

かみいち

もうすぐ春だね

【表紙】

春一番が吹き、青空が広がる中、
雪遊びを楽しむこどもたち

(2月14日・南加積保育園)

今月の主な内容

- P 4 町のニュース、消防通信等
- P 6 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

P2 「富山広域連携中枢都市圏ビジョン」の概要

まずは、連携の効果を実感しやすい事業を中心に組み込みます

Program

各種連携事業については、4月以降、実施体制が整い次第、順次始めます。

プログラム ～スタートアップ事業の紹介～

アイコンの見方 生活関連機能サービスの向上 経済成長のけん引 高次の都市機能の集積・強化

事業名	事業名
「富山市まちなか総合ケアセンター」における障害児支援事業	有害鳥獣農作物被害対策事業
「富山市まちなか総合ケアセンター」における病児保育事業	富山広域連携中枢都市圏ビジョン懇談会運営事業
「富山市まちなか総合ケアセンター」における産後ケア事業	薬用植物栽培の事業化推進事業
子ども医療費助成事業における広域サービスの提供	滞在型観光連携事業
「TOYAMAキラリ」を活用した教育普及事業	二次救急医療体制の確保
孫とおでかけ支援事業	富山駅周辺整備事業

連携市町村の皆さんも利用できるようなるんだ!

圏域の市町村が一緒に取組むんだね!

Pick Up!! **障害児支援事業**

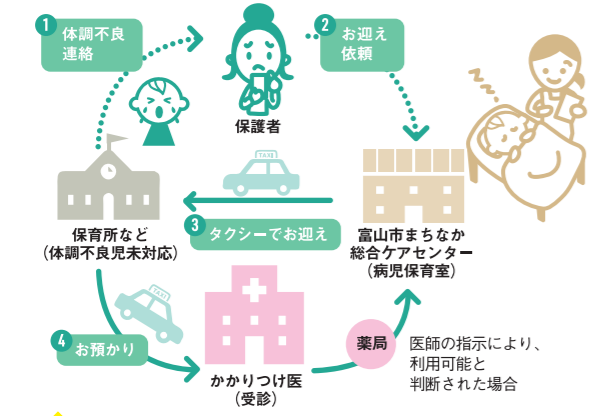
成長や発達に気になるお子さんの乳幼児期からの相談に対応し、障害児が生涯にわたり安心して地域で暮らせるよう、早期からライフステージに応じ、一貫した切れ目ない支援を行います。

- 乳幼児発達支援相談事業
- 発達障害児相談支援事業

Pick Up!! **病児保育事業**

お子さんが体調を崩したとき、仕事の都合などで家庭保育ができない場合に、センター内の病児保育室で預かります。通常の病児保育とお迎え型病児保育の2通りがあります。

【お迎え型の場合】※利用には事前登録が必要です。



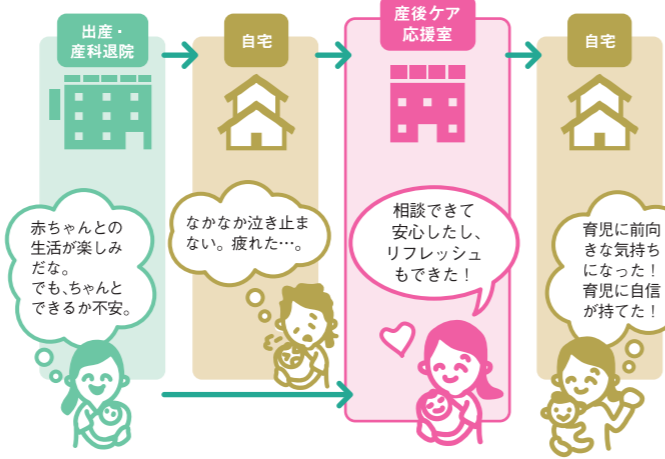
Pick Up!! **子ども医療費助成事業**

1歳から中学校3年までのお子さんの医療費助成について、圏域内の医療機関等であればどこでも福祉医療費請求書(ピンク色の用紙)が利用できます。

対象者	圏域内にお住まいの方	
年齢(学年)	0歳	1歳～中学校3年
利用できる医療機関等	富山県内(従来どおり)	圏域内の医療機関等

Pick Up!! **産後ケア事業**

出産後、急激な体調の変化がある中で慣れない育児に奮闘しているお母さんの心と身体の回復を支援します。おおむね産後4ヶ月までのお母さんとお子さんが対象です。※利用には事前登録が必要です。



Pick Up!! **孫とおでかけ支援事業**

祖父母と孫・ひ孫が、対象施設と一緒に訪れた際の利用料、観覧料などが免除になります。地域の文化や歴史、科学への関心を幅広い年齢層に広めるとともに、高齢者の外出機会の創出や健康づくり、世代間の交流を図ります。

FAQ よくある質問

Q1 連携中枢都市圏を形成するメリットは?	5市町村が連携して広域的な行政サービスを提供することで、連携する市町村の都市機能を相互利用することや、医療・福祉・教育など様々な分野で圏域住民の皆さんに対するサービスの向上につながります。
Q2 連携するってどういうこと?	富山市と連携する各市町村が、1対1で政策面での基本的な方針や役割分担を定めた連携協約を締結し、政策やまちづくりの方向性を共有しながら連携協約に基づく事業に取り組みます。
Q3 市町村合併とは違うの?	連携中枢都市圏は、連携協約に基づき事業を行う広域連携の一手法です。合併によることなく、市町村の独自性を担保しながら、柔軟な連携ができる仕組みになっています。
Q4 どうやって進めるの?	具体的取組の効果を検証するため、成果指標(KPI)を設定し、進捗管理を行います。進捗管理にあたっては、有識者や地域の関係者で構成する「富山広域連携中枢都市圏ビジョン懇談会」において幅広くご意見をお聞きしながら事業効果を検証し、必要に応じて事業の追加や見直しを図ります。

