

2017
平成29年

1月

市民カレンダー

1日	◎第40回ふくの元旦マラソン2017 7:00スタート 福野体育館 ◎第36回北野元旦マラソン 11:00スタート 北野天満宮(城端地域) ◎ヘリオス元旦コンサート2017 14:00～ 福野文化創造センター
2月	
3火	
4水	◎官公庁執務始め ◎生誕110周年 菅創吉展 -21世紀に生き続けるユーモアとメッセージ- 10:00～17:00 ～9日 福野文化創造センター
5木	◎心の健康相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512)
6金	
7土	◎平成29年南砺市消防出初式 9:30～ 福野地内 ※初放水(裸放水)は10:00～
8日	◎城端温水プール「新春初泳ぎ」 11:00～ 城端温水プール ◎平成29年南砺市成人式 10:00～ 市内7会場 ◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
9月	◎利賀の初午 8:30～ 利賀村上村地区
10火	◎1月10日は「110番の日」 事件・事故は「110番」 相談は「#9110番」 ◎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 ◎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 井波社会福祉センター ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 福光庁舎別館
11水	
12木	
13金	
14土	◎第15回なんと版画年賀状公募展 ～2月12日 9:00～17:00 福光美術館 ◎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」
15日	
16月	

成人の日

17火	◎「防災とボランティアの日」 ◎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☎③7715) ◎心の健康相談 13:30～15:30 福光保健センター ※要予約(☎②1767) ◎法律相談 13:30～15:30 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」
19木	◎ひきこもり相談 午前 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512) ◎出前市長室 19:00～21:00 井波行政センター
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	防災とボランティア週間 1月15日(日)～21日(土)
22日	◎スポーツ指導者講習会 13:30～15:30 福野体育館会議室 「ジュニア選手のこころのサポート」～指導場面で知っておくとお得なこと～ 講師 立谷泰久氏(国立スポーツ科学センター研究員)
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2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☎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	◎四季の五箇山雪あかり 日没～20:00 ～29日 岩瀬家、行徳寺
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!
30月	なお、1月中は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	◎市・県民税第4期納期限 ◎国民健康保険税第7期納期限 ◎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)
◎各庁舎・行政センター年末年始休業期間 12月29日(木)～1月3日(火)	

1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	⑬	17	18	19	20	21
22	⑭	24	25	⑯	27	28
29	⑰	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	⑪	18	19	20	21
22	23	⑫	25	⑬	27	28
29	30	⑭				

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	⑬	17	18	19	20	21
22	⑭	24	25	⑮	27	28
29	⑰	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	⑬	17	18	19	20	21
22	⑭	24	25	⑮	27	28
29	⑰	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	⑬	17	18	19	20	21
22	⑭	24	25	⑮	27	28
29	⑰	31				



2017
平成29年

健康 カレンダー

1月

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(地域包括ケアセンター) ☎ 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9月生	12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7月生	11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5月16日生 ～7月10日生	18日(水)	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6月26日生 ～8月10日生	26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11月1日～ 12月16日生 3歳児: H25年11月1日～ 12月16日生	19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 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	10日(火)	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 (地域包括ケアセンター内)	
	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			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	17日(火)	13:30～15:30	福光保健センター	

高齢者の予防接種

肺炎を予防しましょう。

接種を希望される方は、説明書と啓発資料をよく読んで予診票を記入の上、医療機関へ持参してください。

肺炎球菌	
期 間	実施中～平成29年3月31日(金)まで
対象者	南砺市に住所を有する方で、 ①今年度中に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる方 ②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能に障害が有り、日常生活が極度に制限されるほどの障害を有する方 注意事項：上記①②の方で、以前に肺炎球菌予防接種を受けたことがある方は対象となりません
接種回数	1回
予診票	紫色
負担金	2,300円
案内方法	①に該当される方には、予診票を封筒で郵送済みです。 ②に該当される方は、福光保健センターへご相談ください。
持ち物	予診票、負担金、健康手帳(お持ちの方)
接種場所	市内指定医療機関(同封の説明書裏面に掲載) ※入院・入所中のため、指定医療機関で接種できない方は、福光保健センターまでお問い合わせください。

肺炎球菌の助成対象になるのは生涯に一度きり!
5年後の再通知はありません!!

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)	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	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	※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	

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)