あふれる笑顔のまち村上

市報むらかみ

Public Relations Murakami

Nov 2025
11
No. 212

環境フェスタ村上2025
「水の日」応援大使「シャワーズ」と打ち水
涼しくな～れ！

©2025 Pokémon. ©1995-2025 Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.
ポケットモンスター・ポケモン・Pokémonは任天堂・クリーチャーズ・ゲームフリークの登録商標です。

主な内容

② 2025年日本国際博覧会（大阪・関西万博）閉幕
④ さまざまな国の文化や技術を体験
2025年日本国際博覧会（大阪・関西万博）へ
市内中学校の代表を派遣
⑫ 若い世代からの歯周病予防
⑮ 2025村上・笹川流れ国際トライアスロン大会結果
㉕ むらかみの話題

閉幕

4月13日(日)～10月13日(月・祝)
2025年日本国際博覧会(大阪・関西万博)

問企画戦略課企画政策室（☎75-8925）

2025年日本国際博覧会は約6カ月（184日）にわたり開催され、10月13日（月・祝）に閉幕しました。会期中は「食」やブルボンスケートパーク村上などを紹介。また、8月下旬には市内中学生の代表が会場を訪れました。

■LOCAL JAPAN展

7月28日(月)～31日(木)に開催され、延べ4万5500人が来場し、終日にぎわいました。本市の「村上茶飯と塩引き鮭のおにぎり」は4日間で869個を販売し、特産品も全て完売。期間中多くの来場者に食を通じて村上市をPRすることができました。

また、関西圏からのふるさと納税の申し込みが、4月から8月にかけて前年度比140%になるなど、本市と関西圏とのつながりが一層強まりました。

写真提供：万博首長連合

■万博おにぎりキャンペーン

象印マホービン株式会社の「ONIGIRI WOW!」ブースでは、日本各地の食材や世界各国の味を取り入れたおにぎりが提供されました。会期を通じて販売された定番おにぎり4種に、村上市の「塩引き鮭」が採用され、最も売れた商品となりました。

また、万博でのおにぎり販売を記念して、購入した人を対象に特産品が当たる抽選や瀬波温泉の優待キャンペーンを行いました。

■「いわふね杉」をPR

5月8日(木)、市内の林業関係者で結成された「次世代の集い」が、「いわふね杉のカケラにふれよう」と題して出展。「いわふね杉」を使ったコースターづくりを実施して、老若男女、国籍を問わず多くの来場者から好評で、「いわふね杉」をPRする絶好の機会となりました。

■万博会場にスケートボード場が登場

7月27日(日)、スケートボードのベストトリックコンテストが開催されました。全国スケートボード施設連絡協議会（会長：高橋村上市長）推薦のライダーが参加し、村上市からは甲斐穂澄選手が参加しました。また、ブルボンスケートパーク村上のPR動画が紹介されたほか、協議会アンバサダーでNGT48の清司麗菜さんもゲストとして登場。トークショーやデモンストレーションに出演して、会場を大いに盛り上げました。

さまざまな国の文化や技術を体験

2025年日本国際博覧会（大阪・関西万博）へ市内中学生の代表を派遣

問学校教育課教育総務室（☎72-6882）

8月25日㈪・26日㈫の2日間、市の派遣事業として、市内中学生の代表生徒7人が大阪・関西万博を訪問しました。

グループに分かれて世界各国のパビリオンを巡り、展示物を見学しながら、その国の伝統や文化、未来に向けた取り組みを学びました。

この経験を通じて、代表生徒7人は異なる文化を深く理解するとともに、国際的な視野を広げることができました。

今後、生徒はその学びを自らの学校や地域の小学校に伝え、体験を共有していく予定です。

村上第一中学校
川村　凛乃（かわむら　りの）さん

各国のさまざまな技術

大阪・関西万博で特に心に残ったのは、韓国のパビリオンです。私たちの声を使って、音楽を作っていました。その音楽に光の演出が加わり、とても幻想的でした。全体を通して、私は各国の文化や最先端技術を学びました。やはり先進国での技術発展が大きく進んでいると感じました。

最初は、他の学校の生徒と巡るので、とても緊張していましたが、一生忘れられない中学校最後の夏休みの思い出となりました。この体験や思い出を、自分の人生の糧にしていきたいです。

万博が開く、世界の未来

パビリオンでは、それぞれの国の文化や未来への取り組みが紹介されていて、世界にはさまざまな課題や工夫があることを知りました。これまで知ることのなかった国を知ることができて、とても勉強になりました。

万博に行くまでは「楽しいイベント」というイメージが強かったのですが、実際には学びや気付きの多い時間になりました。

今回の経験を、これからの学びや自分と村上市の将来にしっかりとつなげていきたいと思います。

村上東中学校
南保　奏夢（なんぼ　かのん）さん

岩船中学校
鈴木　颯太（すずき　そうた）さん

大阪・関西万博での体験

大阪・関西万博は今年しか開催されないので、一生に一度の体験を全力で学び、全力で楽しむ姿勢でのぞみました。

2日間を通して、各国の伝統や英知、技術が交わる万博でたくさんのことを学びました。特に、世界全体の目標である「持続可能な社会」についての視点はどの国にもあり、これから考えていくべき課題だと再確認できました。

今回学び、感じたことがよりよい社会の発展へつながるように、周りへ発信していきたいです。

荒川中学校
渡邉　理央（わたなべ　りお）さん

万博で学び、体験できたこと

どのパビリオンも外観に各国の工夫がされていて、とても奇麗でした。中に入るとその国の現地の人が温かく迎え入れてくださり、ダンスや楽器の演奏をしてくれて、生で文化を感じることができました。

この大阪・関西万博に行くことができたおかげで、さまざまな国の文化や技術についても学ぶことができました。また、自分が学んだことをしっかりとみんなに伝えて、これからの村上市をさらに盛り上げていく取り組みとしても活用していけたらと思いました。

神林中学校
齋藤　瑠愛（さいとう　るあ）さん

大阪・関西万博へ行って

万博の醍醐味でもある大屋根リングには、とても立派で大きな柱が使われていました。その柱には、日本の伝統的な貫接合という技が使われています。これはネジを一本も使わない方法です。日本の建築技術のすごさがとても誇りに思えました。

万博で学んだことを、これからの将来や村上市を盛り上げていくために活かしていきたいと思います。

朝日中学校
佐藤　伶（さとう　れい）さん

大阪万博での体験や学んだこと

大屋根リングに登って万博全体の景色を見てみると、目に収まりきらないほど大きく、たくさんのパビリオンがあり、万博への各国への熱意や思いが伝わってきました。

この体験を通して世界を実際に見て、その大きさやいくつもの文化、歴史があることを学びました。僕にとって一生忘れられない大切な思い出になりました。この体験をきっかけにして、自分が将来やりたいことを考えていこうと思いました。

山北中学校
青木　唯華（あおき　ゆいか）さん

世界各国の魅力

私が一番印象に残っているのは、オーストラリアパビリオンです。初めて見たような動物の映像が流れたり、無数の木々に囲まれていたりしてとても印象に残り、歩くのが楽しかったです。

大阪・関西万博に行って、未来の技術や近未来について知ることができてよかったです。他の学校の人たちと回るのは少し心配でしたが、最後には、みんなと回れてよかったなと思いました。中学校生活最後の夏休みは、最高の思い出で終わることができました。

令和６年度　決算報告

問財政課財務管理室（☎75－8922）

ホームページ

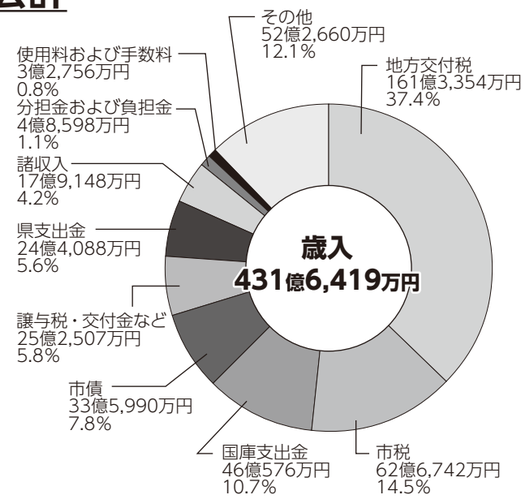
令和６年度の一般会計は、歳入総額が431億6,419万円、歳出総額が398億1,858万円で、差し引くと33億4,561万円となり、その額から翌年度へ繰り越すべき財源（繰越事業の財源）を差し引いた収支（実質収支）が、29億8,741万円で「黒字」となりました。

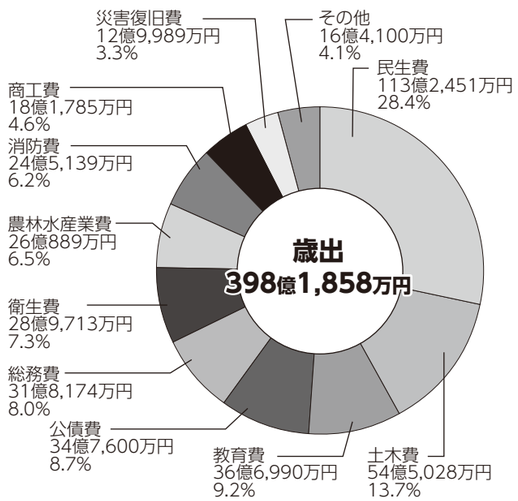
一般会計

■主に地方交付税、譲与税・交付金などが増加、県支出金、市債は減少

地方交付税が５億3,803万円増加、譲与税・交付金などが３億5,571万円増加しました。県支出金は15億8,863万円減少、市債は２億5,000万円減少しました。

歳入総額は、前年度と比べて5,611万円減少しました。





■主に土木費、教育費が増加、災害復旧費、農林水産業費は減少

土木費は除排雪経費の増などにより、８億4,545万円、消防費は防災行政無線更新工事などにより、２億9,489万円増加しました。

災害復旧費は令和４年８月３日からの大雨による災害からの復旧事業の減などにより、22億2,789万円、農林水産業費は稲作経営緊急支援事業補助金の減などにより、３億2,525万円減少しました。

