

広報 No.226

9 令和5年
2023
月号

とらみ

Contents ~今月の主な内容~

(特集) 知ろう 認知症	2
くらしの情報	8



く庄川と散居が織りなす花と緑のまち
くもくと元気 ほくと安心 すくと幸せ やつぱり砺波

市公式ソーシャルメディアでも
情報発信中



X
(旧Twitter)



Instagram



LINE

8月19日 チューリップ公園de夏遊び



▲8月5日のほとなみカフェでの臨床美術の様子(みやの森カフェにて)

特集 知ろう認知症

～誰でも認知症になる時代～

9月はアルツハイマー月間、9月21日は世界アルツハイマーデーです。

加齢とともに認知症の可能性は高まり、2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になると推計されています。

「ちょっとおかしいな」と思っても脳の病気ととらえず、そのままにした結果、認知症の症状を悪化させてしまうことがあります。

認知症になっても希望を持って暮らせる地域をつくるため、まずは、認知症について知りましょう。

地域包括支援センター ☎33-1345

認知症とは？

認知症とは、脳の病気などいろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、認知機能（情報を分析したり、記憶したり、思い出したりする機能）が低下し、生活する上で支障がおよそ6か月以上継続している状態です。症状の経過は、人によって様々です。

認知症の種類

認知症には、いくつかの種類があります。

もっとも多いのが、脳の神経細胞が死んで脳が縮んでいく「アルツハイマー1型認知症」です。

次いで、「脳血管性認知症」です。これは脳梗塞や脳出血といった脳の病気が原因です。脳の血管が詰まったり、破れて出血したりして、神経細胞の働きが損なわれ、突然起こります。進行するタイプではないので、再発予防ができれば現状維持が可能です。

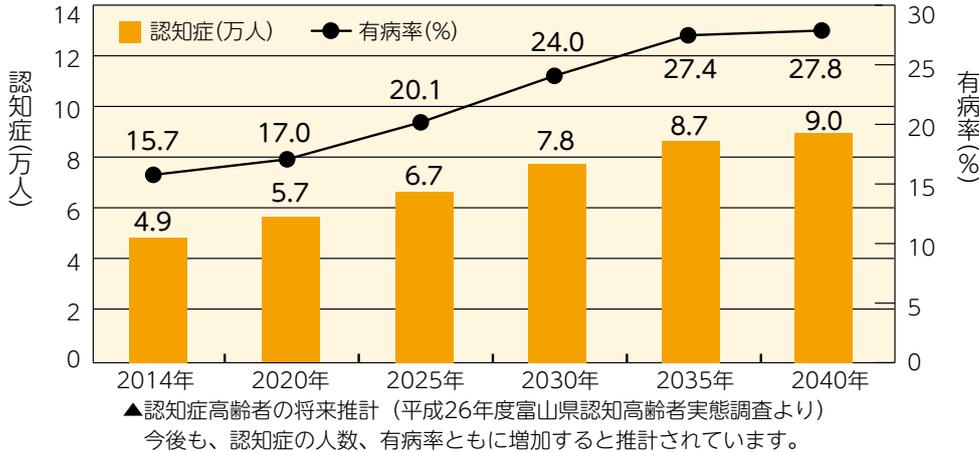
次に多いのが、「レビー小体型認知症」です。脳にレビー小体という物質がたまり、脳細胞が死滅します。目に見えないものが見えたり、聞こえない音や声が聞こえます。

他に、脳の前頭葉や側頭葉が委縮する、「前頭側頭葉変性症」という

ものもあります。

物忘れというより常識外れな行動が目立ちます。精神疾患と間違われやすく、同じ言葉を繰り返したり、同じ行動を繰り返したりします。

また、64歳以下の人が発症する「若年性認知症」もあります。



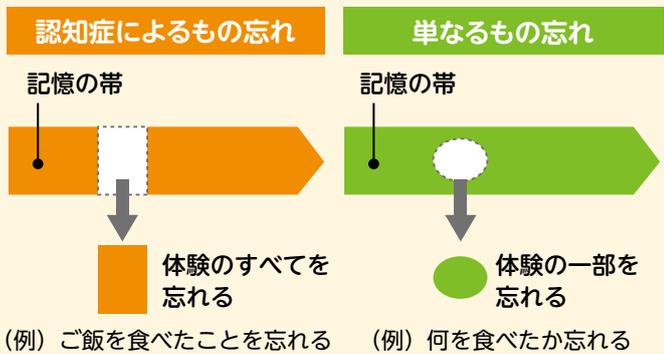
「認知症」と

「もの忘れ」の違いは？

誰もが「もの忘れ」を経験したことがあると思います。この「もの忘れ」には、単なる「もの忘れ」と認知症でよくみられる「もの忘れ」があり、違いがあります。

単なるもの忘れは、「体験の一部を忘れる」「もの忘れを自覚している」などの特徴があります。認知症によるもの忘れは、「体験すべてを忘れる」「もの忘れを自覚できない」など、日常生活に支障をきたすような特徴があります。

「認知症」と「もの忘れ」の違い



認知症の症状

中核症状 脳の細胞が死んでしまい起こる

覚えられない… すぐ忘れる… 月日や時間、場所、人がわからない…
考えるスピードが遅い… 段取りよく作業できない

行動・心理症状 心の状態や性格、環境によって出る症状

自信がなくなり、全てが面倒になる… 暴言を吐く… 介護に抵抗する…
道に迷って家に帰れない… 物がなくなったと人を疑う…

必ず見られる症状
治すことが
できません

周りの人の
助けがあれば
よくなります

認知症になってもみんなが笑顔で過ごせる街に

認知症は、がんや高血圧と同じように、

早期発見し早期に受診することが大事だといわれています。

MCI（軽度認知障害）が疑われたら、まず主治医に相談してみましょう。

「認知症と診断」「人生の終わり」ではありません。

認知症とともに生きるために認知症を知り、サポート体制を知り、

誰もが笑顔で過ごせる街にしましょう。

MCIとは

MCI (Mild Cognitive Impairment) :

軽度認知障害とは、日常生活に支障がないため、認知症とは診断されないが記憶障害や軽度の認知障害があり、正常とも言えない状態です。放っておくと認知症に進行しますが、適切な予防をすることで健康な状態に戻る可能性があります。

言い換えれば、健康な状態と認知症の中間の状態であり、認知症だけでなく、健康な状態にも移行しうる状態であるともいえます。

MCIは、年に10%くらいずつ、結果として5年間で50%以上が、アルツハイマー病を中心とする認知症に変わっていくことがわかっています。

このMCIの段階で脳の活性化を図ることや運動習慣を継続すること、食習慣の見直しを図ることが、とても効果的だということもわかっています。

具体的には、次のような方法です。

- ・楽しみながら脳を使う
- ・運動して脳を活性化させる
- ・バランスのよい食事をとる
- ・お酒は適量にする
- ・体重測定の間隔をつける

認知症の共生と予防

国は、認知症の「共生」と「予防」を両輪として、認知症施策を推進しています。

認知症の「共生」とは？

認知症の共生とは「認知症の人が尊厳と希望を持って認知症と共に生きる」「認知症があってもなくても同じ社会で生きる」という意味とされています。

認知症の「予防」とは？

認知症の予防とは「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」といった意味とされています。

世界保健機構（WHO）のガイドラインでは、運動、禁煙、バランスのとれた栄養が推奨されています。

生活上の困難が生じた場合でも、周囲や地域の理解と協力のもと、住み慣れた地域の中で尊厳が守られ、自分らしく暮らし続けていく社会を目指しています。

私たちにできること
〜共生を目指して〜

市では、今後ますます増えることが予測される認知症の人やその家族を支えるため、認知症施策を実施しています。

地域包括支援センター

☎ 33-1345

認知症高齢者等見守り 模擬訓練

認知症の理解と地域の支え合い体制を推進し、意識を高めていくため認知症高齢者等見守り模擬訓練を各地区、各団体に実施しています。

認知症の方への声かけ訓練や行方不明者が発生した場合の情報伝達訓練、ほっとなみ見守りシールの読み取り訓練など、ご要望に合わせて、内容を決定し、訓練を実施します。



早期発見・早期受診

認知症は長い時間をかけて進行していきます。早期に相談・受診することで進行を遅らせることができます。認知症かもと思ったら、早めにかかりつけ医に相談しましょう。

【早期対応のメリット】

①手術や治療で良くなる場合がある
正常水頭症や脳腫瘍、慢性硬膜下血腫などの場合、手術や治療で良くなる場合があります。

②進行を緩やかにできる
アルツハイマー型認知症や脳血管性認知症は、適切な服薬で進行を遅らせる効果が期待できます。

③今後の生活の準備ができる
病気が理解できる時点で受診し、少しずつ理解を深めていくことで、生活上の障害を軽減でき、その後のトラブルを減らすことも可能です。症状が軽いうちに、ご家族で話し合うことで、今後の生活の備えができます。

認知症の相談窓口

かかりつけ医がない場合や本人が受診に消極的な場合、対応方法がわからない場合等、毎月市内9か所で認知症相談日を設け、保健師や社会福祉士、認知症地域支援推進員、介護相談員が相談に応じます。相談日以外の日時でも、地域包括支援センターでは来所、お電話にてご相談に応じます。日程については広報となみ（今月号はP17）、ホームページをご覧ください。

高齢者の総合的な相談窓口

日常生活の中で、気になることがあれば、ご相談ください。

●地域包括支援センター

◎砺波市地域包括支援センター

市役所内 Tel.33-13345

◎総合病院地域包括支援センター

市立砺波総合病院内 Tel.32-3317

●在宅介護支援センター

◎砺波市やなせ苑在宅介護支援センター

柳瀬3番地 Tel.32-3943

◎砺波ふれあいの杜在宅介護支援センター

神島756-1 Tel.33-0827

◎ケアポート庄川在宅介護支援センター

庄川町金屋字若黒38-1

Tel.82-6861

ほっとなみカフェ開催中

交流や相談のほか、認知症予防や維持・改善につながる活動として臨床美術、音楽療法をはじめとした各種講座を行っています。臨床美術士や音楽療法士等、各種専門講師が脳を活性化させるお手伝いをします。

詳しい日程や開催場所は、広報となみ（今月号はP17）、市ホームページをご覧ください。

ほっとなみカフェで 臨床美術、音楽療法、笑いヨガ

描く、創る、歌う、奏でる、笑うことで、脳を活性化し、認知症の予防や、維持・改善につながる活動として、近年注目されています。

※臨床美術は、参加人数が限られる場合があります。希望の方は、当日会場でお知らせください。



▲ほっとなみカフェでの臨床美術の様子
この日は皆さん楽しく、クラゲを描きました。



▲広報となみ担当者が描いたクラゲ。
色使いなど悩みながら、夢中で描きました。

認知症サポーター養成講座 (行政出前講座)

認知症サポーターとは認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族をあたためる目で見守り、さりげなく援助する応援者です。認知症サポーターが増えることで、認知症の人が安心して暮らせる街が作られていくことを目的としています。認知症の症状や対応の仕方、予防方法について講義を受講していただいた方には、「認知症サポーター」のオレンジバッジをお渡ししています。

砺波市では、7月末まで8467人の方が受講されました。これまで、市内各小中学校やボランティアグループ、自治会、老人会、企業、職域などを対象として開催しました。

認知症サポーター養成講座は、どなたでも受講できます。地域包括支援センターへお申込みください。



◀認知症養成講座の参加者にお渡しするオレンジバッジ



TOPICS / **33年に一度の大祭開催**



7月28日から30日にかけて、第21回庄川弁財天社33年式年御開扉大祭が開催され、多くの人で賑わいました。

この大祭は約700年前から33年ごとに開催されており、「富山の祭り百選」にも選定されています。

市ホームページでも写真と概要を公開中



TOPICS / **鮎鮎、待て待て ～あゆのつかみ捕り大会～**

8月6日、砺波市漁業協同組合の「第33回あゆのつかみ捕り大会」が、となみ野大橋下流の庄川左岸河川敷で、3年ぶりに開催されました。

約10,000匹のあゆが放流され、参加者は元気に泳ぐあゆを捕まえようと夢になっていました。



TOPICS / **戦没者を追悼し、平和を祈願**



7月13日、先の大戦で家族を亡くされた遺族参列のもと戦没者追悼式が開催され、御霊の安らかなご冥福を祈り、平和を祈願しました。

戦争の悲惨さ、残酷さを忘れてはいけません。砺波市は非核平和都市宣言をしています。
(平成17年に宣言し、現在全国1,664の自治体が宣言)



庄下分団県大会優勝

7/22

富山県下消防団消防操法大会が開かれ、ポンプ車操法の部に庄下分団、小型ポンプ操法の部に高波分団が参加しました。両分団は、日頃の訓練の成果を遺憾なく発揮し、庄下分団は見事優勝を果たしました。



地域情報
求む!

