



1月8日(日)、北アルプス文化センターで「はたちのつどい」が行われました。今年めでたく上市町で成人の日を迎えたのは男性115人、女性106人の合計221人。190人が式典に出席する中、新成人を代表して実行委員の土井理詩さんと前田愛美さんが交通安全を宣言(表紙写真の最上段)した他、実行委員会が作成した記念ビデオの上映や地区毎の記念撮影、自由歓談が行われ、参加者は恩師や旧友との再会を喜び合いました。

申告相談期間は、**2月16日(木)から3月15日(水)まで**

所得税・町民税の申告はお早めに

町では、次ページ日程表のとおり、申告相談等を役場4階申告会場で行います。

例年、期限終了日の間近になると会場が大変混み合います。必要な書類等をあらかじめ準備し、できるだけ地区指定の日にご相談ください。



公的年金を受給している方の申告について

⑥平成28年中に所得がなかった方で、ごなたにも扶養されていない方
※申告しなかった場合、国民健康保険税・介護保険料等の算定や所得証明等の交付手続きに支障をきたす場合があります。

公的年金等の収入額の合計が400万円以下で、かつ年金以外の所得が20万円以下の方は、所得税の確定申告は不要ですが、源泉徴収票に記載のない所得控除(社会保険料、生命保険料、医療費、扶養控除等)を受ける場合には住民税の申告をする必要があります。

お問い合わせ先
財務課課税1班
(内線 130・131)

申告が必要な方

- (1) 事業(不動産貸付、農業、これら以外の自営業)をしている方
- ※事業所得等が20万円以下の方も住民税申告をする必要があります。
- (2) 2力所以上から給与の支払いを受けている方
- (3) 一時所得(生命保険満期金等を受け取った方など)、配当所得、譲渡所得などがあった方
- (4) 所得税等の還付を受けようとする方
- (5) 年金収入額が400万円以下の方で、住民税の各種所得控除を受けられる方 など

申告に必要な物

- マイナンバーカード又は通知カードと運転免許証など
- 印鑑(認め印)
- 営業・農業・不動産所得のある方は、**集計済みの収支内訳書**(あらかじめ作成し、持参してください。)
- 源泉徴収票(原本)
- 個人年金や報酬、配当の支払証明書
- 各種保険料等の控除を受ける方は、**支払保険料等の証明書や明細書**
- 医療費控除を受ける方は、**医療費の領収書、保険等で補てんされる金額の明細書**(あらかじめ医療費の総額を計算した上で、持参してください。)
- 通帳などの還付される税金の振込先(申告者本人の口座)が分かるもの など

確定申告、町民税申告相談

会場 上市町役場 4階大ホール

日程表

受付時間 午前9時～11時・午後1時～4時

	上市	音杉	白萩	南加積	宮川	柿沢	相ノ木	弓庄大岩	
2月	16日(木)	錦町 石浦町	法音寺 上正	須山	永代 広野新	石仏 竹鼻	柿沢 (一区)	下経田 飯坂新 久金新 久金新団地	和合
	17日(金)	天神町一区							
	20日(月)	神明町 南町	湯上野 川原田	湯神子	眼目 広市新 三杉町	森尻 剣町	館	放士ヶ瀬 上条沖	大岩 浅生
	21日(火)	西町							
3月	22日(水)								
	23日(木)	西中町 旭町	横法音寺	丸山 白萩湯上野	郷柿沢 一越	江又 東江上 江又団地	柿沢 (二区)	上荒又 飯坂 相ノ木新町	横越
	24日(金)	天神町二区							
	27日(月)	新町 松和町	大坪 稗田	極楽寺	砂林開 松原野	中江上 中小泉	柿沢 (三区)	下荒又 青出新 ひまわり台	神田 新村
	28日(火)	天神町三区							
	3/1日(水)								
	2日(木)	上中町 栄町	上法音寺 三日市	堤谷	片地 野開発	若杉 大永田	柿沢 (四区)	上経田 中開発 久金	
	3日(金)	森元町							
	6日(月)	熊野町 幸町	正印	釈泉寺 稲村 白萩東部地区	広野 田島野 梅の郷団地	荒田 江上	新屋	放士ヶ瀬新 中青出 アンナガーデン	桧谷 大沢
	7日(火)								
8日(水)									
9日(木)	東町 鍵町	北島 正印新	湯崎野	野島 斉神新 柿沢新	若杉新 弥市	女川	下青出 新清水	大松 大松新	
10日(金)	柳町								
13日(月)	※14日は、午後8時まで(受付は、午後7時30分まで)								
14日(火)	※15日は、午後3時まで								
15日(水)	※15日は、午後3時まで								

2月26日(日) 全町内 午前中のみ(※受付は、9時から概ね11時まで) ※例年非常に混雑します

魚津税務署出張相談

北陸税理士会魚津支部による所得税の還付申告を中心とした相談

日時 2月14日(火)
場所 上市町役場 4階大ホール
対象 全町内
相談時間 午前10時～正午
午後1時～4時
(受付は、午後3時30分まで)



・今回提出される平成28年分の確定申告書には、個人番号(マイナンバー)の記載が必要です。

魚津税務署からのお知らせ

- 次の方は魚津税務署で申告をお願いします
- 青色申告の方
 - 事業収入が1千万円を超える方
 - 土地、建物、株式の売却による譲渡所得のある方
 - 初めて住宅借入金等特別控除等を受けようとする方
 - 複雑な申告や時間を要する申告の方
 - 消費税、贈与税等

確定申告書の作成は国税庁ホームページ「確定申告書作成コーナー(e-Tax)」をご利用ください!

