



2018
平成30年

11月

市民カレンダー

文化の日	1木	◎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!～ ◎心の健康相談 午後 砺波厚生センター ※要予約 ☎②3512
	2金	
	3土	◎第15回南砺菊まつり 9:00～16:00 ～11日 園芸植物園 ◎木彫りの天神様展・いなみ物産フェア ～4日 いなみ木彫りの里創遊館 ◎南砺ものづくりシンポジウム 13:00～ ア・ミューホール
	4日	
	5月	◎じょうはな名画座 14:00～、19:00～ 城端伝統芸能会館「じょうはな座」 ◎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 ※要予約（砺波地域産業保健センター ☎③7715）
	7水	
	8木	◎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 井口社会福祉センター ◎ひきこもり相談 13:30～16:30 砺波厚生センター ※要予約（☎②3512）
	9金	◎ねころびカフェ 13:00～19:00 コミュニティプラザアスモ1階キーズカフェ横 ◎第14回南砺市名士作家作品頒布展 9:00～17:00 ～12日 井波社会福祉センター
	10土	◎住宅相談 13:30～17:00 コミュニティプラザアスモ2階「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」
	11日	◎第29回福野文化茶会 9:00～14:30 福野文化創造センター ◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
	12月	
	13火	◎議会報告会 城端庁舎3階大ホール・上平公民館多目的ホール 19:00～ ◎年金相談 10:00～15:00 城端行政センター ※予約優先（砺波年金事務所 ☎③1725） ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 福光庁舎別館 ◎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）
	14水	秋の火災予防運動 ～忘れてない？ サイフにスマホに火の確認～ 11月9日（金）～15日（木）
	15木	

16金	
17土	◎第14回市展 9:00～17:00 ～25日 福光美術館
18日	◎シネマ歌舞伎上映会 11:00～ 城端伝統芸能会館「じょうはな座」
19月	なんと!図書館まつり ～本のかずだけHAPPYがある～ 18日（日）まで市内図書館で開催中
20火	◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ ◎法律相談 13:30～15:30 市社会福祉協議会本所 ※要予約（☎④2941） ◎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）
21水	◎メンタルヘルス（心の健康相談）9:00～17:00 となみの心療クリニック ※要予約（砺波地域産業保健センター ☎③7715）
22木	◎広報なんと12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 ※予約優先（砺波年金事務所 ☎③1725） ◎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	◎第28回IOX-AROSA雪恋まつり 9:00～ IOX- AROSAスキー場 ◎第33回福野のごっつお里いもまつり 10:00～ 福野体育館 ◎相倉合掌造り集落ライトアップ 日暮れ～21:00 ～25日
24土	
25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!
26月	なお、11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!
27火	◎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）
28水	◎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）
29木	◎イクボス講座「なんとの働き方改革～これからの新しい働き方とは～」 19:00～ いのくち椿館
30金	◎12月定例市議会（本会議（提案理由説明）） 10:00～ 福光庁舎5階議場 ◎国民健康保険税第5期納期限

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
---	---	---	---	---	---	---

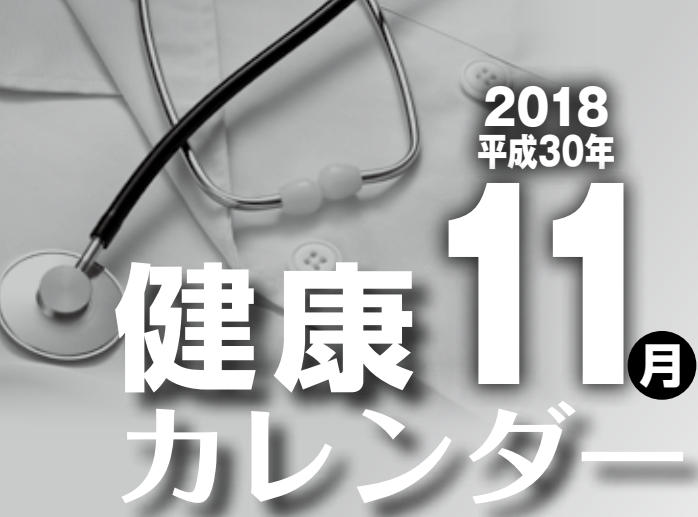
				1	2	3
--	--	--	--	---	---	---

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	
----	----	----	----	----	----	--



