

public  
relations  
magazine



# 広報 上市

かみいちまち kamiichi town

2020 **3**  
NO.795



キッズスノーボード体験



はたらく車



あつたかくま鍋で  
笑顔いっぱい♪



こころもからだも  
ぽっかぽか♪



好きなんぜ上市！みんなで踊ろう



観光大使も大満足！

◆ 目次 ◆ 《表紙「第33回 劔岳雪のフェスティバル」(2月11日、上市町役場前駐車場)》

- P 2 まちの話題①
- P 4 「細田守と富山のものがたり」開催案内ほか
- P 5 令和2年の区長が決定しました
- P 6 町営バス再編の実証運行を実施中です！
- P 8 3月の各種相談日
- 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・募集案内
- P14 図書館・アルプスの湯
- P15 教室・講座案内(文化・スポーツ)
- P16 こんにちは！地域包括支援センターです
- P17 保健だより
- P18 まちの話題②
- 裏表紙 #東京で生きる No.003



### 第33回劔岳雪のフェスティバル & 企業対抗eスポーツ大会 in 上市

2月11日、上市町冬のビッグイベント「第33回劔岳雪のフェスティバル」が役場前駐車場で行われました。今年もイベントのテーマ「好きなんぜ！上市」のもと、会場では町の特産品などを扱った飲食・販売ブースやキッズスノーボード体験、ミニSL、はたらく車などのコーナーが並び、多くの来場者で賑わいました。また、名物くま鍋を求めて長蛇の列ができていました。



ステージイベントでは、民謡歌手寺崎美幸さんや海風のライブなどが行われ、イベントの締めは、上市町商工会青年部・女性部の皆さんによる「パプリカ」のダンス。来場者も一緒に踊り、会場は大いに盛り上がりました。

また、同時開催で「企業対抗eスポーツ大会 in 上市」が文化研修センターで行われました。



昨年の茨城国体の文化プログラムとして行われ、五輪種目になることも期待されているeスポーツ。今大会は、個人戦のレーシングゲーム「グランツーリスモ」と団体戦のパズルゲーム「ぶよぶよ」との2種目で行われ、未経験者からベテランの方まで、約80人が参加し、楽しみながら腕を競いました。



富山大学企画のeスポーツ体験会も行われ、家族連れなどが楽しんでいました。

### 町内各所で「節分の日」を楽しむ

2月3日は、「節分」。町内各所では、豆まきなど節分に関する行事が行われました。

眼目山立山寺では「節分追儺会」が行われ、約100人が今年の無病息災・平穏無事を祈りました。戸田光隆住職による祈祷・法話の後、福引き抽選を楽しみ、豆まきでは年男・年女の方が投げる「幸福」を掴もうと皆さん笑顔で手を伸ばしていました。



▲眼目山立山寺「節分追儺会」

また、南加積保育園では「節分の集い」が行われ、0歳～5歳の園児44人が参加。園児たちはこの日のために作った鬼のお面や枡を披露し、泣き虫鬼など自分の中にある追い出したい鬼を発表しました。

そして、年長児と年女の先生が「鬼は外」とみんなに向かって元気に豆を投げ、鬼を追い払っていました。



南加積保育園  
「節分の集い」▶



### 未来ある子どもたちに夢と希望を

～株式会社池田模範堂と町が「歴史と文化の薫り高いまちづくり」に取り組みます～

2月17日、株式会社池田模範堂が「歴史と文化の薫り高いまちづくり」を推進する事業への協賛金500万円を町に寄贈しました。町ではこの協賛金を、令和2年度に開催する北アルプス文化センターでの公演(計6回)に活用します。



贈呈式では、同社の池田嘉津弘社長から中川町長に目録が手渡されました。

中川町長は、「町民の皆さんに喜んでいただけるよう、精一杯努力していく。」、池田社長は、「昨年に創業110周年を迎え、町に地域貢献事業として協力し、より良い未来のため、お互いに発展し合える仲となっていきたい。」と述べました。

この事業を通じて、多くの未来ある子どもたちに夢と希望を届け、上市町を「一人ひとりが明るく幸せに過ごせるまち」へと発展させるためのきっかけとします。



～「歴史と文化の薫り高いまちづくり」のために～  
令和2年度の北アルプス文化センター事業として、「夢」や「困難への挑戦」をテーマにした公演を開催。保育園児や小中学生、町民の皆さんに質の高い文化芸術に触れていただきます。

### 令和元年度元気とやまスポーツ大賞

スポーツの普及・振興に尽力した個人や団体、各種大会で優秀な成績を収めた選手を表彰する「元気とやまスポーツ大賞」が決定し、2月6日にその贈呈式が富山県総合福祉会館サンシップとやまで行われました。



▲大賞を受賞された皆さん。内山さんは、前列右から2人目。

上市町からは、元気とやまスポーツ大賞に内山彰博さん(若杉)、元気とやまスポーツ賞に藤井雅弥さん(上市中学校3年生)、陽南小学校がそれぞれ選ばれました。

### 受賞者紹介

#### 内山 彰博 さん (若杉)

元気とやまスポーツ大賞【スポーツ活動者部門(個人)】

日本空手協会に所属し、39年間にわたって活動し、日本空手協会主催「第2回アジア・オセアニア空手道選手権大会」の45歳～49歳の部において、「形の部」優勝、「組手部門」3位という輝かしい成績を収められました。

現在、日本空手協会富山県本部の支部長、町空手協会の役員を務めるかたわら、指導者としても活動し、町のスポーツ振興の発展に尽力しておられます。

大賞受賞は、上市町の個人としては初の受賞となります(団体では平成18年度にニコルズ(ソフトボールチーム)が受賞。)



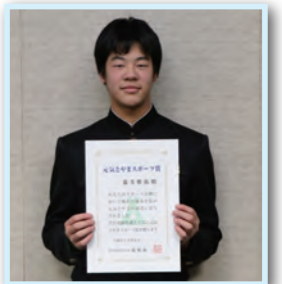
▲山崎康至富山県副知事から記念品が贈呈されました。

#### 藤井 雅弥 さん (上市中学校3年生)

元気とやまスポーツ賞【スポーツ活動者部門(個人)】

昨年の全国中学生少林寺拳法大会富山県予選を1位で通過し、富山県代表として全国大会に出場されました。

自らの稽古以外にも、団を問わず小学生など後輩への指導を行い、中新川郡の少林寺拳法の発展のため尽力しておられます。



#### 陽南小学校

元気とやまスポーツ賞【体力づくり推進校部門】

体育委員会の児童が「スポーツ体験教室」を企画し、全校で参加できるスポーツを紹介。多くの児童が意欲的に取り組んでいます。

また、全校児童と教職員が参加する「ロング昼休み」を毎週水曜日に実施し、普段取組まない運動や遊びを教職員が提示することで、運動や遊びの幅を広げ、今まで知らなかった運動の楽しさを味わい、運動好きな児童を育てています。



# 令和2年の区長が決定しました

令和2年にお世話いただく各町内会の区長が決定しましたので、**お問い合わせ** 総務課 行政班 ☎内線 215  
お知らせします。

(令和2年2月1日現在、敬称略)

