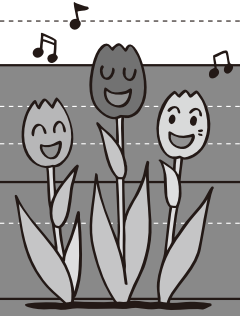
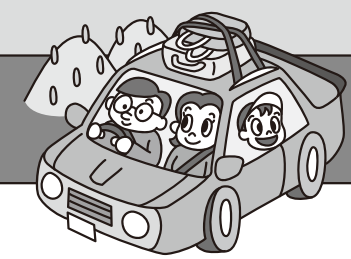


1 水	<ul style="list-style-type: none"> ◎毎月「1日」は南砺市交通安全呼びかけの日 ～出かけには、笑顔といっしょに「気をつけて」の一言を!～ ◎福野夜高祭(宵祭) ～2日 福野中心市街地
2 木	<ul style="list-style-type: none"> ◎心配ごと相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター ◎心の健康相談 13:30～16:00 砺波厚生センター 要予約(☎03512)
3 金	<ul style="list-style-type: none"> ◎利賀地域春祭り 10:00～19:00 ～5日 ◎よいやさ祭り 終日 井波市街一円
4 土	◎城端曳山祭 ～5日 城端市街一円
5 日	
6 月	
7 火	<ul style="list-style-type: none"> ◎行政・人権・心配ごと・障がい者地域相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター ◎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(☎07715)。 ◎長時間労働者への面接指導 19:00～20:00 砺波医師会 ※要予約(☎07715)。 ◎市政ご意見・苦情承り所 18:00～20:00 福野・井波・城端・福光庁舎、南砺家庭・地域医療センター
8 水	
9 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」
10 金	<ul style="list-style-type: none"> ◎南砺ユネスコ協会総会 14:00～15:30 福光福祉会館3Fホール 講演会「日本のここが好き、ここが嫌い」講師:アナスタシア・シェルバチュク
11 土	<ul style="list-style-type: none"> ◎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・ミュウ」
12 日	<ul style="list-style-type: none"> ◎南砺市民大学講演会「いまを生きる力」 14:00～15:35 福野文化創造センター 講師:五木 寛之 氏 ◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
13 月	
14 火	<ul style="list-style-type: none"> ◎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(☎07715)。 ◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター ◎行政・人権・心配ごと・家庭児童相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
15 水	◎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」
16 木	<ul style="list-style-type: none"> ◎相倉合掌造り集落春季ライトアップ 日没～21:00 ～19日 ◎心の健康相談 13:30～16:00 福光保健センター ※要予約(☎01767)

憲法記念日
こどもの日
入浴の日
振替休日



17 金	<p>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!</p> <p>なお、5月中は7日、14日、21日、28日です。 お仕事帰り気軽にご利用ください!</p>
18 土	
19 日	◎第25回ふれあいヘラブナ釣り大会 6:00～11:00 赤祖父湖
20 月	<ul style="list-style-type: none"> ◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ ◎全血献血 9:30～12:00 平行政センター ◎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(☎02012) ◎心配ごと相談 13:30～16:00 ことぶき館
21 火	<ul style="list-style-type: none"> ◎法律相談 13:30～15:30 南砺市社会福祉協議会本所 ※要予約(☎02941)。 ◎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(☎07715)。 ◎長時間労働者への面接指導 19:00～20:00 砺波医師会 ※要予約(☎07715)。
22 水	
23 木	<ul style="list-style-type: none"> ◎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」 ◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター
24 金	◎広報なんと6月号発行・配布物配布日
25 土	◎第8回南砺花と緑のフェスティバル2013 ～26日 南砺市園芸植物園
26 日	
27 月	
28 火	<ul style="list-style-type: none"> ◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院 ※要予約(☎07715)。 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター
29 水	◎チャレンジデー2013inなんと 0:00～21:00
30 木	
31 金	



