

# かみいち

いいネ！かみいち  
いいネ！地鉄電車



## 今月の主な内容

- 02 特集 子どもたちのスポーツ育成環境
- 04 お知らせページ
- 08 イベント・募集案内
- 09 福祉・相談コーナー
- 10 文化・スポーツ
- 12 保健だより
- 14 まちの動き・話題

## 今月の表紙

### 上市魅力満載号出発

1月23日、上市駅でつるぎ君ヘッドマークお披露目式および出発式が行われました。つるぎくんヘッドマーク列車の運行は、電鉄富山ー上市間を1日5往復します。

## 栄養学 研修

しっかり食べて強くなる!

## スポーツ指導者育成事業

1月24日、上市町教育委員会と町スポーツ少年団は、町保健福祉総合センターで県栄養士のヤングファミリー食育講座を活用してスポーツ栄養学研修会を開催し、スポーツ少年団のサッカーやバドミントン、空手道に所属するジュニア選手を持つ保護者20名の母親が参加しました。

講師を務めた杉森裕子管理栄養士は、栄養摂取やバランスの取れた食事などについて説明した後、練習後の疲労回復に役立つ豚肉を使ったポーク春巻き、ビタミンやミネラルが補給できるブロッコリーとニンジンのにら炒めなど5品をみんなで調理し、試食しました。



### 調理実習の様子



栄養バランスの取れた料理を作る保護者

## 交流 大会

いろんな仲間と交流する!

## 上市町スポーツ少年団交流大会

2月7日、上市町スポーツ少年団交流大会が丸山総合体育館で行われ、約100名の少年団団員と20名の指導者や保護者が参加しました。

子どもたちは3チームに分かれて、わかとおしりレー、借人競走、ボディランゲージゲーム、子ふやしりレーの4種目を競う中で、仲間と協力する大切さを学びました。

また、最後にはお楽しみビンゴゲームもあり、会場はとても盛り上がりました。

少年団の団員達は、普段の活動とは違うレクリエーションなどを通じて相互の交流を深めました。

### 楽しさあふれる交流種目

おれたちが一番だ!

みんなと呼吸をあわせて♪



借人競走



子ふやしりレー

## インタビュー

運動の楽しさを  
子どもたちに伝えていきたい



上市町陸上競技協会  
会長 斎藤 喜八郎さん

中学校陸上部の指導を協会に依頼されたことがきっかけとなり、スタートした陸上教室は、金子先生にご協力をいただき、たくさんの方の参加がありました。この陸上教室では、全てのスポーツの基礎・基本となる運動能力の向上が期待できます。スポーツはとっても楽しいものなので、子どもたちにはいろいろなスポーツをしてほしいと思います。

陸上競技協会ではこれからも随時陸上教室を開催し、子どもたちの育成と町のスポーツを盛り上げていきたいと思っています。



体力トレーニングがとても勉強になりました。ダンスのレベルアップと陸上クラブで練習しているヴォータックスロー競技で全国大会出場を目指して頑張ります。(夢和さん)

左: 小松夢和さん(宮川小5年)  
右: 小松心奏さん(宮川小2年)

## 陸上 教室

プロフェッショナルに学ぶ!

## 上市町陸上競技協会

今年度、町民体育館で小学生高学年から高校生までを対象にした陸上教室を3回に渡って開催し、子どもたちに走る楽しさと走り方の基本、体幹を強くする体カトレーニング・パワーサーキットなどの指導を行いました。

指導は、町内在住で富山高等専門学校教授の金子龍一先生を中心に、その元で指導を受けている富山高専の現役選手のみなさんが子どもたちにマンツーマンで接し、お手本を見せながらトレーニングを行いました。

なお、金子先生は、日本陸連2020年東京オリンピック対策・選手発掘委員をされるなど、将来を担うアスリートの人材育成に尽力されています。

### ウォームアップ

ランニング、ストレッチなど準備運動からしっかり行います。



### しっかり伸ばす!



### 走り方を学ぶ

すばやく体勢を整えてダッシュ!

体幹を鍛えるトレーニングでは、体へ負荷をかけた体勢のまま前進。正しいフォームで行うことを意識することが大切。反復性、漸進性、全面性、個別性、意識性の5原則を実践することで体つきも変わってくる。



姿勢が大事



ワニのように前進

### 体カトレーニング・パワーサーキット

短時間に集中してたくさんのメニューを行いました。様々な道具を使い、リズムよく行います。



けっこう、キツイぞ(汗)



子どもたちの

# 夢、輝け!

### 特集 子どもたちのスポーツ育成環境

2020年東京オリンピック開催まであと4年。国は、昨年10月にスポーツ庁を新たに設置し、スポーツの振興を推し進めています。町内でもスポーツで夢を持つ子どもたちが育ち、子どもたちの育成充実のため、様々な取り組みが行われています。

優れた選手の育成には、熱意ある指導者、支えあう仲間、サポートをする保護者、充実した施設や設備など様々な育成環境が地域にしっかりと整っていることが必要不可欠です。夢に向かってがんばる子ども達を地域全体で応援しましょう!

### 陸上教室指導者プロフィール

金子 龍一 先生 (江上)  
現・国立富山高等専門学校教授

昨年8月、スーパーコーチとして富山北部中学校陸上部を全国中学校体育大会陸上競技で男子4×100mリレーで全国優勝へと導いた。

- ・富山県スーパーコーチ (H18～)
- ・日本陸連2020年東京オリンピック対策・選手発掘委員 (H26～)
- ・TOYAMAアスリートマルチサポート事業副委員長 (H26～)





正しく知って、賢く利用

# 国民健康保険・後期高齢者医療制度に関するお知らせ

## 国民健康保険への加入・脱退手続きと保険証の使用について

就職や退職などで国民健康保険（国保）に加入・脱退される

ときは、異動があった日から14日以内に届け出が必要です。職場の健康保険等に加入しても、ご自身で国保脱退の手続きをされない限り、自動的に資格喪失にはなりません。国保の保険証と職場の健康保険証および印鑑をお持ちの上、届け出をしてください。

なお、加入されている保険（保険証）が変わった場合は、新しい保険証の資格取得日（又は扶養認定日）から新しい保険証を使うことになります。その日以降に誤って古い保険証を使用した場合は、後日医療費（保険者負担分：7～9割）の精算手続きが必要になります。誤った保険証を使用したことが分かった場合は、速やかに医療機関や調剤薬局等にその旨を伝えてください。

また、受診の際には、毎回、健康保険証を提示してください。

保険証をもらった日が資格取得日（扶養認定日）より遅くても、資格取得日（扶養認定日）に遡って新しい保険証しか使えなかったことになるため精算手続きが必要です。

## 町民課医療保険班 ☎内線 142・143・144 高額介護合算療養費の支給申請手続きについて

国民健康保険および後期高齢者医療制度では、医療と介護の両方に自己負担があり、その自己負担額の合計が基準額を上回る世帯に高額介護合算療養費を支給しています。

2月中旬に支給対象見込の方へ申請手続きのお知らせを送付しました。

しかし、次の方については、自己負担額の把握ができないため、支給対象となる方であっても申請手続きのお知らせを送付することができませんので、ご確認のうえ手続きをお願いします。

