

# むらかみ

MURAKAMI

市報

レイアウト  
変えました



2015年  
**8.1**

村上市役所(本庁)  
☎ 53-2111  
FAX 53-3840

荒川庁舎  
☎ 62-3101  
FAX 62-5275

神林庁舎  
☎ 66-6111  
FAX 66-6110

朝日庁舎  
☎ 72-0111  
FAX 72-0328

山北庁舎  
☎ 77-3111  
FAX 77-2217

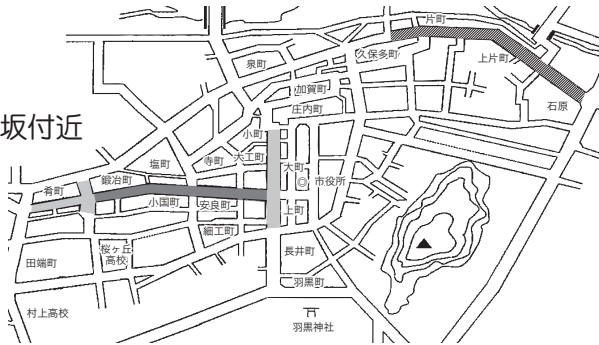
## 七夕祭り屋台運行に伴う交通規制

村上地区の夏の風物詩「七夕祭り」が8月16日(日)・17日(月)に開催されます。これに伴い、下図のとおり臨時交通規制が行われます。また、車両通行止め区間以外で屋台とすれ違ったり追い越したりする際は、交通誘導員の指示に従って安全な運転をお願いします。

[規制期日] **8月17日(月)**

[規制区間]

- 全面車両通行止め  
午後6時～8時  
・小町～大町通り  
・肴町十字路～恵比寿坂付近
- 全面車両通行止め  
午後6時～10時  
恵比寿坂付近～安良町
- ▨ 全面車両通行止め  
午後10時～11時  
久保多町～国道7号



☎ 七夕祭実行委員会 (森本 ☎080-1297-1202)

鳴らしますので、黙とうをお願いします。

黙とうを  
全国戦没者や原爆死没者に



## 七夕祭りに伴う路線バス運行ダイヤの変更

七夕祭りのため、市内の路線バスの運行ダイヤが変更となります。

【8月17日(月)】

変更前

変更後

村上～松喜和線  
(営業所18:25発)

→ 営業所を7分遅れ(18:32発)で出発します  
※NTT前～安良町～肴町上通は通りません

※村上～新潟間の高速バスは、通常どおり運行します

☎ 新潟交通観光バス株式会社 村上営業所 (☎53-4161)

環境課生活環境室

(市役所本庁内線 ☎271)

● その他 供物の収集場所ではなく、燃やすごみとしてごみステーションに出す場合は分別を徹底してください。  
※燃えない物は「燃やさないごみ」の日に出してください。

● 収集時間  
午前5時30分～8時  
● 収集方法 ごみ指定袋に入れるか、処理券(シール)を貼って出してください。

● 供物の収集場所  
・イヨボヤ会館駐車場  
・岩船岸見寺町地内  
・岩船漁協前(立て看板で表示)  
・岩船下浜町地内  
(立て看板で表示)

● サイレンの吹鳴時間  
・8月6日(木)  
午前8時15分(広島)  
・8月9日(日)  
午前11時2分(長崎)  
・8月15日(土)  
正午(全国戦没者追悼式)

● 総務課総務・危機管理室  
(市役所本庁内線 ☎313)

● 8月16日(日)にお盆の供物収集を行います

● 8月16日(日)にお盆の供物収集を行います

● 8月16日(日)にお盆の供物収集を行います

● 8月16日(日)にお盆の供物収集を行います

**ゴミ処理場の個人搬入の受け入れについて**

8月は、ごみの搬入車両が多  
く混雑します。個人で直接搬入  
する場合は、受付時間を確認し、  
時間に余裕を持ってお越しくだ  
さい。

●ごみ搬入の受付時間

〔月曜日～土曜日〕

午前8時30分～午後4時

※お盆期間の8月13日(木)～15  
日(土)も平常通り受け入れま  
す。

●休業日 日曜日・年末年始

岡村上環境テクノロジ(株)工  
「パークむらかみ内」60・  
2430)

