

主な内容

- ② 屋内遊び場がオープン
- ④ さんぼく会館がリニューアルオープン
- ⑥ 森林経営管理制度
- ⑧ 令和5年度市職員募集
- ⑩ 上下水道料金の統一
- ⑬ 2人目の村上市スペシャルアンバサダー
- ⑳ 私が輝く職場

境内に響き渡る地謡

大須戸能定期能が開催されました

じうたい

新型コロナウイルス関連情報についてはこちらをご覧ください

市ホームページ関連サイト

記事ID

0055345

サイバーホイール

中に入って転がしたり、外から転がすなどして遊びます。



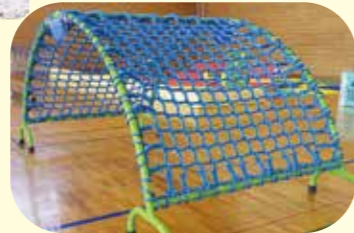
スラックライン

不安定なラインの上で楽しみながらバランスを養う遊びです。



ネット太鼓橋

ネットを上り下りして遊びます。



お子様の安全管理は保護者の方の責任となりますので、お子様から離れないようご利用をお願いします。

託児施設ではありません。必ず保護者同伴でご利用ください。



※はだしても遊べますが、うち履きがあればもってきください

☎ 75-5531

電話

年末年始（12月29日～1月3日）

休館日

午前9時～午後4時

開館時間

無料

利用料

30台

利用できる人

小学6年生までの児童（その保護者）

※団体利用（児童10名以上）の場合は7日前まで、事前申請が必要となります

無料

利用料

30台

利用できる人

小学6年生までの児童（その保護者）

※団体利用（児童10名以上）の場合は7日前まで、事前申請が必要となります

無料

利用料

30台

利用できる人

小学6年生までの児童（その保護者）

※団体利用（児童10名以上）の場合は7日前まで、事前申請が必要となります

無料

利用料

30台

利用できる人

小学6年生までの児童（その保護者）

※団体利用（児童10名以上）の場合は7日前まで、事前申請が必要となります

無料

利用料

30台

利用できる人

小学6年生までの児童（その保護者）

※団体利用（児童10名以上）の場合は7日前まで、事前申請が必要となります

無料

利用料

30台

利用できる人

小学6年生までの児童（その保護者）

※団体利用（児童10名以上）の場合は7日前まで、事前申請が必要となります

無料

利用料

30台

利用できる人

小学6年生までの児童（その保護者）

※団体利用（児童10名以上）の場合は7日前まで、事前申請が必要となります

無料

利用料

30台

利用できる人

小学6年生までの児童（その保護者）

※団体利用（児童10名以上）の場合は7日前まで、事前申請が必要となります

無料

利用料

30台

利用できる人



旧小学校の体育館を半面は、空気を利用しがあり、もう半面は、ボールスペースです。

利用して開館しています。た遊具や休憩スペースなどで自由に遊べる

エアトランポリン

跳ねたり、走ったりして遊びます。



ストラックアウト

的にボールを当てるゲームです。



わんぱくとりで

登ったり、くぐったりします。滑り台もあります。



あそびにおいでよ!

屋内遊び場がオープン

屋内において児童に健全な遊び場を提供し、遊具などを通じた運動と多様な遊びによる子どもの体力向上と健全育成を図ることを目的として、4月1日から旧神納東小学校体育館を活用した「村上市屋内遊び場」がオープンしました。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から利用人数に制限をかける場合があります

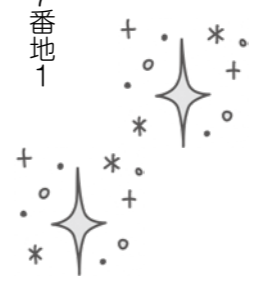
問い合わせ こども課子育て政策室 ☎ 53-3201

記事ID 0075531

さんぽく会館がリニューアルオープンします

問い合わせ 山北教育事務所 ☎77・40522 さんぽく会館 ☎77・3798 記事ID Oommas0

昨年からの改修増築工事を行っていたさんぽく会館が、生涯学習や地域コミュニティ活動の拠点施設として、5月1日、リニューアルオープンします。



施設概要

所在地

府屋177番地1

建築面積

約1260㎡(うち増築約88㎡)

構造

鉄筋コンクリート造・一部鉄筋造平屋建て

休館日

年末年始(12月29日～1月3日)

※さんぽく会館には「山北地区公民館」「山北図書室」を併設しています

施設の利用

利用方法

・利用する日の5日前までに「利用許可申請書」をさんぽく会館窓口に出してください。(手続きは2カ月前からできます)

・利用許可申請書はさんぽく会館に用意しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。
施設の空き状況は「村上市公共施設予約システム」で確認できます。

利用時間

- ①午前(午前9時～午後1時)
- ②午後(午後1時～5時)
- ③夜間(午後5時～9時)

使用料

①～③の利用時間ごとに使用料金がが必要です。(冷暖房料は別途料金)



図書室

約4,700冊の蔵書があります。窓際にカウンター形式の学習コーナーがあり、図書の閲覧や学習の際にご利用ください。

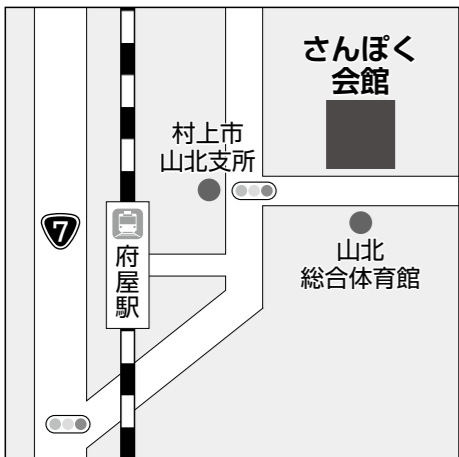


調理実習室

IHを搭載したキッチンテーブルが5台備え付けられています。料理講習会などにご利用ください。



広々としたロビーがお出迎え



和室(姿見あり)

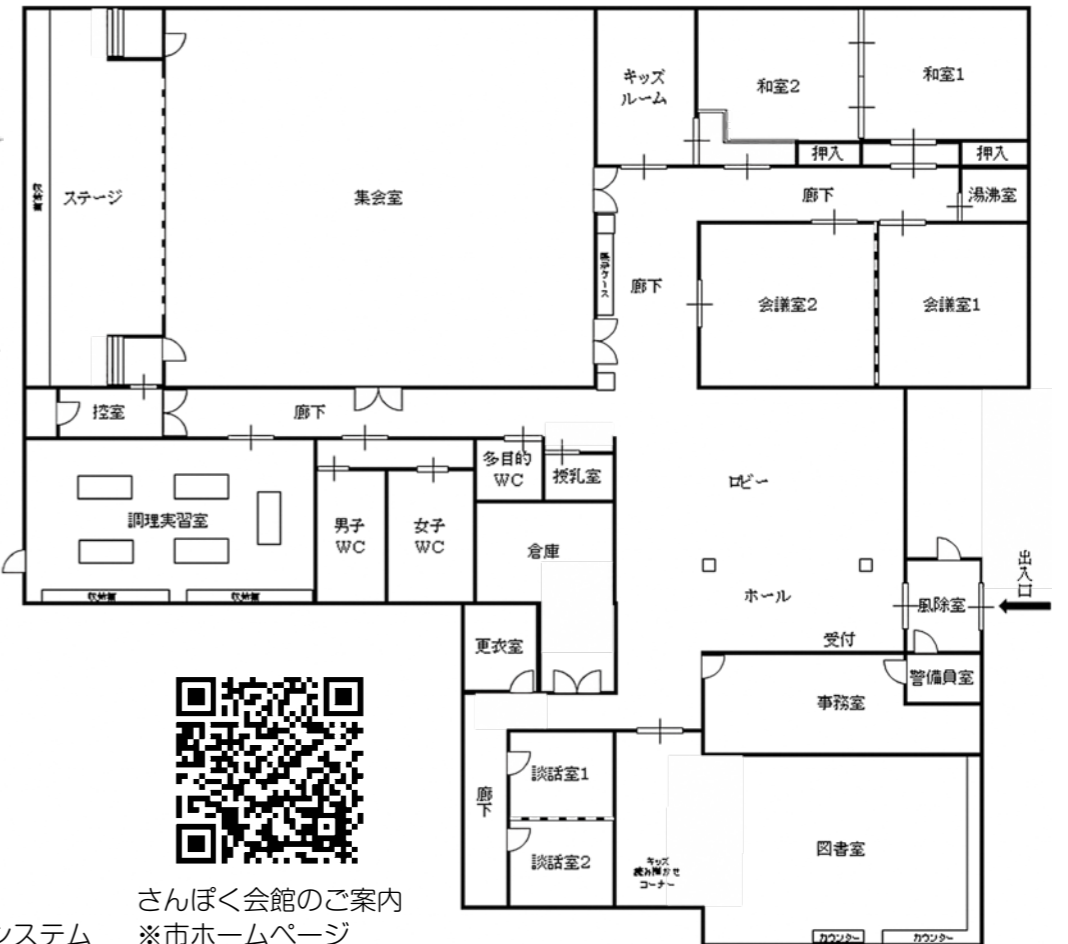
和室2は隣のキッズルームと行き来することができます。給湯室がすぐ脇にあるので、会合などでの利用も可能です。



