

# むらかみ

Public Relations  
Murakami

MURAKAMI CITY  
村上市

災害の  
経験を

NCAD  
NIGATA COLLEGE OF ART & DESIGN  
新潟デザイン専門学校

絵本で  
伝える

MURAKAMI CITY  
村上市

災害の  
経験を

NCAD  
NIGATA COLLEGE OF ART & DESIGN  
新潟デザイン専門学校

絵本で  
伝える

災害の  
経験を

災害の  
経験を

NCAD  
NIGATA COLLEGE OF ART & DESIGN  
新潟デザイン専門学校

絵本で  
伝える

MURAKAMI CITY  
村上市

絵本  
「小岩内  
の奇跡」  
制作に向けて  
(学) 国際総合学園  
MURAKAMI CITY  
村上市

新潟デザイン専門学校との協定締結式



## 主な内容

- ② 市長とのふれあいトーク
- ⑥ 活躍しています！  
地域おこし協力隊・集落支援員
- ⑧ 引っ越しに伴う手続きはお早めに
- ⑩ 固定資産の評価替えの年です
- ⑱ ここで働く





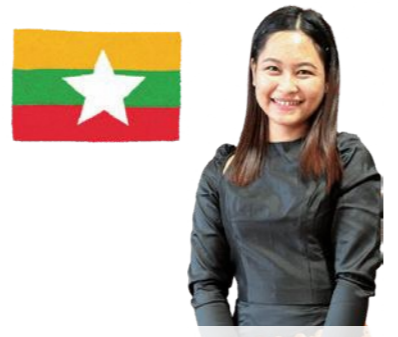
小田 美貴さん  
中国出身  
2000年来日

アンニャ ホップさん  
ドイツ出身  
1994年来日

栗原 アメリアさん  
フィリピン出身  
1995年来日



ジュノ ヴアレリオさん  
アメリカ出身  
2021年来日



テツテッラインピョーさん  
ミャンマー出身  
2023年来日



▲市報むらかみを録音している様子。市ホームページでは、声のボランティアの皆さんのご協力により音読した音声データ（日本語）を公開しています



いとても分かりやすいです。  
市長 振り仮名のない文書が届いたときは、どうしていますか？  
ジュノ スマホを使って調べます。振り仮名があれば辞書で調べることができず、漢字の意味を調べるのはかなり時間がかかります。  
アンニャ 市役所などから届く書類にも、振り仮名があるといいですね。  
栗原 市報にも、外国出身者に周知が必要な記事には振り仮名があるかと思えます。  
市長 日本に暮らしていると、日本語で表記されていることが普通だと思ってしまう。外国の方にも暮らしやすいと感じてもらうために、日常の細かい部分にも気配りが必要ですね。

小田 私も日本語で通知が届くように設定しています。地震が発生した時は、瀬波地区におり、海の近くだったため、とても怖かったです。  
栗原 私も日本語で通知が届くように設定しています。地震が発生した時は、瀬波地区におり、海の近くだったため、とても怖かったです。  
小田 私も日本語で通知が届くように設定しています。地震が発生した時は、テレビや携帯電話で状況を確認しました。災害が起きた時、日本語が分からない人は大変だと思うので、外国出身者にも分かるハザードマップが必要だと思います。そうすることで、事前に災害時の準備ができます。

■災害に備えた準備を  
アンニャ 元日に発生した地震（令和6年能登半島地震）では、市内で震度4が計測されかなり揺れましたが、地震のときの対応はどうしていますか？  
ジュノ Jアラート（全国瞬時警報システム）の他に、外国出身者向けに災害情報を提供するアプリ「Safety Tips」を利用して英語で通知が届きます。  
アンニャ 私はドイツ語と日本語で通知が届くようにしています。  
テツ 日本語で通知が届くようにしています。元日の地震の時は職場にいて、一緒に勤務していた職員から地震の状況を聞いていました。とても揺れて怖かったです。  
栗原 私も日本語で通知が届くように設定しています。地震が発生した時は、瀬波地区におり、海の近くだったため、とても怖かったです。  
小田 私も日本語で通知が届くように設定しています。地震が発生した時は、テレビや携帯電話で状況を確認しました。災害が起きた時、日本語が分からない人は大変だと思うので、外国出身者にも分かるハザードマップが必要だと思います。そうすることで、事前に災害時の準備ができます。



## 令和5年度

# 市内に在住・在勤の外国出身者と市長とのふれあいトーク

市では、国際交流の取り組みとして、これまで外国出身の労働者を受け入れている企業を訪問して日常生活での困りごとなどを聞いたり、外国出身者への日本語指導を行っている村上ハマナス日本語教室と連携して「世界の国からこんにちは」を開催し、外国出身者との交流を通して理解を深めてきました。

1月1日現在、市内には外国出身者が360人居住しており、外国出身者を含む誰もが住みやすい村上市になるため、さまざまな取り組みが必要とされています。そこで今回は、市に在住・在勤している外国出身者5人にお越しいただき、「誰もが自分らしく暮らせるまちづくり」をテーマに思いを語っていただきました。

問い合わせ 企画戦略課企画政策室 ☎75-8925

### 第3次村上市総合計画について

- 政策の方針  
～誰もが自分らしく暮らせるまちづくり～  
グローバル化への対応を進め、異なる文化を持つ人々との相互理解を深め、多様な人材がさまざまな場面で関わる地域社会の形成を進めます。
- 主要施策  
外国出身者に対する情報提供に配慮し、利用状況に応じ案内板や発行物など多言語による表示に努めます。



市長 今日、それぞれのふるさとから日本に来て村上市で在住・在勤している皆さんとこのような機会をいただくことをうれしく思っています。  
今、市が進めている第3次村上市総合計画に「誰もが自分らしく暮らせるまちづくり」と政策の方針を示し、村上市に暮らすすべての人を取り残さず、市民一人一人にしっかりと寄り添ったかたちで行政運営を進めています。このタイミングで外国から来られている皆さんとお話ができることを非常にありがたいと思っています。よろしくお願ひします。

■外国出身者にも伝わる書き方  
アンニャ 早速ですが、皆さんは道路標識などは何語だと分かりますか。私はドイツ語のほかに英語も分かるのでローマ字で書いてあると読めます。小田さんは中国出身ですが、漢字だと分かりませんか？  
小田 漢字は中国語と似ているので内容を理解できます。ローマ字は難しいですね。  
市長 道路標識の「止まれ」は、以前だと日本語だけの表記でしたが、最近は「STOP」と書いてありますね。  
栗原 私はフィリピン出身でローマ字は読めます。漢字を使わないので分かりませんが、漢字はいろいろな読みがあつても難しいです。  
アンニャ いろいろな場面で申請書などを書きますが、日本語が読めない内容が分かりません。皆さんは書類の作成で困っていませんか？  
ジュノ 平仮名は読めるので、漢字に振り仮名が書いてあると文書を読めます。ローマ字も読めますが、書いてある意味が分かりません。日本語能力試験の書類は漢字に振り仮名が書かれて



**■日々の生活を支える**  
**アンニャ** 過去に車を買ったとき  
 の書類の多さに苦慮しました。全て日  
 本語で書かれています。例えば、書  
 類の手続きに困っている外国出身者を

晴らしいまちだね」となると思います。  
**アンニャ** 市内では車移動が当たり前  
 ですが、車が何台も走ることによって二酸化  
 炭素(CO2)を多く排出し、環境に  
 は優しくありません。そこで「バス、電  
 車の1日乗り放題切符」を作って市民  
 へ「環境に配慮してバス、電車に乗り  
 ましょう」と周知してみたいかか  
 でしょうか。利用者が増えることで、「村  
 上市はエコで、綺麗な自然もあって素  
 晴らしいまちだね」となると思います。

回バスは必要だと思えます。また、病  
 院に行きたいと思っても、ちょうどい  
 い時間のバスがない方もあると思いま  
 す。デマンド型の公共交通はすくなく  
 いると思えます。  
**市長** 公共交通は、地域ごとに柔軟な  
 対応が必要だと思えます。山北地域で  
 は、令和5年10月からボランティアア  
 タクシーがスタートしました。利用者  
 には事前に登録をしてもらい、利用時  
 に予約するとタクシーと同じように迎  
 えに来ます。バスの便数が少なく不便  
 を感じている部分を補完する目的で、運  
 行しています。