- <支給対象の確認が必要な方>  
平成26年8月から平成27年7月末までの間に、
- ① 他市町村から転入された方
  - ② 他の医療保険制度から移行された方

なお、手続きの際は、対象期間中に加入されていた医療および介護保険者が交付する自己負担額証明書を提出していただくこととなりますので、ご了承ください。

上市町にNHKのど自慢がやってくる

# NHKのど自慢出場・観覧申込みのご案内

■お問い合わせ先 NHK富山放送局 ☎076-444-6610 上市町健康文化振興財団 ☎076-473-9333 (平日/午前10時～午後6時) 北アルプス文化センター ☎076-473-1818

とき 5月1日(日)午前11時45分～午後1時30分(予定)  
※ 予選会 4月30日(土)午前11時45分～午後6時(予定) (午前11時から受付)  
ところ 上市町北アルプス文化センター

ゲスト 中村美律子さん、山内恵介さん  
出演 予選通過者20組 司会 小田切千アナウンサー  
※詳しくは、NHK富山放送局ホームページをご覧ください。



### ◇出場者募集

申込期限 3月25日(金)必着  
申込 以下を記入し、郵便往復はがき(私製不可)で申し込み

往信表面	返信裏面	返信表面	往信裏面

- 応募資格は中学生以上の原則アマチュアの人。
- 中学生は予選・本選ともに保護者の同伴が必要。
- グループ出場の場合は、全員の氏名・年齢・性別・職業・メンバーの関係(兄弟・同僚・同級生など)を記入。
- 応募は1組1通に限る。応募後の曲目・出場者変更不可。
- 応募多数の場合は250組を選出し、予選会に出場。
- 予選会の演奏も生バンドですが、キーの指定はできません。

### ◇観覧者募集

申込期限 3月25日(金)必着  
申込 以下を記入し、郵便往復はがき(私製不可)で申し込み

往信表面	返信裏面	返信表面	往信裏面

- 入場無料。予選会は申し込み不要(満席時入場制限)。
- 応募多数の場合は抽選のうえ、入場整理券(1枚で2人入場可)を送付。満1歳以上のお子様から入場整理券が必要です。
- インターネットオークション等での売買を目的としたお申し込みは、固くお断りします。NHKではご応募の際にいただいた情報を受信料のお願いに使用させていただくことがあります。

広告

# 広告欄

町内会のお世話役

# 平成28年区長決定のお知らせ

総務課行政班 ☎内線 215

各町内会の区長が決まりました。今年一年、よろしくお祈りします。(敬称略)

平成28年2月1日現在

<b>上市地区</b> 東町 辻 敏治 神明町 川村 剛 上中町 徳井 裕光 錦町 早崎 安廣 西中町 伊東 保 新町 藤堂 守男 熊野町 稲谷 久雄 鍵町 種田 宗明 南町 岡本 博重 森元町 酒井 一政 石浦町 森 清志 旭町 酒井 彰義 松和町 野越 幸夫 幸町 柿森 茂雄 柳町 筒井 俊夫 西町 若林 義則 栄町 米澤 博 天神町1区 遠藤 幸正 天神町2区 酒井 義博 天神町3区 山崎 康一	<b>白萩西部地区</b> 湯崎野 鍋谷 正成 湯神子 平井 敏廣 堤谷 藤田 米雄 須山 水林 憲一 丸山 平井 繁明 (眼目新・湯神子野) 湯上野 吉田 盛 極楽寺 藤田富士夫 釈泉寺 碓井 善一 稲村 立野 ミサ 白萩西部 高島 裕介 町営住宅 白萩南部地区 東種 平井 弘 西種 谷川 治男 白萩東部地区 折戸 山本 安孜 中村 清水 孝司 蓬沢 早川 和宏 伊折 山下 正明 宮川地区 若杉 酒井 悦雄 若杉新 澤田 博 江又 川村 薫 中小泉 岩城 一郎 荒田 石黒三千治 森尻 村上 達夫 石仏 京田 照義 大永田 米山 勝實 竹鼻 梅 司郎 東江上 戸田 啓義 中江上 成川 友喜 江上 金子 忠雄 弥市 見田 七郎 宮川町営住宅 高柳 博美 劔町 村井 正己	<b>南加積地区</b> 広野 稲垣 一巳 野島 酒井 増春 眼目 大西 喜一 片地 橋本 登 永代 伊井 宗紀 一越 三浦 信行 砂林開 本井 利弘 田島野 遠藤 稔 斉神新 池田 和正 広市新 渡 紀男 野開発 柴田 芳和 郷柿沢 奥井 幸雄 柿沢新 吉井 宗敏 三杉町 碓井 勉 松原野 松本 崇史 安井 安井 宗義 山加積地区 黒川 笹野 信之 柿沢地区 柿沢(一区) 上田 義正 柿沢(二区) 上田 広美 柿沢(三区) 成川 辰雄 柿沢(四区) 柘田 正美 新屋 表寺 富雄 女川 有沢 義則 館 松本 弘一 陽南町営住宅 堀田 雅之 大岩地区 大松新 小川 信一 大松 村井 栄悦 大岩 坂井 穂悦 桧谷 牧野 茂雄 大沢 山林テ子 浅生 谷口 正尚	<b>相ノ木地区</b> 上経田 上丸 清信 下経田 平井 喜市 上荒又 芹田 良雄 下荒又 小川 昌彦 新清水 中田 貴保 放土ヶ瀬 八倉巻正雄 放土ヶ瀬新 桜井 晴一 中開発 梶原 信之 飯坂新 酒井 重人 飯坂 松本 清治 青出新 沼田 眞治 中青出 中川 豊 下青出 牧野 保明 上条沖 現田 清雄 久金 細田 治樹 久金新 田辺 正行 相ノ木新町 西村 誠一 ひまわり台 土肥 章悦 久金新団地 平井 博 アンナガーデン 西城 和英
--	--	---	---

## 感謝状贈呈者

- (在任5年以上10年未満)  
カッコ内 町内会名・在任年数
- ・徳井 勝(宮川町営住宅・5年)
  - ・萩中 隆雄(新屋・5年)
  - ・大橋 重美(天神町3区・6年)
  - ・稲葉 敏夫(広野新・7年)

(順不同・敬称略) お世話になりました。

上市町表彰条例に  
基づく表彰  
【特別表彰】  
(故)上田 稔様  
永年にわたり、区長として地域の自治振興活動の推進に尽力されました。

広告

# 広告欄



みんなで めざそう 無火災の町!

