



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
☎ 7305 (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
☎ 7812 (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～そばっ！ 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
☎ 8230 (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～
- レザーフラフト体験 ※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

あっぷる

毎週月～金 9:00～16:00
☎ 8722 (福野おひさま保育園併設)

- 身体測定＆あっぷる教室（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
☎ 6703 (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
☎ 7322 (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
☎ 4647 (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

9月の行事予定

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

☎ 2897

- シャボン玉とばそ！ 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

☎ 5770

- 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 每週月～金 13:00～18:00、土曜日9:00～18:00

福野児童センター アルカス

☎ 3898

- 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

☎ 8200

- 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 每週月～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 ☎ 2010
きっずらんど ☎ 8200

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 ☎ 2010

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 ☎ 2530

認定こども園福光青葉幼稚園 ☎ 1008

南砺市子育て支援アプリ

「なんとHug」

妊娠期から切れ目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

IOS▶



◇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



午前8時30分～午後4時頃
※2日間の受講が必要です。
定 場
20名
南砺市役所別館3階大ホール
※先着順、10名未満の場合は中止
対
地域ぐるみ除雪作業を担当する方へ普通自動車免許取得者
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。
ノードして下さい。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。

令和4年度学生募集
富山県技術専門学院
建設維持課 道路維持係

備科、メカトロ、ワス科、電子情報科の
学生を募集します。
推 薦選考日 10月22日(金)
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

お知らせ

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。

・南砺都市計画道路 3・4・15号線
・波福光線
・南砺都市計画用途地域

【道路】都市計画道路砺波福光線(荒木
変更内容

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
☎ 076-451-8840

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日に行います。
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、「協力をお願いします。」

問 富山河川国道事務所 調査第一課
☎ 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。
申請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。
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。

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、
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
☎ 076-233-61

地域	地域
福野	井波
西部	中山 登 氏名

※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。

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

- 規格 1枚の大きさ：縦50mm 横80mm(全8枚)
- 掲載料金 1枚あたり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



ご寄附感謝します

●市内小学校・義務教育学校へ	西村 謙(福光)	総務管理費へ
●福光中部小学校へ	(会長 福光 中山 弘)	100万円
福光中部小学校後援会	福光どんぐり保育園	10万円
(会長 福光 中山 弘)	福光どんぐり保育園へ	1台
福野中学校へ	ミストシャワー	1台
福野地域教育振興会	100万円	他

「ア・ミュー」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・ミュー」
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
コナニヨイイシ
☎ 0120-57-4154

福光福祉の家「光龍館」
令和3年9月予定表

日	月	火	水	木	金	土	日
25	17	15	108	2	108	2	108
福光 福祉 の 家	休 館 日	入 浴 時 間	入 浴 日	入 浴 時 間	入 浴 日	入 浴 時 間	入 浴 日
6	6	毎 週 日、 月、 祝 日	午 前 10 時	午 後 1 時	午 後 1 時	午 後 1 時	午 後 1 時
8	8		火 曜 日	土 曜 日	火 曜 日	土 曜 日	火 曜 日
8	8		午 前 10 時	午 後 4 時	午 後 1 時	午 後 1 時	午 後 1 時

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くため、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/>

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 ☎ 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。



今町3区	井波栄町	井波軸屋	瀬見3区	下山見	● 井	理休	林道	西下	野田	大鋸屋	蓑谷
酒井	庄下	永井	高橋	横田	波	西村慧	山本	長谷川瑞	山下陽	石山	平田
陽愛	梨庵	美優	然	理人	翔	【に】	【と】	【に】	【ひ】	【の】	【り】
孝光	智雄	篤也	悠太	浩伸	慧悟	裕樹	広幸	敬也	治樹	泰章	

行政区	うぶごえ
子の氏名	
備考欄	

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

妻夫	妻夫	● 福	妻夫	福	妻夫	妻夫	妻夫	妻夫	妻夫	妻夫	● 城
富山市	荒利波河市	砺波光	高岡市	東横町	富山市	大鋸屋	信末	石川県	天神町	八幡町	荒木
西村得能	高西但田	高西但田	四柳北條	奥井山田	板橋	斎藤	一将	浅田	南本	遊部	一日市
桃佳勇佑	瑛里裕介	瑛里裕介	瑠璃清矢	美帆憲満	憲満	美柚	泰司	絆希	高畠	遊部	荒木
									小口	吉尾	● 福
									世莉	美月	寺
									琉空	月	布袋湖
									あ	き	三村
									世	吉	宮西
									セ	尾	館
									莉	美	福富
									月	月	野尻野
									美	月	御藏町
									月	月	七ツ屋
									月	月	駅前住宅
									月	月	二日町

