

私も一緒に給食食べたいな

表紙 「学校給食かみいちの日」試食会
白萩西部小学校ランチルーム（11月9日）

11月11日は、「学校給食かみいちの日」。この日に合わせ11月6日から10日までの間、町内の小・中学校では、児童達が考案した地元食材を使った給食が出されました。なお、この日は地域住民約30人が白萩西部小学校へ招かれ、全児童24人と一緒に食事。にぎやかで楽しい試食会になりました。

P2 第52回上市町表彰式

功績顕著な方々を表彰

～功績・功労をたたえて～

今月の主な内容

- P 4 町のニュース
- P 5 暮らしのお知らせ
- P 8 イベント・募集・福祉
- P10 文化・スポーツ
- P12 保健だより
- P14 まちの話題

第52回上市町表彰式 功績・功労 をたたえて

町では、永年にわたり町政の振興に寄与されるなど、その功績が顕著な方を上市町表彰条例に基づき、第52回上市町表彰式で表彰しました。
表彰者と主な功績概要は、次のとおりです。
(敬称略・順不同)



特別表彰



ひろた のりこ
廣田 範子
(広野新)

永年にわたり公民館主事・主事補として公民館活動に携わり、地域の社会教育の伸展に寄与された。

特別表彰



きたがわ まさる
北川 勝
(湯崎野)

永年にわたり公民館館長として公民館活動に携わり、地域の社会教育の伸展に寄与された。

特別表彰



ますだ ひろあき
榊田 寛昭
(柿沢)

永年にわたり公民館館長として公民館活動に携わり、地域の社会教育の伸展に寄与された。

栄誉表彰



うらだ じゅり
浦田 樹里
(水橋高校)

カヌースプリントアジア選手権大会女子カヤックペア200mをはじめ、平成29年度全国高等学校総合体育大会や平成29年度日本カヌースプリントジュニア選手権大会の複数種目において優勝するなど、上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。

栄誉表彰



むかい しゅういちろう
向 翔一郎
(若杉)

ユニバーシアード夏季大会柔道男子個人90キログ級において銅メダル、男子団体において金メダルを獲得し、上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。

功労表彰



たなか よしのり
田中 義則
(若杉)

永年にわたり、町議会議員として地方自治の振興発展に寄与された。

特別表彰



どい よしひろ
土井 善博
(眼目新)

永年にわたり、消防団幹部として精励し、民生の保全に尽力された。

特別表彰



さかい よしひさ
酒井 喜久
(和合)

永年にわたり、消防団幹部として精励し、民生の保全に尽力された。

特別表彰



いしだ まさし
石田 政志
(湯神子)

永年にわたり、消防団幹部として精励し、民生の保全に尽力された。

栄誉表彰



やまざき こうき
山崎 洸希
(上市中学校)

船越義珍杯第14回少年世界空手道選手権大会中学1年生形の部において銀メダルを獲得し、上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。

栄誉表彰



くろだ もえか
黒田 萌楓
(滑川高校)

第72回国民体育大会弓道競技少年女子近衛の団体に於いて3位に入賞し、上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。

栄誉表彰



ひらい ひょうま
平井 兵馬
(水橋高校)

平成29年度全国高等学校総合体育大会カヌースプリント男子カナディアンペア200mにおいて3位に入賞し、上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。

- 氏名のみ掲載 -

○善行表彰

いながき ひろこ
稲垣 博子 (黒川)

永年にわたり、民生委員・児童委員として住民福祉の向上に尽力されるとともに、町政の推進に協力された。

ほそかわ さちこ
細川 幸子 (稗田)

永年にわたり、民生委員・児童委員として住民福祉の向上に尽力されるとともに、町政の推進に協力された。

○特別表彰

いながき けんぞう
(故) 稲垣 鎌三 (中江上)

永年にわたり、消防団幹部として精励し、民生の保全に尽力された。

特別表彰



ほそかわ じゅんたろう
細川 潤太郎
(法音寺)

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た。

特別表彰



ふじた ゆきひろ
藤田 之弘
(湯神子)

永年にわたり、消防団幹部として精励し、民生の保全に尽力された。

善行表彰



おおくぼ つばこ
大窪 艶子
(西町)

永年にわたり、上市町働く婦人の家教養講座の講師として女性の地位向上に寄与された。

善行表彰



ひらばやし ひであき
平林 秀明
(埼玉県)

山岳遭難対策費として多額の寄附をされ、安心安全な町づくりの発展充実に寄与された。

善行表彰



ひらい かずえ
平井 和恵
(上中町)

(故) 平井繁夫
福祉基金積立金指定寄附金として多額の寄附をされ、福祉の発展充実に寄与された。

町政の発展にご尽力をいただいた皆さまへ
深く感謝するとともに、
今後の一層のご活躍をお祈りいたします。

上市町長 中川行孝

特別表彰



いなた ひさお
稲谷 久雄
(熊野町)

永年にわたり公民館館長として公民館活動に携わり、地域の社会教育の伸展に寄与された。

特別表彰



たかがわ まいちょう
高川 亀一郎
(女川)

永年にわたり、農業委員として地域農業の振興発展に尽力された。

特別表彰



たねぐち まさき
種五 政明
(大岩)

永年にわたり、農業委員として地域農業の振興発展に尽力された。

消火栓や防火水槽の除排雪にご協力を

積雪時は、消火栓や防火水槽など消防水利の確保に支障をきたします。万一の火災に備え、あなたの家の近くにある消火栓や防火水槽周辺の除排雪に、ご協力をお願いします。

灯油漏えい事故防止

これからの季節は、灯油の使用回数が増えるため、一般家庭のホームタンクや事業所のタンクから灯油が漏れ出し、河川などに流出する事故が起りやすくなります。

また、冬場の落雪や除雪作業によりタンク本体や配管が破損してしまう危険性があります。

灯油の漏えい事故に注意してください。

歳末消防警戒の実施について

○通常警戒 12月21日～27日

○特別警戒 12月28日～31日

年末年始は、例年火災の多発期となっています。慌ただし中でも、より一層火の元に注意して火災を防ぎましょう。

ストーブやガスコンロの取り扱い、たばこ火の始末などに特に注意してください。

暖房器具の火災予防

これからの季節は、暖房器具の使用回数が増えるため、火災が増加することが予想されます。

暖房器具の使用方法を誤ると火災の原因となりますので、次のような使い方はしないでください。

- ・ふとんに近づけて使用しない。
・給油するときは必ずスイッチを切り、火を消す。
・ストーブの付近で洗濯物などを干さない。
・カーテンや新聞など、燃えやすいものの付近で使用しない。

消防団員募集!