富山県東部消防組合消防本部上市消防署 ☎ 472-2244

消防通信

上市保育園幼年消防クラブ



平成 28 年度普通救命講習のお知らせ

・講習を終了された方には、「普通救命講習修了証」を交付します。  
 ・行事、参加人数、団体等で日程の変更もあります。  
 ・対象は、町内に在住又は勤務されている方です。  
 ・参加費等は無料です。  
 お申込み・お問い合わせは、上市消防署救急係まで

- ①平成 28 年 4 月 10 日(日)
- ② 9 月 11 日(日)
- ③ 12 月 11 日(日)
- ④平成 29 年 2 月 12 日(日)

春季火災予防運動 3月20日(日)~26日(土)

これからの時季は、空気が乾燥し、強い季節風が吹くなど、火災の発生しやすい気象状況となります。火災の多くは、ちょっとした不注意から発生します。一人ひとりが、火の取り扱いに十分注意して、火災を防ぎましょう。

火災防ぎょ訓練の実施のお知らせ

場所 大永田地区 3月20日(日) 14:00~  
 ※訓練実施中は、一部道路で車両通行制限がありますので、ご協力をお願いします。



サイレン吹鳴装置定期点検のお知らせ

サイレンの吹鳴は火災等の災害発生を知らせ、地域の消防団員を招集及び付近住民への注意喚起など様々な目的を持っています。吹鳴装置の定期点検は各地区で行い、吹鳴時は大きなサイレン音が鳴り、付近住民の方には大変ご迷惑をおかけしますが、災害発生時には重要な役割を果たすサイレンですので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

- 3月10日(木) 10:00~16:10
- 3月11日(金) 9:10~15:10

公民館だより 3月の予定 Community Center News March

公民館行事

公民館名	内容	実施日
上市	みそづくり	12(土)
宮川	こども習字教室	10・24(木)
	料理教室	8(火)
	三世代交流寄せ植え教室	6(日)
相ノ木	囲碁大会	6(日)
南加積	介護予防教室	2・16(水)
	家族料理教室・ソーセージ作り	5(土)
山加積	さくらもちづくり	2(水)
柿沢	陽南バドミントン大会	20(日)
白萩西部	異世代交流力ローリング大会	13(日)
白萩南部	ひなまつり	3(木)

その他

公民館名	内容	実施日
宮川	ジュニア囲碁教室	5・12・19・26(土)
南加積	こども・おとな 囲碁・将棋教室	5・19(土)

マイナンバーカードの交付について

町民課住基戸籍班 ☎内線 147

マイナンバーカードの交付を申請された方へ役場から順次交付通知書(はがき)を送付しています。はがきが届いた方は、はがき、通知カード、身分証明書(顔写真入りのもの)、住民基本台帳カード(お持ちの方)を持参し、必ず本人が役場町民課②番窓口までお越しください。

※ご本人が病気や障害、入院や施設入所などやむをえない場合に限り代理人によるマイナンバーカードの受取委任が可能です。(仕事や学業が忙しいなどは、やむをえない理由として認められません。)

なお、ご本人の来庁が困難であることを証する書類が必要です。(例) 診断書、障害者手帳、入所証明書等

ご不明な場合は、お問い合わせください。



善意銀行

〔窓口〕上市町社会福祉協議会  
 (1月11日~2月10日)  
 8979 匿名様  
 古切手 591号  
 上市中央小学校様

ご寄付感謝

絵画5点 洋画家 米田 雪子様  
 社会福祉のため10万円  
 岡部 光雄様

ご注意ください! 野ねずみの一斉駆除を実施します

アルプス農業協同組合 営農部指導課 ☎ 472-5480

薬剤散布日 3月26日(土)~4月3日(日)  
 散布対象 上市町の農地  
 散布方法 農家の人が農地のあぜや農道などの「ねずみの穴」へ薬剤(毒性)を投入します。  
 使用薬剤 メリーネコりん化亜鉛1% 毒性:普通物(成分:リン化亜鉛1% 形状:黒色粒状)

注意事項  
 ①関係者以外は、できるだけ農地へ入らないでください。(ペットなども、農地に入らせないように注意してください。)  
 ②ねずみの死骸を見つけても、素手で触れないでください。  
 ③誤って薬剤を食べてしまった場合は、直ちに吐き出し、医師の診察を受けてください。



守ろう、マナー 愛犬家のみなさんへ!

町民課生活環境班 ☎内線 141

犬の放し飼い、ふんの不始末など数多くの苦情が寄せられています。愛犬はルールを守って飼いましょ。ふんの始末は飼い主のモラルの問題です。散歩時も袋を用意し、きちんと始末をしましょう。

○登録・注射をしましょう!  
 飼犬にも「戸籍」にあたる「鑑札」が必要です。初めて飼う犬は、役場または指定動物病院で登録しましょう。狂犬病予防注射は、毎年1回受けて「注射済票」を受けとりましょ。3月下旬に、狂犬病予防注射の案内ハガキが届いていない場合は未登録犬である可能性があります。必ず登録を受けて、案内ハガキを持って予防注射を受けましょ。

○鑑札・注射済票を付けましょ!  
 迷子になったとき、すぐに飼い主がわかります。必ず首輪につけましょ。  
 狂犬病予防法では、飼主に対して飼犬の登録と、狂犬病の予防注射を受けることが定められており、違反した場合には20万円以下の罰金に罰せられる場合があります。

金額が改定されました 参考賃借料・農作業料金について

上市町農業委員会 ☎内線 327

農地の賃借料や農作業料金の目安として、農地の賃借料情報の提供を行います。(賃借料・農作業料金については、提供する情報を参考に、貸し手と借り手が協議して決めてください。)

○参考賃借料情報(平成28年) 10アール当たり

区分	標準収穫量	整理田	未整理田
1	510kg	10,600円	7,400円
2	500kg	8,400円	5,100円
3	490kg	6,100円	2,900円
4	480kg	3,900円	—

○参考農作業料金情報(平成28年~30年)

①労働賃金

区分	標準賃金	作業項目
農作業	9,300円	性別問わず(8時間労働)

②機械作業 10アール当たり標準料金

種別	標準料金	作業項目
トラクター	7,300円	耕起のみ
	14,700円	耕起+荒代+代掻(一貫作業)
	9,100円	秋起こし作業(耕起+溝切)
	14,100円	大豆(耕起+碎土+整地+溝切+播種+整備移動)
	14,700円	草刈(モア)
溝切り機	41円	溝切(額縁排水)1.0m当たり
培土機	5,200円	培土(大豆)1回当たり
あぜぬり機	79円	機械畦畔付き片側1.0m当たり
田植機	7,000円	補植なし(苗は委託者負担)
側条田植機	8,300円	補植なし(肥料、苗は委託者負担)
	19,300円	水稻の場合(隅刈り、運搬なし)
コンバイン	16,500円	麦の場合(隅刈り、運搬なし)
	21,700円	大豆専用
ケイカル散布	800円	200kg 散布
薬剤散布	700円	基準散布 1回当たり
乾燥・調整	2,500円	60kg 当たり(持込の場合、出荷運搬なし)
草刈	1,800円	1時間当たり(畦畔高さ1m以上は20%以内で割増(機械持込))

