



年賀状が
ちゃんと届きますように！

2021 **1**
NO.805



【表紙】子育て支援教室

「年賀状を作ってポストに入れよう！」

(12月9日、カミール)

◆ 主な内容 ◆

- P 2 令和3年新年のごあいさつ
- P 3 内山壮真選手インタビュー
- P 4 eケーション in 上市 参加者募集！
- P 5 各種相談日・消防通信・公民館だより
- P 6 暮らしのお知らせ
- P 8 イベント・募集案内
- P10 図書館・アルプスの湯・各種教室案内
- P12 こんにちは！地域包括支援センターです
- P13 保健だより
- P14 まちの話題

裏表紙 東京で生きる -特別編-

内山 壮真選手 インタビュー

プロ野球東京ヤクルトスワローズに入団が決定した町出身の内山壮真選手に、入団が決まったときの心境や目指す選手像、大切にしている言葉、そして上市町への想いについてお話を伺いました。(令和2年12月、星稜高校にて)

一 ドラフトで待っているときの心境は
不安な気持ちと、楽しみもあったんですけど、不安の方が大きかったです。
一 自分が呼ばれると思っていたか
半々ですね。(呼ばれたときは) すごく安心したというか、ほっとしました。

一 ヤクルトに入団が決まったときの心境は
行きたい球団のひとつでもあったので、すごくうれしかったです。

一 どんなプレーを見せていきたい
自分はバッティングが好きなので、首位打者といったように、バッティングで色々なタイトルを獲得したいなと思っています。

一 将来目指す選手像は
キャッチャーの方でもバッティングの方でもしっかり活躍して、「打てるキャッチャー」を目指して頑張りたいなと思います。

一 これからの目標は
まず1年目から、少しでも出場機会があれば、1軍で継続して結果を出し、将来的には、長く活躍できる選手になりたいので、色々なタイトルの獲得を目標にして頑張っていきたいなと思います。



他にも、幼少の頃から高校進学まで、星稜高校での3年間など、お話をたっぷり伺いました。このインタビューの様子は、ケーブルテレビ Net3 番組「チャンネルかみいち」にて1月11日から17日まで放送予定です。お見逃しなく!

内山壮真選手へ届け! 応援メッセージ

プロ野球東京ヤクルトスワローズへの入団が決定した内山壮真選手を応援しようと、カミール(西中町)でメッセージボードが設けられました。

12月3日には、認定宮川こども園の園児13人が、同月5日には、内山選手が小学校時代に所属した少年野球チーム「宮川スターズ」の児童16人がそれぞれ訪れ、大先輩である内山選手の活躍を願いました。また、3~5日の3日間は毎日、内山選手の所属球団と背番号「33」にちなみ、買い物客33人に乳酸菌飲料「ヤクルト」を無料配布しました。



一 これまでの人生で大切にしていること
「至誠一貫」が自分の大切にしている言葉で、真心を持って最後の最後までやり抜くという意味と、しっかり表裏のない、偽りのないという意味があつて、自分の中でも心の強さ、曲がらない志の強さというのをすごく大事にしてやっていこうと思っています。

一 内山選手にとって上市町とは
剣岳がすごく好きです。どこからでもすごくきれいに見えるので、小さい頃から剣岳がすごく好きです。また、プロに指名され、自分の地元上市町の皆さんからエールを送っていただいて、すごく温かい地元だなと感じたので、たくさんの応援してくださる方たちにしっかり恩返ししたいなという想いが強くあります。

一 町民へのメッセージ
皆さんからたくさんの応援をいただき、その期待に応えられるよう、しっかりプロに行つて活躍したいと思っています。応援よろしくをお願いします!

令和3年 新年のごあいさつ



新年明けましておめでとうございます。町民の皆様には、ご健勝にて輝かしい新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。日頃から町政に対して、多大なるご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。新型コロナウイルス感染症は、未だ収束が見えない状況にあります。町民の皆様のご理解、ご協力をいただきながら、今後も引き続き、感染の拡大防止や経済対策などに鋭意取り組んでまいります。



上市町長 中川 行孝

昨年、「がんばるかみいち総合病院応援プロジェクト」を開始しました。また、昨年12月には、待望の上市スマートインターチェンジが開通しました。これを契機に、産業の活性化や交流人口の拡大により一層努めていく所存であります。さて、本年は、第8次総合計画がスタートする年でもあります。本町における課題や変化を社会政策的に積極的に取り組んでまいりますので、町民の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。最後に、この一年が皆様にとってより良いものとなりますようご祈念申し上げます。

新年明けましておめでとうございます。町民の皆様には、令和3年の新春を健やかに迎えることを、議会を代表して心からお慶び申し上げます。本年も、円滑な議会運営と町政発展のために全力を尽くしたいと存じます。昨年は、新型コロナウイルス感染症が、深刻な経済的・社会的影響をもたらした。これまでの生活環境が大きく変化した年でありました。この感染症の収束が未だ見込めない中、町民の皆様様の生命と生活を守るため、議会としても粉砕努力してまいります。さて、本町では、第8次総合計画および第2期まち・ひと・しごと創生総合戦略が4月からスタートいたします。



上市町議会議員 松谷 英真

策定においては、私ども議会においても意見を述べさせてもらいました。議会といたしましては、町民の未来に向け、町の課題に鋭意取り組んでまいります。また、昨年12月に上市スマートインターチェンジが開通いたしました。議会広報でも紹介させていただきましたが、防災・救急活動はもとより、物流や観光面などに大きく活用されるものと期待しております。結びに、町民の皆様におかれましては健康に留意され、希望ある年となりますことを祈念いたしまして、新年のごあいさつとさせていただきます。

1月の各種相談日

相談無料

※今後の状況によっては、中止とさせていただくことがあります。

内容	日時	相談場所	お問い合わせ
①年金相談	26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	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 乳幼児の身体計測は要予約です。	毎週(月)～(金) ※祝日除く 9:00～17:00	保健福祉総合センター	上市町保健センター ☎473-9355
④消費生活相談窓口 交通事故に関する相談にも応じます。	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	12日(火) 予約制 9:00～11:00		
⑥結婚相談	12・26日(火) 13:00～16:00	保健福祉総合センター相談室	上市町社会福祉協議会 ☎473-9300
⑦心配ごと相談	20日(水) 13:00～15:00		
⑧生活・就労相談	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心の健康相談 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。	9日(土) 予約制 10:00～12:00 16日(土) 予約制 10:00～12:00	魚津神経サナトリウム 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の相談に各分野の専門家が応じます。	①29日(金) 予約制 ②2月1日(月) 予約制 ③2月2日(火) 予約制 13:30～16:00	①立山町元気交流ステーション ②上市町保健福祉総合センター ③滑川市民健康センター	教育委員会事務局 ☎内線 342
⑫心の健康相談 心の悩みや病気などの相談に精神科医師が応じます。	13日(水) 予約制 13:30～15:30	富山県中部厚生センター	富山県中部厚生センター ☎472-0637
⑬看護職員就業支援相談	21日(木) 10:00～16:00	ハローワーク滑川	富山県ナースセンター ☎433-5251

みんなでめざそう 無火災の町! **消防通信** 消防団員募集中!
富山県東部消防組合上市消防署 ☎472-2244

消防出初式

日時 1月9日(土) 10:00 場所 役場前駐車場
実施内容 一斉放水・分列行進(防災ヘリ参加)・検閲・式典
式準備のため、1月8日(金)午後5時15分から式当日の9日(土)正午まで、役場前駐車場が使用できません。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。
また、式当日は早朝から各分団が訓練を行い、消防車のサイレンを吹鳴しますので、火災とお間違えないようにお願いします。

弓庄分団のポンプ車が新しくなりました!