『自分たちのまちは自分たちで守る』もしもの時は、街を守るリーダーとして、今、新たな消防団員のチカラが求められています。

地域のために、あなたの『チカラ』を発揮してみませんか?

消防団に興味を持たれた方や、消防団に参加したいと思われた方は、最寄りの上市町消防団各分団または上市消防署までお問い合わせ下さい。



侍ジャパンU-15で大活躍

星稜中学校3年生 内山 壮真君 (若杉)

11月1日から5日までの5日間、静岡県伊豆市の志太スタジアムで6つの国と地域がアジアナショナルリーグをかけて争う第9回BFA U-15アジア選手権(野球)が開催されました。

その大会に、内山壮真君が侍ジャパンU-15のメンバーとして選ばれ、主力としてチームを引っ張り、攻守ともに大活躍。日本代表は最終戦で韓国との激戦を1対0のサヨナラ勝ちで勝利し、4大会ぶり2回目の優勝を果たしました。

内山君の打順は3番、ポジションは捕手。小学3年生から野球を始め、小学5年生までは空手も習い、心身を鍛えたと話します。

内山君は現在、毎日朝6時に自宅を出発し、中学校まで電車で通学しています。「全員の力を合わせチーム一丸となって戦い、優勝することができました。次の目標は侍ジャパンU-18で世界一になることと、甲子園で優勝することです」と力強く話しました。

なお、内山君は大会のベストナイン(捕手部門)と本塁打王にも選ばれました。おめでとうございます。



↑ 藤縄太郎教育長(左)、内山壮真選手(中央)、父の内山彰博さん(右)

秋の叙勲 瑞宝双光章

元警視 宮崎 寛さん(稗田) 70歳

42年間の長きにわたり、富山県警察に在職し、主に交通畑を歩み、事故の抑制に尽力されました。「仲間や家族の支えに感謝しています」と話しました。



秋の叙勲 瑞宝単光章

元上市町消防団副団長 戸田 滋康さん(東江上) 69歳

上市町消防団活動に40年間取り組み、副団長や宮川分団長などの立場で地域の防災に尽力されました。「消防団の先輩や仲間、家族の協力と支えのおかげです。皆さんに感謝しています」と話しました。



人権擁護活動に尽力

10月16日、中田 正雄さん(若杉)が法務大臣表彰を受賞されました。

中田さんは平成14年に人権擁護委員に委嘱されてから、現在に至るまで人権尊重思想の普及高揚に努めました。「皆さんの支えが励みになりました。大変だったけど、相談者から感謝されるとうれしかった」と話しました。



↑ 中田正雄さん(右)

精神障害者を支え続け、地域に貢献

10月20日、社会福祉法人むつみの里が精神保健福祉事業の推進に尽力された功績が認められ、厚生労働大臣表彰(団体の部)を受賞されました。

むつみの里は平成元年に上市厚生病院家族会が中心となって設立され、グループホームの運営などを通じて精神障害者の自立と社会参加の促進、生活の場の提供、相談支援など地域福祉に日々尽力されています。

また、平成25年にまちなか交流プラザ内に「交流サロン amie(あみ)」を開設し、お菓子や手芸品などの自主製品を販売するなど地域住民の憩いの場を提供しています。



↑ 跡部則之代表(中央)、碓井裕子施設長(左)

公 民館だより

12月の予定

★印はエンジョイ教室

Table with 3 columns: 公民館名, 内容, 実施日. Lists activities like 'フレッシュテニス教室' and '炊飯器でケーキ作り'.

Table with 3 columns: 公民館名, 内容, 実施日. Lists activities like 'ジュニア囲碁教室' and '女性学級かぶら寿司作り'.

広告欄

マイナンバーカードを作りませんか

社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)の導入に伴い、申告手続きなどには「マイナンバーの記載」と「本人確認書類の提示又は写しの添付」が必要です。

○マイナンバーカードって何?

マイナンバーカードは、氏名、住所、生年月日等が記載されたプラスチック製のICチップ付きカードです。

○マイナンバーカードでできること

個人番号を証明する書類や本人確認の際の公的な身分証明書として利用することができます。また、裏面の電子証明書を利用して、e-Tax等の電子申請やオンライン取引に利用することができます。

○マイナンバーカードのつくり方

住民票がある市区町村へ申請してください。郵便・パソコン・スマホ等からも申請でき、1か月程度でできあがります。マイナンバーカード交付のお知らせが届いたら、お早目のお受け取りをお願いします。また、パソコン等を持っていない...そんな方は窓口でご相談ください。なお、交付手数料は(初回のみ)無料です。

詳しくは、マイナンバーカード総合サイトをご覧ください。
→ https://www.kojinbango-card.go.jp/



お問い合わせ先▶ 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147



国民健康保険に関するお知らせ

国民健康保険の届け出を忘れずに

町民課 医療保険班 ☎内線 142・143

国民健康保険（国保）に加入・脱退される時は、14日以内に届け出が必要です

会社等の健康保険に加入された場合、国民健康保険の資格喪失の届け出が必要です。社会保険と国民健康保険両方の被保険者証と印鑑をお持ちの上、届け出をしてください。

※社会保険加入日（資格取得日または扶養認定日）からは、国民健康保険の被保険者証を使用することはできません。

その日以降に誤って使用した場合は、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る場合があります。

社会保険の被扶養者になれる場合があります

同じ世帯に社会保険の加入者がいる場合、被扶養者として認定されることがあります。扶養認定の要件は、加入されている健康保険によって異なる場合がありますので、お勤め先にご確認のうえ手続きをお願いします。

お知らせ・・・希望者には、12月から国民健康保険被保険者証のカバーを町民課医療保険班の窓口でお渡ししています。

介護保険アレコレ

介護保険料を滞納すると・・・

中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎464-1316

特別な事情が無いのに保険料の滞納が続く場合は、その期間に応じて給付が差し止めになる場合や、利用者負担が1割（一定以上の所得がある方は2割）から3割になる措置がとられます。

保険料は、必ず納期限内に納めましょう。

○納期を過ぎた場合は、督促状が發送され、督促手数料や延滞金を徴収される場合があります。

○1年以上滞納した場合は、介護サービス利用料が一旦全額利用者負担になることがあります。

○1年6カ月以上滞納した場合は、一時的に介護給付費が差し止めになります。なお、滞納が続く場合は差し止められた介護保険給付額から滞納分を控除することがあります。

○2年以上滞納した場合は、滞納している期間の長さに応じて、一定期間保険給付の割合が7割に引き下げられる（利用者負担が3割に引き上げられる）ほか、高額介護サービス費等の支給が受けられなくなります。