| 上市地区             | 白萩西部地区         | 宮川地区         | 相ノ木地区         |
|------------------|----------------|--------------|---------------|
| 東町 岡田 哲男         | 湯崎野 鍋谷 正成      | 若杉 酒井 悦雄     | 上経田 梨木 剛      |
| 神明町 川村 剛         | 湯神子 平井 敏廣      | 若杉新 有澤 三郎    | 下経田 平井 喜市     |
| 上中町 岡部 俊久        | 堤谷 寺崎 敏        | 江又 森田 正信     | 上荒又 中田 幹雄     |
| 錦町 早崎 安廣         | 須山 水林 修        | 中小泉 佐近 静雄    | 下荒又 小川 勇      |
| 西中町 能登 政巳        | 丸山 丸山 修一       | 荒田 石黒三千治     | 新清水 中田 貴保     |
| 新町 伊井 謙治         | 湯上野 吉田 盛       | 森尻 松本 喜二     | 放士ヶ瀬 瀬川 清亮    |
| 熊野町 島田 憲善        | 極楽寺 藤田富士夫      | 石仏 沢井 和夫     | 放士ヶ瀬新 石原 保美   |
| 鍵町 蓮本 豊          | 釈泉寺 酒井 正明      | 大永田 谷口 直久    | 中開発 吉岡 学      |
| 南町 渡辺 隆雄         | 稲村 立野 静雄       | 竹鼻 酒井 明雄     | 飯坂新 酒井 重人     |
| 森元町 村崎 宏         | 白萩西部町営住宅 吉野 智美 | 東江上 大井 仁     | 飯坂 若木 勉       |
| 石浦町 森 清志         | 白萩南部地区         | 中江上 結城 松造    | 青出新 廣田 兼一     |
| 旭町 西田 良博         | 東種 平井 弘        | 江上 金子 貞雄     | 中青出 中島 清孝     |
| 松和町 野越 幸夫        | 西種 稲垣 和夫       | 弥市 見田 七郎     | 下青出 牧野 収      |
| 幸町 柿森 茂雄         | 白萩東部地区         | 宮川町営住宅 芹田 晴美 | 上条沖 現田 清雄     |
| 柳町 松谷 秀男         | 折戸 山本 安孜       | 劔町 村井 敏      | 久金 碓井 悦朗      |
| 西町 吉田 清人         | 中村 清水 孝司       | 柿沢地区         | 久金新 渡辺 敬      |
| 栄町 米澤 博          | 伊折 山下 正明       | 柿沢1区 林 誠     | 相ノ木新町 村上 信広   |
| 天神町1区 遠藤 幸正      | 南加積地区          | 柿沢2区 榊田 一哉   | ひまわり台 土肥 章悦   |
| 天神町2区 細川 義勝      | 広野 酒井 忠雄       | 柿沢3区 奥田 良信   | 久金新団地 川井 久司   |
| 天神町3区 加藤 達行      | 野島 酒井 彰        | 柿沢4区 山川 保    | アンナガーデン 柏原 光治 |
| 音杉地区             | 眼目 土井 芳弘       | 新屋 藤縄 悦郎     | 弓庄地区          |
| 北島 本村 雅司         | 片地 堀田喜久男       | 女川 島津 一夫     | 和合 松井 光夫      |
| 湯上野 村上 一盛        | 永代 堀田 政之       | 館 種田 正春      | 横越 黒澤 進       |
| 上法音寺 小倉 久信       | 一越 三浦 信行       | 陽南町営住宅 岩城 清昭 | 神田 山崎 正晴      |
| 法音寺 平井 勲         | 砂林開 本井真知子      | 大岩地区         |               |
| 横法音寺 堀田 憲次       | 田島野 池田 吉明      | 大松新 松原 静夫    |               |
| 大坪 水野 敦          | 斉神新 池田浩一郎      | 大松 村井 栄悦     |               |
| 稗田 久田 良光         | 広市新 井藤 洋       | 大岩 坂井 穂悦     |               |
| 正印 齊藤 忠義         | 野開発 立花 芳一      | 桧谷 牧野 茂雄     |               |
| 正印新 堀田 基夫        | 広野新 奥井 幸雄      | 大沢 山林テル子     |               |
| 川原田 山崎 宗一        | 郷柿沢 碓井 繁       | 浅生 谷口 正尚     |               |
| 三日市 石黒 裕一        | 柿沢新 伊井 利通      |              |               |
| 稗田定住促進住宅 幅 信芳    | 三杉町 澤田 稔       |              |               |
| 横法音寺定住促進住宅 石黒 明子 | 松原野 安井 宗義      |              |               |
| 山加積地区            |                |              |               |
| 黒川               | 井原 真二          |              |               |

今年1年、  
どうぞよろしく  
お願いいたします。



◆感謝状贈呈者  
(在任5年以上10年未満、順不同・敬称略)  
若林 義則 (西町・6年) 柴田 芳和 (野開発・8年)  
伊井 宗紀 (永代・5年) 細田 治樹 (久金・8年)  
※カッコ内は、町内会名・在任年数。

# 細田守と富山のものがたり

日時 3月15日(日) 13:30～15:30 (開場 13:00)

場所 富山国際会議場 メインホール

入場無料  
定員 500名

- ◆細田守トークショー
- ◆ここでしか見られない!? 特別映像上映
- ◆作品パネル展示『おおかみこどもの雨と雪』に描かれたふるさと富山・上市展
- ◆細田監督作品・グッズ販売

申込方法 参加申込書に必要事項を記入のうえFAXで送信、またはKNBWEBからお申し込みください。後日、受付ハガキを送付します。

宛先 「細田守と富山のものがたり」実行委員会

FAX: 433-8620、KNBWEB: <https://www.knb.ne.jp>

※参加申込書は、町ホームページからダウンロードできるほか、町内公共施設(役場、各地区公民館など)でも入手できます。



©2012「おおかみこどもの雨と雪」製作委員会

ご来場いただいた方に  
特別記念グッズをプレゼント!

## ECO2 セミナー

主催：上市町観光協会 協賛：富山県薬用植物指導センター  
協力：森のくすり塾

## "百薬"の不思議な世界

場所 富山県薬用植物指導センター (上市町広野 2800)

時間 13:00～17:00

参加費 3,000円 (保険料を含む。)

定員 20人程度

※歩きやすい靴・服装でご参加ください。

第1回 越中とやま編～富山の売薬と和漢薬～

日にち 3月28日(土)

登場する主な薬草・薬

オウレン、キハダ、熊の胆、マムシ、ブクリョウ、ゲンノショウコ、ドクダミ、ヨモギ、反魂丹、赤玉はらぐすり、ケロリンなど

～第2回以降の予定～ (変更の可能性あり。)

第2回：4月18日(土) 第3回：5月22日(金) 第4回：7月5日(日)

第5回：9月5日(土) 特別企画：11月下旬 (別途設定)



講師 小川 康 先生

薬剤師であり、日本人唯一のチベツト医(アムチ)。「森のくすり塾」主宰。

～お申し込み・お問い合わせ～

上市町観光協会

☎ 472-1515

FAX: 472-1514

Email: [info@kamiichi.jp](mailto:info@kamiichi.jp)

## - 地域で安心して暮らしていくために -

お問い合わせ

上市町地域包括支援センター ☎ 473-2811

### ＜講演会日程＞

日時 3月28日(土)

14:00～16:00(受付 13:30)

場所 保健福祉総合センター2階 研修室

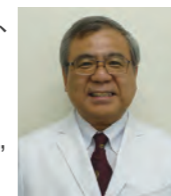
内容 「住民-行政-医療職が

協働で取り組む地域医療、

そしてまちづくりへ」

町では、安心して暮らし続けられるまちづくりを皆さん自身の手によって進めるため「コミュニティ・メディカルデザイナー養成講座」を、令和2年度から行う予定です。

そこで、この事業の最初の取り組みとして、富山大学附属病院総合診療部教授の山城清二先生を招き、講演会を開催します。どなたでも参加できますので、この機会に自分の住む地域の在り方を地域医療の面から“自分ごと”として考えてみませんか?



Net3 (税抜) 月額基本料金がなんと! 1,880円!!

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/>

オークス セシモニーホール 上市

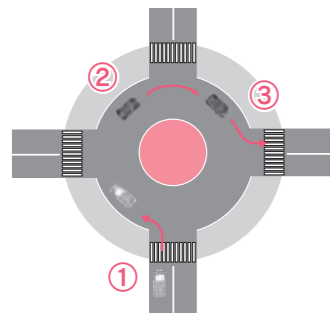
個別相談 随時受付中

葬祭ディレクターが葬儀・法要に関するご相談を承ります。お気軽にお問い合わせください。

※お越しの際は、事前にお問い合わせください。 上市町湯上野96-1 TEL 076-472-1194

## 陽南環状交差点では「車両の優先関係」と「左折の方向指示の出し忘れ」にご注意ください

正しく安全に利用するために、皆さんのご協力をお願いします



### 通行方法をおさらい!

- ①あらかじめ道路の左側に寄り、徐行して進入してください(左折の方向指示は必要ありません)
- ②交差点内は左側に沿って右回りで徐行してください
- ③交差点から出るときは、必ず左折の方向指示を出しましょう



### 横断歩道は「歩行者が最優先」と心がけましょう

交差点に進入しようとするときや出ようとするときは、横断歩行者に細心の注意を払ってください。歩行者優先ですので、横断歩行者がいる場合は、特に注意し、できる限り安全な速度と方法で進行してください。



## 「生き活きつるぎヘルスポイント」特別賞発表!

お問い合わせ 上市町保健センター ☎ 473-9355

2月11日、「生き活きつるぎヘルスポイント」特別賞の大抽選会が第33回剣岳雪のフェスティバル内で行われました(応募者(20ポイント到達者)132人)。当選者は次の方々です。おめでとうございます!

