

2015
3月

市民カレンダー



1日	◎いなみ本町通りお人形さま巡り 井波本町通り ～29日まで
2月	◎集合納税第9期納期限 ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター
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 ※要予約(☎㊿7715) ◎長時間労働者への面接指導 19:00～20:00 砺波医師会 ※要予約(☎㊿7715)
4水	◎ー北陸に根付いた二紀会の作家たちー 印牧邦一と北陸二紀会の彫刻家を囲んで 10:00～17:00 ～15日 福野文化創造センター アートスペース・データスペース ◎心配ごと相談 13:30～16:00 平行政センター
5木	◎法律・一般相談室 13:30～15:30 井波社会福祉センター ※法律相談は要予約(☎㊿2941) ◎心の健康相談 13:30～16:00 砺波厚生センター ※要予約(☎㊿3512) ◎相倉合掌造り集落 残雪ライトアップ 日没～21:00 ～8日 ◎第10回南砺市民体育大会冬季大会スキー競技 受付:17:00～ IOX-AROSAスキー場
6金	◎3月定例市議会〔本会議(一般質問)〕 9:30～ 福光庁舎5階議場 ◎菅沼合掌造り集落ライトアップ 日没～20:30 ～28日(毎週金・土に実施)
7土	◎ーこころの軌跡ー 歓喜の人 棟方志功展 ～5月10日 福光美術館 開会式 9:30～ 記念講演会 10:30～ 演題「棟方志功と真宗の風土」講師:木村宣彰氏
8日	◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
9月	◎3月定例市議会〔本会議(一般質問)〕 9:30～ 福光庁舎5階議場 ◎全血献血(400mlのみ) 9:00～11:00 井波庁舎 15:00～16:30 城端庁舎 ※400ml献血基準:男性17歳以上・女性18歳以上で69歳まで、体重50kg以上
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 ※要予約(☎㊿7715) ◎3月定例市議会〔予算特別委員会〕 9:30～ 福光庁舎5階全員協議会室 ◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 ◎不動産無料相談所 13:00～16:00 となみ散居村ミュージアム
11水	◎3月定例市議会〔産業建設常任委員会・予算特別委員会〕 10:00～ 福光庁舎5階委員会室
12木	◎3月定例市議会〔民生病院常任委員会・予算特別委員会〕 10:00～ 福光庁舎5階委員会室 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」 ◎心の健康相談 13:30～15:30 福光保健センター ※要予約(☎㊿1767)
13金	◎3月定例市議会〔総務文教常任委員会・予算特別委員会〕 10:00～ 福光庁舎5階委員会室
14土	◎春の鉢花と寄せ植え展示 9:00～17:00 ～29日 南砺市園芸植物園 ◎雪割草展示会 10:00～16:00 ～15日 南砺市園芸植物園 ◎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・ミュー」 ◎ーこころの軌跡ー 歓喜の人 棟方志功展ギャラリートーク 14:00～ 福光美術館 ◎相倉合掌造り集落 北陸新幹線開業記念ライトアップ 日没～21時 ～16日

15日	◎福野方面団春季訓練 9:00～ 高瀬西分団管内 ◎井波方面団春季訓練 9:30～ 山野公民館周辺 ◎第30回記念たいらクロスカントリースキー大会 9:00～ たいらクロスカントリー場 ◎お笑いスーパーライブinなんと 14:00～ 井波総合文化センター
16月	◎中学校卒業式 平成26年分確定申告及び住民税申告相談 3月16日(月)まで ※土日を除く。 ▷問い合わせ 税務課 市民税係(福野庁舎) ☎23-2005
17火	◎小学校卒業式 ◎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(☎㊿7715) ◎3月定例市議会〔予算特別委員会・全員協議会〕 13:30～ 福光庁舎5階全員協議会室 ◎健康・介護相談会 13:30～15:30 福野老人福祉センター「さつき荘」 ◎法律相談 13:30～15:30 市社会福祉協議会本所 ※要予約(☎㊿2941) ◎長時間労働者への面接指導 19:00～20:00 砺波医師会 ※要予約(☎㊿7715)
18水	◎心配ごと・行政・人権・家庭児童相談 13:30～16:00 城端老人福祉センター「美山荘」
19木	◎3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5階議場 ◎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(☎㊿3512)
20金	
21土	◎第25回南砺いのくち椿まつり 9:00～ ～22日 いのくち椿館、井口中学校体育館、井口小学校体育館 ◎ヘリオスブルーヴィーナイトVol.24 アン・サリー、キセル 18:30開演 福野文化創造センター 円形劇場ヘリオス
22日	
23月	
24火	◎心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
25水	◎広報なんと4月号発行・配布物配布日
26木	◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 福野老人福祉センター「さつき荘」
27金	◎第9回南砺市日本画連盟展 9:00～17:00 福野文化創造センター アートスペース ～29日 (※29日は16:00まで)
28土	
29日	◎行政センター休日開庁 8:30～17:15 福野・福光行政センター ◎映画「ふるさとがえり」上映会 13:00～ じょうはな座
30月	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! なお、3月中は3日、10日、17日、24日、31 日です。お仕事帰り気軽にご利用ください!
31火	◎集合納税第10期納期限