ホドな 話題

お住まいの地区のイベントや、頑張っている人をご紹介します。取材に伺って広報となみや市公式ソーシャルメディア等でお知らせします。

広報情報課 ☎33-1148
✉:kouhou@city.tonami.lg.jp

おかあさんコーラス全国大会出場

7/25

砺波市の女声合唱団「コール麗」が、8月26日(土)と27日(日)に、兵庫県姫路市で開催される「第46回全日本おかあさんコーラス全国大会」に、中部支部代表として出場されることになりました。



受賞おめでとうございます

7/31

○第2回 北陸農政局 食育活動表彰 北陸農政局長賞
境嘉代子さん(大門)が、砺波の伝統料理を軸とした食育活動の功績がたたえられ、「第2回 北陸農政局 食育活動表彰 北陸農政局長賞」を受賞されました。



「砺波市消防団応援の店」登録!

8/8

おっさん食堂(太郎丸一丁目)が「砺波市消防団応援の店」に追加されました。(市内18店舗目)
消防団応援の店は、消防団員の皆さまに感謝の気持ちを込めて、割引などのサービスを行っていただけるお店です。



市内の消防団応援の店やサービス内容は、下記のQRコードからご確認ください。



「砺波市消防団応援の店」

インフォメーション

砺波市役所(代表) tel 33-1111 (土・日曜、祝日、夜間は代表電話へ)

くらし・行政

農地を貸したいときは

農業振興課

☎ 33-1427

農地を貸したい方から農地を借り受け、農地中間管理機構が地域の担い手に貸し付けます。

申込みは、農協営農指導員や農業振興課にお問合せください。

※地域の担い手との事前調整が必要
申込期限 第1回 10月31日(火)
 第2回 1月31日(水)

市営住宅の入居者募集

都市整備課

☎ 33-1447

入居申込受付期間(土、日、祝除く)
公営住宅 (所得月額15万8千円以下の方) 9月1日(金)～14日(木)
特定公共賃貸住宅 (所得月額15万8千円を超える方) 随時

※詳細は、ホームページ参照

精神障がい者の家族相談会

となみ野家族会事務局

☎ 23-6540(予約制)

家族相談員に日頃の悩みを話してみませんか。

日時 9月17日(日) 10時～11時30分
場所 地域活動支援センターとなみ野

平和を学ぶ旅参加者募集

砺波市国際交流協会

☎ 33-1145

「国際友好交流に興味がある」という方ならごなたでも大歓迎。

国際交流会の研修旅行に参加して、仲間づくりをはじめませんか。

日時 10月29日(日) 8時～17時30分
費用 1万3000円程度(昼食含)

※飲食時のアルコール等は除く
 ※非会員の方は別途、協会会費2千円が必要。

行き先 敦賀ムゼウム、三方五湖山頂公園ほか

申込方法 はがきに①～⑤の必要事項を記入の上、郵送。①氏名、②郵便番号、③住所、④日中連絡の取れる電話番号、⑤生年月日

申込先 砺波市国際交流協会事務局(砺波市企画政策課内)米町7番3号

申込期限 9月29日(金)
定員 30名(先着順)

住宅に関する無料相談会

砺波市地域住宅相談所
 所長 前田國代志 ☎ 33-2283

雨漏りや建具の建付、介護改修や耐震化工事等、住まいに関する困り事の相談に応じます。

日時 9月23日(土・祝)
 13時30分～16時30分

場所 となみ散居村ミュージアム

完全予約制

マイナンバーカード申請・交付の休日窓口

カードをまだ取得していない方のため、休日窓口を開設します。

これから申請する方や、市から受け取り案内はがきが届いた方でカードの受け取りを希望する方は、**日時①は9月8日(金)、日時②は9月22日(金)の11時まで**に電話で予約して、必ず本人が来庁してください。

日時 ①9月10日(日)、②23日(土・祝) 9時～12時
場所 砺波市役所1階 市民課窓口
持ち物 申請と受け取りに必要なものが異なります。市ホームページで確認するか、予約時にお問合せください。

市民課
 ☎ 33-1358



マイナポイントの9月末まで!! 申込期限は

対象となるのは令和5年2月末までにマイナンバーカードの交付申請をされた方です。

ポイント申請はスマートフォンを使用してご自宅からでもできます。市役所内特設コーナーのほか、全国のマイナポイント手続きスポットでも申請補助をしています。

利用しやすい所を活用してください。

※決済サービスの種類によっては、9月末より早く終了する場合があります。詳細は、決済サービス各社にお問合せください。

マイナポイント受け取りに必要な物

- ・マイナンバーカード
- ・数字4ケタの暗証番号(利用者証明用と券面事項入力補助用)
- ・ポイントをもらいたい決済サービス(アプリやカード等)
- ・口座番号のわかるもの(口座登録をする場合)

受付

平日(市役所の開庁日)
 8:30～12:00 13:00～17:15
 市役所1階 市民生活課前

(マイナンバー総合フリーダイヤル)
 ☎ 0120-95-0178

人と動物が共に生きる社会を目指して

9月20日～26日は動物愛護週間です

犬や猫をはじめとして、私たちに優しさを与えてくれるペット。

人と動物とが共生する社会のために必要なこととは何か、この機会に考えてみませんか。

日頃から心がけよう

- 飼育場所やその周辺をきれいにし、においの発生に注意しましょう。
- 不妊・去勢手術を受けましょう。
- 迷子札や鑑札・注射済票、マイクロチップなどを着け、所有者明示を行いましょう。
万が一、行方不明になっても戻ってくる可能性が高くなります。
- 犬・猫が迷子になったら、すぐに最寄りの厚生センター・支所、保健所、警察署に連絡しましょう。



犬との暮らし

- 犬の登録と狂犬病予防注射を忘れずに行いましょう。
- 鑑札・注射済票を装着しましょう。
- 散歩のマナーを守りましょう。
放し飼いにせず、フンや尿をきちんと片付けましょう。



猫との暮らし

- 屋内での飼育に努めましょう。
猫を外で飼うと住民の迷惑になるだけでなく、交通事故や感染症などの危険がいつぱいです。
- 無責任な餌やりはやめましょう。
かわいそうだからと飼主がいない猫に餌をあげるだけでは、周りに迷惑をかけるかもしれません。愛情と責任を持ち、餌を与えるのであれば餌やフンの片付け、不妊・去勢手術を行いましょう。

災害対策をしましょう

災害発生時には飼い主の心のケアだけでなく、被災したペットの放浪による危害を防ぐため、ペットと一緒に避難場所に安全に避難することが重要です。日頃から心がけることのほか、災害への備えを紹介します。

- **しつけ** 避難所でのトラブルを防ぐため、普段からキャリーバッグやケージに慣らしたり、「まで」「おいで」等の基本的なしつけを行っておきましょう。
- **健康管理** 避難所の慣れない環境はペットにとってもストレスとなります。普段から健康管理に注意しておきましょう。
- **所有者明示** 災害発生時にはペットとはぐれてしまうこともあります。保護された際に、飼い主のもとに戻れるように所有者明示をしましょう。
- **防災用品の準備** 救援物資はすぐには届きません。最低でも5日分のフード、水等を用意しておきましょう。

イベントのご案内 動物愛護フェスティバル開催！

日時 9月24日(日) 10時～(予定)

場所 富山県動物管理センター

内容 小動物ふれあい体験 犬・猫の飼い方相談コーナー 長寿犬の表彰
缶バッジ作成コーナー アイドル犬コンテスト など(予定)

※犬を同伴する際は、鑑札・注射済票を忘れずに！

「とやま動物愛護ホームページ」にもイベント情報を掲載しています。

その他、犬や猫の譲渡情報も掲載しています。



「とやま動物愛護」で検索！

詳しくは… 富山県厚生部生活衛生課 TEL 076-444-3230 (富山市新総曲輪 1-7)

富山県動物管理センター TEL 076-462-3467 (立山町利田、常願寺川公園となり)

宝くじ
公式サイト

宝くじがネットで購入できる!



宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

宝くじ公式サイト | Q



お問い合わせ先 | 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)

婚活・恋愛相談会(無料)

企画政策課
☎33-1145



上手な婚活の仕方や恋愛中のいろいろな悩み等を相談してみませんか。婚活専門員が親身にアドバイスします。

【予約制】

日時 9月12日(火)

①17時〜②18時〜③19時〜

場所 予約時に連絡

対象 結婚を希望している方やその

(ご家族(市内在住・在勤・年齢不問)

申込方法 電話やメール

また、ご希望により、2〜3人程度の少人数で行う「ミニ交流会」を紹介します。

参加要件 40歳位までの独身男女

興味がある方は、お気軽にお問合せ

ください。

砺波市議会8月定例会

議会事務局
☎33-1139



本会議 8月28日(月) 10時

9月4日(月) 10時

5日(火) 10時

22日(金) 14時

産業建設常任委員会 6日(水)

民生病院常任委員会 7日(木)

総務文教常任委員会 8日(金)

(各常任委員会は10時開催)

農業委員会委員の任命

農業委員会
☎33-1427



7月20日に新たな委員が任命され、会長と会長職務代理者が選出されました。任期は令和8年7月19日まで。

【敬称略】

会長 川邊 洋(野村島)

会長職務代理者 黒田英嗣(上和田)

委員

源通一郎(豊町)・石田智久(大門)

土田英雄(大門)・水野勢津子(矢木)

飯田輝一(上中野)・飯田真紀(中野)

鴨井克之(鹿島)・小幡直也(荒高屋)

樋掛雅彦(鷹栖)・中村栄克(狐島)

森田修(西中)・林政樹(小島)

松原光雄(高波)・館和香子(高波)

西原登(石丸)・亀永理恵(石丸)

吉田一馬(東石丸)・今井久人(東開発)

田嶋和樹(太田)・片山雅喜(三合)

松浦正一(東保)・満保雅春(東別所)

山本渉(庄川町金屋)・柴田泰利(庄川町鷹島)

齋藤徹(庄川町赤野)・堀田敬三(庄川町)

前野久(庄川町鷹島)

不動産に関する無料相談

富山県宅地建物取引業協会砺波支部
☎0766-2510345

不動産や空き家に関するいろいろな悩みや問題等に応じます。予約不要で無料です。

日時 9月9日(土) 13時〜16時

場所 となみ散居村ミュージアム

一人で悩んでいることはありませんか

女性の悩み相談

【無料】



DV(夫や恋人からの暴力)、職場の人間関係や家族のこと、自分の生き方等、どんな悩み事でも相談してください。プライバシーは必ず守ります。

相談員 認定フェミニストカウンセラー

対象 市内在住・在勤の女性

日時 9月11日(月) 14時〜19時

9月28日(木) 10時〜17時

手続き 予約制、事前にお電話ください。

その他 場所は、予約時に連絡します。

面接相談時間は、50分程度です。

予約先 こども課 ☎33-1590

生活困窮者のための無料法律相談

～ほっとなみ法律相談～

借金や家庭、労働時間、賃金の問題、虐待、成年後見人の選任等の法的な解決が必要で、生活に困窮している市内在住の方に対して、法テラスを利用した弁護士による相談会です。

日時 9月4日(月)、10月2日(月) **【完全予約制】**

①17時〜17時40分

②17時40分〜18時20分

③18時20分〜19時

**各1人まで
先着順**

その他 場所は予約時に連絡します。相談予約は前週金曜の17時まで受け付けます。

※法律相談以外にも、ほっとなみ相談支援センターでは生活の困りごと相談を随時受付中です。

予約先 社会福祉課 ☎33-1317

DV相談ダイヤル ☎33-1126

DVに悩んでいませんか?相談してみると一人では気付かなかった解決方法が見つかるかもしれません。秘密厳守ですので、遠慮なく相談してください。

日時 月〜金曜(祝日除く) 8時30分〜17時15分

女性弁護士による法律相談会(無料)

女性のための法律相談で、秘密は厳守します。

対象 市内在住・在勤の女性

日時 9月26日(火) 13時30分〜15時30分

その他 定員4人 予約制、事前に電話してください。

予約先 こども課 ☎33-1590

市民大学「市民の先生」

講師募集

生涯学習・スポーツ課

☎ 33・1602



市民がボランティア講師として主体的に企画・開催する講座です。講座は、講師と受講生により自主的に運営され、受講料は原則無料です。学習の機会だけでなく仲間づくりにもなります。ぜひ応募ください。

開講期間 12月～翌年3月

応募方法 申込書を提出

応募期限 9月25日(月)

※詳細は、ホームページ参照

砺波・小矢部企業説明会&面接会の開催(事前申込不要)

ハローワーク 砺波

☎ 32・2914



就職や転職を希望している方は、どなたでもご参加いただけます。自分に合った職場を見つけませんか？

場所 文化会館 多目的ホール

日時 9月15日(金) 14時～16時

参加企業 6社予定

参加費 無料



下水道の日(9月10日)

