

2018  
平成30年  
2月

市民カレンダー



|     |                                                                                                                                   |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1木  | ◎毎月「1日」は南砺市交通安全呼びかけの日<br>～出がけには、笑顔といっしょに「気をつけて」の一言を!～<br>◎心の健康相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎㊟3512)                                         |
| 2金  |                                                                                                                                   |
| 3土  | ◎安居寺節分会 10:00～ 安居寺<br>◎四季の五箇山雪あかり 日没～20:00 ～4日 菅沼合掌造り集落                                                                           |
| 4日  |                                                                                                                                   |
| 5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                                                                                              |
| 6火  | ◎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<br>※要予約(砺波地域産業保健センター☎㊟7715)                                                              |
| 7水  | ◎心配ごと相談 13:30～16:00 平行政センター                                                                                                       |
| 8木  |                                                                                                                                   |
| 9金  | ◎第14回南砺利賀そば祭り 10:00～ ～11日 利賀国際キャンプ場周辺<br>◎全血献血(400mlのみ) 9:30～11:30 福野庁舎 13:15～16:00 福光庁舎<br>※400ml献血基準:男性17歳以上、女性18歳以上、体重50kg以上   |
| 10土 | ◎南砺ふくみつ雪あかり祭り 正午～ ～11日 道の駅福光「なんと一福茶屋」<br>◎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」<br>◎住宅相談 13:30～17:00 ショッピング「ア・ミュー」           |
| 11日 | ◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館                                                                                                           |
| 12月 |                                                                                                                                   |
| 13火 | ◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 小矢部大家病院<br>※要予約(砺波地域産業保健センター☎㊟7715)<br>◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター<br>◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 |
| 14水 |                                                                                                                                   |

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、2月中は6日、13日、20日、27日です。  
お仕事帰り気軽にご利用ください!

建国記念日

振替休日

|     |                                                                                                                                                    |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15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<br>※要予約(☎㊟2012)<br>◎ひきこもり相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎㊟3512)                                                      |
| 16金 |                                                                                                                                                    |
| 17土 | ◎平成29年度南砺市生涯学習講座活動展示 10:00～17:00 ～18日<br>福野文化創造センター アートスペース<br>◎なんと!しなやかフォーラム 輝く“なんと”の女性たち 14:00～16:30<br>ア・ミューホール                                 |
| 18日 | ◎第14回南砺市社会教育推進大会 13:30～ 福野文化創造センター ヘリオス<br>記念講演:「ダウン症の娘と共に生きて」<br>講師:金澤 泰子 氏 揮毫:金澤 翔子 氏                                                            |
| 19月 |                                                                                                                                                    |
| 20火 | ◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～<br>◎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<br>※要予約(砺波地域産業保健センター☎㊟7715)<br>◎法律相談 13:30～15:30 社会福祉協議会本所 ※要予約(☎㊟2941) |
| 21水 |                                                                                                                                                    |
| 22木 | ◎年金相談 10:00～15:00 福光行政センター<br>◎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」<br>◎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」                              |
| 23金 | ◎広報なんと3月号発行・<br>配布物配布日                                                                                                                             |
| 24土 |                                                                                                                                                    |
| 25日 | ◎シネマ歌舞伎上映会「蜘蛛の拍子舞」&「海神別荘」 11:00～ じょうはな座                                                                                                            |
| 26月 |                                                                                                                                                    |
| 27火 | ◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院<br>※要予約(砺波地域産業保健センター☎㊟7715)                                                                                       |
| 28水 | ◎固定資産税第4期納期限<br>◎国民健康保険税第8期納期限<br>◎メンタルヘルス(心の健康相談) 9:00～17:00 松岡病院<br>※要予約(砺波地域産業保健センター☎㊟7715)<br>◎城端つごもり大市 10:00～ 西町通り(国道304号)                    |