歳出総額は前年度と比べて、１億8,752万円の増額となりました。

用語の説明

【歳入】

地方交付税　市の財政状況に応じて国税の一部から交付されるお金
市　　税　市民税や固定資産税など市民の皆さんからの税金
国庫支出金　特定の事業の経費に充てるため、国から交付されるお金
市　　債　国や市内金融機関から借り入れるお金
譲与税・交付金など
　地方消費税の一部を人口などで案分して県から交付されたお金など
県 支 出 金　特定の事業の経費に充てるため、県から交付されるお金
諸　収　入　延滞金加算金や雑入などどの区分にも属さないお金
分担金および負担金
　保育園入園者負担金や学童保育利用料、各種検診負担金などによるお金
使用料および手数料
　各施設の使用料や証明手数料などによるお金
そ　の　他
　寄附金や繰入金、繰越金などによるお金

【歳出】

民　生　費　高齢者や障がい者福祉、医療、子育てなど
土　木　費　道路や河川、公園の整備や管理など
教　育　費　学校教育、公民館、図書館、スポーツ振興など
公　債　費　市の借金（市債）返済にかかる経費
総　務　費　市役所の運営、まちづくり、防犯、選挙など
衛　生　費　健診、予防接種、ごみ収集処理など
農林水産業費　農業用施設、林道、農業振興など
消　防　費　消防、救急、防災対策など
商　工　費　観光、産業振興、企業誘致など
災害復旧費　災害からの復旧にかかる経費など
そ　の　他　議会費や労働費、諸支出金

市債（借入金）残高

会計名	令和６年度末	令和５年度末
一般会計	323億5,270万円	323億6,664万円
情報通信事業	2億8,499万円	3,733万円
蒲萄スキー場	1億　952万円	9,635万円
上水道事業	46億5,756万円	48億2,226万円
簡易水道事業	14億　867万円	14億7,158万円
下水道事業	261億　826万円	279億7,874万円

一般会計の市債残高の減少の要因として償還額が借入額を上回ったことなどがあげられます。市債は、主に道路や学校など長期間利用していく施設などの建設費用のための借入金です。

市債の発行により、次世代の人々にも費用を負担していただき、世代間の公平性を考慮しています。

特別会計

特別会計は、特定の事業を行う場合にその事業で得られる収入を主な財源として、事業に係る経費を支出するため、一般会計とは別に収支を管理する会計です。

特別会計の収支は、全ての会計で黒字となっています。

特別会計では、事業の実施にあたり必要な財源に不足が生じる場合には、一般会計や基金から資金の繰り入れをして財源の補填を行っています。

会計名	歳入	歳出
土地取得	2億1,938万円	2億1,938万円
情報通信事業	4億9,021万円	4億7,853万円
蒲萄スキー場	1億2,766万円	1億　331万円
国民健康保険	56億4,166万円	55億3,529万円
後期高齢者医療	9億4,472万円	9億4,396万円
介護保険	86億　594万円	84億3,826万円

健全化判断比率・資金不足比率

健全化判断比率（※１）　（単位：％）

健全化判断比率	令和６年度	令和５年度（参考）	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率（※２）	－	－	12.29	20.00
連結実質赤字比率（※３）	－	－	17.29	30.00
実質公債費比率（※４）	11.9	12.0	25.00	35.00
将来負担比率（※５）	69.6	75.6	350.00	

資金不足比率（※６）　（単位：％）

会計名	令和６年度	令和５年度（参考）	経営健全化基準
上水道事業会計	－	－	20.00
簡易水道事業会計	－	－	20.00
下水道事業会計	－	－	20.00

※資金不足額がないため「－」と記載

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」により、決算に基づいた「健全化判断比率」と公営企業部門（上水道事業や下水道事業）の「資金不足比率」を公表します。

この比率は、財政の健全度を測るもので、令和６年度は全ての比率で基準を下回っていました。また、監査委員の監査を受けて市議会に報告しています。

用語の説明

※１　健全化判断比率
健全化判断比率には、「実質赤字比率」「連結実質赤字比率」「実質公債費比率」「将来負担比率」があります。それぞれの比率が「早期健全化基準」「財政再生基準」を超えたときは、「財政健全化計画」「財政再生計画」を策定し、国や県の勧告を受けながら財政の健全化を図ることになります。

※２　実質赤字比率
住民票の発行や道路建設など市民の皆さんに広く関わる部門を行っている「一般会計」などの赤字額の比率です。
令和６年度決算合計は黒字でしたので「－」と表示しています。

※３　連結実質赤字比率
実質赤字比率に国民健康保険、介護保険、水道、下水道事業などの市で運営している全ての会計を加えた市全体の赤字額の比率です。
令和６年度各会計決算合計は黒字でしたので「－」と表示しています。

※４　実質公債費比率
一般会計などで支払う市債償還金のほか、老人ホーム建設の負担金や特別会計、一部事務組合の借入金償還の負担分など昨年１年間で債務をどの程度負担したのかを判断する比率です。
早期健全化基準の25％を超えると市債の発行が制限され、市独自の施策が難しくなります。

※５　将来負担比率
これから先の負担が、どのくらいあるのかを示す比率です。市債の残高や福祉施設建設への負担、特別会計、一部事務組合の借入金への負担金、職員の退職金など、将来、財政を圧迫する可能性のある負担をもとに算定されます。市の比率は、早期健全化基準を大きく下回っていますが、今後も市債の発行を抑えるなど、負担の軽減に努めます。

※６　資金不足比率
上水道事業や下水道事業などの公営企業の資金不足を事業規模である料金収入と比較して指標化し、経営状態の悪化の度合いを示す比率です。
流動資産が流動負債（解消可能資金不足額を控除した）を上回るため、資金不足はありませんでしたので「－」と表示しています。

令和６年度　上下水道事業決算報告

問上下水道課経営企画室（☎66－6192）

ホームページ

上水道事業

料金収入が前年度から2,700万円の減収

人口減少の影響により給水人口が減少し、有収水量も落ち込んだ結果、料金収入は前年度比で約2,700万円の減収となりました。一方で事業経費も削減したため、約2,000万円の純利益を計上しました。資本的収支では、収入が約４億4,000万円、支出が約９億8,000万円となり、不足分は内部留保資金で補填しました。

今後は、人口減少による使用量の減少に加え、物価上昇の影響で維持管理費の増加が見込まれます。

また、建設改良費への財源として積み立てるには十分な利益剰余金の確保には至っていないため、事業の合理化や効率化を進めていきます。

滝矢川改修事業に伴う配水管改良工事

【配水管改良事業】
- 市道浜新田松山線ほか配水管仮設工事　5,158万円
- 滝矢川改修事業に伴う配水管改良工事　1,979万円

【災害復旧事業】
- 川部浄水場自家発電機復旧工事　1億417万円
- 川部浄水場電気計装設備復旧工事　6,189万円

市道府屋勝木線配水管改良工事

【配水管改良事業】
- 市道府屋温出線配水管仮設工事　2,158万円
- 市道府屋勝木線配水管改良工事　1,531万円

【災害復旧事業】
- 高根簡易水道施設災害復旧工事　1億3,384万円
- 高根簡易水道施設前処理ろ過施設設置工事　7,048万円

簡易水道事業

経営維持のため一般会計から約１億9,000万円を繰り入れ

料金収入は、前年度比で約600万円の減収となりました。維持管理費は、前年度比で約300万円を削減しました。収支不足を補うため、収益的収支では一般会計から約１億3,000万円を繰り入れています。

資本的収支は、収入が２億4,000万円、支出が４億5,000万円となり、内部留保資金で不足分の２億1,000万円を補填しています。資本的収支も、企業債の償還金などの財源として、一般会計から約5,500万円を繰り入れました。

老朽化した施設も多く、メンテナンス費用が多く発生しています。また、営業収支が不足してるうえに、企業債の償還も必要なため、一般会計から約１億9,000万円の繰り入れを行っており、繰入金に依存した経営状況となっています。

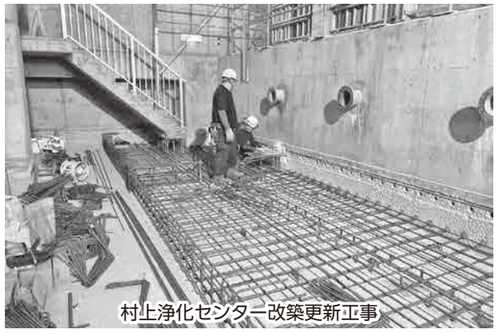
下水道事業

経営維持のため一般会計から約29億6,000万円を繰り入れ

使用料収入は前年度比1,400万円減収、維持管理費は前年度比6,600万円増加しました。労務単価や物価上昇の影響で施設管理委託料が増加したことが主な要因です。

収益的収支では、一般会計から17億8,000万円を繰り入れて収入不足を補っています。また、資本的収支では、企業債の償還などの財源として、一般会計から約11億8,000万円を繰り入れました。下水道事業全体で、約29億6,000万円を一般会計から繰り入れを行い経営を維持しています。

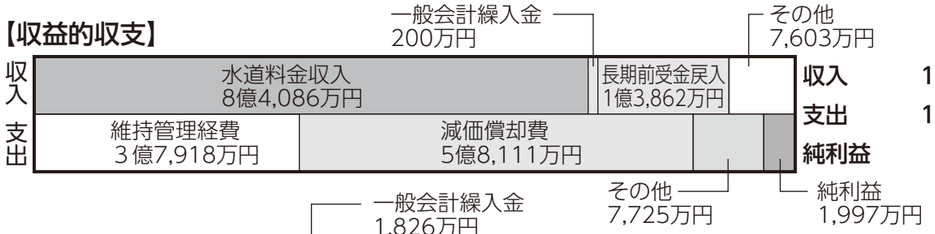
今後は人口減少に伴う使用料収入の減少や施設の老朽化による維持管理費の増加が見込まれるため、施設の統廃合や業務の合理化を進め、経費削減に取り組みます。


村上浄化センター改築更新工事

【主な建設改良工事】
- 村上浄化センター改築更新工事　3億5,449万円
- 市道府屋勝木線管渠移設工事　4,070万円
- 南大平地区機能強化（機械設備）工事　1,465万円
- 泉町ポンプ場放流ゲート設備更新工事　745万円

