



春到来、可憐な花のお出迎え

春の訪れを告げる「雪割草展示会」。色とりどりの可憐な花が来場者の目を楽しませました。

4月から変わります！ 2

CONTENTS

- 交通ルールを守って住みよい南砺市を目指そう!
.....4
- 戸籍・住民票交付請求時に本人確認を行います
.....5
- 平成20年度農作業標準料金表5
- なんとピックス6
地域の社会教育充実を願って
買い物には”マイバッグ”持参で!
- なんとひろば8
新連載「地域の産物、旬の食材で栄養バランスを」
- 文化・芸術コーナー12
市内の著名作家一堂に会す
- なんとインフォメーション18
肝炎ウイルス無料検診
- 市民健康カレンダー・市民カレンダー



自然、文化、交流が織りなす創造とやすらぎの南砺市

南砺市ホームページ <http://www.city.nanto.toyama.jp>
 メールアドレス info@city.nanto.lg.jp

QRコード



なんとみらいちゃん
 (新入学バージョン)

4月から変わります!

4月1日(火)から実施する行政組織の変更や、新たな事業についてお知らせします。

行政組織変更「23課 19課」体制へ

市では、行政組織の簡素化を図るため、課及び室を統廃合して組織体制を改めます。また、企業誘致を重点的に進めていくため、「企業誘致推進室」を新たに設置します。



統合する企画課と情報政策課

部局(庁舎)	3月31日まで	4月1日から	電話番号
市長政策室 (福野庁舎)	秘書課	秘書課	23 - 2001
	企画課	企画情報課	23 - 2002 ←… 課の統合
総務部 (福野庁舎)	情報政策課		
	総務課	総務課	23 - 2003
	財政課	財政課	23 - 2004
	税務課	税務課	23 - 2005
民生部 (井波庁舎)	住民環境課	住民環境課	23 - 2008 ←… 室の廃止
	環境保全室		
	福祉課	福祉課	23 - 2009
	児童育成課	児童育成課	23 - 2010
	健康課	健康課	23 - 2011
産業経済部 (城端庁舎)	農業振興課	農政課	23 - 2016 ←… 課の統合
	農村整備課		
	森林政策課	林政課	23 - 2033 ←… 課名変更
	商工課	商工課	23 - 2018
		企業誘致推進室	23 - 2017 ←… 室の新設
建設部 (福光庁舎)	土木課	土木課	23 - 2021
	都市計画課	都市計画課	23 - 2022
	水道課	上下水道課	23 - 2023 ←… 課の統合
	下水道課		
教育委員会 (井波庁舎)	教育総務課	教育総務課	23 - 2012
	文化課	文化課	23 - 2014
	生涯学習課	生涯学習スポーツ課	23 - 2013 ←… 課の統合
	体育課		

その他の
変更

- ・ 企画課に設置されていた行革推進係を総務課へ移管
- ・ 農政課長は、農業委員会事務局長を兼務

公共施設の使用料を 平準化します

市では、旧町村時代から引き継いだ市内全公共施設の金額、利用時間区分等にバラツキがあったため、今回使用料を見直し、平準化した新しい料金を設定します。今後も施設を維持していくため、市民のみなさんのご理解ご協力をよろしくお願い致します。



それぞれの課の所属係・所管業務、施設使用料については、4月1日（火）以降、市ホームページ「南砺市の各課と施設」でもご確認ください。

ホームページでも
確認を！



南砺市に ^(民) 住んでみんなまいけ

- 定住奨励制度を策定しました -

市では、定住人口の増加を図るため、2つの奨励金制度を創設します。これを機会に、住宅の取得を考えてみませんか。

実施期間

平成20年4月1日～27年3月31日(7年間)
この期間内に住宅を取得し、入居してください。

転入奨励金

市外居住者が、市内に定住を目的として宅地と住宅を取得し、入居した場合に交付します。

- 対象 5年以上市外に居住している方
- 交付額 新築住宅：50万円 中古住宅：30万円

【加算制度あり】

申請者を除く世帯員1人につき、5万円が加算されます。

例：4人家族(夫が申請者)が新築住宅を取得した場合の交付額

$$50万円 + 3人 \times 5万円 = 65万円$$

持ち家奨励金

市内居住者が、市内で新たに住宅を取得し、入居した場合に交付します。

- 対象 ・市内に居住している方
・市外での居住が5年未満の方
- 交付額 新築住宅：30万円 中古住宅：10万円
世帯員数による加算はありません。
現在地での建て替えには交付されません。



パストラレー安清 好評分譲中！



南砺の風が奏でる“安らか”で“清らか”な田園空間のたたずまい。上下水道、プロパンガス、消雪装置を完備しています。

所在地 南砺市安清3170番2、ほか(福野地域)

販売区画数 20区画(総区画32)

坪単価 43,000～47,000円

最低価格 3,397,200円(77.21坪)

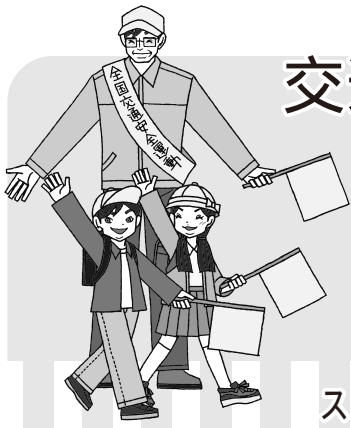
最高価格 4,102,100円(87.28坪)

市ホームページに詳しい募集案内を掲載しているほか、申込書もダウンロードできます。

申込及び問い合わせ

建設部 都市計画課 建築住宅係(福光庁舎)

☎2022



交通ルールを守って 住みよい南砺市を目指そう!

4月6日(日)~15日(火)まで、「春の全国交通安全運動」が実施されます。期間中、各地域で交通安全に関する様々なイベントが行われますので、積極的に参加し、交通事故の無い住みよい南砺市を目指しましょう。

スローガン「ゆずりあう 心でひろがる 無事故の輪」

【活動重点日】

7日(月): 子ども・高齢者への呼びかけの日
9日(水): アップライト運動推進の日

10日(木): 交通事故死ゼロを目指す日
シートベルト・チャイルドシート着用徹底の日
11日(金): 飲酒運転根絶の日
15日(火): 自転車安全利用の日

主な関連イベント

交通安全ありが湯作戦

期間中、下記3施設の協力で、SDカード所有者の入浴料が無料となります。

実施温泉施設 ぶくみつ華山温泉、野草の宿来夢、ぬく森の郷

さんさん駅伝

小・中学生が、交通事故防止を願ってタスキをつなぎます。応援よろしくお願ひします。

日時: 13日(日) 午前10時~
会場: 井波本町通り



チャイルドシートワンポイントレッスン

正しい取り付け方などを学びましょう。受講無料。当日会場へお越しください。

日時: 10日(木)
午前10時30分~正午

会場: 福光児童館「きつずらんど」



原付の体験型交通安全講習会

原付利用者の方を対象に、正しい運転方法や技術を教授します。受講無料。当日会場へお越しください。

日時: 11日(金) 午後1時30分~
会場: 南砺警察署 井波幹部交番

問い合わせ 民生部 住民環境課(井波庁舎) ☎ 23 2008 南砺警察署 ☎ 2110



飼い犬の登録と狂犬病予防接種

狂犬病は、人や動物に感染するとほぼ100%死亡する恐ろしい病気ですが、ワクチン接種によって発病や流行を確実に阻止できます。必ず飼い犬の登録を行い、年に1度のワクチン接種を受けてください。

接種手数料 注射料:2,450円、注射済票:550円
合計:3,000円

お願い.....
すでに登録済みの方には案内ハガキを発送します。接種当日忘れずに持参してください。なお、新しく犬を飼い始めた方は、別途新規登録料3,000円が必要です(案内ハガキは送付しません)。また、次のような場合は届出をしてください。

- ・ 飼い犬が死亡したとき
死亡届(鑑札及び注射済票の返納)
- ・ 飼い犬の所在地や飼い主の氏名・住所に変更があったとき
登録事項変更届(飼い主が変わった場合、新しい飼い主が提出)

問い合わせ
民生部 住民環境課(井波庁舎) ☎ 23 2008

平成20年度狂犬病予防集団接種日程表

月日	時間	地域	会場
4月10日(木)	9:00~9:30	福野	安居集会所
	9:50~10:30		近思会館
	10:50~11:15		高瀬体育館
	13:20~13:50	井口	井口行政センター
	14:10~14:40	福光	北山田公民館
4月13日(日)	9:00~11:00	福野	福野行政センター
		福光	福光行政センター
4月15日(火)	9:10~9:30	利賀	利賀行政センター
	9:45~10:00		坂上「そばの郷」親水舎
	10:30~10:50	平	小谷コミュニティセンター(丸山荘)
	11:00~11:20		平行政センター
	11:40~12:00		五箇山山村開発センター
12:15~12:35	上平	上平診療所	
4月17日(木)	9:00~10:20	城端	城端行政センター
	10:40~11:10	福光	福光農協西太美地区センター
	11:30~11:50		福光農協南蟹谷地区センター
4月20日(日)	9:00~11:00	井波	井波行政センター
	9:00~10:20	福光	福光行政センター
	10:45~12:00	城端	城端行政センター

動物病院でも接種できます。案内ハガキを持参してください。

戸籍・住民票交付請求時に 本人確認を行います

5月1日(木)
から実施します



戸籍法・住民基本台帳法の一部改正に伴い、戸籍謄抄本・住民票の写し等を請求される際は、個人情報保護と他人による不正取得防止のため、請求できる場合を制限するとともに、請求者の本人確認を実施します。

また、以前から戸籍や住民異動の届出の際にも本人確認を行っていますが、それについても法律で定められましたので、改めてご理解ご協力をお願いします。

●対象となる交付請求

戸籍・除籍の証明書
住民票の証明書

●対象者

請求する人(本人、代理人、使者を含む)

