

市報

あふれる笑顔のまち村上

Public  
Relations  
Murakami

# むらかみ

May 2026

5月  
No. 218

## 主な内容

- ② 注意報・警報が新しくなります/5月は水防月間
- ④ ひきこもりで悩みを抱える方へ
- ⑥ 経済センサスー活動調査を実施しています
- ⑦ 成年後見制度と市民後見人
- ⑰ むらかみの話題

潮風・ふれあい・さわやかRUN  
第38回笹川流れマラソン大会



・市では、警報や注意報、河川水位情報などをもとに、避難が必要な地域に、

レベル3 高齢者等避難

レベル4 避難指示

レベル5 緊急安全確保

などの避難情報を発令します。

避難情報が発令された場合は、すみやかに避難の行動をしてください。

ポイントは  
色と数字

## 高潮

レベル5  
氾濫特別警報

！危険な場所

レベル4  
氾濫危険警報

・海岸沿いの  
低いところ

レベル3  
氾濫警報

・台風や発達した低気圧が近づくと、海水面が上がります。

レベル2  
氾濫注意報

・広い範囲で海水に浸かるなど、大きな影響があります。

## 河川氾濫

レベル5  
氾濫特別警報

！危険な場所

レベル4  
氾濫危険警報

・一級河川荒川の  
周辺  
・堤防近く

レベル3  
氾濫警報

・河川氾濫の注意報、警報や危険警報は、洪水予報河川のみ発表されます。**市内では、一級河川荒川のみが対象**となります。

レベル2  
氾濫注意報

## 土砂災害

レベル5  
土砂災害特別警報

！危険な場所

レベル4  
土砂災害危険警報

・崖のそば  
・急傾斜地のそば  
・溪流沿いなど

レベル3  
土砂災害警報

土砂災害は、「土石流」「崖崩れ」「地すべり」など、斜面に近い所でおきます。発生すると大きな被害になります。

レベル2  
土砂災害注意報

・土砂災害は急に発生することもありますので、**悪化するのを待たずに、早めの避難**を心がけましょう。  
・避難が難しい時には、建物の高い所（2階など）で、崖から遠い所にいるなど、命を守る行動をしましょう。

## 大雨

レベル5  
大雨特別警報

！危険な場所

レベル4  
大雨危険警報

・平地や市街地  
・水はけの悪い場所  
・中小河川  
・用水路など

レベル3  
大雨警報

・雨が降り続いたり、ゲリラ豪雨のような猛烈な雨が降ると、雨の行き場がなくなります。

レベル2  
大雨注意報

・道路や低い土地が水につかったり、用水路や小さい川があふれたりします。  
・一級河川荒川以外の河川では、氾濫警報などではなく、**大雨の警報**として発表されます。

## 5月は「水防月間」です。大雨災害への備えや雨水対策を!

気温が上がり、雨の量が増える5月は、水防月間です。近年、大雨による大規模な自然災害が増えています。家庭でできる雨水対策に取り組んだり、自宅周りの側溝や排水溝を掃除しておいたり、身の回りの災害リスクを確認するなど、地域や家庭、個人で大雨に備えましょう。



### 家庭でできる浸水防止対策の一例



【水のうづくり】  
ゴミ袋（45リットル）を二重にし、中に半分くらいの水を入れます。



【止水板の設置】  
水のうと長めの板や止水板などを組み合わせて浸水を防ぎます。

### 【雨水貯留槽・浸透ますの設置、交換に使える補助金】

雨水貯留槽（雨水タンク）は、屋根に降った雨などを貯水槽にためることで、雨水が川や水路に流れ出すのを一時的に抑えます。たまった水は、庭木への散水や洗車など日常的にも使えるとともに、災害時には緊急用の水としても利用できます。

雨水貯留槽や地下浸透ますの設置や交換には、「村上市未来に向けた住まいづくり推進事業補助金」が利用できます。詳しくは、市のホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

問 地域経済振興課経済振興室（☎75-8942）

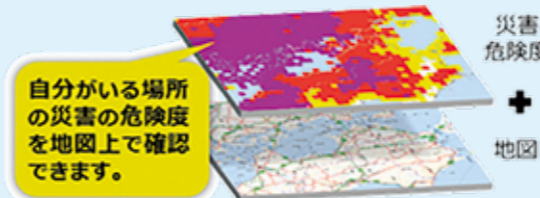


### キキクル（危険度分布）

・キキクルは、地図上で危険な状況が色分けで分かるページです。気象警報などとあわせて確認し、避難タイミングの参考にしてください。



キキクル



自分がいる場所の災害の危険度を地図上で確認できます。

### 避難は「難」を「避ける」こと

・避難所に行くだけが避難ではありません。  
◇安全な場所にある親戚や知り合いの家へ避難  
◇災害の発生していない、しにくい地域に移動  
◇どうしても逃げられなければ、一番安全な場所  
・各家庭で大雨や地震の時など、どう行動をするかあらかじめ話し合っておきましょう。



5月29日から

## 注意報・警報が新しくなります

問 総務課危機管理室（☎53-3365）

気象庁が発表する**注意報**や**警報**。新たに「**危険警報**」ができるなど、運用が大きく変わります。ご自分のいる場所は、どんな危険があり、どの情報が重要か、確認しておきましょう。

## 生活のこと 家計のこと 仕事のこと でお悩みの方、ひとりで悩まず まずは相談してください

### 生活困窮者自立支援相談窓口のご案内

生活困窮者自立支援制度は、経済的な困窮や生活上の課題（住まい、仕事、家計など）を抱える人へ、包括的な相談体制にて自立に向けた支援を行う制度です。生活保護に至る前の「早期の相談」と「包括的な支援」を目的とし、平成27年から施行されています。

家計のやりくりに困っている  
仕事が長続きしない、決まらない  
社会に出るのが不安  
働く一歩が踏み出せない  
就職活動を何から始めれば良いかわからない・・・



家賃が払えず住む家がなくなりそう  
働いているのに生活が苦しくて悩んでいる  
誰に相談していいのかわからない  
借金がいくらあるかわからない  
借金の返済に追われて生活が大変・・・

### 事業内容

- 自立相談支援事業  
経済的な困窮や生活上の悩みを抱える人へ、訪問支援（アウトリーチ）も含め、専門の相談員がワンストップで相談に応じ、一人一人の状況に応じ支援計画を作成、解決に向けた包括的な支援を行います。
- 家計改善支援事業  
家計に問題を抱える人からの相談に応じ、家計状況を「見える化」し、家計再生の計画や家計に関する個別プランを作成、家計管理の意欲を引き出す取り組みを行います。また、滞納の解消や各種制度の利用に向けた支援や債務整理に関する支援を行います。
- 住居確保給付金  
就業機会などの減少により経済的に困窮し、住居を喪失または住居を喪失するおそれがある人へ家賃の補助や、家計改善のために家賃が安い住宅に転居する必要がある人へ転居費用の補助を行います。
- 子どもの学習支援事業  
生活保護利用世帯を含む困窮世帯の子ども・若年層を対象に、学習支援員による学習支援を行います。
- 就労準備支援事業  
生活リズムが崩れている、社会との関わりに不安がある、就労意欲が低下しているなどの理由により、すぐに就労することが困難な人に就労へ向けた準備として基礎能力の形成支援を行います。

●お問い合わせ 生活支援センターむらかみ ☎62-7756  
下相川316-2（村上市社会福祉協議会）

電話・来所・訪問など各種面談方法に応じています  
秘密厳守・相談無料  
時間：月～金曜日 午前9時～午後4時（祝日・年末年始を除く）

## 生活保護の申請は、国民の権利です

### 生活保護とは

生活に困窮する人の最低限度の生活を保障するとともに自立を支援する制度です。「自立」とは、就労による経済的自立のみならず、それぞれの能力や抱える問題などに応じて自立した日常生活を送ることや、社会的なつながりを回復・維持するなど社会生活における自立が含まれます。