上市町消防団弓庄分団に新型のポンプ車が導入されました。21年間使用した車両を更新するもので、低床四輪駆動車で、乗り降りが容易になったほか、安全機能付きのポンプ操作盤などを備えています。
11月22日、その入魂式が弓庄分団詰所(横越)で行われました。式では、中川町長などが祝辞を述べ、山崎晃分団長が「これからも地域の安心安全のために貢献していきたい。」と謝辞を述べました。
式後には、弓庄太鼓の演奏や分団員による放水が披露されました。
なお、今回の更新で、上市町消防団すべてのポンプ車の更新が完了しました。



新型コロナウイルス感染症対応 避難所開設訓練を行いました

11月27日、新型コロナウイルス対応避難所開設訓練が役場で行われ、災害時に避難所設営に当たる町職員が参加しました。
訓練では、避難者の密を避けるための居住スペースづくり、段ボールベッドおよび段ボールパーテーションの組み立てを行いました。
なお、町では、この段ボールベッドなどを災害時に各避難所へ配備できるよう、備蓄を進めています。



公民館だより

第30回上市町公民館文化交流フェスティバルを延期します

毎年2月下旬開催の「上市町公民館文化交流フェスティバル」について、今年で30回の節目を迎える予定でしたが、新型コロナウイルスの影響を考慮し、令和4年に延期することにいたしました。
ステージ発表や作品展示を楽しみにしていた各公民館の講座受講者をはじめ、皆さんには大変申し訳ありませんが、ご理解をお願いいたします。

功績・功労をたたえて

教育行政・スポーツ分野で尽力された功績が認められ、次の方々各表彰を受賞されましたので、ご紹介いたします。

地方教育行政功労者表彰

令和2年度地方教育行政功労者表彰において、廣田眞理子さん(森元町)が文部科学大臣表彰を受賞されました。
廣田さんは、平成20年10月から令和2年9月までの12年間にわたり、町教育委員会教育委員を務めるなど、町の教育行政の発展に大きく貢献され、今回の受賞となりました。
なお、令和2年度学校保健及び学校安全表彰において、加藤直弘さん(法音寺)も文部科学大臣表彰を受賞されました。



生涯スポーツ優良団体表彰

令和2年度生涯スポーツ優良団体表彰において、上市町スポーツ少年団が文部科学大臣表彰を受賞しました。
同団体は、昭和47年の設立以来、スポーツを通じた子どもたちの健全育成に尽力し、また、少年駅伝競走大会の開催などを通して、町のスポーツ普及および地域づくりに大きく貢献されました。



▲上市町スポーツ少年団 野崎幸雄本部長

富山県 スポーツ部門功労表彰

令和2年度富山県スポーツ部門功労表彰において、上市町バドミントン協会が優良スポーツ団体として表彰されました。
同協会は、昭和53年の設立以来、町技であるバドミントン競技の普及および選手育成などに尽力し、町の生涯スポーツの振興に大きく貢献されました。



▲上市町バドミントン協会 森井一郎会長(左)、同協会 荒木信雄副会長(右)

e(いい)ロケーションで! e(いい)コミュニケーションを! e(エレクトロニック)スポーツで!

eケーション in 上市

参加者募集中!

昨年度開催の企業対抗eスポーツ大会に続き、今年度は、ロケーションやコミュニケーションを楽しみながらeスポーツで競う「eケーション in 上市」にパワーアップして開催します!

あちゆる年代の方の参加を募集します!

①団体戦 24 チーム (1チーム2人) 参加無料!
②個人戦 24 人

※申込方法は、町ホームページをご覧ください、
「eケーション in 上市」実行委員会へお問い合わせください【☎472-1111 (内線 228)】。

▲昨年度開催の企業対抗eスポーツ大会の様子

大会の模様を生配信!
チューリップテレビのYouTubeチャンネルで大会の模様を生配信します!
※配信は、準決勝・決勝のみ。

お問い合わせ チューリップテレビ営業局 ☎444-8888

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 (税抜) 1,880円!!

Net3加入者なら 月額基本料金がなんと!

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/

お知らせ 9 国民健康保険の加入・脱退時の届け出をお忘れなく

お問い合わせ 町民課 医療保険班 ☎内線 142・143

国民健康保険（国保）に加入・脱退するときは14日以内の届け出が必要です

会社などの健康保険に加入した場合でも、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。加入した健康保険と国保、両方の保険証をお持ちのうえ、町民課医療保険班（役場1階4番窓口）で必ず脱退の届け出をしてください。また、社会保険への加入後、国保の保険証を誤って使用した場合、後日医療費の精算手続きが必要になることがありますので、ご注意ください。

お知らせ 10 20歳になったら国民年金のスタートです

お問い合わせ 町民課 住基戸籍班 ☎内線 148

日本国内に住所がある20歳以上60歳未満のすべての人は、国民年金に加入することになります。また、20歳になったら、すでに厚生年金・共済年金に加入している方など一部を除き、自動的に加入となります。

国民年金は、保険料を納め続けることで、年をとった時や病気やけがで障害が残った時などに年金を受け取ることができる制度です。

なお、学生の方や収入が少ない方で国民年金保険料を納めることが困難な場合は、学生納付特例や納付猶予の制度などがありますので、お近くの年金事務所または町民課2番窓口（役場1階）へご相談ください。

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

～確定申告の際、介護保険料は社会保険料控除の対象となります～

確定申告の際、介護保険料は社会保険料控除の対象となります。今回の令和2年分確定申告では、令和2年1月1日から令和2年12月31日までに納めた保険料が対象となり、その金額の確認方法は、次のとおりです。

