



Contents

- P 2 上市町スポーツ少年団を紹介！
- P 4 上市町のネーミングライツパートナーを紹介します など
各種相談日・消防通信
- 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
保健だより
- P14 まちの話題
- 裏表紙 健診、後期高齢者へのお知らせ など

今月の表紙

「シャクヤクの摘み取り体験会」

5月16日、砂林開地内において町花シャクヤクPR体験会が開催され、約20人が摘み取りを体験しました。摘み取ったシャクヤクはプリザーブドフラワーに加工し、8月に開催されるアレンジメント教室で使用する予定です。

上市町 スポーツ少年団を紹介！

スポーツ少年団は、青少年のこころとからだの健全育成を目的に、子どもたちにスポーツの喜びを提供し、地域に根差した活動をしています。

現在、町内で活動するスポーツ少年団は、10 を数え、種目も野球、バスケットボール、バドミントン、柔道、空手道、剣道、少林寺拳法、ボクシングと多岐にわたっています。

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 ☎ 472-2454

上市さんさんアンテロース



ミニバスケットボールチームの上市さんさんアンテロースです。週3回、上位大会を目指し頑張って練習しています。興味のある方は、気軽に体育館にお越しください。

練習日 ㊗・㊗・㊗

練習場所 上市中央小・富士化学スポーツパーク丸山

連絡先 岡部 (☎ 090-3764-9109)

上市町柔道



こんにちは、上市柔道クラブです。僕たちは、毎週火、木に練習をしています。小学生は、少ない中で頑張っています。今年は、保育園のお友達も毎週木曜日に体を動かしに来ています。

練習日 ㊗・㊗

練習場所 上市町武道館

連絡先 深川 (☎ 090-3764-1628)

上市ベースボールクラブ



上市 BC は、町内の小学校から野球好きな部員が集まり、低学年は楽しく、高学年は夢や目標に向かって取り組んでいます。野球に興味がある子、お子さんにさせてみたいという親御さん、随時見学・体験を行っていますので、ご連絡下さい。

練習日 ㊗・㊗・㊗・㊗・㊗

練習場所 上市中央小

連絡先 今井 (☎ 080-4254-4533)

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ボールを楽しみませんか。

練習日 ㊗・㊗・㊗

練習場所 相ノ木小・南加積小・富士化学スポーツパーク丸山

連絡先 酒井 (☎ 090-1313-6070)

上市ボクシングスクール



小学生から大人まで楽しめる教室です。ミット打ちやサンドバッグでパンチの爽快感を体感しよう。基礎から丁寧に指導するので初心者も安心。女子も大歓迎！強くなりたい人集まれ！Enjoy Boxing!

練習日 ㊗・㊗・㊗

練習場所 上市高校ボクシング道場

連絡先 出端 (☎ 080-5660-2309)

不動ジュニア バドミントンクラブ



私たち不動ジュニアは1～6年生までみんな仲良く協力し合い、目標に向かって日々練習を頑張っています。ぜひ見学に来てみてください。一緒にバドミントンをしましょう！

練習日 ㊗・㊗・㊗・㊗・㊗

練習場所 町民体育館・宮川小

連絡先 宮本 (☎ 090-3760-2341)

まだまだあります！

上市町のスポーツ団体

部活動の地域展開に伴い、新たに設立・登録などされたスポーツ団体を紹介します。子どもから大人までが一緒に活動している団体も多く、活動の種類も豊富です。

※詳細は2次元コードを読み取って町ホームページをご覧ください。



▲団体一覧



▲部活動の地域移行について

①上市町認定地域クラブ

国が示す指針や基準を満たしていることを町が認定し、上市中学校部活動の機能および希望する部員を引き継ぎ、指導および運営を行うクラブ（指導者による指導型が中心）

カヌー、硬式テニス、バスケットボール、バドミントン、柔道、剣道、空手道、軟式野球、バレーボール、陸上競技、マルチスポーツ

※一部、スポーツ少年団と重複しています

②上市町登録活動団体

町内に活動拠点が有り、町の主旨に賛同して中学生の受入に協力をいただいている非営利の活動団体（一緒に楽しむ多世代参加型が中心）

吹き矢、卓球、ソフトテニス、ランニング、居合道、少林寺拳法、ボクシング、トランポリン

※一部、スポーツ少年団と重複しています

自分の好きな
スポーツを
見つけてみよう！



スポーツ少年団役員綱領

- 一、わたくしたちは、スポーツをとおして健康なからだと心を養います。
- 一、わたくしたちは、ルールを守り、他人に迷惑をかけない、りっぱな人間になります。
- 一、わたくしたちは、スポーツによって、自分の力を伸ばす努力をします。
- 一、わたくしたちは、スポーツのよこごびを学び、友情と協力を大切にします。
- 一、わたくしたちは、スポーツをとおして世界中の友だちと力をあわせ、平和な世界をつくりまします。

上市町剣道



現在 30 名を超える小中学生と一緒に剣道を学んでいます。剣道を通して、集中力や忍耐力、礼節や相手を敬う心を身につけることを目的として活動しています。何年生から始めても大丈夫です。

練習日 ⑩・㊀・㊁・㊂

練習場所 上市町武道館

連絡先 大法 (☎090-9444-7105)

上市町空手道



押忍！日頃の練習の成果が実を結び、去年の県スポ少交流大会で総合優勝を果たしました。試合で勝ちたい人、体を鍛えたい人などそれぞれのなりたい自分に向かって一緒に汗を流しませんか。

練習日 ⑩・㊀

練習場所 上市高校武道場

連絡先 中村 (☎473-1115)

少林寺拳法剣



少林寺拳法の技はいざという時、武器を持たないで、自分の身を守るためにあります。少林寺拳法を習えば、自分の身を守る自信がつかます。皆さん、少林寺拳法を習いませんか

練習日 ㊀・㊁

練習場所 剣道場（私設）

連絡先 吉岡 (☎090-3294-3640)

上市町空手協会



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、また、基本を大切にしている指導を心掛けています。最近はお子さんの参加も増えており、体験もOKです。一度武道館までお越しください。