生活保護を必要とする可能性はどなたにもあります。お困りの場合は、ためらわずに相談してください。

- 給付の種類** 生活扶助（食費や被服費、光熱水費など）、住宅扶助（アパートの家賃など）、教育扶助（義務教育に必要な学用品など）医療扶助（医療サービスの費用）、介護扶助（介護サービスの費用）、生業扶助（高校就学、就労に必要な費用） など
- 資産について** 利用する資産を活用することは保護の要件ですが、居住用の持ち家については保有が認められる場合があります。自動車については、通勤・通院用、求職活動用などとしての使用や処分の保留を認める場合がありますので相談してください。
- 扶養照会について** 親族からDVや虐待を受けていて居場所を知られると危険な場合や、著しく関係が悪く、扶養が期待できない場合には、扶養照会を行わないことがありますので相談してください。

### 相談・申請窓口

福祉課福祉政策室  
場所：市役所1階101番①窓口 電話：75-8938

## 「ひきこもり」で悩みを抱える方へ

岡福祉課総合相談室（☎75-8941）



令和4年度の内閣府の調査で、いわゆるひきこもりの人は全国で推計146万人（50人に1人）という結果がでました。誰にでも、どの家庭にも起こりうることで、決して特別なことではありません。ひきこもりの状態は、自分に向き合うことでゼロになったエネルギーを回復させる「心の充電期間」と言われています。しっかり充電することで心が安定し、気力と体力が湧いてきます。

ひきこもりに至るまでの要因や背景は人それぞれです。家から一歩も外に出ることができない人や近所のコンビニなら行ける人、10代の思春期の人から中高年の人まで、実態もさまざまです。精神的疾病が原因となっている場合は医療の力が必要です。本人や家族だけで抱え込まずに相談してください。



### 相談は無料です。秘密は固く守られます

「知人に知られるのが心配で相談できない」「内容的に他人に相談しづらい」という場合でも安心してください。事前に連絡をいただければ、個室にて面談いたします。

### 本庁以外での相談も可能です

各支所での面談、自宅への訪問、お近くの施設や公民館での面談など、相談者の希望に合わせて対応を検討します。面談場所に希望がある際には、その旨お伝えください。

### ご家族の方へ

家族は、ひきこもりで苦しんでいる本人にとって、一番身近な存在です。家族が一歩踏み出して相談することは、大きな一歩となります。本人をどのように支えていくか、一緒に考えていきましょう。

### あなたのペースを大切にします

無理矢理外へ連れ出そうとしたり、本人の意思を無視して就職に繋げようとするのは絶対にしません。不安なことや好きなことなど、まずはあなたの気持ちを聞かせてください。希望の実現に向けて支援します。

## お気軽にお声かけください

### 村上市福祉課総合相談室

場所：市役所1階101番③窓口  
電話：75-8941  
時間：月～金曜日 午前8時30分～午後5時  
（祝日・年末年始を除く）



相談予約フォーム（メール）では24時間受付しています！  
※返信に数日お時間をいただくことがあります



いしじま

体を動かすことが好きで、市民マラソンやトライアスロンに参加しています！自宅でロードバイクをこぎながら映画やアニメを見るのが日課です。



わたなべ

昨年の夏に海岸で子猫を保護しました。サビ柄のかわいい女の子です。猫好きの方、ぜひ猫トークをしましょう！



ふなやま

ボードゲームが好きで、ついいろいろ買ってしまいます。アニメや漫画も好きです。おすすめがあればぜひ教えてください！

### 地域のサポートや居場所のご紹介

#### 伴走支援センターみかん

ひきこもり状態に悩んでいるご本人やご家族を対象に、自宅への訪問相談を行っています。来所での相談も可能です。  
場所：田端町13番35号（1階）  
電話：62-7632  
時間：月～金曜日 午前9時15分～午後6時  
（祝日・年末年始除く）

ホームページ



#### みんなのつどうばしょ（通称：みつば）

生きづらさを抱えている人同士が自由な雰囲気の中で、心に抱えている思いを語り合えるサロンです。誰かとおしゃべりをしたり、お茶を飲みながらほっと一息ついたり…“誰が来てもいい場所”です。  
場所：田端町3番18号（村上桜ヶ丘高等学校同窓会館）  
時間：水・土曜日 午前9時30分～午後3時30分  
利用料：100円（1回） ※1カ月の上限額500円  
問い合わせ先：社会福祉協議会地域福祉課（☎62-7757）

# 成年後見制度と市民後見人

閩介護高齢課包括支援センター (☎75-8937)

ホームページ



「成年後見制度」は、認知症や知的障がい、精神障がいなどにより、1人で決めることが不安な人へ、本人の意思を尊重し、いろいろな契約や手続きを支援する仕組みで、令和7年7月1日現在、市内では122人が利用しています。

## ■制度を取り巻く現状

令和7年度に行った「成年後見制度実態調査」では、市内の介護保険事業所や障がい福祉施設などを利用している3,671人のうち、財産管理などを理由に制度利用が今後必要と思われる状況にある人が869人、その中で身寄りがない、もしくは頼れる親族がおらず、第三者の支援が必要な人が73人と結果が出ました。

この調査は、介護などのサービスを利用している人を対象に行い、在宅で生活している人を合わせると、制度の利用が必要と思われる人はさらに増えると見込まれています。

## ■必要とする人のもとへ

成年後見制度の利用が必要と想定されている中で、市内の弁護士などの専門職が、全ての人を支援することはできませんので市では、「地域の身近な支援者」として活躍する市民後見人の養成に取り組んでいます。

市民後見人は、弁護士や司法書士などの資格を持たず、親族以外の市民による成年後見人などのことをいいます。養成研修を受講し、必要な知識や技術、社会規範、倫理性を身に付け、家庭裁判所からの選任を受けたのち、市民後見人としての活動が始まります。

令和2年度から開催している養成講座では、30人の修了生が誕生しました。現在は、社会福祉協議会の日常生活自立支援事業における生活支援員や法人後見支援員として、経験を積みながら、市民後見人としての活動に向けて準備を進めています。

認知症のある人も、障がいのある人も、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるように、そして制度を必要とする人のもとに届くように、身近な地域で支援してくれる方が必要です。

地域の身近な伴走者、市民後見人を一緒に目指してみませんか。



## 市民後見人養成講座を開催します

- と き 令和8年7月～令和9年1月の12日間  
※実地研修2日間を含む
- ところ 村上農村環境改善センター
- 対 象 ①～⑥の全てに該当する人  
①25歳～75歳で市内に在住の人  
②弁護士や司法書士、税理士、行政書士の資格を有しない人  
③社会福祉士の資格を有し、ぱあとなあ新潟に所属していない人  
④市民後見活動に熱意と理解がある人  
⑤原則、全ての講座に参加可能な人  
⑥反社会勢力に属していない人
- 参加費 無料 ※テキスト代7,700円が必要です
- 申し込み 事前説明会で配布する受講申込書とレポートに必要事項を記入の上、5月26日(火)までに社会福祉協議会へ申し込んでください。
- 問い合わせ 社会福祉協議会生活支援課 (☎62-7756)

## 事前説明会を開催します

市民後見人養成講座の受講を希望する人は、事前説明会への参加が必要です。

- 日 時 5月7日(木)  
午後2時～3時
- 会 場 村上農村環境改善センター
- 参加費 無料
- 申し込み・問い合わせ  
社会福祉協議会生活支援課  
(☎62-7756)