「富山広域連携中枢都市圏ビジョン」を策定しました

富山市(連携中枢都市)と滑川市、舟橋村、上市町、立山町の4市町村(連携市町村)は、平成30年1月10日に連携協約を締結し、「富山広域連携中枢都市圏」を形成するとともに、この圏域において、目指すべき将来像や連携して取り組む事業などを盛り込んだ「富山広域連携中枢都市圏ビジョン」を策定しました。その主な内容について、紹介します。

問い合わせ

上市町企画課企画班	TEL 472-1111(内線222)	富山市企画管理部企画調整課	TEL 443-2010
	E-mail k.kikaku@town.kamiichi.toyama.jp		E-mail kikakutyosei-01@city.toyama.lg.jp

詳細はこちらでご覧いただけます

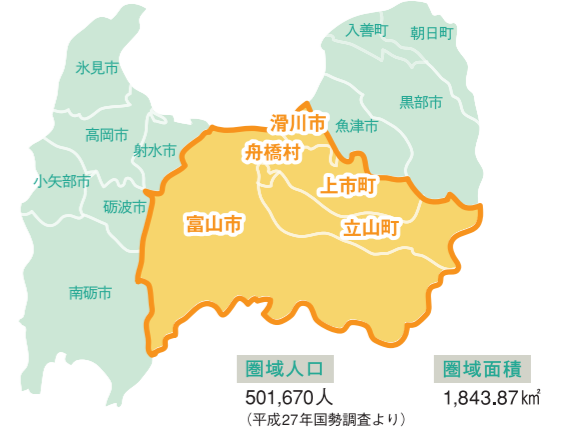
市町村同士の結びつきを発展させ、活力ある都市圏の実現を!

Concept ～富山広域連携中枢都市圏とは～

我が国が本格的な人口減少・少子超高齢社会を迎えた中、地方から大都市圏への人口流出が続き、地域経済の縮小やコミュニティ機能の低下など、住民生活への影響が深刻化しています。

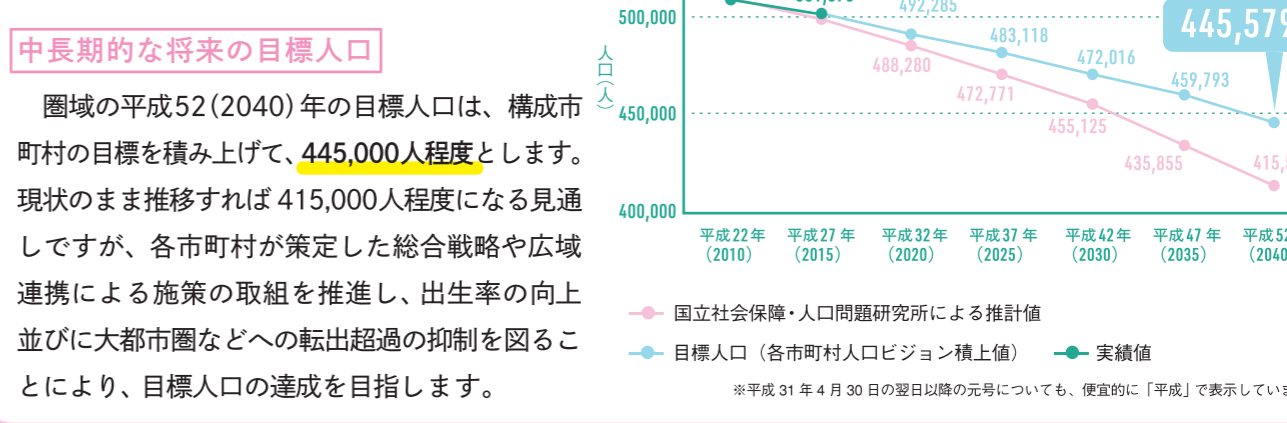
こうした状況を踏まえ、従来から多方面に渡って強い結びつきのある、富山市と滑川市、舟橋村、上市町、立山町の4市町村とが連携協約を締結し、施設の相互利用や広域的なサービスの提供など、様々な連携事業を実施することになりました。

今まで以上に、つながりを強くするんだね!



Vision ～目指すべき都市圏の将来像～

「都市の魅力と海山の豊かな自然が調和し、働きやすさ、住みやすさが実感できる活力あふれる圏域」を目指します。



みんなで めざそう 無火災の町!

富山県東部消防組合 上市消防署 ☎ 472-2244

消防通信

上市保育園幼年消防クラブ



上市町消防団員交流スポーツ大会

2月4日(日)、上市町消防団員交流スポーツ大会を行いました。スポーツを通じて消防団員相互の交流を深め、消防団の活性化と組織体制の強化につなげていきます。なお、大会の結果は次のとおりです。

(競技種目：ビーチボール)

- 優勝 上市中央分団 A チーム
- 次勝 柿沢分団 B チーム
- 参勝 宮川分団 B チーム

春季火災予防運動

実施期間 3月20日(火)～26日(月)

