

なんと

広報

No.39 平成20年1月25日発行

2008.2

花火で祝う新年

IOX-AROSAスキー場の「カウントダウンイベント2008」。
新年の幕開けとともに、1200発の花火が夜空を彩りました。

新成人の門出を祝す 2

CONTENTS =====

- 4月から特定健診・特定保健指導が始まります 4
- 市の広報媒体に広告を掲載しませんか! 6
- 確定申告が始まります! 7
- なんとトピックス 10
連合婦人会、市政について市長と語る
- なんとこのひろば 12
良い年を願う巨大絵馬奉納
- なんとインフォメーション 22
灯油代を支援します
確定申告前に国民健康保険高額療養費申請を!
- 国民年金 27
「ねんきん特別便」をお送りしています
- 市民健康カレンダー・市民カレンダー



自然、文化、交流が織りなす創造とやすらぎの南砺市

南砺市ホームページ <http://www.city.nanto.toyama.jp>
メールアドレス info@city.nanto.lg.jp

QRコード



なんと みらい ちゃん
(節分バージョン)

新成人の門出を祝す

1月13日、市内8地域で成人式が行われ、691名の若者が大人の世界へ足を踏み入れました。

最も多い199名が出席した福光地域では、山本収入役が、「一人ひとりが社会に参画する意識をしっかりと持つてください」と、市長のメッセージを代読。代表の山本佑香さんが、「何事にも責任を持ち、成人としての自覚を持ちます」と、謝辞を述べました。

続いて、成人代表が企画した「はたちのつどい」が開催され、吉江中学校、福光中学校の順に中学時代の思い出がスライドで上映されました。また、それぞれの代表者が近況や将来の夢を発表。しっかりと将来を見据えた意識の高さに、会場から大きな拍手が送られていました。



平成20年南砺市成人者数
(S62.4.2～63.4.1生まれ)

地 域	男 性	女 性	計
城 端	37	59	96
平	10	11	21
上 平	12	1	13
利 賀	7	7	14
井 波	47	61	108
井 口	7	10	17
福 野	86	86	172
福 光	106	144	250
合 計	312	379	691



成人代表発表



謝辞を述べる山本佑香さん

新成人代表に聞く!

各地域の代表者の方に、3つの質問に答えていただきました。

Q1 今一番興味のあることは? Q2 将来の夢は? Q3 南砺市に期待することは?

A3

A2

A1

医療について学んでいると、介護や福祉サービスの重要性に気づかれます。子どもから高齢者まで、全ての方が安心して暮らせるまちづくりを期待します。

スノーボードです。昨年はできなかったので、今年こそ挑戦したいと思っています。
作業療法士になり、地域の医療に貢献することです。



井波地域

たけだ 竹田 はるかさん(学生)

A3

A2

A1

今学んでいる知識を生かしているような機械の設計に携わることです。
いつまでも住みやすい自然豊かな南砺市であることを期待します。
そして、社会人として、南砺市の発展に微力ながら貢献したいと思っています。

陸上競技の槍投げです。今春に自分の力を発揮できるよう、日々の練習に力を入れています。



城端地域

ほりたあきお 堀田 顕生さん(学生)

A3

A2

A1

他の大きなまちを目指すのもいいのですが、「南砺市にしかないこと」「南砺市だからできること」をもっと大切にしたいです。今ある自然や物を忘れないでください。

体にいい食材を探すことです。
人の成長を共に喜べる仕事に就きたいです。



井口地域

まつもとあや 松本 彩さん(学生)

A3

A2

A1

各地域にある良い文化や伝統を生かしながら、南砺市全体がより活性化し、発展していくことを願っています。また、若者の雇用確保にも力を入れ、訪れる人にも住む人にとっても良い市になればいいと思います。

大学のゼミで学んでいる「過疎化地域における福祉のあり方」です。
社会福祉士など、高齢者福祉に関する仕事に就きたいです。



平地域

はちろあきよ 鉢呂 晃代さん(学生)

A3

A2

A1

少子高齢化が進む中、若者と老人がふれあい、笑顔の絶えない南砺市を期待します。そして、南砺市だけでなく、他の市町村にもその輪が広がっていけばいいですね。

いろいろな所を巡り、様々な体験をすることです。
会社で頼られる人材になることです。



福野地域

ながもりまこと 長森 真さん(学生)

A3

A2

A1

買い物をしたり、遊んだりするところがたくさんで、生活しやすいと思います。また、交通の便を良くするなど、地域間格差がなくなればいいと思います。

電気関係に興味があり、大学で電気電子工学を学んでいます。その中でも半導体工学に興味を持っています。
大学で学んだことを生かし、最先端分野の研究に取り組みたいです。



上平地域

ふじいようすけ 藤井 洋輔さん(学生)

A3

A2

A1

若い人が集まって、気軽に話ができるような場所(喫茶店など)が増えてほしいです。賑わっている場所があれば、もっと人が集まると思います。

いろいろなお店のラーメンを食べることです。
お嫁さんになることです(笑)。



福光地域

かとうなな 加藤 奈菜さん(会社員)

A3

A2

A1

近年、医療問題が世間を騒がせています。将来医療に携わる者として、市民のみなさんが、安心して充実した最先端の治療が受けられる医療の場ができることを期待します。

地球温暖化の問題です。
看護師になることです。



利賀地域

かさらはあかね 笠原 茜さん(学生)

4月
から

特定健診・

特定保健指導が

始まります

特定健康診査・
特定保健指導ってなあに？
今までの健診とどう違うの？

これまでの健康診査は、病気の早期発見・治療を目的としていましたが、特定健康診査は、メタボリックシンドローム該当者、またはその予備群の発見を目的としています。そして、該当した方に対し、特定保健指導（生活習慣改善のための支援）を行い、平成24年度までに、メタボリックシンドロームの該当者及びその予備群を25%減少させることを目標としています。

ご存知ですか？

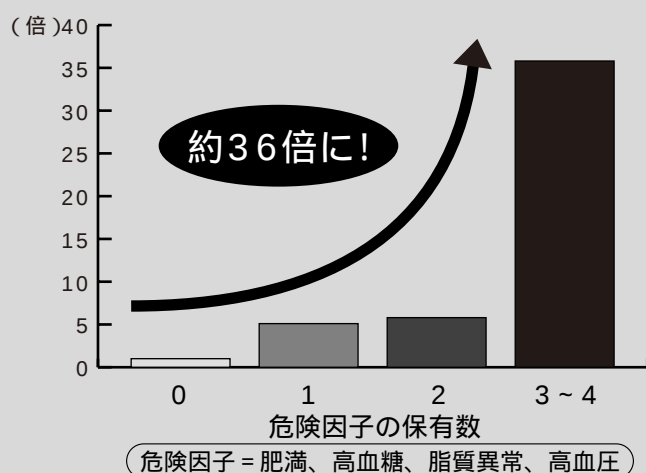
南砺市では、40～74歳の男性の2人に1人、女性の4.5人に1人がメタボリックシンドローム該当者かその予備群です（平成18年度基本健康診査結果より）。

なぜ
メタボリックシンドローム
に注目しているの？

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満により、高血糖・脂質異常（高脂血症）・高血圧が引き起こされ、その状態を複数合わせ持つことで、動脈硬化が急速に進行する状態です。この状態を放置すると、心疾患（心筋梗塞、狭心症）や脳血管疾患（脳出血、脳梗塞）など、命にかかわる病気を引き起こしやすくなります。しかし、メタボリックシンドロームを特定健診で早期に発見し、食事や運動などの改善で内臓脂肪型肥満を解消すれば、生活習慣病（糖尿病、心疾患など）の発症を予防できるからです。



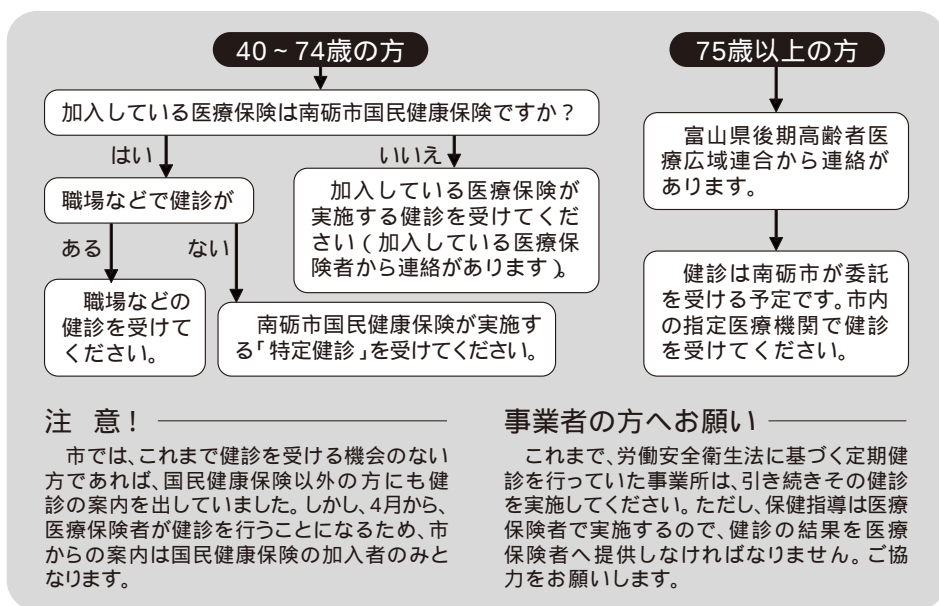
< 心疾患の発症危険度 >



厚生労働省資料をもとに作成



< 健診の案内方法が変わります >



**特定健診の対象は？
どこから案内が届くの？**

医療保険に加入している40～74歳の全ての方が対象です。被保険者だけでなく、被扶養者も含まれます。対象者には、医療保険者（国民健康保険、健康保険組合、政府管掌健康保険、共済組合など）または勤め先から健診の案内が届きます。

**特定保健指導の対象者は
どうやって見つけるの？
どんなことをするの？**

特定健診の結果から、腹囲・体格を基準とし、それに「高血糖」「脂質異常」「高血圧」「喫煙歴」の追加リスクの重なり具合によって3段階に分けます。

基 準

腹囲 男性85cm以上、女性90cm以上
または
体格 BMI（体格指数）25以上

追加リスク

高血糖 空腹時血糖100mg/dl以上 または HbA1Cの場合5.2%以上
脂質異常 中性脂肪150mg/dl以上 または HDLコレステロール40mg/dl未満
高血圧 最高血圧130mmHg以上 または 最低血圧85mmHg以上
喫煙歴 あり
糖尿病、高血圧、脂質異常で治療中の方は除く。

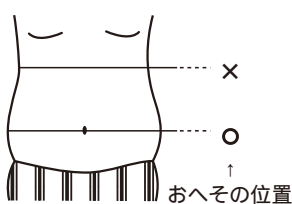
● リスクの重なりが少ない方……… 非該当
情報提供：健診結果の見方や健康づくりの方法など、健康に関する情報を提供します。

● リスクの重なりが多い方………
メタボリックシンドローム予備群
動機づけ支援：「保健指導利用券」が送付され、医師・保健師・管理栄養士による1人20分以上の個別面接、または、1グループ80分以上の教室参加で生活習慣の改善を目指します。

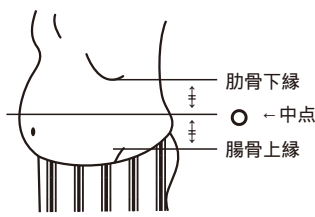
家庭でも腹囲を測ってみましょう！

正しい測定部位 — おへその位置で水平に

お腹が前に突出し、おへその位置が下垂している場合



体幹の最も細い部分ではなく、おへその位置で測定



肋骨下縁と腸骨上縁の中点を通る横断面で測定

積極的に指導を受けてください

特定保健指導の対象となった方は、積極的に指導を受け、生活習慣の改善を図りましょう。生活習慣病を予防・解消することは、医療費の削減につながります。総医療費が減れば、最終的にみなさんの保険料も安くなります。

