



## 子育て支援センターに遊びに行ってみよう!

9月の行事予定

ー 乳幼児のお子さんと保護者が対象です  
おじいちゃん、おばあちゃん、  
妊婦さんもお気軽にどうぞ! ー

### さくらんぼ

毎週月～金 9:00～16:00  
☎ 027305 (城端さくら保育園併設)

- ・誕生会&バルーンアート(編み竹会) 7日(火)10:30～
- ・子どもの予防接種相談会 ※要予約 14日(火)14:00～
- ・身体測定&子育て講座(チャイルドシート) 16日(木)10:30～
- ・はじめましての日 21日(火)9:00～12:00
- ・人形劇(おむらいすん) 29日(水)10:30～

### きらきら

毎週月～金 9:00～16:00  
☎ 027812 (井波にじいろ保育園併設)

- ・リトミック ※要予約 9日(木)10:30～
- ・身体測定&子育て講座(母子推進員人形劇) 15日(水)10:30～
- ・はじめましての日 21日(火)9:00～12:00
- ・いなみであ～そぼっ! 28日(火)10:30～
- ・あそびのひろば ぷち工作 30日(木)10:30～

### たんぽぽ

毎週月～土 9:00～16:00  
☎ 028230 (福野ひまわり保育園併設)

- ・身体測定&子育て講座(助産師) 9日(木)10:30～
- ・レザークラフト体験 ※要予約 15日(水)10:30～
- ・みんなでおやつ 17日(金)10:30～
- ・はじめましての日 21日(火)9:00～12:00

### あつぷる

毎週月～金 9:00～16:00  
☎ 028722 (福野おひさま保育園併設)

- ・身体測定&あつぷる教室(保健師) ※要予約 15日(水)10:00～
- ・プリプリキッズと遊ぼう ※要予約 16日(木)10:30～
- ・はじめましての日 21日(火)9:00～12:00
- ・手作りおやつ紹介 ※要予約 22日(水)10:30～

### にこにこ

毎週日～金 9:00～16:00  
☎ 026703 (福光どんぐり保育園併設)

- ・親子でミュージックケア 2日(木)10:30～
- ・パパ講座「親子ふれあい人形劇」 ※要予約 12日(日)10:30～
- ・身体測定・にこにこ教室(救急講習) 14日(火)10:00～
- ・親子ヨガ ※要予約 16日(木)10:30～
- ・はじめましての日 21日(火)9:00～12:00

### ほほえみ

毎週月～金 9:00～16:00  
☎ 027322 (福光東部かがやき保育園併設)

- ・書道アート ※要予約 1日(水)10:30～
- ・園庭で遊ぼう(福光青葉幼稚園) ※要予約 7日(火)10:15～
- ・作ってプレゼント(敬老の日) ※要予約 15日(水)10:00～
- ・身体測定&弾き語りギター ※要予約 22日(水)10:30～

### ぴよぴよ広場

毎週月～土 9:00～16:00  
☎ 024647 (喜志麻保育園併設)

- ・プレママ・プレパパ体験講座(赤ちゃんのスキンケアについて) 妊婦さん限定 ※要予約 11日(土)10:00～
- ・ぴよぴよヨガ ※要予約 16日(木)10:30～
- ・令和4年度入園希望者見学会 ※要予約 27日(月)10:00～
- ・ひめトレ ※要予約 28日(火)10:30～

詳しい行事予定については、  
市ホームページをご覧ください。

子育て支援センター

検索



## なんとの児童館へようこそ!

ー遊びを通して児童の健全育成を図りますー



### 城端児童館

### さくらっこ

☎ 022897

- ・シャボン玉とぼそ! 9日(木)、10日(金) 15:30～16:20
- ・時間割表作り 14日(火)、15日(水) 15:30～17:00
- ▷開館 毎週月～金 13:00～18:00、土曜日9:00～18:00

### 井波児童館

### きぼりっこ

☎ 025770

- ・敬老の日プレゼント作り 11日(土) 14:00～
- ・みんなでおやつ作り 25日(土) 14:00～
- ▷開館 毎週月～金 13:00～18:00、土曜日9:00～18:00

### 福野児童センター

### アルカス

☎ 023898

- ・ゆかいにかこう 4日(土) 10:00～
- ・つくってあそぼう 16日(木) 16:00～
- ▷開館 毎週月～金 13:00～18:00、土曜日9:00～18:00

### 福光児童館

### きっずらんど

☎ 028200

- ・敬老の日プレゼント作り(小学生対象・要予約) 11日(土) 9:30～
- ▷開館 毎週月～土 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ほしいとき、保育サポーターが1時間600円でお預かりします。ご利用の方は事前にお問い合わせください。