これからの時期は、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。

平成30年上市町春季消防訓練

日時 3月18日(日) 14:00 雨天決行

場所 相ノ木地区 下荒又地内

※訓練実施中は、一部道路で車両通行制限を行いますので、ご協力をお願いします。

普通救命講習のご案内

日時 4月8日(日) 9:00～12:00

場所 上市消防署 2階大会議室

申込 上市消防署 救急係 ☎ 472-2244

※当日は動きやすい服装でお越しください。

※講習開始5分前までに集合してください。

公民館だより

詳細はお問い合わせください。

公民館名	イベント・お知らせなど	TEL
宮川	こども習字教室 3/13(火)・27(火) 16:00 定員20名	473-0074
南加積	男性料理教室 3/15(木) 9:00	472-3526
山加積	桜もちづくり 3/2(金)	473-0168
相ノ木	囲碁大会 3/11(日) 9:00	473-1269
柿沢	陽南バドミントン大会 3/11(日) 9:00	472-6353
白萩西部	カローリングで三世代交流会 3/11(日) 10:00	473-0167

2月11日、第57回町民親睦囲碁大会が上市公民館で開催されました。大会は段級に応じたA、B、C、Dの4つの組に分けて行われ、愛好者たちは、真剣な顔つきで盤面を見つめ、熱戦を繰り広げていました。なお、クラス別の優勝者は次のとおりです(敬称略)。



↑ 第57回町民親睦囲碁大会(上市公民館・2月11日)

- A組(四段以上) 石黒三千治(荒田)
- B組(四段・三段) 松井 明澄(稗田)
- C組(三段・二段) 前川 敏昭(立山町)
- D組(二段以下) 酒井 正男(森尻)

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

毎年4月1日は、軽自動車税の賦課期日です。「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)処分のみを行った」といった場合であっても、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ので、ご注意ください。

廃車や名義変更の手続きが必要な方は、平成30年3月30日(金)までに済ませて下さい。以降は、平成30年度の軽自動車税が賦課されますので、ご注意ください。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ありません。詳しい手続きについては右記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)

制度変更

平成30年4月診療分から
子ども医療費助成制度を拡充します

福祉課 児童班 ☎内線7232・7233

平成30年4月診療分から、福祉医療費請求書(ピンクの紙)が小学生や中学生にも使えるようになります。また、これまで設けていた保護者の所得制限が無くなります。

【変更点】

	[変更前] 3月診療分まで	[変更後] 4月診療分から
未就学児	現物給付	現物給付
小学生・中学生	償還払い	
所得制限	あり	なし

【助成内容】

かかった医療費のうち、保険適用の自己負担分を助成します。

【使用範囲】

富山市、滑川市、中新川郡内の医療機関等
※上記の市町村以外の医療機関等を受診した場合は、従来どおり償還払いでの助成となります。

【手続きについて】

現在受給資格のあるお子さんは原則不要です。

【その他】

- ・子ども医療費受給資格証および福祉医療費請求書は、3月下旬に対象のご家庭に送付します。
- ・事前登録が必要な方には資格登録(変更)申請書を送付しましたので、手続きをお願いします。
- ・3月までの医療費は、4月以降も償還払いで助成を行います。
- ・保険証に変更がある方は、お子さんの保険証を持参のうえ、窓口で手続きをお願いします。



受賞!

平成29年度富山県農業振興賞
農事組合法人飯坂新EKが受賞

2月9日、農事組合法人飯坂新EK(代表理事酒井靖広)が他の模範となる経営活動などを行っている団体・個人を表彰する「富山県農業振興賞」を受賞しました。

(農)飯坂新EKは、平成15年に共同利用型組織「飯坂新営農組合」として発足し、平成19年に協業化、平成24年法人化されました。

審査では、経営規模、単収、品質、生産コストなどがすべて優秀と認められ表彰されました。

堀井信昭理事は「もっと合理的にやっているところは他にもある。他の良いところを見習い、これからもがんばっていきたい」と話しました。



↑表敬訪問する堀井信昭理事(左)、酒井重人理事(右)

受賞!

女性起業家等支援ネットワーク構築事業
女性起業家支援コンテストで受賞

1月11日、町内で活動するグループ「市姫東雲会」の相談役で、「女性のためのプチ起業塾」のコーディネータを務める萩原扶未子さん(株式会社ジーアンドエス代表)が、「女性起業家支援コンテスト(主催:経済産業省)」の個別部門で「伴走賞」と「広域賞」を受賞しました。

関係者一同は、町長へ受賞の喜びを報告に来庁。

萩原さんは、「これまでの女性の起業支援事業や手法が認められ、お墨付きを得られた。今後、上市町で起業してみようと動き出す女性が増えたい」と意欲を見せていました。



↑来庁した女性起業家のみなさん



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

町民課 医療保険班 ☎内線 142・143

国民健康保険の加入・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・脱退される時は、異動があった日から14日以内に届出が必要です。

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。

また、受診の際には、毎回健康保険証の提示をお願いします。

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。



高額医療・高額介護合算療養費の申請について

高額医療・高額介護合算療養費とは、医療と介護の両方のサービスを利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。

上市町は、支給対象見込の方へ2月中旬に申請手続きのご案内を送付しましたが、次の方については、自己負担額の把握ができず、支給対象となる方でもご案内を送付できません。

支給対象となるかどうかをご確認のうえ、手続きをお願いします。

＜支給対象の確認が必要な方＞
平成28年8月から平成29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
※手続きには、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等の提出が必要になります。

介護保険アレコレ

「介護給付費通知書」をチェック！

中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎464-1316

中新川広域行政事務組合では、3カ月に1度「介護給付費通知書」を発行しています。

通知書に記載されている利用者負担額(※)は、サービス費用の1割（一定以上の所得がある方は2割）相当分です。

この通知書には、毎月どのようなサービスを利用したかもわかるように記載されていますので、お手持ちの領収書やサービス利用票と通知書の記載内容を見比べていただき、ご自分の利用したサービス種類や日数（回数）などに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。