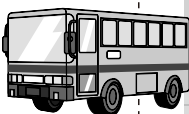
● リスクの重なりが多い方………
メタボリックシンドローム該当者
積極的支援：「保健指導利用券」が送付され、動機づけ支援に加え、3か月以上の継続的な支援を行い、生活習慣の改善を目指します。

問い合わせ
民生部 健康課 保健係（井波庁舎）
☎23 2011

市営バスにも広告募集中

車外広告を掲載していただける事業者を随時募集しています。詳しくは下記までお問い合わせください。

- 市営バス概要 21路線、運行車両12台
(土・日・祝日、年末年始は運休)
- 掲載位置 車両の両側面
- サイズ 縦90cm×横300cm
縦70cm×横200cm
- 掲載料 月額3,000円/1台
月額2,000円/1台



広告は事業者側でご用意ください。また、継続して申し込まれる場合、割引もあります。

申込及び問い合わせ

民生部 住民環境課 生活安全係(井波庁舎) ☎② 2008

公演情報ガイドJointo

(発行部数25,000部/号)

掲載位置 裏表紙下段4枠

サイズ 縦46mm×横68mm

掲載料 各号10,000円/1枠

掲載開始 5・6月号(4月25日発行)

発行は年6回偶数月。市内全世帯に配布のほか、県内プレイガイド、公共施設にも配置します。

3回以上の連続掲載の場合、掲載料を割引きます。

申込及び問い合わせ

教育委員会 生涯学習課 施設管理係(井波庁舎) ☎③ 2013

市観光ホームページ

(アクセス数約2,200件/月)

<http://www.city.nanto.toyama.jp/webapps/www/kanko/index.jsp>

掲載位置 トップページ下段6枠

サイズ 縦50ピクセル×横160ピクセル

掲載料 月額10,000円/1枠

掲載開始 5月1日(木)

3か月以上連続して掲載を希望し、一括して掲載料を納付する場合、掲載月数に応じて掲載料を割引きます。

申込及び問い合わせ

総務部 情報政策課 広報係
(福野庁舎) ☎③ 2032

市の広報媒体に 広告を掲載 しませんか!

応募期限
3月17日(月)

市では、新たな財源を確保し、市民サービスの向上と地域経済の活性化を図るため、平成20年度も市の広報媒体に広告を掲載していただける事業者を募集します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。なお、掲載枠以上の申し込みがあった場合は、抽選とします。

広報なんと

(発行部数20,250部/月)

掲載位置 「なんとインフォメーション」最終ページと「市民の窓」ページの最下段計4枠

サイズ 縦53mm×横93mm

掲載料 月額20,000円/1枠

掲載開始 5月号(No.42、4月25日発行)

市ホームページ

(アクセス数約52,000件/月)

<http://www.city.nanto.toyama.jp>

掲載位置 トップページ右側6枠

サイズ 縦50ピクセル×横160ピクセル

掲載料 月額12,000円/1枠

掲載開始 5月1日(木)

第4回南砺市社会教育推進大会

日時 2月17日(日) 午後1時30分～

会場 じょうはな座

(城端庁舎隣) ☎② 5050

【内容】

- ・平成19年度南砺市教育委員会表彰式
- ・実践発表 北野公民館「地域で育てる子どもたち」
- ・記念講演 演題：「君の人生は輝いているか」
講師：ジェームス三木氏(脚本家)

問い合わせ

市教育委員会 生涯学習課
生涯学習係(井波庁舎)
☎③ 2013

無料保育室を用意します。利用希望の方は、2月14日(木)までに生涯学習課へ申し込んでください。

入場無料
申込不要



確定申告が始まります!

所得税・住民税(市・県民税)の確定申告の相談及び受付期間は、2月18日(月)～3月17日(月)です。

市では、市内8か所で、次ページの日程表により申告相談を受け付けます。

税務署や市から送付された申告書
営業・農業・不動産所得のある方は、集計済の収支内訳書
給与の源泉徴収票
公的年金の源泉徴収票
生命保険料や地震保険料の控除証明書
国民年金保険料等控除証明書、社会保険関係領収書
(健康保険等の支払額のわかるもの)
印鑑(新規で振替納税を希望の場合は金融機関届出印)
その他関係書類等

相談会場に持ってくるもの

事業(営業、大工、左官、農業、内職等)をしている方
不動産収入(地代、家賃等収入)のある方
2か所以上から給与(年金)をもらっている方
給与の年収が2千万円を超える方
生命保険などの満期返戻金や解約金が一定以上ある方

確定申告が必要な方

さらに簡単で使いやすい!
ネットでも申告・控除
e-Tax
国税電子申告・控除システム

1 HPからカンタン申告
即納システムで、申告書の作成・提出が簡単です。

2 最高5,000円の税額控除
ふるさと納税や、地震保険料の控除など、最大5,000円の税額控除が受けられます。

3 添付書類が提出不要
国民年金保険料等控除証明書、社会保険関係領収書、健康保険等の支払額のわかるもの、印鑑(新規で振替納税を希望の場合は金融機関届出印)を提出する必要はありません。

4 還付金がスピーディー
1月1日以前に提出された申告書は、早くも還付金が戻ります。

確定申告
ネットですぐらくらく! はじめよう。[確定申告] www.nta.go.jp

【ご注意】
所得税の確定申告をされた方は、住民税(市県民税)の申告は必要ありません。
農業所得の申告は、収支計算による自主申告となっています。
申告書は早めに提出してください。郵送でも提出できます。
自書申告書は、各申告相談会場でも受け付けます。
問い合わせ
砺波税務署 電話 1073
総務部 税務課 市民係 電話 2005
(福野庁舎)

次の方の申告は税務署で
譲渡所得がある方
昨年、マイホームをローンで取得した方で還付申告を受けたい方
税務署から申告書が送付された営業・農業・不動産所得のある方等

所得税が戻る場合の
還付申告について
給与等所得者かつ所得税を源泉徴収されている方で、次のような方は確定申告をすると所得税が戻る場合があります。
● 多額の医療費を支払った方
● 年の途中で退職し、年末調整を受けていない方
● マイホームをローンで取得した方
● 年末調整で、扶養控除や社会保険料控除を受けていない方
● 既存住宅の耐震改修をした方等
本人名義の振込口座がわかるものを持参してください。

平成19年分所得税の主な改正点

税源移譲による所得税の税率変更
4段階の税率が6段階に細分化されました。

課税標準額	現行	改正後
～ 195万円	10%	5%
195万円～ 330万円		10%
330万円～ 695万円	20%	20%
695万円～ 900万円		23%
900万円～ 1,800万円	30%	33%
1,800万円～	37%	40%

定率減税の廃止

税額の10%相当額の減額(12万5千円を限度)がなくなりました。

地震保険料控除の創設

損害保険料控除が廃止され、地震保険料控除が創設されました。

短期保険料は、控除の対象から外れます。

旧長期保険料は、平成18年12月31日までに締結したものに限り、控除の対象になる特例措置があります。

減価償却制度変更

昨年4月1日以降に取得した減価償却資産について、償却可能限度額及び残存価額が廃止されました。

住民税申告相談日程表

受付時間

午前9時～正午、午後1時～4時

申告会場		福野庁舎 2階講堂	福光庁舎別館 3階ホール	井波総合文化センター 1階エイトホール	城端庁舎 2階和室	井口行政センター 1階相談室	平保健センター 1階保健指導室	上平行政センター 1階会議室	利賀行政センター 1階相談室
月 日	曜日	福野地域 行政区	福光地域 行政区	井波地域 行政区	城端地域 行政区	井口地域 行政区	平地域 行政区	上平地域 行政区	利賀地域 行政区
2月28日	木	松原 年代 百町	土生新 殿	院 瀬 見 1 区 ～ 4 区 東城寺 清玄寺 連代寺 志観寺	上見 上原 西原 南原 京塚 塔尾	井口地域 全地区	平地域 全地区	成出、楮 真木、東赤尾 新屋、田下 菅沼、上平細島 小原、皆葎 葎島	利賀地域 全地区
2月29日	金	苗島、焼野 福野軸屋 野新	大西 土生 竹林	谷、戸板 里領、川原崎 沖、南山見新	千福 野口 国広	井口地域 全地区	平地域 全地区	猪谷、小瀬 漆谷、下島 西赤尾町	利賀地域 全地区
3月 3日	月	三清西 森清、安清 江田、雨潜 野原	山田、赤坂 出村、縄蔵 天池、吉江野 大塚、梅野	坪野東部 坪野西部 坪野中部 山斐	野田	井口地域 全地区	平地域 全地区	上平地域 全地区	利賀地域 全地区
3月 4日	火	広安 寺家	田中、一日市 下野、小林 高宮		金戸	井口地域 全地区	平地域 全地区	上平地域 全地区	利賀地域 全地区
3月 5日	水	石田 八塚	荒木	岩屋東部 岩屋西部 飛騨屋 野能原	盛新 中尾 打尾	井口地域 全地区	平地域 全地区	上平地域 全地区	利賀地域 全地区
3月 6日	木	田屋 院林	荒木町 角田町、角田 吉江中、遊部	井波軸屋 安室、清水明 高屋、専勝寺	大谷島 大鋸屋	井口地域 全地区	平地域 全地区	上平地域 全地区	利賀地域 全地区
3月 7日	金	布袋、森 三ツ屋、桐木 前田	宗守、鍛冶 徳成、利波河 東殿、高畠 神成、久戸	神子畑 勸学院	瀬戸 林道	井口地域 全地区	平地域 全地区	上平地域 全地区	利賀地域 全地区
3月10日	月	晩田、梅ヶ島 新邸	在房 梅原	大宮司 愛農	理休	井口地域 全地区	平地域 全地区	上平地域 全地区	利賀地域 全地区
3月11日	火	下吉江 田尻	太美山地区		北野	井口地域 全地区	平地域 全地区	上平地域 全地区	利賀地域 全地区
3月12日	水	上川崎、安居 七村滝寺	南蟹谷地区	信農 三清東	吉松 長楽寺	井口地域 全地区	平地域 全地区	上平地域 全地区	利賀地域 全地区
3月13日	木	市内全地区	市内全地区	市内全地区	泉沢 次郎丸	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区
3月14日	金	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区
3月17日	月	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区	市内全地区

土日は実施しませんのでご注意ください。

申告相談は、どの日程・会場でもできますが、混雑を防ぐため、指定された日をお願いします。

2月12日(火)～15日(金)は、給与・年金所得者の還付申告者の申告を受け付けます。

自宅での「e-Tax」利用が困難な方のために、「e-Tax コーナー」を設置します。ただし、事前に住基カードの取得と公的個人認証の手続きが必要です。

設置期間 2月18日(月)～3月17日(月)午前9時～午後4時(土日を除く)