ご自宅のパソコンで、国税庁ホームページの画面の案内に従って金額等を入力すれば、申告書や青色申告決算書などを作成でき、税額などが自動計算されます。

作成した申告データは「e-Tax(国税電子申告・納税システム)」を利用して送信できるほか、印刷して書面で提出することもできます。(申告期間中は、財務課へ提出できます。)



※申告書にはマイナンバーの記載をお忘れなく!
本人確認書類の提示又は写しの添付が必要です。
郵送などによる提出は、本人確認書類の写しが必要です。

今月の主な内容

- P 2 申告相談のご案内
- P 4 町のニュース・消防通信・公民館
- P 6 お知らせページ
- P 8 イベント・募集・福祉
- P10 文化・スポーツ
- P12 保健だより
- P14 まちの動き・話題



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

三日市保育園幼年消防クラブ



火災・救急・救助の概要

●火災件数

平成 28 年中の火災件数は 5 件(うち建物火災 4 件)となり、前年に比べ 2 件増加しました。

●救急件数

平成 28 年中の救急件数は 958 件となり、前年に比べ 65 件増加し、搬送人員は 919 人でした。

●救助件数

平成 28 年中の救助件数は 6 件となり、前年に比べ 10 件減少し、救助人員は 5 人でした。

※件数は上市町の発生件数です。

平成 29 年度普通救命講習の日程

- ① 4月9日(日) ② 9月10日(日)
- ③ 12月10日(日) ④ 平成 30 年 2月11日(日)

- ・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
- ・参加費等は無料です

申込、お問い合わせ先 上市消防署救急係 ☎ 472-2244

上市町消防出初式

詳細な記事は P15 「町の話」 コーナーに掲載



↑ 役場正面駐車場で分列行進

冷暖房空調の利用ができるようになりました
真夏や真冬でも快適な武道館

教育委員会事務局 生涯スポーツ班 ☎内線 348

平成 28 年度電源立地地域対策交付金で上市町武道館 1 階に冷暖房空調設備を新たに整備し、今年 1 月から利用できるようになりました。

天井に設置された 12 基の冷暖房空調は、主にスポーツ少年団や上市中学校の部活動等の練習に利用されるほか、催しの開催が真夏や真冬でも快適に行うことができます。



↑ 上市町武道連盟稽古始め式でも冷暖房空調設備を使用しました

なお、冷暖房空調設備を利用する際の料金は下記のとおりです。

冷暖房空調設備
利用料金表

スポーツ活動	町内	600 円/時間
	町外	1,200 円/時間
スポーツ活動以外	町内	1,200 円/時間
	町外	2,400 円/時間

※町内とは、居住者及び町内事業所への在勤者

県と町から長寿のお祝い状と記念品を贈呈
100 歳おめでとうございます

福祉課 社会福祉班 ☎内線 7125

12 月 16 日、成和病院(富山市)に伊東町長が訪れ、翌日に 100 歳となる黒田ミサさん(神田)に県と町から長寿のお祝い状と記念品を贈呈し、祝福しました。

長男の年一さんは、「農業が好きで 90 歳ごろまで田畑を楽しみ、病気もめったになく健康で元気に過ごしてきました。また、孫をととても可愛がっていた」と話されました。

4 人の子どもを育て上げ、孫 9 人、ひ孫 9 人に恵まれたミサさんは現在入院していて、普段は読書などをして過ごしています。



↑ ミサさんの 100 歳を祝うご家族一同

公民館だより

★印はエンジョイ教室

2 月の予定

公民館名	内容	実施日
上市	第 56 回町民親睦囲碁大会	12 日(日)
相ノ木	相ノ木校区バドミントン大会	5 日(日)
宮川	こども習字教室	14・28 日(火)
	料理教室	21 日(火)
	親子料理教室★	4 日(土)
	宮川まなび処	16 日(木)
南加積	健康マージャン体験教室	3・17 日(金)
	男性料理教室	16 日(木)
	健康ふれあい教室	16 日(木)
柿沢	チョコレート作り★	12 日(日)
	男性料理教室	5 日(日)

公民館名	内容	実施日
宮川	ジュニア囲碁教室	毎週土曜
南加積	こども・おとな 囲碁・将棋教室	毎月第 1・3 土曜

上市	☎ 472-0409	相ノ木	☎ 473-1269
音杉	☎ 472-4957	白萩西部	☎ 473-0167
弓庄	☎ 472-2499	大岩	☎ 472-2302
宮川	☎ 473-0074	山加積	☎ 473-0168
南加積	☎ 472-3526	白萩南部	☎ 472-1994
柿沢	☎ 472-6353		

広告

広告欄

消雪装置と町の除雪車両が本格的に稼働開始
厳しい冷え込みが続いています

建設課 建設班 ☎内線 311

1 月 13 日、上市町に大雪警報が出され 16 日まで全国的に真冬の寒さに加えて大雪が続きました。

昨年 12 月 16 日に 10 c m 前後の積雪があつて以来、1 ヶ月ぶりの積雪となり、除雪車両が一斉に稼働して早朝から深夜まで除雪作業が行われました。

また、まだまだ厳しい冷え込みが続くこの時期、水道管の破裂による漏水や路面凍結による転倒事故が多くなりますので十分にご注意ください。



↑ 15 日、白萩南部小学校の側にある東種の気温観測地点付近は一面真っ白になり、気温は -7.2 度まで下がりました。

医療・健康の良書が探しやすくなりました
町の図書館へ行こう

町立上市図書館 ☎ 472-6494

12 月中旬、町立上市図書館に医療と健康の分野に関する図書の中から図書館お勧めの本を配置した「医療・健康コーナー」を新たに設置しました。

近年ニーズの高いこの分野について、分かりやすい場所に専用コーナーを設け、目的の本を探しやすくなりました。

図書は一定期間テーマ決めて配置し、随時入れ替えていきますので、ぜひご利用ください。

また、貸出も行っています。



↑ 現在のテーマは「薬を知ろう」です。漢方薬や生薬に関する本も揃えています。



毎年3月は申請窓口が大変混み合います 自動車の車検・登録はお早めに

国土交通省 北陸信越運輸局富山運輸支局
車検・登録に関すること ☎050-5540-2044

毎年、3月は自動車の検査・登録申請が集中し、窓口が大変混み合い手続きに長時間を要しているため大変ご不便をおかけしています。

「車検」は1ヶ月前から受検ができますので、なるべく2月中に受検してください。

また、「廃車・名義変更の手続き」は、3月中旬までに申請をお願いします。



介護保険アレコレ

第7期中新川介護保険事業計画 策定委員を募集します

中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎464-1316

平成30年4月から第7期事業計画がスタートするため、平成29年度に新たな計画を策定します。

この事業計画に高齢者福祉や介護に関するご意見を幅広く取り入れるため、下記のとおり策定委員を公募します。

応募資格 中新川郡内に1年以上(平成29年1月現在)お住まいで40歳以上の方

募集人数 3名(上市町、立山町、舟橋村 各1名)

内容 年に数回の計画策定委員会に出席し、介護保険事業計画に関する意見を述べていただきます。

任期 3年間(平成29年度～平成31年度)