# 経済センサスー活動調査を実施しています

閩総務課情報管理室 (☎53-3367)

経済の  
国勢調査

総務省と経済産業省は6月1日を基準日として、「令和8年経済センサス-活動調査」を実施します。全国全ての事業所や企業が対象です。国から4月に郵送された回答書類(緑色の封筒)でインターネット回答をいただいておりますが、5月中旬から、インターネット未回答の事業所、新たに把握した事業所には、調査員が調査票記入のお願いに伺いますので、ご協力をお願いします。

## 経済センサスとは？

同一時点での国内の全ての産業分野における事業所や企業の経済活動の状況を全国的・地域別に明らかにすることを目的として、国が行う調査の中でも特に重要かつ大規模な統計調査です。調査の結果は、国や地方公共団体における行政施策の立案や、民間企業における経営計画の策定など、社会経済の発展を支える基礎資料として広く活用されています。

## どんなことを調査するの？

事業所の名称や所在地といった基本的な情報のほか、従業者数、主たる事業内容、年間の売上額、費用総額、費用項目などの経理項目を調査します。

## 情報は保護されるの？

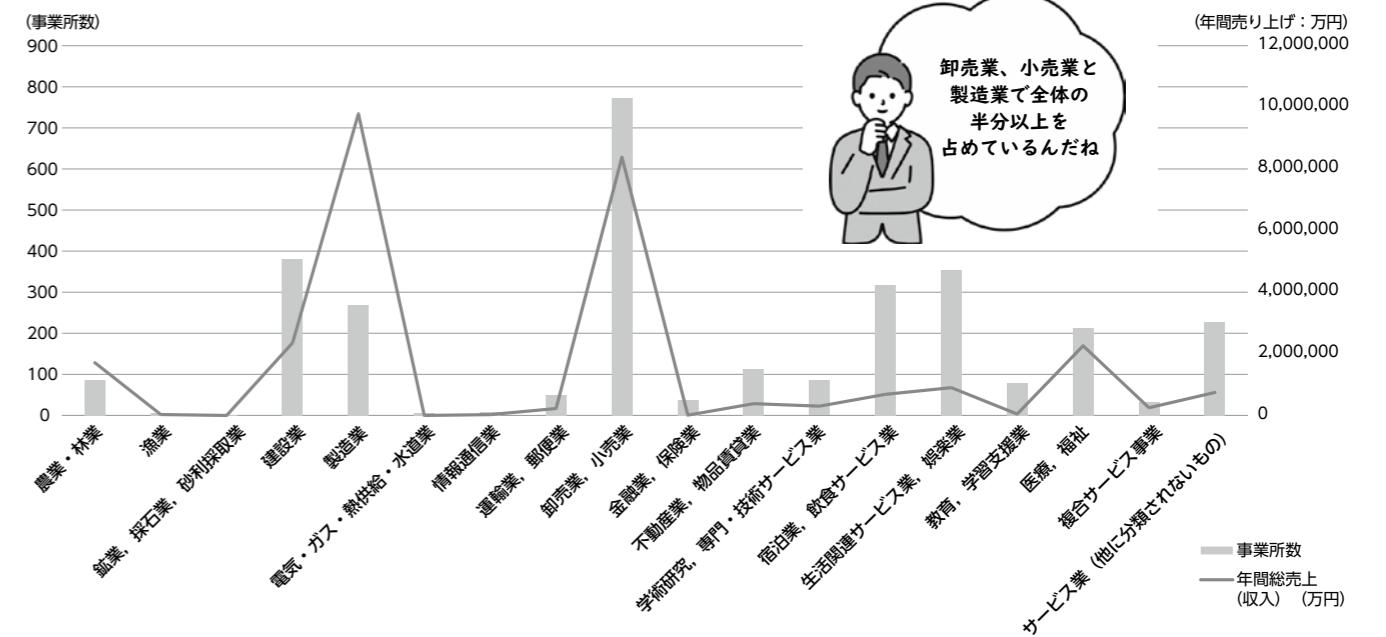
「統計法」に基づき実施されるため、調査票に記入した内容は統計の目的以外に使用することは禁じられ、調査票の情報は厳重に保護されます。また、基幹統計調査を受ける事業所や企業には調査に回答する義務(報告義務)を、調査を実施する関係者には調査によって知ったことを他に漏らしてはならない義務(守秘義務)を、それぞれ規定しています。

調査員は「顔写真入りの調査員証」や調査用の「下敷き」、「手提げ袋」を携帯しています。



回答はインターネットがおすすめです。 <https://www.e-census2026.go.jp/> 経済センサス2026 検索

## 【令和3年経済センサスー活動調査結果より】(事業所数・年間総売上グラフ)



市報を音読した音声データを村上市ホームページで公開しています。文字を読むことが困難な視覚に障がいのある方や外国出身の方などは、ぜひご利用ください。



# 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  
 F FAX ✉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**  
**6月1日(月)**  
 ・軽自動車税 全期  
 便利で納め忘れのない口座振替をおすすめします



**荒川総合体育館の利用を再開します**

5月1日(金)から、荒川総合体育館の利用を再開します。なお、8月中旬まで、武道場棟は外部工事を実施しています。工事の状況により、武道場棟の利用を一時制限する場合があります。ご理解のほどよろしくお願い致します。

**■生涯学習課スポーツ推進室**  
 (☎53・5122)

**村上市火葬場整備基本計画(案) 市民説明会**

令和12年度供用開始予定の村上市火葬場の整備基本計画について説明します。  
**【第1回】**

時5月20日(水)午後7時～  
 場村上農村環 改善センター  
**【第2回】**  
 時5月22日(金)午後7時～  
 場村上教育情報センター  
 問環 課生活環 室(☎75・8932)

**新しい民生委員・児童委員が決まりました(2月1日付)**

●担当区域・氏名(住所地)  
**【村上地域】**  
 大町、寺町  
 阿部聡 氏(大町)  
 瀨波上町  
 本間吉三 氏(瀨波上町)  
 浜新田、松山、三面、松山かみの  
 菅原実雄 氏(松山)  
**【荒川地区】**  
 前坪団地、藤沢(学校町)  
 三浦悦夫 氏(前坪団地)  
**【神林地域】**  
 葛籠山、平林の一部  
 杉上春雄 氏(葛籠山)  
 福田、赤松  
 田中繁喜 氏(福田)  
 問福祉課総合相談室  
 (☎75・8941)

**新潟県警察防犯アプリ「にいがたポリス」を利用してください**  
 新潟県内の犯罪発生情報や防犯情報などをお届けするほか、

防犯ブザー機能、ちかん対策機能など安全安心に役立つ便利な機能が盛りだくさんです。  
 問村上警察署  
 (☎52・0110) ホームページ

**自動車税の納期限は6月1日(月)です**  
 スマートフォン決済アプリやクレジットカード、インターネットバンキングなどを利用した納付が可能です。また、金融機関窓口やコンビニエンスストアのほか、地域振興局県税部の窓口でも納付できます。対応可能な金融機関や納付方法は、新潟県ホームページを確認してください。  
 納期限までに必ず納付しましょう。

**第1種狩猟免許取得費用の補助金を拡大します**  
 令和8年度中に取得した第1種の狩猟免許取得に係る経費、銃所持に係る経費、狩猟者登録に係る経費  
 補助額 上限10万8千円  
 他事前に①予約書、②有害鳥獣捕獲 力承諾書を提出してく

**外来生物に注意しましょう**  
 外来生物は、もともと生息・生育していなかった地域に、人間の活動によって意図的、非意図的に持ち込まれた生物で、在来生物の生態系や農林水産業、人の生命・身体に悪影響を及ぼす恐れがあります。外来生物による被害を防ぐために、適切な対応をお願いします。