12月の保険料（65歳以上の方）

- ①特別徴収 第5期
- ②普通徴収 第6期（納期限 12月25日）

中新川広域行政事務組合 職員募集

概要 介護認定調査事務職（高校卒程度）／1名程度
採用年月日 平成30年4月1日
 受験資格、試験日・場所、提出書類などの詳細は、☎464-1335 総務課までお問い合わせください。

奨学資金利子補給制度について

学費に関する助成があります

教育委員会事務局 学校教育班 ☎内線 346

町では、次の要件に該当する方を対象に、利子補給します。利子補給は、年間授業料（100万円以内）の2%までで、在学期間が対象になります。

申込締切 12月22日(金)

要件

- ①上市町民で、高等学校以上の学校（大学院を除く。）に在学する方またはその家族
- ②学資の支弁が困難である方
- ③上市町に本・支店のある金融機関から学資として資金融資を受けることができた方

来年2月の申告に帳簿等をご準備ください

今年、事業所得等がある方へ

財務課 課税1班 ☎内線 130・131

個人で事業（営業、農業等）や不動産貸付等を行う全ての方（白色申告、住民税申告等の申告内容を問いません。）は、記帳と帳簿書類の保存が必要です。

来年2月からの確定申告にむけてご準備ください。

※詳しい内容は、国税庁ホームページをご覧ください。
<http://www.nta.go.jp>

年金だより

「後納制度」について

町民課 住基戸籍班 ☎内線 145

過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することで将来の年金額を増やすことができる「後納制度」が平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り実施されています。後納制度を利用することで年金額を増やすことや、年金の受給ができなかった方が受給資格を得られることがあります。

従来、老齢年金を受け取るためには、保険料納付済期間と保険料免除期間などを合算した資格期間が原則として25年以上必要でしたが、平成29年8月からは、資格期間が10年以上あれば老齢年金を受け取ることができるようになりました。

そのため、後納制度を利用し、不足している保険料を納めることにより、年金を受給できなかった方が受給資格を得られる可能性があります。

ただし、すでに老齢基礎年金を受給している方などは、後納制度の利用はできません。後納制度を利用するには、申込みが必要です。詳しくは魚津年金事務所 ☎0765-24-5153 へお問い合わせください

広告欄

上市町建設課・中新川広域行政事務組合からのお知らせ

冬期間の除排雪・上下水道のご利用について

建設課 建設班 ☎内線 311 / 建設課 上下水道班 ☎472-4646 / 中新川広域行政事務組合 下水道課 ☎464-1315

○冬期間の除排雪について

毎年冬期間は、通勤・通学路などの道路交通の確保を目的として、道路や歩道の除排雪を行っています。

◆除雪のご協力

降雪時は、午前2時現在での積雪がおおむね10cmを超えると、除雪車が出勤して除雪作業を開始します。この除雪作業をスムーズに行うため、次の事項について皆様のご協力をお願いします。

- ①自宅前道路の自主的な除排雪
- ②路上駐車禁止
- ③屋根雪を道路に落とさない
- ④立木等の道路への倒伏防止
- ⑤道路の落葉等の清掃

◆流雪のご協力

| | |
|-----------|------------------------------------|
| 新雪 30cm未満 | 消防署と各町内会が常に連絡をとって、自主的に流雪を実施してください。 |
| 新雪 30cm以上 | 流雪計画表に基づき、消防署の指示に従って流雪を実施してください。 |

※流雪計画についてのお問い合わせは消防署 ☎472-2244 まで

流雪計画表

| 日 | 時間 | 流雪町内名 | 監視員数 |
|-----|----|----------------------------|------|
| 第1日 | 午前 | 天神町2区・3区 | 各4名 |
| | 午後 | 天神町1区・栄町の一部 | 各4名 |
| 第2日 | 午前 | 栄町・幸町・西町の一部 | 各4名 |
| | 午後 | 西町（本通り）・石浦町（中田食堂～松和町公民館通り） | 各4名 |
| 第3日 | 午前 | 石浦町・松和町 | 各4名 |
| | 午後 | 錦町・上中町・西中町・新町 | 各2名 |
| 第4日 | 午前 | 熊野町・南町・森元町の一部 | 各4名 |
| | 午後 | 神明町（裏通り）・森元町 | 各4名 |
| 第5日 | 午前 | 東町・神明町 | 各4名 |
| | 午後 | 北島 | 各4名 |

流雪の注意事項

- ①流雪時間は、午前9時～正午および午後1時～5時とし、決められた日以外は流雪しないでください。
- ②流雪日は、事前に消防署から区長に連絡します。流雪作業は、消防署および区長の指示に従ってください。
- ③流雪する町内は、必ず割り当ての監視員（増員あり）を配置してください。
- ④流雪計画表以外の町内が流雪する場合は、事前に消防署に連絡し、消防署の指示に従ってください。

◆雪と汗のひとかき運動

交差点や地下道出入口前に設置された除雪用スコップで、歩道上の除雪を行い、子どもやお年寄りにも歩きやすくしようという運動です。今年も積極的な活動にご協力ください。

【設置場所】三日市交差点、役場前交差点、上市駅前地下道出入口

○上下水道のご利用について

1 下水道の利用マナーを守りましょう！

毎年暖房を使用される時期に、下水道に灯油を流される方がいます。

下水は微生物で処理されるため、灯油が混入すると微生物が弱り、処理能力が低下します。機能を完全に回復するには、多額の費用と長い時間がかかり、最悪の場合、汚水処理が不能になり下水道の使用ができなくなるおそれがあります。

また、これまでに天ぷら油、下着、タオル、紙オムツ、生理用品等の異物が流れてきています。これらは下水処理場、ポンプ場の故障となるだけでなく、下水道管がつまり、汚水が逆流するおそれがあります。



以下のものは、絶対に下水道へ流してはいけません！

灯油等の危険物、天ぷら油、下着、タオル、紙オムツ、生理用品等の異物



水道管の破裂などにご注意を

これから水道管の凍結時季を迎えます。水道管の破裂等による漏水または融雪等のために水道を使用された場合、その水量分は使用された家庭のご負担となります。漏水していないか、また水道を使いすぎているか、こまめに量水器の管理・確認をお願いします。

冬期間は認定料金です

積雪等で検針できない地域においては、使用水量を認定し、「認定料金」として支払っていただいています。検針できるようになる春以降に精算いたしますので、ご理解の程よろしくをお願いします。

冬季の融雪の上水道使用について

融雪に水道水を使用すると、水道料金が高額になるとともに、下水道料金も高額になる場合がありますのでご注意ください。



福祉課 児童班 ☎内線 7231 ~ 7233

中学3年生を対象とした

「インフルエンザ予防接種費用の一部助成事業」

接種対象 上市町に住所を有する中学3年生の生徒

助成額 1人につき2,000円(接種回数は1回分)