応募方法 ①住所 ②氏名 ③年齢 ④職業 ⑤電話番号を封書または郵便はがきに記入の上郵送にてご応募ください。採否については面談等の審査にて決定します。

締切日 平成29年2月28日(火)必着

結果通知 郵送にて採否の通知をお知らせします。

送付先 〒930-0288 舟橋村国重242番地
中新川広域行政事務組合 介護保険課

2月の保険料(65歳以上の方)

- ①特別徴収 第6期
- ②普通徴収 第8期(納期限2月28日)

福祉・介護のお仕事相談を開催中 ご相談ください

富山県健康・福祉人材センター ☎432-6156

開催日 毎月第3火曜日

開催時間 9:30～16:00(祝日の場合は変更になりますので事前にお問い合わせください。)

開催場所 ハローワーク滑川 **料金** 無料

年金だより

「ねんきんネット」

町民課 住基戸籍班 ☎内線145

①国民年金保険料は口座振替がお得です!

国民年金保険料の納付は口座振替がご利用できます。口座振替をご利用いただくと、保険料が自動的に引き落とされるので、金融機関などでお支払になる手間が省け、納め忘れもなく、とても便利です。

また、口座振替には当月分保険料を当月分に振替納付することにより、月々50円割引される早割制度や現金納付よりも割引額が多い6ヶ月前納・1年前納・2年前納もあり、大変お得です。ただし、1年前納・2年前納の場合、口座振替の申し込み期限が2月末までとなっていますので、ご注意ください。

口座振替希望の方は納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、ご希望の金融機関または魚津年金事務所へお申し出ください。

②年金の予約相談を実施しています!!

全国の年金事務所で行われている年金の予約相談を実施しています。予約相談の実施時間は、平日(月～金曜日)8:30～16:00です。ご予約いただくと、相談内容にあったスタッフが事前に準備のうえ、お客様のご都合に合わせてスムーズに相談を進めることができます。

予約の申し込みは「ねんきんダイヤル」または、お近くの年金事務所で行っています。予約相談希望日の1ヶ月前から前日まで受付していますので、お気軽にご利用ください。

※ご連絡の際は、基礎年金番号のわかる年金手帳や年金証書をご準備ください。

ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165
魚津年金事務所 ☎0765-24-5153

学校開放・社会体育施設等 通年利用申請受付中 町内スポーツ団体は申込を

教育委員会事務局 生涯スポーツ班 ☎内線348
(一財)上市町健康文化振興財団 ☎473-9333

平成29年度に学校開放・社会体育施設、丸山総合公園(総合体育館等)の定期利用を希望される団体は、通年利用希望調査書を提出してください。調査書を提出された団体を対象に調整会議を開催します。

なお、団体の代表者(代理可)は、必ずご出席ください。

対象 定期的にスポーツを行う町内在住者または町内の勤務先で構成される団体

受付期限 2月8日(水)期限厳守

受付書類 通年利用希望調査書

調整会議 日時 2月22日(水)午後7時

場所 役場4階大ホール

持ち物 印鑑・筆記用具を持参してください。

受付先

- ①学校開放・社会体育施設
教育委員会事務局生涯スポーツ班
- ②丸山総合公園(総合体育館等)
(一財)上市町健康文化振興財団

ひとり親家庭等への児童扶養手当・医療費助成 ひとり親家庭等を支援します

福祉課 児童班 ☎内線7231・7233

18歳に達した日(誕生日の前日)の属する年度の末日(3月31日)までのお子さんを養育されるひとり親等のご家庭は、申請により次の助成を受けられる場合があります。詳しくは、ご相談ください。

①児童扶養手当

児童の健やかな成長を願い、月額9,990円～4万2,330円の範囲でひとり親家庭等に支給される手当です。手当てには、お子さんの人数に応じた金額の加算や、受給者及び同居者に所得制限があります。

②ひとり親家庭等医療費助成

対象年齢のお子さんと、お子さんを養育している方が、病院等を受診した際の医療費(保険診療報酬自己負担分)を助成します。

ただし、助成には受給者及び同居者に所得制限があります。

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

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

ペレットストーブ購入助成 環境に優しいペレットストーブ

企画課 企画班 ☎内線223

町では、再生可能な資源を活用した燃料として期待される木質ペレットを、より多くの方に利用していただくため、個人住宅等にペレットストーブを設置する個人等に対して補助金を交付します。

補助対象者 上市町内に住所を有する個人または上市町内に事業所を有する事業者等

補助経費 上市町内の個人住宅、会社、店舗等において使用するペレットストーブの購入に要する経費(ストーブ本体のみ)。

補助金の額 ペレットストーブ1台分の購入に要する経費の4分の1以内の額とし、5万円を上限とします。1建物または申請者1人につき1回限りとします。



↑地球温暖化防止に貢献する環境に優しいストーブです。役場正面ロビーにも設置しています。

西田美術館企画展のご案内

ART BOX152 - 第9回展 -

西田美術館 ☎472-4352

期日 2月15日(水)～3月11日(土)(月曜・火曜休館)

開館時間 9:30～16:30(最終入館は16:00まで)

場所 西田美術館2階 第2展示室

料金 一般300円、大学生200円、高校生以下無料

広告

広告欄

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

企画課情報班(内線221)

滑川公共職業安定所 ☎ 475-0324
ポリテクセンター富山 ☎ 0766-28-6900

求職者支援訓練の受講者募集

訓練場所 ㈱スキル ☎ 431-0432
訓練期間 3月31日(金)～7月28日(金)
募集締切 3月7日(火)まで
概要 WEBクリエイター科
対象 ハローワークで求職中の方(選考があります)
再就職をめざす求職者の方を対象
費用 受講料無料、テキスト代必要

富山県看護協会富山県ナースセンター ☎ 433-5251

県内病院就職ガイダンス開催

富山県内の病院が、プレゼンテーションによる施設紹介や、人事担当者との個人面談・相談を行います。参加無料。事前申込不要。ご家族の参加も可能。
対象 県内外の看護師等学校・養成所卒業見込みの学生、Uターン希望の看護職員、県ナースセンター求職登録者等
日にち 3月11日(土)
■ 県東部地区の病院
9:00～12:30 富山県看護研修センター
■ 県西部地区の病院
13:00～16:00 ウイング・ウイング高岡5階