①現金納付や口座引き落とし（普通徴収）された保険料は、領収書や引き落とし口座の通帳で確認する。

②年金から天引き（特別徴収）された保険料は、1月中旬に発行される源泉徴収票で確認する。

なお、不明な点や証明書が必要な場合は、中新川広域行政事務組合介護保険課へお問い合わせください。

■1月の保険料（65歳以上の方）

特別徴収 ありません（次回は2月です。）
普通徴収 第7期（2月1日（月）納期限）

お知らせ 5 令和3・4年度の指名競争入札参加資格審査申請を受け付けます

お問い合わせ 財務課 管理班 ☎内線 164

受付期間 2月1日（月）～26日（金）

提出場所 財務課管理班（役場1階6番窓口）

※詳しくは、町ホームページをご覧ください。財務課管理班へお問い合わせください。

お知らせ 6 償却資産を所有する方は申告をお願いします

お問い合わせ 財務課 課税2班 ☎内線 133、134

令和3年1月1日現在で、上市町に償却資産を所有する方は、2月1日（月）までに財務課課税2班（役場1階11番窓口）へ申告してください。

なお、休業や廃止などで前年と変更がない場合でも申告する必要がありますので、ご注意ください。

お知らせ 7 要介護認定高齢者に障害者控除対象者認定書を交付します

お問い合わせ 福祉課 社会福祉班 ☎内線 7124

障害者手帳の交付を受けていない65歳以上の要介護認定者のうち、次の基準に該当する方は、確定申告の際、障害者控除を受けることができます。ただし、控除を受けるには町が発行する「障害者控除対象者認定書」が必要ですので、交付を希望される方は、福祉課社会福祉班（保健福祉総合センター1階）へ申請してください。

認定基準（基準日：令和2年12月31日）

区分	要件
普通障害者	要介護度2以上、 障害高齢者の日常生活自立度B1以上 要介護度2以上、 認知症高齢者の日常生活自立度II a以上
特別障害者	要介護度4以上、 障害高齢者の日常生活自立度B2以上 要介護度3以上、 認知症高齢者の日常生活自立度III a以上

受付開始日 1月4日（月）～

申請方法 申請書に必要事項を記入、押印のうえ、84円切手を添えて、福祉課社会福祉班へ提出してください。

※申請書は、福祉課社会福祉班窓口を設置しており、町ホームページからダウンロードもできます。

お知らせ 8 マイナンバーカード時間外交付サービスを実施しています

お問い合わせ 町民課 住基戸籍班 ☎内線 147

日時 1月12日（火）17:15～19:00

24日（日）8:30～12:00

場所 町民課住基戸籍班（役場1階2番窓口）

対象 マイナンバーの交付を受ける方

※申請はご自身でお願いします。

持参するもの 通知カード、本人確認書類、はがき（発行通知書）



お知らせ 1 令和2年分確定申告・令和3年度住民税申告の準備をしましょう

お問い合わせ 財務課 課税1班 ☎内線 130・131

令和2年分確定申告の期間は2月16日～3月15日です

①農業や営業などの事業所得を申告する個人事業主の方は、収支内訳書（決算書）を作成しましょう。作成しやすくするために、日頃から簡単な帳簿づけや領収書などの保管を習慣づけておきましょう。

②医療費控除の準備をしましょう。1月から12月までに支払った医療費の領収書などを合計しておきましょう。

③生命保険料などの控除証明書や給与や年金などの源泉徴収票を確認しましょう。書類をなくされた場合は、再発行ができる場合がありますので、発行元へ早めにお問い合わせください。



町が実施する申告相談の日程などは、2月号に掲載します。

確定申告はe-Taxが便利です！

電子申告「e-Tax（イータックス）」をすると、添付書類が省略できる、還付金を早く受け取れるなどといったメリットがあります。

また、国税庁ホームページでは確定申告作成コーナーが設けられます。e-Taxができない方は、作成した申告書を印刷し、税務署へ郵送で提出することができますので、ご利用ください。

各種申告用紙は送付されませんのでご注意ください

各種申告用紙は送付されませんので、必要な方は、1月中旬以降に財務課課税1班（役場1階9番窓口）に設置しますので、お持ちください。

※昨年、所得税申告をした方には、税務署から「確定申告のお知らせ」のはがきが送付されます。また、住民税申告をした方には、町から「住民税のお知らせ」の封書が送付されます。

お知らせ 4 令和3年度放課後児童クラブの使用申込受付を開始します

お問い合わせ 福祉課 児童班 ☎内線 7232

こどもの城 ☎473-0001

令和3年度に放課後児童クラブの使用を希望する新2年生から新6年生までの保護者の方は、次の期間内に各クラブに直接お申し込みください。

対象学年 新2年生～新6年生

受付期間 1月25日（月）～2月1日（月）（平日のみ）

受付時間 13:00～17:45

各クラブの問い合わせ先

クラブ名	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
相ノ木放課後児童クラブ	472-5646
南加積放課後児童クラブ	472-0390

※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。※活動内容など詳しくは、各クラブへお問い合わせください。

生き活きつるぎヘルスポイントポイント配付・達成賞引き換え期間のお知らせ

今年度のポイントシール配付期間は、1月29日（金）まで、達成賞（QUOカード500円分またはアルプスの湯入浴券1回分）の引き換え期間は、3月31日（水）までとなっています。

なお、特別賞抽選会の応募締切は、1月15日（金）まで。抽選会の日程については、応募された方全員に1月下旬頃にご案内します。

健康づくりに終わりはありません！健康寿命を延ばすためにも、継続して取り組んでいきましょう！



お知らせ 2 事業者の方は給与支払報告書の提出をお願いします

お問い合わせ 財務課 課税1班 ☎内線 130・131

事業者の方は、2月1日（月）までに給与支払報告書を給与受給者の令和3年1月1日現在の住所地の市町村へ必ず提出してください。

原則、すべての事業者が特別徴収義務者に指定されています。このため、退職などの理由で普通徴収となる給与受給者がいる場合は、給与支払報告書の摘要欄に「普通徴収」および「普通徴収切替理由の符号（普Eなど）」を記入し、併せて「普通徴収切替理由書」を提出してください。

お知らせ 3 高齢者などの本人希望によるPCR検査費用を助成します

お問い合わせ 福祉課 社会福祉班 ☎内線 7121

町では、新型コロナウイルスの感染拡大および重症化を防ぐため、高齢者や基礎疾患のある町民の方（希望者のみ）に対するPCR検査を実施し、その費用の一部を助成します。

対象 検査を希望する①または②に当てはまる方

①65歳以上の方

②60～64歳で基礎疾患のある方

※年齢は、申込日時時点。

実施期間 1月4日（月）～3月31日（水）

申込方法 申込書、本人確認書類などをお持ちのうえ、福祉課社会福祉班（保健福祉総合センター1階）でお申し込みください。

費用（自己負担額）9,300円（1人1回限り）

※検査費用29,300円のうち、20,000円は町が負担します。

※詳しくは、町ホームページをご覧ください。福祉課社会福祉班へお問い合わせください。



募集案内 - recruitment guide -



かみいち総合病院職員を募集します

お問い合わせ かみいち総合病院 ☎ 472-1212

職種・人員

試験区分	職種	採用予定人員
上級	医療職	薬剤師 1人
		助産師 1人
中級	医療職	看護師 1人

採用年月日 令和3年4月1日
 応募締切 1月13日(水)
 採用試験(第1次) 1月31日(日)
 ※詳しくは、かみいち総合病院事務局へお問い合わせください。



馬場島荘の指定管理者を募集します

お問い合わせ 産業課 商工観光班 ☎内線 362

町では、令和3年度から指定管理者として馬場島荘および馬場島野営場の管理運営を行う団体を募集します。
 募集要項や必要書類など詳しくは、町ホームページをご覧ください。産業課商工観光班(役場3階)へお問い合わせください。