接種期間 11月1日から来年2月28日まで

留意事項 助成の対象となる予防接種は、希望される方が接種する任意の予防接種です。保護者の方がワクチンの有効性や安全性を十分に理解した上で接種をしてください。予防接種については、ワクチンの供給不足等により接種できない場合があります。

詳細はお問い合わせください。

<協力医療機関一覧>

| 医療機関名 | 接種日 |
|--------------------------------|--|
| ①かみいち総合病院 法音寺51 ☎472-1212 | 月曜～金曜 13:30～16:30 小児科で接種 要予約 |
| ②池田内科医院 法音寺1 ☎472-5222 | 診療時間内 予約不要 |
| ③酒井医院 広野494 ☎473-1118 | 月曜～金曜 9:00～17:30 予約不要 土曜 9:00～11:00 要予約 |
| ④中村内科クリニック 上経田2-5 ☎473-3360 | 月・火・水・金曜 15:00～18:00 予約不要 |
| ⑤ひの皮ふ科クリニック 法音寺16 ☎472-1800 | 月・火・木・金曜 診療時間内 要予約 |
| ⑥安本内科クリニック 上中町29 ☎472-0228 | 診療時間内(15:30～16:30を除く) 要予約 |
| ⑦わかかさ医院 正印257 ☎473-9380 | 診療時間内 予約不要 |
| ⑧渡辺整形外科医院 上法音寺12 ☎472-0103 | 診療時間内 要予約 |

保育所の在所児現況報告および入所申込受付

保育所等に在所中の2・3号保育認定の方は、現況届を提出してください。

平成30年4月新規入所希望事前申込をされた方は、入所申込書類を提出してください。

提出期限 12月15日(金)

提出先

- ①町内保育所(園)・認定こども園に在所中の方
→在所中の施設
- ②町内保育所(園)・認定こども園に新規入所希望の方
→福祉課児童班

平成30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6年生

※新4年生～新6年生の利用者は、会費が必要になります。

申込期限 12月8日(金) 期限厳守

※詳細は、各クラブへ直接お問い合わせください。
※白萩西部小学校区の方は、萩っ子放課後クラブ(080-8696-1091)へお問い合わせください。

上市町地域包括支援センター 12月行事 ☎473-2811

※概ね65歳以上の方が対象です。

一般介護予防事業のご案内

| 内容 | 日時 | 場所 | 備考 |
|--------------------|-------------------|-------------------------|------------------|
| 介護予防教室 | 5・19日(火) | 13:30～14:30 | 宮川公民館 |
| | 13日(水) | 13:30～14:30 | 広野会館 |
| | 6・20日(水) | 13:30～14:30 | 南加積会館 |
| | 27日(水) | 13:30～14:30 | 郷柿沢公民館 |
| | 1・8日(金) 15・22日 | 9:30～11:30 (受付9:15～) | カミール2階 イベント広場 |
| マシンでらくらく 貯筋運動教室 | 12・26日(火) | 13:45～15:15 | カミール2階 |
| | 1・8・22日(金) | 13:30～14:45 | カミール2階 |
| おれんじカフェ | 14日(木) | 13:30～15:00 | カミール3階 サークル室 |

<つるぎくん号(町営バス)に乗って大岩不動の湯へ行こう!>

日時 12月15日(金) 12:00～14:00 **対象** 町内在住の高齢者の方 **お申込・問い合わせ** 地域包括支援センター
内容 12:00 町保健福祉総合センター前出発、14:00 大岩不動の湯からタクシー相乗りで自宅まで(タクシー代200円、バス代200円、入浴料金420円の自己負担が必要です。)

広告欄

上市まちづくり公社 12月行事 ☎473-2375

イベント・子育て支援教室

| 場所 | 日時 |
|-------------------|--------------------------|
| カミール2階 わんぱくひろば | 12月17日(日) 10:30～11:30 |

テーマ① 「クリスマスソングを楽しもう」
(北アルプス吹奏楽団 アンサンブル)
10:30～11:30

テーマ② 「年賀状をつくろう」 11:00～11:30
※テーマ①に参加された方が対象です。

富山県地域振興課 ☎444-4496

とやまでど〜んと大同窓会

| 場所 | 日時 |
|--------------------------|--------------------------|
| 富山第一ホテル (富山市桜木町10-10) | 12月30日(土) 16:00～18:00 |

内容 人気芸人の爆笑ステージ、懇談(飲み放題、軽食つき)、謎解きゲームなど

対象 昭和57年4月2日～平成2年4月1日生まれで富山県内にお住まいの方、富山県にお住まいだった方

参加費 4,000円 **申込締切** 12月18日(月)

参加申込 <http://dousoukai.toyama.jp>

上市町健康文化振興財団 ☎473-9333

女性限定! ぽかぽかふれあい塾 受講生募集

日時 毎週金曜 13:15～14:30 (1月から3月まで)

場所 つるぎふれあい館 コミュニティプラザ

内容 全8回コース 健康チェック、健康体操、入浴
講師 片貝仁子先生

参加費 4,000円(全8回コース分) 入浴料込み

定員 50名 **申込期日** 12月22日(金)まで



昨年の様子

こどもの城 12月行事 ☎473-0001

| 内容 | 日時 |
|-----------------------|----------|
| ぞう組(2歳児) | 6・13日(水) |
| うさぎ組(1歳児) | 7・14日(木) |
| 乳幼児教室クリスマス会 | 21日(休) |
| ちびっこ広場 (6ヶ月～1歳頃まで) | 5・19日(火) |

| クラブ | 日時 |
|-----|--------|
| 合唱 | 9:00～ |
| 将棋 | 10:00～ |

| | | |
|----------------|--------------|-----|
| 世代間交流クリスマス会 | 2日(土) 13:00 | 要予約 |
| HIPHOP ダンススクール | 8日(金) 15:45 | 要予約 |
| フラワーアレンジメント | 9日(土) 10:00 | 要予約 |
| 体操教室(跳び箱) | 16日(土) 14:00 | |
| パソコン教室 | 25日(月) 10:00 | 要予約 |
| 書道教室 | 27日(水) 10:00 | 要予約 |
| ティッシュケースづくり | 10日(日) 10:30 | |
| アイロンビーズづくり | 24日(日) 10:30 | |

休館日 12月17日(日)、12月29日(金)～1月3日(水)

教育委員会事務局 生涯学習班 ☎内線 344

はたちのつどい

| 場所 | 日時 |
|-------------|---------------------------------|
| 北アルプス文化センター | 平成30年1月7日(日) 10:00受付 10:30式典 |

