

2020

1

vol.142

市報むらかみ

Murakami

械器具置場

TOPICS

- ②市三役、年頭のごあいさつ
- ④【特集】協働のまちづくり紹介
- ⑧pick up information
- ⑩むらかみの話題
お知らせ版

photo: むらかみ 襦袢に化粧をした男衆の練り歩き「オサトサマ」
詳しくは、11ページむらかみの話題へ



役三市長 年頭のごあいさつ

輝かしい令和の時代を迎え、初めてとなる初春を皆さまとお迎えできますことに謹んでお慶び申し上げます。

また、市民の皆さまには、日ごろから市政運営にご理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

「笑顔のまち村上」を本市の将来像に掲げる第2次村上市総合計画も折り返し点を過ぎようとしています。この間、市民の皆さまからいただいたご意見をもとに、都度、事業を精査しながら、確実な成果に繋げていくことができました。引き続き市民一人ひとりが幸せや自信を実感できるまちの実現に向け、市民の皆さまと共に本市を築いてまいります。

令和の時代の幕開けを迎えた昨年は、天皇陛下御即位をお祝いする慶祝事業を通じて、市民の皆さまと共に心からのお祝いを申し上げさせていただきました。

また、4月にオープンした村上市スケートパークでは、オープン以来市民の皆さまはもちろん、国内外から多くの皆さまにご利用いただいております。そうした中、6月には山形県沖を震源とする地震により大きな被害に見舞われました。地震発生直後から全国の皆さまをはじめ、国・県から迅速なご支援をいただき、確実に復旧を進めることができました。改めて感謝を申し上げますとともに、引き続き被災された方々に寄り添いながら、復興に取り組んでまいります。

今年度は厚生連村上総合病院が駅西エリアに移転し、12月には開院する予定です。さらなる地域医療と子育て支援の充実が図られることとなります。

昨年、市長として2期目の重責を担わせていただくこととなりました。市政を担う責任の重さを胸に刻み、その負託にしっかりと応えしていくことで「やさしさ」を輝きに満ちた「笑顔のまち村上」の確実な実現に取り組んでまいります。

村上市長

高橋 知秀



謹んで新春のご挨拶を申し上げます。

昨年は、4月に村上市スケートパークが完成し、施設を活用してトップアスリートの育成と強化、ジュニア選手の発掘と育成、地域の活性化を図ることを目的として、スノーボード競技が盛んである南魚沼市と「スポーツ振興連携協定」を5月に締結いたしました。双方の資源や機能を有効に活用し、今後ますます活性化していくことが期待されます。

荒川地区においては、待望の荒川地区公民館が5月に完成し、大勢の皆さまにご利用いただいております。

6月には大きな地震に見舞われ、山北地区を中心に震度6強の揺れを観測し、甚大な被害を受けました。その際に皆さまから多くのご支援を賜りましたことに感謝申し上げます。

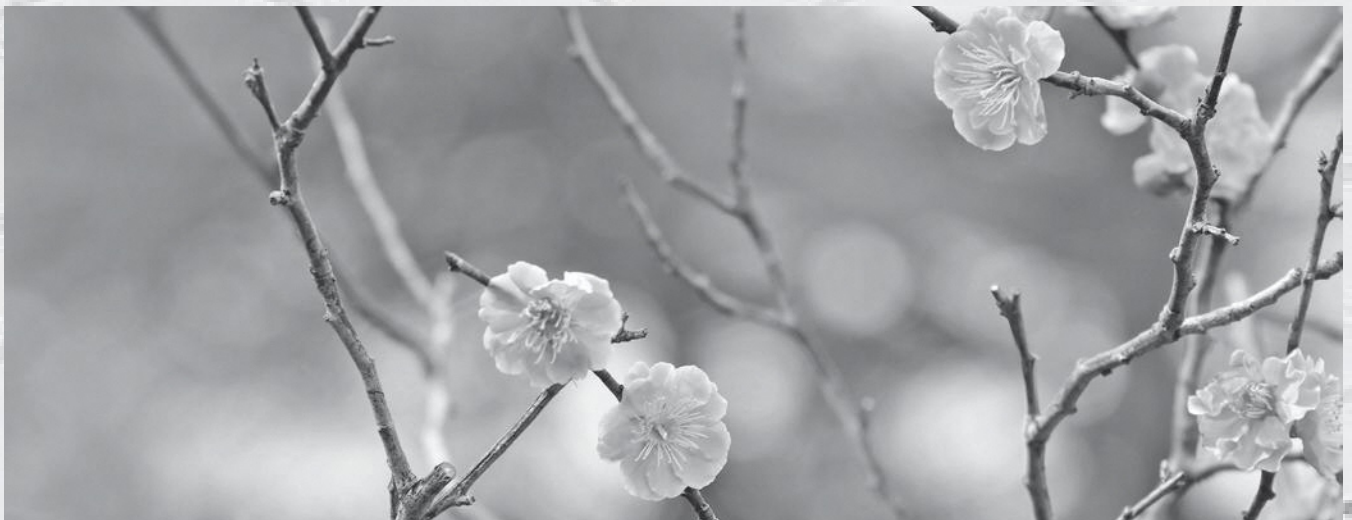
さて、近年の社会情勢において、少子高齢化や人口減少、担い手不足や後継者問題など課題は多く、解決は決して容易ではありませんが、時代の変化を的確に捉えながら本市が誇る第一次産業をはじめ各産業分野においても課題解決に向け、しっかりと取り組んでまいります。