### ◆特別賞当選者

- A賞 (上市産黒毛和牛1kg) 堀田 悦子 様
- B賞 (上市町特産品詰め合わせセット) 岡嶋 晴美 様、平井 澄子 様、北川 喜代子 様、武田 光子 様、浅野 光雄 様、堀田 定子 様、青木 常隆 様、平井 琴美 様、舘川 博幸 様、平井 せつえ 様
- C賞 (大岩山日石寺滝行体験ペア) 中田 久美子 様
- D賞 (今治バスタオルセット) 藤木 ヤス子 様
- E賞 (アウトドアブランドリュックサック) 二日市 美恵子 様
- F賞 (ホーロー鍋) 舘川 美恵子 様
- G賞 (ポータブルオーディオプレイヤー) 礪波 礼子 様



▲モニターの皆さんがステージ上で抽選を行いました。

令和2年度も「生き活きつるぎヘルスポイント」を実施します!今年度参加できなかった方も、ポイントを貯めて、楽しみながら健康づくりに取り組みましょう!

## 上市町議会 3月定例会日程

お問い合わせ 議会事務局 ☎ 内線 272

| 日にち           | 内容          |
|---------------|-------------|
| 5日(木)         | 本会議・全員協議会   |
| 6日(金)         | 議案調査日       |
| 7日(土)・8日(日)   | 休会          |
| 9日(月)         | 議案調査日       |
| 10日(火)        | 本会議(一般質問など) |
| 11日(水)・12日(木) | 予算特別委員会     |
| 13日(金)        | 総務教育常任委員会   |
| 14日(土)・15日(日) | 休会          |
| 16日(月)        | 産業厚生常任委員会   |
| 17日(火)        | 議案調査日       |
| 18日(水)        | 全員協議会・本会議   |

会期 3月5日(木)から18日(水)までの14日間

## 日本語支援ボランティア養成講座 in 上市

身近にいる外国人の方々への日本語支援をするボランティアを養成する講座を開講します。日本人と外国人がともに暮らしやすい地域づくりに参加してみませんか。

日程 4月18日(土)～8月22日(土)  
 時間 10:00～12:00 ※全8回、土曜日開催  
 場所 保健福祉総合センター2階 世代間交流センター  
 講師 日本語教育機関「トヤマ・ヤポニカ」講師  
 定員 20人  
 受講料 3,000円  
 申込締切 4月13日(月)  
 申込方法 住所、氏名(ふりがな)、電話番号を明示のうえ、電話・FAX・Emailのいずれかにてお申し込みください。

初めの方も大歓迎です!

### 申込先・お問い合わせ

公益財団法人とやま国際センター  
 ☎ 444-2500、FAX: 444-2600  
 Email: nihongo@tic-toyama.or.jp



## 町営バス路線再編の実証運行を実施中です!

お問い合わせ 企画課 企画班 ☎ 内線 225

皆さんからの意見をもとに

### 4月から予約のりあいバスがより利用しやすくなります!

#### ①予約の変更・キャンセルのルールづくり

これまでは、予約した便の停留所などの変更・キャンセルの連絡についての具体的なルールがありませんでしたが、4月から「運行便発車時間の1時間前まで」であれば、変更・キャンセルができるようになります。

#### ②当日予約を条件付きで可能にします

これまでは、前日までに予約をした利用者だけに限り乗車できましたが、4月からは「運行が確定している便に限り当日予約が可能」とします。

#### ◆例えば…4月1日運行の場合

3月31日までに他の利用者が「4月1日の午前11時の便でパル～西種」の予約を入れている(運行が確定している。)

今までは…同じ区間を利用したくても、当日予約はできないので乗車できない。

4月からは…当日予約ができるので、乗車できる。



予約の際は…

- ①氏名、人数、連絡先を伝えましょう
- ②帰りの便も予約しましょう  
※変更・キャンセルの際に聞かれますので、書き留めておきましょう。

### ※ご注意ください!※

当日予約の場合も電話での予約が必要です。まずは、運行状況を知るために予約専用ダイヤルへお問い合わせください。

～予約専用ダイヤル～

白萩線 ☎ 472-5046

陽南線 ☎ 472-5066

(受付時間 7:00～18:00)



## 4月1日に町営バスのダイヤを改正する予定です。運行時間・経路の改正内容は、3月中旬に配布されるパンフレットでご確認ください。



### バス停留所以外でも乗り降りできる

### 自由乗降のルールをおさらい!

※自由乗降は、町中心部以外の郊外部(一部を除く)で実施しています。詳しくは、町営バスパンフレットなどでご確認ください。

- ①自由乗降ができるのは、朝夕を除く日中の時間帯です。
- ②小中学生は、安全のため自由乗降はできません。
- ③乗車の時は、バスの進行方向左側の安全な場所でバスに向かって手を挙げて合図してください。
- ④降車の時は、降りる場所の手前で降車ボタンを押す、または降りる場所を早めに運転手に申し出てください。



### ～皆さんへお願い～

- ①バスが完全に停車するまでは、席を立ったり移動したりしないでください。
- ②バスの前後の横断・飛び出しは大変危険ですので、やめましょう。
- ③交通状況によって、停車場所が希望場所と異なる場合がありますが、ご了承ください。
- ④車を運転される方へ、バス停以外でも停車しますので、車間距離を十分にとって、追突事故防止にご協力ください。

安全な自由乗降の実施にご協力をお願いします



- ☑ 解体予定がある
- ☑ 良いものだから捨てるのがもったいない
- ☑ 処分されてしまうものを減らしたい
- ☑ 何だか申し訳ない…

聞くだけ無料!!  
 お気軽にどうぞ☆☆  
 ☎ 0120-102-388



## 何でも買取り!!

処分・解体 アドバイザーのいるお店



古道具とれじ 滑川市上小泉1039-1 ※旧8号ヤマダ電機斜め向かい。定休日:火曜・水曜/営業時間 13～18時

**春季火災予防運動**  
**実施期間** 3月20日(金)～26日(木)  
 これからの時季は、空気が乾燥し、強い季節風が吹くなど、火災の発生しやすい気象状況となります。火災の多くは、ちょっとした不注意から発生します。一人ひとりが、火の取り扱いに十分注意して、火災の発生を防ぎましょう。



**令和2年上市町春季消防訓練を実施します**  
**日時** 3月22日(日) 13:30～14:30 (雨天決行)  
**場所** 竹鼻地内 (竹鼻公民館およびその周辺)  
 ※訓練中は、一部道路で車両通行制限がありますので、ご協力をお願いします。



**女性消防団員を募集しています**  
 女性消防団員の活動に興味のある方は、上市消防署までご連絡ください。  
**応募資格** 町内在住または在勤の20歳以上65歳以下の方



**上市保育園幼年消防クラブの皆さん**



**上市町消防団員交流スポーツ大会が開催されました**  
 2月9日、上市町消防団員交流スポーツ大会が町体育センターで行われました。この大会は、スポーツを通じて消防団員相互の交流を図り、消防団の活性化と組織体制の強化に努めるとともに、健康の増進に資する目的で、毎年行われています。

◆競技種目  
 優勝 柿沢分団 B チーム  
 次勝 宮川分団 A チーム  
 参勝 宮川分団 B チーム



**3月の各種相談日** 相談無料

困ったことや悩みがあるときは ひとりで悩まず気軽にご相談ください

| 内容  | 日時  | 相談場所                   | お問い合わせ   |
|---|---|------------------------|--|
| ①年金相談   | 3月24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  | 3月11日(火) 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<br>交通事故に関する相談も受け付けます。                             | 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   | 3月10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<br>社会福祉協議会 ☎ 473-9300                           |
| ⑥結婚相談   | 3月10日・24日(火) 13:00～16:00                    |                        |  |
| ⑦心配ごと相談   | 3月18日(火) 13:00～15:00                        |                        |  |
| ⑧生活・就労相談  | 3月17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心の健康相談<br>50名未満の事業所で働いている方や労働衛生管理を担当している方を対象としたメンタルヘルスです。  | 3月7日(土) 10:00～12:00<br>3月14日(土) 10:00～12:00 | 魚津神経サナトリウム<br>魚津緑ヶ丘病院  | 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 |
| ⑪心の健康相談<br>心の悩みや病気などの相談に精神科医師が応じます。                         | 3月11日(火) 13:30～15:30 ※受付は14:30まで            | 富山県中部厚生センター            | 富山県中部厚生センター ☎ 472-0637                                 |
| ⑫福祉・介護のお仕事相談<br>福祉の資格や仕事の内容、福祉の職場に興味のある方にキャリア支援専門員が相談に応じます。 | 3月17日(火) 9:30～15:30                         | ハローワーク滑川               | 富山県健康・福祉人材センター ☎ 432-6156                              |
| ⑬温泉博士の健康相談<br>温泉療法医があなたに健康アドバイスをします。                        | 3月4日(火) ※日程が変更になる場合があります。                   | アルプスの湯                 | アルプスの湯 ☎ 473-9333                                      |
| ⑭健康おしゃれ相談<br>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。    | 3月12日(木) 予約制 10:30～12:00                    | 保健福祉総合センター (世代間交流センター) |  |