平成29年分  
確定申告及び住民税申告相談

2月15日(木)～3月15日(木)  
※土日を除く。

▷問い合わせ 税務課 市民税係  
☎23-2005

2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 |    |    |    |

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 |    |    |    |

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 |    |    |    |

井波図書館

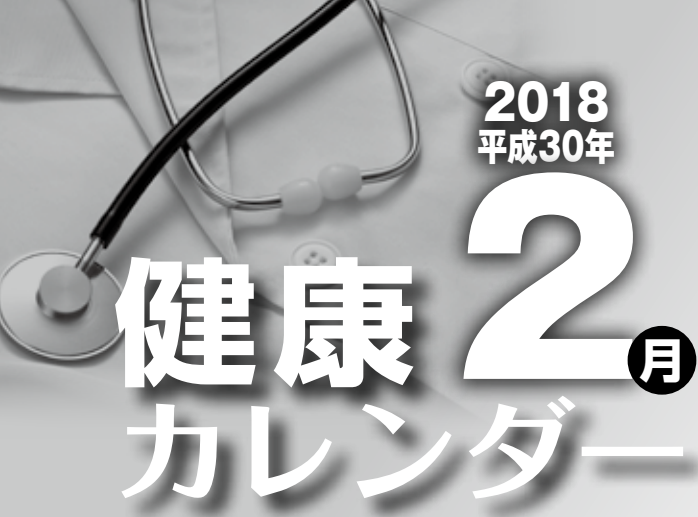
開館時間 9:30～18:00  
(土・日・祝日 9:30～17:00)

| 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 |    |    |    |

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 |    |    |    |



2018  
平成30年

# 健康 カレンダー

2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 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10月生                           | 8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<br>問診票<br>バスタオル                         |
| 5か月児<br>離乳食教室              | 全 地 域                           | H29年8月生                            | 7日(水)            | 9:30～10:10  | 福光保健センター                              | 母子健康手帳<br>相談票<br>らくらく離乳食ガイドブック                 |
| 1歳6か月児<br>健 診              | 井波・井口<br>福野・利賀                  | H28年5月5日生～<br>7月5日生                | 1日(木)            | 12:45～13:15 | 井波保健センター<br>(地域包括ケアセンター内)             | 母子健康手帳・問診票<br>歯ブラシ・タオル<br>フッ化物塗布希望書<br>負担金200円 |
| 3歳6か月児<br>健 診              | 井波・井口<br>福野・利賀                  | H26年8月1日生～<br>9月30日生               | 21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<br>歯ブラシ・タオル<br>フッ化物塗布希望書<br>負担金200円 |
| お口もぐもぐ<br>教室               | 全 地 域                           | H29年3月生～4月生                        | 20日(火)           | 13:00～13:20 | 井波保健センター<br>(地域包括ケアセンター内)             | 母子健康手帳<br>仕上げ用歯ブラシ                             |
| 2歳児・3歳児<br>歯科健診・<br>フッ化物塗布 | 福光・城端                           | 2歳児:<br>H27年12月25日生<br>～H28年2月29日生 | 13日(火)           | 13:00～13:20 | 福光保健センター                              | 母子健康手帳<br>歯ブラシ・タオル<br>フッ化物塗布希望書<br>負担金200円     |
|                            |                                 | 3歳児:<br>H26年12月25日生<br>～H27年2月28日生 |                  |             |                                       |                                                |
| 2歳6か月児<br>歯科健診・<br>フッ化物塗布  |                                 | H27年6月1日生～<br>8月31日生               | 27日(火)           |             |                                       |                                                |
| 乳幼児発育相談<br>母乳育児相談<br>※要予約  | 福光・城端<br>平・上平<br>井波・井口<br>福野・利賀 | 乳幼児                                | 15日(木)<br>27日(火) | 9:00～10:00  | 福光保健センター<br>井波保健センター<br>(地域包括ケアセンター内) | 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<br>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<br>(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<br>(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

肺炎を予防しましょう。

| 肺炎球菌                       |                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 期 間                        | 実施中～3月30日(金)まで                                                                                                                                                                           |
| 接種の<br>助成対象者<br>(変更はありません) | 南砺市に住所を有する方で、<br>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<br>② 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器又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)<br><u>ご注意ください</u><br>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                                                                                                                                                                                       |
| 予診票                        | むらさき色                                                                                                                                                                                    |
| 負担金                        | 2,300円                                                                                                                                                                                   |
| 案内方法                       | ①の方は、予診票を郵送済みです。<br>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)<br>※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。

○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<br>(施設) | 胃がん<br>40歳以上の方  | 2月28日まで<br>診療時間帯 | 南砺市指定<br>医療機関      | がん検診受診券<br>(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)<br>健康保険証<br>負担金:<br>胃がん 4,000円<br>子宮がん 頸部1,700円、<br>頸体部2,700円<br>乳がん 1方向1,400円<br>2方向2,000円 |
|              | 子宮がん<br>20歳以上の方 | 3月31日まで<br>診療時間帯 | 指定医療機関<br>(県内婦人科)  |                                                                                                                                     |
|              | 乳がん<br>40歳以上の方  | 3月30日まで<br>診療時間帯 | 南砺市民病院<br>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<br>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～<br>2月28日(水) | 市内指定歯科<br>医療機関 | 口腔疾患検診受診券<br>(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)<br>健康手帳(お持ちの方) |