代理人、使者の場合は、代理権限等の確認のため委任状が必要です。

●確認方法

書類等の提示

顔写真付の官公署が発行した身分証明書や資格証等を1つ提示

例：運転免許証、パスポート、写真付住基カード など

で確認できない場合、他の書類を複数枚組み合わせ提示

例：健康保険証、年金手帳、年金証書、写真無し住基カード、学生証 など

自動交付機をご利用ください

住民票、印鑑証明書、戸籍謄本・抄本、戸籍附票の請求については、便利な「自動交付機」をご利用ください。本人確認の必要がなく、休日や時間外も稼働しています。

利用にあたっては、自動交付機用暗証番号を取得してください。

問い合わせ 民生部 住民環境課(井波庁舎) ☎23 2008

平成20年度農作業標準料金表

区分	項目	単位	標準地	中山間地	備考		
機械等 作業 料金	水	トラクター 耕起	10a	6,300円	6,400円	30馬力級	
		トラクター 代掻	10a	6,600円	6,700円	30馬力級	
		トラクター一貫作業	10a	12,200円	12,700円	30馬力級	
	稲	田植機側条施肥	10a	8条 8,100円	5条 7,800円	乗用側条施肥機	
		コンバイン刈取	10a	6条 18,100円	4条 18,000円	グレンタンク	
		籾乾燥・調整	30kg	900円	900円	乾燥530円、調整370円	
		出芽苗	1箱	500円	500円	-	
		完成苗	1箱	750円	700円	-	
		苗運搬	1箱	90円	80円	-	
	大豆	畦ぬり	1m	100円	90円	-	
		大豆	耕起・砕土・播種	10a	13,900円	-	ハローシーダ3連
			培土	10a (1回)	3,300円	-	大豆専用乗用管理機
コンバイン刈取	10a		18,000円	-	2条刈り		
大麦	耕起・溝切・播種	10a	10,100円	-	播種を動力散布機で行う場合		
	耕起・溝切・播種	10a	8,000円	-	播種をハローシーダ(8連)で行う場合		
	コンバイン刈取	10a	17,000円	-	自脱型4条、グレンタンク		
土づくり	堆肥散布作業	10a	4,700円	5,000円	肥料代別		
農作業 賃金	一般作業	1日	8,700円	8,700円	基準労働時間8時間		
	軽作業	1日	7,300円	7,300円			
	一般作業(時間外)	1時間	1,360円	1,360円	時間当料金の25%割増		
	軽作業(時間外)	1時間	1,140円	1,140円			
	オペレーター(田植機・トラクター・コンバイン等)	1時間	1,700円	1,600円	時間外賃金は25%割増		
標準地			1区画30a以上		平坦地		
中山間地			1区画10a以上		平・上平・利賀地域		

この料金には消費税は含まれていません。

この標準料金は、標準地区分では1区画30aほ場で平坦地を基準とし、中山間地区分では1区画10aほ場で平・上平・利賀地域を基準としています。あくまで標準料金を示したものであり、それぞれのは場等の条件で作業料金を設定する目安としてください。

問い合わせ 市農業委員会事務局(城端庁舎) ☎23 2020

地域の社会教育 充実を願って

2/17
(日)



じょうはな座で開催された「第4回南砺市社会教育推進大会」。教育委員会表彰では、9個人4団体の方が表彰され、受賞者代表の中嶋外喜夫さん（城端綱引クラブ監督）が、「今回の受賞を励みとし、更なる研さんに努めます」と謝辞を述べました。

北野天満宮越中式年太鼓の披露や「地域で育てる子どもたち」と題して実践発表を行った後、ジェームス三木さん（脚本家）の記念講演が行われ、売れない歌手時代や脚本家として駆け出しの頃をユーモアを交えて語り、あわせて、人生の輝きとは何かを参加者に熱く伝えました。



【受賞者のみなさん】

一般表彰 櫻井光雄（城端）
特別表彰 児童・生徒

- 桐木健太郎（福光）、橋場友祐（城端）、全国中学校スキー大会富山県選抜チーム
- 芸術文化 平高校郷土芸能部
- 社会体育 館明日香（福光）、水口かおり（平）、鉢嶺孝輔（平）、水口雄太（平）、横田賢真（平）、蛭沢克仁（福野）、山岳少年女子富山県チーム、城端綱引クラブ

梅島トヨさん100歳 おめでとーございます

3/12
(水)

特別養護老人ホーム福寿園に入所中の梅島トヨさん（福野）が数え100歳を迎えられ、お祝い会が開催されました。

清都副市長から、お祝い状と花束、記念の聖徳太子二歳像を贈られたトヨさん。握手を交わし、笑顔を見せておられました。

トヨさんは、明治42年3月13日生まれ。長年理髪店を営んでおられたせいか、器用で手作業が得意だそうです。律儀な人柄そのままに、「みなさまごとうもありがとうございます」と、今日の催しに対するお礼を述べられました。



ご寄附感謝します

社会福祉費へ

堀望智大さん（井波） 5万円

広報費へ

- 京都利賀享友会 2万円
- （会長 笠原外木蔵）
- 前村年昭さん（川崎市） 1万円
- 中佐藤文字子さん（京都市） 1万円

城端中学校へ

同窓会 自転車小屋

吉江中学校へ

- 教育振興会
- テント3基 展示パネル
- ボードスクリーン、回転黒板

井波第二保育園へ

- 父母の会（会長 田中早苗）
- フロアカーペット2枚

買い物には「マイバッグ」持参で!

ごみの減量や石油資源節約のため、レジ袋を使わない「マイバッグ持参推進の署名運動」を展開している市連合

2/20 (水)



婦人会のみなさん。大塚千代
会長、奥野眞佐子副会長、北村和美副会長(生活委員長)の3名が、「市職員のみなさんにもご協力をお願いします」と、清都副市長に署名を依頼。清都副市長は、職員第1号として署名に応じました。
4月から、全国でも初めての取り組みとして、県下一斉に主要スーパーマーケットでのレジ袋無料配布を取り止める富山県。市内でも、左記の5店で実施します。市民のみなさんも取り組みの趣旨を理解され、マイバッグ持参にご協力をお願いします。

【市内実施店】

セフレ(城端)、フジスタア(城端)、アスモ(井波)、ア・ミュー(福野)、フレッサ(福光)

利賀芸術公園 「うるおい環境とやま賞」受賞

富山県利賀芸術公園が、うるおいや安らぎを感じさせる景観を選ぶうるおい環境とやま賞で、「土の賞」を受賞しました。合掌造り家屋を改修した劇場や、石造りのギリシャ風野外劇場などが、山麓の風景と調和を図りながら配置され、自然をありのままに活用していることが評価されたものです。



富山県利賀芸術公園

〒939 2513 南砺市利賀村上百瀬48番地

☎ 2028

農業関係表彰

平成19年度富山県農業振興賞

水田農業経営部門

・米(集団)

農事組合法人在房(福光)

(全国米麦改良協会会長賞も受賞)

大鋸屋営農組合(城端)

・大豆(生産者)

山田 薫(福野)

園芸部門

山野花卉球根組合(井波)

環境にやさしい農業部門

広安営農組合(井口)

優良指導者部門

竹中正昭(福光)



井波高瀬保育園へ

保護者会代表 池田ひろみ

給食展示テーブルボード

福野第一保育園へ

父母と保育士の会

(会長 酒井久美子)

鉄棒、育児書3冊、絵本12冊

福野南部保育園へ

保護者の会(会長 安田和子)

図鑑7冊、2種

福光保育園へ

父母の会(会長 西村明子)

自転車2台、ひな壇2組、

ジュニアブック

吉江保育園へ

たんぽぽの会(代表 中島昌美)

遊具4点、平均台2台、

カーペット、マット

山田保育園へ

父母の会代表 森田真由美)

遊具4点

北山田保育園へ

父母の会(会長 片田亜紀) 人工芝

広瀬館保育園へ

ひよこ父母の会(代表 上田恵美)

プラン用ベルトシート

広瀬館自治振興会(会長 加藤善躬)

フロアマット、紙芝居

東太美保育園へ

父母の会(会長 細川雅美)

児童手指熱風消毒器

平成19年度優良担い手表彰

農林水産省経営局長賞

広谷営農組合(福光)



なんとの ひろば

観光客増大に一役

冬季の観光客増大を目的に開催している「こきりこ味まつり」。こきりこ・麦屋節などの五箇山民謡と、そば・地酒などの伝統料理が目玉となっています。21回目の今年、今冬一番の降雪に見舞われましたが、会場のこきりこ館は大勢の観光客で賑わいました。

2/17^日

平地域と交流のある愛知県半田市からも、「半田・たいら友好交流の会」のみなさん19名が来場。会長の小栗英夫さんは、「平のみなさんの温かい心に触れたくて毎年来ています」と笑顔。今年初出荷となる蔵出し濁酒や、豆腐の田楽に舌鼓を打ちながら、民謡ステージを楽しんでいました。

7月に東海北陸自動車道が全線開通すれば、中京圏から日帰りで五箇山観光を楽しむことができます。味まつりをはじめとした各種イベントが、ますます観光客で賑わうことが期待されます。



城端、アニメの聖地となる

城端地域の映像制作会社「株式会社ピーエーワークス」が制作したアニメ「true tears」が人気を集めています。

true tearsは、5人の高校生男女を中心とした青春群像劇。城端の古い町並みや曳山祭などが随所に登場することから、ファンから“聖地”とあがめられるようになり、JR城端駅構内には、パネルやコミュニケーションノートを備えた「true tearsコーナー」も設置されました。

連日、県内外からカメラを抱えた熱心なファンが訪れており、ノートには、アニメの感想のほか、「駅舎の感じがいい」などといった城端に関する感想も書き込まれています。

true tearsは、BS11、キッズステーション(CS)でご覧になれるほか、4月6日(日)深夜から、BBT(富山テレビ放送)でも放送を予定しています。



コミュニケーションノート

つごもり大市、 五箇山民謡で 盛り上がる

2/28(木)・29(金)

今年「うるう年」とあって、2日間にわたって開催された「城端つごもり大市」。歩行者天国となった西町通り(国道304号)では、千円大市やつごもりうどん・そばの販売、商店街広場完成を祝うもちまきなどが行われ、大勢の方で賑わいました。

約350年前、城端地域と五箇山の経済交流が起源とされるつごもり大市。今年、その結びつきを改めて感じようと、平高校郷土芸能部のみなさんが五箇山民謡を披露しました。会場となった商店街広場前には大勢の方が陣取り、「こきりこ」「麦屋節」など哀調を帯びた民謡が披露されるたび、大きな拍手が沸き起こっていました。



犯罪抑止への 願いを込めて、 防犯タイルアート寄贈

2/27(水)

青少年の健全育成と非行防止を目指し、福野小学校の5・6年生22名で活動している「ふくの少年ハーティークラブ」のみなさん。犯罪抑止を願って制作した防犯タイルアートを、南砺警察署福野交番へ寄贈しました。

タイルアートは、15cm四方のタイルを、縦4枚、横6枚組み合わせたもので、防犯標語「毎月20日は犯罪抑止の日」や、富山県警のシンボルマスコット「立山くん」などが描かれています。

クラブを代表し、大橋祐介君(6年)、早川森君(6年)、齊田大輝君(6年)、竹倉大樹君(6年)、鍛治美里さん(5年)、玉崎魁輝君(5年)、鈴木優希奈さん(5年)の7名が南砺警察署を訪問し、田島信義署長に手渡しました。田島署長は、「安全安心なまちづくりに向け、我々おまわりさんも頑張ります」と、防犯への誓いを新たにしていました。

今月の表紙 3/15(土)・16(日)



南砺市園芸植物園で開催された「雪割草展示会」。山野草同好会や植物園の園芸講座受講生が、標準花や千重咲き、寄せ植え作品など約200点を出品。来場者は、小さな春の使者に顔を近づけ、ピンクや紫の可憐な姿に目を細めていました。

園芸植物園では、4月6日(日)まで「春のガーデニングフェア～遊びの空間～」を開催しています。入場無料。造園3社が造ったミニ庭園や、花苗の即売、寄せ植え作りなどをお楽しみください。