練習日 ㊀・㊁・㊂

練習場所 上市町武道館

連絡先 内山 (☎090-1315-7922)

上市町のネーミングライツパートナーを紹介します

ネーミングライツパートナーとは、町が実施しているネーミングライツ事業に賛同し、町とネーミングライツ契約を結んだ事業者のことをいいます。ネーミングライツ事業は、町が所有する施設やイベントなどに「新たな愛称をつける権利」を提供することで、町側は施設の維持管理費の確保などにつながり、企業側は町の施設などの名称に企業名や商品名などの愛称をつけることで、宣伝効果や施設の有効活用などにも寄与していただくなどそれぞれにとってメリットがあり、地域の活性化につながる事業として取り組んでいます。

今回、町が所有する施設を公募対象として賛同する企業を募ったところ、北アルプス文化センターに株式会社池田模範堂（神田）、丸山総合公園に富士化学工業株式会社（横法音寺）が応募し、4月1日に初めて契約に至りました。4月27日にはネーミングライツパートナー契約合同発表会が開催され、施設の愛称「ムヒ北アルプス文化センター」と「富士化学スポーツパーク丸山」（略称：フジスポ）が発表されました。



▲（左から）富士化学工業株式会社代表取締役社長 西田 洋 氏、中川町長、株式会社池田模範堂代表取締役社長 池田嘉津弘 氏
今後施設の看板などを愛称に変更する予定です。



ポイントを集めてお得に健康づくり！

生き活きつるぎ

ヘルスポイント

対象は…
30歳以上
の町民

今年も生き活きつるぎヘルスポイントが始まります。「生き活きつるぎヘルスポイント」とは、「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15ポイント集めると、達成賞をプレゼントします。さらに抽選で豪華賞品がもらえるかも！「自分の健康は自分でつくる」ためにもできることから始めてお得に健康づくりを始めましょう！

特に健康診査は6月～8月の早期受診でポイント2倍！

6月の対象事業はこちら

詳しくは、各事業のお問い合わせ先までお願いします。

★ふれあい健康教室

▶上市町健康文化振興財団（☎ 473-9333）

★上市町総合スポーツクラブ「さんさん」

▶「さんさん」事務局（☎ 472-1971）

★介護予防教室

▶地域包括支援センター（☎ 473-2811）

街頭献血にご協力ください

高齢化の進展により、血液需要が増加しておりますが、一方少子化に伴い献血可能対象人口が減少し、血液製剤の安定確保の観点から憂慮すべき状況にあります。

血液は生きた細胞で長期間の保存ができず、また、人工的に造ることができないため、毎日、多くの献血者に協力していただく必要があります。

この機会にぜひ献血にご協力をお願いいたします。

日時 6月19日（金）9:30～11:45、13:00～16:00

場所 上市町役場1階ロビー

持ち物 本人確認ができるもの（運転免許証、マイナンバーカードなど）

※アプリによる事前予約をお願いします。また、献血対象者の該当基準やアプリによる予約方法などの詳細は、ホームページをご覧ください。



◀町ホームページ



※今後の状況に応じて、中止となる場合があります。

内容	日時	相談場所	お問い合わせ
①年金相談	23日(火) 予約制	10:00～15:00 働く婦人の家	魚津年金事務所 ☎0765-24-5153
②人権・行政相談	10日(火)	13:00～16:00 つるぎふれあい館	町民課 ☎472-2315
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 つるぎふれあい館	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	9日(火) 予約制	13:30～15:30	総合相談窓口 上市町社会福祉協議会 ☎473-9300
⑥結婚相談	9・23日(火)	13:00～16:00	
⑦心配ごと相談	17日(火)	13:00～15:00	
⑧生活・就労相談	9日(火)	10:00～11:30	つるぎふれあい館 相談室
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人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。	13日(土) 予約制 20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心の健康相談	10日(火) 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
⑫にこにこ相談会 予約制	①4日(木) ②9日(火) ③25日(木)	13:30～16:00	①舟橋会館 ②立山町元気交流ステーション ③上市町つるぎふれあい館 教育委員会事務局 ☎472-2421
⑬看護職員就業支援相談	18日(火)	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

富山県東部消防組合 上市消防署

☎ 472-2244

音杉保育園幼年消防クラブのみんな



一般公募普通救命講習



日時 6月20日(土) 9:00～12:00

場所 上市消防署2階 大会議室

申込先 上市消防署救急係まで申し込みください。
(☎472-2244)

定員 15人程度(定員になり次第締切)

※当日は動きやすい服装でお越しください。

※申込受付は講習日の1週間前までですが、定員になり次第締切りますのでご了承ください。

熱中症予防のポイント



夏に向けて、熱中症になる人が増えてきます。熱中症を予防し、楽しい夏を過ごしましょう。

- ☑ 部屋の温度をこまめにチェック！
(普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨めします)
- ☑ 室温が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！
- ☑ のどが渇く前に水分補給！
- ☑ のどが渇かなくても、こまめに水分補給しましょう！
- ☑ 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！
- ☑ 無理をせず、適度に休憩を！
- ☑ 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを！

令和8年度危険物安全週間

6月7日(日)～13日(土)

『つかみ取れ！めざす無事故の頂を』

危険物の保安を促進するため、毎年6月の第2週は「危険物安全週間」とされています。ガソリン、灯油、軽油などの危険物の貯蔵・取扱いが適切であるか再確認され、危険物による火災や事故の防止に努めましょう。

マイナンバーカードの平日延長・休日 交付サービスについて

問 町民課 住基戸籍班 ☎ 472-2325 次の手続き
にも対応 ▶ ・カードの申請サポート
・暗証番号の初期化
・カードの更新

日時 6月8日(月) 17:15～19:00

6月28日(日) 9:00～11:00

場所 町民課 住基戸籍班 (役場1階2番窓口)

対象 マイナンバーカードを受け取る方 (申請済みの方) など

持ち物 通知カード、本人確認書類、はがき (交付通知書) など

※手続きは予約された方を優先しますので、ご了承ください。

要予約



上市町の

くらしのお知らせ

役場の代表電話 ☎ 472-1111



国民健康保険税改定に関するお知らせ

問 財務課 課税1班 ☎ 472-2374



子ども・子育て支援納付金分について

令和8年度から、子ども家庭庁による「子ども・子育て支援金制度」が開始され、全世帯に対し新たに「子ども・子育て支援納付金分 (子ども・子育て支援金分)」が課税され、次の表のとおり、子ども・子育て支援分の税率を追加します。