**外来種予防三原則** 外来種を非分布域へ「入れない」、外来種を「捨てない」、外来種を他地域に「拡げない」ための対応が重要です。  
 外来生物の例 アライグマ、ヒアリ、セアカゴケグモ、オオキンケイギク、ブタナなど  
 問環 課生活環 室  
 (☎75・8932) ホームページ

**5月31日は世界禁煙デー**  
**5月31日～6月6日は禁煙週間**  
 健康増進法により、職場や飲食店、駅など多くの施設は原則屋内禁煙です。特に学校や医療

健康増進法により、職場や飲食店、駅など多くの施設は原則屋内禁煙です。特に学校や医療

**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。  
**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)

**松くい虫防除作業を実施します**  
 5月下旬から6月中旬にかけて海岸付近の松林を中心に松くい虫防除作業を行います。作業は早朝から行いますが、通勤や通学、近隣住民の皆さんの生活に支障が出ないよう細心の注意を払います。なお、安全管理上、周辺道路の一部を一時的に通行止めしますので、ご協力をお願いします。

問申農業政策推進課  
 農業振興室  
 (☎53・3369) ホームページ

**「警察署協議会」をいっしょにしようか**  
 警察署協議会は、警察署長の諮問に応じ、地域住民の代表が治安活動について意見や要望を伝える場です。防犯パトロールの強化や特殊詐欺対策、交通安全など、地域の実情に合わせた警察運営を実現するために重要な役割を担っています。  
 警察との「架け橋」として、皆さんの声を直接届けることで、より安心できるまちづくりを支

※作業当日は松林内への立ち入りはできません  
 問林業水産創造課林業水産振興室 (☎53・3368)  
**いっしょに誰でも通園制度(乳児等通園支援事業)を利用してください**  
 保護者の就労状況に関わらず、時間単位で柔軟に利用できる制度で、保育園などに通っていないお子さんへ保育園で過ごす機会を提供します。  
 問0歳6カ月～満3歳未満の子どもで月10時間まで利用できます。  
 ※事前手続きが必要です  
 問申こども課子育て保育室  
 (☎53・3362) ホームページ

**弓道教室**  
 時5月12日(火)～6月25日(木)の毎週火・木曜日  
 昼の部 午前10時～11時15分  
 夜の部 午後7時30分～8時30分  
 場村上弓道場  
 対市内在住在勤在学の高中生以上の初心者  
 定昼の部5人、夜の部10人(抽選)  
 ¥2000円(資料代など)  
 他動きやすい服装で参加してください。また、弓具は当会で用意します。詳しくは村上藤弓会ホームページから「教室案内」をご覧ください。  
 問申5月9日(土)までに村上藤弓会(山本 ☎52・4364)

**講座・教室**  
 機関、行政機関などは敷地内禁煙とされています。喫煙者や施設管理者には受動喫煙を防ぐ配慮が求められ、20歳未満は喫煙場所に立ち入れません。みんなで思いやりを持ち、望まない受動喫煙を防ぎましょう。  
 問村上保健所地域保健課  
 (☎53・8960)

ダスキン専用 **ペットモップ**  
 2週間無料おためし  
 お気軽にお問合せください  
 〒959-3425 村上市山田 35-8  
 ダスキン村上南支店  
 ☎0254-66-7717  
 ホコリ・抜け毛 猫砂をしっかりとり

他社ローンの見直しで 毎月の使えるお金が増えるかも!?  
 いろいろなローンの見直し・借換えに対応!  
 住宅ローン マイカーローン フリーローン etc.  
 教育ローン カードローンやキャッシング  
 キャンセルOK! / ネットカンタン申込はこちら▶  
 ろうきん村上支店 Tel.0254-52-1251

家族葬専門式場「ここだけの家族葬 やえ」  
 (村上郵便局前)  
 「やえ」は「八縁」と書き、無限のご縁をつなぎ、大切な方を見送るための場です。数名から30名程度の参列に最適で、安心明朗なセットプランを提供させていただきます。  
 株式会社 有体屋  
 村上市上助洞1777-4  
 村上市田端町5番2号 TEL (0254) 75-8081 TEL (0254) 52-1101

MURAKAMI OKADA CLINIC  
 内科・循環器内科  
**村上おかだクリニック**  

診療時間	月	火	水	木	金	土	日/祝
8:30~12:00	●	●	●	●	●	-	-
14:00~17:30	●	●	●	●	●	-	-

 村上市大町3-25-2 TEL 0254-75-6150

### 募集

#### ながらパトロール隊募集

ウォーキングや買い物、散歩をしながら子どもたちの登下校を見守りませんか。

【対】市内に在住、通勤、通学する18歳以上の者

【申】申込書は、市民課または各支所地域振興課の窓口、市ホームページから取得できます。

【問】市民課生活人権室  
(☎53・3363)  
または各支所地域振興課市民生活室  
ホームページ



#### 種川水中生物探検隊員を募集します

【時】6月13日(出)  
①午前9時30分～正午  
②午後1時30分～4時

①か②を選んでください。

【場】種川

【講】日本自然保護会 自然観察員 富樫繁春 氏

【対】小学生 ※3年生以下は保護者同伴で参加してください

【定】1枠40人(抽選)

【料】500円

【持】タオル、水筒、記用具など

【他】天候などにより、中止する場合があります。

#### 村上市花火大会前夜祭(民謡流し)の参加団体募集

【時】8月7日(金)午後7時～9時  
【場】坂町駅 駅前通り

【問】6月30日(火)までに村上市花火大会実行委員会事務局(荒川支所産業建設課  
産業建設室内 ☎62・3105)  
電子申請



#### もよおし

#### 日本国山開きイベント

【時】5月5日(火・祝)

【場】日本国登山口周辺

【内】午前9時～安全祈願祭  
午前9時30分～特産品販売  
午後0時30分～日本国大鼓披露

【他】駐車場が少ないので、来場の際には乗り合いでお越しください。

【問】日本国を愛する会(小島 ☎90・2338・7171)

#### 新緑の若林邸茶会

【時】5月24日(日)午前10時～午後3時

【場】重要文化財若林家住宅

【定】500円(前売券)

【他】宗偏流のお会です。席券はおしやぎり会館で販売しています。

【問】おしやぎり会館(☎52・1347)

#### お城山一斉清掃

【時】5月23日(土)午前9時～

【集】登山口 持手、鎌など

【問】お城山の山野草を守る会(渡辺 ☎090・5393・2411)

#### 高坪山自然観察会

【時】5月24日(日)午前9時～午後3時

【場】高坪山(荒川地域)蔵王コース・虚空蔵コース

【集】高坪山登山口駐車場

【内】動植物などの自然観察

【定】10人(先着順)

【料】300円(保険料・資料代など)

【問】5月16日(土)までにいわふね自然愛好会事務局(中村 ☎90・9016・9601、  
fushigig@gmail.com)

#### 笹岡子づくり・すまじづくり

【時】5月24日(日)  
午前9時30分～午後2時

【場】縄文の里・朝日

【定】20人(先着順)

【料】2200円(材料費、昼食代)

【持】エプロン、三角巾、笹ふき用のタオル2枚、マスク

【問】5月17日(日)までに縄文の里・朝日(☎72・1577)

#### 昭子さんシリーズきほんのスイーツ

【時】6月7日(日)午前9時15分～正午

【場】マナーテ村上

【定】12人(先着順) ¥3000円

【問】5月25日(月)までに希楽々(☎66・8119)

### ひきこもりで悩んでいませんか？



### 相談

#### 働くための一歩を、いっしょに

サポステは、就職を目指すための「安心できる場所」として活用されています。就活の「分からない」を、一つずつ「分かった」に変えていきます。

【時】月～金曜日午前10時～午後5時(祝日を除く)

