

2026 令和 8 年

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
- ◇ 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



【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、離乳食教室（離乳初期 / 離乳後期）、
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。



肝炎ウイルス検診でがん予防

肝炎ウイルスに感染している人や患者に対する差別や偏見をなくし、
感染の拡大を防ぐことを目指して、7月28日を「日本肝炎デー」と定められています。
肝がんの原因の70%は肝炎ウイルスです。早期発見し、治療することで進行を予防できます。
一生に1度は肝炎ウイルス検診を受けましょう。

ウイルスが体内に
いるのか、いないのか、
知らないままで
いいですか？



対象者	40歳以上で、今までに肝炎ウイルス検診を受けた事がない方 ※節目年齢（40、50、60、65歳）で未検査の方には「問診票及び同意書」を6月上旬に送付しました。節目年齢以外で検査をご希望される方は健康課健康増進係へ連絡ください。「問診票及び同意書」を郵送します。
実施機期間	6月8日（月）～10月31日（土）
実施場所	市内の指定医療機関（受診券裏面参照）
検査内容	血液検査（B型・C型肝炎ウイルス）
個人負担金	無 料
持ち物	肝炎ウイルス検診問診票及び同意書（黄緑色）

【注意】 肝炎治療中の方は対象外です。

【問い合わせ】 健康課 健康増進係 ☎0763-23-2027

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。

場 所	曜 日	受付時間	内 容
福光保健センター (公立南砺中央病院 3 階)	月～金曜日 (祝祭日を除く)	9:00～11:00 13:00～15:00	妊産婦、乳幼児から高齢者の こころと身体の健康・栄養相談
健康課 健康増進係 (地域包括ケアセンター 1 階)	金曜日(祝祭日を除く) ※要予約	9:30～11:00	
平保健センター			

南砺市公式LINEで
窓口予約ができます。
おともだち登録は
こちら↓



【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 TEL 52-1767 / FAX 52-6511
成人の健康診査・がん検診や相談に関して▶健康課 健康増進係 TEL 23-2027 / FAX 82-4657

こどもの予防接種相談会のお知らせ

予防接種における疑問や不安がある方は、ぜひご相談ください。小児科医が丁寧にお答えします。
予防接種について理解し、大切なお子さんをワクチンで防げる病気から守りましょう。
対 象：乳幼児を育てる保護者の方（父母、祖父母等）
妊娠中の方、出産を控えるご家族

開催日	時 間	場 所
7月12日（日）	10:00 ～ 11:30	子育て支援センター たんぽぽ (福野ひまわり保育園併設) ☎ 22-8230
11月4日（水）	11:30	子育て支援センター さくらんぼ (城端さくら保育園併設) ☎ 62-7305

お申込：電子申請 または 電話連絡

電子申請はこちらから▶



【問い合わせ】 福光保健センター ☎0763-52-1767

麻しん(はしか)の感染にご注意ください!



麻しん(はしか)は感染力が非常に強く、海外渡航歴のない麻しん症例も報告されています。
【予防と対策】 手洗いやマスクだけでは、麻しんを予防することはできません。最も有効な予防法は、麻しん含有ワクチンの2回接種です。
令和8年度に、麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン) 定期接種の対象の方は、できるだけ早めに受けるようにしましょう。

令和8年度 麻しん風しん定期接種対象者		実施期間 令和8年4月～令和9年3月
1 期	生後 12 月から生後 24 月に至るまでの間にある者	
2 期	5 歳以上 7 歳未満の者であって、小学校就学の始期に達する日の 1 年前の日から当該始期に達する日の前日までの間にある者 【令和 2(2020) 年 4 月 2 日～令和 3(2021) 年 4 月 1 日生まれ】	
特例	1 期	令和 6 年度内に生後 24 月に達する、又は達した者であって、MR ワクチンの偏在等が生じたことを理由にワクチンの接種ができなかった者 【令和 4(2022) 年 4 月 2 日～令和 5(2023) 年 4 月 1 日生まれ】
	2 期	令和 6 年度における第 2 期の対象者（5 歳以上 7 歳未満の者であって、小学校就学の始期に達する日の 1 年前の日から当該始期に達する日の前日までの間にあるもの）であってMR ワクチンの偏在等が生じたことを理由にワクチンの接種ができなかった者 【平成 30(2018) 年 4 月 2 日～平成 31(2019) 年 4 月 1 日生まれ】
	5 期	昭和 37 年 4 月 2 日～昭和 54 年 4 月 1 日生まれの男性であって、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な方であってMR ワクチンの偏在等が生じたことを理由にワクチンの接種ができなかった者 (令和 7 年度以降に抗体検査を実施した方は対象外)

