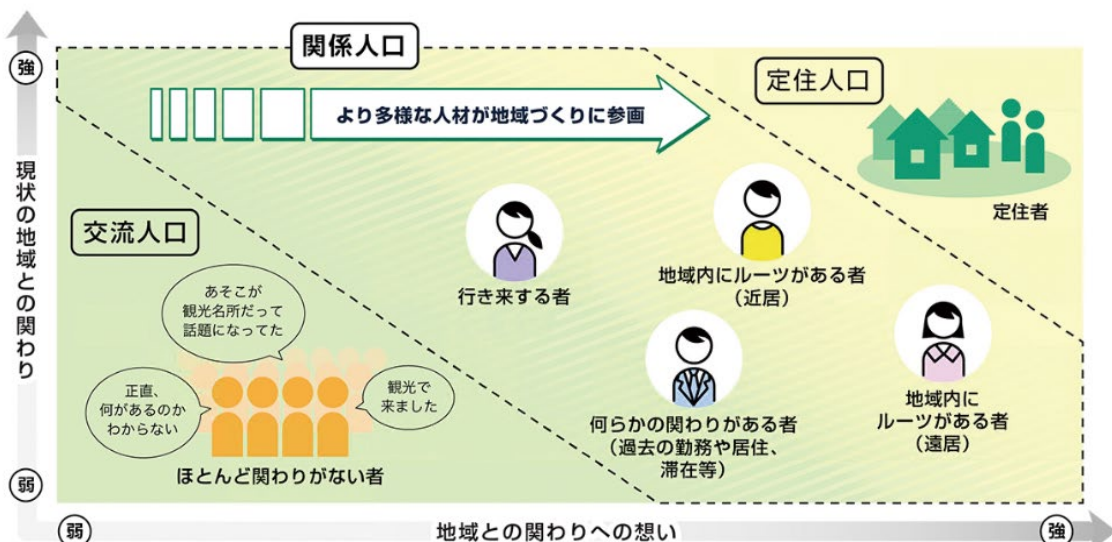


洞杉群散策（市政バス「しぜんコース」）

遊歩道を進むと現れる洞杉。その壮さに圧倒される一同なのでした。【関連記事…23P】

「関係人口」ってなんだろう？



【出典：総務省関係人口ポータルサイト】

移住でも観光でもなく、定期的に特定の地域を訪れて活動するなど、その地域や地域の人々・企業等と多様な関わりをもつ人々を「関係人口」と呼びます。このように呼ばれる人々は、その地域や地域に住む人々に興味があり、関わっていきたいという想いを持った、言わばその地域の「ファン」です。

人口減少や高齢化により、地域づくりの担い手が不足する今、ゆるやかに関わりを持ちながら、ともに地域を盛り上げていく、そんな「関係人口」というあり方が、新たな地域づくりの担い手として期待され、注目されています。

市では、令和3年度から、関係人口創出の取組の一環として「ワーケーション※」を推進しています。

※「ワーク（仕事）」と「バケーション（休暇）」を組み合わせた造語。オフィスを離れ、テレワークをしながら休暇を過ごす新しい働き方。



県内外のテレワーカーに「ワーケーション」の休暇時間をボランティア活動に費やしてもらい、観光客（交流人口）よりも深く、継続して本市に関わってもらうために、魚津まつり開催期間を含む約1週間（7月30日～8月6日）を「うおづウェルビーイングウィーク」と名付けて、様々な体験プログラムを実施しました。

うおづウェルビーイングウィークの参加者には、「たてもん祭り」の町内会活動や「うおづキャンドルロード」の運営を支援するために「魚津まつり応援団」として祭りの盛り上げを担っていただきました。

「たてもん祭り」では、たてもんの曳き手はもちろん、早朝からの山車の組立から山上げ（提灯・雪洞の取付）、祭り翌朝の山車の解体まで地区の方々とともに作業に汗を流していただきました。「うおづキャンドルロード」では、会場を飾るキャンドルの製作、猛暑の中での会場設営、会場撤去作業に協力していただきました。

問

地域協働課定住応援室
☎ 23・1095



「魚津まつり応援団」の活動やテレワークの余暇時間には、市内で藍染め体験やSUP※、洞杉群散策などのアクティビティに参加してもらい、魚津の自然・文化に触れてもらいながら、地域で活動する人たちと交流を深めていただきました。

また、8月3日には、講師に前野マドカさん、島田由香さんをお招きして市民講座を開催しました。県内外から45名の方が参加され、「地域活動・家族や周囲に対する思いやり」など様々な切り口で「ウェルビーイング（真の幸せ）」について講演いただき、理解を深めることができました。

「ウェルビーイング」をテーマとし、関係人口創出を目的とした初の取組。受入団体から「来てもらって良かった」「大変助かった」との声をいただくことができました。今回だけに限らず、今後も引き続き魚津のファンが増える取組を進めたいと思います。取組にご協力いただいた市民の皆様、ありがとうございました。「魚津まつり応援団」の皆様、また魚津でお会いしましょう。

※ スタンドアップパドルボードの略。
ハワイ発祥のウォーターアクティビティ。

～参加者の声～

たてもんを動かそうと心を一つにして、たてもんが一気に動いた瞬間、曳きながら胸が熱くなった。

たてもんが完成するまでを近くで見ることができて、大変貴重な経験でした。

単なる観光客ではなく、応援団として祭りに関わることができて、魚津の魅力を体感できた。

自分たちが設置したキャンドルを撮影する人を見かけて嬉しくなった。

日常から離れ、魚津の美しい自然の中で過ごす時間が自分のウェルビーイングを高めてくれました。

自分が少しでも役立っているという実感があり、地元の素敵な方とたくさん交流ができてうれしかった。

団結力と大きな達成感を得られました。また来年も友人を誘って参加したい。

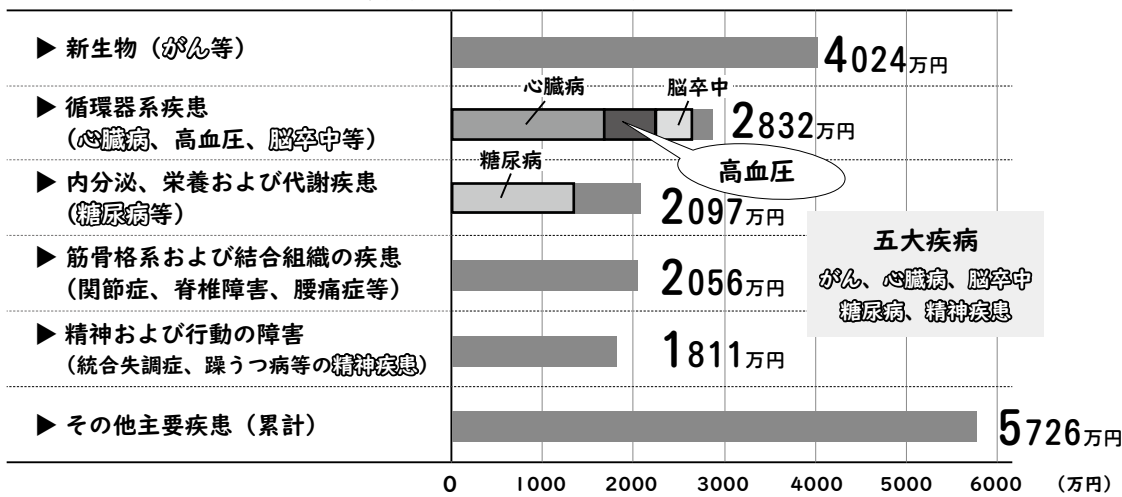
～受入団体の声～

初めての作業、町内会のメンバーとも初対面にも関わらず、積極的に取り組んでもらえ、活気に溢れていました。

チームワーク、何より皆様のエネルギーがすごく、こちらの方が元気をいただきました。



図 魚津市の主要疾病分類別医療費（令和4年9月受診分）



医療費を大切に使いましょう

一人あたりの医療費 43万円（魚津市国民健康保険加入者）

増加する医療費

主要疾病別の医療費では、「五大疾病」といわれる、がん・脳卒中・心臓病・糖尿病・精神疾患によるものが高額です。令和4年9月の総医療費、約2億2千万円のうち、約半分を占めています。（図参照）

そのほか「生活習慣病」としても挙げられるがんや糖尿病のほかに「高血圧疾患」による医療費も高くなっています。これらの生活習慣病は発症するまで気が付きにくいという特徴があります。定期的に健診を受けて、ご自分の身体状況を把握しておくことがとても重要です。

節約のポイント

ひとつの病気で複数の医療機関を受診したり、体調が悪くなるとすぐに大病院を受診していませんか？

上手に医療機関を受診すれば、医療費の節約につながります。

ご存じですか？ リフィル処方せん※

※ 症状が安定している患者さんに対して、医師が「リフィルによる処方が可能」と判断した場合、その都度診察を受けなくても繰り返し薬をもらえる処方せんのこと。

■ メリット

- ・医療機関を受診する回数が減り、通院負担の軽減や医療費の節約につながります。

■ 注意

- ・処方せんの「リフィル可」欄に、医師のチェックが入っていれば利用できます。
- ・リフィル処方せんが使用できない薬もあります。

■ 例えば…

- 1回目：医師の診察を受けてから、処方された日から4日以内に調剤薬局で薬を受け取ります。（通常の処方せんと同様）
- 2回目：医師の診察なしで調剤薬局で薬が受け取れます。調剤予定日（薬剤師が処方せんに記入）の前後7日以内に受け取ります。
- 3回目：2回目と同様（利用できるのは最大3回目まで）

まずは、かかりつけの医師に相談してみましょう。

ご存じですか？ セルフメディケーション

軽度な身体の不調を自分で手当するのがセルフメディケーションです。健康管理の習慣や医薬品の知識が身につくだけでなく、受診する手間や費用が削減される効果があります。

また、OTC医薬品（処方せん無しで購入できる市販薬）を活用することもセルフメディケーションを上手に行うコツです。

かかりつけの医師や薬剤師を持ち、わからないことは相談するようにしましょう。

魚津市国民健康保険加入者で
特定健診を受けた方へ

プレゼント！

MiraPay 2,000コイン

▶対象：令和5年6月～10月31日(火)までに特定健診を受診した方（集団検診は10月12日(木)、11月3日(金・祝)にも実施）

▶申込期間：令和6年3月31日(日)まで

▶必要なもの

①特定健診の受診結果

②MiraPayカード（カードは申込時に新規にお渡しすることもできます）

または MiraPayアプリの入ったスマホ

※特定健診については、魚津市健康センター（☎24-3999）にお問い合わせください。



問

市民課医療保険係

（③番窓口）☎23-1011

今のあなたの血圧、知っていますか？

問 健康センター ☎24-3999

収縮期血圧
(上の血圧)

(120)

135

(140)

正常範囲です

高血圧です！

拡張期血圧
(下の血圧)

(80)

85

(90)

このまま放置していると...