地域包括支援センター 2月行事 ☎ 473-2811

内容	日時	場所	備考
介護予防教室	7・21日(火)	13:30～14:30	宮川公民館
	1・15日(水)	13:30～14:30	南加積会館
	8日(水)	13:30～14:30	広野会館
	22日(水)	13:30～14:30	郷柿沢会館
マシンで足腰しっかり貯筋運動	3・10日(金) 17・24日	9:30～11:30 (受付9:15～)	カミール2階 イベント広場
	3・10日(金) 17・24日	13:30～14:30 (受付13:15～)	カミール2階 イベント広場
マシンで足腰しっかり貯筋運動	14・28日(火)	13:30～14:30 (受付13:15～)	カーブス上市店
おれんじカフェ	9日(木)	13:30～15:00	カミール3階
知っておきたい在宅医療講座	24日(金)	13:30～16:00 (受付13:15～)	相ノ木会館
上市町家族介護者リフレッシュ教室	28日(火)	9:00～15:00 (受付8:40～)	とやま健康パーク
			つるぎふれあい館 ロビー集合

富山県中部厚生センター ☎ 472-0637

地域精神保健福祉推進協議会研修会

場所 つるぎふれあい館 2階研修室
日時 2月21日(火) 14:00～15:30
講演 メンタルヘルスと地域コミュニティの可能性
講師 コミュニティハウスひとのま 代表理事 宮田 隼 氏
申込締切日 2月14日(火)
対象 中部厚生センター管内地域精神保健福祉推進協議会会員、健康づくりボランティア等

役場総務課 ☎ 内線 212
かみいち総合病院事務局 ☎ 472-1212

平成29年度採用かみいち総合病院職員募集

職種・人員
言語聴覚士・・・1名程度(初級)
精神保健福祉士・・・1名程度(初級)
※言語聴覚士は昭和52年4月2日以降に、精神保健福祉士は昭和47年4月2日以降に生まれた者で社会福祉士資格保有者
採用年月日 平成29年4月1日
受付期間 2月24日(金)まで
受付場所 上市町役場総務課
採用試験 3月11日(土)(かみいち総合病院にて)

上市まちづくり公社 2月行事 ☎ 473-2375

イベント・子育て支援教室 inカミール

内容	日時
3世代交流 イベント 苦手克服大作戦 マットうんどう (対象 4歳～)	5日(日) 10:00～11:00 イベント広場
バレンタイン大作戦 “手作りチョコに挑戦!” 参加費100円(対象 4歳～)	5日(日) 11:10～12:00 イベント広場
子育て支援教室 親子English &おひなさま制作 (対象 0歳～就学前)	20日(月) 10:30～11:30 わんぱく広場

教育委員会事務局 生涯学習班 ☎ 内線 344

第26回公民館文化交流フェスティバル

場所	日時
北アルプス文化センター	2月25日(土)・26日(日)
内容 作品展示	25日(土) 13:00～16:00 26日(日) 9:30～16:30
ステージ発表	26日(日) 13:00～16:00 特別出演「小杉爆笑劇団」

お問い合わせ先 弓庄公民館 ☎ 472-2499

建設課管理建築班 ☎ 内線 317

町営住宅入居待機者募集

募集住宅
①町営住宅(宮川・和合・稗田・陽南・白萩西部住宅)
②稗田特定公共賃貸住宅(中堅所得者向け住宅)
③白萩西部地域優良賃貸住宅(中堅所得者向け住宅)
受付期間 3月1日(水)～15日(水)
※重複申込不可。入居募集ではありません。

20+20=40
ダブル成人の会 inかみいち
2017.2.18開催 (SAT)
集まれ!!
1976年4月～1979年3月生まれの上市モン。
※対象者1976年4月～1979年3月生まれの上市町出身者及び上市町在住者

飲み食べ アカコ・アップ・アップ・アップ
カキ出しの旨味
大抽選会 豪華賞品が当たる
PRタイム 最新情報をお届け

● 会員 3,000円 (年会費0円)
● カミール4Fホール
● 受付 18:00～スタート18:30
※開演は20:30を予定しております。

■ 参加申込について
ホームページ・メール・フェイスブックページ・本報誌・直接ご持参。いずれの方法でも申込可能です。メールでのお申込みはご遠慮ください。
☎ k.kikaku@town.kamichiji.toyama.jp
※お電話・直接ご持参の方はご遠慮ください。
① 上市町企画課企画班 ☎ 076-472-1111

主催 上市町

こどもの城 2月行事 ☎ 473-0001

内容	日時
そう組(2歳児)	15日(水)
うさぎ組(1歳児)	2・16日(木)
栄養指導(そう組)	1日(水)
合同体操教室	8日(水)
合同ひな祭り会	23日(木)
ちびっこ広場(6ヶ月～1歳頃まで)	14・28日(火)
合唱	9:00～ 4日(土)
将棋	10:00～ 11・25日(土)
折り紙教室	22日(水) 16:15～ ※要予約
ヒップホップダンススクール	24日(金) 15:45～ ※要予約
体操教室(アスレチック)	25日(土) 14:00～
ティッシュケースづくり	12日(日) 10:30～
プラバンづくり	26日(日) 10:30～

休館日 2月19日(日)

富山県商工労働部労働雇用課 ☎ 444-8897

Uターンフェア・イン・とやま ～元気とやま! 合同企業説明会～

場所	日時
富山市総合体育館、とやま自遊館	3月2日(木) 10:00～17:00

対象 平成29年3月及び平成30年3月卒業予定の学生、転職希望者、Uターン就職希望者など求職活動中の方。参加無料。
内容 ①合同企業説明会(富山市総合体育館にて) 10:00～17:00
②就職支援セミナー(とやま自遊館にて) 10:30～12:00

とやま就活バスツアー(第2弾)

富山県内での就職に関心のある学生を対象に、魅力ある県内の企業をめぐるバスツアーを富山県が開催します。
コース ①2月14日(火)【Aコース】シロウマサイエンス、YKKグループ、スギノマシン【Bコース】北陸コココーラ、プレステージ、アルビス/②2月15日(水)【Cコース】ファインネクス、立山科学グループ、北陸電気工業/【Dコース】日東メテック、ダイト、リードケミカル/③2月17日(金)【Eコース】富山村田製作所、コーセル、日本海ガス【Fコース】インテック、朝日印刷、北陸銀行
定員 各コース20名。参加無料。
対象 県内企業への就職に興味のある大学生など
内容 職場見学、概要説明、若手社員との座談会など
申込方法 下記ホームページから申込
<https://v3.apollon.nta.co.jp/toyamatur2016/>