※子育て応援券が利用できます。

(問い合わせ)

こども課 子育て支援係 ☎ 0232010  
きっずらんど ☎ 028200

### 一時預かり 事業について

満1歳以上の健康なお子さんを保育園でお預かりします。(喜志麻保育園は生後8週から)ご利用の方は各園へ事前にお申込みください。

※子育て応援券が利用できます。

(問い合わせ)

こども課 保育園係 ☎ 022010

### 私立認定こども園も 預かり保育をしています!

短期入園も可能です。また、幼稚園に入園されていない方も受け入れできます。

※子育て応援券が利用できます。

(問い合わせ)

認定こども園福野青葉幼稚園

☎ 022530

認定こども園福光青葉幼稚園

☎ 021008



南砺市子育て支援アプリ

### 「なんとHug」

妊娠期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
- ◇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

IOS ▶



◀Android

## イベント・講座など

### 第17回 南砺市美術展 作品募集

日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真の6部門の美術公募展を開催します。

**会期** 11月13日(土)～28日(日)

**会場** 福光美術館

**搬入・申込**

彫刻・工芸・書の部門

～11月6日(土)

日本画・洋画、写真の部門

～11月7日(日)

※詳細は福光美術館ホームページまたは、市民センター、文化施設などに配置の公募要項をご覧ください。

**問** 福光美術館 ☎⑤7576

### 映画でアメリカ文化 参加無料

アメリカ映画「ヴァンセントが教えてくれたこと」を鑑賞し、映画に隠れた文化的背景を日本語で紹介します。

**時** 9月18日(土)午前9時30分～正午

**場** 福光福祉会館(福光5260)

**講師** 南砺市国際交流員

エリック・ジュティラ

**申問** 南砺市友好交流協会

☎⑤4548

### となみ散居村学習講座

「地方の現場で記者は何を見て来たか」消滅しないための9つのキーワード」

**講師** 地域自治ジャーナリスト

葉上 太郎 氏

**時** 9月18日(土)午後1時30分～3時

**場** となみ散居村ミュージアム研修室

**定** 60名(要事前申込・先着順)

**¥** 500円

**申問** となみ野田園空間博物館

推進協議会事務局 ☎③47180

## 募集

### 令和4年度採用市職員(自己アピール枠) 募集

U・イターン希望者や社会人経験者、スポーツ、文化芸術など様々な分野で努力されている方を対象に、優れた人材を広く募集します。なお、自己アピール枠では、教養試験および専門試験は行いません。

**採用職種・人数**

一般行政(上級) 若干名

**応募資格**

昭和62年4月2日以降生まれで、学校教育法による4年制大学を卒業または令和4年3月までに卒業見込みの方

**募集期限** 9月17日(金)

### 応募方法

総務課人事係まで受験申込書・エントリーシートを提出

※募集要項および受験申込書・エントリーシートは、市ホームページからダウンロードしてください。総務課および各市民センターでも配布しています。

### 一次試験

試験日: 10月2日(土)

試験内容: 事務能力・パーソナリティ試験および集団討論

**申問** 総務課人事係 ☎③2003

### 令和4年4月採用

### 南砺市社会福祉協議会職員募集

**採用職種・人数**

・デイサービスセンター施設長

・介護職員(嘱託、1名)

・介護職員(嘱託、1名)

**募集期限** 9月30日(木)

**面接試験** 10月10日(日)

※詳しくは市社会福祉協議会ホームページをご確認ください。

**問** 市社会福祉協議会 総務課

☎④2940

### 委員の公募

①活動内容、②募集人数、③任期

(1) 南砺市環境審議会

①第2次南砺市環境基本計画策定について審議し、その結果を市長に答申するもの

② 2名

③令和3年11月から令和5年10月まで

### (2) ゼロカーボンシティなんと推進会議

①脱炭素社会実現に向け、市民、事業所、行政の役割と2030年度における削減目標について検討するもの

② 3名

③委嘱の日から令和4年3月31日まで

(3) 南砺市協働のまちづくり推進会議

①南砺市まちづくり基本条例の運用状況やその推進および見直しについて、調査、審議するもの

② 10名

③委嘱の日から2年間

### 応募資格

市内在住・在勤・在学もしくは市内の団体で活動する18歳以上で活動内容に興味があり、平日に参加可能な方。ただし、応募時に3つ以上の審議会等の委員となっている方は応募できません。詳細については、市ホームページをご確認ください。