また、施設や病院等に入所（入院）されていた場合、その期間は在宅サービスの利用はできません。

このような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ないかご確認ください。

(※) 居宅サービスを利用されている場合、サービス種類に「居宅介護（予防）支援」と記載されている費用については、全額保険給付されますので、利用者負担はありません。

3月の保険料（65歳以上の方）

- ①特別徴収 なし
②普通徴収 随1期（納期限4月2日（月））
※2月に65歳到達された方などが対象

年金だより

学生納付特例の申請について

町民課 住基戸籍班 ☎内線 145

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までになります。平成29年度に学生納付特例制度により保険料を猶予されている方で、平成30年度も引き続き在学予定の方には、3月末に基礎年金番号等が印字されたハガキ形式の申請書が送付されます。

同一の学校に在学中の方は、このハガキに必要な事項を記入して返送していただくことにより、平成30年度の申請ができます。（この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です。）

なお、平成30年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付をご希望の場合は、納付書を送付しますので魚津年金事務所 ☎0765-24-5153 までお問い合わせください。

関係者以外は、駆除中に農地へ入らないで下さい
野ねずみの一斉駆除を実施

アルプス農業協同組合 営農部指導課 ☎472-5480
アルプス農業協同組合 上市営農センター ☎472-5519

薬剤散布日 3月24日(土)～4月1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」へ薬剤を投入します。

使用薬剤 ヤソール 成分：クマリン系0.1%
形状：ピンク色粒状 毒性：普通物

町内会のお世話役

平成30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、よろしくお願いいたします。(敬称略)

平成30年2月1日現在

Table with columns for various districts (e.g., 上市地区, 白萩西部地区, 南加積地区) and lists of district heads (区長).

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

- ・笹野 信之 (黒川 8年)
・稲垣 一巳 (広野 6年)
・蔦 靖男 (稗田 6年)
・種田 宗明 (鍵町 6年)

(順不同・敬称略)

お世話になりました。



水道の水圧不足についてお詫び申し上げます

1月27日の夜と1月30日の夜、一部の地区において水道水の水圧が不足する事態が発生致しました。原因は強い寒波によるご家庭等の給水管の凍結破損、水道水の融雪使用等により水道の配水量が増加。そのため、配水池の水位が低下したことによるものでした。

1月31日以降は、水圧も配水池の水位も回復し、正常に稼働しています。このたびは、多大なご不便とご迷惑をおかけしましたことを、深くお詫び申し上げます。

建設課 上下水道班 ☎472-4646

空家バンクをご利用ください

町内の空家の売買や賃貸を促進するため、空家バンクを設けています。空家を売りたい方や貸したい方は、空家バンクへの登録を申請してください。

また、空家を買いたい方や借りたい方は、空家バンクからお探しください。

詳細は、町ホームページ内「空家バンク」をご覧ください。

建設課 管理建築班 ☎内線 318

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25日(水)

平成30年度前期技能検定

富山県職業能力開発課 ☎ 444-3260
富山県職業能力開発協会 ☎ 432-9887

受検申請受付 4月4日(水)から4月17日(火)まで
詳細はお問い合わせください。

町民課 住基戸籍班 ☎内線 147

マイナンバーカードはお持ちですか

「顔写真が撮れない」「どう申請すればよいのかわからない」という方に、役場スタッフが申請のサポートをしています。(平成30年3月30日でサポート終了)。身分証明書(顔写真が無いものは2点)を持参し、役場の開庁時間に町民課窓口までお越しください。

- ・申請費用は無料です(初回のみ)。
- ・手続きは約20分で終わります。
- ・カードのお渡しまで3週間ほどかかります。



上市まちづくり公社 3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	3月19日(月) 10:30～11:30

対象 0歳～未就園児 保護者同伴
内容 絵本読み聞かせ&ふうせんプールであそぼう！
(読み聞かせ：上市ライオンズクラブ)

絵本が増えました

1月31日、上市ライオンズクラブから絵本18冊と本棚が寄贈されました。

早速、この日は子育て支援教室に集まった親子連れの皆さんを前に、上市高校生3人による絵本の読み聞かせが行われました。



↑上市高校生による読み聞かせ

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？

場所 広野地内(つるぎの味蔵周辺)
区画数 14区画(1区画20㎡)
1人1区画まで。応募多数時は抽選。

年間利用料 3,000円/1区画
募集期間 3月1日(水)～20日(火)

(空き区画は募集期間後も随時申込を受付します。)
申込方法 申請書を産業課までご提出ください。
申請書は、役場窓口または町ホームページから入手できます。

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)	7日(水)
	うさぎ組(1歳児)	8日(木)
	合同退室式「さよならの会」	15日(木)
	ちびっこ広場 (6ヶ月～1歳頃まで)	6・20日(火)
クラブ	合唱 9:00～	3日(土)
	将棋 10:00～	10・24日(土)
教室・他 イベント	折り紙教室	8日(木) 15:30 要予約
	HIPHOPダンススクール	9日(金) 15:45 要予約
	体操教室(ボール)	17日(土) 14:00
	ティッシュケースづくり	11日(日) 10:30
	アイロンビーズづくり	25日(日) 10:30

休館日 3月18日(日)

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、人道と博愛の精神に基づき、地域においてボランティア活動を展開しています。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

町民課 生活環境班 ☎内線 141

上市町墓地公園(永代霊園)使用者募集

区画	募集数	使用料
AA型(5㎡)	27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㎡)	10区画	520,000円～
D型(12㎡)	1区画	620,000円～
合葬墓	68柱	80,000円～

住所 上市町砂林開字永代野56番地の3
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』もあります。

広告欄

広告欄

Culture

上市町健康文化振興財団 ☎473-9333

【アルプスの湯からのお知らせ】

3月の催し物 開演 12:30 (観覧無料)

- 3日(土)・・・松前一座 (公演)
- 10日(土)・・・相撲甚句 (公演)
- 17日(土)・・・劇団「絆」(公演)
- 24日(土)・・・藤山一座 (公演)
- 31日(土)・・・もみじの会 (公演)

ゆったりおトクなスタンプラリー実施中!!