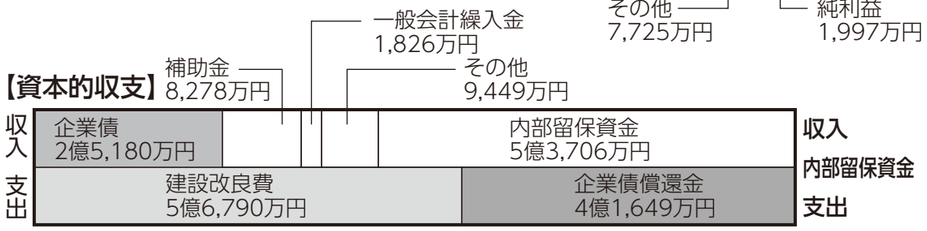
上水道事業

【収益的収支】



収入	10億5,751万円
支出	10億3,754万円
純利益	1,997万円

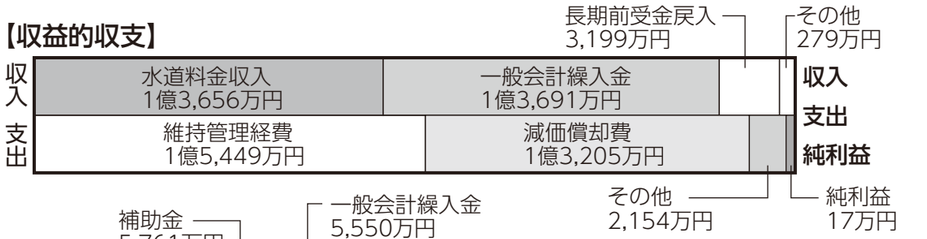
【資本的収支】



収入	4億4,733万円
内部留保資金	5億3,706万円
支出	9億8,439万円

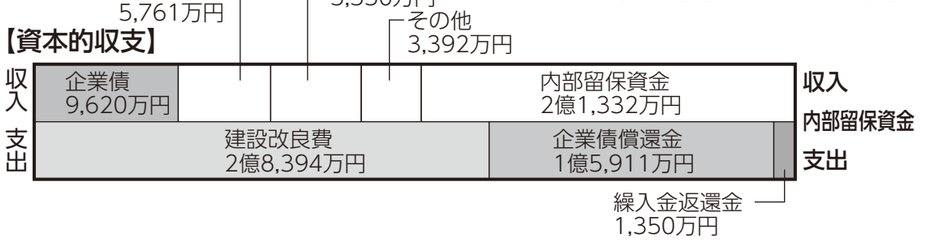
簡易水道事業

【収益的収支】



収入	3億825万円
支出	3億808万円
純利益	17万円

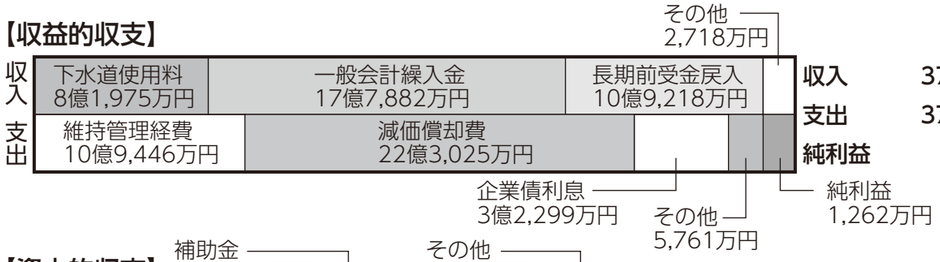
【資本的収支】



収入	2億4,323万円
内部留保資金	2億1,332万円
支出	4億5,655万円

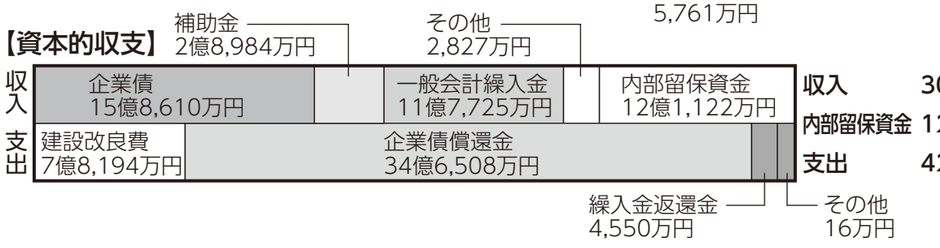
下水道事業

【収益的収支】



収入	37億1,793万円
支出	37億　531万円
純利益	1,262万円

【資本的収支】



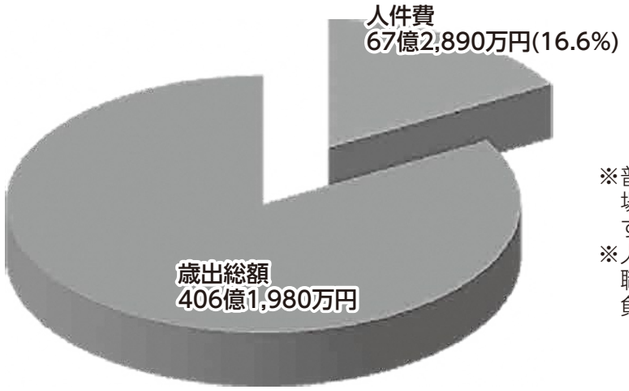
収入	30億8,146万円
内部留保資金	12億1,122万円
支出	42億9,268万円

村上市の職員数や給与などについて公表します

問総務課人事管理室（☎53－3366）

ホームページ

1　人件費率（令和６年度普通会計決算）



※普通会計には一般会計のほか、蒲萄スキー場特別会計や情報通信事業特別会計に従事する職員の人件費が含まれています
※人件費には、一般の職員のみではなく特別職（市長、議員など）の給料や手当、共済負担金などが含まれています

2　職員数（令和７年４月１日現在）　※非常勤職員を除く

区分		職員数 令和６年度	職員数 令和７年度	区分		職員数 令和６年度	職員数 令和７年度
一般行政部門	議会	4	4	教育部門		66	63
	総務・企画	133	133	消防部門		138	139
	税務	26	28	小計		204	202
	民生	167	172	公営企業など会計部門	水　道	19	18
	衛生	51	50		下水道	16	16
	農林水産	44	43		その他	24	24
	商工	22	21		小　計	59	58
	土木	37	38	合　計		747	749
	小　計	484	489				

3　特別職の報酬など（令和７年４月１日現在）

区分		給料・報酬月額	期末手当	
給料	市　長	812,400円	6月期	1.725月分
	副市長	623,500円	12月期	1.725月分
	教育長	553,500円	計	3.45月分
報酬	議　長	376,900円		
	副議長	309,700円		
	議　員	286,600円		

※村上市職員の給与に関する条例に基づく給料表の級区分による職員数で「標準的な職務内容」とは、それぞれの級に該当する代表的な職名です

4　一般行政職の級別構成比（令和７年４月１日現在）

区分	標準的な職務内容	職員数	構成比(%)
7級	政策監	1人	0.3
6級	課長・支所長	16人	4.2
5級	課長・会計管理者・支所長・参事・課長補佐	83人	22.0
4級	副参事・防災専門員	43人	11.4
3級	係長・主査	163人	43.2
2級	主任	35人	9.3
1級	主事･技師	36人	9.6
	計	377人	100.0

5　給与について

■職員の初任給（令和７年４月１日現在）

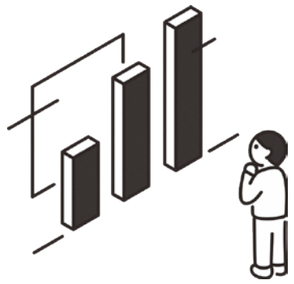
区分		村上市 大学卒	村上市 高校卒	国 大学卒	国 高校卒
初任給	一般行政職	220,000円	188,000円	220,000円	188,000円
	技能労務職	－	185,700円		
	消防職	－	216,400円		

※初任給は学校卒業後すぐに採用された場合の月額です

■職員の経験年数別、学歴別平均給料月額（令和７年４月１日現在）

区分		経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年
一般行政職	大学卒	307,150円	－	326,100円
	高校卒	269,100円	286,200円	－
技能労務職	高校卒	－	－	－

※該当する職員がいない場合は空欄としています



6　手当について（主なもの）

■期末・勤勉手当（令和７年４月１日現在）

支給月	村上市 期末	村上市 勤勉	国 期末	国 勤勉
6月期	1.250月分 (0.6875)	1.050月分 (0.5125)	1.250月分 (0.70)	1.050月分 (0.50)
12月期	1.250月分 (0.6875)	1.050月分 (0.5125)	1.250月分 (0.70)	1.050月分 (0.50)
計	2.50月分 (1.375)	2.10月分 (1.025)	2.50月分 (1.40)	2.10月分 (1.00)

※（　）内は、再任用職員に係る支給割合です。再任用職員は、定年退職などにより退職した後、改めて採用された職員をいいます

■退職手当（令和７年４月１日現在）

区分	村上市 自己都合	村上市 勧奨･定年	国 自己都合	国 勧奨･定年
勤続20年	19.670月分	24.587月分	市と同額	
勤続25年	28.040月分	33.271月分		
勤続35年	39.758月分	47.709月分		
最高限度額	47.709月分	47.709月分		
加算措置	定年前早期退職特例措置（2～20%加算）		定年前早期退職特例措置（3～45%加算）	
1人当たり平均支給額	628万円	2,005万円	－	

■扶養手当（令和７年４月１日現在）

区分	村上市	国
配偶者	3,000円	市と同額
子	11,500円	
父母など	6,500円	

■住居手当（令和７年４月１日現在）

区分	村上市	国
借家	月額12,000円以上の家賃を払っている職員に対し、家賃額に応じ最高27,000円まで支給	家賃月額16,000円以上最高28,000円まで支給

■通勤手当（令和７年４月１日現在）

区分	村上市	国
電車やバスなどの交通機関利用者	運賃の額に応じて最高55,000円まで支給	市と同額
自動車など利用者	片道の使用距離に応じて2,900円～44,100円まで支給	2,000円～31,600円まで支給