広告

広告欄

Culture

ふるさと町民学園 教育委員会事務局生涯学習班 (内線 381)

平成 28 年度 ふるさと町民学園「閉講式」

日時 2月28日(火) 午後1時30分～3時30分

会場 保健福祉総合センター 2階研修室

記念講演 演題「富山県誕生の背景と経緯」

～政府の施策と越中の実情～

講師 富山近代史研究会 会長 竹島 慎二氏

【講師プロフィール】

《出身》 富山県富山市

昭和50年 武蔵大学人文学部日本文化学科卒業

昭和51年 富山県立高校教員(富山東、富山中部高校)

平成14年 富山県公文書館資料課長

平成17年 富山県立高校教頭(富山南、富山西高校)

平成21年 富山県立雄山高等学校長

平成22年 北信越家庭科高校長協会 会長

平成23年 富山県民生涯学習カレッジ学習専門員

平成26年 富山国際大学非常勤講師、富山市民大学、新

川みどり野・雄峰高校共学講座講師、越中史壇会評議員、

富山県ひとつくり財団特別部会副会長、他

《主な活動》

「郷土に誇りと愛着を持てるよう、富山の歴史を多くの人に語り伝える」との想いから研究者や教員をはじめ医師や経営者などの諸先生方と共に取り組み、それぞれの個性豊かな顔ぶれがその活動に活気を与え、さまざまな角度から調査研究に取り組んでおられる。また、郷土富山の未来を担う世代へ「伝えよう若い世代—富山の近現代史」の公開シンポジウムを開催され、その必要性和重要性を伝えめざましい成果をあげておられる。

《主な著書》

富山県謎解き散歩、富山県の歴史散歩、姓氏家系大辞典、富山県地名大辞典、他

本年度最後のふるさと町民学園です。参加は自由ですので、多数の方々の参加をお待ちしています。一般の方々の参加もお待ちしています。



アルプスの湯 ☎ 473-9333

【2月の催し物】 (午後0時30分～ 観覧無料)

4日(土)	松前一座	公演
11日(土)	優喜乃舞踊団	公演
18日(土)	劇団「絆」	公演
25日(土)	藤山一座	公演
26日(日)	ザ・あんぼたん	公演 「風呂の日」

【ロビー展示】

平成29年 上市町消防出初式の写真展示
実施期間 2月1日(火) から 13日(月)まで

【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中。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 2月1日(火)から5月31日(火)まで

北アルプス文化センター催し案内 ☎ 473-1818

ふるさと民謡ショー

日時 3月12日(日) 午後2時開演(午後1時30分開場)
入場料 1,500円(高校生以下無料)【全席自由】
出演者 小野花子、王藤正蔵、漆原栄美子、寺崎美幸、浅草追分社中、滑声会、北川社中 ほか

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

「さんさん歩くスキー」参加者募集

日時 2月19日(日) 9:30～15:00 (9:00受付)
場所 魚津桃山運動公園(集合場所 役場正面玄関)
募集人数 15名 対象 小学生高学年から一般成人
参加費 会員500円、非会員1,000円(当日集金)
申込締切 2月10日(金)
持ち物 防寒着上下、手袋、帽子、ゴーグル、昼食
その他 スキー、ブーツ、ストックの貸し出しあり

うえるねす通信 ウエルネススポーツセンター ☎ 473-2070

寒い季節、運動不足になりがちですね。室内トレーニングで程よい汗を流してみませんか? お家に関してもってないで、運動不足を解消して心も体もリフレッシュしましょう! 昨年11月からトレーニングジムのOPENしています。スポーツセンターのトレーニングジムは、上市町民の方へ上市町から会費の補助があり、特別料金にてご利用頂けます。さらに、プールも合わせてご利用の方はもっとお得な料金でご利用頂けます。

Sports

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	13 20 27
ジュニアビク教室	㊦ 月	18:00	6 20 27
ジュニアバレー教室	㊦	19:00	6 13 20 27
はつらつ卓球(ラージ球)	㊦ 火	10:00	7 14 21 28
シニアエクササイズ宮川	㊧	13:30	7 14 21 28
気軽に卓球(硬式球)	㊦	10:00	1 8 15 22
シニアエクササイズ相ノ木	㊨ 水	13:30	1 8 15 22
サッカー教室	㊦	18:00	1 8 15
楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球)	㊦	10:00	2 9 16 23
シニアエクササイズ柿沢	㊩	13:30	2 9 16
オープン水泳教室(ウォーキング&ストレッチ)	㊪ 木	14:15	2 9 16 23
ストレッチヨーガ	㊫	15:30	2 9 16 23
ピラティス(夜)	㊦	19:30	9 16 23
やわやわピクス	㊦	10:30	3 17 24
シニアエクササイズ弓庄	㊨ 金	13:30	3 10 17
パワーヨーガ	㊪	19:30	3 17 24
うんどう教室	㊦ 土	15:00	4 18
トランポリン教室	㊦	16:15	4 18

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 2/4日(土)、8日(火)、18日(土)、22日(火)
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 2/19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 休講

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 2/26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)	6	20	(月)
フラワーデザイン	6	20	(月)
書道	13	27	(月)
華道(池坊)	13	27	(月)
リアリティフラワー	13	27	(月)
心太極拳	13	27	(月)
3B体操	6	13	20 27 (月)
手芸・手編み	7	21	(火)
絵てがみA		21	(火)
絵てがみB	14	28	(火)
刺し子・リフォーム	14	28	(火)
オカリナ	14	28	(火)
新川民謡研究会	7	14	21 28 (火)
社交ダンス(火)	7	14	21 28 (火)
茶道(遠州)	15		(水)
パッチワーク	1	15	(水)
ちぎり絵	8	22	(水)
フォークダンス	1	8	15 22 (水)
社交ダンス(水)	1	8	15 22 (水)
茶道(裏千家)		23	(木)
料理(昼)	2	16	(木)
大正琴	2	16	(木)
茶道(表千家)		16	23 (木)
タイ式ヨガ	2	16	23 (木)
料理(夜)	3	17	(金)
ちりめん手芸		17	24 (金)
民舞踊	3	24	(金)
太極拳		24	(金)
相撲甚句	3	17	(金)
レザークラフト	4	18	(土)
フラダンス	4	18	25 (土)
ペン習字		8	(火) 27 (月)
吹矢	7	21	(火) 2 16 23 (木)

