



市報

むらかみ

MURAKAMI



荒川地区の小・中学校では、ゴーヤによるグリーンカーテン作りに取り組んでいます。

6月中旬に植えた10センチ程の苗は、毎朝子どもたちが水やりをし、今では3メートル程までに生長しています。

夏場の強い日差しを和らげ、室温の上昇を抑える効果があるグリーンカーテンは、手軽に取り組めるエコ対策として今注目を浴びています。みなさんもご自宅で挑戦してみてもいいのではないでしょうか。

主な内容

- 2011この夏の過ごし方 2～3ページ
- 津波被害に遭わないために
地域をあげて防災訓練に参加..... 4～5ページ
- 各地区の「市民協働のまちづくり」が
スタートしました..... 6ページ
- お知らせ版

市の木・花・鳥（平成23年1月20日制定）

元気 “まち” 村上市

-ひとが輝き集う優しさのまちをめざして-



2011 この夏の過ごし方

今年も暑い夏がやってきました。
電力不足などによる生活への影響は計り知れません。
そこで、暑い夏を安全に快適に乗り切るための過ごし方をご紹介します。

緑のカーテンでエコな夏

葉っぱやツタが窓からの日差しを和らげ、室内温度の上昇を抑えるとともに、植物の蒸散作用によってまわりを冷やすことが期待できます。

室内の温度が下がるとエアコンを控えるようになり、省エネにもつながります。

また、植物が育っていく姿を観察できたり、ゴーヤやきゅうりなどの収穫も楽しめるので、子どもたちにとってはエコと理科、両方の勉強ができます。ぜひ試してみてください。

企業の皆さんも節電に 努めています！

市内でもさまざまな企業の皆さんが節電に努めている中、大口電力需要家の(株)新潟ジャムコ（金丸常直社長、社員数350人）では、6月から就業時間を1時間早めるサマータイムを導入したほか、工場内で69台あるエアコンのうち30台を休止しています。「20%を超す節電は厳しいですが、社員一丸となって取り組んでいます」と豊福俊雄工場長。「来年も続けたいと思いますが、早朝からの保育など、行政にもバックアップをお願いしたいですね」と今後の取り組みにも意欲的です。



社員全員にTシャツを支給し、社員の意識アップにも

「わが家の節電対策」で エコな夏

東日本大震災のため電力の供給が落ち込んでいます。突然の停電を防ぐため、家庭では、夏（7～9月）の平日、午前9時～午後8時の使用電力を15%減らすことをめざして、「わが家の節電対策」を作って節電しましょう。

※エアコンなどの控え過ぎによる熱中症にも気を付けて、無理のない範囲で節電しましょう

「わが家の節電対策」チェック表

電対策メニュー			節電効果	
			削減率	削減消費電力
①	エアコン	室温28度を心がける	10%	130W
		すだれなどで窓からの日差しを和らげる	10%	120W
		無理のない範囲でエアコンを消す	50%	600W
②	冷蔵庫	冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間を減らし、食品をつめこまないようにする	2%	25W
③	照明	日中は照明を消して、夜間も照明をできるだけ減らす	5%	60W
④	テレビ	省エネモードに設定するとともに画面の輝度を下げ、必要な時以外は消す	2%	25W
⑤	炊飯器	早朝にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫に保存	2%	25W
⑥	待機電力	リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切る。長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜いておく	2%	25W

※節電効果の記載値は、在宅世帯の日中の平均的消費電力（14時：約1,200W）に対する削減率と削減消費電力の目安です（資源エネルギー庁推計）
また、削減率はすべて小数点以下を切り捨てています

熱中症を防いで健康な夏

熱中症の発生は7月～8月がピークになります。熱中症を正しく理解し、予防に努めましょう。

屋外だけでなく、室内や寝ているときにも熱中症になることがあります。

熱中症予防の2つのポイント

水分補給



暑さを避けること



節電のために無理をしてエアコンなどを使わないと体調を崩すことがあります！

急に暑くなった日は特に注意！

水分・塩分補給

- こまめな水分・塩分の補給
- ※高齢者や障がい者は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を

熱中症になりにくい室内環境

- 扇風機やエアコンを使った温度調整
- 室温が上がりにくい環境の確保
(こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など)

体調に合わせた取り組み

- こまめな体温測定
(特に体温調整が十分でない高齢者や障がい者、子ども)
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

外出時の準備

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用

水の事故を防いで安全な夏 家庭や地域の皆さんで子どもたちへ声かけなどの見守りを

夏は海や川、プールなどでの事故が増えます。水の事故に遭わないように子どもたちを見守りましょう。

事故が起きる場所

海水浴やキャンプに出かけて事故にあうこともあります。家の回りにあるため池や用水路、工事現場なども危険です。

海では、突然大きな波が来たり、川は見た目より深く流れが速かったりすることがあります。

遊びに夢中になり過ぎないように大人や子どもともに注意しましょう。

水の事故にあわないために

- 水泳や水遊びが禁止されている所や深い所、流れの速い所には行かない
- 泳ぐ前には必ず準備運動をする
- 天気が悪いときや波の高いときは水辺で遊ばない
- プールの排水口には絶対に近づかない
- 気分が悪くなったらすぐに水から上がる
- おぼれている人がいたら大きな声で助けを呼ぶ

8/28(日)

津波被害に遭わないために 地域をあげて防災訓練に参加



今年3月11日に発生した東日本大震災では、岩手県・宮城県などの沿岸において、大津波により甚大な人的被害が発生しました。

このため今年の防災訓練では、新潟県沿岸部に津波警報が発令されたという想定で訓練を実施し、津波の脅威を十分認識するとともに、津波に対する備えを強化し、いざという時に迅速に避難できるように実践的な訓練を行うことにより、避難計画の策定につなげることをとしています。

(写真：昨年度、神林地区で行われた訓練の様子)

防災訓練にご参加ください

●とき

8月28日(日)

午前9時～正午(サイレンは午前9時)