**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)      | 3月の行事予定など             | 日時     |
|-----------------|-----------------------|--------|
| 上市 (☎ 472-0409) | 味噌づくり講習               | 21日(土) |
| 宮川 (☎ 473-0074) | シニアカフェ (スプリングコンサートなど) | 13日(金) |
|                 | 行政相談会                 |        |

| 公民館名 (連絡先)       | 3月の行事予定など                 | 日時          |
|------------------|---------------------------|-------------|
| 相ノ木 (☎ 473-1269) | 囲碁大会                      | 8日(日) 9:00  |
| 柿沢 (☎ 472-6353)  | ピクルスカービング教室 ※定員12人        | 7日(土) 9:30  |
|                  | ふれあいカローリング大会※ ※3人1組での申し込み | 8日(日) 13:30 |

※柿沢公民館のふれあいカローリング大会の開催場所は弓庄コミュニティスポーツセンターです。

**第59回町民親睦囲碁大会が開催されました**  
 2月2日、第59回町民親睦囲碁大会が上市公民館で開催されました。各組の優勝者は次のとおりです (敬称略)。

A組 吉岡 清仁 (上経田)  
 B組 碓井 忠 (北島)  
 C組 菱田 敏章 (正印)  
 D組 伊井 昌一 (北島)



**マイナンバーカードを作りましょう!**  
**時間外交付サービス** 【お問い合わせ】 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147  
**日時** 3月9日(月) 17:15～19:00  
**場所** 町民課2番窓口  
**対象** マイナンバーカードの交付を受ける方 (申請は、事前にご自身でお願いします)  
**持参するもの** 通知カード、本人確認ができるもの、ハガキ (発行通知書)  
 ※カード内の電子証明書の更新や本人または同一世帯(戸籍)の方の住民票などの交付も行います。

**新型コロナウイルス感染症の相談窓口**  
 昨年12月以降、中国をはじめ世界各地で新型コロナウイルス感染症の発生が複数報告され、国内でも複数の感染者が報告されています。  
 新型コロナウイルス感染症の予防は、風邪や季節性インフルエンザ対策と同様に一人ひとりの咳エチケットや手洗いなどが大変重要です。なお、咳や発熱の症状がある方で不安に思われる場合は、次の相談窓口またはお近くの厚生センターへお問い合わせください。  
 富山県中部厚生センター ☎ 472-0637 (平日 8:30～17:15)  
 厚生労働省電話相談窓口 ☎ 0120-565653 (9:00～21:00 土日祝日も実施)

やすらぎを真心込めて...  
**アルプスホール ゆうゆう館**  
 大ホール・家族葬用小ホール ございます。  
 葬儀・法要に関することなど 電話1本で ご相談承ります。  
**【お問い合わせ】** アルプスホールゆうゆう館 上市町柿沢 233 電話 076-473-9046 フリーダイヤル 0120-456-897

お知らせ **5** 国民健康保険・後期高齢者医療制度に関するお知らせ

お問い合わせ 町民課 医療保険班 ☎ 内線 142・143

次の①、②の手続きは被保険者の皆さんにとって大変重要な手続きです。忘れずに手続きしましょう。



① 高額介護合算療養費の支給申請

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

3月中旬に、支給対象見込みの方へ手続きのお知らせを送付しますので、必ず申請してください。

なお、平成30年8月から令和元年7月までの間に、加入する健康保険に変更があった方は、町では自己負担額の確認ができません。そのため、支給対象となる方であっても手続きのお知らせを送付できません。確認方法などは町民課医療保険班へお問い合わせください。

※手続きの際、対象期間中に加入されていた医療および介護の保険者が交付する自己負担額証明書の提出をお願いする場合があります。



介護保険アレコレ

お問い合わせ 中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎ 464-1316

～第8期中新川介護保険事業計画の策定委員を募集します～

令和2年度に第8期事業計画を策定すること当たり、高齢者福祉や介護に関するご意見を幅広くいただくため、策定委員を募集します。

**応募資格** 中新川郡内に1年以上（令和2年現在）お住いの40歳以上の方

**募集人数** 3人（舟橋村、上市町、立山町から各1人）

**任期** 3年（令和2年度～令和4年度）

**応募方法** ①住所 ②氏名 ③年齢 ④職業 ⑤電話番号を記入のうえ、はがきまたは封書にて郵送してください。

**宛先** 〒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

**締切** 3月25日(水) 必着

■3月の保険料（65歳以上の方）

特別徴収 ありません（次回は4月です。）

普通徴収 随1期（納期限 3月31日(火)）

② 国民健康保険への加入・脱退

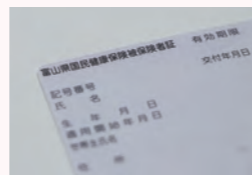
国民健康保険（国保）に加入・脱退されるときは、14日以内に届出が必要です。

特に、会社などの健康保険に加入された場合でも、ご自身で国保の脱退手続きをしないと、資格喪失とはなりません。加入された健康保険と国保、両方の被保険者証（保険証）と印鑑をお持ちのうえ、必ず届出をしてください。

なお、加入する健康保険が変更となった場合は、資格取得日（または扶養認定日）から新しい保険証を使用してください。

資格取得日以降に古い保険証を使用した場合は、後日医療費（保険者負担分：7～8割）の精算手続きが必要になります。

古い保険証を使用したことが分かった場合は、速やかに医療機関や調剤薬局などにその旨を伝えてください。



受診の際には、毎回保険証を提示しましょう。

社会保険の扶養に認定されることがあります

同じ世帯に社会保険の加入者がいる場合は、収入状況などによって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、加入している健康保険によって異なりますので、勤務先にご確認のうえ、手続きをお願いします。

年金だより

お問い合わせ 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147

～学生納付特例の申請をお願いします～

平成31年度（令和元年度）に学生納付特例制度によって保険料の納付を猶予されている方で、令和2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が印字されたはがき形式の申請書が送付されます。

同一の学校に在学される方は、送付されるはがきに必要事項を記入し、返送することで令和2年度の申請となります。学校が変わる場合は、改めて窓口での申請をお願いします（この場合、在学証明書や学生証の写しの添付が必要です。）

なお、令和2年度は制度を利用せず、保険料の納付を希望される場合は、納付書を送付しますので、魚津年金事務所へお問い合わせください。

◆魚津年金事務所 ☎ 0765-24-5153  
音声ガイダンス2番に続き2番  
受付時間 8:30～17:15（平日のみ）



お知らせ **3** 軽自動車などの廃車や名義変更などの手続きを忘れずに

お問い合わせ 財務課 課税1班 ☎ 内線 137

毎年4月1日は、軽自動車税（種別割）の賦課期日（課税の基準となる日）です。賦課期日までに名義変更や廃車などの手続きを行わない限り課税されますので、ご注意ください。

なお、年度途中で手続きを行っても、月割での賦課および還付はありません。

手続き方法など詳しくは、各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

一定期間を過ぎると重課税率が適用されます

三輪および四輪以上の軽自動車のうち、毎年4月1日時点で最初の新規検査から13年を経過する車両に対し、税率が上乘せされます。令和2年度は、平成19年3月以前に最初の新規検査を受けた車両が対象です。

※令和元年10月1日から、「軽自動車税」の名称が「軽自動車税（種別割）」に変更となっています（税率などは従来と変更はありません。）。

お知らせ **4** 安心な老後のために 農業者年金に加入しませんか

お問い合わせ 上市町農業委員会 ☎内線 327  
アルプス農協上市支店 ☎ 472-0580

農業者年金は、農業に従事する方のための年金です。積立方式なので、自身で納めた金額は、年金として生涯もらえます。

保険料は月2万円からで、金額はいつでも変更できます。

詳しくは、お問い合わせください。



加入要件

- ①国民年金第1号被保険者
- ②年間60日以上農業に従事している方
- ③20歳以上60歳未満の方

お知らせ **1** 引越しの際は 住所の異動手続きを忘れずに

お問い合わせ 町民課 住基戸籍班 ☎ 内線 147

住民票の住所の異動届（転入届、転出届、転居届など）は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。

また、身分証明書となるマイナンバーカードの住所は常に最新のものしておく必要があります。

引越して住所を異動される方は、忘れずに手続きをしてください。

手続きの流れ

◆他市区町村に転出・転入する場合



引越し前の市区町村

転出前に転出届を提出して、転出証明書を受け取ってください。

引越し先の市区町村

転入した日から14日以内に、転出証明書を添えて転入届を提出してください。

◆同一の市区町村内で転居する場合

お住まいの市区町村

転居した日から14日以内に転居届を提出してください。

お知らせ **2** かみいち総合病院勤務を目指す医学生を支援します

お問い合わせ 福祉課 保健班 ☎ 473-9355

町では、将来かみいち総合病院に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を貸与します。

貸与を受けた1.5倍に相当する期間勤務した場合には、返還が免除されます。

申込期限 **4月30日(木)まで**

貸与金額

月額4万円（内科・小児科・産婦人科・麻酔科・総合診療科の医師となる意志のある第5年生または第6年生は8万円）を上限とする額を貸与します。また、入学した月はその額に30万円を上限とした額を加算します。

