

2025 令和7年

健康Information

インフォメーション

May
5月

【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



なんとHug

iOS

Android

【南砺市子育て支援ガイドすこやか】.....

南砺市の子育て支援情報をまとめたものですぜひ南砺市での毎日の子育ての中でお役立て下さい。



乳幼児の健診・教室

3か月児健診、はじめての離乳食教室、もぐもぐ離乳食教室、1歳6か月児健診、2歳児・3歳児歯科健診・フッ化物塗布、2歳6か月児歯科健診・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で通知します。



1か月児健康診査が始まります

令和7年4月より、1か月児健康診査の助成が始まりました。乳児期は、一生のうちで、最も発育・発達が盛んな時期です。健診を受け、赤ちゃんの健康の保持・増進に努めましょう。

対象児：令和7年4月1日以降に出生し、南砺市に住んでいるおおむね生後1か月の乳児（生後27日～41日まで）

受診票の交付：妊娠届出のときに、母子健康手帳とあわせてお渡しします。

※令和7年4月1日より前に母子健康手帳の交付を受けた方には、個別に受診票（南砺市1か月児健康診査健診票兼請求書）を郵送します。

助成額：6,000円を上限

（1人1回）とし、健康診査に要した金額

※健康診査項目のみ対象。公費負担上限額を超えた分は自己負担。

助成方法：医療機関（小児科・産科）の窓口で母子健康手帳と受診票を提出してください。

※県外医療機関の場合は、償還支払いの手続きが必要です。

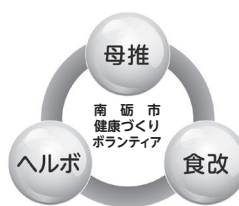
【問い合わせ】福光保健センター ☎0763-52-1767



自分のため・家族のため・地域のために あなたも健康づくりボランティアに なりませんか

生涯を通じて元気に活動できる人を増やすため、健康づくりについて普及啓発を行う健康づくりボランティアを募集しています。

健康づくりボランティアとは、母子保健推進員(母推さん)、ヘルスボランティア(ヘルボさん)、食生活改善推進員(食改さん)の総称で、それぞれ特色のある活動を行っています。



健康づくりボランティアについて詳しく知りたい!やってみたい!という方は、福光保健センターまでお問い合わせください。

【問い合わせ】福光保健センター ☎0763-52-1767

〈母子保健推進員〉

子育てを応援するボランティアです。お子さんの健診のお手伝いや赤ちゃんが生まれたお宅への訪問、子育て支援センターで「むし歯予防」「野菜を食べよう」などのテーマで人形劇をしています。

〈ヘルスボランティア〉

身近な健康づくりを発信するボランティアです。ヘルスボランティアで作成したマップを活用したウォーキングの普及に努めたり、がん検診の協力を通して、市民へ検(健)診の受診勧奨、高齢者の閉じこもり予防を目的とした高齢者サロンを開催しています。

〈食生活改善推進員〉

食を通じた健康づくり活動を行うボランティアです。子どもから大人まで年代にあった食育を推進しています。生活習慣病予防や介護予防の学びを深め、地域のサロンや各種団体、子育て支援センターなどで伝達講習として啓発しています。



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	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～金	9:30～11:30	福光保健センター(公立南砺中央病院3階)
	福光			
	井波			
	福野	金		地域包括ケアセンター(井波保健センター)
	平			
	井口			
	上平	予約日	予約指定時間	上平市民センター
	利賀			利賀市民センター

※城端地域は福光保健センター(公立南砺中央病院3階)で、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。

保存版「令和7年度 健診ガイドブック」をお届けしました

今月号の広報と同時に「令和7年度 健診ガイドブック」を配布しています。市が実施する各種健診・がん検診等の情報(対象者、受診方法、検診の日程など)を掲載しています。今年一年の健診スケジュールを立てましょう。1年間の保存版です。ぜひご活用ください。

詳しくは、
ホームページへ



南砺市 がん検診

検索



75歳以上の方で、胃・子宮・乳がん検診を希望される方へ

がん検診専用ダイヤル(☎0763-23-2025)までお申し出ください。

- ・ 集団がん検診の場合：予約受付をします(Webでも予約可。受診券は当日発行となります)。
- ・ 施設がん検診の場合：受診券(指定医療機関用)を発行します。

★職場等で検診を受ける機会のない方(例:退職者など)で、受診券が届かない方は、お申し出により、受診券を発行します。

【問い合わせ】がん検診専用ダイヤル ☎0763-23-2025
健康課健康増進係 ☎0763-23-2027

がん検診
受けんまいけ!



令和6年度内に麻しん風しん(MR)の定期予防接種を受けられなかった方へ 麻しん風しん定期接種 特例(期間延長)のお知らせ

令和6年度の麻しん風しん(MR)ワクチンの供給において、一部の自治体や医療機関へワクチンが十分に行き届かなかったことから、令和6年度内に定期接種を受けられなかった方に限り、定期接種期間が延長されることになりました。

■ 特例の対象者

下記の要件に該当する方で、MRワクチンの偏在等が生じたことで接種ができなかった方

種 別	該 当 要 件
第1期	令和6年度内に生後24月に達したお子さん (令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれ)
第2期	令和6年度に年長児だったお子さん (平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ)
第5期	昭和37年4月2日～昭和50年4月1日生まれの男性で、令和6年度末までに抗体検査を実施した結果、風しんの抗体が不十分だった方

■ 対象となる場合の接種可能期間

令和7年4月1日～令和9年3月31日までの2年間

【問い合わせ】福光保健センター ☎0763-52-1767

麻しん、風しんに ご注意ください!

例年と比べ患者報告数が増えています。

★1歳の誕生日を迎えたら、なるべく早くワクチンを接種しましょう。

★年長児になったら、忘れず2回目のワクチンを接種しましょう。

★妊婦や妊娠の可能性のある女性は、胎児の「先天性風疹症候群」のおそれもあるため、周りの人から感染しないよう十分な注意が必要です。

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
成人の健康診査や相談に関して▶健康課 健康増進係
国民健康保険・年金に関して▶健康課 国保・年金係
平・上平・利賀地域の連絡先▶平保健センター

TEL 52-1767 / FAX 52-6511
TEL 23-2027 / FAX 82-4657
TEL 23-2011 / FAX 82-4657
TEL 66-8026 / FAX 66-8027

5月

市民カレンダー

お仕事帰りなど、気軽に
ご利用ください！

16金	
17土	
18日	●南砺市民大学講演会 14:00～ 井波総合文化センター
19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)
20火	
21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
22木	●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) ●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」
23金	●広報なんと6月号発行・配布物配布日
24土	
25日	
26月	
27火	
28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)
29木	
30金	
31土	

25 26 27 28 29 30 31