



文化の日 振替休日	1金	◎毎月「1日」は南砺市交通安全呼びかけの日
	2土	◎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 ◎絵本ライブ2019「えほんのせかいに、とびこんじゃえ!」 10:00～11:00 福野文化創造センター
	3日	◎第16回南砺菊まつり ～10日 南砺市園芸植物園
	4月	◎なんと未来ミーティング〈移住者コース〉 14:00～16:00 いのくち椿館 ◎じょうはな名画座「サウンドオブミュージック」(字幕) 10:00～/14:00～ じょうはな座
	5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 ☎㊿7715)
	6水	
	7木	◎議会報告会 19:00～ 上平公民館多目的ホール ◎心配ごと相談 13:30～16:00 上平行政センター ◎心の健康相談 午後 砺波厚生センター ※要予約(☎㊿3512)
	8金	
	9土	◎第55回(一社)全日本菊花連盟全国大会南砺大会 ～10日 福野体育館 ◎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] ◎じょうはな座「定期公演」 15:00～
	10日	◎住宅相談 13:30～17:00 福光公民館
11月	秋の火災予防運動 ～ひとつずつ いいね!で確認 火の用心～ 11月9日(土)～15日(金)	
12火	◎議会報告会 19:00～ 城端庁舎3階大ホール ◎心配ごと・行政・人権相談 13:30～16:00 社協福光支所(旧吉江保育園) ◎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 ☎㊿1725) ◎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 ☎㊿7715)	
13水		
14木	◎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(☎㊿3512)	
15金		

16土	◎第15回市展 ～24日(日) 福光美術館
17日	なんと!図書館まつり ～本のかずだけHAPPYがある～ 10月25日(金)～11月17日(日)まで 市内図書館で開催中
18月	
19火	◎法律相談 13:30～15:30 市社会福祉協議会本所 ※要予約(☎㊿2941) ◎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 ☎㊿7715)
20水	◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～ ◎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 ☎㊿7715)
21木	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5日、12日、19日、26日 です。お仕事帰り気軽にご利用ください!
22金	
23土	◎第29回IOX-AROSA雪恋まつり 9:00～15:00 IOX-AROSAスキー場 ◎第34回福野のごっつお里いもまつり 10:00～15:00 福野体育館 ◎相倉合掌造り集落ライトアップ「冬支度・雪待つ合掌集落」 ～24日(日) 日暮れ～21:00
24日	◎ぐるめフェスタinいなみ2019&第29回山野のさといもDAY 9:00～15:00 JAとなみ野井波中央支店 ◎第30回記念福野文化茶会 9:00～14:30 福野文化創造センター ◎松村謙三先生を伝えようフォーラム2019 13:30～15:00 福光福祉会館3階しゃくなげホール
25月	◎広報なんと12月号発行・配布物配布日
26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 ☎㊿7715)
27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 ☎㊿7715)
28木	◎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」 ◎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 ☎㊿1725)
29金	
30土	

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



2019
令和元年

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 ☎ 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・フッ化物塗布は個別通知をしません。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。

〈お知らせ〉 福光保健センターは、令和2年1月6日から公立南砺中央病院 3階へ移転します。
(電話番号・FAX 番号の変更はありません。)

乳幼児の健康・育児相談

「すこやかひろばinなんと」
子育て支援に関する情報を集めたホームページです



項 目	対象地域	対象者	実施日	受付時間	会場	持ち物
5か月児 離乳食教室	全 地 域	R1年5月生	7日(木)	9:00～ 9:20	地域包括ケアセンター (井波保健センター) ※福光保健センターから 会場変更しました。	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	H30年4月6日～ 5月15日生	28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
3歳6か月児 健 診	福光・城端 平・上平	H28年5月15日～ 6月30日生	20日(水)	12:45～13:15	福光保健センター	母子健康手帳、問診票 アンケート、健診当日の早朝尿 歯ブラシ・タオル、負担金200円 フッ化物塗布希望書
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: H29年9月1日～ 10月28日生 3歳児: H28年9月1日～ 10月28日生	12日(火)	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
2歳6か月児 歯科健診・フッ化物塗布	井波・井口 福野・利賀	H29年3月～5月生	19日(火)	13:00～13:20	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	全 地 域	乳幼児の保護者	21日(木)	14:00～15:00	子育て支援センター さくらんぼ	母子健康手帳
発育相談会 ※要予約	全 地 域	主に生後0か月～3か月 健診前のお子さん	19日(火)	9:00～10:30	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
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
	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

