

Murakami

市報むらかみ

2019
1
VOL.130

TOPICS

- ②年頭のごあいさつ
- ④特集 むらかみの食の未来
- ⑧むらかみの話題
- ⑩市内のごみ収集回数を統一します
お知らせ版

あけまして
おめでとうございます

今年も市報むらかみを
よろしくお願いします



年頭のごあいさつ

村上市長 高橋 邦芳

希望に満ちた、輝く新しい時代に向かって

あけましておめでとうございます。

市民の皆様には、心穏やかに新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

さて、「平成」も残すところ4か月となり、4月30日には天皇陛下が御退位され、5月1日には皇太子殿下が御即位されます。皇太子妃雅子様ゆかりの地である本市としましては、市民の皆様とともに心よりお祝いを申し上げさせていただきます。と、心よりお祝いを申し上げます。

昨年、平成20年4月1日の市町村合併から10周年を迎えるとともに、本市にとって大変喜ばしく、誇りとなる出来事が続きました。

2018平

昌冬季オリ

ピック大会

スノーボード

男子ハーフ

イプで、本

出身の平野

夢選手が20

14ソチ冬季

オリンピック

大会に続き2

大会連続の銀メダリストに輝かれました。

市民に大きな感動と希望を与えてくれた

多大な功績を称え、4月28日に挙行いた



▲平野歩夢選手祝賀凱旋パレードに1万5000人(平成30年3月21日)

しました市制施行10周年記念式典で市民栄誉賞を授与させていただきました。また、平野選手におかれましては、2020東京オリンピック大会のスケートボード競技へ挑戦する意向を表明されたところであり、本市といたしましてもスケートボードの聖地を目指し、その核となる「村上市スケートパーク」を本年春にオープンする予定であります。2020東京オリンピック大会へ向け、国内外のアスリートが集う施設として大いに活用できるよう取り組んでまいります。

3月8日には、「村上祭の屋台行事」

が国の重要無形民俗文化財に指定され、4月に催された市制施行10周年記念と合わせた祝賀行事では、各町内のおしやぎりが一堂に集まる中、市民挙げてのお祝いとなりました。村上まつり保存会の皆様を中心に関係者の皆様のご尽力の賜^{たまわ}りであると感じ申し上げます。このほか市内には多くの歴史的資源があり、歴史的風致維持向上計画で進める町並み整備と合わせ、本市のにぎわいづくりや交流人口の拡大に取り組んでまいります。

また、他の自治体との積極的な連携も進んだところであり、4月には茨城県大洗町と友好都市協定を締結させていただきました。今後、太平洋側と日本海側のまちが港を通して交流・連携し、発展していくことを期待しているところであり、11月には新潟市との包括連携協定を締結させていただきました。文



▲重要無形民俗文化財指定記念おしやぎり巡行
(平成30年4月29日)

化・芸能・食などを通じた民間団体による市民活動を支援し、両市の魅力発信を協力して取り組んでまいります。今年、「新潟県・庄内エリア デステイネーションキャンペーン」が展開され、全国からの注目がこの新潟・庄内エリアに向けられます。新潟市との連携が本市との点と点だけでなく、阿賀北を含む下越エリア全体としての活性化につながるよう取り組みを進めてまいります。

本市には、海、山、川の恵みによる様々な食材が揃っております。その魅力ある食材をブランド化し地域活性化に繋げるため、8月に地域再生計画「食の村上ブランド推進事業」の認定を受けたところであり、新たにブランド化された「越後本ズワイ」や「白皇鮮^{はくおうひらめ}」も好評であり、「鮭」「岩船米」「村上牛」などとともに、積極的なPRと生産拡大に努めてまいります。

また、昨夏の猛暑のような厳しい気象環境から子どもたちの安全と健康を守るため、小中学校および保育園における冷房設備の整備を進めてまいります。そして、4月からは、統廃合した5つの小中学校で児童・生徒たちが新たな学校生活を迎えることとなります。少子化が進む