**アンニャ** 先ほど栗原さんから市報の  
 掲載について発言がありました。防  
 災訓練の記事にも振り仮名を書いても  
 らえると、外国出身者にも伝わると思  
 います。  
**市長** 令和6年度から防災タブレット  
 と防災アプリを使って防災情報の発信  
 を予定しています。今後は、複数の言  
 語で提供できる仕組みが必要だと思  
 います。

**アンニャ** 先ほど栗原さんから市報の  
 掲載について発言がありました。防  
 災訓練の記事にも振り仮名を書いても  
 らえると、外国出身者にも伝わると思  
 います。  
**市長** 令和6年度から防災タブレット  
 と防災アプリを使って防災情報の発信  
 を予定しています。今後は、複数の言  
 語で提供できる仕組みが必要だと思  
 います。

**アンニャ** 地震が発生して「津波、津波」  
 と言われてもどうしたらいいか分  
 からないと思えます。外国では地震の発生  
 が少ない国もあり、外国出身者は避難  
 場所を知らない人もたくさんいると思  
 います。  
**市長** 日本は地震が多い国なので、日  
 本人は地震に備える感覚はあると思  
 います。市では避難場所や日頃からの備  
 えなどいろいろな情報を発信していま  
 す。一人一人がしっかりと自分の命を  
 守る行動をとれるように準備をして  
 らい、「アラートが鳴った時は、自分  
 の身を守る行動をしてほしいです」  
**小田** 外国出身者には、防災訓練に参  
 加してほしいと思えます。  
**市長** 市では総合防災訓練を8月の最  
 終日曜日に実施しています。参加して  
 何回も避難訓練をしていると、避難ル  
 ートを覚えるので、ぜひ参加してくだ  
 さい。



▲山北地域で運行しているボランティアタクシー（仮称）

サポートできるボランティアが必要だ  
 と思えます。相談できる場所があると、  
 市内に住む外国出身者が増えると思  
 います。  
**市長** 生活の部分をしっかりと支える  
 仕組みが必要ですね。日々の生活で困  
 ったときに、そこにつながる解決でき  
 るよりどころですね。  
**アンニャ** 行政サポートですね。英語  
 ができなくても、ローマ字や丁寧な日  
 本語で分かりやすく説明してくれば、  
 外国出身者は助かると思えます。

**利用しやすい公共交通へ**  
**アンニャ** 続いて市内で運行している  
 路線バスについてですが、皆さんは利  
 用していますか。  
**テツ** 私は朝晩の通勤で、巡回バスを  
 利用しています。  
**市長** 利用者が希望する場所で乗降車  
 できる巡回バスを瀬波温泉海岸沿いの  
 なぎさ通りで実施しています。いろ  
 りな公共交通を効率よく組み合わせ、  
 必要な時に必要なものが入る仕掛  
 けづくりが大事だと思えます。  
**アンニャ** テツさんのように通勤でバ  
 スを利用する方もいるので、朝晩の巡



▲来年度、神林・朝日・山北地域では告知端末に代わり防災タブレットを整備する予定です

# 活動しています！地域おこし協力隊・集落支援員

市では、地域活性化や地域課題の解決を目的として活動する地域おこし協力隊、集落点検や地域の目配り役を担う集落支援員を配置しています。ここでは、地域で活躍する地域おこし協力隊、集落支援員を紹介します。①活動地域、②活動内容、③コメント

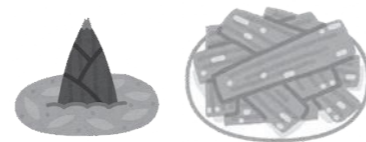
## 令和5年度で退任 地域おこし協力隊活動報告

活動報告や活動を振り返った感想など、退任となる3人の隊員からのコメントを紹介します。



朝日地域・木村綾子隊員

私は、猿沢集落の竹林整備で伐採した竹の活用で、中でも幼竹を使用したメンマ作りを中心に活動しました。多くの方々の協力で味付けメンマの試食会や、メンマを使ったお菓子の商品化、猿沢産タケノコのPRのため「朝採りタケノコ」を販売しました。3年間で得たことは数え切れませんが、やはり人との出会いが私の財産です。多くの方々と出会い、助けていただいたからこそ、無事に任期を終えられたと思います。本当にありがとうございました。



- ・任期：令和3年2月1日～令和6年1月31日
- ・活動地域：猿沢集落
- ・活動内容：猿沢産竹の利活用（商品開発など）



山北地域・高杉 惇 隊員

これまで「食×地域づくり」をメインテーマに、多くの方と共に3年間活動する事ができ、大変感謝しています。いろいろなことにチャレンジする機会が多く、今まで経験のない仕事ができ、有意義でしたし、少しは食を通じて地域の魅力をお伝えできたと思っています。退任後は山北を離れる予定ですが、これからも関わっていただけらと思っています。



- ・任期：令和3年4月1日～令和6年3月31日
- ・活動地域：笹川流れ
- ・活動内容：食を基軸とした地域づくり、情報発信



山北地域・神吉能宜隊員

インシシ対策の担い手として令和3年4月1日から越沢集落を中心に活動してきました。捕獲のための罠の設置や捕獲した個体の解体、電気柵の維持管理に従事しました。退任後も山北地域に在住する予定です。今後よろしくお願います。



- ・任期：令和3年4月1日～令和6年3月31日
- ・活動地域：越沢集落
- ・活動内容：獣被害対策の実施、地域への横展開



地域おこし協力隊 丹羽梢 隊員

- ①山北地域（山熊田集落）
- ②羽越しな布の継承
- ③しな布制作の技術と集落文化を学びながら、しな布に草木染めを施すなど、より魅力的な商品の開発を進めています。



酒井幸子集落支援員

- ①荒川地域
- ②集落点検、住民とのパイプ役
- ③地域住民の方々が、これからも幸せに暮らしていくための一助となるように集落支援員として地域に寄り添っていきます。



臥牛山朝猛集落支援員

- ①荒川地域
- ②集落点検、住民とのパイプ役
- ③地域の茶の間などに参加させていただきながら、行政やまちづくり組織などとのパイプ役になれるように頑張ります。



阿部久美子集落支援員

- ①神林地域（砂山地区）
- ②買い物支援、集落点検など
- ③今後も地域の皆さんに寄り添い、信頼される集落支援員を目指します。



木村直緒集落支援員

- ①神林地域
- ②集落点検、関係人口の創出
- ③地域の皆さんと神林の魅力を掘り起こし「楽しい・うれしい・面白い」を発信していきます。



板垣富士美集落支援員

- ①朝日地域
- ②買い物支援など
- ③各集落の「茶の間」に参加して多くの方と交流しながら、住民同士が地域のことについて考え、話し合える場を作っていきます。



平方いづみ集落支援員

- ①山北地域
- ②集落点検、話し合いの促進
- ③各集落の皆さんや支援団体と連携しながら、住民同士の交流の場を増やし、地域課題解決に向けた支援をしていきます。



板垣美枝子集落支援員

- ①山北地域
- ②買い物困難者対策の実施検証
- ③気軽に集える場「ゆり花マルシェ」を運営しながら、今後も買い物ツアーを主体に、日々の買い物に不安を抱える皆さんの支援を考えていきます。



大滝 順子集落支援員

- ①山北地域（山熊田集落）
- ②羽越しな布の継承支援と仕組みづくり
- ③地域の皆さんとの協力体制を構築し、しな布の伝統継承のため挑戦し続けていきます。

## 国民健康保険

問い合わせ 保健医療課国保室 ☎75-8931

- 下記の場合は手続きをしてください。
- ・職場の健康保険に加入・脱退したとき
  - ・職場の健康保険の扶養になったまたは外れたとき
- 【手続きに必要なもの】**
- ・マイナンバーカードまたは通知カードと本人確認書類
  - ・職場の健康保険をやめた証明書（被扶養者を抹消された証明書）※加入時のみ
  - ・国民健康保険被保険者証 ※脱退時のみ
  - ・職場の健康保険証（未交付のときは加入したことを証明するもの）※脱退時のみ

