2021 令和3年 3月 市民カレンダー

1月
- ◎毎月「1日」は南砺市交通安全呼びかけの日
- ◎固定資産税第4期納期限
- ◎国民健康保険税・後期高齢者医療保険料第8期納期限
- ◎じょうはな名画座「桜田門外ノ変」 14:00～ 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

2火
- ◎議会3月会議［本会議（提案理由説明）］ 10:00～ 市役所5階議場
- ◎DRUM TAO THE BEST LIVE 祭響 Saikyo 18:30～ 井波総合文化センター
- ◎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 ☎㉝7715）

3水
- ◎ヘリオス開館30周年記念 南砺市を描く絵画展 ～14日
  福野文化創造センター アートスペースなど

4木
- ◎心の健康相談 午後 砺波厚生センター ※要予約（☎㉒3512）

5金

6土
- ◎「アートって何なん？ ーやまなみ工房からの返信」 ～5月9日 福光美術館
- ◎第2回南砺市空き家相談会 10:00～14:00
  井波コミュニティプラザ アスモ2階 ふれあいホール
- ◎城端に生きる江戸芸能1 14:00～ じょうはな座

7日

8月
- ◎議会3月会議［本会議（一般質問）］ 9:30～ 市役所5階議場

9火
- ◎議会3月会議［本会議（一般質問）］ 9:30～ 市役所5階議場
- ◎年金相談 10:00～15:00 城端市民センター
  ※予約優先（砺波年金事務所 ☎㉝1725）
- ◎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）
- ◎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 ☎㉝7715）

10水
- ◎議会3月会議［決算予算特別委員会（個別質問）］ 9:30～
  市役所5階全員協議会室

11木
- ◎議会3月会議［決算予算特別委員会（個別質問）］ 9:30～
  市役所5階全員協議会室
- ◎ひきこもり相談 13:30～16:30 砺波厚生センター ※要予約（☎㉒3512）

12金
- ◎議会3月会議［市民経済常任委員会・決算予算特別委員会］ 9:00～
  市役所5階委員会室
- ◎ハローワーク砺波で福祉・介護の仕事相談 9:30～12:00
  （富山県健康・福祉人材センター ☎076-432-6156）

13土
- ◎若者活躍ネットワークフォーラム 10:00～ ア・ミューホール

14日
- ◎令和3年南砺市成人式 10:00～ 市内7会場
- ◎住宅相談 13:30～17:00 福光交流センター

15月
- ◎議会3月会議［民生文教常任委員会・決算予算特別委員会］ 9:00～
  市役所5階委員会室

16火
- ◎法律相談 13:30～15:30 市社会福祉協議会本所 ※要予約（☎㊹2941）

17水
- ◎議会3月会議［総務企画常任委員会・決算予算特別委員会］ 9:00～
  市役所5階委員会室

18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」

19金
- ◎議会3月会議［決算予算特別委員会・全員協議会］ 9:00～
  市役所5階全員協議会室
- ◎第15回南砺市日本画連盟展 ～21日 福野文化創造センター アートスペース

春分の日 20土
- ◎毎月「20日」は犯罪抑止の日 ～地域の安全は地域の力で!～

21日
- ◎メモリアシアター倶楽部上映会「ペット2」 10:00～ 井波総合文化センター

22月

本庁舎、地域包括ケアセンター、城端、井波、福野の各市民センターは、毎週火曜日午後7時まで開庁!

なお、3月2日、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!

23火
- ◎議会3月会議［本会議（委員長報告・質疑、討論、採決］ 15:30～
  市役所5階議場

24水

25木
- ◎広報なんと4月号発行・配布物配布日
- ◎年金相談 10:00～15:00 福光市民センター
  ※予約優先（砺波年金事務所 ☎㉝1725）
- ◎看護職員就業支援相談 10:00～16:00 砺波ナースセンターサテライト
  （砺波厚生センター）（富山県ナースセンター ☎076-433-5251）

26金
- ◎ハローワーク砺波で福祉・介護の仕事相談 9:30～15:30
  （富山県健康・福祉人材センター ☎076-432-6156）

27土

28日
- ◎シネマ歌舞伎上映会 14:00～ じょうはな座

29月

30火
- ◎働き方改革推進フォーラム 13:30～ ア・ミューホール

31水

3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			

2021令和3年

健康カレンダー 3月

庁舎統合に伴い、7月1日から行政センターの名称を「市民センター」に変更しています

予約・お問い合わせ

●予防接種・母子・歯科健診に関して…
福光保健センター　☎52-1767　FAX52-6511

●成人の健康診査や相談に関して…
健康課 保健係　☎23-2027　FAX82-4657

●平・上平・利賀地域の連絡先…
平保健センター　☎66-8026　FAX66-8027

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。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、今後の日程を中止・延期することがあります。中止・延期の場合は個別通知、市のホームページなどでお知らせします。