中、より良い環境の中で子どもたちが学び、互いに切磋琢磨することで、将来の村上市を支える人材に成長してくれることを期待して



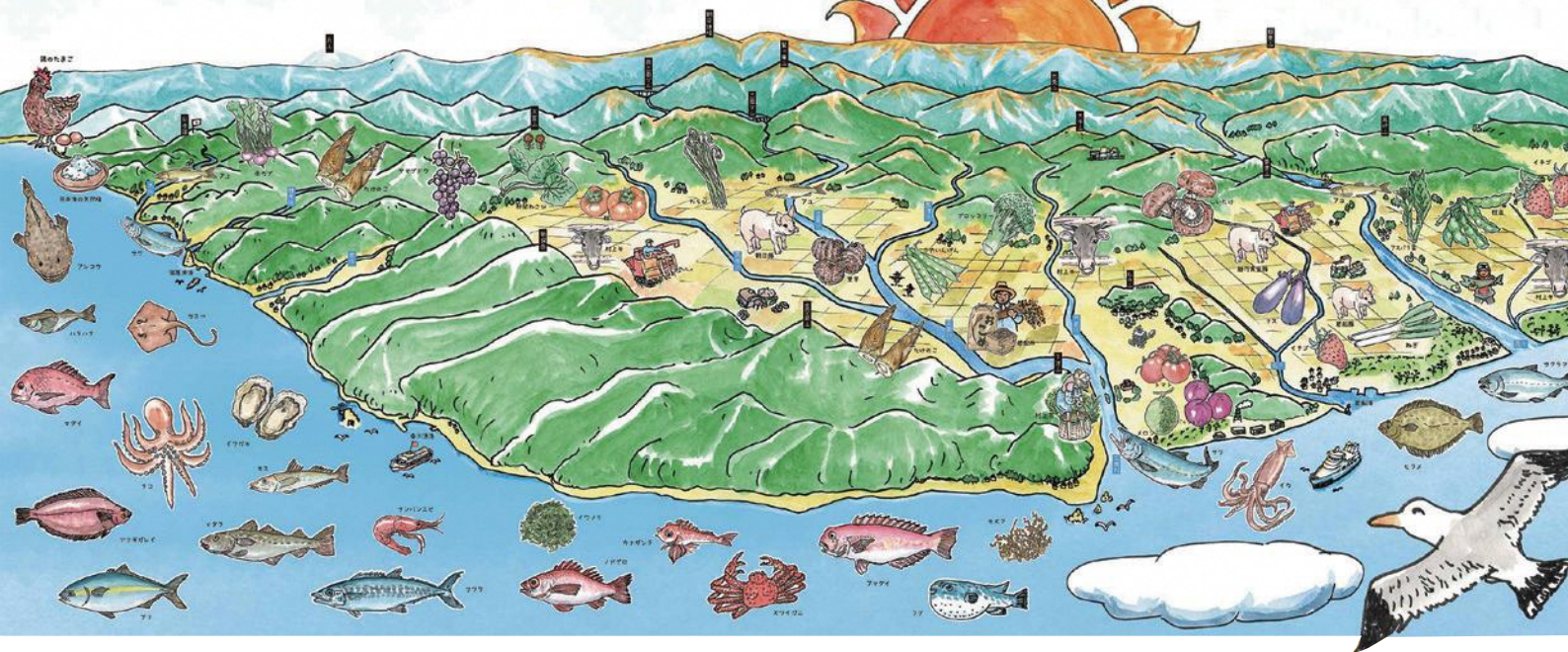
▲村上市スケートパークイメージ図

あります。今後、村上・岩船圏域の地域医療の中核を担う厚生連村上総合病院の移転新築事業への支援などに加え、昨年から始めました子ども達の発達支援のための「ばすのーと」の配布や、保育料軽減の支援、子ども達の医療費助成、奨学金制度などと合わせた子育て環境の充実を図り、安全・安心な暮らしと市民の元気づくりを応援しながら、将来にわたり健全な市政運営を堅持するよう努めてまいります。

結びに、本年も市民皆様にとりまして希望に満ちた輝く一年となりますよう心からお祈り申し上げ、年頭のごあいさつといたします。

むらかみ食材MAP

自然の恵みと人の技が満載の村上市！



特集

むらかみの食の未来

県内の市町村の中で一番面積の広い村上市。

海・山・川がバランスよく位置し、季節ごとにさまざまな種類の食材が収穫されています。

森の栄養分を含んだ水が平野部や海に流れ、それらが相互に好循環している市の農林水産業は、市内の基幹産業になっています。

市では農林水産物のPR強化や販路拡大、6次産業化（※）の推進などのため、昨年7月「村上市産農林水産物利用促進計画」を作成し、農林水産業を起点とした地域活性化の取り組みを進めています。

今回の特集では、現在の農林水産業の現状や今後の取り組みなどを紹介します。

※6次産業化 1次産業の農林水産業者が、加工（2次産業）や流通・販売（3次産業）にも取り組む経営形態。1次×2次×3次＝6次なので「6次産業化」と呼びます



メッチャ大好き！塩引き鮭！しょっぱい時はお茶漬けいただけます。

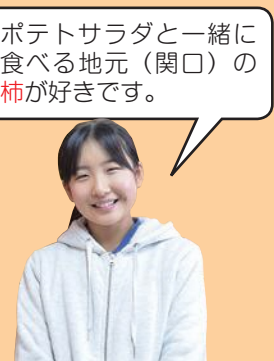
の 鮭のポーズ

五十嵐 奎菜 さん(左) 栗山 ひより さん(中) 本間 恵里香 さん(右)
(村上桜ヶ丘高校2年生)



赤カブ漬けはごはんにも合い、お酒のつまみにもなる万能な料理だと思います。孫も喜んで食べています。

佐藤 快斗 さん(左) とおる 徹 さん(右)
(立島)



ポテトサラダと一緒に食べる地元（関口）の柿が好きです。

海沼 いすみ さん
(朝日みどり小学校6年生)

市民に聞きました
村上の食べ物これが好き

市の農林水産業の状況

農業は、平野部の土地利用型水田農業を中心に展開し、米・大豆・小麦・露地野菜・施設野菜・果樹・花卉（観賞用植物）・畜産などを組み合わせた複合生産体系により、新鮮な農産物の産地が形成されています（表1）。

林業は、県内の50%弱の素材生産量を占め、木材の流通・加工体制整備により、地域産材の需要拡大に向け取り組みを強化しています。特用林産物として、シイタケ、なめこ、えのきたけの生産拡大が進んでおり、林間ワサビのブランド化にも取り組んでいます。

漁業は、寝屋漁港・岩船港などの近海物を中心に、平成28年の漁獲量は2千5

表1：村上市農畜産物の産出額（平成28年度）

農産物	産出額	主な生産物
米	65億円	
豆類・雑穀類	8,000万円	大豆
野菜類	11億7,000万円	ネギ、ナス、トマト、キュウリ
果実類	7,000万円	柿・イチゴなど
花卉	1億9,000万円	ゆり、チューリップ
畜産	99億3,000万円	肉用牛、乳用牛、豚、採卵鶏



▲岩船港でブランド化に取り組むヒラメ

30tとなっており、県と連携してズワイガニや活け越し神経締めをしたヒラメ「白皇鯉」などのブランド化や販路拡大に取り組んでいます。内水面漁業では、三面川で水揚げされる鮭の加工や販路拡大が進み、地域特産品として期待されています。

市の農林水産業の課題

市内で生産された農林水産物の多くは、農協、漁協などを中心に集出荷され市場などでそれぞれ高い評価を受けています。また、産地から直接消費者に届く直売所が多く設置され、たくさんの方に利用されています。

しかし、従事者の高齢化や担い手不足、遊休農地の拡大、農林水産物価格の低迷など、農林水産業を取り巻く環境は



▲生産に取り組む林間ワサビ



▲日本一2回獲得の村上牛



▲新鮮な野菜が売られている市内農産物直売所

厳しさを増しています。今後は、

- ①消費者や実需者ニーズに合った新鮮で品質の高い農林水産物の安定供給を行う産地の形成
 - ②生産者と消費者・実需者相互が顔の見えるような情報の交換と流通体制の構築
 - ③農林水産業の6次産業化を進め、生産者の所得の向上
- など農林水産業による地域活性化を図ることが必要です。

村上牛はモ一最高。ぎゅぎゅつ（牛々）とうま味が詰まって、あまりのおいしさに「ウッシッシ」と思わず顔がほころびます。

朝日豚を食べてブー言わずに何事も頑張っています。

何事にも一生懸命なパパには、やわ肌ねぎを使った料理で労をねぎらいます。

牛のポーズ



遠山 未来さん (佐々木)



新野 遥さん (南町一丁目)



遠山 和人さん(左) 木村 怜さん(右) (平林中学校2年生)