こんなときは「成年後見制度」の利用を考えましょう

問介護高齢課地域包括支援センター（☎75－8937）

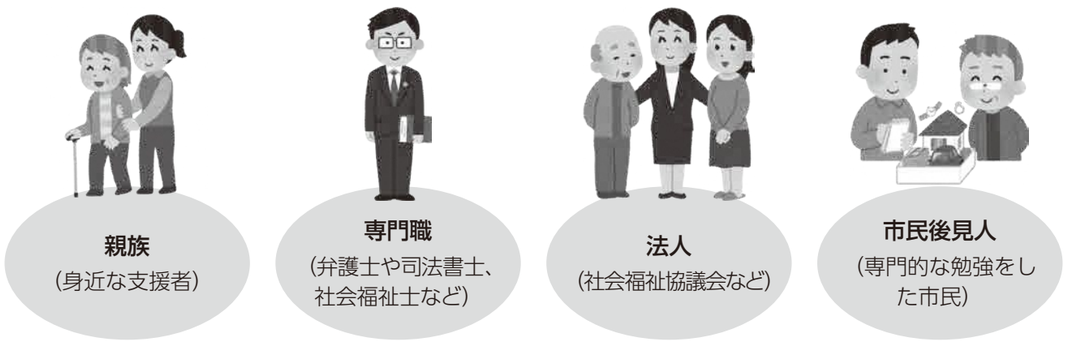
ホームページ

成年後見制度とは

認知症や知的障がい、精神障がいなどにより、お金の使い方や書類の手続き、福祉サービスなどの契約を一人で考えて決めることに不安や心配のある人へ、本人の意思を尊重しながら、いろいろな契約や手続きをサポートする制度です。

次のような場合、成年後見制度を利用してみませんか？	こんなサポートが受けられます
・財産管理や契約手続きに困難を感じたとき ・本人による金銭管理が難しくなってきたとき ・キャッシュカード、銀行印、通帳の管理が難しくなった ・必要な支払いを忘れるようになった	成年後見人などがお金の出し入れを一緒に考え、支払いを代わりにしてくれます。
・詐欺被害に遭った ・よく分からないまま高額な契約を結びそうになった	成年後見人などが分かりやすく説明してくれたり、必要のない高額な契約を結んでしまった場合は契約を取り消してくれます。
・自分たちに何かあったら障がいのある子どもの暮らしが心配 ・身寄りがなく一人暮らしで認知症などの病気になった時が心配	成年後見人などが生活していく中で、お金の管理や暮らしに必要な契約を一緒に考え、必要な支援をしてくれます。

誰がサポートしてくれるの？　支援してくれる人を「成年後見人」などといいます。本人の身体の様子や暮らし方などを確認して、家庭裁判所が決めます。



ただし、現在の成年後見制度は
- 利用開始までに数カ月かかります
- 原則として一度利用すると途中でやめることができません
- 希望した人が成年後見人などに選ばれない可能性があります

成年後見制度を利用する適切なタイミングは事例ごとに異なります。事前に、下記の窓口へ相談してください。
- 介護高齢課地域包括支援センター　（☎75－8937）
- 福祉課障がい者基幹相談支援センター　（☎75－5830）
- 社会福祉協議会生活支援課　（☎62－7756）

歯の健康シリーズ②

若い世代からの歯周病予防

問保健医療課健康サポート室（☎53－3364）

「歯周病はシニア世代の病気」と思う方も多いと思いますが、その認識は、もはや過去のものとなりつつあります。実は、20代、30代そして40代の若い世代でも歯周病は急増しています。特に、現代社会における生活習慣の変化や、ストレス社会を背景に、若い世代の歯周病リスクは年々高まっています。

村上市岩船郡歯科医師会
会長
佐藤　鶴英　先生

1　若い世代の歯周病の特徴と原因

若い世代の歯周病の最大の特徴は、自覚症状が少ないにもかかわらず進行が早いことです。また、忙しい毎日の中で歯磨き時間が不足しがちなことも、要因の一つです。

2　歯周病のサイン・症状

早期発見のためには、些細な変化に気づくことが重要です。特に注意が必要なのは、歯磨き時の出血や気になる口臭です。また、歯ぐきが赤く腫れている、歯と歯の間に食べ物が詰まりやすいといった症状も歯周病のサインと思われます。これらの症状は、放置すると急速に悪化する可能性があります。

3　予防と対策

予防には、正しい生活習慣の確立が不可欠です。１日２～３回の丁寧な歯磨きはもちろんのこと、デンタルフロスや歯間ブラシなどの補助的清掃器具の使用も効果的です。さらに、十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけることで、お口の健康だけでなく、全身の健康維持にもつながります。

4　まとめ

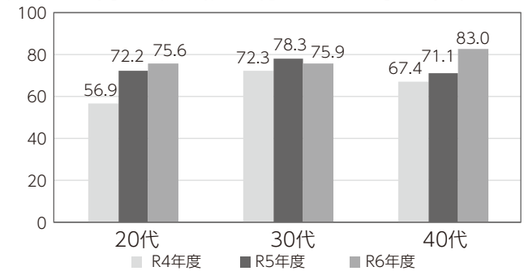
歯周病は、全身の健康にも大きく影響を及ぼします。糖尿病の悪化や心臓病のリスク上昇、早産（低体重児出産）のリスクそしてアルツハイマー型認知症の悪化などさまざまな疾患と関連があるとされています。早期発見、早期治療が将来の歯の健康を左右します。定期的な健診で「健口」を保ちましょう。

市の現状

20代～40代は、歯肉に炎症所見を有する人の割合が増加傾向にあり、補助的清掃用具の使用率が低い状況です（表１・２）。

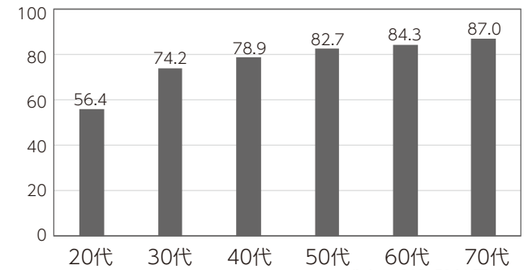
今年度の成人歯科健診対象者（20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳になる人）には、７月に受診券を送付しています。ぜひ、受診してください。

表１　歯肉に炎症所見を有する人の割合（%）



成人・妊婦歯科健診結果より

表２　令和６年度補助的清掃用具使用率（%）



成人歯科健診結果より

村上市岩船郡健口フェア

と　き　**11月９日㈰午前10時～午後３時**
ところ　**教育情報センター**
内　容
- 無料歯科相談
- フッ化物塗布
- 在宅歯科医療連携室のPR
- お子さまの図画展示会
- 歯磨きグッズのプレゼント

2025村上・笹川流れ国際トライアスロン大会結果

ホームページ

問村上・笹川流れ国際トライアスロン大会実行委員会事務局（☎53－3399）

9月28日㈰、瀬波温泉・笹川流れを舞台に「2025村上・笹川流れ国際トライアスロン大会」が開催されました。全国から集まった選手たちがスイム・バイク・ランで競い合い、沿道は声援と熱気に包まれました。

地元の皆さまの温かい応援とボランティアの献身的な支えにより、大会は盛況のうちに終了しました。参加いただいた選手の皆さま、市民の皆さま、ボランティアの皆さま、ありがとうございました。

市内選手の結果

■エイジ総合

45位	齋藤	勉	295位	宗田	一雄
118位	高橋	一仁	346位	淺野	宏
137位	高橋	健	403位	高橋	洋
215位	大滝	拓也	414位	佐藤	親一
217位	大倉	晃	421位	鈴木	敏明
227位	鈴木	謙輔	472位	天井	秀昭
229位	瀬賀	吉幸			

■リレー

9位	有頂天
15位	K feat.T
18位	麦汁海賊団

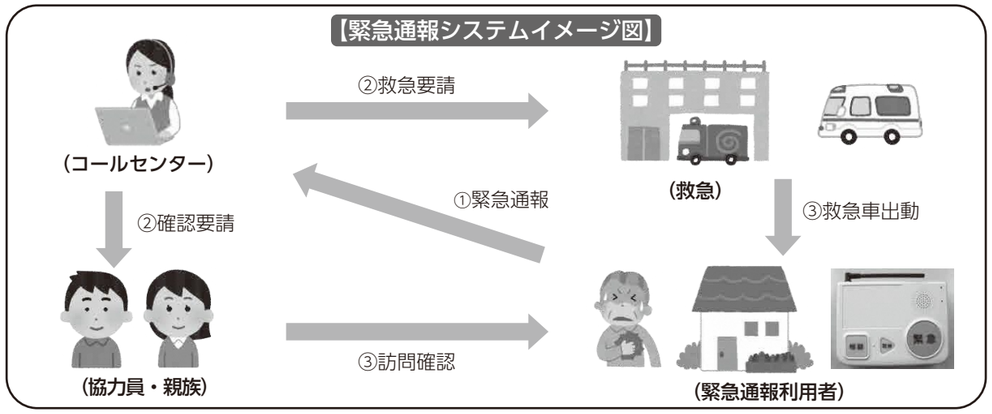
高齢者・重度障がい者のみでお住まいの人やその家族へ

“緊急通報システム”をご利用ください

ホームページ

問介護高齢課高齢者支援室（☎75－8935）

一人暮らしの高齢者などに緊急通報装置などを貸与して、自宅での急病や火災などの緊急時に、電話回線によりコールセンターと直接つながる救護体制作りを支援しています。



対象者

・一人暮らしの高齢者世帯または高齢者のみの世帯
・一人暮らしの重度障がい者世帯または重度障がい者のみの世帯
・高齢者と重度障がい者のみの世帯

利用料金

利用者の身体状況などにより、利用料金が決まります。

借用の申請・問い合わせ先

介護高齢課高齢者支援室または各支所地域振興課地域福祉室

【貸与する機器やサービス内容】

貸与する機器			サービス内容
緊急通報装置	本体装置（※1・※2）		**【固定電話回線用または携帯電話回線用】** 緊急ボタンを押すと24時間対応のコールセンターにつながります。状況に応じてコールセンターから家族や協力員（※３）に連絡したり、救急車を要請します。また、相談ボタンを押すと健康上の相談などもできます。
	ペンダント型装置		緊急ボタンがついた防水機能付き「ペンダント型」の装置で、お風呂や家の中の離れた場所でも使用できます。
安否センサー			**【居間や寝室、玄関などに設置】** 赤外線による人感センサーで利用者の動きを感知します。一定時間利用者に動きがない場合には、自動でコールセンターに通報します。
火災警報器			**【寝室など１カ所に設置】** 煙を感知すると警報音と同時に自動でコールセンターに通報します。

※１　固定電話をお持ちでない人でも、携帯電話をお持ちであればサービスを利用することができます
※２　固定電話と携帯電話の両方をお持ちの場合、原則、固定電話回線用の本体装置を使用します
※３　協力員は、緊急時に対応できる近所の人や親族などで申請時に２人以上登録する必要があります

