

2026 令和 8 年

健康 Information

インフォメーション

October

10月

【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。



こどもの予防接種相談会のお知らせ

今年度最後の機会です！予防接種における疑問や不安がある方、ぜひご相談ください。
小児科医より、詳しくお話を聞くことができます。
予防接種について正しく理解し、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
11月4日（水）	10：00 ～ 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



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

がん患者へウィッグ、乳房補正具の 購入費用を補助します！



対象者（以下の要件すべてを満たす方）：

- ①南砺市に住所を有する
- ②がん治療を受けている、または受けた
- ③がん治療に伴う脱毛、乳房切除により
補正具を購入した
- ④本人及び同一世帯家族に市税等の滞納がない

補助の対象となる補正具：

ウィッグ	頭皮保護用ネット含む
乳房補正具 （右側及び左側それぞれ）	補正パットと人工乳房 （補正パットや人工乳房を購入した場合は、 それらを固定する下着を含む）

※申請は、対象者一人あたり各補正具1回です。
※他制度の補助を受けた場合は、購入費用よりその額を除きます。

申請期限：補正具を購入した日から1年

補助額、必要書類等については、
ホームページをご確認ください。
ホームページはこちら ➡



【申請窓口】健康課 健康増進係（地域包括ケアセンター）
北川166番地1 ☎0763-23-2027
福光保健センター（公立南砺中央病院3階）
梅野2007番地5 ☎0763-52-1767

【問い合わせ】健康課 健康増進係 ☎0763-23-2027

歯科保健講演会のお知らせ

日時：10月1日（木）19：00～20：30（開場 18：30）

会場：地域包括ケアセンター 2階 多目的研修室

テーマ「お口の健康～お口の中にできる病気を知っておきましょう～」
講師：朝日大学歯学部 口腔病態医療学講座口腔病理学分野 江原 道子先生
【問い合わせ】福光保健センター ☎0763-52-1767

お申込みはこちら



プレ妊活健診費助成事業のお知らせ

婚姻されて3年以内(妻40歳未満)のご夫婦

ご夫婦が本格的に妊活について考える前に、「プレ妊活」としてご夫婦の健康状態をチェックする健診費を夫婦1組につき1回助成しています。必要書類や詳細はホームページをご覧ください。



ホームページはこちら



【申 請 窓 口】福光保健センター（公立南砺中央病院3階）
梅野2007番地5 ☎0763-52-1767
健康課 健康増進係（地域包括ケアセンター）
北川166番地1 ☎0763-23-2027
【問い合わせ】福光保健センター ☎0763-52-1767

2026
令和 8 年
October

10月

市民カレンダー

1木	●行政相談 13:30～15:30 平市民センター ●福光美術館企画展「北からの風:棟方志功と奈良美智」(～10月25日)
2金	
3土	
4日	
5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)
6火	●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) ●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)
7水	
8木	●ひきこもり相談 ※要予約 (砺波厚生センター ☎0763-22-3512)
9金	
10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)
11日	
12月	
13火	●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) ●行政相談 13:30～15:30 利賀市民センター ●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) ●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)
14水	
15木	●行政相談 13:30～15:30 上平市民センター
16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) ●10月会議【本会議(委員長報告、質疑・討論・採決)】 14:00～ 市役所5階議場

17土	
18日	
19月	
20火	●行政相談 13:30～15:30 井口社会福祉センター
21水	●心配ごと、行政、人権相談 13:30～15:30 城端老人福祉センター「美山荘」(南砺市理休 429) ※予約優先 (社会福祉協議会サテライト ☎0763-52-1222) ●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)
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) ●行政相談 13:30～15:30 福野老人福祉センター「さつき荘」 (南砺市院林 82-2)
23金	●広報なんと11月号発行
24土	
25日	
26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)
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	

10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 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 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 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 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