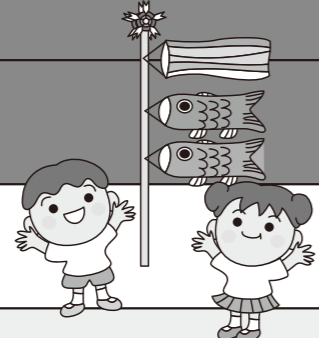

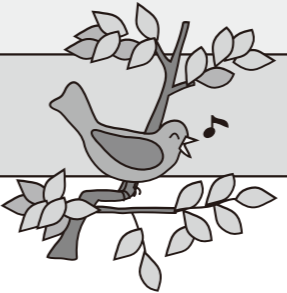


<b>1日</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎毎月「1日」は南砺市交通安全呼びかけの日 ～出かけには、笑顔といっしょに「気をつけて」の一言を!～</li> <li>◎福野夜高祭(宵祭) ～2日 福野中心市街地</li> <li>◎IOX-AROSA Gondola運行 9:00～15:30 ～8日</li> </ul>
<b>2月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎行政・人権・心配ごと相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター</li> </ul>
<b>3火</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎よいやさ祭り 終日 井波市街一円</li> <li>◎利賀地域春祭り 10:00～19:00 ～5日</li> </ul>
<b>4水</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎城端曳山祭 ～5日 城端市街一円</li> </ul>
<b>5木</b>	 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p><b>春の全国交通安全運動</b> ～ゆずりあう 心でひろがる 無事故の輪～ 5月11日(水)～20日(金)</p> </div>
<b>6金</b>	
<b>7土</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎イオックス・アローザ「しゃくなげまつり」 9:00～16:00 第3駐車場周辺</li> </ul>
<b>8日</b>	
<b>9月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎心配ごと・障がい者地域相談 13:30～16:00 ことぶき館</li> <li>◎心配ごと相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター</li> </ul>
<b>10火</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎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)。</li> <li>◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター</li> <li>◎行政・人権・心配ごと・家庭児童相談 13:30～16:00 福光庁舎別館</li> </ul>
<b>11水</b>	
<b>12木</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎心配ごと相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」</li> <li>◎巡回生活・就労相談 13:30～16:30 城端庁舎</li> </ul>
<b>13金</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター</li> </ul>
<b>14土</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎住宅相談 13:00～17:00 コミュニティプラザアスモ「中央広場」</li> </ul>
<b>15日</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎第23回ふれあいへらブナ釣り大会 6:00～11:00 赤祖父湖</li> <li>◎南砺市民大学講演会「生きながら生まれ変わる」 14:00～ 井波総合文化センター 講師:米良 美一氏</li> <li>◎住宅相談 10:00～16:00 福光公民館</li> </ul>
<b>16月</b>	

<b>17火</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎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)。</li> <li>◎法律、その他専門相談 13:30～15:30 井口社会福祉センター ※法律相談は要予約(☎☎5565)。</li> <li>◎行政・人権・心配ごと相談 13:30～16:00 城端老人福祉センター「美山荘」</li> <li>◎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)。</li> </ul>
<b>18水</b>	
<b>19木</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎相倉合掌造り集落春季ライトアップ 日没～21:00 ～22日</li> </ul>
<b>20金</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～</li> </ul>
<b>21土</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎住宅相談 13:30～17:00 ショッピングセンター「ア・ミュージー」</li> </ul>
<b>22日</b>	
<b>23月</b>	
<b>24火</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎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)。</li> <li>◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター</li> <li>◎心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館</li> <li>◎ここにご相談会(砺波地区教育相談) 13:30～16:30 砺波市健康センター ※要予約(☎☎2012)</li> </ul>
<b>25水</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎広報なんと6月号発行・配布物配布日</li> <li>◎チャレンジデー2011inなんと 0:00～21:00</li> <li>◎心の健康相談 13:30～16:00 福光健康センター ※要予約(☎☎1767)</li> </ul>
<b>26木</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎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」</li> </ul>
<b>27金</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター</li> </ul>
<b>28土</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎第6回南砺花と緑のフェスティバル2011 ～29日 南砺市園芸植物園</li> </ul>
<b>29日</b>	
<b>30月</b>	
<b>31火</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎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)。</li> </ul>