本保 和花さん(左) 美枝さん(右) (上助測)

地元生産者が語る 持続可能な農業経営



川村 学^{まなび}さん
(株)ひだまり農産代表

若い世代が農業に
従事しやすい環境を整える

私の会社はコシヒカリや酒米など7品目の米の生産や、スーパーや学校給食向けに枝豆や大豆、ブロッコリーなどの野菜を生産しています。現在、全国各地において農家の皆さんの高齢化が進み、地域の農業の担い手をどう育成していくかが大きな課題となっています。

私の会社では昨年、日本の農業における生産工程管理認証 (GAP) の一つである「ASIAGAP (アジアギャップ)」を取得しました。GAPとは、より良い農業のやり方の意味で、現場の整理整頓、作業手順や機材などの管理を適正に行うことで、農畜産物の安全や環境の保全、働く人たちの安全を確保し、持続可能な農業経営を行う取り組みです。この認証を取得したことで農産物の適正な品質管理はもちろんですが、若い世代が農業に従事しやすい労働環境を整えることができました。

今後も若い世代の皆さんに村上の食を支える農業のすばらしさを伝え、地域の担い手の育成に力を入れていきます。



▲地元小学生を対象にした「味覚の授業」

農林水産物で地域活性化へ

このような課題を克服するため、平成30年7月に、新たな農林水産物のPR強化や販路拡大、6次産業化を推進し、農林水産業を起点とした地域活性化を図るため、「村上市産農林水産物利用促進計画 (計画期間：平成30～33年度)」を作成しました。

主な取り組みとして

- ① 地場産農林水産物や生産者についての情報発信の強化
 - ・ レシピの開発および紹介
 - ・ 講演会やイベントの開催 など

② 地場産農林水産物の信頼確保の強化

- ・ 農薬の適正使用とポジティブリスト制度 (残留農薬などの規制強化) 対応の支援
- ・ 生産技術講習会や品質・衛生管理対策研修会の開催支援
- ・ 消費者ニーズの把握 など

③ 地場産農林水産物の利用促進と流通のきっかけづくり

- ・ 直売所などへの出荷体制づくり
- ・ 直売所や直売コーナーの設備支援
- ・ 学校給食や福祉施設、市内外の飲食店などへの地域食材の利用支援を行います。

むらかみの食の未来のために

平成30年6月、『むらかみ「食のみらい」創造協議会』が設立されました。この協議会には、村上市をはじめ市内の農業協同組合、森林組合、漁業協同組合、商工会議所など16団体が会員となり、村上市うんめもん大使で食と料理の研究家の木村正晃^{まことあき}氏、市消費者協会、市観光協会などがオブザーバーとなり、構成されています。

この協議会は、

- ① 市産食材の魅力を市内外へ発信し、地場産農林水産物の利用促進を図ること
- ② 生産者と消費者・実需者 (飲食店などの小売事業者) 相互の意

地元飲食店が語る村上の食



鈴木 いづみ^{いづみ}さん
(カフェ&ダイニング Days)

村上の食文化への思いを

人から人へつないでいきたい
村上市には、大変豊かな自然の恵みと長い歴史に育まれた多彩な食文化があります。その食文化を育んできた食材はどれも村上各地域に根付いているものです。代表的な食材として、鮭や酒、海産物、米を始めとする農産物などがありますが、いまだにスポットを浴びていない地域の宝物がたくさんあります。私が思うその宝物とは、きわめて日常的なものであるため、さまざまなたとの対話から気づかされることが多いです。その対話を通して、食材や食文化に対する思いを人から人へつないでいきたいと思っています。

こつした山・川・海・里の幸、伝統的な郷土料理、さらに県産食材を活かした創作料理など、地域で育まれてきた「村上の食の魅力」について、地産地消をテーマに今後も普及活動を積極的に行っていきます。



村^{まさあき}上^{うんめもん}大使 正^{まさあき}晃^{あき}さん
(村上うんめもん大使
／食と料理の研究者)

引力のある

農林水産物が求められている

「地元農産物を売り込もう」「地域産物を買ってもらおう」などと、日本全国のあちこちで聞こえてきますが、実は、これらのやり方ではうまくいかない事が多いものです。これらの農業はこつした売り込んでいく力「プッシュ」ではなく、生活者を引きつける力「プル」がとても重要になってきており、発想の転換が求められています。消費者が最も重要視する関心事は農林水産物そのものではなく、その農林水産物が自分にとって、どのような価値をもたらしてくれるかなのです。

これからは、農林水産物を作って採って終わりではなく、セールスしていく事でもありません。農林水産物の魅力や引力を高め、消費者を引きつけ、「食」と「農」を強力に結びつけていく事が重要になってくるのです。

食での地域活性化のために

識を醸成し、市の産業・経済・観光・食文化の振興を図ること
この2つを実践することで、村上市における食を中心とした地域活性化を目指します。

私たちは、豊富な自然から生産された市内農林水産物の新鮮で安全・安心かつ高品質・良食味などの魅力を維持・継続していかねばなりません。そのためにも、地産地消の促進をはじめ、地場産農林水産物の市外への販路拡大を推進する取り組みを行い、地域の持

続的な発展と産業活性化を目指すことが必要です。

私たちが地産地消することで、新鮮で安全安心な食べ物を食べることができ、生産者側から見れば、流通経費の削減、少量多品目生産での一定収入の確保が見込めます。さらに高齢者や女性農業者の活性化、規格外優良品などの流通ルートの確立に繋がるといふメリットも生まれます。

また、地場産農林水産物の市外への販路拡大を推進することは、大都市に對して本市が生産する優れた食材をPRできることや、市外から収入を得る一助になることが期待されます。

このような、消費者と生産者・実需者それぞれのメリットを生かした食の取り組みを活発に行うことで、食に対する不安の解消や地場産農林水産物の消費拡大につながり、市内農林水産物の活性化ができるはずです。

市民皆さん一人一人が地産地消のさまざまな取り組みに参加し、安全で安心な地場産農林水産物による健康的な食生活を楽しみ、食習慣や食文化の伝統を次世代に引き継いでいきましょう。

●農林水産課食材魅力推進係

☎53・2111 (内線3531)

