



みんなでつくった  
世界で  
たったひとつの  
こいのぼり



教室を企画した e'conte (エコンテ) の皆さん



## ◆ 目次 ◆

- P 2 上市町スポーツ少年団紹介
- P 4 「生き活きつるぎヘルスポイント」  
をためておトクに健康づくり!
- P 8 陽南環状交差点が完成しました!
- P 9 消防通信・公民館だより
- P10 暮らしのお知らせ
- P12 イベント・募集・福祉
- P14 文化・スポーツ
- P16 保健だより
- P18 まちの話題



【表紙】 おでかけ図工教室 (関連記事は、18 ページへ)



## 上市剣道教室

武道(剣道)



私たちは、剣道を通じ、礼儀、忍耐、思いやりの心などが身につくように、いつも楽しく稽古に励んでいます。

練習日▶◎◎◎  
場所▶上市町武道館

嶋作 ☎090-3298-2115

## 少林寺拳法剣

武道(少林寺拳法)



少林寺拳法は、組手主体という練習法を行っています。二人一組になり、共に技の向上や精神面を鍛えています。少林寺拳法の拳士は、世の中のリーダー的存在になれるよう日々鍛錬しています。

練習日▶◎◎  
場所▶剣道場(私設)

吉岡 ☎090-3294-3640

## 上市町柔道

武道(柔道)



私たちは、自信、礼儀、自律、仲間、感謝、思いやり、この6つの誓いを意識して、柔道をがんばっています。私たちは柔道で一本を目指して練習に取り組んでいます。一緒に柔道をやりましょう!

練習日▶◎◎  
場所▶上市町武道館

深川 ☎090-3764-1628

## 上市町空手道

武道(空手道)



空手は、「礼に始まり礼に終わる」の教えのもと、心も体も強くなり、礼儀も正しくなります。今年も全国大会や北信越大会入賞を目指して練習をがんばっています。

練習日▶◎◎  
場所▶丸山総合公園総合体育館

中村 ☎473-1115

## 上市町空手協会

武道(空手道)



武道は、礼に始まり、礼に終わります。空手道も礼儀を最初に教えます。また、基本を大切に指導するように心掛けています。最近では親子で一緒にする方も増えています。体験もOKですので、一度武道館まで。

練習日▶◎◎  
場所▶上市町武道館

松井 ☎090-1634-3167

## 上市町ジュニア バドミントンスクール

バドミントン



わたしたちは、上市町ジュニアバドミントンスクールスポーツ少年団です。私たちは、「ひとつでも上へ」をモットーに日々練習に励み、全国大会を目指しています。

練習日▶◎◎◎  
場所▶町民体育館

篠村 ☎090-1631-7499

## 上市バドミントンスクール

バドミントン



わたしたちは、上市バドミントンスクールです。みんなで声をかけ合い、夢と目標に向かってがんばっていきます。ぜひ、見学に来てください。

練習日▶◎◎◎  
場所▶上市中学校体育館  
◎◎丸山総合公園総合体育館

宮本 ☎090-3760-2341

## 上市サッカー

サッカー



上市サッカースポ少は、サッカーが大好きな子どもたちの集まりです。現在の団員は36名。みんなとても仲良くして元気いっぱいです。チームのホームページをぜひ見てください。【HP】<http://kamichisss.localinfo.jp>

練習日▶◎◎◎  
場所▶上市中央小学校

谷吉 ☎090-1318-5835

## 上市中央ベースボールクラブ

野球



上市中央ベースボールクラブは、2~6年生まで全16名で公式戦優勝を目指し、日々練習に励んでいます。体験入部については、随時受け付けています。

練習日▶◎◎◎  
場所▶上市中央小学校

谷口 ☎090-3886-2505

## 上市さんさんアンテロプス

バスケットボール



ミニバスケットボールチームの上市さんさんアンテロプスです。週3回、みんなで楽しく一生懸命練習しています。

練習日▶◎◎◎  
場所▶◎◎白萩西部小学校体育館  
◎◎丸山総合公園総合体育館

岡部 ☎090-3764-9109

## 上市ミラクルズ ミニバスケットボールクラブ

バスケットボール



バスケットボールの楽しさは、みんなの思いをひとつのボールにのせて、パスをつなぎ、シュートすることです。私たちと一緒にバスケットを楽しみませんか?

練習日▶◎◎◎  
場所▶◎◎白萩西部小学校  
◎◎丸山総合公園総合体育館

酒井 ☎090-1313-6070

# 上市町 スポーツ少年団

## 仲間と一緒に スポーツを楽しもう!!

## 南加積ベースボールクラブ

野球



結成3年目を迎えた野球チームです。野球を通して、子どもたちが集団の中で様々な経験を積み、楽しみながらたくましく成長していけるような活動を心がけています。

練習日▶◎  
場所▶南加積小学校

酒井 ☎090-2377-8651

## 宮川スターズ

野球



宮川スターズは、宮川小学校区を中心に活動している野球チームです。野球を通じて、仲間とチームワークを高め、全員野球で最後まで諦めず、全力で勝利を目指してがんばります。

練習日▶◎◎◎  
場所▶宮川小学校

水野 ☎090-3297-9729



▲南加積ベースボールクラブの酒井昊士さんが団員を代表してスポーツ少年団団員綱領を宣誓しました。(4月21日、丸山総合公園総合体育館)

4月21日、丸山総合公園総合体育館において上市町スポーツ少年団結団式が行われ、団員が1年間の活躍を誓いました。現在、町内で活動中のスポーツ少年団は、13を数えます。今月号では、その活動内容を紹介します。

【お問い合わせ】  
教育委員会事務局 生涯スポーツ班  
(内線348)

自分の好きな  
スポーツを  
見つけてみよう!





どんな教室やイベントが対象になる？

「けんしん」以外では、例えば以下のような教室・イベントが対象になります。

教室

上市町総合スポーツクラブ「さんさん」教室

ピラティス

(ピラティス 朝)  
身体に意識を向け、姿勢や  
体質の改善を目指します。  
(ピラティス 夜)  
呼吸法・姿勢・エクササイ  
ズをボールや器具を使って、  
わかりやすく進めます。



パワーヨーガ

呼吸に合わせてポーズをと  
り、心と身体の調和を図り  
ます。瞑想の時間を心地よ  
く過ごしましょう！  
※ヨガマットまたはバスタ  
オル持参。



富山健康科学専門学校（ウエルネス）

いきいき健康づくり講座

正しい姿勢や呼吸法などを  
取り入れて、楽しみなが  
ら身体を動かす60分です。  
ストレッチ指導などの実技  
指導も行っています。  
参加費は無料ですので、気  
軽に参加ください。



トレーニングジム

スタッフの指導のもと、ト  
レーニングジム器具を使っ  
た体づくりができます。  
※町では町民の方を対象に  
月会費の補助を行っていま  
す。



イベント

生き生き健康フェスティバル

今年のテーマは、「健康のす  
ずめ〜スッキリ爽快！素敵  
な毎日」。どなたでも楽しめ  
る内容となっています。今  
年は、「がん」にまつわる講  
演会も開催します。



フォトゲイニング® 上市まちのわ 2019

スポーツをしながら観光も  
楽しめる「フォトゲイニ  
ング」。今年のエントリーは  
6月中旬から開始されます。



剣健康マラソン大会

家族や仲間たち、みんな  
で楽しく走れるマラソン大  
会です。今年は内容をリニ  
ューアル！お楽しみに！  
同日開催の「かみいちスポ  
ーツまつり」での体力診断テ  
ストも対象になります。



他にもいろいろ  
教室やイベントが  
あるよ！



← 詳しい対象事業一覧は、6ページへ

特別養護老人ホーム・グループホーム同時募集

介護・看護スタッフ募集

最新設備の整った湯崎野苑、我が家のようなグループホーム達の希  
どちらの施設も、入居されている方が快適に生活していただけるよう  
スタッフ一同 日々頑張っています。  
左記へお電話ください。



特別養護老人ホーム 湯崎野苑  
〒930-0455 上市町湯崎野 206-1  
TEL464-3678 担当/吉田  
社会福祉法人 風の詩

グループホーム達の希  
〒930-0372 上市町上経田 5-1  
TEL473-3611 担当/松原  
(株)マクロコム・ジャパン



ポイントを集めておトクに健康づくり !!

