



Contents

- P 2 ごみ軽量化の標語を募集します
NHKのど自慢が上市町にやってくる！
- P 4 第40回上市町美術展 など
各種相談日・消防通信
- P 6 くらしのお知らせ
- 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 不思議の国のアリス展

今月の表紙

「防犯七夕集会」

7月7日、南加積小学校において防犯七夕集会が実施され、1・2年の児童が参加しました。集会では、防犯協会南山支部の伊井好作支部長から防犯に関するお話を聞いた後、願いを書いた短冊などを飾り付けました。

ごみ減量化の標語を募集します！

上市町では、環境への負荷を減らすために、ごみの減量を推進しています。そこで町全体でごみの減量の意識を高めるべく、町民の皆様からごみ減量化の標語を募集します。 **問** 町民課 生活環境班 ☎ 472-2315



応募について

応募作品は自作で未発表のものに限ります。上市町在住または通勤・通学している方が対象です。応募区分は、こどもの部（小学生以下）、一般の部（中学生以上）です。

応募方法



- ①右記二次元コードを読み取って、応募フォームから応募
- ②町ホームページまたは町民課窓口から応募票を取得し、必要事項を下記のいずれかの方法で応募

- ・郵送 〒930-0393 上市町法音寺1番地 上市町役場町民課 行き
- ・FAX 076-472-1115 上市町役場町民課 行き
- ・持参 上市町役場町民課生活環境班（役場1階3番窓口）
- ・E-mail c.kankyou@town.kamiichi.toyama.jp



▲応募はこちらから



▲町ホームページ

入賞作品について

応募作品は審査を行い、入賞作品を選定します。入賞者には応募区分ごとに賞状と副賞を贈呈します。

- ・金賞 各1点（図書カード5,000円分）
- ・銀賞 各2点（図書カード3,000円分）
- ・銅賞 各4点（図書カード1,000円分）

入賞者には審査後、個別で連絡し賞状などを発送します。入選外の方への通知は省略します。

留意事項

- 1 応募者の個人情報は、入賞作品の選定・発表及び全作品の展示以外には使用しません。
- 2 入賞作品に選定された応募者については、氏名を町ホームページなどで公表させていただきますのであらかじめご了承ください。
- 3 応募された作品の修正や差し替え、返却はいたしません。
- 4 個別の作品における選考結果や選出されなかった理由などは、お答えいたしません。

応募期限

8月25日(火)

皆様のご応募
お待ちしております！



金賞に輝いた作品は、今後町が作成する 生ごみ水切り器に印字する予定です！



生ごみ水切り器を使うことで、一押しで5～10%程度の水を切るができます。町では9月に水切り器を公民館や公共施設などに設置して無料配布する予定です。ごみの減量のために、皆様のご協力をお願いいたします。

使用方法



・三角コーナーに溜まった生ごみを上から押さえる。



・水切り袋、ネットに溜まった生ごみを上から押さえる。



・排水溝に溜まった生ごみを上から押さえる。

NHK のど自慢が上市町にやってくる！



出場者・観覧者 大募集！

NHK 富山放送局と上市町では、「NHK のど自慢」を実施します。この番組は、“あなたの街の、みんなのステージ”をテーマに、地域のみなさんの歌声を全国にお届けします。みなさんのご参加をお待ちしています！

日時

10月25日(日) 開場：午前11時 開演：11時50分 終演予定：午後1時20分

※予選会 10月24日(土) 開会：正午 結果発表 午後5時30分頃（予定）

場所

ムヒ北アルプス文化センター

出演

予選を通過した約 **20** 組

司会 高瀬耕造アナウンサー

ゲスト



由紀さおり



氷川きよし

出場申込

申込方法 以下のNHKサイトの専用申し込みフォームからお申し込みください。

【PC・スマホ】 <https://www.nhk.or.jp/toyama/>



※応募者の中から200組程度を上限に選出のうえ、前日の予選会にご出場いただきます。当選の方には予選会のご案内を10月6日(火)頃に郵送します。落選された方には10月7日(水)午後3時以降に落選通知メールをお送りします。

申込期限 9月2日(火) 午後11時59分

※応募資格は中学生以上の原則アマチュアの方。

※18歳未満の方が応募する際は、保護者の同意を得たうえで、申し込みフォームの「保護者のお名前・電話番号」を必ず入力してください。

※中学生は予選・本選ともに保護者の同伴が必要です。

※中学生・高校生・大学生は学年と部活動を入力してください。(部活動に所属してない方は「部活無し」と入力してください)