お知らせ Information

市報むらかみホームページ ▶

■省略記号

時日時・期間　場場所　内内容　講講師　対対象　定定員・募集人数
¥料金・参加費　持持ち物　申申し込み　問問い合わせ　☎電話
FFAX　✉メール　他その他

注）対どなたでも　定特になし　¥無料　申不要（直接会場へ）の場合は、記載なし

■電話、ファクス、Eメールの記載がある場合は、そこから申し込み可

今月の市税などの納期限

12月1日(月)

- 国民健康保険税　第5期
- 介護保険料　第5期
- 後期高齢者医療保険料　第8期

便利で納め忘れのない口座振替をおすすめします

くらし

人権に関する市民意識調査の回答期限を延長します

10月上旬に市内在住の2千人を対象に調査票を郵送しました。提出期限を11月10日(月)まで延長しますので、まだ回答されていない人は、同封の返信用封筒またはアンケートフォームから回答してください。

問市民課生活人権室（☎53－3363）

11月9日(日)～15日(土)は秋の火災予防運動「急ぐ日も足止め火を止め　準備よし」

これから冬期間にかけて火災が多く発生します。暖房器具などの点検を行い、火災予防に努めてください。また、住宅用火災警報器の設置をお願いします。

問消防本部予防課予防係（☎53－7222）

11月11日(火)～17日(月)は税を考える週間です

税務行政の理解と信頼を深めてもらうことを目的に、国税庁では情報の提供や意見、要望を受け付けています。

【税に関するパネル展】

時11月11日(火)～17日(月)
場教育情報センター他
内中学生・高校生の「税について」の作文入選作品の展示など
他申告などの税務相談を事前予約制で受け付けます。

問村上税務署（☎53－3141）

※自動音声案内「2」を選んでください

11月は糖尿病予防月間です

11月14日(金)は、世界糖尿病デーとして日本を含む約160カ国で糖尿病の啓発キャンペーンが行われます。糖尿病は自覚症状が乏しいため、受診につながりにくく、また、受診しても治療を中断する患者さんが多いことが課題で、特に、働き盛りの年代で、この傾向が見られます。治療を中断して放置すると、腎不全や脳梗塞、失明などを引き起こし、命や生活の質が脅かされることがあるので、早期治療と生活改善の継続が重要な病気です。症状がなくとも年に1回は定期健康診断を受けましょう。

問村上保健所地域保健課（☎53－8368）

11月15日(土)は狩猟解禁日です

狩猟解禁日から数日間は銃器による人身事故が発生しやすい傾向があります。狩猟する人は、銃器の扱いに注意して、使用の際は周囲の安全を十分に確認してください。

また、野山を散策する人は、目立ちやすい服装で行動し、ラジオなど音の出る機器を身につけて自分の存在を周囲に知らせてください。

※狩猟解禁期間は令和8年2月15日(日)まで。ただし、イノシシ、ニホンジカは令和8年3月15日(日)まで

問村上保健所衛生環境課（☎53－8371）

〈有料広告〉

〈有料広告〉

利用頻度の少ない踏切を冬期間通行止めにします

【全面通行止めにする踏切】

時10月20日(月)～令和8年3月4日(水)（予定）
・羽越本線（長政）

時11月25日(火)～令和8年3月17日(火)（予定）
・米坂線（荒島、第1新田、揚水場、藤沢）

時12月8日(月)～令和8年3月4日(水)（予定）
・羽越本線（名割、松沢、第一飯岡、石川、中江）
・米坂線（佐々木）

【車両通行止めにする踏切】

時12月8日(月)～令和8年3月4日(水)（予定）
・羽越本線（佐々木）

他降雪・積雪状況により期間が前後する場合があります

問東日本旅客鉄道㈱新潟支社村上保線技術センター（☎53－2235）

マイナンバーカードの申請はお済みですか？

マイナンバーカードの申請は、市民課で手続きができます。本人確認書類を準備して来庁してください。なお、本人が来庁できない場合は、連絡してください。

問市民課市民年金室（☎75－8930）

ホームページ

各種手当を支給します

【特別障害者手当】

支給月額　2万9590円

対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】

支給月額　1万6100円

対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

他詳しくは市ホームページをご覧ください

問福祉課福祉政策室（☎75－8940）

ホームページ

村上市地域福祉計画（第3期）策定のためのアンケートを実施します

地域に住む住民がお互いに助け合い、支え合うことができる仕組みづくりの構築を目指して「村上市地域福祉計画（第3期）」の策定を進めており、計画づくりの基礎資料とするため、日常生活での課題や地域での支え合いに関する考え方などのアンケートを実施します。趣旨を理解いただき、回答にご協力をお願いします。

対市内在住の18歳以上の人の中から2千人を無作為に抽出し、調査票を発送予定です

問福祉課総合相談室（☎75－8941）

まちづくり市民アンケートにご協力ください

市の将来像や施策の方向性を記した「第4次村上市総合計画」の策定を進めており、アンケートを実施します。趣旨を理解いただき、回答にご協力をお願いします。

対市内在住の18歳以上の人の中から3千人を無作為に抽出し、調査票を発送予定です

問企画戦略課企画政策室（☎75－8925）

法務大臣表彰を受賞しました

人権擁護活動の功績が認められ、法務大臣表彰を受賞されました。

・田島一郎　氏（下鍛冶屋）

問新潟地方法務局村上支局（☎53－2390）

農作物の盗難被害に気を付けましょう

今年も農産物が盗まれる被害が全国各地で相次いで発生しています。

今夏の異常気象などで生産量が減少した作物や価格が高騰している作物は、今後更なる被害の増加が懸念されます。大切な農作物を盗まれないため、倉庫の窓や出入口の施錠を徹底するなどの対応をお願いします。

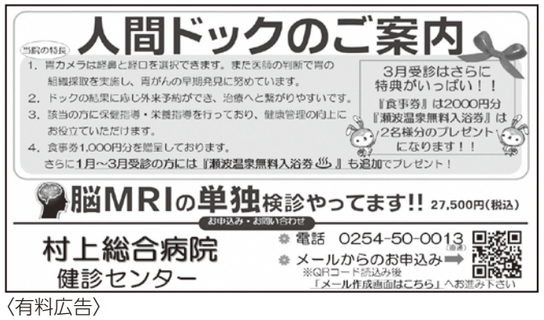
問農林水産課農業振興室（☎53－3369）

子育てを もっと楽しく♪ 子育て支援センターイベント情報

親子で楽しめるイベントや季節の遊び、交流会など、子どもも大人も笑顔になれる企画がいっぱいです。
ぜひ、お気軽に参加してください。

イベント情報はコチラから ▶

問こども課子育て政策室（☎53－3201）



〈有料広告〉

〈有料広告〉

小型特殊自動車は軽自動車税（種別割）の申告が必要です

乗用装置のあるトラクターなどの農耕作業用自動車やフォークリフトなどのうち、小型特殊自動車に該当する車輌は軽自動車税（種別割）の課税対象です。所有している人（法人含む）は、ナンバープレートの交付を受けてください。以前から所有していたことが判明した場合、さかのぼって課税（最大3年分）されます。

※小型特殊自動車に該当する農耕作業用トレーラは、軽自動車税（種別割）の課税対象となりますので、ナンバープレートを取得してください

例マニュアスプレッダ（堆肥散布機）、スプレーヤ（薬剤散布機）など

問税務課収納対策室（☎53・3361）

ホームページ

募集

フードドライブにご協力ください

生活にお困りの方を支援するため、家庭にある常温保存可能で賞味期限が2週間以上、未開封の食品をお譲りください。

開催期間 11月10日(月)～14日(金) 午前9時～午後5時

場市役所、各支所（正面玄関・ロビーなど）

問福祉課総合相談室（☎75・8941）

優良・優秀運転者表彰

【表彰種別】

・優良運転者表彰（地区）10年

・優秀運転者表彰（県）20・30・40・50年

【運転経歴の年数計算方法】

令和8年4月6日(月)現在で計算

【表彰資格】

申請する各表彰年数以上の運転経歴を有し、その間、継続して無事故・無違反の人

持印鑑、免許証、受賞歴が分かるもの

問申12月19日(金)までに村上地区交通安全協会（村上警察署内☎52・7604）または市民課生活人権室（☎53・3363）、各支所地域振興課市民生活室

ホームページ

令和8年度 村上市奨学生を募集します

令和8年4月に大学や短大・専修学校（専門課程に限る）へ進学や在学するお子さんなどで、経済的理由により修学困難な人へ選考の上、貸与します。

貸与期間 令和8年4月から最短修学年限の終期まで

応募期間 令和8年1月5日(月)～2月27日(金)

他申込資格や金額、返還については、市ホームページをご覧ください。

問申学校教育課未来の学校創造室（☎75・8033）

ホームページ

令和8年度 医学生修学資金貸与制度の修学生を募集します

貸与期間 令和8年4月から最長6年間

応募期限 令和8年3月13日(金)

他詳しい内容は、市ホームページか保健医療課または各支所地域振興課地域福祉室に備え付けの資料をご覧ください。

問申保健医療課健康医療政策室（☎75・8934）

ホームページ

高齢者世帯の雪下ろしなど、除雪作業ができる事業者の名簿を作成します

募集期間 令和8年2月27日(金)

募集要件

・市内で雪下ろしなどの除雪作業ができる事業者など

・事前に除雪作業の見積りと費用の説明ができること

※市は業者の斡旋は行いません

問申介護高齢課高齢者支援室（☎75・8935）

シルバー人材センター会員募集

入会条件 市内在住の60歳以上で働く意欲のある健康な人

年会費 1000円（他互助会費500円）

他入会を希望する人は説明会への参加が必要です。会場や日時など詳しくはお問い合わせください。

問公益社団法人村上地域シルバー人材センター村上事務所（☎53・6486）、神林・荒川事務所（☎62・1303）、朝日事務所（☎75・5030）、山北事務所（☎77・4567）

もよおし

特別展 小和田恆さんゆかりの品々

国際司法裁判所所長や外務事務次官を歴任された小和田恆さんから寄贈いただいた貴重な品々を一般公開します。

時11月8日(土)～令和8年2月23日(月・祝)