上下水道課

☎ 33・1463



下水道整備の促進を図るとともに、下水道の役割や大切さを考える日です。

市民の生活環境を守るために下水道を整備しています。下水道が整備された区域内で未接続の方は、早期接続にご協力ください。

8月下旬から市役所正面玄関に特設ブースを設置する予定です。ぜひご覧ください。

addoor(とやまリッジサポートセンター)の会員募集

とやまリッジサポートセンター

☎ 076・471・6510

市内初の「出張登録会」開催

県が運営するaddoor(アドア)では、結婚を希望する18歳以上の独身の方を対象に会員を募集しています。会員になると個別マッチング等のサービスを受けられます。

素敵な出会いを求めて登録してみませんか。

日時 10月1日(日) 10時～16時

場所 文化会館1階 農事研修室

申込期限 9月24日(日)

入会登録料 1万円(2年間有効)

※電話でご予約ください。必要書類等をご案内します。

中小企業退職金共済制度

中小企業退職金共済事業本部

☎ 0766・2510345



中小企業のための国の退職金制度です。パートタイマーの方も加入でき、掛金は全額非課税で国が一部を助成します。

市内中小企業の従業員福祉向上や雇用の安定を図るため、新規に中小企業退職金共済制度等に加入契約した中小企業に、共済掛金の一部を市が補助します。

※詳細は、ホームページ参照

独身男女の出会いの場を創出する事業等を行う団体等に 砺波市婚活支援事業補助金を交付します！

独身男女の出会いの場を積極的に創出する交流イベント、セミナーや講座を実施する団体等に対して、補助金を交付します。

◆対象となる団体等

市内に事務所がある企業や地域コミュニティ団体、NPO法人、市内に住所がある個人

◆イベント等の主な要件

- 20歳以上の独身男女を対象とする事業
- 事業の参加者は10人以上で次の要件を満たすもの
 - 15人未満の場合 参加者の5人以上が市内在住か在勤の方
 - 15人以上の場合 参加者の3分の1以上が市内在住か在勤の方

◆留意事項

- 対象経費：報償費、消耗品費、印刷製本費、通信費、広告料、保険料、賃借料等
 - 補助金額：対象経費の2分の1(上限10万円/回)
 - 申請事業数：同一年度に、1団体につき1事業まで申請可能
- ※申請される場合は、事前にご相談ください。

問合せ 企画政策課 ☎ 33-1145

配水タンク ピカピカに！

安川配水場配水タンクの表面に付着した汚れを落とすため、砺波管工事業協同組合員のご協力のもと、高圧洗浄機や高所作業車を使用して清掃をしました。

今後も水道施設を綺麗に保つため、清掃作業を継続していきます。

組合員の皆さま、ご協力いただきありがとうございました。



10月1日は住宅・土地統計調査

企画政策課
☎ 33-1145



総務省統計局では、10月1日現在で「住宅・土地統計調査」を実施します。

これは、住生活関連諸施策の基礎資料を得ることを目的とした重要な調査で、5年毎に実施されます。

調査期間中、統計調査員が抽出された調査対象の世帯へ調査書類を配布しますので、インターネットか紙の調査票での回答をお願いします。

コミュニティ助成事業で整備

消防署 ☎ 33-0119

(二財)自治総合センターの宝くじ助成金を活用し、砺波市立庄南小学校少年消防クラブへ簡易テント、プロジェクター、放送設備等、消防防炎活動用品を整備しました。



となみ元氣道場 Presents

「食事とおしゃべりを楽しむ交流会2023」参加者募集

となみ元氣道場事務局

生涯学習・スポーツ課

☎ 33-1602



砺波市内外の若者の交流を深めるイベントを開催します。

日時 9月30日(土)

18時30分～20時30分

場所 PUBLIC BAR JACKPOT

募集人数 20名程度

参加費 2千円

申込期限 9月15日(金)

申込方法 グーグルフォームから

砺波の安全情報ネット
「となみチューリップ
安全メール」の登録

砺波警察署

☎ 32-0110



特殊詐欺情報、交通安全情報、不審者情報、危険動物情報など身近な安全情報をいち早くメールで配信しています。

最新の情報で、自分や家族等の身を守りましょう。スマホ等でQRコードを読み取り、画面の指示に従って登録してください。登録の際は「砺波警察署」を☑してください。

国民年金のお知らせ

まとめ払いでお得な前納制度

「前納制度」で翌年3月分か翌々年3月分までの保険料をまとめて前払いすると、割引を受けられます。ご希望の場合は、最寄りの年金事務所へご連絡ください。

・10月～翌年3月分(6か月)を前納する場合
現金前納額 98,310円 割引額 810円

20歳を迎える皆さんへ!

年金事務所では、年金加入年齢の20歳になる方へ年金制度等の説明会を行っております。電話による予約制となっておりますので、ご利用の方は年金事務所へご連絡ください。

日本年金機構 砺波年金事務所 ☎ 33-1725
市民課国保年金係 ☎ 33-1362

第17回となみ庄川水辺ウォーク

家族や仲間と気軽にウォーキングを楽しみましょう。小雨決行。当日参加も可能です。

参加無料

日時 10月9日(月・祝)
9時～12時(受付8時30分～)

場所 砺波総合運動公園多目的競技場前

コース ①約6km・②約4km

事前申込みはこちら



マスコットキャラクター「ウォークン」

生涯学習・スポーツ課 ☎ 33-1613



砺波市消防秋季訓練

日時 9月24日(日) 10時～11時(雨天決行)
会場 砺波市出町地区

通行止め 主要地方道砺波・福光線
(広上町から本町交差点)

※消防車両のサイレンを吹鳴して訓練を行います。火災とお間違いないようご注意ください。



砺波消防署 ☎ 33-0119

がんばる生徒に 温かい励ましの声を 社会に学ぶ「14歳の挑戦」

9月25日(月)～29日(金)

市内4中学校の2年生が、地域の事業所の皆さまから指導を受けながら、勤労体験に挑戦します。規範意識や社会性を高め、将来の自分の生き方を考えるなど、たくましく生きる力を身につけます。

教育総務課 ☎ 33-1549

令和5年度 砺波市防災デー/砺波市総合防災訓練

みんなで参加！ みんなで行動しよう！

市民一斉シェイクアウト訓練

9月24日(日)実施!!

●実施時間：午前8時から1分間

※【訓練の合図】FMとなみ、各地区消防分団屯所のサイレン(1分間)

●訓練場所：それぞれの自宅・職場など

●実施内容：自分の身を守る「シェイクアウト訓練」

いのちを守る
3ステップ



砺波市総合防災訓練

会場：砺波体育センター会場、出町中学校会場、
出町小学校会場、砺波高校会場、福祉避難所会場、
市立砺波総合病院会場 ほか

内容：●関係機関による実働訓練
●出町地区避難所運営委員会の避難所開設・運営訓練 ほか

防災体験・見学コーナー

会場：砺波体育センター会場
内容：●防災グッズ作成・防災〇×クイズ
●災害伝言ダイヤル 171 体験
●起震車で地震体験
●自衛隊炊事車による炊出訓練
●災害発生時、停電時の対応 ほか

防災一口メモ

砺波市防災士連絡協議会

副会長(出町地区防災士)

宮口 孝志

第38回

お家でキャンプ(ホームサバイバルトライアル)やってみませんか？

令和5年9月号

ルールは簡単。災害時に電気・水道・ガスなどライフラインが止まったと想定して過ごしてみましょう。

- ① 土・日等の2日間、家族全員が参加し、電気・ガス・水道等、家庭内のライフラインスイッチを全て遮断するなど、一切使用しない生活環境をつくり生活を体験する。
- ② 水、食糧は災害備蓄品のみを使用する。(賞味期限切れはありませんか?)
- ③ トイレは水洗処理を行わず自己完結により個別に処理する。(簡易トイレ等)
- ④ 夜間の照明をどう確保するか、懐中電灯等備えてある用品で賄うことができるか実証する。

これらの経験によって、我が家に必要なものと改善点が何かを把握でき、使用方法も熟知できるようになります。

※「避難」の方法は、いくつかあり、身の安全が確保され自宅の被害が少なく、二次災害のリスクが少ない時には「在宅避難」といって、そのまま自宅にとどまります。

参考：防災士研修センター メールマガジン

【これからの事前の備え～ホームサバイバルトライアルの勧め～】より



9月24日、総合防災訓練が出町地区を会場に、地震による大規模災害を想定し、実践的な訓練を地域住民と防災関係機関等が協力して実施します。
また、砺波市防災士連絡協議会では、市民だれもが気軽に参加できる防災体験・見学コーナーを設け、防災意識の高揚を図ります。

FMとなみ
76.9MHz

市職員が出演してラジオ番組「防災ファイル」を発信中

月曜17:00～、火曜9:55～、木曜7:45～、金曜10:40～、土曜13:25～、日曜12:55～



講座・教室



パソコン講座

砺波まなび交流館

☎ 33-11115

表計算ソフト(Excel)を初めて扱う方を対象とし、基本操作、表計算、関数計算、グラフの作成などを学びます。

日時 9月26日(火)～29日(金)

4日間 9時～正午

費用 7200円(テキスト代金)

講師 自由工房ゼロイチ

申込期限 9月12日(火)

とやま呉西圏域連携事業

「先輩創業者に学ぼう! 起業・創業セミナー」

商工観光課

☎ 33-1362



とやま呉西圏域では創業を目指す方等を対象に先輩創業者の体験談から学ぶセミナーを開催します。

自身の創業に関する課題にアドバイスを受けることができるほか、支援機関の紹介やグループワーク等を実施します。創業をお考えの方は是非ご参加ください。

日時 10月2日(月) 14時～16時

場所 御旅屋セリオ4階TASU

対象 新たに起業・創業を考えている方、創業まもない方など

参加費 無料

定員 15名程度

申込 ホームページか、商工観光課まで(FAX・メール可)

※詳しくは、ホームページ参照

スポーツ関連イベント

富山県西部体育センター

☎ 33-3412



施設利用に関するお知らせ

◆照明LED化工事のため

・9月15日(金)まで大アリーナ利用不可

Enjoyバドミントン【定員15人】

日時 9月6日、13日、20日、27日

(水) 10時～正午

場所 中アリーナ

対象 バドミントン愛好者

参加料 1回600円

申込み 受講料を添えて直接窓口へ

Let'sスポーツ【定員30人】

内容 フライングディスク

卓球

日時 9月15日(金) (9月～11月の

第3金曜日) 14時～15時30分

指導者 西部体育センター職員

場所 中アリーナ

参加料 300円(保険料込み)

申込み 受講料を添えて直接窓口へ

スポーツクリニック【無料】

申込み 2日前までに電話か直接窓口へ

(整形外科相談)

日時 9月16日(土) 13時～15時

場所 応接室

講師 市立砺波総合病院 整形外科 高木 泰孝 先生

定員 6人(個人面談)

内容 スポーツによるケガ等の治療方法、関節や筋肉等の痛みの対処とその後のトレーニング法など

今年も行います!!

スポーツフェスティバルinとなみ2023

日時 10月9日(月・祝)

9時～16時 開場9時

会場 富山県西部体育センター

砺波市温水プール

全館開放イベント!!

お子様からおじいちゃん、おばあちゃんまで楽しい催しを準備中!