**9月9日は「救急の日」**

**9月6日～12日は「救急医療週  
間」**

消防本部では、誰にでもでき  
る応急手当の講習会「普通救命  
講習会」を毎月第3日曜日に無  
料で開催しています。

皆さんもこの機会に応急手当  
の講習を受けてみませんか。

※「普通救命講習会」の詳細に  
ついては、お問い合わせいた  
だくか市ホームページをご覧  
ください

岡 消防本部警防課救急企画

係(☎53・72223)

**個人事業税の納税はお早めに**

8月10日(月)ごろに納税通知書  
を送付します。納税通知書が届  
いたら最寄りの金融機関か郵便  
局、地域振興局県税部で納めて  
ください。

●納期限

〔第1期〕 8月31日(月)

〔第2期〕 11月30日(月)

●口座振替について

納税には口座振替が便利で  
す。

預金口座のある金融機関で  
申し込むと、次のとおり口座  
振替が開始されます。

〔7～9月に申し込んだ場合〕

今年の第2期分から

〔10月～平成28年6月に申し込  
んだ場合〕

来年の第1期分から

岡 新発田地域振興局県税課  
税課(☎0254・26・90  
24)

**障害基礎年金をご存じですか**

●請求できる人

障害の原因となった病気や  
けがで初めて診察を受けた日  
が「国民年金加入期」「20歳  
前または60歳以上65歳未満の  
年金未加入期間」のいずれか  
の間にあり、障害等級1級・  
2級の状態の人。

●請求期間

初めて医師の診察を受けた  
日から1年6か月を過ぎた日  
から請求できます。

●請求する前に診察を受け  
た人や、特定の障害の人など  
は、それ以前に請求できる場  
合があります。ただし、一定  
期間以上保険料を納めていな  
いと、年金を受けられないこ  
ともあります

●その他 請求する場合は、事  
前に主治医に相談してくださ  
い。また、必要な書類など詳  
しくはお問い合わせください。

岡 新発田年金事務所お客様

相談室(☎0254・23・2  
128)

市民課市民年金室(市役所本  
庁☎内線285)または各支  
所地域振興課市民生活室



『あさひでス求婚in Summe  
r』とサルとクマと女神たち。一  
期一会のお祭りさわぎ

ゆるスポーツ&朝日産の食材  
でバーベキューなどを楽しみな  
がら、友達の輪を広げてみま  
せんか。

●とき 9月12日(土)

「受け付け」午前9時30分～  
午前10時～午後5時(予定)

●ところ 朝日みどりの里屋根  
付き多目的広場ほか

●参加資格

おおむね25～40歳の独身の  
男女各20人(先着順)

●募集人数

参加費 男性5000円  
女性3000円

●申し込み

8月21日(金)までに愛ラン  
ドあさひ(☎72・1445)へ

「消費生活サポーター養成講座」  
受講者募集

身近な人への消費者被害防止  
の注意喚起や消費生活トラブル  
相談などの助言を行うボラン  
ティアの養成講座を開催します。

●とき 9月30日(水)、10月7日  
(水)・14日(水)・20日(火)・28日(水)

11月4日(水)

**市報むらかみに掲載する  
有料広告を募集しています**

10月15日号～1月15日号に掲載する広告を募集  
しています。

募集期間 8月14日(金)まで

申し込み 申込書に広告の見本を添えて申し込んで  
ください。申込書は政策推進課にあるほ  
か市ホームページからもダウンロードで  
きます。

※10月1日号までに掲載する広告は、随時募集して  
います。詳しくはお問い合わせください

岡 政策推進課企画政策室 (市役所本庁☎内線534)

※いずれも午前10時～午後3  
時30分

●ところ マナーテ村上

●対象 サポーター活動や消費  
者問題に関心のある人

●定員 30人程度

※受講の可否については9月  
11日(金)までに通知します

●受講料 無料

●申し込み 8月1日(土)～31日  
(月)までの間に電話またはファク  
シミリで申し込んでください。

●主催 新潟県

●その他 保育ルームがあります。

岡 新潟県消費者協会

(☎) FAX 025・281・5  
558)

