

2024 令和6年

健康 Information

インフォメーション

November

11月

…【南砺市子育て支援アプリ【なんとHug!】】…

妊娠期から切れ目のない子育てをサポートします！まずはダウンロードを！！

- ◇子育ての悩みが解消できる1対1の相談窓口があります
- ◇子育て交流・仲間づくりができる交流掲示板があります
- ◇あなたに必要な子育て情報が届きます



ios



Android

…【南砺市子育て支援ガイドすこやか】…

南砺市の子育て支援情報をまとめたものです。ぜひ南砺市での毎日の子育ての中でお役立てください。



乳幼児の健診・教室

3か月児健診、はじめての離乳食教室、もぐもぐ離乳食教室、1歳6か月児健診、2歳児・3歳児歯科健診・フッ化物塗布、2歳6か月児歯科健診・フッ化物塗布、3歳6か月児健診の案内は対象の方に個別で通知します。



特定健康診査（集団健診）を実施します 今年度のラストチャンスです！

完全予約制

- 内 容**
- ①特定健康診査（血液検査、尿検査、血圧測定、身体計測など）
…富山県国民健康保険（南砺市国保）加入の40～74歳（S25.4.1～S60.3.31生）の方で、今年度特定健診を受けていない方
 - ②肝炎ウイルス検診（特定健康診査と同時受診者に限る）
…40歳以上の未検査で希望する方
 - ③前立腺がん検診（特定健康診査と同時受診者に限る）
…50歳以上の男性で希望する方

- 料 金**
- ・特定健診・肝炎ウイルス検診・・・**無料**（受診日に市国保資格がある方のみ）
 - ・前立腺がん検診・・・・・・・・・・・・・**1,000円**（個人負担金）

注 意 市国保の資格喪失後に受診された場合や、健診受診時は市国保であっても、その後遡って資格喪失された場合は、健診料金が全額個人負担となりますのでご注意ください。

- 持 ち 物**
- ①富山県国民健康保険（南砺市国保）被保険者証【必須】
 - ②特定健康診査受診券（白色）または受診勧奨はがき（桃色）
 - ③肝炎ウイルス検診受診票および同意書（緑色）※予約者のみ
 - ④前立腺がん検診受診券（白地に茶色字）※予約者のみ
- ※③、④については、紛失された方は受付でお申し出ください

日程・会場	実施日	場 所	受付時間	定員数・予約期日
	11月9日（土）	福光福祉会館 南砺市福光 5260 番地	9:00	各会場の定員 120 名 ※実施日の1週間前までに ご予約ください。
	11月10日（日）			
	11月25日（月）	地域包括ケアセンター （井波保健センター） 南砺市北川 166 番地 1	11:00	

- 問い合わせ・申込み**
- ・健康課健康増進係 ☎0763-23-2027
 - ・予約専用コード



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	地 域		実施日（毎週）	受付時間	会 場	
	城端	月			城端保健センター	
乳幼児から高齢者の 健康・栄養相談	井波	水	9:30～11:30	9:30～11:30	地域包括ケアセンター（井波保健センター）	
	福野	金			福光保健センター（公立南砺中央病院3階）	
	福光	火・木			平保健センター	
	平	金			井口市民センター	
	井口	予約日	予約指定時間	上平市民センター		
	上平			利賀市民センター		
	利賀					

※福野地域は、地域包括ケアセンター（井波保健センター）で行います。



予防接種の疑問？を解消しませんか！

「こどもの予防接種相談会」のお知らせ

「接種後の副反応が心配・・・」、「おたふくかぜの任意接種は受けた方がいいの？」など、予防接種に関するいろいろな疑問や不安について、**小児科の専門医がお答えします！**
お子さんを迎える準備をしている妊婦さんやご家族の方もぜひご参加ください。

- 【日 時】** 12月1日（日）10時～11時30分
【場 所】 子育て支援センターたんぼぼ（福野ひまわり保育園併設）
【持ち物】 母子健康手帳
【問い合わせ・申込み】 福光保健センター ☎0763-52-1767