生き活き っるぎ ヘルスポイント が6月から 始まります！

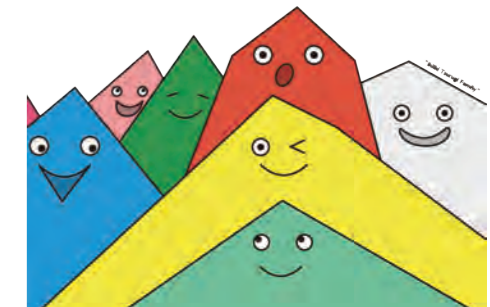
【お問い合わせ】上市町保健センター ☎ 473-9355

生き活きっるぎヘルスポイントとは？

40歳以上の町民の皆さんが「けんしん」を受けたり、健康づくりに  
関する「教室・イベント」に参加したり、歩数や血圧などを「記録」し  
たりすることでもらえるポイントです。このポイントを集めると、賞品  
をもらえたり、さらに抽選で豪華賞品が当たったりします。

上市町が「健康づくりのまち」を目指していくため、また皆さんに「自  
分の健康は自分がつくる」ことを改めて意識していただくために、今年  
度からこの事業を始めることになりました。

皆さん楽しみながら健康づくりをしましょう！



"Ikiiki Tsurugi Family"  
「生き活きっるぎファミリー」

この事業のいわば「顔」です。町の  
シンボル「剣岳」をモチーフに、町  
民を1つの家族と捉え、家族みん  
なで健康づくりをしていこうとい  
うメッセージが込められています。

事業の流れは？

ポイントシールの配布は  
12月31日まで！

① 「けんしん」を受ける  
健康づくりに関する教室やイベントに参加する  
歩数などを記録して上市町保健センターへ提出する

② ヘルスポイントシールをシール台紙に貼って集める

③ 20ポイントに到達すると、「20ポイント達成賞」  
がもらえる！さらに、「特別賞」の抽選に応募できる！

④ 2020年2月11日開催の「剣岳雪のフェスティバル」  
で大抽選会！抽選で豪華賞品をGETできるかも？



20ポイント達成賞

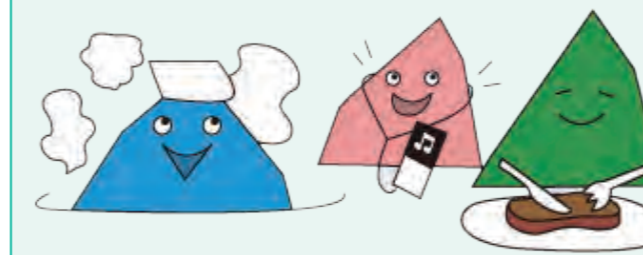
- A. アルプスの湯入浴券 (1回分)
- B. QUO カード 500円分

引き換え場所：上市町保健センター  
(つるぎふれあい館 2階)  
引き換え期間：2019年6月3日(月)  
～2020年3月31日(火)

特別賞

- A. 上市産黒毛和牛 (1kg) 1名
- B. 上市町特産品詰め合わせセット 10名
- C. 大岩山日石寺滝行体験 (ペア1組) 1名
- D. 今治バスタオルセット 1名
- E. アウトドアブランドリュックサック 1名
- F. ホーロー鍋 1名
- G. ポータブルオーディオプレイヤー 1名

応募箱設置場所：上市町保健センター  
(つるぎふれあい館 2階)  
応募締切：2020年1月31日(金)  
抽選日：2020年2月11日(火)・祝  
「剣岳雪のフェスティバル」にて  
引き換え期間：抽選日～2020年3月31日(火)





## ポイントを集めるルールは？



### ★「けんしん」のポイント

「けんしん」を受けると、各項目1回の受診につき**5ポイント**もらえます。

### ★「イベント・健康教室・記録」のポイント

- ①上限は**15ポイント**とします。
- ②「イベント・健康教室」1回の参加ごとに**1ポイント**もらえます。
- ③「記録（体重・血圧・歩数）」のポイントの各項目30日分で**1ポイント**になります。  
※毎日の記録でなくても、30日分あれば**1ポイント**になります。



## 20ポイント達成するには何から始めたらいい？

### 例1 上市町国民健康保険に加入している方

①特定健康診査を受ける	5P
②大腸がん検診を受ける	5P
③特定保健指導を受ける	5P
④"さんさん"教室 ピラティス(夜)に5回参加する	5P

**20P 達成 !!**

### 例3 忙しくてなかなか教室やイベントに参加できない方

①特定健康診査を受ける	5P
②大腸がん検診を受ける	5P
③歩数記録 30日分を7回、町保健センターに持っていく	7P
④体重測定記録 30日分を3回、町保健センターに持っていく	3P

**「けんしん + 記録」で 20ポイント達成を目指そう！ 20P 達成 !!**

### 例2 会社にお勤めの方

①職場で受けた健康診断の結果を町保健センターに持っていく	5P
②職場で受けた大腸がん検診の結果を町保健センターに持っていく	5P
③生き生き健康フェスティバルに参加する	1P
④剣健康マラソン大会に参加する	1P
⑤かみいちスポーツまつりに参加する	1P
⑥町観光協会にガイドを依頼して森林セラピー体験をする	1P
⑦ウエルネス公開講座に2回参加する	2P
⑧体重測定記録 30日分を1回、町保健センターに持っていく	1P
⑨歩数記録 30日分を3回、町保健センターに持っていく	3P

**20P 達成 !!**

皆さんのペースで  
楽しくポイントを集めよう！



## 生活習慣病にいち早く気づき予防するために 特定健診を受けましょう

町民課 医療保険班 ☎内線 142・143

健康状態をチェックし、生活習慣の改善に向け、特定健診は必ず受診しましょう。

### 特定健康診査

国民健康保険の加入者で、40歳から74歳までの方

### 後期高齢者健康診査

後期高齢者医療制度に加入の方

受診期間 6月1日(土)～10月31日(木)