場歴史文化館

入館料 200円（小中高校生100円）

問おしゃぎり会館（☎52・1347）

「北前船」歴史講演会

日本遺産に認定されている「北前船」の歴史について、村上地域と日本海海運、新潟湊との関係を紹介して、「北前船」の実態に迫ります。

時11月8日(土) 午後1時30分～3時

場教育情報センター

講新潟市歴史博物館学芸員 安宅俊介 氏

定200人

問生涯学習課文化行政推進室（☎53・7511）

雑草対策・有機栽培 水稲勉強会

化学農薬に頼らず、持続可能な稲作を目指しませんか。微生物の力を活用したEM菌の栽培方法について、専門家が解説します。

時11月8日(土) 午前10時～11時30分

場教育情報センター

¥500円（高校生以下無料）

定40人

他勉強会終了後、正午からランチ会を行います。（参加費1000円、希望者のみ）

問申前日までにNPOいわふね地域エコセンター（加藤☎090・7637・9120）

人形浄瑠璃猿八座村上公演

時11月9日(日)午後1時30分～

開場 午後1時

場教育情報センター

内小泉八雲原作「怪談」より「むじな」「耳なし芳一」、新作「桃太郎 昔話」

¥2500円（高校生1000円、中学生以下無料）

問申人形浄瑠璃を楽しむ会（田村☎090・2544・6500）

さんぽく祭

時11月9日(日)

[文化部門]午前9時～午後2時

※8日(土)の午前9時～午後5時も開催しています

[芸能部門]午前10時～午後2時

[産業部門]午前9時30分～午後2時

場[文化・産業部門]山北総合体育館

[芸能部門]さんぽく会館

内[文化部門]さんぽく小学校児童や山北文化協会会員の作品展示など

[芸能部門]山北地域の郷土芸能、日本国太鼓、大正琴など

[産業部門]軽トラ市、特産品販売コーナーなど

問山北支所産業建設課産業観光室（☎77・3115）

塩野町まち協 秋の収穫祭

地域の特産品や新鮮な野菜、郷土の料理など秋を感じられるブースが多数出店予定です。

時11月16日(日)午前10時～午後1時

場旧塩野町小学校

※駐車場が少ないため、乗り合わせでお越しください

問朝日支所地域振興課自治振興室（☎72・6881）

日本将棋連盟村上支部 竜王戦 将棋大会

時11月16日(日)午前9時30分～

受付 午前9時～

場神林農村改善センター

定30人（先着順）

¥2000円（会員1500円）

他ルールは日本将棋連盟に準拠します

問申11月10日(月)までに日本将棋連盟村上支部（斉藤☎080・4203・4916）

福祉のしごと就職フェア

村上市・関川村での採用を予定する企業が、事業所ごとの特徴や募集条件、相談を行います。

時11月17日(月)午後1時30分～3時30分

場マナボーテ村上

対介護職を希望する求職者

他当日の参加も可能です。

問申事前にハローワーク村上（☎53・4141）

介護予防講演会 いつまでも自分の足で歩くためのフレイル予防！

足腰の痛みへの対応方法や自宅でできる体操など、元気に過ごすためのフレイル予防のポイントを紹介します。

時11月17日(月) 午後1時30分～3時30分

場教育情報センター

講新潟医療福祉大学教授 佐藤成登志 氏

定200人

問介護高齢課地域包括支援センター（☎75・8937）

縄文の里 トチ餅づくり

時11月22日(土)午前9時～正午

場縄文の里・朝日

定20人（先着順）

¥800円（材料費）

持エプロン・三角巾

申問11月15日(土)までに縄文の里・朝日（☎72・1577）

クラシックコンサート2025 第37回カポタスト定期演奏会

時11月29日(土)午後1時30分～

開場 午後1時

場総合文化会館

曲目 いつも何度でも、いのちの歌、銀河鉄道999他

・平林小学校ギタークラブの皆さんとの共演があります

・文化会館と朝日支所の駐車場を利用してください。

問ギター同好会カポタスト（西坂☎53・3611）

越後村上鮭塩引き街道

家々の軒下に鮭が下げられ、寒風にさらされ発酵・熟成していく「塩引き鮭」は村上の鮭文化を代表する風景です。

時12月1日(月)～20日(土)

場庄内町・小町地区内

問村上駅前観光案内所（☎53・2258）

講座「村上祭の屋台行事 その歴史を振り返る」

ユネスコ無形文化遺産拡張提案候補に選定されている「村上祭の屋台行事」を解説します。

時12月6日(土)午後2時～3時30分

場三の丸記念館

講館長 建部昌文 氏

定40人程度

¥300円（資料代）

他おしゃぎり会館の駐車場を利用してください。

問申12月2日(火)までにおしゃぎり会館（☎52・1347）

縄文の里　そば打ち体験①
時12月6日(土)午前10時～正午
場縄文の里・朝日
定10人（先着順）
¥2千円（材料費）
持エプロン、三角巾、余ったソバを入れる容器
問申11月30日(日)までに縄文の里・朝日（☎72・1577）

昭子さんシリーズ　クリスマススイーツ
時12月6日(土)午前9時15分～正午
場マナボーテ村上
定15人（先着順）
¥3800円
問申11月21日(金)までに希楽々（☎66・8119）

大池の鳥を見る会
時12月7日(日)午前9時30分～11時
場お幕場大池公園
内大池で観察できる野鳥を、会員が説明します。
対野鳥に興味がある人
他観察に必要な図鑑、スコープは主催者が用意します。
問村上野鳥の会（佐藤☎52・1908）

伝統料理シリーズ　飯ずしづくり教室
時12月13日(土)
午前9時20分～11時45分
場マナボーテ村上
定12組（先着順）
¥5500円
問申12月3日(水)までに希楽々（☎66・8119）

日本漢字能力検定
時令和8年1月31日(土)
※受検級により時間が異なります
場神林総合体育館
定100人（先着順）
検定料
・2級　3500円
・準2～4級　2500円
・5級～7級　2000円
・8級～10級　1500円
問申12月22日(月)までに検定料を希楽々（☎66・8119）

PPバンドバッグ作り（3回コース）
時毎週月曜日午後1時15分～4時
※材料を準備するので、事前に連絡してください
場村上体育館
¥4千円（会員3千円）
※材料費含む3回分の料金
問申ウェルネスむらかみ（☎52・6311）

講座・教室

日本赤十字社健康生活支援員養成講習会
時11月29日(土)・30日(日)
午前9時～午後5時
場村上農村環境改善センター
講日本赤十字社健康生活支援講習指導員
定20人程度（先着順）
※高校生以上
¥900円（教材費など）
他全課程を修了し、試験に合格した人には認定証を交付します。110円切手を貼った返信用封筒を持参ください。
問申11月17日(月)までに赤十字安全奉仕団村上市分団事務局（佐藤☎090・4601・9960）

読み聞かせ講座～伝わる、楽しむお話し会～
聞き手も、読み手も、楽しくなるお話し会。滑舌、発声練習から、グループによる群読や読み聞かせの工夫の仕方などを学びましょう。
時【第1回】12月3日(水)
【第2回】12月8日(月)
※連続2回講座です
場マナボーテ村上
講ソフィアの森　認定音読指導士　齋藤まどか　氏
定30人（先着順）　持筆記用具
申11月4日(火)～25日(火)までに氏名、住所、連絡先、所属する読書ボランティアグループを伝えてください。
問中央公民館（☎53・2446）
電子申請

令和7年分決算等説明会
決算の仕方や青色申告決算書・収支内訳書作成時の注意点、消費税インボイス制度などを説明します。
【営業所得者】
時12月11日(木)午前10時～正午
【農業所得者】
時12月11日(木)
午後1時30分～3時30分
【消費税課税事業者】
時12月12日(金)午前10時～正午
場マナボーテ村上
定各20人（先着順）
問申開催日の1週間前までに村上税務署（☎53・3143）

相談

保護者や家族のための不登校・ひきこもりセミナー&相談会
時11月16日(日)
午後1時30分～4時
場村上農村環境改善センター
内子どもへの関わり方についての講演、ワークショップや関係機関への紹介など
対不登校、ひきこもりがちな人（中学生～20代まで）の家族など
問申11月12日(水)までに福祉課総合相談室（☎75・8941）

暮らしのお困りごと相談所
総務大臣から委嘱された行政相談委員が「どこに相談したらよいか分からない」など、困り事や悩み事の相談をお受けします。
時11月20日(木)午前10時～正午
場イオン村上東店
他秘密は固く守られます。
問福祉課総合相談室（☎75・8941）

保育士就職相談会
時12月2日(火)
午前10時～11時50分
場あらかわ保育園
内市内保育施設への就職（復職）の相談
対保育士資格を有する人または取得見込みの人
定15人（先着順）
申11月28日(金)までにこども課子育て支援室（☎53・3362）
問新潟県保育サポートセンター（☎025・281・5572）

スポーツ

AJSA　全日本アマチュア選手権大会
時11月8日(土)予選
11月9日(日)準決勝・決勝
場ブルボンスケートパーク村上
内ストリート種目で全国9ブロックで行われたアマチュアサーキットの予選を勝ち抜いた上位入賞者が競い合います。
他スケジュールなど大会の詳細は、市ホームページをご覧ください。
問生涯学習課スポーツ推進室（☎53・8802）
ホームページ

第12回愛ランドカップ　バスケットボール大会
時12月7日(日)
受付　午前8時15分～
場朝日総合体育館
定8チーム（先着順）
対高校生以上の男性
¥4千円（1チーム）
問申11月21日(金)までに愛ランドあさひ（☎72・1445）

11月の認知症カフェ

	かたるんカフェ	リハ大オレンジカフェ	こころろカフェ
時	26日(水) 午後1時30分～3時30分	18日(火) 午後1時30分～3時	20日(木) 午後2時～3時30分
場	マナボーテ村上	新潟リハビリテーション大学	村上はまなす病院
¥	100円	無料	
申	要	無	
対	認知症の人やその家族、介護をしている人、家族の介護に備えておきたい人		
問	介護高齢課地域包括支援センター（☎75－8937）		

11月5日は津波防災の日です

問総務課危機管理室（☎53-3365）

ホームページ

東日本大震災の津波被害を教訓として、津波から国民の生命を守ることを目的に「津波対策の推進に関する法律」が制定され、毎年11月5日が津波防災の日と定められています。

この機会に村上市津波ハザードマップなどを参考にして、津波浸水想定の有無や津波の到達時間などを確認するとともに、下の表を確認して津波の防災について考えてみましょう。

出典：内閣府ホームページ
(https://www.cao.go.jp/press/new_wave/20231027.html)
「11月5日は津波防災の日世界津波の日」(内閣府)