### 学生が転出する場合

村上市国民健康保険に加入している人が、修学のため転出後も、引き続き加入する制度のことを「マル学」といい、適用を受けるには届け出が必要となります。

### 【手続きに必要なもの】

在学証明書または学生証の写し



## 国民年金

問い合わせ 市民課市民年金室 ☎75-8930

### 国民年金の手続き（申請）が必要な場合

- ・60歳前に会社を辞めたとき
- ・配偶者の扶養から外れたとき（収入の増加や離婚、配偶者の退職など）
- ・海外に住所を異動する人が引き続き国民年金に加入を希望するとき
- ・海外から国内に住所を異動したとき
- ・60歳以上で任意加入を希望するとき

- ※手続き（申請）が遅れると年金の受給に影響する場合があります
- ※経済的な理由から保険料を納めることが困難な場合は、申請により保険料が免除される制度があります
- ※学生は申請により在学中の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

## 軽自動車・バイクなど

問い合わせ 税務課収納対策室 ☎53-3361

軽自動車税（種別割）は、4月1日現在の所有者または使用者に課税します。軽自動車やバイクなどを購入、譲渡や廃棄した場合は、お早めにご手続きをお願いします。また、転出される場合も、手続きが必要になります。

※本庁・支所で以下の手続きをする際は、下記のものを持参してください

購入：販売証明書、車体情報が分かるもの  
譲渡：譲渡証明書、車体情報が分かるもの  
廃車・転出：ナンバープレート

車種	届け出先
・原動機付自転車およびミニカー、小型特殊自動車 ※ 村上市または旧町村ナンバーのついた車両	税務課収納対策室、各支所地域振興課市民生活室
・軽自動車（三輪・四輪）	軽自動車検査協会新潟主管事務所 ☎050-3816-1850
・125cc超の二輪車、普通自動車	国土交通省北陸信越運輸局新潟運輸支局 ☎050-5540-2040

# 引っ越しに伴う手続きはお早めに

3月は、進学や就職、転勤などで引っ越しが多くなる季節です。住所を変更する場合、さまざまな手続きが必要になりますので、お近くの窓口で忘れずに手続きをしてください。  
なお、月末になると窓口が大変込み合います。早めの手続きをお願いします。

## 住民異動届

問い合わせ 市民課市民年金室 ☎75-8930

住所や世帯主が変わったときは、市民課または各支所地域振興課市民生活室で手続きしてください。※上海府連絡所では一部手続きができない場合がありますので、事前に確認してください

※有効な電子証明書が搭載されたマイナンバーカードをお持ちの方は、オンラインでの住所変更（転出届、転入・転居予約）手続きが可能です



異動の種類	必要な届け出	届出期間	届け出に必要なもの
市外から引っ越し	転入届	住み始めてから14日以内（引っ越し後）	①届け出人の本人確認書類（運転免許証など） ②転出証明書（転入時） ③国民健康保険や後期高齢者医療保険、介護保険などの保険証や医療費助成受給者証など（転居時、転出時、世帯主変更時） ④マイナンバーカードまたは住基カード
市内で引っ越し	転居届		
市外へ引っ越し	転出届	転出前	
世帯の代表者の変更	世帯主変更届	変更後14日以内	

証明書の発行は、便利なコンビニ交付もご利用ください。【利用時間：午前6時30分～午後11時】

証明書の種類	コンビニ交付手数料	窓口交付手数料	備考
住民票の写し	200円	300円	マイナンバーや住民票コード入りの住民票は発行できません
印鑑登録証明書	200円	300円	印鑑登録のある人に限ります
戸籍謄本・戸籍抄本	350円	450円	現在の戸籍のみ交付できます
戸籍の附票	200円	300円	現在の戸籍の附票のみ交付できます
所得・課税（非課税）証明書	200円	300円	最新年度のみ交付できます（年度切り替えにご注意ください）

## 水道・下水道

問い合わせ 上下水道課業務室 ☎66-6190

転入や転出、転居に伴い、水道の使用を開始・中止する場合は、届け出が必要になります。開始や中止する5日前までに、電子申請（または電話）で手続きをしてください。

### 転入のとき

- ①使用場所（住所）
- ②氏名
- ③使用を始める日
- ④日中に連絡がとれる電話番号
- ⑤料金のお支払い方法（便利な口座振替をお勧めします）
- ⑥送付先住所



### 転居・転出のとき

- ①お客さま番号
- ②使用場所（住所）
- ③氏名
- ④使用を中止する日
- ⑤送付先住所（引っ越し先の住所）
- ⑥日中に連絡がとれる電話番号
- ⑦精算方法（口座振替または納付書払い）

電子申請  
開栓受付



電子申請  
閉栓受付



### その他

※メーターが屋内にある場合には、開閉栓の時に立ち会いが必要となります  
※口座振替は市内の金融機関、上下水道課または各支所産業建設課にて、通帳と口座届出印を持参の上、申し込んでください

# 固定資産の評価替えの年です

問い合わせ 税務課資産税室 ☎75・8929

## ■評価替えとは

固定資産税は、毎年1月1日現在で土地・家屋・償却資産を所有している人が納める税金です。税額は、固定資産評価額をもとに算出しますが、この評価額を3年に一度見直すことが、地方税法で決められています。

## ●家屋

令和5年中に新築または増築した家屋は、令和6年度評価基準で評価額を決定します。それ以外の家屋は、令和5年度の評価額と令和6年度評価基準に基づいて計算した評価額を比較し、低い額を評価額とします。  
なお、令和2年中に住宅を新築した人は、3年間の減額措置が終わりますので、ご注意ください。

## ■見直しの内容

●土地(宅地) 商業地や住宅地などの利用状況に応じて再区分を行うことにより、一部の地域では、価格水準が見直される場合があります。  
ただし、評価額が増加する場合は税額が急増しないようにするため、新たに税金負担を引き上げる「負担調整措置」を行います。

## ●土地(山林)

全国的に山林価格が下落傾向にあるため、評価額の引き下げを行います。  
また、砂防指定地内の山林については、砂防指定されている地積の割合に応じて、評価額の減額を行います。

## ●償却資産

令和5年中に増加した資産は、令和6年度評価基準で評価額を決定します。異動のない資産は、資産ごとに耐用年数に応じた減価残存率を乗じて評価額を決定します。



土地と家屋の評価額は、4月中旬に固定資産税の納税通知書と一緒に送付する課税明細書で確認できます。



## 土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧・閲覧

納税者が、自分の土地や家屋の評価額が適正か判断できるようにするため、土地・家屋価格等縦覧帳簿を開示します。

期間 4月1日(月)～4月30日(火)

午前8時30分～午後5時15分  
※土・日曜日、祝日は除く

ところ 税務課、各支所地域振興課市民生活室

その他 本人確認書類などの提示をお願いします。納税者の代理の場合は委任状が必要となります。

※縦覧：納税者が、ほかの固定資産(土地・家屋)と比較して評価額が適正か判断できる制度

※閲覧：自分の固定資産(土地・家屋・償却資産)を確認できる制度

## 償却資産の申告はお済みですか？

償却資産の申告書が届いた人は、必ず提出をお願いします。

## 3月は自殺対策強化月間です

# ひとりで悩まなうで

問い合わせ 保健医療課健康支援室 ☎53・3364

## ■村上市の自殺の現状

市では、平成30年から令和4年までの5年間に、67人が自殺により命を落としています。このうち70歳代以降は31人(46.3%)と、高齢者が多い傾向にあります(表1)。