求職者支援訓練受講者を募集します

お問い合わせ ハローワーク滑川 ☎ 475-0324

対象 ハローワークで求職の申し込みをしている方など
 募集訓練科 介護職員初任者養成(2か月)科
 訓練場所 日建学院 富山校
 訓練期間 3月1日(月)～4月30日(金)
 応募締切 1月28日(木)
 ※選考あり。受講料は無料ですが、テキスト代などは必要です。

放送大学4月入学生を募集します

お問い合わせ 放送大学富山学習センター ☎ 0766-56-9230

BS放送やインターネットで授業を視聴して、自宅でマイペースに学習できる通信制の大学です。
 出願期間 令和3年3月16日(火) 必着

「朝からふらふらします。脳梗塞が心配で...」という言葉に、脳梗塞が心配される方が結構います。ふらつきの原因は、頭の病気が原因の時もありますが、心臓が原因の時も多いです。その一つが「心房細動」という不整脈の一種。心臓が非常に細かく動くことで血流が悪くなり、脳に送られる血流が不足して、ふらつきにつながります。心房細動は、加齢や高血圧が原因と言われ、80歳では10%以上の方がもっている病気です。不快な症状がなく、無自覚に過ごしている方も多くいます。しかし、血流がよどみ、血の塊ができることで、脳梗塞の原因になる怖い病気でもあります。この心房細動ですが、実はご自身で診断ができます。脈の拍動が感じられると思

すこやかサロン Health Column

ふらつきの原因は心臓かも

心房細動の話



かみいち総合病院
内科医員
並河 大器

「朝からふらふらします。脳梗塞が心配で...」という言葉に、脳梗塞が心配される方が結構います。ふらつきの原因は、頭の病気が原因の時もありますが、心臓が原因の時も多いです。その一つが「心房細動」という不整脈の一種。心臓が非常に細かく動くことで血流が悪くなり、脳に送られる血流が不足して、ふらつきにつながります。心房細動は、加齢や高血圧が原因と言われ、80歳では10%以上の方がもっている病気です。不快な症状がなく、無自覚に過ごしている方も多くいます。しかし、血流がよどみ、血の塊ができることで、脳梗塞の原因になる怖い病気でもあります。この心房細動ですが、実はご自身で診断ができます。脈の拍動が感じられると思

かみいち総合病院 外来診療受付時間

平日	正面入口開錠時間	
	午前	8:00
受付開始時間	午前	8:30
	午後	13:00

※脳神経外科は 13:30

※受付終了時間は、診療科によって異なります。
 ※土・日・祝日および年末年始は、外来診療は休診します。
 ※緊急時は、一度病院へ電話するか、救急車を要請してください。
 <<年末年始の外来診療案内>>
 12月29日(火)から1月3日(日)までの間、外来診療を休診します。

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

堀井瓦店

上市町飯坂新 6

上市町の皆様には
いつもお世話になっております
屋根や村社の点検・お見積もりなど
ちょっとしたご相談でも
お気軽にご連絡ください!
【ホームページ <https://horiikawara.com>】
☎ 090-4686-0644
☎ 076-473-1350



イベント案内 -event guide-



こどもの城だより ~1月行事~

お問い合わせ ☎ 473-0001

内容	日時
ちびっこ広場(4か月から1歳頃まで)	12・26日(火)
合同新春の集い	13日(水)
乳幼児教室(子育て相談)	10:30
ぞう組(2歳児)	20日(水)
うさぎ組(1歳児) 保健指導	21日(木)
ぞう組(2歳児) 栄養指導	27日(水)
うさぎ組(1歳児)	28日(木)
教室・イベント	
将棋クラブ	9・23日(土) 10:00
体操教室(マット・跳び箱)	9日(土) 13:00
プラバンづくり	10日(日) 10:30
おりがみ教室	16日(土) 10:30
アイロンビーズづくり	24日(日) 10:30

★開館時間
月～金 10:00～18:00
土・日・祝日 9:00～17:00
★1月の休館日
1日(金)、2日(土)、3日(日)、17日(日)



▲昨年新春の集いでは、羽子板作りをしてみんなで風船羽根つきをしました。

かみいち移住者交流会

お問い合わせ 地域おこし協力隊 ☎内線 364

日時 1月24日(日) 14:00～16:00
 場所 クロボツケ(横越25クロダ電機内)
 対象 町に移住してきた方など
 参加費 500円
 申込方法 電話(地域おこし協力隊吉野まで)または右のフォームからお申し込みください。
 申込締切 1月21日(木)

みんなで楽しく交流しましょう!



第34回剣岳雪のフェスティバルを中止します

お問い合わせ 剣岳雪のフェスティバル実行委員会事務局 ☎ 472-1515

毎年2月11日開催の「剣岳雪のフェスティバル」は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止することになりました。
 名物くま鍋をはじめ、「雪に親しみ、雪を楽しむ」イベントとして毎年楽しみにされていた皆さんには大変申し訳ありませんが、ご理解をお願いいたします。

第46回上市町民スキー大会

お問い合わせ 教育委員会事務局生涯スポーツ班 ☎内線 348

日時 2月7日(日) 9:00 開会式、10:00 競技開始
 場所 千石スキー場
 競技種目 大回転競技(各部門男女別)
 ①小学校低学年(1・2年生)の部
 ②小学校中学年(3・4年生)の部
 ③小学校高学年(5・6年生)の部
 ④一般(中学生以上)の部
 申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ、教育委員会事務局生涯スポーツ班(役場3階)へ提出してください。
 ※E-mailでの申し込みもできます。(k.sports@town.kamiichi.toyama.jp)
 申込締切 1月20日(水)
 ※申込書は、町ホームページからダウンロードできます。