**応募期限** 9月24日(金)

**申問** 南砺で暮らしません課

協働のまちづくり係 ☎③2037

### 小型車両系建設機械 特別教育受講者募集

小型除雪車(タイヤショベル)での作業には、講習会受講が必要です。

**時** 11月6日(土) 学科

午前9時～午後6時頃

11月7日(日) 実技

# なんとみらいちゃん その202 by 森みちこ



本学院は県立の職業能力開発校です。2年制の普通課程では、自動車整

## 令和4年度 学生募集 富山県技術専門学院

**募集期間** 9月6日(月)～27日(月)  
**申込方法** 受講申込書を提出してください。書類は市ホームページからダウンロードしてください。建設維持課、各市民センターでも配布します。受講決定後、受講料16,000円を指定口座へ振り込んでいただきます。

**申問** 建設維持課 道路維持係  
☎ 202022

**場** 南砺市役所別館3階大ホール  
**定** 20名  
**対** ※先着順、10名未満の場合は中止  
地域ぐるみ除排雪作業を担当する方で、普通自動車免許取得者

## お知らせ

備科、メカトロニクス科、電子情報科の学生を募集します。  
**推薦選考日** 10月22日(金)  
**一般選考日** 12月10日(金)  
詳細はお問い合わせください。  
**問** 富山県技術専門学院  
☎ 076-451-8840

## 都市計画変更のお知らせ

市の都市計画を次のとおり変更(令和3年7月30日)しました。

### 都市計画の種類および名称

- ・南砺都市計画道路 3・4・15号 砺波福光線
- ・南砺都市計画用途地域 波福光線

### 変更内容

【道路】都市計画道路砺波福光線(荒木

町(荒木地内)の計画道路法線を変更【用途地域】「福光地域荒木地区」都市計画道路砺波福光線の変更に伴い、沿道利用促進のため、用途地域を変更※建設整備課において関係図書の縦覧を行っています。

**問** 建設整備課 街路係  
☎ 202021

## 全国道路・街路交通情勢調査にご協力を

全国道路・街路交通情勢調査を9月11月に行います。

この調査は自動車の使われ方や道路の状況などを調べるもので、おおむね5年に1回実施しています。

無作為に抽出した自動車の所有者に調査票を郵送させていただきますので、ご協力お願いします。

**問** 富山河川国道事務所調査第二課  
☎ 076-443-4717

## 働きたいシニアのための合同企業説明会

### 会場・日時

- ・富山会場 (テクノホール 東館) 10月12日(火) 午後2時～4時 参加予定企業 35社
- ・高岡会場 (高岡テクノドーム) 10月19日(火) 午後2時～4時 参加予定企業 25社

**対象** 概ね55歳以上の求職者

※申込方法などはハローワークに設置するチラシで確認してください。9月1日(水)から申込を受け付けます。

**問** 富山県生涯現役促進地域連携事業推進協議会 ☎ 076-431-4776

## 自筆証書遺言書保管制度

法務局において、皆様の大切な遺言書を長期間お預かりする制度です。申請には住民票などの書類のほか、費用として3,900円が必要です。

具体的な手続き方法など法務省ホームページでご確認いただくか、法務局までお問い合わせください。

**問** 富山地方法務局砺波支局  
☎ 202021

※8月号に掲載した「南砺市人権擁護委員の紹介」記事で、地域名に誤りがありましたのでお詫びして訂正します。正しくは次の通りです。

地域	氏名
井波	中山 登
福野	西部 穰



- **総務管理費**へ  
西村 謙（福光） 100万円
- **世界遺産五箇山合掌造り集落保護**へ  
KDDI株式会社北陸総支社  
（支社長 川野 裕史） 10万円
- **福光どんぐり保育園**へ  
福光どんぐり保育園育保会  
（会長 蟹野 正男） 布団棚2台 他
- **福野中学校**へ  
福野地域教育振興会  
（会長 中山 弘） 一輪車ラック 1台
- **福光中部小学校**へ  
福光中部小学校後援会  
（会長 中山 弘） 一輪車ラック 1台
- **市内小学校・義務教育学校**へ  
日本生命保険相互会社砺波営業部  
学習用DVD4枚組 9セット

ご寄附感謝します

南砺市指定ごみ袋（可燃物用大）への  
広告掲載事業者を募集します

## ○掲載位置



- 規格 1 枠の大きさ：縦50mm横80mm（全8枠）  
○掲載料金 1 枠あたり5万円  
○申込期限 9月10日（金）まで  
○申込・問い合わせ 生活環境課  
☎ 2035