設置場所 福野庁舎(税務課) 城端・井波・福光の各行政センター



平成19年分 確定申告及び

申告会場		福野庁舎 2階講堂	福光庁舎別館 3階ホール	井波総合文化センター 1階エイトホール	城端庁舎 2階和室	井口行政センター 1階相談室	平保健センター 1階保健指導室	上平行政センター 1階会議室	利賀行政センター 1階相談室
月 日	曜日	福野地域 行政区	福光地域 行政区	井波地域 行政区	城端地域 行政区	井口地域 行政区	平地地域 行政区	上平地地域 行政区	利賀地域 行政区
2月12日	火	中部地区 北部地区	福光地区		城端地区				
2月13日	水	東部地区 高瀬地区	石黒地区 広瀬地区 広瀬館地区 西太美地区		南山田地区				
2月14日	木	南部地区	東太美地区 北山田地区 山田地区		大鍋屋地区 養谷地区				
2月15日	金	西部地区 安居地区	吉江地区 太美山地区 南蟹谷地区		北野地区				
2月18日	月	御蔵町 上浦町 下浦町 四区町 松原本町	東町 観音町 中央通り 寺町 旭町	八日町 上新町 中新町 下新町 1区・2区	出丸、東下 西下 西新田 西上 東上	井口 上広安 池尻	平地地域 全地区	上平地地域 全地区	利賀地域 全地区
2月19日	火	辰巳町 東横町 中横町 西横町 福野二日町	西町 神田町 荒町		大工町 東新田 新町 末広町 川島	宮後 久保 川上中	平地地域 全地区	上平地地域 全地区	利賀地域 全地区
2月20日	水	上町、七ツ屋 南町 駅前通り 西新町 東新町	栄町 中荒町 五宝町 本町 宮脇町		南町 野下 大宮野	池田 蛇喰 大野	平地地域 全地区	上平地地域 全地区	利賀地域 全地区
2月21日	木	野尻古村 野尻川原	天神町 味噌屋町 川原町 東新町 福光新町	今町 3区・4区 栄町 末広町	養谷	井口地域 全地区	平地地域 全地区	上平地地域 全地区	上利賀地区
2月22日	金	本江 若竹町 上津、岩武新	川西、法林寺 中ノ江、八幡 和泉、松木	木崎野町 北新町 東町、北川	細野 西明 東西原	井口地域 全地区	平地地域 全地区	上平地地域 全地区	利賀中央地区 口山地区 百瀬地区
2月25日	月	柴田屋	岩木・岩安 広瀬館地区	六日町、松島 藤橋、三日町 畑方 山見町並 五領島 京願町	信末	井口地域 全地区	祖山、杉尾 渡原、大崩島 寿川、入谷 東中江、下出 高草嶺、夏焼	上平地地域 全地区	利賀地域 全地区
2月26日	火	二日町 高儀 長源寺 川除新	広瀬地区		是安 栄町	井口地域 全地区	上松尾、梨谷 小来栖、来栖 相倉、上梨 田向	上平地地域 全地区	利賀地域 全地区
2月27日	水	高堀 上野 野尻野	西太美地区		大窪 細木	井口地域 全地区	中畑、見座 大島、筆渡 下梨	上平地地域 全地区	利賀地域 全地区

連合婦人会、 市政について市長と語る

1/14
(祝)

んなで少しずつ我慢し、良い市に
していきたい」と述べました。

福野体育館 研修室」で、南砺市
連合婦人会主催の「市長と語る会」
が開催されました。会員約50名と、
溝口市長、梧桐教育長らが出席。大
塚千代会長のあいさつの後、「医療・
保健・福祉」「教育」「環境」など、6
項目について溝口市長に質問・要
望がなされました。市長は、全体を
通して合併の必要性、現在進めて
いる平準化の重要性を説明し、み

【主な質問・要望】

- ◎ 公立南砺中央病院の現況及び利用増への方策は？
- ◎ 開院時190床でスタートしたが、現在の病床数は120床。外来患者数も約380人から330人に減少している。施設を100%生かすには、医師・看護師の増員が不可欠と考えている。開設してほしい。
- ◎ 乳幼児健診を、五箇山地域で1か所開設してほしい。
- ◎ 小児科医が少なく、また、整形外科医や歯科医が連携して行わなければならないため、往復の時間なども考えると実施は難しい。
- ◎ 小・中学校の統廃合の状況は？
- ◎ 平・上平地域で協議していただき、平地域に中学校、上平地域に小学校を建設することでもとまったら、福光西部小学校については、福光中部小学校との統合を提案している。また、平成20年度から福野小学校の耐震補強工事を実施する。合併特例債を利用し、計画的に改築・補強工事を実施する予定。
- ◎ 温室効果ガスの削減について、市ではどのように取り組んでいるのか？
- ◎ 月1回のノーマイカーデー・ノー残業デーの実施、昼休み中の消灯、冷暖房の温度設定見直し、庁用車に廃油を利用したバイオディーゼルの導入などを行っている。

都市計画道路砺波福光線 (松原～高儀間)竣工

12/20
(木)

平成14年度から、総事業費約17億5,000万円をかけて整備を進めてきた都市計画道路砺波福光線(松原～高儀間)の工事が完了し、溝口市長、水木議長、平田益美砺波土木センター所長ら関係者約100名が出席して竣工式が行われました。

果が、幅員狭小で歩道もなく、交通混雑が著しかった松原～高儀間670mを、交通・生活環境の改善、砺波インターチェンジへのアクセスの向上を目指し整備したものです。6mの幅員を16mに広げ、停車帯のほか両側に幅3.5mの自転車歩行者道を設置するなど、交通弱者にも十分な配慮がされています。

式では、溝口市長が、今回の整備を機に、さらなる都市計画道路整備を進めていきます」と式辞を述べ、福野第一保育園、福野北部保育園の年長児42名が、くす玉を割って竣工を祝いました。



市では、砺波福光線の寺家～遊部間、都市計画道路福野城端線の田中～吉江中間についても、早期完成を目指して整備を要望していきます。



対話の後、石井知事は、「医療・福祉・介護は、県民にとって最も大切な分野です。みなさんが安心して暮らせるよう精一杯努力していきます」と述べ、記念撮影を行いました。

この対話の様子は、後日ケーブルテレビ5chで放送される予定です（日時未定）。

毎回テーマを設定し、石井知事が県民と直接会話を交わす「知事のふれあい対話」。今回、地域包括医療ケアに先進的な取り組みをしていることから、南砺市民病院が会場に選ばれました。

南眞司院長が病院の概要や院内の設備を説明した後、デイケアセンターで、患者及び病院職員、介護福祉支援センター職員らと、在宅介護の現状や課題、介護する家族の不安、医師・看護師の不足などについて、活発に意見を交わしました。

「医療・福祉」をテーマに 知事との語らい

1/15
(火)

青山ヨセさん100歳

おめでとーございます

12/27
(木)

特別養護老人ホームいなみに入所している青山ヨセさん（福光）が数え100歳を迎えられ、「百寿のお祝い会」が開催されました。

溝口市長から、お祝い状や花束、記念の聖徳太子二歳像を贈られたヨセさん。手を合わせながら「ありがとうございます」とお礼を述べられました。

ヨセさんは、明治42年1月1日生まれで、新潟県の出身です。若い頃は紡績工場に勤務し、結婚後は7人の子宝に恵まれました。現在も、食べ物の好き嫌いをせず、いたって元気に過ごされています。



表彰者のみなさん

平和祈念事業推進総務大臣表彰

山田 秀三

（全国強制抑留者協会富山県支部長・井波）
抑留犠牲者の慰霊碑建立などに尽力

とやまストップ温暖化アクト賞（知事賞）

相倉合掌造り集落保存顕彰会（会長 図書健裕）

菅沼合掌造り集落保存顕彰会（会長 北博通）

温室効果ガス削減のため、建物の白熱電球をCO₂排出量の少ない電球形蛍光灯に交換



ご寄附感謝します

社会福祉費へ

農業祭の収益金

5万円



JAとなみ野農協女性部（中西美代部長）のみなさんが、「南砺市の社会福祉にお役立てください」と、溝口市長に目録を手渡しました。

井波赤十字奉仕団

（委員長 中村美恵子）

2万円

我妻眞美さん（井波）

3万円

俵 清志さん（城端）

10万円

境 圭信さん（井波）

5万円

広報費へ

指田豊枝さん（東京都）

1万円

あすまだち高瀬へ

藤井克己さん（井波）

木工芸作品式

福野西部保育園へ

父母の会（会長 宮本紀子）

遊具用システムキッチン、

遊具用冷蔵庫

良い年を願い 巨大絵馬奉納

12/28金

毎年多くの初詣客で賑わう越中一宮高瀬神社。世間が良い方向に向かうことを祈り、高さ104cm、横179cmもある巨大な絵馬が奉納されました。

にこやかな大黒様と干支の「子^{ねずみ}」が描かれた絵馬は、見る人にほのぼのとした雰囲気を感じさせます。「なんとみらいちゃん」の作者としてお馴染みの森みち子さん(井波)が描きました。

「短時間で仕上げましたが、とても楽しく描かせていただきました。見る人に必ず幸せをもたらすはずです(笑)」と語った森さん。神社の新たなマスコット誕生に、神主や巫女さん也大喜びでした。



木彫りの看板に 園児大喜び!

12/17月

井波第二保育園の玄関に、縦約50cm、横約170cmもある大きな木彫り看板が設置されました。

看板を制作・設置したのは、井波木彫刻工芸高等職業訓練校の小野貴登司さん(岡山県出身)、長谷川創一さん(立山町出身)、三田村貞秀さん(東京都出身)の3名。4年生が、公共施設の看板などを共同制作する取り組みの一環として行ったもので、園児たちが希望した龍やカメ、犬、リスなどが彫られています。

園児たちは、早速看板の前で記念写真を撮り、新しいシンボルを喜んでいました。



節分を前に 鬼のお面作り

1/17木

喜志麻保育園の子育て支援センター「びよびよ広場」で、節分の豆まきに使う鬼のお面作りが行われました。

この日の午前中は、高輪志穂ちゃん(2歳11か月)、内田理偉ちゃん(1歳4か月)、片山智尋ちゃん(2歳5か月)の3名が挑戦。色紙に目や口をつけ、輪切りにしたペットボトルの内側に貼り付けた後、最後にツノをつけて完成。とても可愛らしい鬼の誕生に、「楽しいね」と笑い合っていました。

びよびよ広場では、今回のお面作りのほかにも楽しい企画がたくさん用意されており、お子さんだけでなく、保護者同士の交流も深まります。保育園にあがる前のお子さんと一緒に、是非遊びにいきましょう!

無料で利用できます。利用時間、問い合わせ等は、P21「あなたの子育て応援します!」をご覧ください。

好天に恵まれ 12/27(木) 「大市」賑わう

福野地域の通称“銀行四つ角”付近を歩行者天国にして開催される「歳の大市」。平成19年最後の好天に恵まれたこの日、会場には穏やかな陽射しが降り注ぎ、大市名物の“臼と杵”を品定めする方や、正月の縁起物を買求める方で賑わいました。

福野東部保育園の園児たちも会場を訪れ、竹細工を販売する「竹水仙」さんを見学しました。店先に並んだ可愛い園児に店主も大喜び。その場で竹製の水仙を作って園児たちにプレゼント。園児たちは拍手で喜んでいました。



これぞ合併効果、 教を請うて 12/28(金) “そば”作り

“そば”を新たな特産品に加えようと、利賀地域の方に教を請い、平成18年から作付けに取り組んでいる井口地域有志のみなさん。約3,700㎡の畑で収穫したそば粉を使い、井口社会福祉センターで年越しそばを打ちました。

利賀そば研究会谷中正樹二段の指導の下、初めてのそば打ちに挑戦したみなさん。慣れない手つきで四苦八苦のようでしたが、どうにか打ち終わると笑顔を弾けさせていました。

参加者のみなさんは、今後「井口そばの会」を発足させ、特産品として「いのくち椿まつり(3/22・3/23開催)」での販売を予定しています。



今月の表紙

12/31(月)・1/1(祝)



新年の幕開けを花火で祝うIOX-AROSAスキー場の「カウントダウンイベント」。平成20年の始まりとともに、集まった約3,200人の家族連れ、カップルの頭上で、1,200発の花火が炸裂しました。

夜空に映える大輪の光の花は、まさに「美しい」の一言。「福光送熱太鼓巴組」のみなさんによる和太鼓演奏もあわせて行われ、来場者は寒さも忘れ、10分間の光と音のショーに酔いしれていました。