各種検診

南砺市集団がん検診QR コード
(Webなら24時間予約OK)



項 目・対 象 者・地 域	実施日	受付時間	会場	持ち物
特定健診(集団) 対象者: 市国保加入者の40歳以上 74歳以下(S20.4.1～ S55.3.31生まれ)	2日(土)	8:30～11:00	福光保健センター	持ち物: ①国民健康保険被保険者証 ②特定健康診査受診券 (紛失された方は健康課 までご連絡ください) ③受診勧奨はがき
	10日(日)			
	17日(日)		地域包括ケアセンター (井波保健センター)	

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・対 象 者・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 ※胃がん検診は要予約 胸部レントゲン・ 胃がん対象者:40歳以上	城端	1日(金)	13:30～15:30	城端行政センター	受診券、 個人負担金 胸部:300円 (65歳以上無料) 胃:1,200円
	福野	★5日(火)		8:30～9:30	
				南砺家庭・地域医療センター	
	井波	7日(木)	13:30～15:30	地域包括ケアセンター (井波保健センター)	
		★24日(日)		8:30～9:30	

項目・対象者・地域	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) ※要予約 子宮がん対象者:20歳以上 乳がん対象者:40歳以上	福野	★5日(火)	8:30～ 9:30	南砺家庭・地域医療センター 受診券 個人負担金 子宮:1,000円 乳 :1,100円(1方向) 2,000円(2方向)
	城端	13日(水)	13:00～14:00	
	福光	◎18日(月)	13:00～14:00	
		◎21日(木)	13:00～14:00	
	井波	★24日(日)	8:30～ 9:30	
			(井波保健センター)	

★11月5日、24日は、胃がん・婦人検診(子宮頸部・乳房)を同日実施します。

◎11月18日、21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。
子育てや孫守りで忙しい方におすすめです! 託児を希望される方は、予約時にお申し出ください。(要予約:2週間前まで)

○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
胃がん(40歳以上の方)	国保加入者、 職場などで がん検診を 受ける機会 のない方 ※要予約	2月29日(土)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(節日・重点年齢の方は、無料 または減額で受けることができます。) 健康保険証
子宮がん(20歳以上の方)		3月31日(火)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)		3月31日(火)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
口腔疾患検診	今年度40、45、50、55、60、65、70、75、80歳になる方	2月29日(土)まで	市内指定歯科医療機関

高齢者の予防接種について

体調の良い時に接種して病気を予防しましょう!

接種をされる方は、予診票をよく読んで事前に記入し、医療機関へ持参してください。
予診票は圧着しています。ハサミを使わずにゆっくりと開けてください。

期 間	インフルエンザ	肺炎球菌
	実施中～12月28日(土) 南砺市に住所を有する方で、 ①65歳以上の方 (昭和29年12月28日以前にお生まれの方) ※期間中に65歳になる方は、誕生日以降 に対象者となります。 ②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼 吸器、または免疫機能に障害があり、日常 生活がほとんど不可能な方(概ね身体障害 者障害手帳の1級相当)	実施中～令和2年3月31日(火)まで 南砺市に住所を有する方で、 ① 65歳: 昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生 70歳: 昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生 75歳: 昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生 80歳: 昭和14年4月2日～昭和15年4月1日生 85歳: 昭和 9年4月2日～昭和10年4月1日生 90歳: 昭和 4年4月2日～昭和 5年4月1日生 95歳: 大正13年4月2日～大正14年4月1日生 100歳以上: 大正 9年4月1日以前に生まれた方 ②60歳以上65歳未満の方については、左②と同じ。 <注意事項>上記①②の方でも、以前に肺炎球菌予防接種を 受けたことがある方は対象外です。
接 種 回 数	1回	1回
予 診 票	あお色	むらさき色
個人負担金	1,300円	2,300円
案 内 方 法	①に該当の方には、予診票を郵送済みです。(インフルエンザは、10/16～発送予定) ②に該当の方は、福光保健センターへお電話ください。予診票を郵送します。	
持 ち 物	予診票、 個人負担金	
接 種 場 所	南砺市内指定医療機関 (予診票の裏面に掲載) ※入院・入所中のため、市内指定医療機関での接種ができない方は、福光保健センターへお問い合わせください。	
お 問 合 せ	福光保健センター 52-1767	