収縮期血圧 135mmHg
または 拡張期血圧 85mmHg以上
どちらか一つでも当てはまれば
高血圧 です！

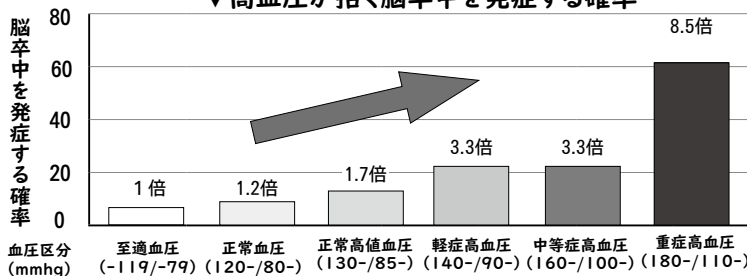
気づかないうちに血管の壁に負担がかかるため、やがては心臓病・脳卒中・腎臓病等の命に関わる病気を引き起こします。正常範囲を超えるにつれて、そのリスクは上がることが分かっています。(右図)

血圧は生活習慣を改善することで、血圧低下が期待できます♪

対1000人・年

脳卒中を
発症する
確率

▼高血圧が招く脳卒中を発症する確率



【出典：高血圧治療ガイドライン2009】

血圧を下げたいあなた！今すぐできることから始めてみよう！



減塩 塩分の摂りすぎは血圧上昇に直結します！

1日の食塩摂取目標量：高血圧の人 6g未満

●麺類の汁は残す

●調味料は「かける」
でなく「つける」

●汁物は具沢山に



野菜をとる

目安は1日350g！
生野菜で両手に3杯。
塩分を体外に排出し
やすくします。



減量



節酒



禁煙



運動

運動を始める♪ 続ける♪ きっかけにぜひご利用を！

ミラたん健康ポイント

市LINE公式アカウントから参加できます！

応募者の中から抽選で

素敵な記念品をプレゼント！



▲市LINE

元気とやま かがやきウォーク

10/1(日)～11/30(木)の期間内、

市内2か所(新川文化ホール・
魚津桃山運動公園)でGPSを起
動して3,000歩を達成すると、
アプリ内で50ポイント進呈！



▲iphone



▲Android



多面的機能支払交付金制度

あなたの地域でも活用してみませんか？

・交付金額は、活動地域内の農地面積に応じて算出されます。
・取組内容によって単価が変動する場合があります。

問 農林水産課農産振興係 ☎23・1034

この制度は、農業・農村が有する**多面的機能**(※)の維持・発揮を図るために地域で行う共同活動(農地や法面の草刈り・水路の泥上げ・農道の路面維持など)を支援し、農用地や水路、農道など、地域資源の適切な保全管理を推進するものです。
現在、市内では47組織(集落)が制度を活用しています。

※多面的機能

水源の^{かんよう}涵養、自然環境の保全、良好な景観形成など、食料その他の農産物の供給以外の多面にわたる機能。

「制度を利用するには？」

▼まずは農林水産課まで
お問合せください。

1 活動地域・範囲をとりまとめる

2 活動組織を結成する

【構成員例】
農業者、農業生産組織、自治会、婦人会など

3 魚津市へ事業計画を提出し認定を受ける

組織からは「農家と農家でない住民との共同による草刈りや江ざらいなどの取組みに活用できる」と高い評価を得ています。また、地域で取り組むことで、負担軽減も期待されます。
農村の過疎化、高齢化、担い手不足などで農地の管理に悩んでいませんか？市では、この制度に取り組む組織を募集し、支援します。ぜひご利用ください。

取組内容別の基本単価と活動事例

【取組は任意】	【取組は任意】	【取組は必須】
資源向上支払(長寿命化)	資源向上支払(共同活動)	農地維持支払
田：4,400円/10 a 畑：2,000円/10 a	田：2,400円/10 a 畑：1,440円/10 a	田：3,000円/10 a 畑：2,000円/10 a
 ▲老朽化した水路の更新	 ▲水路の簡易な補修	 ▲草刈り
 ▲農道の舗装	 ▲景観形成(植栽)	 ▲水路の泥上げ

市長のタウンミーティング

「第5次魚津市総合計画（令和3～12年度）」に基づき推進している各施策や今後重点的に取り組む事項等について、地域住民の皆さまのご意見をお聞きし、今後の魚津のまちづくり推進につなげるために開催します。

皆さまのご参加をお待ちしております。



開催日	会場	対象地区	開催日	会場	対象地区
10/12(木)	上野方コミュニティセンター	上野方	10/30(月)	道下公民館	道下
10/13(金)	大町コミュニティセンター	大町	10/31(火)	農村環境改善センター	加積
10/16(月)	村木コミュニティセンター	村木	11/7(火)	天神公民館	天神
10/17(火)	西布施公民館	西布施	11/13(月)	本江地域交流センター	本江
10/20(金)	金山谷伝習館	松倉	11/22(水)	下中島公民館	下中島
10/23(月)	経田公民館	経田	11/29(水)	上中島公民館	上中島
10/26(木)	片貝コミュニティセンター	片貝			

【当日のスケジュール】

- 19:00～19:20（予定） 市長講話
「自治基本条例・各地域におけるコミュニティセンターについて」
- 19:20～20:45（予定） 意見交換



魚津市公式YouTubeで生配信予定。
チャットでご意見もお寄せください。

魚津市シェイクアウト訓練

11月2日(木) 10:00～

市内全域（約1分程度）

地震・津波などの発生時に備え、防災行政無線屋外スピーカー・戸別受信機から緊急地震速報の訓練放送を行うほか、防災情報メール・防災速報アプリでも訓練情報を配信します。訓練情報を確認されましたら、その場で訓練を行ってください。各家庭や職場で訓練を実施し、地震から身を守るための安全行動を身につけましょう。

※屋外からの音が聞こえない場合は時間にあわせて開始してください。
※気象等の状況により中止する場合があります。



津波対策のための垂直避難（高い場所への避難）
や安否確認等にも取り組みましょう。

国分寺市・魚津市 災害時相互応援に関する協定締結式



大規模災害発生時に、迅速かつ円滑な応急対策や復旧対策を相互に支援するため、令和5年7月26日、東京都国分寺市と「災害時相互応援に関する協定」を締結しました。

本市は石川県七尾市・長野県飯山市・新潟県十日町市・愛知県知立市とも災害時相互応援協定を結んでおり、東京都国分寺市で5自治体目となりました。

問 総務課防災危機管理室 ☎23-1078

魚津市職員採用試験

問 総務課職員係

☎23-1020

メール shokuin@city.uozu.lg.jp

申込期間：10月16日(月)まで

職種区分		採用人数	一次試験	試験内容
初級	土木技師	若干名	10月29日(日)	・教養試験・専門試験 ・適性検査・作文試験

◆ 受験資格（次の要件をすべて満たす人）

- ・平成14年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方
- ・学校教育法に定める高等学校の土木系の学科を卒業した方または卒業見込みの方
- ・測量士補の資格を有する方または令和6年3月末日までに当該資格を取得する見込みの方

※大学（短期大学含む）等在学者は、受験できません。

※二次試験で面接等を行います。

申込方法や試験日程等の詳細については、市HPをご覧ください。



市HP

マイナンバーカード 受取・申請窓口

問 市民課市民係（②番窓口）☎23-1003

▶市役所窓口（1階市民課）

予約不要
写真撮影
無料

通常窓口	平日(月)～(金) 8:30～16:45
	毎週月曜日 17:15～18:45 ※月曜日が祝日・振替休日の場合は翌開庁日
臨時窓口	10/21(土)・28(土) 各日 9:00～12:00 ※受付終了は11:30