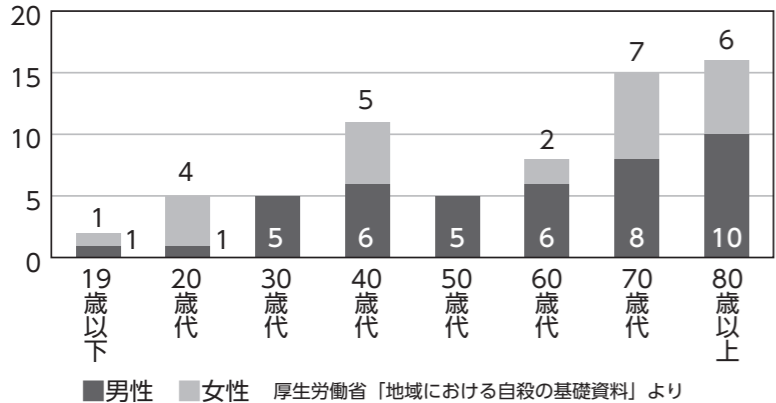
## ■高齢者の自殺の原因

高齢者の自殺の原因は、健康問題(身体の問題、うつ病など)や家庭問題(家族の死亡、家族関係の不和など)が上位を占めており、「喪失体験」や「社会的孤立」に絡んだ出来事が引き金となっている場合が多いです。

## ■高齢者のうつ病の症状

高齢者のうつ病は、気分低下やうつ思考よりも「体がだる」「食欲がなくなる」などの身体的な訴えが目立ちやすい傾向があります。また、「物忘れ」などの症状も見られるため、認知症と間違われやすく、本人も周囲も不調に気づかないうちに状態が悪化し、最終的に自殺に至る可能性があります。また、認知症と比べて、何かの約束をしたことは覚えているが日付などの一部を忘れる、家事などの手順は分かるができないなどの特徴があります。

【表1】平成30年～令和4年 市年代別・男女別自殺者数(単位:人)



## 大切な命を守るために

高齢者のうつ病は自覚しにくく、周りから見ても分かりにくい傾向があります。そのため、「いつもと違う」状態に気づくことが大切です。

表情が暗い、口数が減ったなどの状態が続いている人が周囲にいたら、声をかけて話を聞き、下記の相談機関につなぐなど、見守りに協力ください。

表2は、こころの不調のサインです。これらの症状が2週間以上続き、日常生活に支障が出ている人、身体や心の不調などで悩んでいる人は、まずは身近な人や相談機関に相談しましょう。

## 相談機関

- 新潟県こころの相談ダイヤル ☎0570・783・025
- 村上保健所 ☎53・8369
- 保健医療課健康支援室 ☎53・3364
- 介護高齢課地域包括支援センター ☎75・8937
- 各支所地域振興課地域福祉室
  - 荒川 ☎62・3104
  - 神林 ☎66・6113
  - 朝日 ☎72・6887
  - 山北 ☎77・3113

【表2】こころの不調のサイン

- 気分が落ち込み、憂鬱になる
- 楽しみにしていた活動に興味がなくなる
- 普段より食欲が落ちた、または増えた
- ほとんど毎晩眠れない
- 話し方や動作が遅いと指摘される
- いつもより疲れやすい
- 自分は価値のない人間だと感じる
- 物事に集中できなくなっている、考えがまとまらない
- 死について何度も考えるようになっている

利活用の予定のない市有財産の情報を公表しています

購入したい人や詳しい情報が必要な人は、市ホームページをご覧ください。

施設名	所在地	土地 (㎡)	建物 (㎡)
旧布部診療所	布部3115-1、3118-4	431.09	194.47

岡保健医療課国保室 (☎75-8931)

そのほかにも民間活用の推進を図ることを目的として、市有財産(土地・建物)を公表していますので、市ホームページをご覧ください。

ホームページ



宝くじの助成金でコミュニティセンターを新築しました

海老江区では、住民同士の交流や集落活動を促進するため、コミュニティセンターを新築しました。

【宝くじの助成金とは】

(一財)自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、地域社会の健全な発展と住民の福祉向上を目的にさまざまなコミュニティ活動を助成しています。

岡市民課自治振興室 (☎75-8926)



# お知らせ

「くらし」「もよおし」「相談」など、さまざまな情報をお届け

村上市役所

- 本庁 (☎53-2111)
- 荒川支所 (☎62-3101)
- 神林支所 (☎66-6111)
- 朝日支所 (☎72-0111)
- 山北支所 (☎77-3111)

## 今月の市税などの納期限

4月1日(月)

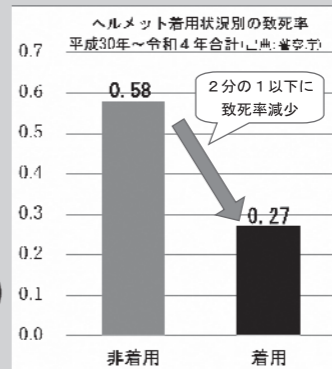
- ・国民健康保険税 第9期
- ・介護保険料 第9期
- ・後期高齢者医療保険料 第12期

春に向けて自転車ヘルメットの着用を!

令和5年4月1日から、自転車に乗る全ての人にヘルメットの着用が努力義務化されました。過去5年間(令和元年~5年)における県内で自転車乗車中に交通事故で亡くなった人の半数以上が頭部に致命傷をおっています。

機能性やデザイン性に優れたさまざまなタイプのヘルメットが販売されていますので、所有していない人は、ヘルメットを購入し、春に向けた準備をお願いします。

※自転車乗車中の死者44人のうち頭部致命傷が24人(54.5%)となっています。ヘルメットを着用することで、死亡する確率を2分の1以下に抑え、あなたの命を守ってくれます



岡市民課生活人権室 (☎53-3363)

## 3月1日(金)から戸籍証明書などの広域交付が始まりました

本籍地以外の市区町村窓口で戸籍の交付請求をすることができるようになりました。また、本籍地以外の窓口に戸籍の届け出を行う場合でも、戸籍証明書の添付が原則不要となります。請求できる戸籍証明書

- ・戸籍全部事項証明書(戸籍謄本) 1通450円
- ・除籍全部事項証明書(除籍謄本) 1通750円

※コンピュータ化されていない一部の戸籍や一部事項証明書、個人事項証明書は請求できません

※死亡した配偶者の婚姻前の戸籍は請求できません

請求できる人

- ・本人、配偶者
- ・父母、祖父母など(直系尊属)
- ・子、孫など(直系卑属)

※代理人や郵送による請求はできません

本人確認書類 マイナンバーカードや運転免許証、パスポートなど顔写真付きの公的証明書のいずれか

岡市民課市民年金室

## 第3回 村上市障がい者計画等審議会

市の障がい者計画、障がい福祉計画および障がい児福祉計画の策定について審議します。審議会は、一般公開していませんので、傍聴したい人は時間までにお越しください。

3月12日(火)午後1時30分

本庁5階 第4会議室

岡福祉課福祉政策室 (☎75-8940)

## 子どものインフルエンザ予防接種助成の申請期限は4月1日(月)

以下の条件に全て該当する人

- ・予防接種日時点で生後6カ月から18歳に達する年度の3月末までである人で国民健康保険に加入している人
- ・他のインフルエンザ予防接種の助成を受けていない人

助成額・回数

- ・2000円以内(1人1回)

持 医療機関が発行するインフルエンザ予防接種済証(または母子手帳)と領収書

- ・国民健康保険被保険者証
- ・振込先口座が分かるもの

岡保健医療課国保室 (☎75-8931) または各支所地

## 域振興課地域福祉室

### 一般家屋の解体などの際は建設リサイクルの促進を

建設産業では、再生できる建設廃棄物(コンクリート塊、木材など)の分別解体とリサイクルを積極的に推進しています。一般家屋の解体などをする際は、業者に適正な分別解体・再資源化を促すなど、建設リサイクルの推進にご協力をお願いします。

岡北陸地方建設副産物対策連絡協議会事務局 (☎025-280-8880)

### 国民年金保険料学生納付特例

令和5年度に学生納付特例により年金が納付猶予されている人で、令和6年度も引き続き在学予定の人には、3月末にはがき形式の申請書が届きますので、令和6年度も申請する場合は返送してください。

