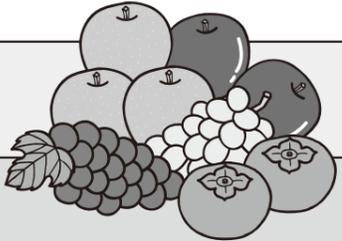
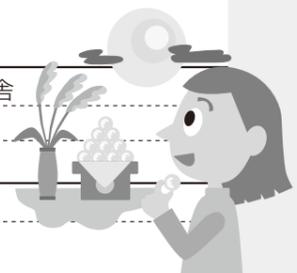


2010

9月

市民カレンダー

1水	◎毎月「1日」は南砺市交通安全呼びかけの日 ～出がけには、笑顔といっしょに「気をつけて」の一言を!～
2木	◎心の健康相談 13:30～16:00 砺波厚生センター ※要予約(☎@3512)。
3金	
4土	
5日	
6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
7火	◎9月定例会市議会【本会議(提案理由説明)】 14:30～ 福光庁舎 ◎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(☎@7715)。
8水	◎9月定例会市議会【決算特別委員会】 9:00～ 福光庁舎
9木	◎9月定例会市議会【決算特別委員会】 9:00～ 福光庁舎 ◎巡回生活・就労相談 13:30～16:30 城端庁舎
10金	◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター
11土	◎成年後見・相続・遺言の無料相談会 13:00～16:00 井口社会福祉センター ◎住宅相談 13:00～17:00 コミュニティプラザアスモ「中央広場」
12日	◎住宅相談 10:00～16:00 福光公民館 ◎第6回南砺市交通安全大会 14:00～ 井波総合文化センター
13月	◎心配ごと相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター
14火	◎9月定例会市議会【本会議(代表質問・一般質問)】 10:00～ 福光庁舎 ◎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 ◎不動産無料相談会 13:00～16:00 砺波地域職業訓練センター
15水	◎9月定例会市議会【本会議(一般質問)】 10:00～ 福光庁舎
16木	◎9月定例会市議会【民生病院常任委員会】 13:30～ 福光庁舎 ◎相倉合掌造り集落ライトアップ 日没～21:00 ～20日 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」



17金	◎9月定例会市議会【産業建設常任委員会】 13:30～ 福光庁舎 ◎ここにこ相談(教育相談) 13:30～16:30 南砺市福光保健センター ※要予約(☎@2012)。
18土	◎第60回城端むぎや祭 ～20日 城端別院善徳寺ほか ◎寺のまちアートinいなみ2010 ～26日 井波市街一円 ◎住宅相談 13:30～17:00 ショッピングセンター「ア・ミュージー」
19日	
20月	◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ ◎南砺市いなみ国際木彫刻キャンプフォーラム2010 14:00～ いなみ別院瑞泉寺
21火	◎9月定例会市議会【総務文教常任委員会】 13:30～ 福光庁舎 ◎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(☎@7715)。 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター ◎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」 ◎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(☎@5565)。 ◎全血献血 9:00～10:00 利賀行政センター ◎全血献血 11:00～12:00 上平行政センター
22水	◎9月定例会市議会【全員協議会、決算特別委員会】 13:30～ 福光庁舎
23木	◎五箇山麦屋祭り ～24日 下梨地主神社境内
24金	◎広報なんと10月号発行・配布物配布日 ◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター ◎9月定例会市議会【本会議(委員長報告、質疑・討論・採決)】 16:00～ 福光庁舎
25土	◎こきりこ祭り ～26日 上梨白山宮境内
26日	◎福光防火大会 9:00～ 福光行政センターほか
27月	
28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
29水	
30木	◎集合納税第4期納期限 ◎行政・人権・心配ごと・障がい者地域相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」

秋の全国交通安全運動  
～ゆずりあう 心でひろがる 無事故の輪～  
9月21日(火)～30日(木)