## 「ア・ミュ」でマイナンバーカードの 申請を受付けます

**日時** 9月18日（土）午前9時30分～午後4時  
**場所** ショッピングア・ミュー 市の里広場  
**対象者** 南砺市に住所のある方 ※申請には必ず本人がお越しください。

先着80名  
予約優先

写真をお撮りします（無料）。

● **申込期間** 9月1日（水）～15日（水）  
電話申込は平日の午前8時30分～午後5時。

9月18日（土）  
「ア・ミュ」  
予約申込サイト



当日、「必要なもの」については、  
南砺市のホームページで確認  
または電話でお問い合わせください。

**申込・問い合わせ** 市民課 ☎ 2008



申請された方には  
500 円分の  
QUO カードを  
贈呈

## 宝くじの助成金で コミュニティ活動備品を整備

宝くじの  
社会貢献広  
報事業とし  
て、宝くじ  
の受託事業  
収入を財源



に（一財）自治総合センターが実施する「コミュニティ  
助成事業」の助成を受けて、田中自治会では今年度、  
エアコンを整備しました。これにより、公民館が使い  
やすくなり、行事の参加者も増え、地域住民の交流が  
ますます盛んになることが期待されます。

問い合わせ 政策推進課 地方創生推進係 ☎ 2052

## あなたの意思に 石で応えます



地震・水・雪にも負けない  
耐震耐水墓 特許取得

お盆が過ぎ、彼岸を迎えます。  
花立石や墓石の緩みや  
隙間等ありませんでしたか？  
気付いた時に出来るだけ  
早く直しましょう。

株式会社 **福光石工**  
<http://www.f-sekkou.co.jp/>

南砺市寺家315  
☎ 0120-57-4154

## 会員大募集

南砺市シルバー人材センターの現在の会員は約730人。  
働き方は個人やグループでの就業とさまざまです。  
自分のペースに合わせて働けるため、健康づくりにも効果的です。

**女性限定入会説明会** 日時 9月10日（金）午前10時から  
場所 福野シルバーワークプラザ研修室  
※当日は女性スタッフが対応します。

**9月の入会説明会** 日時 9月17日（金）午後1時30分から  
場所 福野シルバーワークプラザ研修室

公益社団法人 南砺市シルバー人材センター

☎ (0763) 22-8050 FAX (0763) 22-7544 <https://webc.sjc.ne.jp/nanto/>



**福光福祉の家「光龍館」**  
令和3年9月予定表

2日（木）午後1時～ 絵手紙教室  
8日（水）午後1時半～ 笑いヨガ  
10日（金）午後1時半～ 美文字講座  
15日（水）午後1時～ はじめての藤編み  
17日（金）午後1時～ おりがみ教室  
25日（土）風呂の日

**利用料** 一人 310円  
（寿入浴券利用可）

**入浴日** 毎週 火曜日・土曜日  
**入浴時間** 午前10時～午後4時  
**休館日** 日、月、祝日

☎ 福光福祉の家「光龍館」  
☎ 6868

## 宝くじ公式サイトでも宝くじを購入できます!!

**特典1 たまる!つかえる!宝くじポイント**

**特典2 購入～受取までネットで完結!**

他にもお得な特典や  
便利なサービスいろいろ! **今すぐ会員登録!**



本件に関する  
お問い合わせ先

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192（ナビダイヤル 有料）  
TEL 011-330-0777（有料）

受付時間 10:30～18:30（土・日・祝日、年末年始を除く）

※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。



●井	●城	行政区	子の氏名	性別	保護者名
今町3区	井波栄町	井波軸屋	井波軸屋	井波軸屋	井波軸屋
酒井	庄下	永井	高橋	横田	理人
陽愛	庵梨	美優	然	理人	理人
女	男	女	女	男	男
孝光	智雄	篤也	悠太	浩伸	慧悟
林道	山下	西田	野田	大鋸屋	養谷
山本	長谷川	山下	山下	石山	平田
燈加	瑞記	陽菜乃	陽理	莉久	莉久
男	女	男	女	女	女
裕樹	広幸	敬也	治樹	泰章	泰章



## 市民の窓

令和3年7月1日～31日届出分

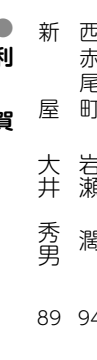
※希望者のみ掲載  
※平、井口地域は期間中届出なし

●福	●城	行政区	氏名
妻	妻	妻	妻
富山市	荒波市	利波市	高岡市
西村	得能	高西	但田
桃佳	勇佑	瑛里	裕介
妻	妻	妻	妻
富山市	荒波市	利波市	高岡市
西村	得能	高西	但田
桃佳	勇佑	瑛里	裕介



天神町	八幡	荒部	遊部	一日市	荒木	●福	柴田屋	野尻野	御蔵町	七ツ屋	駅前住宅	二日町	●福
浅田	グエン	南本	高島	小口	吉尾	光	寺	布袋	三村	宮西	館	福富	野
紘希	直哉	琉空	世莉	美月	美月	光	隼助	隼助	隼助	隼助	隼助	隼助	隼助
男	男	男	男	女	女	女	男	女	女	女	男	女	女
一将	フック	辰哉	泰輔	竜典	達也	達也	泰司	優聖	雄洋	雄大	武志	吉朗	吉朗

