

2023 令和5年

「すこやかひろば in なんと」QRコード
子育て支援に関する情報を集めたホームページです。



健康 Information

インフォメーション



【南砺市子育て支援アプリ「なんとHug」】

妊娠から切れ目のない子育てをサポートします！まずはダウンロードを！！

- ◇ 子育ての悩みが解消できる1対1の相談窓口があります
- ◇ 相談機能を使う場合はアカウント登録が必要です
アカウント登録の問い合わせ先：こども課 ☎ 0763-23-2010、各子育て支援センター
- ◇ 子育て交流・仲間づくりができる交流掲示板があります
- ◇ あなたに必要な子育て情報が届きます



●ご家族を含め、発熱や咳などの風邪症状、おう吐、下痢など体調が悪い方は参加を控えてください ●対象のお子様1人につき保護者2名を超えて参加希望される場合は事前にご相談ください ●乳幼児健診や教室の対象日に受診・参加できないときは、事前にご連絡ください ●マスクの着用にご協力ください



乳幼児の健康・育児相談

3か月児健診、5か月児離乳食教室、お口もぐもぐ教室、1歳6か月児健診、2歳児、2歳6か月児、3歳児歯科健診・フッ化物塗布、3歳6か月児健診の案内は、対象の方に個別に案内します。

受付時間は、ご案内の時間をお願いします。受付開始時間前のご来場はお控えください。

項目/対象地域	対象者	実施日	受付時間	会場	持ち物
発育相談会 ※要予約	全地域 主に生後0か月～ 3か月児健診前のお子さん	11日(火)	9:00～10:30	福光保健センター (公立南砺中央病院3階)	母子健康手帳

こどもの予防接種相談会『聞いてみよう!予防接種の疑問』のお知らせ

「接種はいつ頃からかな?」、「ワクチンの種類がたくさんありすぎて何から受けたらいいの?」など、予防接種に関する疑問や悩みはありませんか? 相談会では、小児科の専門医が予防接種に関する疑問や不安にお答えします! 赤ちゃんの予防接種は、主に生後2か月からスタートします。お子さんを迎える準備をしている妊婦さんやご家族の方も、ぜひご参加ください!

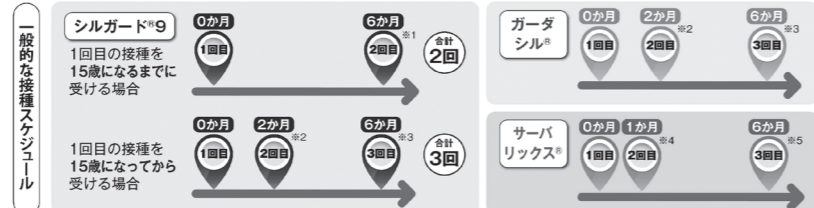
日 時: 7月28日(金) 午前10時～11時30分
場 所: 子育て支援センターさくらんぼ(城端さくら保育園併設)
持 ち 物: 母子健康手帳
お申込み: 右のQRコードから申し込みできます。
または、福光保健センターへお電話ください。(☎0763-52-1767)



HPV(子宮頸がん予防)ワクチン接種について

4月1日から9価のHPVワクチンを公費で接種できるようになりました!

- ①定期接種**
中学1年生～高校1年生に相当する年度の3月31日までの間にある女子(予防接種法上では、小学6年生から高校1年生の女子)
※但し、積極的勧奨を差し控えていた期間を考慮し、平成19年4月2日～平成20年4月1日生までの方は、令和7年3月31日まで接種可能
- ②キャッチアップ接種**
平成9年4月2日～平成19年4月1日までの間に生まれた女性
※公費で接種できるのは令和7年3月末まで(接種機会を逃した方への時限措置)
接種期限を過ぎると任意接種となり有料です。
公費の補助がない場合の接種費用は、9価(シルガード®9)3回接種の場合で8～10万円です。
- 注意**
事項
- 予診票(接種券)の発行**
過去に届いた予診票(接種券)を使用して、接種できます。
福光保健センター(公立南砺中央病院3階) 南砺市梅野2007番地5
健康課 健康増進係(地域包括ケアセンター) 南砺市北川1166番地1