受診方法 医療機関へご予約のうえ、健診当日に①被保険者証、②受診券、③問診票(記入済みのもの)をご持参ください。

※国民健康保険の加入者の方で、厚生連滑川病院健康管理センターで日帰り人間ドックを受診される場合も、特定健康診査受診券をご持参ください。

## 6月のヘルスポイント対象事業はこちら！

### ★5ポイント

- ・特定健康診査
- ・大腸がん検診

### ★1ポイント

- ・生き生き健康フェスティバル  
22日(土) 13:00～16:00  
場所：町保健福祉総合センター 2階
- ・ヘルシーゼミナール(ふるさと町民学園)  
22日(土) 13:30～15:00 詳しくは15ページへ  
場所：働く婦人の家 1階
- ・"さんさん"教室  
日程など詳しくは、15ページへ
- ・ウエルネス公開講座  
29日(土) 13:30～15:00  
「脳も身体も若々しく！脳トレ体操」  
場所：町保健福祉総合センター 2階

## 生き生きつるぎヘルスポイント対象事業一覧

(6月1日現在。日程など変更することがあります。)

区分	対象事業	実施期間・開催日時	場所	問い合わせ先		
けんしん (5P)	特定健康診査 (上市町国民健康保険加入者)	6月～10月	町内指定医療機関	町民課医療保険班 (☎内線 142)		
	後期高齢者の健康診査					
	特定保健指導 (上市町国民健康保険加入者)	9月～12月	町保健センター			
	大腸がん検診	6月～12月	集団：町保健センター 施設：町内指定医療機関 町保健センター ※健診結果を提示してください。	町保健センター (☎ 473-9355)		
イベント 健康教室 記録 (1P)	町が開催する健康セミナー(月1回)	8月～12月	町保健センター	町保健センター (☎ 473-9355)		
	生き生き健康フェスティバル	6月22日(土)				
	ふるさと町民学園講座 「ヘルシーゼミナール」(月1回)	6月～10月	働く婦人の家	教育委員会事務局 生涯学習班 (☎内線 381)		
	上市町総合スポーツクラブ さんさん教室	①ピラティス(朝)	毎週月曜日 10:30～11:40	B&G 体育館		
		②ピラティス(夜)	毎週木曜日 19:30～20:30			
		③やわやわピクス	毎週金曜日 10:30～11:30			
		④楽しく卓球(ラージ球・硬式球)	毎週木曜日 10:00～11:30			
		⑤気軽に卓球(硬式球)	毎週水曜日 10:00～11:30			
		⑥はつらつ卓球(ラージ球)	毎週火曜日 10:00～11:30			
		⑦ストレッチヨガ	毎週木曜日 15:30～16:40			
		⑧パワーヨガ	毎週金曜日 19:30～20:30			
⑨オープン水泳教室		毎週木曜日 14:15～15:00	カミール3階			
⑩シニアエクササイズ		各地区公民館へお問い合わせください。	働く婦人の家			ウエルネス スポーツセンター
⑪ハイキング		10月	未定			各地区公民館
かみいちスポーツまつり (町民体力診断テスト)						
剣健康マラソン大会	9月22日(日)	丸山総合公園	教育委員会事務局 生涯スポーツ班 (☎内線 348)			
フォトロゲイニング® 上市まちのわ2019	10月6日(日)	北アルプス文化センター	産業課商工観光班 (☎ 362)			
森林セラピー体験 (町観光協会への事前申し込みが必要)	6月～12月	馬場島、眼目、大岩	町観光協会 (☎ 472-1515)			
いきいき健康づくり講座(月1回)	6・7・8・10・12月	富山健康科学専門学校	富山健康科学専門学校 (☎ 473-2111)			
ウエルネス公開講座(月1回)	6・9・10・11月	町保健福祉総合センター				
ウエルネストレーニングジム (健康サポート事業)	(火～金曜日) ① 13:00～15:00 ② 18:00～20:30 (土曜日) 9:00～16:00	富山健康科学専門学校	ウエルネススポーツセンター (☎ 473-2070)			
血圧測定記録	30日分 (記録用紙は任意。町保健センターにも用意しています。)		町保健センター	町保健センター (☎ 473-9355)		
体重測定記録						
歩数記録						

※対象事業の詳しい内容(日程など)は、各お問い合わせ先にご連絡ください。広報でも各月号にてポイント対象事業をお知らせしていきます。

※個人負担金がかかるものもあります。



◆音杉保育園幼年消防クラブ②の皆さん



◆熱中症予防のポイント

これから夏に向けて、熱中症を発症する人が増えてきます。熱中症をしっかり予防し、楽しい夏を過ごしましょう。

- ①部屋に温度計を置くなどして、温度をこまめにチェック!
- ②室温 28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう!
- ③のどが渇かなくてもこまめに水分補給!
- ④外出の際は、体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策も!
- ⑤無理をせず、適度に休憩を!
- ⑥日頃から栄養バランスのとれた食事と体力づくりを!



◆6月2日～8日は「危険物安全週間」です



推進標語

『無事故への 構え一分の 隙も無く』

消防署では、毎年6月の第2週を「危険物安全週間」とし、危険物の保安を推進しています。ガソリン、灯油、軽油などの危険物の貯蔵・取り扱いが適切かどうか確認し、火災や事故の防止に努めましょう。

ガソリン携行缶を使用するときは、以下のことに注意を!

- ①周囲の安全確認をする。
- ②フタを開ける前に機械類のエンジンを停止し、携行缶のエア抜きをする。
- ③直射日光の当たる場所や高温の場所で保管しない。
- ④携行缶内部が高温・高圧になっている場合、噴出の恐れがあります。
- ⑤パッキンの劣化やキャップの締め方の不備などがあると、注入口から漏れる恐れがあります。

◆消防団員を募集しています!

『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。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ください。



陽南環状交差点が開通しました!

上市町柿沢地内に県内初となる環状交差点「陽南環状交差点」が完成し、開通式が5月20日に行われました。この交差点付近には、陽南小学校や陽南町営住宅があり、多数の児童が利用します。陽南環状交差点の開通で、交差点内や付近での車両速度の低下が見込まれ、児童などへの安全性の向上が大いに期待できます。さらには、信号待ちで発生する二酸化炭素排出量の削減や騒音の低減にもつながります。



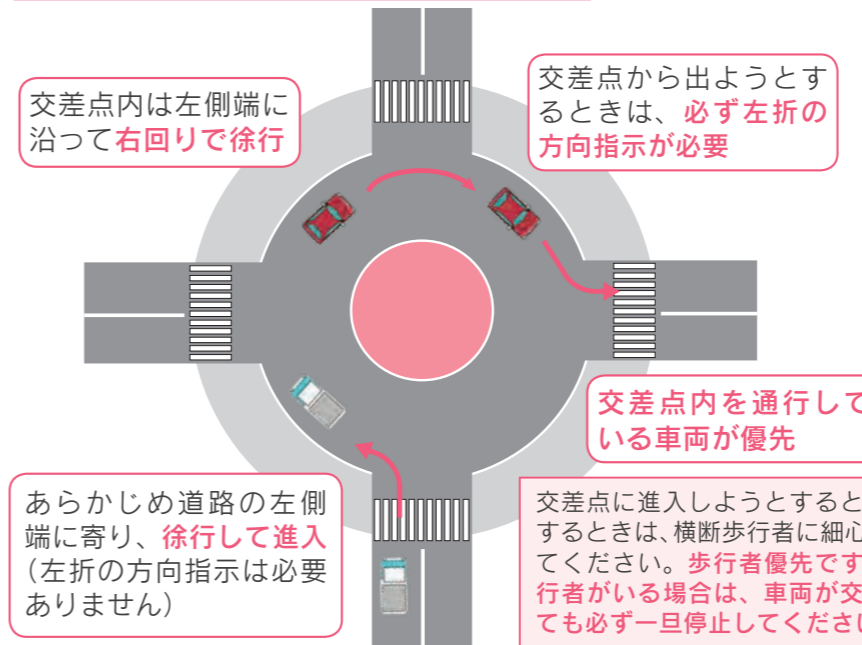
Q.環状交差点とは?