種別	項目	税率・税額	計算の基礎
所得割		0.3%	所得割基礎額
均等割		1,300円	加入者1人あたり
18歳以上均等割		90円	18歳以上の加入者1人あたり
平等割		800円	1世帯あたり

賦課限度額の変更

国民健康保険税の賦課限度額が次のとおり変更となります。

区分	現行	改正後
医療給付費分	66万円	67万円
後期高齢者支援金分	26万円	変更なし
介護納付金分	17万円	変更なし
子ども・子育て支援金分	-	3万円

軽減基準の見直し

- ① 5割軽減の対象世帯に係る所得判定基準において、被保険者数に乗ずる金額「30万5千円」から「31万円」に引き上げる。
- ② 2割軽減の対象世帯に係る所得判定基準において、被保険者数に乗ずる金額「56万円」から「57万円」に引き上げる。

※詳しくは令和8年度国民健康保険税 納税通知書 (7月中旬送付予定) および町ホームページをご確認ください。

【子ども・子育て支援金制度に関する問い合わせ】

子ども・子育て支援金制度コールセンター ☎ 0120-303-272

上市町議会 6月定例会日程

問 議会事務局 ☎ 472-2550

会期 6月9日(火)から19日(金)までの11日間

日	内容
9日(火)	本会議・全員協議会
10日(水)・11日(木)	議案調査日
12日(金)	本会議 (一般質問など)
13日(土)・14日(日)	休会
15日(月)	総務教育常任委員会
16日(火)	産業厚生常任委員会
17日(水)・18日(木)	議案調査日
19日(金)	全員協議会・本会議

児童手当の現況届の省略について

問 福祉課 児童班 ☎ 473-9108

町では令和8年度も受給者の現況を公簿などで確認することで、現況届の提出を不要とします。

ただし、次に該当する方は引き続き現況届の提出が必要です。対象の方には案内を郵送しますので、ご確認ください。

現況届の提出が必要な方

- ① DVなどにより、住民票が上市町にない方
- ② 支給要件児童の戸籍や住民票が上市町にない方 (別居監護など)
- ③ 離婚協議中で配偶者と別居している方
- ④ 法人である未成年後見人、施設などの受給者の方
- ⑤ その他、上市町から提出の案内があった方

広告 上市の漢方薬メーカー・北日本製薬株式会社

品質管理センター・研究棟 竣工記念イベント開催!

参加
無料

きたる8月6日(木)に竣工記念イベントを開催いたします。
当日は、おなじみの漢方薬「葛根湯」にまつわる講演会を実施いたします。
皆様のご来場を心よりお待ちしております!

日時: 2026年8月6日(木) 11時20分～12時00分
場所: 上市町上経田3丁目5 ※駐車場のご用意はありません
定員: 先着30名様 (予約優先とさせていただきます)
※定員に達し次第申込を締め切らせていただきます

ご予約・お問い合わせは
電話: 076-472-1011
(平日9時～16時30分)

Instagram



@kitanihonseiayaku

とやま PET 画像診断センターの健康診断利用優待券希望者を募集します

問 上市町保健センター ☎ 473-9355

この優待券は、とやま PET 画像診断センターで受けられる PET/CT 検査（通常 93,500 円）を 2万円割引 で利用できます（優待券の有効期限は令和 9 年 3 月 31 日）。この検査はがんの早期発見に有用とされ、全身を一度に撮影でき、痛みや苦痛の少ない検査です。ご希望の方は、次のとおりお申込みください。

対象者 上市町にお住まいの方（住所のある方）

募集人数 **2** 人（希望者多数の場合は抽選となります。なお、当選者の発表は優待券の発送をもって代えさせていただきます）

申込方法

①専用応募フォーム

右記 2 次元コードを読み取って申し込みフォームからお申込みください。



②はがきでの申し込み

必要事項①「優待券希望」、②住所、③氏名、④生年月日、⑤電話番号を記載の上、下記へ郵送してください。

宛先：〒930-0361 上市町湯上野 1176 番地
上市町保健センター

申込期限 **6月30日**（火）

「上市町商工会創業塾」参加者募集

問 上市町商工会 ☎ 472-0716



日時 **6月27日**（出）、**7月4日**（出）9:30～15:30

場所 まちなか交流プラザ カミール3階 多目的ホール2

対象 創業を予定している方、創業間もない方（おおむね2年以内）

定員 20人（先着順） **参加費** 無料

申込方法 2次元コードを読み取ってお申し込みください

申込期限 **6月19日**（金）

介護保険アレコレ

介護保険負担限度額認定の更新

問 中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎ 464-1316

介護保険施設（介護老人福祉施設、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事・部屋代は、低所得者を対象に食事・部屋代の負担軽減を行っています。

軽減を受けるには申請が必要で、申請後に対象者へ「介護保険負担限度額認定証」を郵送しています。また、既にお持ちの方の認定証の**有効期限は令和8年7月31日まで**です。継続して軽減を受けるには更新申請が必要です。

6月の保険料（65歳以上の方）

特別徴収 第2期（6月の公的年金支払い時に天引き）

普通徴収 ありません（今年度の納期開始は7月31日）

令和8年度狩猟ガイドンス免許試験など



問 産業課 農林整備班 ☎ 472-2501

狩猟を行うためには、県が実施する狩猟免許試験に合格し、狩猟免許の交付を受ける必要があります。申込方法など詳しくはホームページをご覧ください。

【狩猟免許試験】10:00～16:00

開催回	開催日	申込期限	場所
第2回	8/29（出）	8/7（金）	富山県民会館
第3回	2/10（水）	1/22（金）	



申込先

▶狩猟ガイドンス・初心者講習会

（一社）富山県猟友会事務局 ☎ 441-6150

▶狩猟免許試験

富山農林振興センター 企画振興課 ☎ 444-4475

遊休農地の保全管理をお願いします

問 上市町農業委員会 ☎ 472-2520

梅雨の時期となり、カメムシの被害などが出てきていますので、自己の田畑の草刈りなど保全管理をお願いします。

管理状況を確認するため、職員が農地などに立ち入ることがありますので、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