【場】瀬波地域コミュニティセンター 対15～49歳までの就職を目指している人(家族からの相談も可)

【問】下越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)  
ホームページ

### スポーツ

#### Funスポ(子ども対象運動教室)

【時】5月20日(水)～7月22日(水)  
・年長児～小学2年生  
第1・3水曜日  
午後6時30分～7時30分

・小学3～6年生  
第2・4水曜日  
午後6時30分～7時50分

※各クラス5回

【場】朝日総合体育館

【内】サーキット運動、マット運動、ジャンプあそび、ボールゲームなど

【料】500円(会員300円)

【問】甲各クラス開催日の前日までに愛ランドあさひ(☎72・1445)

#### ウェルネスフェスティバル 6月7日(日)

【場】屋内モルック大会  
【時】午前9時～正午  
【場】村上体育館

【定】18チーム(先着順)

【料】200円(1人)

【申】5月27日(水)までにウェルネスむらかみ(☎52・6311)

【問】いろいろな測定会  
【時】午前10時～午後1時

### 5月の認知症カフェ

	かたるんカフェ&介護者のつどい	リハ大オレンジカフェ	こころろカフェ
【時】	27日(水) 午後1時30分～3時30分	19日(火) 午後1時30分～3時	21日(木) 午後2時～3時30分
【場】	マナーポータ村上	新潟リハビリテーション大学	村上ほまなす病院
【料】	100円	無料	無料
【申】	要	無	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)		

【内】姿勢チェック、血管年齢、骨健康度、インボディなど

【料】100円(インボディ利用時)

【場】トレーニングマシン講習会

【時】午後1時～

【料】1000円

【場】ニユースポーツ体験会

【問】村上スポーツ推進委員会  
「空飛ぶサーモン」すべん(☎52・6311)

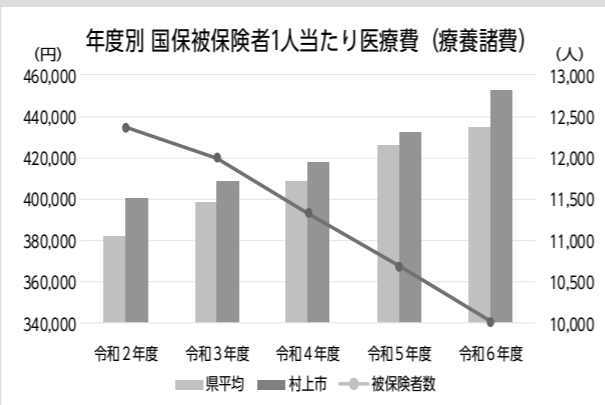
### 医療費の適正化にご協力ください

問保健医療課国保室 (☎75-8931)

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ための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)の皆さんの保険料と、国や県、市の負担金などで賄われています。

国保の加入者数は年々減少していますが、加入者1人当たりの医療費は増加しています。

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



- ◆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

- ◆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

水源の郷パークゴルフ場

ノビとパークゴルフを味わいませんか！  
山道のダム湖畔に現れる異次元空間・はちよつと大さか。

でも気軽にドライブを楽しめるレジャースポーツをやらんね！  
500円で一日遊べます。  
遊員の出しは300円。  
お得な会費券やシューズ券も有ります。

村上から車で50分、113号ファミマを過ぎたら、すぐ右へ曲がりそこから10分。  
〒999-1211  
山形県小国町水1502-7  
電話：0238-65-2086または090-6224-3669(管理者 石井)まで

(有料広告)

建設業未経験者歓迎

建設業への就職を目指す無料職業訓練

第1回 建設土木多目的コース

参加者募集

企業説明会・現場見学・就職支援セミナーで建設業界を知り、就職までをサポート。

期 間 / 6月15日(月)～7月31日(金) ※休日:土・日曜日、祝日

会 場 / (一社)北陸建設アカデミー【始末市黒川91】 受講料 / 無料(交通費、食費は自己負担)

内 容 / 建設業の基礎を学び、仕事に役立つ10の資格取得可能(車両系建設機械(整地専用)、玉掛け他)

定 員 / 10名(選考) 対 象 者 / 離職中の方、現在求職中の方 募集締切 / 6月1日(月)

申込方法 / ①「建設業ウェルカム」ホームページで申し込み  
②広報誌「建設業ウェルカム」内の申込書を記入し、郵送またはFAXで(一財)建設業振興基金へお申し込み願います。広報誌「建設業ウェルカム」は、ハローワークにあります。

お問合せ: (一財)建設業振興基金 TEL.0254-20-8101 月～金/8:00～17:00 (休:土曜・日曜・祝日)

(有料広告)

### フードドライブにご協力ください

問福祉課総合相談室 (☎75-8941)

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。

市民の皆様には、趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

期5月18日(月)～22日(金)午前9時～午後5時

場市役所本庁(正面玄関ロビーなど)、各支所

### 提供いただきたい食品

お米・お餅・レトルト食品・缶詰・お菓子・飲料など

※常温保存可能で賞味期限が2週間以上ある未開封のもの

ホームページ



### 全国大会出場者に激励金を交付します

問生涯学習課スポーツ推進室 (☎53-8802)

4月1日から村上市全国大会等出場激励金交付要綱を改正し、交付対象者や交付金額、申請様式などが変更となりました。

対象者	以下のいずれかに該当し、選手や監督、コーチ、マネージャーなどで出場する人 ・市内に住所を有する人 ・村上市出身の学生で、保護者が市内に住所を有する人 ※詳しくは市ホームページをご覧ください
対象となる大会	・県大会などの予選会を経て新潟県などの代表として出場する全国大会 ・国内の予選会を経て日本の代表として出場する国際大会 ※オープン参加できる大会を除く
交付金額 ※1人あたり	・全国大会…1万円 ・国際大会(国内開催)…2万円 ・国際大会(国外開催)…3万円 ・オリンピック競技大会など…10万円
申請方法	・大会までに申請書に必要書類を添えて提出してください。 ・原則として大会終了後の申請は受け付けることができません。 ・申請様式などは市ホームページから取得できます。 ・電子申請からも申請できます。

ホームページ



電子申請



### 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

問環境課環境政策室 (☎75-8933) または各支所地域振興課市民生活室

申請期間 6月1日(月)～30日(火) ※土・日曜日を除く

申請書および添付書類を、環境課または各支所地域振興課市民生活室へ提出してください。申請書は市ホームページから取得するか、各窓口へ備え付けてあります。

項目	補助対象および金額
木質バイオマスストーブ設置費補助金	木質バイオマスストーブ(耐用年数6年以上)の購入および設置費用の3分の1【上限10万円】 ※購入・設置費用の合計が6万円以上が対象
住宅用太陽光発電システム設置費補助金	太陽光発電(発電した電力を自家消費するものまたはその余剰電力を売電するもの) ・市内の事業者へ発注…1kWあたり7万円(上限28万円) ・市外の事業者へ発注…1kWあたり5.5万円(上限22万円) 定置用蓄電池(家屋の屋根などに設置した太陽光発電から発電した電力を蓄電するもの) ・蓄電池購入および設置費用の3分の1(上限20万円)

※対象者や申請書に添付する書類は、市ホームページをご覧ください

※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

ストーブ



太陽光発電



### パブリックコメント「皆様のご意見をお聞かせください」

問総務課危機管理室 (☎53-3365)

意見書の提出方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

案件名 村上市新型コロナウイルス等対策行動計画変更案

期5月8日(金)～28日(木) 土・日を除く午前8時30分～午後5時15分

閲覧場所 総務課危機管理室、各支所地域振興課総務管理室

ホームページ



### 総合計画審議会「専門部会」に参加いただける方を募集します

問企画戦略課企画政策室 (☎75-8925)