●井	●利	●新	●西	●上	●城	行政区	氏名
妻	妻	妻	妻	妻	妻	妻	妻
富山市	荒波市	利波市	高岡市	高岡市	高岡市	高岡市	高岡市
西村	得能	高西	但田	但田	但田	但田	但田
桃佳	勇佑	瑛里	裕介	裕介	裕介	裕介	裕介



●福	●城	行政区	氏名
妻	妻	妻	妻
富山市	荒波市	利波市	高岡市
西村	得能	高西	但田
桃佳	勇佑	瑛里	裕介



●福	●城	行政区	氏名
妻	妻	妻	妻
富山市	荒波市	利波市	高岡市
西村	得能	高西	但田
桃佳	勇佑	瑛里	裕介

### 不動産無料相談所開設

不動産に関するいろいろなお悩みや問題などの相談所を開設します。  
相談は無料ですので、お気軽にご来場・ご相談ください。

**日時** 2021年 ※9月11日(土)、11月13日(土)  
2022年 1月15日(土)、3月12日(土)  
13:00～16:00

**場所** TONAMI翔凜館(砺波市三島町11-8)

※弁護士、税理士による相談会併設

(公社)富山県宅地建物取引業協会砺波支部 (公社)全国宅地建物取引業保証協会富山本部  
問い合わせ先 / 支部代表番号 TEL 0763-33-2612 (鷹栖建工内)

### グループホーム入居者様募集のご案内

生活と介護が一体となり「認知症の方」に穏やかに暮らしていただけるのが、北陸福祉会の「はびねすグループホーム」です。

**空室があります。**

入居についてのご相談は  
お気軽にお電話ください

(公社)日本認知症グループホーム協会会員  
**北陸福祉会**  
☎ (0763) 22-1777  
担当: 西谷内  
北陸福祉会 検索

## 南砺市民病院に

## 「リウマチ科」開設しました

5月、南砺市民病院に「リウマチ科」を新規開設しました。毎週木曜日午後（診療受付午後1時～4時予約制）に、リウマチ専門医（非常勤医師）による外来診療を行なっています。

本来自分の体を守るべき免疫が誤作動することにより、全身に様々な症状を引き起こす疾患を総称して膠原病といいます。膠原病には、関節リウマチ、全身性エリテマトーデス、強皮症、筋炎など、たくさんの方の疾患が含まれています。関節のこわばりや腫れ・痛み、原因不明の発熱などでもリウマチ・膠原病が疑われることが多く、内科以外にも皮膚科・整形外科など様々な診療科から紹介があります。

リウマチ・膠原病というと、「治らない病気」というイメージがあるかもしれませんが、確かに長く付き合っていくことが必要な病気ではありますが、関節リウマチでは近年様々な薬剤が使用できるようになり、早期の発見・治療によってより良いコントロールを目指すことができるようになってきています。全身性エリテマトーデスなどの膠原病においても、可能な限り早期に正確な診断を行うことで、患者さんの状態により合った治療が選択でき、結果内臓へのダメージを最小限に食い止めることができます。

もしも「関節が腫れて痛む」「手指がこわばる」などの症状でお困りであれば、かかりつけの医師にその症状を伝え、「リウマチ・膠原病の可能性はないですか?」と相談してみてはいかがでしょうか。また、疑わしい場合には当院にご相談ください。

### 問い合わせ

南砺市民病院

☎ 1475

## 「南砺市障がい者福祉のしおり」 (令和3～4年度版)を 無料配付しています

障がいをお持ちの方のために福祉制度、関係機関について詳しく掲載されています。声の広報として音声コード対応で、無料のスマートフォンアプリ「UniVoice」をインストールすればご利用いただけます。

### しおり配布場所

…各市民センター、ふくし総合窓口、福祉課

市ホームページにもPDFデータで公開しています。市ホームページの検索窓に「しおり」と入力して検索してください。

### 問い合わせ

福祉課 障害福祉係  
☎ 2009

## 精神障がい者等家族教室

精神障がい者の家族や地域住民がその疾患について理解を深め、正しい基礎知識や周囲の人への対応を学ぶ教室を開催します。

日時	9月16日(木)午後1時30分～3時15分
場所	砺波厚生センター 2階講堂
内容	(1) 講義

「ステップアップのために家族ができること」

～当事者親子の体験談を通して～

講師 小矢部大病院 精神保健福祉士

小原 智恵 氏

(2) 座談会

※参加希望の方は、9月9日(木)までにお申し込みください。

### 問い合わせ

砺波厚生センター ☎ 3512

## 看護職員就業支援相談

富山県では、県看護協会に委託し、再就業などを希望する看護職員等に対し、看護の専門相談員による情報提供や復職に対する悩みなどの相談を行っています。

事前予約は不要、相談は無料です。秘密は厳守します。

### 最寄りの開催場所・日時

場 所	曜 日	月 日
ハローワーク砺波	第3水曜日	10/20、11/17、12/15、 1/19、2/16、3/16
砺波ナースセンター サテライト(砺波厚生センター)	第4木曜日	10/28、11/25、12/23、 1/27、2/24、3/24