ウェディング

下新町2区	北川	今町4区	谷	井波軸屋	上山	五嶺	下新町2区	安室	八日町	勸学院	● 井	利賀(上村)	● 上	城端	川島	大野	野田	泉沢	細木	蓑金	城端末広町	北野	蓑谷	● 城		
中嶋ふみい	光田正勝	桑崎智恵子	前川よ志子	岩井美代子	杉下律子	直江きよ	笠間祐輔	武田仙庄	西林英男	石岡書代夫	波	笠原	大井	岩瀬	中川	中根	山田	長尾	中野	細川みつ子	杉本	奥野	野村二郎	田原ふみ子	● 城	
98	89	87	97	79	85	96	56	91	90	69		86	89	94	95	93	57	84	90	90	96	73	88	95	99	● 城
																										● 城
																										● 城

おくやみ



山本	竹林町	荒原町	福光町	味噌屋町	七曲	久戸	才川七三区	● 福光	上町	三町	西横町	高儀町	上浦町	柴田屋	松原本町	野
森田てる子	坂井よる子	西尾知夏	吉田博	武田三郎	谷村かをる	丹保好正	長谷川七郎	田中	今井富美子	武部ふさ子	嶋弘	田中すゑ	布袋由里子	高田齊藤	高田榮作	信行
88	96	21	92	86	78	87	90	89	91	98	92	98	71	87	92	

 **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)

(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「はぴ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

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」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リウマチ・膠原病が疑われることが多い、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。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・治療により良いコントロールを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

☎ ②1475

「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「Uni-Voice」をインストールすれば「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 ☎ ②2009
福祉課 障害福祉係

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は家族ができる」と
～当事者親子の体験談を通して～

講 師 小矢部大冢病院 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）までにお申込ください。

問い合わせ

砺波厚生センター ☎ ②351-2

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

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10月分～ 令和5年3月分(18か月)	290,600円	8,140円	令和3年11月1日

*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	開設日	開設場所
(相談時間は 午前10時～午後3時)	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 ☎ ②2011

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 ☎ ④5005 小児科 ☎ ④7744

QRコードは株デンソーウェーブの登録商標です。



Step1 まずは、無料アプリ
「COCOAR」をインストール



Step2 アプリを起動し、
Ⓐマークの
写真をスキャン

問い合わせ

南砺市消費生活センター（生活環境課内） ☎ ②2035

南砺市内で、「突然、自宅に『衣類等の不用品はないか、買い取つ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つてくれ』と迫り、無いと断つたが一緒に探す振りをして家中まで入り込んで怖い思いをした」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つてから8日間はクーリング・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。業者が無断で家中に入ってきた場合や断つ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。

消費者の知恵
189
訪問購入のトラブル

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

様々な事がありつつも、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しまいました。

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。市民の皆さん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 ☎ ②2052

あなたと私を結ぶ新しいプロジェクト
AIP 48

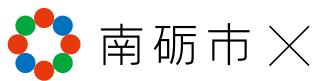
7月末現在の
市内居住
成婚カップル数

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 ☎ ②2037



南砺市 × PayPay

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



対象店舗
ポスターが
目印！

南砺のお店へGo! Go! キャンペーン
対象店舗で、PayPay 残高で支払いすると

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いただき
くか、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お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) ☎②2536

広報なんと

18

2021.9



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用に関する基本構想について、実現の可能性を探る専門家チームによる調査が始まり、7月16日(金)には井波

16日（金）には井波
査が始まり、7月



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。

るなど、駅利用者や周辺住民の皆さんのが利便性が向上。テープカットや渡り初めで開通を祝いました。



使う生活になり、なかなか
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。

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、なかなか生

パラリンピック聖火「不滅の火」から採火

19 公報 なんと
2021.9

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き、電話で申し込みください。
(完全予約制・時間指定不可)



●交付・更新予約サイト

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



●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!

作り方

- 牛ひき肉に片栗粉をまぶし、小判型に形成する。
- 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。
- 玉ねぎは薄切りにし、水にさらす。
- 手作りタレの材料を合わせ、加熱しておく。
- 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)。
- 皿に野菜を並べ、その上に⑤をのせ、④をかけ、ミニトマト、ブロッコリーを添える。

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(しづり汁)



～ 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葉味、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・葉味・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人分あたりの栄養価

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