【麻しんを疑う症状がある場合の対応（感染拡大防止のお願い）】
風邪症状が出現する1日前から解熱後3日後程度の期間は、他人にうつす可能性があります。
・医療機関を受診する際には、あらかじめ電話で麻しんの可能性があることを伝え、医療機関の指示に従って受診してください。
・受診の際は、公共交通機関の利用を避けて、自家用車等で移動してください。

麻しんについて、
詳しく知りたい方はこちらから▶



厚労省 麻しん

検索

【問い合わせ】 福光保健センター ☎0763-52-1767

令和8年度後期高齢者 歯科健康検査のお知らせ

【対象者】 昭和 25 年 4 月 1 日～昭和 26 年 3 月 31 日生まれの方
※対象者へは 5 月下旬に「歯科健診のお知らせ」をお送りしました。
【期 間】 令和 8 年 6 月 1 日（月）～ 10 月 31 日（土）
※歯科医療機関への事前予約が必要です。
【実施機関】 富山県内の歯科医療機関
※一部実施していない歯科医療機関がありますので、送付書類でご確認ください。

【問い合わせ】 富山県後期高齢者医療広域連合 事業課 保健担当 ☎ 076-465-7505

服薬情報のお知らせ

富山県後期高齢者医療加入者のうち、薬の飲み合わせに留意が必要な方や、一定数以上のお薬が処方された方へ「服薬情報のお知らせ」をお送りします。お知らせが届いた方は、かかりつけ医や薬局にお知らせを持参し、服薬についてご相談ください。

【発送時期】 令和 8 年 8 月上旬を予定

2026
令和8年

July

7月

市民カレンダー

1 水	
2 木	
3 金	
4 土	● IOX-AROSA あじさいマルシェ (～5日)
5 日	
6 月	● 心配ごと、行政、人権相談 13:30～15:30 電話相談可能 井波社会福祉センター (南砺市井波 521) ※予約優先 (南砺市ふくし総合相談センター ☎0763-82-2951)
7 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) ● 相続相談 11:00～12:00 井波社会福祉センター (南砺市井波521) ※要予約 (南砺市ふくし総合相談センター ☎0763-82-2951)
8 水	
9 木	
10 金	
11 土	● 休日相談 13:30～15:30 社会福祉協議会サテライト(南砺市荒木 574) ※予約優先 (社会福祉協議会サテライト ☎0763-52-1222)
12 日	● 住宅相談 13:30～17:00 福光交流センター
13 月	● 法律相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター (南砺市井波521) ※要予約 (南砺市ふくし総合相談センター ☎0763-82-2951)
14 火	● 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) ● 心配ごと、行政、人権相談 13:30～15:30 電話相談可能 社会福祉協議会サテライト (南砺市荒木 574) ※予約優先 (社会福祉協議会サテライト ☎0763-52-1222) ● 年金相談 10:00～15:00 城端市民センター (南砺市城端 1046) ※予約優先 (砺波年金事務所 ☎0763-33-1725)
15 水	● 働く人のメンタルヘルス(心の相談) 9:00～17:00 となみの診療クリニック ※要予約 (砺波地域産業保健センター ☎0763-33-7715)
16 木	

17 金	● 心の健康相談 14:30～16:30 ※要予約 (砺波厚生センター ☎0763-22-3512)
18 土	● 福光美術館企画展「生きることのコンポスト」(～8/23) ● なんとフォトクラブ写真展 2026 福光美術館 (～26日)
19 日	
20 月	
21 火	
22 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) ● 城端別院善徳寺虫干法会 (～28日)
23 木	● 心配ごと、行政、人権相談 福野老人福祉センター「さつき荘」 (南砺市院林 82-2) ※予約優先 (南砺市福祉総合相談センター ☎0763-82-2951) ● 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)
24 金	● 広報なんと8月号発行 ● 福光ねつおくり七夕祭り(～26日)
25 土	● いなみ太子伝観光祭 (～26日)
26 日	
27 月	
28 火	
29 水	● 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)
30 木	
31 金	● 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

海の日

7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	

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	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・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	