※避難訓練は午前9時～9時30分

●ところ 避難訓練は、各地区、町内、集落ごと(左の表参照)

●想定する災害

粟島沖を震源とした震度6弱の地震を想定。日本海沿岸部に津波警報が発令された。

●訓練内容

(1) 現地災害対策本部設置訓練(各地区ごと)

(2) 住民避難訓練

避難訓練が予定されている町内、集落は、区長、総代の指示に従ってください。

(3) 救助訓練・放水訓練(地区ごとに実施内容が異なります)

(4) 炊き出し訓練(二部会場のみ)

水道、ガス、電気が各地で停止している想定で、炊き出しを実施します。

当日は市内全域で訓練に伴うサイレンや放送がありますので、災害と間違わないようご注意ください

●問合せ

総務課総務・危機管理室

☎53・2111(内線316)

または各支所地域振興課総務管理室



各町内、集落によっては、午前9時の訓練放送を合図に避難訓練が予定されている場合があります。区長、総代の指示に従ってご参加ください。

地区	現地本部 (◎地区メイン会場)	主な内容	
朝 日	◎朝日多目的グラウンド 市全体の本部	<ul style="list-style-type: none"> ・住民避難訓練 ・消防団による避難誘導、放水訓練 ・自衛隊による住民輸送訓練 ・N T T災害伝言ダイヤル展示 ・消防本部、消防署朝日分署および村上総合病院DMAT（災害派遣医療チーム）による倒壊家屋救助訓練 ・自衛隊および食生活改善推進委員による炊き出し訓練  ・県防災ヘリによる市内被害調査訓練 ・自衛隊車両、消防車両、防災用品の展示 	
村 上	村 上	村上第一中学校	・住民避難訓練 ・消防団による避難誘導、放水訓練
	岩 船	岩船連絡所 いわくすの里	<ul style="list-style-type: none"> ・住民避難訓練 ・いわくすの里、消防団合同避難訓練 ・消防団による避難誘導、放水訓練
	瀬 波	◎瀬波小学校	<ul style="list-style-type: none"> ・住民避難訓練 ・消防本部による応急手当講習 ・消防団による避難誘導、放水訓練 ・防災用品の展示、日赤奉仕団炊き出し訓練
	山辺里	山辺里小学校	<ul style="list-style-type: none"> ・住民避難訓練 ・消防団、住民による避難誘導、放水訓練 ・日赤安全奉仕団による救急法講習
	上海府	集落ごと	・住民避難訓練 ・消防団による避難誘導、放水訓練
荒 川	◎金屋小学校	<ul style="list-style-type: none"> ・住民避難訓練、AED操作訓練、応急手当講習 ・消防団による避難誘導、放水訓練 ・県防災ヘリによる市内被害調査訓練、停電訓練 ・消防車両の展示、炊き出し訓練、校舎屋上避難訓練 	
神 林	◎神納東小学校	<ul style="list-style-type: none"> ・住民避難訓練、初期消火訓練 ・消防団による避難誘導、放水訓練 	
		<ul style="list-style-type: none"> ・防災用品の展示、日赤奉仕団炊き出し訓練・無線通信訓練 	
山 北	◎寒川ふれあいセンター	<ul style="list-style-type: none"> ・住民避難訓練 ・消防団無線中継伝達訓練 ・消防団による避難誘導、放水訓練・防災用品の展示、炊き出し訓練 ・避難所開設（津波DVDの上映、血圧測定） 	

※地区ごとのメイン会場で現地災害対策本部を設置し訓練を実施します

防災無線による放送内容

午前9時 緊急地震速報

♪こちらは広報むらかみです。只今から訓練放送を行います。♪（緊急地震速報チャイム音）緊急地震速報 大地震です。大地震です。これは訓練放送です。こちらは広報むらかみです。これで訓練放送を終わります。♪



午前9時3分 津波警報発令

♪こちらは広報むらかみです。只今から訓練放送を行います。♪消防サイレン 津波警報が発表されました。海岸付近の方は高台に避難してください。これは訓練放送です。こちらは広報むらかみです。これで訓練放送を終わります。♪



午前9時30分 津波警報解除広報

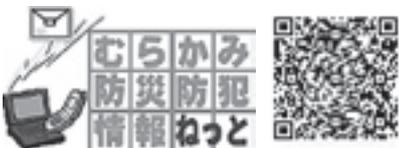
♪訓練、訓練、こちらは広報むらかみです。津波警報は、解除されました。津波の危険はなくなりました。♪

※火災召集サイレン 地域ごとに火災を想定した放水訓練



防災情報を入手しましょう！

防災（火災・地震など）・防犯（不審者）情報を24時間、パソコン、携帯電話へメール配信します。



▼アドレスはこちら（携帯可）
<http://www.city.murakami.niigata.jp/i/ml>
 カメラ付き携帯ならQRバーコードで簡単にアクセス。
 i - モードなら登録は簡単です。
 メニュー/検索→タウン情報/行政→新潟県→村上市

地域をまっすぐに元気に！

各地区の「市民協働のまちづくり」がスタートしました

本市の豊富な地域資源を活用し、現在進行している少子高齢化への対応を図り「地域の元気づくり」を推進するため、市民協働のまちづくりの取り組みを今年度から進めています。

現在、推進母体となる組織づくりを、各地区で開始し、今回、組織づくりに向けた各地区の取り組み状況についてお知らせします。

山北地区

【集落現地調査を終えて】

個々の集落が抱える課題と、真に必要なとする取り組みを集落の皆さんと共に考えるため、2か月間かけて48全集落の現地調査を行いました。

従来の区割りにこだわらない取り組み範囲に不安をのぞかせる集落、負担を軽減しながら多くの仲間と活動を共にすることに期待を寄せる集落と、反応も様々でしたが、これから、より大勢の皆さんと意見を交わしながら一緒に計画づくりに進めていきます。