"さんさん"「スキー教室」

お問い合わせ 上市町総合スポーツクラブ"さんさん" ☎ 472-1971

日時 1月31日(日) 9:30～14:30
 場所 千石スキー場 対象 小学校1年生～6年生
 参加費 さんさん会員500円、その他1,000円(保険料を含む。当日集金します。)
 持ち物 スキー用具(スキー板、スキー靴、ストック、手袋、帽子など)、弁当、飲み物、タオル、着替えなど
 申込締切 1月22日(金)
 ※当日は、役場から千石スキー場までの無料送迎バスを運行します。利用を希望される方は、申込時にお申し出ください。
 ★2月21日(日)に「かんじきハイク」の開催を予定しています(場所:来拝山)。参加希望される方は、「さんさん」へお問い合わせください。

※各種イベントに関して、マスク着用や手洗いなど基本的な感染対策の徹底にご協力をお願いします。また、今後の状況によって中止することがあります。

やすらぎを真心込めて...
 アルプスホール ゆうゆう館
 【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

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。

◇アクセス
 上市町役場
 上市中学校
 ゆうゆう館
 上市小学校

1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	月	9:30	18 25
煎茶(皇風)		13:30	4 18
フラワーデザイン		13:30	18
書道		13:30	12(休) 25
華道(池坊)	月	13:30	1月はお休みです。
3B体操		14:00	15(休) 18 22(休) 25
玄太極拳	月	19:30	18 25
刺し子・リフォーム		9:30	12 26
手芸・手編み	月	10:00	5 19
茶道(遠州)		13:00	12 26
オカリナ	月	13:20	12 26
スポーツ吹き矢・ベタンク(火)		13:30	19
絵てがみ(A)	火	13:30	19
絵てがみ(B)		13:30	12 26
新川民謡研究会	火	18:30	5 12 19 26
社交ダンス(火)		18:30	3月までお休みです。
パッチワーク	火	9:30	6 20
ちぎり絵		9:30	13 27
フォークダンス	水	10:00	6 13 20 27
ペン習字		13:30	13 27
料理(夜)	水	17:30	13 27
社交ダンス(水)		18:30	6 13 20 27
料理(昼)	水	9:30	14 28
茶道(表千家)		9:30	14 28
大正琴(アルプス)	木	10:00	7 21
相撲甚句		10:30	14 28
大正琴(りんどう)	木	13:00	7 21
スポーツ吹き矢・ベタンク(木)		13:30	7 14 21 28
タイ式ヨガ	木	18:00	7 14 21 28
ちりめん細工		9:30	22
民舞踊	金	13:30	8 22
太極拳		13:30	8 22
レザークラフト	土	9:30	9 23
フラダンス		10:00	9 16 23

～講座を受講してみませんか？～
 働く婦人の家では、受講生を随時募集しています。なお、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。
年会費は1講座につき1,200円(途中入会の場合は100円×月数分)です。
 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が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？

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(B&G 体育館内) ☎ 472-1971

教室名	曜日	開始時間	開催日
ピラティス(朝)	ⓑ	10:30	18 25
ジュニアビック教室	ⓑ	月 18:00	18 25
ジュニアバレー教室	ⓑ	19:00	3月までお休みです。
はつらつ卓球(ラージ球)	ⓑ	火 10:00	5 12 19 26
シニアエクササイズ宮川	ⓑ	13:30	5 12 19 26
気軽に卓球(硬式球)	ⓑ	10:00	6 13 20 27
ゆったり体操教室音杉	ⓑ	10:00	定員に達しています。
シニアエクササイズ相ノ木	ⓑ	水 13:30	6 13 20 27
かけっこ教室 A	ⓑ	17:00	6 13 20
かけっこ教室 B	ⓑ	18:00	6 13 20
サッカー教室	ⓑ	18:00	13 20 27
楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球)	ⓑ	10:00	7 14 21 28
シニアエクササイズ柿沢	ⓑ	13:30	7 14 21 28
ストレッチヨガ	ⓑ	木 15:30	7 14 21 28
子どもバドミントン教室	ⓑ	18:00	7 14 21 28
ピラティス(夜)	ⓑ	19:30	7 14 21 28
やわやわボックス	ⓑ	10:00	8 15 22 29
シニアエクササイズ弓庄	ⓑ	金 13:30	8 15 22 29
パワーヨガ	ⓑ	19:30	8 15 22 29
キッズうんどう教室 ※限定6人	ⓑ	15:00	第3期(令和3年1月～3月)は定員に達しています。
トランポリン教室(Ⅰ部) ※限定12人	ⓑ	15:00	
トランポリン教室(Ⅱ部) ※限定18人	ⓑ	16:15	
ホープス卓球教室	ⓑ	19:00	9 16 30

ⓑ弓庄公民館 ⓑ柿沢公民館 ⓑ相ノ木会館 ⓑカミール ⓑ音杉公民館(弓庄コミュニティ)
 ⓑ働く婦人の家 ⓑB&G体育館 ⓑ宮川公民館 ⓑ上市町体育センター

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 絵付け 1,500円 ろくろ 3,000円(要予約)	6日(休) 9日(土) 20日(休) 23日(土) 10:00
工作教室(浦田 和夫氏)	1作品 500円から	16日(土)
ステンドグラス教室(西島 直義氏)	1回 1,500円 (材料・キット代別途)	24日(日) 13:30

上市図書館へようこそ!

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

1月

今月の図書館・絵本室カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
12/27	28	29	30	31	1/1	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	2/1	2	3	4	5	6

黒地に白文字の日は休館日

今月のイベント

★絵本のよみきかせの会

日時 1月10日(日) 10:30～ 場所 絵本コーナー

絵本よみきかせの会の読み手を募集しています。子どもたちとの楽しい時間を過ごしてみませんか？

★読書会

日時 1月22日(金) 13:30～ 場所 3階対面朗読室
課題図書「猫を棄てる」村上 春樹/著

今月のおすすめ本

「たずねる・わかる 聖徳太子」

古谷 正覚、千田 稔、石川 知彦、中村 秀樹/著、淡交社/発行

2021年、飛鳥時代の政治・外交・文化・芸術・宗教などの幅広い分野において業績を残し、多くの影響を与えた聖徳太子の没後1400年を迎えます。この本は、聖徳太子ゆかりの寺院や史跡、そして伝説や信仰などを分かりやすく解説した一冊です。



図書館ミニ情報

今年も恒例のプチ福引きやります!

雑誌の付録などが当たります。無くなり次第終了となりますので、皆さんお早めに挑戦を!