※市役所窓口では、以下のお手続きについても予約不要で行うことができます。

●マイナンバーカードの受取

市民課から届く「個人番号カード交付のお知らせ」で必要書類をご確認ください。

●健康保険証利用申込および公金受取口座登録

健康保険証利用申込・公金受取口座登録の申込みに必要なもの

- ① マイナンバーカード
- ② マイナンバーカード4桁の暗証番号
- ③ 公金受取口座登録用の通帳またはキャッシュカード

※本人確認書類1点（運転免許証や保険証）をご持参ください。

お知らせ
info

防災資機材

宝くじ助成金で整備

問 総務課防災危機管理室 ☎23-1078

一般財団法人自治総合センターが、宝くじ受託事業収入を財源として実施している社会貢献広報事業「コミュニティ助成事業」を活用し、地区の防災資機材を整備しました。

大町地区自主防災会 防災資機材

大町地区自主防災会では、右記の防災資機材を整備しました。今後、地域で災害が発生した際や防災訓練等で活用されます。



ポータブル電源、ソーラーパネル

ワンタッチ
カプセルテント



空き家対策支援制度

問 都市計画課建築住宅係 ☎23-1031

1 空き家・空地 情報バンク



空き家バンク



空地バンク

空き家・空地の活用（売りたい・貸したい）をしたい方、
空き家を探している方はご相談ください。

2 空き家 家財道具等 処分補助金



空き家の家財道具等の処分に要する費用を補助します。
※処分費用の1/2、限度額10万円

3 空き家リフォーム 支援事業補助金



空き家を購入時、リフォーム費用1/2を補助します。
※限度額 住居用：50万円、事業所等用：80万円
※居住誘導区域内は、限度額を20万円加算します。

4 危険老朽空き家 解体補助金

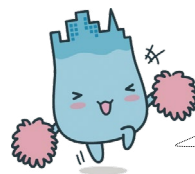


老朽化が進み、危険な空き家と連棟空き家^(※)の解体費に
補助金を交付します。

※この補助制度で助成の対象となる連棟空き家とは…
危険な空き家と同時に解体する建物間隔が1m未満の空き家

～生涯健康でいるための第一歩をふみだしませんか～

あなたのからだ測定会 + (プラス)



参加者には
もちろん特典が
あります！

「人生100年時代」と言われる今、皆さんはこれからの人生をどのように過ごしたいですか？
生き活きと人生を過ごすためにも、健康維持は土台となる大切なことです。
生涯健康で活躍されるために、まずはご自身の身体を知るところから始めませんか。
参加者にはもちろん特典があります。ご希望の方はぜひお申込みください。

対象者：魚津市民で要介護・要支援認定を受けていない65歳以上の方

内容：機器を使った体力や口腔機能の測定（ミニ講話・エクササイズ付）など

期間：10/25(水)～12/6(水)の間、毎週水曜 9:30～11:00 全7回

定員：12名 **料金：**1回につき300円 **申込期限：**10/18(水)

会場・申込先：スコール・フレイル予防センター ☎23-5080（要申込）

※定員を超えた場合や状況によりお断りする場合があります。

～過去の参加者の声～

- ・トレーニングをしたあと、
体が軽くなった
- ・いろいろな人と交流ができて、
とても楽しかった
- ・自分にできることを少しでも
やってみようと思った

初心者・高齢者向け スマホ教室

スマートフォンの操作に不安のある方へ
おすすめの講座です。

【スマートフォンを持っていて、もっと楽しみたい方】

日時：10月13日(金) 14:00～16:00

内容：LINEの使い方、地図アプリの使い方など

▶**場所：**魚津市立図書館 2階 視聴覚室

※講義では、主催者が準備したスマートフォンを使用します。

▶**定員：**20名（魚津市民限定・申込順）

▶**参加費：**無料

▶**申込期限：**10月11日(水)

▶**申込・問合せ：**情報広報課広報広聴係

☎23-1015

“みらパーク” からのお知らせ

様々な年代の方が楽しめる企画をご用意しました！
詳しい内容は公式SNS・HPで順次更新しています。



▲HP



▲LINE

問 NAPs(担当:中島)
☎080-7290-6247
(平日10:00~16:00)
メール:contact@uozupark.com

注目イベント／

草花交換会 <予約不要>

▶日時:10月21日(土)
13:30 ~ 15:30

▶場所:晴天時 ふれあい広場
雨天時 みんなのみなと前広場

※入場無料・出入り自由・少雨決行

年2回開催の交換会。
ご家族で育てた草花を交換し合
いながらお庭の相談やお手入れ
のヒントをパークコンシェルジュよ
りお伝えします。
あなたの育てた大切な鉢・苗が
誰かの幸せにつながりますように。

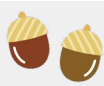


日 時	内 容	備 考
10月 2日(月) 22日(日) 10:00~11:30	つながるパークヨガ <当日参加可>	【場所】 晴天時:公園内 雨天時:レストハウス2階 【定員】20名 【参加費】1,000円
10月9日(月・祝) ①13:00 ②13:30 ③14:00 ④14:30 ⑤15:00	走り方教室 <要申込>	【場所】ミラージュランド芝生広場 【定員】8組/回 【参加費】1,000円
10月19日(木) 10:30~11:30	こそだてツナグ輪 「みらリン」 ～パーソナルカラー診断 &ポイントメイク～ <要申込>	【場所】レストハウス2階 【定員】15組 【参加費】無料
10月31日(火) 10:00~11:30	コミュニティガーデン倶楽部 ～みらパークに 花を植えよう!～ <当日参加可>	【集合場所】みんなのみなと 【定員】15名 【参加費】無料

◎ 毎週木曜日は、子育てコワーキングスペース「みらリン」をOPEN! 詳しくはHPをご覧ください。



参加者募集!



親子でもっとふれあい自然体験教室

子どもたちに身近な自然への興味をもってもらう
とともに、子育て中の保護者どうして悩みなどを分
かちあう親学び講座を開催します。

自然体験の初心者でも安心して参加できる内容で
すので、ふるってご応募ください。

▶申込・問合せ:

生涯学習・スポーツ課 生涯学習・文化係
☎23-1045 FAX:23-1052
メール:learning@city.uozu.lg.jp

▶日時:11月12日(日) 9:00~12:00頃

▶集合・解散場所:新川学びの森天神山交流館 1階研修室

▶体験場所:新川学びの森天神山交流館敷地内
「森のステージ」周辺

▶対象者:未就学児(3歳~6歳)とその保護者
(保護者が市内在住または在勤の方)

▶定員:10組 20名ほど(申込先着順)

▶申込期間:10月25日(木)まで

▶参加費:親子1組 1,000円(材料費、保険代など)

▶申込方法:電話、FAX、メールのいずれかで、
氏名、住所、電話番号をお知らせください。
後日詳しい案内を送付します。



～魚津市音楽のまちづくり特別事業～ 見る・聴く・心で感じるコンサート

演奏 小松 玲子さん（サヌカイト）、菅野 刀志充さん（パーカッション）

水めぐるまち ふるさと魚津を知る

豊かな水循環と自然に恵まれた魚津の映像に、神秘的なサヌカイトの音色を重ね、ふるさと魚津を再発見するコンサートです。水循環のモチーフ作曲は、日本を代表する作曲家で文化功労者の池辺晋一郎氏に、映像制作は洗足学園音楽大学音楽音響デザインコースにご協力をいただきました。

埋没林博物館 会場

日時：10月13日(金) 18:30 開演（公演時間 60分）

場所：埋没林博物館 2階ハイビジョンホール

入場料：1,000円（高校生以下無料）※別途入館料不要

※要申込（定員 80名）

新川学びの森天神山交流館 会場

日時：10月14日(土) 14:00 開演（公演時間 60分）

場所：新川学びの森天神山交流館 桜ホール

入場料：1,000円（高校生以下無料）

※要申込（定員 80名）※魚津駅からの無料送迎バスあり

親子で楽しめる打楽器ワークショップ

日時：10月14日(土) 15:30～16:30

講師：小松 玲子さん

参加料：無料 ※対象は小学生以上

※要申込（定員 30名）

ライブラリーミニコンサート

サヌカイトの演奏をお楽しみいただけます。
（水循環映像の上映はありません）

日時：10月13日(金) 12:30～（公演時間 30分）

場所：魚津市立図書館 1階

入場料：無料



▲1300万年前の化石から作られた
楽器「サヌカイト」



▲魚津の水循環を象徴する
「東山円筒分水槽」

【主催】 魚津市、魚津市教育委員会

【共催】 学びの森音楽祭実行委員会

【申込・問合せ】 新川学びの森交流館 ☎31-7001
（月・木曜日休館）

お知らせ
info

自衛隊への情報提供を希望されない方へ

除外申請の受付について

魚津市では、自衛隊法施行令第120条に基づく自衛隊富山地方協力本部からの求めに応じ、自衛官募集対象者情報の提供を行っています。この情報は、自衛官および自衛官候補生の募集案内資料の郵送等に利用されます。

自衛隊にご自身の情報提供を望まない方は、「除外申請」の手続きをしていただくことにより、自衛隊へ提供する情報から除外することができます。

▶**対象者**：令和6年度に18歳または22歳になる魚津市民の方（日本国籍を有する方）

▶**申請方法**：① 電子申請 ② 郵送による申請
③ 窓口での申請

▶**受付期間**：10月1日(日)～11月30日(木)

※必要書類など、詳しくは市HPの本申請紹介ページをご覧ください。



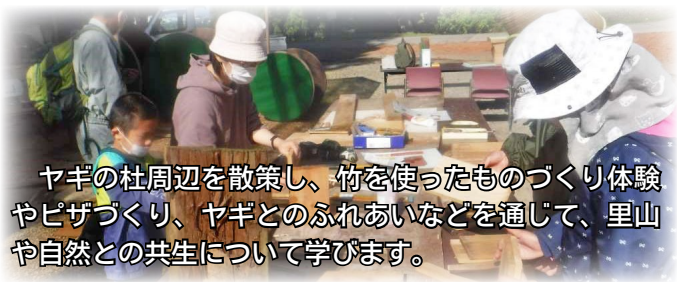
市HP

▶**問合せ**：市民課市民係（②番窓口） ☎23-1003

イベント
EVENT

緑の学び舎

ヤギの杜 里山体験会



ヤギの杜周辺を散策し、竹を使ったものづくり体験やピザづくり、ヤギとのふれあいなどを通じて、里山や自然との共生について学びます。

▶**日時**：10月28日(土) 9:00～12:00頃（雨天中止）

▶**場所**：小菅沼地区「ヤギの杜」 ※現地集合

▶**定員**：小学生程度のお子様とご家族 5組程度

▶**参加費**：1家族につき300円＋1人につき100円

▶**持ち物**：飲み物、タオル、長靴、軍手など

※野外活動のできる服装でお越しください。

▶**申込期間**：10月2日(月)～10月19日(木) ※先着順

▶**申込・問合せ**：生活環境課環境安全係（⑫番窓口）

☎23-1004

就学援助制度
入学用品費の入学前支給

支給時期：令和6年 1月下旬 予定

※通常は入学後7月末に支給

【対象者】①～③のすべてに該当する方

- ①魚津市教育委員会が定める基準により、経済的に困窮していると判断される世帯
- ②令和6年1月1日現在で魚津市に住民票がある世帯
※4月の入学式前に市外へ転出する方を除く。
- ③令和6年4月に小・中学校へ入学予定のお子様もつ保護者