なんとQ&A ピックアップ⑩

Q 市営バスの定期券・回数券・一日券はどこで購入できますか？

A 定期券・回数券・一日券は、各行政センターで販売しています。また、回数券と一日券は、市営バスの車内でも販売しています。回数券は13枚つづりで2,000円（小学生、障害者の方などは半額）、一日券は1日乗り放題で400円（小学生、障害者の方などは半額）です。是非ご利用ください。

問い合わせ 住民環境課 生活安全係 ☎③ 2008

Q 健康増進法により、集会などで多数の方が利用する地区公民館は、受動喫煙の防止措置が必要なはずですが、市内31の地区公民館全てを禁煙にできないのでしょうか？

A 禁煙または分煙については、各公民館の自主判断にまかせていたため、対策がとられていない公民館が多数ありました。管理者として、適切な措置を取っていなかったことを深くお詫びします。つきましては、公民館施設は全面禁煙とするよう各公民館に文書で指示します。また、館内でのポスター掲示や、各公民館報による周知を徹底し、利用者にご理解いただけるよう努力します。

問い合わせ

生涯学習課 施設管理係 ☎③ 2013

私の南砺市滞在記

南砺市国際交流員 ミカ レフト Mika Lehto

～ お正月太り～

あけましておめでとうございます。みなさん、お正月休みはどのように過ごされましたか？のんびりし、おいしいお節料理をたくさん食べられましたか？

私にとって、今回は日本で過ごす4度目のお正月休みでした。日本のお正月休みは、フィンランドのクリスマス休暇のように、家族一緒にのんびりと過ごせますね。

ところでみなさん、どうですか、太りましたか？フィンランドでは、12月24日に特別豪華なクリスマス料理を食べ、また、クリスマスプレゼントには、大きなチョコレートボックスをもらうのが普通です。そのうえ、元日の朝まで続くパーティーでの飲酒もあります。そのため、クリスマス休暇中にもものすごく太る人が何人もいます。私の父は、い

つも12月に食べ過ぎるため、1月は自分自身甘いものを禁止します。お正月太りしたみなさんも、これから毎日外に出て、散歩やスキーなどで体を動かしましょうね。では、本年もよろしくお願いいたします。



私が作った雪だるま

「いただきま～す朝ごはん」③②

【サワー粉ふきいも】 食改城端支部 片山恵子さん

● 材 料(4人分)

じゃがいも……………3個
トマト……………1/2個
しらす干……………大サジ2杯
白ごま……………小サジ2杯
カイワレダイコン…1/2パック
塩・コショウ……………各少々
ヨーグルトソース
プレーンヨーグルト…120g
マヨネーズ……………大サジ2杯
生クリーム……………大サジ1杯
レモン汁・塩・コショウ…各少々



● 作り方

じゃがいもは皮をむいて四つ切りにする。水から軟らかく茹で、湯を捨てて塩・コショウを振り、火の上で鍋を大きくゆすりながら粉を吹かせる。

しらす干と白ごまは空炒りにする。

トマトは皮を湯むきし、横半分に切る。種を取り、2cm角のさいの目切りにする。半量はヨーグルトソースの材料に混ぜ合わせ、残りは飾り用にする。

カイワレダイコンは根元を切り落とし、半分に切る。

器に と を盛り、飾りのトマトをのせ、ヨーグルトソースと をかける。

<一口メモ> プレーンヨーグルトは、そのままでもおいしく食べられますが、お菓子や肉・魚料理、カレーやドレッシングなど、様々な料理に利用することができます。整腸作用、カルシウムの補給源として、積極的に食べましょう。



- 乳幼児の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、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 B C G 接 種	福野・福光	H19年10月生	7日(木)	13:00～13:20	福野保健センター	母子健康手帳 問診票
	城端・平・上平 利賀・井波・井口		19日(火)		井波保健センター	BCG予診票
5か月児離乳食教室	全 地 域	H19年8月生	8日(金)	9:40～10:00	福光保健センター	母子健康手帳 相談票
8か月児離乳食相談	城 端 ・ 平 上 平 ・ 福 光	H19年6月生	14日(木)	9:40～10:00	城端保健センター	母子健康手帳 相談票
	利 賀 ・ 井 波 井 口 ・ 福 野		18日(月)		福野保健センター	
1歳6か月児健診	城 端 ・ 平 上 平 ・ 福 光	H18年6・7月生	6日(水)	13:00～13:20	福光保健センター	母子健康手帳 問診票
	利 賀 ・ 井 波 井 口 ・ 福 野	H18年7月生	20日(水)		井波保健センター	
3歳6か月児健診	利 賀 ・ 井 波 井 口 ・ 福 野	H16年8月生	26日(火)	13:00～13:20	井波保健センター	母子健康手帳、問診票 歯ブラシ、コップ タオル等 フツ化物塗布申込書 負担金200円
	城 端 ・ 平 上 平 ・ 福 光		27日(水)		福光保健センター	
むし歯予防教室 (歯 科 健 診) (フツ化物塗布)	井 波 ・ 井 口 福 野	1歳6か月児 (H18年6月生)	5日(火)	13:00～13:20	福野保健センター	母子健康手帳 歯ブラシ コップ
		2歳児 (H18年1月生)		13:40～14:00		
		2歳6か月児 (H17年7月生)	13日(水)	13:00～13:20	井波保健センター	タオル等 フツ化物塗布申込書 負担金200円
		3歳児 (H17年1月生)		13:40～14:00		
	城 端 ・ 福 光	2歳6か月児 (H17年7月生)	21日(木)	13:00～13:20	福光保健センター	平・上平地域は、 3月21日(金)に 予定しています。
		3歳児 (H17年1月生)		13:40～14:00		
ゆうゆう相談 (乳幼児の 健康・栄養)	全 地 域	乳幼児	22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。



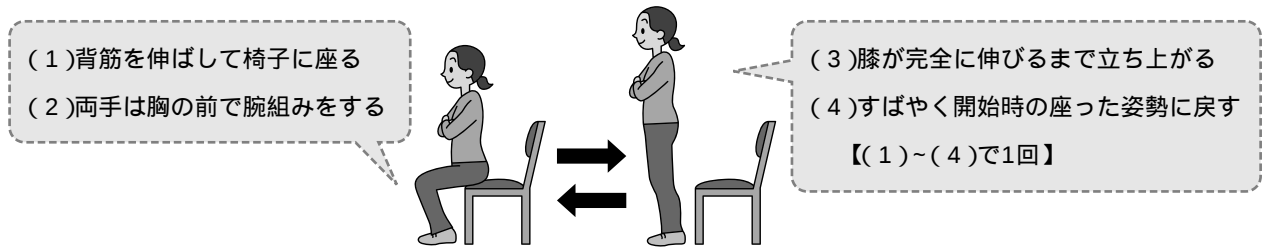
2月1日(金)～7日(木)は 生活習慣病予防週間です ...向き合おう 自分の体 自分の生活

生活習慣病とは

糖尿病、高血圧、がん、心臓病、脳卒中など、多くの病気の発症や増悪には、遺伝的な要因や外部環境要因(病原体、有害物質、ストレスなど)のほか、食習慣、運動習慣、休養の取り方、嗜好なども関係しています。このように、普段の生活習慣が深く関わっている病気が生活習慣病です。
「生活習慣病の予防には、運動が有効なことはわかっているけど、なかなか実行できない」というあなた、まずは、自分の筋力を評価してみませんか！

筋力の評価方法

下に示す椅子の座り立ちを10回行い、ストップウォッチで時間を測定します。



所要時間が、下表のあなたの年齢・性別に対し、同じかそれよりも速ければ、生活習慣病の予防に必要な筋力にほぼ達しており、遅い場合は達していません。

年 齢	20～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳～
男性所要時間	7～9秒	8～10秒	8～12秒	9～13秒	10～17秒
女性所要時間	8～9秒	8～10秒	8～12秒	9～16秒	11～20秒

「平成18年7月運動所要量・運動指針の策定検討会」より

結果はいかがでしたか？所要時間と同じかそれより速い方は、積極的に運動しても大丈夫です。体調と相談しながら運動してください。所要時間より遅い方は、今までよりこまめに身体を動かすことから始めましょう。



健康相談 ...明るい未来のために健康チェック

希望される方は事前に予約してください。

項 目	対象地域	実施日	受付時間	会 場	持ち物
血圧・糖尿病・コレステロール・ 肥満・貧血・家族の健康など	城 端	毎週(月)・(木)	10:00～11:30	城端保健センター	健康手帳 要予約です。
	平	毎週(月)・(金)		平保健センター	
	上 平	毎週(木)		上平保健センター	
	利 賀	毎週(火)		利賀保健センター	
	井 波	毎週(月)・(水)		井波保健センター	
	井 口	毎週(火)		井口保健センター	
	福 野	毎週(火)・(金)		福野保健センター	
	福 光	毎週(火)・(木)		福光保健センター	
冬 季 巡 回 健 康 相 談	平・上平 利 賀	区長配布でお知らせ		各地区	健康手帳 健診結果票

問 い 合 わ せ

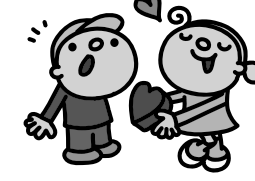
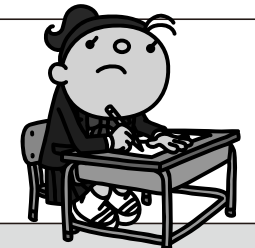
予防接種・母子・歯科健診に関して → 福光保健センター ☎ 52-1767 ☎ 52-6511
成人の健康診査や相談に関して → 民生部 健康課 保健係(井波庁舎) ☎ 23-2011 ☎ 82-4657
平・上平・利賀地域の連絡先 → 平保健センター ☎ 66-8026 ☎ 66-8027

平成20年
2月

市民カレンダー



1 (金)	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!～	5 (火)	心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 
2 (土)	アイスフェス2008～冬のおひな様まつり～ 10:00～～3日 いなみ木彫りの里一帯 四季の五箇山～雪あかり～ 17:30～20:30～3日 菅沼合掌造り集落	6 (水)	健康・介護相談 9:30～11:30 城端老人福祉センター「美山荘」
3 (日)	第15回ザ 雪合戦なんとinじょうはな2008 8:30～ 城端中学校グラウンド 雪不足の場合中止します。	7 (木)	公的年金受給者の確定申告書作成説明会 9:30～11:30、14:00～16:00 福野庁舎 心の健康相談 13:30～16:00 砺波厚生センター 要予約(☎23512)
4 (月)	行政・人権・心配ごと相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター	8 (金)	年金相談 10:00～15:00 福光行政センター

13 (水)	平成19年分確定申告及び 住民税申告相談 2月18日(月)～3月17日(月) 土日を除く。 問い合わせ 総務部 税務課 市民税係(福野庁舎) 2005	21 (木)	
14 (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」	22 (金)	年金相談 10:00～15:00 福光行政センター なんとスポーツ講演会 「子どもたちの潜在能力を引き出す」 19:00～ じょうはな座
15 (金)		23 (土)	
16 (土)	相続登記・遺言・後見の特設無料相談会 10:00～15:00 福野文化創造センター 住宅相談 13:30～17:00 ショッピングセンター「ア・ミュー」	24 (日)	
17 (日)	第3回南砺市民体育大会(スキー競技) 9:00～ 閑乗寺スキー場 雪不足の場合延期します。 第21回こきりこ味まつり 10:30～16:00 上梨こきりこ館 第4回南砺市社会教育推進大会 13:30～ じょうはな座	25 (月)	広報なんと3月号発行・配布物配布日
18 (月)	心配ごと相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター	26 (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 税金・年金・一般相談 13:30～15:30 井波社会福祉センター 心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
19 (火)	法律・一般相談 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・家庭児童相談 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	27 (水)	
20 (水)	毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ 2008人材マッチングフェア合同就職面接会 13:30～16:00 高岡テクナード	28 (木)	城端つごもり大市 10:00～16:00 ～29日 西町通り(国道304号) 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」
		29 (金)	集合納税第9期納期限

