

2018
平成30年

1月

市民カレンダー

元日	1月	<ul style="list-style-type: none"> ◎第41回ふくの元旦マラソン2018 7:00スタート 福野体育館 ◎第37回北野元旦マラソン 11:00スタート 北野天満宮(城端) ◎ヘリオス元旦コンサート2018 25th anniversary 開場 13:00 開演 14:00～ 福野文化創造センター「ヘリオス」
	2火	
	3水	
成人の日	4木	<ul style="list-style-type: none"> ◎官公庁執務始め ◎心の健康相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512)
	5金	
	6土	◎平成30年南砺市消防出初式 9:00～ 福光庁舎周辺・福光屋内グラウンド
	7日	◎平成30年南砺市成人式 10:00～ 市内7会場
	8月	
	9火	<ul style="list-style-type: none"> ◎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(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 ◎心配ごと相談 13:30～16:00 ことぶき館 ◎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
	10水	
	11木	
	12金	
	13土	<ul style="list-style-type: none"> ◎利賀の初午 8:30～ 利賀村上村地区 ◎第16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 13:30～17:00 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」
	14日	◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
	15月	
	16火	<ul style="list-style-type: none"> ◎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(砺波地域産業保健センター ☎③7715) ◎法律相談 13:30～15:30 社会福祉協議会本所 ※要予約(☎④2941)

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、1月中は9日、16日、23日、30日です。お仕事帰り気軽にご利用ください!

17水	<ul style="list-style-type: none"> ◎防災とボランティアの日 ◎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」
18木	◎ひきこもり相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎②3512)
19金	
20土	<ul style="list-style-type: none"> ◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ ◎平成29年度いのくち椿館 つばき展 ～21日 いのくち椿館 ◎ヘリオス・グルーヴィーナイトvol.27 D.A.N.×ペトロールズ 開場 18:00 開演 18:30～ 福野文化創造センター「ヘリオス」
21日	
22月	
23火	<ul style="list-style-type: none"> ◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎③7715)
24水	<ul style="list-style-type: none"> ◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎③7715)
25木	<ul style="list-style-type: none"> ◎広報なんと2月号発行・配布物配布日 ◎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」
26金	
27土	<ul style="list-style-type: none"> ◎四季の五箇山雪あかり 日没～20:00 ～28日 岩瀬家、行徳寺 ◎不動産無料相談所 13:30～16:30 となみ散居村ミュージアム
28日	
29月	
30火	<ul style="list-style-type: none"> ◎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(砺波地域産業保健センター ☎③7715)
31水	<ul style="list-style-type: none"> ◎市・県民税第4期納期限 ◎国民健康保険税第7期納期限

防災とボランティア週間
1月15日(月)～21日(日)

◎各庁舎・行政センター年末年始休業期間 12月29日(金)～1月3日(水)

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	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			

2018
平成30年

健康 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 FAX 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 FAX 82-4657
- 平・上平・利賀地域の連絡先…
平保健センター ☎ 66-8026 FAX 66-8027

■歯科健診・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	H29年9月生	11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 バスタオル
5か月児 離乳食教室	全地域	H29年7月生	10日(水)	9:30~10:10	福光保健センター	母子健康手帳 相談票 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	H28年5月16日生~ 7月10日生	17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
3歳6か月児 健診	福光・城端 平・上平	H26年7月1日生~ 8月22日生	25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
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: H27年10月29日生 ~12月13日生 3歳児: H26年10月29日生 ~12月13日生	18日(木)	13:00~13:20	井波保健センター (地域包括ケアセンター内)	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	福光・城端 平・上平 井波・井口 福野・利賀	乳幼児	16日(火) 30日(火)	9:00~10:00	福光保健センター 井波保健センター (地域包括ケアセンター内)	母子健康手帳
こどもの予防接種 相談会 ※要予約	全地域	乳幼児	19日(金)	14:00~15:00	井波保健センター (地域包括ケアセンター内)	母子健康手帳 ※希望される方には 身体計測や、小児 科医による健康相 談も実施します。

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 (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		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			

高齢者の予防接種

インフルエンザ予防接種の期間を延長します!!

期間	インフルエンザ	肺炎球菌
	実施中~平成30年1月31日(水)まで	実施中~平成30年3月30日(金)まで
接種の 助成対象者 (変更はありません)	南砺市に住所を有する方で、 ① 65歳以上の方 (昭和27年12月28日以前に生まれた方) ※12月28日までに65歳になる方は、誕生日から 接種できます。 ② 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、また は免疫機能に障害があり、日常生活の活動が極 度に制限される方(身体障害者手帳1級相当)	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 ② 60歳以上65歳未満の方は、左記インフルエ ンザ予防接種の②と同じ <u>ご注意ください</u> 上記①②の方でも、以前に肺炎球菌予防接種を 受けた方は対象外です。
接種回数	1回	1回
予診票	あお色	むらさき色
負担金	1,300円	2,300円
案内方法	①の方は、予診票を郵送済みです。 ②の方は、福光保健センターまでお電話ください。	
持ち物	予診票、負担金、健康手帳(お持ちの方)	
接種場所	南砺市内指定医療機関 (予診票裏面に掲載) ※入院・入所中のため、接種できない方は福光保健センターまでご連絡ください。	

肺炎球菌の
助成対象となるのは
生涯で一度きりです。
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。

南砺市死因第1位は、がんです!
早期発見のためにも検診を受けましょう!

○集団検診 (公民館、保健センター等にて検診) ※要予約

今年度最後の集団子宮・乳がん検診です。まだ受けていない方はこの機会にぜひ受診ください。

項目	実施日	受付時間	会場	持ち物
子宮がん・乳がん検診 (女性のみ) 対象者:子宮20歳以上 乳 40歳以上	31日(水)	13:00~14:00	南砺家庭・ 地域医療センター (福野)	受診券、負担金、健康手帳(お持ちの方) 負担金:子宮がん1,000円 乳がん 1方向1,100円、 2方向2,000円

○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	H30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) 健康保険証 負担金: 胃がん4,000円 子宮がん 頸部1,700円、 頸体部2,700円 乳がん 1方向1,400円 2方向2,000円
	子宮がん 20歳以上の方	H30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	H30年3月30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歳、45歳、50歳、55歳、 60歳、65歳、70歳、75歳、80歳 になる方	実施中~ H30年2月28日(水)	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)