3種類いずれも、1年以内に接種を終えることが望ましい。
※1 1回目と2回目の接種は、少なくとも5か月以上あけます。5か月未満である場合、3回目の接種が必要になります。
※2 3 2回目と3回目の接種がそれぞれ1回目の2か月後と6か月後とできない場合、2回目は1回目から1か月以上(※2)、3回目は2回目から5か月以上(※3)あけます。
※4 2回目と3回目の接種がそれぞれ1回目の1か月後と6か月後とできない場合、2回目は1回目から1か月以上(※4)、3回目は1回目から6か月以上(※5)あけます。

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	地域	実施日(毎週)	受付時間	会場
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
	井波	水		地域包括ケアセンター(井波保健センター)
	福野	金		福光保健センター(公立南砺中央病院3階)
	福光	火・木		平保健センター
	平	金		井口市民センター
	井口	予約日		予約指定時間
	上平		利賀市民センター	
利賀				

※福野地域は、地域包括ケアセンター(井波保健センター)で行います。

集団がん検診 ご予約はこちら

Web予約
24時間予約可能



がん検診予約専用ダイヤル
平日9:00～17:00

0763-23-2025

がん検診未受診理由はこちら



集団がん検診実施中

今年度満50、55、60、65、70歳になる方必見!

今年度の肺がん検診としてCT検査を受けてみませんか?

【CT肺がん検査の対象】

50～70歳で、下記①②いずれかに該当する方

① 節目年齢(今年度、満50・55・60・65・70歳)

50歳	昭和48年4月1日～昭和49年3月31日
55歳	昭和43年4月1日～昭和44年3月31日
60歳	昭和38年4月1日～昭和39年3月31日
65歳	昭和33年4月1日～昭和34年3月31日
70歳	昭和28年4月1日～昭和29年3月31日

② 喫煙指数600以上で前年度にCT肺がん検査(ヘリカルCT検査)の受診歴がない方
※喫煙指数=1日のたばこの本数×喫煙年数

【予約】※時間帯によっては、定員に達しているところもありますのでお早めにご予約ください。

がん検診予約専用ダイヤルにてお申し込みください。

(①の方はWeb予約が可能です!)

☎0763-23-2025

【個人負担金】

① 節目年齢の方: 3,000円 ② 喫煙指数600以上の方: 6,000円

※市が行う肺がん検診は、「胸部レントゲン検査」と「CT肺がん検査」があります。

どちらかを選択して受診してください。(両方受けることはできません)

※前年度にCT肺がん検査を受けた方、今年度中に市助成の人間ドックを受ける方は、この検診を受けることはできません。

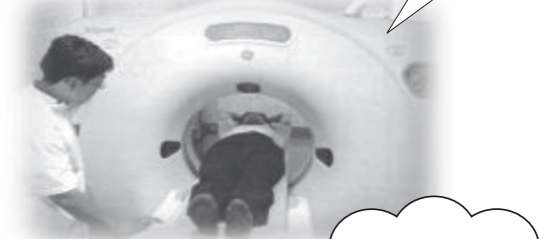
※重複して検診を受診された場合、検診料金が全額個人負担となりますのでご注意ください。

通常約9,000円かかるCT検査をお得に受けられるチャンスです!

【実施日・場所】 定員:各会場60名

9月1日(金) 福光保健センター
9月4日(月) 地域包括ケアセンター
受付時間:13:30～15:30

胸部レントゲン検査では見えない小さな肺がんや、心臓・大きな血管・横隔膜に隠れる部分の肺がんを発見することができます。



検診車内の寝台に仰向けになり、息を止めて約15秒で撮影が終了します。

令和5年度後期高齢者歯科健診の実施のお知らせ

虫歯等の早期発見・早期治療、歯のない方や入れ歯の方でもお口の中の状態や機能を調べ、お口の中の環境を改善し、口腔機能低下や肺炎などの病気を予防するため後期高齢者歯科健診を実施します。

○対象者(前年度に75歳になられた方)

昭和22年4月1日～昭和23年3月31日生まれの方

※対象者の方へは6月中旬に「歯科健診のご案内」等の書類を送付済です。

○健診期間: 7月1日(土)～9月30日(土)