4月以降新たに学生となる人や、在学する学校が変わる人は在学証明書(原本)または学生証のコピーを添付して申請してください。

岡新発田年金事務所 (☎0254-23-2128) または市民課市民年金室、各支所

地域振興課市民生活室

### 官民挙げて子育て応援新潟県こむすび定期

入園・入学時の経済的負担が大きい節目に対する支援として2歳・5歳ごろにそれぞれ5万円をお渡しします。

令和5年4月1日以降に生まれた子どもで、申請時点で県内に住所を有する1歳未満の子(県外転入者含む)

※令和5年春に生まれたお子さまは、締め切りが迫っていますので、お早めの申請をお願いします

お渡しする金額

- 10万円(2年定期+5年定期)

岡新潟県福祉保健部子ども家庭課子ども政策室 (☎025-280-5218)

### 家族で話そう交通事故防止

毎月10日を「交通安全家庭の日」と制定し、交通安全意識の高揚を図っています。交通安全について家庭内で話し合う機会を持ち、交通事故に遭わない・起こさないようにしましょう。

- ・歩行者の安全確認
- ・自転車のルール遵守
- ・自動車の「不注意」防止

岡市民課生活人権室 (☎53-3363)

**有限会社 大野 建築**  
 村上市岩船三日市7-33  
 TEL 0254-56-7986  
 住まいの新築・リフォーム  
 地元工務店にお任せください!  
<http://ehouse-ohno.com/>

本申込ではありませんので、お気軽にご利用ください。

ネットパソコンスマートフォンから仮申込

簡単にローンの仮申込ができます。

まずはアクセス! 新潟ろうきんホームページへ (新潟ろうきん)検索

仮申込ページに必要事項を入れて送信!

審査結果のご連絡

本申込のご契約

対象商品

- 不動産担保住宅ローン
- 無担保住宅ローン(リフォームローン)
- マイカーローン
- 教育ローン
- フリーローン
- カードローン(マイプラン)

ろうきん村上支店 TEL 0254 (52) 1251

寝たきりだからとあきらめていませんか?

訪問歯科診療・訪問口腔ケアの受付、歯科相談

村上市岩船郡

**在宅歯科医療連携室**

介護が必要で通院が困難な高齢者の方などが対象です。相談は無料でお受けします。お気軽にどうぞ!

☎0254-62-7747 月・水・金 9時~14時

**無料体験レッスン・説明会実施中!**

☆グループレッスンが苦手な方、  
 ☆自分のペースで進めたい方、  
 ☆たくさん質問したい方など、ぜひご相談下さい♪  
 また、曜日・時間などもお気軽にお問い合わせ下さい☺

松原町英語英会話教室

講師:川崎 信子  
 〒958-0032 村上市松原町1丁目8-10  
 TEL: 080-6614-8810  
 HP: <https://matsubaracho-eigo.com>

まつばら町 英語英会話教室

述べる。  
報酬 日額6300円  
問 3月25日(月)までに中央図書館(☎53・7511)

**健民少年団・緑の少年団 団員・指導員募集**  
野外活動や各種体験活動を通じて、友情を深めながら社会活動の基礎を学びます。  
村上市健民少年団  
対 小学4年生～高校生  
問 3月15日(金)までに村上地区公民館(☎53・2446)  
朝日緑の少年団  
対 小学4年生～6年生  
問 3月15日(金)までに朝日地区公民館(☎72・6700)  
山北緑の少年団  
対 小学4年生～高校生  
問 3月11日(月)までに山北地区公民館(☎77・3798)  
各少年団指導員  
やる気があり、青少年育成に興味のある人  
問 各少年団まで

**各地域スポーツ少年団員や総合型地域スポーツクラブ会員募集**  
申込方法などは、各地域総合型スポーツクラブへお問い合わせください。  
問 各総合型地域スポーツクラブ

村上市地域(☎52・6311)  
荒川地域(☎62・3248)  
神林地域(☎66・8111)  
朝日地域(☎72・1445)  
山北地域(☎77・2828)

**地元の大学で学んでみませんか**  
履修証明プログラム  
対 社会人 定 10人程度  
講義内容 (4～9月)「からだこころの仕組みと生活」(10～1月)「介護・リハビリテーション概論」要介護にならないためのからだづくり講座  
問 3月29日(金)  
地域社会人特別選抜  
対 村上市周辺に在住・在勤している社会人で、医療学部に入學して理学療法士、作業療法士を目指すか心理学を職業に生かしたい人  
出願期間 3月4日(月)～13日(水)  
試験日 3月15日(金)  
特別な学費減免もあります。お問い合わせください。  
問 新潟リハビリテーション大学(☎56・8090)

**元氣クラブ活動(生き甲斐活動) 参加者募集**  
自分の人生を見直して、健康

**通院や買い物に便利な「のりあいタクシー」をご利用ください**

【高速のりあいタクシー】  
市の主要施設5カ所から新潟市内の医療機関まで運行しています。通院のほかに、買い物などにも利用できます。  
運行日 月～金曜日(土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日は運休)  
定 9人(先着順、完全予約制)  
¥800～1,000円  
※小学生以下、障がい者、介護認定を受けている人は半額で利用できます  
予約受付 予約受付センター ☎53-2525  
受付時間 月～金曜日の午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日を除く)  
他詳しい内容は、市ホームページをご覧ください。  
問企画戦略課地域交通政策室(☎75-8927)

【のりあいタクシー】  
交通不便地域の解消と通院対応を目的に、運行しています。  
予約受付  
・山辺里地区、瀬波地区通院対応のりあいタクシー(株)はまなす観光タクシー ☎50-7788  
・荒川・神林地区のりあいタクシー 予約受付センター ☎53-2525  
・神林地区通院対応のりあいタクシー 岩船タクシー(株) ☎56-7031  
・朝日地区通院対応のりあいタクシー(株)瀬波タクシー ☎53-2187  
・岩船駅発岩船地区、松喜和のりあいタクシー 岩船タクシー(株) ☎56-7031

で生き生きとした余生を送りませんか。  
期 4月～令和7年3月までの毎月第2・第4木曜日  
午前9時30分～11時15分  
場 マナー村上  
対 60歳以上 定 30人程度  
¥2000円(資料代など)  
問 村上市レクリエーション協会元氣クラブ教室  
(内山☎52・4574)

**もよおし 図書館読み聞かせ**  
時 3月5日(火)・9日(土)・12日(火)・16日(土)・19日(火) 午前11時～16時  
問 中央図書館(☎53・7511)

**教育情報センター 情報ひろば プラネタリウム**  
時 3月9日(土)・24日(日) 午前11時、午後1時30分、午後3時  
¥高校生以上200円  
中学生以下100円  
※小学生未満は無料  
問 教育情報センター(☎53・7511)

**地域づくり楽習会inさんぼく 大人も子どももみんな未来を探そう**  
時 3月17日(日) 午前9時～午後3時  
場 さんぼく会館 無料  
【第1部】中学生の提案ワークショップ  
中学生の提案を実現するため必要なことをみんなで探します。  
【第2部】3年間をぶっちゃけ! 地域おこし協力隊や隊員を受け入れた地域の方から任期中の実体験などをお話しします。  
問 3月8日(金)までに山北地区まちづくり協議会事務局(☎77・3111)

**そば打ち体験(二八そば)**  
時 3月21日(木) 午前10時～正午  
場 縄文の里・朝日  
自分で打った蕎麦をその場で味わいます。  
定 10人(先着順)  
¥2000円(材料費)  
問 3月14日(木)までに縄文の里・朝日(☎72・1577)

**募 集**

手ぶらで農業体験  
朝日まほろば夢農園利用者募集  
営農サポート付き貸し農園で、農業初心者でも安心して始められます。  
期 4月1日～令和7年3月31日  
場 猿沢区地内(道の駅朝日脇)  
募集区画 6区画(先着順)  
区画面積 50㎡  
利用料金 3万円(みどりの里利用券1万円分。または特産品セット1万円分の特典があります。)  
問 3月22日(金)までに朝日支所産業建設課産業観光室(☎72・6883)

**朝日まほろば夢農園交流・PRイベント豆腐づくり教室 参加者募集中**  
時 3月12日(火) 午前9時30分～正午  
場 縄文の里・朝日  
定 12人(先着順)  
¥500円(材料代)  
持 エプロン、三角巾、タオル、飲み物、豆腐を持ち帰る容器(約2分の1丁が入る大きさ)など