A.環状交差点とは、「信号のない、まるい形の交差点」のことです。平成26年9月1日に改正道路交通法が施行されて以降、全国の道府県で導入され、以下の効果が見込まれています。

- ①交通事故被害の軽減(通行速度の低下、「正面衝突」や「右折対直進事故」が起きません。)
- ②信号交差点と比較して、停止時間が少なく、時間短縮や環境負荷減少が見込まれます。
- ③災害時の対応力が向上します。

環状交差点を通行するときの注意点

※環状交差点を通行するときの注意点は、町ホームページの「お知らせ」ページに詳しく掲載していますので、そちらも併せてご覧ください。



開通前には、地元の陽南小学校や柿沢保育所、地域住民を対象に交通指導が行われました。

正しく安全に利用するために、皆様のご理解とご協力をお願いします。



公 民館だより

詳しくは各公民館にお問い合わせください。

公民館名 (連絡先)	6月の行事など	日時	公民館名 (連絡先)	6月の行事など	日時
上 市 (☎ 472-0409)	盆草展 ※場所 アルプスの湯ロビー	14日(金)~ 16日(日)	南加積 (☎ 472-3526)	高齢者の集い	22日(土)
	花壇づくり	15日(土)	相ノ木 (☎ 473-1269)	敬老会	9日(日) 14:00
	盆栽教室 ※小学生対象	15日(土)	柿 沢 (☎ 472-6353)	パークゴルフ大会 ※場所 丸山総合公園	13日(木) 9:00
音 杉 (☎ 472-4957)	プレゼントづくり ※小学生対象	1日(土)		敬老会	16日(日) 11:00
弓 庄 (☎ 472-2499)	プレゼントづくり ※小学生対象	8日(土) 9:30	大 岩 (☎ 472-2302)	親子 de クッキング ※定員 親子 10組	22日(土) 9:30
	地区ソフトボール大会	9日(日) 8:30		敬老会	23日(日)
	体験教室 (レジン細工)	19日(水) 9:30	町公連 (☎ 472-2499)	町公民館職員カラーリング体験教室	26日(水) 14:00
宮 川 (☎ 473-0074)	クッキーづくり	15日(土) 10:00		第26回公民館対抗親善囲碁大会	7月7日(日) 8:00

農産物直売所

【お問い合わせ】  
産業課 農政地籍班 (☎内線 322)

町には、農家の方々が育てた新鮮な農産物を直売している店が各所にあります。

地元で採れた農産物を地元で消費しませんか?

なお、時期や時間に変更する場合がありますので、ご注意ください。

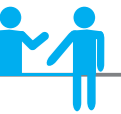


店名	開催期間	場所	開催日時
おらっちゃんの店 ※3か所の移動販売のため、開催時間が前後する場合があります。	5月~12月	①荒田地内 ②南町地内 ③パル東側入口	毎週月・水・土曜日 ① 9:30~9:50 ② 9:50~10:05 ③ 10:05~11:30
音杉農産物直売組合	6月~12月21日(土)	アルプスの湯 1階ロビー	毎週火・木・土曜日 13:30~17:00
フリーファームかきざわ	6月2日(日) ~11月17日(日)	JA アルプス ゆうゆう館前	毎週日曜日 6:00~(1時間程度)
広野直売所	6月15日(土) ~11月末	たこタロウ 広野店前	毎週水・土・日曜日 6:00~15:00

採れたて新鮮な野菜がいっぱい!







調査票への回答をお願いします

**「経済センサス - 基礎調査」を実施します**

企画課 企画班 ☎ 内線 223

「経済センサス - 基礎調査」は、日本のすべての産業分野における事業所の活動状態などの基本的構造を明らかにすることを目的としています。そして統計法に基づく報告義務がある重要な調査です。

調査員が6月から9月までの間に事業所へ訪問することがあります。皆様のご理解とご協力をお願いします。

介護保険アレコレ

**限度額認定証の更新をお願いします**

中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎ 464-1316

介護保険施設（介護老人施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院）やショートステイを利用する方の食費・部屋代は、本人負担が原則ですが、低所得者の方を対象にその負担の軽減を行っています。

現在お持ちの「介護保険負担限度額認定証」の有効期限は、令和元年7月31日までです。継続して軽減を受けるには、認定の更新が必要ですので、申請書を中新川広域行政事務組合介護保険課または町福祉課へ必ず提出してください（新規の方を含みます）。認定された方には、後日認定証を郵送します。

なお、認定対象者は、利用者負担段階が以下の3段階に該当する方です。

段階	対象となる方
第1段階	①住民税非課税世帯で老齢福祉年金を受給している方 ②生活保護を受給している方
第2段階	住民税非課税世帯で合計所得金額と年金収入額の合計が80万円以下の方
第3段階	住民税非課税世帯で利用者負担第2段階以外の方

※世帯分離をしていても、配偶者が住民税課税者である場合や、預貯金などの資産が単身で1,000万円（夫婦では2,000万円）を超える場合は、対象外です。

**6月の保険料（65歳以上の方）**

特別徴収 第2期

普通徴収の納期は7月からの開始になります。前年度分で納め忘れがないかご確認ください。



児童手当に関する大切なお知らせ

**現況届の提出をお願いします**

福祉課 児童班 ☎ 内線 7232・7233

児童手当を継続して受給するには、年1回、現況届を提出する必要があります。現況届を提出しないと、手当を受給できなくなる場合があります。

対象の方には個別に案内を送付します。必要書類を添付のうえ、6月末日までに必ず提出してください。

6月は「川をきれいにする運動」強化月間です

**みんなでつくるきれいなまち**

町民課 生活環境班 ☎ 内線 141・181

河川敷には、流木や空き缶、ポリ袋など、たくさんのごみがたまっています。これらのごみは、雨天時の増水などで、海まで流れ着くことがあります。特に海水に浸かった刈草は、腐敗して悪臭を放つうえ、回収も困難なため、海岸付近に住む方々が非常に迷惑します。

日頃から用水や側溝を清掃し、ごみを流さないようにしましょう。皆様のご協力をお願いします。

- ◆草刈り後の草は、放置せずにきちんと処理する。
- ◆自分たちのごみが流出しないように、しっかり維持・管理する。
- ◆ポイ捨てや不法投棄は犯罪です。絶対にやめましょう。