**村上市美術展覧会と村上市文化展の作品を募集します**

●とき

11月1日(日)～3日(火・祝)

●ところ 村上体育館2階

●審査員 坪谷幸作氏(日本画)、田中守氏(洋画・版画)、風間美代子氏(彫塑・工芸)、小林睦水氏(書道)、山田昌男氏(写真)

●応募資格 15歳以上の人(中学生を除く)

●文化展の作品について 審査はありません。市展の各部門や規格に当てはまらない作品などを募集します。

●申し込み 10月1日(木)から16

日(金)までに生涯学習課社会教育推進室に出品申込書を提出してください。

※開催要項、出品申込書はマナボーテ村上で配布します。また、市のホームページからもダウンロードできます

●問 生涯学習課社会教育推進室(マナボーテ村上内) ☎53・2446



瀬波温泉納涼祭

福引や夜店・花火打ち上げな

**子育て支援センターからのお知らせ**

**リフレッシュ講座**

日頃の疲れを体を動かしながらリフレッシュしませんか。

とき 9月3日(木) 午前10時～11時  
ところ 山北ゆり花会館 集会室  
講師 山北スポーツ協会 健康運動指導士 大滝 仁志 氏

対象 乳幼児のいるお家の人  
定員 15人(先着順)  
受講料 無料  
持ち物 タオル、飲み物  
その他 保育ルームあり。  
(定員15名・申し込みが必要)



●問 8月26日(水)までに山北子育て支援センター(山北にじいる保育園内 ☎77-2012)へ

**育児講座「親子でランチ！」**

**今日からパパはコックさん!**

パパが作ったランチを親子で食べましょう!パパが調理している間、ママと子どもは、親子遊びをして楽しめます。

とき 9月5日(土) 午前10時～午後0時30分  
[受付] 9時30分～  
ところ マナボーテ村上  
講師 福茶cafe'sキッチン 富田 絵里子 氏

対象 未就学児とその保護者  
定員 12組(先着順)  
受講料 200円(1組)  
持ち物 エプロン、三角巾、スプーン、飲み物  
申し込み 8月5日(水)から28日(金)の間に電話で申し込んでください。

●問 神林子育て支援センター(☎66-7297)

**育児講座「幼児安全法」**

乳幼児に起きやすい事故を未然に防ぐ方法や、ケガの応急処置について学びます。

とき 9月9日(水) 午前10時～11時30分  
ところ 神林子育て支援センター  
講師 日本赤十字社新潟県支部 幼児安全法指導員

対象 乳幼児のいるお家の人  
定員 30人(先着順)  
受講料 無料  
申し込み 8月5日(水)から9月7日(月)の間に電話で申し込んでください。

その他 保育ルームあり。  
(定員15名・申し込みが必要)  
●問 神林子育て支援センター(☎66-7297)

ど誰でも参加できるお祭りです。

●とき 8月5日(水)～7日(金) 午後6時30分～9時15分

●ところ 瀬波温泉駐車場特設 イベント会場

●問 瀬波温泉旅館協同組合(☎52・2656)

**総合文化会館のピアノを一般開放します**

音響反射板を設置したホールでピアノ(スタインウェイD・274)の練習ができます。

●とき 8月22日(土)～28日(金)

●利用時間 午前9時～午後9時  
※1人1日1時間

●ところ

総合文化会館 大ホール

●対象 市民

●料金 無料

●問 8月21日(金)までに総合文化会館(☎72・6700)へ

**大須戸能「新能」の開催**

新潟県無形文化財に指定されている大須戸能の幽玄の世界をぜひご覧ください。

●とき 8月15日(土)

●開場 午後5時30分  
●開演 午後6時30分

●ところ

朝日みどりの里日本庭園

※雨天の場合は総合文化会館

●番組 舞囃子「狸々」、狂言「蟹山伏」、能「紅葉狩」

●その他 申し込みは不要で観覧は無料です。状況により写真撮影を制限する場合があります。

●問 生涯学習課文化行政推進室(教育情報センター内) ☎53・7511





縄文の里・朝日イベント情報

縄文なりきり体験

石器を包丁代わりに肉や野菜を切り、火おこしてバーベキューを楽しみます。

とき 8月23日(日)  
午前9時～午後3時

ところ 縄文の里・朝日

定員 20人(先着順)

参加費 500円(材料費・昼食代込み)

申込 8月16日(日)までに縄文の里・朝日  
(☎72-1577)へ



韓国・中東へ渡航する人へ

マーズ  
中東呼吸器症候群(MERS)にご注意を!!