8箇所の温泉施設を巡るスタンプラリーを実施。
4箇所を巡ると、共通入浴無料券を1枚。
全て巡ると更に2枚プレゼント。

実施期間 5月31日(木)まで (詳しくはフロントまで)

【北アルプス文化センター催し物】

爆笑!! お笑いライブ in かみいち

日時 3月10日(土) 午後2時開演
(開場 午後1時30分)
入場料 3,000円 全席指定
(当日は500円増。3歳以上有料)
※3歳未満でも座席が必要な場合は有料です。
出演 ケーシー高峰、毒蝮三太夫、林家三平、母心、はたけんじ、松山うめ吉 ほか

アルプスの湯開館20周年記念「桜の花特別写真展」

上市町に縁のある桜の花の写真展です。

期間 3月27日(火)～4月8日(日)
場所 つるぎふれあい館ロビー

Sports

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)	ⓑ	日	10:30	5 12 19
ジュニアビク教室	ⓑ	月	18:00	5 12
ジュニアバレー教室 (ビーチボール)	ⓑ	日	19:00	5 12 19
はつらつ卓球(ラージ球)	ⓑ	火	10:00	6 13 20
シニアエクササイズ宮川	ⓑ	火	13:30	6 13 20
気軽に卓球(硬式球)	ⓑ	水	10:00	7 14
シニアエクササイズ相ノ木	ⓑ	水	13:30	7 14
サッカー教室	ⓑ	日	18:00	7 14
楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球)	ⓑ	日	10:00	1 8 15
シニアエクササイズ柿沢	ⓑ	日	13:30	1 8 15
オープン水泳教室(ウォーキング&ストレッチ)	㉑	木	14:15	1 8 15
ストレッチヨーガ	㉑	水	15:30	1 8 15 22
ピラティス(夜)	ⓑ	日	19:30	1 8 22
やわやわピクス	ⓑ	日	10:30	2 9 16 23
シニアエクササイズ弓庄	ⓑ	金	13:30	2 9 16
パワーヨーガ	㉑	日	19:30	2 9 16 23
うんどう教室	ⓑ	日	15:00	3 10 17
トランポリン教室(Ⅰ部)	ⓑ	土	15:00	3 10 17
トランポリン教室(Ⅱ部)	ⓑ	日	16:15	3 10 17

- ㉑ ウエルネススポーツセンター
- ⓑ B & G 体育館
- ㉑ カミール
- ㉑ 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

広告欄

スポーツ安全保険

平成30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。詳細はお問い合わせください。

対象となる事故 団体活動中の事故、往復中の事故
保険対象期間 平成30年4月1日午前0時から平成31年3月31日午後12時まで
申込受付 平成30年3月1日から

対象者	補償対象となる団体行動	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	1,850円
	65歳以上	1,200円
全年齢	危険度の高い活動	11,000円
短期スポーツ教室(ネット加入限定)	開催期間3カ月以内の活動	800円

※金額は、昨年と同額です。

うえるねず通信 富山健康科学専門学校 ☎473-2111

春休み短期水泳教室参加者募集
①慣れコース (3/28・29・30) 3日間
②泳力上達コース (3/28・29・30・31) 4日間
時間 9:30～10:40
対象 小学生(新1年生～6年生)

◎お申込みは、ウエルネススポーツセンターフロントまで。電話(予約)で申込みの場合、1週間以内にフロントで手続きをお願いします。(締切3/20)

春の入学キャンペーン(入学金0円)同時開催中
大人も子ども、今が入学チャンス!! ウエルネススポーツセンターでスポーツ始めてみませんか?
詳細は、ウエルネススポーツセンターフロントまで。

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 3/7日(水)、10日(土)、24日(土)、28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 3/17(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 3/15日(木) 午後1時～
料金 1,000円(材料費別途)

【ステンドグラス教室】
講師 ガラス造形作家 西島 直義 氏
日時 3/25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)	5	19	(月)
フラワーデザイン	5	(月)	27 (火)
書道	12	26	(月)
華道(池坊)	12	26	(月)
リアリティフラワー	12	26	(月)
心太極拳	12	26	(月)
3B体操	5	12	19 26 (月)
手芸・手編み	6	20	(火)
茶道(遠州)		20	(火)
絵てがみA		20	(火)
絵てがみB	13	27	(火)
刺し子・リフォーム	13	27	(火)
オカリナ	13	27	(火)
新川民謡研究会	6	13	20 27 (火)
社交ダンス(火)	6	13	20 27 (火)
パッチワーク	7	28	(水)
ちぎり絵		14	28 (水)
フォークダンス	7	14	28 (水)
社交ダンス(水)	7	14	28 (水)
料理(昼)	1	15	(木)
大正琴(アルプス)	1	15	(木)
大正琴(りんどう)	1	15	(木)
茶道(表千家)	8	22	(木)
茶道(裏千家)		22	(木)
タイ式ヨガ	1	8	15 22 29 (木)
料理(夜)	2	16	(金)
ちりめん手芸	9	23	(金)
民舞踊	9	23	(金)
太極拳	9	23	(金)
相撲甚句	2	16	(金)
レザークラフト			31 (土)
フラダンス	3	10	17 (土)
ペン習字		14	(水) 26 (月)
吹矢	6	20 (火)	1 8 15 22 (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	29	30	31