集会室

マイクやスピーカーが常備されており、ステージには電動スクリーン、天井にはプロジェクターが備え付けられています。

平面図



空き照会
※村上市公共施設予約システム



さんぽく会館のご案内
※市ホームページ



▲林業経営者により伐採され出荷される丸太



▲令和3年度に間伐したお城山の林内



大切な森林資源の適切な管理を
市では森林経営管理制度に基づき意向調査を進めています

問い合わせ 農林水産課林業水産振興室 ☎53・2111 (内線3520) 記事ID 0054120

森林経営管理制度とは

村上市は総面積の約85%が森林です。森林は木材を生産するだけでなく、土砂災害などの発生リスクを低減する役割や二酸化炭素の吸収源としての役割があります。

人工林は、人が手を加え続けなければ効率よく成長せずに木材としての価値が下がり、また、森林が本来持つ生物多様性の保全機能や災害防止の機能が低下してしまうため、適切な管理を続けなければなりません。

平成31年4月1日から、新たな森林管理システム「森林経営管理制度」がスタートしました。この制度では、適切な経営管理が行われていない人工林を市が仲介役となって森林所有者と林業経営者をつなぐことで、適切な森林整備を進めるための制度です。

①放置されていた森林が活用され、地

メリット

- ②山林の荒廃を解消し、伐採後の再造林が促進され、土砂災害の発生リスクが減ります。
- ③森林所有者は、市が仲介することにより、安心して所有森林の管理を任せられます。
- ④林業経営者に所有森林の経営管理を委ねることで、所有林から収益の確保が期待できます。

①林業経営に適した森林

市に経営管理の委託を希望される森林で、収益性が高いと判断された森林は、林業経営者により森林整備の計画を作成してもらい所有者同意のもとで整備を行います。木材の販売により利益がでた場合には、林業経営者から金銭が支払われます。財源は、国の民有林造林補助事業を活用して、林業経営者が森林整備を行います。

②林業経営に適さない森林

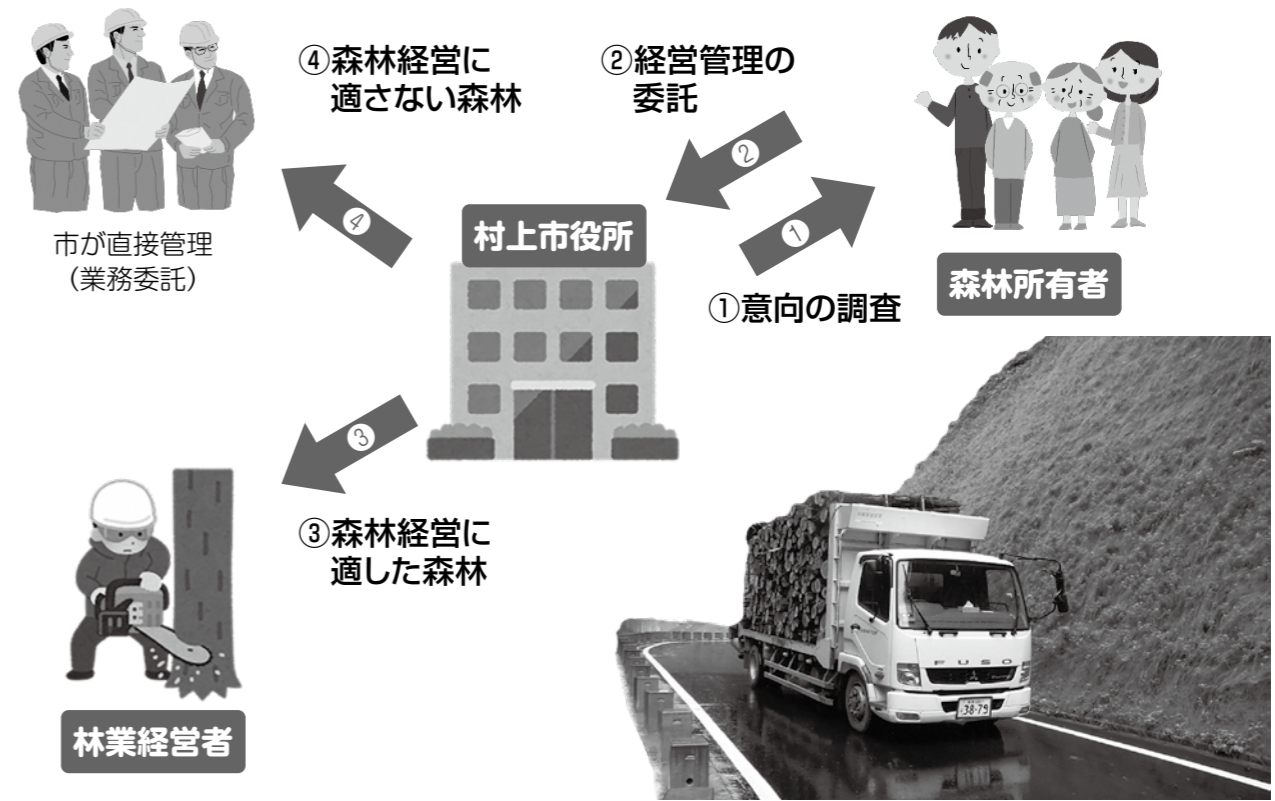
現状では収益性が低いと判断された森林は、市が自ら管理を行います。伐採による収益はありませんが、土砂災害や鳥獣被害などの原因になりにくい健全な森林へと誘導いたします。財源は、森林環境譲与税を活用して、市が業務委託により森林整備を行います。また、市に経営の委託を希望した場合、

森林所有者の皆さまへ

意向調査は、適切な管理が行われていない人工林を対象としています。令和元年度からスタートし、市内全地区の調査が完了するまで10年程度を要する見込みです。

今後森林所有者の皆さまを対象に意向調査や地元説明会を開催しますので、お知らせがきましたら積極的にご参加いただき、森林の適切な管理にご理解ご協力をお願いします。

経営管理が行われていない森林について、
村上市が仲介役となり、森林所有者と森林経営者を繋ぐシステムを構築



森林経営管理制度Q&A

Q. これまで経営管理してきた所有者から森林を取り上げるのですか？

A. いいえ。現在、経営管理されている森林は、これまでどおり、所有者による経営管理を支援することとしており、取り上げることはありません。

Q. 経営管理を市に委託すると、どこまでの範囲となるのか？

A. 経営管理とは林業における「造林」、「保育」および「伐採」といった森林施業を指します。また、あくまでも立木の管理を委託するだけで、土地の管理（固定資産税の納税など）は今までも所有者自身で行っていただきます。

Q. 森林の伐採を強要されるのですか？

A. いいえ。所有者の意向を無視して伐採することはありません。森林を管理する方針は、所有者の意向を踏まえて作成することとなります。

Q. 人工林以外の森林も管理して欲しい。

A. 本制度では、手入れを必要とする人工林を対象としていることから、天然林（雑木など）については、必要な場合を除き、管理を受けることはありません。

Q. 今回、調査の対象となった森林について、市へ売却や寄附などを考えているが受けてくれるのか？

A. いいえ。今回の制度はあくまでも立木の管理のみを委託するものであるため、市への売却や寄附などは対象外となります。

人気講座 & おすすめ講座メニュー

部門	出前講座メニュー	担当
防災	洪水・土砂災害から命を守る マイ・タイムライン	総務課
	防災講話	総務課
	応急手当講習会	消防署
環境	めざせごみの分別マスター	環境課
	荒川頭首工見学会	村上地域振興局
産業・観光	むらかみのおいしいお魚再発見	農林水産課
	農作物が鳥獣被害に遭わないためには	農林水産課
教育・文化・スポーツ	座繰り体験【有料】	朝日シルクフラワー 製作工房
	市内総合型地域スポーツクラブの 出前講座【有料】	生涯学習課
	作って遊ぼう、飛ばそう【有料】	生涯学習課
	発掘調査からみた村上市の歴史	生涯学習課
市民生活	交通安全教室	市民課
	悪質商法 こんな手口にご用心！	市民課
	家が傷む前にできること ～空き家バンクを有効活用しよう！～	市民課
	明るい選挙出前授業	選挙管理委員会
	防犯講話	村上警察署
	数からわかる まちのすがた 「むらかみ数字学」	総務課
	人口減少を考える	企画戦略課
	相続と遺言	法務局村上支局
介護・健康	食の安全・安心レクチャー	村上地域振興局
	認知症を知ろう	介護高齢課
	村上市の地域包括ケアシステムについて	介護高齢課
	歯っぴーライフ	保健医療課
	バランス食で健幸に～野菜を食べよう～	保健医療課