町有地売却のご案内

問 財務課 管理班 ☎ 472-2417



町では町有地の一般競争入札による売却を実施しています。町有地の箇所や金額、申込方法など詳しくは町ホームページをご覧ください。

申込期間 **6月1日**（月）～**7月1日**（水）

年金だより

国民年金保険料の学生納付特例制度

問 町民課 住基戸籍班 ☎ 472-2325

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」があります。申請ができる過去期間については、申請書を提出した日から2年1ヶ月前の月分までです。

また、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。対象となる方は、大学（大学院）、短期大学、高等専門学校などに在学する学生です。免除の申請には学生であることがわかる学生証のコピーなどの添付が必要です。保険料が納め忘れの状態でも、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。マイナポータルからも電子申請が可能です。ぜひご利用ください。

教育講演会を開催します

問 教育委員会事務局 学校建設室 ☎ 472-2491



著書「教育再生！「21世紀型の学校とは」」において学校施設の有効活用による社会課題の解決を訴える神奈川大学名誉教授 大竹 弘和 氏を講師にお迎えし、これからの教育のあり方、特に地域に開かれた学校のあり方について御講義いただきます。

日時 7月4日(土) 15:00～16:30

会場 上市町文化研修センター3階大会議室

講師 神奈川大学 名誉教授 大竹 弘和 氏

※専門は公共政策（官民連携）、スポーツビジネスマネジメント。スポーツ施設ストック適正化委員会委員（スポーツ庁）や国立競技場運営諮問委員会委員長のほか、多くの自治体で公職に就任するとともに、政策シンクタンク「総合システム研究所」代表取締役を務める。

申込方法 2次元コードを読み取って、申込フォームからお申し込みください。

申込期限 6月29日(月)



▲大竹 弘和 氏

第8回健康マージャン上市大会参加者募集

問 健康マージャン富山駅前スタジオ ☎ 471-7330

健康マージャンは、認知症予防や脳トレに効果があるといわれ、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5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人 **申込締切** 6月26日(金)

申込先 問い合わせ先に電話でお申込み下さい



「賭けない・飲まない・吸わない」の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、会場敷地内での喫煙を一切禁止しています。



こどもの城だより

6月

	内容	日時
	ママのためのエクササイズ教室（バランスボール）	3日(水)
乳幼児教室 (子育て相談)	ちびっこひろば	10日(水) 10:30
	絵本読み聞かせ会	17日(水)
	栄養指導	24日(水)
	★フラワーアレンジメント教室（小・中学生 / 親子参加可）	6日(土) 10:00
	★キャラクターデザイン教室（小3～中学生）	7日(日) 11:00
	ダンススクール（小・中学生）	12・26日(金) 16:00
	将棋クラブ（小・中学生）	13・27日(土) 10:00
教室・イベント	ブラバン作り（3歳児以上）	14日(日) 10:15
	※★は要予約	
	あじさいお茶会（小学生）	22日(月) 16:00
	★こどもクッキング（小学生）	20日(土) 10:00
	スポーツ教室「ボールゲーム」（年長児・小学生 / 親子参加可）	20日(土) 13:00
	アイロンビーズづくり（小学生）	28日(日) 10:15

問 ☎ 473-0001

開館時間 10:00 - 18:00 (月～金)
9:00 - 17:00 (土・日・祝)

6月の休館日 **21日(日)**

※6月12日(金) 13:00開館
6月24日(水) 15:30閉館

乳幼児教室「ちびっこひろば」参加者募集！

対象 0歳児から保育園入園前の乳幼児と保護者

開催日 毎週水曜日 10:00～12:00

※開催時間中はいつ来られても大丈夫です。

町のホームページでも「こどもの城だより・乳幼児教室の予定」を見ることができます！



広告 家の防犯対策、まずはカメラの設置から！

防犯カメラ

Net3契約者 特別価格 / 月額 **1,320円**
基本工事費 33,000円～（全て税込）

今なら **基本工事費 無料!**

2026年 6/30(火) まで

紹介いただいた方に ※Net3契約者限定 **商品券5,000円分 プレゼント**

さらに 紹介特典!

※ご成約の場合に限ります

警察署との連携が一目でわかる！
特製ステッカープレゼント!

ねと3 お申し込みはこちらから▶▶▶

株式会社 TAM 中新川郡上市町広野 3146-1



中新川広域行政事務組合職員募集



問 中新川広域行政事務組合 ☎ 464-1335

職種	土木職（大学卒程度）
募集人数	1人程度
申込方法	採用試験申込書などを当組合またはホームページで取得し、郵送または持参してください。
申込期限	7月6日(月)必着
試験日・場所	7月18日(土) 中新川広域行政事務組合

富山地区広域圏事務組合職員募集



問 富山地区広域圏事務組合 ☎ 462-8311

職種	電気、機械、化学（大学卒程度、高校卒業程度）
募集人数	各1人程度
申込方法	採用試験申込書等を当組合または役場2階総務課で取得し、郵送または持参してください。
申込期間	6月19日(金)から7月15日(水)まで
試験日・場所	8月2日(日) 富山地区広域圏クリーンセンター

桐並木を歩いて、曹洞宗の名刹と33観音参詣 ジオパーク散歩 in 眼目山立山寺



問 (一社) 立山黒部ジオパーク協会 ☎ 431-2089

現地集合解散型のジオツアー。歩いてわかる地域の魅力をジオガイドと一緒に楽しみましょう。

日時 7月18日(土) 9:45～12:00 (受付9:30～)

集合場所 桐並木参道前駐車場 参加費 500円

申込方法 電話(☎431-2089)、FAX(482-3204)、E-mail (info@tatekuro.jp)

申込期限 7月15日(水) 定員 12人(先着順)