【南砺市園芸植物園】 〒939-1552 南砺市柴田屋128
☎ 8711 火曜日休園



なんと Q&A ピックアップ⑫

Q プライバシー保護の観点から、市指定ごみ袋への氏名記入を廃止してもらえませんか？

A 氏名の記入は、各家庭から出るごみに責任を持っていたくため実施しています(分別の徹底、危険物混入防止のため)。氏名が記載されていれば、どの家庭のごみが確認することができ、袋を排出者へ返還するだけで済むため、自治会役員による再分別などの負担も軽減されます。プライバシーの侵害などが心配であれば、自治会で各戸に割り当てた番号を記入するなど、何らかの対策をとっていただければ幸いです。

問い合わせ 住民環境課 ☎③2008

Q 市内に小児科救急を開設してもらえませんか？

A 全国的な医師不足が続く中、南砺市、砺波市においても例外ではなく、小児科医の不足により、休日や夜間の安定した救急医療体制が確立できなくなっています。そのため、砺波広域圏では、公的病院の医師に加え、小児科開業医の方々にもご協力をいただき、「砺波医療圏急患センター」を開設して小児科の時間外救急診療を行っています。

ご足労をおかけしますが、小児の時間外救急の場合は、こちらの利用をお願いします。

問い合わせ

砺波医療圏急患センター 小児科

(市立砺波総合病院に隣接) ☎④7744

診療時間等の詳細は、P23「医療案内」をご覧ください。

私の南砺市滞在記

南砺市国際交流員 ミカ レホト Mika Lehto

～ イースター(復活祭)～

Happy Easter! この時期、キリスト教圏ではイースターを祝います。今年のイースターは、3月23日(日)でした。イースターの祝い方は、国や宗派によって違います。では、フィンランドの家庭におけるイースターの祝い方を紹介しましょう。

私が一番好きなイースターの風習は、“ライルオホ(Rairuoho)”を作ることです。これは、「皿またはトレーに生える草」という意味です。新緑を模した皿に、美しく彩色した卵の殻“イースターエッグ”や、小さいおもちゃのひよこなどを載せます。これをテーブルに置き、部屋を飾っていくのです。

また、フィンランドにしかないイースターの食べ物“マツミ(Mammi)”も作ります。マツミは、ライ麦粉とモルト、オレンジパウダーなどを混ぜてオープンで焼き、2～3日冷蔵庫で冷やして熟成させ、クリームと一緒に食べるプリンのような物です。

各地に春の訪れを告げるイースター。みなさんも、緑の息吹に満ちた春を楽しんでくださいね。



平小学校1・2年生のみなさん

「地域の産物、旬の食材で栄養バランスを」①

【たけのこの味噌マヨネーズ和え】

食改福光支部 野原容子さん

材料(4人分)

ゆでたけのこ……………200g
菜花(葉物ならなんでも可)・…50g
出し汁(かつお)……………200cc
みりん、酒、しょうゆ、塩・
コショウを適量加える。
クリームチーズ入りプロセスチーズ
……………1個

調味料

味噌……………大サジ1/2杯
マヨネーズ……………大サジ1杯
酒……………小サジ1杯
コショウ・レモン汁……………少々



作り方

たけのこは小さめの乱切りにして鍋に入れる。出し汁を加えて落とし蓋をし、汁気がなくなるまで煮詰め、そのまま冷ます。

菜花はゆでて2cmほどに切り、水気を切る。

チーズをボウルに入れ、練って柔らかくする(電子レンジで10秒ほど加熱するとよい)。

に調味料を加えて衣を作り、とを和える。

<一口メモ> たけのこは、たんぱく質やカリウム、食物繊維を多く含みます。噛み応えがあるので、唾液の分泌を促して満腹中枢を刺激し、食べ過ぎを防ぎます。また、胃の中がかさが増えるので、満腹感も出ます。旬の味を楽しみながら、肥満防止にも役立ててください。

なんと スポーツ 特報!

市出身選手の活躍で 冬季国体6位入賞

2月19日(火)~22日(金)

長野県野沢温泉村で開催された「長野かがやき国体」は、南砺市選手団の活躍もあり、都道府県対抗の男女総合(天皇杯)女子総合(皇后杯)共に6位入賞を果たしました。

3月3日(月)クロスカントリー競技の監督・選手9名が福野庁舎を訪れ、県選手団の旗手を務めた藤田絵里子選手(県西部体育館)ら一人ひとりが、「温かい声援のおかげで滑りきることができました」など、成績と応援に対する感謝の気持ちを報告。清都副市長から、「おめでとうございます。みなさんまだ若く、スキー人生もたくさん残っています。この成績を励みに益々頑張ってください」と、ねぎらいを受けました。

南砺市出身選手の活躍(入賞以上)

【アルペン】

少年女子大回転2位:千重彩華(雄山高2年・上平)

【クロスカントリー】

成年男子C5kmクラシカル優勝:蛭沢克仁(福野)

成年女子B5kmクラシカル7位:藤田絵里子(平)

成年男子40kmリレー5位:横田詳英、鉢孝輔、松川正幸、蛭沢克仁

少年男子40kmリレー5位:中谷拓哉、中島拓哉、松原賢、中本健也

女子20kmリレー7位:横川郁美、中元佳世子、長田郁美、宮塚春香



「チャレンジデー2008inなんと」 対戦相手決まる!

南砺市誕生以来4回目となるチャレンジデー。今年対戦相手は、沖縄県南城市に決まりました。互いに競い合いながら、参加率70%以上を目指して頑張りましょう!



●日時 5月28日(水)
午前0時~午後9時

南城市の紹介

人口40,642人(2月1日現在)、沖縄県の本島南東部に位置し、自然、文化、海の幸に恵まれた市です。平成18年に合併記念として参加し、今回が3回目の参加となります。

問い合わせ

チャレンジデー2008inなんと実行委員会
(市教育委員会生涯学習スポーツ課内)
☎②2013

西日本唯一の競技場で熱戦展開

3月1日(土)・2日(日)

上平バイアスロン競技場(タカンボースキー場)で開催された「第4回西日本バイアスロン選手権大会」。北は岩手県から南は兵庫県まで、10都府県から延べ96名の選手が参加しました。



クロスカントリースキーとライフル射撃を組み合わせた珍しいこの競技は、冬季オリンピックの正式競技にも選ばれています。今大会では、スプリント競技、パシュート競技のほか、認知度を高めようとオモチャの銃を使用したミニバイアスロンも行われ、実際の競技顔負けの白熱したレースが展開されていました。

各部門1位
スプリント(4.5km):中井俊輔(京都府)
パシュート(7.5km):内田雅也(京都府)
ミニバイアスロン 一般:永森竜也(平SC)
 中学生男子:山下修司(城端) 中学生女子:長田美鈴(平)
 小学生男子:長田俊成(平Jr) 小学生女子:井淵冴梨(平Jr)

第3回南砺市民スキー大会 2月17日(日)

閑乗寺スキー場で開催され、大回転13部門に約120名が出場。急斜面で巧みなターンを見せていました。

各部門1位
小学生
 1・2年 男子:横川 悟(井波Jr) 女子:荒井彩良(福光Jr)
 3・4年 男子:溝口雄平(福光Jr) 女子:成川弥怜(福光Jr)
 5・6年 男子:湯浅悠史郎(立野ヶ原Jr) 女子:荒井彩里(福光Jr)
中学生
 男子:北島雄一郎(福光Jr) 女子:坂下聖香(立野ヶ原Jr)
一般男子
 A:小林雄太(井波SC) B:金田雄介(井波SC)
 C:成川達郎(福光SC) D:西田 豊(福光SC)
 E:石井米治(井波SC)

「市民ゴルフ教室」開催

市内在住または勤務の方が対象です。初心者・ジュニアも歓迎します。後半にはラウンドレッスンも行います。

●日時 4月22日から、毎週火曜日
午後7時~9時(全10回)
 ●会場 福光ゴルフセンター
 ●受講料 10,000円
 ●定員 20名
 ●応募期限 4月15日(火)

申込及び問い合わせ
 南砺市ゴルフ協会(トナミロイヤルGC内)
 ☎②3955



福光美術館では、南砺市誕生4周年を記念し、市の文化レベルの高さをアピールしようと、「南砺市の作家による全国展出品作品展」を開催中です。日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真の6部門に、市内の著名作家84人が、全国レベルの展覧会に出品した作品を1品ずつ展示して

市内の著名作家一堂に会す

3月15日(土)



会場には、横山豊介さん(井波)の彫刻「髪かざりの女」や、得地秀生さん(福光)の工芸「反映」、安念余志子さん(井波)の写真「山門の仏像」などが並び、来場者を魅了しています。会期は4月13日(日)まで。みなさん是非足を運んでください。

奥野達夫館長によると、市内の作家が一堂に会するのは初めてで、これも「合併効果」とのこと。「6万人弱の人口で、各分野に偏りなく人材が揃っているのは素晴らしいことです。この展覧会を機に、作家同士の交流も深まってほしい」と語りました。

観覧料(常設展を含む)
一般300円、高大生200円、
中学生以下無料
20名以上は2割引。

南砺の100景展

写真家風間耕司氏が、南砺地方に題材を取った秀作100点を厳選して展示します。また、盟友の写真家関口照生氏(女優竹下景子さんの夫)も賛助出品します。

●会期 4月19日(土)~6月8日(日)

●関連行事

開会式 4月19日(土) 午前9時30分~

トーク 4月19日(土) 午前10時30分~

ゲスト：風間耕司氏、関口照生氏、
竹下景子氏

●観覧料(常設展を含む)

一般500円、高大生300円、中学生以下無料
20名以上は2割引。

問い合わせ 福光美術館 ☎57576
火曜日休館(ゴールデンウィーク中は無休)

「大和楽の世界」開催

好評
発売中!