いよいよ夏には、東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。本市においても、聖火リレーが予定されており、風光明媚な本市の美しい自然をはじめ、食や伝統文化など魅力あふれる情報を全国に向けて発信してまいります。

皆さまにとつて、この一年が幸多く、実り豊かな、飛躍の年となりますよう、心からお祈り申し上げます。

村上市副市長

忠 聡



あけましておめでとございませう。平素より皆さまには、「郷育（さといく）のまち・村上」の推進に對しまして、ご理解とご協力を賜り感謝申し上げます。

少子高齢化や人口減少が進み、学校の小規模化や地域社会の活力低下が懸念されています。そのような中、教育委員会として学校統合を進め、より良い教育環境づくりに努めてきました。子どもたちにとつて望ましい教育環境整備のためとはいえ、郷育の拠点となるべき学校の統合は、地域の皆さまには寂しく感じられたことと拝察いたします。統合校においては、地域の皆さまの願いを受け止め、地域とともに歩む学校づくりに努めてまいります。

生涯学習の推進につきましては、次代を担う子どもたちの健全な育成と、それを支える大人たちの主体的な学びの推進のため、さまざまなプログラムを実践してまいります。また、将来的な教育施設の在り方について、持続可能な規模とするための方向性を定める必要があると考えております。本年は、村上市でもオリンピック聖火リレーイベントが開催されるなど、記念すべき年となります。皆さまにとりまして、素晴らしい一年となりますよう心からお祈り申し上げます、年頭のごあいさつといたします。

村上市教育長

遠藤 友春





安心して暮らし続けられる地域を目指し 笑顔のあふれるまちへ 「協働のまちづくり」を紹介

各地域にある17のまちづくり協議会や地域の団体、地域おこし協力隊、集落支援員などが、「地域の元気づくり」として市民協働のまちづくりや地域活性化に取り組んでいます。

また市では今年度、総務省の「関係人口創出・拡大事業」モデル事業（※1）の採択を受けた事業にも取り組んでいます。

本号では、各地域の取り組みについてご紹介します。

■村上地区（上海府）

上海府地区では、有志によるまちづくりグループ「上海府地区向上委員会」が結成されました。「オレモオメモ」には「わたし（＝地域の人）も、あなた（＝地域外の人）も一緒に地域を創っていく人ですよ」という意味が込められており、この名のとおり、今年度は地域内外の参加者が一緒に、まちあるきや空き家掃除を行うイベントを開催しました。上海府を知っている人も通り過ぎるだけで訪れたことはないという人が多く、参加者は地域を知る貴重な1日になったようです。

今後は、整備した空き家を活用するなどして受け入れ環境を整え、さらに地域に深く関わってもらいながら、地域課題を共に考えていける活動を行っていききたいと考えています。

（※1）…観光や交流活動の参加者、ゆかりのある人や出身者など、さまざまなきっかけを入口として、その地域に多様にかかわる人々を「関係人口」といい、関係人口の創出や関係人口を活かした事業をモデル的に行う総務省のモデル事業に市として取り組んでいます。

■山北地区

まちづくり協議会と関係集落、市が連携して「百姓やってみ隊」と「学生インターシップ」の取り組みを行い、関係人口の創出・拡大を推進しています。

百姓やってみ隊では、新潟市や長岡市など、市外の参加者と山北地区内の参加者が1泊2日で年間10回ほど田畑での農作業や焼畑での赤かぶ栽培、林業体験、カジカ捕り、味噌づくりなどを行い、山北地区の自然・風土・人を感じられる活動を地域の皆さんのサポートを受けながら行っています。また、参加者が自主的に集落イベントのスタッフとして協力するなど、参加者と地域が百姓やってみ隊の活動以外で新たな関わりを持つ動きも出てきています。

学生インターシップでは、東京都・神奈川県・新潟市出身の3人の大学生が夏休みを利用して中継集落の空き家に1カ月間滞在し、農村での暮らしや集落の奉納相撲の準備から当日の運営まで行い、地域の皆さんと一緒に汗をかきました。締めくくりにそこで感じた想いなどを大学生の目線でまとめ、冊子「仲継」を作成しました。

参加した大学生はインターン終了後も幾度となく集落を訪れ、「ただいま」「おかえり」と笑顔で集落の皆さんとあいさつを交わしています。

山北地区



▲冊子「仲継」の中に掲載する記事について取材する大学生。

村上地区



▲まちあるきイベントで撮影した写真を使い、地域の魅力が詰まったフォトブックを作成しました。

神林地区



▲やわ肌ねぎを収穫する生産者の川崎さんとプロジェクト参加者。

■神林地区

道の駅神林「穂波の里」とれたて野菜市かみはやし(株)にご協力いただき、「お母さんの知恵袋プロジェクト」を行っています。

このプロジェクトは、野菜を出荷しているお母さん方の知恵や技、地域で暮らす想いなどを知るため、畑仕事の手伝いをしたり一緒にお茶を飲んだりしながら、親密な関係をつくることを目的にスタートしました。プロジェクトは市外から4人の参加者を迎え、オリエンテーションの後、4日間で総勢9人のお母さん方と交流していただきました。参加者からは「笑顔が絶えず、今をとても楽しんでいるのが自然と伝わってきて、自分たちも元気をもらえた」とても印象的で、神林地区の人の温かさや魅力を肌で感じる事ができた」などの感想をいただきました。

これらの体験やお母さん方から聞いた知恵、技などを冊子にまとめる予定です。

むらかみファン倶楽部 メルマガ登録募集中!