年金だより

**産前産後期間の保険料が免除されます**

町民課 住基戸籍班 ☎ 内線 148

平成31年4月から、届出をすると産前産後期間の保険料が免除されます。届出は出産予定日の6か月前から可能です。

**免除期間** 出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間

**対象** 国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の方

**届出先** 町民課住基戸籍班（役場1階2番窓口）

※詳しくは、町民課住基戸籍班へお問い合わせいただくか、日本年金機構ホームページをご覧ください（<http://www.nenkin.go.jp/>）。

国民健康保険・後期高齢者医療制度からのお知らせ

**保険税・保険料の軽減・賦課限度額の基準を見直します**

財務課 課税1班 ☎ 内線 132・137  
富山県後期高齢者医療広域連合 ☎ 465-7503

①後期高齢者医療保険料の9割軽減を見直します

富山県後期高齢者医療広域連合では、被保険者の皆さんが安心して医療を受けることができるよう、以下のとおり保険料の軽減内容を一部見直します。

公的年金収入80万円以下※の方は、特例措置として保険料の均等割額（被保険者1人につき必ず賦課される額）の9割が軽減されていましたが、その特例措置が廃止され、その軽減割合が**8割**となります。

※同一世帯のすべての被保険者および世帯主の総所得金額等が0円の場合

◆納付方法が特別徴収となっている方へ  
特別徴収（年金からの天引き）の方の場合、増額分の保険料は、10月・12月・翌年2月の3回分で調整します。

◆所得の低い方へは、年金生活者支援給付金の支給や介護保険料の軽減といった支援策が講じられることになっています。  
詳しくは、お問い合わせください。

**【年金生活者支援給付金に関すること】**

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

**【介護保険料に関すること】**

中新川広域行政事務組合介護保険課 ☎ 464-1316

②5割・2割軽減、賦課限度額の基準を見直します

①の見直しのほか、今年度の税制改正に伴い、国民健康保険税ならびに後期高齢者医療保険料の均等割額および平等割額の軽減判定所得・賦課限度額を以下のとおり見直します。

◆軽減判定所得を引き上げます

【国民健康保険税・後期高齢者医療保険料】

軽減割合	基準額	
	現行	改正後
5割	33万円+27万5千円 ×被保険者数	33万円+28万円 ×被保険者数
2割	33万円+50万円 ×被保険者数	33万円+51万円 ×被保険者数

◆賦課限度額を一部引き上げます

【国民健康保険税】

区分	現行	改正後
医療給付費分	58万円	61万円 (3万円の増)
後期高齢者支援金分	19万円	19万円 (変更なし)
介護納付金分	16万円	16万円 (変更なし)

※後期高齢者医療保険料は、今年度引き上げません。

保険税および保険料は、町民税が決定する6月から算定し、7月中旬に決定通知書を送付します。皆様のご理解をお願いします。



ご自宅で野菜や花を栽培されている方へ

**有機肥料を販売しています**

富山地区広域圏事務組合 衛生センター ☎ 472-2294

富山地区広域圏事務組合衛生センターでは、し尿や浄化槽汚泥を乾燥させて製造した良質な有機肥料を販売しています。

野菜や花を栽培する元肥として最適です。ぜひお試しください。

**販売日時** 平日 8:30～17:00

**販売価格** 200円（1袋 15kg）



上市町農業委員会からのお知らせ

**遊休農地の保全管理をお願いします**

上市町農業委員会 ☎ 内線 327

梅雨期は、カメムシ被害が発生するため、草刈りなど田畑の管理徹底をお願いします。

なお、管理状況の確認のため、職員が農地に立ち入ることがあります。ご理解とご協力をお願いします。

**上市町議会定例会日程**

議会事務局 ☎ 内線 272

日にち	内容
6月11日(火)	本会議・全員協議会
12日(水)・13日(木)	議案調査日
14日(金)	本会議（一般質問など）
15日(土)・16日(日)	休会
17日(月)	総務教育常任委員会
18日(火)	産業厚生常任委員会
19日(水)	全員協議会・本会議

会期 6月11日(火) から 19日(水)までの9日間



**家族葬もオークスにお任せください**

オークスセレモニーホール上市は  
ご参列者に合わせた会場をご用意しています。  
少人数のお葬儀も安心してお任せください。

オークス セレモニーホール 上市 上市町湯上野96-1  
☎ 076-472-1194

少人数会場



上市町保健センター ☎ 473-9355

「生き生き健康フェスティバル」開催

日時 **6月22日** (土) 13:00 ~ 16:00  
 場所 上市町保健福祉総合センター (つるぎふれあい館) 2階 研修室・世代間交流センター  
 内容 体験ブース、相談・販売コーナー、講演会など

講演会 13:30 ~ 14:30  
 テーマ 「子宮頸がんから身体をまもる ~リスクとベネフィットの整理~」  
 講師 難波 美智代 氏  
 定員 50名 (予約受付順、ただし上市町民優先。)  
 予約申込締切 6月14日(金)

教育委員会事務局 学校教育班 ☎ 内線 346  
 滑川市教育センター ☎ 475-0281

教科書展示会 開催

来年度使用する小・中学校教科書の見本を展示します。関心のある方はどなたでもお越しください。

展示期間 **6月14日** (金) ~ **7月3日** (水)

- 展示場所
- ①上市図書館 (9:00 ~ 18:00)  
※毎週火曜日、第3水曜日の休館日を除く。
  - ②滑川市生涯学習センター (9:00 ~ 16:30)  
※滑川中学校に併設、土日を除く。

上市町地域包括支援センター 6月教室 ☎ 473-2811 ※おむね65歳以上の方が対象です。

内容	日時	場所	備考
介護予防教室	4日(火) 13:30 ~ 14:30	宮川公民館	参加費 無料 持ち物など 介護予防手帳、水分、タオル、運動しやすい服装
	5・19日(水) 13:30 ~ 14:30	南加積公民館	
	12日(水) 13:30 ~ 14:30	広野会館	
	12日(水) 13:30 ~ 14:30	相ノ木会館	
	20日(木) 13:30 ~ 14:30	柿沢公民館	
	26日(水) 13:30 ~ 14:30	郷柿沢公民館	
マシンで足腰しっかり貯筋運動	7・14日(金) 9:30 ~ 11:30 21・28日 受付 9:15	カミール2階 イベント広場	参加費 100円 要予約 ※同日午前の教室に来ていない方優先
	7・14日(金) 13:30 ~ 14:45 21・28日 受付 13:15	カミール2階 イベント広場	
おれんじカフェ	13日(木) 13:30 ~ 15:00	つるぎふれあい館 1階交流センター	参加費 250円 (ドリンク付き)
	8日(土) 14:00 ~ 15:00	ありがとうホーム上市 ☎ 472-5330	
	18日(火) 10:30 ~ 11:30	グループホーム達の希 ☎ 473-3613	
	20日(木) 14:00 ~ 15:00	グループホームあおぞら ☎ 472-5503	参加費 無料 ※各グループホームに直接申し込みください。

「わきあいあい！お風呂でほっこり in 松乃湯」 事前申込が必要です

日時 **6月26日** (水) 13:30 ~ 14:30頃 場所 松乃湯 (西中町 30、☎ 472-1860)  
 参加費 ①入湯料 420円 (高齢者入浴利用券を利用することができます。)  
 ②ドリンク代 100円  
 ③タクシー送迎 片道 200円 (タクシーは希望者のみで要予約、車内で直接お支払いください。)  
 持ち物 水分、タオル、石鹸、シャンプー、着替えなど必要なもの  
 ※上市町地域包括支援センターのスタッフやボランティアが、見守り・介助をします。希望者はカミール内で買い物もできます。