2月 図書館 休館日

● 印がお休みです

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

城端図書館

開館時間 10:00～18:00

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	・

井波図書館

開館時間 10:00～18:00

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	・

中央図書館 (福野)

開館時間 9:30～18:30
(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	・

平図書館

開館時間 9:30～17:00
(土・日・祝日 10:00～17:00)

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	・

福光図書館

開館時間 9:30～18:30
(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	・

9
(土)

10
(日)

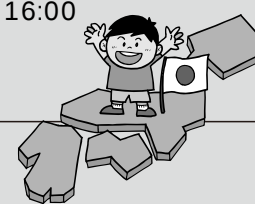
11
(月)

12
(火)

第4回南砺利賀そば祭り 10:00～
～11日 利賀国際キャンプ場周辺
第22回五箇山カンジキカントリー大会
10:40～ タカンボースキー場
南砺ふくみつ雪あかり祭り
正午～～10日 道の駅福光
たいらスキー場お客様感謝デー
ラスキーフェスタ2008 13:00～
たいらスキー場
住宅相談 13:00～17:00
コミュニティプラザアスモ「中央広場」
恋なび2008～Happy Valentine～
19:00～
パスタハウス ボルカノ(砺波市)

金福ゆかりの集いPart16
正午～ 金沢エクセルホテル東急
住宅相談 10:00～16:00
福光会館2階

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
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
利賀高齢者生活福祉センター「ネイピア喜楽」
井波社会福祉センター
行政・人権・心配ごと相談
13:30～16:00 福光庁舎別館



雪の中、元旦マラソンで 健脚競う 1月1日(祝)

福野地域、福光地域で、恒例の元旦マラソンが開催され、降りしきる雪にも負けず、約600人の市民ランナーが健脚を競いました。

午前7時にスタートした「第31回ふくの元旦マラソン」には、あのチャレンジ戦士「ナントマン」が、同士のナントマンブルーを引き連れて参加。見事なスタートダッシュで福野体育館を飛び出し、無事5kmのコースを完走しました。

《第31回ふくの元旦マラソン各コース1位》

男子 8km: 高瀬裕行、5km: 岩井一泰、2km: 常川尚一

女子 8km: 古瀬麻美、5km: 橋場唯、2km: 山本美智子

《第31回福光元旦マラソン各コース1位》

男子 5km: 高瀬裕行、3km: 安達郁郎

女子 5km: 西野直美、3km: 佐々木麗奈

第27回北野元旦マラソン(城端)は、コースコンディション不良のため中止。

なんと スポーツ 特報!



2月のスポーツイベント

第15回ザ 雪合戦なんとinじょうはな2008

南砺の冬恒例の雪合戦大会を観戦しよう! テントには温かい料理も充実しています。

日時 3日(日)
午前8時30分～

会場 城端中学校グラウンド
雪不足の場合中止します。

問い合わせ じょうはな雪合戦実行委員会
(城南屋内グラウンド内) ☎⑥2701



第22回五箇山カンジキカントリー大会

個人の部は、当日の飛び入り参加も大歓迎! 選手・観客みなさんに「ふれあい鍋」の振る舞いもあります。

日時 9日(土) 午前10時40分～
会場 タカンボースキー場

問い合わせ
五箇山カンジキカントリー大会実行委員会
(上平行政センター内) ☎⑥73211



たいらスキー場お客様感謝デー ラスキーフェスタ2008

ビンゴ大会、キッズパークなどのほか、牛乳たっぷり「ラスキー鍋」のサービスもあるよ!

日時 9日(土) 午後1時～

会場 たいらスキー場

「第9回ジュニアナイターGSL大会」は、9日(土)・16日(土)の両日開催。参加者募集中!

問い合わせ たいらスキー場 ☎⑥2911

なんとスポーツ講演会

高校生以上の方ならどなたでも聴講できます。入場無料です。

日時 22日(金) 午後7時～
会場 じょうはな座
演題 「子どもたちの潜在能力を引き出す」
講師 加藤廣志氏
(元能代工業高校バスケットボール部監督)

問い合わせ 市体育協会(福野庁舎隣) ☎②2299

第4回西日本バイアスロン選手権大会

射撃とクロスカントリースキーを組み合わせた珍しいスポーツです。入場無料。是非ご覧ください!

日時及び種目 3月1日(土) 午後1時30分～:スプリント競技(1.5km×3)
2日(日) 午前9時30分～:パシュート競技(1.5km×5)
2日(日) 正午～:ミニバイアスロン競技(1.5km×2)

会場 タカンボースキー場、上平バイアスロン競技場

問い合わせ 西日本バイアスロン選手権大会実行委員会
(五箇山山村開発センター内) ☎⑥73650



第6回版画年賀状公募展 《各部門大賞・優秀賞受賞者》

【一般部門】

大賞

岩崎みどり
(福光)

優秀賞

深村 泰子
(金沢市)



【中学生部門】

大賞

松本 菜菜
(小矢部市津沢中3年)

優秀賞

小倉南留美
(小矢部市津沢中1年)



【小学生部門】

大賞

辻 乃々子
(砺波市
庄川小1年)

優秀賞

折田 智哉
(福光東部小5年)



味わい深い手作り版画を楽しんでください

福光地域ゆかりの板画家棟方志功にちなみ、版画制作の楽しさと発表の喜びを知ってもらおうと、福光美術館で開催している「版画年賀状公募展」。6回目の今回は、全国から375点の力作が寄せられました。

一般部門で大賞を受賞した岩崎みどりさんは、地元福光地域の出身。版画のほか油絵などもたしなみ、市展にも毎回応募されています。「みなさんに初笑いで喜んでもらいたく、福を招く招き猫」をモチーフにしました。手作り版画の味わいを楽しんでください」と、自身の作品を解説し、版画年賀状

の素晴らしさについて語りました。千支のねずみをユーモラスに描いた作品など、大賞以外にも力作が並ぶこの公募展。2月24日(日)まで開催します。

●開館時間

午前9時～午後5時 火曜日定休

●観覧料

一般300円、高大生200円、
中学生以下無料

20名以上は2割引

問い合わせ

福光美術館 ☎52 7576

平田さん、越中アートフェスタ大賞受賞

利賀地域在住の彫刻家平田昌輝さんが、第2回「美の祭典 越中アートフェスタ2007」で、立体部門の大賞に輝きました。

平田さんは、昨年3月、東京芸術大学大学院美術研究科を修了、故郷の利賀地域に戻り制作に励んでいます。受賞作「ふたり」は、母子の絆をテーマにした石彫の作品です。利賀中学校時代、交流事業で訪れた姉妹都市のギリシャ・デルフィ市で、迫力ある石の彫刻を見て以来、彫刻の素材として石に魅力を感じているそうです。

受賞報告のため溝口市長を訪れた平田さんは、「利賀は静かで落ち着いているため、自分と向き合う時間が多く、制作に打ち込むことができます。近い将来、全国でも通用する作品を制作していきます」と、力強く今後の抱負を述べました。



いのくち椿館の催し

ワビスケ椿展 2月1日(金)～11日(祝)

草月流青唱会展―春を生ける―

2日(土)・3日(日)

第5回いのくち椿茶会―春を呼ぶ茶会―

3日(日) 午前9時～午後2時30分

席主…裏千家 藤井宗代 一服…700円

香り椿展 3月1日(土)～9日(日)

「ステンドグラス展」

―香・椿・光のしらべ―(花木清とサークル)

第18回南砺いのくち椿まつり 3月22日(土)・23日(日)

問い合わせ いのくち椿館 ☎64 2202

開館時間…午前10時～午後6時 入館無料

「猫池とその周辺」

市指定 名勝・天然記念物 平地域
平成元年 6月10日指定



猫池には、昔、高草嶺のある家の猫が夜いなくなり、翌朝その足跡をたどって行くと、山の頂上にある池の中央まで続いており、この猫が池の主になった」という伝説があつて、住民に親しまれてきました。

小谷山（標高1,075m）の山頂近くにあり、大きさは東西43m、南北63m、面積は約2,200㎡で、水深は最も深いところで2.5mあります。水の出入りする谷川がないので、水位は常に一定です。

猫池には、大小の浮島があります。浮島は、ミズナギを主体としてできており、アゼナギやヨシなどの植物の根に固められているため分散しません。最初、池の周りに生成していた植物が伸び、それが分離して浮島になります。さらに成長すると、人が乗っても沈まないほど大きな浮島になります。他では見られない珍しいものです。

水質は弱酸性で、魚類ではフナが、両生類ではイモリ、クロサンショウウオ、モリアオガエルが確認されています。また、オオルリトンボ、タカネトンボ、エイトトンボが多数生息していることもわかっています。日本で生息するトンボが減少する中、多くの個体数が確認されるこの池の存在は大きく、保護・保存に値するものといえます。

南砺市の

文化財 美術品

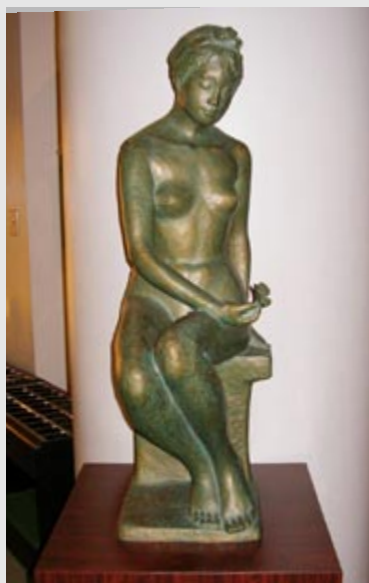
ご紹介

文化財 & 美術品への問い合わせは
市教育委員会 文化課
(井波庁舎) ☎2014

題名「胡蝶」

横山 豊介(1930~)作
彫刻(ブロンズ)

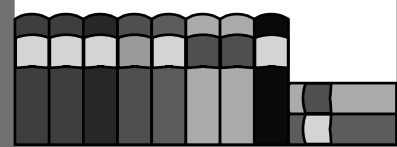
所蔵先 福野文化創造センター
制作年 1977年
寸法 縦50cm × 横40cm × 高さ100cm



本作品は、第9回日展の出品作で、平成3年2月、福野文化創造センターのオープンに先だって収蔵されました。“地方文化の発信基地”をキャッチフレーズに開館した当館にふさわしく、爽やかで初々しい少女がかたどられています。髪にはリボンが可憐に結ばれ、柔らかに伸びた右腕の指に蝶がとまる一瞬の情景は、作者の写実的な技法が駆使された心温まる作品といえます。

作者は、旧井波町の彫刻名工の家に、4代目として生まれました。金沢美術工芸大学彫刻科に入学し、在学中から日展を舞台に活躍。第5回日展で初入選を果たし、以後、特選2回をはじめ数々の名誉賞に輝いています。現在は日展評議員を務め、日本彫刻界の重鎮として後進の指導にあたるとともに、更に創造性に満ちた旺盛な制作意欲を燃やしています。

なんと 図書館だより



新着図書ピックアップ

～もよりの図書館へ
お問い合わせください～

【一般図書】

篤姫の生涯 宮尾登美子
養老訓 養老 孟司
ダイニング・アイ 東野 圭吾
純愛の証明 森村 誠一
靖国への帰還 内田 康夫
派手な砂漠と地味な宮殿 岩井志麻子
研ぎ師太吉 山本 一力
風に顔をあげて 平 安寿子
世界を創った男チンギス・ハーン4 堺屋 太一
2008年日本はこうなる 三菱UFJリサーチ&コンサルティング
今、義務教育が危ない！
日本の教育を考える10人委員会
職場のメンタルヘルス・セルフチェック 山本 晴義
健康の基準 今すぐチェック！ 鈴木 隆雄
最新の内視鏡手術がわかる本 黒川 良望
男がつくるカンタン・ウマイ・今日のこはん 渡辺 純子