※予選会の模様は、ニュースや関連番組で紹介することがあります。

※応募は1人(組)1件に限ります。

※グループでお申し込みの場合は、全員の名前と年齢、性別、職業を明記のうえ、代表者がお申し込みください。

※応募後の曲目・出場者の変更はできません。

※予選会・本選ともにカラオケ音源で歌唱いただきます。

※ご応募の際にいただいた情報は、番組の制作や選出結果のご連絡に使用させていただきます。

観覧申込

申込方法 以下のNHKサイトの専用申し込みフォームからお申し込みください。

【PC・スマホ】 <https://www.nhk.or.jp/toyama/>



申込期限 9月29日(火) 午後11時59分

※申し込みは、お1人様1件に限らせていただきます。

※同一メールアドレスでの重複申し込みはできません。また、同一電話番号で複数お申し込みいただいた場合は、1件として扱います。

※架空の応募者情報、もしくは応募者本人以外の住所、名前、電話番号でのお申し込みはお断りします。

※18歳未満の方が応募する際には、保護者の同意を得たうえで、申し込みフォームに「保護者の同意の有無」と「保護者のお名前・電話番号」を必ず入力してください。

※入場整理券1枚で2人まで入場可能です。ただし、保護者1人につき2歳以下のお子様1人まで膝上観覧が可能です。

※入力内容に不備があった場合は、無効となりますのでご注意ください。

※ご応募いただいた方には受付確認メールをお送りします。

※応募多数の場合は抽選のうえ、当選された方には入場整理券を10月6日(火)頃に郵送します。落選された方には10月7日(水)午後3時以降に落選通知メールをお送りします。

※インターネットなどでの入場整理券の売買は固くお断りします。転売を目的としたお申し込みであると判明した場合は、抽選対象外とします。また、売買が確認された場合は、入場をお断りします。

問

NHK 富山放送局 ☎ 444-6600 (平日/10:00～17:00)

上市町健康文化振興財団 ☎ 473-9333 (火～日/8:30～17:15)

ムヒ北アルプス文化センター ☎ 473-1818 (火～日/8:30～17:15)

第40回 上市町美術展

～町の芸術作品が一堂に～

上市美術会賞 町展大賞 【彫刻工芸の部】

「Rabbit Nine」 やまぐち じゅんいちろう 山口 順一郎さん



町展大賞 【書の部】

「松有操則歳寒不凋」

はやつき たくみ 早月 巧さん



町展大賞 【絵画の部】

「余韻 一まつりのあと一」

さいだ ほうふう 才田 峰風さん



町展大賞 【写真の部】

「ドラマチックサンセット」

ほりかわ まさゆき 堀川 雅之さん



第40回上市町美術展がムヒ北アルプス文化センターで6月28日から7月5日まで開かれ町内外から応募のあった作品など91点が展示されました。また、受賞作品（町展大賞、町展賞、若葉賞）は、つるぎふれあい館ロビーでも展示されました。

旧白萩西部小学校体育館に屋内遊具施設が誕生します

令和8年3月末をもって閉校した白萩西部小学校体育館を、民間事業者のノウハウを活かしながらコミュニティの活性化や賑わいの創出、地域振興につなげることを目的として活用する事業者を募集したところ、株式会社藤原重機の事業提案が採択され、令和9年1月中旬にトランポリンパークなどの屋内遊具施設が誕生する予定になりました。

問 教育委員会事務局 学校建設室 ☎ 472-2491



▲屋内全天候型トランポリンパーク（イメージ）

＼知って、訪れて、関わって、上市町とつながるはじめての一步／

ポイントラリー「かみる～ポ」実施中です

上市町に関心を持ち、地域活動に関わる町外の方々「関係人口」を増やすために実施しているDX推進プロジェクトの実証実験です。ポイントラリーかみる～ポの認知度向上も目的としていますので、町内外どなたでもご参加ください。

問 企画課 情報班 ☎ 472-2474

参加方法

- ①右記の2次元コードを読み取って、参加登録を行う。
- ②対象の施設や、イベントで設置してある2次元コードを読み取ってポイント「る～ポ」をゲット。
- ③獲得した「る～ポ」を消費して、豪華景品に応募。



▲参加登録



▲イベント詳細

実施期間

7月27日(月)～8月31日(月)



広報上市8月号を読んだ方限定！
右記の2次元コードを読み取って
「10る～ポ」ゲットしよう！



▲10る～ポ
ゲット

イベントに参加したり、観光スポットなどを訪れたりしてポイントをゲット。豪華景品が当たる抽選に応募しよう！



▲かみる～ポイメージキャラクター
「る～ポボさん」



※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	25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	12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	4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	4・25日(火)	13:00～16:00	
⑦心配ごと相談	19日(火)	13:00～15:00	
⑧生活・就労相談	18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。	8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
	22日(土) 予約制		
⑪心の健康相談	12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	① 17日(月) ② 28日(金)	13:30～16:00 ①つるぎふれあい館 ②舟橋会館	教育委員会事務局 ☎ 472-2421
			富山県ナースセンター ☎ 433-5251
⑬看護職員就業支援相談	20日(火)	10:00～16:00 ハローワーク滑川	