12月上旬頃、町在住の新成人の方へ「はたちのつどい実行委員会」から案内状でお知らせします。

現在、住所を他の市町村へ移されている方も参加できますので、参加を希望される方は、12月15日(金)までに教育委員会事務局へご連絡ください。

該当者 平成9年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた方

自由歓談会費 1,000円

特別養護老人ホーム常楽園 ☎472-3993

家族介護教室講演会を開催

| 場所 | 日時 |
|-------------|--------------------------|
| 町保健福祉総合センター | 12月17日(日) 10:00～11:30 |

在宅で要介護認定(要介護1～5)を受けている方やその家族、関係者向けの内容です。参加自由。申込不要。

演題 住み慣れた地域で最期まで暮らし続けること

講師 「このゆびとまれ」理事長 惣万 佳代子氏

広告欄

ふるさと町民学園

教育委員会事務局 生涯学習班 ☎内線 381

※印の講座は申込が必要です。事前に電話で申し込みしてください。受付は12月6日(水)午前8時30分から行います。

| 講座名 | ※ヘルシーセミナー (第7回) | ※剣生がいがい大学 (第8回) |
|-----|---|--|
| 内容 | 自分で意識するセーフティネット (富山県交通博物館) | 日本を代表する駅弁 (ますの寿司ミュージアム)、 遺跡保護の歩みと近未来 (県埋蔵文化財センター) |
| 講師 | 富山県交通公園園長 南 正一 氏 | 源ます寿司ミュージアム館長代理 松原 弘治 氏 富山県埋蔵文化財センター所長 安念 幹倫 氏 |
| 日時 | 12月12日(火)・13日(水) 9:00～16:00 (集合場所:北アルプス文化センター前) | |
| 場所 | 富山県交通安全協会(交通公園)、源ます寿司ミュージアム、富山県埋蔵文化財センター | |
| 定員 | 各60名(計120名) | |
| 費用 | 1,200円(昼食代:ます寿司定食含む) | |

上市町健康文化振興財団 ☎473-9333

①年末年始 営業日のご案内

- 12/30(土)・・・営業(17:00まで)
- 12/31(日)・・・休館
- 1/1(月)・・・休館
- 1/2(火)・・・営業(17:00まで)
- 1/3(水)・・・営業(19:00まで)
- 1/4(木)・・・通常営業



②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ポイントたまれば1回のご入浴サービス
(但し、2・6ヶ月券等は併用できません。)

③アルプスの湯『夕市』(農産物直売)開催

12月は毎週土曜のみ。13:30～17:00
※今年最終開催日は12月16日(土)です。

④12月の催し物 12:30～観覧無料

| | | |
|--------|----------------|----|
| 2日(土) | 松前一座 | 公演 |
| 9日(土) | 鼓都の会 | 公演 |
| 16日(土) | 劇団「絆」 | 公演 |
| 23日(土) | もみじの会 | 公演 |
| 26日(火) | 新川民謡研究会 | 公演 |
| | 風呂の日(入浴ポイント2倍) | |

※12月30日(土)は、公演はありません。

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

うるねす通信

ウエルネススポーツセンター ☎473-2070

①いきいき健康づくり講座のご案内

日時▶ 12月9日(土) 10:00～11:00
会場▶ 富山健康科学専門学校 スタジオ
内容▶ 足指エクササイズでしっかり歩こう!
講師▶ 富山健康科学専門学校 池森 和代 氏
持ち物▶ 運動できる服装・内履き・タオル・飲み物等
その他▶ アルプスの湯から送迎あり(要予約)
申込先▶ 富山健康科学専門学校 ☎473-2111

②ウエルネス公開講座

日時▶ 12月16日(土) 13:30～15:00
会場▶ 町保健福祉総合センター 2階 研修室
内容▶ 笑って健康“歳”忘れ大“忘”年会
講師▶ 笑いヨガティーチャー 余西 知彦 氏
富山健康科学専門学校 澤井 達司 氏
申込先▶ 富山健康科学専門学校 ☎473-2111

総合スポーツクラブ“さんさん”教室

(B&G 体育館内) ☎472-1971

| 教室名 | 場 所 | 曜 日 | 開 始 時 間 | 開 催 日 |
|------------------------|-----|-----|---------|-----------|
| ピラティス(朝) | ㊧ | | 10:30 | 4 11 18 |
| ジュニアピック教室 | ㊧ | 月 | 18:00 | 4 11 18 |
| ジュニアバレー教室 (ビーチボール) | ㊧ | | 19:00 | 4 11 18 |
| はつらつ卓球(ラージ球) | ㊧ | 火 | 10:00 | 5 12 19 |
| シニアエクササイズ宮川 | ㊧ | 火 | 13:30 | 5 12 19 |
| 気軽に卓球(硬式球) | ㊧ | | 10:00 | 6 13 20 |
| シニアエクササイズ相ノ木 | ㊧ | 水 | 13:30 | 6 13 20 |
| サッカー教室 | ㊧ | | 18:00 | 6 13 20 |
| 楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球) | ㊧ | | 10:00 | 7 14 21 |
| シニアエクササイズ柿沢 | ㊧ | | 13:30 | 7 14 21 |
| オープン水泳教室(ウォーキング&ストレッチ) | ㊧ | 木 | 14:15 | 7 14 21 |
| ストレッチヨーガ | ㊧ | 水 | 15:30 | 7 14 21 |
| ピラティス(夜) | ㊧ | | 19:30 | 7 14 21 |
| やわやわピクス | ㊧ | | 10:30 | 1 8 15 22 |
| シニアエクササイズ弓庄 | ㊧ | 金 | 13:30 | 1 8 15 22 |
| パワーヨーガ | ㊧ | | 19:30 | 1 8 15 22 |
| うんどう教室 | ㊧ | | 15:00 | 2 9 16 |
| トランポリン教室(Ⅰ部) | ㊧ | 土 | 15:00 | 2 9 16 |
| トランポリン教室(Ⅱ部) | ㊧ | | 16:15 | 2 9 16 |

柿沢コミュニティセンター教室案内

☎473-8100

【陶芸教室】

講師 越中瀬戸焼千寿窯 吉野 香岳 氏
日時 12/6日(水)、9日(土)、20日(水)、23日(土)
午前10時～
料金 1,300円(陶芸)、1,500円(絵付け)、
3,000円(ろくろ、要予約)