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

今月の催し

- 絵本のよみかかせの会
日時 3/11日(日) 午前11時～ **場所** 絵本コーナー
- 読書会「鉄道員(ぼっぼや)」 浅田 次郎 / 著
日時 3/23日(金) 午後1時30分～ **場所** 3階対面朗読室

一般書

『文字に美はありや』 伊集院 静 / 著

この本は、文字に美しい、美しくないということが本当にあるのだろうか、という著者の疑問から、歴代の名筆、名蹟をたどっていくものです。歴史上の偉大な人物たちは、どのような文字を書いていたのか。鑑真、空海、織田信長から夏目漱石、太宰治、ビートたけしまで、彼らの作品と生涯を独自の視点で読み解いていきます。2000年にわたる書と人類の歴史を旅して、見えてきたものとは――。

児童書

じてんしゃのれるかな 平田 利之 / 作

ほくは、自転車に乗れない。これからまた練習なんだけど、ちょっとこわい。すると「へいき、へいき」と、誰かの声がして…。そして「バランス バランス」「リズム リズム」「つよく つよく」…とペダルをこいでみれば、すぐにでも自転車に乗れるようになるかもしれません。サイクリング日和に読んでほしい1冊です。

一般書

民意と歩む 議会再生……………北日本新聞社編集部 / 編
俺はエージェント……………大沢 在昌 / 著
100年後に残したい!マンガ名作……………日本漫画家協会 / 監修

児童書

さよなら、おばけ団地……………藤重 ヒカル / 著
こども武士道……………齋藤 孝 / 監修
5分後に恋の結末……………橘 つばさ / 著

図書館ホームページでも、新着本情報などご覧いただけます。

えほんしつ “ゆめぼけ”

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

3/10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～

授乳室やおむつ替え室を利用できます。





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 29年 11月生	3月 1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 12月生	4月 5日 (木)			
1歳6か月児健診	平成 28年 8月生	3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 28年 9月生	4月 12日 (木)			
3歳児健診	平成 26年 11月生	3月 22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 26年 12月生	4月 26日 (木)			
離乳食教室	平成 29年 10月生 平成 29年 11月生	4月 18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 29年 7月生 平成 29年 8月生	4月 18日 (木)	13:00～ 13:30	母子健康手帳	※要予約

1歳6か月児 健診 子どもたち



あやは 石橋 紬菜 ちゃん(左)、いとほ 綾葉 ちゃん(右)



ひさゆき 加藤 悠行 ちゃん、かおるこ 草島 薫子 ちゃん



ときな 杉浦 季夏 ちゃん、れん 小林 蓮 ちゃん



りく 小菅 吏功 ちゃん、ひでや 碓井 秀弥 ちゃん



りんのすけ 東 凜ノ佑 ちゃん



お口の生活習慣病を防ごう！(歯周疾患予防教室レポート)

歯・口腔の健康は、口から食べる喜び、話す楽しみを保つ上で重要です。歯を失う二大原因はむし歯と歯周病ですが、歯周病にかかっている人の割合は35歳以上で8割を超えており、もはやひとつとてはではありません。歯周病は、口の中だけにとどまらず、細菌が血液や肺に入り込んで全身に悪影響を及ぼし、動脈硬化、糖尿病、心筋梗塞、脳卒中などの他、女性の場合は、早産などの原因になることがあります。

1月30日、町保健福祉総合センターで歯の役割や歯周病に関する講義と、お口の中のセルフケアの方法について実習を行いました。
～講師～
歯科衛生士事務所 ピュアとやま 精田 紀代美 先生



○舌のお手入れ

口腔内の歯周病菌が一番多いのは朝！食事の前に舌を掃除すると歯周病菌が取り除かれ、味覚が研ぎ澄まされます。舌を掃除するときは、舌を傷めないように歯ブラシではなく、舌専用の道具を使いましょう。

○歯磨きのポイント

- ①歯ブラシは硬すぎず、ヘッドが小さめのものを選びましょう。
- ②歯ブラシは鉛筆と同じように持ち、力を入れすぎないようにしましょう。
- ③歯の磨き方
 - ・歯と歯ぐきの境目は、歯ブラシを寝かせ、下端を歯と歯ぐきの境目に置いて、毛先を歯に直角に当てて、左右に細かく動かします。
 - ・奥歯の内側は、毛先を斜め45度に当てて、歯の根元を意識して小刻みに動かします。
 - ・奥歯の噛み合わせは、面のくぼみに毛先を水平に当てます。
 - ・前歯の裏側は、歯ブラシを縦にあて、縦方向に動かします。
- ④歯間ブラシやデンタルフロスを使って、歯ブラシだけでは落ちにくい、歯のすき間の歯垢を取り除きましょう。

○歯科健診を定期的に受けましょう

むし歯や歯周病の予防・早期治療のために、半年に一度はかかりつけ歯科医で健診を受けましょう。過去に治療した歯の詰め物や入れ歯などは、永久に使用できるものではありません。できるだけ長く使用するためにも定期的なメンテナンスが必要です。