今月のおすすめ本

●日本人の平均値 2008

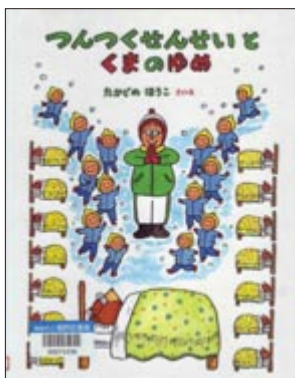
藤原郁郎／著



日本人はどれくらい長生き？平均的な通勤時間は？身体、家庭、生活、社会、政治、経済など、様々なデータから知る日本人の平均値。

●つんつくせんせいとくまのゆめ

たかどのほっこ／作・絵



つんつくせんせいのみんなは、近くの丘の上までそり遊びにやってきました。みんなで大きなそりに乗り、ひゅーん！そして、どこかにどっしーん！ぶつかっただのは、つんくまえんのみんなが冬眠している小屋…。

図書館行事

2月

- 中央図書館 ……………
 - ・本の展示会 「楽器に挑戦！」
 - ・土曜おはなし会(紙芝居など) 毎週土曜日 午前11時～
 - ・古文書会 16日(土) 午後3時～ 福野文化創造センターセミナールームA
- 城端図書館 ……………
 - ・おりがみであそぼう！ 2日(土) 午後1時30分～
- 井波図書館 ……………
 - ・本の展示会 「鍋いろいろ」
 - ・子ども映画会 9日(土) 午後2時～ 「鬼の子とゆきうさぎ」 「絵からとびだしたねこ」
 - ・子ども会 16日(土) 午後2時～ 「こたつに入って」 指導:ピッコログループ
- 福光図書館 ……………
 - ・本の展示会 「直木賞作品紹介」
 - ・おはなし会 16日(土) 午後3時～ 「おにさん」 指導:ピノキオグループ



お知らせ

城端図書館

蔵書点検による休館
2月12日(火)～21日(木)



講座案内



市在宅介護支援センター

●2月のそくさい会サロン

対象地域 城端

開催日・参加地区・内容

12日火 大鋸屋 絵画教室

13日水 蓑谷 "

15日金 北野 "

19日火 城端 "

20日水 南山田上 "

22日金 南山田下 "

時間 午前10時～午後3時

会場 ケアハウス城端つらら

問い合わせ

在宅介護支援センターつらら

☎8113

砺波地域職業訓練センター

●文書作成基礎講座

日時 2月9日～23日(毎週土)

午前10時～午後3時(全3回)
受講料 6,000円

●文書作成中級講座

日時 2月12日～28日(毎週火・木)午後7時～9時(全6回)

受講料 6,000円

●財務会計処理講座

日時 2月20日～29日(毎週水・金)午後6時30分～9時(全4回)

受講料 5,000円

●データベース基礎講座

日時 2月23日～3月8日(毎週土)午前10時～午後3時(全3回)

受講料 6,000円

●パソコン入門講座

日時 3月1日(土)午前9時～午後4時(全1回)

受講料 3,000円

●JW CAD応用講座

日時 3月4日～25日(火・木)

受講料 7,500円

●表計算基礎講座

日時 3月4日～25日(火・木)午後7時～9時(全6回)

受講料 6,000円

●表計算中級講座

日時 3月5日～21日(毎週水・金)午後7時～9時(全6回)

受講料 6,000円

●文書作成基礎講座

日時 3月8日～22日(毎週土)午前10時～午後3時(全3回)

受講料 6,000円

●ビジネス文書作成実務講座

日時 3月15日～29日(毎週土)午前10時～午後4時(全3回)

受講料 7,500円

各講座定員20名(先着順)。締切りは開催日の3日前。教材費別。

なんどみらいちゃん その39 by. 森みちこ



●パソコン学習支援のご案内

コンピュータ室を一般開放して、自主学習の場を提供しています。パソコンの操作でわからないことを、学習支援員にお尋ねください。

日時 毎週火・金、午後1時30分～4時30分

利用料 300円

会場及び問い合わせ

砺波地域職業訓練センター

砺波市栄町717 ☎331115

ホームページからも申し込み可能です。

http://www3.city.tonami.toyama.jp/project/2300/57/57_1.html

放送大学4月入学生募集

放送大学は、ケーブルテレビ等で授業を視聴し、自分の都合に合わせて自宅等で学習できる通信制の正規の大学です。所定の単位を修得すれば「学士(教養)」の学位を取得でき、また、短期間で特定の科目だけの履修も可能です。15歳以上ならどなたでも無試験で入学できます。

開設授業は、幅広い分野の約300科目。著名な講師陣が、あなたの学びをサポートします。大卒資格取得、キャリアアップ、生涯学習など、幅広い世代・職業の方が学んでいます。

応募期限 2月29日(金)

募集要項は無料送付します。

問い合わせ

放送大学富山学習センター

☎0766569230

ホームページ <http://www.u-air.ac.jp>

南 砺 市 営 住 宅 等 の 入 居 者 募 集 !

公営住宅

団地名	募集戸数	棟	階	間取り	場 所	特 記
荒田町 団 地	1戸	2号棟	3階	3DK	城端 4148番地1	-
		家賃 14,000 ~ 23,200円				
		建設年度 S56				
みなみ 団 地	1戸	3号棟	2階	2LDK	福光 1302番地	2人以上
		家賃 17,400 ~ 28,800円				
		建設年度 S57				
梅ヶ島 団 地	2戸	-	1階	3DK	梅ヶ島 168番地1 (福野)	2人以上
		家賃 17,900 ~ 29,700円				
		建設年度 S63				

入居資格

- (1)同居または同居しようとする親族があること
(60歳以上は単身入居可能な住宅あり)
- (2)入居世帯の収入(政令月収)が20万円以下であること
(高齢者等世帯は26万8千円以下)

保証人 市営住宅に入居していない方2名
(うち1名は市内在住)

募集期間 2月1日(金) ~ 15日(金)

2月19日(火)午前9時から、福光庁舎で抽選及び説明会を行います。

共 通

敷 金 家賃の3か月分

- その他
- ・家賃の他に共益費等の負担あり
 - ・駐車場のある住宅については、1戸につき1台
 - ・募集期間内に見学可能(要事前連絡、就業日に限る)



松原団地

特定公共賃貸住宅等

種 別	団地名	募集戸数	棟	階	間取り	場 所
地 特	西 町 宅	10戸	2、3、5号棟	1 ~ 3階	2DK, 2LDK	福光 740番地3
			家賃(入居者負担額) 45,000 ~ 61,000円			
			建設年度 H6			
特 公	柴田屋 団 地	9戸	-	1、2、4階	2DK, 2LDK	柴田屋 396番地5 (福野)
			家賃(入居者負担額) 45,000 ~ 60,000円			
			建設年度 H6			
	松 原 地	6戸	-	1 ~ 4階	1LDK, 2DK, 2LDK	松原新 433番地2 (福野)
理 休 団 地		10戸	1、2号棟	1 ~ 3階	2LDK, 3DK, 3LDK	理休277番地 (城端)
			家賃(入居者負担額) 57,000 ~ 75,000円			
			建設年度 H11			
パーク 若 宮		5戸	A、B棟	平屋	1LDK, 2LDK	利賀村 上島8番1
			家賃(入居者負担額) 20,000 ~ 50,000円			
			建設年度 H14			

入居資格

- (1)入居世帯の政令月収が20 ~ 60万1千円であること
(将来収入増が見込める若年層は、20万円以下でも可)
入居人数に制限があります。

募集期間 随時募集

随時募集のため、募集住宅に変動があります。
詳しくは下記までお問い合わせください。

申込及び問い合わせ

福光行政センター ☎ ㉔ 1111 城端行政センター ☎ ㉔ 1212
福野行政センター ☎ ㉔ 1100 井波行政センター ☎ ㉔ 1180
利賀行政センター ☎ ㉔ 2111
建設部 都市計画課 建築住宅係(福光庁舎) ☎ ㉔ 2022
市ホームページに、募集に関する詳しい情報を掲載しています。

虹の下、 防火への決意新た

1月5日(土)

井波総合文化センター周辺で、市消防団、女性分団、井波地域各婦人防火クラブなど、人員約470名、車両21台が参加して「平成20年南砺市消防出初式」を挙行了しました。

検閲の後、センター前広場で伝統の初放水(裸放水)を披露。市内8方面団から選抜された精鋭24名が、下帯姿で勇ましく登場し、水煙の中、威勢良く金の纏を振り上げました。この日は絶好の晴天とあって、放水と同時に美しい虹がアーチをかけ、集まった大勢の見物客から盛んな拍手が送られていました。

また、初放水の後には、渡邊久雄消防団長、溝口市長、水木議長、綿貫民輔衆議院議員などが観閲する中、分列行進を行いました。参加者は、消防音楽隊の演奏に足並みを揃えて行進し、防火への決意を新たにしていました。

消防からのお知らせ





あなたの子育て応援します! - 保育園にあがる前のお子さん集まれ! -

山野保育園内 子育て支援室 なかよしひろば

2月の遊び

- ・雪遊びをしましょう
- ・おひなさまを作りましょう

2月の行事予定



楽器で遊んだよ!

豆まき

1日(金) 10:00~
福祉センターで遊びましょう
5日(火) 10:00~
身体測定と育児相談も行います。
母子手帳を持参してください。

親子ピクス 12日(火) 10:30~

給食試食会 19日(火) 11:00~

おひなさま作り 20日(水)~

誕生会 21日(木) 10:00~

詳しくは『なかよしひろばだより』をご覧ください。

なかよしひろば

南砺市岩屋155番地 ☎ 1356
毎週月曜日~金曜日 9:30~11:30/13:00~15:00

一時的に家庭で
保育できなくなった
とき、山野保育園で
お子さんをお預かり
します。

城端さくら保育園内 子育て支援センター さくらんぼ

2月の遊び

- ・雪遊びをしましょう
- ・おひなさまを作りましょう(18日~)

2月の行事予定

豆まき会 1日(金) 10:30~
さくらんぼ教室(大鍋屋公民館)
5日(火) 10:00~

おやこ広場「リズム遊び」
12日(火) 10:15~

保育園開放 15日(金) 10:30~

詳しくは『さくらんぼだより』をご覧ください。

さくらんぼ 南砺市理休240番地 ☎ 7305
毎週月曜日~金曜日 10:00~15:00



風船羽根つき楽しいね

喜志麻保育園内 子育て支援センター びよびよ広場

詳しくはホームページをご覧ください。 <http://kijima.group.nanto-e.com/>

びよびよ広場 南砺市高宮663番地 ☎ 4647
毎週月曜日~土曜日 9:00~11:30/13:30~15:30

楽しい企画がいっぱい。
お子さんを連れて是非
遊びにきてください!

南砺の児童館へようこそ! - 遊びを通して児童の健全育成を図ります -



福光児童館 きっずらんど

2月の行事予定

子育て支援...ひよこ広場

遊びのおもちゃ箱
「作って遊ぼう!」 6日(水)

子育てセミナー
「育児講座」 13日(水)

スキップ水曜日「お話大好き」 20日(水)

きらきらパステル、誕生会・身体測定 27日(水)

小学生対象

クッキングサークルB-1回目 チャレンジパソコン5
2日(土) 16日(土)

茶道サークル4 2日(土) わくわくサークル「わくわく手芸」
23日(土)

達人に入門「和菓子の巻」 16日(土) 茶道サークル5 23日(土)

きっずらんど 南砺市福光1269番地1 ☎ 8200
毎週月曜日~土曜日 9:00~18:00



クッキングサークルで「パイ作り」

福野児童センター 「アルカス」

2月の行事予定

乳幼児対象

詳しくは「キッズ通信」をご覧ください。

おやつの日 5日(火)

親子ピクス 12日(火)

にこにこパステル 19日(火)

おしゃべりランド(育児相談)
26日(火)

小学生対象

詳しくは「アルカスめ〜る」をご覧ください。
お茶、まんが、手話、木工、ピアノなど楽しい行事がいっぱい!