【工作教室】クリスマスリースを作ろう

講師 あかり工房 KAZU 浦田 和夫 氏
日時 12/16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 12/21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 12/24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) | 4 | 18 | (月) |
| フラワーデザイン | 4 | (月) | 27(水) |
| 書道 | 11 | 25 | (月) |
| 華道(池坊) | 11 | 25 | (月) |
| リアリティフラワー | 11 | 25 | (月) |
| 心太極拳 | 11 | 25 | (月) |
| 3B体操 | 4 | 11 | 18 25(月) |
| 手芸・手編み | 5 | 19 | (火) |
| 茶道(遠州) | | 19 | (火) |
| 絵てがみA | | 19 | (火) |
| 絵てがみB | 12 | 26 | (火) |
| 刺し子・リフォーム | 12 | 26 | (火) |
| オカリナ | 12 | 26 | (火) |
| 新川民謡研究会 | 5 | 12 | 19 26(火) |
| 社交ダンス(火) | 5 | 12 | 19 26(火) |
| パッチワーク | 6 | 13 | (水) |
| ちぎり絵 | 13 | 27 | (水) |
| フォークダンス | 6 | 13 | 20 27(水) |
| 社交ダンス(水) | 6 | 13 | 20 27(水) |
| 料理(昼) | 7 | 21 | (木) |
| 大正琴(アルプス) | 7 | 21 | (木) |
| 大正琴(りんどう) | 7 | 21 | (木) |
| 茶道(表千家) | 14 | 28 | (木) |
| 茶道(裏千家) | | 28 | (木) |
| タイ式ヨガ | 7 | 14 | 21 28(木) |
| 料理(夜) | 8 | 22 | (金) |
| ちりめん手芸 | 8 | 22 | (金) |
| 民舞踊 | 8 | 22 | (金) |
| 太極拳 | 8 | 22 | (金) |
| 相撲基本 | 1 | 15 | 22(金) |
| レザークラフト | 2 | 16 | (土) |
| フラダンス | 2 | 9 | 16(土) |
| ペン習字 | | 13 | (水) 25(月) |
| 吹矢 | 5 | 19 | (火) 7 14 21 28(木) |

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 | 29 | 30 |
| 31 | 1/1 | 1/2 | 1/3 | | | |

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

12月29日(金)～1月3日(水)、休館します。

今月の催し

○絵本のよみかかせの会

日時 12/10日(日) 午前11時～ 場所 絵本コーナー

○読書会 「ソクラテスの妻」 佐藤 愛子 / 著

日時 12/22日(金) 午後1時30分～ 場所 3階対面朗読室

一般書

『琥珀の夢』上・下

伊集院 静 / 著

「やってみなはれ」の精神で、日本初の国産ウイスキー造りに精魂をかけた鳥井信治郎。明治・大正・昭和を駆け抜け、洋酒文化を切り開いたサントリー創業者の、仕事と人生の意義を問いかける一冊。

児童書

『家族コンプレックス』

長江 優子・みうら かれん / 著

「家族にかかわるコンプレックス」をテーマにした、10代の「リアル」な悩みや不安、知りたい気持ちにトコトンこたえるストーリーを3話収録。NHK Eテレ「オトナヘノベル」番組内のドラマのもとになった小説を再編集。

一般書

十二支読本……………稲田 義行 / 著
100歳まで元気であるための歩き方&杖の使い方……………西野 英行 / 著
たゆたえども沈まず……………原田 マハ / 著

児童書

わかったさんのごんがりおやつ……………
寺村 輝夫 / 原文、永井 郁子 / 企画・構成・絵
サンタちゃん……………ひこ・田中 / 作、こはら かずの / 絵
はやくちことばでおでんもおんせん……………
川北 亮司 / 文、飯野 和好 / 絵

図書館ホームページでも、新着本情報などをご覧いただけます。

えほんしつ
のゆめほっけ

おはなしひよひよの会

毎週月曜 午前10時30分～

☎472-2211

おりがみ教室

12/9日(土) 午前10時30分～

おはなし会

毎週土曜・日曜(第2土曜はおりがみ教室)
午前10時30分～

年末年始の休館日 12月29日(金)～1月3日(水)



| 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29年 8月生 | 12月 7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29年 9月生 | 1月 11日 (木) | | | |
| 1歳6か月児健診 | 平成28年 5月生 | 12月 14日 (木) | 13:00~13:15 | 健診票・問診票・フツ化物塗布申込書(希望者)・母子健康手帳 | ※フツ化物塗布も行います(希望者)。※健診票とフツ化物塗布申込書は、郵送でお送りします。 |
| | 平成28年 6月生 | 1月 18日 (木) | | | |
| 3歳児健診 | 平成26年 8月生 | 12月 21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。フツ化物塗布も行います(希望者)。 |
| | 平成26年 9月生 | 1月 25日 (木) | | | |
| 離乳食教室 | 平成29年 6月生 | 12月 20日 (木) | 9:00~9:30 | 母子健康手帳・エプロン | ※要予約 |
| | 平成29年 7月生 | | | | |
| すくすく教室 | 平成29年 3月生 | 12月 20日 (木) | 13:00~13:30 | 母子健康手帳 | ※要予約 |
| | 平成29年 4月生 | | | | |

保健委員の高井さんと西尾さんにインタビュー

保健委員の活動をもっと身近に

現在、町はがん対策に力を入れていて、早期発見のためのがん検診受診率を向上させるため、さまざまな啓発活動が行われています。こうした町の保健事業は、毎年各町内から推薦された150名の保健委員の協力によって成り立っています。

保健委員の活動は、町が開催する行事の運営協力のほか、勉強会や意見交換会に参加して得た「健康知識」を地域に広める事も大切な役割です。

例えば、受動喫煙防止対策は各地域で年々進んでいます。町にはまだ公共施設内で喫煙できる場所があります。こうした問題に、委員が集まって意見交換を行ったり、他の地域での取り組みや実情を学習したりすることで、自分たちの知識を深めています。

また、納涼祭や敬老会などの地域行事は、高齢者の方達と顔を合わせて話すことができる良い機会です。何気ない会話の中から、地域の中で起きている問題などを把握するように努めています。

保健委員になってから知り合いや友人が増え、とても楽しく活動に参加しています。これからも地域の方々が健康でいきいきと暮らせるよう、町の保健委員として活動していきたいと思えます。



↑がん検診で運営を手伝う町保健委員の高井さん

町保健委員 (稗田地区)

西尾 律子さん (左) 5年目
高井 淑子さん (右) 6年目



高井さんは、保健委員としての活動するほか、病院ボランティアとしても活動。西尾さんは、お仕事をしながら保健委員として活動しています。お2人は保健委員の活動を通じてとても仲良くなったそうです。