皆さまお誘いあわせでのご来館をお待ちしております。

※内ばきシューズ持参

西部体育センター

LINE公式アカウント開設しました

友だち追加で施設体験

クーポンを呈呈



となみ野田園空間博物館推進協議会

となみ散居村学習講座・庭木剪定講習会

となみ散居村ミュージアム

☎ 34-7180



●となみ散居村学習講座

散居村の歴史、文化、現在をテーマに年間講座を開催しています。

◆第4回

日時 9月16日(土)

13時30分～15時

内容 「越と能登ーその交流に見ることばと文化ー」

講師 同志社女子大学表象文化学部

場所 となみ散居村ミュージアム

情報館研修室

定員 70人(事前申込みが必要)

受講料 500円

申込み 電話・窓口にて受付

●庭木剪定講習会

屋敷林の剪定に興味のある方や、今から始めようとしている方向けの講座です。

日時 9月23日(土・祝)・24日(日)

9時～15時

会場 となみ散居村ミュージアム

講師 砺波市造園業組合の皆さん

定員 10人程度(要事前申込)

受講料 2千円(保険料込)

申込み 9月15日(金)まで電話・

窓口にて受付

掲載内容を変更する場合があります。詳細は直接問合せるか、市ホームページで最新情報をご確認ください。

スイミングスクール受講生募集

第3期 (10~12月)

	スクール名	定員	目的	コース	時間
16歳以上短期スクール	初めてウォーキング	20人	初めてプールを利用される方などがウォーキングの基本を身につける	木曜	10時~10時40分
	健康ウォーキング	各25人	運動不足やストレス解消、肩こり・腰痛などの予防改善	木曜 土曜	10時45分~11時30分 11時~11時45分
	アクア・フィット	各15人	いろいろな水中運動を組み合わせ、健康増進	月曜 木曜	13時15分~13時45分 13時15分~13時45分
	シェイプアップ	各25人	水中運動による脂肪燃焼や体力向上	水曜 金曜	14時10分~15時 14時10分~15時
	ヘルシースイミング	各20人	4泳法の習得とレベルアップ	月曜 木曜	14時~15時 14時~15時
16歳以上通年スクール	アクア・エクササイズ	若干名	泳ぎに関連するエクササイズを主体に、水泳技術の向上と健康増進	月曜	19時45分~20時30分
	ヘルシースイミング	各若干名	4泳法の習得やレベルアップ	水曜 金曜	13時~14時 13時~14時
	遊・スイミング	各若干名	4泳法の習得やレベルアップ	水曜 金曜	19時40分~20時40分 19時40分~20時40分

開催期間/回数 10月11日(水)~12月25日(月) 各コース 10回

受講料

	~64歳	65歳~	定期利用券所持者
1コース	6,000円	5,500円	4,000円

※通年スクールは3か月分の料金

複数のコースを受講される場合は、コース数×受講料(1コース分)となります。

保険料

保険加入が必要(保険期間は、加入日~令和6年3月31日)
64歳以下:1,950円 65歳以上:1,300円

申込期間

9月11日(月)~ 定員になり次第、締切

申込方法

所定の申込用紙に記入のうえ、受講料と保険料を添えて申込み。※電話、ご家族以外の代理受付は不可
その他の 申込みのキャンセルは、スクール開始日前日までとします。

砺波市温水プール ☎33-4450

高齢者向け

スマホの使い方講座(入門・初級)

参加無料



入門コース…スマホを使い始めたばかりの方

内容 前半「スマートフォンで電話をしよう」
後半「スマートフォンで文字入力をマスターしよう」

日時 ①9月22日(金)、②10月11日(水)

講師 ドコモショップ砺波店

※①と②は同じ内容です。また、入門コースは1人1回の受講とします。

初級コース…入門コース程度を理解の方、入門コース受講の方

内容 前半「スマートフォンをあんしん・安全に使うために」(講義、スマホ操作なし)
後半「スマートフォンでインターネットを使おう」

日時 ③9月27日(水)、④10月18日(水)

講師 ドコモショップ砺波店

※③と④は同じ内容です。また、初級コースは1人1回の受講とします。

・入門と初級はそれぞれ1回ずつ受講可能

・各講座開催スケジュール

受付 13:00
1時間目 13:30~14:30
休憩 14:30~14:40
2時間目 14:40~15:40
質疑応答 15:40~10分程度

・受講料無料

・会場 砺波まなび交流館 2階視聴覚室
・定員 各15名(砺波市在住の60歳以上の方)
※参加者各自のスマホ持参で機種はAndroid。
iPhone、ドコモらくらくスマホは不可。

・申込期限 ①,③ 9月12日(火)
②,④ 10月2日(月)

砺波まなび交流館 ☎33-1115

このほか、5人以上の団体でのスマホ教室は「行政出前講座」で随時受付中です。

広報情報課 ☎33-1148

健康・介護



健康センター ☎ 32-7062

44歳～61歳の男性へ 風しんの抗体を持っていると思い込んでいませんか？

風しんは、人から人へ感染し、感染力が強い疾患です。妊娠中の女性が感染するとお腹の赤ちゃんが心臓病や難聴等になる場合があります。風しんの流行を防ぐにはワクチン接種が有効です。

対象の方に、5月にクーポン券を郵送しました。抗体検査を受け、抗体がない(陰性)の場合は、予防接種を受ける必要があります。

抗体検査は血液検査で行います。職場の健康診断や特定健康診査の受診時に合わせて検査を受けることができます。事前に医療機関や健診機関等に予約してください。

対象 昭和37年4月2日～

昭和54年4月1日生まれの男性

料金 無料 ※期限あり。お早めに受診ください。

ひとりではなかなか

誰かに相談してみませんか？

9月10日～16日は自殺予防週間です。ストレスが重なったり、物事がうまくいかなかったりしたときなど、誰でも心の調子を崩すことがあります。そんなときは、「こころの健康

「となベジニュース」

9月は健康増進普及月間・食生活改善普及月間です。「1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後にクスリ～健康寿命延伸～」
普段の野菜摂取量を知り生活をふりかえてみませんか？

ベジチェックによる野菜摂取量測定会
日時 9月26日(火)
10時～正午・15時～17時
場所 ヴァローレ 砺波店 料金 無料

相談」で悩みを話してみませんか。毎月第2・4木曜日の午後は精神保健福祉士による相談を予約制で行っています。なお、ご家族からの相談にも応じています。

9月24日～30日は結核予防週間

胸部レントゲン検査は受けましたか？結核は過去の病気ではありません。早く見つけることで重篤化を防ぎ、周囲への感染予防ができます。65歳以上の方は受診が義務づけられていますので、年に1度必ず胸部レントゲン検査を受けましょう。2週間以上咳や痰、微熱、身体のだるさが続く場合、医療機関を受診しましょう。

赤ちゃんはBCG接種が有効です。1歳までに必ず接種を受けましょう。

新型コロナワクチン接種

令和5年度新型コロナウイルス秋開始のワクチン接種が始まります

現在の流行主流株であるオミクロン株XBB.1.5に対応したワクチン接種を次のとおり開始します。

接種開始 9月20日(水)から

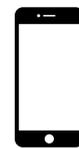
接種会場 市内指定医療機関
(詳細は市ホームページや予約専用コールセンターでご確認ください)

予約開始 8月下旬(予定)

※接種券はお手元に届いているものを使用してください。令和5年5月8日以降にワクチン接種をした方には、順次郵送します。

ワクチン接種の予約先

①インターネット (24時間対応)



予約フォーム

②予約専用コールセンター
月～金(祝日除く) 9時～17時

0763

32-3566

情報は日々更新されていきます。
最新情報は市ホームページで確認してください。



ほっとなみカフェ

地域で認知症カフェを開催しています。介護や認知症にお悩みの方、認知症予防に関心のある方等、どなたでも自由に集える場です。専門職による個別相談も実施しています。

地域包括支援センター
☎33-1345

認知症相談

市内9か所で認知症相談日を設けています。物忘れや認知症に関して、ご本人やご家族等、どなたでも相談してください。相談日以外の日時でもご相談に応じます。

場所	日	時間	内容	費用等
麦秋苑 (☎33-2846)	12日 (火)	14時～15時30分	音楽療法	無料
くつろぎ処ちえりー (☎080-3745-8104)	3日 (日)	10時～15時	健康マージャン	200円
	13日 (水)	14時～16時	干支入り数珠を作ろう	900円
	14日 (木)	10時30分～12時	折り紙	300円
	27日 (水)	13時30分～15時	折り紙	300円
	17日 (日)	10時～15時	健康マージャン	200円
ものがたりの街 修養棟 (☎55-6102)	21日 (木)	14時～16時	佐藤先生の市民講座「ACP(人生会議)～自宅で生活することが難しくなったら～」 ものがたり菜園のハーブとお花で「グリーンリース教室」	無料 事前予約制 ☎55-6102 (担当：石丸)
みやの森カフェ (☎77-3733) ※9月のみ庄東センターで開催	10日 (日)	14時～17時	出張カフェ 臨床美術、健康・介護の各種専門相談など	無料
庄川つわぶき(庄川農村環境改善センター内) (☎82-3520)	29日 (金)	13時30分～15時	笑いヨガ	無料

日	時間	場所
2日 (土)	9時～16時	在宅介護支援センター(やなせ苑) 要予約
5日 (火)	9時～16時	地域包括支援センター(砺波総合病院)
	9時～16時	在宅介護支援センター(ケアポート庄川)
6日 (水)	10時～11時	庄東センター
	10時～11時	苗加苑
7日 (木)	10時～11時	北部苑
	10時30分～11時30分	庄川支所
11日 (月)	9時～16時	在宅介護支援センター(砺波ふれあいの杜)
	9時～19時	地域包括支援センター(砺波市役所)

目指せ！元気な100歳！

いきいき百歳体操
継続グループ紹介

24ファミリー

開始時期 平成28年4月6日

活動日時 毎週木曜 10時～

活動場所 雄心会館

週1回の百歳体操で体を動かすことが一番いいことだと思っているので、これだけは長く続けていきたいです。90歳代の参加者も元気に出てきてくれているので、お互いに良い刺激になっています。



今年の健康診断の結果はいかがでしたか？

メタボリックシンドロームや生活習慣病を予防、早期に発見、改善につなげるため、保健指導利用券が届いた方は、相談会をご利用ください。地区相談会も実施しています。

日時 毎週月曜日 9時～18時30分

場所 健康センター

電話 32-7062

相談会にお越し頂いた方には、ベジチェック(野菜摂取量測定)とソルトチェック(塩分摂取量測定)が無料でできます！



満100歳

おめでとうございます

7月に満100歳を迎えられましたので、お祝いの記念品等を市から贈りました。



天野そめさん (庄川町金屋)

9月の健診・相談

健康センター
☎32-7062



状況によって変更となる場合があります。

行事名	対象者		ところ	月日	受付時間
乳幼児健康診査 (問診票を記入し、 母子手帳と一緒に 持参)	3か月児	R5年5月生	健康センター	29日(金)	対象の方には個別に ご案内します。
	1歳6か月児	R4年3月生		21日(木)	
	2歳児(歯科)	R3年9月生		14日(木)	
	2歳6か月児(歯科)	R3年3月生		22日(金)	
	3歳児(歯科)	R2年9月生		15日(金)	
	3歳6か月児	R2年3月生		1日(金)	
もぐもぐ教室	6か月児	R5年3月生	健康センター	13日(水)	13時30分～14時20分
育児相談	乳幼児	母乳・発達	健康センター	6日・20日(水)	9時～11時 ※バスタオル、フェイスタオル を持参してください
		母乳・歯と栄養		13日・27日(水)	
健康・栄養相談	生活指導・食事・栄養に関すること等 健康づくり全般		健康センター	毎週月曜日	9時～17時
お口の相談	希望者 ※要予約		健康センター	平日	9時～17時
結核・肺がん検診	40歳以上	【予約不要】受診券 に記載の受付時間 にお越しください。	柳瀬体育館	14日(木)	13時～15時
胃がん検診 大腸がん検診	40歳以上		柳瀬体育館	14日(木)	8時～11時
子宮頸がん検診	20歳以上		砺波体育センター駐車場	7日(木)	13時～14時15分
			文化会館	26日(火)	
乳がん検診	40歳以上		砺波体育センター駐車場	7日(木)	
			文化会館	26日(火)	
		総合病院健診センター	木曜日以外の平日	午後	
胃内視鏡検診	50～69歳	希望者	指定医療機関	5月1日(月)～ 2月29日(木)	直接医療機関に お申込みください。
こころの 健康相談	希望者【要予約】	☎32-7062	健康センター	14日(木)・28日(木)	13時30分～15時
		☎22-3512	富山県砺波厚生センター	7日(木)	午後
ひきこもり 家族相談会	希望者【要予約】	☎22-3512	富山県砺波厚生センター	14日(木)	17時15分～
働く人の 心の相談会	小規模事業者やその労働者で希望する方 【要予約】 砺波地域産業保健センター ☎33-7715		砺波サナトリウム福井病院	5日(火)	
			小矢部大家病院	12日(火)	
			となみの心療クリニック	20日(水)	
			松岡病院	27日(水)	

休日・夜間急患診療【小児科・内科】
砺波医療圏急患センター
(砺波総合病院隣接)



【小児科】 ☎34-7744

【内科】 ☎34-5005

○月～土曜 20時～22時30分
○日曜、祝日 10時～16時30分
20時～22時30分

休日在宅当番医【歯科】 診療時間 9時～17時

3日(日)	歯科津田医院	小矢部市津沢	☎0766-61-2243
10日(日)	としこ歯科クリニック	小矢部市今石動町	☎0766-68-0388
17日(日)	芳尾歯科医院	豊町二丁目	☎32-2834
18日(月・祝)	村井歯科医院	庄川町青島	☎82-5366
23日(土・祝)	神田歯科医院	表町	☎33-3223
24日(日)	安念歯科医院	永福町	☎33-2445

※都合により変更になることがありますので、受診前に電話で要確認
(受診の際は保険証が必要)

富山県歯科保健医療総合センター ☎076-433-2039



子育て支援センター

主に未就園児とその保護者を対象に、地域で安心して子育てができるように
情報交換や相談ができる場所です。

開館日時 月～金曜(祝日除く)

