



<b>1木</b>	◎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!～ ◎心の健康相談 14:30～16:00 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512)。
<b>2金</b>	
<b>3土</b>	◎畠山美由紀 naomi&goro コンサート 開場18:30、開演19:00～ 福野文化創造センター
<b>4日</b>	<b>第63回人権週間</b> 「みんなで築こう 人権の世紀」 12月4日(日)～10日(土)
<b>5月</b>	◎12月定例市議会(本会議(提案理由説明)) 10:00～ 福光庁舎 ◎行政・人権・心配ごと相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター
<b>6火</b>	◎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 ※要予約(☎③7715)。 ◎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)。 ◎人権・心配ごと相談 13:30～16:00 ことぶき館
<b>7水</b>	◎人権・心配ごと相談 13:30～16:00 ネットピア喜楽
<b>8木</b>	◎人権相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター ◎心配ごと相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」 ◎巡回生活・就労相談 13:30～16:30 城端庁舎
<b>9金</b>	◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター
<b>10土</b>	◎住宅相談 13:00～17:00 コミュニティプラザアスモ2F「ほっとステーション」 ◎住宅相談 13:30～17:00 ショッピング「ア・ミュウ」
<b>11日</b>	◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館 ◎結カフェの日 9:00～17:00 結ステーション(旧井波駅) ◎あすまたち高瀬収穫感謝祭 10:00～17:00 あすまたち高瀬
<b>12月</b>	◎12月定例市議会(本会議(代表・一般質問)) 10:00～ 福光庁舎 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター ◎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
<b>13火</b>	◎12月定例市議会(本会議(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 ※要予約(☎③7715)。 ◎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
<b>14水</b>	◎12月定例市議会(産業建設常任委員会) 10:00～ 福光庁舎
<b>15木</b>	◎12月定例市議会(民生病院常任委員会) 10:00～ 福光庁舎 ◎心の健康相談 13:30～16:00 福光保健センター ※要予約(☎②1767)。 ◎ひきこもり相談 13:30～(個別)、14:45～(家族) 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512)
<b>16金</b>	◎12月定例市議会(総務文教常任委員会) 10:00～ 福光庁舎 ◎にこにこ相談会(砺波地区教育相談) 13:30～16:30 福光保健センター ※要予約(☎②2012)。

<b>17土</b>	<b>年末の交通安全県民運動</b> ～ゆっくり走ろう 雪のふる里 北陸路～ 12月11日(日)～20日(火)
<b>18日</b>	
<b>19月</b>	
<b>20火</b>	◎12月定例市議会(全員協議会) 13:30～ 福光庁舎 ◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ ◎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 ※要予約(☎③7715)。 ◎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)。 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 ◎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」 ◎法律相談 13:30～15:30 井口社会福祉センター ※法律相談は要予約(☎④2941)。
<b>21水</b>	
<b>22木</b>	◎12月定例市議会(本会議(委員長報告、質疑・討論・採決)) 15:30～ 福光庁舎 ◎広報なんと1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 ◎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」
<b>23金</b>	<b>福野・井波・城端・福光の4庁舎は、 毎週火曜日午後7時まで開庁!</b> なお、12月中は6日、13日、20日、27日です。 お仕事帰り気軽にご利用ください!
<b>24土</b>	
<b>25日</b>	◎結カフェの日 9:00～17:00 結ステーション(旧井波駅)
<b>26月</b>	◎集合納税第7期納期限
<b>27火</b>	◎歳の大市 早朝～日没 銀行四つ角付近(福野地域) ◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院 ※要予約(☎③7715)。 ◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター
<b>28水</b>	◎官公庁執務納め
<b>29木</b>	
<b>30金</b>	
<b>31土</b>	◎IOX-AROSAカウントダウンイベント2011 22:00～

◎各庁舎・行政センター年末年始休業期間 12月29日(木)～1月3日(火)

<b>12月 図書館 休館日</b>	●印は休館日です
<b>上平・利賀・井口 図書サービスコーナー</b>	業務時間 平日8:30～17:15
<b>中央図書館(福光)</b>	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
<b>福野図書館</b>	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
<b>平図書館</b>	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
<b>井波図書館</b>	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
<b>城端図書館</b>	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



# 2011 健康12月 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23年8月1日生～14日生	6日(火)	13:00～13:30	南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	母子健康手帳 バスタオル・問診票
		平成23年8月15日生～31日生	14日(水)			
5か月児離乳食教室	全地域	平成23年6月1日生～13日生	9日(金)	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23年6月14日生～30日生		9:50～10:10		
8か月児離乳食教室	全地域	平成23年4月1日生～14日生	22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 らくらく離乳食ガイドブック
		平成23年4月15日生～30日生		9:50～10:10		
1歳6か月児健診	福光・城端 平・上平	平成22年4月12日生 ～平成22年6月3日生	13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 なんとすこやかファイル
3歳6か月児健診	福光・城端 平・上平	平成20年6月1日生 ～平成20年7月13日生	7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か月児 3歳児フッ化物塗布	城端・福光	2歳児(H21年11月生)	21日(水)	13:00～13:30	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
		2歳6か月児(H21年5月生)				
		3歳児(H20年11月生)				
	福野・井波 井口	2歳児(H21年11月生)	22日(木)	13:00～13:30	南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	
2歳6か月児(H21年5月生)						
乳幼児発育相談	全地域	乳幼児	5日(月) 16日(金)	9:30～11:00	福光保健センター	母子健康手帳 *要予約です。