**令和6年度 各地域長寿大学受講生募集**  
対 市内在住のおおむね60歳以上の  
内 学習会、他地域との交流会やクラブ活動など  
むらかみ長寿大学  
問 3月22日(金)までに村上地区公民館(☎53・2446)  
荒川高坪大学  
問 3月21日(木)までに荒川地区公民館(☎62・3050)  
神林地区長寿大学  
問 3月22日(金)までに神林地区公民館(☎60・1500)  
朝日長寿大学  
問 3月29日(金)までに朝日地区公民館(☎72・6700)  
山北高嶺大学  
問 3月22日(金)までに山北地区公民館(☎77・3798)

**図書館協議会委員を募集します**  
募集人数 若干名  
任用期間 (2年間)  
4月1日～令和8年3月31日  
業務内容 年2回程度の協議会に出席し、市立図書館の運営や図書館奉仕に関して意見を

**年会費 500円 新潟県交通災害共済**

交通災害共済は、全市町村で行う助け合いの制度です。

【問い合わせ】  
新潟県市町村総合事務組合 村上市事務所  
(市民課生活人権室内 TEL53-3363 (直通))  
または各支所地域振興課市民生活室)

**人間ドックのご案内**

1月～3月に受診の方には 瀬波温泉♨️入浴券を差し上げます

当院人間ドックの特長

1. 胃内視鏡検査は、経鼻と経口を選択できます。
2. 半日程度で検査が終了します。
3. 保健師が検査結果に基づいた保健指導を行っております。
4. ドック受診後、外来予約がき治療へと繋がります。

お申込み・お問い合わせ

村上市総合病院 健診センター

電話 0254-53-2141 (代)  
メールからのお申込み  
※QRコード読み込み後  
「メール作成画面はこちら」へお進み下さい

建築設計施工・不動産一級建築士事務所

**株式会社 新和建设**

本社：〒959-3406 村上市下助測794-1 ☎0254-66-7833  
リフォーム館：〒959-3406 村上市下助測722-1 ☎0254-75-5656

新築・リフォーム等の施工事例がホームページ・Instagramよりご覧いただけます。また見学会・イベント情報も掲載中です。お気軽にご相談ください。

ホームページ Instagram

**家族葬「感動葬儀」お葬式なら会津屋**

365日24時間対応

365日24時間対応  
ホール直接交通いつでも可能  
お葬式事前相談対応  
ホール使用料無料

～人の心をより豊かにする～  
ベルホール会津屋 家族葬ホール村上  
本社：新潟県村上市上助測1777-4 ☎0120-04-4449





1/23 応急処置を覚えて早期復帰の実現を  
校内合同部活動(神林中学校)

新潟リハビリテーション大学の若菜翔哉先生を講師に「応急処置の方法」の講演が行われ、校内の部活動に所属する生徒約60人が参加しました。講演では、「適切かつ早期に応急処置を行うことで痛みの軽減や怪我の回復が促進され、スポーツへ早期復帰できる可能性を高める」と説明があり、「ぜひ部活動に取り入れてほしい」と話していました。

今回、若菜先生と指導に当たった大学2年生の鈴木ちはるさんは、「応急処置の実技指導は貴重な機会なので、覚えてもらい実践してほしいです」と話していました。



▲実技指導を交えて生徒へ分かりやすく指導

1/23 令和4年8月水害への支援の恩返し  
能登半島地震の被災者へ義援金贈呈(荒川中学校)



▲被災者への義援金を村上市社会福祉協議会へ贈呈

荒川中学校3年生が、SDGs×地域貢献活動の「あらかわチャレンジ」で得た収益の一部を能登半島地震の被災者へ義援金として贈呈しました。

生徒を代表して渡邊奏多さんと内山咲季さんは、「令和4年8月の水害で被災し、避難生活を余儀なくされた生徒もおり、今回の地震が他人事とは思いませんでした。私たちが被災した時に全国から温かな支援をいただいたので、恩返しがしたいと考えています。また、中学生や受験生の皆さんは、このつらい時期を乗り越えて頑張ってください」と話していました。

1/30 初めて触れる琴に興味津々  
大正琴体験(朝日さくら小学校)

今年8月に開催される世界大正琴交流大会「琴リソニックイン新潟」の実行委員長である金子秀樹さんほか3人を招き、朝日さくら小学校の4年生が大正琴を体験しました。講師が奏でるきれいな音色を聴いた児童は、「自分でもやってみよう」と興味津々。童謡「さくらさくら」の練習に取り組みました。

講師の金子さんは、「大正琴は世界で弾かれているので、いつか世界の子どもたちと皆さんと一緒に弾いてくれたら嬉しいです」と話していました。



▲わずかな時間で少し演奏できるようになりました

1/30 昔ながらの遊びを体験  
小学1年生と長寿大学との交流(神林農村環境改善センター)



▲楽しく遊んだ思い出に写真撮影

長寿大学の学生と神林地域の小学校2校の1年生が交流を目的に、神林地区長寿大学の特別学習会が開催されました。長寿大学の学生が先生となり、紙飛行機の折り方やあやとりの指導を行い、子どもたちは初めて体験する昔ながらの遊びを楽しみました。

子どもたちは、「もっと遊びたかった」「休み時間に友達と同じ遊びをやりたい」と話し、指導に当たった長寿大学の学生は「子どもたちはとてもにぎやかで、元気をもらいました」と喜んでいました。

令和6年度自衛官募集

問自衛隊新潟地方協力本部新発田地域事務所 (☎0254-26-5619)

募集種目	資格	受付期限	試験期日
一般幹部候補生	①大学卒業程度(見込みを含む) ・22歳以上26歳未満の人 ・20歳以上22歳未満で大学を卒業した人 ・20歳以上28歳未満で修士課程を修了した人 ②大学院卒業(見込みを含む) 20歳以上28歳未満で修士課程を修了した人	4月12日(金)	1次 4月20日(土)・21日(日) 2次 5月24日(金)~30日(木) ※海・空飛行要員のみ3次試験があります
歯科幹部候補生	20歳以上30歳未満の人で専門の大学を卒業(見込みを含む)した人	4月12日(金)	1次 4月20日(土) 2次 5月24日(金)~30日(木)
薬剤科幹部候補生	20歳以上28歳未満の人で専門の大学を卒業(見込みを含む)した人	4月12日(金)	1次 4月20日(土) 2次 5月24日(金)~30日(木)
医師・歯科幹部	医師・歯科医師の免許取得者	6月6日(木)	6月21日(金)
キャリア採用幹部	大学を卒業以上の人で応募資格に定められた学部・専攻学科などを卒業後、業務経験、経過年数、資格・免許の要件を満たす人	5月17日(金)	陸海空 6月10日(月) 6月17日(月) 6月17日(月)~19日(水)
技術陸曹 技術海曹 技術空曹	20歳以上の人で国家免許資格取得者など	5月17日(金)	陸海空 6月7日(金) 6月14日(金) 6月12日(水)~14日(金)
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の人	5月7日(火)	1次 5月17日(金)~26日(日) 2次 6月15日(土)~30日(日)

**かたるんカフェ** 電子申請  
時 3月27日(水)  
午後1時30分~3時30分  
場 マナーホール村上  
内 「アロマスプレーを作ろう」  
レクリエーションなど  
対認知症の人やその家族の介護に備えている人、家族の介護に備えておきたい人  
¥1000円。スプレー作りに参加する人は、別途1000円が必要となります。  
問 事前に介護高齢課地域包括支援センター(☎75-80937)

**日本漢字能力検定**  
時 6月29日(土)  
場 神林総合体育館  
定 100人(先着順)  
¥・2級 3500円  
・準2~4級2500円  
・5級~7級2000円  
・8級~10級1500円  
問 5月27日(月)までに検定料を添えて希楽々(☎66-8119)