▶申請方法：申請書に令和4年中の所得が分かるものを添えて教育総務課へ提出してください。申請書は、市のHPおよび教育総務課でお配りしています。

※お子様が現在小学校6年生で、就学援助の認定を受けている保護者の方も申請が必要です。

※入学前支給を受けた場合は、令和6年7月に入学用品費の支給はありません。

▶受付期限：11月30日(木)まで

▶問合せ：教育総務課学校教育係（第1分庁舎）
☎23-1044

募

子育てパパのネットワークづくり事業
はじめましてのパパ友交流会

子育て中のパパどうして気軽にお話してみませんか？
子育て真っ最中のパパ、子育てに関心のある男性、育休経験のある男性のみなさん、ぜひご参加ください。おひとりでの参加、知人・友人との参加もお待ちしております。
※親子参加可。ただし、託児等の対応はありません。

第1回：10月29日(日) 10:00～12:00頃

- ①ヨガで心も体もリラックス！子育て中のストレス解消
②先輩パパからの育休体験談

第2回：11月19日(日) 10:00～12:00

- ①パパにもできる！めっちゃ簡単スイーツづくり
②育休・子育てに関するQ&Aトーク

▶会場：魚津市本江地域交流センター（旧本江公民館となり）

▶対象：魚津市に在住または通勤する男性
※原則2回とも参加可能な方

▶参加費：500円

▶申込方法：市HPから、またはお電話でお申し込みください。

▶申込期限：10月19日(木) 12:00まで

※詳しくは市HPをご覧ください。

（「魚津市パパ友」で検索、またはQRコードより）

▶問合せ：地域協働課 ☎23-1131



市HP

ご注意ください
片貝川・早月川の禁漁案内

魚種による禁漁（内水面）

魚種	禁漁期間
ヤマメ、アマゴ、イワナ、ニジマス	10月1日～令和6年2月29日
アユ	10月1日～7日、 12月1日～令和6年の解禁日
サケ	通年
マス	8月1日～12月31日

区域による禁漁

▶期間：9月20日(水)～10月31日(火)

▶片貝川・布施川…富山地方鉄道線鉄橋下流端より下流の区域のうち、河口から上流600メートルまでを除く区域

角川…県道135号線角川橋下流端から、あいの風とやま鉄道鉄橋上流端まで

呉東内水面漁業協同組合は組合員を募集中！
詳しくは組合事務局までお問い合わせください。

▶問合せ：呉東内水面漁業協同組合事務局
☎22-0622

消防からのお知らせ
救急車の適正利用について

救急車の出動件数は、毎年増え続けていますが、台数には限りがあります。本当に救急車が必要な人へ、少しでも早く到着できるように、救急車の適正な利用をお願いします。

「どんなときに呼んでいいの？」と迷われる方のために、「全国版救急受診アプリ（Q助・きゅーすけ）」の活用をおすすめします。画面を操作して質問に答えるだけで、緊急度や病院受診の必要性などを確認できます。



アプリについて
詳しくはこちら

救急車はこんな時に！

- ・意識がない
- ・けいれんがとまらない
- ・大量の出血を伴うケガ
- ・広範囲のやけど
- ・ちっ息、呼吸が苦しい
- ・交通事故、溺れている
- ・乳幼児の様子がおかしい
- ・子どものじんましん、顔色が悪い



▶問合せ：魚津消防署 ☎24-7980

はがきをご確認ください
年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入金額やその他の所得が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給されます。

対象の方には「日本年金機構」から給付金請求書をお送りしています。

※現在、給付金を受け取られている方のお手続きは不要です。

【対象者】※①・②のいずれかに該当する方

- ①老齢基礎年金を受給し、次の要件をすべて満たす方
- ・65歳以上
 - ・世帯全員の市町村民税が非課税
 - ・前年の年金収入額とその他所得額の合計額が878,900円以下の方
- ②障害基礎年金・遺族基礎年金のいずれかを受給し、前年の所得額が「4,721,000円＋扶養親族の数×38万円」以下の方

▶問合せ：給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092

ワクチン接種について



令和5年 秋開始接種について



希望するすべての方を対象とした

「令和5年 秋開始接種」が始まりました。

対象者

初回接種を完了している生後6か月以上のすべての方

▶期間：令和6年3月31日(日)まで

▶使用ワクチン：オミクロンXBB.1系統の1価ワクチン

※接種費用の自己負担はありません。

▶接種券：65歳以上の対象の方から順次発送

※接種券がお手元にある方は、そのままご使用いただけます。

※転入された方は、事前に健康センターで手続きが必要です。

▶接種場所：市内医療機関

※接種を希望される方は、各医療機関で予約をお願いします。

※詳しくは市HPをご覧ください。

▶問合せ：魚津市健康センター ☎24-3999



市HP

募

受講者募集

テレワーク入門セミナー

今後ますます広がると予想される働き方として注目される「テレワーク」！

今回のセミナーでは、あなたをご応募を検討している各求人に対して「どのようなテレワークスキル」が必要なのかをセミナー講師と確認して、テレワークスキルを身につけることができます。「テレワークでお仕事したい」と自信を持って面談に挑めることを目的としたセミナーです。

▶日時：11月16日(木) 14:00～16:00

「効果的なテレワーク方法」

▶参加形態：オンライン（参加無料）

※オンライン参加が難しい場合は、会場でのご参加も受け付けますので、ご相談ください。

▶申込方法：QRコードよりお願いします。

▶申込締切：前日 17:00まで

▶問合せ：商工観光課 ☎23-6195 FAX 23-1060

メール syokokanko@city.uozu.lg.jp



募

令和6年度ごみ指定袋

広告主を募集します

令和6年度ごみ指定袋への広告掲載を募集します。

詳しくは、組合HPをご覧ください。お問い合わせください。



▶広告の規格等

種 類	家庭用もやせる ごみ袋 (大)	家庭用もやせない ごみ袋 (大)
掲載枚数	約300万枚	約180万枚
掲 載 料	20万円 (1 枠)	15万円 (1 枠)
掲載枠数	最大3枠	最大2枠
大 き さ	縦80mm×横400mm (1 枠)	

▶申込期間：10月2日(月)～11月30日(木)

▶申込方法：組合HPよりダウンロードした申込書に必要事項を記入し、広告原稿（電子データ）を添えて業務課へ提出してください。

▶申込・問合せ：新川広域圏事務組合業務課
（魚津市役所第1分庁舎内 北鬼江313番地2）
☎23-1074

電気自動車用急速充電器更新工事に伴う
利用停止と利用再開後の料金について

地球温暖化防止対策の一環として電気自動車（EV）の普及を推進するため、魚津市役所駐車場内に電気自動車用急速充電器を設置していますが老朽化のため更新することになりました。充電器更新工事期間は利用を停止します。ご不便をおかけしますがご了承ください。

▶工事および利用停止期間（予定）

10月1日(日)～12月22日(金)

※正確な期間は、現地や市HPなどでお知らせします。

また、利用料金を無料としてきましたが、充電器更新後は有料となります。詳細については、改めて広報や市HPなどでお知らせします。

▶問合せ：生活環境課環境安全係（⑫番窓口）☎23-1004



児童手当・特例給付
10月の振り込み

こども課子育て支援係
(10番窓口) ☎23・1006

10月は児童手当・特例給付
(6〜9月分)の支給月です。

振込通知は送付しないため通
帳記帳等でご確認ください。

振込予定日 10月10日(火)

金額(月額)

▼3歳未満 1万5千円

▼3歳〜小学校修了前
第1・2子 1万円

第3子以降 1万5千円

▼中学生 1万円

▼所得制限世帯(特例給付)
5千円

保育園・認定こども園・
幼稚園 入園申込み

いづも課保育係
(11番窓口) ☎23・1079

10月10日(火)〜20日(金)にかけ
て、入園申込みを行います。

途中入園の予約も必ず期間内
に申込みください。

詳しくは、広報うおづ9月
号またはお問合せください。

犯罪被害者等
支援啓発パネル展

(公社)富山被害者支援センター
☎076・413・7820

被害者等の現状と支援の必要
性を広く周知し、社会全体で被
害者等を支えることを目指し、

支援センターにおける活動内容
のパネルを展示します。

日時 10月16日(月)〜20日(金)

場所 市役所正面玄関ロビー

無料相談会
くらしの中の困りごと

富山県行政書士会下新川支部
☎070・5147・5490

相続、離婚、成年後見、契
約など行政書士が相談に応じ
ます。

日時 10月9日(月・祝)
10時〜16時

場所 サンプラザ4階

行政相談週間

市民課市民係
☎23・1003

10月16日(月)〜22日(日)は「行
政相談週間」です。魚津市で
は、10月12日(木)、19日(木)13時
半から16時まで行政相談委員
が相談に応じています。