庵唄のまちにこだまする新時代の調べをお楽しみください。

●日時 5月16日(金) 午後7時~

●チケット 3,000円(全席自由、当日500円高)

会場及び問い合わせ じょうはな座 ☎5050



市民健康 カレンダー

平成20年 4月



乳幼児の予防接種は個人通知をしませんので、毎月の「市民健康カレンダー」を見て会場へお越しください。

対象地域の会場で受診できないときは、事前に連絡してください。

乳幼児の健康、妊婦・育児相談 ...すこやかに育てるために

項目	対象地域	対象者	実施日	受付時間	会場	持ち物		
3か月児健診	全地域	H19年12月生	16日(水)	13:00~13:20	南砺家庭・地域医療センター	母子健康手帳 問診票		
5か月児離乳食教室	全地域	H19年10月1日 ~15日生	8日(火)	9:30~9:50	福光保健センター	母子健康手帳 相談票		
		H19年10月16日 ~31日生		9:50~10:10				
8か月児離乳食相談	全地域	H19年8月1日 ~15日生	23日(水)	9:40~10:00	福光保健センター	母子健康手帳 相談票		
		H19年8月16日 ~31日生	24日(木)					
1歳6か月児健診	全地域	H18年9月生	17日(木)	12:45~13:15	井波保健センター	母子健康手帳、問診票 歯ブラシ、コップ タオル等 フッ化物塗布申込書 負担金200円		
3歳6か月児健診	全地域	H16年10月生	15日(火)	12:45~13:15	城端保健センター	母子健康手帳、問診票 歯ブラシ、コップ タオル等 フッ化物塗布申込書 負担金200円		
		H16年10・11月生	22日(火)		南砺家庭・地域医療センター			
むし歯予防教室 (歯科健診) (フッ化物塗布)	全地域	1歳6か月児 (H18年8月生)	11日(金)	13:00~14:00	福光保健センター	母子健康手帳 歯ブラシ コップ タオル等 フッ化物塗布申込書 負担金200円		
		井波・井口 福野	2歳児 (H18年3月生)				23日(水)	南砺家庭・地域医療センター
			2歳6か月児 (H17年9月生)					
	城端・福光	3歳児 (H17年3月生)	30日(水)	城端保健センター				
		2歳児 (H18年3月生)						
		2歳6か月児 (H17年9月生)						
3歳児 (H17年3月生)	全地域	乳幼児	18日(金)	9:30~11:00	福光保健センター	母子健康手帳 要予約です。		

今年度から、福野保健センターで行っていた健診・相談等は、「南砺家庭・地域医療センター(旧福野病院)」で行います。
今年度から、1歳6か月児健診と合わせて、歯科健診及びフッ化物塗布も実施します。



健康相談 ...健康を守るために

どなたでもお気軽にご相談ください。

項目	対象地域	実施日	受付時間	会場	持ち物
健康・栄養相談	城端	毎週(月)・(木)	9:30~11:30	城端保健センター	健康手帳 要予約です。
	平	毎週(月)・(金)		平保健センター	
	上平	毎週(木)		上平保健センター	
	利賀	毎週(火)		利賀保健センター	
	井波	毎週(月)・(水)		井波保健センター	
	井口	毎週(火)		井口保健センター	
	福野	毎週(火)・(金)		南砺家庭・地域医療センター	
	福光	毎週(火)・(木)		福光保健センター	



平成20年度子どもの予防接種(個別接種)

種類・接種期間

予防接種名	期	標準的な接種時期・期間
B C G	-	生後6か月未満
三種混合 〔百日咳 ジフテリア 破傷風〕	1期(初回)	生後3~12か月 3~8週間隔で3回接種。
	1期(追加)	初回終了から12~18か月の間
ジフテリア・破傷	2期	小学6年生

予防接種名	期	標準的な接種時期・期間
麻しん風しん 混合	1期	生後12~24か月未満
	2期	小学校就学までの1年間
	3期	中学1年生
	4期	高校3年生
日本脳炎	1期(初回)	3~4歳 1~4週間隔で2回接種。
	1期(追加)	4~5歳 初回終了後1年あける。
2期	9~10歳未満	

実施医療機関

地域	医療機関名	電話番号
城端	伊藤医院	62-0028
	松田外科医院	62-2168
	城端理休クリニック	62-3325
平	平診療所	66-2500
上平	上平診療所	67-3232
利賀	利賀診療所	68-2013
井波	南砺市民病院	82-1475
	鷹西医院	82-3231
	山見内科医院	82-8200
福野	南砺家庭・地域医療センター	22-3555
	伊東医院	22-6710

地域	医療機関名	電話番号
福野	くぼクリニック	22-7799
	柴田医院	22-2011
	山之内医院	22-1541
	吉岡整形外科	22-7700
福光	公立南砺中央病院	53-0001
	石黒医院	52-3800
	金子医院	52-0800
	佐伯医院	52-0689
	富田医院	52-0392
	中田内科医院	52-3200
正木医院	52-0876	

料金 無料

持ち物 母子健康手帳、予診票、健康保険証

注意事項 ●医療機関へ事前に予約してください

- BCGは、4月から個別接種となりました ●麻しん風しん混合は、3期・4期が追加されました
- ジフテリア・破傷風(2期)と麻しん風しん混合(3期・4期)は、個人通知をします
- 日本脳炎予防接種は、厚生労働省の勧告を受け、平成17年から差し控えています
- 『予防接種と子どもの健康』で、事前に種類や間隔等を確認してください

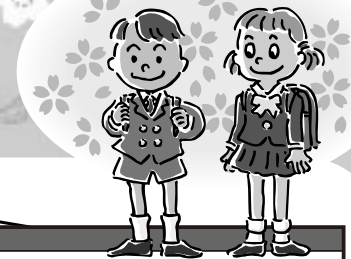
問い合わせ 福光保健センター ☎ 52 1767

問い合わせ

予防接種・母子・歯科健診に関して → 福光保健センター ☎ 52 1767 FAX 52 6511
 成人の健康診査や相談に関して → 民生部 健康課 保健係(井波庁舎) ☎ 23 2011 FAX 82 4657
 平・上平・利賀地域の連絡先 → 平保健センター ☎ 66 8026 FAX 66 8027



市民カレンダー



1 (火)	毎月「1日」は南砺市交通安全呼びかけの日 ～出かけには、笑顔といっしょに 「気をつけて」の一言を!～ 南砺用水区域水止め ～11日 さくらライトアップ ～30日 福光地域小矢部川沿い メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 砺波サナトリウム福井病院	5 (土)	城端しだれ桜まつり ～13日 城端別院善徳寺、ほか
2 (水)		6 (日)	スポーツゲームズinふくの 9:00～ 福野体育館、ほか
3 (木)	心の健康相談 13:30～16:00 砺波厚生センター 要予約(☎②3512)。	春の全国交通安全運動 ～ゆずりあう 心でひろがる 無事故の輪～ 4月6日(日)～15日(火)	
4 (金)	小・中学校入学式 	7 (月)	行政・人権・心配ごと・家庭児童相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター

13 (日)	第15回いなみさんさん祭り 10:00～ さんさん通り(井波本町通り) 住宅相談 10:00～16:00 福光会館2階	22 (火)	メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院 年金相談 10:00～15:00 城端行政センター 心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
14 (月)	心配ごと相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター 井口社会福祉センター	23 (水)	
15 (火)	メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 砺波サナトリウム福井病院 法律などその他専門相談 13:30～15:30 井波社会福祉センター 法律相談は要予約(☎②5565)。 行政・人権・心配ごと・障がい者地域相談 13:30～16:00 城端老人福祉センター「美山荘」 心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 長時間労働者への面接指導 19:00～20:00 砺波医師会 要予約(☎③7715)。	24 (木)	行政・人権・心配ごと相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」
16 (水)		25 (金)	広報なんと5月号発行・配布物配布日 年金相談 10:00～15:00 福光行政センター
17 (木)		26 (土)	
18 (金)		27 (日)	福光方面団春季訓練 5:20～ 東太美地区
19 (土)	五箇山春祭り ～5/6 平、上平各集落 しゃくなげ展 9:00～16:30 ～20日 IOX-AROSA 上利賀ふるさとマラソン大会 13:00～ スターフォレスト利賀 住宅相談 13:30～17:00 ショッピングセンター「ア・ミュージー」	28 (月)	
20 (日)	毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ ふくみつ春まつり 福光宇佐八幡宮、福光市街一円	29 (火) 昭和の日	医王山開山式 10:00～ 医王山国見権現堂 2008“南砺の山々を守るう植樹祭” 10:40～ 安居緑地公園
21 (月)		30 (水)	集合納税随期納期限 夜高祭前夜祭 19:30～ JR福野駅前一带

4月 図書館 休館日

印がお休みです

上平・利賀・井口 図書サービスコーナー

業務時間 平日8:30～17:30

城端図書館

開館時間 10:00～18:00

日	月	火	水	木	金	土
・	・	1	2	3	4	5
6	8	9	10	11	12	
13	15	16	17	18	19	
20	22	23	25	26		
27	30	・	・	・		

井波図書館

開館時間 10:00～18:00

日	月	火	水	木	金	土
・	・	1	2	3	4	5
6	8	9	10	11	12	
13	15	16	17	18	19	
20	22	23	25	26		
27	30	・	・	・		

中央図書館 (福野)

開館時間 9:30～18:30

(土・日・祝日 9:30～17:00)

日	月	火	水	木	金	土
・	・	2	3	4	5	
6	7	9	10	11	12	
13	14	16	17	18	19	
20	21	23	25	26		
27	28	29	・	・	・	

平図書館

開館時間 9:30～17:00

(土・日・祝日 10:00～17:00)

日	月	火	水	木	金	土
・	・	1	2	3	4	5
6	8	9	10	11	12	
13	15	16	17	18	19	
20	22	23	25	26		
27	29	30	・	・	・	

福光図書館

開館時間 9:30～18:30

(土・日・祝日 9:30～17:00)

日	月	火	水	木	金	土
・	・	1	2	3	4	5
6	8	9	10	11	12	
13	15	16	17	18	19	
20	22	23	25	26		
27	29	30	・	・	・	

8 (火)	メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 小矢部大家病院 年金相談 10:00～15:00 城端行政センター 心配ごと相談 13:30～16:00 利賀高齢者生活福祉センター「ネイトピア喜楽」 行政・人権・心配ごと・障がい者地域相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
9 (水)	
10 (木)	心配ごと相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」
11 (金)	年金相談 10:00～15:00 福光行政センター
12 (土)	南砺市民病院万歩会創立20周年記念講演会 11:00～ 井波総合文化センター 住宅相談 13:00～17:00 コミュニティプラザアスモ「中央広場」





「羽馬家住宅」

県指定 建造物 上平地域
平成10年2月25日指定

羽馬家住宅は、庄川支流の小瀬谷沿い、かつては五箇山と砺波平野、金沢を結ぶ交通の要衝であった小瀬集落に建つ合掌造り民家です。羽馬家は、加賀藩政時代には代々肝煎役を務め、また、藩御用の上着塩硝を製造する五箇山塩硝総代も務めていたため、塩硝に関する古文書や資料が数多く保存されています。また、床下には、塩硝土を製造・採取するために大きく掘り下げられた跡が残っています。

建築には、名工集団として名高い氷見の大塚大工が携わりました。文化9年(1812)から製材を始め、同11年(1814)には竣工していたことが所蔵の普請文書からわかっています。

建物の規模は、桁行13間半、梁間5間半と、合掌造り民家の中でも大型で、1階は居住空間であるフツマ、オクザシキ、アラトザシキ、デエ、オエ、チヨウダと、作業場であるニワや入口の土間部で構成されています。フツマやザシキは、上質の材と丁寧な仕上げが施され、オエに面したチヨウダの入口は、帳台構えに仕立てられています。大きな屋根裏は三層に区分され、フツマとして養蚕の作業場にあてられました。

良質の材料と優れた技術によって建てられた羽馬家住宅は、近世末期の五箇山地方を代表する合掌造り民家として、今も威容を誇っています。

南砺市の 文化財 & 美術品 ご紹介

文化財 & 美術品への問い合わせは
市教育委員会 文化課
(井波庁舎) ☎2014

題名 「朝」

えんつば かつぞう
彫刻 圓錐 勝三(1905~2003) 作

所蔵先 福野文化創造センター
制作年 1979年
寸法 高さ213cm x 幅66cm x 奥行48cm



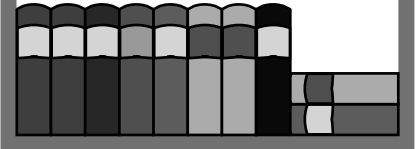
暁を告げる鶏鳴と共に、少年が澄み切った空に向けてラッパを吹きます。十数羽のハトは一斉に舞い上がり、2人の若い女性は大きく両手を広げ、リズムに乗って伸びのびと舞い始めました...

