

2015

11月

市民カレンダー

1日	◎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!～ ◎木彫りの天神様展・いなみ物産フェア ～3日 いなみ木彫りの里創遊館
2月	◎集合納税第5期納期限 ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター
3火	◎第12回南砺菊まつり 9:00～17:00 ～10日 園芸植物園
4水	
5木	◎心配ごと相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター ◎心の健康相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎@3512) ◎ワールドカルチャー教室 中国編 18:30～20:00 福光福祉会館
6金	◎第11回南砺市名士作家作品頒布展 9:00～17:00 ～9日 井波社会福祉センター
7土	◎日本風景街道大学 白川郷・五箇山校 分科会 9:00～12:00 五箇山合掌の里
8日	◎第1回エコフリマ 10:00～16:00 いのくち橋館 ◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
9月	
10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 ※要予約(☎@7715) ◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 ◎不動産無料相談所 13:00～16:00 となみ散居村ミュージアム
11水	
12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」 ◎サロンの集い 13:30～16:00 井波総合文化センター ※問い合わせ 社会福祉協議会本所 ☎@2940
13金	
14土	◎シンポジウム「ふるさと城端線を考える ～地域交通とまちづくり～」 13:30～ 福野文化創造センター ヘリオス ◎住宅相談 13:00～17:00 コミュニティプラザアスモ2F「ほっとステーション」 ◎住宅相談 13:30～17:00 ショッピング「ア・ミュー」
15日	◎第2回南砺市民大学講演会 14:00～15:30 井波総合文化センター 演題 「夢を掴むまで」 講師 鈴木明子 氏

2015

秋の火災予防運動
～無防備な
心に火災が かくれんぼ～
11月9日(月)～15日(日)

なんと!図書館まつり
～本の数だけHAPPYがある～
15日(日)まで

福野・井波・城端・福光の4庁舎は、
毎週火曜日午後7時まで開庁!
なお、11月中は10日、17日、24日です。
お仕事帰り気軽にご利用ください!

16月	
17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 ※要予約(☎@7715) ◎法律相談 13:30～15:30 社会福祉協議会本所 ※要予約(☎@2941) ◎長時間労働者への面接指導 19:00～20:00 砺波医師会 ※要予約(☎@7715)
18水	◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 城端老人福祉センター「美山荘」
19木	◎ひきこもり相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎@3512) ◎ソーシャルシネマダイアログin南砺2015 18:30～21:00 じょうはな座 上映作品:「産土II～懐～」 ◎相倉合掌造り集落ライトアップ 日没～20:00 ～23日
20金	◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～
21土	
22日	◎第11回市展 9:00～17:00 ～30日 福野文化創造センター・福光美術館
23月	◎第25回IOX-AROSA雪恋まつり 9:00～ IOX-AROSAスキー場 ◎第30回福野のごっつお里いもまつり 10:00～ 福野体育館
24火	◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院 ※要予約(☎@7715) ◎心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
25水	◎広報なんと12月号発行・配布物配布日 ◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院 ※要予約(☎@7715) ◎弁護士による犯罪被害(身体犯)に関する無料法律相談 10:00～12:00 とやま被害者支援センター ※要予約(☎076-413-7830)
26木	◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」 ◎出前市長室 18:00～20:00 福光庁舎別館
27金	
28土	
29日	
30月	◎集合納税第6期納期限 ◎ソーシャルシネマダイアログin南砺2015 18:30～21:00 じょうはな座 上映作品:「地球交響曲」

勤労感謝の日

11月 図書館
休館日

●印は休館日です

上平・利賀・井口
図書サービスコーナー

業務時間 平日8:30～17:15

中央図書館(福光)

開館時間 9:30～19:00
(土・日・祝日 9:30～17:00)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

福野図書館

開館時間 9:30～19:00
(土・日・祝日 9:30～17:00)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

平図書館

開館時間 9:30～17:00

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

井波図書館

開館時間 9:30～18:00
(土・日・祝日 9:30～17:00)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

城端図書館

開館時間 9:30～18:00
(土・日・祝日 9:30～17:00)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

2015 健康 11月 カレンダー

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…
健康課 保健係(井波庁舎) ☎ 23-2027 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