9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	

2010

# 健康カレンダー

## 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

■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。

## 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か月児健診	全地域	平成22年5月1日生~15日生	14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	
		平成22年5月16日生~31日生	29日(水)				
5か月児離乳食教室	全地域	平成22年3月1日~16日生	2日(木)	9:30~9:50	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	
		平成22年3月17日~31日生		9:50~10:10			
8か月児離乳食教室	全地域	平成22年1月1日~16日生	21日(火)	9:30~9:50	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	
		平成22年1月17日~31日生		9:50~10:10			
1歳6か月児健診	福光・城端 平・上平	平成21年1月28日~ 平成21年3月21日生	28日(火)	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19年1月26日生~ 3月10日生	9日(木)	12:45~13:15	南砺家庭・地域医療センター	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	
1歳児むし歯予防教室	全地域	平成21年8月・9月生	30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7月16日~8月31日生)	8日(水)	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(H20年2月生)					
	福野・井波 井口	2歳児(H20年8月生)	22日(水)	13:00~14:00	井波保健センター		
		2歳6か月児(H20年2月生)					
平・上平	H19年4月~H20年12月生	10日(金)	13:00~13:20	上平ことぶき館			
乳幼児発育相談	全地域	乳幼児	9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 (予約制)	妊娠後期 コース	全地域	H22年10月~12月 出産予定	10日(金)	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

\*1歳6か月児健診の井波・井口・福野・利賀地域は(H21年2月11日~H21年3月31日生)は、10月15日(金)に予定しています。  
\*3歳6か月児健診の福光・城端・平・上平地域は(H19年3月1日~4月30日生)は10月21日(木)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 ※要予約です
	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			
心の健康相談(対応:臨床心理士)	全地域	15日(水)	13:30~16:00	福光保健センター	※要予約です

## 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	
39歳以下健診	平	15日(水)~30日(木) 月~金	診療時間内	平診療所	持ち物:受診券、健康手帳、個人負担金1,000円 ※要予約 ※受診券が届かない方や19~29歳の方で、健診を希望される方は、保健係(23-2027)までお申し込みください。
	上平	15日(水)~30日(木) 月・水・木・金		上平診療所	
	利賀	15日(水)~30日(木) 月・火・木・金		利賀診療所	
子宮がん検診 乳がん検診 骨粗しょう症検診 (集団) ※9月17日は骨粗しょう症 検診を実施しません。	井波	1日(水)	13:00~14:00	井波保健センター	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
	井口	15日(水)	13:00~14:00	井口保健センター	
	上平	17日(金)	13:00~14:00	ことぶき館	
	平	17日(金)	15:00~16:00	平保健センター	
	福光	22日(水)	13:00~14:00	福光保健センター	
	福野	23日(木)	8:30~9:30	南砺家庭・地域医療センター	
ヘリカルCT 肺がん検診	全域	3日(金)	13:00~15:00	井波保健センター	<対象者> 胸部レントゲン検診未受診の方で、節目年齢:50・55・60・65・70歳の方と節目外年齢:50~70歳のうち、喫煙指数600以上の方 ※要予約 予約者に個別通知します。
		6日(月)		福光保健センター	
		7日(火)		南砺家庭・地域医療センター	

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 ※要予約	平成23年 2月28日まで	南砺市指定医療機関	施設検診受診券 (保健係・保健センターで発行) 負担金 無料クーポン券(対象者)
	子宮がん(20歳以上の方)		年間可 診察時間帯	指定医療機関(県内婦人科)	
	乳がん(40歳以上の方)			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	6月14日(月) ~9月30日(木)	市指定 医療機関	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)
後期高齢者 健康診査	後期高齢者 医療保険 加入者 76歳以上 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)			

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 前立腺がん	国保加入者・がん検診を 受ける機会のない方	6月14日(月) ~9月30日(木)	市指定 医療機関	受診券、負担金
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			

※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。

項目	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)
人間ドック 検診	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 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	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。