すこやか
ザロン

Health
Column



かみいち総合病院
内科医
渡辺 一海



意外と知らない健康食品のコト

外来で患者様と話をしているのですが、天然由来のものは副作用が無いとか、安全だといった誤解が多くの方にあります。今回は健康食品を中心に、安全性や効果的な使用方法について詳しく知ってもらえたらと思います。お話しさせていただきます。

口から入るものは、一般に医薬品・医薬部外品と食品に分けられます。健康食品の多くは、食品扱いです。健康食品の多くは、食品扱いとなつていて、食品の中でも国が制度を創設し、効果の記載などを許可しているものとして、「保健機能食品」があります。これらはさらに「特定保健用食品(いわゆるトクホ)」と「栄養機能食品」に分けられます。前者は製品ごとに有効性と安全性が審査されていますが、後者は自己認証の表示食品であり、一部には誤解を与えるような宣伝がされているものもあります。そして、中には上記の保健機能食品ではない健康食品も多くあります。

成分や、相互作用については注意が必要で、「天然」「自然」のことばが入っているだけで「安全」を連想してしまうこともあるか

もしれませんが、実際はアレルギーや肝機能障害などの被害報告も多数あります。また、薬と併用すると薬の効果が低下してしまうものや、副作用が強く出るものもあります。

注意すべき点として、いくつもの製品を同時に摂取しないこと、むやみにたくさん摂取しないこと、体調に異常が生じた場合に中止することが挙げられます。また、健康食品は医薬品ではないので病気の治療には使えません。メリット・デメリットをよく考えて、使用するかを決めましょう。迷ったら、かかりつけ医に確認してください。

体調管理のために、まずは食事全体のバランスをよくすること、適度に運動することが大切です。健康食品の上手な取り入れ方は、それを使うことで生活習慣が改善の方向に動き出すような使い方です。「せつかくトクホを使うから、油の摂取を控えよう」「トクホの使用と一緒に運動もはじめてみよう」など、健康食品を「はじめの一歩」につなげる使い方が効果的です。

毎年3月1日から7日までの間、子どもに対する予防接種に関心を高め、実施率の向上を図ることを目的として「子ども予防接種週間」が、医療機関等で実施されています。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。

予防接種は、個人の感染予防はもちろん、他の子への感染を防ぐ役割もあります。また、お子さんが大きくなって就職する時や海外へ渡航する時に予防接種歴を確認されることもあります。

お子さんがいつ、どの予防接種を受けたかをしっかりと把握しておくことも大切です。もし、町保健センターで発行した予防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。

接種期限が迫っています。お早めに！

今年度の高齢者用肺炎球菌ワクチン予防接種は、平成30年3月31日(土)までです。定期接種の対象者で接種を希望する方は、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。

対象

- ①今年度、65歳、70歳、75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)

個人負担金 3,000円(生活保護世帯は無料)

注意事項

- ・過去に任意(有料)接種として、成人用肺炎球菌ワクチン「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、対象者にオレンジ色の封筒を昨年4月に郵送済です。もし、対象者で予診票が届いていない方や、紛失した場合には町保健センターで再発行しますのでご連絡ください。
- ・町の助成を受けて高齢者用肺炎球菌の予防接種が受けられるのは1回限りです。
- ・助成対象者は毎年異なります。接種を希望される方は、助成対象になるかあらかじめご確認の上、接種していただくようお願いします。なお、すでに対象となる年齢が過ぎている場合は、助成対象にはなりません。

今月のテーマ

こんにちは！
福祉課保健班です。
その24



保健師
若井 文子

3月1日～7日

予 防 接 種

こども 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

2/4 第43回町民スキー大会「大回転競技」
5部門に14人がエントリー

2月4日、第43回上市町民スキー大会が千石スキー場で行われ、時折雪が吹雪く中、選手たちは大回転競技2回の合計タイムを競いました。
各部門の優勝者は次のとおりです（敬称略）。

- ・小学校低学年 男子の部 吉房 真之介（南加積小）
女子の部 村上 凜生（白萩西部小）
- ・小学校中学年 女子の部 酒井 優奈（南加積小）
- ・小学校高学年 男子の部 高橋 蓮太郎（南加積小）
- ・一般 男子の部 橋本 杏介（上市中学校）



▲ 力強い滑りを披露する選手

2/3 眼目山立山寺「節分追儺会」
今年一年、無病息災を願う

2月3日、眼目山立山寺で「節分追儺会」が行われ、参拝者約100人が今年の無病息災・平穏無事を祈りました。
参拝者は法話を聞き、戸田光隆住職の祈禱を受けた後、福引き抽選を楽しみました。
恒例の豆まきは、「福はうち」と声をかけながら豆をまき、参拝者は幸運をつかもうと豆を拾い集めていました。



▲ 豆まきで無病息災を祈願する参加者

1/14 スポーツ栄養学研修会
丈夫な体は、良い食事から

1月14日、働く婦人の家でスポーツ栄養学研修会を開催。小学5年生の親子9組が参加し、正しい食事が丈夫な体づくりに大切なこと、競技力や学力の向上に関係していることを学びました。
研修会は県栄養士の管理栄養士、杉森裕子先生が「ジュニアのための親子でスポーツ栄養学」と題して講演した後、親子で一緒に調理実習を行い、最後にみんなで料理をいただきました。



▲ 親子で調理実習

1/13 かみいち総合病院で「防災まちあるき」を実施
関係機関が災害時の連携を確認

1月13日、災害時に医療や介護を必要とする要支援者が安全に非難ができる体制や、関係機関が連携を確認する「防災まちあるき」（全国国民健康保険診療施設協議会のモデル事業。主催：かみいち総合病院地域医療連携室）をかみいち総合病院で実施しました。
医師や看護師、保健師、警察官、消防隊員のほか、町職員や介護福祉事業所の職員、地元代表住民など27人が4班に分かれて雪が降り積もる中、かみいち総合病院の周辺を回り、気がついたことや危険個所を地図に記してお互いに発表。連携を一層深めました。