日時 1月4日(月) 10:00～
対象 貸出利用者



今月の新着本

★一般書

日本昭和アイドル歌謡大全……………辰巳出版/発行
実は簡単!ハレの日は……………上田 淳子/著

★児童書

鬼滅の刃ノベライズ①～③……………吾峠 呼世晴/原作、集英社/発行
こたつ……………麻生 知子/作

えほんしつ “ゆめぼつけ”

ひよひよの会 毎週月曜 10:45～
おはなし会 毎週日曜 10:45～



※今後の状況によって、中止などの対応をとることがあります。

親子で楽しむ おりがみ教室 16日(土) 10:30～
うし・こまを作ります

今月のおススメコーナー

テーマは「ふゆのあそび」です



図書館ホームページ・図書館報「こんにちは図書館です」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

1月

今月の催し物 (12:30開演、観覧無料)

2日(土)	劇団「雅」	公演
9日(土)	ほたるの会	公演
16日(土)	劇団「絆」	公演
23日(土)	藤山一座	公演
26日(火)	なんでもや〜歌謡団「ふろの日」	公演
30日(土)	相撲甚句	公演

※今後の状況によっては、中止になる場合があります。

年末年始・1月の営業案内

12月	30日(水)	17:00までの営業
	31日(木)	休業
1月	1日(金)	休業
	2日(土)	17:00までの営業
	3日(日)～11日(月)	通常営業
	12日(火)	休業
	13日(水)～	通常営業

2、3日の来館者には粗品を進呈!

12/30、1/2の入館は午後4時まで!
(通常は午後8時30分まで)

ロビーイベント ※日程が変更になる場合があります。

中新川郡書初大会上市大会作品展示 期間 1月14日(休)～20日(休)
寺崎美幸 出前コンサート 期間 1月17日(日) 13:00～
eセッションin上市 開催日 1月24日(日)

入浴ポイントカード実施中です

入浴1回につき1ポイント進呈。10ポイントたまれば、入浴1回をサービスします!
※2か月券・6か月券などは併用できません。

お得にアルプスの湯をご利用ください!

- ① 毎月5日はワンコインデー(大人500円)!
- ② "ふろの日"(毎月26日)はポイント2倍!
- ③ "プレミアムフライデー"(月末最後の金曜日)はポイント2倍!



今年も皆さんのお越しをお待ちしています!

2021年1月号 10

ARKS

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

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2年8月11日～ 9月10日生 2月は実施しません。	1月7日(木)	13:00～ 13:30	健診票・母子健康手帳・ バスタオル	※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	令和元年6月生 令和元年7月生	1月14日(木) 2月18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・バスタオル	※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。
3歳児健診	平成29年7月生 平成29年8月生	1月28日(木) 2月25日(木)	13:00～ 13:30	健診票・アンケート・ 母子健康手帳・バスタオル	※尿検査を行います。 フツ化物塗布も行います(希望者)。
離乳食教室	令和2年8月生 令和2年9月生	2月17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2年5月生 令和2年6月生	2月17日(水)	13:00～ 13:30	母子健康手帳	※要予約
ママ&ベビーサポート教室	産後4か月までの お母さんとお子さん	1月13・27日(水)	9:00～ 9:30	母子健康手帳・バスタオル	※要予約(定員5組)

※健診会場では、換気や手指消毒を実施しています。お越しの際は、自宅での体温測定とマスク着用をお願いします。
お子さんや保護者の方で発熱や体調不良の症状がある場合は、翌月に変更可能ですので、ご連絡ください。

～1歳6か月児健診の子どもたち～



林 蒼生 ちゃん 二川 寛菜 ちゃん 岡本 和佳 ちゃん 堀内 結璃 ちゃん 中田 隼翔 ちゃん 碓井 遥陽 ちゃん 田辺 杏心 ちゃん
西野 芽紗 ちゃん 今井 奏乃 ちゃん 早川 心陽 ちゃん 前田 希裕 ちゃん 水島 創司 ちゃん 永原 礼紘 ちゃん

食育の豆知識 その7～幼児後期～

★毎月19日は、「食育の日」。ちょっとした疑問に管理栄養士がアドバイス！★
今月は、3～5歳の「幼児後期」です。

★食べやすい工夫をしてみましょう

乳歯が生えそろう、大人とほぼ同じものが食べられるようになりますが、かむ力は体重に比例するので、まだ大人の1/5程度しかありません。苦手な食べ物ができる原因のひとつに「食べにくさ」があります。生野菜は火を通す、肉は小さめに切るなど、お子さんに合わせて工夫をしましょう。

★朝食を食べる習慣をつけましょう

3回の食事の中でも、特に朝食は1日の始まりとなる食事、寝起きの体を覚まして朝から活動するためには欠かせないものです。また、子どもの朝食欠食の習慣は、睡眠や生活リズムなどの生活習慣と大きく関わっています。早寝早起きで生活リズムを整え、朝食を食べる習慣をつけましょう。

＜1日に必要な食品の目安量＞

	主食		主菜				副菜				牛乳・乳製品	果物
主な食品	ごはん	卵	魚	肉	大豆製品	緑黄色野菜	淡色野菜	イモ類	キノコ類	海藻類	MILK	
1日の目安量	300g	1個	30～45g	25～45g	40～50g	80～100g	90～130g	50～60g	10g	10g	400ml	150g

★町ホームページには、授乳期から離乳完了期までの食育の豆知識を掲載しています！そちらもチェックしましょう！

～1月の開催予定～

内容	日時	場所	備考	
介護予防教室	5日(火) 13:30～14:30	宮川公民館	参加費 無料 持ち物 介護予防手帳、 水分、タオル、 運動しやすい 服装、マスク	
	6・20日(水) 13:30～14:30	南加積公民館		
	13日(水) 13:30～14:30	相ノ木会館		
	21日(木) 13:30～14:30	柿沢公民館		
	22日(金) 13:30～14:30	弓庄公民館		
	27日(水) 10:00～11:00	音杉公民館		
わきあいあい健康長寿！ 足腰しっかり貯筋体操教室	8・15日(金) 22・29日(金)	① 10:00～11:15 (受付9:30) ② 13:45～15:00 (受付13:15)	カミール2階	参加費 無料 ※要予約 定員 各回25人(1日50人) 持ち物 水分、タオル、運動できる靴、 マスク、荷物を置くシートなど
ほっと一息できる場所 おれんじカフェ	14日(木)	13:30～15:00	保健福祉総合センター 1階 会議室	参加費 100円 ※要予約 ※当分の間、カミールは使用しません。

※自宅で必ず体温測定をして、マスクを着用してお越しください。また、ご自身やご家族の体調が少しでもすぐれない場合は、参加を控えてください。会場の衛生管理には細心の注意を払いますが、参加者の皆さんも基本的な感染症対策にご協力ください。

