住基戸籍班(内線145)

日本年金機構では年金情報流出に関して、電話等でのご連絡やお金の要求、ATMでの操作をお願いすることは一切ありません。

流出が確認された方への新しい基礎年金番号を郵送で順次お知らせしています。ご自身の情報流出に関して、ご心配な方は日本年金機構専用電話窓口までご相談ください。

日本年金機構への不正アクセスにより、年金が減ったり、流出した情報を他人に悪用されたりすることで、ご自身の年金を受け取れないということはありません。

また、不正アクセスにより、年金の支払いが滞ることはありません。万が一、支給月の15日を過ぎても支払いがない場合は、魚津年金事務所までお問い合わせください。

お問い合わせ先▶日本年金機構専用電話窓口 ☎ 0120-818211

## 広告欄

## 広告欄

### 総務省・都道府県・市区町村

9/10㊟

#### 国勢調査2015 平成27年国勢調査

国勢調査は、平成27年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。

国勢調査については、「国勢調査2015キャンペーンサイト」をご覧ください。<http://kokusei2015.stat.go.jp/>「国勢調査2015」で検索!

### 第6回富山県民感謝キャンペーン

7/25㊟～8/31㊟

#### 立山黒部アルペンルート

県民を対象に、立山駅～扇沢間の乗り物運賃が2割引。その他、立山駅までの富山地方鉄道運賃も2割引となります。詳細はお問合せください。

お問い合わせ先▶立山黒部貴光(株)「富山県民感謝キャンペーン」事務局 ☎ 432-2819



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27年 4月生	8月 6日(休)	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27年 5月生	9月 3日(休)			
1歳6か月児健診	平成26年 1月生	8月 5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	※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26年 2月生	9月 9日(休)			
3歳児健診	平成24年 4月生	8月 27日(休)	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)。
	平成24年 5月生	9月 24日(休)			
離乳食教室	平成27年 2月生	8月 19日(休)	9:00～9:30	母子健康手帳・エプロン	※要予約
	平成27年 3月生				
すくすく教室	平成26年 11月生 12月生	8月 19日(休)	13:00～13:30	母子健康手帳	※要予約

## ヘリカルCTによる肺がん検診のご案内

毎年人気!  
早めの予約をお待ちしています。

日時▶ 8月30日(日) 午後1時～3時  
内容▶ 問診とヘリカルCT検査(コンピューター断層撮影)  
場所▶ つるぎふれあい館 定員▶ 50名  
費用▶ 本年度に到達する年齢が  
50・55・60・65・70歳の方 3,300円  
それ以外の方 5,800円  
予約方法▶ 8月20日(休)までに上市町保健センターへ  
ご予約ください。



一定速度で移動する寝台にあおむけになり、約15秒息を止めているだけの検査です。  
連続回転スキャンで肺全体をミリ単位で断層した連続X線画像を作成します。

ヘリカルCTは、解像力に優れ、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)を発見することができます。

### 肺がんになるリスクが高いため、ヘリカルCT検診をお勧めしたい方

- ・(喫煙年数×1日の喫煙本数)が600以上の方
- ・家庭や職場で受動喫煙のある方
- ・親族に肺がん患者が多い方
- ・粉塵、排ガスを吸う時間が多い方

### 夏休みを利用して、予防接種を受けましょう

学童期以降で受ける定期的予防接種は、次のとおりです。  
・2種混合(小学校6年生で1回)  
・日本脳炎第2期(9～13歳未満で1回)

なお、日本脳炎については、平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれで、第1期(初回2回、追加1回)、第2期(第1期接種後、概ね5年おいて1回)の接種が終わっていないお子さんは20歳未満まで接種することができます。  
また、本年度、第2期の積極的勧奨の対象は**18歳(高校3年生)**です。

接種期間内に受けることができなかった場合は、任意接種(有料)となります。夏休みを利用して早めに予防接種を済ませましょう。

接種券・予診票を紛失された方は、再発行できますので、母子健康手帳を持参のうえ、保健センターの窓口にお越しください。

### かみいち総合病院

※予約制

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▶ 8月8日(土)・22日(土)  
8:30～12:30(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



## 子育て支援教室

☎ 473-2375

内容▶ 夏バテ解消術を学ぼう  
～自宅でできる簡単な骨盤体操、ストレッチ♪～  
日時▶ 8月20日(休) 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 わんぱくひろば  
対象▶ 0～3歳児を持つお母さん・保育者  
※お子様連れでご参加ください。  
講師▶ カイロプラクティック総癒館 富山本院  
参加費▶ 無料  
持ち物▶ 汗拭きタオル、お茶  
服装▶ 動きやすい服装