### 相談時間

午前10時～午後4時

### 対象者

未就業の看護職員や看護職に興味をお持ちの方

### 問い合わせ

富山県ナースセンター

☎ 076-433-5251



# 国民年金

## まとめ払いでお得な前納制度！

国民年金保険料の納付には、翌年3月分または翌々年3月分までの保険料をまとめ払いすることにより割引を受けられる「前納制度」があります。毎月納めるよりお得ですので、ぜひご利用ください。

【令和3年10月に下記期間の前納を希望した場合】

前納する期間	現金前納額	割引額	納付期限
令和3年10月分～ 令和4年3月分(6か月)	98,850円	810円	令和3年11月1日
令和3年10月分～ 令和5年3月分(18か月)	290,600円	8,140円	

\* 上記は、現金納付の金額です。

前納納付書の発行はお近くの年金事務所へお申し込みください。

## 予約相談をご利用ください！

年金事務所ではお越しになるお客様の利便性を考慮し、予約制による年金相談を実施していますので、ぜひご利用ください。  
(予約受付専用電話) ☎ 0570-05-4890

お申し込みの際は、基礎年金番号の分かる書類をご準備ください。

### 9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

14日(火)

城端市民センター

24日(金)

福光市民センター

※ 砺波年金事務所へ電話予約をお願いします。

問い合わせ

日本年金機構 砺波年金事務所

☎ 33-1725 (音声案内①次の音声案内①)

ねんきんダイヤル ☎ 0570-05-1165

(IP電話・PHSは☎ 03-6700-1165)

健康課 国保・年金係 ☎ 2011

各市民センター

## 9月の医療案内

### 休日当番歯科医

診療時間：午前9時～午後5時

9/5	となみ大木歯科クリニック	砺波市	58-5136
9/12	エントランス歯科	砺波市	82-6734
9/19	きさら歯科クリニック	砺波市	55-6650
9/20	長久デンタルクリニック	砺波市	33-6480
9/23	山本歯科クリニック	南砺市	82-5000
9/26	得能歯科医院	南砺市	52-5700

※ 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(12/30～1/3)  
午前10時～午後4時30分、  
午後8時～10時30分  
持参品 健康保険証、処方せんなど  
問い合わせ：内科 ☎ 5005 小児科 ☎ 7744

QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

## 消費者の知恵 189 訪問購入のトラブル

南砺市内で、「突然、自宅に『衣類等の不用品はないか、買い取って処分してあげます』という電話がかかり承諾したが、来訪した買取業者は、衣類には目もくれず『指輪やネックレスを売ってくれ』と迫り、無いと断ったが一緒に探す振りをし、家の中まで入り込んできて怖い思いをした」という相談が寄せられました。  
買取業者が当初の電話の内容と異なる物品の売却を求めることは法律で禁止されています。また、契約してしまっても契約書などの書面を受け取ってから8日間以内はクーリング・オフができます。ちなみに、契約書の発行もしないような業者もいるのでそのような業者との契約はしないことや、売却するつもりのない物品などをむやみに業者に見せないことなどもトラブル防止のポイントとなります。  
業者が無断で家の中に入ってきた場合や断っても帰らない場合は警察に通報してください。

訪問購入でお困りであれば、消費生活センターまでご相談ください。  
問い合わせ 南砺市消費生活センター (生活環境課内) ☎ 2035

## 統計なんと

※ 令和3年7月末現在 ( )内は前月比。

人口	48,956人 (-46)
男性	23,512人 (-29)
女性	25,444人 (-17)
世帯数	17,649戸 (-24)

### ○ 7月の人の動き

出生	25人
死亡	46人
自然増減	(-21)
転入	52人
転出	77人
社会増減	(-25)

## 編集 後記

様々な事があつつも、メダルラッシュで盛り上がった東京2020オリンピックが終わり、次は「パラリンピック」というタイミングで、新型コロナウイルス感染症の警戒レベルが最高のステージ3へ移行する事態となっていました。