3月定例会日程

議会議事事務局(内線272)  
 2日(水) 本会議・全員協議会  
 3日(木) 全員協議会  
 4日(金) 議案調査日  
 5日(土) 休会  
 6日(日) 休会  
 7日(月) 議案調査日  
 8日(火) 本会議(一般質問等)  
 9日(水) 休会  
 10日(木) 予算特別委員会  
 11日(金) 休会  
 12日(土) 休会  
 13日(日) 休会  
 14日(月) 総務教育常任委員会  
 15日(火) 産業厚生常任委員会  
 16日(水) 全員協議会  
 17日(木) 全員協議会・本会議

納税・納入

〔町税夜間納税窓口〕  
 日時 3月31日(木) 午後5時~8時  
 場所 財務課10番窓口

カミール臨時休館のお知らせ

産業課商工観光班(内線363)  
 受水槽等更新工事のため、3月22日(火)・23日(水)は休館いたします。



相談

「話せる人がいる」 困ったら・・・ひとりで悩まずに相談しよう

内容	日時	場所	お問い合わせ先
①年金相談	3月22日(火) 10:00～15:00	働く婦人の家	町民課 (内線 145)
②人権・行政相談	3月9日(水) 13:00～16:00	保健福祉総合センター	町民課 (内線 141)
③健康相談	月～金(祝日除く) 9:00～17:00	保健福祉総合センター	福祉課 ☎473-9355
④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。	月・火・木・金曜 AM	町民課相談窓口	町民課 (内線 103)
⑤法律相談 (予約制)	3月8日(火) 9:00～11:00		
⑥結婚相談	3月8日・22日(火) 13:00～16:00	保健福祉総合センター	総合相談窓口 社会福祉協議会 ☎473-9300
⑦心配ごと相談	3月16日(水) 13:00～15:00	保健福祉総合センター 相談室	
⑧生活・就労相談	3月15日(火) 10:00～11:30		

・職場でのトラブル無料相談会 3月12日(土) 10:00～15:00 富山県民会館6階 富山県労働委員会 ☎444-2172  
・富山県司法書士会無料電話相談会(借金の返済等) 3月26日(土) 10:00～16:00 ☎433-0766 (当日のみ)

地域包括支援センター 3月行事 ☎473-2811

内容	日時	場所	備考
介護予防教室	1日・15日(火) 13:30～14:30	宮川公民館	参加費無料、介護予防手帳、水分、タオルを各自持参 ※カミール会場は18日(金)13:30から音楽療法も行います。
	2日・16日(水) 13:30～14:30	南加積会館	
	4日・11日(金) 9:30～11:30	カミール2階	
	4日・18日(金) 13:30～14:30	弓庄公民館	
認知症の講演会 認知症予防について	17日(木) 13:30～15:00	保健福祉総合センター2階	講師 竹内スリープメンタルクリニック 院長 竹内 正志 先生
おれんじカフェ	10日(木) 13:30～15:00	カミール3階	参加費120円 申込不要 内容「ふるさと紙芝居」
マシンでらくらく 貯筋運動	4日(金) 13:30～14:30 11日(金) (受付13:15～)	カミール2階 イベント広場	※24名(先着順要予約)。1回200円。水分、タオル、運動しやすい履きなれた靴を持参。

※マシンでらくらく貯筋運動は、町から送付したお元気 チェックリストに回答され、はがきが送られてきた方のみ対象。



中部厚生センター地域保健班 ☎472-0637

ひきこもり等家族相談

日時 3月16日(水) 場所 中部厚生センター  
①14:00～15:30 家族相談(座談会)。お子さんを支えているご家族のサポート。②15:30～17:00 個別相談(希望される方は事前に申し込みください)

ひきこもりのお子さんを支えているご家族の気持ちがかか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。

中新川広域行政事務組合介護保険課 ☎464-1316

介護保険アレコレ 「介護給付費通知書」をチェックしましょう

3ヵ月に1度発行する介護給付費通知書は、介護サービスを利用している方がどれくらいのサービスを利用したかをお知らせするためのものです。

領収書やサービス利用票の記載内容を見比べ、誤りやご不明な点がありましたら、中新川広域行政事務組合までご連絡ください。

(例)施設や病院等に入所(入院)期間中に、在宅サービス(福祉用具貸与など)を利用したことになっているなど。

3月の保険料(65歳以上の方)		
普通徴収	第1期(納期限、3月31日(木))	特別徴収 なし

年金だより 町民課住基戸籍班 ☎内線 145

任意加入制度について

65歳から受給できる老齢基礎年金は20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

国民年金保険料の納め忘れなどにより、保険料の納付済期間が40年間に満たない場合、60歳から65歳になるまでの間、国民年金に任意加入して保険料を納めることにより、満額に近づけることができます。

なお、老齢基礎年金を受けるためには保険料の納付済期間や免除期間等が原則、25年以上必要となりますが、昭和40年4月1日以前に生まれた方で、この要件を満たしていない場合は70歳になるまで任意加入することができます。

また、海外に在住する日本国籍を持つ方も国民年金に任意加入することができます。

任意加入に関する詳しい内容等については、魚津年金事務所までお問い合わせください。



子育て支援教室 3月行事 ☎473-2375

ピエロがやってくる! 風船&パフォーマンス

場所	日時
カミール2階 わんぱくひろば	14日(月) 10:30～11:30

対象 0～3歳児 ※親子または保護者同伴  
10:30～10:45 読み聞かせ  
(上市高校ティーンズボランティア)  
10:45～11:30 パフォーマンス(ピエロのバット君)  
参加費無料

こどもの城 ☎473-0001 福祉課児童班 ☎内線 7231

平成28年度放課後児童クラブの利用申込受付

施設名	電話番号
上市中央放課後児童クラブ	090-5685-7602
宮川放課後児童クラブ	472-0620
相ノ木こどもふれあい館	472-5646
南加積放課後児童クラブ	472-0390

対象学年 新1年生～新5年生 ※4・5年生の利用者につきましては会費が必要になります。

申込期限 3月8日(火)  
※クラブによって開所時間や日数、活動内容が異なりますので、希望される場合は各クラブまでお問い合わせください。



町民課生活環境班 ☎内線 141

上市町墓地区(永代霊園)使用者募集

区画	募集数	使用料
AA型(5㎡)	48区画	280,000円～
A型(6㎡)	3区画	320,000円～
B型(8㎡)	16区画	420,000円～
C型(10㎡)	9区画	520,000円～
D型(12㎡)	1区画	620,000円～
合葬墓	92柱	80,000円～