2018
平成30年

健康11月 カレンダー

乳幼児の健康・育児相談

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	H30年7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 問診票 バスタオル
5か月児 離乳食教室	全 地 域	H30年5月生	2日(金)	9:30～10:10	福光保健センター	母子健康手帳・相談票 バスタオル 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	H29年4月13日生～ 5月23日生	28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	井波・井口 福野・利賀	H27年5月11日生～ 6月30日生	15日(木)	12:45～13:15	地域包括ケアセンター (井波保健センター)	母子健康手帳・問診票 アンケート・歯ブラシ タオル・健診当日の早朝尿 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: H28年9月11日生～ 10月26日生	14日(水)	13:00～13:20	地域包括ケアセンター (井波保健センター)	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
		3歳児: H27年9月11日生～ 10月26日生				
2歳6か月児歯科健診・ フッ化物塗布		H28年2月16日生～ 5月31日生	7日(水)			
乳幼児発育相談 母乳育児相談 ※要予約	福光・城端 平・上 平	乳幼児	6日(火)	9:00～10:00	福光保健センター	母子健康手帳
	井波・井口 福野・利賀		27日(火)		地域包括ケアセンター (井波保健センター)	
こどもの 予防接種相談会 ※要予約	全 地 域	主に乳幼児、妊婦	27日(火)	13:30～14:00	子育て支援センター たんぽぽ (福野ひまわり保育園併設)	母子健康手帳

赤ちゃんの予防接種は主に生後2か月からスタートします。お子さんを迎える準備をしている妊婦さんや家族の方もぜひご参加ください!子どもの健康に関することでしたら、予防接種以外の内容も相談できます。

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		地域包括ケアセンター(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 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	

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

■ 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。

すこやかに育てるために

各種検診

早期発見が決め手です!

がん検診(胃・子宮・乳房)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。

○集団検診

項 目・地 域	実施日	受付時間	会場	対象者・持ち物
特定健診(集団)	4日(日)	8:30～11:00	福光保健センター	対象者:市国保加入者の40歳以上 74歳以下 (S19.4.1～S54.3.31生まれ) 市国民健康保険被保険者証(必須)
	10日(土)			
	17日(土)		地域包括ケアセンター (井波保健センター)	
39歳以下健診	◎18日(日)	8:30～10:00	地域包括ケアセンター (井波保健センター)	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)

◎11月18日は、託児つきの健康診査を実施します。託児を希望される方は11/5(月)までにご連絡ください。

項 目・地 域		実施日	受付時間		会場	持ち物
			胸部レントゲン	胃がん検診		
胸部レントゲン検診 胃がん検診(集団) ※胃がん検診は要予約	福野	9日(金)	13:30～16:00	8:30～ 9:30	南砺家庭・ 地域医療センター	胸部レントゲン検診受診券 個人負担金300円 (65歳以上無料) 胃がん検診希望者は 胃がん検診受診券 個人負担金1,200円 健康手帳(お持ちの方)
		10日(土)	8:30～11:00			
	井波	20日(火)	13:30～16:00		地域包括ケアセンター (井波保健センター)	
	城端	30日(金)	13:30～16:00		城端行政センター	

項 目・地 域	実施日	受付時間	会場	対象者・持ち物
子宮がん・乳がん検診 (女性のみ) ※要予約	城端	7日(水)	城端保健センター	子宮がん:20歳以上 乳 が ん:40歳以上 受診券、健康手帳(お持ちの方) 個人負担金 子宮: 1,000円 乳: 1,100円(1方向) 2,000円(2方向)
	福光	◎13日(火)	福光保健センター	
	福野	16日(金)	南砺家庭・ 地域医療センター	
	井波	◎22日(木)	地域包括ケアセンター (井波保健センター)	

◎11月13日、22日は、託児つきの婦人検診を実施します。検診を受けている間、お子さんを託児スペースでお預かりします。託児を希望される方は予約時にお申し込みください。

○施設検診(医療機関での検診)

項目	対象者	実施期間	会場	持ち物
がん検診 (施設)	胃がん (40歳以上の方)	H31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 (受診券がない方は事前に 保健係・保健センターへ お申し出ください。) 個人負担金 健康保険証
	子宮がん (20歳以上の方)	H31年3月30日まで 診療時間帯	県内指定医療機関 (婦人科)	
	乳がん (40歳以上の方)	H31年3月29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	実施期間	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	実施中～ H31年2月28日(木)	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)