※受診には事前に医療機関への予約が必要です。

○実施機関: 富山県内の歯科医療機関

※一部実施していない医療機関がありますので、送付書類でご確認ください。

○健診内容: 口腔診断、歯周病・口腔衛生診断、嚥下(飲み込み)機能の検査、舌・口唇機能(口の運動)検査、保健指導

○持ち物: 送付物一式、被保険者証

○費用: 無料 ※健診の結果、治療に入る場合は別途治療費がかかります。

問い合わせ

富山県後期高齢者医療広域連合 ☎ 076-465-7504
一般社団法人富山県歯科医師会 ☎ 076-432-4466



「けんしょうくん」
富山県後期高齢者医療広域連合キャラクター

予約・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 ☎ 0763-52-1767 南砺市梅野2007番地5
成人の健康診査や相談に関して ▶ 健康課 健康増進係 ☎ 0763-23-2027 南砺市北川1166番地1
国民健康保険・年金に関して ▶ 健康課 国保・年金係 ☎ 0763-23-2011 南砺市北川1166番地1
平・上平・利賀地域の連絡先 ▶ 平保健センター ☎ 0763-66-8026 南砺市下梨2240番地

2023
令和5年

July

7月

市民カレンダー

毎週火曜日
午後7時まで開庁

◎本庁舎1階(福光市民センター、こども課、会計課)、地域包括ケアセンター、城端、井波、福野の各市民センター、は毎週火曜日午後7時まで開庁!

今月は、7月4日、11日、18日、25日です。

お仕事帰りなど、気軽にご利用ください!

1 土	●毎月「1日」は南砺市交通安全呼びかけの日
2 日	
3 月	●心配ごと・行政・人権相談 13:30~15:30 井波社会福祉センター
4 火	●働く人のメンタルヘルス(心の相談) 9:00~17:00 砺波サナトリウム福井病院 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎0763-33-7715)
5 水	
6 木	●人権相談 13:30~15:30 上平市民センター ●心の健康相談 13:30~16:00 砺波厚生センター ※要予約 (☎0763-22-3512)
7 金	
8 土	●カフェ縁の木 13:30~16:00 社会福祉協議会サテライト(旧吉江保育園) ●休日相談 13:30~16:00 社会福祉協議会サテライト(旧吉江保育園)
9 日	●住宅相談 13:30~17:00 福光交流センター
10 月	●法律相談 13:30~16:00 井波社会福祉センター ※要予約 (南砺市ふくし総合相談センター ☎0763-82-2951) ●なんとの日 福光美術館、棟方志功記念館愛染苑 観覧無料
11 火	●心配ごと・行政・人権相談 13:30~15:30 社会福祉協議会サテライト(旧吉江保育園) ●働く人のメンタルヘルス(心の相談) 9:00~17:00 小矢部大家病院 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎0763-33-7715) ●年金相談 10:00~15:00 城端市民センター ※予約優先(砺波年金事務所 ☎0763-33-1725)
12 水	
13 木	●ひきこもり相談 13:30~16:30 砺波厚生センター ※要予約 (☎0763-22-3512)
14 金	
15 土	
16 日	

17 月	●海の日
18 火	
19 水	●働く人のメンタルヘルス(心の相談) 9:00~17:00 となみの心療クリニック ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎0763-33-7715) ●看護職員就業支援相談(予約不要) 10:00~16:00 ハローワーク砺波
20 木	
21 金	●福光ねつおくり七夕祭り ~23日 ●いなみ太子伝観光祭 ~23日
22 土	
23 日	
24 月	
25 火	●広報なんと8月号発行・配布物配布日
26 水	●働く人のメンタルヘルス(心の相談) 9:00~17:00 松岡病院 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎0763-33-7715)
27 木	●心配ごと・行政・人権相談 13:30~15:30 福野老人福祉センター「さつき荘」 ●年金相談 10:00~15:00 福光市民センター ※予約優先(砺波年金事務所 ☎0763-33-1725) ●看護職員就業支援相談(予約不要) 10:00~16:00 砺波ナースセンターサテライト(砺波厚生センター)
28 金	
29 土	
30 日	
31 月	●固定資産税第2期納期限 ●国民健康保険税・後期高齢者医療保険料第1期納期限

7月 図書館 休館日

●印は休館日です

上平・利賀・井波
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	

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	

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	

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	

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	