住所 砂林開字永代野56番地の3(役場から車で10分。スーパー農道沿い、広野交差点付近に案内看板あり。)

備考 町民以外の方も使用可(料金は異なります)。年間の管理費が別途必要(合葬墓を除く)。個人で墓地の建立を要しない方のため、焼骨を合同で収蔵する大型の墓地、『合葬墓』もご利用できます。

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

こどもの城 3月行事 ☎473-0001

内容	日時	
乳幼児教室 (子育て相談)	ぞう組(2歳児)	2日(水)
	うさぎ組(1歳児)	3日(木)
	乳幼児教室合同退室式	10日(木)
クラブ	ちびっこ広場(6ヶ月～1歳頃まで)	8日(火)・22日(火)
	合唱	5日(土)9:00～
イベント・教室・その他	将棋	12日(土)・26日(土) 10:00～
	春を呼ぶ集い※要予約	12日(土)13:30～
その他	体操教室(アスレチック)	19日(土)14:00～
	クラフト教室※要予約	25日(金)9:30～
その他	ティッシュケースづくり	13日(日) 10:30～11:30
	プラバンづくり	21日(月)祭日 10:30～11:30

休館日 3月20日(日)  
利用制限 3月12日(土)12:00～16:00 一般利用不可  
3月14日(月)16:30から15日(火)14:00まで、全館利用不可

産業課農政地籍班 ☎内線 322

町民農園利用者募集

町民農園は、自分で好きな作物を育て収穫する農園です。おいしい農作物を育てる楽しさを味わってみませんか?

申込期限 3月18日(金)  
区画数 若干数(1区画20㎡)  
年間利用料 3,000円/1区画  
申込方法 役場窓口または町ホームページから申請書を手しご提出ください。若干数の募集のため、応募多数の場合は抽選のうえ結果を通知します。



福祉課社会福祉班 ☎内線 7125

赤十字奉仕団団員募集

赤十字奉仕団は地域において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?

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

福祉課保健班 ☎473-9355

医学生修学資金貸与生募集

町では、将来かみいち総合病院へ勤務しようとする医学生または大学院生を対象に修学資金の貸与を行っています。貸与を受けた1.5倍に相当する期間勤務した場合は、返還を免除します。  
申込期限 4月22日(金)



北アルプス文化センター催し案内 ☎ 473-1818

北アルプス文化センター開館30周年記念事業

第2回つるぎふれあいコンサート

日時▶ 3月27日(日) 午後2時開演  
 入場料▶ 1,000円(高校生以下無料)【全席自由】  
 出演▶ 伊井 章(ミュージシャン・上市町出身)  
 内山太一(声楽)  
 寺崎美幸(民謡・歌謡)  
 上市風の会(舞踊)  
 広野獅子舞(郷土芸能)  
 富山県壮吟会(詩吟)  
 竹悠会(津軽三味線)  
 特別出演: 上市高校書道部

アルプスの湯 ☎ 473-9333

【3月の催し物】(午後0時30分～ 観覧無料)

- 5日(土) 松前一座公演
- 12日(土) 相撲甚句公演
- 19日(土) 劇団「絆」歌謡舞踊ショー
- 26日(土) 藤山一座公演

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	日にち
ピラティス(朝)	㊤	10:30	7 14
ジュニアビック教室	㊤ 月	18:00	7 14
ジュニアバレエ教室	㊤	19:00	7 14
はつらつ卓球(ラージ球)	㊤	10:00	1 8 15
シニアエクササイズ宮川	㊤ 火	13:30	1 8 15
気軽に卓球(硬式球)	㊤	10:00	2 9 16
シニアエクササイズ相ノ木	㊤ 水	13:30	2 9 16
サッカー教室	㊤	18:00	2 9 16
楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球)	㊤	10:00	3 10 17
オープン水泳教室(ウォーキング&ストレッチ)	㊤ 木	14:15	3 10 17
ストレッチヨーガ	㊤ 木	15:30	3 10 17
ピラティス(夜)	㊤	19:30	3 10
やわやわピクス	㊤ 金	10:30	4 11 18
パワーヨーガ	㊤ 金	19:30	4 11 18
うんどう教室	㊤ 土	15:00	5 12
トランポリン教室	㊤ 土	16:15	5 12 19

- ㊤ カミール ㊤ 働く婦人の家 ㊤ 宮川公民館
- ㊤ B & G体育館 ㊤ ウエ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

スポーツ安全保険

平成28年度のスポーツ安全保険の加入受付が3月から始まります。万一のケガや賠償責任に備えて加入しましょう。

対象となる事故▶ 団体活動中の事故  
 往復中の事故  
 保険期間▶ 平成28年4月1日午前0時  
 ~平成29年3月31日午後12時  
 申込受付▶ 平成28年3月1日から  
 問 教育委員会事務局生涯スポーツ班(内線348)

弓の里歴史文化館企画展

教育委員会生涯学習班(内345)  
 弓の里歴史文化館 ☎ 473-8100

「縄文かみいち -技と美のかたち-」



会期▶ 3月19日(土)~5月15日(日)  
 内容▶ 町内に所在する縄文時代遺跡の出土品を一堂に会し、その「かたち」に込められた縄文人の技や美意識に迫ります。  
 入館料▶ 無料  
 ※会期前後各1週間程度展示入替作業を行います。平常通り入館できます。

【ゆったりおトクなスタンプラリー実施中】

8カ所の温泉施設を巡るスタンプラリーを実施。最初の4施設を巡ると共通無料券を1枚、残りの4施設を巡ると更に2枚プレゼント。(詳しくはフロントまで)  
 実施期間 5月31日(火)まで

うえるねず通信 ウエルネススポーツセンター ☎ 473-2070

上市町を健康な町に!  
 「いきいき健康づくり講座」参加者募集

タオルを使ってストレッチ  
 無理なく身体を動かしましょう!