～新時代「令和」に向けて～

中西 進氏 特別講演会 開催

万葉集研究の第一人者で高志の国文学館館長である中西進氏のお話が聴ける貴重な機会です。皆さん、ぜひお越しください。

日時 **7月22日** (月) 14:00開演 (13:30開場)  
 場所 北アルプス文化センター **入場無料**

※申込方法など詳しくは、**6月14日(金)の区長配布のチラシをご覧ください。**

【お問い合わせ】  
 教育委員会事務局生涯学習班 (☎内線 347)

上市町社会福祉協議会 ☎ 473-9300

婚活イベント 参加者募集！  
 「サマースイーツパーティー 2019」

日時 **6月30日** (日)  
 場所 富山第一ホテル 1階 コメドール  
 対象 25 ~ 40歳までの独身男女合計 60名  
 ※詳しくは、町社会福祉協議会 (☎ 473-9300) へお問い合わせいただくか、専用ホームページ (http://d-toyama.com) をご覧ください。

上市まちづくり公社 6月行事 ☎ 473-2375

子育て支援教室 「骨盤体操で体の歪みをスッキリ解消！」

今回は、子育てママのため骨盤体操！自分の骨盤状態を知り、快適な生活を送るために、体操をマスターしましょう！

日時 **6月24日** (月) 10:30 ~ 11:30 **参加無料**

場所 カミール2階 わんぱくひろば  
 対象 0歳~未就園児のお子さんを持つお母さん

講師 カイロプラクティック総癒館富山本院  
 持ち物 タオル、飲み物など

※教室の日程などは、ホームページからご覧いただけます。(http://www.comeal.com)

★ 今月のおもちゃ病院 『ピノキオ』

日時 **6月8日** (土) 13:30 ~ 16:00

場所 カミール2階 『お休み処』

修理は原則無料ですが、交換パーツなどの代金をご負担いただく場合があります (その場合は、事前にご相談します)。

壊れたおもちゃの修理をご希望の方は、ぜひお持ちください。

魚津税務署 ☎ 0765-24-1370  
 金沢国税局 課税部事務処理センター ☎ 0570-03-8121

消費税の軽減税率制度等説明会 開催

令和元年10月1日に消費税率が10%に引き上げられます。同時に、消費税の軽減税率制度が実施されます。事業者の方に制度をご理解いただけるよう、説明会を開催します。「準備はこれから」という方は、ぜひご参加ください。

日時 **6月18日** (火) **参加無料**

①午前の部 10:30 ~ 11:30  
 ②午後の部 13:30 ~ 14:30

場所 魚津合同庁舎 5階共用会議室

内容  
 ・軽減税率制度や適格請求書等保存方式 (インボイス制度) の概要  
 ・中小事業者への支援 (補助金など) について

※富山県下の説明会などに関する情報はこちらから確認できます。



こどもの城 6月行事 ☎ 473-0001

内容	日時
乳幼児教室 子育て相談 10:30	ぞう組 (2歳児) 19日(水)、7月3日(水)
	うさぎ組 (1歳児) 20日(木)、7月4日(木)
	合同ピクニック ※10:00 5日(水)
	合同キッドピクス 13日(木)
	合同子育て講演会 (音楽会) 27日(木)
ちびっこ広場 (6か月~1歳頃まで) 11・25日(火)	
将棋クラブ 9:30 8・22日(土)	
レッツ!エンジョイイングリッシュ 3日(月) 14:00 <b>要予約</b>	
プラバンづくり 9日(日) 10:30	
父の日のプレゼントづくり 12日(水)・13日(木) 15:30	
体操教室 (トランポリン) 15日(土) 14:00	
親子クッキング 15日(土) 9:30 <b>要予約</b>	
おりがみ教室 20日(木) 15:30 <b>要予約</b>	
HIPHOP ダンススクール 21日(金) 15:45 <b>要予約</b>	
アイロンビーズづくり 23日(日) 10:30	

休館日 16日(日)

富山県健康マージャン推進実行委員会 上市支部 ☎ 090-2838-4161 (明井)

第3回上市町健康マージャン交流大会 参加者募集

健康マージャンは、昨年から国民文化祭のプログラムの1つになるなど、ますます注目が高まっています。健康マージャンの理解と普及の推進を目的に、今年も交流大会を開催します。ご参加お待ちしております！

日時 **7月7日** (日) 10:00 ~ 15:00 (9:30受付開始)

会場 上市町保健福祉総合センター (つるぎふれあい館) 2階 コミュニティプラザ

ゲーム形式 半荘4回のゲームを行い、トータルスコアの合計を競います。ただし、1ゲームあたりの制限時間は50分間です。

参加費 1人2,000円 (18歳未満1,500円) ※当日集金します。

募集人数 120名 申込締切 6月28日(金)

申込先 (一財)上市町健康文化振興財団 (☎ 473-9333) または町内各地区公民館まで

健康マージャンのスローガンのもと、金銭などの賭け事、飲酒、場内での喫煙を一切禁止しています。

広告 ケーブルスマホ

全国どこでも使える高品質かつお得な料金のスマートフォン Net3

Net3加入者なら 月額基本料金がなんと! **1,880円!!** (税抜)

ケーブルスマホのお問い合わせは Tel.0120-361213 株式会社TAM 詳細はこちら ▶https://csp.net3-tv.net/









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31年2月生 ※7月は実施しません	6月6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。
1歳6か月児健診	平成29年11月生	6月13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29年12月生	7月11日(木)			
3歳児健診	平成28年2月生	6月27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28年3月生	7月25日(木)			
離乳食教室	平成30年12月生 平成31年1月生	6月19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30年9月生 平成30年10月生	6月19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



竹中 のどか ちゃん 駒井 創磨 ちゃん 小林 悠岳 ちゃん



前田 飛陽 ちゃん 小見 純 ちゃん 青山 元太 ちゃん



横山 琉奈 ちゃん 咲田 佳瑠 ちゃん 蛭川 葵海 ちゃん



平井 燈 ちゃん 伏間 月音 ちゃん 岡部 光晟 ちゃん



大塚 怜翔 ちゃん 杉本 葵 ちゃん 菊池 桃史 ちゃん

## 令和元年度 骨粗鬆症検診を実施します

**対象者** 今年度以下の年齢になる**女性**  
【40・45・50・55・60・65・70歳】

◆**集団検診**  
日時 **7月1日(月)**、**8月31日(土)** 9:00～11:00

検診場所 上市町保健センター **費用** 500円

### ◆施設検診

**実施期間** 6月～10月

検診場所 渡辺整形外科医院、かみいち総合病院健診センター  
**費用** 900円

※対象の方へは、5月中旬に案内と受診券を送付しています。

※以下の方は検診費用は無料です。

70歳に到達される方、後期高齢者医療被保険者、生活保護世帯、町民税非課税世帯および身体障害者手帳(1・2級)、療育手帳(A判定)の方  
ただし、町民税非課税世帯の方は事前申請が必要です。

## 日本脳炎予防接種は早めに接種しましょう

平成17年5月から平成22年3月までの積極的な勧奨の差し控えて、予防接種が受けられなかったお子さん(平成11年4月2日生～平成19年4月1日生)への特例措置として、20歳未満までは接種を受けることができます。

