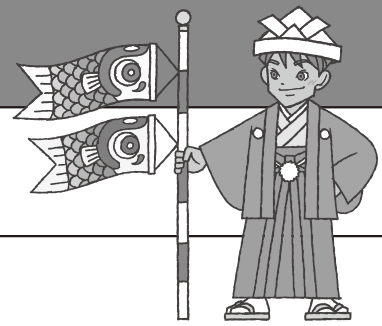
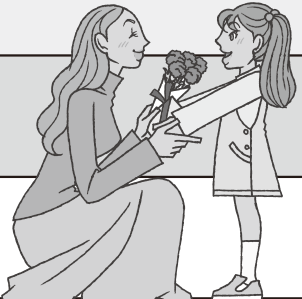


2010
5月

市民カレンダー



1土	◎毎月「1日」は南砺市交通安全呼びかけの日 ～出かけには、笑顔といっしょに「気をつけて」の一言を!～ ◎福野夜高祭(宵祭) ～2日 福野中心市街地 ◎IOX-AROSA Gondola運行 10:00～16:00 ～5日
2日	
3月 憲法記念日	◎利賀地域春祭り 10:00～19:00 ～5日 ◎よいやさ祭り 終日 井波市街一円
4火 みみ地蔵日	◎城端曳山祭 ～5日 城端市街一円
5水 こどもの日	
6木	
7金	
8土	◎住宅相談 13:00～17:00 コミュニティプラザアスモ「中央広場」
9日	◎住宅相談 10:00～16:00 福光公民館
10月	◎行政・人権・心配ごと・障がい者地域相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター
11火	◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 小矢部大家病院 ◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター ◎行政・人権・心配ごと・家庭児童相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
12水	
13木	◎心配ごと相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」 ◎相倉合掌造り集落春季ライトアップ 日没～21:00 ～15日
14金	◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター
15土	◎住宅相談 13:30～17:00 ショッピングセンター「ア・ミュー」
16日	◎第22回ふれあいヘラブナ釣り大会 6:00～11:00 赤祖父湖

17月	◎心配ごと・障がい者地域相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター
18火	◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 砺波サナトリウム福井病院 ◎法律、その他専門相談 13:30～15:30 井波社会福祉センター ※法律相談は要予約(☎@5565)。 ◎行政・人権・心配ごと相談 13:30～16:00 城端老人福祉センター「美山荘」 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 ◎長時間労働者への面接指導 19:00～20:00 砺波医師会 ※要予約(☎@7715)。
19水	
20木	◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～
21金	
22土	
23日	◎南砺市民大学講演会「自分という人生の長距離ランナー」 14:00～ じょうはな座 講師:増田 明美 氏 ◎ なんとの森2010つつじ植樹祭 10:00～ 閑乗寺公園
24月	◎心配ごと相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター
25火	◎広報なんと6月号発行・配布物配布日 ◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院 ◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター ◎心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 ◎街頭献血 9:30～12:00 平行政センター
26水	◎チャレンジデー2010inなんと 0:00～21:00 ◎JR城端線定期点検運休 10:00～15:00
27木	◎行政・人権・心配ごと相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」
28金	◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター ◎さつき花季展 9:00～16:30 福光福祉会館
29土	◎第5回南砺花と緑のフェスティバル2010 ～30日 南砺市園芸植物園
30日	
31月	

5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8:30～17:30						
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					
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					
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					
城 端 図 書 館						
開館時間 9:30～18:00 (土・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					
井 波 図 書 館						
開館時間 9:30～18:00 (土・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					



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 ☎ 52-1767 FAX 52-6511
- 成人の健康診査や相談に関して…
健康課 保健係(井波庁舎) ☎ 23-2027 FAX 82-4657
- 平・上平・利賀地域の連絡先…
平保健センター ☎ 66-8026 FAX 66-8027

■乳幼児健診、離乳食教室、むし歯予防教室、予防接種は個人通知をしますので、毎月の「市民健康カレンダー」を見て会場へお越しください。
■対象地域の会場で受診できないときは、事前に連絡してください。