身体のゆがみを調整して  
心身の疲れをすっきり解消

## こどもの城

(8月予定) ☎ 473-0001

休館日 14・15・16日

※害虫駆除のため、14日(金)、15日(土)お休みします。16日(日)は休館日です。

○午前10時30分～  
ぞう組(2歳児) 5・19・26日(休)  
うさぎ組(1歳児) 6・20・27日(休)  
ちびっこ広場(6カ月～1歳頃) 4・18日(休)

クニフ	将棋	8・22日(土)	午前10時～
	合唱	8日(土)	午前9時～
教室	パソコン教室(要予約)	4日(休)	午前10時～11時
	こどもクッキング(要予約)	8日(土)	午前9時30分～
	手芸教室(かご作り)(要予約)	26日(水)	午後1時30分～
	体操教室(ボール遊び)	22日(土)	午後2時00分～
その他	ポーチづくり	9日(日)	午前10時30分～11時30分
	プラバンづくり	23日(日)	午前10時30分～11時30分



## 介護保険アレコレ

☎ 中野川広域行政事務組合 介護保険課 ☎ 464-1316

### 介護(予防)サービスの利用方法について



#### 介護(予防)サービスを利用できる方

- ・65歳以上の方  
原因を問わず、日常生活を過ごすために介護や支援が必要な方
- ・40～64歳の方  
特定疾病(脳血管疾患、末期がんなど)により、介護や支援が必要な方

#### 申請から、サービス利用までの流れ

- ①申請
- ②訪問調査
- ③要介護認定
- ④結果通知
- ⑤サービスの利用
- ⑥サービス利用料の負担

#### 8月の保険料(65歳以上の方)

- ・普通徴収 第2期 8月31日納期限(口座振替の方は、残高をご確認願います。)
- ・特別徴収 第3期 8月の公的年金支払い時に天引きされます。

## すこやかサロン

health  
Column

### 心房細動による脳梗塞



かみいち総合病院  
診療部長

野上 予人

脳梗塞のおこるメカニズムには3種類あります。高血圧が原因で脳深部の細動脈が詰まるラクナ梗塞が以前は多くありましたが、一方、糖尿病・脂質異常症・高血圧や運動不足などが原因で頭蓋内外の太い動脈の動脈硬化が生じ発症するアテローム性動脈硬化や、年齢と共に罹患頻度が増える心房細動が原因の心房性脳塞栓は、高齢化に伴い増えていきます。著名人(カントクおふたりが有名)が、このタイプの脳梗塞で突然倒れたのはご存知かもしれません。心房細動では心房がけいれんす

るように小刻みに震えて、血液のよどみが生じて血の塊(血栓)ができやすくなります。それがはがれて、脳動脈に流れ込み、脳梗塞が生じます。心房細動は加齢と共に増加し、70歳代の5%、80歳代の10%でみられます。そのまま放置すると、5%の人が脳梗塞になります。抗凝固薬という薬を内服する事で、脳梗塞の発症を約60%抑制出来ます。心房細動では、動悸の自覚症状があれど気づきませんが、無症状のことも多く、診断の第一歩は定期的な心電図検査です。年に1回は健診で心電図検査を受け、心房細動が指摘されたら、主治医に相談

from kamiichi general hospital

### 地域包括支援センターからのお知らせ

お問い合わせ先 ☎ 473-2811

#### ○おれんじカフェ

日時▶ 8月13日(木) 午後1時30分～3時  
場所▶ まちなか交流プラザカミール  
2階 お休み処 市姫  
参加費▶ 120円 ※申し込み不要。

#### ○介護予防教室

参加費無料。水分、タオルを各自持参。  
宮川公民館▶ 毎月第1・3火曜  
午後1時30分～2時30分  
南加積会館▶ 毎月第1・3水曜  
午後1時30分～2時30分  
カミール2階▶ 毎月第1～4金曜  
午前9時30分～11時30分

ふるさと町民学園

教育委員会事務局 生涯学習班 (内線 381)

【申込受付開始】8月10日(月) 午前8時30分から (電話のみ)