※要件など詳しくは、福祉課保健班へお問い合わせください。





# 募集案内 - recruitment guide -



## 上市町営住宅等の入居者を募集します

**受付期間** 3月16日(月)～12月25日(金)  
**選考方法** 先着順に書類選考をします。  
**申込方法** 申込書を記入し、必要書類を添付のうえ、建設課管理建築班(役場3階)へ提出してください。

### 募集住宅(予定)

| 住宅名              | 間取り         | 場所       | 建設年度      |
|------------------|-------------|----------|-----------|
| 宮川町営住宅           | 3DK         | 中江上94番地1 | 昭54・55年度  |
| 陽南町営住宅           | 2DK<br>3DK  | 女川14番地1  | 平成20・21年度 |
| 白萩西部町営住宅         | 2DK<br>2LDK | 湯崎野437番地 | 平成25・26年度 |
| 白萩西部<br>地域優良賃貸住宅 | 2DK         | 湯崎野437番地 | 平成27年度    |

お問い合わせ 建設課 管理建築班 ☎ 内線 317

### 主な入居資格

- ◆**町営住宅**
  - ・親族と同居する方
  - ・月額平均世帯所得が15万8,000円以下の方(裁量階層世帯の場合は25万9,000円以下の方)
  - ・現に、住宅に困窮していることが明らかな方 など



### ◆地域優良賃貸住宅

- ・子育て世帯または新婚世帯
- ※新婚世帯とは、配偶者を得て5年以内または婚姻予定の方のことをいいます。
- ・月額平均世帯所得が15万8,000円以上48万7,000円以下の方 など

詳しくは、建設課管理建築班へお問い合わせください。

## 県民による森づくり提案事業を募集します

お問い合わせ 富山県農林水産部森林政策課 ☎ 444-3385

**対象** 提案事業を会員自ら実施できる団体など(提案は1年度に1件、通算3件まで)

### 対象事業

- ①森林の整備や森林空間の利活用を推進する事業
  - ②県民の森づくりに対する意識の醸成を図る事業
  - ③木竹などの森林資源の利活用を促進する事業
- ※詳しくは、富山県ホームページをご覧ください。

## 赤十字奉仕団団員を募集します


お問い合わせ 福祉課 社会福祉班 ☎ 内線 7125

赤十字奉仕団は、人道と博愛の精神に基づき、地域でのボランティア活動を展開しています。皆さんも、一緒に活動しませんか。

**対象** 上市町在住の18歳以上の方

### 主な活動内容


福祉施設での奉仕活動、一人暮らし高齢者への訪問、災害救助に関する奉仕活動など



## すこやか ザロン

Health  
Column

### ワクチンで安心をプレゼント!



かみいち総合病院  
小児科 医師  
足立 陽子

新年に入り、新型コロナウイルスによる新型肺炎が世界を震撼させています。この新型コロナウイルスよりもはるかに強い感染力で多くの人の命を奪って『命わずらい』として恐れられた感染症があります。それは「麻疹」です。麻疹は特効薬がないため、今でも発症すると症状が重く、後遺症や死亡する可能性があります。現在、麻疹をはじめ多くの感染症を心配せずに過ごせるのは、ワクチンが普及して予防できるようになったからです。

ワクチンの副反応の頻度は低く、その多くはごく軽症です。五輪などで世界中から人と一緒に麻疹などの感染症も入ってくるかもしれないそんなときのためにワクチンでしっかり予防しましょう。

最近では、がんを予防するワクチンもあります。B型肝炎ワクチン(肝がんの予防につ

かみいち総合病院 ☎ 472-1212 ホームページ <https://www.kamiichi-hosp.jp/>



# イベント案内 -event guide-



## こどもの城だより ～3月行事～

お問い合わせ ☎ 473-0001

| 内容                     | 日時             |                |
|------------------------|----------------|----------------|
| ちびっこ広場<br>(4か月から1歳頃まで) | 3・17日(火)       |                |
| 乳幼児教室<br>(子育て相談)       | うさぎ組(1歳児)      | 5日(木)          |
|                        | ぞう組(2歳児)       | 4日(水)          |
|                        | 合同退室式(さよならの会)  | 11日(水)         |
|                        | 合同入室式(こんにちはの会) | 4月15日(水)       |
| 教室・イベント                | 将棋クラブ          | 14・28日(土) 9:30 |
|                        | ★おりがみ教室        | 5日(木) 15:30    |
|                        | ★ヒップホップダンススクール | 6日(金) 15:45    |
|                        | 体操教室(鉄棒・マット)   | 7日(土) 14:00    |
|                        | プラバンづくり        | 8日(日) 10:30    |
|                        | アイロンビーズづくり     | 22日(日) 10:30   |

※★印は要予約です。



★**開館時間**  
月～金 10:00～18:00  
土・日・祝日 9:00～17:00

★**休館日** 15日(日)



▲将棋クラブの様子



## 子育て支援教室

### 「基本をおさえて楽しもう! 離乳食」

お問い合わせ (株)上市まちづくり公社 ☎ 473-2375

離乳食の量の変化や食べ方のポイントなど、離乳食の悩みを解決しましょう。個別相談の時間もあります。

**日時** 3月16日(月) 10:30～11:00

**場所** カミール2階 わんぱくひろば

**対象** 0歳～1歳半のお子さんとその保護者

**講師** 中川 芽衣子 氏 (管理栄養士)

参加  
無料

試食もあります。楽しく学びましょう!



教室のあとは…

### 「風船プールで遊ぼう!」

毎年度、子育て支援教室の締めはコレ! 風船プールで思いっきり遊びましょう!

**時間** 11:00～11:30

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)

4月から皆さんの参加をお待ちしています!

## ★今月のおもちゃ病院「ピノキオ」

**日時** 3月14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。



## 爆笑!! お笑いライブ in かみいち

お問い合わせ 北アルプス文化センター ☎ 473-1818

**日時** 3月22日(日)  
14:00開演(13:30開場)

**場所** 北アルプス文化センター

**入場料** 3,000円(全席指定)  
※当日券は3,500円

※未就学児の入場はご遠慮願います。

### 出演者

- 三遊亭 好楽
- 林家 三平
- マギー 司郎
- 母心
- 鏡味 味千代



皆さん一緒に  
笑いましょう!

### プレガイド

北アルプス文化センター、  
アーツナビ(富山県民会館、富山県教育文化会館、  
富山県高岡文化ホール、新川文化ホール)

## 「広報上市」広告掲載募集

広告

町では、「広報上市」に掲載する有料広告を募集しています。

### 広告掲載料

| 広告の規格 | 仕上がり寸法<br>(縦×横) | 広告掲載料   |
|-------|-----------------|---------|
| 1型    | 46mm×88mm       | 10,000円 |
| 2型    | 46mm×176mm      | 20,000円 |

お申し込み、掲載条件など詳しくは、企画課情報班(☎内線221)までお問い合わせください。

# うるねす通信 ~皆様へ最後のごあいさつ~

平成3年に富山健康科学専門学校の開校に伴い、その附属施設としてウエルネススポーツセンターが開館しました。温水プール、トレーニングジム、スタジオを備えた施設は、各種スクール、健康づくり講座、大会などを開催し、健康づくりの拠点として、これまで多くの方々に幅広く利用されてまいりました。しかし、学校の閉校に伴い、2月末でその役割を終えました。

皆様にご利用いただいたウエルネススポーツセンターは、堤谷の小高い丘の上に建ち、夕刻になると、トレーニングジムの窓から、能登半島へ沈む夕景、陽が落ちると富山市内の夜景を臨むことができ、時にはニホンカモシカが、スタジオの脇をゆったりと横切っていくことも

ありました。日本全国広しとは言え、運動しながらニホンカモシカを眺めることができるのは、自然豊かなウエルネススポーツセンターならではの光景でした。

これまで、ウエルネススポーツセンターで行ってまいりました活動が、皆様の健康づくり、上市町の目指す「日本一健康な町」に少しでもお役に立てたなら幸いです。今後、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