9時～17時(12～13時はお休み)

北部

(北部認定こども園内) ☎33-7515

5日 10:30～食品衛生講座
11日 身体計測・健康相談
19日 子育て相談日

太田

(太田認定こども園内) ☎33-6288

4日 子育て相談日
5日～15日 敬老の日プレゼント作り
8日 身体計測・健康相談
21日 11:00～食改さんによる
手作りおやつ紹介

出町

(出町認定こども園内) ☎32-2776

5日 子育て相談日
6日 10:30～親のWa(輪・話・和)
タイム
7日～15日 敬老の日プレゼント作り
20日、21日 身体計測・健康相談
27日 11:00～食改さんによる
手作りおやつ紹介

南部

(南部認定こども園内) ☎32-6016

6日 身体計測・健康相談
8日 子育て相談日
11日～15日 敬老の日プレゼント作り
27日 交通安全教室
※「食改さん」…食生活改善推進委員の皆様のことで、市民の健康の保持・増進を図ることを目的に活動されています。

9時～15時(12～13時はお休み)

東般若保育園

(東般若保育園内) ☎37-0005

5日 乳幼児のための救急法
13日～15日 敬老の日プレゼント作り
22日 身体計測

ちゅうりっぷ

(ちゅうりっぷ認定こども園内) ☎32-7978

1日 10:15～親のWa(輪・話・和)タイム
5日～14日 敬老の日プレゼント
手形ハガキ作り
11日 子育て相談日 25日 身体計測
15・20・27日 休館日

あぶらでん

(あぶらでん認定こども園内) ☎23-4456

4日 子育て相談日 12日 は・ハ・歯の話
13日 みんなで手洗いチェック体験
26日 身体計測

たかのす

(たかのす認定こども園内) ☎23-4288

7日 身体計測 13日 午前休館
15日 午後休館 19日 子育て相談日
26日 は・ハ・歯の話

しょうがわ

(しょうがわ認定こども園内) ☎55-6541

4日～8日 (要予約)ペタペタ週間
【手足形アート】
12日 mini²となみーていんぐ in
子育て支援センター
14日 子育て相談日
22日 身体計測



こども・子育て すまいるとなみ

9月



児童館

開館日時
月～金曜(祝日除く)

市内在住の18歳未満であれば誰でも利用
できる、子どもたちみんなの場所です。

東山見児童館(☎82-4099)
青島児童館(☎82-6470)
種田児童館(☎82-5784)
雄神児童館(☎82-7350)

※新児童館へ引
越しのため
休館します

土曜のみ 13時～17時

出町児童センター

☎33-3890

9時30分～17時30分

※月曜のみ

14時～17時30分

16日(土)

祖父母へのプレゼント作り

25日(月)～30日(土)

チャレンジ検定週間

★ホームページもご覧ください★

※やむをえず閉所となる場合は市ホームページでお知らせします。

ホームページでは
フルカラーで掲載

9月生まれの

すこやか! 砺波っ子!!

(年齢は9月末現在)



松浦 あいなちゃん
(3歳・東保)



江成 にこちゃん
(1歳・鍋島)



藤井 やまとくん
(1歳・中野)



山崎 あやちゃん
(2歳・林)



福島 りょうこちゃん
(1歳・権正寺)



押田 しょうくん
(1歳・太郎丸)



金子 たくくん
(1歳・平和町)



松家 そうくん
(1歳・太郎丸三丁目)



澤野 葉青くん
(2歳・中村)



和田 たかくん
(3歳・庄川町青島)



八田 かつくん
(3歳・頼成)



小倉 弥桜ちゃん
(2歳・東開発)



田村 心良くん
(1歳・庄川町金屋)



源本 結星ちゃん
(2歳・鷹栖)



福田 結生ちゃん
(3歳・小杉)

応募対象 10月中に1・2・3歳の誕生日を迎える市内在住のお子さん

応募期限 9月8日(金)【必着】

応募方法 写真データを「kouhou@city.tonami.lg.jp」までメールするかプリント写真を提出。氏名、ふりがな、性別、生年月日、保護者の氏名、住所、電話番号を記載し、メールの場合は件名を「すこやか」にしてください。(プリント写真は返却不可)

送付・問合せ 広報情報課 〒939-1398 砺波市栄町7番3号 ☎33-1148 写真はCATV番組「行政情報」冒頭でも紹介
します。応募を受け付けたらメール等で3日以内にご連絡します。連絡がない場合はお問合せください。





「聞き書き」

あなたの語りを一冊の本にして、

残しませんか？



看護部 聞き書き水曜会

平木 葉子

当院では、2012年から患者に寄り添う看護の一つとして「聞き書き」を行っています。入院・外来患者さんを対象に、お年寄りだけでなく、様々な世代の方の語りをお聞きしています。これまで50名近くの方の「聞き書き」を行ってきました。

例えば、出産を控えたお母さんが、将来大きくなったお子さんに今の気持ちを冊子にして渡すための「聞き書き」や、可愛いお孫さんへの思いを冊子にし、誕生日プレゼントとして渡すための「聞き書き」など、ご家族の思い出作りのお手伝いもさせていただきます。

これまで「聞き書き」を行った患者さんやご家族からは、「自分の話を聞いてもらうだけで、元気になった。冊子をもったら、いちだんと嬉しかった」「こんなことまで喋っていたんだ...と恥ずかしくもなったが、私の口調で書いてもらっていると、その時の情景がよみがえり、懐かしく感じた」「良い思い出になる機会をくれてありがとう」と、様々なご意見をいただいています。このようなお言葉をいただくと、私達も大変嬉しい気持ちになります。

入院しておられる間や、通院している待ち時間の間など、「こんな話を聞いてもらって文章に残したいなあ」「口頭、面と向かって家族に言えないことを、聞いてもらって冊子にしてほしいなあ」「経験したことを孫や家族に伝えたいけど、なかなか話せないから、聞いてもらって冊子にしておおつかなあ」と思っている方は、気軽にお問合せください。「聞き書き」を学習したスタッフが、皆さんの元に伺ってお話をお聞きます。数回に分けて、聞かせていただいた語りを文字にして、話し合いながら一冊の本にしていきます。

入院中の患者さんと遠方にいるご家族との思いを繋ぐための手段としても、この活動を利用していただきたいと思います。そして、「聞き書き」の活動を通して、患者さんのお話を聞かせていただき、寄り添う看護を行っていきたいと思います。



皆さんは、「聞き書き」をご存知ですか。「聞き書き」とは「お年寄りの話を聞き、その話を、その人の話し言葉で書き、一冊の本にしてお渡しする活動」をいいます。「お年寄りが一人亡くなると、地域の図書館がひとつ消える」とも言われています。お年寄りの話を聞いて、それを記録し、後世に残すことですが、それは決して特別なことでなくていいのです。長い人生を生きてきて「楽しかったこと」、「嬉しかったこと」、「辛かったこと」、「悲しかったこと」を思い出して語ってもらえれば、それだけでも、その方の立派な「生きてきた証」になります。「聞き書き」のメリットは、「話し言葉」で書くことと気持ちを共有できることや、生きがいを見出してもらおうことなどがあります。

富山県スポーツフェスタ 第76回富山県民体育大会

7月22日(土)～23日(日)を中心会期として、第76回富山県民体育大会が県内各会場で開催されました。中学の部では昨年より1つ順位をあげ健闘しました。都市対抗で競う県民体育大会第二部の総合成績と優勝競技は次のとおりです。

総合成績	優勝競技
中学の部 4位	バレーボール (男子)、バスケットボール (男子)、ソフトテニス (男子)
一般の部 7位	バスケットボール (男子)、ゲートボール (男子)、ソフトボール (壮年)



砺波市スポーツ講演会

北京オリンピックフリースタイルスキー競技男子モーグル銅メダリストの堀島行真さんを講師にお招きし、スポーツ講演会を開催します。



トップアスリートの貴重なお話を会場でお楽しみください!

演題 「自分が積み重ねてきたものはなくなる」
日程 10月28日(土) 18時30分～20時 (開場: 18時～)

会場 砺波体育センター
定員 200名

参加無料

申込方法 Google フォーム、砺波体育センター窓口にて直接申込み

申込期間 9月1日(金)～10月13日(金)

※定員になり次第締切の場合があります。詳細はホームページをご覧ください。

申込み・問合せ 砺波体育センター ☎ 32-5240 (土・日曜、祝日除く)

となみ庄川散居村縦断マラソンFINAL 参加者・ボランティアスタッフ募集

開催日 11月19日(日)【雨天決行】
 9時スタート
会場 砺波チューリップ公園発着
種目 ハーフマラソン、3km、2km
 エンジョイジョギング (0.9km、2km)
申込期限 9月30日(土)
申込方法 砺波体育センター窓口、インターネット



大会を一緒に盛り上げてくださるボランティアスタッフも募集中!

となみ庄川散居村縦断マラソン実行委員会 ☎ 32-5240

後期スポーツ教室受講生募集

元気アップ!ヘルシー教室		ヨガ教室	
期間	10月～3月 月曜 全12回	期間	9月～3月 木曜 全15回
場所	砺波体育センター (ほか)	場所	B&G 海洋センター
定員	中高年男女 20名	定員	20名
参加費	6,300円 (保険料含)	参加費	7,200円 (保険料含)
申込方法	砺波体育センターにて申込用紙を記入のうえ窓口へ提出	申込方法	B&G 海洋センターにて申込用紙を記入のうえ窓口へ提出
問合せ	砺波体育センター ☎ 32-5240	問合せ	B&G 海洋センター ☎ 37-1580

元気アップヘルシー教室では、ニュースポーツやストレッチ体操など軽スポーツを行います。楽しみながら体づくりをしましょう!



キャッチング・ザ・スティック



砺波市ボランティアフェスティバル

とき 9月30日(土) 13時~15時

ところ 砺波市文化会館(多目的ホール他)



スタンプラリー開催!
各コーナーを回って
景品をGET!

ステージ

--*-*-*

13:00~
オープニング
北部認定こども園



食べ物コーナー

--*-*-*

ポップコーン・綿菓子配布
飲み物販売



お楽しみ・プチ体験

--*-*-*

- ◇バルーンアート
- ◇工作・折り紙
- ◇エコバッグ作成
- ◇缶バッジ作成



体験コーナー

--*-*-*

- ◇手話体験
- ◇脳トレ体験
- ◇点字体験
- ◇プログラミング体験
- ◇車イス・ふれあい号(車イス移送車)体験
- ◇健康チェック

- ◇砺波工業高校「おもちゃの病院」
- ◇福祉の店
- ◇絵本の読み聞かせコーナー
- ◇ちびっ子広場(スーパーボールすくい)
- ◇ボランティア相談コーナー
- ◇名刺作成コーナー
- ◇ぬり絵コーナー
- ◇市内学校のボランティア活動紹介パネル展示・生活訓練事業「書道教室」作品展示



問合せ：砺波市社会福祉協議会(砺波市幸町 8-17 ☎ 32-0294)

主催：砺波市ボランティアフェスティバル実行委員会 共催：砺波市、砺波市社会福祉協議会

ボランティア体験! ~中高生のボランティアスクール~



大空と大地のぼぴー村で利用者と交流

8月1日から3日にかけて、「中高生のボランティアスクール」に参加した中学生9名が様々なボランティア活動を体験しました。

大空と大地のぼぴー村、ワークハウスとなみ野、南部デイサービスセンターでは施設体験を行い、福祉センター苗加苑のわんぱく広場ではボランティアグループから手話を学びました。

また、ボランティアグループのラブリーグループさんから、ボランティア活動に活かせるようレクリエーションと工作を学びました。

〈参加した生徒の感想〉

- ・障がいのある人も高齢の人も、みんながそれぞれを理解しあってその人らしく生活している施設があることが分かった。
- ・障がいのある方が役割をもって協力して働いていらっしやった。
- ・ボランティアや福祉というと、困っている人を助ける・高齢者の介護というイメージがあったが、ボランティアや福祉の仕事は楽しいというイメージや、みんなが笑顔に暮らせるイメージになった。