ぜひご参加を

食のおもてなし講座

むらかみの食の未来

と き 2月21日(休)
午後1時30分～4時30分
ところ 市民ふれあいセンター

内容 パネルディスカッション、
市内生産者との情報交換会

○コーディネーター

(株)自遊人代表取締役 岩佐 十良 氏

○パネラー

飯島 剛志 氏 [富士美園(株)]
貝沼 純 氏 [株]貝沼農場]
山貝 真介 氏 [割烹新多久]
富田 絵里子 氏 [福茶cafe'sキッチン]

定員 150人 (定員になり次第受付終了)

対象 市内の生産者、飲食店関係者、旅館など宿泊施設関係者、観光施設関係者、食を応援してくれる方など

参加費 無料

●問い合わせ・申し込み

農林水産課食材魅力推進係 ☎53-2111 (内線3531)



農林水産課
食材魅力推進係
佐藤主査



▲地元料理人が講師を務めた料理講習会



11/28 チカラを合わせて作った“希望”米を販売！

道の駅神林 穂波の里

▶子供たちから元気をもらってお客様も笑顔に！



西神納小学校の5年生14人が、学校田から収穫したコシヒカリ米の販売体験を行いました。

「希望」と名付け、2キログラムずつ46袋準備したお米は、販売開始から20分たらずで完売。

購入された方からは「おそろいの法被を着て、笑顔で活動している子供たちに元気をもらいました」との声も聞かれました。

米を販売した売り上げの使い道は、児童たちから希望をとって決めるそうです。

12/1 日本茶の茶^{チャ}ンピオン決定戦

マナーポータ村上



小学3～6年生を対象に、日本茶のチャンピオンを決める「T-1グランプリ2018村上大会」が行われました。

「○×筆記クイズ」「お茶の種類当て」「お茶の入れ方実技」の合計点で競う予選に27人が挑戦。決勝に残った上位5人が、審査員の前で3人分のお茶の入れ方実技で優勝を目指しました。

見事優勝したのは、瀬波小学校6年生の増田結衣^{ゆい}さん。「とてもうれしいです。実技では急須のお茶をこぼさないように気をつけました」と話してくれました。

▶優勝した増田結衣さん



◀お茶の入れ方実技（決勝戦）

12/1・2 収穫の喜びを実感

大毎集落・さんぼく会館

▶きな粉作りに子どもたちも興味津々



◀農閑期に行われてきたみそづくりを体験

年間を通じて市外からの参加者が、農業体験や郷土料理づくり、伝統文化を体験し、山北地区の風土や人に触れる百姓やってみ隊。

種まきから、収穫、天日干し、脱穀まで自分たちで行い手塩にかけて育てた大豆で、自家製のみそときな粉を作りました。きな粉は、熱々のもち米を木臼に入れ、参加者みんなでついた出来立てのお餅にまぶしておいしくいただきました。

また、大毎集落の人から手ほどきを受け作ったみそは、約1年寝かせておいしいみそに仕上がる予定です。

12/2

**金屋地区をもっと元気に！
「小学生と金屋地区を考える会」**
金屋小学校

▶6年生のグループ別のアイデア発表



集落支援員の酒井幸子さんが企画した「小学生と金屋地区を考える会」に、金屋小学校6年生14人と地域の方々が参加しました。

始めに小学生がグループごとに「金屋地区を元気にするためにやりたいこと」を発表。その後、「カフェの設置」や「地場産野菜の販売」などの児童のやりたいことを実現するために、地域住民の方々と一緒に意見やアイデアを出し合いました。

今月中に、考えた内容を試験的に実施する予定です。

12/1

メディアメッセを楽しむ
教育情報センター

▶親子で仲良く小物づくり



メディアメッセ2018が行われ、実験や工作を通して科学を学ぶ「科学の祭典」、プラネタリウムで映画を鑑賞する「ものがたりシアター」、絵本の読み聞かせをする「おはなしマラソン」など、盛りだくさんのイベントに多くの親子連れが訪れました。

科学の祭典の創作コーナーでは、ペットボトルの中で魚が浮いたり沈んだりするミニ水族館づくりや、小枝や木の実を使った小物づくりなど、たくさんの子どもたちが楽しんでいました。

12/9

集落の伝統行事「オサトサマ」
塩野町集落

▶担ぎ手は女装をして集落内を練り歩く



神社に新しいしめ縄を奉納し、新年の豊作などを祈願する、市指定無形民俗文化財の行事「オサトサマ」。

今年も重さ40kg程の巨大なしめ縄と酒樽を、集落の男性が2人1組でそれぞれ担ぎ、集落内を練り歩きました。担ぎ手は雪が降る中、お酒などで体を温めながら神社を目指し、無事にしめ縄を奉納することができました。

12/8

朝日地区百人一首大会
朝日保健センター

▶緊迫の決勝戦（5・6年生）



青少年育成朝日地区市民会議が主催する「第3回朝日地区百人一首大会」に小学生3人1組の14チームが参加し、5・6年生のトーナメント戦と、3・4年生のリーグ戦が行われました。

子どもたちは保護者が見守る中、札を熱心に見つめ、読み手の声に耳をすましていました。5・6年生の部で、優勝した小川小学校壱チームのリーダーは「去年は準優勝でしたが、今年は優勝して三面小学校にリベンジが果たせて良かったです」と話してくれました。

市内のごみ収集回数を統一します



これまでごみ収集の回数については、合併前の旧市町村の取り扱いを引き継いできましたが、地域による不公平感の解消と燃やすごみの減量化、リサイクルの促進のために、平成31年4月から市内全域で統一します。

村上地域ごみの新分別収集モデル町内アンケート集計（抜粋）

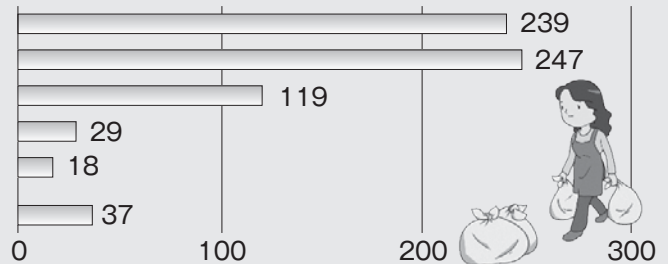
村上地域では缶、瓶などの収集方法も変更になることから、モデル町内で試行収集（平成30年6～9月）を行い、アンケートにもご協力いただきました。そのアンケート結果を一部紹介します。全集計結果は市のホームページでご覧いただけます。

- ・モデル町内（片町、大欠、新町、岩船北浜町、松原町二丁目、天神岡、西興屋、岩ヶ崎）
- ・配布世帯数 992世帯
- ・回収世帯数 689世帯（回収率69.46%）



