



2016
平成28年

10月

市民カレンダー

1土	◎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!～ ◎第26回五箇山和紙まつり ～2日 道の駅たいら・五箇山和紙の里一円 ◎第1回なんと社協まつり 10:00～15:00 井波総合文化センター
2日	◎防災講演会in南砺市 13:15～16:00 じょうはな座 「地域が主役の砂防」 講師:国土交通省砂防部 今井一之課長
3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
4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 ☎㊟7715)
5水	◎心配ごと・行政相談 13:30～16:00 平行政センター
6木	◎心の健康相談 13:30～16:00 砺波厚生センター ※要予約(☎㊟3512) ◎南砺市戦没者追悼式 14:00～ 福光中央会館5階大ホール
7金	
8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・ミュウ」
9日	◎第8回南砺市駅伝競走大会 開会式 8:40～ 城端中学校グラウンド ◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
10月	◎世界遺産五箇山道宗道トレイルラン大会 6:30～ タカンボースキー場～瑞泉寺 ◎2016ふくみつスポーツデー 9:00～ 福光体育館周辺
11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 Tel:33-7715) ◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター ◎心配ごと・行政相談 13:30～16:00 利賀行政センター ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
12水	
13木	◎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(☎㊟2012)
14金	
15土	◎ど～んと利賀の山祭り2016 ～16日 利賀そばの郷広場

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、10月中は4日、11日、18日、25日
です。お仕事帰り気軽にご利用ください!

16日	
17月	◎行政相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター
18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 ☎㊟7715) ◎心の健康相談 13:30～15:30 福光保健センター ※要予約(☎㊟1767) ◎法律相談 13:30～15:30 南砺市社会福祉協議会本所 ※要予約(☎㊟2941)
19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」
20木	◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ ◎ひきこもり相談 午前 砺波厚生センター ※要予約(☎㊟3512) ◎心配ごと・行政相談 13:30～16:00 ことぶき館
21金	
22土	◎第15回丹波黒大豆枝豆収穫大会 ～23日 9:00～15:00 久保地区ほ場(井口)
23日	◎富山県知事選挙投票日
24月	
25火	◎広報なんと11月号発行・配布物配布日 ◎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 ☎㊟7715) ◎いきいき人生講座 10:00～15:30 福野体育館 ※要申込(南砺市社会福祉協議会 ☎㊟2940)
26水	◎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 ☎㊟7715)
27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」
28金	◎第11回なんと!図書館まつり ～本のかずだけHAPPYがある～ ～11月23日(水・祝) 市内図書館
29土	◎なんと彩葉まつり ～30日 城端地域一円 ◎軽トラ市 ～30日 城端サービスエリア第2駐車場周辺
30日	
31月	◎市・県民税第3期納期限 ◎国民健康保険税第4期納期限

行政相談週間
10月17日(月)～23日(日)

10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
平成28年

健康10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6月生	13日(木)	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	H28年4月生	4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	H27年2月19日生 ～4月24日生	27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 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	H25年5月1日生～ 5月31日生	19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 歯ブラシ・タオル 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
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8月16日～ 9月30日生 3歳児: H25年8月16日～ 9月30日生	5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 フッ化物塗布希望書 負担金200円
乳幼児発育相談 母乳育児相談 ※要予約	全 地 域	乳幼児	6日(木)	9:00～10:00	福光保健センター	母子健康手帳

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	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) ※前日まで要予約	全地域	18日(火)	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。

なんと!胃がん検診(集団)4,320円のところ1,200円
子宮がん検診(集団)3,610円のところ1,000円で
受けることができます。

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。

※受診券が届いていなくても、受診機会のない方は受診できます。受診券は当日会場で作成いたします。

○集団検診

項目・地域		実施日	受付時間	会場	持ち物
特定健診(集団)		29日(土)	8:30～11:00	福光保健センター	対象者:市国保加入の40歳以上74歳以下 (S17.4.1～S52.3.31生まれ) 国民健康保険被保険者証(必須)
39歳以下健診		3日(月)	13:30～15:00	福光保健センター	対象者:19歳以上39歳以下 39歳以下健康診査受診券(ハガキ) 負担金1,000円 健康手帳(お持ちの方)
		7日(金)			
		30日(日)	9:00～10:30		
胸部レントゲン 検診のみ	上平	20日(木)	9:00～9:30	ことぶき館	対象者:40歳以上 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(お持ちの方)
	平		10:00～10:40	平保健センター	
	利賀		11:30～12:00	利賀行政センター	
	福野	21日(金)	13:30～15:00	南砺家庭・地域医療 センター(検診会場)	
		22日(土)	8:30～11:00		
	福光	25日(火)	13:30～15:00	福光公民館	
		26日(水)	13:30～15:00	吉江公民館	
胃がん健診 ※要予約	福野	★2日(日)	8:30～9:30	南砺家庭・地域医療 センター(検診会場)	胃がん検診受診券 負担金1,200円(節目無料)、健康 手帳(お持ちの方)
	福光	24日(月)	8:30～10:00	福光保健センター	
子宮がん・乳がん検診 (女性のみ) ※要予約	福野	★2日(日)	8:30～9:30	南砺家庭・地域医療 センター(検診会場)	子宮がん対象者:20歳以上 乳がん対象者:40歳以上 受診券、負担金、健康手帳(お持ち の方)
	城端	12日(水)	13:00～14:00	城端保健センター	
	福光	14日(金)	13:00～14:00	福光保健センター	

★のついている日は、胃がん・婦人がん(子宮頸部・乳房)検診を同時に実施できます。

○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)	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 機会のない方 ※要予約	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 (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		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	

項目	対象者	受付時間	会場	持ち物
口腔疾患 検診	今年度40・45・50・55・60・65・70・ 75・80歳になる方	6月1日(水)～ H29年2月28日(火)	市内指定歯科 医療機関	口腔疾患検診受診券 (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) 健康手帳(お持ちの方)