29年間にわたり、本当にありがとうございました。

ウエルネススポーツセンター職員一同

## 3月の教室・講座スケジュール

※日程が変更になる場合があります。

### 上市町働く婦人の家

お問い合わせ ☎ 473-0075

| 講座名                    | 曜日 | 開始時間  | 開催日             |
|------------------------|----|-------|-----------------|
| リアリティフラワー              |    | 9:30  | 9 23            |
| 煎茶(皇風)                 |    | 13:30 | 2 16            |
| フラワーデザイン               |    | 13:30 | 2 16            |
| 書道                     | 月  | 13:30 | 9 23            |
| 華道(池坊)                 |    | 13:30 | 9 23            |
| 3B体操                   |    | 14:00 | 2 9 16 23       |
| 玄太極拳                   |    | 19:30 | 9 23            |
| 刺し子・リフォーム              |    | 9:30  | 10 24           |
| 手芸・手編み                 |    | 10:00 | 3 17            |
| 茶道(遠州)                 |    | 13:00 | 10 17           |
| オカリナ                   | 火  | 13:20 | 4(休) 10 24 31   |
| 絵てがみ(A)                |    | 13:30 | 17              |
| 絵てがみ(B)                |    | 13:30 | 10 24           |
| 新川民謡研究会                |    | 18:30 | 3 10 17 24      |
| 社交ダンス(剣サークル)           |    | 18:30 | 3 10 17 24 31   |
| パッチワーク                 |    | 9:30  | 4 18            |
| ちぎり絵                   |    | 9:30  | 11 25           |
| フォークダンス                | 水  | 10:00 | 4 18 25         |
| ペン習字                   |    | 13:30 | 11 25           |
| 社交ダンス(Shall We Dance!) |    | 18:30 | 4 11 18 25      |
| 料理(昼)                  |    | 9:30  | 5 26            |
| 茶道(表千家)                |    | 9:30  | 12 26           |
| 大正琴(アルプス)              |    | 10:00 | 5 19            |
| 相撲碁句                   | 木  | 10:30 | 12 26           |
| 大正琴(りんどう)              |    | 13:00 | 5 19            |
| 茶道(裏千家)                |    | 13:30 | 3月は休講です。        |
| タイ式ヨガ(ルーシーダットン)        |    | 19:30 | 5 12 19 26      |
| ちりめん細工                 |    | 9:30  | 13 27           |
| 民舞踊                    | 金  | 13:30 | 13 27           |
| 太極拳                    |    | 13:30 | 13 27           |
| 料理(夜)                  |    | 17:30 | 6 27            |
| レザークラフト                | 土  | 9:30  | 28              |
| フラダンス                  |    | 10:00 | 7 14 21         |
| スポーツウエルネス吹矢            | 火木 | 13:30 | 3 5 12 17 19 26 |

講座を受講される方は、「婦人の家友の会」に入会していただきます。

年会費 1講座につき1,200円  
途中入会の場合は100円×月数分

現在、会員は約300人。研修や教室などを開催し、講座の枠を超えて会員同士で楽しく交流しています。

皆さんも学びながら自分らしく輝きませんか？

15 2020年3月号

## 上市町総合スポーツクラブ“さんさん”

お問い合わせ “さんさん”事務局 ☎ 472-1971 (B&G 体育館内)

| 教室名                 | 曜日  | 開始時間  | 開催日     |
|---------------------|-----|-------|---------|
| ピラティス(朝)            | ㊤   | 10:30 | 2 9 16  |
| ジュニアビック教室           | ㊤ 月 | 18:00 | 2 9 16  |
| ジュニアバレー教室(ビーチボール)   | ㊤   | 19:00 | 2 9 16  |
| はつらつ卓球(ラージ球)        | ㊤ 火 | 10:00 | 3 10 17 |
| シニアエクササイズ宮川         | ㊤   | 13:30 | 3 10 17 |
| 気軽に卓球(硬式球)          | ㊤   | 10:00 | 4 11 18 |
| シニアエクササイズ相ノ木        | ㊤ 水 | 13:30 | 4 11 18 |
| かけっこ教室 A            | ㊤   | 17:00 | 4 11 18 |
| かけっこ教室 B            | ㊤   | 18:00 | 4 11 18 |
| サッカー教室              | ㊤   | 18:00 | 4 11 18 |
| 楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球) | ㊤   | 10:00 | 5 12 19 |
| シニアエクササイズ柿沢         | ㊤ 木 | 13:30 | 5 12 19 |
| ストレッチヨガ             | ㊤   | 15:30 | 5 12 19 |
| 子どもバドミントン教室         | ㊤   | 18:00 | 5 12 19 |
| ピラティス(夜)            | ㊤   | 19:30 | 5 12 19 |
| やわやわピクス             | ㊤   | 10:30 | 6 13    |
| シニアエクササイズ弓庄         | ㊤ 金 | 13:30 | 6 13    |
| パワーヨガ               | ㊤   | 19:30 | 6 13    |
| うどん教室               | ㊤   | 15:00 | 7 14 21 |
| トランポリン教室(Ⅰ部)        | ㊤ 土 | 15:00 | 7 14 21 |
| トランポリン教室(Ⅱ部)        | ㊤   | 16:15 | 7 14 21 |

㊤ 弓庄公民館 ㊤ 柿沢公民館 ㊤ 相ノ木会館 ㊤ カミール(弓庄コミュニティ)  
㊤ 働く婦人の家 ㊤ B & G 体育館 ㊤ 宮川公民館

## 柿沢コミュニティセンター

お問い合わせ ☎ 473-8100

| 教室名(講師)          | 料金   | 日時                                       |
|------------------|--|--|
| 陶芸教室(吉野香岳氏)      | 陶芸 1,300円<br>絵付け 1,500円<br>ろくろ 3,000円(要予約) | 4日(水)<br>7日(土)<br>11日(水)<br>28日(土) 10:00 |
| 工作教室(浦田和夫氏)      | 1作品 500円から                                 | 8日(日)                                    |
| ステンドグラス教室(西島直義氏) | 1回 1,500円<br>(材料・キット代別途)                   | 22日(日) 13:30                             |

# 上市図書館へようこそ!

3月

開館時間 10:00 ~ 18:00

お問い合わせ 図書館 ☎ 472-6494  
えほんしつ ☎ 472-2211

今月の図書館・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

## 今月の催し

### ★絵本のよみきかせの会

日時 3月8日(日) 10:30 ~ 場所 絵本コーナー

### ★読書会

日時 3月27日(金) 13:30 ~ 場所 3階対面朗読室  
課題図書 「深い河(ティープ・リバー)」 遠藤 周作 / 著

## 今月のおすすめ本

### ★一般書

「子どもの自己肯定感を高める10の魔法のこたば」  
石田 勝紀 / 著、集英社 / 発行

「早くしなさい!」「ちゃんとしなさい!」「勉強しなさい!」  
わが子の将来を思うあまり、つい口にしてしまう言葉がたくさんありませんか。実はこの何気ない言葉の数々が、子どもの自尊心を傷つけ、可能性をつぶす、呪いの言葉かもしれないのです。  
この本では、人間形成や学力アップにもつながるといふ子どもの自己肯定感を高める10の魔法の言葉を紹介しています。



## 図書館ミニ情報

上市図書館の郷土資料室では、郷土に関する図書を収集・提供しています。郷土資料は、地域の歴史を証明する資料であり、郷土について知り、学ぶために必要不可欠なものです。地域研究や調べ学習にご活用ください。

また、上市町に関する資料で不要になったもの、保存などにお困りになったものがありましたら、ぜひ寄贈をお願いします。  
詳しくは、図書館カウンターまでお気軽にお声掛けください。

## 今月の新着本

### ★一般書

しらふで生きる 大酒飲みの決断 ..... 町田 康 / 著  
店長がバカすぎて ..... 早見 和真 / 著  
上手に食べて、ずーっと健康! 栄養を捨てないシニアの簡単レシピ ..... 柳沢 幸江 / 監修

### ★児童書

鬼遊び④ 闇の子守唄 ..... 廣嶋 玲子 / 作  
あらいくまのせんたくも ..... 大久保 雨咲 / 作  
県知事は小学生? ..... 濱野 京子 / 作

## えほんしつ “ゆめぼつけ”



授乳室やおむつ替え室が完備されていますので、安心してご利用ください。

### びよびよの会

毎週月曜 10:30 ~

### おはなし会

毎週日曜 10:30 ~

### 親子で楽しむおりがみ教室

3月14日(土) 10:30 ~



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。

# アルプスの湯であたたまるろ!

お問い合わせ ☎ 473-9333

3月

## 今月の催し物 (12:30 開演、観覧無料)

|        |                     |          |
|--------|---------------------|----------|
| 7日(土)  | 劇団 雅                | 公演       |
| 14日(土) | ほたるの会               | 公演       |
| 21日(土) | 劇団 絆                | 公演       |
| 26日(木) | SUN 笑会<br>《健康お笑い寄席》 | 「ふるの日」公演 |
| 28日(土) | 藤山一座                | 公演       |

※会場は、1階福祉センターです。

## ロビー展示

『剣岳をめぐる十二支展  
~岩井幸子  
十二支シリーズ~』

開催期間

3月31日(火) まで



## 家族ふれあい風呂体験をしませんか?

小学生を卒業、または入学するお子さんにはプレゼントがあります!