県内での感染者の急増などを受けての対応ですが、全都道府県への不要不急の往来の自粛、昼夜を問わず外出、外食の自粛が求められる強い措置が実施中です。(8月17日時点) また県公共施設と同様に市の施設も当面の間、臨時休館や利用制限となります。市民の皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、感染拡大防止のため、ご協力をお願いします。

南砺市応援市民  
NANTO CITY SUPPORTERS

7月末現在の  
応援市民

912人



▶ 問い合わせ：政策推進課 地方創生推進係 ☎ 2052

応援市民ポータルサイト

あなたと私を結ぶおふくプロジェクト

AIP48

7月末現在の  
市内居住  
成婚カップル数

148組



※ 2011年4月からの会員成婚カップル218組

▶ 問い合わせ：南砺で暮らしません課  
女性活躍・婚活支援係 ☎ 2037

婚活倶楽部なんとHP



キャンペーン期間

2021年9月1日(水)～30日(木)

付与上限

1,000円相当/回、3,000円相当/期間



ポスターが  
対象店舗の  
目印!

お会計額の

20%  
戻ってくる

詳細は特設ホームページをご覧ください  
か、コールセンター・相談窓口までお  
問い合わせください。

●コールセンター・相談窓口  
(となみ衛星通信テレビ株式会社)  
☎②7600 (平日、土曜日 午前9時～午後5時30分)

●特設相談窓口●

会 場 井波コミュニティプラザ アスモ内 特設会場  
開設日 8月24日(火)、27日(金)、30日(月)、31日(火)  
9月 1日(水)、4日(土)、11日(土)、15日(水)  
時 間 午前10時～午後1時

チケットを買ってお店を応援しよう!

なんと! 得得!

なんチケ  
プロジェクト  
2021

好評発売中

コロナ禍による消費喚起策として、市内 267 店舗で販売するプレ  
ミアム付きチケット (通称: なんチケ) を購入し、愛するお店を  
応援する消費者と店の両方が得得する事業です。



参加店も増え、  
様々なお店で  
利用可能です!  
ぜひお買い求め  
ください。

販売期間 8月2日(月)～9月30日(木) ※数量限定

利用期間 令和3年8月2日(月)～  
令和4年1月31日(月)



←「なんチケ」の仕組みを紹介した動画はこちらから  
(南砺市商工会青年部  
YouTube チャンネル 「NanTube」)

チケット販売について

- 1冊5千円(500円×10枚つづり)につきプレミアム分の「なんと共通商品券」千円分が付きます。
- 1店舗1人あたり、2冊まで購入可能。(複数店舗で購入できます)

※参加店情報などの詳細は、南砺市商工会ホームページでご確認ください。

問い合わせ なんチケプロジェクト 2021 実行委員会事務局 (南砺市商工会内) ☎② 2536





社会福祉センター大ホールでキックオフイベントが行われました。基本構想の概要説明や調査を担当する企業の紹介などがあり、参加した約40名はこれからの調査内容について理解を深めました。

## なんとトピックス

### 旧井波庁舎利活用の可能性を 探る調査がスタート!

昨年9月に地域づくり協議会井波連合会から市に提案された旧井波庁舎の利活用に関する基本構想について、実現の可能性を専門家チームによる調査が始まり、7月16日(金)には井波



### 福光駅の東口が整備され 跨線橋が自由通路に

8月6日(金)、整備が完了した市道福光駅自由通路線の開通式が挙行されました。福光駅は今回の整備により、跨線橋が自由通路になり、東口からも乗降可能になるなど、駅利用者や周辺住民の皆さんの利便性が向上。テープカットや渡り初めて開通を祝いました。

無料アプリ ココアル  
**COCOAR**で  
他の写真も見てみよう! ※詳しくは17ページ

### パラリンピック聖火「不滅の火」から採火

8月24日(火)に開幕する東京2020パラリンピックでは、全国各地で採火された火が集まって1つの炎となり、聖火台にともされます。南砺市では13日(金)、680年近く絶やすことなく守られてきた「不滅の火」から採火が行われました。

採火は城端地域の山崎家前で行われ、山崎甚三郎さんが囲炉裏から取り出した炭から採火棒に点火し、南砺市身体障害者協会の玉井順一会長が点火棒を使って田中市長が持つランタンに火を移しました。

採火後、山崎さんが「不滅の火」について説明し、「昔はご飯を炊き、暖をとるなど、生活の中心に火がありました。今は電気を使う生活になり、なかなか見る機会はなくなりましたが、これからも大事にしていきたいです」とあいさつされました。



「不滅の火」から採火された「南砺市の火」は、市内の障害者支援施設で展示された後、富山県の出立式を経て、北陸新幹線で東京へ運ばれ、全国から集まった種火と合流して聖火となります。