問い合わせ 生涯学習課社会教育推進室 ☎53・2446 記事ID 0051353

学べる講座がここにある

むらかみ出前講座

部門ごとのメニューの中から目的に合わせて、活用できますので、町内・集落や学校、企業などでご活用ください。今年のおすすめ講座や、利用の多い人気講座メニューをご紹介します。



申し込み方法

- ① おおむね10人以上で申し込んでください。(10人未満の場合は、各担当課にご相談ください)
- ② 学習内容は、出前講座メニューから選んでください。
- ③ ※全ての講座メニュー一覧は、市ホームページに掲載しています。各講座とも開講予定日の15日前までに、担当課へ申し込んでください。

時間・会場

- ① 平日・休日を問わず、午前9時から午後9時までの2時間以内です。ただし、国・県および民間団体で実施する講座メニューは、平日の午前9時から午後4時までの2時間以内です。また、日程調整が必要な講座メニューもありますので、事前に生涯学習課までご相談ください。
- ② 会場は、申込者の希望する市内の集会施設などで行います。会場は、申込者で用意し、その会場使用にかかる費用は申込者の負担となります。

受講料

無料(市内総合型地域スポーツクラブなど一部の講座メニューは有料です)

その他

講座の内容については、マンボータ村上および各地区公民館窓口などに備えてある講座メニュー表で確認できます。また、市ホームページにも講座メニュー表を掲載しています。講座によっては、新型コロナウイルス感染症の状況により実施を見合わせる場合があります。



ミライのむらかみを デザインするのはキミたちだ



令和5年度採用 村上市職員募集

問い合わせ 総務課人事管理室 ☎53-2111 (内線3120~3122) 記事ID 0066460

令和5年4月1日採用の村上市職員募集は、次の職種・人数を予定しています。受験資格や申込方法など詳しくは、5月15日、7月1日の市報むらかみおよび市ホームページでお知らせします。

7月10日(日) 一次試験予定の職種

- 事務職(上級職) 3人程度
- 土木技師(上級職) 1人程度
- 保健師 2人程度
- 保育士 3人程度
- 保育士(経験者枠) 1人程度

9月18日(日) 一次試験予定の職種

- 事務職(初級職) 3人程度
- 事務職(経験者UIJターン枠) 1人程度
- 土木技師(初級職) 1人程度
- 社会福祉(ケースワーカー) 1人程度
- 消防士(初級職) 2人程度
- 消防士[救急救命士](初級職) 1人程度

申込期間

5月16日(月)~6月10日(金)

※詳細は市報むらかみお知らせ版5月15日号、市ホームページでお知らせします

申込期間

7月1日(金)~25日(月)

※詳細は市報むらかみ7月1日号、市ホームページでお知らせします

5月は山北・朝日地域で実施 します

山北・朝日地域の狂犬病予防集合注射を次のとおり行いますので、忘れずに受けてください。なお、村上・荒川・神林地域にお住まいで、まだ注射をしていない飼い主の人は、どの会場でも受けられますので、必ず受けさせてください。

問い合わせ 環境課生活環境室 ☎53・21111 (内線3311) 記事ID 0064872

- ・必ず犬を押さえることができる人が来てください。
- ・危ないので小さいお子さまを連れて来ないでください。
- ・犬のフンは必ず持ち帰ってください。
- ・集合注射会場では、狂犬病予防注射の猶予証明書の発行はできません。かかりつけの動物病院にご相談ください。
- ・犬の飼い主や登録事項などの変更、犬が死亡・行方不明の場合は、環境課または各支所地域振興課市民生活室へ届け出が必要です。



■山北地域 (問い合わせ 山北支所地域振興課市民生活室 ☎77-3112)

日にち	注射会場	時間
5月10日(火)	大毎満願寺前	午前 9時30分～ 9時50分
	北中生活改善センター前	午前10時00分～10時10分
	板屋沢集落開発センター前	午前10時30分～10時50分
	勝木公民館前	午前11時00分～11時20分
	寝屋消防ポンプ格納庫裏駐車場	午前11時35分～11時50分
	寒川集落センター前	午後 1時10分～ 1時25分
	板貝集落開発センター前	午後 1時40分～ 1時55分
	桑川生活改善センター前	午後 2時05分～ 2時20分
5月11日(水)	山熊田集落入口	午前 9時30分～ 9時40分
	中継集落公民館前	午前10時00分～10時15分
	温出農村研修センター前	午前10時35分～10時55分
	山北支所前	午前11時10分～11時50分

■朝日地域 (問い合わせ 朝日支所地域振興課市民生活室 ☎72-6885)

日にち	注射会場	時間
5月17日(火)	下新保公会堂前	午前 9時00分～ 9時20分
	岩沢ふれあいセンター前	午前 9時30分～ 9時50分
	中原集落センター前	午前10時00分～10時15分
	朝日中野公会堂前	午前10時25分～10時35分
	薦川集落開発センター前	午前10時45分～10時55分
	黒田集会施設前	午前11時10分～11時20分
	関口診療所前	午前11時30分～11時40分
	北大平集落センター前	午後 1時10分～ 1時20分
5月18日(水)	高根区民会館前	午後 1時30分～ 1時50分
	宮ノ下消防器具置場前	午前 9時00分～ 9時20分
	猿沢コミュニティセンター前	午前 9時30分～ 9時50分
	檜原公会堂前	午前10時00分～10時25分
	板屋越地区集落センター前	午前10時30分～10時45分
	早稲田研修センター前	午前10時50分～11時05分
	塩野町後楽会館前	午前11時10分～11時20分
	大須戸担い手センター前	午前11時30分～11時50分
5月19日(木)	蒲萄ふれあいセンター前	午後 1時10分～ 1時20分
	荒沢ふれあいセンター前	午後 1時40分～ 1時50分
	布部集会施設前	午前 9時00分～ 9時20分
	千縄集会施設前	午前 9時30分～ 9時40分
	岩崩地区集会施設前	午前 9時45分～ 9時55分
	石住集落開発センター前	午前10時10分～10時20分
	大場沢多目的研修集会施設前	午前10時25分～10時40分
	JA北部営農センター内 米倉庫裏	午前10時50分～11時15分
5月19日(木)	渡部警察犬訓練所前	午前11時25分～11時45分
	笹平集落開発センター前	午後 1時10分～ 1時20分
	瑞雲担い手センター前	午後 1時30分～ 1時40分
	小場集落開発センター前	午後 1時50分～ 2時00分



感染予防のため、マスクの着用やうがい、手洗いなどの感染対策、咳エチケットにご協力ください。発熱などの症状・体調がすぐれない人はご来場をお控えください。

当日の持ち物

お知らせがき

- ・登録がある飼い主に送付したものです。問診の記入を忘れずをお願いします。
- ・はがきが手元にない人でも接種することができます。ただし、書類の記入をお願いします。

手数料(犬1頭につき)

- ・登録済み 3,250円 (注射済票交付手数料+注射料)
- ・新規登録 6,250円 (登録料+注射済票交付手数料+注射料)

※お釣りのないようお願いします



上下水道料金の従量料金統一は

6月使用分からです

問い合わせ 上下水道課業務室 ☎66・6190 記事ID 0054314

従量料金統一の背景

上下水道料金については、旧市町村の格差を解消するとともに、将来にわたり安定した経営基盤を確保するため、料金改定を行ってきました。老朽化する施設や上下水道管の更新・耐震化に取り組み、皆さまに安全安心な上下水道をご利用いただくため、令和4年6月使用分から従量料金の統一をさせていただきます。ご理解とご協力をお願いします。

6月使用分からの料金(一般用)

基本料金

平成30年度までに統一済みです。(現行どおり)

従量料金

基本水量(1カ月10m³)を越えた1m³当たりの単価(税抜き)は表のとおり。
※山北地域のメーター口径別料金は廃止します

地域	水道従量料金		下水道従量料金		
	種類	現行料金	新料金	現行料金	新料金
村上	50m ³ まで	125円	140円 ※神林、朝日地域は統一済み	110円	167円 ※荒川、神林地域は統一済み
	100m ³ まで	130円			
	101m ³ 以上	135円			
荒川	全て	105円	140円	140円	167円
神林	全て	140円			
朝日	全て	140円			
山北	φ20 ^{mm} 以下	100円	140円	140円	167円
	φ25 ^{mm} 以上	127円			