実施期間 3月25日(水) ~ 4月5日(日) まで  
料金 小学生以下無料(大人同伴に限る。)

## ゆったりおトクなスタンプラリー実施中!

県内6か所の温泉施設を巡って無料券2枚がもらえるスタンプラリーを実施しています。  
詳しくはフロントまでお問い合わせください。

実施期間 5月31日(日) まで

毎月26日(ふろの日)と  
プレミアムフライデーはポイント2倍!  
皆さんのお越しをお待ちしています!





| 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   | 令和元年10月生             | 3月5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。                       |
|          | 令和元年11月生             | 4月2日(木)  |             |                               |  |
| 1歳6か月児健診 | 平成30年8月生             | 3月12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30年9月生             | 4月9日(木)  |             |                               |  |
| 3歳児健診    | 平成28年11月生            | 3月26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12月生            | 6月実施予定です |             |                               |  |
| 離乳食教室    | 令和元年10月生<br>令和元年11月生 | 4月15日(水) | 9:00～9:30   | 母子健康手帳・エプロン                   | ※要予約   |
| すくすく教室   | 令和元年7月生<br>令和元年8月生   | 4月15日(水) | 13:00～13:30 | 母子健康手帳                        | ※要予約   |

## 3月の教室・イベント ※おおむね65歳以上の方が対象です。 お問い合わせ ☎ 473-2811

| 内容  | 日時       | 場所                     | 備考                     |
|---|----------|------------------------|------------------------|
| <b>わきあいあい健康長寿!!</b><br><b>介護予防教室</b><br>※弓庄公民館での教室はお休みです。 | 3日(火)    | 13:30～14:30            | 宮川公民館                  |
|   | 4・18日(水) | 13:30～14:30            | 南加積公民館                 |
|   | 11日(水)   | 13:30～14:30            | 広野会館                   |
|   | 11日(水)   | 13:30～14:30            | 相ノ木会館                  |
|   | 19日(木)   | 13:30～14:30            | 柿沢公民館                  |
| <b>マシンで足腰しっかり貯筋運動</b>                                     | 6・13日(金) | 9:30～11:30<br>受付9:15   | カミール2階 イベント広場          |
|   | 6・13日(金) | 13:30～14:45<br>受付13:15 | カミール2階 イベント広場          |
| <b>ほっと一息できる温かい場所</b><br><b>おれんじカフェ</b>                    | 12日(木)   | 13:30～15:00            | カミール3階                 |
|   | 14日(土)   | 14:00～15:00            | ありがとうホーム上市 ☎ 472-5330  |
|   | 17日(火)   | 10:30～11:30            | グループホーム達の希 ☎ 473-3613  |
|   | 19日(木)   | 14:00～15:00            | グループホームあおぞら ☎ 472-5503 |



## 1歳6か月児健診の子どもたち



## 今年度の高齢者用肺炎球菌ワクチン 予防接種は3月31日までです

町の助成を受けてこの予防接種を受けられるのは、生涯に一度だけです。接種を希望される方は、受け忘れのないようご注意ください。

- 対象**
- ①今年度中に以下の年齢に到達した方  
65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳・101歳以上
  - ②60歳以上65歳未満の方のうち、心臓・腎臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害を有する方(身体障害者手帳1級に該当する方)

※今年度、対象となる方で、接種を希望される方は、予診票に必要事項を記入のうえ、町内指定医療機関で接種してください(個人負担金3,000円、生活保護世帯は無料です。)。ただし、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や5年前に定期接種を受けた方は対象外です。

## 3月1日～7日は 子ども予防接種週間です

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、早めに接種しましょう。

予防接種は、個人の感染予防はもちろん、他のお子さん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進学・就職する時や海外へ渡航する時などに予防接種歴を確認されることがあります。お子さんがいつ、どの予防接種を受けたかをしっかり把握しておくことは大切です。

なお、接種券を紛失された方は、再発行しますので、母子健康手帳をお持ちになり、上市町保健センターまでお越しください。

## ママ&ベビーサポート教室

日時 **3月11日、25日**  
水曜日 9:30～11:30 (受付9:00)  
場所 上市町保健センター 定員 10組  
対象 産後4か月までのお母さんとその赤ちゃん

## みんなで"シナプソロジー(脳活性化プログラム)"を学びませんか?

- ①シナプソロジー普及員養成講座  
日時 **3月10日(火)** 13:30～15:15 (受付13:15)  
場所 保健福祉総合センター2階 研修室  
講師 シナプソロジー アドバンスインストラクター 手塚 幸恵 氏 (健康運動指導士)  
内容 実践に活かすことができる普及員を養成する講座です。  
参加費 3,850円(登録料とツール代を含む。)  
※再受講の方は、3,350円  
申込締切 3月6日(金)
- ②地域でのシナプソロジー活用講座  
日時 **3月25日(水)** 10:00～11:00 (受付9:30)  
場所 保健福祉総合センター2階 研修室  
講師 シナプソロジー アドバンスインストラクター 手塚 幸恵 氏 (健康運動指導士)  
内容 初心者向け体験講座です。シナプソロジーに興味がある方はもちろん、地域の方や家族と楽しみたい方におすすめです。  
申込締切 3月23日(月)

2つの講座のお申し込みは、上市町地域包括支援センター(☎473-2811)までお電話ください。

## "音楽で介護予防"でリフレッシュしませんか?

歌うことや楽器を奏でるといった音楽活動は、脳の健康を高めるといわれています。リフレッシュ、リラックスにも大変効果的です。

日時 **3月13日(金)** 13:30～14:30 (受付13:10) **参加無料**  
場所 カミール2階 イベント広場  
講師 藤掛 賜枝 氏  
内容 「介護予防で健康長寿」～音楽療法の実際～  
～音楽に合わせて心も体もリフレッシュ～  
(日本音楽療法学会 認定音楽療法士) ※申し込みは不要です。気軽にご参加ください。



**地域ケア会議レポート**  
「医療・介護・福祉の専門職と地域の協力者との合同研修会」  
昨年12月16日に「医療・介護・福祉の専門職と地域の協力者との合同研修会」が保健福祉総合センターで行われ、看護師、社会福祉士、介護福祉士、民生児童委員など108人が参加しました。  
この合同研修会は、専門職と地域の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らしていける「地域づくり」を一緒に考える機会とし、年に1回開催しています。  
この日は、「セルフ・ネグレクト」への対応が我がこと・丸ごとの地域づくりを目指して「」をテーマに、富山国際大学子ども育成部准教授の相山警氏を講師に迎え、講義とグループワークを行いました。  
セルフ・ネグレクト状態の方への対応として、①日頃からコミュニケーションをとり、早い段階で気づくこと、②一人で抱え込まず、家族や近所の方などに相談すること、③本人の意思を尊重し、個人の考えを押し付けられないようにすることが大切と学びました。  
参加者からは、「色んな意見を聞き地域とうまく付き合っていくことの大切さを学んだ。」「焦らず、じっくり本人の身になって関わることが大事だと思った。」などといった感想が聞かれました。  
合同研修会を通して、専門職と地域の方と顔の見える関係を作ることができ、また、それぞれ違う立場からの意見を伺うことにより、新しい気づきがあり、より一層皆さんのために連携しやすい関係性を構築することができました。  
【お問い合わせ】  
上市町地域包括支援センター(保健福祉総合センター1階)  
☎ 473・2811



### 種・三世代ふれあい冬の集い

1月26日、種・三世代ふれあい冬の集いが白萩南部小学校周辺で開催されました。

白萩南部公民館と地元住民有志グループ e'conte (エコンテ) が開催し、例年雪の滑り台やスノーシュー体験など雪に親しむイベントとなっています。しかし、今年は積雪がないことから、同小学校の体育館を「タネランド」と名付け、富山県の木を使用したおもちゃやトランポリン、カローリングなど屋内で楽しめるものを設置し、来場者を迎えました。

訪れた大勢の家族連れは、遊具で遊んだり、里山散策をしたりと、いつもと違う冬の里山の自然を満喫していました。



### 若杉愛児保育園・すもう大会

2月7日、若杉愛児保育園で恒例のすもう大会が開催され、ひまわり組の園児12人が土俵上で熱戦を繰り広げました。行司役の先生の「はっけよい、のこった!」の合図で園児は声援を送られながら、寄り倒し、押し出し、投げ技を繰り出し、大相撲の力士顔負けの取組を見せてくれました。