▲ 雪が降り積もる中、「まちあるき」をする参加者

2/15 南加積公民館「健康ふれあい教室」
心と体を元気に

2月15日、南加積公民館で毎年恒例の「健康ふれあい教室」が開催されました。
来場者は公民館で血圧を測った後、廣田和美保健師の冬場を健康に過ごすお話と、眼目山立山寺の戸田光隆住職の法話に耳を傾けていました。
その後、越中みゆき座（富山市水橋）の皆さんが演じる歌と踊りの寸劇を楽しみ、昼食には公民館料理教室の皆さんが作った昼食を楽しくいただきました。



▲ 越中みゆき座の皆さんと参加者が楽しく歌う

2/11 第31回剣岳雪のフェスティバル
くま鍋を求め来場者続々

2月11日、冬の恒例イベント「第31回剣岳雪のフェスティバル」が役場前駐車場で開かれ、あいにくの雨模様でしたが、会場は大いに賑わいました。
会場では町の特産品など味自慢のテントがたくさん並び、名物のくま鍋を求め来場者の長い列ができました。
ステージでは来場者を楽しませる様々なパフォーマンスが繰り広げられて会場を盛り上げたほか、ミニSLや仕事体験車両コーナーも子どもたちの人気を集めていました。



▲ 「おいしい！」と、くま鍋を楽しむ女の子

1/27 **1/28** 種・三世代ふれあい冬の集い
テーマは「雪の遊園地」

1月27日、白萩南部公民館で種・三世代ふれあい冬の集いが今年も開催されました。
今年のテーマは「雪の遊園地」。公民館や住民有志グループ「エコンテ」などで作る実行委員会を中心に、冬の雪山で様々なイベントが実施されました。
初日は、参加者と主催者が一緒に雪像やかまくら、スノーランタンを作りました。翌日は、そり遊びや子どもスノボ体験、ピザ作り体験、かんじきハイクなどが行われ、訪れた親子連れの参加者は冬の里山の魅力を満喫していました。



▲ 雪玉ストラックアウト

1/20 大岩山日石寺で寒修行
寒さをこらえ、滝修行に挑む

1月20日、1年で最も寒さが厳しいとされる大寒の日に今年も大岩山日石寺の六本滝に身を置く寒修行が行われました。
滝修行は午前9時から始まり、会場の気温は3℃、水温は6℃。
約40人の白装束姿の信者や一般参加者は、高さ5.4mの六本滝に打たれ、心身を清めていました。



▲ 毎年大勢の注目を集めている寒修行



3 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	3月27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14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)	3月6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	3月13日・27日(火) 13:00～16:00		
⑦心配ごと相談	3月14日(水) 13:00～15:00		
⑧生活・就労相談	3月13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	3月21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)	3月3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
	3月10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

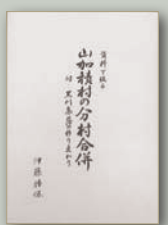
上市町議会定例会日程 議会事務局 ☎内線 272

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

会期 3月5日(月)から15日(木)までの11日間

伊藤勝保さん(黒川)が、旧山加積村の合併の歴史をたどった資料集「資料で綴る 山加積村の分村合併」を刊行。作成した冊子を町などへ寄贈されました。冊子はA4判174ページ。

旧山加積村は1953年、上市町に合併後、一部で分離運動があり、全9集落のうち5集落が56年に滑川市に編入。黒川など4集落は上市町にとどまりました。冊子にはこうした当時の記録がまとめられています。



防災行政無線を用いた情報伝達訓練のお知らせ

総務課 防災班 ☎内線 215

この訓練は、地震や武力攻撃などの発生時に備え、全国瞬時警報システム(「Jアラート」)(※)から送られてくる国からの緊急情報を防災行政無線で皆様へお伝えする訓練です。

訓練日時 3月14日(水) 午前11時ごろ

「Jアラートとは・・・」
地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国が人工衛星などを通じて瞬時に皆さまへお伝えするシステムです。

町内に設置してある防災行政無線から、次のように一斉放送を行います。

【放送内容】

- ①上りチャイム音
- ②「これは、Jアラートのテストです。」
3回繰り返します
- ③「こちらは、防災上市町です。」
- ④下りチャイム音



町の人口と世帯数

平成30年2月1日現在

人口	20,939 (-21) (-320)
男	10,040 (-7) (-140)
女	10,899 (-14) (-180)
世帯数	7,932 (+3) (+2)

() は前月比 () は前年比

○土地の寄附 土肥 兼三郎 様
稲垣 一巳 様
(南加積小学校駐車場として)

○刊行物の寄贈 伊藤 勝保 様
(資料で綴る 山加積村の分村合併)

○靴2個、靴4足 平井 和恵 様
○8979円、タオル35枚 匿名

○100万円 故松井芳明(長女) 様

「」寄付感謝

【窓口】上市町社会福祉協議会
(1月11日～2月10日)

善意銀行

○町税夜間納税窓口
日時 ▼ 3月30日(金)
午後5時～8時
場所 ▼ 財務課10番窓口

○固定資産台帳縦覧窓口
期間 ▼ 4月2日～5月1日
午前8時30分～午後5時15分
場所 ▼ 財務課11番窓口

納税・納入