この作品は、平成3年3月3日のオープン以来、福野文化創造センターのシンボルとして前庭に設置され、周辺の憩いの広場と共に親しまれています。

一方、同じ作品が、JR 広島駅の新幹線北口にも設置されています。昭和54年、作者が、世界平和、明日への希望、そして「いつまでも光り輝く故郷広島であれ」と念じながら制作したものです。

作者は、明治38年、広島県河内村に生まれました。22歳で上京、日本美術学校を卒業後、彫刻家澤田政廣に師事します。文化功労者、文化勲章を受章、日本彫刻会理事長、日展顧問などを歴任しました。

なんと図書館だより



新着図書ピックアップ
 ~もよりの図書館へ
 お問い合わせください~

【一般図書】

乳と卵 川上未映子
 親指の恋人 石田 衣良
 そうか、もう君はいないのか
 新・御宿かわせみ 城山 三郎
 くじら日和 平岩 弓枝
 楊令伝4 雷霆の章 山本 一力
 弥勒世(上・下) 北方 謙三
 遺したい言葉 馳 星周
 運命の書(上・下) プラッド・メルツァー 瀬戸内寂聴
 猫と針 恩田 陸
 介護をはじめるときに読む本 下 正宗
 凛とした女性の基礎力 坂東真理子
 母の品格 多湖 輝
 なげださない 鎌田 実
 静かな爆弾 吉田 修一
 福袋 角田 光代
 犬と私の10の約束 サイトウアカリ
 食事バランスガイド 早淵 仁美
 毎日らくらくお弁当 講談社

園児がよろこぶこはんパン・麵を使う
 たおべんとつの裏ワザ 辰巳出版

【児童書】

犬と私の10の約束 バニラとみもの物語 さとうまきこ
 恐竜王国D-1めいろブック ありがひとし
 ビックリえほん 井上 洋介
 999 ひきのきょうだい しかけ絵本 木村 研
 いちくん にいくん さんちゃん なががりえこ
 よるがきらいなふくろう 仁科 幸子
 フィッシュ L.S.マシューズ
 ホネホネたんけんたい 西沢真樹子
 かんたんせんせいとライオン 齊藤 洋

今月のおすすめ本

● 親子論

佐藤明、ほか / 著



子は、親の姿をどんな思いで見つめてきたのか？ 親は、子にどう向き合ってきたのか？
 各界の第一線で活躍する35組の親子が、ありのままの思いを自分の言葉で語った対談集。

図書館行事 4月

中央図書館
 ・本の展示会
 「お父さん・お母さんも読んでいました... (長く愛されている本)」
 ・土曜おはなし会(紙芝居など)
 毎週土曜日 午前11時~
 ・古文書会 19日(土) 午後3時~
 福野文化創造センターセミナールームA
 城端図書館
 ・本の展示会
 「図書館もすすめる『本屋大賞』作品展」
 ・よみかせおはなしかい
 19日(土) 午前11時~
 指導：読み聞かせボランティア「虹の会」

● くじらのバース

村上康成 / 著



南の島に住む少年ナリン。北と南の海を旅するザトウクジラのバース。二人は同い年。ナリンが生まれた年、バースもここで生まれました。地球というこの星の上で、今年も二人は出会いました...

お知らせ

子ども読書の日

4月23日(水)



読書は、人生に大きな実りをもたらすことになると思います。読書を日常の何気ない習慣にすれば、きっと幸せな「本との出会い」がやって来でしょう。

井波図書館
 ・本の展示会 「おうちから“ECO”」
 ・子ども会 20日(日) 午後2時~
 「はなたば」読み聞かせ・折り紙遊びほか 指導：ピッコログループ
 子ども読書の日に合わせて 23日(水)~5月11日(日)
 ・体験コーナー 「自分だけのひろがる本をつくろう!」
 ・児童用展示 「2007年人気のあった本ベスト20」
 福光図書館
 ・本の展示会 「この春、自分磨きをはじめませんか？」
 ・おはなし会 19日(土) 午後3時~
 「花」 指導：ピノキオグループ

講座案内



介護予防大作戦(出前講座)

住みなれた所で安心・安全に暮らし、何らかの病気や障害があっても元気で過ごすため、各地域で「介護予防大作戦出前講座」を開催します。受講無料。地域ごとの申し込みをお待ちしています。

テーマ 元気で長生きしまいいけ!!

対象 高齢者本人、家族 など

内容 認知症予防を含む介護予防、低栄養予防、運動機能向上、口腔機能向上

講師 柔道整復師、歯科衛生士、保健師、管理栄養士 など

開催日時、会場等の詳細は、左記までお問い合わせください。

問い合わせ

地域包括支援センター(井口行政センター内) ☎ 2034

桜ヶ池ネーチャースクール

桜ヶ池で伸びのび遊ぼう!



対象 小学3〜6年生
受講料 3,000円
(別途参加費毎回500円)

締切り 4月11日(金)

●第1回・桜とギフチョウ

4月19日(土)午前9時〜正午

●第2回・チャレンジハイクと山菜採り

5月10日(土)午前9時〜午後1時30分

●第3回・車山歩きとつつま芋を植えよう

5月24日(土)午前9時〜正午

●第4回・ホタル狩り

6月14日(土)午後7時30分〜9時

●第5回・ブルーベリーでジャム作り

7月5日(土)午前9時〜正午

●第6回・川の生き物調べ

7月19日(土)午前9時〜午後1時30分

●第7回・雑木林で秘密基地作り

8月23日(土)午前9時〜午後3時

●第8回・秘密基地で遊ぼうとつつま芋の収穫

9月20日(土)午前9時〜正午

●第9回・みんなで企画

10月11日(土)午前9時〜

●第10回・肉松とお鏡作り

12月20日(土)午前9時〜正午

●第11回・親子でワカサギ釣り

1月20日(土)午前9時〜正午

●第12回・冬のトレッキング

2月10日(土)午前9時〜正午

申込及び問い合わせ

桜ヶ池ネーチャースクール事務局
(桜ヶ池自遊の森内) ☎ 3360

砺波地域職業訓練センター

パソコン入門講座

日時 4月5日(土)午前9時〜午後4時(全1回)

受講料 3,000円

デジタル画像編集講座

日時 4月5日・12日(土)午前10時〜午後4時(全2回)

受講料 5,000円

文書作成中級講座

日時 4月8日・24日(毎週火・木)午後7時〜9時(全6回)

受講料 7,000円

表計算基礎講座

日時 4月9日・25日(毎週水・金)午後7時〜9時(全6回)

受講料 6,000円

実践！ビジネスコミュニケーション & マナー向上研修講座

日時 4月12日・19日(土)午前10時〜午後4時(全2回)

受講料 8,000円

文書作成基礎講座

日時 4月12日・26日(毎週土)午前10時〜午後3時(全3回)

受講料 6,000円

JW CAD基礎講座

日時 4月19日・5月10日(土)午前10時〜午後4時(全3回)

受講料 8,000円

英会話基礎講座

日時 4月23日・6月25日(毎週水)午後6時30分〜8時30分(全10回)

受講料 8,000円

アート・ステンシル講座

日時 5月2日・8月1日(第1・第3金)・午後6時30分〜9時(全7回)

受講料 7,000円

パソコン学習支援のご案内

コンピュータ室を一般開放して、自主学習の場を提供しています。パソコンの操作でわからないことを、学習支援員にお尋ねください。

日時 毎週火・金 午後1時30分〜4時30分

利用料 300円

会場及び問い合わせ

砺波地域職業訓練センター
砺波市栄町717 ☎ 11115

本ホームページからも申し込み可能です。

http://www3.city.tonami.toyama.jp/project/2300/57/57_1.html

南砺市営住宅等の 入居者募集!



泉沢団地

公営住宅

団地名	募集戸数	棟	階	間取り	場所	特記
荒田町団地	1戸	2号棟	3階	3DK	城端4148-1	注
		家賃 14,300～23,700円				
		建設年度 S53				
泉沢団地	2戸	1号棟	2、3階	2LDK	泉沢34番地(城端)	2人以上
		家賃 19,700～32,600円				
		建設年度 H3				
山見住宅	1戸	1号棟	1階	3DK	山見455番地1(井波)	2人以上
		家賃 15,400～25,500円				
		建設年度 S56				
天神住	2戸	-	1、2階	3K	天神275番地2	注
		家賃 7,900～13,200円				
		建設年度 S46				

注：60歳以上単身入居可能な住宅あり

入居資格

- (1)同居または同居しようとする親族があること
- (2)入居世帯の収入(政令月収)が20万円以下であること
(高齢者、未就学児がいる世帯は26万8千円以下)

保証人 市営住宅に入居していない方2名(うち1名は市内在住)

募集期間 4月1日(火)～15日(火)

4月17日(木)午前9時から、福光庁舎で抽選及び説明会を行います。

共通

敷金 家賃の3か月分

- その他・家賃の他に共益費等の負担あり
- ・駐車場のある住宅については、1戸につき1台
 - ・募集期間内に見学可能(要事前連絡、就業日に限る)

申込及び問い合わせ

建設部 都市計画課 建築住宅係(福光庁舎) ☎ 2022

住宅所在地の行政センター

市ホームページに、募集に関する詳しい情報を掲載しています。

賃貸住宅

団地名	募集戸数	棟	階	間取り	場所
中畑住宅	3戸	-	1、2階	1DK、2DK	中畑174番地(平)
		家賃 20,000～30,000円			
		建設年度 H15			
下島住宅	1戸	B棟	2階建	5LDK	下島(上平)
		家賃 50,000円			
		建設年度 H8			

特定公共賃貸住宅等

種別	団地名	募集戸数	棟	階	間取り	場所
地特	西町住宅	10戸	2、3、5号棟	1～3階	2DK、2LDK	福光740番地3
			家賃(入居者負担額)45,000～61,000円			
			建設年度 H6			
特公	柴田屋団地	9戸	-	1、2、4階	2DK、2LDK	柴田屋396番地5(福野)
			家賃(入居者負担額)45,000～60,000円			
			建設年度 H6			
	松原団地	7戸	-	1～4階	1LDK、2DK、2LDK	松原新433番地2(福野)
		家賃(入居者負担額)40,000～65,000円				
		建設年度 H8				
	理休団地	10戸	1、2号棟	2、3階	2LDK、3DK、3LDK	理休277番地(城端)
			家賃(入居者負担額)57,000～75,000円			
			建設年度 H11			
	パーク若宮	5戸	A、B棟	平屋	1LDK、2LDK	利賀村上島8番1
			家賃(入居者負担額)20,000～50,000円			
			建設年度 H14			

