

2016
平成28年
11月

市民カレンダー

1火	◎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!～ ◎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）
2水	
3木	◎第13回南砺菊まつり 9:00～17:00 ～13日 園芸植物園 ◎木彫りの天神様展・いなみ物産フェア ～6日 いなみ木彫りの里創遊館
4金	◎第12回南砺市名士作家頒布展 9:00～17:00 ～7日 井波社会福祉センター
5土	◎ヘリオス・グルーヴィーナイト vol.26 在日ファンク×Suchmos 福野文化創造センター「ヘリオス」 開場18:00 開演18:30
6日	
7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
8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） ◎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 ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
9水	◎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（教育総務課 ☎㊟2012）
10木	
11金	
12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」
13日	◎南砺市議会議員・南砺市長選挙投票日 ◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
14月	
15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 社会福祉協議会本所 ※要予約（☎㊟2941）

11月

秋の火災予防運動
～消しましょう
その火その時 その場所で～
11月9日（水）～15日（火）

16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」
17木	◎ひきこもり相談 午前 砺波厚生センター ※要予約（☎㊟3512） ◎心配ごと相談 13:30～16:00 井口社会福祉センター ◎相倉合掌造り集落ライトアップ 日没～21:00 ～20日
18金	
19土	◎第12回市展 9:00～17:00 ～27日 福光美術館
20日	◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～
21月	
22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）
23水	◎第26回IOX-AROSA雪恋まつり 9:00～ IOX-AROSAスキー場 ◎第31回福野のごっつお里いもまつり 10:00～15:00 福野体育館 ◎映画「The Salad Rudies」上映会 13:00～、18:00～ 井波総合文化センター
24木	◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター ◎映画「The Salad Rudies」上映会 13:00～、19:00～ 井波総合文化センター ◎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」 ◎出前市長室 19:00～21:00 福光庁舎別館
25金	◎広報なんと12月号発行・配布物配布日
26土	◎コンドルズ20周年記念日本縦断大感謝ツアー2016 「20th Century Boy」富山スペシャル公演 福野文化創造センター「ヘリオス」 開場18:30 開演19:00
27日	
28月	
29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）
30水	◎国民健康保険税第5期納期限

なんと!図書館まつり
～本の数だけHAPPYがある～
23日（水・祝）まで

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、11月中は1日、8日、15日、22日、29日
です。お仕事帰り気軽にご利用ください!

11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



2016
平成28年

健康11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7月生	10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・問診票 なんとすこやかファイル バスタオル
5か月児 離乳食教室	全 地 域	H28年5月生	9日(水)	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	福光・城端 平・上 平	H27年3月16日生 ～5月15日生	17日(木)	12:45～13:15	福光保健センター	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	福光・城端 平・上 平	H25年4月26日生 ～6月25日生	24日(木)	12:45～13:15	福光保健センター	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	井波・井口 福野・利賀	2歳児: H26年9月1日～ 10月31日生 3歳児: H25年9月1日～ 10月31日生	30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 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: H26年3月1日～ H26年5月31日生	1日(火)		福光保健センター	
乳幼児発育相談 ※要予約	全 地 域	乳幼児	4日(金)	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 (お持ちの方)
	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 平	火・木 金		福光保健センター 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	15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。

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。

※がん検診(集団)、39歳以下健診は、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)		6日(日)	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)	
		19日(土)		南砺家庭・地域医療センター(健診会場)		
39歳以下健診		2日(水)	13:30～15:00	南砺家庭・地域医療センター(健診会場)	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)	
		9日(水)				
		20日(日)	9:00～10:30			
胸部レントゲン 検診のみ	井口	14日(月)	13:30～14:30	井口ふるさとふれあい会館	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)	
	井波	21日(月)	13:30～15:00	アスモ 1階中央		
胸部レントゲン検診 胃がん検診(集団) ※要予約		城端	2日(水)	8:30～11:00 胃の受付は 10:00まで	城端保健センター	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) 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)
子宮がん・乳がん検診 (女性のみ) ※要予約		井波	4日(金)	13:00～14:00	アスモ 2階	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)
		福野	18日(金)	13:00～14:00	南砺家庭・地域医療センター(検診会場)	
		福光	25日(金)	13:00～14:00	福光保健センター	

○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	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		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	H29年2月28日まで 診療時間帯	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)