

2015

5

月

市民カレンダー

憲法記念日 みづのひ こどものひ 振替休日	1金	◎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!～ ◎福野夜高祭(宵祭) 18:30～深夜 ～2日 福野中心市街地
	2土	
	3日	◎利賀地域春祭り 10:00～19:00 ～5日 ◎福野夜高祭(本祭) 10:00～ 福野中心市街地 ◎よいやさ祭り 終日 井波市街一円 ◎IOX-AROSA 第5回しゃくなげまつり ～4日 IOX-AROSA第3駐車場周辺
	4月	◎城端曳山祭 ～5日 城端市街一円 ◎企画展「～こころの軌跡～歓喜の人棟方志功展」ギャラリートーク 14:00～ 福光美術館
	5火	
	6水	
	7木	
	8金	◎心の健康相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512) ◎心配ごと相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター
	9土	◎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・ミュール」
	10日	◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
	11月	◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター
	12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(☎③7715) ◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター ◎不動産無料相談所 13:00～16:00 となみ散居村ミュージアム ◎行政・人権・心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館

なんと！こども読書週間
5月12日(火)まで

13水	◎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(☎②1767) ◎にこにこ相談会(砺波地区教育相談) 13:30～16:30 砺波市健康センター ※要予約(☎③2012) ◎相倉合掌造り集落水田逆さ合掌ライトアップ 日没～21:00 ～17日
14木	
15金	
16土	

17日	◎第27回ふれあいヘラブナ釣り大会 6:00～11:00 赤祖父湖
18月	◎心配ごと相談 13:30～16:00 ことぶき館
19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(☎③7715) ◎全血献血(400mlのみ) 9:30～12:00 平行政センター ※400ml献血基準:男性17歳以上、女性18歳以上、体重50kg以上 ◎法律相談 13:30～15:30 市社会福祉協議会本所(井口) ※要予約(☎②2941) ◎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)
20水	◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 城端老人福祉センター「美山荘」 ◎出前市長室 18:00～20:00 平行政センター
21木	◎ひきこもり相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512)
22金	<div>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!</div> <div>なお、5月中は12日、19日、26日です。 お仕事帰り気軽にご利用ください!</div>
23土	
24日	◎平成27年度第1回南砺市民大学講演会 14:00～15:30 井波総合文化センター 講師:中島 誠之助 氏 演題:「目利きの人生談義」
25月	◎広報なんと6月号発行・配布物配布日
26火	◎心配ごと相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 ◎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)
27水	◎チャレンジデー2015inなんと 0:00～21:00 ◎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)
28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」
29金	
30土	◎企画展「三浦雄一郎エベレスト登頂写真展」開会式・記念講演会 9:00～ 福光美術館 ◎第10回南砺花と緑のフェスティバル2015 ～31日 園芸植物園 ◎原田知世LIVE TOUR 2015 “恋愛小説” 富山ヘリオス公演 開場 18:30～ 開演 19:00～ 福野文化創造センター「ヘリオス」
31日	◎第14回わんぱく相撲となみ場所 8:30～(※8:15受付完了) 福光東部小学校

5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

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

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

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

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



健康5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27年1月生	14日(木)	13:00～13:20	南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	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10月生	22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10月1日生～ 11月20日生	21日(木)	12:45～13:15	南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	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 なんとすこやかファイル
3歳6か月児健診	井波・井口 福野・利賀	平成23年10月1日生～ 12月25日生	27日(水)	12:45～13:15	南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	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
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4月生)	12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10月生)				
	井波・井口 福野・利賀	3歳児(H24年4月生)			13日(水)	
		2歳児(H25年4月生)				
		2歳6か月児(H24年10月生)				
3歳児(H24年4月生)						
乳幼児発育相談 ※要予約	全 地 域	乳幼児	8日(金)	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)～6か月 (23週)頃の方	19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	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	
利 賀	利賀行政センター				
心の健康相談(対応:保健師) *前日までに要予約	全地域	14日(木)	13:30～15:30	福光保健センター	

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。職場等で検診機会のない方はお受けください。

○集団検診

項目・地域		実施日	受付時間		会場	持ち物
			胸部レントゲン	胃がん検診		
胸部レントゲン検診 胃がん検診(集団) 胃の受付は要予約	平	13日(水)	8:30~10:00	8:30~9:30	平保健センター	胸部レントゲン検診受診券、 負担金300円(65歳以上無料)、 健康手帳 胃がん検診希望者は胃がん 検診受診券 負担金1,200円
	上平	21日(木)	8:30~10:00	8:30~9:30	山村開発センター	
	福野	11日(月)	8:30~11:00	8:30~10:00	福野北部体育館	
		15日(金)	8:30~11:00	8:30~10:00	福野体育館サブアリーナ	
		18日(月)	8:30~11:00	8:30~10:00	南部コミュニティセンター	
		26日(火)	8:30~11:00	8:30~10:00	アクティブ東石黒	
胸 部 レ ン ト ゲ ン 検 査	平	13日(水)	10:30~11:00	/	こきりこ館	胸部レントゲン検診受診券、 負担金300円(65歳以上無料)、 健康手帳
			11:10~11:30		羽馬家前	
			13:20~13:40		前崎宅前	
			14:00~14:20		まつや前	
			14:40~15:00		中田宅前	
			15:10~15:30		井渕宅前	
	上平	21日(木)	10:20~10:50		JAなんと上平支店	
			11:00~11:20		楮公民館前	
	福野	21日(木)	13:30~14:30		院林宮農会館	
		22日(金)			安居集会所	
		25日(月)			高瀬ふれあい体育館	
	福光	27日(水)	13:30~15:30		福光公民館	
28日(木)						
	29日(金)					

○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 (施 設)	胃がん (40歳以上の方)	国保加入者、職 場等でがん検診 を受ける機会が ない方 ※要予約	H28年2月29日まで 診療時間帯	南砺市指定医療機関	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。) 負担金 子宮・乳がん検診ク ーポン券(該当者には5月 下旬に発送予定です)
	子宮がん (20歳以上の方)		H28年3月31日まで 診療時間帯	指定医療機関 (県内婦人科)	
	乳がん (40歳以上の方)		H28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	

南砺市国保人間ドック検診

助成対象者 (①～④のすべてに該当する方)	指定医療機関	実施期間	個人負担金	申込み方法(順番)
①昭和51年3月以前に生 まれた方(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平成27年度の特定健 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 ※受診日時点で南砺市国 保を脱退されていた場 合は、受診費用が全額 自己負担となりますの でご注意ください。	南砺市民病院 (☎82-1475)	10月30日(金) まで	男性 14,000円 女性 15,000円	※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。 南砺市民病院は約150名、公立南砺中央病院 は約65名まで予約できます。 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、9月30日(水)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。
	公立南砺中央病院 (☎53-0001)	10月30日(金) まで		
	厚生連高岡 健康管理センター (☎0766-21-3930)	10月30日(金) まで		