**出張相談inハローワーク**  
就職に関する相談を専門スタッフが担当します。

**春から始めよう！**  
各種教室無料体験  
女性のためのフラダンス教室  
時 3月13日(水)  
午後7時30分~8時30分  
太極拳教室  
時 3月14日(木) 午後7時~8時  
ベリシック・ヨガ  
時 3月14日(木)  
午後7時30分~8時30分  
エアロビクス教室  
時 3月8日(金)  
午後7時30分~8時30分  
問 愛ランドあさひ(☎72-1445)

**スポーツ**  
タッフがお受けします。「仕事ってどうやって選べばいい？」など、疑問に思っている事にお答えします。希望者には、ハローワークの窓口相談に同行します。  
時 3月11日(月)・25日(月) 午後1時30分~午後2時30分  
場 ハローワーク村上  
対 15~49歳までの就職を目指している人  
問 事前に下地域若者サポートステーション村上常設サテライト(☎50-1553)

**ウェルネスむらかみ各種教室**  
無料おためし期間  
時 3月29日(金)まで  
内 健康づくりや太極拳、ヨガの教室など、今年度参加したことがない教室を無料(初回のみ)で体験できます。  
問 ウェルネスむらかみ(☎52-6311)

**ウェルネスむらかみ各種教室**  
無料  
※インボディのみ1000円  
トレーニングマシン講習会  
時 午前10時~、午前11時~  
¥1000円  
問 ウェルネスむらかみ(☎52-6311)

**く日頃の感謝を込めて、ウェルネスフェスティバル**  
時 3月24日(日) 場 村上市体育館  
障害物グラウンドゴルフ大会  
時 午後1時~  
定 50人(先着順) ¥2000円  
申 3月21日(木)まで  
いろいろ測定会  
時 午後1時~3時  
内 姿勢チェック、脳年齢、血管年齢、骨健康度、インボディ  
¥無料

# 早めの避難で、できるだけ早く安全な高台へ

問い合わせ 総務課危機管理室 ☎53-3365

元日に発生した令和6年能登半島地震では、地震直後に新潟県海岸部へ「津波警報」が発表されました。

これらの情報を見聞きしたときは、できるだけ早く高台へ避難しましょう。

## 「津波警報」などが発表されたら

地震発生後、津波による災害の発生が予想される場合には、「大津波警報」「津波警報」「津波注意報」のいずれかが発表され、テレビやラジオ、携帯電話などで放送が流れます。

市では、「大津波警報」「津波警報」が発表された場合、「避難指示」と位置付けて防災無線などで海岸部（津波の浸水が想定される区域）、河口付近へ避難の呼びかけを行います。

## 津波ハザードマップで事前に浸水区域を確認

安全な場所に素早く避難するためには、普段からの準備が必要です。右記の二次元コードから、ハザードマップ、避難場所や危険箇所などを事前に確認して、いざというときスムーズに避難できるように準備しましょう。

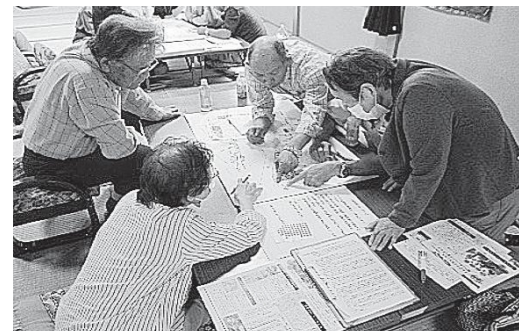
## 指定避難所の鍵ボックスについて

市立小中学校の校舎付近に震度5弱以上で作動する震度感知型鍵ボックスを設置しています。夜間・休日に大規模な地震が発生したときでも、避難してきた人が鍵ボックスから校舎の鍵を取り出し、入り口を開けて避難所に入ることができます。



▲学校に設置してある鍵ボックス

津波ハザードマップ	避難場所



▲熱心に話し合う中浜集落の老人クラブ員の皆さん

山北地域の「互近所ささえあえる隊」が大切にしていることは、集落の声を聞き、必要なサポートへつなげることです。今年度は、これまで聞きとりした困りごとの解決に向けて、2つの集落を再訪しました。

中浜集落では「豪雨災害時に怖い思いをした」との声を受けて、互近所ささえあえる隊と集落支援員、防災士が連携し「災害時、老人クラブにできること」をテーマに、自分たちができる災害時の具体的な「ささえあい」について話し合いました。



▲担当者へ質問する小俣集落の皆さん

小俣集落では「日常の買い物が大変」との声を聞き、買い物支援の一つとして山北地域で昨年10月から実証実験として運行を開始したボランティアタクシーの利用について担当者を招いて説明を聞きました。

どちらの集落も、住民からの声に対応することで、不安の軽減へつなげることができました。こうした集落訪問は、区長から住民へ声をかけてもらい、集落の協力を得ることで実現します。住民の声を「聴く」ために互近所ささえあえる隊が必要だと再確認でき、今後の活動への励みにもなりました。

## 集落への訪問をきっかけに、つながった！

これぞ「ささえあえる」コーディネーター



## 地域包括支援センター通信

問い合わせ 介護高齢課地域包括支援センター ☎75-8967

市内企業で働くことを選んだ若者のリアルな生活や働いてみて感じたことなどを紹介しています。



## ここで働く

### 「建設を通じ、地域社会に貢献」

いたがき しんたろう  
板垣 伸太郎 さん  
(下新保/26歳)



❖ これから働く人へ  
多くの人と関わりながら、人々の安心・安全を守り、社会に貢献できるや

❖ 趣味・プライベート  
趣味は運動をすることで、仕事終わりに職場近くのトレーニングジムで体を鍛えています。また、地元の体育館で活動しているビーチバレーボールチームに参加して、気分をリフレッシュしています。

❖ 働いてみての感想  
この会社で働いて6年目になり、現在は施工管理を担当しています。大変なこともありますが、その中で自ら手がけた成果が地図に刻まれ、未来に残ることに大きな喜びを感じています。

また、先輩方からは親切に指導を受けながら成長でき、同世代の仲間が多いため、話しやすく、働きやすい環境が整っています。

今後の目標は、現場監督として小さい現場でも始めから終わりまで一人で管理できるようになりたいです。

❖ この職場を選んだ理由  
父が建設会社に勤めていたこともあり、小さいころからこの仕事に興味がありました。専門学校で就職先を探していて、地元で巨大なコンクリート建造物を造っている山木組を知り、自分もスケールの大きな建物を造ってみたいと思いついて入社を決めました。



株式会社 山木組  
(八日市12番51号) ☎56-7136  
設立 昭和56年8月  
従業員数 30人(令和6年1月現在)  
主な事業内容 建設(土木・建築ほか)

岩船郡村上市雇用対策協議会会員企業  
新潟県ハッピー・パートナー企業  
厚生労働省ユースエール認定企業

りがいのある仕事です。村上市で働きたい方、やりがいのある仕事をした方はぜひ私たちと一緒に働きましょう。

■ 人事担当者からの一言  
当社は、道路や橋、護岸など地域のインフラ整備を通して、地域の安心安全を支える仕事を行っています。また、オフタイムの活動を大切にしており、社員旅行での旅費の全額負担や健康増進活動への補助など、福利厚生が充実しています。

ぜひ、私たちと一緒に公私とも充実させながら、建設業を通じて地域社会に貢献してみませんか。

※1月11日から2月10日での届け出です(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

■ <b>村北地域</b> 中山 和希 山辺里	■ <b>朝日地域</b> 小田 優也 塩野町	■ <b>神林地域</b> 横山 群 下助湖	■ <b>荒川地域</b> 磯部 俊幸 花立	■ <b>村北地域</b> 中山 和希 山辺里	■ <b>朝日地域</b> 小田 優也 塩野町	■ <b>神林地域</b> 横山 群 下助湖	■ <b>荒川地域</b> 磯部 俊幸 花立
友護 俊幸 磯部 俊幸 磯部 俊幸	幸花 津也 津也 幸喜 津也 幸喜	幸花 津也 津也 幸喜 津也 幸喜	幸花 津也 津也 幸喜 津也 幸喜	幸花 津也 津也 幸喜 津也 幸喜	幸花 津也 津也 幸喜 津也 幸喜	幸花 津也 津也 幸喜 津也 幸喜	幸花 津也 津也 幸喜 津也 幸喜