### ◆今年度の積極的勧奨の対象年齢

- ① 満3歳：第1期初回(2回)接種
- ② 満4歳：第1期追加(1回)接種
- ③ 満9歳(小学校4年生)：第2期(1回)接種
- ④ 18歳(高校3年生)：第2期(1回)接種

母子健康手帳の「予防接種の記録」で接種歴を確認し、早めに接種しましょう。

第1期接種を3回受けた方は、最後の接種から概ね5～10年ごとに1回接種することで、日本脳炎の発症を予防することが可能なレベルの抗体が維持されることが期待できます。

中学校1年生および高校2年生の学年の第2期接種は、次年度に接種勧奨予定ですが、今年度接種を希望される場合は、接種券兼予診票を交付しますので、母子健康手帳を持参のうえ、上市町保健センターへお越しください。



## 骨粗鬆症のおくすり(その7)

すこやか  
ザロン

Health  
Column



かみいち総合病院  
院長  
酒井 康一郎

現在、骨粗鬆症のお薬には、多種多様なものがあります。今回は、「テリパラチド」をご紹介します。

テリパラチドは、遺伝子組み換えのヒト副甲状腺ホルモン製剤で、注射剤です。毎週病院や医院で皮下注射するものと、毎日自己注射するものとの2種類あります。そして、その骨形成促進作用は強力で、1年間で腰椎骨密度を10%上昇させたというデータもあります。

しかしながら、テリパラチドは一生の間で2年間しか投与することができません。安全性と有効性が確立していないことが理由です。このため、骨粗鬆症の第一選択薬にはなっていません。骨折の既往があったり、低骨密度の方が対象となり、いざという場合に使う薬剤となっています。

ご自身やご家族で骨粗鬆症や骨折が心配という方がおられましたら、医師にご相談ください。

## かみいち総合病院 完全予約制

女性スタッフによる

## 土曜レディース健診【子宮・乳がん】

日時 6月8日・22日、7月13日・27日  
8:30～12:30(受付8:30～10:30)  
予約先 健診センター ☎ 472-5136  
予約受付時間 13:00～17:00(平日のみ)



皆さんは「通いの場」をご存知ですか？  
通いの場とは、ご近所の方の合う方々同士が定期的に集まって体操をしたり、おしゃべりを楽しんだり、お茶を飲んだりして楽しいひと時を過ごす集まりのことをいいます。今回は、昨年5月からスタートした大岩地区での通いの場の取り組みをご紹介します。

大岩地区では、公民館で月に3回、体操を活動のメインに約10名の方が参加されています。初めは「上市音頭」に合わせて行うシナプソロジー(脳トレ)、その後「わきあいあい体操」を行っています。開始当初は、町職員や生活支援コーディネーターが中心になって進めていきましたが、最近では参加者の方々の中心から順番に当番を決め、会の進行もしています。体操の後は、お茶を飲みながら少しおしゃべり。1時間くらいで解散しています。

先月で開始から1年が経過



しました。1年間継続して体操をしたことで肩まわりの筋肉がついて腕の上げ下ろしが楽になった方、足の筋肉がついたことで歩行が楽になった方など様々な声が聞こえてきます。

今後とも歩いて行けるコミュニティの場として継続してほしいと思います。

こんにちは！  
地域包括支援センターです！  
その11

## 「通いの場」で楽しいひと時を過ごしませんか？①

人とのつながりを大切に  
「わきあいあい！」  
介護予防で健康長寿！

## 「お元気チェックリスト」の回答はもうお済みですか？

5月に65歳以上の方を対象に「お元気チェックリスト」を送付しました。まだ回答されていない方は、6月末までに上市町地域包括支援センターへ返送ください。回答結果をもとに、あなたの状態に応じた介護予防教室をご案内します。

自分に合った介護予防に取り組んで、健康寿命を伸ばしましょう。

皆さんの「通いの場」をサポートします！

「興味があるけどどうすればよいかわからない」「自分たちだけではできない」と思っている方、いらっしやいませんか？

ご近所の気の合う方同士や少人数(5人ほど)でスタートされるところもあります。通いの場の開設に関する相談や健康講話などの講師の派遣、体操の指導など地域包括支援センターがサポートします。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ】  
上市町地域包括支援センター  
(上市町保健福祉総合センター1階)  
☎ 473・2811



**祝** 受章おめでとうございます  
**春の叙勲**

令和元年春の叙勲が発表され、伏黒日出松さん(85歳、神明町)が旭日双光章を受章されました。

伏黒さんは、平成5年10月に上市町議会議員に当選以来、平成29年10月までの6期24年の長きにわたり在職され、町の産業、教育、文化、福祉の向上に多大な貢献をされました。また、平成14年9月から1年間は議長として議会の円滑な運営と地方自治の進展に尽力されました。そして、第3子以降の保育料軽減や3歳未満児の医療費無償化を議会に働きかけ、実現するなど、子どもを安心して育てることができる環境づくりに力を注がれました。



▲ 受章された伏黒日出松さん

**5/20** 土肥 ヨシエさん(上法音寺)  
**100歳おめでとうございます**

5月20日、土肥ヨシエさん(上法音寺)が100歳を迎えられました。そのお祝いがひなたほっこ上市(稗田)で行われ、中川町長やご家族、施設職員・利用者の皆さんでヨシエさんの長寿を祝福しました。ボランティアの方の三味線の伴奏で「ハッピーバースデートゥーユー」をみんなで歌い、ミツエさんはお祝いのケーキに立てられたろうそくの火を吹き消して満面の笑みを浮かべておられました。

お子さん5人、お孫さん7人に恵まれ、ご家族日く明るくプラス思考な性格のヨシエさん。いつまでもお元気で長生きしてくださいね。



▲ ろうそくの火を吹き消して笑顔のヨシエさん

**5/13** 南加積小学校6年生がふれあい看護体験  
**命の重み・大切さを実感**

5月13日、「小学生のふれあい看護体験」がかみいち総合病院で行われ、南加積小学校6年生23名が参加しました。

児童たちは、病院や看護師の仕事の紹介や「命の大切さ」をテーマにした講演を聞いた後、3班に分かれて看護体験をしました。

沐浴体験では、助産師の方のアドバイスを受けながら児童たちは、乳児の人形をしっかり抱えながら洗ったり、優しく体を拭いてあげたりしていました。

この他に、血圧測定器や聴診器を使った体験や車椅子体験をしました。



▲ 沐浴体験で児童たちは「命の重み」を体感しました。

**5/16** 上市川で稚アユの放流体験  
**川を愛する気持ちを育む**

5月16日、稚アユの放流体験が上市高校グラウンド隣の東橋下流の上市川で行われ、上市中央小学校4年生62名が参加しました。

この放流は、川とふれあうことでふるさとの自然を身近に感じてもらうと、中新川内水面漁業協同組合が、アユ釣りシーズン前のこの時期に毎年行っています。

今年は、卵から養殖した体長9cmほどの稚アユ約5,000匹が用意されました。バケツに入った稚アユを手渡された児童は、河川敷に並び、「大きくなってね。」などと声をかけながら川へ放流していました。