こども食堂 月1カレー食堂 OPEN



問 (一社) らいおん・はーと TERAKOYA かみいち ☎ 090-8966-2475

毎週第1日曜日に開催予定です。年配の方もぜひ、賑やかに一緒に食べましょう。

日時 6月7日(日) 11:30～15:00 場所 カミール3階

費用 こども:無料 大人:300円

※令和2年から活動している上市子ども食堂(白石さん)の協力を得て開催します。

高血圧は自覚症状がないことがほとんどですが、継続すると脳卒中、心疾患、腎不全など重篤な病気の原因となるため、治療が必要です。収縮期血圧が10mmHg上昇すると、脳卒中や心疾患の危険が15～20%ほど増加しますが、治療により危険の上昇を減らすことが可能です。80歳以上の高齢者でも適切な降圧療法によって脳卒中や死亡の危険が減少することがわかっています。まずは自分で血圧を測定し、自分の血圧を知ることが大切です。繰り返し135/85mmHg以上となるようなら、受診をおすすめします。

高血圧には体質と生活習慣(食事、運動、ストレス、肥満など)が影響します。高血圧の度合いや各個人の合併している疾患により、まずは生活習慣の改善で経過を見る場合と、はじめから降圧薬を開始する場合があります。

血圧の薬は癖になるのではと

「高血圧治療のすすめ」

すこやかサロン

Health Column

かみいち総合病院
内科副部長
本吉 可奈呼

認定看護師等による出前講座のお知らせ



かみいち総合病院では、専門的な知識を持つ認定看護師等が地域にむき、健康づくりを支援するための出前講座(感染予防、フレイル予防、肺炎予防、骨折予防、認知症看護、脱水予防などの講座)を実施しています。昨年度は435人の方にご参加いただき、「楽しく学べた」「すぐ実践したい」と好評でした。ご応募お待ちしております。

おっしゃる方がいますが、降圧薬を飲み続ける必要があるのは、薬をやめると再度もとの血圧に戻ってしまうためです。生活習慣の改善で薬の減量や中止が可能となることもあり、生活習慣の改善も肝要です。

当院では療養計画書を用いて、それぞれの患者さんに応じた血圧目標値や生活習慣の改善ポイントを患者さんと共有し、達成できるよう取り組んでいます。患者さんと医療者が一丸となって治療を継続していきましょう。

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



ARKS

オクス **セシモニーホール** 上市

個別相談 随時受付中

広告

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

お葬式って
いくら
かかるの?

家族葬と
一般葬の
違いは?

病院から
直接ホールへ
入れるの?

準備して
おくものって
なに?

お気軽にご相談ください。

町立上市図書館 開館 70 周年記念講演 

島津 輝 トークショー & サイン会

- 直木賞作家が語る、創作と読書 -

2026 年に短編集「カフェの帰り道」で第 174 回直木賞を受賞された島津 輝さんのトークショー & サイン会を開催します。

日時 7 月 25 日 (日) 14 時開演 (13:30 開場)

会場 上市町文化研修センター 3 階大会議室

定員 100 人 (先着順) 参加費 無料

申込方法 2 次元コードを読み取って申込みフォーム ▲島津 輝 © 露木 聡子 (<https://forms.gle/Km84go9Ju6XHUgV1A>) からお申込みいただくか、図書館窓口でお申し込みください。

申込期間 6 月 1 日 (月) から



▲島津 輝 © 露木 聡子



今月の図書館・えほんしつカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
5/31	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	7/1	7/2	7/3	7/4

黒地に白文字の日は休館日

サイン会について

- ・参加券の配布：当日 13 時 30 分より会場にて配布します。
- ・冊数制限：サインはお一人 1 冊までといたします。
- ・書籍販売：会場では中田図書販売 (株) による著書本販売を行います。
- ・本の持参：既にお持ちの書籍をご持参いただいてのサインも可能です。

※お問い合わせは上市図書館へお願いします。

6 月の新着本

一般書

- ▶ 見た目で見好きになるってダメですか？ (神戸 遥真 / 作 講談社 / 発行)
- ▶ 動画で完全マスター！けん玉テクニック (ず～まだんげ 他 / 監修 メイツユニバーサルコンテンツ / 発行)

児童書

- ▶ モンスター・ホテルでリサイクル (柏葉幸子 / 作 高島純 / 絵 小峰書店 / 発行)
- ▶ 野球の図鑑 (牛窪良太 / 著 白泉社 / 発行)

えほんしつ

ゆめぼっけ



授乳室やおむつ替え室があるので安心して楽しめます！

ぴよぴよの会

毎週月曜 10:45 ~

おはなし会

毎週日曜 10:45 ~



親子で楽しむ 13 日 (日)
おりがみ教室 10:45 ~

「パクパクカエル」
「てるてるぼうず」をつくります

★6 月のおススメコーナー★

テーマは「あめがふってきた！」です

「つくってあそぼう」のコーナー

簡単な手作りおもちゃを製作できるように用意しています。



6 月は「ゲコゲコガエル」です

図書館・えほんしつホームページ、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ろう！

問 アルプスの湯
☎ 473-3272



6 月の催し物 (12:30 開演、観覧無料)

6 日 (日)	ほたるの会	公演
13 日 (日)	松前一座	公演
20 日 (日)	なんでもや一歌謡団	公演
27 日 (日)	立山連峰歌謡会	公演
7 月 4 日 (日)	劇団 絆	公演

入浴ポイントカード実施中！

入浴 1 回につき、1 ポイント進呈。10 ポイントで、入浴 1 回サービス！ (2 か月券・6 か月券などは併用不可)

26 日 (金)
(ふるの日・プレミアムフライデー)

ポイント
2 倍

「健康メディカル相談」6 月 3 日 (火)、7 月 1 日 (火) 13:30 ~

「高須先生の色彩楽セミナー 2026 ※要予約

6 月 20 日 (日) 10:30 ~ 11:30 財団事務局 (473-9333) までお電話ください。

ロビー展示など

南の五人展	5/24 (日) ~ 6/11 (木)
上市美術会写真展	6/19 (金) ~ 7/3 (金)
湯ったりマルシェ	6/14 (日) 10:00 ~ 15:00
ピアノの会 Le Lien ピアノコンサート	6/21 (日) 14:00 ~
いきいきアロハサークルのフラコンサート	6/28 (日) 14:00 ~