Culture

図書館・絵本室カレンダー

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				

黒地に白文字の日は休館日。

こんにちは
図書館です
☎472-6494

開館時間 10～18時

・図書館・・・蔵書点検のため13日(月)～17日(金)は休館します。
・絵本室・・・13日(月)・16日(木)・17日(金)は、通常どおり開館します。

今月の催し

○絵本のよみかかせの会

日時 2/12日(日) 午前11時～ 場所 絵本コーナー

○読書会 『まほろ駅前多田便利軒』 三浦しをん / 著

日時 2/24日(金) 午後1時30分～ 場所 3階対面朗読室

一般書

ぼく、学級会の議長になった。

三神 英彦 沢田石 誠 / 著

第一部では、人前で話すことが苦手な主人公が突然議長になる物語。第二部では、実際に話が上手になるにはどんなことを考えればいいのかについて述べられており、第三部では、著者からのおすすめ図書が紹介されています。

話し合いにまつわるあれこれを「できるだけ広く、できるだけわかりやすいように」と工夫されている内容となっています。

児童書

うみのとしゃかん

葦原 かも / 作 森田 みちよ / 絵

ここは、海のとしゃかん。おだやかな海のそこの魚たちは、好きな本を読んでいます。なかでもほんが好きな、こわい顔をしたアオザメは、読み終わると図書館の世話をしているヒラメに「またおもしろい本をたのむよ」と、声をかけます。するとヒラメは・・・ヒラメの図書館員を中心にうみの図書館での、やさしいお話です。

一般書

三鬼.....宮部みゆき / 著
草花たちの静かな誓い.....宮本 輝 / 著
天然おくり.....池田 明子 / 監修

新着本

児童書

正しい目玉焼きの作り方.....森下 えみこ / イラスト
だるまちゃんとおうちちゃん.....加古 里子 / 作・絵
なつみはなんにでもなれる.....ヨシタケ シンスケ / 作・絵

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。

えほんのゆめぼつけ

おはなしぴよぴよの会

毎週月曜 午前10時30分～

☎ 472-2211

おりがみ教室

11日(土) 午前10時30分～

おはなし会

4・18・25日(土) 午前10時30分～



授乳室やおむつ替え室があり、どなたでもご利用できます。



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28年10月生	2月2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28年11月生	3月2日(木)			
1歳6か月児健診	平成27年7月生	2月8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27年8月生	3月8日(木)			
3歳児健診	平成25年10月生	2月23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25年11月生	3月23日(木)			
離乳食教室	平成28年8月生 平成28年9月生	2月15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28年5月生 平成28年6月生	2月15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



盛一 泰雅 ちゃん 菅田 海里 ちゃん 大法 知紗 ちゃん



岡部 友音 ちゃん 大澤 陽向 ちゃん 西川 陽真 ちゃん



藤崎 里奈 ちゃん 佐近 青司朗 ちゃん 瑞慶覧 莉香子 ちゃん



堀田 悠都 ちゃん(左)、姉 奈那 ちゃん(右)、万里子 さん

集団がん検診のお知らせ

胃・大腸がん検診……1年に1回
子宮・乳房がん検診……2年に1回

日時 2月19日(日) (受付時間 8:30～9:30) **今年度最後です!**

場所 つるぎふれあい館 **定員** 各80名(要予約)

内容 胃・大腸・子宮・乳房がん検診

対象 ①胃・大腸・乳房がん検診
40歳以上でがん検診を受ける機会のない方

②子宮がん検診
20歳以上でがん検診を受ける機会のない方

※職場などで受診機会のある方は、そちらを優先してください。

持ち物 受診券、健康保険証、各種受給者証・手帳

料金

検診名	上市町 国民健康保険	社会保険	節目年齢・ 高齢受給者等
胃がん	450円	900円	無料
大腸がん	250円	500円	
子宮がん	300円	600円	
乳がん	300円	600円	

通常1回の検診に3,000円～5,000円程度必要ながん検診が、集団がん検診なら大変お得に受診できます!

とやま健康パーク「上市町の日」 団体利用者募集

無料送迎・1日利用料・昼食が含まれたとってもお得な機会です。この機会にぜひご利用ください。

日時 3月3日(金) 8:45～15:30

場所 とやま健康パーク
(つるぎふれあい館に集合。送迎バスで移動)

内容 健康チェック、生活体力測定とその結果を解説します。また、健康スタジアムを自由に利用できます。(耐震工事中のため、温水プール、パーテゾーンの利用はできません。)

料金 1,450円(「上市町の日」特別価格)

定員 20名(要予約) **申込期日** 2月20日(月)まで
町保健センター☎473-9355へお電話で申し込みください。
注意事項は、予約受付時にご案内します。

こころと暮らし、いのちの相談会 ☎ 富山県心の健康センター
(自殺予防のための包括支援相談会) ☎ 428-1511

～専門の相談員による総合相談会～

日時 2月25日(土) 13:30～16:30 (受付16:00まで)
場所 立山町元気交流ステーション2階大会議室

心の健康、法律相談、多重債務、高齢者の介護や福祉、生活保護などの福祉、大切な方を亡くしたなど、いのちに関する相談をされたい方(本人、家族、友人など周囲の方も可)。事前予約不要、相談無料、秘密厳守。

健康・医療

すこやかサロン

Health Column

せん妄

意識障害に伴って通常見られない言動(幻覚・妄想・徘徊・興奮など)が認められることをせん妄(譫妄)といいます。せん妄は、入院患者さんの10%から30%、手術後の患者さんの30%から50%で出現すると言われており、原疾患の治療の妨げとなるばかりか、その経過にも多大な影響を及ぼすため、予防や早期発見が必要です。

せん妄は、一般に身体内部の変化に外部環境の変化が加わって生じる、一種の不応症反応と考えられ、高齢、認知症や脳血管性疾患の既往などの準備因子、集中治療室、心

自分で感じるサイン⇒つらい時は一人で抱え込まず、誰かに話してみよう

- 悲しい、憂うつな気分、沈んだ気分。
- 何ことにも興味がわかず、楽しくない。
- 気力や意欲の低下(おっくう)を自覚する。
- 人に会いたくなくなる。
- 眠れない、眠りにくい。
- 自分を責め、自分は価値がないと感じる。

周りの人が気づくサイン⇒まずは「どうしたの?」と声をかけてみましょう

- 以前と比べ表情が暗く、元気がない。
- 体調不良の訴えが多くなる。
- 仕事や家事の能率が低下し、ミスが増える。
- 周囲との交流を避けるようになる。
- 趣味やスポーツ、外出をしなくなる。

インターネットによるメンタルヘルス情報

キーワード検索!