ラブリーグループさんにボランティアを学ぶ

ケアネット活動 ～地域ぐるみの支え合い活動～

「ケアネット活動」は、支援を必要としている方に対して近隣住民でチームを組み、見守りやゴミ出し等の自分たちが出来る範囲の日常生活のお手伝いをしていただく活動です。

この活動の輪を広げるにより、地域住民相互の支え合い体制をつくり、誰もが安心して生活できる地域づくりを目指しています。

砺波市社会福祉協議会では、地域の福祉関係者や福祉の専門機関と連携して事業を推進しています。

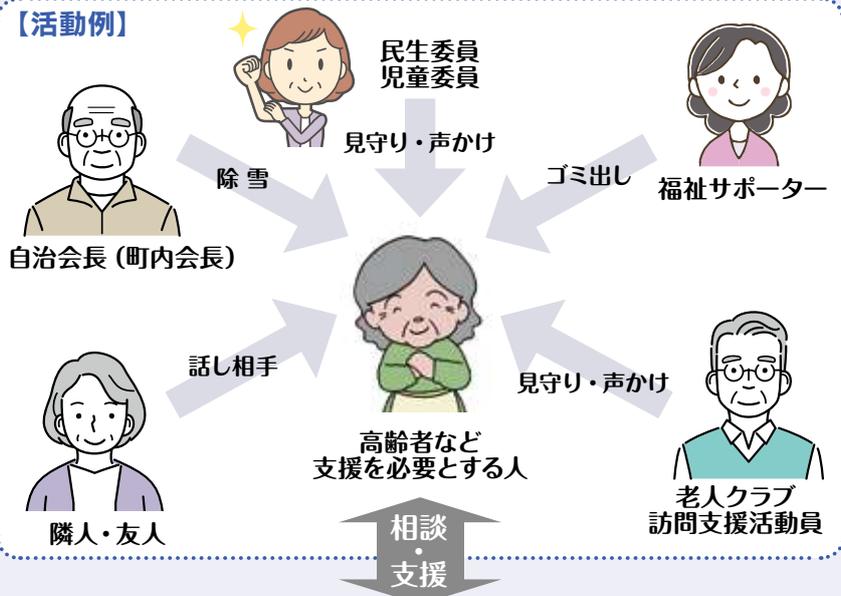
8月8日(火)には、砺波市ケアネット活動研修会を開催しました。

第1部の基調講演では、富山国際大学子ども育成学部教授村上満氏に「地域×専門職との協働まちづくりのレシピ」と題して、包括的に支援する重要性についてご講演いただきました。

第2部のシンポジウムでは、庄下地区前民生委員児童委員の今井美代子氏、太田地区民生委員児童委員の田島昌子氏、砺波市こども課社会福祉士の石崎真由子氏からケアネット活動の実践事例を紹介いただきました。

「ケアネットについて詳しく知りたい」等、活動に関することは砺波市社会福祉協議会までお気軽にお問合せください。

【活動例】



砺波市社会福祉協議会 (ケアネットセンター)

問合せ先 ☎ 32-0294



研修会には、民生委員児童委員をはじめ地区福祉推進協議会関係者、福祉専門職 128 名が参加しケアネット活動について理解を深めました

福祉総合相談日程

相談は無料で秘密は厳守します。お気軽に相談してください。

相談内容	市社会福祉会館	庄川支所
法律相談 〔弁護士〕 *市内在住者のみ	9月 6日(水) 10月 4日(水) 13時～16時	9月20日(水) 13時30分 ～15時30分
※前日までに予約(☎ 33-5511)が必要		
行政相談	9月 1日・15日(金) 13時30分～16時	—
人権相談	9月 1日・15日(金) 13時30分～16時	9月 8日(金) 13時30分～16時

〈ほっとなみ相談支援センター〉

生活困窮者自立支援事業(自立相談支援事業・家計改善支援事業・こどもの学習支援事業)・生活福祉資金・日常生活自立支援事業などに関する相談

〈ケアネットセンター〉

ケアネットに関する相談

〈ボランティアセンター〉

ボランティアに関する相談

お困りごとがあればご相談ください
☎ 32-0294

毎週月～金曜
8時30分～
17時15分
(土、日曜、祝日、
年末年始を除く)

南部デイサービスセンター 嘱託介護職員を募集します！

- 応募資格：普通自動車運転免許、介護職員初任者研修修了(ヘルパー2級相当)以上
- 勤務日時：月～土曜の週5日で、8時～18時30分内の7時間45分(シフト制)

※市販の履歴書に資格証の写しを添えて応募ください。

善意の窓口 7月15日～8月14日 (敬称略)

社会福祉事業振興基金

匿名 社会福祉のために 10,000円

砺波善意銀行

匿名 3,000円



社協 X (旧Twitter)



となプロ
(ゆーりっぷの部屋)



ホームページ
<http://www.tonami-shakyo.or.jp/>

福祉センターイベント予定 9月

苗加苑 苗加 824-1 ☎ 32-7294
休館日：月曜、17日、19日、24日



北部苑 林 1202 ☎ 33-6633
休館日：水曜、17日、19日、24日



麦秋苑 三郎丸 183-2 ☎ 33-2846
休館日：月曜、17日、19日、24日



庄東センター 安川 297 ☎ 37-1550
休館日：水曜、17日、18日、23日



①～②は下の詳細をご覧ください。お楽しみ会は各施設で13時30分から開催します。

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1 (庄東センター) 新蔵富美男一座 & 鼓都の会 舞踊	2 (麦秋苑) ① こどものあそびば (苗加苑) 華舞踊会 歌謡・舞踊
3 (庄東センター) ② 第22回 秋季民謡ライブ	4 (北部苑) 貫松輝会 三味線演奏	5	6	7	8 (庄東センター) 福美会 民謡・民踊	9 (北部苑) いいとも一座 歌謡・舞踊・太鼓 ☪ 竹炭湯
10	11	12	13 (麦秋苑) 懐メロミュージックフレンド 歌謡・生演奏 (苗加苑) 太陽一座 歌謡・舞踊	14 (苗加苑) ザ・あんぼたん 歌謡・舞踊 (北部苑) 立山相甚会 甚句・玉すだれ	15 (庄東センター) 劇団 絆 歌謡・舞踊	16
17 全館休館日	18 (北部苑) 水田たけし& 仲間たち 歌謡・舞踊	19	20 (苗加苑) トゥインクル スターズ ハーモニカ演奏	21	22 (北部苑) すずらんの会 舞踊	23 (北部苑) ☪ いちじくの葉湯
24	25 (北部苑) 劇団つくし 歌謡・舞踊	26	27 (苗加苑) 懐メロミュージックフレンド 歌謡・生演奏	28	29 (庄東センター) 廣瀬倅と フラワーズ 歌謡	30

① こどものあそびば (麦秋苑) **ぜひ来てね!**
9月2日(土) 10時～15時
 パネルシアターの会「ドリーム」さんのパネルシアターを見よう!
 ※「ドリーム」さんは13時30分～午前中は遊具を使って自由に遊べます。

② 第22回 秋季民謡ライブ (庄東センター) **ぜひ来てね!**
9月3日(日) 13時～
 民謡大賞受賞者を含む出演者が盛大に全国の民謡を唄いあげます。

その他の行事・イベント	
苗加苑	◇みんなで歌おう!カラオケタイム 6日(水)13時30分 ◇お寺さんの話を聴こう 8日・22日(金)13時30分
	◇歌のONステージ! 16日(土)10時～15時 ◇月の市 13日(水)
	◆ロビー展示コーナー 2人の趣味のパッチワーク展示 (俵 喜美子さん・沼田 悦子さん) 9月中
	◇健康マージャンの日 10日(日)・23日(土・祝)9時 ◇ふれあい市 14日(木)10時
麦秋苑	◇ほっとなみカフェ(音楽療法♪) 12日(火)14時

	歌の日・カラオケ	脳トレ学級 (クイズ・歌・体操)	いっづく体操・健康体操(相談)教室
苗加苑	土曜・日曜 10時	12日(火) 13時30分	水曜 10時
北部苑	火曜 13時30分	18日(月・祝) 10時	木曜 10時
麦秋苑	木曜 10時	16日(土) 10時	6日・20日(水) 10時30分
庄東センター	11日・25日(月) 13時30分	15日(金) 10時	火曜 10時

出町生きがいセンター
 表町 3-1 ☎ 33-3358
 休館日：土・日曜、18日

◇懐メロミュージックフレンド 4日(月)13時30分
 ◇なつかしの唱歌 12日(火)13時30分
 ◇絵手紙教室 12日・26日(火)11時
 ◇脳トレ教室 25日(月)14時
 ◇百歳体操 水曜・木曜14時
 ◇カラオケタイム 金曜13時



令和5年度 定時総会を開催

砺波市シルバー人材センターの令和5年度定時総会を、6月2日(金)、砺波市砺波農村環境改善センター多目的ホールで開催しました。

今年度も感染防止のため、総会への出席を控えていただき、議決権行使書か委任状により、令和4年度事業報告や収支決算、役員を選任について審議され、い

ずれも原案のとおり承認されました。当日の出席総数は、265名(うち議決権行使書提出者200名、委任状提出者52名、出席者13名)でした。

また、総会で優良会員等受賞者として、次の方々が表彰を受けられました。

優良会員等特別表彰

- 室田 清二 さん (20年表彰)
- 林 佳代子 さん (20年表彰)
- 金澤 章 さん (20年表彰)
- 吉川田 鶴子 さん (20年表彰)
- 大上 好子 さん (20年表彰)
- 土倉 信之 さん (20年表彰)
- 齊藤千鶴子 さん (20年表彰)
- 横川 紀子 さん (20年表彰)
- 通崎孝千穂 さん (20年表彰)
- 野村 久恵 さん (20年表彰)
- 林 桂子 さん (20年表彰)
- 折橋登美子 さん (般若)
- 犀川 廣司 さん (東野尻)
- 宮脇 進 さん (太田)
- 高田 重夫 さん (鷹栖)
- 今井 徹 さん (庄下)
- 但田 正明 さん (東山見)
- 水野 守 さん (林)

優良職員表彰

樋掛 努 さん (勤続30年)



また、6月15日(木)、富山県シルバー人材センター連合会の総会が「ポルファートとやま」で開催されました。

総会に先立ち、砺波市シルバー人材センターから2名が優良会員表彰を受けられました。

優良センター会員表彰

山東 三郎 さん(油田)
松井 忠明 さん(青島)



皆さまおめでとうございました。

「市民参加型剪定講習会」を開催しました



6月21日(水)、南般若地区自治振興会

忠魂碑公園・ふれあいセンターで、会員の庭木剪定の技術向上と、シルバー人材センターの普及啓発、入会促進も兼ね、「市民参加型剪定講習会」を開催しました。

当センターの理事長でもある、有限会社飯田造園取締役飯田修平氏に講師を務めていただき、会員及び一般市民あわせて19人の参加がありました。

樹木によって季節や時期を考慮して剪定をすること、樹木にとっての「葉」の大切さなどの講義を受けた後、実際に現場に出て、マツ、カシ、モミジ、ハナミズキ、ツツジなどを教材に実技を行いました。

当日は、センター樹木管理群の班長5名も実技のサポートに入り、受講者の皆さん一人ひとりに個別指導をしていただきました。

参加された方からは、
○先生の講義はわかりやすく楽しく拝聴・作業できた。

○センターに入会し、実際に剪定作業で働いてみたい。

などの感想が聞かれました。

今回の講習が今後の作業に役立てば大変うれしく思います。

シルバー人材センターでは、これからも剪定講習会以外の、「市民参加型講習会」を企画し、多くの市民の方に「シルバー人材センター」をPRしていきたいと考えています。

一緒に働きませんか？

シルバー人材センターは、健康で働く意欲のある60歳以上の人ならだれでも入会できます。会社員時代に得た知識や経験、技術、趣味や特技を活かして働いている方が多く在籍しています。

- ・退職後もまだまだ働きたい。
 - ・地域のために何かしたい。
 - ・日々の暮らしにメリハリをつけたい。
 - ・新たな生きがいをみつけたい。
 - ・趣味や旅行のため収入を得たい！
- 等の理由で、皆さんいきいきと働いています。

入会説明会が月に2回開催されているので、興味のある方は砺波市シルバー人材センターまでお問合せください。

第51回 砺波市文化祭 (芸能発表部門)

入場無料

歌謡の世界 (文化会館大ホール)

10月22日(日) 開演 13時30分



昨年の「歌謡の世界」の様子

今年も各教室で練習した最新の歌を中心に、4団体40曲余りを皆様にお届けします。多数のご来場をお待ちしております。

出演団体

となみ歌謡研究会
砺波ドレミの会
千唱会
T・Y歌謡サークル

大正琴の世界 (文化会館大ホール)

10月8日(日) 開演 13時30分

- 1 砺波琴城会
昴／星のフラメンコ／愛は勝つ／野に咲く花のように／哀しみ本線日本海／ベンチャーズメドレー
- 2 琴伝流大正琴 すぎなの会
山の人気者／長崎の女／命くれない／ラブユー東京／あずさ2号／舟唄
- 3 琴伝流大正琴 ふみ乃会
アメリカ橋／祝い酒／天使の誘惑／上海の花売り娘
- 4 岡田流大正琴 砺波支部
いい日旅立ち／おもいで酒／酒よ／浪花節だよ人生は
- 5 琴伝流大正琴 Music Box
手のひらを太陽に／太陽がいつぱい／太陽がくれた季節／夕焼小焼／見上げてごらん夜の星を／昴／星降る街角／月の沙漠／荒城の月