津波の高さ		取るべき行動	避難のポイント
大津波警報	10m超	•巨大な津波が襲い、木造家屋が全壊、流出し、人は津波による流れに巻き込まれます。沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台など安全な場所へ避難してください。	•震度4以上の強い揺れや弱くても長い揺れを感じたときは、すぐに避難を開始しましょう。 •津波は長い時間くり返し襲ってきます。注意報や警報が解除されるまでは、避難を続けましょう。 •津波は沿岸の地形などの影響により、局所的に予想より高くなる場合があります。 •日本海側では、地震の規模のわりに津波が高く、到達が早くなる傾向があります。 •津波の前に必ず引き潮あるとは限りません。 •日頃から避難場所、避難経路の確認を行い、非常持ち出し品などの準備をしておきましょう。
	10m		
	5m		
津波警報	3m	•沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台など安全な場所へ避難してください。	
津波注意報	1m	•海の中にいる人はただちに海から上がって、海岸から離れてください。 •沿岸部や川沿いにいる人は注意してください。	

※地震の規模によって、予想される津波の高さが発表されます

下水道マンホール蓋に掲載する有料広告を募集します

ホームページ

問上下水道課業務室（☎66－6190）

地域経済の活性化や下水道の普及促進、自主財源確保などを目的に、市の下水道マンホール蓋に掲載する有料広告を募集します。

◆設置予定場所
- 道の駅神林（穂波の里）
- 道の駅笹川流れ（夕日会館）
- 教育情報センター前の市道

◆募集期間（予定）
11月４日㈫～12月24日㈬
※募集状況などにより変更する場合があります。変更となった場合は、市ホームページでお知らせします

◆募集方法、掲載料など
11月４日㈫以降、市ホームページでお知らせします。

イメージ図

※広告の欄外に、市章または「村上市」を表示します

令和８年度「市の一般封筒」に掲載する有料広告を募集します

ホームページ

問財政課契約検査室（☎75－8923）

一般封筒は、市民へさまざまなお知らせをするときに使用する封筒です。

【募集する広告】

広告を掲載する封筒	広告掲載枠の規格	掲載イメージ（封筒裏面）	作成予定枚数	募集枠	掲載料（１枠）
洋形４号	縦4.0㎝×横6.0㎝ 単色刷		140,000枚	３枠	90,000円
長形３号	縦4.5㎝×横9.0㎝ 単色刷		65,000枚	４枠	50,000円
角形２号	縦6.0㎝×横9.0㎝ カラー（４色刷）		20,000枚	６枠	30,000円

【広告掲載期間】 令和８年６月～令和９年３月（予定）
【対 象 者】 法人または個人の事業者で、市税などの滞納がないこと
【申込期間】 11月28日㈮午後５時までに、申込書（市ホームページから取得するか財政課窓口で配布）に必要書類を添えて財政課へ提出してください。
【そ の 他】 必要書類や掲載できる広告の範囲などは市ホームページをご覧ください。

パブリックコメント「皆さんのご意見をお聞かせください」

ホームページ

問企画戦略課企画政策室（☎75－8925）

意見書の提出など詳しくは、市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

案件名 過疎地域持続的発展計画（案）
期11月５日㈬～25日㈫
閲覧場所 企画戦略課企画政策室または各支所地域振興課自治振興室
※市ホームページからも閲覧できます

令和８・９年度　入札参加資格審査申請（定期申請）を12月１日㈪から受け付けます

ホームページ

問財政課契約検査室（☎75－8923）

令和８・９年度に市が発注する「建設工事」「建設コンサルタント等」「物品調達」「業務委託」の入札や随意契約の見積りに参加を希望する場合は、「入札参加資格審査申請書」を提出してください。
詳しくは、市ホームページに掲載する申請要領を確認してください。

申請区分	内容
建設工事	土木一式工事、建築一式工事、管工事など
建設コンサルタント等	建設コンサルタント、一級建築設計、測量など
物品調達	機械、車両、消耗品、リースなど
業務委託	清掃業務、施設管理業務など
小規模工事	小規模な工事（200万円以下） ※建設工事で申請する場合は、小規模工事の申請はできません

［受付期間］ 12月１日㈪～令和８年１月16日㈮
［申請方法］ 申請書類を財政課契約検査室に持参するか郵送または宅配便により提出してください。
申請書類は、市ホームページ（「入札・契約情報」から検索）から取得できます。

令和９年４月開校予定「あさひ小学校」の校章デザインを募集します

ホームページ

問学校教育課未来の学校創造室（☎75－8033）

小川小学校と朝日みどり小学校が令和９年４月に統合して開校予定の「あさひ小学校」の校章デザインを募集します。

［応募資格］ どなたでも応募できます。
［募集期間］ 11月１日㈯～令和８年１月30日㈮　※当日消印有効
［表　　彰］ 採用候補作品応募者には、賞状と記念品を贈呈します。
［応募方法］
応募用紙またはA４サイズの縦置きのものに必要事項を記入のうえ、持参するか郵送、メールで提出してください。なお、応募用紙や募集要項は市ホームページから取得できるほか、学校教育課、各教育事務所に備え付けています。
［提出先］
〒958－0292　村上市岩沢5611番地
小川小学校・朝日みどり小学校統合推進委員会事務局（未来の学校創造室内☎75－8033）
✉ gakko－s@city.murakami.lg.jp

配偶者やパートナーからの暴力に１人で悩んでいませんか？

問福祉課総合相談室（☎75－8941）

11月12日㈬から25日㈫は、国の男女共同参画推進本部が定めた「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。期間中、この運動のシンボルであるパープルリボンの色にちなみ、全国各地のタワーなどをライトアップして、女性への暴力の根絶を広く呼びかけます。配偶者やパートナーからの身体的・精神的な暴力などに悩んでいる人は、一人で抱え込まずに相談してください。

「女性に対する暴力をなくす運動」オンラインセミナー性暴力を考える講演会

自分らしく生きること～勇気の一歩と支え合い～

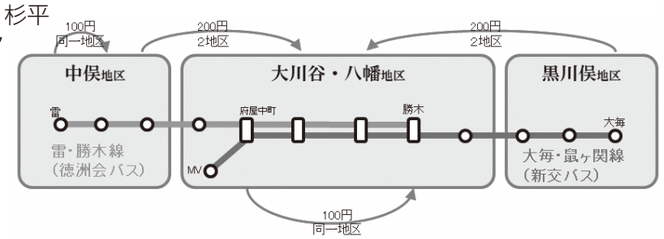
時11月21日㈮午後２時～４時
場神林農村環境改善センター
定50人（先着順）
問申11月14日㈮までに市民課生活人権室（☎53－3363）

12月１日㈪から山北地域の路線バスが変わります

ホームページ

問山北地域交通運営協議会事務局（山北支所地域振興課自治振興室内☎77－3111）

・雷・勝木線は山北徳新会病院が保有するバス（10人乗りワゴン車）で（一社）徳洲会が運行します
・バス停を新設します。また、既存のバス停の位置を変更します
　【新設するバス停】雷向村、大谷沢、府屋浜町
　【場所を変更するバス停】雷、遅郷、杉平
・大川谷地区と八幡地区を１つのエリア（地区）とし、運賃が安くなります（図参照）



・「学生割引」と「乗継券」を廃止します
・大毎・鼠ヶ関線は増便（１日９便→15便）、雷・勝木線は減便（１日７便→４便）します。これに伴い、時刻表が大きく変わります
　詳しい内容は、市ホームページをご覧ください。なお、11月14日㈮の文書配布で、山北地域の全世帯へ変更後の時刻表などを配布します

スマホの相談教室を開催します！

問企画戦略課デジタル化推進室（☎75-8924）

　スマートフォンの操作方法などの疑問にお答えする「スマホの相談教室」を開催します。ご都合のいい時間に来場してください。

講地域おこし協力隊　笠井雛乃　隊員
申不要　¥無料
他一人ずつ相談を受けるため、お待ちいただく場合があります。ご了承ください。

［スケジュール］

11月11日㈫	マナボーテ村上	午後１時～４時
11月14日㈮	荒川地区公民館	
11月18日㈫	神林農村環境改善センター	
11月25日㈫	朝日地区公民館	
11月26日㈬	マナボーテ村上	
11月28日㈮	さんぽく会館	

図書館へ行こう!

新着図書情報

◆ナモナキ生活はつづく（寺地はるな）集英社
◆わたしのbe（佐藤いつ子）KADOKAWA

このほかの新着図書や図書館の情報は右の二次元コードから図書館ホームページへ！

ホームページ

司書のおすすめ

◆ゆれる日本語、それでもゆるがない日本語
（塩田雄大/著、世界文化社）

　「卵焼き」と「玉子焼き」正しいのは？読み方や使い方などが定まらない「ゆれ」る日本語の多様性を、NHK調査データから考える新感覚エッセイ。

紹介者
図書館司書○

読み聞かせ

中央図書館（午前11時～）
１日㈯、８日㈯、11日㈫、15日㈯、18日㈫、22日㈯、29日㈯

荒川図書室（午前10時～）
23日（日・祝）

中央図書館今月の休館日

４日㈫、10日㈪、14日㈮、17日㈪、25日㈫

11月の各種相談　※日程は祝日を除く

県弁護士会法律相談（要予約）
時火曜日午前10時15分～午後０時45分
問新潟県弁護士会（☎025－222－5533）
　または福祉課総合相談室（☎75－8941）

県弁護士会交通事故相談（要予約）
時火曜日午後１時45分～４時15分
問新潟県弁護士会（☎025－222－5533）

出張年金相談（要予約）
時12日㈬・26日㈬午前10時～午後３時
問新発田年金事務所（☎0254－23－2128）

　心配ごと相談の日程については、社協むらかみ（偶数月発行）をご覧いただくか、お問い合わせください。
問社会福祉協議会生活支援課（☎62－7756）

▶動画あり …ニュース番組として市ホームページで動画を配信中

9/13 地域を愛する心を育てる
青空教室（金屋小学校）

　青空教室は、清流「荒川」でのさまざまな体験を通して「地域を愛する気持ち」を育むために金屋小学校が毎年実施している体験活動です。当日はあいにくの雨だったため、校内で開催されましたが、保護者や地域ボランティア、関係機関の協力のもと、荒川の水生生物や石を観察しました。
　また、昼食では鮎の塩焼きやおにぎりなどを皆さんで味わい、自然と触れ合う時間を思う存分楽しみました。