町の保健事業に尽力

元上市町ヘルスポランティア協議会会長の山崎富士夫さん(稗田)が、生活習慣病予防功労表彰を受賞しました。

山崎さんは、平成11年からヘルスポランティア協議員として活動し、平成13年からは同協議会の会長を13年間務めた後、現在も同協議会の顧問として活動を続けています。



町の育児支援発展に貢献

町母子保健推進員の志村恵美子さん(田島野)が、母子保健推進会議会長表彰を受賞しました。

志村さんは、平成15年から町の母子保健推進員として活動し、「ママのリフレッシュ教室」や「離乳食教室」などを通じて母親の孤立化の予防や育児不安の軽減に努めたり、親子のふれあいの大切さを伝えたりし、町の育児支援で先導的な役割を果たしてきました。



1歳6か月児 健診の子どもたち



正木 蓮人 ちゃん 高本 偉吹 ちゃん 樋口 寛真 ちゃん 川村 晴 ちゃん

かみいち総合病院からのお知らせ

☎ 472-1212

○年末年始の外来診療
12月29日(金)から1月3日(水)まで外来診療をお休みします。
なお、時間外救急は通常どおり実施します。来院前には必ず事前にお電話をしてから来院ください。

「ペットは人生の伴侶」として昨今犬や猫を飼う家庭が増えてきています。そんな中、韓流スターの飼った犬に咬まれた女性が死亡するというセンセーショナルな事件が起こりました。これは自分たちには関係のない対岸の火事なのではないでしょうか？

日本での犬咬傷は年間約6300人発生しており、犬の場合は5%、20%、猫の場合は25%、50%が感染症に発展すると言われています。

中でもカブノサイトファール・カニモルサス(カニスライ犬、モルサスII咬む)という菌に

意外と怖い犬・猫咬傷

すこやかサロン

Health Column



おいては重症化することが多く、27症例が報告されており、うち全身に菌が飛ぶ敗血症が21例、そのうち6例が亡くなっています。

死亡例はほぼ発熱など全身に症状がでてからの受診です。受傷から1~2日で発症することが多いよう、特に病気を保持していない方でも亡くなっています。

牙での損傷は見た目が小さい傷でも深く刺さっていることが多く、早期に受診することが重要になります。

ペットを飼うということその危険性も理解した上で安全意識をもつことが何より大切です。



かみいち総合病院 整形外科医 とだて 外館 幸司

今月のテーマ

こんにちは！
福祉課保健班です。
その22



保健師 土肥 典代

適正飲酒！

- ① 飲酒は1日平均純アルコールで20g以下
- ② 女性・高齢者は少なめに
- ③ 赤型体質も少なめに
- ④ たまに飲んでも大酒しない
- ⑤ 食事と一緒にゆっくりと
- ⑥ 寝酒は極力控えよう
- ⑦ 週に2日は休肝日
- ⑧ 薬の治療中はノーアルコール
- ⑨ 入浴・運動・仕事前はノーアルコール
- ⑩ 妊娠・授乳中はノーアルコール
- ⑪ 依存症者は生涯断酒
- ⑫ 定期的に健診を

アルコール飲料は、祝祭や会食など多くの場面で飲まれ、生活・文化の一部として親しまれてきています。「百薬の長」とも言われています。

一方、飲み過ぎは健康障害をまねく要因となります。今回は、「健康日本21の「節度ある適度な飲酒」について、健康を守るための12の飲酒ルールを紹介いたします。

① 飲酒は1日平均純アルコールで20g以下

20gだと大体ビール中ビン1本、日本酒1合、チューハイ(7%) 350ml缶1本、ウイスキーダブル1杯などに相当します。

② 女性・高齢者は少なめに

中年男性に比べて、女性や高齢者は血中アルコール濃度が高くなりやすく、その分体を傷めたり依存を速めます。

③ 赤型体質も少なめに

少量の飲酒後に顔が赤くなったり、心臓がドキドキしたりします。これは生まれつきの体質によるものです。赤型体質とも呼びます。この体質はアルコールの分解が遅く、がんや様々な臓器障害を起こしやすいといわれています。

④ たまに飲んでも大酒しない

たとえ飲む回数が少なくとも、一時に大量に飲むと体を傷めたり、事故の危険を増したり依存を進行させたりします。

⑤ 食事と一緒にゆっくりと

空腹時に飲んだり一気に飲んだりすると、アルコールの血中濃度が急速に上がり、悪酔いしたり急性アルコール中毒を引き起こします。また、あなたの体を守るために濃い酒は薄めて飲むようにしましょう。