朝日地区

【発起人会の設立から】

4月以降、各種団体の会議に伺い、協働のまちづくりの説明を行ってきました



た。参加者からは「協働という言葉が難しい。」「これを機会にまちづくりをしたい。」「などの様々な声が寄せられました。

現在、まちづくりを行う組織の設立に向け、各地域の区長会が発起人となり、設立準備発起人会を立ち上げ、7月中に発起人会主催による各地域住民説明会を開催したところです。

今後は発起人会を中心に、準備委員の選出に入ります。

村上地区

【まちづくり組織立ち上げに向けて】

5地域によりまちづくりを行う組織

の立ち上げに向け、町内・集落への聞き取りや各種団体の集会に併せて説明を行ったり、広報紙により取り組み状況をお知らせしたりしています。

町内の現状を聞き取りした際には「子どもへの減少で伝統行事や町内の行事に影響がはじめています。近くの町内と連携して行事などが行えれば」と、取り組みに期待される声もつかえました。今後さらさら皆さんの声を活かし、共に取り組んでいきます。

神林地区

【集落説明会を実施】

取り組みへの理解を深めてもらうため、地域の皆さんへの説明会を計画。第一段階として、6月には集落役員への説明会を行いました。

「地域の交流に活かしたり、伝統行事を盛り上げたりしたい」などのお話もありましたが、「具体的に何を行えばいいのか」と不安な声も聞かれました。

地域の皆さんから寄せられる期待を活かし、不安を解消しながら、共に、取り組みを進めて行きます。



荒川地区

【積極的な参加から新たな視点】

地区内各種団体と「まちづくり懇談会」を開催しています。市民協働のまちづくりに対して参加者の皆さんは非常に積極的で、「後継者のいない荒れた農地を利用した市民農園は」など、行政だけでは気づかない視点や参考になる考え方をたくさんいただいております。順調な滑り出しとなっております。

「協働」は、互いを支え、支え合える地域社会、昔よく言われていた「結」の再生と考えています。簡単に言うと、豊かに、楽しく暮らせる「住んでいて良かった」と思える地域の創造と考えます。まちづくりとは、簡単な言葉ですが、大変なエネルギーを必要とします。

地域の課題を共有し、明るいふるさとの未来予想図を地域で語り、思い描いて、地域住民一人ひとりが主人公となって行うためにも、これからの積極的な参加・参加をお願いします。

問 自治振興課自治振興室

☎ 53・2111（内線331）

または各支所地域振興課自治振興室

※村上地区担当は、自治振興課村上地区自治振興係となります

子育てをきみんなどでまねるまなびづくり

《平成22年度次世代育成支援行動計画の実施状況》

次世代育成支援行動計画は、子どもを安心して生み育てることができ

る社会の構築を目指し、子育て支援の整備や、充実を図ることを目的に平成22年3月後期計画を策定しました。

この実施状況は毎年市民の皆さんに行動計画の実施状況についてお知らせするもので、今回は平成22年度の実施事業の主なものについてお知らせします。

地域における子育ての支援

〔保育サービスの充実〕拡充

・3カ所の拠点保育園で土曜保育を実施(延べ2069人の利用)

〔子育て支援サービスの充実〕継続

・子育て支援センターの広場の利用者、延べ2万4500人(1万1200組)

・村上地区の児童館の利用、延べ1万1300人(5150組)

※地区外からの利用者増加

〔放課後児童健全育成事業(学童保育所)〕拡充

・瀬波児童館開設。利用登録児童数は316人、年間延べ利用者は

5万8168人

母性ならびに乳児および幼児などの健康の確保と増進

〔特定不妊治療費助成事業〕新規

・特定不妊治療に要する費用の一部を助成する制度を開始し、6人に助成

〔子ども医療費助成事業〕拡充

・平成22年9月1日から、通院の医療費の助成を小学校卒業までに拡充し、対象者が1200人増加

〔食育〕の推進〕継続

・「食育推進会議」を開催し、食育の事業実施

子どもの心身の健やかな成長に資する教育環境の整備

〔適応指導教室の設置〕拡充

・全地区に指導教室を設置(神林地に新たに設置)し、相談体制を強化

〔読み聞かせボランティア養成講座〕拡充

・ボランティアの養成講座を全地区で実施。参加者は32人

子育てを支援する

生活環境の整備

〔良好な居住環境の確保(耐震診断等助成事業)〕新規

・個人の木造住宅の耐震診断等に要する費用の一部に対し助成。16件の助成

職業生活と家庭生活との

両立の推進

〔一般事業主行動計画策定の推進〕拡充

・101人以上の労働者を雇用する事業主は、仕事と家庭の両立を支援するための雇用環境の整備などについて、行動計画の策定、届け出を義務化されたことを、広報やホームページで周知

子どもの安全確保

〔交通安全教育の実施〕継続

・交通安全教育を実施。年間94回実施し、参加者延べ人数は3300人

・保護者に対して、チャイルドシート正しい使用方法についての指導を実施。年7回の実施で参加者は702人

〔学校付近や通学路におけるパトロール活動の推進〕拡充

・スクールガードリーダーを1名増員し、見守りボランティア体制を拡充

要保護児童への対応などきめ細やかな取り組みの推進

〔母子家庭自立支援給付金事業〕新規

・「自立支援教育訓練給付金事業」、「高等技能訓練促進費等事業」を新規に開始。1件に給付

〔児童扶養手当〕拡充

・8月1日から父子家庭が対象となり、父子の申請は、58件

〔家庭児童相談事業〕継続

・家庭児童相談員による児童を取り巻く家庭の問題やDV等に関する相談業務を継続

村上市次世代育成支援行動計画に基づき、いろいろな事業に取り組んでいます。

今後とも将来を担う子どもたちの健やかな育ち、親自身の育ちを支援し、計画の推進に努めていきます。

●問合せ 福祉課子育て支援室
☎ 53・2111(内線243)

児童扶養手当・特別児童扶養手当、ひとり親家庭等の医療費助成

子どもたちのための福祉制度として、子ども手当や子どもの医療助成などがありますので、紹介します。なお、助成などを受けている場合は、8月中に現況届の提出や更新の手続きが必要となりますので、早めの届け出と手続きをお願いします。