今後のまちづくりの指針となる「次期総合計画」の策定を進めています。この計画づくりにあたり、分野ごとの課題や施策について具体的に議論する「専門部会」に参加いただける市民の皆さんを募集します。

応募資格	・市内在住の満18歳以上の人 ・下記日程の会議(2回)に出席できる人
開催日時	【第1回】①分野(子育てなど) 5月26日(火)午前10時～正午 ④分野(農業など) 5月29日(金)午後3時30分～5時30分 上記以外の分野 5月28日(木)午後3時～5時 【第2回】①分野(子育てなど) 6月24日(水)午後3時～5時 ④分野(農業など) 6月25日(木)午前10時～正午 上記以外の分野 6月29日(月)午後3時～5時
募集人数	①子育て・健康医療・高齢者福祉・障がい者福祉・地域福祉 ②消防救急・防犯交通安全・環境エネルギー・生活衛生・住環境 ③防災・上下水道・河川海岸・道路・公共交通・市街地景観 ④農業・林業・水産業 ⑤商工業・観光・港・就労雇用 ⑥学校教育・生涯学習・文化芸術・スポーツ ⑦共生社会・地域づくり・広報広聴・デジタル・行政運営 各分野 1人
謝礼	6,300円(1日)
応募期限	5月15日(金)
応募方法	「応募用紙」に住所や氏名、応募動機などを記入して、提出してください。 ※詳しくは市ホームページをご覧ください ※応募多数の場合は書類選考となります

ホームページ



### 救急車の適正利用にご協力ください

問消防本部警防課救急係 (☎53-7223)

救急車は、けがや具合が悪くて動けない人などの緊急性が高い人のためのものです。一方で、緊急性の低い救急要請が多くあるのが現状です。緊急性の低い要請が増えると、本当に救急車を必要とする人への対応が遅れる可能性があります。緊急性が低い場合は、救急車以外の移動手段で医療機関を受診してください。

病院へ行くことや救急車を呼ぶか迷った場合、新潟県では「救急医療電話相談(#7119)」、15歳未満の児童であれば「小児救急医療電話相談(#8000)」を午後7時から翌朝午前8時まで開設しています。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。

#### 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



#### 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



### 令和8年度の65歳以上の介護保険料が変更になりました



介護保険制度 介護高齢課介護保険室 (☎75-8936)  
介護保険料の通知・納付 税務課市民税室 (☎75-8949)

介護保険料は3年ごとに見直しを行っています。見直しの初年度である令和6年度および2年次目である令和7年度は、介護サービス利用実績が当初の見込みを大きく下回っています。このことから、臨時的に令和8年度の介護保険料を変更します。

所得段階	対象となる人		保険料 (年額)		
			令和7年度	令和8年度	
第1段階	・生活保護受給者の人・世帯全員が市民税非課税の老齢福祉年金受給者・世帯全員が市民税非課税で、本人の前年の課税年金収入額+その他の合計 所得金額が82万6,500円以下の人		21,540円	20,520円	
第2段階	本人が市民税非課税世帯 本人の前年の課税年金収入額+その他の合計 所得金額	82万6,500円を超え120万円以下の人	36,660円	34,920円	
第3段階			120万円を超える人	51,780円	49,320円
第4段階			82万6,500円以下の人	68,040円	64,800円
第5段階			82万6,500円を超える人	75,600円	72,000円
第6段階			120万円未満の人	90,720円	86,400円
第7段階	本人が市民税課税 本人の前年の合計所得金額	120万円以上210万円未満の人	98,280円	93,600円	
第8段階			210万円以上320万円未満の人	113,400円	108,000円
第9段階			320万円以上420万円未満の人	128,520円	122,400円
第10段階			420万円以上520万円未満の人	143,640円	136,800円
第11段階			520万円以上620万円未満の人	158,760円	151,200円
第12段階			620万円以上720万円未満の人	173,880円	165,600円
第13段階			720万円以上の人	181,440円	172,800円

### 図書館へ行こう!

#### 新着図書情報

- ◆金波銀波 (澤田瞳子) 中央公論新社
- ◆かぶと (藤川智子) 講談社

このほか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!



#### 司書のおすすめ

- ◆日本庭園を楽しむ絵本 (大野八生/作、あすなろ書房)
- 新緑の季節、この本を片手に日本庭園の美しさに触れる、「庭巡り」を楽しんでみませんか。植物はもちろん、石や砂、水を生かした伝統の日本庭園についてやさしいイラストで紹介。



紹介者 図書館司書 I

今月の読み聞かせ 荒川図書室 (午前10時~)

中央図書館 (午前11時~) 24日(日)  
2日(土)・5日(火・祝)・9日(土)・12日(火)・16日(土)  
19日(火)・23日(土)・26日(火)・30日(土)

#### 中央図書館 今月の休館日

7日(木)・8日(金)・11日(月)・18日(月)・25日(月)

### 特別障害者手当・障害児福祉手当を支給します

閩福祉課福祉政策室 (☎75-8940)

	特別障害者手当	障害児福祉手当
支給月	2・5・8・11月	
手当	月額30,450円	月額16,560円
対象	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
他	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、障がいの状態により支給対象とならない場合があります。	



### 高齢者の運転免許証の自主返納者に奨励金を交付します

閩市民課生活人権室 (☎53-3363)

対	次の全てに該当する人 ・自主返納および申請時に市内に住所のある人 ・65歳になった日以降に自主返納した人 ・令和5年10月1日以降に運転免許証を自主返納した人
申	令和9年3月31日(水)までに以下の書類を市民課生活人権室または各支所地域振興課へ持参するか郵送、電子申請のいずれかで申請してください。
奨励金	15,000円
提出書類	・高齢者運転免許証自主返納奨励事業申請書 ・運転免許返納時に交付された「申請による運転免許証取消通知」の写し ・振込口座(本人の口座)を確認できる書類の写し ※申請書は市民課または各支所地域振興課、市ホームページから取得できます

### 特定健診・健康診査を受けましょう ~温泉活用事業でお得に温泉施設が利用できます~

閩保健医療課国保室 (☎75-8931)

毎年、健診を受けることは、自身の健康状態を知り、生活習慣病などの病気の予防や早期発見・治療につながります。

市では、受診者に温泉施設の利用割引券を交付します。

対	・村上市国民健康保険の加入者で、市が実施する特定健康診査、人間ドックを受けた人。 ・市内にお住まいの後期高齢者医療加入者で、市が実施する健康診査、人間ドックを受けた人。
交付方法	健診結果の送付時などに交付します。(助成券は一人3回まで利用できます)。
利用期間	9月15日(火)~令和9年3月31日(水)

### むらかみ出前講座を活用してください

閩生涯学習課社会教育推進室 (☎53-2446)

「むらかみ出前講座」は、市職員などが出向いて説明し、皆さんの学習機会を提供する事業です。町内や集落、学校、企業などで活用してください。

申	・概ね10人以上で申し込んでください。(10人未満の場合はメニュー担当課にご相談ください。) ・実施する日の15日前までに、申し込んでください。
時	午前9時~午後9時の2時間以内 ※国や県、民間団体が実施するメニューは、平日の午前9時~午後4時の2時間以内
¥	無料 ※一部の講座メニューは有料
他	申込に関する注意事項や講座の内容については、マナボーテ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。

### 自転車用ヘルメットの購入費用を助成します

閩市民課生活人権室 (☎53-3363)