講座名	ヘルシーゼミナール	園芸入門講座	自然環境講座	・ 剣生がい大学
内容	健康寿命と介護予防	梨の摘み取り体験“さらか梨” (製法と風土を活かした藤岡梨園)	自然界にある放射線 なあ〜に! (北陸電力ワンダーラボ)	小竹貝塚に生きた人の 素顔と生活の跡(富山 県埋蔵文化財センター)
講師	かみいち総合病院 内科医員 中村 一樹 氏	藤岡農園 代表 藤岡 正明 氏	北陸電力エネルギー科学館 ワンダーラボ サイエンス・プロデューサー 戸田 一郎 氏	富山県埋蔵文化財 センター 所長 安念 幹倫 氏
日時	22日(土) 13:30~15:00	28日(金) 9:00~12:30	20日(水) 9:00~16:00	
場所	働く婦人の家 2階	藤岡梨園、 黒河コミュニティセンター (集合) 北アルプス文化センター前	北陸電力エネルギー科学館ワンダー・ラボ、 小竹貝塚、富山県埋蔵文化財センター (集合) 北アルプス文化センター前	
定員	— (申込不要)	70名 (要申込)	各70名 (要申込)	
費用	無料	2,200円 飲み物持参	300円 弁当持参 (食事処あり)	

北アルプス文化センター催し案内 ☎ 473-1818

第29回 上市町美術展

日時▶ 8月26日(水)~30日(日) 午前9時~午後6時  
作品搬入日▶ 8月12日(水) 午後1時~7時  
応募資格▶ 町内在住者・出身者(高校生以上)・町内在勤者および在学者  
部門▶ ○絵画 ○彫刻・工芸 ○書 ○写真  
表彰▶ 入選作品の中から、優秀な作品を表彰します。

ご寄付感謝

上市町の文化振興として200万円 上市町工場協会 様

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
ピラティス(朝)	㊤	10:30	10 24 31
ジュニアビック教室	㊤月	18:00	3 10 24 31
ジュニアバレー教室	㊤	19:00	3 10 24 31
はつらつ卓球(ラージ球)	㊤	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)	㊤	10:00	5 12 19 26
シニアエクササイズ相ノ木	㊤水	13:30	5 19 26
サッカー教室	㊤	18:00	5 12 19 26
かけっこ教室	㊤	18:00	5 19 26
楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球)	㊤	10:00	6 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 20
ストレッチヨーガ	㊤	15:30	6 20 27
ピラティス(夜)	㊤	19:30	6 20 27
やわやわピクス	㊤金	10:30	7 21 28
パワーヨーガ	㊤	19:30	7 21 28
うんどう教室	㊤土	15:00	1 8 22 29
トランポリン教室	㊤	16:15	1 8 22 29

㊤ カミール ㊤ 働く婦人の家 ㊤ 宮川公民館  
㊤ B&G 体育館 ㊤ ウェルネススポーツセンタープール  
㊤ 相ノ木公民館 ㊤ 相ノ木小学校グラウンド

アルプスの湯 ☎ 473-9333

夏休み家族ふれあい風呂体験特別企画実施中!  
8月30日(日)まで、小学生以下入場無料

【8月の催し物】

- (午後0時30分~ 観覧無料)
- 1日(土) 松前一座 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
- 22日(土) 藤山一座 公演
- 29日(土) もみじの会 歌と舞

【入浴ポイントカード実施中】

ご入浴1回につき1ポイント進呈。10ポイントで1回の入浴サービス。※2・6ヶ月券とは併用できません。

うえるねす通信 ウェルネススポーツセンター ☎ 473-2070

ジュニアスイミングのすすめ!

「スイミングスクール」ってどんなところ?体験してみよう!

毎日暑い日が続いていますね。夏バテ予防には、「よく食べ、よく寝る」も大切です。夏休みでも規則正しい生活を心がけ、元気に夏を乗り切りましょう!

さて、今回は水泳シーズン真っ只中!!  
「ジュニアスイミングスクール無料体験Week!!」のご紹介です。

ウェルネススポーツセンターのジュニアスイミングスクールでは、どのようなレッスンをしているのか? プールに遊びに来ませんか?