民謡の世界 (文化会館大ホール)

11月3日(金・祝) 開演 13時

- | | |
|--|--|
| <p>第1部 全国の民謡 ①</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 秋田大黒舞 砺波民謡同好会 2 北海盆唄 豊暗会 3 安里屋ユンタ 鵬声会 4 英松竹梅 よしみ会 <p>第2部 こどもコーナー ①</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 こきりこ節 義正会 2 麦屋節 日の出会 3 帆柱起し祝い唄 となみ昇栄会 4 麦屋節 義正会 <p>第3部 全国の民謡 ②</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 福光めでた 豊暗会 2 喜代節 日の出会 3 真室川音頭 砺波民謡研究会 4 能登麦屋節 義正会 5 秋田船方節 なすな会 6 北海大漁節 となみ昇栄会 <p>第4部 こどもコーナー ②</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 新川古代神 義正会 2 こきりこ節 日の出会 3 りんご節 となみ昇栄会 | <p>第5部 全国の民謡 ③</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 悠久の譜 豊暗会 2 からめ節 義正会 3 陽気節 華の会となみ 4 チューリップ乙女 しほ美会 5 武田節 日の出会 6 帆柱起し祝い唄 砺波民謡同好会 7 秋田人形甚句 義正会 8 新さんさ時雨 なすな会 9 さんさ時雨 よしみ会 10 新宮節 豊暗会 11 南部酒屋酩酊唄 となみ昇栄会 12 岡崎五万石 義正会 <p>特別コーナー</p> <p>ふるさとの盆踊り唄
炭坑節／草津節／郡上節／えんじやら節／越中おわら節</p> |
|--|--|

伝統の世界 (文化会館大ホール)

10月15日(日) 開演 13時30分

- 1 箏曲 瀬尾箏曲響の会 合奏六段
- 2 浄瑠璃 砺波子供歌舞伎曳山振興会
- 3 和装 和装礼法となみの会
- 4 日本舞踊 浴衣の着装／装道礼法連続基本稽古 藤喜和会
- 5 箏曲 手習子／橋づくし 瀬尾箏曲響の会 春の光
- 6 詩吟・剣詩舞 砺波市松風会・渋川流剣詩舞道剣楓会
- 7 バレエ 和歌 久方の／峨眉山月の歌／絶句／富士山／長安春望／早に白帝城を発す／名槍日本号 可西舞踊研究所 砺波教室

第47回郷土先人展
「砺波の用水開発の歴史」
砺波平野の農作物の生産を支えている用水群の歴史とその意義、現状について紹介します。

開催期間 10月20日(金)～11月26日(日)
開館時間 9時～17時
休館日 月曜、第3日曜
会場 砺波郷土資料館展示室
問合せ 砺波郷土資料館 ☎32-23309

9月29日

親月会のご案内

秋の夜長を名月とともに
日時 9月29日(金) 17時
会場 砺波市文化会館
多目的ホール

内容 お茶席(茶道裏千家とのみ同好会の皆さん) 即詠会(短歌、俳句、前句) 芸能発表

砺波市民謡民舞協会
会費 2千円(弁当、団子付き)
お茶席 5百円
申込み 9月15日(金)まで 砺波市文化協会事務局へ

砺波市文化協会は、加入団体の連絡提携と組織化に努めます。

令和5年度 第51回砺波市文化祭日程

大会名	開催日時	会場	内容・開催要項・応募要項 など
公募	フォトクラブ となみ野展	9/15(金)~18(月・祝) 10:00~18:00 (最終日~17:00)	砺波市美術館 市民ギャラリー 応募資格 フォトクラブとなみ野会員、一般の部(砺波市在住か勤務の方) 応募期間 会員:題名の締切 9月8日(金)、一般:9月9日(土)・10日(日) 規格 会員は半切~大判紙、一般は半切又はデータのみでも可 出品料 会員:1,000円、一般の部:無料 一般の部応募先 砺波市文化会館 問合せ 山本秀一 (TEL:090-3152-2202)
	前句大会	10/9(月・祝) 14:00~16:00	砺波市文化会館 研修室 選者 川原利孝・川原千尋 投句数 一人20句まで 詳細は下記のとおり 問合せ 川原千尋 (TEL:33-1237)
	俳句大会	10/14(土) 13:30~17:00	砺波市文化会館 研修室 選者 中坪達哉(県俳句連盟会長、辛夷社主宰) 川合城子(県俳句連盟幹事、表情主宰) 投句 当季雑詠1人3句(未発表作品) 投句料 1,000円(現金か現金書留で納入) 締切 9月20日(水) 応募先 砺波市文化会館内 俳句大会係 問合せ 大谷幸毅 (TEL:32-5816)
	砺波市華道展	10/21(土)・22(日) 10:00~17:00	チューリップ 四季彩館 出瓶資格 砺波市在住か勤務の方 出瓶料 会員3,000円 一般の方3,500円 申込・問合せ先 沢田花房・澤田久美子 (TEL:32-3521)
	短歌大会	10/28(土) 13:00~16:00	砺波市文化会館 研修室 選者 仲井真理子(原型富山歌人会、弦短歌会) 出詠 1人1首(未発表作品) 原稿用紙右半分に作品一首 左半分に住所・氏名・連絡先を記入 出詠料 1,000円(現金、現金書留か郵便為替で納入) 締切 9月15日(金) 応募先 砺波市文化会館内 短歌大会 問合せ 安念奈須美 (TEL:32-1846)
一般参加	散居節のど自慢 大会	9/24(日)13:00~	砺波市文化会館 多目的ホール 問合せ 山本宗幸 (TEL:090-5689-8331)
	将棋大会	10/22(日) 10:00~17:00 (受付9:30~10:00)	砺波市文化会館 和室 参加資格 砺波市及び周辺在住の方 一般の部、砺波市Aクラスの部、Bクラスの部 小・中学生Aクラスの部、Bクラスの部に分かれて対戦 参加料 大人2,000円 小・中学生1,000円(昼食含む) 問合せ 矢坂育広 (TEL:090-3760-2639)
	茶会	11/5(日) 9:20~15:30	砺波市文化会館 和室 茶券 700円 問合せ 裏千家となみ同好会 上田朝子 (TEL:32-2774)
	囲碁大会	11/23(木・祝) 9:30~16:30 (受付9:00~9:30)	砺波市文化会館 多目的ホール 大会要項 ①Aクラス(3段以上)、Bクラス(2段以下及び級位者)に分かれて対局。 ②各クラスで抽選により名簿順を決定。名簿前後2名と計4局対局し、 順位を決定。 ③Aクラスは互先とし、優勝者に「となみ野本因坊」への挑戦権付与 Bクラスは置碁ハンデ方式とする。 参加資格 砺波市在住及び近隣市町村囲碁愛好家 参加料 一般男性1,500円 一般女性1,000円 学生700円(昼食付) 問合せ 窪田伸夫 (TEL:32-5082) 北日本新聞社後援
	映画鑑賞会	11/23(木・祝) 上映時間 10:00~ 13:00~	砺波市文化会館 大ホール 上映作品 「いとみち」(2021年・日本映画) 入場料 【大人 前売:800円・当日:1,000円】 【高校生以下 無料】 前売券発売所 砺波市文化会館、くまの洗濯堂 問合せ となみ映画サークル 熊野 (TEL:32-2398)
会員展	盆栽・山野草展	10/13(金)~15(日) 9:00~16:00	砺波市文化会館 多目的ホール 問合せ 砺波市盆栽協会 中田和博 (TEL:32-0889)
	どんぐりこ 絵画展	11/22(水)~26(日) 10:00~18:00 (最終日~17:00)	砺波市美術館 市民ギャラリー 問合せ 根尾紘一 (TEL:32-2004)
	砺波市美術協会展	R6/3/9(土)~30(土)	砺波市美術館 企画展示室ほか 問合せ 砺波市美術館 (TEL:32-1001)
展示	砺波市菊花展	11/2(木)~5(日) 9:00~17:00	チューリップ 四季彩館 問合せ 島田洋一 (TEL:080-2955-9659)
発表	謡曲大会	11/5(日) 開演12:00	砺波市文化会館 大ホール 文化となみ(広報となみ)11月号に詳細を掲載いたします。



7月29日(土)、南般若公会堂前
で「えんじ
やら節盆踊
り大会」が
4年ぶりに
開催されま
した。

えんじやら節
盆踊り大会

長題
研鑽で 女人裸足の 文化祭
一か八かで 勝負をかける
ぼつりぼつりと ぼつりぼつりと
秋の夜長を いかにも過すや
聞こえ来る 笛と胡弓が 夜更けまで
口で言えねど 目が語りおる
仕事帰りに 軽く一杯
夢見心地で 夢見心地で
笠題 流水 代掻き 打ち水 観月
税金 梅干し 灯籠 勘定
天地題 酒 花
中人題 団子 カラス
折題 花火 卵
越題 月に照らされ 上を目指して
沓題 舟遊び 手酌酒
又題 伏兵 漫才
※1人20句まで
締切 9月17日(日)
投句先 砺波市文化会館内 前句係
問合せ 川原千尋 ☎33-1237

砺波市文化祭前句題

砺波市文化会館

開館時間:9時~22時
休館日:9月5日(火)、6日(水)

オリジナルミュージカル「クラウドナイン」 あなたも舞台を創りあげる喜びを一緒に 体験してみませんか?

舞台運営スタッフ募集!

オリジナルミュージカルは、「となみミュージカルキッズを応援する会」が中心となって、「砺波市文化会館」と「市民」が協働して創るミュージカルです。

そんなオリジナルミュージカルの舞台運営スタッフとして、お手伝いいただける方を募集します。

衣装製作・舞台美術製作・ヘアメイク・舞台進行など高校生以上の方で、経験は問いません。

実行委員会事務局(砺波市文化会館内 ☎0763-33-5515) までご連絡ください。



▲令和4年度公演「ちいさなちいさなお星さま」より

9月	日にち	イベント	開場	開演	入場料	主催者(連絡先)
	23日(土・祝)	第19回砺波市老人クラブ大会・ 芸能発表	13:30	式典14:00 芸能発表14:40	無料	砺波市老人クラブ連合会事務局 ☎0763-32-0294
	30日(土)	令和5年度砺波市 ボランティアフェスティバル	12:30	13:00	無料	砺波市社会福祉協議会 ☎0763-32-0294

上記の時間などは変更になる場合があります。ご了承ください。



砺波市花園町1-32 ☎33-5515 Fax33-5516
<https://tonamibunka.or.jp/bunka/>

X(旧ツイッター)
でも情報発信中!



砺波市文化会館
Instagram公式
アカウント



となみ散居村ミュージアム

開館時間:9時~18時(入館は17時30分まで)
休館日:9月6日(水)、13日(水)、20日(水)、21日(木)、27日(水)

講座案内

砺波散村地域研究所40周年記念 「空間の美—距離をおく美しさ」

10月28日(土・祝) 13:30~ 入場無料

講演者 真野 響子氏(女優・神戸市立森林植物園名誉園長)
会場 チューリップ四季彩館ホール
連絡先 となみ散居村ミュージアム

事前申込み
が必要です

「庭木剪定講習会」

9月23日(土・祝)・24日(日) 9:00~15:00

内容 ミュージアム敷地内、広葉樹・松などの樹木
受講料 2,000円
その他 詳細は、お申込みの折、お知らせします。

受講者を
募集します



民具館企画展示

そめ 染中田 朋子 作品展 奏でる音色を布に 染める...