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

南加積保育所幼年消防クラブのみんな



上市町消防団消防操法大会

7月5日(日)、旧陽南小学校グラウンドで上市町消防団消防操法大会が行われ、町内6つの消防分団が出場しました。

競技では、ポンプ車やホースなどの消防用機械器具の操作技術を競い、隊員一人ひとりの動作やチームワーク、操作の正確性や所要時間などが総合的に審査されました。

【競技結果（ポンプ車操法の部）】

優勝 上市中央分団 次勝 陽南分団 参勝 弓庄分団

リチウムイオン電池使用製品による発火事故に注意しましょう

リチウムイオン電池が原因の火災が急増しています。バッテリーが膨らんできたり、異常な熱さを感じた時には、使用を中止しましょう。また、リチウムイオン電池は地域のゴミステーションで捨てることができません。役場町民課の窓口での回収または小型家電リサイクルサービスを利用して、安全に捨てましょう。

水の事故を防止しましょう

- ・河川敷で水遊びやバーベキューをする際は、子どもから目を離さない。
- ・飲酒したときや体調不良のときは、遊泳しない。
- ・立ち入り禁止の川や池には近づかない。

消防団員募集！

『自分たちのまちは自分たちで守る』もしもの時は、まちを守るリーダーとして、新たな消防団員のチカラが求められています。地域のために、あなたの「チカラ」を発揮してみませんか？

消防団に興味のある方や参加したいと思う方は、最寄の上市町消防団各分団または上市消防署までお問合せ下さい。



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

日時 8月10日(月) 17:15～19:00

8月23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)

持ち物 通知カード、本人確認書類、はがき(交付通知書)

※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。

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

要予約



上市町の

くらしのお知らせ

役場の代表電話 ☎ 472-1111



お悩みの方へ 空家相談会の開催

問 建設課 管理建築班 ☎ 472-2477

町内の空家所有者などを対象に、空き家に関する相談会を次のとおり開催します。空き家の管理、売買、解体、税金に関することなど、お気軽にご相談ください。専門家がお答えします。

日時 8月10日(月) 14:00～17:00

場所 役場3階 第3会議室

予約方法 電話にて予約を受け付けます。

※当日は、予約の方を優先しますので、ご了承ください。

「はたちのつどい」開催日が決定しました

問 教育委員会事務局 生涯学習班 ☎ 472-2429

令和9年「はたちのつどい」は次のとおり開催予定です。
詳細は、「広報上市12月号」でお知らせします。

日時 令和9年3月21日(日) 10:30から

場所 ムヒ北アルプス文化センター

対象 平成18年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方

エコツアーセミナー「くすり」を学ぶ、 「くすり」と暮らす



問 上市町観光協会 ☎ 472-1515

日時 8月9日(日) 9:45～11:30

場所 上市町文化研修センター **参加費** 1,000円

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込みください。(当日来場也可)

農地パトロールを実施します

問 上市町農業委員会 ☎ 472-2520

町農業委員会では8月～9月にかけて農地利用状況調査(農地パトロール)を実施します。これは、農地法に基づく農地の基本となる大切な調査です。

調査のため農業委員、農地利用最適化推進委員が農地などに立ち入ることがありますので、農業者の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

とやま PET 画像診断センター 「上市町民の月」を実施します



問 福祉課 保健班 ☎ 473-9355

とやま PET 画像診断センターでは、9月を「上市町民の月」とし、上市町民の方のPET/CT検診料を1万円割引します。PET/CT検診を受けるには予約が必要です。予約方法や検査の内容など詳しくは町HPをご確認ください。

相続に関する無料相談会



問 富山県司法書士会事務局 ☎ 431-9332

相続に関する様々な問題について司法書士が相談に応じます。

日時 8月22日(土)、8月23日(日)
10:00～15:00

場所 富山県民会館(612号室、613号室)

※詳細についてはホームページをご確認ください。

オークス オークス セシモニーホール 上市

個別相談 随時受付中

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。

オークス セシモニーホール 上市

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

富山県 上市町 北馬場線 北島 上市川橋 上市川

富山中郡 八幡町 農道

全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

問 富山地方法務局 人権擁護課 ☎ 441-6376

人権擁護委員による無料相談会を実施します。こどもの人権に関してお悩みの方はお気軽にお電話ください。

相談受付電話番号 ☎ 0120-007-110

相談内容 いじめ、体罰、不登校、親からの虐待、
その他こどもをめぐる各種問題

強化週間中の対応日時

8月28日(金)～9月3日(木) 8:30～19:00

※土・日は、10:00～17:00

北アルプスの登山道維持のため、 協力金へのご支援をお願いします

問 北アルプス富山県側登山道等維持連絡協議会事務局
環境省立山管理官事務所 ☎ 462-2301

中部山岳国立公園(北アルプス)は長距離にわたる登山道が広がっており、日本でも屈指の山岳景観を誇る場所です。この登山道は、これまで山小屋を中心とした関係者の労力や資金、行政の取組により維持されてきましたが、大雨等の自然災害による被害の増加、人件費や資材費等の高騰、作業の人手不足など、社会環境の変化によって、従来の体制での維持が年々難しくなっています。