[現地では]

- ・こまめに手を洗う。
- ・咳やくしゃみをする人、動物(ラクダなど)との接触は可能な限り避ける。

[帰国後]

現地でMERSが疑われる患者が入院する病院に行った場合は、検疫所でしっかり申告する。

※帰国後14日以内に発熱などがある場合は、**医療機関に直接行かず**に**村上保健所(☎53-8368)**に連絡してください

平成27年度新潟県少年の主張大会  
わたしの主張『村上・岩船地区大会』

サロンコンサート「アコースティックライブwith菜の花's手作り雑貨マーケット」

第3回村上ソーシャルマラソン(シャルソン)

鮭に関する講演会

三面川の分流「種川」について、その歴史をわかりやすく解説します。

とき 9月12日(土)

講演会 午後7時～  
※午後6時から開場、イヨボヤ会館を見学できます

ところ イヨボヤ会館 地下三面川鮭観察自然館

講師 村上歴史研究会会長 本間 哲朗 氏

参加費 大人 300円

高校生以下無料

申込 イヨボヤ会館  
(☎52-7117)

第6回 市民公開セミナーin村上・岩船「あなたの腎臓だいじょうぶ?」

今回は、高血圧と糖尿病についてもお考えます。

とき 9月13日(日)

開場 午後1時30分

開会 午後2時～4時

ところ 教育情報センター

申込 950・0901

新潟市中央区弁天3・2

・3 新潟駅前ビル9階

中外製薬(株)第6回市民公開

セミナーin村上・岩船受付係

村上記念病院

(事務局☎52-1229)



村上の旬の食材を使った料理講習会

とき 8月26日(水)

午前9時30分～午後1時

テーマ ナスと旬の魚介類を

使ったおもてなし料理

ところ マナボート村上

講師 割烹新多久料理長

山貝 真介 氏

定員 20人(先着順)

参加費 1人 500円

持ち物 エプロン、三角巾

申込 8月3日(月)～14日(金)まで

に農林水産課農業振興室(市役所本庁☎内線346、34

8)へ

村上市・関川村・粟島浦村の各中学校から代表に選ばれた11人が自分の考えを発表します。

ぜひご来場ください。

とき 8月22日(土)

午後0時50分～

ところ 教育情報センター

視聴覚ホール

入場料 無料

審査中のアトラクション

村上東中学校吹奏楽部の皆さんによる演奏が披露されます。

申込 村上地域振興局健康福祉部

企画調整課(☎53-8336

1)

気軽に楽しめるアコースティックライブのほか、市内外の手作り作家や雑貨屋が集まった「菜の花's手作り雑貨マーケット」も開催します。

とき 8月23日(日)

午前10時～午後3時30分

ところ 市民ふれあいセンター

ふれあいホール

出演 市内外で活躍する

ミュージシャン数組

入場料 無料

申込 市民ふれあいセンター

(☎52-0201)

その他 詳細は村上シャルソン

ツなし)

のフェイスブックをご覧ください。  
申込 8月31日(月)までに村上シャルソン実行委員会事務局(渡辺☎52-6612)へ

その他 詳細は村上シャルソン

ところ 教育情報センター

ペアレントトレーニング講座

親として成長するために、子育て・家庭教育について学んでみませんか。

●とき・内容

① 8月29日(土)

オリエンテーション

② 9月12日(土)

ほめ方のコツ

③ 9月26日(土)

上手な無視の仕方

④ 10月10日(土)

無視とほめるの組み合わせ

⑤ 10月24日(土)

効果的な指示の出し方①

⑥ 11月14日(土)

効果的な指示の出し方②

⑦ 11月28日(土)

よりよい行動のためのチャート

※いずれも午前9時30分～11時

●ところ マナボータ村上

●講師 ともぞちちNature

●対象 4～10歳までの子ども

の保護者で7回とも参加できる人

●定員 10人(先着順)