日時▶ 3月19日(土) 10:00~11:00  
 会場▶ 富山健康科学専門学校  
 講師▶ 永井 猛(健康科学学園理事長)  
 持ち物▶ 内履きスリッパ、タオル、飲み物  
 お申込▶ お電話にてお申込み下さい  
 富山健康科学専門学校 ☎ 473-2111

昨年の9月と今年の1月に実施したウエルネス公開講座では、骨密度の測定を行いました。骨密度を測ることで骨年齢が分かり、骨粗鬆症の状態を推測することができます。骨粗鬆症は特に女性や高齢者にとっては大きな問題になります。参加された方々の結果はとても良く、測定前は不安そうな表情の方もおられました。元気の骨ならば次のステップ。今後の取り組みを関節の機能や筋力の維持について考えています。

対象者	補償対象となる団体行動	平成28年度 年額掛金 (1人当たり)
子ども (中学生以下)	スポーツ・文化・ボランティア・地域活動	800円
	上記+個人活動	1,450円
大人	文化・ボランティア・地域活動など	800円
高校生以上 64歳以下	スポーツ活動・スポーツ活動の指導や 審判(子どものスポーツ活動も含む)	1,850円
	65歳以上	1,200円
全年齢	危険度の高いスポーツ活動	11,000円
短期スポーツ教室 (インターネット加入限定)	開催期間3カ月以内の スポーツ教室の活動	800円

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▶ 3/9日(水)、12日(土)、19日(土)、23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▶ 3/26日(土) 午前10時~  
 料金▶ 2作品につき500円~

【木版画教室】

講師▶ 版画家 岩井 幸子 氏  
 日時▶ 3/17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▶ 3/20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)	7	14	(月)
3B体操	18	7	14 28
書道	14	28	(月)
華道(池坊)	14	28	(月)
リアリティフラワー	14	28	(月)
心太極拳	14	28	(月)
手芸・手編み	1	15	(火)
フラワーデザイン	1	15	(火)
絵てがみA	15		(火)
絵てがみB	8	22	(火)
刺し子・リフォーム	8	22	(火)
オカリナ	8	22	(火)
新川民謡研究会	1	8	15 22 29
社交ダンス(火)	1	8	15 22 29
茶道(遠州)	16		(水)
パッチワーク	2	16	(水)
フォークダンス	2	9	16 23
ちぎり絵	9	23	(水)
社交ダンス(水)	2	9	16 23 30
料理(昼)	3	17	(木)
大正琴	3	17	(木)
茶道(表千家)	10	24	(木)
茶道(裏千家)		24	(木)
タイ式ヨガ	3	10	17 24 31
料理(夜)	4	18	(金)
相撲甚句	4	18	(金)
民舞踊	11	25	(金)
盆踊り	11	25	(金)
太極拳	11	25	(金)
ちりめん手芸	11	25	(金)
レザークラフト		26	(土)
フラダンス	5	12	19 26
ペン習字		9	(水) 28
吹矢	1	15	(火) 3 10 17 24



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

◎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。

今月の催し

○絵本のおみせかしの会

日時▶ 3/13日(日) 午前11時~  
 場所▶ 絵本コーナー

○読書会 『陽子の一日』南木 佳士 / 著

日時▶ 3/25日(金) 午後1時30分~ 場所▶ 3階対面朗読室

一般書

海洋大異変

山本 智之 / 著

海は私たちすべての生命の故郷である。四方を海に囲まれた日本列島で、魚介類や海藻など豊かな海の恵みを受けて暮らしてきた。しかし、その海にいま、様々な異変が起きている。ハマグリが激減し今や絶滅危惧種に指定されている。その一方、これまで見たことのない二枚貝が、日本の海で大量に繁殖している。日本の海の「水面下」で何が起きているのか、各地を訪ね歩き、取材を重ねた実態が紹介されている。

児童書

よるのとしょかんたいぼうけん

村中 季衣 / 作 北村 裕花 / 絵

ほくはぬいぐるみのくまきち。とおるくんにつれられて、図書館で行われる、ぬいぐるみのおとまり会にやってきた。ウサギのミミー、キョウボウなワニ、そして、本の国から飛び出した、ちび騎士ジェイミー、あばれグマのジャンボンがあらわれて、…。夜のとしょかんは、どきどきのれんぞく。さあ、きみものぞいてみよう!。

一般書

天才……………石原 慎太郎 / 著  
 坂の途中の家……………角田 光代 / 著  
 小泉 今日子書評集……………小泉 今日子 / 著

児童書

なわとびしましよ……………長谷川 義史 / 著  
 しあわせのドクターイエロー……………溝口 イタル / 絵  
 わたし、もうすぐ2ねんせい!……………  
 <すのきしげり / 作 江頭 路子 / 絵

えほんのゆめほつげ

おはなしぴよぴよの会

毎週月曜日  
 午前10時30分~

☎ 472-2211

おりがみ教室

12日(土) 午前10時30分~

おはなし会

5・19・26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 27 年 11 月生	3 月 3 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 27 年 12 月生	4 月 7 日 (木)			
1歳6か月児健診	平成 26 年 8 月生	3 月 9 日 (木)	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 9 月生	4 月 13 日 (木)			
3歳児健診	平成 24 年 11 月生	3 月 24 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)。
	平成 24 年 12 月生	4 月 28 日 (木)			
離乳食教室	平成 27 年 10 月生 平成 27 年 11 月生	4 月 20 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	平成 27 年 7 月生 8 月生	4 月 20 日 (木)	13:00 ~ 13:30	母子健康手帳	※要予約

## 1歳6か月児健診の子どもたち



島田 玲奈ちゃん、  
奈津子さん(母)



堀田 芭祿ちゃん



百井 久翔ちゃん、  
史乃ちゃん(姉)、  
美乃里さん(母)



中川 朝陽ちゃん



大塚 知花ちゃん



岩口 陽向大ちゃん、  
心美ちゃん(姉)



藤縄 伊織ちゃん

## 3月1日から8日は「女性の健康週間」です。

女性の一生は、女性ホルモンの動きを軸として分類されます。各時期の特徴を理解し、そのときどきに注意したい健康課題に気がつけることが大切です。

今回は「思春期」と「成熟期」についてまとめてみました。

### 思春期の女性(～18歳ごろ)

・低体重(やせ)の人の約4割が「まだ痩せたい」と体重を減らそうとしています。やせ願望が深刻化すると摂食障害を招く場合があります。

・過度なダイエットを実践し、低栄養状態になると生殖機能から優先して抑制されるため、月経不順や無月経を招きます。無月経は将来、不妊や骨粗鬆症予備群になるリスクを高めます。

・ダイエットにより鉄分不足に拍車がかかると貧血になります。貧血は集中力、記憶力の低下を引き起し、学力低下の原因になる場合があります。

### 成熟期の女性(18～40歳代中ごろ)

・生活が充実する一方で子育て・仕事での責任等ストレスを抱え込むことも増えます。

・うつ病の初期段階は体の症状(頭痛、不眠、食欲不振など)に現れることが多くあります。

・婦人科の病気は初期症状がなく、不調に気がついたときには、すでに進行している場合が多くあります。

### 【アドバイス】

・自分なりのリフレッシュ法を積極的に実践し、体と心の疲れをため込まず、こまめに解消するようにしましょう。  
・不調がなくても定期的に自己チェックや検診を受け、不調は小さなものでも自己判断せずに医師へ早めに相談しましょう。



竹田 保健師

### 【アドバイス】

・一日3食バランスの良い食事を心がけ、特にカルシウム・鉄分・食物繊維はたっぷり摂取しましょう。ファストフードやお菓子はほどほどに、脳のエネルギー源である主食も忘れないようにしましょう。  
・BMI18.5～24.9を目指しましょう。