そこで、登山道を利用する人や北アルプスを想う人が登山道を支える仕組みとして、「北アルプストレイルプログラム」が始まりました。この美しい北アルプスでの登山体験を未来へつなげるために、ぜひ協力金へのご支援をお願いいたします。※詳しくはホームページをご覧ください。



介護保険アレコレ

介護保険施設等に入所する一部の 方の食費・居住費が変わります



問 中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎ 464-1316

介護保険施設やショートステイを利用する方の食費・居住費については、低所得の方への補助(補足給付)を行っています。令和8年8月から、第3段階①・②に該当する方について、食費が日額**30円～60円**、一部の方を除き居住費については日額**100円**引き上がります。

8月の保険料(65歳以上の方)

特別徴収 第3期(8月の公的年金支払い時に天引き)

普通徴収 第2期(8月31日(月)納期限)

割引券

本券を切り取ってお持ちいただくと、1枚で2人まで展覧会を団体料金で観覧することができます。

一般 700円 ▶ **500円**

大学生 400円 ▶ **300円**

高校生以下無料

西田美術館「不思議の国のアリス展」

使用可能期間 2026年8月1日～9月13日

※原本のみ使用可(複製禁止)

7 2026年8月号

問 …お問い合わせ先

有機質肥料の販売について

問 富山地区広域圏衛生センター ☎ 472-2294

富山地区広域圏衛生センターでは、し尿や浄化槽汚泥を乾燥させ、肥料を製造・販売しています。良質な有機質肥料で、野菜や花栽培の元肥として最適です。

販売日時 平日 8:30～16:00(12:00～13:00を除く)

販売場所 富山地区広域圏衛生センター
(上市町稗田1番地)

販売価格 1袋 15kg 200円

令和8年社会生活基本調査を実施します

問 富山県経営管理部統計調査課 ☎ 444-3192

この調査は、わたしたちが1日のうちのどのくらいの時間を仕事、家事、地域での活動などに費やしているかや、過去1年間の自由時間にどのような活動を行ったかについて調査し、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の推進、少子高齢化対策などの政策に必要な基礎資料を得ることを目的として実施します。

8月下旬から「調査員証」を身に着けた調査員が調査対象地域を巡回し、調査地域の確認を行います。また、10月上旬から中旬にかけて、調査員が調査をお願いする世帯に伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、ご回答をお願いします。

調査対象 一般世帯(全国約95,000世帯、県内約1,700世帯)

※8月下旬～準備調査開始、10月上旬～調査票配布開始

調査期日 **10月20日**(火)

フォトロゲイニング® 上市まちのわ エントリー受付中です



問 産業課 商工観光班 ☎ 472-2505

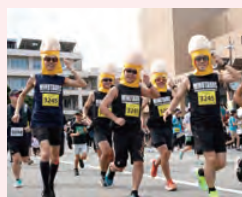
上市町の自然や温かいおもてなしなど、フォトロゲイニングをとおして町の魅力を改めて感じてみませんか?

日程 **10月11日**(日)

場所 ムヒ北アルプス文化センター

申込期限 **9月9日**(木)

※参加希望の方は「スポーツエントリー」からお申し込みください。



年金だより

国民年金に関する 電子申請をご利用ください



問 町民課 住基戸籍班 ☎ 472-2325

「マイナポータル」からマイナンバーカードを利用して、簡単にいつでも、どこでも電子申請ができます。申請可能な届出は、国民年金の加入や付加保険料納付申出・免除、学生納付猶予、産前産後免除該当届、口座振替納付の申請などです。申請後の状況や審査結果は、マイナポータルの申請状況照会ページで確認できます。

※詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

富山県東部消防組合の職員を募集します

**問** 富山県東部消防組合消防本部 総務課 ☎0765-24-0119

令和9年4月に採用予定の職員を募集します。

募集区分	消防（初級）
採用人数	若干名
受験資格	平成17年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた人で、身体要件を満たす人
一次試験日	9月20日(日)
申込期間	7月27日(月)～8月21日(金)

※申込方法・試験方法など詳しくは、組合ホームページをご覧ください（申込用紙などがダウンロードできます）。

※富山県東部消防組合の管轄は、魚津市、滑川市、上市町および舟橋村です。

求職者支援訓練の受講者を募集します

問 滑川公共職業安定所 ☎475-0324

(株)マーフィーシステムズ ☎0766-30-3533

求職者を対象に職業訓練を実施しています。

募集訓練科 初歩から身につくビジネスパソコン基礎科**訓練期間** 9月8日(火)～12月7日(月)**訓練場所** (株)マーフィーシステムズ**対象** ハローワークで求職の申込みをしている方など

※選考があります。受講料は無料、テキスト代などは必要です。

申込期限 8月17日(月)

富山県後期高齢者医療広域連合運営懇話会の公募委員を募集します

**問** 富山県後期高齢者医療広域連合事務局 ☎465-7501

年1回程度の懇話会に出席し、保険料や保健事業などの後期高齢者医療制度の運営について検討し、意見をいただきます。

任期 令和8年10月1日から令和10年9月30日まで**対象** 富山県内に住所を有する満75歳以上（令和8年4月1日現在）の方で、平日の会議に参加可能な方。**募集人数** 2人**応募期限** 8月31日(月)