**5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	31				

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	31				

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	31				

井波図書館

開館時間 9:30～18:00  
(土・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	31				

城端図書館

開館時間 9:30～18:00  
(土・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	31				

# 2011 健康 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

■離乳食教室、むし歯予防教室、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23年1月1日生~14日生	17日(火)	南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	母子健康手帳 バスタオル・問診票
		平成23年1月15日生~31日生	31日(火)		
5か月児離乳食教室	全地域	平成22年11月1日~15日生	10日(火)	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
		平成22年11月16日~30日生			
8か月児離乳食教室	全地域	平成22年9月1日~14日生	25日(水)	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 らくらく離乳食ガイドブック
		平成22年9月15日~30日生			
1歳6か月児健診	井波・井口 利賀・福野	平成21年9月1日 ~平成21年10月23日	12日(木)	南砺家庭・地域医療 センター(健診会場)	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
	福光・城端 平・上平	平成21年10月7日生 ~11月22日生		福光保健センター	
3歳6か月児健診	井波・井口 利賀・福野	平成19年10月1日生 ~11月30日生	26日(木)	南砺家庭・地域医療 センター(健診会場)	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
1歳児むし歯予防教室	全地域	平成22年4月・5月生	25日(水)	南砺家庭・地域医療 センター(健診会場)	母子健康手帳・タオル 仕上げ磨き用ハブラシ
2歳児・2歳6か月児 3歳児フッ化物塗布	城端・福光	2歳児(H21年4月生)	11日(水)	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
		2歳6か月児(H20年10月生)			
		3歳児(H20年4月生)			
乳幼児発育相談	全地域	乳幼児	9日(月)	福光保健センター	母子健康手帳 *要予約です。
		利賀	平成22年1月~平成23年1月生	17日(火)	利賀診療所
		平・上平	平成22年1月~平成23年1月生	20日(金)	平診療所
ポリオ予防接種	福野・井波 井口	平成22年2月~4月生	10日(火)	南砺家庭・地域医療 センター(健診会場)	母子健康手帳 予防接種予診票
		平成22年5月~7月生	11日(水)		
		平成22年8月~10月生	19日(木)		
	城端・福光	平成22年11月~平成23年1月生	20日(金)	福光保健センター	
		平成22年2月~4月生	13日(金)		
		平成22年5月~7月生	18日(水)		
		平成22年8月~10月生	6月2日(木)		
		平成22年11月~平成23年1月生	6月3日(金)		
マタニティ 教室 (予約制)	妊娠前期 コース	全地域	H23年9月~12月出産予定	17日(火)	福光保健センター
	妊娠後期 コース		H23年6月~8月出産予定	27日(金)	

\*2歳・2歳6か月・3歳児フッ素塗布の利賀地域は6月3日(木)、平・上平地域は9月10日(金)に予定しています。  
\*3歳6か月児健診の福光・城端・平・上平地域は、6月15日(水)に予定しています。

## 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 ※要予約です
	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 (旧南砺市立福野病院)	
	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:精神科医師)	全地域	25日(水)	13:30~16:00	福光保健センター	※要予約です

## 各種検診

早期発見が決め手です。

がん検診(胃・子宮・乳房)、人間ドックは事前にお申込みください。  
受診券のない方は、保健係までお問い合わせください。



項目・地域	実施日	受付時間	会場	持ち物	
胸部レントゲン検診 胃がん検診(集団) 胃の受付は9:30まで ※要予約	上平	27日(金)	8:30~11:40	ことぶき館他巡回	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 胃がん検診希望者は胃がん検診受診券 負担金1,100円
		31日(火)	8:30~10:00	山村開発センター	
胸部レントゲン検診	福野	20日(金)	8:30~11:00	福野北部体育館	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
		23日(月)	13:30~15:00	安居集会所	
		24日(火)	13:30~15:00	柴田屋公民館	
		25日(水)	13:30~15:00	福野高瀬ふれあい体育館	

項目	対象者	受付時間	会場	持ち物	
がん検診 (個別)	胃がん (40歳以上の方)	・国保加入者	翌年2月29日まで 診察時間帯	南砺市指定医療機関	施設検診受診券 (保健係・保健センター で発行) 負担金 ※無料クーポン券が届 いた方は持参してく ださい。
	子宮がん (20歳以上の方)	・職場等でがん検診 を受ける機会のない 方 ※要予約	年間可 診察時間帯	指定医療機関 (県内婦人科)	
	乳がん (40歳以上の方)		翌年3月30日まで 診察時間帯	南砺市民病院 公立南砺中央病院	

実施期間・助成対象者 (①~④のすべてに該当する方)	個人負担金	指定医療機関	申込み方法(順番)
人間ドック	12,000円	・南砺市民病院 (☎82-1475) ・厚生連高岡 健康管理センター (☎0766-21-3930)	※先に指定医療機関で予約を取ってください。 ①指定医療機関へ連絡し予約を取る。 ②受診日の2週間前までに人間ドック検診 申込書を次のところへ提出する。(南砺 市国民健康保険被保険者証を持参) ・提出先は、健康課保健係、保健セン ター、行政センター ・申込書受付期間は、4月1日(金)~10 月7日(金)まで ③後日、助成の有無についてお知らせしま す。助成対象の方には「人間ドック受診 券」をお送りします。 ※定員700人になり次第受付を締め切ります。