定期的に村上市の地域の様子やイベント、ボランティア募集などの情報を配信しています。

【こんな人におすすめです】

- ・村上市出身または村上市にかりのある人
- ・旅行や仕事で定期的に村上市を訪れている人
- ・村上市を応援している人
- ・村上市に興味のある人など

【登録方法】

村上市ホームページ (<http://www.city.murakami.lg.jp/site/kankeijinko/mailmagazine.html>) の「メールマガジン」のサイトから登録。または、下記のQRコードを携帯電話・スマホで読み込み、必要事項を入力してください。



「ここから登録してね！」

■朝日地区

「これから先もこの地域で安心して暮らすために、今、どのようなことができるのか?」

朝日地区の「たかねまちづくり協議会」では、住民の皆さんと一緒に少子高齢化や人口減少問題について考えようと、平成30年度からあさひ互近所(ごまに)ささえる隊と連携して集落座談会を開催しています。

座談会を開催した薦川集落(こまがわ)では、はじめに集落の現状を知り、その後、暮らしの中での困りごとを話し合い、その解決策を探しました。座談会を始めたころは「今は困っていない」「など、なかなか意見が出ない状況でした。そこで、質問内容を少し崩し「最近ちよつとつらくなってきたこと」に変えて尋ねると「雪下ろしや除雪ができない」「米袋など重いものが持てない」「鮭をさばけない」など、意見がたくさん聞かれました。これに対し、さまざまな解決策が発表され、それを共有することによって有意義な座談会となっていました。

今年度も薦川集落では座談会を継続して開催しています。また、新たに「猿沢地域まちづくり協議会」でも1つの集落を選定し、同様に活動していく予定です。



朝日地区

座談会では「こまめに雪を下ろす」「困った時に頼みやすいように近所同士のコミュニケーションを大切に」「魚がさばけないならスーパーで300円でさばいてくれるよ」「米袋は小口に分ければ運べるよ」など、さまざまな解決策が聞かれました。



荒川地区

▲金屋小学校児童と地域住民とで、つどい場開催の作戦会議。



金屋地区集落支援員

酒井幸子さん

集落への「目配り役」として、市と連携し集落の巡回や地域団体の活動のサポートを行っています。

■荒川地区

平成29年10月に、村上市初の集落支援員となった酒井幸子さんは、市と「あらかわ地区まちづくり協議会」と連携し、金屋地区(10集落)の住民とともに地域コミュニティの活性化を図りながら、問題解決に向けた活動を行っています。

集落区長との懇談会や地域の茶の間に向き、地域の現状についての意見交換を行い、そこから見えてきたのは、世代間の交流の場がほしいという事でした。また、金屋小学校児童からも地域のつどい場を作りたいとの提案がありました。そこで、金屋小学校を大切に思い、これまでさまざまな活動を行ってきた地域の方々と力を合わせて、平成30年度から年1回、つどい場「おらだり」を開催しています。

酒井さんは、「子どもたちの『やってみたい』ことを大人たちが知恵を出しあって実現していく場として『おらだり』は、地域コミュニティの活性化を図る有効な手段です。これからは、地域と足並みをそろえながらサポートしていきたいです」と意気込みを語っていました。

17のまちづくり協議会を紹介

- ・ 山北地区まちづくり協議会
- ・ 館腰地域まちづくり協議会
- ・ 三面地域まちづくり協議会
- ・ たかねまちづくり協議会
- ・ 猿沢地域まちづくり協議会
- ・ 塩野町地域まちづくり協議会
- ・ 村上地域まちづくり協議会
- ・ 岩船まちづくり協議会
- ・ 活気あふれる街
瀬波まちづくり推進協議会
- ・ 山辺里地区まちづくり協議会
- ・ 上海府地区町づくり推進委員会
- ・ 神納地域まちづくり協議会
- ・ 神納東地域まちづくり協議会
- ・ 平林地域まちづくり協議会
- ・ 砂山地域まちづくり協議会
- ・ 西神納地域まちづくり協議会
- ・ あらかわ地区まちづくり協議会



各地域の足元にある資源などを活かし、誰もが主役となって地域の元気づくりを進めるため、平成23年度末、市内に17のまちづくり協議会が設立され、これまで住民と行政が連携して「協働のまちづくり」に取り組んできました。

各まちづくり協議会では、皆さんの熱意と創意工夫によってそれぞれの地域に合った特色ある事業が行われ、集落・町内の範囲を越えた地域の信頼関係は強まり、地域の元気づくりが一步一步着実に進んでいます。

今、日本全体で少子高齢化と人口減少が進んでおり、「地域や集落活動の担い手が少なくなってきた」「伝統あるお祭りが将来も続けられるのだろうか…」「集落の共同作業に人が集まらなくなり、負担が重くなってきた…」などの不安を、皆さんも感じたことがあるのではないのでしょうか。まちづくり協議会の中には、このような地域課題に目を向け、取り組みを始めるという動きが出てきており、関係人口づくりが課題解決の一助となるよう、市として今後も研究していきます。

まちづくり協議会や地域の団体、そして市民誰もが参画して進めていく「協働のまちづくり」について、これからもご理解とご協力、ご参加をお願いいたします。

●問い合わせ 自治振興課自治振興室 ☎53-2111 (内線5110)



市ホームページ
「市民協働のまちづくり」
はこちらへ





村上税務署からのお知らせ 申告は国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」e-Taxで

■マイナンバーカードやICカードリーダーがなくても、
国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、

- ①ID（利用者識別番号）
 - ②パスワード（暗証番号）
- を入力してe-Taxで申告ができます！



重要書類		ID・パスワード方式の届出完了通知	
利用者識別番号 (半角数字・16桁)	1234 5678	1234 5678	
暗証番号 (半角英数字)	12345678		