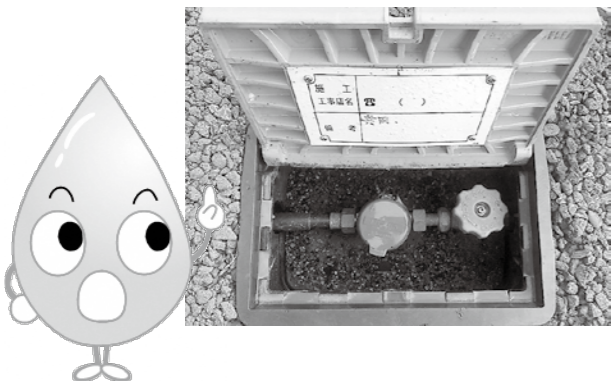
6月使用分からの汚水認定排除量

メーターを取り付けていない場合で、水道水以外の水を使用した一般家庭の汚水認定排除量は、次のとおり統一されます。

- 【1カ月当たりの汚水認定排除量】
- 【井戸水のみ】 8m³/人
- 【水道水と井戸水を併用】 4m³/人

新料金の請求時期について

隔月検針地域の6月使用分は8月に請求となり、毎月検針地域の6月使用分は7月に請求となります。



救 本当に必要なとする人のために 急車の適正利用についてご協力を

問い合わせ 市消防本部警防課救急係 ☎ 53 - 7223

記事 ID 0032502

救急車は、けがや急病などで緊急に病院に搬送しなければならない傷病者のためのものです。緊急性がないにもかかわらず要請すると、本当に救急車を必要とする人が出た場合、近くの救急車が不在となり到着が遅れ、救える命が救えなくなる恐れがあります。緊急性がない場合は、救急車以外の交通機関などを利用し、医療機関を受診してください。

救急車を呼ぶ？病院へ行く？かの判断に迷った時、新潟県では大人（おおむね15歳以上の人）を対象とした、救急医療電話相談（＃7119）および15歳未満のお子さんの急な病気やけがに関する相談、小児救急医療電話相談（＃8000）を午後7時から翌日午前8時まで開設しています。いずれも経験豊富な看護師などが医療機関の受診の必要性や、対処方法などについて助言します。

救急医療電話相談

県内のプッシュ回線・携帯電話からは

7 1 1 9

ダイヤル回線・IP電話・PHSからは 025-284-7119

相談時間 毎日(19時～翌朝8時) 相談内容 発熱、頭痛、腹痛、吐き気など急な病気やけが等に関する相談



小児救急医療電話相談

県内のプッシュ回線・携帯電話からは

8 0 0 0

ダイヤル回線・IP電話・PHSからは 025-288-2525

相談時間 毎日(19時～翌朝8時) 相談内容 お子さんの急な発熱、けが等に関する相談



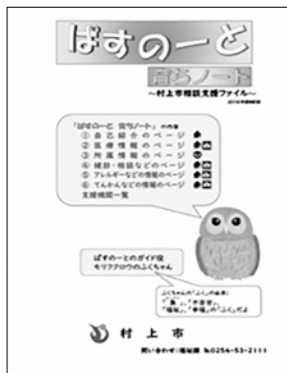
ぱ お子さんの成長の記録に すのーと（相談支援ファイル）を配布しています

問い合わせ 福祉課福祉政策室 ☎ 53 - 2111 (内線 2321)

記事 ID 0044575

お子さんの成長や経過などを記録するためのファイル「ぱすのーと（相談支援ファイル）」を希望者に無料配布しています。

各ライフステージにおいて、支援者へのスムーズな情報の引継ぎ・共有が図られることで、一貫したよりよいサポートが受けやすくなることを目的としています。



ぱすのーと（育ちのーと）【赤色】

母子手帳とともに活用することで、赤ちゃんから大人になるまでの情報を共有し、総合的に成長をとらえ、子どもの育ちを応援するためのものです。

出生時に保健医療課、各支所地域振興課で配布する子育て応援ファイルに入っています。



ぱすのーと（支援のーと）【青色】

アレルギー、てんかん、発達障がい、その他の疾患など、支援を必要とするお子さんに配布します。これを活用することで、「気をつけなくてはならないこと」を毎回説明することなく、正確な情報を示すことができます。

希望する人には、福祉課、各支所地域振興課、相談支援事業所などで配布しています。

学 減免を希望される人は申請を 児童保育所利用料減免制度のお知らせ（令和4年度）

問い合わせ こども課子育て支援室 ☎ 53 - 2111 (内線 2552)

記事 ID 0055046

市では、「村上市学童保育所条例」に基づき、次の区分により特別な理由で利用料を徴収することが適当でないと認められる場合、利用料を減額または免除することができます。また、令和4年度からは多子世帯（生計を同じくする3人以上の子どもを監護する人）

への減免が新たに始まりました。下記基準に該当し減免を希望される人は、こども課、各支所地域振興課地域福祉室、各学童保育所に備えてある申請書を記入の上、提出してください。

区分	減免率
生活保護法(昭和25年法律第144号)による生活扶助を受けている人	100%
天災その他不慮の災害により利用料の納付が困難になった人	100%
準要保護世帯で児童・生徒の就学援助を受けている人	50%
主たる生計維持者の失業、疾病などにより、収入が著しく減少し、利用料の納付が困難になった人	50%
生計を同じくする3人以上の子どもを監護する人	50%
この表の各項のうち、減免率が50%である区分の2以上に該当する人	100%
その他市長が必要と認める人	市長が別に定める率

※結果の通知は7月上旬頃を予定しており、提出期限までに申請し承認された場合は、4月分まで遡り減免します。なお、6月1日以降に申請の人は、申請日翌月からの減免の認定となります

提出期限

5月31日(火)

村 洋上風力発電事業について 上市及び胎内市における第2回法定協議会が開催されました

問い合わせ 環境課環境政策室 ☎ 53 - 2111 (内線 3320)

記事 ID 0064234

再生可能エネルギー発電設備の整備に係る海域の利用の促進に関する法律に基づく新潟県村上市及び胎内市における第2回法定協議会が3月24日に胎内市の産業文化会館で開催されました。

会議では、第1回で構成員から出された意見や質問に対する回答として、洋上風力事業が実施された場合に想定される漁業影響、海上無線やレーダーなどへの影響、風力発電所の環境影響などについてそれぞれの専門家からの見解が示されたほか、今後事業者に求めていく漁業影響評価の手法を検討する「実務者会議」設置の決議などが行われました。

当日の会議の様子はYouTubeのアーカイブ配信で視聴できます。会議資料は資源エネルギー庁ホームページに公開されています。



第2回法定協議会
YouTube



資源エネルギー庁
協議会HP



胃がん予防に大きく貢献 胃がんリスク検診を受けましょう

問い合わせ 保健医療課健康支援室 ☎ 53 - 2111 (内線 2433)

記事 ID 0056144

胃がんリスク検診とは、直接胃がんを発見することを目的とした検診ではなく、「ピロリ菌抗体」と「ペプシノゲンの血液検査」を行い、胃がんのかかりやすさを調べる検診です。

ヘリコバクター・ピロリ菌が胃がんの原因として関わっていることも一般的に知られており、ピロリ菌を除菌することで胃がんの予防に大きく繋がるとされています。

対象者

令和5年3月末日時点の年齢が40・45・50・55・60・65・70歳の人
※ピロリ菌の除菌が終わった人、また胃などの病気の治療中の人や胃酸の分泌を抑える薬を飲んでいる人などは検診を受けることができません

検診の受診方法

対象者には、5月下旬に市から受診券を送付します。送られた受診券を持参のうえ対象医療機関で受診してください。

検診料金

1,000円
※二次検査は保険診療により自己負担となります

検診の期間

6月1日(水)～令和5年2月末まで
※新型コロナウイルス感染症の状況により期間が変更になる場合があります

結果通知について

検診の結果については、検査を受けた医療機関から通知されます。詳しい検査が必要となった場合は、医師と相談し受診してください。



健康管理への意識を高めてもらうため 医療費通知とジェネリック医薬品差額通知を送付します

問い合わせ 保健医療課国保室 ☎ 53 - 2111 (内線 2412)

記事 ID 0055193

医療費通知

村上市国保で診療を受けた医療費の総額をお知らせするものです。通知が届きましたら、受診した医療機関、診療年月日、金額を確認し、記載された診療を受けていない場合は担当までお問い合わせください。なお、医療費通知は、医療費控除の申告手続きで医療費の明細として使用することもできます。ただし、12月受診分など通知に記載されない医療費もありますのでご注意ください。

- ▶通知形式：封書
- ▶通知回数：年1回（2月上旬を予定）
- ▶通知先：世帯の世帯主へ国保加入者全員分をまとめて通知



※プライバシー保護などの理由から、世帯員個別での送付を希望する場合はご相談ください

ジェネリック医薬品差額通知(年3回送付)

処方された薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、窓口での負担額がどのくらい安くなるかをお知らせするものです。

ジェネリック医薬品とは、新薬（先発医薬品）の特許期限が切れた後に製造・販売される薬のことです。効き目や安全性は新薬とほぼ同等ですが、症状やアレルギーなどの体質によってジェネリック医薬品に切り替えられない場合がありますので、切り替えを希望する場合は必ず医師や薬剤師に相談してください。

- ▶通知形式：はがき
- ▶通知回数：年3回
- ▶通知先：受診した本人



大切な医療保障制度のため 療費の適正化にご協力をお願いします

問い合わせ 保健医療課国保室 ☎ 53 - 2111 (内線 2411 ~ 2413)