◆児童扶養手当

父母の離婚などにより、父または母と生計を別にしていてる児童の健やかな成長を願い、児童の家庭の生計安定と自立を促進するために支給される手当です。

●支給対象者

次のいずれかに該当する児童(18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間の児童、障がいがある児童は20歳未満)の母、または児童を監護し、かつ生計を同じくしている父、または父母にかわって児童を養育している人。

- ① 父母が離婚した児童
- ② 父または母が死亡した児童
- ③ 父または母に一定の障がいがある児童
- ④ 父または母の生死が明らかでない児童
- ⑤ 父または母から引き続き1年以上遺棄(おきざり)されている児童
- ⑥ 父または母が法令により引き続き1年以上拘禁(刑務所などに入所)

されている児童

⑦ 母が婚姻によらないで出産した児童

⑧ 棄児(おきざりにされた子)などで出生の事情が明らかでない児童

※該当していても、障害年金や遺族年金などの公的年金を受けられる場合や児童福祉施設などに入所している場合などの理由で、手当を受けることができない場合があります。また、本人または同居の扶養義務者に一定以上の所得がある場合は、手当の一部または全額の支給が停止されます

◆特別児童扶養手当

身体または精神に一定の障がいがある児童を育てている人に、児童の福祉の増進を図る目的で支給される手当です。

●支給対象者

次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している父母、または父母に

代わってその児童を養育している人。

- ① 耳や手足など、体の不自由な児童
- ② 日常生活が制限される程度の病気ににかかっている児童
- ③ 知的発達・精神などに障がいのある児童

児童

※該当していても、児童が障がいを理由に公的年金を受けられる場合や、児童福祉施設などに入所している場合は手当を受けられません。また、本人または同居の扶養義務者に一定以上の所得がある場合は、手当の支給が停止されます

◆ひとり親家庭等の医療費助成

ひとり親家庭などの生活の安定と自立をすすめるため、ひとり親家庭等の父や母、児童(18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間の児童、障がいのある児童は20歳未満)などの医療費の一部が助成されます。

●助成対象者

- ① 母子家庭、父子家庭の母または父およびその家庭の児童
 - ② 父または母に一定の障がいがある家庭の児童およびその父または母
 - ③ 父母が死亡、または①、②に該当する児童で、父母に養育されない児童とその児童を養育する人
- ※所得制限などにより、対象にならない場合があります

現況届・所得状況届の提出はお早めに

8月は「児童扶養手当現況届」、「特別児童扶養手当所得状況届」を提出する月です。

この届けは、児童扶養手当や特別児童扶養手当を受けている皆さんが、引き続き手当を受ける資格があるかどうかを審査する大切なものです。提出しないと、資格があっても8月以降の手当が受けられなくなります。また、2年間提出しないと受給資格を失うことがあります。忘れずに提出してください。

※ひとり親家庭等の医療費助成を受けている人は、「更新申請書」を提出してください

■現況届・更新申請の受付時間を次の日は、午後7時まで延長します。

- (特別児童扶養手当を除く)
- ・ 8月2日(火)・9日(火) 本庁
- ・ 8月4日(木)・11日(木) 本庁・各支所

●問合せ 福祉課 ☎ 53・2111

- ・ 児童扶養手当・ひとり親家庭等の医療費助成…子育て支援室(内線246)
- ・ 特別児童扶養手当…福祉政策室(内線247)

国民健康保険のお知らせ

《入院する際の手続きについて》

入院の際には、「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付の申請をお願いします。

医療機関に認定証を提示することで医療機関での医療費の支払いが自己負担限度額で調整されます。(医療費の自己負担限度額は、世帯の所得などの状況に応じて設定されています。)

【70歳未満の人】

入院前に必ず申請してください。

【70歳以上の人】

住民税が非課税世帯の場合のみ「限度額適用・標準負担額減額認定証」が交付されます。

住民税課税世帯の人は、医療機関に保険証と高齢受給者証を提示するだけで、自己負担限度額までの支払いとなりますので認定証の申請は必要ありません。

■申請に必要なもの

・保険証 ・印鑑

■住民税が非課税世帯で90日以上入院している人

入院日数が90日以上になると、長期入院の該当となり、入院中の食事が減額される場合があります。ただし、申請が必要になりますので、入院日数を確認で

きる書類(領収書など)と認定証、印鑑を持参の上、申請してください。

※認定証の有効期限は、毎年7月31日までは、平成23年7月31日までの認定証をお持ちの人で、8月1日以降も入院される人は更新の手続きを忘れずにお願います

●問合せ

保健医療課国保室 ☎53・2111
(内線2522~254)

または各支所地域福祉課保健室

後期高齢者医療制度のお知らせ

75歳の誕生日を迎えると、それまで加入していた国民健康保険などの健康保険から後期高齢者医療制度に加入することになりますが、65歳から74歳までの人で、一定の障がいがある場合は、申請により後期高齢者医療制度に加入することができます。

【希望により加入できる人】

65歳から74歳までの人で、一定の障がいがある場合は、申請により加入している国民健康保険などの健康保険から抜けて後期高齢者医療制度に加入することができます。

加入を希望する場合は、申請して新潟県後期高齢者医療広域連合から認定を受ける必要があります。一定の障がいがある場合は申請はいつでもできますが、申請の翌日から認定になります。

また加入した後でも、75歳になるまでの間は、後期高齢者医療制度から脱退することもできます。

後期高齢者医療制度に加入した場合の保険料や医療費などは、お問い合わせください。

■申請に必要なもの

・現在お使用の保険証 ・印鑑
・障害の程度が分かる書類(身体障害者手帳、障害年金証書など)

■一定の障がいとは

・身体障害者手帳1級〜3級
・身体障害者手帳4級のうち、音声言語・そしゃく障害・下肢障害の1・3・4

・療育手帳「A」
・精神障害者保健福祉手帳1級〜2級
・国民年金法による障害基礎年金、障害年金受給者 など

●問合せ

保健医療課国保室 ☎53・2111
(内線2522~254)