⑥ 寝酒は極力控えよう

寝酒(眠りを助けるための飲酒)は、睡眠を浅くします。健康な深い睡眠を得るためには、アルコールの力を借りないほうがよいでしょう。

⑦ 週に2日は休肝日

週に2日は肝臓をアル

⑧ 薬の治療中はノーアルコール

アルコールは薬の効果を高めたり弱めたりします。また、精神安定剤と一緒に飲むと、互いの依存を速めることが知られています。

⑨ 入浴・運動・仕事前はノーアルコール

飲酒後に入浴や運動するのは、不整脈や血圧の変動を起こして危険です。また、アルコールは運動機能や判断力を低下させます。

⑩ 妊娠・授乳中はノーアルコール

妊娠中の飲酒は胎児に悪影響があります。また、アルコールは授乳中の母乳に入り、乳児の発達を阻害します。

⑪ 依存症者は生涯断酒

依存症は飲酒のコントロールができないことがその特徴で、断酒を続けることが唯一の回復方法です。

⑫ 定期的に健診を

定期的に肝機能検査などを受けて、飲み過ぎていないかチェックしましょう。また赤型体質の習慣飲酒者は、食道や大腸のがん検診を受けましょう。

年末は、お酒を飲む機会が増えますが、飲みすぎに気を付けましょう。

10/31 ~ 11/5 上市町文化祭 2017
多彩な作品がずらり

10月31日から11月5日まで、北アルプス文化センターと文化研修センターで上市町文化祭2017を今年も開催。美術展・盆栽展・菊花展・生花展が行われました。

展示会場は、一般の絵画や工芸、写真、書をはじめ、小学生の図画、習字、工作、中学生のデザイン、幼児の作品など多彩な作品を見る親子連れなどで賑わっていました。



▲ 展示会場（北アルプス文化センター）

11/1 新ショウガの目ぞろい会
色あざやかな新ショウガ

11月1日、JAアルプス倉庫で新ショウガの目ぞろい会が開かれ、114キロが初出荷されました。

今年は7～8月の日照不足と多雨のため、初出荷が例年より10日ほど遅くなりました。

出来は小ぶりですが太り具合はよく、色鮮やかに仕上がったことを確認していました。

ショウガは、柿沢や大岩、白萩地区で生産されており、今年は37軒の農家が12月初旬までに約2トンの出荷を見込んでいます。



▲ 新ショウガの出来を確認する関係者

10/22 町駅伝競争大会
声援を受け、たすきをつなぐ

10月22日、「第45回上市町駅伝競走大会」「第42回上市町少年駅伝競走大会」が今年も丸山総合公園で行われました。

台風が接近し雨が降る中、60チーム約380人が出場。

今回は悪天候のため、スタート・ゴール地点、走路を若干変更して実施。選手の友人や家族などは、懸命に走る選手達に沿道から大きな声援で励ましました。

なお、各競技・部門の優勝チームは、以下のとおりです。



▲ 午前9時、一斉にスタート（少年駅伝）



▲ 一般男子の部優勝の「早乙女湖カヌーイスト」（後列）と男女混合の部優勝の「イビキスト」（前列）



▲ 中学男子の部と女子の部の各優勝メンバー



▲ 少年駅伝優勝チーム「タネダカズキここにあり」

11/5 第17回黒川フェスティバル
中世の里、黒川郷を行く

11月5日、黒川穴の谷駐車場を中心に今年も黒川フェスティバルが開催されました。

午前中は「黒川の宝めぐりウォーク」と題し、遺跡群を巡るツアーを実施しました。

午後からは、地元出身の偉人、黒川良安翁生誕200年を記念した講演や地元南加積小学校プラスバンド部の演奏のほか、屋台コーナーもあり、参加者は黒川の魅力と郷土の歴史に理解を深めました。



▲ 黒川上山墓跡

11/5 根ざそう地域医療、つなごう未来
第6回病院祭

11月5日、かみいち総合病院で病院祭が行われ、病院職員によるステージ発表や展示、体験ブースにたくさんの来場者が訪れました。

会場の特設コーナーでは、ちびっこ白衣撮影会や自動体外式除細動器（AED）の使い方体験、栄養・薬の相談コーナー、医療安全パネルの展示、血糖値や骨密度などの測定などがありました。

ステージ発表ではミニコンサートや寸劇、上市中吹奏楽部の演奏も行われました。



▲ 白衣姿で記念撮影（本吉さんご家族）

10/28 上市中学校創校70周年記念式
伝統を受け継いで

10月28日、上市中学校で創校70周年記念式が学習発表会と合わせて開催されました。

生徒や保護者、関係者等が呉羽高校フィルハーモニー管弦楽団の演奏を聴いた後、スライドショーで上市中の歩みを振り返りました。

また、同窓会から和太鼓が贈呈され、土肥真人教頭先生が熱をこめて和太鼓の演奏をしました。

午後からは、町の魅力を調べた総合的な学習の取り組みや、部活動の成果発表も行われました。



▲ 呉羽高校フィルハーモニー管弦楽団の伴奏で校歌を合唱

10/28 第37回福祉フェスティバル
「心と心のつながり」を確認

10月28日、町保健福祉総合センターで今年も福祉ふれあいフェスティバルが行われ、町内の障がい者、ボランティア、福祉関係者、住民などが一同に会しました。

小・中学生のボランティア活動体験作文の表彰と発表の他、福祉施設のアトラクションやふれあい体験活動が行われました。

また、会場のピロティでは福祉関係者のふれあいバザーが賑わいを見せていました。



▲ ふれあいバザー

12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 | 相談場所・方法 | お問い合わせ先 |
|---|-------------------------------|---|--|
| ①年金相談 | 12月26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 | 12月13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) | 12月12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 | 12月12日・26日(火) 13:00～16:00 | | |
| ⑦心配ごと相談 | 12月20日(水) 13:00～15:00 | | |
| ⑧生活・就労相談 | 12月12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 ☎413-7820 |
| ⑪弁護士による犯罪被害(身体犯)に関する無料法律相談 | 12月20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) | 12月9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 |
| | 12月16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 | 12月13日(水) 予約制 13:30～16:00 | 舟橋会館 | 上市町教育委員会 事務局 ☎内線 342 |

12月3日～9日は「障害者週間」です。町では、障害のある方が抱えるさまざまな問題を相談支援事業所に委託し、相談窓口を設けています。下記の相談支援事業所で障害をお持ちの方や家族からの相談に随時応じていますのでご利用ください。相談は無料です。(福)新川会地域生活相談室(上市町稗田1-32) ☎472-1118 / (福)むつみの里地域生活支援センター自然房(上市町柳町23) ☎473-1644

年末年始のごみ収集について

町民課 生活環境班 ☎内線 141

| | |
|-------------------|---------|
| 12月29日(金)まで | 通常どおり収集 |
| 12月30日(土)～1月3日(水) | 収集お休み |
| 1月4日(木)から | 通常どおり収集 |

- ・年末年始は計画を立ててごみを出し、ごみ収集が休みの間は、ステーション等へごみを出さないようお願いいたします。
- ・資源物常設ステーション(B&G海洋センター体育館に隣接)は、**12月30日(土)～1月3日(水)までお休み**です。
- ・資源物常設ステーションに回収品目以外のごみ「可燃ごみ」「不燃ごみ」「粗大ごみなど町で回収しないごみ」が出されていることがあります。ごみを定められた方法以外で廃棄すると、**不法投棄(廃棄物処理法違反)**となり、罰せられます。



上市町議会定例会日程 議会事務局 ☎内線 272

| | |
|--------------|------------|
| 6日(水) | 本会議・全員協議会 |
| 7日(木)・8日(金) | 議案調査日 |
| 9日(土)・10日(日) | 休会 |
| 11日(月) | 本会議(一般質問等) |
| 12日(火) | 総務教育常任委員会 |
| 13日(水) | 産業厚生常任委員会 |
| 14日(木) | 全員協議会・本会議 |



町の人口と世帯数

平成29年11月1日現在

| | |
|-----|---------------------|
| 人口 | 21,018 (-24) (-278) |
| 男 | 10,074 (-3) (-121) |
| 女 | 10,944 (-21) (-157) |
| 世帯数 | 7,941 (-1) (+25) |

() は前月比 () は前年比

【窓口】上市町社会福祉協議会
(10月11日～11月10日)
▼5万5951円 善意の箱
▼50000円 上市町食生活改善推進協議会様

善意銀行

- ▼一般寄附金 中村 浩 様 30万円
- ▼洋画油彩作品1点 萩中 幸雄 様

「」寄付感謝

- ▼福祉基金積立金 指定寄附金 100万円 廣田 節子 様
- ▼ふるさと応援寄附金 101万円

納税・納入

- 固定資産税 3期
- 国民健康保険税 6期
- 後期高齢者医療保険料 6期
- 納期限 ▼12月25日(月)
- 町税夜間納税窓口
日時 ▼12月25日(月) 午後5時～8時
- 場所 ▼財務課10番窓口

