

2016

5月

市民カレンダー

1日	◎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) ～2日 福野中心市街地
2月	◎固定資産税第1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	◎福野夜高祭(本祭) 10:00～ 福野中心市街地 ※曳軸巡行 ◎利賀地域春祭り 10:00～19:00 ～5日 ◎よいやさ祭り 終日 井波市街一円
4水	◎城端曳山祭 ～5日 城端市街一円
5木	
6金	
7土	
8日	◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
9月	
10火	◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎③7715) ◎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 ◎心の健康相談 13:30～15:30 福光保健センター ※要予約(☎②1767) ◎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	
12木	◎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 ～15日
13金	
14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」
15日	◎第28回ふれあいヘラブナ釣り大会 6:00～11:00 赤祖父湖
16月	◎心配ごと相談 13:30～16:00 ことぶき館

17火	◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎③7715) ◎法律相談 13:30～15:30 市社会福祉協議会本所 ※要予約(☎④2941)
18水	◎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 19:00～21:00 上平行政センター なんと！こども読書週間 5月18日(水)まで 市内図書館でイベントいろいろ!
19木	◎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17～69歳、女性18～69歳、体重50kg以上 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター ◎ひきこもり相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512)
20金	◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～
21土	
22日	◎平成28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:ロバート キャンベル 氏 演題:「日本人が気づかないニッポン」
23月	
24火	◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎③7715)
25水	◎広報なんと6月号発行・配布物配布日 ◎チャレンジデー2016 inなんと 0:00～21:00 ◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎③7715)
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	
28土	◎第11回南砺花と緑のフェスティバル2016 ～29日 園芸植物園
29日	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、5月中は10日、17日、24、31日です。 お仕事帰り気軽にご利用ください!
30月	
31火	◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎③7715) ◎軽自動車税納期限

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	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				



2016 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

■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	H28年1月生	未定 ※決定次第、対象の方へ案内します	13:10～13:30	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
5か月児 離乳食教室	全 地 域	H27年11月生	10日(火)	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 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	H26年10月21日生～ 11月20日生	19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	H24年10月1日生～ 12月22日生	25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・3歳児歯科健診・ フッ化物塗布	井波・井口 福野・利賀	2歳児:H26年3月1日～5月5日生 3歳児:H25年3月1日～5月5日生	11日(水)	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 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か月児歯科健診・ フッ化物塗布	福光・城端	2歳6か月児: H25年9月1日～11月30日生	24日(火)		福光保健センター	
母乳育児相談 ※要予約	全 地 域	乳幼児	11日(水)	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	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)

6月の歯科健診・フッ化物塗布の予定は下記のとおりです

項 目	対象地域	対象者	実施日	受付時間	会場	持ち物
2歳児・3歳児歯科健診・ フッ化物塗布	福光・城端	2歳児(H26年4月16日～6月22日生)	8日(水)	13:00～13:20	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
		3歳児(H25年4月16日～6月22日生)				
2歳6か月児歯科健診・ フッ化物塗布	井波・井口 福野・利賀	2歳6か月児: H25年9月1日～11月21日生	14日(火)		南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	

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(福野)	
	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		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)	全地域	10日(火)	13:30～15:30	福光保健センター	※前日まで予約

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	対象地域	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) ※胃がん検診は要予約	平	13日(金)	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	16日(月)	8:30～10:00	8:30～9:30	山村開発センター	
	福野	18日(水)	8:30～11:00	8:30～10:00	南部コミュニティセンター	
		20日(金)	8:30～11:00	8:30～10:00	福野北部体育館	
		27日(金)	8:30～11:00	8:30～10:00	アクティブ東石黒	
胸部レントゲン検診	平	13日(金)			福野体育館サブアリーナ	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
			10:30～11:00		こきりこ館	
			11:10～11:30		羽馬家前	
			13:20～13:40		中島宅前	
			14:00～14:20		まつや前	
	上平	16日(月)	14:40～15:00		中田宅前	
			15:10～15:30		井渕宅前	
			10:30～11:00		JAなんと上平支店	
			11:10～11:30		椿公民館前	
			16日(月)	13:30～15:00	福野東部体育館	
	福野		23日(月)	13:30～14:30	院林営農会館	
			24日(火)	13:30～14:30	安居集会所	
			26日(木)	13:30～14:30	高瀬ふれあい体育館	
			30日(月)	13:30～15:00	柴田屋公民館	

○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)	胃がん (40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	H29年2月28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 健康保険証
	子宮がん (20歳以上の方)		H29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)	※要予約	H29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52年3月以前に生まれた方(40歳～74歳) ②受診日において、南砺市国保加入者である方 ③世帯に市税の未納、滞納がない方 ④平成28年度の特健健診、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保険の切り替わりがある方はご注意ください。	南砺市民病院 (☎82-1475)	10月31日(月)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、行政センター ・申込書受付期間は、9月30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。
	公立南砺中央病院 (☎53-0001)	10月31日(月)まで		
	厚生連高岡 健康管理センター (☎0766-21-3930)	10月31日(月)まで		