または各支所地域福祉課保健室

特別障害者・障害児福祉手当

在宅の障がい者や障がい児に対して支給される手当です。この手当は、身体障害者手帳や療育手帳などがなくても申請できますが、障がいの状態によっては支給対象とならない場合があります。

	特別障害者手当	障害児福祉手当
受給できる人	20歳以上で、精神または身体に著しい重度の障がいがあり、日常生活で常時特別の介護を必要とする人	20歳未満で、精神または身体に著しい重度の障がいがあり、日常生活で常時介護を必要とする児童
受給資格がなくなるとき	<ul style="list-style-type: none"> 施設に入所したとき 病院または診療所に継続して3か月を超えて入院したとき 	施設に入所したとき
支給額	月額26,340円	月額14,330円
支給月	2月・5月・8月・11月	2月・5月・8月・11月
必要なもの	<ul style="list-style-type: none"> 特別障害者手当認定請求書 所得状況届 医師の診断書（指定様式） 世帯全員の住民票 年金などの証書 前年の年金などの金額が分かるもの 本人名義の預金通帳 	<ul style="list-style-type: none"> 障害児福祉手当認定請求書 所得状況届 医師の診断書（指定様式） 世帯全員の住民票 本人名義の預金通帳
所得制限	受給者もしくはその配偶者または、その扶養義務者の前年の所得が一定額以上の場合、その年の8月から翌年の7月までの間は支給停止となります。	

●問合せ 福祉課福祉政策室 ☎53-2111（内線245、247）または各支所地域福祉課福祉室

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1組でチームを組み、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。達成チームにはもれなく達成記念品が贈られるほか、抽選で海外旅行などの豪華景品が当たります。

募集締め切り日 8月31日(水) (消印有効)

実施期間 9月23日～12月31日の100日間

参加資格 運転免許を有し、県内に居住または通勤・通学する人
※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 家族や友人、職場の仲間などで免許を有する5人1チーム
※同じ人が2チーム以上で参加することは出来ません

申込方法 市民課または各支所市民生活課、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、郵便局窓口で振り込んでください。
※10チーム以上の企業・事業所単位で参加する場合は、「団体の部」となりますので、申込書を記入し、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 新潟県県民生活・環境部県民生活課
交通安全対策室内「安全運転・チャレンジ100実行委員会事務局」(☎025-280-5136)

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」でも参加を募集しています。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。

●問合せ 市民課生活人権室☎53-2111（内線286）または各支所市民生活課市民生活室

公共下水道の供用開始について

村上地区および荒川地区の公共下水道事業で、8月1日(月)から下図の区域で新たに供用を開始し、下水道が使用できるようになりました。

処理区域内にお住まいの皆さんは、早めに下水道につないでくださるようお願いします。

村上地区



大町、小町、大工町、寺町の各一部



八日市の一部

荒川地区



名割、坂町(田屋)の一部



春木山、荒島の一部



長政の一部

 平成23年8月1日から供用開始となった区域

●問合せ 下水道課管理業務室 ☎66-6192



6/14~

野球連盟ならびに
ソフトボール協会
ナイターリーグ
(朝日多目的グラウンド)

毎年行われるナイターリーグ(今年は野球11チーム・ソフトボール12チーム参加)が始まりました。それぞれ2ブロックに分かれて6月中旬から9月下旬(毎週2回)まで熱戦を繰り広げます。

野球の優勝チームには、秋に行なわれる旧5町村大会への出場権が与えられます。

むらかみの話題

市内で行われた催しや、出来事を紹介しています。



6/18

森の劇場スピカ
チャリティー公演
(総合文化会館)

昨年12月に一般参加者を募りミュージカルを開催した「森の劇場スピカ(荒川)」が、東日本大震災被災者支援として、チャリティー公演を行いました。なお、今年12月17日に当会館での公演が決定しており、現在、演劇団員を大募集中です。

《問合せ ☎0254-62-4200(中村)》



6/17

東北3県
スポーツ友情募金
を県体育協会へ

村上市体育協会松澤昌雄会長と村上市スポーツ少年団菅原十三男本部長が(財)新潟県体育協会を訪問し、276,072円の募金を届けました。この募金は、(財)新潟県体育協会が行っている「東北3県スポーツ友情募金」の一環として、村上市体育協会員、スポーツ少年団員から募ったものです。



7/1

ようこそ金屋小へ
県警音楽隊来校

金屋小学校では学習フェスティバルの一環で、県警音楽隊を招き音楽鑑賞会を開催しました。

名探偵コナンやアンパンマンなど、子どもたちに馴染みのある曲目も多く演奏され、迫力ある生の音とカラーガード隊の華麗な踊りに、会場は大盛り上がりでした。



6/21

障がい者スポーツ
レクリエーション大会
(神林農村環境
改善センター)

障がい者スポーツの普及と健康リハビリの増進を図るスポーツレクリエーション大会が開催され、参加者はゲートボールや輪投げなどの競技に挑戦しました。カローリングに参加した加茂さんは、「360度回転するので大変だったが、最後に最高のスローインができてうれしかった」と話してくれました。



7/5~

日本一の清流
「荒川」
鮎釣り解禁

夏の風物詩「鮎釣り」が解禁となり、全国各地から訪れる鮎釣りファンで賑わっています。

今シーズンは荒川を会場に、大手釣具メーカー4社が釣り大会を予定しており、全国的にも一躍注目を浴びています。絶好調だった春のサクラマス釣りに続き、清流「荒川」から目が離せません。



7/3

景勝地「笹川流れ」
海の縁日は大盛況
(桑川漁港)

漁船パレード、よさこいソーラン、ビンゴ大会などが催された中、一番のにぎわいは「活魚のつかみ取り」でした。「魚とふれあいながら、たくましく育てほしい」と漁師が準備した600匹の魚。スタートの合図とともに元気よく笑顔でつかまえる頼もしい子どもたちでした。