入居資格

賃貸住宅

- (1)現に住宅に困窮していることが明らかなこと

特定公共賃貸住宅

- (1)入居世帯の政令月収が20～60万1千円であること
(将来収入増が見込める若年層は、20万円以下でも可)

募集期間 随時募集 随時募集のため、募集住宅に変動がおります。

平成20年度「救命講習」

砺波広域圏消防本部では、下記の日程で救命講習を開催します。いずれのコースも随時受け付けており、どなたでも無料で受講できます。



開催日時	場所	講習内容
4月27日(日) 午前9時～	砺波消防署	上級救命講習
7月27日(日) 午前9時～	城端消防署	普通救命講習
10月26日(日) 午前9時～	井波庄川消防署	
1月25日(日) 午前9時～	砺波消防署	

普通救命講習は、心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)使用講習、止血法を中心とした約3時間の講習です。

上級救命講習は、普通救命講習の内容に、小児・乳児の心肺蘇生法、傷病者管理法、外傷の手当てなどを加えた約8時間の講習です。

申込及び問い合わせ 砺波広域圏各消防署(所)

消防からのお知らせ



「山火事予防運動」実施

《全国统一標語》

山火事は 地球の未来も 燃やします

- 期間 4月1日(火)～5月14日(水)

山火事は、いったん発生すると容易に消火できず、一瞬にして貴重な森林を消失させ、その回復に長い年月と多大な労力を要します。山に入る際は、火の取り扱いに十分注意してください。

福光方面団春季訓練

- 日時 4月27日(日) 午前5時20分～

- 場所 東太美地区
(土生・土生新地内、土生工業団地付近)

当日は早朝からサイレンを吹鳴しますので、火災とお間違えのないようご注意ください。

問い合わせ 福光消防署 ☎ 0119



あなたの子育て応援します! - 保育園にあがる前のお子さん集まれ! -

山野保育園内 子育て支援室 なかよしひろば

4月の遊び

- ・いろいろなおもちゃで遊びましょう
- ・保育園を探検しましょう
- ・お外で遊びましょう



みんなで「いただきま〜す」

「なかよしひろば」では、未就園児とそのご家族を対象に、遊びの場や交流の場を提供し、楽しく子育てができるよう応援しています。今年度も、育児講座や親子ピクス、給食試食会などを計画しています。友だちを誘って是非遊びに来てください。また、育児相談も行っています。お気軽にご相談ください。

一時的に家庭で保育できなくなったとき、山野保育園でお子さんをお預かりします。

詳しくは『なかよしひろばだより』をご覧ください。
3月27日(木)~4月3日(木)はお休みします。

なかよしひろば

南砺市岩屋155番地 ☎ 1356
毎週月曜日~金曜日 9:30~11:30/13:00~15:00

城端さくら保育園内 子育て支援センター さくらんぼ

4月の遊び

- ・こいのぼりを作りましょう 14日(月)~
- ・母の日のプレゼントを作りましょう 21日(月)~



パラバルーンで遊びました

4月の行事予定

子育て相談会「ほほえみトーク」
21日(月) 9:30~

誕生会 25日(金) 10:30~

詳しくは『さくらんぼだより』をご覧ください。

さくらんぼ 南砺市理休240番地 ☎ 7305
毎週月曜日~金曜日 10:00~15:00

平成20年度の「おやこ広場参加者(対象:満1歳以上のお子さんとそのお母さん)」「ボランティア育成講座会員(年齢不問、どなたでも)」を募集しています。

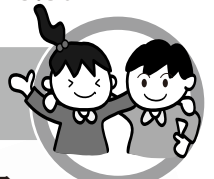
喜志麻保育園内 子育て支援センター ぴよぴよ広場

楽しい企画がいっぱい。
お子さんを連れて是非遊びにきてください!

詳しくはホームページをご覧ください。 <http://kijima.group.nanto-e.com/>

ぴよぴよ広場 南砺市高宮663番地 ☎ 4647
毎週月曜日~土曜日 9:00~11:30/13:30~15:30

南砺の児童館へようこそ! - 遊びを通して児童の健全育成を図ります -



福光児童館 きっずらんど

4月の行事予定

子育て支援...ひよこ広場

子育てセミナー
「子育て相談会」 9日(水)
チャイルドシート講習会
10日(木)



ひなまつり茶会でお手前を披露

スキップ水曜日「リミック」 16日(水)
きらきらパースデー、誕生会・身体測定 23日(水)
遊びのおもちゃ箱「こいのぼりを作ろう」 30日(水)

小学生対象

ウェルカムパーティ「新年度もよろしく!」 5日(土)
人形劇サークル「人形劇って楽しいな!」 19日(土)
チャレンジパソコン「年度カレンダー作り」 19日(土)
わくわくサークル「プリンアラモードではじめまして!」 26日(土)

きっずらんど 南砺市福光1269番地1 ☎ 8200
毎週月曜日~土曜日 9:00~18:00

南砺市ファミリーサポートセンター

少しの間子どもを預かって欲しいとき、研修を受けた保育サポーターが、1時間600円でお預かりします。「アルカス」または「きっずらんど」まで印鑑を持ってお越しください。保育サポーターも募集中です。

福野児童センター 「アルカス」

4月の行事予定

アルカスは
みんなの笑顔の集まるどころ!
みなさん遊びに来てね。

乳幼児対象

詳しくは「キッズ通信」をご覧ください。
おやつの日 1日(火)
親子ピクス 8日(火)
にこにこパースデー 15日(火)
おしゃべりランド(育児相談) 22日(火)



アルカスは福野小学校の向かいです

小学生対象

詳しくは「アルカスめ〜る」をご覧ください。
お茶、まんが、手話、木工など楽しい行事がいっぱい!

アルカス 南砺市二日町435番地1 ☎ 3898
毎週月曜日~土曜日 9:00~18:00

城端児童館

4月の 行事予定

お面作り 1日(火)~3日(木)
フェルトマスコット作り(な〜さん) 22日(火)~24日(木)

詳しくはホームページをご覧ください。

<http://johana-jidou.city.nanto.toyama.jp>

城端児童館 南砺市城端1046 ☎ 2897
毎週月曜日~土曜日 13:00~18:00

肝炎ウイルス無料検診

肝炎ウイルスの感染を早期に発見・治療することで、最近では完治が期待できるほか、進行を遅らせることができます。

左記に該当する方は、是非申し込んでください。後日受診券を送付します。

対象 41～74歳で、肝炎ウイルス検診を受けたことがない方
一度でも受診した方は必要ありません。健診記録・健康手帳を確認してください。
現在肝炎治療中の方は対象外です。

検診期間
6月2日(月)～10月31日(金)

会場 指定医療機関
持ち物 受診券

申込期限 4月25日(金)
申込及び問い合わせ
民生部 健康課 保健係
(井波庁舎) ☎②③ 2011

軽自動車税の減免

次に該当する方は、軽自動車税が減免されます。

障害者等本人が18歳以上の場合
障害の程度が一定基準以下

上に該当すれば、本人の所有または使用する軽自動車について減免されます。

障害者等本人が18歳未満の場合
共に生活している方の所有または使用する軽自動車でも、次の条件及び障害の程度が一定の基準以上に該当する場合に減免されます。

身体の不自由な方の通院や通学、または仕事のために使用する場合

精神に障害を有する方の通学等のために使用する場合
1人につき1台のみ減免されます。すでに自動車税(県税)が減免されている場合は該当しません。

申請時に必要なもの

障害者手帳等、運転免許証、車検証、印鑑
提出期限 4月25日(金)
提出先及び問い合わせ
総務部 税務課 市民税係
(福野庁舎) ☎②③ 2005

各行政センター

4月の集合納税納期限

(引落日)

随期：4月30日(水)

問い合わせ

総務部 税務課 収税係
(福野庁舎) ☎②③ 2005

下水道使用料について

下水道の使用料金は、基本料金に超過分を加算して算出します。なお、下水道の接続については、下記までお問い合わせください。

使用料金

基本料金(税込)：1680円/1か月(10mまで)
超過分(税込)：1680円/1m

使用水量算定方法

水道のみ使用する世帯

水道の使用水量を下水道の使用水量として算定

井戸水や山水をメーターで使用する世帯

井戸水や山水の使用水量を下水道の使用水量として算定(水道と併用の場合は両方の合計)

井戸水や山水をメーターなしで使用する世帯

世帯人数を基に1か月あたり1人7m³として算定(認定水量)

水道と併用の場合、認定水量と水道の使用水量のいずれか大きい方を下水道の使用水量とします。

問い合わせ

建設部 上下水道課
(福光庁舎) ☎②③ 2023

「奨学資金貸与制度」

願書受付中

学資の支払いが困難な方に奨学資金を貸与する奨学資金貸与制度。申し込みは4月25日金までです。対象者・貸与額・提出書類等詳細については、3月号P18及び市ホームページをご覧ください。

申込及び問い合わせ

市教育委員会 教育総務課
総務係(井波庁舎)
☎②③ 2012

各行政センター

「砺波農林

振興センター」設置

4月1日(火)、県の農林水産関係出先機関である砺波農業普及指導センターと砺波農林地務事務所が統合され、砺波農林

振興センターが設置されます。営業指導などのソフト面と生産基盤整備などのハード面の両施策が、一体的・総合的に展開されます。

事務所所在地及び畜産関係業務を除く所管区域は変更ありません。

畜産関係業務は、広域普及指導センター(☎076 429 5041)で取り扱います。

問い合わせ

砺波農林振興センター
担い手支援課 ☎② 8257

国家公務員募集

人事院では、平成20年度中に左記の採用試験を行います。申込用紙・受検案内は、郵便でも請求できます。

種試験 受付期間…

4月1日(火)～8日(火)
一次試験…5月4日(日)

種試験 受付期間…

4月11日(金)～22日(火)
一次試験…6月22日(日)

種試験 受付期間…

6月24日(火)～7月1日(火)
一次試験…9月7日(日)

試験案内等の配付開始日
種・種：2月1日(金)
種：5月12日(月)
問い合わせ 人事院中部事務局
0529616838

平成21年4月採用
国税専門官募集

募集職種 国税調査官、国税徴収官、国税査察官 など
応募資格

昭和54年4月2日～62年4月1日生まれの方
昭和62年4月2日以降生まれで大学を卒業した方及び平成21年3月までに卒業見込みの方
人事院が 同等の資格があると認める方

募集期間
4月1日(火)～14日(月)
一次試験 6月15日(日)
教養(多枝選択式)、専門(多枝選択式・記述式)
申込及び問い合わせ
金沢国税局 人事第二課
☎0762312131

平成20年度前期技能検定
技能の練磨に努力された結果を計る絶好の機会です。あなたもチャレンジしてみませんか。
検定職種 造園、板金、とび、左官、機械加工、金属熱処理、電

子機器組立、フタリ装飾 など
1級・2級・単一等級・45職種
3級：15職種
受付期間
4月3日(木)～16日(水)
申請書は、左記のほか、各商工会にもあります。
申込及び問い合わせ
富山県職業能力開発協会
☎0764329887