つむぎ倶楽部 吉島511 ☎22-6006

認知症や介護に関する情報交換や相談
の場です。初めての方もお気軽にどうぞ。

オレンジカフェつむぎ(認知症カフェ)
▶日時: 10月5日(木) 10:00〜15:00
11月2日(木) 10:00〜15:00

▶参加費: 300円(飲み物、軽食付)
介護家族の集い
▶日時: 10月20日(金) 13:30〜16:00

富山県最低賃金が改定されました

時間額 948円

※現行の908円から40円引上げ
(発効日: 令和5年10月1日)

この最低賃金は、正社員、パート、アルバイトなどにかかわらず、県内事業場で働く全労働者に適用されます。この金額に満たない賃金支払は最低賃金法違反となります。

問 富山労働局賃金室 ☎076-432-2735

ハロウィンジャンボで
9月20日水 発売!!
1枚300円
この宝くじの収益金は市町村の明るく
住みよいまちづくりに使われます。
(公社)富山県市町村振興協会

— 10月の無料相談会日程 —

相談会	日時	会場	予約・問合せ
人権相談	6日(金) 13時半〜16時	市役所1階 市民相談室	富山地方裁判所魚津支局 ☎22-0461
行政相談	12日(木)・19日(木) 13時半〜16時	市役所1階 市民相談室	市民課市民係 ☎23-1003
消費生活相談・市民相談	平日 8時半〜17時15分	市役所1階 市民相談室	市民課市民係 ☎23-1003
認知症相談(要予約) ※ケアマネジャーの同伴可	17日(火) 14時〜15時	市役所1階 福祉相談室	魚津市地域包括支援センター ☎23-1093
無料メンタルヘルス(要予約) ※50人未満の事業所対象	14日(土) 10時〜12時	魚津神経サナトリウム	魚津地域産業保健センター ☎22-0318
	21日(土) 10時〜12時	魚津緑ヶ丘病院	
生活・就労相談	12日(木) 10時〜11時半	魚津市社会福祉協議会 (旧百楽荘)2階	富山県東部生活自立支援センター ☎24-2255
総合労働相談 ※労働者、事業主を問わず相談可能	19日(木) 13時半〜16時	市役所3階 ミーティングルームA	富山県社会保険労務士会 ☎076-441-0432
住宅・空き家相談(要予約)	平日 8時半〜17時15分	市役所3階 都市計画課	都市計画課建築住宅係 ☎23-1031
空家セミナー・無料相談会	20日(金) 13時半〜16時	新川文化ホール	(公社)富山県宅地建物取引業協会富山支部 ☎076-421-0815
	29日(日) 13時〜17時	ありそドーム	(一社)全国住宅産業地域活性化協議会 ☎24-7471
法の日司法書士無料法律相談会	7日(土) 10時〜15時	ありそドーム 主催者室2	富山県司法書士会 ☎076-431-9332

市税等納期限のご案内

期限：10月31日(火)

- ▶市県民税 第3期
- ▶国民健康保険税 第4期
- ▶後期高齢者医療保険料 第4期

ご寄附ありがとうございました

▼社会福祉基金へ

寄附者	住所	金額等
健康友の会 沖田 崇寛	六郎丸	3,000円

▼善意銀行へ (社会福祉協議会) ☎22-8388

寄附者	住所	金額等
(故) 木下 正子	鹿熊	100,000円
どんどこ隊	大海寺新	5,000円
魚津にじいろこども園 職員一同	住吉	10,000円
匿名希望		3,000円

(敬称略)

＋ 街頭献血にご協力ください

10月14日(土)

9:30~12:00、13:15~16:00

場所：ありそドーム



令和6年度 小学校入学予定者

就学時健康診断のご案内

令和6年4月に小学校へ入学するお子さんの健康診断を次の日程で行います。

対象者：平成29年4月2日～平成30年4月1日までに生まれた幼児
(9月下旬に案内を送付しました。)

学校名	実施期日	受付時間	健診開始
道下	10月3日(火)	13:00~13:15	13:30
清流	10月11日(水)	13:00~13:20	13:30
星の杜	10月13日(金)	12:40~13:00	12:50
よつば	10月31日(火)	13:00~13:20	13:30
経田	11月1日(水)	13:00~13:15	13:30

問 教育委員会教育総務課 (第一分庁舎)

☎23-1044

都市計画 (案) 説明会

都市計画課まちづくり交通係

☎23・1026

富山県土木部都市計画課

☎076・444・3346

都市の将来像や都市計画の基本的な方針を示す都市計画区域マスタープランの見直し案について説明会を開催します。

●日時 11月7日(火)

14時半～

●会場 滑川市役所

東別館3階大会議室

●対象 魚津区域、滑川区域、上市区域、立山舟橋区域

(合同開催)

県HPで説明動画を視聴いただけます。
(10/18~11/17)



2023年 漁業センサス

総務課行政行革係

☎23・1019

農林水産省では、全国の水産業の実態を明らかにするために、11月1日現在で「漁業センサス」を実施します。

10月下旬に調査対象となる

漁業関係者へ調査員が伺いますので、調査へのご理解とご協力をお願いします。

回答は、パソコンやスマートフォンを使ったインターネット回答が便利です。なお、回答内容は統計以外の目的に使用することはありません。

魚津まちづくり会社設立 検討シンポジウム

商工観光課商工労働・企業立地係

☎23・6195

まちづくり会社とは、行政、市民、事業者等が一体となつてまちづくりを進めるため、官民が連携して設立する会社です。このシンポジウムでは、魚津市の取り組みや先進地の事例を紹介します。

●日時 11月1日(水) 14時～17時(受付13時半～)

●場所 魚津商工会議所5階研修室

●対象 まちづくり会社に興味のある市民、団体等

●申込方法 メール (syoko@nanko-city.uozu.lg.jp) または FAX (23・1060)

●申込期限 10月27日(金) 17時



市HP

ハローワーク魚津・滑川 人材マッチングフェア

ハローワーク魚津

☎24・0365

●日時 11月9日(木) 13時20分～15時半(受付13時～)

●場所 新川文化ホール

●対象 就職を希望する方(申込不要、参加無料)

●参加企業 約40社

10月1日から7日は 公証週間です

魚津公証役場

☎24・6747

公証役場は、各種契約や遺言公正証書の作成などの公証事務を行う国の機関です。遺言やお金の貸し借りなどの大切な契約は、公正証書にしておくことで安心・安全です。

また、不動産などの財産管理を任せられる人を事前に選任しておく任意後見契約なども公証人が取り扱います。

詳しくは公証役場までお問い合わせください。

※相談無料

※相談無料

令和5年度
後期技能検定

富山県職業能力開発協会

☎076・432・9887

働く人々の技能を評価する
国家検定「技能士」の技能検
定が実施されます。職種等、
詳細はお問い合わせください。

●受検受付 10月2日(月)～13
日(金) (郵送のみ)

市民バスからのお知らせ

都市計画課まちづくり交通係

☎23・1380

●10月9日(月)祝

郊外ルート運休日

祝日のため、郊外ルート
(上野方、経田一道下、松
倉、坪野、中島、天神、片
貝、西布施)は運休します。

●マイ時刻表を作いませんか？

「市民バスの乗り継ぎ方が分
からない」という声にお応え
し、お客様専用の時刻表を無料
で作成します。

住所、氏名、電話番号、利
用する時間帯、乗降車する
バス停名を、電話、FAX
(23・1066) またはメー
ル (toshidekaku@city.uozu.
jp) でご連絡ください。約1
週間後にご自宅へ郵送します。

「ストーマ装具」の支給

社会福祉課福祉係

(☎番窓口) ☎23・1005

現在支給を受けている方で
必要な方は、下半期分の給付
申請手続きをお願いします。

●持ち物 身体障害者手帳

募集

市営住宅・特公賃住宅

入居者募集

都市計画課建築住宅係

☎23・1031

魚津市営住宅管理事務所

☎32・5210

入居申込みの受付は、魚津
市営住宅管理事務所(釈迦堂
1-3-22)で行っています。

●申込受付時間

平日の8時半～17時15分

●新規空室情報の更新

毎月1日と15日(休日の場合
は次の開庁日)

●入居者選定方法

申込順

※最新情報は、魚津市営住宅管
理事務所または都
市計画課、市HPでこ
ろ確認ください。



市HP

富山県障がい者スポーツ
指導員養成講習会(初級)

富山県障害者スポーツ協会

☎076・413・2248

「初級障がい者スポーツ指導
員」の資格が取得できます。
18歳以上で、障がい者スポー
ツに関心のある方の申込みを
お待ちしております。

●場所 富山県総合体育センター

●受講料 無料(別途テキスト
代3500円が必要)

●定員 40名程度

●申込締切 10月25日(火)

日にち	時間
11/25(土)	9:00～ 17:00
12/3(日)	9:00～ 15:50
12/10(日)	9:00～ 16:20
12/16(土)	9:00～ 12:30

市民後見人養成講座
(基礎・フォローアップ研修)

魚津市社会福祉協議会

☎22・8388

●期間 11月2日(木)～12月18
日(月)(全9日間)

●場所 ありそドーム ほか

●対象 成年後見人制度に関
心のある、市内在住またはお
勤めの18歳以上の方

●受講料 無料

●定員 20名程度

●申込締切 10月31日(火)

●その他 申込用紙のダウン
ロードや日程の確認など、詳
細は市HPで確認ください。



市HP

催し物

第23回 新川キャンパス
フェスティバル

県民カレッジ新川地区センター
(新川みどり野高校内)

☎22・4001

●日時 10月28日(土) 9時15
分～15時

ステージ発表

9時20分～
10時40分

作品展示等

11時～13時45分

芸術鑑賞

14時～15時

●入場料 無料

能開大フェア2023
創魂祭

北陸職業能力開発大学校

☎24・2205

親子ものづくり体験教室や
模擬店、ビンゴ大会などを企
画しています。また、高校生
向けのオープンキャンパスも
同時開催します。

●日時 10月21日(土) 10時～
16時

●会場

北陸職業能力開発大
学校(魚津市川縁1289-1)

●入場料・駐車場 無料

新川地域精神保健福祉推進協議会 映画上映会

富山県新川厚生センター

☎52・2647

●日時 11月6日(月) 13時45分～16時(受付13時～)

●内容 映画「チョココレートな人々」、笑いヨガ

●会場 黒部市国際交流センター コラール カーターホール

●入場料 無料

●申込締切 10月16日(月)

第11回 片貝山ノ守
紅葉まつり

「片貝山ノ守紅葉まつり」実行委員会
(三ヶ生産森林組合)(慶伊)

☎090・20099・8669

地場産品の販売、岩魚の塩焼き・稚魚放流など。

●日時 10月29日(日) 10時～14時
(雨天決行)

●会場 片貝山ノ守キャンプ場

Buono!