7/12

夏休みも無事故で
交通安全教室
(神林交通公園)

神林地区の小学校4年生を対象に交通安全教室が行われました。夏休み前の時期でもあり、自転車の正しい乗り方、安全確認の方法を学習しました。交通指導員の大矢さんから、「自分の目で安全確認することが大切です」と指導され、子どもたちは真剣に取り組んでいました。



7/10

名水まつり
200Mそうめん流し
(大毎集落)

平成の名水「吉祥清水」を活かした「大そうめん流し」が開催され、長年清水に魅了された地域外の人も含め400人が参加しました。「祖父母や両親の頑張りを見て、子どもたちが大毎を誇りに思ってもらいたい」との声もあり、カーブや傾斜に苦勞しながらも、集落総出で竹も心も繋いだイベントとなりました。



7/19

村上市男女共同参画
計画策定委員会

あらゆる分野で男女がともに活躍できる環境づくりを目指し、第1回目の計画策定委員会を開催しました。委員への委嘱、今後のスケジュールの協議後、アドバイザーの新潟県立大学石川伊織教授からの男女共同参画に関する講話を聞きました。

計画は平成24年9月策定の予定です。



7/15

せなみすみれの会
郷土料理講習会
(村上地区公民館)

今回は講師の本間キトさん(肴町)の提案により、南相馬市と地元の主婦が互いの郷土料理を紹介し、交流する講習会となりました。

南相馬市の皆さんは「こづゆ」と「いか人参」と呼ばれる正月によく作られる料理を紹介し、互いに交流を深めていました。

包括支援センターだより



通所型介護予防教室 ～運動～



65歳以上の人に送付した「基本チェックリスト」の結果で、運動や栄養、口腔のいずれかの項目に該当した人に、心身の機能を低下させないための介護予防教室を行っています。今回は、教室の『運動』の内容を紹介します。

膝や腰が痛いなどの人でもいすに座って無理なくできる体全体のストレッチ、また音楽に合わせたり、声を出したりしながら、楽しく筋力トレーニングを行っています。理学療法士や健康運動指導士のもとで実施しており、参加するにあたっては主治医の意見書もいただいて実施します。すでに各支所で始まっていますので、気軽に参加してみてください。

- 問合せ 介護高齢課地域包括支援センター
☎53-2111 (内線365)
または各支所地域福祉課福祉室



消防本部管内災害状況（6月末現在）

災害種別	6月	本年累計	昨年総累計
火災	2件	12件	20件
救急	238件	1,438件	2,768件
救助	7件	28件	58件
その他の災害	24件	127件	106件

※その他の災害は「警戒」「水防」「土砂災害」「漏油事故」「調査」「ポンプ車の救急出動」など

花火に注意！

花火は危険物です。花火は、迷惑にならないようにルールとマナーを守り、事故やケガを防ぐため、花火に書いてある遊び方をよく読んでから遊びましょう。

- ・使用方法や注意を守ろう
- ・風の強い日には花火をしない
- ・水を用意しましょう
- ・大人と一緒に遊びましょう
- ・花火を人や家に向けない
- ・燃えやすいものがない場所を選んで遊びましょう
- ・花火をほくしたり、一度にたくさん花火に火をつけたくない
- ・ゴミは必ず持ち帰る

まちから119



●問合せ
消防本部

☎ 53・0119

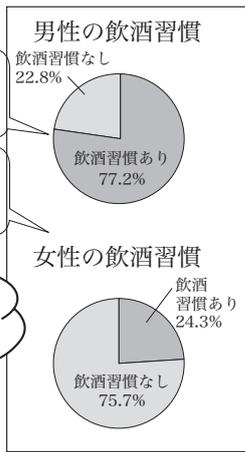
こどもたちは！保健師です

「百薬の長」にするため、「ココロとカラダ」にいい飲酒を！



夏本番。ビールの美味しい季節となりました。でも「酒は飲んでも飲まれるな」とあるように、飲みすぎは身体に多大な負担を与えるので、注意が必要です。お酒といい関係を築くためのポイントアドバイスをお伝えします。

さて、アルコールの適量を知っていますか。純アルコールに換算して「20g」です。平成22年度の特健診のアンケートからこんな結果がでました



男性で飲酒習慣がある人の中で、適正飲酒ができていない人は、30.9%、多量飲酒の人は4.5%でした。

女性で飲酒習慣がある人の中で、適正飲酒ができていない人は、76.1%、多量飲酒の人は1.1%でした。

例えば、ビールを中瓶3本飲む人はご飯小盛り3杯食べたのと同じカロリーとなるので、意外と高カロリーなんです。

この量であれば、「食欲の増進」「ストレスの解消」「コミュニケーションの円滑化」などの効果があると考えられています。飲みすぎると、肝機能や消化器系、精神・脳への障害や生活習慣病などを引き起こしてしまいます。

【アルコール量の計算式】

お酒の量(g) × アルコール度数(%) ÷ 100 × 0.8
 例) ビール中瓶1本 500(g) × 5(%) ÷ 100 × 0.8 = 20(適正飲酒の量)
 ※日本酒1合も同じアルコール量で、3合以上で多量飲酒となります

このほかにも地区別集計で、多量飲酒の多い地区は、肝機能にも異常がみられる割合が高いことがわかりました。

また、特定保健指導を行って、少し気になったことがあります。

「体重は標準なのに、腹囲が基準値よりも多い」という人たちがいました。その人たちに生活習慣について話を聞いてみると、やはり飲酒習慣がありました。

体重が適正なのに、メタボリックシンドロームだなんてもったいない。

美味しく飲んで身体にもいい、そんな楽しい飲酒をしたいですね。

●問合せ 保健医療課健康支援室

☎ 53・2111(内線261)