■ID・パスワードでこんなに便利

- 自宅からパソコン・スマホでかんたん送信。スマホで見やすい専用画面もあります。
- ICカードリーダーが不要です。
- 源泉徴収票などの添付書類が提出不要です。（ご自宅で保管）

■ID・パスワードを利用するためには

- 村上税務署でID・パスワードを取得してください。
- 申告者本人の運転免許証などの本人確認書類が必要です。
- 手続きは、約5分で終了します。

令和2年1月から、2か所以上の給与所得がある人、年金収入や副業などの雑所得がある人など、スマホ申告の利用範囲が大幅に広がりました。

村上税務署では、所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次のとおり開設します。

●とき 2月17日(月)～3月16日(月)まで

(土・日曜日、祝日を除く)

受付：午前8時30分～

相談：午前9時～午後4時

●ところ 村上税務署 1階 会議室

※相談受付は午後4時までとなりますが、大変混雑するため、長時間お待ちいただく場合や、受け付けを早めに締め切る場合があります

※申告書の作成には時間を要しますので、お早め（午後3時ごろまで）にお越しください

※税務署から「お知らせはがき」または「お知らせ通知書」が届いた人は必ず持参してください

●問い合わせ 村上税務署 ☎53-3141（自動音声でご案内します）

確定申告書の提出の際には、
マイナンバーの記載+本人
確認書類の提示または写し
の添付が必要です。



女性団員も活躍しています

広報指導分団「つくし隊」をご存じですか。
女性を中心として結成された消防団員が保育園や地域の茶の間、各種イベントなどで火災予防を呼びかける活動を行っています。



●問い合わせ 消防本部総務課消防広報係 ☎53-7221



消防団は火事や水害での出動だけでなく、消防水利の点検や管理、予防啓発活動など多岐にわたる活動を行っており、地域防災の要となる組織です。近年は、6月に発生した山形県沖地震をはじめ、全国で大規模な地震や豪雨などの自然災害が多発しており、消防団の活躍がより一層期待されています。あなたも自分の地域を守るため消防団に入団し、一緒に活動してみませんか。

あなたの街、一緒に守りませんか
消防団員募集！





2020年農林業センサス がはじまります

農林業の実態を調査し、見えてくるさまざまなことから将来の日本の農林業を考えていくため、2月1日現在で、農林水産省による2020年農林業センサスが行われます。

■調査の対象と目的は？

全国の農家や集落営農など農林業を営んでいる個人・法人を対象に、日本の農林業の実態を調査することを目的として行います。

■調査の方法は？

調査をお願いする農林業関係者の皆さんには、1月中旬から県知事から任命された調査員がお伺いし、調査票などを配布します。調査票は、後日調査員が収集に伺います。

また、今回の調査から、オンライン回答もできます。

■調査結果は？

国や地方公共団体の農林施策の重要な基礎資料となり、さまざまな基本計画や政策・企画にも利用されるため、農林行政の推進に不可欠な調査です。

■情報は保護されるの？

記入した調査票の内容は、統計法に基づき厳重に保護されます。

※調査票を統計以外の目的に使用することや調査関係者が調査で知り得たことを他に漏らすことはありません

～これまでの調査結果～

農家数（戸）

	2005年	2010年	2015年
村上地区	817	722	621
荒川地区	708	588	470
神林地区	1,057	942	772
朝日地区	1,552	1,324	1,117
山北地区	783	655	513
合計	4,917	4,231	3,493



農林業センサスのキャラクター
つっちー



キャンペーンサイトはこちらのQRコードから

●問い合わせ 企画財政課企画政策室
☎53-2111（内線3234）



最大20万円！ 住宅リフォーム工事に 補助金を交付します

住宅リフォーム事業補助制度を令和2年度も行います。

■補助対象者

補助金の交付を受けることができる人は、次の要件を全て満たしている人です。

- ①市内に住民登録をしており、現在、居住していること。
- ②個人の住宅や店舗などとの併用住宅、マンションなどの集合住宅の所有者または所有者の2親等以内の親族で、申請する住宅に現在、居住していること。
- ③補助金の交付申請をするときに、申請者および同居人が市税を滞納していないこと。

■補助対象工事

次の条件を全て満たしている工事

- ①補助対象となる工事費用が25万円（税込み）以上の工事
 - ②市内に本店がある法人または市内に住所がある個人事業主に発注して行われる工事
 - ③令和3年3月31日までに完成し、支払いが完了する工事
- ※交付決定前に着手した工事や代金を支払った工事は対象外です
※併用住宅は自己の居住する部分、集合住宅は自己の専有する部分の工事に限ります
※詳しくは、お問い合わせください

■補助金の額

補助対象経費の20%以内で、上限額は20万円です。

住宅リフォーム事業補助金交付申請の受け付け

■受付期間（土・日曜日、祝日を除く）

[本 庁] 3月6日(金)～13日(金)
(会場：3階 第1会議室)
[各支所] 3月10日(火)～12日(木)
(会場：産業建設課)