初めての方も安心

無料スマホ教室を実施します

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

スマホの「わからない」をやさしくサポート！お茶を飲みながら楽しく学ぶことができます。

日時 毎月第3火曜日 13:00～15:00**場所** カミール3階 TERAKOYA かみいち**内容** 基本操作、アプリの使い方、疑問やお困りごとなど**参加費** 無料（お茶代100円）

※質問には順番にお応えしますので、待ち時間がかかります。

「胆嚢結石症について」

すこやか
サロンHealth
Columnかみいち総合病院
外科医員
金田 広志

食後にみぞおちや右上腹部が痛くなることはありませんか。胃の不調と思っていた症状の中に、胆石による痛みが隠れていることがあります。胆石とは、胆嚢という袋の中にできる石のようなかたまりです。胆嚢は、脂肪の消化を助ける胆汁をためておく臓器で、食事のあとに働きます。そのため、油ものを食べたあとや夜間に、みぞおちから右わき腹、背中にかけて痛みが出る場合があります。

一方で、検診や画像検査で胆石を指摘されても、症状がまったくない場合は、すぐに治療が必要とは限りません。ただし、痛みをくり返す場合や、痛みに発熱が伴う場合には、胆嚢炎などを起こしていることもあり、治療について詳しく相談することが大切です。症状がある胆石では、手術を含めた治療が検討されることがあります。

胆石は「見つかったら必ず

治療」という病気ではありませんが、「症状があるかどうか」で対応が変わります。検診などで指摘された場合も、そのままにせず、一度説明を聞いておくと安心です。食後の腹痛や気になる症状がある方は、医療機関に相談してみてください。



外来診療のお知らせ

血液内科外来の診療枠を増設しました

6月から多くの方にご利用いただけるよう次のとおり第2・4月曜日午後から毎週月曜日午後に診療枠を増設しました。

診療日	毎週月曜日 午後
担当医	富山大学附属病院医師





今月のおすすめ本

小説家、現役医学生、芸人など不登校や学校が苦手だった経験があり、今は自分らしく人生を歩んでいる著名人が、当時の思いを伝えるとともに読んで力になった本を紹介しています。著者が子どもたちを安心させるブックガイドを作ろうと企画した1冊です。



学校を休んだ日は本をひらいて
清 繭子/著 主婦と生活社/発行



今月の図書館・えほんしつカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
7/26	7/27	7/28	7/29	7/30	7/31	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	31	9/1	9/2	9/3	9/4	9/5

黒地に白文字の日は休館日



8月のイベント

▶絵本の読みきかせの会

日時 8月9日(日) 10:30～

場所 絵本コーナー

テーマ 夏 本番! ～暑さ、吹き飛ばせ!～



図書館ミニ情報

▶中学生のおすすめ本

「14歳の挑戦」で図書館を訪れた中学生が選んだ本を展示しています。

▶夏休み読書カード

夏休み読書カード実施中(対象0歳から小学6年生まで)

実施期限: 8月31日(月)

えほんしつ

ゆめぽっけ



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 おりがみ教室

8日(土)
10:45～

「ペンギン」「ふうりん」
をつくります

★8月のおススメコーナー★

テーマは「なつ ワクワク!」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。

8月は「ロケット」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!

8月の催し物 (12:30開演、観覧無料)

8日(土)	りんどうカラオケ会	公演
15日(土)	公演なし	公演
22日(土)	マジックサークル	公演
29日(土)	なんでもやー歌謡団	公演
9月5日(土)	つるぎ相撲甚句会	公演

ロビー展示など

天体写真鏡筒 So7ED70FF による写真展	8/1(土)～8/6(木)
「山の日」写真作品展示	8/8(土)～8/20(木)
稲垣寿雄 木版画作品展	8/22(土)～9/3(木)
ぼろろん会「ゆく夏奏でるピアノコンサート」	8/30(日) 14:00
「健康メディカル相談」	8月5日、9月2日(木) 13:30～※予約不要
「高須先生の色彩楽セミナー2026」	8月22日(土) 10:30～※要予約

8月は開館28周年記念月間です

開館記念に入浴料の割引を行います!