または各支所地域福祉課保健室

食育だより

『子どもと一緒に』

『台所仕事をしまじょう』

～心を育む食事のお手伝い～

「食へる」ということは、子どもの身体の発育ばかりでなく、知能や心の成長にもとても大切なことです。

平成21年に行った「村上岩船地域食育意識調査」の結果をみると、食事づくりやお手伝いをしている子どもは、3割以下と低い状況です。保育園から小学校、中学校と上の学年になるほど低くなり、特に男子にその傾向が強いようです。

食材を洗う、切る、混ぜる、煮るなどの料理の過程、食事の準備や後片付けも含め、親子や兄弟で力を合わせて行いましょう。そうすることで、学校で習う教科の学習では得られない大切な知恵や創造力が育ちます。ひいてはそれが、子どもたちがこれから生きていく基本の力を育てることにつながります。



今回は、家族で簡単に作れるデザートを紹介します。

レシピ紹介

「フルーツ杏仁」

(材料6人分)

- ・粉寒天 4g
- ・水 400cc
- ・アーモンドエッセンス 数滴
- ・砂糖 80g
- ・牛乳 600cc
- ・みかん缶 200g
- ・みかんシロップ 360g

(作り方)

- ①水に粉寒天を入れ、5分置く。
 - ②①を弱火にかけ、粉寒天が溶けるまで混ぜながら煮溶かす。溶けたら火をとめ、砂糖や牛乳を加えて混ぜ、沸騰寸前になったら、アーモンドエッセンスを数滴加え、火を止める。鍋ごと水につけて粗熱をとる。(なめらかに仕上げるなら裏ごし器を通すとよい)
 - ③②を器に流し冷し固める。固まったら缶詰のシロップを注ぎ、フルーツを飾る。
- ※旬の果物をお好みで入れてください

●問合せ

保健医療課健康支援室

☎ 53・2111(内線265)

今回は、
神林地区です



このコーナーでは、村上の未来を担う子どもたち、「わが家の宝」を紹介します。

歌が大好きな凜は、リズムに合わせてパチパチしたり、体をゆらすことが上手です。

最近はお父さんが仕事に行くとなるとバイバイをしたり、恥ずかしいとカーテンに隠れてみたりと、とてもお茶目な女の子です。日々成長していく凜に家族みんなで喜んでいきます。いつまでも笑顔いっぱいの女の子でいてね！



大矢
弥生さん (岩船駅前)
凜ちゃん (1歳)

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】

- ◆ 黄金坂ハーフウェイズ (加藤実秋)
- ◆ 湯女の櫛-備前風呂屋怪談- (岩井志麻子)
- ◆ 黄泉坂案内人 (仁木英之)
- ◆ 質素な性格-欲は小さく野菊のごとく- (吉行和子)
- ◆ 八月からの手紙 (堂場瞬一)
- ◆ 「孤独の力」を抱きしめて (落合恵子)
- ◆ 寒灯 (西村賢太)
- ◆ サヴァイヴ (近藤史恵)
- ◆ めるい毒 (本谷有希子)
- ◆ 檻の中の鼓動 (末浦広海)
- ◆ 棟居刑事の代行人 (森村誠一)
- ◆ 生きてるか？ (南木佳士)
- ◆ 天上紅蓮 (渡辺淳一)
- ◆ 龍馬奔る 少年篇 (山本一力)
- ◆ きょう一日。-非常時を生き抜く究極の五木メソッド55- (五木寛之)
- ◆ すぐそこのたからもの (よしもとばなな)

図書館職員のおすすめ本

『八月の犬は二度吠える』

鴻上 尚史 著

「もう一度、『八月の犬』をやりたいんだ」悲劇の夏から24年後、友人の恋人を好きになった為に仲間を崩壊させた自分に、死の床についた友人が言った。それはかつて京都を震撼させるはずだった極秘作戦の依頼。奇跡は起きるのか。『八月の犬』とは一体…。



- ルルとララのふんわりムース (あんびるやすこ)
- クレブスリー伝説1 殺人者の誕生-ダレン・シャン前史- (ダレン・シャン)
- クレブスリー伝説2 死への航海-ダレン・シャン前史- (ダレン・シャン)
- シリーズ鳥獣害を考える4 人はサルと共存できるの？できないの？
- シリーズ鳥獣害を考える6 なぜハクビシン・アライグマは急にふえたの？
- ペネロペ イースターエッグをさがす (ゲオルク・ハレンスレーベン)
- あさがお (荒井真紀)
- No.6 # 9 (あさのあつこ)

◆…一般書 ○…児童書

♪♪夏読書のススメ♪♪

夏休みは子どもたちにとって、普段できないことをするとってもいい期間ですね。プールや虫捕りなど、夏にしかできないこともあるけれど、せっかくのおやすみです。じっくり読書はいかがでしょう。ここでは、「いい本みつけた'11年版」の小学生向けの本を紹介します。

- ◎小学1・2年生向け 『カレーライスのおきなペンギン/落合恵子作』 『やまびこ谷でともだちみつけた/戸田和代作』 『こぶたくん/アーノルド・ロペール絵』 『ふらいばんじいさん/神沢利子作』
- ◎小学3・4年生向け 『ねこと友だち/いとうひろし作』 『おいなりの山のひみつ/茂市久美子作』 『てんぐのそばや/伊藤充子作』 『ひとりたりない/今村章子作』
- ◎小学5・6年生向け 『翔太の夏 秘密の山のカプトムシ/那須正幹作』 『さすらい猫 ノアの伝説/重松清作』 『からくり夢時計/川口雅幸作』 『病気の魔女と薬の魔女/岡田晴恵作』