#とやまイタリアン2023

#とやまイタリアン実行委員会事務局
☎076・444・4565

●日時 10月21日(土) 11時～20時、22日(日) 11時～18時

●場所 富山駅南北自由通路
および南口駅前広場

●内容 県内人気イタリア料理店やワイナリーが集結する
飲食・物販イベントです。

血管も見た目も若返る!?

血管年齢無料測定会

健康センター

☎24・3999

血管を守るポイントや自宅でできる簡単なリラックス方法を紹介します。

●日時 10月27日(金) 13時半～15時(受付13時～)

●会場 健康センター

●参加費 無料

●定員 30名
(電話申込順)



アルコール家族教室

新川厚生センター魚津支所

☎24・0359

●日時 10月30日(月) 14時～16時(受付13時半～)

●内容 講義・座談会

「アルコール依存症への家族の対応について」

家族からのメッセージ

●講師 谷野呉山病院 精神保健福祉士 中島健一氏

●会場・申込 新川厚生センター 魚津支所・電話申込

●申込締切 10月20日(金)

第47回 魚津市高齢者
趣味の手作り展

魚津市老人クラブ連合会

☎23・0999

●日時 10月12日(木) 11時半～13日(金) 16時

●会場 新川文化ホール
201号室

●入場料 無料

第46回

魚津市老人クラブ芸能大会

魚津市老人クラブ連合会

☎23・0999

●日時 10月13日(金) 9時半～14時半

●会場 新川文化ホール
小ホール

●入場料 無料

第63回魚津市美術展

新川文化ホール

☎23・1123

市民の美術作品を展示します。ぜひご来場ください。

●日時 11月3日(金) 祝日 11月8日(水) 10時～18時(最終日は17時まで)

※11月7日(火) 休館

●会場 新川文化ホール

ラグビーワールドカップ2023 パブリックビューイング

日本代表 VS アルゼンチン代表

みんなで4年に1度のワールドカップを見て盛り上がりましょう!

▶日時: 10月8日(日)

20:00キックオフ(開場19:30)

▶場所: ありそドーム 産業展示ホール

▶参加料: 無料

※アルコール、軽食は有料

ラグビー体験コーナー

▶時間: 18:30～19:30

▶場所: ありそドーム アリーナ

※内履きが必要です

▶内容: ラインアウト・ゴールキック等
未経験の方も参加できます

問 魚津市ラグビーフットボール協会
理事長 仲俣 ☎090-8779-6306
メール: suunto505@gmail.com

地場産品の 販売情報

	開催日時	会場	問合せ
魚津の朝市	毎月第2・第4(日) 6時半～9時半	海の駅蜃気楼	魚津の朝市実行委員会 ☎22-1200
銀座 ワイワイ市	毎週(水) 10時半～ 毎週(金) 15時～	銀座通り商店街 旧日本海電業倉庫	(島澤) ☎33-9413
上口マルシェ	毎週(金) 13時40分～14時半	上町1区会館	社会福祉協議会 ☎22-8388
経田漁港 わいわい市	毎週(水) 10時半～	経田漁港	魚津漁協経田支所 ☎22-1105
松倉もちより市	毎週(日) 8時半～	旧観音ゴルフ 駐車場内	稗苗清吉事務所 ☎33-9880
蜃気楼 バザール	毎月第3(日) 10時～15時	新川文化ホール 芝生広場 ※出店者募集中	蜃気楼バザール 実行委員会(村上) ☎090-1312-3664
山の駅 もくもく野菜市	毎週(土)・(日) 8時半～	もくもくホール	もくもくホール ☎22-0909

ミラージュランド

☎24-6999

10:00～16:00（水曜休園）

▶ミラージュランド秋のうまいもん祭

今年もミラージュランド秋のうまいもん祭を開催します！詳しくはミラージュランド公式HPまたは折込チラシをご覧ください。

※悪天候の場合、中止の可能性があります

日時：10月28日(土)、10月29日(日)

10:00～16:00

場所：ミラージュランド芝生広場



HP

▶遊園地営業時間変更のお知らせ

10月1日(日)はイベント開催のため、営業時間を変更いたします。

営業時間：10:00～15:00（遊園地乗り物終了時刻）

※立体迷路ミラメイズは14:30で終了します。

▶2023年の「大観覧車 1回無料券」をお持ちの方へ有効期限のお知らせ

当園の大観覧車は令和5年10月10日(火)より安全かつ良好な運行およびこれからも長く存続していくことを目的として全塗装工事を実施いたします。

これに伴い工事期間は大観覧車のご利用はできなくなるため、無料券をお持ちのお客様は期限内でのご利用をお願いいたします。

大観覧車休止工事予定期間

令和5年10月10日(火)～令和6年2月末（予定）

無料券有効期限

令和5年10月9日(月・祝)まで



工事に伴いミラージュトレインも休止いたします。

お客様におかれましては何卒ご理解の程よろしくお願いいたします。

魚津水族館

☎24-4100

9:00～17:00（入館16:30まで）

▶ハロウィンコスプレダイバー登場

ダイバーがコスプレをして、水族館2階の富山湾大水槽でお食事タイムを実施します。その他にも館内では、期間中ハロウィン仕様の飾りつけをして皆様をお待ちしています。また、貝殻を使ってハロウィンのキャンドルを作るワークショップも開催します。いつもと違う魚津水族館をお楽しみください。

🦋 コスプレダイバー

期間：10月31日(火)まで（土・日・祝のみ）

お食事タイムは1日2回（11:20、14:00）

🦋 ワークショップ

日時：10月7日(土)・8日(日)

10:30～、13:30～

参加費：500円（入館料別途必要）

申込方法：HPまたは公式Instagram

ラムからお申込みください。



HP



Instagram



▶クルマエビ特別展

富山県栽培漁業センター（氷見市）で種苗生産されたクルマエビの展示を行います。クルマエビの生態はもちろん富山県栽培漁業センターの活動も紹介します。

期間：10月6日(金)～12月28日(休)

魚津歴史民俗博物館

☎31-7045

開館時間：10:00～16:30（入館 16:00まで）

月曜休館（月曜日が祝日の場合は翌平日）

冬季休館：11月1日(火)～令和6年3月31日(日)

入館料：無料

▶企画展

「農具・生活用具」展

期間：10月9日(月・祝)まで

この機会にぜひご来館ください。



魚津市立図書館

☎22-0462

休 館 日

10/2(月)、9(月)、16(月)、23(月)、26(木)、30(月)

開館時間

火曜～金曜 9:00～20:00
土・日・祝 9:00～17:00

〈絵本の読み聞かせ〉

●おはなしを楽しむ会

10/7(土)、14(土)、28(土) 10:30～

●ひまわりの会

10/21(土) 10:30～

～新着図書～

【一般】「頭がいい人が話す前に考えていること」(安達 裕哉/著)

「にっぽんのメジロ」(小宮 輝之/監修 ポンプラボ/編集)

【文学】「存在を抱く」(村田 喜代子・木下 晋/著)「ノストラダムス・エイジ」(真梨 幸子/著)

【児童】「海のこびととガラスびんの伝説」(サリー・ガードナー/作 リディア・コーリー/絵 中井 はるの/訳)

「たいふうこぐま」(おくやま ゆか/作)

▶話題の一冊

『不実在探偵の推理』井上 悠宇/著 講談社

大学生の現が思い出のダイスに触れた途端、「彼女」が見えるようになった。現にしか見えない「彼女」はずば抜けた推理力を持つ名探偵だった。すべての謎はもう解けているが言葉を持たない「彼女」は質問に「はい」「いいえ」「関係ありません」でしか答えられない。

水平思考を巡らせて、真実にたどり着く新感覚ミステリーです。



▶リサイクル雑誌フェア

廃棄予定の雑誌などを1人3冊まで無料提供します。

日時：11月3日(金・祝) 9:30～

場所：図書館2階視聴覚室

シネマ倶楽部



日時：10/8(日) 14:00～(開場13:40)

作品：「種まく旅人～みのりの茶～」
(本編121分)

東京から祖父を訪ねてきたみのりだったが、祖父が倒れてしまったことで、慣れない茶畑の仕事をすることになり、自然の厳しさや田舎の風習にくじけそうになる。その困難に打ち勝ち、飲む人の心に響くお茶を作ることができるのか。

新しい価値観、豊かな生き方を応援し、見る人を元気にしてくれる物語です。

出演：陣内 孝則、田中 麗奈、吉沢 悠 ほか

定員：45名(当日先着順)

場所：図書館2階視聴覚室

魚津埋没林博物館

☎22-1049

9:00～17:00(入館16:30まで)

カフェKININAL(木曜定休) 10:00～17:00

▶《infinity～mirage》プロジェクト∞謎解きスタンプラリー

魚津・黒部市内の海近くの8つの施設で暗号(スタンプ)を集め、メッセージを解読してオリジナルグッズをゲットしよう!