内容 8月1日～8月30日 大人通常650円→**550円**

営業時間 8月1日～8月30日は午後10時まで営業します。

夏休み家族ふれあい風呂体験 小学生以下**無料!**

期間 8月1日～8月30日※保護者の同伴が必要です。

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(水)、28日(金)
(ふろの日、プレミアムフライデー)

ポイント
2倍

2026年8月号 10

問 アルプスの湯
☎ 473-3272



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



書道とは、技術のみではありません。姿勢や呼吸を整え筆を運ぶ瞬間だけに意識を向け集中します。何度も書き直し「前よりよくなった」というドキドキ感。その緊張感と達成感が心地良い。課題だけでなく、色々な作品に挑戦する先輩方の姿を見て湧き上がる活力が、生活のメリハリとなります。

講座 書道講座（講師 長澤 孝子）

開催日時 毎月2回 月・火曜（13:30～14:30）

結核・肺がん検診（胸部エックス線検査）を受けましょう



問 上市町保健センター ☎ 473-9355

▲ LINE からのご予約はこちらから

今年度の結核・肺がん検診は、次の日程が最後となります。40歳以上で職場などで検診を受ける機会がない方は、ぜひ受診してください。

日程	時間	場所
8月17日(月)	13:30～15:30	つるぎふれあい館
10月4日(日)	8:30～10:30	※要予約

予約方法 それぞれ5日前までにお問い合わせ先へご予約ください。

町ホームページやLINEからも予約することができます。

※受診時の服装は、ボタンや刺繍、飾りのない無地のTシャツなどでお越しください。通院中や他機関で受診するなど、都合により町の検診を受診しないときは保健センターまでご連絡ください。

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

とやま週イチスポーツ推進事業「ズンバ」



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の「ズンバ」。しっかり汗をかいて、ストレスを発散させましょう。

講師 海老 美奈子 先生

開催日時 毎週 木 曜日 19:00～20:00

場所 つるぎふれあい館 2階 コミュニティプラザ
※エアコン完備

料金 さんさん会員 無料

さんさん会員以外 500円/1回

持ち物 内履きシューズ、飲み物、タオル

工芸館（8月）（旧柿沢コミュニティセンター）

問 弓の里歴史文化館 ☎ 473-8100 ※4月から名称が変わりました。

教室名（講師）	料金	日時
陶芸 (吉野 香岳 氏)	陶芸 1,500円	5日(水)
	絵付け 1,500円	8日(土)
	ろくろ 5,000円(要予約)	19日(水) 22日(土)
ステンドグラス (西島 直義 氏)	1回 2,000円 (材料・キット代別途)	23日(日) 13:30

親子

ステンドグラス
教室

8/9(日)

8月は、夏休みクラフト教室が開催されます（8/1(土)・8/2(日)）

また、親子木工工作教室が8/16(日)に開催されます。

広告

FIRST AUTO
(株)ファーストオート
上市町正印288

決算セール 開催中

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**
〒930-0051 富山県富山市室町通り1-4-14
古物商許可証富山県公安委員会501150000391号

Tel 076-434-3021
090-7599-4410

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	5・19日(水) 13:30～14:30	参加費 無料 持ち物 水分、タオル
	宮川公民館	4日(水) 13:30～14:30	
	弓庄公民館	28日(金) 13:30～14:30	
	音杉公民館	26日(水) 10:40～11:40	
	相ノ木公民館	5日(水) 13:30～14:30	
	柿沢公民館	20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	7・21・28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	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)
	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	6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。



「いつでも、どこでも」
わきあいあい体操動画



令和8年度認知症サポーターステップアップ講座のご案内(舟橋・上市・立山合同開催)

舟橋村・上市町・立山町では、認知症の人にやさしいまちづくりを目指し、地域ぐるみで認知症の方とその家族を支援する取り組みを行っています。

認知症サポーターの方を対象に、認知症の知識をより深め、地域で活動することを目的とした講座を開催しますので、ぜひご参加ください。(3町村の施策紹介や講義、意見交換などを行います。)

日時 9月3日(水) 13:30～16:00 (13:15から受付開始)

場所 舟橋村役場(舟橋村仏生寺 55)

対象 認知症サポーター養成講座受講者であり、受講後『おれんじメイト』として地域の認知症の方を支援する活動に取り組んでいただける方

申込期限 8月21日(金) **定員** 25人程度(先着順)

申込方法 上市町地域包括支援センターにお申し込みください。

※参加費は無料です。筆記用具、飲み物をお持ちください。



ウェルビーイングケアサポーター養成講座のご案内

健康や福祉、介護について幅広く知識を身に付けることができる講座です。講座を修了された方はケアサポーター(介護助手)として介護施設などで活躍することができます。

【基礎講座】

日時 8月30日(水) 13:00～16:30

場所 つるぎふれあい館 **内容** 介護に関する基礎知識

【体験実習】(基礎講座修了者対象)

日程 9月7日(月)～11日(金)

場所 お近くの施設や事業所など **内容** 介護に関する基礎知識

【入門講座】(基礎講座修了者対象)

日時 9/14、9/18、9/25 9:00～

場所 中新川広域行政事務組合

内容 尊厳の保持、QOLの向上、認知症の理解、生活支援技術の基礎

※お申込みは、407-4203に電話していただくか、2次元コードからお申込みください。



広告

天体写真鏡筒 So7ED70FF による写真展 [撮影：荒木 敦 (株)TAM 代表取締役]