第 40 回 上市町美術展 6 月 28 日 (日) ~ 7 月 5 日 (日)

場所 ムヒ北アルプス文化センター

作品搬入 6 月 16 日 (火) 13:00 ~ 17:00

あなたの作品を
お待ちしております！

講座名	第3回ふるさと町民学園：「温故知新 古きを訪ねて上市の面白さを知る」
内容	①講座「種の民具と暮らし」②講座「富山藩絵師 山下守胤と絵馬」③講座「おもしろエリア発見！！未来のまちづくり」
場所	①白萩南部公民館②香積廣野神社③カミール、柿森商店、Denkiya、metate、常福寺
講師	①廣田 弘義 氏（白萩南部地区）、②二宮 正幸 氏（香積廣野神社宮司）、③伊東 将太 氏（カミノイチ運営委員会代表）
日時	6月18日(休)・24日(休)・26日(金)の3日間同じ講座を開催します。いずれかの日を選択してお申し込みください。 時間 9:00～16:00 集合場所 ムヒ北アルプス文化センター前
定員等	申込方法 教育委員会事務局で申込用紙を受け取り、お申し込みください。 申込期間 6月1日(月)から8日(月)まで 各日35人 参加費 600円（施設利用料400円、諸費100円、安全保険代100円）※当日集金 昼食場所：カミール4階 ※弁当持参または弁当予約注文可（900円）ソラ・ニワほか

働く婦人の家



問 働く婦人の家 ☎ 473-0075

講座から学ぶ 生活に役立つコツ



腹の底から声を出してスッキリし、ストレス発散になります。同時にスッキリした気持ちで日常生活を送ることができます。また、ユーモアや名所をいくつもおり込んだ甚句が多く、県内外の地名や歴史などの知識・関心が深まります。町内会や同級会などで甚句を披露する機会もできますよ。

講座 相撲甚句講座（代表 酒井 弘三）

開催日時 毎月 第2・4木曜日（10:00～11:00）

工芸館（6月）（旧柿沢コミュニティセンター）

※4月から名称が変わりました。

問 弓の里歴史文化館 ☎ 473-8100

教室名（講師）	料金	日時	
陶芸 (吉野 香岳 氏)	陶芸 1,500円	6日(出)	
	絵付け 1,500円	10日(休)	
	ろくろ 5,000円(要予約)	24日(休)	10:00
		27日(出)	
スタンドグラス (西島 直義 氏)	1回 2,000円 (材料・キット代別途)	28日(日)	
		13:30	

特別講座「南極探検」

立山カルデラ砂防博物館の福井幸太郎博士を講師に、南極探検についての講演会を開催します。どなたでもご参加いただけます。

日時 7月8日(休) 13:30～15:30（受付13:00～）

場所 上市町保健福祉総合センター2階 研修室

定員 100人 ※事前申込は不要です

参加費 500円 ※ふるさと町民学園会員の方は不要です

※公演会終了後、9月講座の受付を行います。

総合スポーツクラブ“さんさん”



問 “さんさん” 事務局 (B&G 体育館内) ☎ 472-1971

「ズンバ」体験会のご案内

ズンバとはラテン系ダンスステップを組み入れた脂肪燃焼プログラムで

- ①しっかり汗をかきたい
- ②体力を向上させたい
- ③脂肪を燃焼させたい
- ④ストレスを発散させたい

方、おすすめです！

日時 6月12日(金) 18:00～19:00

場所 上市町体育センター

対象 どなたでも参加OKです

参加費 無料

申込先 さんさん事務局まで

講師 海老 美奈子



内容	場所	日時	備考
介護予防教室 最寄りの公民館でも体操ができます。 予約不要なのでお気軽にどうぞ！	南加積公民館	3・17日(水) 13:30～14:30	参加費 無料 持ち物 水分、タオル
	宮川公民館	2日(水) 13:30～14:30	
	弓庄公民館	26日(金) 13:30～14:30	
	音杉公民館	24日(水) 10:40～11:40	
	相ノ木公民館	3日(水) 13:30～14:30	
	柿沢公民館	18日(水) 13:30～14:30	
足腰しっかり 貯筋体操教室 マシン運動を行います。継続的な 運動が、筋力維持に効果的です！	カミール 2階	5・12・ 19・26日(金)	※要予約 ※定員 60人(先着順)
	南加積公民館	オンライン開催	※予約不要
	相ノ木公民館		
	柿沢公民館		
おれんじカフェ 認知症の方やご家族、地域の方など どなたでも気軽に集える憩いの場です	つるぎふれあい館 1階 会議室	11日(水) 13:30～15:00	参加費 無料 ※要予約。 飲み物をご持参ください。



参加費 無料
持ち物 水分、タオル、運動できる靴、介護予防手帳(お持ちの方)



「いつでも、どこでも」
わきあいあい体操動画



65歳以上の方へ

お元気チェックリスト提出のお願い

5月下旬に65歳以上(4月1日現在)の方を対象に「お元気チェックリスト」を送付しました。記入いただいたら、同封の返信用封筒で上市町地域包括支援センターに返送または窓口にお持ちください。また、今年度からスマートフォンからも回答できるようになりました。今から提出・回答されても大丈夫ですので、ご協力よろしくお願いたします。



「高齢者のうつ」について

うつ病とは、気分が長期間落ち込み、精神的・身体的症状を伴う気分障害です。町で実施しているお元気チェックリストの結果から、うつ(気分の落ち込み)の項目に「はい」と回答する方が多くいることがわかりました。そこで今回は「高齢者のうつ」を紹介します。

「高齢者のうつ」とは

一般的なうつ病と同じく、抑うつ気分(悲しい・さみしい・不安など)や、思考力の低下、意欲の低下などの症状に加え以下の特徴が見られます。

- ・体の症状が強く出やすい。
- 「眠れない」「食欲がない」「慢性的な痛みがある」など
- ・気分の落ち込みが目立たない。
- 「なんとなく元気がない」といった症状が表れることも
- ・認知症との区別がつきにくい。