■受付時間 午前9時～正午、午後1時～4時

■申請に必要なもの

「申請書」「見積書」「工事前の写真」「工事内容がわかる図面等」「印鑑」

※予算枠を超えた場合は抽選となります。抽選となった場合は、これまでに交付決定を受けていない住宅を優先します

※申請書類は地域経済振興課または各支所産業建設課にあります。また、市ホームページからもダウンロードできます

●問い合わせ 地域経済振興課経済振興室
☎53-2111（内線3611）



11/30

多彩な伝統芸能、その歴史と現状、未来を考える むらかみ伝統芸能を考える集い（教育情報センター）

第34回国民文化祭・第19回全国障害者芸術・文化祭の最終日に「むらかみ伝統芸能を考える集い」が行われました。

ステージ上では基調報告の後、舞台発表として小国町の獅子舞と大津獅子踊りが披露され、またパネルディスカッションでは大須戸能保存会、MTASあらかわ、牛屋獅子舞保存会3団体により伝統芸能の継承に向けて意見が交わされました。MTASあらかわの代表者は「獅子踊りの活動が地域の誇りや帰属意識を高め、伝統芸能の保存継承のみならず、地域全体の活性化につながっていくことを期待したい」と話していました。



▲大津獅子踊りの披露

12/1

子育て中のパパママを応援 わくわくバザー（市総合文化会館）

朝日地区地域会議が主催したパパママ応援イベント「わくわくバザー」。子ども用衣服などのバザーや読み聞かせのほか、紙ヒコーキや紙すもうを作ったり、つみきを積み上げる高さに挑戦したり、さまざまな遊びなどを楽しみました。

パパやママは、カフェでコーヒーや抹茶、スイーツを楽しみ、来場したおよそ150人はイベントを満喫していました。



▲読み聞かせで食い入るように聞く子どもたち



12/2

ようこそ先輩、神納東小学校へ！ 本間至恩選手来校（神納東小学校）



▲全校児童で本間選手を囲み記念撮影

サッカーJ2、アルビレックス新潟所属の本間至恩選手が今年度で閉校となる母校、神納東小学校を訪問しました。

全校児童82人とサッカーボールを使ったゲームをしたり、一緒に給食を食べたりして児童との交流を楽しんだ本間選手。

児童からの質問コーナーでは、小学校の思い出を聞かれ、「理科室の机に蹴ったボールが当たり、机を壊してしまった」と当時を振り返っていました。

12/8

新潟県競書大会で最高の県知事賞を受賞 第69回新潟県競書大会（新潟県立近代美術館）

第69回新潟県競書大会の中学校の部において、山北中学校3年生の本間菜奈世さんが県知事賞を受賞しました。

本間さんは「練習では、なかなか納得のいく作品が書けず1日8時間以上書くこともありましたが、バランスをとりながら勢いのある字を書くのはすごく大変で苦労しました。でも、諦めずに書き続けました」と話していました。

▶県知事賞を受賞した
本間菜奈世さん

12/8

新年の豊作を願い練り歩き

オサトサマ（塩野町集落）



▲1 kmほどの距離をゆっくり練り歩きました。

市指定文化財で塩野町集落に伝承される「オサトサマ」が行われました。この年中行事は、新調されたしめ縄を熊野神社に奉納し、山の神である「オサトサマ」に新年の豊作を祈願するもので、350年余りの歴史があります。

役割は、露払い役の仲人にシメカツギとタルカツギが2人ずつ。担ぎ手は女性に扮し、墨で描いたひげ顔に鉢巻という滑稽な姿に。一説によると、女神である山の神が美しいものに嫉妬するため、あえて醜くしているとか。

シメカツギを担った夫を見守った瀬賀紀菜さんは、「初めて見ましたが、主人が伝統行事に携われて誇らしいです」と話し、ほほえみながら見届けていました。

12/8

めざすは茶ンピオン

T-1グランプリ（マナポーテ村上）



お茶の知識・種類当て・淹れ方の3部門の合計点数で競われる「T-1グランプリ」が行われました。

お茶を愛する市内外の小学校3～6年生36人が参加。お茶の種類当て会場では、香りや手触りを確かめ、粉茶や茎茶、紅茶などと思われるものを見定め、書き写していました。

6人で競われたファイナル茶レンジで、栄えある茶ンピオンに輝いたのは村上小学校6年生の本庄光さん。「前は4位と悔しい思いをしたけど、今日は最高のお茶を淹れようと心を込めて淹れました。お茶は他の飲み物と違い深みがあるところが良いところです。この賞を糧に外国人の方にお茶の良さをアピールしてみたいです」と話してくれました。



▲香りや手触りなどを見定める参加者

12/12

アンパンマンサンタが登場

クリスマス会（朝日保健センター）



▲アンパンマン達と一緒に記念撮影

子育て支援センターが主催するクリスマス会が行われ、市内の未就学児とその保護者204人が参加し、スタッフによる劇などを鑑賞して楽しみました。

会の最後にはアンパンマンサンタが登場し、一緒に記念撮影。その後、スタッフからクリスマスプレゼントをもらい、思い出の残るクリスマス会となりました。

12/14

壮観！1,000本の塩引き鮭

イヨボヤまつり（新潟漁業協同組合山北支所）



今年で23回目となる恒例の「イヨボヤまつり」が開かれ、魚の競りが行われる広いセリ場に、寝屋漁港で水揚げされた鮭（塩引き鮭）がずらりと並べられ、年越し用に買い求める人達でにぎわいました。

市内から訪れた30代男性は「毎年家族で来ています。お正月に家族や親戚で食べる塩引き鮭を買いに来ました。並んだ鮭の数が、凄い一言です」と話していました。



▲広いセリ場に並んだ塩引き鮭



糖尿病注意報発令中!