記事 ID 0007007

国民健康保険（国保）は、病気やけがをしたときに、安心して医療機関にかかることができる大切な医療保障制度です。

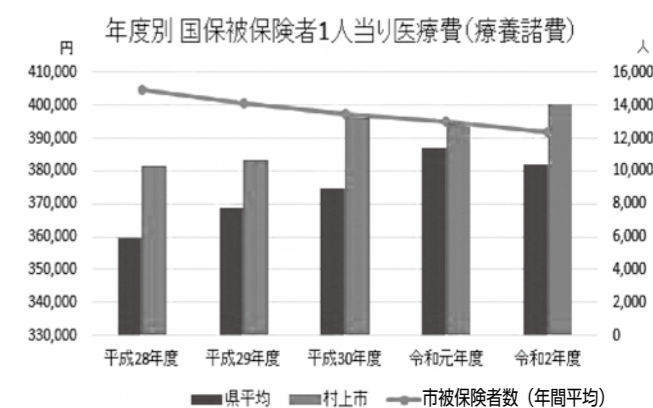
国保から支払われる医療費は、被保険者（加入者）の皆さんの保険税と、国や県、市の負担金などで賄われています。

国保の加入者数が年々減少（令和2年度末で12,374人、対前年度比95%）していますが、加入者1人当たりの医療費は令和2年度で400,488円（対前年比102%）で増加しており、国保の財政運営は厳しい状況にあります。

市では、医療費の適正化に努めていますので、次のことについて皆さんからのご協力をお願いします。

お医者さんに上手にかかりましょう

- ▶休日や夜間受診は緊急のときのみに行いましょう
- ▶かかりつけ医を持ちましょう
- ▶重複受診は控えましょう



お薬のもらい方を見直しましょう

- ▶お薬手帳を1冊にまとめましょう
- ▶お薬のもらいすぎに注意しましょう
- ▶ジェネリック医薬品を利用しましょう

健康診断を毎年必ず受けましょう

- ▶毎年、定期的に受けましょう。病気の早期発見・早期治療ができます

子育てなどで悩んでいる人は オンラインで相談できます

問い合わせ 保健医療課健康支援室 ☎ 53 - 2111 (内線 2431)

記事 ID 0059247

小児科や産婦人科に関する相談をオンラインで行えるサービスを行っています。医師などが妊娠中の悩みや出産のこと、産後の心身の悩み、子どもの健康、子育ての悩みや相談に応じます。

	小児科オンライン	産婦人科オンライン
相談員	小児科医師	産婦人科医師・助産師
相談例	・夜に発熱。病院に行くべき？ ・湿疹が気になる など	・出産を迎えるのが不安。生理不順。 ・母乳が足りているか心配 など
相談の種類	いつでも相談 とき 毎日24時間 内容 ウェブサイトから医師や助産師に質問することができ、24時間間以内に回答します。 夜間相談 とき 平日の午後6時から午後10時 内容 LINE（メッセージチャット、音声通話、ビデオ通話）または電話から相談を受け付けます。1回当たり10分間の予約制です。	
費用	無料（村上市在住の人）	

※無料で利用するためには、村上市民専用の合言葉で会員登録する必要があります。合言葉は保健医療課健康支援室までお問い合わせください

小児科オンライン



小児科LINE公式アカウント
QRコード

産婦人科オンライン



産婦人科LINE公式アカウント
QRコード



東京2020パラリンピック競技大会 男子マラソンT46 銅メダリスト

なが た つとむ
永田 務 氏

スペシャルアンバサダーに

就任



3月29日、東京2020パラリンピック競技大会男子マラソンT46銅メダリストの永田氏が来庁し、昨年11月3日に受賞した市民栄誉賞の記念品となる「村上木彫堆朱の盾」が完成し、本人に直接贈呈されました。また同日、本市2人目となる「村上市スペシャルアンバサダー」の任命式が行われ、市長から委嘱状の交付と任務に使用する名刺と名札が授与されました。

任命を受けた永田氏は「このお話をいただいたときに、こんなおじさんがなつて村上市のイメージが大丈夫かなと心配でしたが、生まれ育った村上市をアピールできるのはこれしかない」と走りを感じてきたこの良さを自分なりに全国、そして世界へ発信し、務めていきたい」と語りました。

市長は「オリンピック後も彼のモチベーションはさらに高まっています。色々なジャンルで成績を伸ばして欲しい」と語りました。

永田氏は、男子マラソンT46種目の存続を世界にアピールするため、まずは6月のパラ陸上日本選手権大会で1500mに挑戦。10月に開催されるアジアパラ競技大会・陸上競技の代表権獲得を目指し、更には1年後の世界大会への出場を視野に入れた取り組みを開始しています。



3/21 破損していたウッドデッキが見違えるように 親子で学校の環境整備（さんぼく小学校）

学校生活の環境整備に少しでも協力したいとの思いで活動する任意団体の「FMさんぼく」が声掛けをし、さんぼく小学校のウッドデッキ修繕が行われました。

経年劣化で破損した部分の板を張り替え、全体に塗装をしてきれいに修復されたウッドデッキ。集まった親子で楽しそうに作業している姿が印象的でした。



▲劣化した板の張り替え作業

3/21 あらかわチャレンジが審査員特別賞を受賞! 第2回 新潟SDGsアワード（メディアシップ）



▲地域に根付きつつある活動として高評価

荒川中学校・荒川商工会・あらかわ地区まちづくり協議会のSDGsに関する取り組み「あらかわチャレンジ」が審査員特別賞を受賞しました。

審査員からは「第1回で大賞を受賞しているが、内容をさらに発展させている。昨年と同様、高く評価しました」と講評をいただきました。

多様な世代が連携することで、誰もが生き生きと安心して暮らせる地域づくりの先進的な取り組みとして、今後、ますますの発展が期待されます。

3/26 弥生時代の遺跡を活用した地域おこし 国指定史跡山元遺跡保存会設立総会（上助測コミュニティセンター）

神納東地区の集落区長をはじめとする住民有志が集まり、国指定史跡山元遺跡保存会の設立総会が開催されました。

山元遺跡は国内最北の高地性環濠集落で、弥生時代中期から後期のものと思われる大変貴重な遺跡です。この貴重な資源を活用し地域を盛り上げたいと保存会を立ち上げ、今後は市内外に向けた広報や地域おこしに結び付ける積極的な活動を行う予定です。



▲今後の活動に向けた議事が行われました

4/3 伝統芸能と桃の節句 大須戸能定期公演（大須戸集落八坂神社能舞台）



▲能「弓八幡」。武力は天下を平和に治める為のもので、争う為のものではない事を主張した曲

旧暦の桃の節句、まだ雪が残る大須戸集落で、大須戸能の定期能が行われました。起源は江戸後期、またはそれより遡るとされ、毎年4月3日に行われる定期能では、能三番と狂言が演能されてきました。

コロナ禍で集落住民限定の開催でしたが、今年も静まり返る境内に響き渡る笛太鼓や地謡、きらびやかな能装束が幽玄な世界を演出してくれました。

父の演能を見に来た家族連れは「やっぱりすごい」と感心しきり。伝統文化に触れ、郷土の誇りを感じられた一日となりました。



お知らせ

「暮らし」「もよおし」「相談」など、さまざまな情報をお届け

新型コロナウイルス感染症の状況により、中止や延期、内容を変更する場合があります。

くらし

固定電話に設置する通話録音装置を無料で貸し出します

記事ID 0027646

高齢者の振り込み詐欺などの被害を防止するため、警告メッセージ付き通話録音装置を無料で貸し出します。

期貸与日から1年間

募集開始 5月16日(月) 午前9時

貸与台数 25台(先着順)

市内に住んでいる65歳以上の人で、次のいずれかに該当

- ・1人暮らし
- ・高齢者のみの世帯
- ・同居家族はいるが日中高齢者のみとなる世帯

申請書を記入の上、持参・F

今月の市税などの納期限

5月31日(火)

・軽自動車税…(全期)

AX・電子メールのいずれかにより提出してください。申込書は、市ホームページからダウンロード、または担当窓口へ持参してあります。

市民課生活人権室(市役所本庁) ☎2231、☎53・254

1、✉shimin_ji@city.murakami.lg.jp または各支所地域振興課市民生活室

全国瞬時警報システム(Jアラート)訓練放送が行われます

記事ID 00343692

緊急時(地震や津波、武力攻撃など)の放送が確実に行われるかを確認するための訓練放送が全国一斉に行われます。

市内でも、防災行政無線や告知端末から次の内容で放送が流

れますので、災害と間違えないようご注意ください。

放送内容「これは、Jアラートのテストです。こちらは広報むらかみです」

5月18日(水) 午前11時

市民課生活人権室

5月22日(日)の市民課休窓口について

記事ID 0054346

22日はシステムメンテナンスのため、マイナンバーカードの手続きに制限がありますので、ご注意ください。

手続きできないもの カードの受け取り、新規作成の申し込み、電子証明書の更新

他休日窓口での取り扱い業務は、平日の業務とは異なりますのでご注意ください。

市民課市民年金室

市民課市民年金室(市役所本庁) ☎2211

自動車税(種別別)の納期限は5月31日(火)です

金融機関やコンビニエンスストア、地域振興局県税部の窓口で納付できます。また、スマートフォン決済アプリ「PayPay」(LINE Pay)による納付やインターネットを利用してクレジット