そこにある宇宙 — わずか口径 70mm が魅せる深宇宙

入場無料 2026 8/1 sat >> 8/6 thu 10:00～17:00
会場：アルプスの湯 1F

コンパクトな天体写真鏡筒が写し出した数々の絶景をぜひご覧ください！

天七天文

株式会社 TAM 上市町広野 3146-1

ホームページは
こちらから▶▶





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個別に案内しています	8月6日(木) 9月3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12月生 令和7年1月生	9月10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5年2月生 令和5年3月生	8月27日(木) 9月24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7・8月生	8月5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8年2月生 令和8年3月生	8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	令和7年8月～ 令和8年1月生	8月19日(木)	13:00～13:30	母子健康手帳・バスタオル	定員10組(申込順) ※要予約
ママ&ベビーサポート教室	生後4か月までの お子さんとそのお母さん	8月5・26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。



上市町出産・育児支援サイト
「きらきらかみっ子」

※すくすく教室は、毎月実施。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。

ヘリカルCTによる肺がん検診のご案内(要予約)

日時 8月23日(日) 8:30～12:00

場所 つるぎふれあい館

対象 40～74歳

内容 問診とヘリカルCT検査
(コンピュータ断層撮影)

定員 70人

費用 ①今年度に到達する年齢が
50・55・60・65・70歳の方 3,300円
②上記以外の方 5,800円

申込期限 8月6日(木)まで

※保健センターへ電話にてご予約ください。
そのほか上市町 LINE 公式アカウントや
町ホームページからも予約することができます。
定員になり次第、受付を終了します
のでお早めにご予約ください。



◀ LINE からのご予約は
こちらから



一定速度で移動する寝台に横になって息を止めているだけの検査です(約15秒)。
連続回転スキャンで肺全体をミリ単位で断層した連続X線画像を作成します。

1歳6か月児健診の 子どもたち

令和6年10,11月生まれ

次回撮影日 9月10日(令和6年12月、令和7年1月生まれ)





ふるさと町民学園

温故知新 古きを尋ねて上市の面白さを知る

白萩南部公民館や香積廣野神社、カミール周辺において、6月のふるさと町民学園が3日間に分かれて実施され、延べ78人が参加しました。今回は上市町を舞台に、歴史や文化、移り変わる町並みの様子などについて当時の写真や映像などを見ながら話を聞いたほか、今と昔の様子を比べながらカミール周辺を散策しました。



▲白萩南部公民館で話を聞く様子

7/4

教育講演会

上市町文化研修センターにおいて教育講演会が開催され、教育関係者など約90人が参加しました。講演会では、講師として招へいた神奈川大学名誉教授の



おたけ ひろかず
大竹弘和氏が「教育再生！21世紀型の学校とは」をテーマに、子どもや社会を取り巻く課題や官民連携による学校づくりの重要性などについて講演されました。

生きがいデイサービス室

7/1

「おたっしゃ家」改名式

生きがいデイサービス室「おたっしゃ家」において改名式が行われ、同施設の管理者である上市町社会福祉協議会の吉田清人会長が新愛称「ふれあいクラブ」を発表しました。おたっしゃ家は上市中央小学校内にある施設で、おおむね60歳から介護認定要支援の方への介護予防や生きがい活動の支援を行っています。新愛称はさらなる事業の充実を目指して募集されたもので、10代から90代までのおよそ100人から応募があり、厳正なる審査の結果「ふれあいクラブ」が選定されました。



▲施設の利用者も改名式に参加しました

地域を明るくしよう！

6/20

花の植え付け活動

広野地内において花の植え付け活動が行われ地区の住民約80人が参加しました。この活動は、広野自治会、環境活動組織、児童クラブが、それぞれのメンバーと交流しながら花を植えることで、地域を明るくすることを目的として毎年実施しているものです。

当日はサルビアやマリーゴールドなど約10種類1000ポットほどを手分けして植え付けました。活動を主催した広野の酒井忠雄区長は「これからも活動を続け、明るく賑やかな地域をつくっていききたい」と話しました。



姉妹都市交流

6/23

九十九里町産のはまぐり給食

町内の小中学校で、姉妹都市の千葉県九十九里町の特産品であるはまぐりが提供されました。この取り組みは同町の魅力を児童生徒に知ってもらおうと今回初めて実施したものです。児童は、はまぐりがどうやって調理されるかの動画を見た後、大きなはまぐりを殻に溜まった出汁と一緒に食べ、「おいしい」「今まで食べたハマグリの中で一番大きい」と言いながら味わいました。また、食べ終わった貝殻を洗って持ち帰る児童もあり「記念に家に飾る」「家族に見せたい」と嬉しそうに話しました。





観光振興事業功労者表彰

観光事業の開発推進、観光資源の保護、育成または観光観念の普及に寄与し、その功績が顕著であると認められた方に送られる「観光振興事業功労者表彰」を大岩観光開発の中田眞法会長が受賞しました。

中田さんは平成15年から同団体の会長として、大岩エリアの活性化に尽力するとともに大岩山日石寺が有する多数の文化財などを県や町、観光協会と連携したプロジェクトの造成や各種イベントの開催を通じて広く発信されています。