**BMI** 身長に対する体重の比率  
体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

### 家族や身近な立場にある人の役割

自分の健康は自分で守ることが基本となりますが、無理や異変があっても自分では気がつくことが難しい場合があります。家族や友人・職場の同僚など身近な立場にある人は健康生活の応援者としてとても大切な存在です。

クチン「ニューモバックスNP」を接種したことがある方は対象外です。  
予診票は、4月上旬に対象者へ郵送済みです。(レモン色の封筒)。対象となる方で、予診票が届いていない方は、保健センターまでご連絡ください。紛失した場合は、保健センターで再発行できます。

## すこやかサロン

health Column

### 甲状腺と甲状腺の病気

甲状腺は、のど仏の下にあり、蝶が羽を広げた様な形で気管の前面に位置する臓器です。甲状腺ホルモンの役割は、全身におけるエネルギー代謝の調節です。

甲状腺ホルモンが過剰(甲状腺機能亢進症、バセドウ病)になると代謝が活発になり、暑がり、発汗過多、動悸、手指のふるえ、体重減少などの病状が現れます。甲状腺ホルモンが不足(甲状腺機能低下症)すると代謝が低下し、疲れやすい、寒がり、脱毛、体重増加などの病状が現れます。

いずれの場合も血液検査で診断が可能です。通常は薬物療法で治療できますが、難治性の甲状腺機能亢進症では、アイソトープ療法や手術療法が必要な場合があります。



かみいち総合病院  
副院長兼内科部長  
浦風 雅春

慢性甲状腺炎(橋本病)では、ヨードの摂りすぎで甲状腺機能低下症が増悪することがありますので、海藻類などの過剰摂取には注意が必要です。

甲状腺腫瘍には、良性腫瘍と悪性腫瘍(がん等)があり、超音波検査や必要に応じて細胞診が施行されます。甲状腺疾患は、内分泌・代謝疾患の中で糖尿病に次ぐ2番目に多い病気(成人の約1割)です。気になる病状があれば早期に受診してください。

### かみいち総合病院からのお知らせ - 臨時職員募集 -

- ①看護師 若干名
- ②看護助手 若干名
- ③介護福祉士 若干名

随時募集中。  
詳細はお問い合わせください。

☎ かみいち総合病院 ☎ 472-1212

## 今月のテーマ

こんにちは!  
福祉課保健班です。  
その2

### 予防接種の受け忘れはありませんか!

この機会に母子健康手帳の「予防接種の記録」を確認し、まだ受けていないものがあれば、早めに接種しておきましょう。なお、接種券を紛失された方は、再発行いたしますので、母子健康手帳をお持ちの上、保健センターまでお越しください。お問い合わせ 上市町保健センター ☎ 473・9355

#### 予防接種とは?

体内に有害な物質や病原体が入ってくると、私たちのからだはそれを排除し、からだを病気から守ろうとする働き(免疫反応)を備えています。からだはこのときの免疫反応を記憶しており、次に同じ病原体が入ってくると、すぐに反応して病気を防ぎます。

このような仕組みを利用して、感染症の原因となるウイルスや細菌、又は菌が作り出す毒素の力を弱めて予防接種液(ワクチン)をつくり、これを体に接種して、人工的に免疫反応をつくり出すことを予防接種といえます。

#### 予防接種の目的は?

感染症にかかる前にワクチンによって免疫をつけ、感染症にかかることを防いだり、また、万が一に感染した場合にも、重症化を防ぐことができます。

#### 定期接種と任意接種

定期接種は予防接種法に基づくもので、子どもの予防接種(以下A類疾病)には予防接種を受ける努力義務が課せられています。A類疾病は定められた期間に接種を受けた場合は、原則無料となります。

定期接種ワクチン(A類疾病)	任意接種ワクチン
BCG(結核)、四種混合(ジフテリア、百日咳、破傷風、ポリオ)、二種混合(ジフテリア、破傷風)、麻しん(M)・風しん(R)、日本脳炎、インフルエンザb型(Hib)、小児用肺炎球菌、ヒトパピローマウイルス(HPV)、水痘(水ぼうそう)	おたふくかぜ、インフルエンザ、B型肝炎、ロタウイルスなど

2016年2月現在

## 3月1日～7日 予防接種週間

入園・入学に備えて、予防接種をすませ、病気を未然に防ぎましょう

任意接種は、希望者のみがかかる予防接種で費用は自己負担になりますが、ワクチンで防げる病気は、ワクチンで予防することが望ましいと思われま

### 平成27年度の高齢者用肺炎球菌ワクチン予防接種について

①今年度、65歳、70歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の方  
②満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害を有する方(身体障害者手帳1級に該当する方)  
今年度、定期接種の対象者で接種を希望しておられる方は、記入した予診票をご持参のうえ、町内指定医療機関で接種してください。

個人負担金 3,000円

※生活保護世帯は無料

ただし、過去に任意(有料)接種として、成人用肺炎球菌ワ

2月11日

## 「白ネギどんどん」が2連覇

第29回剣岳雪のフェスティバル

2月11日、青空に映えた剣岳を望む中、「第29回剣岳雪のフェスティバル」が役場駐車場で開かれました。

会場は、例年より大勢の来場客でいっぱいとなり、名物くま鍋は約1200食が完売し、各出店ブースでも完売が相次ぐ等、フェスティバルは大盛況となりました。

今年も開催した出店品の人気投票「KAMI-1グルメグランプリ」では、町商工会女性部の「白ネギどんどん」が2連覇を果たしました。

会場では、はたらく車コーナーに自衛隊の高機動車やパトカー、消防車、福祉車両が勢ぞろいし、来場者が記念撮影をしたり、ミニSLに試乗したりした他、町人権委員が人権啓発、上市ライオンズクラブが薬物乱用防止のPR活動を行いました。

また、ステージで繰り広げられたエネルギーマンショーなどたくさんのショーが会場を沸かせ、中でも今年初出演したTOWN BRIDGEダンスショーケース・ダンスバトルにはつるぎくんも飛び入り参加で華麗なダンスを披露し、会場は大いに盛り上がりました。



▲ 青空に映えた剣岳と大勢の来場者



▲ KAMI-1グルメグランプリで2連覇した町商工会女性部



▲ つるぎくんが華麗なダンスを披露



▲ 車両の説明を受ける参加者。水害時には車両上部からうきわとライフジャケットを取り出せる。

## あらゆる災害に対応する車両

2月14日

上市中央分団 小型動力ポンプ積載車入魂式

2月14日、総務省消防庁から上市町消防団上市中央分団に救助資機材搭載型小型動力ポンプ積載車（全長5.15m、全幅1.88m、全高2.5m）が無償貸付で交付されました。