おたんじょう

おくやみ

■ <b>村北地域</b> 中山 和希 山辺里	■ <b>朝日地域</b> 小田 優也 塩野町	■ <b>神林地域</b> 横山 群 下助湖	■ <b>荒川地域</b> 磯部 俊幸 花立	■ <b>村北地域</b> 中山 和希 山辺里	■ <b>朝日地域</b> 小田 優也 塩野町	■ <b>神林地域</b> 横山 群 下助湖	■ <b>荒川地域</b> 磯部 俊幸 花立
鈴木 ハマ子 大工町	鈴木 ハマ子 大工町	鈴木 ハマ子 大工町	鈴木 ハマ子 大工町	鈴木 ハマ子 大工町	鈴木 ハマ子 大工町	鈴木 ハマ子 大工町	鈴木 ハマ子 大工町

■ <b>村北地域</b> 中山 和希 山辺里	■ <b>朝日地域</b> 小田 優也 塩野町	■ <b>神林地域</b> 横山 群 下助湖	■ <b>荒川地域</b> 磯部 俊幸 花立	■ <b>村北地域</b> 中山 和希 山辺里	■ <b>朝日地域</b> 小田 優也 塩野町	■ <b>神林地域</b> 横山 群 下助湖	■ <b>荒川地域</b> 磯部 俊幸 花立
佐藤 美智子 下鍛冶屋	佐藤 美智子 下鍛冶屋	佐藤 美智子 下鍛冶屋	佐藤 美智子 下鍛冶屋	佐藤 美智子 下鍛冶屋	佐藤 美智子 下鍛冶屋	佐藤 美智子 下鍛冶屋	佐藤 美智子 下鍛冶屋

人口と世帯数 (2月1日現在)

人口	54,662人(-103)
男	26,305人(-37)
女	28,357人(-66)
世帯数	22,220世帯(-27)

■ <b>村北地域</b> 中山 和希 山辺里	■ <b>朝日地域</b> 小田 優也 塩野町	■ <b>神林地域</b> 横山 群 下助湖	■ <b>荒川地域</b> 磯部 俊幸 花立	■ <b>村北地域</b> 中山 和希 山辺里	■ <b>朝日地域</b> 小田 優也 塩野町	■ <b>神林地域</b> 横山 群 下助湖	■ <b>荒川地域</b> 磯部 俊幸 花立
長谷川 義磨 下新保	長谷川 義磨 下新保	長谷川 義磨 下新保	長谷川 義磨 下新保	長谷川 義磨 下新保	長谷川 義磨 下新保	長谷川 義磨 下新保	長谷川 義磨 下新保

## 村上の食材を使った 今月のレシピ♪

### 麻婆大根

【材料(4人分)】 ☆=村上の食材

☆大根	20cm	オイスターソース	大さじ2
豚ひき肉	160g	片栗粉	大さじ1
長ネギ	1本	水	100ml
ニンニク	1かけ	ゴマ油	大さじ3
ショウガ	1かけ	豆板醤	大さじ1/2
味噌	大さじ2	塩	適宜
酒	大さじ2	こしょう	適宜
		粉山椒	適宜

【作り方】

- 大根は厚さ1cmのイチョウ切りにし、長ネギ、ニンニク、ショウガはみじん切りにする。味噌、酒、オイスターソース、片栗粉、水をよく混ぜ合わせておく。
- フライパンを熱し、ゴマ油をひき、長ネギ、ニンニク、ショウガを炒め、香りがしてきたら、豆板醤を加えて炒める。
- ②に豚ひき肉を加えて、ほぐしながら強火で炒め、色が変わったら大根を加えて、さらに炒める。
- 大根に油がまわったら、水250ml(分量外)を入れ、中火で7~8分煮込み、大根が柔らかくなったなら、①の合わせ調味料を入れる。
- 塩、こしょうで味を整えて、器に盛り、粉山椒をふる。



大根を煮込む際、水が無くなったら足す。粉山椒や豆板醤でお好みの辛さに!!

村上市食材PRプロジェクト  
こちらで村上の食材を紹介しています。

## 図書館へ行こう

### 新着図書情報

- ◆江戸咎人逃亡伝 (伊東潤) 徳間書店
- ◆成瀬は信じない道をいく (宮島未奈) 新潮社
- ◆悪口を言われても気にしない人の考え方 (堀もとこ) あさ出版
- ◆おへそものがたり (中嶋博和) 農山漁村文化協会

◆博士はオカルトを信じない (東川篤哉) ポプラ社  
◆鳥人王 (額賀濤) 光文社  
◆絶景サウナ旅 (川邊美穂) 三笠書房  
◆暗闇の美術 (S.エリザベス) 求龍堂  
○ココロの花 (八束澄子) 新日本出版社  
○川の科学ずかん (知花武佳) 文研出版  
○異形見聞録 (藤白圭) PHP研究所  
○たべてみて! (ジゼル・ポター) BL出版  
○小学生になったらえほん (長谷川康男) ポプラ社

◆一般書 ○児童書 問い合わせ 中央図書館 ☎53-7511

図書館司書のおすすめ本  
◆みおもて谷の物語  
くぼたまみこ/著、東京図書出版  
三面川の上流にある、谷あいの小さな村で出会ったのは、自然と共に暮らす人々と元気な子どもたち。  
昭和56年から2年間、小学校教員として赴任した市出身の著者が、山菜採りやクリ拾い、クマの解体など、当時の生活を懐かしく思いながらつづった物語です。  
紹介者：図書館司書

編集・発行 ●本紙掲載記事の無断転載を禁じます。  
村上市企画戦略課  
〒958-8501 新潟県村上市三之町1番1号  
☎0254(75)8925 FAX 0254(53)3840

ホームページアドレス <https://www.city.murakami.lg.jp>  
メールアドレス [seisaku-k@city.murakami.lg.jp](mailto:seisaku-k@city.murakami.lg.jp)  
市報のむらかみは、資源保護のための再生紙・環境にやさしい  
印刷 村上印刷株式会社



板垣妃菜ちゃん R4.11.11生  
(松原町四丁目)



菊地夏向ちゃん R5.8.21生  
(小国町)



申し込みは  
こちらから



小川七星ちゃん R5.5.2生  
(緑町五丁目)



大串浩輝くん(右) R3.1.21  
真央ちゃん(左) R5.5.29  
(松原町一丁目)



本間陽大くん R3.4.24生  
(岩沢)

むらかみの話題 ワンモアショット!



1/31

絵本「小岩内の奇跡」で災害の記憶と教訓を後世に伝える  
(学)国際総合学園 新潟デザイン専門学校と協定を締結(村上市役所)

語る副校長の畑野裕美様



絵本制作に関する  
協定締結式

学校法人 国際総合学園  
新潟デザイン専門学校 様  
村上市  
令和6年1月31日

令和4年8月の大雨により被害を受けた小岩内集落では、一旦は公会堂に避難したものの、昭和42年の羽越水害の経験から、高台の住宅へ再避難を決断しました。2時間後、公会堂は大量の土石流に飲み込まれましたが、人命を失うことはありませんでした。この奇跡的な経験を絵本化して、災害の記憶を風化させずに後世に継承することを目的としています。

締結式に出席した畑野副校長は、「絵本化することで、いつでも気軽に世代を問わずに伝えることができます。また、安心安全を意識しながら地域で暮らすことは大事なことで、分かりやすく伝えることができるのも、絵本やデザインの役割りだと思っています」と話していました。

編集後記

▶3月9日は、3(サン)と9(キュー)の語呂合わせで「感謝の日」だそうです。私も日頃お世話になっている方に感謝の気持ちを伝えられていませんでしたが、この日は「いつもありがとう」と言ってみようと思います。皆さんもこの機会に伝えてみてはいかがでしょうか。(八藤後)



村上市電子申請



X



Facebook



YouTube



Instagram

こんげつのお  
キッズモデル

今月は高南保育園の  
この2人

れおくん

好物 リンゴ

夢 パン屋さん



りこちゃん

好物 関口集落で穫れる  
力キ

夢 宝石屋さん