●参加費 無料

●申し込み 電話またはフアク

シミリ・メールで8月21日(金)

までに申し込んでください。

詳細は、市ホームページに掲載

スノーウェディング 参加カップル募集

雪だるま作りと幻想的な雪明りを楽しむイベント「スノーマンがやってきた!」の中で、スノーウェディングに参加を希望するカップルを募集します。雪原に輝く手作りの雪のチャペルでロマンチックな“手作り結婚式”を挙げてみませんか。



とき 平成28年2月14日(日)

ところ 大毎地内

募集数 1組

募集期限 12月25日(金)

参加費 無料

※参加されるカップルが決まり次第、募集を締め切ります。応募方法など、詳しくはお問い合わせください

問 申 夢21・さんぼく塾 (山北支所内 ☎77-3111)

載っています。

問 申 中央公民館(マナボータ村上内 ☎53・5111)

パステルアート教室(全4回)

パステルの素材の特徴である穏やかで温かみのあるトーンを指で描きます。

●とき

9月2日(水)・16日(水)

10月7日(水)・21日(水)

※いずれも午後1時30分～3時

●ところ 荒川地区公民館

●講師 馬場 綾子 氏

●定員 24人(先着順)

●参加費

400円程度(材料費)

●持ち物 参加者へ後日連絡します。

問 申 8月20日(木)までに荒川地区公民館(☎62・3050)

へ

レクリエーション・インストラクター養成講座

●とき 9月5日(土)・6日(日)

10月3日(土)・4日(日)・31日(土)

11月1日(日)・8日(日)

●ところ マナボータ村上

※11月8日(日)のみデンカビツ

グスワン(新潟市中央区清

五郎67番地12)

●定員 20人(先着順)

●受講料

2万円(テキスト代など含む)

●その他 講義内容など詳細については、お問い合わせください。

●主催

新潟県レクリエーション協会

問 申 8月14日(金)までに村上市

レクリエーション協会(内山

☎52・4574)へ

手話奉仕員養成講座(入門過程)

聴覚障がい者や福祉制度について理解と認識を深め、日常会話のための手話表現技術などを取得するための講座です。

●とき 9月7日(月)～11月12日(木)の毎週月・木曜日

午前9時30分～11時30分

※祝日を除く

●ところ マナボータ村上

●定員 20人(先着順)

●受講料

3240円(テキスト代)

●その他 8割以上出席した人には修了証を交付します。

問 申 8月31日(月)までに社会福祉協議会地域福祉課(☎62・

7757)へ

スポーツ

第21回 あかまつ荘グラウンドゴルフ大会

●とき 9月8日(火)

午前9時～午後3時30分

●ところ 三面川中州公園

※小雨決行

●対象 市内在住の高齢者6人で編成したグループ

●参加費 1人1500円(昼食・保険料など)

●申し込み 8月21日(金)までに村上支所老人クラブ連合会事務局に備え付けの申込用紙に必要事項を記入のうえ、参加費を添えて申し込んでください。

問 申 村上支所老人クラブ連合会事務局(クリエート村上内 ☎53・3000)

【お詫びと訂正】

市報7月15日号の8ページに掲載した8月の乳幼児健診(村上地区1歳6か月児)で一部誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

(誤) 対象児の誕生年月 平成25年1月

(正) 対象児の誕生年月 平成26年1月

## 目指せ！無事故・無違反100日間「安全運転・チャレンジ100」参加チーム大募集

ドライバー5人でチームを組み、お互いに注意しあって100日間無事故・無違反を目指します。達成したチームにはもちろん記念品が贈られるほか、抽選で50万円分の旅行券や温泉宿泊券などの豪華景品が当たります。