問 燃やすごみの収集回数は週2回でしたが、いかがでしたか

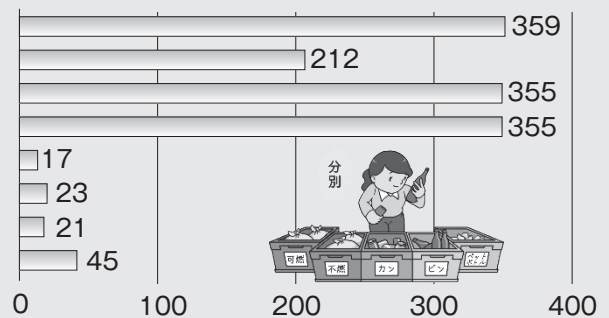
- ①何も問題なかった（元々週2回以下の頻度で出している）
- ②ほとんど問題なかった（それほど気にならなかったなど）
- ③不便（大変）だった
- ④大いに不便（大変）だった
- ⑤その他
- ⑥未回答



問 有害ごみ・缶・びんの収集方法が変わったことについて（複数回答可）

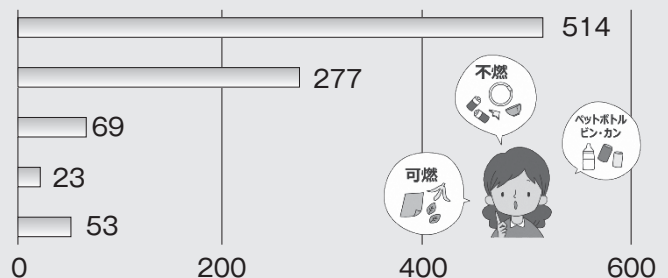
（日曜日から平日収集へ移行、通常のステーションで収集、町内の立会い不要など）

- ①日曜収集の立会当番が無くなり良かった
- ②立会当番の人がいないため、気軽に出せるようになった
- ③普段と同じステーションのため、出しやすくなった
- ④缶はアルミとスチールの分別が不要となり、分別が楽になった
- ⑤ステーションの管理が煩わしくなった
- ⑥別々の日に収集となり、ごみを出しに行くのが大変になった
- ⑦透明、半透明の袋を用意することが難しい
- ⑧その他



問 その他の資源ごみなどの収集回数が増えたことについて（複数回答可）

- ①収集回数が増え、分別しやすくなった
- ②分別が進めば燃やすごみの量を減らすことができる
- ③収集回数は増えなくてよい
- ④分別の方法が難しい（分別方法が良くわからない）
- ⑤その他



平成31年4月から 市内のごみ収集回数を下記のとおり統一します

現 在						平成31年4月から →	統一後
分別/地域	村 上	荒 川	神 林	朝 日	山 北		全 域
燃やすごみ	週2回 (10~5月) 週3回 (6~9月)	週2回	週2回	週2回	週2回		週2回 (通年)
燃やさないごみ	2か月に1回	2か月に1回	2か月に1回	月1回	月1回		月1回
雑がみ	月1回	月1回	月1回	月1回	月1回		月1回
新聞	月1回	月1回	月1回	月1回	月1回		月1回
プラスチック製 容器包装	月2回	月2回	月2回	月2回	月2回		月3回
ペットボトル	2か月に1回	月1回	月1回	月1回	月1回		月1回
ダンボール	2か月に1回	月1回	月1回	月1回	月1回		月1回
有害ごみ	2か月に1回	2か月に1回	2か月に1回	2か月に1回	2か月に1回		2か月に1回
缶	2か月に1回	月1回	月1回	月1回	月1回		月1回
びん	2か月に1回	月1回	月1回	月1回	月1回		月1回

村上地域でごみの新しい分別収集方法の説明会を行います

村上地域では平成31年4月から収集回数の統一と併せて、瓶や缶などの収集方法が変わります。スムーズに移行ができるよう下記の日程で説明会を行いますので、詳しい内容をお知りになりたい方は、ご都合のつく会場へお越しください。

地 区	日 時	会 場
村 上 地 区	2月8日(金) 午後7時~	マナボーテ村上 (生涯学習推進センター) 大会議室
	2月10日(日) 午前10時~	
岩 船 地 区	2月3日(日) 午前10時~	岩船地域コミュニティセンター (岩船連絡所) 大会議室
	2月12日(火) 午後7時~	
瀬 波 地 区	1月30日(水) 午後7時~	瀬波地域コミュニティセンター (旧勤労青少年ホーム) 会議室
	2月17日(日) 午前10時~	
山 辺 里 地 区	2月1日(金) 午後7時~	村上農村環境改善センター 大研修室
	2月24日(日) 午前10時~	
上 海 府 地 区	1月27日(日) 午前10時~	上海府地域コミュニティセンター (上海府連絡所) 会議室
	2月5日(火) 午後7時~	

●問い合わせ 環境課生活環境室 ☎53-2111 (内線2310、2311)

確定申告の準備をお願いします



ますます便利になった
国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください。

今年はID(利用者識別番号)・パスワード(暗証番号)で確定申告ができます。マイナンバーカードやICカードリーダーがなくても、e-Taxで申告することができます。

☆IDとパスワードを利用するには？

申告者本人が本人確認書類(運転免許証など)を持参し、村上税務署で手続きをしてください。5分程度でIDとパスワードを発行します(右図)。

本人用	重要書類	本人用	
	ID・パスワード方式の届出完了通知	ID・PW	
本人用	利用者識別番号 (半角数字・10桁)	1234 5678 1234 5678	本人用
	暗証番号 (半角英数字・6桁)	12345678	

☆IDとパスワードを利用するメリットは？

- ・自宅のパソコンやスマホで簡単に入力・送信ができます。スマホで見やすい専用画面もあります。
- ・ICカードリーダーが不要です。
- ・源泉徴収票などの添付書類の提出が不要です。(自宅保管)



村上税務署では、所得税・個人消費税・贈与税の確定申告の相談や受け付けを行います。

- ・期間 2月18日(月)～3月15日(金)まで(土・日曜日を除く)
- ・時間 午前9時～午後4時(受付は午前8時30分～)
- ・会場 村上税務署 1階 会議室

※相談会場は大変混雑するため、長時間お待ちいただく場合や、受け付けを早めに締め切る場合があります

※申告書の作成には時間を要しますので、午後2時ごろまでにお越しください

※税務署から「お知らせハガキ」または「お知らせ通知書」が届いた方は、必ずお持ちください

確定申告書の提出の際には、
マイナンバーの記載+本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。

●問い合わせ 村上税務署 ☎53-3141 (自動音声でご案内します)

第33回 笹川流れマラソン 参加者大募集中!!