●ご家族を含め、発熱や咳などの風邪症状、おう吐、下痢等体調が悪い方は参加を控えてください。
●マスクの着用にご協力ください。
●対象日に受診・参加できないときは、ご連絡ください。

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	R2年11月6日～12月9日生	25日(木)	13:30～14:10	福光保健センター(公立南砺中央病院3階)	母子健康手帳 問診票 バスタオル
5か月児離乳食教室 ※要予約	全地域	R2年9月生	5日(金)	9:00～ 9:45		母子健康手帳・相談票 体調確認チェックシート 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	R1年6月16日～8月生	3日(水)	12:45～13:15	福光保健センター(公立南砺中央病院3階)	母子健康手帳・問診票 アンケート・タオル 体調確認チェックシート 健診当日の早朝尿 フッ化物塗布希望書 負担金200円
	井波・井口 福野・利賀	R1年7月～8月生	11日(木)		地域包括ケアセンター(井波保健センター)	
3歳6か月児健診	福光・城端 平・上平	H29年8月7日～9月生	17日(水)	12:45～13:15	福光保健センター(公立南砺中央病院3階)	母子健康手帳・問診票 アンケート・タオル 体調確認チェックシート 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:H31年1月～2月生 3歳児:H30年1月～2月生	16日(火)	2歳児:13:00～13:20 3歳児:12:40～13:00	地域包括ケアセンター(井波保健センター)	母子健康手帳・タオル フッ化物塗布希望書 負担金200円
※当日は染め出しを行いませんので、みがき残しのないよう歯みがきをしてきてください。(会場内での歯みがきはご遠慮ください。) ※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。						
発育相談会 ※要予約	全地域	主に生後0か月～3か月児健診前のお子さん	10日(水)	9:00～10:30	福光保健センター(公立南砺中央病院3階)	母子健康手帳

南砺市人間ドック検診

※詳しくは広報なんと5月号を参照してください。

健診種別	助成対象者(①～②のすべてに該当する方)	指定医療機関	実施期間
後期高齢者医療人間ドック	後期高齢者 ①受診日に、富山県後期高齢者医療の被保険者で保険料の滞納がない方 ②令和2年度市の胸部レントゲン検診や各種がん検診をすべて受診しない方	富山県後期高齢者医療広域連合が指定した医療機関	3月31日(水)まで

がん検診

早期発見が決め手です。

節目・重点年齢や個人負担金等の詳しい内容は、広報なんと5月号と同時配布の「南砺市集団がん検診カレンダー」などでご確認ください。

婦人がん検診ラスト1か月！まだ受けていない方はぜひ受診を！

○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
子宮がん 20歳以上の方(女性のみ) 乳がん 40歳以上の方(女性のみ)	国保加入者、職場等でがん検診を受ける機会のない方 ※要予約	3月31日(水)まで 診療時間帯	県内指定医療機関(婦人科) 南砺市民病院 公立南砺中央病院	・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(節目・重点年齢の方は、減額で受けることができます。) ・健康保険証 ※マスクの着用をお願いします。

令和2年度肺がん検診、胃がん検診、婦人がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診で精密検査が必要だと判断された方

がんの診断・治療法は急速に進歩しています。がんは、初期のうちに見つければ、治る確率は飛躍的に上がり、完全に治すことも可能です。まだ精密検査を受けていない方は、放っておかずに医療機関を受診しましょう。

〈精密検査の受け方〉

<持ち物>
①結果通知書
②検診後お手元に届いた書類(紹介状一式・精密検査依頼書・返信用封筒等)
③健康保険証
④現在服薬中の薬のわかるもの

→ 医療機関を受診する。 ※保険診療 → 早期発見・早期治療

★早期発見・早期治療のメリット
・治療期間が短い
・治療によるダメージが軽い
・経済的負担が軽くてすむ
・治療後の影響が少ない　など

異常がなかった方:来年も検診を受けましょう。

精密検査が必要と判断された方で、市が受診を確認できていない方には電話や訪問などで確認させていただく場合があります。

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	実施中～3月31日(水) ※広報なんと5月号と同時配布の「南砺市集団がん検診カレンダー」に実施期間を6月～2月としていましたが、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため期間を変更しました。	市内指定歯科医療機関

高齢者肺炎球菌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。

終了間近です！！

	肺炎球菌
期間	実施中～**3月31日(水)まで**
対象者	南砺市に住所を有する方で、 ①65歳:昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生　85歳:昭和10年4月2日～昭和11年4月1日生 70歳:昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生　90歳:昭和 5年4月2日～昭和 6年4月1日生 75歳:昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生　95歳:大正14年4月2日～大正15年4月1日生 80歳:昭和15年4月2日～昭和16年4月1日生　100歳:大正 9年4月2日～大正10年4月1日生 ②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能障害およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害で、身体障害者手帳の1級に相当する方 <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
予診票	むらさき色
個人負担金	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。 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
接種場所お問合せ	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合せください。