▲荒川にある石の話しを聞く児童

9/17 災害を忘れない
小岩内災害学習（小岩内集落公会堂）

▲災害の話を真剣に聞く児童たち

　平林小学校の５年生が、総合学習の一環で令和４年８月の大雨災害を経験した集落の方からの話を聞き、今後の有事の際に活かすことを目的に開催。
　災害当時の状況を描いた絵本「小岩内のきせき」を使い、公会堂に一度は避難しましたが、昭和42年の羽越水害の経験から公会堂では危険だと判断し、高台に二次避難をしたことが奇跡の避難につながったと説明していました。
　集落の方から話を聞いた児童は「今後、災害が発生しそうな時は今日聞いた話を活かしたいです」と話していました。

9/19 しな布に詳しくなろう
羽越しな布教育授業（さんぽく小学校）

　山熊田集落、雷集落で生産され、国指定伝統的工芸品にも指定されている「羽越しな布」を知ってもらうため、地域おこし協力隊と集落支援員が講師となり、さんぽく小学校の４年生を対象に教育授業が行われました。
　しな布がしなの木の皮から作られていることや皮を糸にするまでの工程に時間がかかることを知った児童からは、将来、しな布生産の仕事に就きたいなどの声も聞こえ、子どもたちの心に残る授業となりました。

▲支援員と協力隊が講師を務めました

10/3 袋で育てたサツマイモ
サツマイモ掘り（朝日みどり小学校）

▲大きなサツマイモが収穫できてみんな一安心

　朝日みどり小学校では畑や花壇などで野菜を栽培していましたが、最近は動物による被害があり、屋外で作ることが難しくなってきました。今年は、獣害対策として、中庭で袋を使ってサツマイモを栽培。無事に収穫時期を迎え、学校ボランティアの方にも参加してもらい収穫しました。
　大きなサツマイモを収穫した児童は、「来週の焼き芋が楽しみ」と嬉しそうに話していました。

食推おすすめレシピ

村上市食生活改善推進委員（略して食推）は「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、市内で食に関する活動をしています。

≪調理≫村上市食生活改善推進委員　問保健医療課健康サポート室（☎53－3364）

地元食材を利用して適塩でバランスよく食べよう

1日当たりの塩分摂取量の目標値
男性7.5g未満　女性6.5g未満

カブの和風ポタージュ

カブは生のまますりおろして入れても作れます。

〈材料4人分〉

カブ…3個　カブの葉…少々　玉ねぎ…1/4個　ベーコン…30g
バター…15g　だし汁…300cc　みそ…小さじ2　豆乳…150cc
こしょう…少々

〈作り方〉

①カブは洗って皮をむいて茹で、だし汁と一緒にミキサーにかける。
②カブの葉も茹でて、飾り用に細かく刻む。
③玉ねぎはみじん切りにして、ベーコンはせん切りにする。
④鍋にバターを温め、③を弱火で炒める。玉ねぎが透き通ってきたら、①を入れてアクをとる。
⑤④に豆乳を入れて、温まったらみそを溶き入れる。
⑥器に盛りつけて、カブの葉をちらし、こしょうをかけて完成。

栄養価（1人分）

エネルギー99kcal　たんぱく質3.7g　脂質7.0g　炭水化物6.6g　食塩相当量0.7g
ポイント：カブにはカリウム、ビタミンC、葉っぱにはカルシウムが豊富なので、まるごと上手に使って栄養を取りましょう。

ここで働く

市内企業で働くことを選んだ方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。

渡辺（わたなべ）　春菜（はるな）さん

入職して今年で5年目になります。母が介護の仕事をしており、「介護の仕事はなくならない」と話していたことがきっかけで資格を取得しました。知人から今の職場を紹介され、現在は訪問介護を担当しています。子どもが小さいため時短勤務をしていますが、シフトの希望にも柔軟に対応していただき、とても感謝しています。

介護は技術だけでなく、コミュニケーションも大切な仕事です。一人一人に個性があり、接し方を工夫しながら日々学んでいます。「ありがとう」と笑顔で喜んでいただけることが、仕事を続ける大きな励みになっています。失敗もありますが、それも学びの一つと捉え、気持ちを切り替えて前向きに取り組むようにしています。

介護は人と人をつなぎ、地域で暮らす方々を支える大切な仕事です。大変なこともありますが、先輩のアドバイスを受けながら充実した毎日を過ごしています。介護に少しでも興味のある方は、ぜひ一歩踏み出してみてください。

■人事担当者から一言

徳洲会グループは「生命だけは平等だ」の理念の下、誰もが最善の医療を受けられる社会を目指しています。20代から70代まで幅広い世代が活躍し、仕事と生活を両立できる職場です。私たちと共に地域医療を支える仲間になりませんか。お気軽にお問い合わせください。

徳洲会グループ
医療法人徳新会山北徳新会病院
住　　所　勝木1340-1（☎60-5555）
設　　立　平成10年2月
従業員数　190人（令和7年9月現在）
主な事業内容　医療・介護

※9月11日から10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

おたんじょう

（出生児）	（届出者）	（行政区または住所）
■村上地域		
愛羽（おとは）	小野　流我	塩町
旺祐（おうすけ）	貝沼　拓典	瀬波中町
瑠梨（るり）	大滝　佑	緑町五丁目
澪梨（みおり）	高橋　優	飯野三丁目
凪稀（なぎ）	佐藤　聡太	仲間町
■荒川地域		
公晴（こうせい）	渡邊　大貴	佐々木
心花（このか）	松田　雄太郎	荒川松山
■神林地域		
詩葉（うたは）	加藤　徳晃	下助渕
■山北地域		
大賀（たいが）	佐野　大和	笹川

おくやみ

（氏名）	（年齢）	（行政区または住所）
■村上地域		
鈴木　正子	91	山居町二丁目
奥村　千鶴子	86	肴町
藤島　昇	85	坪根
鷹野　悦子	90	松原町一丁目
土田　丞	88	飯野二丁目
岩倉　トミヨ	87	岩船縦新町
片野　良	103	吉浦
中村　ヒデ	98	八日市
稲葉　正弘	78	山居町一丁目
田代　英夫	78	羽黒町
本間　榮子	90	滝の前
清水　ヨキ	93	若葉町
細野　壽一	86	羽下ケ渕
阿部　喜廣	93	新町
渡邊　一枝	86	岩船中新町
瀬賀　龍夫	85	岩船新田町
佐藤　吉也	86	緑町二丁目
髙橋　惠子	85	新町
加藤　正	71	大欠
成田　正	71	仲間町
太田　紀子	85	山居町二丁目
小林　イセ	90	堀片
■荒川地域		
佐藤　ツヤ	93	坂町
小島　タエ子	84	野口
川村　義雄	82	金屋
奈良橋　なつ子	76	坂町
小島　光子	81	山口
小林　澄子	80	大津
室本　勇次	89	荒屋
田中　一美	79	大津
磯部　靖代	84	下鍛冶屋
駒沢　キヌ	89	藤沢
■神林地域		
田村　静江	97	平林
鈴木　ノブ子	93	牛屋
細野　キヨ	80	九日市
佐藤　栄一	75	松沢
佐藤　衛	81	桃川
稲田　ヨキ	98	宿田
齋藤　チイ	89	山屋
宇鉄　菊廣	88	北大平
■山北地域		
板垣　フヨ	91	大毎
板垣　繁	96	大毎
東海林　巳三雄	92	中継
板垣　チヨミ	89	朴平
富樫　二治	89	板屋沢
五十嵐　好巳	92	中継
齋藤　武	68	下大蔵
渡邊　マツ子	92	今川
渡邊　ムツ	109	大毎
板垣　シン子	92	碁石
■朝日地域		
菅井　光	97	板屋越
太田　正行	87	檜原
貝沼　恒夫	88	関口
石田　恒子	96	古渡路
中山　利太	87	大須戸
佐藤　雅明	57	古渡路
本間　金廣	81	岩崩
八藤後　チユ	98	古渡路
小田　均	78	関口
小池　秋雄	74	塩野町
板垣　千代子	70	中原
磯部　陽子	55	小川
遠山　フクイ	101	高根
佐藤　コウ	92	古渡路
貝沼　ヤス	93	熊登

人口と世帯数

（10月1日現在）

人　口	52,493人（－85）
男	25,222人（－39）
女	27,271人（－46）
世帯数	22,047世帯（－24）

※（　　）は前月比

市報むらかみ
2025 11 No.212

むらかみ SMILE

冨樫樂くん　R6.8.17生
（杉原）

八藤後夢生くん（右）　R2.1.16生
羽瑠生ちゃん（左）　R6.12.30生
（上助渕）

小田妃依莉ちゃん（右）　H31.1.29生
妃奈乃ちゃん（左）　R3.11.6生
（塩野町）

板垣依茉ちゃん　R7.1.27生
（松原町四丁目）

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お子さんの性別
⑤保護者氏名 ⑥電話番号
⑦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

むらかみの話題 ワンモアショット！

10/5 自然にやさしく 人にやさしく
環境フェスタ村上2025（神林農村環境改善センター）

村上市の豊かな自然環境を次世代に引き継ぐために開催している「環境フェスタ村上」。

市内で環境保全活動に取り組む団体が実行委員会を組織し、「自然にやさしく 人にやさしく」をテーマに環境について楽しみながら学べるイベントを開催しました。

当日は、小雨がちらつく中での開催となりましたが、親子連れを中心に多くの来場者があり、スタンプラリー形式で会場を巡りながら展示や体験を通して楽しく「環境」について学びました。

こんげつのキッズモデル

今月は岩船保育園のこの2人

そうせいくん
好物 リンゴ、オレンジ
夢 工事現場で働く人

しずくちゃん
好物 リンゴ、ブドウ
夢 保育園の先生

編集後記

▶つい先日まで猛暑に見舞われていた気がしましたが、急に朝晩の寒さが冬の訪れを感じる季節となりました。11月といえば、世間ではポッキーの日（11月11日）が有名ですが、村上市であれば鮭の日ですね。その他にも、ブラックフライデーや10月から開催している「どんぶり合戦秋・冬編」など、楽しみがいっぱいの季節です。皆さんも普段頑張っているご自身へのご褒美として、旬のどんぶり、いかがですか？（熊倉）

電子申請　X　LINE　Facebook　YouTube　Instagram

編集・発行 村上市企画戦略課 新潟県村上市三之町1番1号
☎0254(75)8225 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
印刷 村上印刷株式会社
●本紙掲載記事の無断転載を禁じます。
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。