\*井波・井口・利賀・福野地域の平成20年6月7日～8月12日生の方の3歳6か月児健診は、平成24年1月11日(水)に実施します。  
\*井波・井口・利賀・福野地域の平成22年6月1日～7月14日生の方の1歳6か月児健診は、平成24年1月17日(火)に実施します。

## 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
	井波	水		井波保健センター	
	福野	金		南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	
	福光	火・木		福光保健センター	
	平	金		平保健センター	
	井口			井口行政センター	
心の健康相談(対応:精神保健福祉士)	全地域	15日(木)	13:30～16:00	上平行政センター	*要予約です
				利賀行政センター	
				福光保健センター	

## 高齢者インフルエンザ予防接種

インフルエンザ予防のために

対象者(年度内に達する年齢)	実施期限	会場	持ち物
市内に住所のある方で ①65歳以上の方 ②60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器に重い障害のある方	平成23年11月1日(火)～ 12月28日(水)まで	市内医療機関 (接種案内ハガキを参照) ※②に該当する方の接種券の発行は、福光保健センターへご相談ください。	接種券(ハガキ) 負担金1,000円 健康手帳(お持ちの方)

## 各種検診

早期発見が決め手です。

がん検診(胃・子宮・乳房)、骨粗しょう症検診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。

○集団検診 ※年齢は年度内に達する年齢です ※いずれの会場でも受診できます

項目	対象地域	実施日	受付時間	会場	持ち物
子宮がん・乳がん 骨粗しょう症検診 (女性)	福野	19日(月)	13:00～14:00	南砺家庭・地域医療センター 検診会場(旧福野病院)	子宮がん対象者:20歳以上 乳がん対象者:40歳以上 骨粗しょう症対象者:40・45・ 50・55・60歳の女性のみ
		☆ 4日(日)	8:30～ 9:30		
	※骨粗しょう症検診は ☆印の日のみ ※要予約	福光	14日(水)	13:00～14:00	福光保健センター

○個別検診(医療機関にて検診)

項目	対象者	受付時間	会場	持ち物
がん検診	胃がん (40歳以上の方)	H24年2月29日まで 診療時間帯	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 子宮・乳がん検診クー ポン券(該当者)
	子宮がん (20歳以上の方)	通年 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)	H24年3月30日まで 診療時間帯	南砺市民病院 公立南砺中央病院	

## できるだけ早くヒブワクチンおよび小児用肺炎球菌ワクチンを接種しましょう!

任意  
接種

この予防接種は、任意予防接種です。接種を希望される方へ接種費用の助成を行っています。実施については、下記のとおりです。

★ヒブワクチン…… ヒブ(インフルエンザ菌b型)による髄膜炎などの感染症を予防するワクチン

★肺炎球菌ワクチン… 肺炎球菌による髄膜炎、菌血症、肺炎などの感染症を予防するワクチン

■対象者 南砺市内に住所を有する生後2か月から4歳のお子様

■助成期間 平成23年1月4日～平成24年3月31日までの接種

■助成額 全額公費負担(自己負担なし)

■申請手続  
《平成21年12月以前にお生まれのお子様》  
福光保健センターへ母子健康手帳を持参の上、申請手続きにお越しください。  
予診票(接種券)を発行いたします。  
《平成22年1月以降にお生まれのお子様》  
随時、個別通知(郵送)をしています。

■標準的な接種回数

\*接種開始年齢により接種回数は異なります。

接種回数	接種開始年齢				
	生後2～6か月	生後7～11か月	生後1歳	生後2～4歳	
ヒブワクチン	4回	3回	1回	1回	
肺炎球菌ワクチン	4回	3回	2回	1回	

■お問合せ先 福光保健センター (Tel.52-1767) 平保健センター (Tel.66-8026)

■接種場所 指定医療機関【要予約】 但し★は予約不要

○南砺市

松田外科医 ★	山見内科医院	南砺家庭・地域医療センター
城端理休クリニック ★	花の杜石坂内科醫院	石黒医院
平診療所	南砺市民病院	金子医院 ★
上平診療所	伊東医院	佐伯医院 ★
利賀診療所	くぼクリニック	中田内科医院 ★
鷹西医院	山之内医院	公立南砺中央病院

○上記以外の医療機関  
長期の治療や入院などのため、富山県内の主治医のもとで接種できるように広域化を図っております。

■持参するもの 予診票(接種券)、母子健康手帳、健康保険証