アルカス 南砺市二日町435番地1 ☎ 3898
毎週月曜日~土曜日 9:00~18:00

「春よこいこいフェスタ」
2日(土) 14:00~16:00
創作人形劇、リパティウィンスふくの
演奏、お餅つきと会食



折り紙を教えてもらったよ

城端児童館

2月の 行事予定

ギロロのマスコット作り 5日(火)~7日(木)
指あみ 19日(火)・20日(水)

詳しくはホームページをご覧ください。

<http://johana-jidou.city.nanto.toyama.jp>

城端児童館 南砺市城端1046 ☎ 2897
毎週月曜日~土曜日 13:00~18:00

南砺市ファミリーサポートセンター

少しの間子どもを預かって欲しいとき、研修を受けた保育サポーターが、1時間600円でお預かりします。「アルカス」または「きっずらんど」まで印鑑を持ってお越しください。保育サポーターも募集中です。

灯油代を支援します

昨年からの原油価格高騰に伴い、灯油が値上がりして家計を圧迫しています。市では緊急に「福祉灯油購入助成制度」を設け、対象となる世帯(約1,500世帯)を支援します。「福祉灯油購入助成申請書」が届いた世帯の方は、必要事項を記入し、各行政センターまたは福祉課へ提出してください。

対象世帯

一人暮らし高齢者世帯などで平成19年度市県民税非課税の世帯

助成額

6,000円(口座振込による)

申請期限 2月15日(金)

問い合わせ 民生部

福祉課 長寿係(井波庁舎)

☎2009

「都市計画マスタープラン」策定に関するアンケートの結果

市では、都市計画マスタープランの策定にあたり、昨年11月、無作為抽出した市民の方3,000名を対象に「市民アンケート」を実施しました。回収率は54.8%と、関心の高さが伺える結果となっています。ご協力ありがとうございました。なお、アンケート結果は、各行政センターの情報公開コーナー及びホームページで公開しています。

「アンケート結果は、各行政センターの情報公開コーナー及びホームページで公開しています。」

建設部 都市計画課
計画係(福光庁舎)

☎2022

「金沢・南砺ふれあいの旅」参加者募集

「茶の湯文化に触れる」加賀藩ゆかりの文化体験ツアーです。

日時

2月27日(水)

午前8時30分～午後5時

(福光庁舎集合・解散)

コース

月心寺、大樋美術館など、茶の湯文化関連施設を巡ります。

募集人数

40名(応募多数の場合抽選)

参加費

3,000円

応募期間

2月4日(月)～14日(木)

申込 金福ゆかりの集い実行委員会事務局

☎0762452090

(受付時間：平日午前10時～午後6時)

問い合わせ 市長政策室

企画課 企画係(福野庁舎)

☎2002

平成20年4月1日採用社会福祉協議会職員募集

採用職種及び人数

一般事務職：正規職員1名

臨時職員2名

介護職：正規職員1名

応募資格

一般事務職(正規)：昭和38

年4月2日～63年4月1日

生まれで、社会福祉主事資格

取得(見込み)の方

一般事務職(臨時)：昭和38

年4月2日～平成2年4月

1日生まれの方

介護職：昭和38年4月2日

～平成2年4月1日生まれで

介護福祉士資格取得者が望

ましい

勤務地

一般事務職

本所または各支所

介護職：利賀支所

応募期限 2月18日(月)

試験日 2月23日(土)

申込及び問い合わせ

市社会福祉協議会

本所(井波庁舎内)

☎0928

第4次南砺市中学生中国友好訪問団員募集

日程

5月6日(火)～11日(日)

訪問先

紹興市、杭州市、上海市

応募資格及び人数

市内の中学2年生20名

(4月1日現在)

参加費

個人負担13万円(予定)

応募方法 各学校で配布される申込書に必要事項を記入し

担任へ提出

募集期間

2月20日(水)～29日(金)

詳しくは、各学校で配布される募集要項をご覧ください。

問い合わせ

南砺市友好交流協会(福光福祉会館内)

☎3022

「消防広域化推進計画(素案)」に対する意見募集

消防は、近年の災害の大規模化、住民ニーズの多様化などの環境変化や、一層の高齢化の進展に的確に対応し、地域の安全・安心を守っていくことが求められています。先日示された消防広域化推進計画(素案)をご覧ください。ご意見をお寄せください。

資料公開場所

県庁(消防・危機管理課、県民サロ、情報公開窓口)、波総合庁舎、県立図書館、県ホームページ

http://www.pref.toyama.jp/cms_sec/1004/

応募期限 2月21日(木)

問い合わせ 県知事政策室

消防・危機管理課

☎0764449673

灯油・プロパン消費者モニター募集

灯油またはプロパンガスを利用している世帯の方に、月別の使用量や金額、利用環境(家族人数等)などの基礎事項を回答してもらいます。

調査期間

平成20年4月～21年3月

(回答は6か月ごとの2回)

謝 礼

図書カード2,000円分

応募方法

ホームページ

<http://oil-info.iej.or.jp/>

FAX

「灯プロモーター希望」と明記

の上、住所、氏名、電話番号、

使用している燃料(イ・灯油、

ロ・プロパン・ガス・灯油・プロパ

ン両方)を記載して送信

応募期限 2月15日(金)

申込及び問い合わせ

石油情報センター

TEL 03 3534 7411

FAX 03 3534 7422

2月の集合納税納期限

(引落日)

第9期…2月29日(金)

問い合わせ 総務部

税務課 収税係(福野庁舎)

TEL 23 2005

相続登記・遺言・後見の
特設無料相談会

日時 2月16日(土)

午前10時～午後3時

会場 福野文化創造センター

1・2階「セミナールーム」

相談員 富山県司法書士会

砺波支部会員

富山県司法書士会主催

「憲法講演会」

憲法の視点から日本の格差を

考えます。入場無料です。

日時 2月9日(土)

午後2時～

会場 明治安田生命富山

ビル地下ホール

演題 「人権と格差社会」

講師 斎藤 貴男氏

(ジャーナリスト)

2008人材マッチング

フェア合同就職面接会

あなたの就職活動を応援し

ます。県西部の企業約100

社と面接するチャンスです。

日時 2月20日(水)

午後1時30分～4時

(受付…午後1時～)

会場

高岡テクノドーム

(高岡市一塚3225)

対象

仕事を探している方、新規学

卒予定の方(3月卒業見込)

内容

・企業の人事担当者との面接

・職業相談、職業訓練相談適

職判定「ナ」等の設置

参加企業は、1週間前にハロ

ーワークで公開の予定です。

問い合わせ ハーワーク砺波

TEL 2914

暮らしの中の

法務なんでも相談所

土地・建物・会社・法人などの

登記、戸籍・国籍、供託、人権擁

護、相続などに関する相談を受

付けます。予約不要、無料です。

日時 2月24日(日)

午前9時～午後4時30分

会場 富山地方法務局

(富山合同庁舎内、富山市牛

島新町117)

問い合わせ

富山地方法務局 総務課

TEL 076 441 0550

恩給欠格者、戦後強制抑留
者、引揚者のみなさんへ

いわゆる恩給欠格者、戦後強

制抑留者、外地等からの引揚者

の「ご本人」に対し、改めて慰藉

の念を表すため、内閣総理大臣

名の「特別慰労品」を贈呈して

います。

請求期限

平成21年3月31日(火)

請求書類

各行政センターにあり

過去に内閣総理大臣名の書

状等を受けた方、請求をさ

れなかつた方も対象です。

「なんと湯めぐり」実施中!

昨年好評だったなんと湯めぐりを今年も
実施しています。クーポン券1枚で、各施設
1回のみ利用できます。スタンプラリーに
も挑戦してください。



参加温泉施設

ゆ～ゆうランド花椿、福光温泉、
ふくみつ華山温泉、川合田温泉山田家、ぬく森の郷、
法林寺温泉、野草の宿来夢、くろば温泉、ゆ～楽、
国民宿舎五箇山荘、天竺温泉の郷、桜ヶ池クアガーデン

販売場所 上記温泉施設、市内道の駅、市内各観光協会 など
販売価格 5枚つづり1,800円
実施期限 4月20日(日)

同じ施設を何度も利用することはできません。1施設1回
のみの利用となります。

問い合わせ 市観光連盟(城端庁舎内) TEL 621201

問い合わせ 独立行政法人

平和祈念事業特別基金

TEL 0120 234 933

民生部 福祉課

社会福祉係(井波庁舎)

TEL 23 2009

職場の悩みは「富山労働

時間等相談センター」へ

賃金、労働時間、解雇、安全

衛生など、職場の様々な問題に

関する相談をお寄せください。

専門のアドバイザーが無料で応

じます。

相談日時

月・金…午後2時～8時

土…午後1時～6時

年末年始を除く。

問い合わせ

富山労働時間等相談センター

(富山市金屋字川端767、

30)

TEL 0120 001 119

市民の窓

平成19年12月1日、31日届出分

希望者のみ掲載
上平地域は期間中届出なし。

うぶごえ

行政区 子の氏名 性別 父は母名

大窪	矢嶋穂乃香	女	健栄
金戸	牧野三娘	女	雄介
理休団地	中西和香奈	女	徹
末広町	石川晃嗣	男	幹人
小来栖	山口琴美	女	清志
坂上	須河郁心	女	永喜
下新町区	吉永裕亮	男	正
山斐	上野香晴	女	貴史
井深アパート	根岸諒	男	誠
池尻	今井梨緒	女	光也
七ツ屋	佐藤一輝	男	一太
七ツ屋	堀元美妙	女	健朗
駅前住宅	高野紗綺	女	光広
柴田屋敷地	愛利博之	女	博之
七ツ屋	田中智也	男	章裕
徳安	古瀬琉都	男	真一
宗守	尾川侑也	男	和志
徳成	山田悠未	女	剛
小瀬瀬見	西井大樹	男	明
縄蔵	長澤陽己	男	由輔

ウエディング

行政区 氏名

野口	中野	楊	雄史
新田	山瀬	敏靖	
岐阜県	中野	美香	
南町	仲筋	友春	
高岡市	松原	朱理	
来栖	中田	武幸	
寿川	北村	真弓	
八日町	川合	謙吾	
小矢部市	山口	玲奈	
上山見	尾山	順治	
小矢部市	紫藤	明日香	
志観寺	松井	清一	
中国	于松	桂華	
柴田	肥塚	寛成	
小矢部市	芝井	美香	
桐木	宮本	雅彦	
砺波市	西島	ゆかり	

荒木	溝口	善太	善晴
嫁兼	上坂	真緩	男
崇・宴	齊藤	柚葉	女
		勉	英規

おくやみ

行政区 氏名 享年

金戸	盛田	幸作	80
栄町	西川	豊一	80
蓑谷	富田	キク	97
野田	荒井	唯好	80
北野	依	義信	80
西新田	脇本	忠孝	91
下梨	山崎	藤三郎	98
上戸瀬	大野	さよ	95
利賀	京井	年子	80
坂上	米倉	美恵里	96
今町3区	境	主悦	76
野能原	樋爪	太め子	86
山見住宅	橋場	律子	76
岩屋西部	西田	幸子	59
山下	半井	淳士	33