認知症との違い

「うつと認知症」の症状はととてもよく似ていますが、その違いとして「物忘れの自覚」があります。うつの場合は物忘れの自覚があり、不安や落ち込みを感じますが、認知症の場合は物忘れの自覚が乏しく、日常生活における困り感も多くありません。

うつ予防のポイント

- ・生活習慣の改善
⇒定期的な運動習慣、質の良い睡眠、バランスの良い食事
- ・ストレス、環境の調整
⇒人とのつながり、相談できる人、場を持つ。

家族や周囲の人の気づきや理解、サポートが大きな支えとなります。「心配だな」と感じた時には地域包括支援センターまでご相談ください。



広告

FIRST AUTO
(株)ファーストオート
上市町正印288

販売中！
セニアカー

076-473-1105

広告

ご自宅や蔵の整理をしませんか？
長年眠っている骨董品や美術品等を高価買取しております
創業13年数多くの経験と実績があります
蔵や空家の解体や遺品整理等の前には是非ご連絡ください
出張査定無料

骨董古道具 **かりん** Tel 076-434-3021
〒930-0051 富山県富山市空町通り1-4-14 090-7599-4410
古物商許可証富山県公安委員会501150000391号



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	対象のお子さんには案内済です	6月4日(木)	13:00～13:15	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6年11月生	7月9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・バスタオル	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。
3歳児健診	令和4年12月生 令和5年1月生	6月25日(木) 7月23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。フッ化物塗布も行います(希望者)。
5歳児健診	令和3年6月生	6月3日(木)	13:00～13:15	問診票、母子健康手帳	身体測定、問診、小児科診察、保健相談、栄養・食事相談などを行います。
離乳食教室	令和7年12月生 令和8年1月生	6月17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	令和7年6月～ 令和7年11月生	6月17日(木)	13:00～13:30	母子健康手帳・バスタオル	※要予約 定員10人(申込順)
ママ&ベビーサポート教室	生後4か月までの おさんとそのお母さん	6月10・24日(木)	9:00～9:30	母子健康手帳・バスタオル	定員5組(申込順) ※要予約 ★ママの体操も行います。動きやすい服装でお越しください。
パパ&ベビーサポート教室	1歳未満のお子さんとお父さん、妊娠28週以降のお父さんとお母さん	6月7日(日)	10:00～10:30	母子健康手帳・バスタオル	※要予約

上市町出産・育児支援サイト「きらきらかみっ子」



※各種教室は、出産・育児支援サイト「きらきらかみっ子」にて申込みできます。
※健診会場では、換気や手指消毒を実施しています。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。

学童期以降で受ける

定期の予防接種を受けましょう！

- ・2種混合(11～13歳未満で1回)
- ・日本脳炎第2期(9～13歳未満で1回)
- ・子宮頸がん(小学6年生～高校1年生の女子で2～3回)

日本脳炎のワクチン接種は、平成17年5月から平成22年3月までの間、積極的な勧奨が差し控えられました。予防接種が受けられなかったお子さんには特例措置があります。現在の対象は、右記の期間に生まれたお子さんです。

平成18年4月2日～
平成19年4月1日
生まれのお子さん

20歳未満までの間に
接種が受けられます。

子宮頸がんのワクチンはこれまで3種類(サーバリックス、ガーダシル、シルガード)使用していましたが、令和8年度よりシルガードのみとなりました。

- ★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。
- ★接種券兼予診票がない場合は、接種券兼予診票を交付しますので、母子健康手帳をご持参のうえ保健センターへお越しください。※詳しくは保健センターまでお問い合わせください。

令和6年9・10月生まれ

次回撮影日 7月9日(令和6年11月生まれ)





4/25

安全登山とトレッキングの楽しみ方講習会

白萩西部公民館において、安全登山とトレッキングの楽しみ方講習会が開催され14人が参加しました。この講習会は地域おこし協力隊の矢崎さんが企画したもので、参加者は登山で使用する道具の使い方や、道に迷った時の注意点・対策方法などを実際のケースを想定しながら、クイズ形式で学びました。

また、実践でも活用できるロープワークの実技講習も行われ、安全に登山やトレッキングを楽しむための知識と技術を身に付けることができました。



▲ロープワークを体験する様子



春の叙勲 瑞宝双光章を受章

令和8年春の叙勲が発表され、さまざまな分野で顕著な功績をあげた方に贈られる双光章を、牧野久美子さん(中
小泉)が受章されました。

牧野さんは、上市町ホームヘルプステーションで33年間勤務され、訪問介護サービスの提供や介護予防事業などに尽力されました。また、現在もホームヘルパーに携わっておられます。



5/4

南加積消防分団小型動力ポンプ搬送車入魂式

南加積会館において救助用資機材・小型動力ポンプ搬送車両の入魂式が行われ、地区の消防団や関係者など約40人が参加しました。

救助用資機材小型動力ポンプ搬送車は狭い道でも通行することができ、初期消火や資機材搬送に活用される予定です。



4/23

鮎の放流体験

上市川河川敷周辺において鮎の放流が行われ、宮川小学校の2年生19人が参加しました。児童は体長5cmほどの稚鮎30匹ほどが入ったバケツを持って、「大きくなってね」「元気でね」と声をかけながら放流しました。また、鮎の観察コーナーも設けられ興味深そうに見たり、さわってみたりして触れ合いを楽しみました。

放流は中新川内水面漁業協同組合が主催し、この日は上市川と白岩川であわせておよそ5万匹の鮎が放流されました。



5/18

自衛官募集相談員委嘱式

任期満了に伴う自衛官募集相談員の委嘱状交付式が行われました。今回委嘱されたのは寶嶋洋子さん(青出
たからじまようこ)



新)と松本寛さん(大永
まつもとひろし)
田)のお二人で、任期は4月1日から2年間です。

募集相談員は、自衛官志願者に関する情報の提供や、広報に対する援助を行います。

▲左から自衛隊富山地方協力本部 大木茂 本部長、
寶嶋さん、小竹副町長



5/14

「看護のこころ」を知ろう ふれあい看護体験

南加積小学校において「看護の日・看護週間」事業における「ふれあい看護体験」が実施され、6年生18人が参加しました。

児童はまず、かみいち総合病院の看護師や保健師から業務内容などを聞いた後、3つのグループに分かれて妊婦体験や心臓マッサージなどを体験しました。参加した児童に感想を聞くと「心臓マッサージを続けるのが大変でした」「妊婦さんは動きづらいことがよくわかりました」と話しました。