対	市内在住のヘルメット使用者
申	令和9年3月31日(水)までに以下の書類を市民課生活人権室または各支所地域振興課へ持参するか郵送、電子申請のいずれかで申請してください。
補助額	購入金額の2分の1 (上限2,000円)
提出書類	・村上市自転車用ヘルメット購入助成金交付申請書兼請求書 ・レシートや領収書の写し(令和8年4月以降に購入したもの) ・認証マークが確認できる新品のもの(写真や保証書の写し) ・口座を確認できる書類の写し ※申請書は市民課または各支所地域振興課、市ホームページから取得できません
他	購入時にポイントや商品券利用や値引き分は除く

### グリーンカーテン講座 参加者にはゴーヤ苗プレゼント!

閩環境課環境政策室 (☎75-8933)

グリーンカーテンは、夏の強い日差しを和らげることで、エアコンの消費電力を抑え、地球温暖化対策にもつながります。ゴーヤの育て方を学び、この夏を快適に過ごしませんか。

時 5月23日(土)午前9時30分~10時

場 マナボーテ村上 大会議室

講 村上桜ヶ丘高校農業林業系列の生徒の皆さん  
定 40人(先着順)

申 5月18日(月)までに電子申請システムまたは電話で申し込んでください。

電子申請



3/13 地域の良さを移住してきた皆さんに聞いてみました  
「地域を考える」ワークショップ（朝日中学校）

朝日地域へ移住した3人を講師に迎え、朝日中学校1年生を対象にワークショップを開催。地域の魅力や移住のきっかけについて語られ、「ここにしかない良さ」や「どんな人と暮らしたいか」といった話に、生徒たちは興味深く耳を傾けました。多くの質問も飛び交い、充実した時間となった様子でした。

講師からも「生徒の皆さんが素直で、さらに村上市が好きになりました」との声があり、地域への愛着が深まる機会となりました。



▲笑いあり歓声ありの楽しい講話

3/15 山北地域の魅力を伝えたい  
地域づくり学習会（さんぽく会館）



▲クイズ形式で撮影スポットの魅力を深掘り

山北中学校の3年生が、まちづくり協議会と連携してチャレンジした「お土産づくりプロジェクト」の成果を報告しました。

地域の魅力を伝えるためにできることとして、生徒がおすすめのスポットを撮影し、写真入りのファイルを作成。多くの人が集まったさんぽく祭でファイルを販売した取り組みや完成に至るまでの過程、おすすめのスポットにまつわるクイズを交え、楽しく発表しました。

生徒たちは進学で別々の道に進みますが、「この経験で得た地域の魅力を外の人に伝えていきたい」と、嬉しい言葉が聞かれました。

3/23 バルーンに込めた門出へのエール  
金屋小学校卒業式（金屋小学校）

村上ロータリークラブと胎内中条ロータリークラブが協力して、金屋小学校の卒業生に素敵な思い出を届けたいとの思いから、バルーンアートを制作しました。

卒業式の会場となった体育館入り口には、入退場する児童の皆さんを迎えるバルーンアーチを設置。さらに、風船で作った桜の木や「かなや」の文字が浮かびあがったバルーンアートのフォトスポットが制作され、門出の一日を華やかに演出しました。



▲バルーンアート完成

3/28 自然観察と遺跡を学ぶ  
山元遺跡周辺の自然観察会と遺跡説明会（山元遺跡）



▲講師の植物の説明を熱心に聞いていました

「山元遺跡周辺の自然観察会と遺跡説明会」が開催され、25人が参加。参加者は山元遺跡の説明や周辺に生育しているさまざまな植物の説明を聞きながら歩きました。カタクリの花が見ごろを迎えきれいに咲いており、参加者は春の訪れを感じていました。イベントに参加した子どもは気になったことを講師に質問し、植物や山元遺跡に対する学びを深めていました。

第19回市展・文化展 作品募集

問生涯学習課文化行政推進課（☎53-7511）

開催日 10月10日(土)～12日(月・祝)

場総合文化会館

対市展：15歳以上の人

文化展：6歳以上の人

※文化展の作品の審査はありません

申8月10日(月)～9月11日(金)までに出品申込書を持参、郵送、FAXまたはメールで申し込んでください。

※開催要項、出品申込書は教育情報センター窓口に備え付けてあります

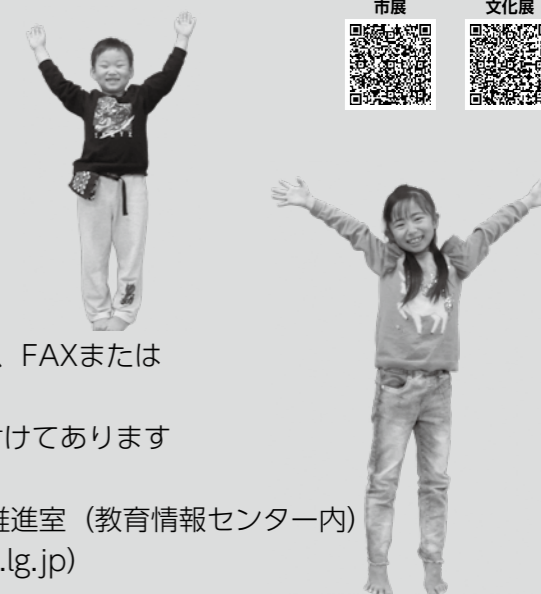
また、市ホームページからも取得できます

〒958-0854村上市田端町4-25生涯学習課文化行政推進室（教育情報センター内）

（☎53-7511 ☎52-4133 ✉bunka@city.murakami.lg.jp）

市展の審査委員

小林路子氏（日本画）、猪爪彦一氏（洋画・版画）、渡邊久意氏（彫塑・工芸）、樋口志保氏（書道）、弥田正蔵（写真）



令和8年度 第36回村上市お幕場茶会

問お幕場茶会実行委員会（荒川神林商工会 ☎66-7408）

爽やかな5月の薫風の下、全国的にも珍しい野だての茶会を開催します。当日は茶席のほか、村上の特産品コーナーや市茶業組合による新茶の振る舞いと販売もあります。



時5月17日(日) 午前9時30分～午後3時15分

場お幕場森林公園内お幕場

※雨天の場合は神林総合体育館

茶席

一席 表千家同門会新潟県支部 松実会（木村宗美）

二席 石州流 清和会（伊与部爽風）

三席 石州流 かみはやし大学茶道クラブ（佐藤和聚）

お箏 山田流箏曲 箏音会（武者松紫）

前売券・当日券 1,000円

※当日券は、午前9時から会場で販売します

他茶席内の写真撮影は、原則禁止です。

5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

申新潟県弁護士会（☎025-222-5533）

問福祉課総合相談室（☎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13日(水)・27日(水)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）をご覧ください。