トカードで納付することもできます。納期限までに必ず納付しましょう。

特別障害者手当・障害児福祉手当を支給します

記事ID 0048589

在宅の障がい者や障がい児に支給する手当で、支給を受けるには申請が必要です。支給資格や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

特別障害者手当 27300円(月額)

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

障害児福祉手当 14850円(月額)

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

支給月 2・5・8・11月

身体障害者手帳や療育手帳などがない場合でも申請できますが、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。

市民課福祉課福祉政策室(市役所)

国民年金保険料の納付を免除・猶予できる制度があります

記事ID 0051151

経済的な理由で保険料の納付が困難な場合には、保険料の免除や納付猶予の制度があります。申請日の2年1カ月前までの保険料について免除申請可能です。また、免除申請可能な期間に退職(失業)した人や新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少した人には特例もありますのでご相談ください。

市民課市民年金室(市役所本庁) ☎2211

令和4年度村上市二十歳のこども実行委員を募集します

記事ID 0050534

成年年齢が18歳に引き下げられました。市ではこれまでどおり開催年度に20歳を迎えらるる人を対象に「二十歳のこども」として式典を実施します。また、今年度の二十歳のこどもは8月

募集

令和4年度村上市二十歳のこども実行委員を募集します

記事ID 0050534

成年年齢が18歳に引き下げられました。市ではこれまでどおり開催年度に20歳を迎えらるる人を対象に「二十歳のこども」として式典を実施します。また、今年度の二十歳のこどもは8月

15日(月)に開催予定としており、その実行委員を募集します。

平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人で、市内に住所を有する人または市内出身者で就学および仕事などで住所を市外に移している人

8人

他式典の出席対象者には、7月上旬に案内を送付予定です。市内に住所がなく対象に含まれる人はご連絡ください。

5月13日(金)までに生涯学習課社会教育推進室 ☎53・2446

GATB(一般職業適性検査)を受けてみませんか

自分の能力と職業の適性を知ることができる無料の検査で、結果は個別に説明します。

5月17日(火)、6月21日(火) 午後1時30分～4時

ハローワーク村上

15～49歳までの就職を目指している人

4人(先着順)

他活動の様子はホームページで紹介しています。

市民課市民年金室(市役所本庁) ☎2211

令和4年度村上市二十歳のこども実行委員を募集します

記事ID 0050534

成年年齢が18歳に引き下げられました。市ではこれまでどおり開催年度に20歳を迎えらるる人を対象に「二十歳のこども」として式典を実施します。また、今年度の二十歳のこどもは8月

本庁 ☎2322 または各支所地域振興課地域福祉室

市営・県営住宅の入居申し込みを随時受け付けています

記事ID 0040567

公営住宅は、住む場所に困っている所得の少ない人のための住宅です。入居については、必要度の高い順に選考して決定します。手続き方法を詳しくは、お問い合わせください。

9月1日入居予定

申込期限 6月30日(木)

入居選考日 7月中旬

12月1日入居予定

申込期限 9月30日(金)

入居選考日 10月中旬

令和5年3月1日入居予定

申込期限 12月31日(出)

入居選考日

令和5年1月中旬

市民課都市計画課建築住宅室

(市役所本庁) ☎5310 または荒川支所産業建設課建設管理室 ☎62・5273

各種スポーツの全国大会出場者に激励金を交付します

記事ID 0013679

市内在住・在学または市内の競技団体に所属する選手、監督対象となる大会

県内の選考会などを経て出場する文部科学省、日本スポーツ協会、中学校・高等学校体育連盟などが主催する全国規模以上の大会(オープン参加できる大会などを除く)

激励金交付額

個人・ペアなど

1人当たり 5千円

団体(1団体)

5人以下 2万円

6人以上 3万円

他申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

市民課生涯学習課スポーツ推進室

(市役所本庁) ☎53・8002

一緒に城山の掃除をしませんか

5月21日(土)

※雨天の場合22日(日)に延期

集合 午前9時 登山口

持ち物 軍手、鎌など

お城山の山野草を守る会(渡辺) ☎090-56696241

事業者向けインボイス制度説明会を開催します

6月10日(金)・24日(金)

※いずれも午後2時～3時

村上上税務署1階会議室

各日15人(先着順)

令和4年度村上市二十歳のこども実行委員を募集します

記事ID 0050534

成年年齢が18歳に引き下げられました。市ではこれまでどおり開催年度に20歳を迎えらるる人を対象に「二十歳のこども」として式典を実施します。また、今年度の二十歳のこどもは8月

本申込ではありませんので、お気軽にご利用ください。

ネットカンタン 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

手ぶらでOK! 無料体験レッスン実施中♪

フルーツ・オカリナ生徒募集!!

優しい音色で素敵な音楽を奏でてみませんか?

●レッスン:金曜日

●時間:①13:00~②17:00~

※体験はご予約制です。日程・時間はブログをチェック! ▶

わたじん楽器 村上センター

ヤマハ音楽教室 TEL 0254-52-3290 営業時間 10~18時(定休/日祝)

お祝いやご法要など、幅広く対応いたします。

お料理・お持ち帰り用二段重箱 御贈答品などもご用意しております。

海鮮割烹 仕出し 高砂屋

岩船上町8-55 TEL 0254-56-7018

ホームページ お買い物は

ありがとうございますを伝えるお葬式 家族葬

ベルホール 會津屋 村上

村上市仲間町 600-3 家族葬ホールもごさいます (20名まで)

☎0120-04-4449

TEL 0254-(52)-1101

お葬式事前相談の方、ホール使用料5万円を無料にてご提供致します。

子育て支援センターからのお知らせ

- 遠足**
～屋外でのびのび遊ぼう～
時 5月25日(水) 午前10時～11時30分
場 朝日山村広場 (雨天の場合は朝日保健センター)
対 未就学児とその保護者
定 15組 (先着順) ㊚無料
問 5月6日(金)～20日(金)の間に朝日子育て支援センター (㊚72-1230)
- 春の遠足**
～思いっきり体を動かして遊ぼう～
時 5月27日(金) 午前10時～11時30分
場 県立少年自然の家
対 未就学児とその保護者
定 20組 (先着順) ㊚300円 (子ども1人)
問 5月6日(金)～20日(金)の間に神林子育て支援センター (㊚66-7297)
- ミニ遠足**
～自然や動物に触れて遊ぼう～
時 5月31日(火) 午前10時～11時30分
場 樽ヶ橋遊園 (現地集合・解散、雨天時中止)
対 1歳以上の未就園児とその保護者
定 10組 (先着順) ㊚400円 (4歳未満無料)
問 5月9日(月)～25日(火)の間に荒川子育て支援センター (㊚62-2456)
- 育児講座「親子で遊ぼう」**
親子で楽しく体を動かしてリフレッシュしましょう
時 6月10日(金) 午前10時～11時30分
場 山北子育て支援センター
講 さんぽくスポーツ協会 大滝仁志 氏
対 未就学児とその保護者
定 10組 (先着順) ㊚無料
問 5月10日(火)～6月7日(火)の間に山北子育て支援センター (㊚77-3998)

記事ID 0051501
生活保護の申請は国民の権利です。生活保護を必要とする可能性はごなたでもありますので、ためらわずにご相談ください。
時月～金曜日

相談

定 30人 (先着順)
㊚無料
問 村上市観光文化活性化協議会 (片野) ㊚090・7801・5737)

記事ID 0049980
生活支援センターむらかみでは、仕事や経済的な理由で困っている人(家賃や公共料金の滞納、債務の返済など)の相談に応じ、自立に向けた支援を行っています。状況が深刻化する前に、早めにご相談ください。
時月～金曜日
午前9時～午後4時
㊚無料
問 市社会福祉協議会(神林支所2階)

記事ID 0025150
生活支援センターむらかみは、生活支援センターむらかみで、仕事や経済的な理由で困っている人(家賃や公共料金の滞納、債務の返済など)の相談に応じ、自立に向けた支援を行っています。状況が深刻化する前に、早めにご相談ください。
時月～金曜日
午前9時～午後4時
㊚無料
問 市社会福祉協議会(神林支所2階)

記事ID 0025150
生活支援センターむらかみは、生活支援センターむらかみで、仕事や経済的な理由で困っている人(家賃や公共料金の滞納、債務の返済など)の相談に応じ、自立に向けた支援を行っています。状況が深刻化する前に、早めにご相談ください。
時月～金曜日
午前9時～午後4時
㊚無料
問 市社会福祉協議会(神林支所2階)