3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8:30～17:15

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				

井波図書館

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				

城 端 図 書 館

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				



健康3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 ☎ 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 ☎ 82-4657
- 平・上平・利賀地域の連絡先…
平保健センター ☎ 66-8026 ☎ 66-8027

■離乳食教室、フッ化物塗布、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26年11月生	12日(木)	13:00～13:20	南砺家庭・地域医療センター健診会場(福野)	母子健康手帳 なんとすこやかファイル バスタオル・問診票
7か月児離乳食教室	全 地 域	平成26年8月生	13日(金)	9:30～10:10	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 仕上げ用歯ブラシ らくらく離乳食ガイドブック
1歳6か月児健診	井波・井口 福野・利賀	平成25年7月21日生～ 8月31日生	5日(木)	13:00～13:20	南砺家庭・地域医療センター健診会場(福野)	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
	福光・城端 平・上平	平成25年8月1日生～ 8月31日生	26日(木)	13:00～13:20	福光保健センター	なんとすこやかファイル 母子健康手帳・問診票 アンケート 歯ブラシ・タオル等 フッ化物塗布希望書 負担金200円 健診当日の早朝尿
3歳6か月児健診	福光・城端 平・上平	平成23年7月30日～ 9月30日生	19日(木)	12:45～13:15	福光保健センター	
2歳児・2歳6か月児 3歳児フッ化物塗布	福光・城端	2歳児(H25年2月生)	10日(火)	13:00～13:20	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(H24年8月生)				
		3歳児(H24年2月生)				
	井波・井口 福野・利賀	2歳児(H25年2月生)	4日(水)		南砺家庭・地域医療センター 健診会場(福野)	
		2歳6か月児(H24年8月生)				
		3歳児(H24年2月生)				
平・上平	平成23年10月生～平成25年6月生	12日(木)	平保健センター			
乳幼児発育相談 ※要予約	全 地 域	乳幼児	3日(火)	9:00～10:00	福光保健センター	母子健康手帳
マタニティ教室 ※要予約	全 地 域	妊娠3か月(8週)～ 5か月(19週)頃の方	17日(火)	13:00～13:20	福光保健センター	母子健康手帳 なんとすこやかファイル アンケート (予約された方に 郵送いたします)

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
	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	予約日	平保健センター	
	井口	予約日	予約指定時間	井口行政センター	
	上平			上平行政センター	
心の健康相談 (対応:精神科看護師)	利賀	12日(木)	13:30~15:30	福光保健センター	※前日まで予約
	全地域				

各種検診

早期発見が決め手です。

○施設検診(医療機関にて検診)