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

電話・窓口による身近な相談先

内容	お問い合わせ先
上市町保健センター(健康相談)	☎ 473-9355
上市町地域包括支援センター(高齢者の総合相談)	☎ 473-2811
富山県中部厚生センター	☎ 472-0637
富山県心の健康センター(こころの電話) ※時間 9:30～17:00まで	☎ 428-0606

相談時間は、平日の8:30～17:00まで

「上市あなたのこころ守り隊」養成講座(ゲートキーパー養成講座)

～第1回目～
日時 2月20日(月) 13:30～16:00 **会場** つるぎふれあい館2階研修室
内容 講義 ①あなたもゲートキーパー【実践編】
②うつ病など精神疾患の理解
講師 ①上市町保健師
②かみいち総合病院岡部彰人神経精神科部長

～第2回目～
日時 3月6日(月) 13:30～16:00 **会場** つるぎふれあい館2階研修室
内容 講義 「地域で支え合うために」
講師 富山大学大学院医学薬学研究部立瀬剛志助教

対象 町内在住・在勤・在学の方 **申込** 2月14日(火)まで
受講方法 原則2回とも講座に出席していただき、全て受講された方には修了証を授与いたします。

理的ストレスなどの誘発因子、身体合併症などの器質因子が重なって発症すると言われています。

せん妄は、本来一時的な状態であり、正しく診断し適切な治療や管理すれば回復することができます。治療の原則としては、まず身体合併症を改善し薬物を調節することですが、外部環境の調節も非常に重要であり、具体的には睡眠の確保や感覚刺激の調節、ブライバシーの確保、本人の意思の尊重、家族の面会、使い慣れた機器を操作するなどが挙げられます。

今月のテーマ

自殺のない社会へ
人のこころとこころがつながるまちへ

こんごうは!
福祉課保健班です。
その12



保健師 土肥 典代

近年、自殺死亡者は全国で年間約2万5千人。富山県でも2000人を超える方が亡くなっています。深刻な社会問題となつていますが、失業、過重労働、健康問題、家庭問題など過度のストレスが心身に様々な影響を及ぼし、うつ病などの心の病気を引き起こして自殺に追い込まれるというケースが少なくありません。

うつ病は心の病ですが、早期や軽いうつ病ではからだの症状ばかりが目立つことがありますが、そのために

分ではうつ病だと気づけなかつたり、家族や周囲の人から見逃してしまつたりすることがよくあります。うつ病は早めに見つけ、適切な治療を受ければ治せる病気です。

また、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげる人のことを「ゲートキーパー」と呼び、誰にもなることができず、誰にも守る人、ゲートキーパーのこころを「上市あなたのこころ守り隊」と呼んで

親しみやすくし、地域ぐるみでこころの健康づくりに取り組み、見守り、支え合う町を目指しています。

あなたもゲートキーパーの輪に加わりませんか?

～2月最終週～

「とやまいのちを守り育む週間」

3月は

自殺対策強化月間

1/7 町消防出初式
防火への決意新たに

1月7日、新春恒例の消防出初式が役場前駐車場でわれ、消防車両12台、180名が参加しました。この日会場はすっきりとした青空が広がり、消防団員の家族など大勢が見物する中、団員はまといを威勢よく突き上げながら一斉に放水を行いました。また、分列行進や永年勤続団員等の表彰が行われ、今年一年の無火災を願いました。



▲ 青空に向かって一斉放水

1/8 上市町武道連盟稽古始め式
一年の精進を誓う

1月8日、上市町武道連盟の稽古始め式が上市町武道館で行われ、空手道や弓道、少林寺拳法、柔道、剣道の5団体から約230人が参加しました。式典は、上市町剣道協会の井上幸正会長があいさつし、来賓が激励した後、各団体代表の児童5人が「健康な心と体をつくりまします。」など、誓いの言葉を述べました。最後に町剣道協会のメンバーが迫力あふれる演武や稽古を披露しました。



▲ 演武や稽古を披露する剣道協会のメンバー

1/13 ほかほかふれあい塾
ゆったりと体をほぐして健康増進

1月13日、全10回の講座を通じて健康増進を目指す「ほかほかふれあい塾」がつるぎふれあい館コミュニティプラザで今年も始まりました。3回目の開催となる今年は22名の申し込みがあり、初日は18名が参加。参加者は健康チェックを受け、県エアロビック連盟の片貝仁子会長が講師を務める中、音楽のリズムに合わせストレッチやゆったりした軽い健康体操で体をほぐした後に温泉入浴を楽しみました。



▲ 片貝さんの指導を受け、体操に取り組む参加者

1/15 珍しい形の大根を収穫
何に見える?!

1月15日、道田光雄さん(極楽寺)の自宅の裏の畑でとっても珍しい形の大根が収穫されました。きれいにぐるりと一周して止め結びの形になっています。アングルを変えてみると、巻きついたヘビや貝類のように見えるこの大根。収穫したもののあまりに変わった形に愛着がわき、すぐに食べるのを止めしばらく保存し、たくさんの人に見てもらおうことにしたそうです。



▲ 珍しい形の大根を持つ道田さん

12/19 第5回地域ケア会議
地域全体で共有する福祉

12月19日、町保健福祉総合センターで、福祉課と町社会福祉協議会が主催する地域ケア会議が行われました。地域には健康や生活に不安のある方や孤立している方など、様々な福祉課題を持って生活している人達がいま。そのような方々に、ケアネット活動(見守りや話し相手などの支援)を行う町内会役員や民生児童委員等と、医療・介護・福祉の専門職の方との合同研修が開催され、関係者など約150人が集まり意見交換を行いました。このケアネット活動は、小学校区単位で行われていて、昨年9月現在で県内259地区社協8,032人いる支援者が3名で1チームとなって活動しています。地域で支援を必要とする人達に、見守り・声かけ・話し相手・ごみ出し・買い物代行・外出付き添い・除雪・児童の預かりや送迎・菓の受取など多岐に渡る支援を行っています。普段の声かけや訪問で安否や様子を確認し、必要に応じて支援することで、事故を未然に防ぐことや、緊急事態をすばやく発見、対応することができます。関係者はケアネットの現状を聞き、意見交換を行い、ケアネット活動への理解を一層深めていました。