|         |   |
|---------|---|
| 募集締め切り日 | 8月31日(月) (消印有効)   |
| 実施期間    | 9月23日(水・祝)～12月31日(木)の100日間  |
| 参加資格    | 運転免許証を有し、県内に居住または通勤・通学する人<br>※過去の違反や事故歴の有無、自家用車、営業車の運転別は問わず、年齢制限もありません  |
| 募集対象    | 家族・友人・職場の仲間など免許を有する5人1チーム<br>※同じ人が2チーム以上で参加することはできません   |
| 申込方法    | 市民課または各支所地域振興課、警察署、交通安全協会などに備え付けの申込書に必要事項を記入のうえ、郵便局窓口で参加費を振り込んでください。<br>※10チーム以上の企業・事務所単位で参加する場合は、「団体の部」扱いとなりますので、申込書を事務局に一括送付して申し込んでください |
| 参加費     | 1チーム1,000円 (参加費の一部は新潟県交通遺児基金に寄付されます)  |
| 申込先     | 〒950-8570 新潟市中央区新光町4番1号<br>新潟県交通安全対策連絡協議会「安全運転・チャレンジ100実行委員会事務局」(☎025-285-5511内線2485～2487)  |
| その他     | 65歳以上の人を対象とした「いきいきクラブ・チャレンジ100」も参加者を募集しています。詳しくは、(財)新潟県交通安全協会 (☎025-285-3755) へお問い合わせください。  |

☎ 市民課生活人権室 (市役所本庁 ☎内線286) または各支所地域振興課市民生活室

## 勤労青少年ホーム ～後期受講生募集～

**対象** 市内在住または在勤・在学のおおむね15～40歳の人。ただし、定員に満たない場合はその他の人も受講できます。

**申し込み** ・各講座とも開講日の一週間前までに申し込んでください。  
・今年度初めて利用する場合は、青少年ホームの利用登録 (登録料500円) が必要です。青少年ホームに備え付けてある登録申請書に必要事項を記入し、窓口で手続きしてください。

**ところ** ・プロが教えるフランス料理講座 (マナボーテ村上)  
・その他の講座 (勤労青少年ホーム)

**その他** 受講料、教材費は各講座とも初回に一括で納めてください。

| 講座名              | 開講日・時間                        | 回数 | 受講料<br>教材費など         | 定員 | 講師                          |
|------------------|-------------------------------|----|----------------------|----|-----------------------------|
| 初心者<br>硬式テニス     | 9月1日～ 毎週火曜日<br>午後7時30分～9時     | 8  | 1,200円<br>-          | 10 | 硬式テニスサークルコーチ<br>勤労青少年ホーム利用者 |
| きもの着付け           | 9月3日～ 毎週木曜日<br>午後7時30分～9時30分  | 12 | 1,800円<br>必要に応じて     | 8  | 小林豊子着物学院認定講師<br>磯部 真由美 氏    |
| 家庭料理             | 9月8日～ 第2火曜日<br>午後7時～9時        | 3  | 500円<br>2,000円 (3回分) | 10 | 栄養士<br>中村 絵美 氏              |
| アロマテラピー          | 9月16日～ 第3水曜日<br>午後7時30分～9時30分 | 4  | 600円<br>1,500円 (1回)  | 8  | NARDアロマインストラクター<br>遠山 貴志子 氏 |
| プロが教える<br>フランス料理 | 10月8日～ 第2木曜日<br>午後7時30分～9時30分 | 5  | 750円<br>1,000円 (1回)  | 15 | 料理工房フジ<br>藤山 敏朗 氏           |
| はじめて<br>ウクレレ     | 10月23日～ 金曜日<br>午後7時30分～9時30分  | 5  | 750円<br>-            | 10 | ハワイアンウクレレ奏者<br>坪井 宏治 氏      |

※各種スポーツや手芸、手話などの自主サークルの会員も募集しています。詳しくは市ホームページをご覧ください

☎ 勤労青少年ホーム (☎53-2005)



# 「総合型スポーツクラブ」のイベント・講座のご案内



## 希楽々

問申 (☎66-8119)

### 第11回 希楽々★夏祭りカラオケ大会

●とき 8月23日(日)

午前9時30分～午後3時30分

●ところ

神林農村環境改善センター

●内容 カラオケ、アトラク

シヨン、お楽しみ抽選会など

朝日スーパーラインと鳴海金山ウオーク

●とき 9月5日(土)

【集合】午前8時

●集合場所

神林農村環境改善センター

●定員 20人(先着順)

●参加費 会員 2500円

非会員3000円

●申し込み 8月25日(火)まで

チャレンジ！サタスポ 陸上

●とき 9月5日(土)・19日(土)