乳幼児の健康、妊婦・育児相談

すこやかに育てるために

項 目		対象地域	対象者	実施日	受付時間	会 場	持ち物	
3 か 月 児 健 診		全 地 域	平成22年1月1日生～15日生 平成22年1月16日生～31日生	11日(火) 20日(木)	13:00～13:30	南砺家庭・ 地域医療センター	母子健康手帳 バスタオル・問診票	
5か月児離乳食教室		全 地 域	平成21年11月1日～17日生 平成21年11月18日～30日生	11日(火)	9:30～ 9:50 9:50～10:10	福光保健センター	母子健康手帳・相談票 なんとすこやかファイル	
8か月児離乳食教室		全 地 域	平成21年9月1日～16日生 平成21年9月17日～30日生	19日(水)	9:30～ 9:50 9:50～10:10	福光保健センター	母子健康手帳・相談票 なんとすこやかファイル らくらく離乳食ガイドブック	
1歳6か月児健診		福光・城端 平・上平	平成20年9月1日生～ 10月14日生	7日(金)	13:00～13:20	福光保健センター	母子健康手帳 問診票 歯ブラシ・タオル等 フッ化物塗布希望書 負担金200円	
3歳6か月児健診		利賀・井波 井口・福野	平成18年10月1日生～ 11月30日生	18日(火)	12:45～13:15	南砺家庭・ 地域医療センター		
1歳児むし歯予防教室		全 地 域	平成21年4月・5月生	27日(木)	13:30～13:50	福光保健センター	母子健康手帳・タ オル・仕上げ磨き用 ハブラシ	
2歳児・2歳6か月児 3歳児フッ化物塗布		城端・福光	2歳児(H20年4月生)	13日(木)	13:00～14:00	福光保健センター	母子健康手帳 歯ブラシ タオル等 フッ化物塗布希望書 負担金200円	
			2歳6か月児(H19年10月生)					
			3歳児(H19年4月生)					
		福野・井波 井口	2歳児(H20年4月生)	19日(水)	13:00～14:00	井波保健センター		
			2歳6か月児(H19年10月生)					
乳幼児発育相談		全 地 域	乳幼児	6日(木)	9:30～11:00	福光保健センター	母子健康手帳 ※要予約	
ポリオ予防接種		利 賀	平成21年1月～12月生	11日(火)	16:00～16:15	利賀診療所	母子健康手帳 予防接種予診票	
			平成21年1月～12月生	12日(水)	13:30～13:45	平診療所		
		福野・井波 井口	平成21年2月～4月生	12日(水)	13:00～13:30	南砺家庭・ 地域医療センター		
			平成21年5月～7月生	14日(金)				
			平成21年8月～10月生	21日(金)				
			平成21年11月～平成22年1月生	28日(金)				
		城端・福光	平成21年2月～4月生	10日(月)	13:00～13:30	福光保健センター		
			平成21年5月～7月生	25日(火)				
			平成21年8月～10月生	26日(水)				
平成21年11月～平成22年1月生	6月1日(火)							
マタニティ教室 (予約制)	妊娠前期 コース	全 地 域	H22年9月～12月出産予定	17日(月)	13:00～13:20	福光保健センター	母子健康手帳 計算機 アンケート(予約された 方に郵送いたします) 母子保健テキスト	
			H22年6月～8月出産予定	26日(水)	18:30～18:50	福光保健センター	母子健康手帳アン ケート(予約された方 に郵送いたします) 母子保健テキスト	

※2歳・2歳6か月・3歳児フッ素塗布の利賀地域は6月3日(木)、平・上平地域は9月10日(金) に予定しています。

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	対象地域	実施日(毎週)	受付時間	会 場	持ち物
乳 幼 児 か ら 高 齢 者 の 健 康 ・ 栄 養 相 談	城 端	月	9:30～11:30	城端保健センター	健康手帳 ※要予約
	平	月・金		平保健センター	
	上 平	木		上平保健センター	
	利 賀	水		利賀保健センター	
	井 波	水		井波保健センター	
	井 口	火		井口保健センター	
	福 野	金		南砺家庭・地域医療センター (旧南砺市立福野病院)	
心 の 健 康 相 談 (対 応 : 精 神 科 医 師)	福 光	火・木	13:30～16:00	福光保健センター	※要予約
	全地域	19日(水)			

各種検診

早期発見が決め手です。

がん検診(胃・子宮・乳房)、人間ドックは事前にお申込みください。受診券のない方は、保健係までお問い合わせください。

項目・地域	実施日	受付時間	会場	持ち物
胸 部 レントゲン 検 診 胃 が ん 検 診 (集 団) 胃の受付は9:30まで ※要予約	上平	24日(月) 27日(木)	山村開発センター ことぶき館他巡回	胸部レントゲン検診受診券 負担金300円(65歳以上 無料)・健康手帳・胃がん 検診希望者は胃がん検診 受診券・負担金1,000円
	福野	21日(金)	福野北部体育館	
	福野	21日(金) 24日(月) 25日(火)	安居集会所 柴田屋公民館 福野高瀬ふれあい体育館	
胸 部 レントゲン 検 診	上平	27日(木)	JAなんと上平支店 椿公民館	胸 部 レントゲン 検 診 受 診 券 ・ 負 担 金 300 円 (65 歳 以 上 無 料) 健康手帳

項目	対象者	受付時間	会場	持ち物
が ん 検 診 (個 別)	胃がん 40歳以上の方	国保加入者、 職場等でがん検 診を受ける機会 のない方 ※要予約	年間可 診察時間帯	市内指定医療機関
	子宮がん 20歳以上の方			指定医療機関 (県内婦人科)
	乳がん 40歳以上の方			施設検診受診券 (保健係・保健センターで発行) 負担金
				南砺市民病院 公立南砺中央病院

実施期間・助成対象者 (①～⑤のすべてに該当する方)	個人負担金	指定医療機関	申込み方法(順番)
実施期間 5月17日～12月24日 ①昭和11年4月～昭和46年3 月生まれ(40歳～74歳)の方 ②受診日において、南砺市国 保加入者である ③世帯に市税の未納、滞納がない方 ④上記の特定健診、胸部レント ゲン検診、各種がん検診を すべて受けていない方 ※平成22年度の健診の結果から、 特定保健指導の対象となられた 方は必ず指導を受けること。	12,000円	・ 南砺市民病院 (☎82-1475) ・ 厚生連高岡 健康管理センター (☎0766-21-3930)	※先に指定医療機関で予約を取っ てください。 ①指定医療機関へ連絡し予約を取る。 ②受診日の2週間前までに人間 ドック検診申込書を次のところ へ提出する。(南砺市国民健康 保険被保険者証を持参) ・ 提出先は、健康課保健係、保 健センター、行政センター ・ 申込書受付期間は、5月6日 (木)～12月10日(金)まで ③後日、助成の有無についてお知ら せします。助成対象の方には「人 間ドック受診券」をお送りします。