県北に春の訪れを告げる「笹川流れマラソン」。さわやかな潮風の中、笹川流れの絶景を眺めながら走ってみませんか。今回から5kmコースを新設しました。また、お楽しみ企画も行います。

と き 4月14日(日)

会 場 桑川ふれあいセンター (村上市桑川)

募集定員 2,000人 ※定員になり次第締め切り

コース 国道345号桑川橋～寒川間

種 目 3km、5km、10km、ハーフ
男女別、小・中学生、年代別

参加料 ○小・中学生 1,000円

○高校生 1,500円

○一般 4,000円

参加資格 ○小学4年生以上で完走可能な人
(小学生は3km、中学生は3km・5kmのみ)

○ハーフは3時間以内で完走可能な人

参加賞 オリジナルタオル

お楽しみ企画

○瀬波温泉優待券や特産品が当たる抽選会

○フィニッシュドリンクによるお楽しみ抽選

○特産品販売など

申込方法&締め切り

①直接申し込み ※締め切り 2月1日(金)消印有効

・市内各体育館、マナボーテ村上の窓口へ提出してください。(手数料無料)

・郵便振替でも申し込みます。(手数料130円)

②インターネットからの申込み ※締め切り 2月15日(金)
下記のURLへアクセスし大会エントリーページからお申し込みください。

<http://runnet.jp/> (別途、手数料がかかります)

また、QRコードからもアクセスできます。



※大会要項、申込用紙が必要な人は大会事務局、市内各体育館またはマナボーテ村上にお問い合わせください。

《ボランティアスタッフを募集》

大会前の準備作業のほか、大会当日の給水所やコースの状況確認、ゴール後の選手誘導などに協力していただけるボランティアスタッフを募集します。

1月25日(金)までに大会事務局へご連絡ください。
※3月中旬にコース沿線を清掃するクリーン作戦のボランティアスタッフも募集します。詳細は3月1日発行の市報むらかみ(お知らせ版)でお知らせします

●問い合わせ

笹川流れマラソン大会事務局 (山北総合体育館内)

受付時間 月～金曜日(祝日除く)

午前9時～午後5時

☎ : 77-2828 FAX : 77-3996

E-mail:

sasagawanagare.marathon@apost.plala.or.jp

ホームページ:

<http://san-in.biz/sasarun/>

facebook:

<https://www.facebook.com/murakami.sasarun/>



10年後に備えた健康づくりを

～健診を受けて健康長寿～

●問い合わせ

保健医療課健康支援室

☎53-2111(内線2440～2443)

健康格差がますます拡大



新潟県村上地域振興局
健康福祉部長
(村上保健所 所長)
ささき あやこ 氏
佐々木 綾子

保健所では毎年百歳を迎える方に、内閣総理大臣と県知事の表彰状および記念品をお届けしています。今年は管内で37の方が、めでたく百歳を迎えられました。お会いしてみると、寝たきりの方から自力でしっかり歩ける方、またお住まいも、自宅・施設・病院などさまざまでした。



ただ長生きするだけではなく、自立して介護を受けずに生活できる健康長寿は、すべての国民の願いです。今病気がなく、自覚症状がなくても、気づかないうちに高血圧、高血糖、脂質異常などが進行している可能性があります。健診とは「病気の危険因子」があるかどうかを調べる事が目的で、特定の病気を発見する検診とは違います。

健診を受ける人は、必ず毎年受けていますが、受けない人は全く受診していません。健康格差がますます拡大しています。

積極的に健診を受けて、偏った食事、運動不足、喫煙、過度の飲酒・ストレスなどの好ましくない生活習慣を見直し、10年後に備えましょう。

村上市の特定健康診査(特定健診)の状況

村上市の特定健診の受診率は41.4%(平成29年度)と、国の目標である受診率60%にはいまだ届いていない状況です(図1)。

予防のために

上記の佐々木先生のお話の通り、高血圧・高血糖・脂質異常は自覚症状がないまま進行していきます。血圧や血糖値が高くても、血管は「痛い」と叫ぶことができません。皆

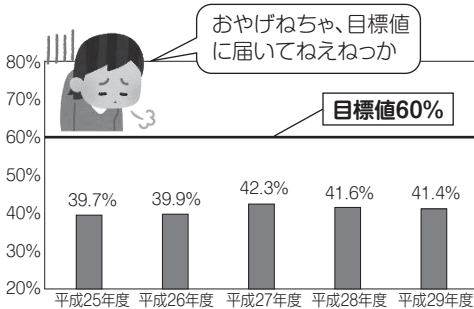


図1 村上市年度別健診受診率



保健医療課健康支援室 山田主事

健診を受けるには

1月上旬に「平成31年度健康診査申込書(兼受診状況調査書)」を世帯主宛に郵送しました。この申込書は、全世帯の健(検)診の受診状況の調査も兼ねていますので、全の方の提出をお願いします。また、国民健康保険人間ドック費用助成の申込書も同封しています。希望する人は併せて提出してください。

さんが異常に気づく時には、すでに医療機関への受診が必要となってしまいます。医療費が上ると、保険料も高くなってしまうです。

健診を受けて、早期に生活習慣病の発症・重症化を予防しましょう。



顔の見える居場所づくりは“助け合いの第一歩”

むらかみ互近所ささえ～る隊は、今年度、各地区のいくつかの町内を対象として、「地域の助け合いのしくみづくり」の出前講座を行ってきました。

この活動と平行して岩船地区では、地域のコミュニティ施設「源内塾」を拠点とした身近なつどいの場「いわふねのお茶の間」を、昨年10月から毎月1回開催しています。

この茶の間は、地区内からの「協力者」で運営をしていますが、運営のさらなる充実を目指し、昨年11月に先進地の「新潟市基幹型地域包括ケア推進モデルハウス実家の茶の間」を見学しました。そこで「住民が主体となって取り組むこと」「誰もが心地よく過ごせる居場所を作ること」を学び、参加者は岩船地区に合ったより良いつどいの場を目指していこうと思いを新たにしました。