午前10時～11時

●ところ 神林総合体育館

●対象 小学生

●定員 25人(先着順)

●参加費 5000円(1か月)

●申し込み 随時受け付けます。

## ウェルネスむらかみ

問申 (☎52-6311)

### ハッピークッキング&

料理教室コラボ企画

●とき 8月27日(木)

午前10時～午後1時

●ところ マナボート村上

●定員 男性8人・女性12人

●参加費 (材料費込み)

会員 1000円

非会員1500円

●申し込み 8月20日(木)まで

トレッキング・登山ツアー  
「月山」八合目～姥沢小屋コース

●とき 9月11日(金)

【集合】午前4時50分

●集合場所 村上体育館

●参加費 会員 4500円

非会員5000円

●申し込み 8月11日(火)～28日(金)まで

※リフト代別途580円

### 市民野球大会

●とき 9月13日(日)

※予備日 9月27日(日)

●ところ 朝日球場 ほか

●定員 12チーム(先着順)

●参加費 (1チーム)

一般 4000円

中学生・高校生チーム

3000円

●申し込み 8月28日(金)まで

## 愛ランドあさひ

問申 (☎72-1445)

### 秋からの体力づくり①

「エアロビクス教室」

●とき 毎週金曜日

午後7時30分～8時30分

●ところ 小川小学校

●参加費 (1回) 会員3000円

非会員5000円

●申し込み 随時受け付けます。

※初心者もレベルに合わせて

楽しめま

秋からの体力づくり②  
「太極拳教室」

●とき 毎週木曜日

午後7時～8時30分

●ところ 朝日保健センター

●参加費 (1回) 会員5000円

非会員8000円

●申し込み 随時受け付けます。

「体力測定会」  
自分の体力を知ろう

●とき 9月16日(水)

【65歳～79歳】午前10時～11時

【20歳～64歳】午後7時～8時

●ところ 朝日総合体育館

●内容 体力測定の結果から、

一人一人に適した運動などを

紹介します。

●参加費 1000円(保険料)

●申し込み 9月1日(火)まで

## サンスマイルあらかわ

問申 (☎62-3248)

### 第5回 アスリートのためのレ

ベルアップ講座～テーピング～

●とき 8月31日(月)

午後7時30分～8時30分

●ところ 荒川総合体育館

●対象 高校生以上の競技ス

ポーツに取り組んでいる人

スボ少・中学生の保護者

●内容 痛みや故障を防ぐため

のテーピング講座です。不安

を軽減しパフォーマンスを発

揮するために役立ちます。

●講師 スポーツトレーナー

時田 翔太 氏

●参加費 7000円(1人)

(テープ代込み)

●申し込み 8月28日(金)まで

リンパマッサージ講座 リンパ

の流れをよくして疲れを取ろう

●とき 9月2日～16日の毎週

水曜日(全3回)

●ところ 荒川総合体育館

●対象 18歳以上

●内容 昨年好評だったリンパ

マッサージを今年も3回シリー

ズでじっくりと紹介します。

●参加費 (1回) 会員4000円

非会員5000円

(オイル代込み)

●申し込み 9月1日(火)まで

## さんぽくスポーツ協会

問申 (☎77-2828)

### フラダンス教室

●とき 毎月第2、4木曜日

午後7時30分～9時

※8月13日(木)を除く

●ところ さんぽく会館

●参加費 1000円(1か月)

●申し込み 随時受け付けます。

巡回シェイプアップ教室

●とき 8月4日～9月29日の

毎週火曜日(祝日を除く)

午後7時～8時

●ところ 中浜農村研修セン

ター、大毎集落開発センター、

勝本公民館、寒川生活改善セ

ンター

●参加費 会員 3000円

非会員5000円

●申し込み 随時受け付けます。

巡回腰痛・姿勢改善教室

●とき 8月5日～9月30日の

毎週水曜日(祝日を除く)

午後7時～8時

●ところ 寝屋集落開発セン

ター、桑川生活改善センター、

さんぽく会館、中継公民館

●参加費 会員 3000円

非会員5000円

●申し込み 随時受け付けます。

# お知らせカレンダー

8月5日(水)～8月20日(木)