○おたんじょう

氏名(ふりがな)	届出人	町内会名または住所	氏名(ふりがな)	届出人	町内会名または住所
村上地区			神林地区		
颯太(そうた)	齋藤 繁	大工町	琴葉(ことは)	遠藤 薫	平林
莉々(りり)	佐藤 正彦	松原町一丁目	尚佑(しょう)	板垣 紳悟	殿岡
春磨(はるま)	近藤 康弘	八日市	朝日地区		
陸(りく)	吉田 祐介	大欠	貴煌(きき)	島田 貴之	下新保
友紀(ともり)	服部 滋	新町	蒼大(そうだい)	遠山 一直	岩沢
咲空(さら)	横井 翼	山辺里	山北地区		
結菜(ゆな)	佐藤 秀之哉	八日市	心暖(ここ)	菅原 美和	府屋学校町
結凜(ゆうり)	大滝 和哉	下相川	桜生(さき)	斎藤 信秋	勝木
荒川地区			恵美歌(えみか)	斎藤 恵吾	勝木
友愛(ゆあ)	齋藤 敦司	羽ヶ榎	乃愛(のあ)	板垣 良隆	朴平
陽莉(ひまり)	近藤 優作	金屋			
翔也(しょうや)	遠山 義貴	金屋			
佑海(うみ)	近藤 久寛	金屋			
桂葉(かずは)	石田 善広	十文字			
望叶(もか)	池田 博之	坂町駅前			
蘭那(らな)	小野 直樹	坂町			

●おくやみ

氏名	年齢	町内会名または住所	氏名	年齢	町内会名または住所	氏名	年齢	町内会名または住所
村上地区			荒川地区			朝日地区		
阿部 ノブ	92	瀬波上町	船山 恒一	81	藤沢	大滝 富司男	80	蒲萄
水野 昭次	81	羽黒町	小林 己一	82	海老江	鈴木 チヨ	84	猿沢
永田 由次	85	浜新田	遠山 久子	96	金屋	富樫 仁四郎	82	早稲田
瀬賀 章三	67	岩ヶ崎	遠藤 公子	50	山口	高橋 トク子	79	大場沢
小池 イノ	91	堀片	鈴木 春一	86	貝附	島田 虎太	87	下新保
佐藤 ノブ	81	新町	松田 イシ	92	佐々木	阿部 トヨ	79	上野
相馬 新子	79	吉浦	根本 義昭	63	藤沢	高橋 一夫	91	大場沢
榎本 禮子	95	小国町	小林 米一	52	海老江	岡田 伊之助	84	蒲萄
伊與部 キク	87	二之町	神林地区			山北地区		
瀬賀 勝司	47	菅沼	田中 ミカ	90	北新保	本間 アキ	97	浜新保
鈴木 ミサ子	86	岩船下浜町	鈴木 幹男	61	指合	藤原 繁勝	84	府屋本町
田村 政雄	90	鋳物師	相馬 智	87	下助淵	齋藤 計彦	76	北黒川
渡邊 信哉	40	岩船縦新町	佐藤 勝榮	84	松沢	加藤 二藏	96	板屋沢・垣之内
小田 千榮	93	岩船上浜町	相馬 一雄	53	下助淵	板垣 テル子	85	碁石
加藤 勝利	67	松原町一丁目	渡邊 悦	89	河内	大滝 富太郎	94	山熊田
井上 忠雄	85	松山	野澤 七三	76	塩谷	齋藤 美代子	82	下大蔵
船山 千里	75	杉原	小田 ミツ	85	福田			
池田與次右衛門	89	門前	佐藤 マツノ	91	桃川			
赤島 三藏	87	堀片	田中 眞一	89	牧目			
室橋 宏昭	44	山辺里						
片野 日出夫	70	吉浦						

※6月11日から7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解を得て掲載しています

人口と世帯数(7月1日現在) ()内は前月比
 人口  32,241人(△26)  34,994人(△34) 計67,235人(△60)  22,795世帯(△7)

村上市の 文化財散歩

⑤

「保呂羽堂」

問合せ 生涯学習課文化行政推進室 ☎72-6888

千眼寺（平林）の境内から続く長い石段を上ると、裏山の頂上に保呂羽堂があります。

保呂羽堂は、天正19年（1591）、平林城主色部長真が上杉景勝に従い出羽国大森城（現秋田県横手市）に在城した際、同地の保呂羽山波宇志別神社を分霊し、帰国後、菩提寺である千眼寺のそばに「保呂羽大権現」として創立したものと伝えられています。

色部氏は、上杉氏とともに慶長3年（1598）に米沢に移り、その際に千眼寺と保呂羽大権現も米沢城下（現米沢市窪田町）に移されますが、信仰は江戸時代以降も平林の地で受け継がれ、現在に至っています。

現在の保呂羽堂は、安政5年（1858）に再建された総檜造りの建物で、奥行きが深く、幣殿と拝殿が前後に明確に分けられる越後特有の形式を有しています。また、旧村上町の山脇三作による彫刻のほか、各部の装飾の優れた意匠は、新潟県内の同様の神社建築物の中でも卓越したものとされています。

保呂羽堂は、平林城跡とともに、戦国時代の色部氏の足跡を今に伝えています。

名 称	保呂羽堂
種 別	村上市指定文化財（建造物）
指定年月日	平成19年11月20日
所 在 地	平林
所 有 者・ 管理者など	千眼寺



編集後記

▶昨年並に今年も猛暑日が続く、それに加えて今回は節電が強く呼びかけられています。また、昨年より随分と早い梅雨明けによる生活バランスの乱れと暑さにより今年も全国各地で、熱中症により体調を崩している人がいるようです。節電も大事ですが、自身の身体も大事です。自分の身体に相談して無理のない節電を心がけ、こまめに水分補給をするなどして、この夏を乗り切りましょう。㊦

推奨の木・花・鳥の紹介

【推奨の花（夏）】『ヒマワリ』

夏の花の代名詞として広く親しまれている。太陽に向かって花が回るともいわれ、観賞用としても栽培されている。



むらかみ防災・防犯情報ねっと

メールでいつでもどこでも緊急情報をキャッチ!
<http://www.city.murakami.niigata.jp/i/ml/>
 右のQRコードで読み取るだけで簡単アクセス



編集・発行 村上市政策推進課
 〒958-8501 新潟県村上市三之町1番1号
 ☎0254(53)2111内線531 FAX 0254(53)3840



市報むらかみは、資源保護のため再生紙と環境にやさしい大豆インクを使用しています。

印刷 村上印刷株式会社