■ フッ化物塗布、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・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	平成27年7月生	12日(木)	13:00~13:20	南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	母子健康手帳 なんとすこやかファイル バスタオル・問診票
7か月児離乳食教室	全地域	平成27年4月生	13日(金)	9:30~10:10	福光保健センター	母子健康手帳・相談票 なんとすこやかファイル 仕上げ用歯ブラシ らくらく離乳食ガイドブック
1歳6か月児健診	福光・城端 平・上平	平成26年4月1日生~ 5月10日生	19日(木)	12:45~13:15	福光保健センター	母子健康手帳・問診票 歯ブラシ・タオル等 フッ化物塗布希望書 負担金200円 なんとすこやかファイル
3歳6か月児健診	福光・城端 平・上平	平成24年5月11日~ 6月15日生	26日(木)	12:45~13:15	福光保健センター	母子健康手帳・問診票 アンケート 歯ブラシ・タオル等 フッ化物塗布希望書 負担金200円 健診当日の早朝尿
2歳児・2歳6か月児 3歳児フッ化物塗布	福光・城端	2歳児(H25年10月1日~10月20日生)	5日(木)	13:00~13:20	福光保健センター	母子健康手帳 歯ブラシ・タオル等 フッ化物塗布希望書 負担金200円
		2歳6か月児(H25年4月1日~4月20日生)				
	井波・井口 福野・利賀	2歳児(H25年10月生)	25日(水)	南砺家庭・地域医療 センター(健診会場)		
		2歳6か月児(H25年4月生) 3歳児(H24年10月生)				
乳幼児育児相談 ※要予約	全地域	乳幼児	9日(月)	9:00~10:00	福光保健センター	母子健康手帳
母乳育児相談 ※要予約	全地域	乳幼児	9日(月) 24日(火)	9:00~10:00	福光保健センター	母子健康手帳
マタニティ教室 ※要予約	全地域	妊娠3か月(8週)~6か月 (23週)頃の妊婦さん	17日(火)	13:00~13:20	福光保健センター	母子健康手帳 なんとすこやかファイル アンケート(予約された 方に 郵送いたします)

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。(要予約)

項目	対象地域	実施日(毎週)	受付時間	会場	持ち物
乳幼児から高齢者の 健康・栄養相談	城端	月	9:30~11:30	城端保健センター	健康手帳
	井波	水		井波保健センター	
	福野	金		南砺家庭・地域医療センター健診会場	
	福光	火・木	福光保健センター		
	平	金	平保健センター		
	井口	予約日	予約指定時間	井口行政センター	
	上平			上平行政センター	
利賀	利賀行政センター				
心の健康相談 (対応:保健師)	全地域	12日(木)	13:30~15:30	福光保健センター	※前日まで 予約

各種検診

早期発見が決め手です。

がん検診(胃・子宮・乳房)は事前にお申込みください。職場等で検診機会のない方はお受けください。
※39歳以下健康診査、がん検診は受診券の有無に関わらず、対象の方は当日受診会場にお越しください。
当日会場で作成いたします。

○集団検診

項目・地域	実施日	受付時間	会場	持ち物	
39歳以下健診	井波・井口 福野・利賀	11日(水)	14:00~16:00	南砺家庭・地域医療 センター(健診会場)	対象者:19歳以上39歳以下 39歳以下健康診査受診券、 負担金1,000円、健康手帳
		14日(土)	9:00~11:00		
胃がん検診のみ ※要予約	井波	12日(木)	9:00~10:30	アスモ1階中央	対象者:40歳以上 胃がん検診受診券 負担金1,200円(節目無料)、 健康手帳
胸部レントゲン 検診のみ	城端	4日(水)	13:30~15:00	城端保健センター	対象者:40歳以上 胸部レントゲン検診受診券、 負担金300円(65歳以上無 料)、健康手帳
	井口	13日(金)	13:30~14:30	井口ふるさとふれあい 会館	
子宮がん・乳がん 検診(女性のみ) ※要予約	井波	19日(木)	13:30~15:00	アスモ1階中央	子宮がん対象者:20歳以上 乳がん対象者:40歳以上 受診券、負担金、健康手帳、子宮・ 乳がん検診クーポン券(該当者)
	井波	6日(金)	13:00~14:00	アスモ2階	
	福野	18日(水)	13:00~14:00	南砺家庭・地域医療 センター(健診会場)	
	福光	27日(金)	13:00~14:00	福光保健センター	

★のついている日は、胃がん・婦人がん(子宮頸部・乳房)検診を同時に実施します。

項目・地域	対象者	実施日	受付時間	会場	持ち物
特定健康診査 (集団)	<国保加入者の未受診の方> 昭和16年4月1日生~ 昭和51年3月31日生の方 ※受診日時点で国保資格を 喪失された場合は、全額自 己負担になります。	8日(日)	8:30~11:00	福光保健センター	<国保加入者の方> 国民健康保険被保険 者証 特定健康診査(集団) の案内ハガキ(青色) または特定健康診査 受診券
		21日(土)		南砺家庭・地域医療 センター(健診会場)	
前立腺がん(男性)	50歳以上の方				前立腺がん検診受診券 負担金500円
肝炎ウイルス検査	今年度40・50・60・65歳に なる方又は41歳以上で 未検査の方			特定健診(集団)に同じ	肝炎ウイルス検査問 診票兼同意書(41歳 以上で未検査の方は、 事前に保健係にお申 込みください。)

○施設検診(医療機関にて検診)

項目	対象者	受付時間	会場	持ち物	
がん検診 (施設)	胃がん (40歳以上の方)	国保加入者、 または職場等 でがん検診を 受ける機会 のない方	H28年2月29日まで 診療時間帯	南砺市指定医療機関	がん検診受診券 (受診券がない方は事前に 保健係・保健センターへお申 し出ください。) 負担金、健康保険証、 子宮・乳がん検診クーポン券 (該当者には5月下旬に発送 済です)
	子宮がん (20歳以上の方)	※要予約	H28年3月31日まで 診療時間帯	指定医療機関 (県内婦人科)	
	乳がん (40歳以上の方)	※要予約	H28年3月31日まで 診療時間帯	南砺市民病院 公立南砺中央病院	