

市民力レンノンダ!

2010
8月

1日	◎声楽サマー・セミナー2010 ~7日 IOX-AROSA諸施設、JA福光中央会館 ◎つばきの郷赤祖父夏まつり 17:00~21:00 赤祖父レイクサイドパーク(雨天:井口小学校体育館)
2月	◎行政・人権・心配ごと・家庭児童相談 13:30~16:00 井波社会福祉センター ◎集合納税第2期納期限
3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 ◎長時間労働者への面接指導 19:00~20:00 砺波医師会 ※要予約(☎③7715)。
4水	◎全血献血 12:30~16:00 福光庁舎前
5木	◎心の健康相談 13:30~16:00 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512)。
6金	
7土	
8日	
9月	◎心配ごと相談 13:30~16:00 井波社会福祉センター
10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・心配ごと相談 13:30~16:00 福光庁舎別館 ◎心配ごと・障がい者地域相談 13:30~16:00 ネイトピア喜楽
11水	◎SCOT サマー・シーズン2010 ~29日 利賀芸術公園
12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」
13金	◎キバナコスモスフェア ~16日 IOX-AROSA ◎年金相談 10:00~15:00 福光行政センター
14土	◎駅前大盆踊り大会「ユカタ デ ダンス」 17:00~ JR福野駅前 ◎住宅相談 13:00~17:00 コミュニティプラザアスモ「中央広場」
15日	◎住宅相談 10:00~16:00 福光公民館
16月	

17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 ◎長時間労働者への面接指導 19:00~20:00 砺波医師会 ※要予約(☎③7715)。 ◎行政・人権・心配ごと・障がい者地域相談 13:30~16:00 城端老人福祉センター「美山荘」 ◎法律などその他専門相談 13:30~15:30 井波社会福祉センター ※法律相談は要予約(☎②5565)。
18水	
19木	◎夏期巡回ラジオ体操♪みんなの体操会 6:00~ 城端学校グラウンド ※雨天時は城端中学校体育館
20金	◎スキヤキ・ミーツ・ザ・ワールド2010 ~22日 福野文化創造センターほか ◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ~地域の安全は地域の力で!~
21土	◎住宅相談 13:30~17:00 ショッピングセンター「ア・ミュー」 ◎立山黒部アルペンルート県民感謝デー ~31日
22日	◎南砺市民大学講座「なんとを語る~私から見た南砺市~」 14:00~ いのくち椿館 講師:中尾哲雄氏 ◎南砺市身体障害者協会スポーツ大会(フライングディスク競技会) 13:30~16:30 すぱーく福野(屋内ゲートボール場)
23月	◎心配ごと相談 13:30~16:00 井口社会福祉センター
24火	◎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
25水	◎広報なんと9月号発行・配布物配布日 ◎にこにこ相談(教育相談) 13:30~16:30 砺波市庄川生涯学習センター ※要予約(☎②2012)。
26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」
27金	◎年金相談 10:00~15:00 福光行政センター
28土	◎南砺市総合防災訓練 8:00~11:00 福光小矢部川公園及び周辺
29日	◎第22回たいらクロスカントリー大会 9:00~ たいらクロスカントリーコース ◎魚つかみどり大会 9:00~10:30 南砺市園芸植物園 ◎サザエさん夏休み1時間スペシャル 18:00~19:00(予定)
30月	
31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 ◎心配ごと相談 13:30~16:00 福光庁舎別館 ◎集合納税第3期納期限

8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				

健康カレンダー

2010

8月

乳幼児の健康・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ヶ月児健診	全地域	平成22年4月1日生~15日生 平成22年4月16日生~30日生	12日(木) 17日(火)	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ヶ月児離乳食教室	全地域	平成22年2月1日~14日生 平成22年2月15日~28日生	11日(水) 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ヶ月児離乳食教室	全地域	平成21年12月1日~16日生 平成21年12月17日~31日生	23日(月) 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ヶ月児健診	福光・城端 平・上平	平成20年12月11日~ 平成21年1月27日生	3日(火)	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	
	利賀・井波 井口・福野	平成21年1月1日~ 2月10日生	13:00~13:20 26日(木)	南砺家庭・ 地域医療センター	フッ化物塗布希望書 負担金200円	
3歳6ヶ月児健診	福光・城端 平・上平	平成19年1月1日生~ 2月28日生	4日(水)	12:45~13:15	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
2歳児・2歳6ヶ月児 3歳児フッ化物塗布	城端・福光	2歳児 (H20年7月1日~15日生) 2歳6ヶ月児(H20年1月生)	25日(水)	13:00~14:00	城端保健センター	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
		3歳児(H19年7月生)				
乳幼児発育相談	福野・井波 井口	2歳児(H20年7月生) 2歳6ヶ月児(H20年1月生) 3歳児(H19年7月生)	10日(火)	13:00~14:00	南砺家庭・ 地域医療センター	母子健康手帳 フッ化物塗布希望書 負担金200円
マタニティ教室 妊娠前期コース (予約制)	全地域	H22年12月~H23年3月 出産予定	5日(木)	9:30~11:00	福光保健センター	母子健康手帳 ※要予約です
マタニティ教室 妊娠前期コース (予約制)	全地域	H22年12月~H23年3月 出産予定	20日(金)	13:00~13:20	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