石田	小倉	功才	
広島県	吉岡	西庫	
山江	唐島	真樹	
山江	木下	智恵	
横濱市	高橋	広成	
立野脇	嵐	絵美	
在房	山口	良成	
愛知県	山田	恵	
田中	溝口	純規	
高岡市	青木	梢	
土生新	栗山	真幸	
上山見	三清	幸子	
オセチ区	長谷川	和也	
野尻	大坪	文代	

湯谷	石田	ツヨ	96
小坂	吉野	善三	91
山田	川北	加一郎	84
山田	高坂	久次郎	91
吉江中	岡川	泰司	72
荒木	齊藤	ふみ子	83
中央通り	石崎	キメ子	87
縄蔵	長澤	しげ	82
西町	松居	小夜子	72
香城寺	山田	君守	91
高宮	當田	はる	49
荒木	奥川	深雪	95
西町	池田	啓之	98
天神町	藤田	みどり	69
土生	西村	松守	90
高宮	水内	茂	83
角田	嶋田	勝美	81
観音町	竹田	清行	63
天神	湯浅		93
上町	齋藤	榮光	70
野尻川原	高橋	かずい	98
西横町	中島	政次	84
田屋	山田	昭夫	57
東新町	梧桐	良宗	79
野尻古村	餅田	満子	66
柴田屋	小山	正敏	96
辰巳町	金倉	邦男	59
苗島	今井	邦男	76
上野	稲葉	茂	56
上町	辻	祐治	71
桐木	堀	文子	85
梅ヶ島	今井	行雄	98
八塚	片岸	芳子	81
池尻	本底	俊憲	85
末広町	藪	栄三	67

御結納 初老・還暦祝 御七夜祝 御法要会席

旬のお料理で

真心込めておもてなし

旅の川

御法要

四十九日から五十年忌まで
マイクロバス市内無料送迎
くつろげる
和風イステール席で

南砺市福光1376 ☎52-1072

耐震診断を
してみませんか



住宅の設計相談室

一級建築士事務所・調査・測量・設計



株式会社 北陸工営

南砺市高儀156番地14 電話 22-7033 FAX 22-7735
ホームページ <http://www1.coralnet.or.jp/koa/>



知って得する健康と医療のお話

「マンモグラフィ検査について」

南砺市民病院 放射線科部長(医師) いし さき よし お
石 崎 良 夫



最近、有名なタレントが続けて乳がんの手術を受けたり、乳がん健診のシンボル「ピンクリボン」のイベントが盛んに行われるため、乳がんに関心のある方が増えていると思います。

乳がんは、日本人女性では20人に1人がかかるといわれています。また、発症のピークが40代後半と、他のがんに比べて若いという特徴があります。しかし、他のがんと同じで、早期に発見すれば治せます。小さいうちに見つければ、治療は簡単で乳房の変形もほとんどなく、費用も安くて済みます。

検査には、触診、マンモグラフィ、超音波検査があります。CTやMRIでも診断でき、また、PETでも発見できますが、非常に高額です。触診でも早期のがんは見つかります。タレントも、最初は自分で触って異常(肉マンの中の梅干の種)に気付いています。是非、自己診断をしてみましょう。

マンモグラフィは、診断能力の高い検査法ですが、乳腺の発育の良い若い年齢層(35歳位まで)では能力が落ちます。また、被爆の点からも若い人には不向きです。超音波検査は、マンモグラフィほど精密ではありませんが、被爆がなく、乳腺の発育に関係なくがんを発見することができます。現在は触診とマンモグラフィの併用が多いのですが、マンモグラフィと超音波検査を組み合わせる場合もあります。40歳以上の方は、少なくとも2年に一度はマンモグラフィ検査を受診するようお勧めします。

南砺市民病院2月の

参加無料

「いきいき若返り講座」

毎回、体重・体脂肪・血糖の測定、医師の講義や体操、おいしい試食などを用意しています。今月のテーマは「ストレス」。お気軽にお越しください。

- タイトル
「そのストレスが、大病の引き金に！」

- 日 時
28日(木) 午後2時～4時

会場及び問い合わせ
南砺市民病院2階 健康管理科 ☎ ⑧ 1475

各病院・診療所の連絡先

南砺市民病院	☎ ⑧ 1475
公立南砺中央病院	☎ ⑤ 0001
南砺家庭・地域医療センター (旧福野病院)	☎ ② 3555
平診療所	☎ ⑥ 2500(医科) ☎ ⑥ 2102(歯科)
上平診療所	☎ ⑦ 3232
利賀診療所	☎ ⑧ 2013
医療局 (公立南砺中央病院内)	☎ ⑤ 2220

南砺市立福野病院が、
「南砺家庭・地域医療センター」に改称

2月1日(金)から、南砺市立福野病院は、南砺市民病院附属診療所「南砺家庭・地域医療センター」となります。外来診療はこれまでどおり継続し、診療内容に変更はありません。

問い合わせ
南砺市民病院 事務局 ☎ ⑧ 1475
南砺家庭・地域医療センター ☎ ② 3555

スタッフ紹介

公立南砺中央病院 地域連携室
看護師長

つか ざき
柄 崎 マ ユ ミ



地域連携室は、医療福祉の専門員が、医療・福祉・介護制度を利用し、患者をはじめ地域のみなさんの在宅療養に関する相談を受けています。また、患者、家族、病院スタッフと話し合い、希望に沿った退院支援ができるよう他の医療機関、施設、介護支援事業所と連携しています。

私たち地域連携室一同は、みなさんから寄せられる療養生活全般にわたる悩みや相談と一緒に考え、可能な限り住み慣れた自宅で、その方らしい生活を送っていただけるよう支援していきます。どうぞお気軽にご利用ください。

地域連携室 ☎ ⑤ 2228(直通)



2月の医療案内

【南砺市医師会日曜当番内科医】

診療時間：午前10時～午後4時、午後7時～10時
場所：公立南砺中央病院内 ☎ 0001
問い合わせ：南砺市医師会 ☎ 2510

【休日当番歯科医】

診療時間：午前9時～午後5時

2/3 棚田歯科医院 福光 ☎ 0296

2/10 川口歯科医院 城端 ☎ 0105

2/11 林歯科医院 井波 ☎ 3283

2/17 山本武夫歯科医院 井波 ☎ 5323

2/24 山本歯科クリニック 井波 ☎ 5000

受診の際は、病状などを事前に電話連絡し、保険証を持参してください。
問い合わせ：富山県歯科保健医療総合センター
☎ 076-433-2039

【救急・時間外診療】

砺波医療圏急患センター

診療科目 内科・小児科 外傷は対象外。

診療時間 月～土 午後8時～10時30分
日、祝日、年末年始(12/31～1/3)
午前10時～午後5時、
午後8時～10時30分

持参品 健康保険証、福祉医療費請求書、
処方箋など

砺波市新富町1-61(市立砺波総合病院に隣接)

内科 ☎ 5005

小児科 ☎ 7744



24時間健康テレホンサービス

☎ 076-442-0003

2月のテーマ

- 月 急におきた下痢の対処法
- 火 精神科へのかかり方
- 水 妊婦さんの搬送拒否について
- 木 成人の矯正歯科治療について
- 金 糖尿病と腎臓
- 土・日 五十肩

富山県保険医協会



国民年金

「ねんきん特別便」を お送りしています

社会保険庁では、約5,000万件の未統合記録と、基礎年金番号で管理されている記録との名寄せ(氏名・性別及び生年月日の突合せ)等を行っています。その結果、記録同士が結びつくと推定される方々に対し、昨年12月から、順次加入期間及び加入履歴を記載したねんきん特別便をお送りしています。

ねんきん特別便が届いた方は、自身の年金記録に漏れがないか十分確認し、必ず同封の次の書類を提出していただくようお願いします。

訂正がない場合：

「確認はがき」を送付

訂正がある場合：

年金受給者 → 「年金加入記録照会票」に年金証書を添えて社会保険事務所で手続き(代理の場合委任状が必要)

現役加入者 → 「年金加入記録照会票」を社会保険事務所へ送付

<住所変更があった方はご注意ください>

住所変更の届出をされていない場合、ねんきん特別便をお届けできません。住所の変更・訂正は、本人による手続きが必要です。下記の届出先で手続きをお願いします。

国民年金第1号被保険者：各行政センター

厚生年金加入者、国民年金第3号被保険者：

厚生年金加入者の勤務先社会保険担当

年金受給者：社会保険事務所

結婚等で名字が変わったのに、氏名変更の届出をされていない方も、名寄せの円滑化のため至急届出をお願いします。

問い合わせ

ねんきんダイヤル 0570-05-1165

(IP電話・PHSは 03-6700-1165)

月～金：午前8時30分～午後5時15分(月曜日は午後7時)

第2土：午前9時30分～午後4時

富山社会保険事務局 砺波事務所 ☎ 1259

2月の年金相談(相談時間は午前10時～午後3時)

開設日	開設場所
8日(金)	福光行政センター
12日(火)	城端行政センター
22日(金)	福光行政センター
26日(火)	城端行政センター

第4回南砺利賀そば祭り

- 北陸随一の大雪像群と
夜空いっぱいの花火。
おいしいそばもあるよ! -

2月9日(土)~11日(祝)
午前10時~午後7時(11日は午後3時)
利賀国際キャンプ場周辺

(内 容) 伝統行事「丑曳き」、利賀の伝統民謡、
そば早食い体験、そば打ち体験 など

問い合わせ
南砺利賀そば祭り実行委員会
(利賀行政センター内)
☎ 2111



南砺ふくみつ 雪あかり祭り

- 大空に浮かぶ巨大紙風船には、
第6回版画年賀状公募展の
入賞作品が描かれています -

2月9日(土)・10日(日)
正午~

(内 容)

いっぽく鍋祭り街
特設ステージ など

会場及び問い合わせ
道の駅福光
「なんと一福茶屋」
☎ 4100

2月の
イベント

第21回 こきりに味まつり

- 民謡と味覚、五箇山の二大魅力を一度に楽しめます! -

2月17日(日) 午前10時30分~午後4時
上梨こきりこ館

問い合わせ 五箇山観光協会 ☎ 2468



日 時	イベントタイトル・内 容	場所 / 問い合わせ
2月2日(土)・3日(日) 午後5時30分~8時30分	四季の五箇山雪あかり - 雪と光に包まれた幻想的な世界遺産をご覧ください -	菅沼合掌造り集落 五箇山観光協会 ☎ 2468
2月2日(土)・3日(日) 午前10時~	アイスフェス2008~冬のおひな様まつり~ - 「おひな様雪像づくりコンテスト」など新企画が盛りだくさん -	いなみ木彫りの里 ☎ 5757
2月28日(木)・29日(金) 午前10時~午後4時	城端つごもり大市 - 千円大市や1杯100円の「つごもりうどん」が大人気 -	西町通り(国道304号) (協)城端西町商店会 ☎ 3118

統計なんと

人 口 57,617人(-23)

男 性 27,582人(-27)

女 性 30,035人(+4)

世帯数 17,372戸(+5)

平成20年1月1日現在、()内は前月比。
(住民基本台帳より)

編 集 後 記

数年前までは完璧なメタボ予備群だった私。現在は標準体重を下回り、一見スマートな体型を維持しています。しかし、中性脂肪は基準値を大きく上回っており、内臓脂肪型肥満の兆候が見られます(正月休みがさらに拍車をかけたような...)。P4~5特定健診の実施については、自分でも興味深く編集させていただきました。誰もが「ヤセ型」を目指す現代の風潮には疑問を感じますが、生活習慣病の予防は健康のためだけでなく、医療費の削減にもつながるとのこと。みなさんも気をつけましょうね。

さて、今年も新成人を代表して8名の方に質問しましたが、どれも立派な回答なのに驚きました。「今どきの若者は...」と嘆く方もおられますが、この若者たちがいる限り南砺市の未来は明るそうです。期待しましょう!
(よっこ)