申込はこちら→



インフルエンザ予防接種費用助成のお知らせ

	小学生、中学生	妊婦	高齢者	未就学児
助成対象者	南砺市に住所を有する小・中学生 （平成21年4月2日～平成30年4月1日生まれ）	接種日において、南砺市に住所がある母子健康手帳を有する妊婦の方	南砺市に住所を有する方で、 ①満65歳以上の方（昭和35年2月1日以前生まれ） ※期間中に65歳になる方は、誕生日前日以降に対象者となります。 ②満60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能障害及び、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1級に相当する方	富山県内在住の未就学児（接種日において生後6か月以上）
助成金額・個人負担金	1回の接種につき上限3,000円 ・小学生は1人2回、 ・中学生は1人1回まで助成	1回の接種につき上限3,000円 妊婦1人1回まで助成	個人負担金1,300円	1回の接種につき上限3,000円 1人2回まで助成
助成対象期間	10月1日（火）～令和7年1月31日（金）まで			
接種医療機関	南砺市内指定医療機関（接種券の裏面に記載）	県内医療機関	南砺市内指定医療機関（予診票の裏面に記載）	県内医療機関
接種時の持参品	・予防接種券（圧着ハガキ） ・こども医療費受給資格証 ・母子健康手帳 ・健康保険証	・母子健康手帳	・予診票（圧着ハガキ） ・個人負担金1,300円 ・健康保険証	・こども医療費受給資格証 ・母子健康手帳
助成を受ける手続き	①接種券を医療機関に提出 ②接種後、3,000円を超えた接種費用を医療機関にお支払いください。	医療機関で接種後、以下の書類を持参し、福光保健センターまたは健康課健康増進係で申請してください。 ※申請期間：令和7年2月7日（金） ・南砺市妊婦インフルエンザ予防接種費用助成金交付申請書兼請求書 ・領収書・明細書の原本 ・母子健康手帳 ・振り込みを希望される口座を確認できる通帳またはカード	①接種券を医療機関に提出 ②個人負担金1,300円を医療機関にお支払いください。	①「とやまっ子インフルエンザ予防接種券」に記入し、医療機関に提出してください。（接種券は医療機関に配置してあります。） ②3,000円を超えた接種費用を医療機関にお支払いください。 ※詳細は、県ホームページをご確認ください。
問い合わせ	福光保健センター ☎0763-52-1767		とやまっ子インフルエンザ予防接種助成事業事務局 ☎076-411-8015	

予約・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 ☎0763-52-1767
 成人の健康診査や相談に関して▶健康課健康増進係 ☎0763-23-2027
 国民健康保険・年金に関して▶健康課国保・年金係 ☎0763-23-2011
 平・上平・利賀地域の連絡先▶平保健センター ☎0763-66-8026
 南砺市梅野2007番地5
 南砺市北川1166番地1
 南砺市北川1166番地1
 南砺市下梨2240番地

2024
令和6年
November

11月

市民カレンダー

文化の日
振替休日

1 金	●南砺市功労表彰者表彰式 14:30～ 南砺市役所
2 土	
3 日	
4 月	
5 火	●働く人のメンタルヘルス(心の相談) 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 ☎0763-33-7715)
6 水	●相続相談 11:00～12:00 井波社会福祉センター ※要予約(南砺市ふくし総合相談センター ☎0763-82-2951)
7 木	●心の健康相談 13:30～16:00 砺波厚生センター ※要予約(☎0763-22-3512)
8 金	
9 土	●第20回南砺市美術展 福光美術館 ～24日 ●小中学生の「税についての作品」展示 9:00～17:00 ヘリオス～17日 ●休日相談 10:00～12:00 社会福祉協議会サテライト(旧吉江保育園) ●welcome カフェ 13:30～16:00 社会福祉協議会サテライト(旧吉江保育園)
10 日	●住宅相談 13:30～17:00 福光交流センター
11 月	●心配ごと、行政、人権相談 13:30～15:30 井波社会福祉センター
12 火	●働く人のメンタルヘルス(心の相談) 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 ☎0763-33-7715) ●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 ☎0763-33-1725) ●心配ごと、行政、人権相談 13:30～15:30 社会福祉協議会サテライト(旧吉江保育園)
13 水	
14 木	●ひきこもり相談事業 14:45～16:30 砺波厚生センター ※要予約 ☎0763-22-3512
15 金	●税金に関する無料相談 10:00～16:00 イオンモールとなみ

16 土	
17 日	
18 月	
19 火	
20 水	●働く人のメンタルヘルス(心の相談) 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 ☎0763-33-7715) ●看護職員就業支援相談(予約不要) 10:00～16:00 ハローワーク砺波
21 木	
22 金	
23 土	●教育フェスティバル 10:00～16:00 ヘリオス
24 日	
25 月	●広報なんと12月号発行・配布物配布日 ●法律相談 13:30～16:00 井波社会福祉センター ※要予約(南砺市ふくし総合相談センター ☎0763-82-2951)
26 火	
27 水	●働く人のメンタルヘルス(心の相談) 9:00～17:00 松岡病院 ※要予約(砺波地域産業保健センター ☎0763-33-7715)
28 木	●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 ☎0763-33-1725) ●心配ごと、行政、人権相談 13:30～15:30 福野老人福祉センター「さつき荘」
29 金	
30 土	

勤労感謝の日

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

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

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

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

**毎週火曜日
午後7時まで開庁**

◎本庁舎1階(福光市民センター、こども課、会計課)、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!

今月は、**11月5日、12日、19日、26日**です。
お仕事帰りなど、気軽にご利用ください!