期間：令和6年3月15日(金)まで

▶朝に! 夜にも! 人知れず現れた魚津の蜃気楼

魚津蜃気楼研究会会長 野村 英樹写真展

会期：10月1日(日)～29日(日) 場所：埋没林博物館無料エリア内

▶キッズジオ つちのふしぎ

ピカピカの泥団子をつくって遊ぼう。※電話申込受付順

日時：10月28日(土) 10:00～11:30 料金：100円

場所：魚津桃山運動公園 散策広場(現地集合)

▶《infinity～mirage》についての自由研究をみんなに見てもらおう

ワークシートなどで《infinity～mirage》の不思議について分かったことをみんなに話してみよう。自由研究などを10月10日(火)まで埋没林博物館で受付中。

発表会：10月15日(日)
10:00～12:00

場 所：魚津埋没林博物館

成果展示：10月14日(土)～11月30日(木)

魚津埋没林博物館(10月中)

黒部市吉田科学館(11月中)





集団がん検診 (持ち物: 受診券、検診料金)

検診日: 10/19(木) 会場: ありそドーム

受付時間: 胃・大腸 8:15~9:30、大腸・乳房・子宮 13:00~14:00

◆検診料金は、「がん検診案内書」でご確認ください。

◆検診日の5日前までに申込用ハガキ、電話またはQRコードからお申し込みください。人数が多い場合は、別の会場へ変更をお願いすることがあります。

◆子育て中の方が検診車に入っている間、託児を行います。ご予約は電話またはQRコードからお申し込みください。



施設がん検診 (持ち物: 受診券、検診料金、保険証)

指定医療機関で検診を受けることができます。「がん検診案内書」でご確認のうえ、事前に予約してから受診してください。

結核・肺がん検診 (持ち物: 受診券、検診料金)

検診日	会場	受付時間	同日実施
10/2(月)	経田公民館	9:30~11:30	—
	魚津漁協経田支所	13:30~15:00	—
10/26(木)	ありそドーム	9:30~11:00	—
11/3(金・祝)	ありそドーム	8:30~10:00	特定健診・大腸がん検診(要予約)

◆65歳以上の方: 結核検診と肺がん検診、40~64歳の方: 肺がん検診

◆申し込みは不要です。検診料金は、受診券でご確認ください。

特定健診・長寿健診 (持ち物: 受診券、保険証、質問票)

※風しん抗体検査対象の方はクーポン券もお持ちください。

対象: 魚津市国民健康保険に加入の40歳以上の方、後期高齢者医療制度に加入の方

●集団健診(予約不要) ※今年度最後の集団健診です。

検診日	会場	受付時間	同日実施
10/12(木)	新川文化ホール	8:45~10:00	大腸がん検診(要予約)
11/3(金・祝)	ありそドーム	8:30~10:00	肺がん・大腸がん検診(要予約)

●医療機関健診(要予約)

期間: 10/31(火)まで 場所: 指定医療機関(受診券に同封のちらしをご参照ください)

◆特定健診に併せて以下の検診を受けることができます。

前立腺がん検診	対象: 50~74歳の男性(集団検診500円、医療機関検診600円)
肝炎ウイルス検診	対象: 40歳になる方または41歳以上で過去に肝炎検診を受けていない方(無料)
風しん抗体検査	対象: 昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性(要クーポン券、無料)

◆魚津市国民健康保険以外の健康保険組合の方も受診できる場合があります。保険者からの案内をご覧ください。

◆各種健康診査で記載している年齢は、令和5年4月1日~令和6年3月31日に達する年齢です。

◆生活保護世帯の方で受診を希望される方は、検診の1週間前までに健康センターまたは社会福祉課までご連絡ください。

高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ

魚津市民で、接種を希望する次の方に助成があります。

助成対象: ①65歳以上の方

②60~64歳で、心臓、腎臓、呼吸器または免疫の機能に日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方(身体障害者手帳1級の提示が必要)

期間: 10月10日(火)~令和6年1月31日(火)

料金: 1,400円 ※直接医療機関にお支払いください。

場所: 市内指定医療機関(要予約)

※市外の医療機関等に入院・入所中のため、市外での接種を希望する場合は健康センターへご相談ください。



休日当番医 (9:00~17:00)

一般医	
10/1(日)	かごうら皮膚科クリニック 吉島 ☎23-6060
10/8(日)	みのう医科歯科クリニック 北鬼江 ☎22-0500
10/9(月・祝)	こうちウィメンズクリニック 吉島 ☎32-3323
10/15(日)	沢口胃腸科クリニック 火の宮町 ☎22-1748
10/22(日)	いなば小児科医院 本新町 ☎22-8888
10/29(日)	吉島内科クリニック 吉島 ☎22-8825
11/3(金・祝)	平野クリニック 本江 ☎23-5230

歯科医	
10/1(日)	前田歯科クリニック 黒部市若栗 ☎57-2525
10/8(日)	渡辺歯科医院 黒部市三日市 ☎52-0164
10/9(月・祝)	島田歯科医院 黒部市三日市 ☎52-0167
10/15(日)	みどり歯科医院 黒部市三日市 ☎54-5775
10/22(日)	朝日歯科クリニック 黒部市生地地区 ☎57-3181
10/29(日)	中央歯科医院 黒部市植木 ☎54-5188
11/3(金・祝)	おぎの歯科医院 黒部市三日市 ☎54-0648

救急・時間外診療

▶魚津市急患センター

【診療時間】

夜間(毎日) 19:00~22:00

【場所・問合せ】

富山ろうさい病院 ☎22-1280

中学生以下の急病、乳幼児のケガは新川医療圏小児急患センターで受診ください。

▶新川医療圏小児急患センター

【診療時間】

夜間(毎日) 19:00~22:00

※受付21:45まで

日曜・祝日(土曜除く)

9:00~12:00、14:00~17:00

【場所・問合せ】

黒部市民病院 ☎54-2211

10月1日~31日は乳がん啓発月間

受けよう乳がん検診 月に1度は自己検診
気になるときは乳腺外科へ



子育て支援センター

お子様とご家族が、楽しく過ごせる場所を提供しています。
また、専門アドバイザーが育児相談に応じます。

名称・連絡先	開所時間等
子育て支援センター 「のびのび」 (魚津市健康センター内) 吉島1165 (☎24-0415)	<のびのび広場> 平日 9:00~11:30、13:00~15:30 <赤ちゃん広場> 日時: 10/18(水) 9:30~11:30 対象: 生後6か月までの赤ちゃんとその家族
子育て支援センター 「にこにこ」 (かづみ認定こども園内) 吉島132 (☎23-2225)	<にこにこ広場> 平日 9:00~12:00、13:00~15:00

詳しくは魚津市子育て応援サイト、かづみ認定こども園HPでご確認ください。

★親子で児童センターの「ひろば」に遊びに来ませんか？

おむね6カ月からの乳幼児とその保護者なら誰でも自由に参加できます。

開館時間: 9:30~12:30 (各ひろば共通)

【メインあそび】10:30スタート

ひばり (六郎丸) ☎23-0500	つばめ (新金屋) ☎23-5133	すすめ (北鬼江) ☎23-0522
2日(月) 砂遊び	3日(火) 公園で遊ぶ	5日(木) ごっこ遊び
16日(月) サーキット	10日(火) リズム体操	12日(木) サーキット
23日(月) お絵かき	17日(火) ミニシアター	19日(木) ハロウィン飾り
30日(月) ハロウィン	24日(火) 砂場で遊ぶ	26日(木) 秋の自然遊び
—	31日(火) 秋さんぽ	—

★第2・第4日曜日につばめ児童センターで遊ぼう

10/8(日): つばめフェスタ (10:00~12:00)

10/22(日): 的あてじゃんけんゲーム (9:30~16:00)

※詳しくは子育て応援サイト、社会福祉協議会のHPでご確認ください。

児童センターフェスタ2023開催！

日時	内容	備考
10月8日(日) 10:00~12:00	GO・GO!! “マリオぱーく”へ マリオと仲間たちが待っているよ! しかけいっぱいゲームを楽しもう	【場所】つばめ児童センター ☎23-5133 ゲーム・工作: 100~300円
10月14日(土) 10:00~12:00	HIBA(ヒバ)ワールドカップ おもしろゲームで世界一!? を 目指そう!	【場所】ひばり児童センター ☎23-0500 ゲーム・工作: 100~200円
11月12日(日) 10:00~12:00	“潮風まつり”に出店します! たまごくじやサメくじなど 3種のくじを楽しもう!	【場所】経田公民館 (コミュニティーセンター潮風) ☎55-5289 くじ: 100円
11月18日(土) 10:00~12:00	~すすめミニオンパーティー!!~ ミニオンづくりのフェスタを楽しもう! ミニオンの衣装をしてきたら 素敵なプレゼントがもらえるかも!?	【場所】すすめ児童センター ☎23-0522 ゲーム・くじ: 100円

子育てカレンダー

持ち物: 母子健康手帳 会場: 健康センター



▶ 4か月児健診 股関節脱臼検診

対象 満4か月児

※事前に案内を送ります

実施日 10/4(水)、11/1(水)

受付時間 第1子 12:45~13:00
第2子以降 13:00~13:15

健康
診
査

▶ 1歳6か月児健診

対象 令和4年3月生まれの児

※事前に案内を送ります

※希望者にフッ素塗布を行います

実施日 10/10(火)

受付時間 13:00~13:30

▶ 3歳児健診

対象 令和2年4月生まれの児

※事前に案内を送ります

実施日 10/25(水)