健診の申し込みを受け付けています

～ 申込書を発送しました～

■健診を受けて糖尿病予防

みなさん、自分の血糖値をご存知ですか。健診を受けて初めて、自分の血糖値が高いことや、腎機能が低下していることが分かった人も多くいます。欧米では糖尿病患者の40～50%で心筋梗塞が直接死因となっています。血糖値が高いだけでは自覚症状はありません。血管や臓器に影響が出て初めて、生活に支障が出てきます。

自覚症状がない段階で糖尿病を早期発見し、血糖コントロールを良好に保ち、合併症を予防しましょう。

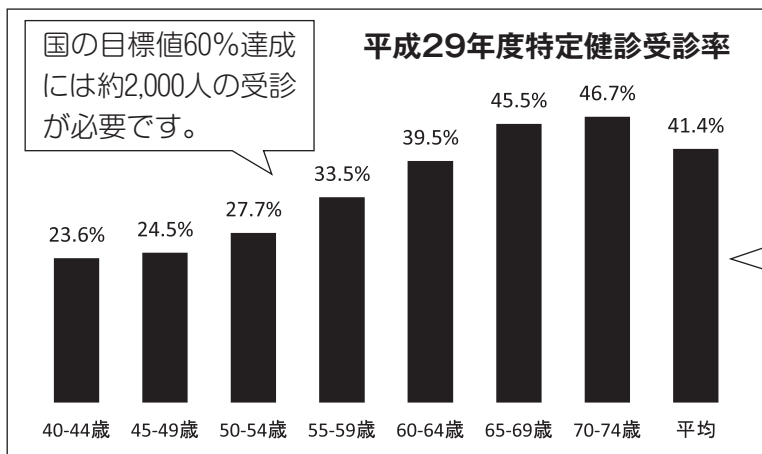
市の健診では、保健師が血糖値の高い人、腎機能が低下している人などに受診勧奨や保健指導を行っています。

市の特定健診の受診率は41・4%（平成29年度と県内30市町村中ワースト3位という現状にあります。国の目標とする60%を達成するためには、あと約2千人の受診が必要です。

■健診の申込方法

1月上旬に、「令和2年度健康診査申込書」を世帯主宛てに郵送しました。国民健康保険人間ドック費用助成の申込書も同封しています。

この申込書は、全世帯の健（検）診の受診状況調査も兼ねていますので、希望する健（検）診に丸をつけて1月24日（金）までにご返送ください。全ての方の提出をお願いします。



県内ワースト3位

国の目標値60%達成には約2,000人の受診が必要です。

平成29年度特定健康診査・保健指導実施状況(法定報告)より

ピンク色の封筒だよ



糖尿病は成人の3人に1人が持っている国民病です。

その理由として、運動不足、炭水化物を中心とした食事、間食や過食といった生活習慣が大して変わらない上に、医療が進んで長生きできるようになったからです。以前は糖尿病患者さんが心筋梗塞や脳卒中を発症する姿をよく見ましたが、今では治療を受けている人の発症はかなり減りました。

問題なのは、発病しているのに治療を受けていない人です。糖尿病は症状がないので検査を受けないとその存在や重症度が分かりません。高血圧や脂質異常もしかりです。病院に来られる重症者の多くは、健診を受けていない、通院歴があっても治療を中断したなど、病気をきちんと管理されていない人です。

通院していない人は一般健診を受けて今の生活習慣で問題ないか点検してもらって下さい。そして問題があれば保健師さんと相談し適切な生活習慣に直して、長く健康を維持してもらいたいと思います。



新潟県立坂町病院 診療部長
五十嵐 仁 医師

糖尿病・腎臓専門医からのメッセージ

●問い合わせ 保健医療課健康支援室 ☎53-2111 (内線2440～2443)



地域の足(移動支援)を考える研修会

村上市互近所ささえうる隊活動より

互近所ささえうる隊(市全体)では、各地区共通の地域の課題「地域の足(移動支援)」について考える研修会を9月19日、10月30日の2回シリーズで開催しました。

研修会は両日とも互近所ささえうる隊のほかに、移動支援に関心のある人や民生委員、区長、介護事業所の職員、まちづくり協議会メンバーなど約100人が参加し、移動支援についての関心の高さを感じました。研修会では、移動支援に関する法制度や全国の取り組み事例についての講演や、新潟市西蒲区間瀬地区の買い物支援の取り組みを学びました。また、地区ごとに分かれて、「今ある公共交通機関(※)をつまく活用するには」や、公共交通機関のみでは地域に合ったきめ細かな移動支援には限界があるという現状から「移動支援について自分たちの地域でやれること」をテーマに熱心に話し合いがされました。

参加者からは、路線バスに乗って出かける練習や社会福祉法人への働きかけなど、できることから具体的に

な活動につなげていきたいという前向きな声が多く聞かれました。互近所ささえうる隊では、移動支援も含めた住民同士の助け合いが増えていくよう、今後もさまざまな活動を続けていきます。

(※)公共交通機関：市内の路線バスや乗り合いタクシーなど



●問い合わせ

介護高齢課地域包括支援センター
☎53・2111 (内線3431)
または各支所地域振興課地域福祉室

お宅のペット、正しく飼育できていますか？

○犬の散歩に行くときは

- ・事前におしっこやうんちをおうちで済ませてから散歩に行きましょう。
 - ・外でおしっこをした場合は水で流せるようにしましょう。
 - ・散歩中にした犬のうんちは必ず持ち帰りましょう。
 - ・散歩をさせる時は必ずリードを付けましょう。
- また、リードは短く持ち、すれ違う人に不安を与えないようにしましょう。



散歩中のうんちは持ち帰ろうね

○猫を飼うときは

- ・室内だけで飼育するようにしましょう。外に出してしまうと、交通事故や猫同士のケンカ、病気のリスクが高まります。
- ・不妊去勢手術をしましょう。責任が持てない命を増やさないことは飼い主さんの責務です。
- ・首輪には迷子札を付けてください。連絡先がわかれば迷子になってすぐわかります。最近ではマイクロチップを挿入する飼い主さんも増えています。