～「訪問型サービスC」で介護予防と閉じこもりの予防～

「訪問型サービスC」は、要支援者および事業該当者(お元気チェックリストの該当者)の方のための理学療法士による在宅でのリハビリです。

訪問型サービスCを受けることで介護予防につながり、また、訪問する理学療法士の方と会話することで、前向きな気持ちになり、閉じこもりの予防にもつながります。

～かみいち総合病院・田中佳織理学療法士より～

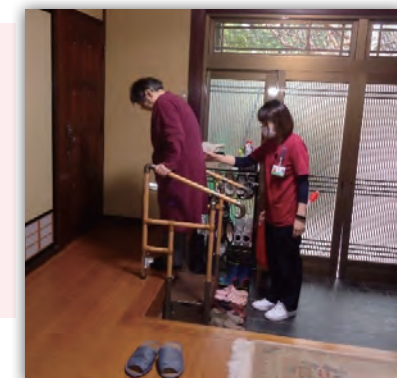
徐々に寒さが増し、家の中で過ごす時間が多くなった方は少なくないと思います。

訪問型サービスCでは、体力や足腰の筋力が弱っていくのを防ぎたいと感じている方や、運動体操教室やデイサービスに通うことが難しい方、外出するのが億劫な方に対し、自宅でする運動や生活習慣改善のアドバイスをしています。

「最近、着替えや入浴がしにくくなった。」「近くのスーパーまで歩いて行くことがつらい。」と、今まで行っていたことや習慣になっていたことができなくなってきたという方は、お気軽にご相談ください。

【訪問型サービスCの頻度・時間など】

1回30分～1時間で週1回程度、これを3か月間継続します。
利用料金は、1回200円です。



▲訪問型サービスCの様子

令和2年度 集団がん検診 ～保健だより～

令和2年度の集団がん検診は、次の日程で最後になります。症状がない早期のがんを発見するため、がん検診は継続して受けることがとても重要です。また、がん検診は、通常1つの部位で3,000～5,000円程度かかりますが、集団がん検診なら大変お得に受けることができます。

日にち	場所	検診内容	受付時間
1月18日(月)	保健福祉総合センター	胃・大腸・子宮・乳房	8:15～9:30
2月7日(日)			

対象 胃・大腸・乳房：40歳以上の方
子宮：20歳以上の方

検査内容 胃：胃部エックス線検査
大腸：便潜血検査
子宮：視診・子宮頸部の細胞診
乳房：マンモグラフィー

持ち物 受診券、健康保険証、各種受給者証・手帳
検診料金

部位	上市町国民健康保険	社会保険	節目年齢・重点年齢・70歳以上など
胃	500円	1,000円	無料
大腸	250円	500円	
子宮	450円	900円	
乳房	350円	700円	

完全予約制なので、予約はお早めに
上市町保健センターへ
※定員に達し次第締切

在宅医療講演会

「人生の終い方」をテーマにした講演会を開催します。

「もしも」のときのために、自分の人生を自分らしくどのように生きるかを一緒に考えてみませんか？

日時 1月30日(土) 9:30～11:15
場所 保健福祉総合センター2階 研修室
内容 『知っていますか？「人生会議」～もしもの時に備えて、自分らしく生きるために～(仮)』
講師 かみいち総合病院 内科医長 河合 皓太 氏

定員 70人 ※要予約
申込締切 1月25日(月)
申込先 上市町地域包括支援センター (☎473-2811)

家族やかかりつけ医とあなたの望む医療やケアのことを話していますか？



株式会社アルティネットのサテライトオフィスオープン！

システム開発を手掛ける株式会社アルティネット（東京都）が、西中町商店街にサテライトオフィスをオープンさせました。

11月26日、その開所式が行われ、同社の宮原哲也代表取締役社長は、「この場所を起点に世界に活動を広げていきたい。」とあいさつ。「色々な年代の方が気軽に立ち寄れて、新しいテクノロジーに触れる機会をどんどん提供していきたい。」とも語りました。また、この日は、地元住民や上市高校生を対象としたVR（仮想現実）体験会も行われました。

このサテライトオフィスでは、社員がシステム開発やウェブ会議を行うほか、平日夕方には1階のスペースを解放し、VRなどを体験できる場として利用できるようになります。



▲VRを体験する上市高校生たち

第41回フレアールかみいちフェスティバル

11月14、15日の2日間にわたり、第41回フレアールかみいちフェスティバルが北アルプス文化センターで開催されました。

働く婦人の家で開講されている各講座で、「自分らしく輝こう！」をモットーに学ぶ皆さんが制作した作品展やステージ発表が行われ、多くの来場者が訪れました。

なお、ステージ発表の様子は、ケーブルテレビ Net3 番組「Net3 ワイド」にて1月25日から31日まで放送予定です。ぜひご覧ください！



EO2 セミナー「百薬」特別講座

11月14日、富山県出身の薬剤師であり日本人唯一のチベット医でもある小川康先生が講師を務めるEO2 セミナー「百薬」の特別講座が白萩南部小学校で開催され、県内外から26人が参加しました。

今回、参加者は、胃腸薬などに使われる「キハダ」を使った軟膏や七味唐辛子作りに挑戦して、薬草の魅力に触れ、理解を深めました。

上市町観光協会では、来年も「百薬」講座を開催する予定です。皆さん、このセミナーを通して薬草の世界をのぞいてみてはいかがでしょうか。



▲キハダを煮立たせて成分を濃縮させた液体とワセリンを混ぜて軟膏を作りました。 ▲薬の材料を砕いて粉末状にする道具「薬研（やげん）」を使って材料をすりつぶし、ブレンドして、七味唐辛子を作りました。

エコキャップを発展途上国のために寄付

12月9日、上市高校生徒会が、ボランティア活動で集めたエコキャップ（ペットボトルのキャップ）を国際ソロプチミスト富山に贈りました。このエコキャップは、NPO 法人エコキャップ推進協会を通して、発展途上国の医療支援や障害者の雇用促進などに役立てられます。

生徒会は、各教室の前に回収籠を置き、生徒に協力を呼びかけ、1年半で約2万個を集めました。



上市スマートインターチェンジが開通！

北陸自動車道上市スマートインターチェンジが12月13日午前11時、ついに開通しました！

同日、宮川小学校体育館で開催された開通記念式典には、約60人が出席し、上市町の新たな玄関口の誕生を盛大に祝いました。

式典では中川町長が、「今後も移住定住や企業誘致の推進など、町民が幸せに暮らし続けるまちづくりを全力で進めていきたい。」と式辞を述べた後、中日本高速道路株式会社金沢支社の片岡慎一社長があいさつし、続いて新田八朗富山県知事、宮腰光寛衆院議員、橘慶一郎衆院議員、農相の野上浩太郎参院議員、堂故茂参院議員、上田英俊富山県議会議長、渡辺学国土交通省大臣官房審議官が祝辞を述べました。

上市スマートインターチェンジは、ETCを搭載した車が利用でき、国道8号との距離が約2kmと幹線道路との距離が近く、国道8号の混雑緩和や周辺の企業団地へのアクセス向上が期待されています。