「地域ふれあい活動」
参加者募集

城端さくら保育園では、地域のお年寄りや年長組の園児たちが、いろいろな活動を通して交流しています。子どもたちと花を植えたり、ゲームをして一緒に遊びましょう！
対象
城端地域在住の高齢者の方
回数及び定員
年4回程度、約25名
応募期限 5月9日(金)
申込及び問い合わせ
城端さくら保育園
☎7300

「文久の大灯籠」
制作参加者募集

一緒に制作していただける市民の方を募集します。完成した大灯籠は、4月30日(水)～5月

3日(祝)まで、JR福野駅前広場に展示されます。また、4月30日(水)午後7時30分から、JR福野駅前二帯で行われる、夜高祭前夜祭」で練り回す予定です。
期間 4月7日(月)～29日(祝) 午後7時30分
場所 福野西部管理棟
(南砺市園芸植物園右隣)
申込及び問い合わせ
福野夜高保存会 晩田誠一
☎09023727424

JICAボランティア
平成20年度春募集

開発途上国では、様々な分野で技術・知識・豊かな経験が求められています。海外でもつつの意義ある人生を見つけてみませんか。「体験談&説明会」も開催しています。
対象年齢
青年海外協力隊：20～39歳
シニア海外ボランティア：40～69歳
募集職種 農林水産、加工、保守操作、土木建築、保健衛生、教育文化、社会福祉、観光、商業、スポーツ など
募集期間
4月8日(火)～5月23日(金)
申込及び問い合わせ
JICA北陸
☎0762335931

石綿救済法による特別遺族給付金の請求について
石綿(アスベスト)にさらされる業務に従事したことにより、中皮腫やがんなどで死亡された労働者のご遺族に、給付金を支給します。
請求できる方
平成13年3月26日以前に石綿による疾病を発症し、死亡した労働者の遺族で、時効により労災保険法の遺族補償給付を受ける権利が消滅している方
請求期限
平成21年3月27日(金)
問い合わせ
砺波労働基準監督署
☎3323

「法テラスの日」記念
無料法律相談会

法的トラブルについての相談を受け付けます。事前予約制です。
日時 4月10日(木)
午前10時～午後3時(30分)
会場及び問い合わせ
法テラス富山
(富山市長柄町341)
☎05033835480

富山県(産業別)
最低賃金改正

左記の3業種で最低賃金が改正されました。この金額に満たない労働者を使用すると、最低賃金法違反となります。
改正業種
富山県電気機械器具、情報通信機械器具、電子部品・デバイス製造業
時間額：712円
富山県百貨店、総合スーパー
時間額：730円、日額廃止

富山県自動車(新車)小売業
時間額：749円
問い合わせ
富山労働局 賃金室
☎0764322735
砺波労働基準監督署
☎3323

たばこ購入にICカード導入
富山県では、未成年者の喫煙防止のため、6月から自動販売機でたばこを購入する際、成人であることを識別する専用のICカード「taspo(タスポ)」が必要となります。
タスポの申込書は、たばこ販売店等で入手できます。詳しくは、下記までお問い合わせください。
タスポの発行には、手数料、年会費等は必要ありません。
問い合わせ (社)日本たばこ協会 taspo運営センター
☎0120-222-180
ホームページ <http://www.taspo.jp/>

自衛官募集

募集種目	資格	受付期間	試験日
自衛官幹部候補生	一般・技術 20歳以上26歳未満の方 (22歳未満の方は大卒見込含) (修士取得(見込含)の方は28歳未満)	4月1日(火)~ 5月12日(月)	1次: 5月17日(土) 18日(日) (18日は飛行要員のみ)
	歯科 専門大卒(見込含)で20歳以上30歳未満の方		2次: 6月17日(火) ~20日(金)のうち指定する1日
	薬剤 専門大卒(見込含)で20歳以上26歳未満の方		
2等陸・海・空士	男子 18歳以上27歳未満の方	年間を通じて募集	

申込及び問い合わせ 自衛隊高岡地域事務所 ☎ 0766-21-2411

「カギかけ」を忘れずに

現在、市内では犯罪が減少傾向にありますが、7月に東海北陸自動車道が全線開通すると、交通が便利になる反面、各種犯罪の「広域化・スピード化・凶悪化」も予想されます。

今後も家や車の「カギかけ」を徹底し、犯罪防止に努めてください。

「南砺パトメール」配信中

各地域の犯罪発生情報などを電子メールで配信しています。登録には便利なQRコードをご利用ください。



問い合わせ
南砺警察署 生活安全課
☎ 0110

消費者の知恵 35

～交通事故相談所をご存知ですか?～

昨年、県内では、人身・物件事故を含めて34,672件の交通事故が発生しました。富山県の人口がおよそ110万人なので、100人に3人以上の方が何らかの交通事故に遭っている計算になります。交通事故に遭い、損害賠償の算定、保険金の請求方法、過失の程度などについて知りたい場合は、県の交通事故相談所にお越しください。

富山県交通事故相談所

相談は無料で秘密は厳守されます。被害者・加害者を問わずお気軽にご相談ください。

日時 《火、木、金、第2・第4日曜》 午前8時30分～午後5時

《月、水》 午前8時30分～午後7時

所在 富山中央警察署分庁舎1階(富山市新桜町3番2号)

☎ 076-444-4400、☎ 076-442-5010 FAX 076-442-5025

手紙、電話、FAXによる相談も可能です。

巡回相談実施中

日時 《毎月第3木曜》 午前10時～午後3時

会場 砺波総合庁舎(砺波市幸町1-7) ☎ 32-8100(県民相談室)

問い合わせ 民生部 住民環境課(井波庁舎) ☎ 2008



三協立山アルミ

窓が個性を語り始めた。

快適ウインドー
MADiO
マディオ

住宅建材商品のご相談は TEL.0766-20-2251 <http://www.genkan.net/>
STプロダクツ株式会社 福光工場/〒939-1735 南砺市小林100 TEL.0763-52-7000

新学期の準備はお済ですか?

バックノート 特価にて販売中です!

e-honであなたの「ほしい」が見つかります! e-honならお気に入りの本がきつと見つかる

ネットで注文 ▶ 当店で受け取り ▶ 送料手数料無料 (1,500円以上お買い上げの場合、宅配送料無料!)

ケータイからもアクセスしてね <http://m.e-hon.ne.jp>

全国書店ネットワーク **e-hon** ファミリーブックス
福光(西町)373-1 ☎ 52-6777
<http://www.e-hon.ne.jp/SHOP44142>

FamilyMart 酒・エース うどん美濃屋

田尻	中横町	院林	院林	神子畑	上山見	勸学院	信農	愛農	岩屋東部	岩屋西部	院瀨1区	勸学院	下島	下梨	栄町	大窪	野下	東新田	西明	東新田
谷坊	吉井恋	橋爪	高田	山田	藤井	林さくら	土田	杉下	谷口穂	長谷	山	増井	高桑	近藤	中野	中谷	清利	西川	廣瀬	平田
文香	聡香	羽音	翔美	哲輝	優子	祐聖	夢乃	希美	果鈴	碧	和哉	和哉	絃花	颯哉	佑哉	莉子	葵乃	和希	彩音	礼生
女	女	女	男	男	女	女	男	女	女	男	男	男	女	男	男	女	女	男	女	男
忠	精	登雄	明	哲生	博之	宏幸	丈夫	昌義	直也	力	晋一	嘉成	博信	隆洋	周一	清尚	理久	雄太郎	崇	裕一

市民の窓

平成20年2月1日〜29日届出分
希望者のみ掲載

行政区 子の氏名 性別 父は名

うぶごえ

ウエディング

妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫
富山市	池田	富山市	池田	三浦東	兵庫東	砺波市	西下	今町3区	大宮野	野田	野田
村杉	中嶋	杉政	柳田	町田	池内	上銘三	藤井	嶋田	後藤	松永	牧
千晴	宏樹	由佳	和文	晃子	明博	三紀子	智之	洋子	恭崇	麻理子	晋一郎

小坂	太美	館	角田	苗島	西横町	中横町
湯浅健一郎	松本徳真	竹田彩羽	吉本那智	寺井菜優乃	梶井俐那	村山廉征
男	男	女	男	女	女	男
佑一	一総	健司	智司	康弘	俊和	宏基

上百瀬	東中江	中畑	大島	相倉	上梨	見座	西新田	上見	長楽寺	野田	野田	末広町	北野	北野	金戸	新町	特養	南町
野原	中本	永森	池田	東山	高桑	前川	中川	坂頭	中田	前川	細川	梅本	中西	山崎	谷口	坂本	細川	菅原
かず	キヨ	慶一	きよ子	ふみ子	美那子	はる	きく	とめ	正幸	たみ	さき	孝一	孝久	好子	浩文	保造	たち	昇
86	92	81	91	84	80	93	100	88	83	96	96	85	81	69	78	90	89	55

おくやみ

妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫
高宮	川西	高岡市	小又	砺波市	法林寺	高岡市	御蔵町	高岡市	西横町	高岡市	西横町
吉田	石坂	中島美詠子	山本和也	坪本真由美	松村 暁	高辻ゆきよ	比三ツツト	森山美加子	厚村 雄希	内山 都	伊藤 一弘
裕美	誠	和也	美	美	美	美	美	美	美	美	美

川西	天神町	天神町	栄坂	天本	法林寺	天神町	香城寺	山田	荒木	川西	川西	高宮	栄町	野尻	安清	上浦	野尻	石田	新田	浦田	中横町	浦田	森田	浦田	石田	栄町	愛農	岩屋東部	六日町	岩屋東部	東町	坪野西部	岩屋東部	戸板	今町4区	大助場			
織田	谷村	長谷	上坂	成瀬	細川	岩村	八田	松井	長谷川	山村	西村	佐々木	谷浦	中田	竹山	竹山	中田	野尻	吉川	吉田	杉本	鷲田	柴垣	山北	寺井	岡田	稲葉	盛橋	橋場	細川	竹山	柴田	稲塚	柿原	飯田	高田	澤田	高熊	
富美子	セツ	豊治	悦子	八衛	かをる	政吉	弘	藤作	英	善藏	孝則	喜美子	忠信	たみ子	文子	文子	笑子	善明	まつ	藤枝	れい子	みさを	徳一	恒男	みど	弘	愛治	隆	俊六	必侍	稔	ため	松之助						
79	93	78	68	92	90	89	86	62	70	89	96	83	89	79	69	94	89	83	88	88	94	87	78	77	89	93	77	90	92	71	83	84	83	85	69	82	70	98	80