○野良猫には

- ・絶対にエサをやらないでください。猫はエサがあるとその場所に住みつき、近所の家に入り込んだり、おしっこやうんちなどで他の人に迷惑をかけることとなります。その場合、エサを与えた人が責任を問われることもあるので、絶対にやめてください。

※所有者のいない猫について、新潟県では不妊去勢手術への補助金制度があります。詳しくは村上保健所衛生環境課にお問い合わせください



犬・猫以外の動物も適正に飼育をし、近隣の方に迷惑が掛からないようきちんと管理しましょう。

●問い合わせ 環境課生活環境室 ☎53-2111 (内線3311) または村上保健所衛生環境課 ☎53-8371



池田 大輝さん
(庄内町・20歳)

協力企業



株式会社マツウラセイキ
(坂町2834-3)
☎62-4111

入社2年目。現在は、金属に穴を開けたり削ったり、マシニングという機械で金属加工を担う池田さんにお話を聞きました。

■入社のきっかけは？

高校が工業系でしたので、学んだ技術を活かした仕事を探していました。この会社には高校時代、インターシップで何度かお世話になりましたが、その時、いろんな部署がありおもしろそうだなと思い、ぜひこの会社で働きたいと思っていました。

■今後の目標を教えてください

やっと一人で段取りができるようにまでありましたが、まだまだ教わることが多く道半ば。これからはCADを使った設計ができるようになりたいです。

■地元で働くことの良さ

地元に残りたかったし、会社が近いので理想的。地元の友達とも遊べるので満足です。

■会社をPRしてください

うちの会社は、機械加工や精密板

金、プレス、ろう付、アルミ半田コーティング、エッジワイズコイルなど、多岐に渡って製作している県内でも珍しい会社です。先輩方が優しく接してくれて、社内の雰囲気がとても良い会社です。

■休日の過ごし方

基本、家に閉じこもっているかな。(笑)
漫画やアニメが好きで、たまにイラストを描いています。出来栄の良いものはSNSにあげたりもしています。

■好きな言葉は？

「やらずに後悔よりやって後悔」
常に心掛けて仕事にも取り組んでいます。

○取材から

素直な池田さんは、会社の皆さんに愛されているのを感じました。話しているとき持ちは明るくなる、そんな笑顔が印象的でした。

※従業員の方を紹介したい企業を募集しています。詳しくは、企画財政課企画政策室(☎53・2111)内線3233(3)まで

◆中央図書館1月の休館日◆

月曜日 20日、27日
中央図書館の開館時間
火～金曜日 午前9時から午後7時まで
土・日曜日・祝日 午前9時から午後5時まで

蔵書点検による休館のお知らせ

次の期間中、市内図書館(室)は蔵書点検のため休館しますので、ご理解とご協力をお願いします。

- ▼中央図書館 2月18日(火)～21日(金)
- ▼朝日図書館 1月29日(水)～31日(金)
- ▼荒川図書室 1月23日(木)～24日(金)
- ▼神林図書室 1月17日(金)
- ▼山北図書室 2月5日(水)～6日(木)

図書館ひろば

村上市立中央図書館 ☎53-7511

【中央図書館新着図書】

- ◆ あたしたち、海へ(井上荒野)
- ◆ 我は景祐(熊谷達也)
- ◆ 老警(古野まほろ)
- ◆ 変半身(村田沙耶香)
- ◆ 凍りついた瞳 2020(椎名篤子)
- ◆ こんにちは、保健師です(池田香理)
- ◆ アレルゲン害虫のはなし(川上裕司)
- ◆ 圧力鍋の大絶賛レシピ(牛尾理恵)
- ◆ 地獄の楽しみ方(京極夏彦)
- 湊町の寅吉(藤村沙希)
- ウサギのトリン(高富じゅん子)
- たまたまたまご(北村裕花)
- もし地球に植物がなかったら?(きねふちなつみ)

冬期間の移動図書館車の巡回について

冬期間、移動図書館車は天候の悪化により、巡回の時間に遅れが生じたり、巡回を中止することがあります。

ご迷惑をおかけすることがあるかもしれませんが、ご協力をお願いします。巡回予定については、中央図書館にお問い合わせください。



- ◆…一般書
- …児童書

おたんじょう

氏名(ふりがな)	届出人	町内会名または住所
村上地区		
茜里(あかり)	細野 智史	松原町一丁目
緋斗(あけと)	五十嵐 愛	仲間町
仁湖(にこ)	井上 大介	山辺里
空祐(こう)	内山 道太	緑町一丁目
純可(すみか)	小嶋 大輔	加賀町
慎利(しんり)	船山 勇樹	加賀町
士紋(しもん)	長谷川 潤	塩町
陽依(ひより)	池田 優哉	塩町
栞鳳(しおん)	石附 剛	瀬波新田町
彰人(あきと)	菅原 龍太	鍛冶町
悠生(ゆうせい)	相馬 光	塩町
碧(あお)	高井 那弥	山辺里
荒川地区		
陽斗(はると)	近藤 秀人	金屋

氏名(ふりがな)	届出人	町内会名または住所
紬(つむぎ)	金子 充	佐々木
航介(こうすけ)	齋藤 豊	坂町
笑娜(えな)	金子 昂弘	佐々木
神林地区		
梨凜羽(りりは)	羽馬 駿	里本庄
朱里(あかり)	柏櫓 亘	塩谷
朝日地区		
航(こう)	岡田 修平	十川
碧映(あおば)	佐藤 直樹	黒田
山北地区		
優心(ゆうしん)	富樫 魁斗	寝屋
沙彩加(さやか)	佐藤 優樹	立島