互近所ささえ～る隊は、今後も地域の困りごとや隣近所の助け合いなど、さらに身近な町内での現状把握を行う予定です。皆さんの地域におじゃまさせていただきますので、ぜひ声を聞かせてください。



◀モデルハウス実家の茶の間の見学研修

●問い合わせ

介護高齢課地域包括支援センター ☎53-2111 (内線3432)

昨年8月から山北地区小俣集落に地域おこし協力隊として着任した高橋千絵です。小俣は山北地区の山形との県境にあり、標高555mの日本国と旧出羽街道の宿場の街並みがあります。有名です。

私は、木や森が好きで自然観察指導員の資格を持っていますが、実践経験がなく形だけのものでした。実際に森を案内することができる仕事を探していたところ、この日本国ネイチャーガイドと小俣集落の活性化のための協力隊募集を知り、応募しました。

着任してまずは小俣集落の皆さんに自分を知ってもらうこと、そして自分も小俣のことを知ることが必要だと思い、日本国を愛する会と小俣ふるさと楽校の活動、集落の行事に参加することから始めました。

現在は、個人的に小俣の皆さんの



高橋 千絵 隊員

小俣は貴重な場所です

各家を一軒一軒訪ね、お話を聞いています。

実際に小俣に住んでみると、人々が助け合って生活していること、伝統文化や昔からの行事が残っていること、行事での人々の強い団結力があることに驚きました。

各家で採れた野菜などを分けてもらったり、お茶飲みに誘ってもらったり、楽しく生活することができていて、気が付くと仕事だということをおぼろげに覚えていることがあります。

また小俣に来てわずかからか月ですが、日本国を愛する会の活動を盛り立てていくとともに、小俣集落活性化のため、昔からの伝統文化や行事を含め小俣を外に発信していきたいと思っています。



▶小俣ふるさと楽校行事、ソバの収穫

シリーズ

新しからぬお茶の間のあそび

地域おこし協力隊通信

●問い合わせ 自治振興課自治振興室
☎53・2111 (内線3310)

21

村上市の仕事を

★シリーズ

輝く！若者ワーカー ⑩

●問い合わせ 政策推進課企画政策室
☎53・2111 (内線5112)



富樫 つかさ 幸さん (左)
(早稲田・22歳) 趣味：サッカー

齋藤 ぞうじゅ 双樹さん
(北黒川・18歳) 趣味：マージャン

水門設備の点検・工事などの仕事で、日本各地を飛び回る富樫さん(入社3年目)と齋藤さん(入社1年目)にお話を聞きました。

入社のきっかけは

富樫 知り合いの方が勤務していて安心感もありましたし、業種が面白そうだなと思いました。

齋藤 就職説明会で、社長の仕事にかける熱き思いに感動し、この人の下で働きたいと思いました。

今後の目標は

富樫 溶接などの技術をさらに磨き、皆さんにより信頼されるように頑張ります。

齋藤 いろいろな資格を取得し、仕事の幅を広げたいです。

協力企業



株村電テクニカルサービス
(塩町11-31) ☎53-1602

休日の過ごし方と好きな食べ物

富樫 家族サーブです。妻の作るピーマンの肉詰めは最高においしいです。

齋藤 友人と新潟市方面へ遊びに行きます。ハンバーグ、特に某店のびつくりするやつが好きです。

村上のおすすめスポットは

富樫 瀬波温泉の足湯と鮭公園がおすすめです。

齋藤 梅幸の絶品ランチです。

取材から 北海道での仕事を終えて帰ってきたばかりの二人にインタビューしたのですが、終始、にこやかに接してくれました。なお、齋藤さんは彼女募集中で、好きなタイプは穏やかな人だそうです。

図書館ひろば

村上市立中央図書館 ☎53-7511

【中央図書館新着図書】

- ◆ そこにいるのに (似鳥鴉) にたどりけい
- ◆ 108 (松尾スズキ) まつお
- ◆ 介護士K (久坂部羊) くさかべよう
- ◆ 昨日がなければ明日もない (宮部みゆき) みやべ
- ◆ われは歌えどもやぶれかぶれ (椎名誠) しいなまこと
- ◆ キンモクセイ (今野敏) こんのびん
- ◆ ばげばげ (那須正幹) なすまさもと

◆中央図書館1月までの休館日◆

月曜日 21日、28日
祝日振替休館日 15日
※中央図書館の開館時間
火曜～金曜 午前9時から午後7時まで
土・日・祝日 午前9時から午後5時まで

- ◆ サイコパスの言葉 (クリストファー・ベリー＝ディー)
- ◆ 日本の腰痛 (北原雅樹) きたはらまさき
- ◆ 面倒くさい日も、おいしく食べたい! (一田憲子) いちだのりこ
- 落語ねこ (赤羽じゅんこ) あかはね
- ほんやのねこ (ヒグチユウコ)
- 100年たったら (あべ弘士) ひろし

◆…一般書 ○…児童書

蔵書点検による休館

次の期間中、市内図書館(室)は蔵書点検のため休館しますので、ご理解とご協力をお願いします。

- ▼中央図書館 2月19日(火)～22日(金)
- ▼朝日図書館 1月30日(水)～2月1日(金)
- ▼荒川図書室 1月16日(水)～17日(木)
- ▼神林図書室 1月25日(金)
- ▼山北図書室 2月6日(水)～7日(木)

冬期間の移動図書館車の巡回

冬期間、移動図書館車は天候の悪化により、巡回の時間に遅れが生じたり、巡回を中止したりする場合がありますので、ご了承ください。

巡回予定については、中央図書館にお問い合わせください。



おたんじょう

氏名(ふりがな) 届出人 町内会名または住所

村上地区

沙衣(さえ)	伴田 好範	岩船中新町
和花(わか)	高橋 佳広	大欠
莉瑚(りこ)	斎藤 厚	新町
康生(こうき)	藤井 和徳	小国町
舞都衣(まとい)	渡邊沙弥香	小町
侑奈(ゆな)	中村 瞬	鍛冶町
燈(あかり)	岸本 一夫	山居町一丁目
暁斗(あきと)	千葉 直樹	鍛冶町
於未(おみ)	富樫 佳哉	塩町