▲ グループワークの様子

12/20 つるぎくんグッズ・クリスマスプレゼント事業
つるぎくんからのプレゼント

12月20日、上市町観光協会が町内の保育所(園)と老人福祉施設等に「つるぎくんグッズ・クリスマスプレゼント」を渡して回りました。このクリスマスプレゼントの中身は、最近発売を始めた「つるぎくんのぬいぐるみストラップ・ミニタオル・エコバッグ・ピンバッジ」の4点セット。最初に訪問した白萩西部保育所にはつるぎくんもやってきてくれて、子どもたちはとても嬉しそうでした。



▲ つるぎくんからプレゼントを受け取り喜ぶ白萩西部保育所の子どもたち

1/1 日本空手協会上市支部が寒稽古
寒さに打ち勝つ

元旦の午前8時頃、大岩山日石寺で日本空手協会上市支部が精神修行を行いました。朝早くから厳しい寒さの中、空手着を着た23名は高さ約5メートルから流れ落ちる滝に身を置き、気合いの正拳突きを行いながら心身を清めました。小学4年生の時から毎年欠かさず元旦に大岩山日石寺で滝に打たれて精神修行を続けている内山彰博さんは「今年も気合いがはまりました。今年は酉年なのでみんなで大きく羽ばたけるように高い目標を持って一年精進したいと思います。」と、新年の意気込みを元気に話されました。



▲ 気合いを込めた正拳突き

2 月の各種相談日 相談無料 「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	相談方法・場所	お問い合わせ先
①年金相談	2月28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	2月8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	毎週(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受付	毎週(月)～(金) ※水曜・祝日除く 8:30～12:00	町民課相談窓口	町民課 (内線 103)
⑤法律相談(予約制)	2月14日(火) 9:00～11:00	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
⑥結婚相談	2月14日・28日(火) 13:00～16:00		
⑦心配ごと相談	2月15日(水) 13:00～15:00		
⑧生活・就労相談	2月14日(火) 10:00～11:30		
⑨介護相談・ボランティア相談	毎週(月)～(金) ※祝日除く 8:30～17:15		
⑩犯罪・事故などの被害に関する相談	毎週(月)～(金) ※祝日除く 10:00～16:00	電話相談先 ☎ 413-7830	公益社団法人とやま 被害者支援センター ☎ 413-7830
⑪弁護士による犯罪被害(身体犯)に関する無料法律相談	2月22日(水) 予約制 10:00～12:00	センター内、面接室 申込先 ☎ 413-7820	
⑫心の健康相談 無料メンタルヘルス(50人未満の小規模事業場で働いている方や労働衛生管理を担当している方が対象)	2月4日(土) 予約制 10:00～12:00	魚津神経サナトリウム	魚津地域産業保健センター (魚津市医師会館内) ☎ 0765-22-0318 受付時間 9:00～17:00
	2月18日(土) 予約制 10:00～12:00	魚津緑ヶ丘病院	
⑬障害を理由とする差別に関する相談窓口(広域専門相談員対応)	毎週(月)～(金) ※祝日除く 8:30～17:00	電話相談 ☎ 444-3959 FAXやメールでの対応の他、富山県庁本館1階相談室にて相談することができます。	富山県厚生部障害福祉課 ☎ 444-3959 FAX 444-3494 eメール ml-sabetsu-soudan@pref.toyama.lg.jp
⑭にこにこ相談会 お子さんの発達や生活・行動・学習・進路・就学に関することなど	2月3日(金) 予約制 13:30～16:00	上市町つるぎふれあい館	上市町教育委員会 事務局 ☎ 内線 342
	2月21日(火) 予約制 13:30～16:00	滑川市民健康センター	
⑮ストーカー・DV無料電話相談	毎月第4火曜 13:30～15:30	電話相談先 ☎ 0120-783-197	富山県弁護士会 ☎ 421-4811
⑯相続登記等に関する無料相談会 司法書士が相談に応じます。	2月4日(土) 10:00～15:00	魚津ありそドーム研修室	富山県司法書士会 ☎ 431-9332
	2月4日(土)・5日(日) 10:00～15:00	富山市民プラザ3階 AVスタジオ	

『好きなんぜ、上市!』 2/11(祝) 会場▶上市町役場前駐車場 午前10時～午後2時30分 お問い合わせ先 上市町観光協会 ☎ 472-1515

第30回 剣岳雪のフェスティバル

ステージイベント
つるぎくん体操、ゲーム&クイズで実感! んまいんまい特産品、歌って踊ってPR、フィッシュ&チップスお笑いライブ、エネルギーマンショー など

出店
くま鍋、日本海味噌の豚汁、大岩にゆうめん、しし焼き、のっぺい風汁、イノシシカレー、手打ちそば、どんどん焼き、ぜんざい など

くま鍋前売券販売所
・里山の駅つるぎの味蔵
・上市町観光協会
・上市町役場産業課
・働く婦人の家
・上市町商工会

くま鍋販売時間
① 11:00
② 11:30
③ 12:00
3回に分けて販売します。




町の人口と世帯数

平成29年1月1日現在

人口	21,279 (-10) (-244)
男	10,188 (-9) (-108)
女	11,091 (-1) (-136)
世帯数	7,930 (+3) (+12)

() は前月比 () は前年比

ご寄付感謝
ふるさと応援寄附金 10万円 堀江 行一様

お餅3箱 立山寺様
タオル35枚 若山美津彦様
タオル303枚 稲谷林二様
手編み品45点 編みアームグループ様
お米15kg JAアルプス女性部上市地区様
1万3071円、タオル50枚 匿名様

【窓口】上市町社会福祉協議会 (12月11日～1月10日)

善意銀行

場 所▶財務課10番窓口
日 時▶2月28日(火) 午後5時～8時
町税夜間納税窓口

納税・納入
固定資産税 4期
国民健康保険税 8期
後期高齢者医療保険料 8期
納期限▶2月28日(火)
納税夜間納税窓口