*1歳6ヶ月児健診の福光・城端・平・上平地域は(H21年1月28日~H21年3月21日生)は、9月28日(火)に予定しています。

*3歳6ヶ月児健診の井波・井口・福野・利賀地域は(H19年1月26日~3月10日生)は9月9日(木)に予定しています。

*2歳・2歳6ヶ月・3歳児フッ化物塗布の平・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		城端保健センター	
	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)	
	福光	火・木		福光保健センター	
	全地域	19日(木)	13:30~16:00	福光保健センター	※要予約です

問い合わせ

- 予防接種・母子・歯科健診について…
福光保健センター ☎ 52-1767 FAX 52-6511
- 成人の健康診査や相談について…
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

- 離乳食教室、むし歯予防教室、予防接種は個人通知をしませんので、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。

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	福光	4日(水)	8:30~11:00 東太美公民館	
	福光	6日(金)	8:30~11:00 福光保健センター	
	福光	12日(木)	8:30~11:00 福光保健センター	
	福野	5日(木)	8:30~11:00 南砺家庭・地域医療センター	
	福野	11日(水)	8:30~11:00 南砺家庭・地域医療センター	
	城端	10日(火)	8:30~11:00 城端保健センター	
	城端	18日(水)	8:30~11:00 城端保健センター	
	井口	26日(木)	8:30~12:00 城端西部体育館	
	井口	27日(金)	8:30~12:00 城端西部体育館	
	井波	17日(火)	8:30~11:00 井口社会福祉センター	
子宮がん検診 乳がん検診 骨粗しょう症検診 (集団)	井波	19日(木)	8:30~11:00 井波保健センター	
	井波	20日(金)	8:30~11:00 井波保健センター	
	井波	23日(月)	8:30~11:00 井波保健センター	
	井波	24日(火)	8:30~11:00 井波保健センター	
	井波	5日(木)	13:00~14:00 井波保健センター	
	利賀	13日(金)	13:00~14:00 井波保健センター	
	利賀	2日(月)	17:00~18:00 利賀行政センター	
	平	3日(火)	13:00~14:00 平保健センター	
	福光	6日(金)	13:00~14:00 福光保健センター	
	福野	25日(水)	13:00~14:00 福光保健センター	
受診券、負担金、 健康手帳 ※要予約 ※クーポン券が届いた方 は持参してください	福野	2日(月)	13:00~14:00 南砺家庭・地域医療センター	
	城端	30日(月)	13:00~14:00 南砺家庭・地域医療センター	
	城端	10日(火)	13:00~14:00 城端保健センター	

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	2月28日まで	南砺市指定医療機関
	子宮がん(20歳以上の方)	※要予約	年間可	指定医療機関(県内婦人科)
	乳がん(40歳以上の方)	※要予約	診察時間帯	南砺市民病院 公立南砺中央病院

項目	対象者(年度内に達する年齢)	実施期間	会場	持ち物
特定健康診査	国保加入者	40~74歳 今年度75歳になる昭和10年8月~ 11年3月生		健康保険証、特定健康診査 受診券、質問票、生活機能評 価票(66歳以上)
		76歳以上	6月14日(月) ~9月30日(木)	市指定 医療機関
後期高齢者 健 康 診 査	後期高齢者 医療保 加入者	今年度75歳になる次の方 ・昭和10年4~6月生まれ ・昭和10年7月生まれ (8月下旬に受診券郵送)		後期高齢者医療被保険者証、 後期高齢者健康診査受診券、 質問票、生活機能評価票

項目	対象者(年度内に達する年齢)	実施期間	会場	持ち物
大腸がん	国保加入者・がん検診を 受ける機会のない方	40歳以上の方		
前立腺がん		50歳以上の男性	6月14日(月) ~9月30日(木)	市指定 医療機関
肝炎ウイルス検査	今年度40歳になる方及び41歳以上の未検査の方			肝炎ウイルス検査問診票及び同意書

※受診券がない方で希望される方は、医療機関を受診される前に、保健係へお申出ください。

人間ドック検診	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 ⑤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。