受付時間 13:00~13:30

教
室

▶ ごっくんルーム (栄養相談)

対象 離乳食を始めて1か月以内の児

実施日 10/27(金)

開始時間 10:00~ (予約制)

▶ もぐもぐ教室 (栄養相談)

対象 生後9~10か月児とその家族

実施日 10/20(金)

開始時間 10:00~ (予約制)

歯
科

▶ フッ素塗布

※1歳6か月児健診で申し込まれた方

対象 2歳6か月になる児

日時 10/20(金) 13:00~13:30

対象 2歳または3歳になる児

日時 10/26(木) 13:00~13:30

びよママ相談会 (妊婦さん個別相談会)

妊婦さんのさまざまな質問にお答えします。

対象: 妊娠28週以降の妊婦さんとそのご家族
1名様まで (要予約)

日時: 10/17(火) ①9:30~10:30
②11:00~12:00 ③14:00~15:00

※1組につき30分~1時間程度

内容: 妊娠中の過ごし方・出産について
赤ちゃんのお世話等

会場・申し込み・問い合わせ: 健康センター

健康相談会 (無料)

血圧・血糖・脂質等の値が気になる、健診結果
の見方がわからない、詳しく知りたいという方の
ための相談会です。

日時: 平日 8:30~17:15

(予約制で相談時間は30分~1時間程度)

会場・申込: 健康センター

※前日までに申込みください。

8/25 ~ 8/29

第37回 全日本大学女子野球選手権大会



全日本大学女子野球選手権大会が、魚津桃山運動公園野球場と天神山野球場で開催されました。魚津を代表するスポーツイベントであり、「マドンナたちの甲子園」の愛称で親しまれている本大会。昨年は感染対策による制限がありましたが、今年は制限なしでの開催となりました。大会には全国から13大学13チームがエントリーし、熱戦を繰り広げました。決勝戦は29日に行われ、日本体育大学が東京女子体育大学を5-1で下し、2017年以来となる21度目の優勝を果たしました。



▲天神地域振興会の方から選手・観戦客へのおもてなし

8/22

西部中学校野球部 優勝報告



中部日本地区選抜中学軟式野球大会で優勝した西部中学校野球部の部員9名が、市役所を訪問し市長らへ喜びを報告しました。大会は8月10日から13日にかけて愛知県で開催され、10県の代表が出場しました。西部中学校は決勝までの3試合をわずか3失点に抑えて勝ち進み、見事29年ぶり2回目となる優勝を果たしました。

主将の椎名翔大さんは「練習してきたことを出し切ることができた」と晴れやかな表情で大会の感想を話しました。

8/22

野菜食べている？ ベジチェック測定会



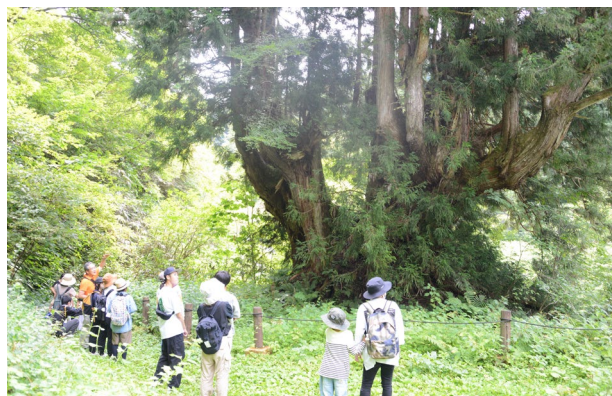
市では、野菜の摂取量が十分の人が少ないという結果を受け、8月31日の野菜の日に合わせて「野菜を食べようキャンペーン」を行い、ベジチェック測定会を開催しました。ベジチェックとは、手のひらをセンサーにあてるだけで手軽に野菜摂取量を調べられる機器です。参加者は、測定結果を確認して日頃の食生活を振り返り、野菜の食べ方や増やし方のアドバイスを受けました。会場となった図書館では、野菜を使ったレシピなどの本を集めたコーナーも設置されました。

9/2

生産から加工・販売までの流れを学ぶ
うおづの6次産業化 親子体験会

魚津の農林水産業体験・応援プロジェクトの親子体験会が小川寺地内で行われました。参加した親子らは、ワインぶどうの収穫にチャレンジ。作業の方法を聞きながら丁寧に収穫していきました。また、ぶどうを味見して「甘い!」「ワイン用だから渋いって思った」など感想を話していました。収穫後はKANATA WINERYに移動して施設内を見学。ぶどうがどのようにワインになっていくのかを学びました。ツアーでは今後、さつまいもの収穫と加工についても学ぶ予定です。

8/27

魚津を知り、魚津に親しむバスツアー
市政バス 「しぜんコース」

魚津市政について学び、改めて魚津の魅力を感じていただくことを目的としたバスツアーが行われました。この日は市内在住の親子12名が参加し、洞杉群周辺の散策や、埋没林博物館で蜃気楼再現装置の制作などを体験しました。洞杉群の散策では、ガイドとして同行した学芸員が洞杉や蛇石の由来を説明しました。洞杉を見るのが初めてという参加者も多く、その雄大さに驚いていました。魚津の自然とその歴史に触れ、魅力を再発見するツアーになりました。

編集後記

次のページではみらパークヨガについてご紹介しています。取材にお伺いしたところ、「ヨガはやってみないと分からないからぜひ」とお誘いいただき、少しだけ教室に参加してきました。初心者でも大丈夫か少しドキドキしていましたが、凝り固まった身体がほぐれていく感覚と、心地よい疲労感…気付けばすっかりリラックスモードに。ゆったりとした雰囲気の中、身体と心を見つめ直す素敵な時間でした。講師の五十嵐さんや参加者のみなさま、ありがとうございました! (や)

市の人口

住民基本台帳調べ (外国人含む)

	(令和5年8月末現在)	前月比	前年比
男	19,316人	-13	-314
女	20,126人	-39	-371
計	39,442人	-52	-685
世帯数	16,959世帯	-4	-37

紙を通して森を守る
にいかわの守紙

にいかわの守紙は、魚津の間伐材を活用した紙です。今月号の広報(24ページ)によって間伐された森林面積は1,300㎡となります。これは、テニスコート約5面となります。

魚津産間伐材
有効活用量 **4.8t**

<http://www.uozu-p.jp/mamorigami.html>

せきぐち まさし
関口 正志さん

(86歳・天神地区)



小さな頃から天神にお住まいの関口さん。長年農業を続けてこられ、農業委員としても農業経営に尽力されました。農業はもちろん地域の歴史にも詳しく、天神の昔も今もよく知っておられます。関口さんが小学生の頃には、終戦後に田や畑を増やすため除いた石に混じって、土器や石器がいたるところに落ちていたのだとか。「天神はいろんなところに遺跡が残っていて面白い。だから天神が好きなが」と笑顔で教えてくださいました。

これからますますお元気で。



▲木のポーズ



あの人のグループ

ヨガで身体と心を整える

つながるパークヨガ講師

い
が
ら
し

五十嵐 健さん

毎月広報に掲載している「みらパークからのお知らせ」の中に「つながるパークヨガ※」があります。どんな教室か気になっている方もおられるのではないのでしょうか？今回はその講師である五十嵐さんをご紹介します。

五十嵐さんは魚津市のご出身。大学時代に旅行で訪れたインドで、現地の人々の物の考え方に惹かれ、インド哲学とヨガを学び始められました。卒業後は、県内で会社員として働きながらもヨガの資格を取得。さらにインドの大学院に留学して3年半勉強されたのだとか。留学中にはインド政府公認のヨガ教師となり、現在は帰国し、日本全国のヨガスクールや、法人向けのストレスマネジメント研修などで講師のお仕事をされています。

「つながるパークヨガ」は、激しく身体を動かすものではなく、リラックスすることを目指しています。ヨガ教室では、雑談などを挟みながらゆったりとしたペースでヨガをされています。自分の身体や呼吸に意識を向けることで、自分がリラックスした状態を知ることができるとか。参加者に感想を伺うと「リラックスってこんな状態なんだと感じられるのが良かった」と話されました。

五十嵐さんの今後の目標は「心に効くヨガ」をもっと広めることだそうです。9月には大町公民館でも新しく教室を開かれました。

「つながるパークヨガ」は月に2回、みらパークで開催されています。皆さんも自分の身体や心と向き合うゆったりとした時間を過ごしてみませんか？

※10ページに関連記事あり

〒937-8655 富山県魚津市野田堂一丁目10番1号
☎0765-23-1015 FAX0765-23-1076

地域おこし協力隊

活動レポート vol.4

「地域おこし協力隊ってどんな活動をしているの？」
「どんな人が所属しているの？」などをご紹介します。

ゆざわ りく
湯澤 陸さん



Instagram



令和4年4月から
魚津市で活動中

湯澤さんってどんな人？

市全体を「農業」という視点から盛り上げるため、農事組合法人 長引野で働きながら必要な技術や知識を学んでおられます。

現在取り組んでいることは？

9月は主に稲刈りやさつまいもの収穫に汗を流し、特に自分で育てたさつまいもは、我が子のように大事に思っておられるそうです。試し掘り際には、無事に育ったさつまいもを見て嬉しさで胸がいっぱいになったと話されました。

今後の活動の予定は？

今年はさつまいもの加工と販売に力を入れるつもりとのこと。干し芋用の乾燥機を借りるなど、準備を進めておられるそうです。



草刈り作業中の一枚。湯澤さんが先輩として作業を教えることもあるそうです。左の方は、元地域おこし協力隊の丹羽さんからのご紹介で農事組合法人 長引野へアルバイトに来られたのだとか。

what? 地域おこし協力隊 … 都市地域から魚津市に転入し、地域おこしの支援などを行う。現在2名が活動中！