問社会福祉協議会生活支援課（☎62-7756）

※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

村上市地域		朝日地域		神林地域		荒川地域		おたんじょう		おくやみ	
(氏名)	(年齢)	(氏名)	(年齢)	(氏名)	(年齢)	(氏名)	(年齢)	(出生児)	(出生児)	(出生児)	(出生児)
田澤 和夫	96	千冬 遠山 慎吾	96	吳牙 田村 力弥	94	千陽 伊藤 耕陽	82	奈美 村山 智雄	100	結斗 伊藤 晴輝	82
伊藤 信子	91	千冬 遠山 慎吾	96	吳牙 田村 力弥	94	千陽 伊藤 耕陽	82	玲都 田中 裕人	84	結斗 伊藤 晴輝	82
小野 直子	56	千冬 遠山 慎吾	96	吳牙 田村 力弥	94	千陽 伊藤 耕陽	82	奈美 村山 智雄	100	結斗 伊藤 晴輝	82
熊倉ノブ子	72	千冬 遠山 慎吾	96	吳牙 田村 力弥	94	千陽 伊藤 耕陽	82	奈美 村山 智雄	100	結斗 伊藤 晴輝	82
近藤 節子	82	千冬 遠山 慎吾	96	吳牙 田村 力弥	94	千陽 伊藤 耕陽	82	奈美 村山 智雄	100	結斗 伊藤 晴輝	82
佐藤 安夫	91	千冬 遠山 慎吾	96	吳牙 田村 力弥	94	千陽 伊藤 耕陽	82	奈美 村山 智雄	100	結斗 伊藤 晴輝	82
佐藤 優	87	千冬 遠山 慎吾	96	吳牙 田村 力弥	94	千陽 伊藤 耕陽	82	奈美 村山 智雄	100	結斗 伊藤 晴輝	82
(氏名)	(年齢)	千冬 遠山 慎吾	96	吳牙 田村 力弥	94	千陽 伊藤 耕陽	82	奈美 村山 智雄	100	結斗 伊藤 晴輝	82
(行政区または住所)	(行政区または住所)	高根	高根	平林	平林	十文字	十文字	緑町一丁目	緑町一丁目	山居町一丁目	山居町一丁目
南 明	78	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
藤沢 明	80	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
坂町 明	80	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
藤沢 明	80	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
阿部 文子	86	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
宮下由美子	83	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
阿達ハルエ	101	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
小林 イツ	96	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
磯部 サイ	81	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
會田 建夫	75	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
森 貴弘	59	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
小林 キ子	93	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
木村喜美男	68	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
東 健次	89	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
遠山スエノ	98	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
小林 健一	83	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
櫻井 義彦	68	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
齋藤 セツ	87	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
佐藤 辻子	92	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
林 勝	71	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
阿部 幸吉	91	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
野澤 トミ	92	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
野澤 トミ	92	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
平山 ヤイ	95	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
小池 金春	76	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
安齋 トシ	86	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
朝日地域	84	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
佐藤 一晴	84	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
小田 昭子	82	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
富樫タカ子	90	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
佐藤和嘉子	86	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
松田タツエ	97	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
神林地域	68	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
平林 勉	79	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
岩佐伊佐雄	74	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
高橋 禮子	95	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
中村真由美	67	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
富樫 正治	69	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
齋藤 昭子	99	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
板垣 信秀	80	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
板垣 留喜	90	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
中村 芳藏	88	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
佐藤カツ子	84	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
山北地域	92	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
桑川 勉	79	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
伊呉野 勝木	74	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
北中 伊呉野	95	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
勝木 伊呉野	95	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
今川 府屋本町	67	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
府屋本町 府屋本町	69	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
寒川 大毎	99	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
大毎 大毎	99	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
北中 北中	80	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
北中 北中	80	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
越沢 越沢	88	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
越沢 越沢	88	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
立島 立島	84	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
立島 立島	84	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
山北地域	92	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
桑川 勉	79	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
伊呉野 勝木	74	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
北中 伊呉野	95	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
勝木 伊呉野	95	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
今川 府屋本町	67	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
府屋本町 府屋本町	69	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
寒川 大毎	99	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
大毎 大毎	99	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
北中 北中	80	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
北中 北中	80	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
越沢 越沢	88	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
越沢 越沢	88	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
立島 立島	84	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73
立島 立島	84	菅原 房子	76	小田 辰栄	74	今井 作一	100	川内 スズ	100	菅原 伸幸	73

### 人口と世帯数

(4月1日現在)

人口	51,801人 (-245)
男	24,893人 (-117)
女	26,908人 (-128)
世帯数	21,945世帯 (-15)

※( )は前月比

# 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 関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

## ミネラルたっぷりギスバーグ

地元食材のギスのすり身を使った献立を紹介します。

### 〈材料4人分〉

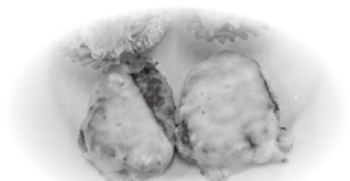
ギスすり身…120g	木綿豆腐…80g	カニカマ…4本
玉ネギ…1/4個	ニンジン…1/8本	ピーマン…1個
ショウガ…4g(小1/2片程)	片栗粉…大さじ1.5	みそ…大さじ1/2
油…大さじ1弱	スライスチーズ…4枚	

### 〈作り方〉

- ①豆腐は水切りする。カニカマは3等分に切る。玉ネギ、ニンジン、ピーマンは粗みじん切りにする。ショウガはみじん切りにするか、すりおろす。
- ②ポリ袋に①と片栗粉を入れてよくつぶし混ぜ、ギスのすり身、みそを入れて、全体をよく混ぜる。
- ③フライパンに油をひき、②のポリ袋の端を切って1人分ずつ絞り出し、軽く形を整え両面返しながら中まで火を通す。
- ④熱いうちにスライスチーズをのせる。

### 栄養価(1人分)

エネルギー136kcal たんぱく質12.0g 脂質7.7g カルシウム157mg 鉄分0.5mg 食塩相当量0.9g  
ポイント：魚のすり身は、身も骨も丸ごと栄養がとれる優れた食材です。お子さまから高齢者まで、よく噛んで、骨の食感も楽しみながら味わってください。



## 防災企画官“諸岡雅美”の気象防災コラム 関総務課危機管理室(☎53-3365)

令和7年9月から防災企画官・気象防災アドバイザーとして勤務しています。今月から隔月で防災や気象についてお知らせします。

### ■気象予報士は誰でもなれる？

気象予報士は32年前の平成6年、天気予報が民間企業でも発表できることになったのにあわせて誕生しました。気象予報士の試験は年に2回あります。年齢制限はなく、誰でも受験でき、過去には小学生の合格者もいます。興味がある方は、ぜひチャレンジをしてみてください。

### ■高校生が天気図を描く大会

インターハイの競技「登山」の採点項目のひとつに「天気図」があります。山に登る時、天気の変化は非常に重要です。競技では、日本周辺の地点ごとの天

気、気温、気圧、風などが放送され、これらの情報から天気図を40分で仕上げます。この時に描く天気図のマークは、日本式の天気記号を使っている、新聞などでも使われることがあります。

### ■今いる所にどんな危険があるか

村上に住んで9カ月。市内を色々見て回りました。村上市は海に面し山を控え、



島田偉市くん R29.2.2生 (右)  
 暖市くん R5.1.27生 (左)  
 (飯野二丁目)



清野柚翔くん R7.6.14生  
 (坂町)



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](mailto:seisaku-k@city.murakami.lg.jp)



申し込みはこちらから



長谷川陽大くん R6.1.26生  
 (大場沢)



本間南葵ちゃん R7.6.7生  
 (南町二丁目)

**村上店 社員・パート アルバイト 大募集**

海 転 **おし誠**  
 旬をにぎる

交通費支給 送迎有り！  
 (学生・パート)

お問い合わせ (担当: 店長 山田)  
**TEL 0254-66-8950**

編集後記

新潟県からの派遣で4月から村上市に参りました長谷川です。市報を通して村上のことを学びながら、皆さまに役立つ情報をお届けできるように頑張ります。年度が替わり、私と同じように環境が変わった人や新しいことを始めた人も多いと思います。初めてのことに挑戦するのは楽しいですが、体力も必要だと痛感しています。季節の変わり目で疲れも出やすい時期ですので、皆さまどうぞご自愛ください。(長谷川)



電子申請



X



LINE



Facebook



YouTube



Instagram

こんげつの キッズモデル 今月は向ヶ丘保育園のこの2人

ひみくん

- 好物 ラーメン
- 夢 ローソンの店員さん



このかちゃん

- 好物 ハンバーグ
- 夢 消防士

(有料広告)