### 満百歳

おめでとうございます

めでたく満百歳を迎えられた方に、市からお祝い状、お祝いの品などが贈られました。ますますお元気で過ごされますよう心からお祈り申し上げます。



上農 綾子さん

大正10年7月27日生まれ  
上町(福野地域)

## マイナンバーカードの申請・交付、 電子証明書の更新のため 休日開庁します (完全予約制)



**休日開庁日時** 9月12日(日)午前8時30分～午後3時  
**場 所** 南砺市役所 福光市民センター  
**予約方法** 下記のQRコードから予約サイトで登録いただくか、電話で申し込みください。  
 (完全予約制・時間指定不可)  
**予約期間** 8月22日(日)～9月5日(日)  
**休日開庁時特典** 希望者には申請書に貼付する写真をお撮りします。  
 ※マイナンバーカードに関する業務のみ行います。  
 ※電話での予約は平日の午前8時30分～午後5時まで。  
**予約・問い合わせ** 市民課 ☎2008



●交付・更新予約サイト

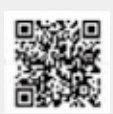


●申請予約サイト

## 秋の農業用水路転落事故防止強化期間 8月20日～9月20日

### 農業用水路への 転落事故に気をつけて!!

県内の転落死亡事故のうち  
約8割は、65歳以上の  
高齢者です。



発行元  
富山県農村整備課  
TEL 076-431-4111 (代)

## なんと花巡り Vol.18



### ソバの花(タデ科ソバ属) 利賀地域

利賀地域では8月下旬から9月初旬にかけて特産ソバの花が見頃を迎えます。写真は去年の様子ですが、利賀高齢者生活福祉センター「ネイトピア喜楽」を利用される方々は、ソバの花が畑一面を白い絨毯のように彩るこの時期を毎年楽しみにされています。

ソバの花は、播種して約3週間程度で花が咲き始め、約1ヶ月で満開を迎えます。種は三角の形をしており、一つの角が地面に触れているだけで芽が出てくるので、大変作りやすい作物ですが、水に弱く雨天が続くと成長が悪くなり、場合によっては芽が出ないこともあります。本来は、水はけの良い傾斜畑が適地ですが、近年は水田からの転作作物としての栽培も増えてきており、利賀地域における秋の始めの風物詩になっています。

きれいなソバの花と、美味しいソバを堪能しに、秋の行楽に出かけてみてはいかがでしょうか。

～南砺の花巡り情報をお寄せください～ E-mail: hanananto@city.nanto.lg.jp

**問い合わせ** 花と緑の銀行南砺支店(林政課) ☎2017

## なんと 簡単レシピ

家族そろって  
減塩生活!

### 献立名 蒸し野菜と揚げない牛カツ

南砺市食生活改善推進協議会

#### ●材料(2人分)

牛ひき肉…… 100g  
 人参……… 40g  
 ブロッコリー…… 50g  
 たまねぎ …… 50g  
 かいわれ大根 1/3パック

ミニトマト……… 4個  
 片栗粉……… 少々  
 手作りタレ  
 (減塩しょうゆ(50%減)大さじ1  
 砂糖 …… 小さじ1  
 酒 …… 大さじ1/2  
 レモン … 1/4個(しぼり汁)



#### 作り方

- ①牛ひき肉に片栗粉をまぶし、小判型に形成する。
- ②ブロッコリーは一口大に切り、人参は細切りにし、ラップで包み、レンジで約3分加熱する。
- ③玉ねぎは薄切りにし、水にさらす。
- ④手作りタレの材料を合わせ、加熱しておく。
- ⑤フライパンを熱し、①を両面焼く。(焼くときに少量の水を入れて、蓋をして蒸し焼きにする)。
- ⑥皿に野菜を並べ、その上に⑤のをのせ、④をかけ、ミニトマト、ブロッコリーを添える。

#### ～ 減塩のコツ ～

薄味でもおいしく食べられるコツは、レモンや酢などの酸味、ねぎやショウガなどの薬味、だしのうま味、ごま油やオリーブオイルなどの風味、唐辛子やこしょうなどの辛味を利用する方法があります。酸味・薬味・うま味・風味・辛味を利用することで、味にメリハリがつき塩味の物足りなさを補ってくれます。薄味でも飽きない調理方法を身につけましょう。また、「かけて食べる」よりも「つけて食べる」方が必要分だけ味付けができるので塩分量を抑えられます。

#### 1人あたりの栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
205kcal	11.9g	11.0g	13.3g	0.9g

■ 南砺市ホームページ  
<https://www.city.nanto.toyama.jp>  
 ■ なんとくん(南砺市)フェイスブック  
<https://www.facebook.com/NantoCity>



■ スマホで  
「広報なんと」が読める  
アプリのダウンロードは  
こちらから