優勝した横綱の園児には先生手作りの金メダルが、負けてしまった他の園児にもメダルが贈られ、笑顔いっぱいのもみんでした。



### こどもの城・こどもクッキング

2月8日、こどもの城でこどもクッキングが行われ、小学校1年生から3年生までの6人の児童が参加しました。

今回は、14日のバレンタインデーが近いということもあり、はちみつ入りのココアクッキーを生地を作るところから挑戦。生地を伸ばすのに苦労しながらも、講師の方にアドバイスをもらい、星型やウサギなどかわいい型のクッキーを焼き上げました。

焼き上がったクッキーを試食した子どもたちは「おいしい!」と満足気な表情を浮かべていました。

ご両親などにプレゼントするというみんな。きつと喜んでくれたことでしょう。



### 大岩山日石寺・寒修行

1年の中で寒さが一番厳しいとされる「大寒」の1月20日、大岩山日石寺で恒例の寒修行が行われました。

今年は例年と違い、雪もなく、当日午前8時頃の寺周辺の気温は4℃、水温は7℃と高い温度の中での滝修行となりました。

白装束姿の信者や一般参加者は、高さ約5.4mの六本滝に打たれ、身を清めていました。



### 富山健康科学専門学校・着衣泳教室

1月14・17・21日、保育所(園)の年長児を対象とした着衣泳教室が富山健康科学専門学校で行われました。

年長児が4月から小学校1年生になり、用水路などで水難事故に遭う危険性が高まることから、水の危険性を理解してもらおうと毎年行われています。

教室では、指導者による水難事故での対処法の寸劇や子どもたちが実際に服を着たままプールに入り、浮いた状態で救助を待つ練習をしました。



### 白萩西部小学校・Net3 見学

1月29日、白萩西部小学校5年生5人が社会科授業の一環としてNet3を見学に来ました。

児童は、スタジオで実際にカメラで撮影したり、自分で撮った映像を編集したりして、番組制作を体験。「テレビ局の秘密が知れて楽しかった。」といった感想が聞かれ、児童にとって貴重な経験となりました。



### 宮川小学校・行政相談員出前教室

1月22日、行政相談出前教室が宮川小学校で行われ、参加した6年生がくらしと行政との関わりや地域の行政相談員の仕事内容を学びました。

教室では、上市町の行政相談員である水林和雄さん(須山)と吉井悠剛さん(郷柿沢)が、町民から相談を受けて町などへ要望し、改善した事例を紹介しました。また、上市町の歴史を当時の写真を見せながら紹介しました。



### CHIKOさん・教育講演会

2月7日、富山県を中心にテレビやラジオで活躍中の歌手CHIKOさんによる教育講演会が陽南小学校で開催され、児童やその保護者、地域住民が参加しました。

今回の講演会は、柿沢公民館との共催で開催されたもの。「オムライスと出会ってから」と題した講演でCHIKOさんは、小学生の頃に周りから「普通と違う」と言われたことに悩む中で、母親と一緒にいったアメリカで、いろんな人種、髪型、服装の人々が自由に生きる姿を見たことで、「自分は自分のままでいい」との思いに至った経験を語りました。

そして、児童に向けて「世の中にはたくさんの種類の料理があるように、いろいろな人、仕事、生き方がある。たくさんのことを知ることで人生は豊かになっていく。何でも挑戦してみてください。」と語りかけました。



# # 東京で生きる No.003

今回は、2020年1月からチューリップテレビで放送されたテレビドラマ「SEDAI WARS」(MBS系列)のプロデューサー有澤亮哉さん(上経田出身)にお話を伺いました。(文:早川 恭平)

## ーウルトラマンが、僕をここに連れてきたー

現在、バンダイナムコアーツでプロデューサーとしてアニメや特撮、ドラマなど幅広いコンテンツを担当し、日々駆け回っています。

話がさかのぼりますが、幼いころ、僕はウルトラマンをはじめ、特撮やアニメが大好きな子どもでした。

上市に生まれ、幼いころを大阪で過ごしました。その後、上市に戻ってきたら、ずっと見ていたアニメや特撮の放送がないことが悲しく、大きくなったらテレビ局が多い都会に出るんだ!と心に決めたことを覚えています(笑)

幼いころのその想いは、その後も心の中に残っていて、東京の大学に進学することにしました。

そして大学卒業後、ウルトラマンをきっかけに現在の会社に入社することとなりました。

## ーやりたいことなら、口に出す、行動するー

入社3年目に念願だったウルトラマンやアニメ作品の制作に携われるようになりました。

好きだったウルトラマンに関わることができたので、一見ゴールにたどり着いたように思えますが、それでも「自分で作りたい!」という気持ちはとどまることはありませんでした。

ちょうどその時、社会に出て感じた様々な「世代の特徴」を作品で表現できたら面白いなど考えるようになりました。

いてもたってもいられず、企画書をつくり、関係各所に提案して回りました。

企画内容に賛同してくれる方ができ、制作したのがドラマ「SEDAI WARS」です。

各世代のあるあるが散りばめられている内容となっているので、様々な世代の方に楽しんでいただけたらと思いますので、ぜひご覧ください!



「SEDAI WARS」番組公式サイト <https://www.mbs.jp/sedai-wars/>



#東京で生きる No.003  
ウルトラマンが、僕をここに連れてきた。  
ドラマ「SEDAI WARS」プロデューサー  
有澤 亮哉さん

## ー東京で親になることー

ガラリと話が変わりますが、2016年に娘を授かりました。神奈川県で子育てをしているのですが、僕が幼いころを過ごしたのは上市町。

子育てに対しての価値観は、上市町で過ごした記憶がベースになっていると感じています。

いろいろなものにすぐ手が届く都会で子どもを育てるといふことには、若干慎重になっているところがあり、子育てをするようになってからは、以前よりも上市町で過ごした日々を思い出すことが増えました。

今となって改めて感じる上市町で過ごした頃の体験や感じたものをわが子にどう伝えていこうか考えています。

それが、いまの私と上市町との関係性です。

## りょうや 有澤 亮哉 さん

1987年生まれ。  
相ノ木小学校～上市中学校～富山高校～早稲田大学政治経済学部を経て、2011年にバンダイビジュアル株式会社(現:バンダイナムコアーツ)に入社。  
ドラマ「SEDAI WARS」、アニメ「荒野のコトブキ飛行隊」「ウルトラマンシリーズ」など、幅広いカテゴリーの作品を担当。



## ー上市町首都圏同窓会 開催!ー

日時 3月21日(土) 14:00～18:00 (13:30開場)

場所 Fika (フィーカ) 新宿御苑  
東京都新宿区新宿 1-34-9 ヒロビルディング 2 B1 階  
新宿三丁目駅 C7 番出口から徒歩 5 分  
新宿御苑前駅 3 番出口から徒歩 5 分

参加費 4,000 円 (未成年は無料です。)

第1部「ワークショップ」

上市への想いを1枚の絵で自由に表現しましょう!

第2部「交流会」上市からゲストと"お酒"が参加します!

お問い合わせ 080-3704-4221 (担当:坂口、早川)

※事情により、変更・中止となる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

「#東京で生きる」の全文は、フェイスブック「上市町首都圏同窓会」でも公開しています。

ぜひ、フォローしてご覧ください!



### ■ 町の人口と世帯数

令和2年2月1日現在

人口 20,298 (-36) (-388)

男 9,722 (-20) (-185)

女 10,576 (-16) (-203)

世帯数 7,913 (-9) (-42)

( ) は前月比 ( ) は前年比

※ここでは毎月の住民基本台帳人口・世帯数を掲載しています。

### ■ 町税のご案内

町税夜間納税窓口 (財務課 10 番窓口)

3月2日(月)、31日(火)  
17:00～20:00

固定資産台帳縦覧

4月1日(水)～30日(木)  
8:30～17:15  
(土・日・祝日を除く。)



### ■ ご寄附感謝

株式会社池田模範堂 様

未来ある子どもたちの支援、  
地域への貢献事業へ 500 万円

廣田 泰三 様 医療福祉関係費へ 20 万円

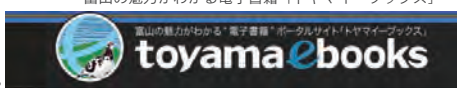
岩城 三義 様 社会福祉事業へ 3 万円

### ■ 善意銀行 (町社会福祉協議会 1/11～2/10)

わかあいあいの会 様 1,015 円  
匿名 様 使用済切手 48 g

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 →



Android 版