☆は今号で詳細を掲載しています。

●は前号以前で詳細を掲載していますのでご確認ください。

## 今月の納税

市県民税 2期  
 国民健康保険税 2期  
 介護保険料 2期  
 後期高齢者医療保険料 5期

納期限は8月31日(月)です

※納税は便利な口座振替で

|    |   |   |
|----|---|---|
| 5  | 水 | ☆瀬波温泉納涼祭(～7日)<br>●特設人権相談所開設(神林農村環境改善センター 午前10時～)  |
| 6  | 木 | 市役所延長窓口(市民課)<br>おはなし会(中央図書館 午前10時30分～)<br>☆献血   |
| 7  | 金 | ポラースター神林夏期特別公開日(午後7時30分～9時30分)<br>●あらかわ大祭民謡流しなど(坂町駅前広場 午後6時10分～9時)<br>●日本画作品指導会(マナポーテ村上 午後1時～)  |
| 8  | 土 | プラネタリウム上映(教育情報センター ①午後1時～②午後3時～)<br>よみきかせ(中央図書館 午前11時～)<br>あらかわ大祭花火大会(荒川河川敷 午後7時45分～9時)<br>●布部やな場オープン(～10月18日予定)<br>●夏季早朝1時間ウォーク(集合:荒川地区公民館駐車場 午前6時～)<br>●夏休み親子環境学習教室(・9日 エコパークむらかみ 午前10時～、午後2時～) |
| 9  | 日 | プラネタリウム上映(教育情報センター ①午前11時～②午後1時～③午後3時～)<br>●歌声・村上(教育情報センター 午後1時30分～)  |
| 10 | 月 | プラネタリウム上映(教育情報センター ①午後1時～②午後3時～)<br>☆献血   |
| 11 | 火 | 市役所延長窓口(市民課)<br>プラネタリウム上映(教育情報センター ①午後1時～②午後3時～)<br>よみきかせ(中央図書館 午前11時～)   |

|    |   |  |
|----|---|--|
| 12 | 水 | プラネタリウム上映(教育情報センター ①午後1時～②午後3時～)   |
| 13 | 木 | 市役所延長窓口(市民課・各支所地域振興課)<br>プラネタリウム上映(教育情報センター ①午後1時～②午後3時～)  |
| 14 | 金 | プラネタリウム上映(教育情報センター ①午後1時～②午後3時～)<br>ポラースター神林定期公開日(午後7時30分～9時30分)   |
| 15 | 土 | プラネタリウム上映(教育情報センター ①午後1時～②午後3時～)<br>よみきかせ図書館(中央図書館 午前11時～)<br>ポラースター神林夏期特別公開日(午後7時30分～9時30分)<br>☆大須戸能「新能」<br>●成人式(市民ふれあいセンター 午前10時～) |
| 16 | 日 | プラネタリウム上映(教育情報センター ①午前11時②午後1時③午後3時)<br>☆七夕祭り<br>☆お盆の供物収集  |
| 17 | 月 | ☆七夕祭り(屋台運行に伴う交通規制・路線バス運行ダイヤの変更あり)  |
| 18 | 火 | 市役所延長窓口(市民課)<br>よみきかせ(中央図書館 午前11時～)<br>●小色部踏切(牧目地内)全面通行止(～12月末まで)  |
| 19 | 水 | ☆村上の旬の食材を使った料理講習会  |
| 20 | 木 | 市役所延長窓口(市民課)<br>●新潟リハビリテーション大学連携講座「腰痛予防教室」(初回)(マナポーテ村上 午前10時～)   |

※市役所窓口延長日…本庁市民課は毎週火・木曜日、各支所地域振興課は毎月第2・第4木曜日に実施(祝日を除く)。延長時間は午後5時15分～7時

## 献血のご案内

8月6日(木)

株式会社 マツウラセイキ  
 午前9時30分～11時30分  
 荒川保健センター  
 午後1時30分～3時30分

8月10日(月)

市役所本庁 午前9時30分～11時30分  
 厚生連村上総合病院 午後1時30分～3時30分

☎保健医療課健康支援室(市役所本庁 ☎内線264)



昨年の瀬波温泉納涼祭