御結納 初老・還暦祝 御七夜祝 御法要会席

旬のお料理で 真心込めておもてなし

旅の川

御法要

四十九日から五十年忌まで
マイクロバス市内無料送迎
くつろげる
和風イステール席で

南砺市福光1376 ☎ 52-1072

耐震診断を
してみませんか

住宅の設計相談室
一級建築士事務所・調査・測量・設計

株式会社 北陸工営

南砺市高儀156番地14 電話 22-7033 FAX 22-7735
ホームページ <http://www1.coralnet.or.jp/koa/>



知って得する健康と医療のお話

「5月病を予防しましょう」



南砺市民病院 臨床心理士 加藤 奏

4月から新生活が始まります。転勤や転居、進学、就職と忙しい時期ですね。期待や喜びで心が弾んだり、逆に環境の変化に対する不安を感じたりと、心の中も大忙しです。不快な感情はもちろん、楽しい気持ちもストレスとなります。また、慣れない人や環境に早くなじもうと、心も身体も緊張した状態が続いています。緊張している間は、少々の疲労やストレスがあっても気づきません。ようやく周囲の環境に慣れ、ゴールデンウィークでほっと一息、という頃に、今までの緊張が一気に解け、どっと疲れが出てきます。気候も良く毎日が楽しいのに、何故か身体がだるく、仕事や勉強への意欲がなくなったり、外出や人との交流を億劫に感じるようなら、それは「5月病」かもしれません。

5月病は、普段と違う緊張やストレスで心が疲れてしまう状態です。5月病の予防には、普段通りの自然な心の状態でくつろぐことが重要です。まず自分の緊張や疲労に気づき、意識して休養を取りましょう。また、連休中も食事と睡眠のリズムを崩さないようにしましょう。適度に身体を動かすこともお勧めです。

今年は、「のんびりくつろぐ春」を心がけてはいかがでしょうか。

「院外処方」が始まります

4月から、患者さんは、受診後「院外処方せん」を受け取り、病院外の薬局(かかりつけ薬局)へ持参して薬を受け取るようになります。

病院と保険薬局の両方で支払うことになりますが、医療の安全性を高め、「医薬分業」システムを構築するため、市民のみなさんのご理解ご協力をよろしくお願いします。

「南砺家庭・地域医療センター (旧福野病院)」小児科休診

4月から、医師の都合により小児科診療を休止します。なお、南砺市民病院、公立南砺中央病院では、今までどおり(月～金)診療を実施していますのでご利用ください。

南砺市民病院万歩会 創立20周年記念講演会

入場 無料

- 日時 4月12日(土) 午前11時～
- 会場 井波総合文化センター
- 演題 「万歩会は地球を救う」
- 講師 西頭 徳三氏(富山大学学長)

各病院・診療所の連絡先

南砺市民病院	☎⑧2 1475
公立南砺中央病院	☎⑤3 0001
南砺家庭・地域医療センター (旧福野病院)	☎②2 3555
平診療所	☎⑥⑥ 2500(医科) ☎⑥⑥ 2102(歯科)
上平診療所	☎⑥7 3232
利賀診療所	☎⑥8 2013
医療局 (南砺家庭・地域医療センター内)	☎②3 1003

スタッフ紹介



南砺家庭・地域医療センター
内科医師 三羽 邦久

センターの開設と共に着任しました。もともとは循環器が専門の総合内科医です。詳細な病歴聴取と身体所見を基盤とした全人的医療を目指しています。単に病気を治すだけでなく、患者さんの資質を生かしながら、QOL(生活の質)の向上を重要な目標として心がけます。多数の専門科の併診や、長期にわたる不必要な投薬から生じる副作用にも目を光らせていきます。高血圧、糖尿病、高脂血症、肥満など、生活習慣病危険因子を心配しているが薬は服用したくないという方、大歓迎です。禁煙指導にも力を入れています。みなさんのご指導ご鞭撻をお願いします。



4月の医療案内

【南砺市医師会日曜当番内科医】

診療時間：午前10時～午後4時、午後7時～10時
場所：公立南砺中央病院内 ☎⑤3 0001
問い合わせ：南砺市医師会 ☎⑤3 2510

【休日当番歯科医】

診療時間：午前9時～午後5時

- 4/ 6 細川歯科医院 城端 ⑥2 0250
- 4/13 林歯科医院 井波 ⑧2 3283
- 4/20 グリーン歯科 福光 ⑤2 9977
- 4/27 ほほえみ歯科 福野 ②2 8118
- 4/29 上田歯科医院 小矢部 0766 67 0250

受診の際は、病状などを事前に電話連絡し、保険証を持参してください。
問い合わせ：富山県歯科保健医療総合センター ☎076-433-2039

【救急・時間外診療】

砺波医療圏急患センター

診療科目 内科・小児科 外傷は対象外。
診療時間 月～土 午後8時～10時30分
日、祝日、年末年始(12/31～1/3)
午前10時～午後5時、
午後8時～10時30分
持参品 健康保険証、福祉医療費請求書、
処方せんなど

砺波市新富町1-61(市立砺波総合病院に隣接)
内科 ☎③4 5005
小児科 ☎③4 7744

障害のある方へ、 後期高齢者医療制度は任意加入です

65歳以上75歳未満の方で、中度以上の障害のある方は、この制度への加入は任意となっています。期限までに加入しない旨を届け出られれば、保険料は賦課されません。ただし、加入しない場合は、重度心身障害者等医療費助成は受けられません。

- 期限 4月28日(月)
期限後も届出は可能ですが、保険料が賦課されます。
- 持ち物 被保険者証、印鑑、金融機関口座番号(還付が生じる場合)
- 届出先 各行政センター

問い合わせ
富山県後期高齢者医療広域連合 事業課 ☎076-465-7502
民生部 健康課 保険医療係(井波庁舎) ☎③2011

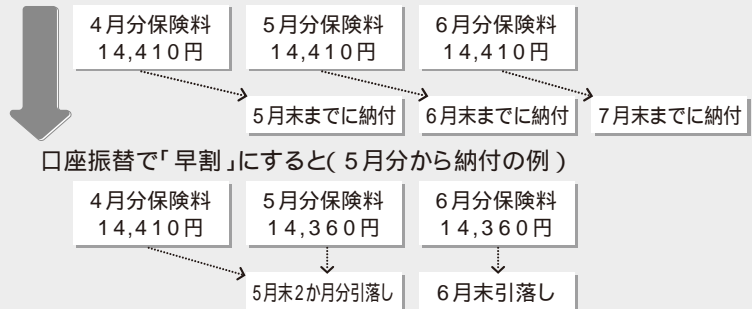
この欄でお知らせしてきた「24時間健康テレホンサービス」は、3月31日(月)をもって終了します。

国民年金

保険料の納付には 口座振替が便利でお得!

平成20年度の国民年金保険料は、月額14,410円です。毎月の保険料納付期限は翌月末日ですが、口座振替で当月末の引落し(早割)にすると、月々50円の割引となります。

毎月、現金・口座振替で納付する場合



月末が休日の場合、翌営業日が引落日となります。
原則として、初めて口座振替を申し込まれた方の初回は、前月分(割引なし)と当月分(50円割引)の2か月分の保険料を引落します。

< 早割の手続き方法 >

「口座振替申出書」により、各行政センター、砺波社会保険事務所、口座のある金融機関・郵便局で手続きしてください。年金手帳(基礎年金番号がわかるもの)、預貯金通帳、金融機関届出印が必要です。
保険料の一部免除の承認を受けている方は利用できません。

前納制度もご利用ください

4月初旬、保険料の「納付案内書」をお送りします。月ごとの納付書のほか、1年前納の納付書、6か月前納の納付書、口座振替申出書などが添付されています。

1年前納の納付書で、平成20年4月～21年3月までの保険料を一括して納付すると、169,850円となり、月ごとの納付書で納付した場合(14,410円×12か月=172,920円)と比べ、3,070円の割引となります。前納を希望される方は、4月30日(水)までに、金融機関、コンビニエンスストア、砺波社会保険事務所の窓口で納付してください。

なお、4月からだけでなく、5以降も前納できます。ご希望の月からの前納納付書をお送りしますので、砺波社会保険事務所までご連絡ください。

納付案内書は、口座振替の方、国民年金保険料を全額免除されている方、若年者納付猶予を受けている方などには送付されません。

4月の年金相談(相談時間は午前10時～午後3時)

開設日	開設場所
8日(火)	城端行政センター
11日(金)	福光行政センター
22日(火)	城端行政センター
25日(金)	福光行政センター

問い合わせ 富山社会保険事務局 砺波事務所 ☎③3 1259
ねんきんダイヤル ☎0570 05 1165
(IP電話・PHSは ☎03 6700 1165)
民生部 住民環境課(井波庁舎) ☎③2008
各行政センター

第15回 いなみさんさん祭り

- 交通事故防止を願う「さんさん駅伝」のほか、
よさこいの演舞もあります -

4月13日(日) 午前10時~
さんさん通り(井波本町通り)

内 容 くいだおれコーナー、フリーマーケット など

問い合わせ 井波商工会 ☎②0184



ふくみつ春まつり

- 巨大神輿の巡幸、乱舞する獅子と獅子取り。
福光の春ここに極まる! -

4月20日(日) 終日
福光宇佐八幡宮、福光市街一円

4月の
イベント

五箇山春祭り

- 五箇山に本格的な春を呼ぶ勇壮な獅子舞 -

4月19日(土)~5月6日(祝) 平、上平各集落

問い合わせ 平、上平行政センター ☎⑥2131、☎⑥3211



日 時	イベントタイトル・内 容	場所 / 問い合わせ
5日(土)~13日(日)	城端しだれ桜まつり - 格式ある「式台門」をくぐり、可憐なしだれ桜を愛でましょう -	城端別院善徳寺、ほか 城端商工会 ☎②2163
19日(土)・20日(日) 午前9時~午後4時30分	しゃくなげ展 - 入場無料。無料もちつき(20日のみ)、各種苗木の即売もあります -	IOX-AROSA 福光の花しゃくなげ会 ☎⑤1969
29日(祝) 午前10時~	医王山開山式	医王山国見権現堂 福光観光協会 ☎②0755
29日(祝) 午前10時40分~	2008“南砺の山々を守る植樹祭” - 参加無料、小雨決行。園芸植物園から無料送迎バスあり -	安居緑地公園 南砺の山々を守る実行委員会 ☎②4131

統計なんと

- 人 口 57,504人(-51)
- 男 性 27,528人(-26)
- 女 性 29,976人(-25)
- 世 帯 数 17,361戸(-9)

平成20年3月1日現在、()内は前月比。
(住民基本台帳より)

編 集 後 記

P8でお伝えしたテレビアニメの記事。とにかくすごい人気ようです。同じ内容を先に市ホームページで紹介したのですが、3日間で3,300件と、トップページを除いては過去最高のアクセス数を記録しました。市内の企業の頑張りや認められるとともに、城端、ひいては南砺市の良さが全国に伝わります。本当に素晴らしいことですね。

さて、南砺市誕生以来、情報政策室 情報政策課と名称が変わった広報担当課。P2でおわかりのとおり、4月からは「企画情報課」と、3度目の名称変更となります。名前も課員も移り変わってきましたが、『広報なんと』が“市民と行政の架け橋”であることに変わりはありません。微調整を加えながら、市民のみなさんの役に立つ情報をお伝えしていきます。これからも応援よろしくをお願いします。(よっこ)