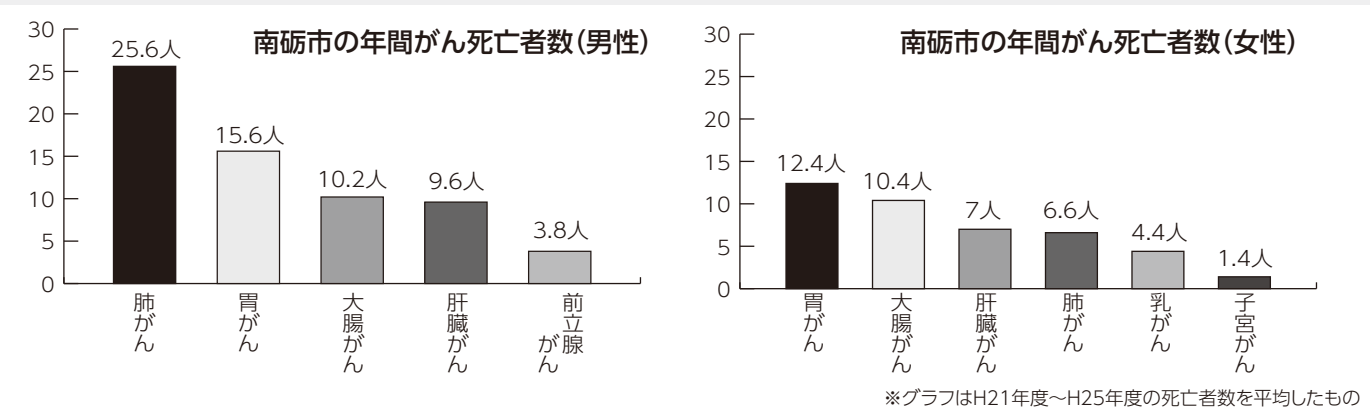
項目	対象者		受付時間	会場	持ち物
がん検診 (施設) ※要予約	子宮がん (20歳以上の方)	国保加入者または 職場等でがん 検診を受ける機 会のない方	H27年3月31日まで 診療時間帯	*指定医療機関 (県内婦人科)	がん検診受診券 (受診券がない方は事前に 保健係・保健センターへお 申し出ください)
	乳がん (40歳以上の方)	※要予約	H27年3月31日まで 診療時間帯	南砺市民病院 公立南砺中央病院	負担金、健康保険証 子宮・乳がん検診クーポン券 (該当者には5月下旬に発 送済です)

*公立南砺中央病院の婦人科は休診中につき、子宮がん検診は実施していません。

がん検診で精密検査が必要と案内があった方へ まだ精密検査を受けていない方は早めに受けましょう!

南砺市のH25年度死亡原因の第1位はがん、第2位は心疾患、第3位は脳血管疾患となっています。

過去5年間のがん死亡者数の平均をみると、男性は、肺がん、胃がん、大腸がんの順で多く、女性は胃がん、大腸がん、肝臓がんの順に多くなっています。(下図参照)



がんによる死亡者数を減らすためには、検診を受けて早期発見、早期治療につなげることが大切です。

精密検査の通知がきているのにそのままになってはいませんか?忙しいから…、結果が怖いから…いろいろな理由はあると思いますが、精密検査を受けなければ早期発見・早期治療のチャンスを逃してしまうかもしれません。せっかく受けた検診を無駄にしないためにも是非受診してください。

市のがん検診を受診して要精検になった方で、精密検査を受けられたか確認できない方には順次受診確認の案内をお送りしています。これから精密検査を受けたいが、検診結果等が見つからないという場合は、再発行いたしますので健康課までご連絡ください。精密検査を受けたのに案内が届いたという方も健康課まで受診結果をご連絡ください。

3月1日(日)~7日(土)は「子ども予防接種週間」です。

入園、入学前となるこの時期に、保護者をはじめとした地域住民の予防接種に対する関心を高め、定期予防接種(麻しん、風しんなど)の接種率向上を図ることを目的として、「子ども予防接種週間」が実施されます。

特に、「年長児対象の麻しん風しん混合予防接種(第2期)」、「小学6年生対象の2種混合予防接種」は3月末までが接種期限となっています。期限を過ぎると任意接種(有料)となります。保護者の方は、接種漏れがないか母子健康手帳で確認をお願いします。

定期予防接種の予診票を紛失された方は、下記の3か所で再発行を行っています。必ず母子健康手帳を持参の上、必ず接種される前に申請してください。



●福光保健センター Tel52-1767 ●井波庁舎 健康課保健係 Tel23-2027 ●平保健センター Tel66-8026