日時▶ 8月3日(月)~8日(土) ※5日(水)の休館日は除く  
平日 ①16:20~17:30 ②17:20~18:30  
土曜 ① 9:50~11:00 ②14:30~15:40

対象▶ 小学生(1~6年生) 定員▶ 各クラス5名  
参加費▶ 無料(お一人様2回まで体験できます!)  
持ち物▶ 水着・水泳帽・バスタオル 申込み▶ お電話ください。(申込みの際に、希望曜日・時間をお知らせ下さい)

ウェルネススポーツセンターでは、スイミングスクールだけでなく、ジュニア体操教室(体力づくり教室)や学習教室も開講しています。お気軽にお問合せ下さい。

柿沢コミュニティセンター教室案内

【陶芸教室】 ☎ 473-8100

講師▶ 越中瀬戸焼千寿窯 吉野 香岳 氏  
日時▶ 8/5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)

【夏休み工作教室】

講師▶ あかり工房 KAZU 浦田 和夫 氏  
日時▶ 8/1日(土)・15日(土)・29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▶ 8/20日(水) 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▶ 8/23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

煎茶(皇風)	3	17	(月)
3B体操	3	10 17 24	(月)
書道	10	24	(月)
華道(池坊)	10	24	(月)
リアリティフラワー	10	24	(月)
心太極拳	10	24	(月)
手芸・手編み	4	18	(火)
フラワーデザイン	4		(火)
絵てがみA		18	(火)
絵てがみB	11	25	(火)
刺し子・リフォーム	11	25	(火)
オカリナ		18 25	(火)
新川民謡研究会	4	11 18 25	(火)
社交ダンス(火)	4	11 18 25	(火)
茶道(遠州)	5		(水)
パッチワーク		19	(水)
フォークダンス	5	12 19 26	(水)
ちぎり絵		26	(水)
社交ダンス(水)	5	26	(水)
料理(昼)	6	20	(木)
大正琴	6	20	(木)
茶道(表千家)	6	27	(木)
茶道(裏千家)		27	(木)
料理(夜)	7	21	(金)
相撲甚句	7	21 28	(金)
民舞踊	7	21 28	(金)
盆踊り		21	(金)
太極拳	7	21	(金)
ちりめん手芸		28	(金)
レザークラフト		16	(土)
フラダンス	1	8 22	(土)
シルバーアクセサリ	1	8 22 29	(土)
ペン習字		12 (水) 24 (月)	
吹矢	4	18 (火) 6 20 27 (木)	

今月の図書館カレンダー

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	31					

黒地に白文字の日は休館日

開館時間

午前10時~午後6時

今月の催し

- 絵本のよみかきかせの会  
日時▶ 8/9日(日)午前11時~  
場所▶ 絵本コーナー
- 読書会『生麦事件』吉村 昭 / 著  
日時▶ 8/28日(金)午後1時30分~ 場所▶ 3階対面朗読室

夏休み読書カード

実施中!

図書館ホームページでも、新着本情報などがご覧いただけます。

一般書

稼ぐまちが地方を変える 木下 斉 / 著  
著者は、地域で事業を行うときはいつも、まちを一つの会社に見立てて経営し、稼ぎを増やせば公共サービスをさらに充実させることも可能になると述べている。  
これまで経験してきた「まちづくり」に関する取組の実体験と、それに基づく「稼ぐための教訓」をまとめた一冊である。自身の仕事にたらし、読んでもらいたいとしている。

児童書

エレベーターは、秘密のとびら 三野 誠子 / 作 たかおか ゆみこ / 絵  
ある日、エレベーターの乗った主人公リセはふしぎな体験をする。どうやらリセの住むマンションの「変なうわさ」は本当らしい。ナゾときに乗り出したりリセたちが見たものは……。はたして、女の子たち三人は、謎とかが出来たのだろうか。  
ドキドキ・ワクワクが詰まった一冊。

一般書

バケモノの子…………… 細田 守 / 著  
芸人と俳人…………… 又吉 直樹・堀本 裕樹 / 著  
幽霊塔…………… 江戸川 乱歩 / 著 宮崎 駿 / 口絵

児童書

トムとジェリーのナゾトキ探偵団…………… 濱 美由紀 / 作画  
モノの数え方えほん…………… 町田 健 / 監修  
13歳の少女が見た沖縄戦…………… 安田 未知子 / 著

えほんのゆめほつけ

おはなしひよひよの会

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・15・22・29日(土) 午前10時30分~





## 第2回 温泉健康ウォーク

森林セラピーで癒し体験

森林セラピー基地など自然豊かなコースのウォーキングと、ゆったりアルプスの湯を楽しむ誰でも参加できる心と体の健康づくりです。

日時▶ 8月11日(火) 午前8時30分 集合  
コース▶ 大岩エリア

①花の家 ②大岩山日石寺周辺

定員▶ 50名(定員に達し次第、締切)