▲赤ちゃんの抱き方を体験する様子

5/3

京都橘高等学校吹奏楽部 特別演奏会

ムヒ北アルプス文化センターにおいて京都橘高校吹奏楽部の特別演奏会が行われ、県内外から多くの来場者が訪れました。この演奏会は榊池田模範堂からの協賛をいただいた地域貢献事業であり、吹奏楽部特別演奏会は今年度で5回目の実施となりました。

演奏会は、座奏ステージとマーチングステージに分かれ計12曲が披露されました。マーチングステージではトレードマークのオレンジの衣装に身を包み、躍動感あふれるパフォーマンスと息の合った演奏で観客を魅了しました。



5/16

宮川公民館体験講座 田植え体験

宮川公民館近くの田んぼにおいて田植え体験が行われ、約10人が参加しました。参加者はまず苗の植え方の説明を聞いた後、あらかじめつけておいた印に沿って「富富富」の苗を植えていきました。半分以上の参加者が初めての体験で、時には足が抜けずに苦戦しながらも、約2時間で0.6反(約600㎡)ほどの田植えが完了しました。その後公民館に戻り、有機栽培のコシヒカリでつくったおにぎりをみんなで味わいました。秋には育った「富富富」の収穫体験も予定されています。



5/12

民生委員児童委員普及啓発活動

民生委員児童委員協議会啓発活動が行われ、委員等約50人が町内商業施設2か所で啓発チラシなどを配布しました。この活動は5月12日の「民生委員・児童委員の日」、5月12日から18日の「活動強化週間」に合わせて全国で実施されており、活動内容を幅広く周知することを目的にしています。

同協議会の野越サト子会長は「皆さんに活動内容を知っていただいて、生活の困りごとなどを気軽に相談してほしい」と話しました。



▲啓発チラシなどを手渡す様子

健康診査を受診しましょう！

問 町民課 医療保険班 ☎ 472-2321

次のとおり健康診査を実施します。年に1度は健康状態をチェックし、生活習慣病の予防・早期発見に努めましょう。

受診期間 6月1日(月)から12月28日(月)まで
※令和8年度も受診期間を延長します。

対象者と健診区分

対象者	健診区分
国民健康保険の加入者 (40歳から74歳まで)	特定健康診査
後期高齢者医療制度加入者	後期高齢者健康診査

受診方法 医療機関へご予約のうえ、健診当日、次のものをご持参ください。

①マイナ保険証または資格確認書②受診券③問診票(記入済みのもの)

今年度から国民健康保険の加入者は、厚生連滑川病院健康管理センターで追加健診項目も含めた特定健診を受診することができるようになりました。また、厚生連滑川病院で日帰り人間ドックを受診される場合にも特定健康診査受診券をご持参ください。

※例年受診期間の後半は大変混みます。早めの受診をお勧めします。



骨粗しょう症集団検診のお知らせ

問 福祉課 保健班 ☎ 473-9355

骨粗しょう症の初期段階では、自覚症状がほとんどありません。骨量が減ってくる40歳以降の女性の方は、定期的に検査を受けましょう。

対象者 今年度40,45,50,55,60,65,70歳の女性

日時 6月22日(月) 9:00～10:30

場所 つるぎふれあい館

費用 500円(70歳に到達される方、生活保護世帯などは無料)

申込方法 お問合せ先に電話にてお申込みください。



後期高齢者医療制度 被保険者の皆様へ



問 富山県後期高齢者医療広域連合 ☎ 465-7502

町民課 医療保険班 ☎ 472-2321

お手元の資格確認書の有効期限は

令和8年7月31日です

令和8年8月以降の資格確認書については、年齢やマイナ保険証の利用実績などにより交付されません。ご不明な点は、富山県後期高齢者医療後期連合までお問い合わせください。

○「資格確認書」が交付される方

- ・85歳以上の方全員
- ・マイナ保険証を普段から利用されていない方
- ・マイナ保険証をお持ちでない方
- ・令和7年度中に継続交付申請をされている方

○「資格情報のお知らせ」が交付される方

- ・84歳以下でマイナ保険証を普段から利用されている方(次の①と②の両方を満たす方)
- ①過去1年間に6回以上のマイナ保険証の利用実績がある。
- ②直近3か月以内にマイナ保険証の利用がある。

後期高齢者を対象に 歯科健康診査実施します

費用は
無料です

問 町民課 医療保険班 ☎ 472-2321

後期高齢者の健康づくりの一環として「後期高齢者歯科健診」を実施します。歯や歯ぐきの状態だけでなく「嚙む」・「飲み込む」といった機能も併せて診る健診です。お口の状態は全身の健康にも影響しますので、ぜひ受診しましょう！



対象者 昭和25年4月1日～昭和26年3月31日生まれの方(令和7年度に75歳になった方)

健診期間 6月1日(月)から10月31日(木)まで

実施機関 富山県内の歯科医療機関(詳細は2次元コードを読み取ってご確認ください)

※対象の方へは案内を送付済みです。

※受診には事前に医療機関への予約が必要です。



■ 町の人口と世帯数

令和8年5月1日現在

人口 18,139 (-41) (-352)

男 8,741 (-23) (-154)

女 9,398 (-18) (-198)

世帯数 7,611 (-14) (-26)

() は前月比 () は前年比

※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1期 納期限

6月30日(火)

口座残高の確認を！

口座振替の方は、必ず振替口座の残高を確認してください(振替ができない場合は、督促状での納税になることがあります)。



▲上市町のページ

町では各種公式 SNS で情報発信をしています。友だち登録、フォローなどしてぜひご利用ください。



▲ LINE



▲ Instagram



▲ Youtube

広報紙の情報は「スマート広報」でウェブ記事としても配信しています。スマート広報は株式会社 POTETO Design が提供する AI を活用した、広報紙を「見やすく」「読みやすく」届けるサービスです。