7/3

上市高校「地域の魅力を見つけて発信プロジェクト」

上市高校において「地域の魅力を見つけて発信プロジェクト」外部講師リレー講演が開催され、2年生の生徒約70人が、町内で活躍している事業者やクリエイターなどから地域での活動について話を聞きました。このプロジェクトは、上市高校生が上市町の魅力を主体的に発見し広く社会へ伝えていくものです。当日は4人の講師から町の観光資源や課題などを聞きました。

今後、生徒が実際に町に出てフィールドワークや取材を行い、町の魅力をホームページやSNSで広く発信していく予定です。



▲「移住・定住支援の強化」についての話を聞く様子



ひーろーかんぱに通信 地域を元気にする中学生 — 私の成長 —

今回は、3年生の谷村唯莉さんのインタビューをお届けします。

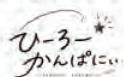
2年生で入部した谷村さん。メンバーの中でも特に数多くの活動に参加してきました。特に思い出に残っている活動は「カミノイチ」、「東洋大学との料理企画」、「こども食堂」でいろんな世代の人と会話する楽しさを知りました。以前は「自分の言動が友達にどう思われているのか不安や怖さがあった」そうですが、活動の中で「地域の皆さんはどんな自分でも温かく受け止めてくれる」と肌で感じ、今では飾らない素の自分のままで、自信を持って過ごせるほど明るく変わったそうです。特にカミノイチで出会ったお店の方から貰った「次もよろしくね。」という言葉は、自分が認められ、次も期待されているんだと実感できとても嬉しかったと振り返ります。後輩へ向けて「相手が友達じゃないからこそ、自分らしく飛び込んでみて！」とエールを送る谷村さん。

この町で【人間力】を磨いた先輩の姿は、ひーろーかんぱにの、そしてこの町の頼もしい未来そのものです。



【Information】

ひーろーかんぱにInstagram開設！活動の様子をお知らせしていきます。



▲カミノイチでスウェーデンからのお客様に上市の魅力を伝える谷村さん

7/5

第3回 つるぎ山麓トレイル du 上市

富士化学スポーツパーク丸山を発着に、第3回 つるぎ山麓トレイル du 上市が開催され、県内外から約1,100人が上市町を駆け巡りました。大会はショート、ミドル、ロングの3部門が設けられ、参加者は大岩や種、千石地区など自然あふれるコースに挑み、大きな応援や心のこもったエイドなどを励みに完走を目指しました。

▲午前6時にスタートしたロングの部



7/5

第8回健康マージャン上市大会

つるぎふれあい館 コミュニティプラザにおいて第8回健康マージャン上市大会が開催され、県内から小学2年生～80代までのマージャン愛好家144名が参加し腕を競いました。健康マージャンは「賭けない・飲



まない・吸わない」のスローガンのもと、認知症予防や脳トレに効果があると注目が高まっており、町内の複数の公民館講座でも実施されています。

不思議の国の アリス展

- アリスと一緒に迷い込む -



創造者ルイス・キャロルとワンダーランド

開館時間 9時30分～16時30分（入館16時まで）
休館日 月曜日・火曜日

入館料 一般700円(500) 大学生400円(300) 高校生以下無料 ※()内は団体料金
会場 西田美術館 1F 第3展示室・2F 第4展示室

2026. 8. 1(土) - 9. 13(日)

主催/上市町・西田美術館 共催/北日本新聞社、北日本放送
後援/富山県、富山新聞社、北國新聞社、富山テレビ放送、チューリップテレビ、北陸朝日放送、Net3、
FMとやま、富山シティエフエム、日本ルイス・キャロル協会、上市町観光協会、朝岳資料コーナー運営委員会
協力/文苑堂書店 協賛/富山県民芸術文化祭 2026

富士化学工業グループ
西田美術館
〒930-0405 富山県中新川郡上市町郷柿沢 1
TEL (076)472-4352 FAX(076)-472-5559
www.nishida-museum.com



デジタルクリエイター 藤田ひろゆき氏講演会 もしゴッホがAIを持っていたら

7ページの割引券をご利用いただくと、団体料金で入館することができます。

■ 町の人口と世帯数

令和8年7月1日現在

人口	18,111	(-18)	(-327)
男	8,733	(-11)	(-153)
女	9,378	(-7)	(-174)
世帯数	7,598	(-11)	(-37)

() 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・森林環境税 第2期
国民健康保険税 第2期
後期高齢者医療保険料 第2期

納期限 8月31日(月)

■ ご寄附感謝

がんばるかみいち総合病院応援基金へ
3件、5万5千円(累計5,278万831円)
上市ロータリークラブ様 紙芝居12組
企業版ふるさと納税として ㈱NEXT ONE様

■ 善意銀行(町社会福祉協議会 6/2～7/1)

上市町仏教会様 3万円、上市ライオンズクラブ様
使用済み切手 279.3g、匿名様 日用品21点、
タオル他61点、使用済み切手 79g

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㈱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。



▲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