参加費▶ 3,000円(大岩ソーメン、山菜定食、お茶、温泉入浴料、保険料含む)

講師▶ 富山大学名誉教授 鏡森 定信氏

ガイド▶ 森林セラピーガイド、保健師等による付添・救護があります。

主催▶ 上市町健康文化振興財団  
上市町福祉課・産業課

お問い合わせ・申込先▶ ☎ 473-9333

8/7  
締切

### 8月11日(火) 大岩エリア スケジュール

- 8:30 集合(つるぎふれあい館 正面ロビー)
- 8:40 出発(バス)
- 8:50 大岩第2 駐車場
- 9:00 ウォーキング
- 9:45 花の家、大岩山日石寺周辺散策(セラピーガイドによる案内)
- 11:15 ウォーキング(花の家)
- 12:00 昼食(大岩)
- 13:00 健康講話(大岩)
- 14:00 入浴・休憩(アルプスの湯)後、解散

※小雨決行。雨具必要。

### 森林セラピー基地 グランドオープン 記念イベント

#### 中山セラピーウォーキング

日時▶ 9月8日(火) 午前8時~午後3時  
定員▶ 20名(定員に達し次第、締切)  
参加費▶ 1,500円(保険・森林セラピー弁当付)  
場所▶ 森林セラピー基地馬場島エリア  
ガイド▶ 森林セラピーガイド  
その他▶

午前7時50分 役場前駐車場集合。

午前8時バス出発。

天候により、中止となる場合があります。

お問い合わせ・申込先▶

産業課商工観光班  
(内線 364)

8/28  
締切



### 町の人口と世帯数

平成27年7月1日現在

人口 21,562 (-14) (-256)

男 10,308 (-12) (-94)

女 11,254 (-2) (-162)

世帯数 7,886 (-6) (+8)

( ) は前月比 ( ) は前年比

ふるさと観光

# 上市まち

## 2015

# 8月13日(木)

歩行者天国 新町→白電橋  
町流しの夕べ 新町→上中町  
花火の夕べ 白電橋周辺

やぐら焼き 午後7時30分~午後8時  
孟蘭盆精霊大供養読経 午後7時30分~  
花火の夕べ 午後8時~

楽しさいっぱい! お祭り広場

ステージイベント  
1ステージ 午後5時~5時30分  
2ステージ 午後8時40分~9時10分

納涼ビアガーデン  
JAZZライブ  
ベース 武田 悟 橋本 雅也  
ピアノ 飯野ゆい  
トランペット 小野敦央

主催 上市町商工会 ふるさと観光上市まち実行委員会  
共催 北日本新聞社 協賛 上市町・上市町観光協会

### 北陸初開催! 第1回 フォトロゲイニング® 上市まちのわ 2015

#### フォトロゲイニング大会 参加者募集!

フォトロゲイニングとは、「スポーツしながら観光する」新しいスポーツ競技です。2~5人のチームで、地図をもとに時間内にチェックポイントを回り、得点を集めます。

チームごとに作戦を立て、チェックポイントでは見本と同じ写真を撮影します。栄えある第1回大会の優勝を目指す皆様のご参加をお待ちしています!

日時▶ 10月10日(土) 午前9時 集合▶ 町文化研修センター

参加費▶ 大人 2,000円/1名 高校生 1,000円/1名  
小中学生 500円/1名 未就学児 無料

競技クラス▶ 男子、女子、混合、ファミリー

申込方法▶ スポーツエントリーにて申込受付中

<http://www.sportsentry.ne.jp/> (定員に達し次第、締切)

主催▶ 上市町、上市まちのわ推進協議会

お問い合わせ先▶ 産業課商工観光班 (内線 364)

9/30  
締切



### 編集後記

暑い日が続く中、皆さんはいかがお過ごしでしょうか。私は、今月もいろんな所で取材をさせてもらったり、休日は子どもたちにサッカーを教えたりしているの、屋外にいる時間が長く、日に日に強さを増す日差しのため、真っ黒に日焼けをしてしまいました。自分ではまだまだ若いし、これぐらいの暑さは大丈夫だと思っていたのですが、多忙な毎日の中々ゆっくりと休息がとれないこともあって少々夏バテ気味です。

この夏も様々な企画やイベントが各所で催されていますが、イベントを運営される方々、来場者の皆さまには体調に気をつけて頂き、イベントを楽しんでほしいと思います。

谷吉

編集後記