スポーツ

課内 ㊚62・7756
やさしい健康太極拳(全5回)～入門編～
時 5月19日(水) 午後1時～2時30分
㊚無料
問 朝日総合体育館

記事ID 0025150
生活支援センターむらかみは、生活支援センターむらかみで、仕事や経済的な理由で困っている人(家賃や公共料金の滞納、債務の返済など)の相談に応じ、自立に向けた支援を行っています。状況が深刻化する前に、早めにご相談ください。
時月～金曜日
午前9時～午後4時
㊚無料
問 市社会福祉協議会(神林支所2階)

6月19日(日)のフラウブリック秋田戦「村上市デー」
市民の方は通常価格の半額で観戦できます。
時 6月19日(日) 午後2時
場 デンカビッグスワン
申 6月12日(日)までにパソコンまたはスマホから、申し込みサイトへアクセスし、申し込んでください。
問 株式会社アルビレックス新潟 (㊚025・257・0150)

自然とのふれあいとボランティア
公園内のごみ拾いや草取りなどを行います。
時 5月21日(日) 午前6時30分～8時
場 グリーンパークあらかわ総合運動公園
持ち物 軍手、カマなど
申 不要
問 サンスマイルあらかわ (㊚62・3248)

講座・教室

第15回 初心者歴史体験講座「歴史のすきな人集まれ！」
縄文人がさまざまな願いを込めて作った勾玉を実際に作ってみましょう。
時 5月21日(日) 午前10時～正午
場 三の丸記念館
対 小学3年生以上の歴史初心者の人
講 縄文の里朝日スタッフ
定 10人程度 (先着順)
㊚400円 (材料費)
申 5月16日(月)まで
問 おしやぎり会館 (㊚52・1347)

時 5月23日(月) 午後1時15分～3時30分
場 村上体育館
定 10人 (先着順)
㊚会員 1500円
非会員 1800円
持ち物 裁縫道具一式
申 5月16日(月)まで
問 ウエルネスむらかみ (㊚52・6311)

時 5月29日(日) 午前10時～午後2時
場 縄文の里・朝日
定 12人 (先着順)
㊚2000円 (昼食代など)
持ち物 エプロン、三角巾、ポウル(直径30cm程度、笹ふきのタール2枚)
申 5月22日(日)まで
問 縄文の里・朝日 (㊚72・1577) ※月曜休館

せよおし

親子DEあそぼう
～親子で楽しむ運動ひろば～
時 5月14日(土)、6月18日(土) 午前10時～11時30分
場 村上体育館
対 年少～年長児とその保護者
㊚会員無料、非会員1500円
問 ウエルネスむらかみ (㊚52・6311)

手芸教室「布ぞうり」
～専用編み台で簡単に出来る～
時 5月7日(土)・10日(火)・14日(土)・17日(火) 午前11時～
場 中央図書館 (㊚53-7511)

子育てのヒントを学ぼう「スアレンアットレニング講座」
記事ID 0049980
時 6月3日(金) 午後1時30分～4時
場 マナーテ村上
内容
・電気の基礎について
・これからのエネルギーについて
講 東北電力株新潟支店 企画管理係 柏倉実 氏

電気勉強会
時 6月3日(金) 午後1時30分～4時
場 マナーテ村上
内容
・電気の基礎について
・これからのエネルギーについて
講 東北電力株新潟支店 企画管理係 柏倉実 氏



図書館読み聞かせ日程
場 中央図書館
時 5月7日(土)・10日(火)・14日(土)・17日(火) 午前11時～
問 中央図書館 (㊚53-7511)

子育てのヒントを学ぼう「スアレンアットレニング講座」
記事ID 0049980
時 6月3日(金) 午後1時30分～4時
場 マナーテ村上
内容
・電気の基礎について
・これからのエネルギーについて
講 東北電力株新潟支店 企画管理係 柏倉実 氏

電気勉強会
時 6月3日(金) 午後1時30分～4時
場 マナーテ村上
内容
・電気の基礎について
・これからのエネルギーについて
講 東北電力株新潟支店 企画管理係 柏倉実 氏

献血のご案内
5月18日(水)
場 市役所神林支所
時 午前9時30分～11時30分
場 村上地域振興局
時 午後1時30分～4時
問 保健医療課健康支援室 (市役所本庁㊚2433)

E★HOUSE
有限会社 大野 建築
村上市岩船三日市7-33
TEL 0254-56-7986
新築・快適なリフォーム 地元工務店に
お気軽にご相談ください！
http://ehouse-ohno.com/



記事ID 0025150
生活支援センターむらかみは、生活支援センターむらかみで、仕事や経済的な理由で困っている人(家賃や公共料金の滞納、債務の返済など)の相談に応じ、自立に向けた支援を行っています。状況が深刻化する前に、早めにご相談ください。
時月～金曜日
午前9時～午後4時
㊚無料
問 市社会福祉協議会(神林支所2階)

【お詫びと訂正】
市報むらかみ4月1日号の28ページ「こんげつのキッズモデル」の男の子の名前に誤りがありました。お詫びして訂正します。
(誤) つぐむ → (正) つむぐ



記事ID 0025150
生活支援センターむらかみは、生活支援センターむらかみで、仕事や経済的な理由で困っている人(家賃や公共料金の滞納、債務の返済など)の相談に応じ、自立に向けた支援を行っています。状況が深刻化する前に、早めにご相談ください。
時月～金曜日
午前9時～午後4時
㊚無料
問 市社会福祉協議会(神林支所2階)

村上の食材を使った 今月のレシピ♪



MURAKAMI
FOOD PRIDE

トマトと焼きごぼうの 炊き込みご飯

【材料(2人分)】 ☆=村上の食材

☆トマト(小)..... 2個	☆米..... 2合
☆ごぼう..... 1本	☆塩..... 小さじ1
オリーブオイル... 大さじ1	

- 米を研ぎ、ザルにあげておく。
- ごぼうは斜め薄切りにし、水に放してアク抜きをしておく。トマトはざく切りにする。
- 熱したフライパンにオリーブオイル(分量外)を適量入れ、ごぼうを焼き目がつくまで炒める。
- 炊飯器に①と塩、オリーブオイルを入れ、水を目盛り線の下部に合わせる。
- ④に②と③をのせて炊く。



Point! トマトの水分があるので、若干少なめの水加減で炊くとちょうど良い。







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。

地元で働きたいという理由で入社した、産休・育休を経て職場復帰したなど、社会進出した女性従業員を紹介しています。



シリーズ²⁶ 私が輝く職場

村上から広い世界への挑戦

うちやま ともこ
内山 智子 さん
(下鍛冶屋/39歳)





地域包括支援センター通信

「みんなで笑おう◎元気アップ教室」のすすめ 〜今だから、町内の人とつながる機会に〜

新型コロナウイルスの感染を避けるために外出を控えていた人は、知らず知らず、足のふくらはぎが細くなったり、日常の動作が遅くなったたりしていませんか。

「今まで歩いていた距離が辛くなった」「疲れやすくなった」など、生活の中で体の変化を感じたときは、既にフレイル※の状態になっている可能性があります。

市では、介護予防事業の一つとして「みんなで笑おう◎元気アップ教室」を町内単位で実施しています。各地区スポーツクラブの指導員が町内の集会場に出向き、筋力アップの運動に脳を活性化させるレクリエーションも交えて、みんなで笑い合える機会になっています。現在、休止している町内もありますが、市内100カ所の町内で開催しています。

市では、感染対策をしながら教室の開催を進めています。今だからこそ、近所の人と顔を合わせ、安心して笑い合える機会が大切です。新たに「教室を始めたい」という町内もぜひお試してみてください。



※フレイルとは…運動機能や認知機能が低下することで生活に支障を来すなど、介護が必要になる危険性が高い状態のことです。

市の介護保険の新規申請理由の上位には、「認知症」や「関節疾患」、「骨折・転倒」があり、フレイルを予防することが健康寿命を延ばすことにつながります。



HAPPY SUGAR
(坂町2395-1)
☎62-1234

今月号は、菓子製造販売を営むHAPPY SUGARさん取材。現在、従業員は2人で、12年前の創業時から一緒に働いているそうです。「大切な人に贈るためのお菓子」がコンセプト。お客さまが大切な人と楽しく美しい時間が過ごせるように気持ちを込めてお菓子を作り続けているそうで、可愛いオリジナルの缶入りチーズケーキが人気。

今回は、そこにお勤めの内山さんにお話を伺いました。

12年目になります。奈良の菓子店で7年間修業していたのですが、自分の作りたいお菓子ができたので帰郷して地元で起業しました。

❖ **お店の良さについて**

小さな店だからこそ、やりたいことを追求し、フットワーク軽く、さまざまなことに挑戦できることです。

❖ **地元で働く良さは**

実家や友人に助けってもらいながら子育てと仕事を両立できることです。

❖ **女性と働く環境は**

家事や急用の際、お互いができるだけすくに対応できるように、いつもスタッフ間で連携を取り合っています。

自分を認めて優しく見守ってくれる夫の協力を得ながら、子育てと仕事に24時間フルに頑張っていますが、仕事のために家庭を犠牲にせず、家庭のために仕事を犠牲にしないようにしていきたいです。