この車両は6人乗りで、水害に備えたうきわと救命胴衣、AED、エンジンカッターやチェーンソー、油圧ジャッキなど、多種多様な救助資機材を搭載し、狭い場所でも活動できて、あらゆる災害に対応できる最新型の車両です。

## まちの活性化を図る

2月17日

富山信用金庫と包括協定を締結

2月17日、上市町と富山信用金庫は、「『まちの活性化』を図るための包括協定に関する覚書」を締結しました。

地域産業の振興、雇用の維持拡大、創業支援、子育てしやすい町づくりと定住の促進などを図るため、お互いの人脈、ネットワークを生かした情報連携によって新たなビジネスマッチングを生み出し、地域経済の活性化などにつなげていきます。



▲ 協定書を取り交わす伊東町長と富山信用金庫山地理事長

## 心・技・体を高める

1月15日

日本刀で据物斬り

1月15日、上市町剣道協会居合道部員13名が上市町武道館で10年ぶりに据物斬りを行い、日本刀で畳表の巻き藁を切れ味するどく斬ることに挑みました。参加者は、「真剣を使うので気が抜けない。そのピリッとした緊張感がいい。」と話しました。

日本刀は、包丁以上に鋭い切れ味を持ち、思いどおりに扱うことは大変難しく、相応の修練（居合道4段程度）を積んだもののみ扱えとされ、構造や作法に関する深い知識が必要です。



▲ 据物斬りに挑む居合道部員



▲ 冬の里山には魅力がいっぱい

## 雪の里山の魅力を満喫

1月30日・31日

種地区・三世代ふれあい冬の集い

1月30日と31日、毎年恒例の「三世代ふれあい冬の集い」が白萩南部公民館とその周辺で開催され、訪れた人たちは雪の里山を満喫しました。

ボーイスカウト県連盟上市第1団の子どもたちや町内外で暮らす地区出身者などが、スノーランタンや雪灯籠作りで交流し、夜には高さ約3mのかまくらとスノーランタンに火を灯して会場一体が幻想的な雰囲気包まれたほか、会場付近での雪遊び、はげ山へのかんじぎハイクが開催され、お昼には公民館内で地元の人たちや各種団体関係者が準備した山菜おにぎりや豚汁などが振舞われ賑やかな会食が行われました。

この集いは、過疎化が進む種地区のにぎわい創出と親睦を深める目的で毎年開催され、地元の人達と各種団体が連携して実施されました。また、同地区への体験型ツアーの企画を検討している東京の旅行会社「風カルチャークラブ」が視察に訪れていました。

## 若手農家が活躍

ニュース

株式会社稲葉農園が富山県農業振興賞を受賞

2月16日、県内の優秀な農業者等を表彰する平成27年度富山県農業振興賞において株式会社稲葉農園が複合経営部門で表彰されました。

複合経営による経営規模や所得の拡大等が審査された結果、全て優秀と認められての受賞となりました。



▲ 受賞報告に来庁した稲葉さん

# 地方税制改正により、4月から 軽自動車税の税率が変わります。

お問い合わせ先 財務課課税1班 ☎内線 137

## ①原動機付自転車および二輪車等

車種区分	現行税率		新税率	
	平成 27 年度以前		平成 28 年度から	
原動機付自転車	総排気量 50 cc以下	1,000 円	2,000 円	
	総排気量 90 cc以下	1,200 円	2,000 円	
	総排気量 125 cc以下	1,600 円	2,400 円	
	ミニカー	2,500 円	3,700 円	
小型特殊自動車	農耕作業車	1,600 円	2,400 円	
	その他	4,700 円	5,900 円	
二輪の軽自動車	総排気量 250 cc以下	2,400 円	3,600 円	
二輪の小型自動車	総排気量 250 cc超	4,000 円	6,000 円	



## ②三輪および四輪の軽自動車

最初の新規検査を受けた年月（※1）により、現行税率、新税率、重課税率のいずれかの税率になります。平成 27 年 3 月 31 日までに最初の新規検査を受けた車両は、現行税率のままです。ただし、13 年を経過した翌年度以降は、重課税率（※2）が適用されます。（※1）最初の新規検査を受けた年月は、車検証の「初度検査年月」で確認できます。（※2）平成 28 年度の重課税率の対象車両は、平成 14 年 12 月以前に最初の新規検査を受けた車両です。



車種区分	現行税率		新税率		重課税率	
	平成 27 年 3 月 31 日以前に新規検査した車両		平成 27 年 4 月 1 日以降に新規検査した車両		新規検査から 13 年を経過した車両	
三輪	3,100 円		3,900 円		4,600 円	
四輪	乗用	営業用	5,500 円	6,900 円	8,200 円	
		自家用	7,200 円	10,800 円	12,900 円	
	貨物用	営業用	3,000 円	3,800 円	4,500 円	
		自家用	4,000 円	5,000 円	6,000 円	

一定の環境性能を有する車両は、平成 27 年 4 月 1 日から平成 28 年 3 月 31 日までに新規登録した場合、平成 28 年度の税率が軽減適用されます。

## 原動機付自転車や軽自動車等の名義変更および 廃車の手続きはお忘れなく

軽自動車税の賦課期日は毎年 **4 月 1 日** です。  
次のような場合であっても**賦課期日までに手続きを済まされない**と毎年課税されます。  
・故障等により使用していない  
・譲渡や盗難等により所有していない  
・車両の廃棄（解体）処分をのみを行った  
※年度途中で廃車、名義変更を行っても、月割課税や月割還付は行いません。詳しい手続きについては次の担当機関へお問い合わせください。

- 原動機付自転車（総排気量 125cc 以下）
- 小型特殊自動車（農耕用、特殊作業用）  
→財務課課税 1 班（内線 137）
- 軽二輪車（総排気量 125cc 超 250cc 以下）
- 二輪の小型車（総排気量 250cc 超）  
→富山運輸支局（☎ 050-5540-2044）
- 軽自動車  
→軽自動車検査協会（☎ 050-3816-1852）

## 町の人口と世帯数

平成 28 年 2 月 1 日現在

人口	21,504	(-19)	(-178)
男	10,287	(-9)	(-70)
女	11,217	(-10)	(-108)
世帯数	7,916	(-2)	(+46)

( ) は前月比 ( ) は前年比



▲ほかほかふれあい塾（健康体操）

**編集後記**  
毎年恒例の雪フェスに、皆さん足を運ばれましたか？今年もはつぱらと見られる快晴となり、多くの人で賑わいました。先月もたくさんのお祭りやイベントで盛り上がった上市。紙面の都合上、すべての出来事を掲載することができず「上市にはいい催しが多すぎた」と思うところが多いです。先月までつるぎふれあい館で行われた「ほかほかふれあい塾」は、健康体操と健康講話を受け、アルプスの湯の入浴もついでに。またまだ運動不足になりがちな3月、広報かみいちをチエックして、色々な催しに参加してみてください。谷吉

編集後記