▲現場リポーターとして上市高校生が大活躍！



▲開通直後から多くの車がスマートICを利用していました。

第9回かみいち総合病院「病院祭」

11月22日、第9回かみいち総合病院「病院祭」が保健福祉総合センターで開催され、約70人が参加しました。

第1部は、同院の浦風雅春院長による「糖尿病よろづゼミナール」。糖尿病の治療法や食事で血糖値を上げない方法などを解説しました。

第2部は、富山大学附属病院の山本善裕教授による「新型コロナウイルス感染症を正しく学ぼう!!」と題した特別講演。講演では、コロナの現状、その感染力や診断方法などが解説されました。また、PCR検査での陰性はコロナを発症していないのではなく、検体中に基準以上の量のウイルスがなかったことを示しているとし、「検査は必要な人に適切な時期に行うことが重要。」と解説しました。

なお、山本教授による特別講演の様子は、ケーブルテレビ Net3 番組「Net3 ワイド」にて2月1日から7日まで放送予定です。ぜひご覧ください！



▲「今後も常に"with コロナ"を意識して生活することが大切。」とも述べた山本教授。

冬山登山に備え馬場島警備派出所が開所

12月1日、冬山警備の拠点である上市警察署馬場島警備派出所の開所式が馬場島で行われ、富山県警山岳警備隊員や立山・剣岳方面遭難対策協議会関係者など15人が出席しました。

式では、河崎正行上市警察署長からの訓示があったほか、立山・剣岳方面遭難対策協議会の会長である中川町長からは激励の言葉と、激励品として豚肉13.5kgが贈られました。

派出所には5月15日まで、入山状況に合わせて10人の隊員が交代で勤務し、警備に当たります。



白萩西部小児童がシイタケの菌打ち体験

11月24日、白萩西部小学校の4～6年生19人がシイタケの菌打ち体験を行いました。

今回の体験は、白萩西部自治振興会が企画したもの。児童は、立山山麓森林組合の職員のアドバイスを受けながら、約90cmの原木にドリルで穴を空け、金づちを使って一つひとつ丁寧に種駒を打ち込みました。作業を終えた児童からは「上手く育つといいな♪」との声が聞かれました。

なお、シイタケは学校の中庭の日陰で育てられ、秋には収穫できるそうです。



満100歳おめでとうございます

祝 山村 ミエ さん (旭町)

12月12日、山村ミエさん(旭町)が満100歳を迎えられました。12月11日、中川町長がお祝いのため自宅を訪れ、祝い状や花束を贈り、ミエさんは満面の笑みを浮かべ受け取っていました。

ミエさんは北海道札幌市生まれ。お子さん4人、孫・ひ孫合わせて21人に恵まれました。現在は、相撲やマラソン、駅伝などをテレビ観戦するのが好きで、食べ物の好き嫌いはなく、トマトや納豆、魚が好きだそうです。



#東京で生きる 特別編 ~出身者と上市町の2020年。そして2021年~

■新年明けましておめでとうございます

2021年も本コラム「#東京で生きる」並びに上市町首都圏同窓会では、上市町と出身者の方々がつながるキッカケづくり、場づくりに取り組んでいきますので、引き続きよろしくお願いいたします！

■出身者と上市町の2020年

さて、2021年1回目のコラムでは、2020年の上市町と出身者とのつながりについて振り返り、2021年に向けての抱負についてお話をさせていただきます。

2020年は、新型コロナウイルスの影響により様々な制限を余儀なくされる中、上市町と出身者との間においては、これまでにないつながりが多く生まれた年になりました。



コラム「#東京で生きる」
多くの上市町出身者の方からお話をお伺いしました。取材を通してできたつながりが、次のつながりに、そして上市町とのつながりに。
2021年の「#東京で生きる」もお楽しみに！



動画「オンライン帰省どうけ？」
出身者と上市町民がリモート制作し、YouTubeやNet3「チャンネルかみいち」で公開、YouTubeで10万回以上再生され、テレビや新聞など多くのメディアでも取り上げられました！動画をきっかけにオンライン同窓会も開催し、オンライン上でのつながりが生まれました。

第2回地域プロモーション大賞 動画部門(125作品)・最終選考ノミネート



プロボクサー酒井孝之選手応援プロジェクト
母校上市高校の生徒たちから、心のこもった横断幕でエールを送りました。

日本初りんご専門店 「ポムダムールトーキョー」凱旋出店
大永田出身の池田喬俊さんが上市えきなか古本市で凱旋出店！多くの方がりんご館を堪能しました。

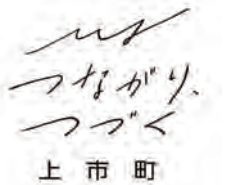


■出身者と上市町の2021年

2021年も引き続き、安全が最優先です。一方で行動が制限されるほど、つながりの重要性は高まるとも考えます。そういった状況の中で何が出来るのか。その問いに向き合っていく年にしていきたいと思います。

上市町の皆さん、出身者の皆さん、本年もよろしくお願いいたします！

上市町首都圏同窓会 早川 恭平・坂口 祐介



コンセプトロゴを制作しました。デザインは、上市町在住のデザイナー伊東将太さんです。

「#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！

上市町首都圏同窓会



フォローはこちらから▶

■かみいち総合病院への応援ありがとうございます！

がんばるかみいち総合病院応援寄附金として

累計 **103件 2,086万7,620円**

※11月21日～12月15日
7件 119万円

～いただいた応援メッセージの一部を紹介します(一部抜粋)～
・地域住民の健康のために尽力していただき、いつもありがとうございます。地域医療を守るため、我々もできること、一人ひとりの力を合わせてみんなで取り組んでいきたいと思います。
・大事なかみいち総合病院を永久に存続していただけるよう、切に願っています。

■海外たすけあい募金協力を呼びかけ

12月5日、上市町赤十字奉仕団15人と上市高校生徒会の2年生4人が、海外たすけあい募金の街頭募金活動を、上市ショッピングタウンパルで行いました。呼びかけに応じた買い物客から49,245円の募金が寄せられ、上市高校からも14,100円の募金が寄せられました。



■町の人口と世帯数

令和2年12月1日現在

人口	19,991	(-34)	(-371)
男	9,586	(-16)	(-169)
女	10,405	(-18)	(-202)
世帯数	7,858	(-10)	(-68)

()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

町県民税 第4期
国民健康保険税 第7期
後期高齢者医療保険料 第7期
2月1日(月)納期限

≪町税夜間納税相談≫
2月1日(月)17:00～20:00
財務課納税班(役場1階10番窓口)

■善意銀行 (町社会福祉協議会 11/11～12/10)

柴田 昭様 10万円
正水 美智江様 11,365円
上市ライオンズクラブ様 使用済み切手 514g
佐近 悦子様 使い捨て便座シート12袋、タオル10枚
清水 順子様 タオル60枚
匿名様 介護用オムツ2袋、下着10着

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。