おくやみ

氏名	年齢	町内会名または住所
村上地区		
高崎 ミサ	85	瀬波温泉二丁目
本保 顕雄	83	岩船上浜町
吉村 啓吾	78	緑町二丁目
川村 富子	82	下山田
小川 トメ	90	下相川
小野 ヨシ	88	柏尾
中村 洋子	83	山辺里
石井 カネ	97	新町
細野 誠	65	羽下ヶ渚
田村 友三郎	85	山辺里
太田 正樹	67	田端町
横井 一義	89	久保多町
田嶋 三郎	86	三之町
大滝 ナヲ子	85	山辺里
本間 サチ	78	松原町四丁目
小池 春吉	86	瀬波温泉二丁目
瀬賀 サキ	94	菅沼
近 宇榮太	79	南町二丁目
長谷川 キヨ	92	松波町
高野 長一郎	80	瀬波中町
小田 ツヤ子	80	八日市
本間 武	91	岩船上浜町
原田 愛子	88	塩町
大滝 喜榮子	85	下相川
大滝 フミ	92	庄内町
高橋 祐作	84	加賀町

氏名	年齢	町内会名または住所
船山 昭一	90	久保多町
小田 巳津也	73	羽黒町
鈴木 二郎	83	松原町三丁目
東海林 久一	85	瀬波温泉二丁目
荒川地区		
阿部 純二	93	春木山
高橋 弘道	77	名割
佐藤 恵子	78	下鍛冶屋
松田 シズ	89	藤沢
小林 順子	65	大津
金子 智之	54	佐々木
藤田 キミ	96	山口
横野 巖	83	山口
高田 フミ子	88	荒川松山
齋藤 義則	82	山口
皆川 ミツイ	95	坂町駅前
神林地区		
竹内 源之助	94	新飯田
遠山 五一郎	81	宿田
三須 喜三郎	89	宿田
鈴木 春雄	88	牛屋
佐藤 未作	84	松喜和
朝日地区		
高橋 智子	93	猿沢

氏名	年齢	町内会名または住所
齋藤 ミツイ	93	岩沢
木ノ瀬基平太	47	新屋
海沼 日出夫	68	関口
相馬 キノエ	86	高根
富樫 誠二	58	上野
石田 文雄	92	宮ノ下
齋藤 典治	91	小揚
杉山 千代子	69	新屋
高橋 亮治	75	猿沢
阿部 則	86	朝日中野
本間 克明	82	中新保
室本 昭一	71	下中島
中山 千代美	75	大須戸
丹 ユミ子	82	布部
菅井 繁治	88	小川
山北地区		
本間 弘	79	寝屋
富樫 タカ子	89	塔下
富樫 アイ子	95	堀ノ内
菅原 ユキ	96	板貝
富樫 博康	66	府屋学校町
池田 年男	72	下大蔵
小田 キク	96	荒川口
齋藤 ハツイ	89	越沢

※11月11日から12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

人口と世帯数(12月1日現在)
()内は前月比

人口  28,417人(△49)  30,898人(△36) 計59,315人(△85)  22,706世帯(△12)



佐藤 柑那ちゃん
 H30.8.22生(下相川)



小田 迅くん
 H28.11.16生(関口)



大滝 美織ちゃん
 H31.2.23生(杉原)



竹岡 茉莉ちゃん(左) H27.11.22生
 祐輝くん(中央) H25.6.23生
 花音ちゃん(右) H23.5.29生
 (山居町一丁目)

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。小学校入学前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せん)

QRコードで
 アドレス読み取り



- 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

むらかみの話題 ワンモアショット!

11/29 中学生が冬の風物詩のお手伝い

越後村上鮭塩引き街道(小町・庄内町地内)



◀塩引き鮭を持ってハイ、ポーズ

今年も12月1日から20日まで開催された「越後村上鮭塩引き街道」の準備に、村上東中学校の2年生4人が参加してくれました。

参加した生徒は、市内の中学校や地元小学校の児童生徒が作った塩引き鮭を、屋根の上に運ぶ作業を一生懸命手伝っていました。

この取り組みは、村上の鮭文化を学び、地域を愛する生徒を育てることを目的に毎年行われています。準備を手伝った生徒からは「自分たちが作った鮭を観光客の方々に見てもらえることがうれしいです」と話してくれました。

編集後記 ▶今年はずん。とかく嫌われもののイメージのネズミですが、大黒天の使いであり、五穀豊穡や財力の意味を持つらしい。また、ネズミにまつわることわざの中には子孫繁栄の意味もあります。「子」にあやかり子どもがたくさん生まれ、笑顔いっぱい村上になることを願っています。広報担当になり早4カ月。今年一年、計画性を持ち、皆さんに身近な市報作りを心がけていきますので、引き続きよろしくお願いたします。決して「袋のネズミ」にならないように…。(遠山)

今日の市民キッズモデル

今回の紙面を和ませてくれたのは、村上いずみ園に通うこの2人!

けいたくん

- 好物 いちご
- 夢 消防士



きいとちゃん

- 好物 ポップコーン
- 夢 ごはん屋さん



むらがみ情報ねっと・子育てメールマガジン

メールで情報をキャッチ!
<http://www.city.murakami.lg.jp/mobile/mailmaga/>
 右のQRコードを読み取るだけで簡単アクセス