❖ **休日の過ごし方は**

家族で出かけたたり、家の掃除などをしてしています。

あと、体力づくりのために社交ダンスやトレーニング、趣味のメイクを研究しています。

❖ **村上市のおすすめスポットは**

村上には海産物や野菜、果物など新鮮でおいしい素材が多く、職人の技が光る食事処、割烹、料理屋さんがお勧めです。

❖ **好きな食べ物は**

お寿司が好きで、「すし誠」によく行きます。ウニや貝などが好物で新鮮なネタを食べると元気になると思います。

❖ **今後の目標を**

クオリティーの高いものを作るために自分自身もスキルアップしながら、みんなに喜んでもらえるような、全国や世界に通用するようなお菓子を作りだして販売したいです。

※3月11日から4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

菅原 昇	三田村ヨシ子	村上海域	菜月 土田 正和	山北地域	はるか 相馬 大志	朝日地域	紡葉 細野 嵩	神林地域	美礼菜 滝沢 美幸	荒川地域	羽空 越善 光也	喜作 矢部 智弘	来羽 新田菜々実	琉人 成田 芳宏	心乃華 大越 佑樹	茉心 室橋 一真	快心 渡邊 司	楼羽 村田 海翔	村上海域	（出生児） （届出者）	（行政区または住所）
68	92																				
瀬波上町	瀬波中町		北黒川		高根		九日市		前坪団地		大欠	肴町	四日市	新町	羽黒町	塩町	上片町	加賀町			

鍋倉 良一	小野 昭治	小池 善茂	伊藤 仁	佐藤 ムツ	佐藤 勝三	當摩 幸男	高橋 忠一	宇鉄千代子	渡邊 真之	阿部ナツ子	伊與部蓉子	本間 徳悦	前澤 春	水野 眞一	井上 正勝	木村ヨシエ	川村 キヌ	今野 定美	内山 義幸	小田 トシ	熊倉 茂	小柴 柳一	高橋 壯治	細野トシイ	東海レイ子	布施留美子	二ノ瀬スズ	高野 庄吉	高橋 敬
89	90	88	59	96	84	88	78	62	85	79	86	85	96	69	91	94	87	72	48	88	71	87	82	92	93	54	96	97	83
袋	塩町	三面	上相川	南町二丁目	岩船地蔵町	岩船地蔵町	瀬波上町	羽黒町	飯野二丁目	南町二丁目	瀬波温泉二丁目	若葉町	瀬波温泉二丁目	羽黒町	山居町二丁目	石原	大欠	杉原	小国町	岩船上浜町	岩船三日市	杉原	泉町	羽下ケ測	松山	岩船三日市	門前	上相川	坪根

小池ハル子	小田 優子	鈴木 和美	志田 ハチ	島山意和夫	朝日地域	木村 イチ	野澤チエ子	齋藤 五郎	井関 敬輔	須貝 順子	里見 久美	石田 芳榮	瀬賀 和平	小池キミ子	遠藤 正一	田島テツイ	江端 イツ	石井 ヨネ	近藤 アイ	白井 成子	片野 徹榮	竹内 弘	小林 和	渡邊 ミヤ	須貝 ヨリ	後藤 ミツ	荒川地域
82	70	71	97	88		95	87	87	92	84	88	92	82	91	73	95	87	94	93	94	87	85	95	91	94	90	
中原	大場沢	高根	鵜渡路	大須戸		平林	松喜和	今宿	葛籠山	九日市	塩谷	殿岡	塩谷	湯ノ沢	牛屋	桃川	金屋	荒屋	中倉	金屋	藤沢	中倉	海老江	大津	大津	春木山	

大鷹 吉治	田宮佐智子	佐藤 光廣	富樫フミコ	高橋 孝志	佐藤 庄平	加藤アイ子	齋藤 義勝	増子 権美	石栗 秋子	志田 春子	長谷部和子	大滝 和行	青山 勇	大越 和維	大田 ハナ	齋藤サチ子	板垣 吉弘
93	89	76	91	76	75	94	73	87	85	94	94	72	89	76	95	90	65
脇川	小俣	大毎	堀ノ内	勝木	小俣	勝木	北中	岩崎	小川	鵜渡路	小川	新屋	岩崩	朝日中野	黒田	猿沢	大須戸

人口と世帯数

（4月1日現在）

人口	56,700人（-236）
男	27,243人（-112）
女	29,457人（-124）
世帯数	22,394世帯（-8）

住「ゼロカーボンシティ」を目指す取り組みとして 住宅用太陽光発電システム設置費用、木質バイオマスストーブ設置費用の一部を補助します

問い合わせ 環境課環境政策室 ☎53-2111（内線3320） 記事ID 太陽光 0065632、バイオマス 0065633



【住宅用太陽光発電システム設置費補助金】

補助金額（予算額440万円）

- ・市内の業者に発注する場合1kwあたり10万円（上限40万円）
- ・市外の業者に発注する場合1kwあたり8万円（上限32万円）

補助対象者

- ・市内に居住し、または居住しようとする人
- ・市内の戸建住宅に太陽光発電システムを設置する人または太陽光発電システムが設置された建売住宅を購入する人
- ・自ら電力会社と電力供給契約を結ぶ人
- ・申請時において市税などを滞納していない人
- ・過去にこの補助金の交付を受けていない人



【木質バイオマスストーブ設置費補助金】

補助金額（予算額100万円）

- ・ストーブ購入および設置費用の3分の1（上限10万円）

※ただし購入および設置費用が6万円以上のものが対象となります

補助対象者

- ・市内に居住し、または居住しようとする人もしくは市内に事業所を有する事業者
- ・市内の戸建住宅または事業所で暖房用として木質バイオマスストーブを設置する人もしくは木質バイオマスストーブが設置された建売住宅を購入する人
- ・申請時において市税などを滞納していない人

申込期間は

6月1日(水)~30日(木)

※土・日曜日を除く。

申込期間以外、募集の延長はいたしません

申請書に必要事項を記入し、指定する書類を添えて環境課または各支所地域振興課窓口へ提出してください。（申請書は窓口にあります。また市ホームページからダウンロードできます）
申し込み多数により予算額を超えた場合は抽選となります。

図書館へ行こう

新着図書情報



- ◆爆弾（呉勝浩）
- ◆にごりの月に誘われ（本城雅人）
- ◆あなたを狙う消費者トラブル40例（佐伯理華）
- ◆これならもう一品作れそう（市瀬悦子）
- ◆ヨーグルトの本（向井智香）
- ◆長寿の体幹トレーニング（澤木一貴）
- ◆大人の語彙力「時事教養」大全（齋藤孝）
- 歌あそび（伝承遊びを伝える会）
- 新美南吉（谷悦子）
- フルーツふれんずイガグリくん（村上しいこ）
- すずむし（黒井健）
- 神社のえほん（羽尻利門）
- パンダのんびりたいそう（いりやまさとし）
- あかちゃんがうまれるまで（相野谷由起）

◆…一般書 ○…児童書

問い合わせ 中央図書館 ☎53-7511



中央図書館
ホームページ



渡辺 みちちゃん R3.4.26生
(里本庄)



中山 咲愛ちゃん H27.8.24生(上)
のあ 稀愛ちゃん R3.4.14生(下)
(上片町)



森田 樹音くん R3.6.10生
(九日市)



船山 惟子くん R3.10.11生
(羽ヶ榎)

集まれ！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。小学生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す)



- 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

申し込みはこちらから

文化庁が認定する『100年フード』に 村上の鮭の食文化が認定されました



文化庁では、長く地域で愛されてきた食文化を掘り起こし、100年続く食文化として継承することを目指す「100年フード宣言」、食文化への学びや体験の提供に取り組む施設などに関する情報を一体的に発信する「食文化ミュージアム」の認定をしています。

今回、「伝統」「近代」「未来」の100年フード部門の「伝統」において、村上の鮭の食文化が『江戸時代から続く郷土の料理』として100年フード部門に選ばれました。

また、「食文化ミュージアム」にはイヨボヤ会館と縄文の里・朝日も選ばれました。

編集後記

▶今年のゴールデンウィークは10連休のところもあるとか。さまざまなキャンペーンも始まり、人の流れも活発化しそうですね。我が家の過ごし方は？という、手つかずだった「断捨離」と決めました。▶1カ月遅れになりましたが、今年度も市報を担当させていただくことになりました。引き続きよろしくお願いいたします。(遠山)

こんぱつの キッズモデル 今月は山北そらいろ 保育園のこの2人

あんずちゃん

好物 ぶどう

夢 しょうぼうし



たすくん

好物 りんご

夢 けいさつかん