▲ 稚アユを上市川へ放流する児童たち

**4/29** おでかけ図工教室～上市駅・駅前地下道×こいのぼり～  
**世界にひとつのこいのぼり水族館**

4月29日、地元住民有志のグループe'conte(エコンテ)企画の「おでかけ図工教室」が上市駅前地下道などで行われました。教室には多くの親子連れが参加し、世界にひとつの「こいのぼり水族館」を完成させました。

地下道を泳ぐこいのぼりは、当日参加した親子連れの他、町内の保育園児や生きがいデイサービス「おたっしや家」利用者の方などが作成しました。

また、この教室は子どものための児童館とNPOの協働事業「どんどこプロジェクト」として行われたもので、今後も親子で楽しめるイベントを企画しているそうです。



▲ 上市駅の地下道を気持ちよさそうに泳ぐこいのぼり

**町観光協会主催「エコツアー」**  
**町にしかない観光資源を活かす**

上市町観光協会では、町にしかない観光資源を活かしたエコツアーを平成29年度から実施しています。

その一つとして、仏師 住吉太雲さんの「住吉聖雲彫房」大岩工房で御持仏を彫る講座があります。

4月30日に行われた講座に参加したのは、大阪からお越しの田中淑子さん。富山県に来県するのは初めてで、上市町に興味があり今回参加されました。

自然に囲まれた静かな工房で住吉さんの指導のもと田中さんは仏像彫りに没頭されていました。

エコツアーに興味のある方は、上市町観光協会(☎472-1515)へお問い合わせください。



▲ 田中さん(右)は、次回のツアーで再び住吉さんの元を訪れ、完成を目指すそうです。

**4/20** 上市中学校の創立記念に寺崎美幸さんが講演  
**人生を楽しむことの大切さを語る**

4月20日、上市中学校の創立72周年を記念し、町出身の民謡歌手寺崎美幸さんが「夢の向こうに」と題した記念講演を行いました。

寺崎さんは、民謡全国大会で優勝を果たすまでの道のりや母親とのエピソードを中心に話されました。そして生徒たちに、「人生は1回きり。思い切り楽しみましょう。」「夢は思うだけでは叶わない。とにかくやってみて、もらったチャンスを捕まえて離さないでください。」と語りかけました。

また、講演の中で「越中おわら節」や「こきりこ節」などを披露し、民謡を初めて聴く生徒が多い中、その歌声に圧倒されていました。



▲ 生徒たちに語りかける寺崎さん

**4/25** NHK「新・BS日本のうた」公開収録  
**名曲の数々に酔いしれる**

4月25日、NHKのテレビ番組「新・BS日本のうた」の公開収録が北アルプス文化センターで行われました。

歌手の市川由紀乃さんや丘みどりさん、川中美幸さんなど豪華出演者が名曲の数々に披露し、観客の皆さんはその歌声に魅了されていました。

また、番組では富山県出身のシンガーソングライター高原兄さんと地元上市高校ダンス部の皆さんとのコラボレーション企画も。高原さんがボーカルを務めたバンド「アラジン」のヒット曲「完全無欠のロックンローラー」を披露し、息の合った歌とダンスで会場は大いに盛り上がりしました。



▲ 高原兄さんと上市高校ダンス部の皆さん



内容	日時	相談場所	お問い合わせ先
①年金相談	6月25日(火) 10:00～15:00	働く婦人の家	町民課 ☎内線 148
②人権・行政相談	6月12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	6月11日(火) 予約制 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	6月11日・25日(火) 13:00～16:00		
⑦心配ごと相談	6月19日(水) 13:00～15:00		
⑧生活・就労相談	6月11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ここに相談会 お子さんの発達や生活・行動・学習・進路・就学に関する事など	①6月18日(火) 予約制 ②6月21日(金) 予約制 ③6月26日(水) 予約制 13:30～16:00	①立山町元気交流ステーション ②滑川市民健康センター ③保健福祉総合センター	上市町教育委員会 事務局 ☎内線 342
⑪温泉博士の健康相談 温泉療法医があなたに健康アドバイスをします。	6月6日(水) 予約制 13:30～15:30	保健福祉総合センター 2階(世代交流センター)	アルプスの湯 ☎473-9333
⑫健康おしやれ相談 セラピストによるカラーセラピー&アロマセラピー。心身の健康づくりのアドバイスをします。	6月13日(水) 予約制 10:30～12:00		

上市町から  
世界に羽ばたいた  
絵の具屋の生涯

# 月光荘おじさん展



2019.6.7 (FRI) - 7.21 (SUN)  
西田美術館  
www.nishida-museum.com

## 「月光荘おじさん」展 開催

開催期間 6月7日(金)～7月21日(日)  
9:30～16:30 (入館は16:00まで)

休館日 月曜日(7月15日(月)は開館)、7月16日(火)

開催場所 西田美術館 (☎472-4352、<http://www.nishida-museum.com>)

入館料 一般700円(500円)、大学生400円(300円)、高校生以下無料

※( ) 内料金は、15名以上の団体料金

※各種福祉手帳をお持ちの方は300円(引率者1名同料金)

主催/西田美術館、共催/北日本新聞社・北日本放送、後援/富山県・上市町・Net3・剱岳資料コーナー  
運営委員会、特別協力/月光荘画材店、協力/梅田ひろ美・大谷美術学園・黒部市・慶専寺・富山県美術館(地域美術ネットワーク活性化事業)・北陸銀行・森記念秋水美術館(50音順)

～見どころ紹介～

創業100年を越える「月光荘画材店」。創業者は上市町出身の橋本兵蔵、通称“月光荘おじさん”です。橋本兵蔵氏の生まれ故郷で初の展覧会として行う本展では、“月光荘おじさん”の人生にスポットを当て、交流のあった文化人の作品や、生み出したオリジナルの画材などを紹介します。彼の残したものの一つひとつから、今も変わらず人の心を惹きつける“月光荘おじさん”の魅力を感じてもらいたいと思います。

西田美術館より

### 宝くじの助成金で整備しました

弓庄自治振興会では、コミュニティ助成事業を活用し、カラーリングセットを整備しました。



### ■ ご寄附感謝

石仏竹鼻自主パトロール隊 様

宮川小学校低学年用図書等購入費  
として 10万561円

護摩堂会 様

保健医療福祉施設整備基金  
指定寄附金として 10万円

### ■ 町の人口と世帯数

令和元年5月1日現在

人口 20,550 (-61) (-277)

男 9,836 (-31) (-134)

女 10,714 (-30) (-143)

世帯数 7,957 (-8) (+18)

( ) は前月比 ( ) は前年比

### ■ 町税のご案内

町県民税 第1期

7月1日(月) 納期限

町税夜間納税窓口(財務課10番窓口)

7月1日(月) 17:00～20:00

### ■ 善意銀行

町社会福祉協議会 4/10～5/10

清水 順子 様

タオル57本、バスタオル13枚  
洗剤5点

匿名様(2名)

353円  
生活雑貨93点



かみいちハーティ  
(上市町のボランティアマスコット)

富山の魅力がわかる電子書籍「トヤマイーブックス」 →

スマートフォンなどで、いつでもどこでも「広報上市」が読めます！  
アプリの利用は無料。タブレット端末でも利用できます。ぜひご利用ください。



自治体広報紙を配信するアプリ →



iOS版



Android版