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

2013 健康 5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

■ 離乳食教室、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25年1月生	9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 バスタオル・問診票 なんとすこやかファイル
7か月児離乳食教室	全地域	平成24年10月生	29日(水) 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
1歳6か月児健診	井波・井口 福野・利賀	平成23年10月11日生 ~11月20日生	21日(火) 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・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	井波・井口 福野・利賀	平成21年10月1日生~ 11月20日生	22日(水) 12:45~13:15	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24年4月・5月生	30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
2歳児・2歳6か月児 3歳児フッ化物塗布	城端・福光 井波・井口 福野・利賀	2歳児(H23年4月生)	29日(水) 13:00~13:30	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(H22年10月生)			
		3歳児(H22年4月生)			
乳幼児発達相談 ※要予約	全地域	乳幼児	2日(木) 9:00~10:00	福光保健センター	母子健康手帳
		2歳児(H23年4月生)			
		3歳児(H22年4月生)			
マタニティ教室 ※要予約	全地域	妊娠3か月(8週)~ 5か月(19週)頃の方	24日(金) 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)

* 福光・城端・平・上平地域の平成23年10月11日~11月30日生まれの方の1歳6か月児健診は6月4日(火)に実施いたします

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:精神科医師)	全地域	16日(木)	13:30~16:00	福光保健センター	

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。職場等で検診機会のない方はお受けください。

○集団検診

項目	対象地域	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	平	14日(火)	8:30~10:00	平保健センター	胸部レントゲン検診受診券、 負担金300円(65歳以上無料) 胃がん検診希望者は胃がん 検診受診券、負担金1,100円 健康手帳
	上平	16日(木)	8:30~10:00	山村開発センター	
	福野	15日(水)	8:30~11:00	南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	
		17日(金)	8:30~11:00	福野北部体育館	
胸部レントゲン 検診	平	14日(火)	10:30~11:00	こきりこ館	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
			11:10~11:30	羽馬家前	
			13:30~13:50	前崎宅前	
			14:00~14:10	まつや前	
			14:20~14:30	中田宅前	
			14:40~15:00	井瀨宅前	
	上平	16日(木)	10:20~10:50	JAなんと上平支店	
	福野	16日(木)	11:00~11:20	楮公民館前	
			20日(月)	院林宮農会館	
			23日(木)	安居集会所	
			24日(金)	高瀬ふれあい体育館	
	福光	29日(水)	29日(水)	柴田屋公民館	
			30日(木)	福光公民館	
31日(金)					

○個別検診(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	胃がん (40歳以上の方)	H26年2月28日まで 診療時間帯	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)
	子宮がん (20歳以上の方)	通年 診療時間帯	指定医療機関 (県内婦人科)	負担金
	乳がん (40歳以上の方)	※要予約 H26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	子宮・乳がん検診クー ポン券(該当者には5月下 旬頃に発送予定です)

南砺市国保人間ドック検診

実施期間・助成対象者 (①~④のすべてに該当する方)	指定医療機関	実施期間	個人負担金	申込み方法(順番)
①昭和14年4月~昭和 49年3月生まれ(40歳 ~74歳)の方	南砺市民病院 (☎82-1475)	4月8日(月)~ 10月31日(木)	男性 14,000円 女性 15,000円	※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。 南砺市民病院は約85名、公立南砺中央病院は 約50名まで予約できます。 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(申込用紙もおいてあります) ・申込書受付期間は、4月1日(月)~9月30日 (月)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。
	公立南砺中央病院 (☎53-0001)	5月1日(水)~ 10月31日(木)		
②受診日において、南砺 市国保加入者	厚生連高岡 健康管理センター (☎0766-21-3930)	4月8日(月)~ 10月31日(木)		
③世帯に市税の未納、滞 納がない方				
④上記の特定健診、胸部 レントゲン検診、各種が ん検診をすべて受けて いない方				