荒川地区

笑心(えこ)	大橋 舞	坂町
穂乃叶(ほのか)	斎藤 伸也	坂町
菜々実(ななみ)	田島 甲太	坂町

氏名(ふりがな) 届出人 町内会名または住所

神林地区

輝星(こうせい)	岸 秀樹	塩谷
滯(みお)	竹内 陽祐	小口川
慶成(よしなり)	遠山 孝慶	宿田

朝日地区

彩(いろは)	大滝 和樹	宮ノ下
快晴(かいせい)	志田 勉	大須戸
多柄(たから)	相馬 平	高根
璃世(りせ)	池田 裕貴	十川
花(はな)	岩澤 亮	中原
永斗(えいと)	佐藤慎太郎	黒田
楓子(ふうこ)	大滝 雄	大須戸
美優子(みゆこ)	横山 孝幸	関口

山北地区

すず	加藤 俊貴	大毎
湊(みな)	菅原 武	寒川

おくやみ

氏名 年齢 町内会名または住所

村上地区

横山 静子	92	堀片
長谷川 勳	89	二之町
北村トシイ	91	山辺里
森谷 真一	39	小町
佐藤 善衛	79	片町
大滝トシイ	73	山居町二丁目
鈴木 喜藏	94	緑町二丁目
豊田 トシ	86	鍛冶町
竹内 孝子	88	八日市
石田 サト	97	新町
本間 隆	70	岩船横新町
小松 文子	86	片町
大越 和彦	64	岩船岸見寺町
斎藤 イミ	83	八日市
片岡 眞	86	庄内町
小野塚敏春	71	岩船下浜町
佐藤ヨシ子	71	緑町三丁目
菅原 和夫	85	大関
小田百合子	67	山辺里
大場 元一	80	緑町一丁目
宮本 三郎	84	杉原
岩間 正敏	87	瀬波中町
斎藤 金一	88	東興屋
大滝 友和	68	山居町二丁目

氏名 年齢 町内会名または住所

南雲ミヨ子	95	瀬波上町
細野 聰悟	86	羽下ヶ淵
齊藤 幾子	90	飯野三丁目
稲葉 松雄	78	岩船下浜町
斎藤キヨコ	96	上町
建部 トヨ	92	羽黒町

荒川地区

嵐 政美	64	貝附
遠山 良雄	91	金屋
河嶋 幸雄	73	荒川松山
鈴木 芳子	91	藤沢
阿部 邦夫	84	荒島
江端 イツ	88	金屋
伊藤 徳藏	90	花立
長田 未作	93	荒島
鈴木 トヨ	91	坂町
小川 キイ	96	山口
高橋 正雄	85	名割
小林 幸子	75	海老江
佐藤 恵一	68	坂町

神林地区

高野 幸美	86	山田
遠藤 三郎	83	牛屋

氏名 年齢 町内会名または住所

村山 文彦	56	北新保
横山 利子	87	塩谷

朝日地区

山賀オヨリ	93	本小須戸
斎藤 平	79	黒田
丹田 勘助	85	布部
相馬 エミ	95	猿沢
太田 妙子	84	檜原
本間ウメノ	99	岩沢
大滝トメコ	88	蒲筍
志田サイ子	91	上野
鈴木 好	89	笹平
板垣 榮子	81	高根
小田 キミ	95	猿沢
佐藤マリコ	86	黒田
相馬 和栄	56	早稲田
田村アイ子	89	十川

山北地区

本間 三郎	76	寝屋
大滝 セツ	88	岩石
斎藤 明吉	91	北黒川

※11月11日から12月10日までの届け出です(敬称略)※保護者やご遺族などの了承を得て掲載しています

人口と世帯数(12月1日現在)
()内は前月比

人口  28,949人(△23)  31,481人(△14) 計60,430人(△37)  22,847世帯(4)



大滝 ^{かのん}夏音ちゃん
H29.7.29生 (松喜和)



小野 あんちゃん(左) りんちゃん
H26.5.23生 H24.8.7生
(南田中)



木村 ^{たいが}大河くん(左) ^{ひまり}白茉莉ちゃん
H26.6.16生 H28.8.9生
(三之町)



佐藤 ^{ふうま}楓真くん
H30.3.30生
(伊呉野)

生まれ！むらかみ元気スマイル

わが子の笑顔を皆さんに届けてみませんか。小学校入学前までのお子さんの写真を募集します。(市内在住者に限りません)

QRコードでアドレス読み取り



- ①住所
 - ②お子さんの名前(ふりがな)
 - ③生年月日④保護者氏名
 - ⑤電話番号⑥写真(5MB以内)
- をメールで送付してください。
メール：seisaku-k@city.murakami.lg.jp

むらかみの話題 ワンモアショット!

12/6

日本歯科医師会会長賞を受賞 上海府小学校



今年3月に閉校となる上海府小学校が「第57回 全日本学校歯科保健優良校表彰」の「日本歯科医師会会長賞」を受賞しました。この賞は、学校歯科保健への取り組みが優良と判断された学校が受賞するもので、上海府小学校は家庭や地域と連携して歯の健康を守るため行ってきた、さまざまな取り組みが評価されたそうです。

前期健康委員長を務めた6年生の佐藤^{ほのか}穂花さんは「毎日の給食後、全校児童12人みんなと一緒に歯磨きしています。これからもみんなと歯の健康を守っていきたいです」と話してくれました。

今月の 市民キッズモデル

今回の紙面を和ませてくれたのは、向ヶ丘保育園に通うこの2人!

みなとくん

- 好物 カレー
- 夢 消防士



いちかちゃん

- 好物 いちご
- 夢 バレエの先生

編集後記

▶今年が「亥(いのしし)年」です。いのししに関する有名な慣用語といえば「猪突(ちよとつ) 猛進(もうしん)」。

あまり良い意味では使用されない言葉ですが、突き進む勇気やエネルギーを大切にしたいものです。新たな年の始まりは、今までできなかったことに挑戦する良い機会です。新たな元号に変わる節目の年でもある2019年を、何かを始めのきっかけの年にしてみたいはいかがでしょうか。(石田)

むらかみ情報ねっと・子育てメールマガジン

メールで情報をキャッチ!
http://www.city.murakami.lg.jp/mobile/mailmaga/
右のQRコードを読み取るだけで簡単アクセス



編集・発行 ●本紙掲載記事の無断転載を禁じます。
村上市政推進課
〒958-8501 新潟県村上市三之町1番1号
☎0254(53)2111内線5113 FAX0254(53)3810

ホームページアドレス <http://www.city.murakami.lg.jp>
メールアドレス seisaku-k@city.murakami.lg.jp
印刷 村上印刷株式会社