~11月5日(日)

場所 民具館 展示室1(1階)
入館料 100円(高校生以上)
障がい者等は無料

作者の展示解説

9月30日(土)
10:30~15:00(随時)



砺波市太郎丸80 ☎34-7180 Fax34-7182
<https://sankyoson.com>



企画展示

木村伊兵衛展 ー写真に生きる

9月9日(土)~11月5日(日)

観覧料 一般800円(700円)

18歳以下・障がい者(介助者1名を含む)無料
()内は20名以上の団体料金、65歳以上の方の割引料金

日本の写真史に大きな足跡を残した木村伊兵衛の写真展です。撮影対象は肖像写真や舞台写真、ヨーロッパ、中国での取材や、東京の下町や日本の農村まで多岐に渡り、数多くの傑作写真を発表してきました。選りすぐりの作品約130点で木村伊兵衛の世界を紹介します。



裏町の子ども、ローマ、イタリア、1954 © Naoko Kimura



木村 伊兵衛《秋田おぼこ、大曲、秋田》1953年 ©Naoko Kimura

関連イベント

■講演会〈要申込〉

「写真家・木村伊兵衛の世界」

10/1(日) 14時から
(2階市民アトリエ)

講師 飯沢耕太郎(写真評論家)
定員 40名(申込多数の場合は抽選)
申込締切 9月10日(日)まで
※詳しい申込方法については当館ホームページをご覧ください。

■当館学芸員による

ギャラリートーク

9/23(土・祝)、10/14(土)
いずれも14時から

次回企画展

第19回 砺波市美術展 〈市展〉

11月18日(土)~12月17日(日)

観覧無料

砺波市在住、在勤、在学者(高校生以上)、市内の美術教室やサークルなどに所属している方々を対象とした公募展です。

〈作品搬入・受付〉

※部門ごとに分けて受付します

▶11月11日(土) 13時~18時
(日本画・洋画・書)

▶11月12日(日) 13時~16時
(彫刻・工芸・写真)

公募要項等、詳しくは当館ホームページをご覧ください。

常設展示

観覧料

一般 210円(170円)

小中高100円(80円)

()内は20名以上の団体料金、65歳以上の方の割引料金

■工芸の秀作

■版画の世界

■藤森 兼明(洋画)

9月9日(土)~11月5日(日)



砺波市高道145-1
☎32-1001



松村外次郎記念 庄川美術館



共通事項 開館時間:9時~18時(入館は17時まで)
休館日:火曜日

観覧料 一般210円(170円)、小中高100円(80円)
()内は20名以上の団体料金、65歳以上の方の割引料金

庄川水資料館

松村外次郎記念庄川美術館と庄川水資料館は2024年3月31日(日)に閉館いたします。

庄美コレクション

「島田四郎の洋画」

開催中~10月15日(日)

砺波市出身の洋画家の作品を展示します。

「流木に生きた先人たち」

「川を治め、川を利す」

流木作業の様子や利水の歴史など、川と人との深いつながりを紹介しています。



砺波市庄川町金屋1066(水資料館は金屋1100)
☎82-3373(2館共通)



チューリップ四季彩館

開館時間:9時~18時 ※ホールの利用時間はホームページをご確認ください。
9月の休館日:6日(水)、7日(木) 入館料:大人310円 小人160円 65歳以上250円

常設展示 ワンダーガーデン

「季節を彩る花々 ~盛夏~」

開催中~9月5日(火)

グズマニアなど熱帯植物と抑制栽培で咲かせたチューリップを展示しています。

「季節を彩る花々 ~秋~」

9月8日(金)~11月7日(火)

ハロウィンをテーマに飾り付けた会場にチューリップとキクやシュウメイギクなどの花々を中心に展示します。



企画展 ワンダーガーデン内

秋を彩るコンテナガーデン展

9月8日(金)~9月24日(日)

葉の色を楽しむカラーリーフや実のなるトウガラシを中心に秋を楽しむ寄せ植えを展示紹介します。



チューリップ公園

ウキウキ♪コキア花壇

チューリップ公園はコキア真っ盛り!今年はどうなコキア達に会えるかな!?チューリップタワーの展望デッキからは迫力の地上絵も楽しめます!ほかにカナンやマリーゴールドなど夏を彩る花がいっぱい!爽やかに萌えるチューリップ公園を楽しもう!



砺波市中村100-1 ☎33-7716 Fax33-0090
<https://www.tulipfair.or.jp> ✉shikisai@city.tonami.lg.jp



富山県花総合センター

開館時間:9時~16時30分
9月の休園日:5日(火)、12日(火)、19日(火)、26日(火) 入園無料

展示ホール

「県民緑花オープン講座」受講生募集!! 生産者からブルーベリーの育て方

日時 9月16日(土) 10時~
教材費 2,000円 定員 20名

スイセンと秋植え球根の 寄せ植えづくり

日時 10月29日(日) 13時30分~
教材費 2,000円 定員 20名

【申込み】開催日の1カ月前から当センター受付窓口またはFAX、往復はがき、メールにてお申込みください。電話受付はできません。*定員になり次第締切



第14回コンテナガーデンコンテスト 参加者募集!!

植え込み10月1日(日) 参加費 1,000円

【申込み】8月18日(金)~31日(木)の期間に当センター窓口、電話、FAXにてお申込みください。

応募者多数の場合は抽選

秋を彩る花まつり2023 寄せ植え体験コーナー募集!! (体験料 1,200円/定員各回 15人)

10月21日(土)、22日(日) 両日ともに①10時~②14時~

【申込み】開催日の1カ月前の開園時間(9時)から受付開始。当センター窓口、電話、FAXにてお申込みください。*定員になり次第締切



砺波市高道46-3 ☎32-1187 Fax32-1219
<http://elegia.tulipfair.or.jp/>





砺波のみ

土・日・祝日
2階学習席の
利用は予約を
してから!

砺波図書館 ☎ 32-4128 FAX 32-4144
tonami-lb@city.tonami.lg.jp
庄川図書館 ☎ FAX 82-0266
shogawa-lb@city.tonami.lg.jp

開館 火～金曜 10時～19時 土・日曜、祝日 10時～17時30分
休館日 9/4、11、25(月) 19(火)、24(日)、28(木)
蔵書検索サイト→「となみっけ!」
図書館情報サイト→「となぶろ」から、「ラ・ラ・ラ・ライブラリー」へ

法務局講座「相続土地国庫
帰属制度はじまりました!」

砺波図書館 多目的会議室
27日(水) 10時15分～
講師 法務局職員 申込不要

図書館友の会行事 雑誌リサイクル

砺波図書館 多目的会議室
16日(土)～18日(月・祝)
10:10～12:00、14:00～16:00
砺波・庄川図書館で保存期限が過ぎた雑誌を
1人10冊まで、1冊10円で販売します。
*小銭の用意をお願いします。

読んで語る会 (大人向け)

砺波図書館 同じ本を読んで感想を語り合う会
9日(土) 13時30分～ *テキストは図書館で用意
テキスト:『荒地の家族』 佐藤 厚志 要申込

新着資料

他にも多数あります。

砺波図書館 <一般書>
前の家族 青山七恵
ハンチバック 市川沙央
ルミネッセンス 窪美澄
カモナマイハウス 重松清
私たちの世代は 瀬尾まいこ
限界国家 榎周平
リラの花咲くけものみち 藤岡陽子
だいたい夫が先に死ぬ 高橋源一郎
差別と資本主義 トマ・ピケティ
しっかり食べる! ゆっくりやせレシピ 田中明/監修

兼業農家の教科書 小さい農業でしっかり
稼ぐ! 田中康晃
ぼくはあと何回、満月を見るだろう 坂本龍一
地図と鉄道省文書で読む私鉄の歩み 富山
地方鉄道ほか 今尾恵介
<児童書>
放送委員はにんぎもの 小松原宏子
子どもコンプライアンス 山本一宗
しゅつどう! かがくしょうぼうたい 鎌田歩
ばけばけばけばけばけたくん ゆうえんち 若田明子
の巻

庄川図書館 <一般書>

この夏の星を見る 辻村深月
うどん陣営の受難 津村記久子
ChatGPTは質問・指示が9割 山崎志津
地図でスツと頭に入る世界の資源と争奪戦 村山秀太郎/監修
子どもにかかるお金大全 寺澤真奈美・寺澤伸洋
<児童書>
かいけつゾロリいきなり王さまになる? 原ゆたか
ぴよちゃんとひまわり いりやまさとし
ぎょうれつのできるアイスクリームかきご
おりやさん ふくざわゆみこ

子ども向けイベント (各30分程度)

1 図書館DEボードゲーム

23日(土・祝) 参加費無料 要申込
10時10分～11時30分
場所 砺波図書館 (多目的会議室)
対象 年長～小学生 先着20人程度

2 絵本の読み聞かせ

砺波図書館 おはなしのじかん
えほんのじかん 2、9、16日(土)
0～3歳対象 14時～
5、12、26日(火)
10時30分～

庄川図書館 おはなしのじかん
23日(土・祝) 14時～



3 親子映画会

子ども向け
砺波図書館 (2回上映)
16日(土)
「ふるさと再生 日本の昔ばなし
カップとわらざうり ほか」
①10時30分～ ②15時～
各30分程度

4 パネルシアター

乳幼児対象
砺波図書館 21日(木)
10時30分～
演目:「ポンポンポケット」
「ぞうさんのぼうし」
「アンパンマンのマーチ」

となみ地区特派員だより

・都合により放送内容を変更する場合があります。
・放送中の番組表は市ホームページにも掲載しています。



ケーブルテレビ091ch (5:00～、7:00～、11:00～(土曜除く)、15:00～、19:00～、23:00～)

8/28(月) 庄下 ●社会探訪 白山を訪ねて
東山見 ●牛嶽大明神例大祭・開山祭
9/3(日) 雄神 ●三十三年式年御開扉大祭
庄東 ●(仮称)庄東認定こども園 東般若保育園 起工式
東野尻 ●行燈の曳きまわし体験
投稿 ●ふるさと夏の集い(こども縁日)in あおしま
9/4(月) 高波 ●魚つかみ取り
青島 ●サンプル教室
五鹿屋 ●五鹿屋納涼夏祭り
9/10(日) 梅檀野 ●頼成の森花しょうぶ祭り
出町 ●出町認定こども園 太鼓教室
林 ●歩こう会 東中方面

9/11(月) 雄神 ●弁財天社御開扉大祭 庄青年会奉納
東野尻 ●東野尻夏まつり 2023
庄下 ●庄下分団県大会出場
9/17(日) 庄東 ●幼保交流・夏の集い(東般若保育園)
梅檀山 ●展望台までウォーキング
太田 ●パークゴルフ大会
青島 ●三助焼で何つくる?
9/18(月・祝) 高波 ●消防操法大会県大会
五鹿屋 ●五鹿屋分団操法大会出場
9/24(日) 出町 ●お花を育てよう
東般若 ●砺波市指定文化財登録記念講演会
南般若 ●公民館で夏休みを過ごそう

市内のニュースやイベント情報は「くるとなみ野ウィークリー」(1日5回(土曜は4回)放送)等でも紹介されています。ぜひご覧ください!

広報情報課 ☎33-1148

9/25(月) 10/1(日) 運動会特集 (中学校)





注目情報

掲載内容は変更となる場合がありますので、最新情報は市ホームページで確認してください。

9月16日(土)～20日(水)

となみSDGsフェス2023

場所：イオンモールとなみ チューリップコート
内容：各種ワークショップ、パネル展示
出展：砺波市、街の強さひきだすプロジェクト
砺波市男女共同参画推進員連絡会
砺波高校、砺波工業高校、城端線もりあげ隊
砺波市社会福祉協議会ほか

詳細が決定次第、市HPでお知らせします。



R-1容器を使用した作品「モンスターポーリング」
(昨年の様子)

企画政策課 ☎33-1145



第15回

増山城戦国祭り

今年も増山城跡で戦国祭りを開催します!

9月17日(日) 9時30分～15時
増山陣屋・増山城跡



これまでと趣向を変えて、増山陣屋にて「陣屋 de マルシェ」をおこないます。音楽ライブ、カフェ、スイーツ、雑貨、地元野菜の販売など楽しい企画が目白押し。もちろん増山城ウォークもあります!

皆様のお越しをお待ちしています。

増山城戦国祭り実行委員会(生涯学習・スポーツ課内)
☎33-1602

砺波市防災デー／砺波市総合防災訓練

9月24日(日) 8時(市民一斉シェイクアウト訓練) (P13 参照)
※【訓練の合図】FMとなみ、各地区消防分団屯所のサイレン(1分間)

8時30分～11時45分 ※11時45分～閉会式

●出町地区各会場において次の訓練を実施します

訓練種目等.....

- 関係機関実働訓練
砺波救急医療・消防連携協議会大規模訓練(倒壊家屋要救助者救出・救助訓練など)
- 避難所運営委員会
(避難所開設・運営訓練、炊出し訓練など)
- 防災啓発(砺波体育センター会場のみ)
(電力緊急送電訓練、災害伝言ダイヤル171体験など)

【緊急速報メールを配信します】
配信予定時間 **9月24日(日)午前8時35分頃**
訓練の一環として、市内に所在する携帯電話の利用者及び市緊急メール登録者へ緊急速報メールを一斉配信します。(一部の携帯電話において設定等により受信できない場合があります。)
マナーモードなどの設定時でも、ブザーなどが鳴動する場合があります。

総務課 ☎33-1247

**第7回となみde
ロゲイニング2023秋**

10月22日(日)



場 所 青少年自然の家や市内
定 員 一般の部：50人
ファミリーの部：100人
参加費 大人：4,000円
15歳以下2,000円
申込み e-moshikom から
申込期限 10月15日(日)

となみロゲイニング実行委員会 ☎37-2003



市の人口

令和5年7月末現在 ()は前月比
※外国人数を含む ②は外国人数

人 口	47,160人 (-28)	[うち②690人]
男	23,012人	[うち②290人]
女	24,148人	[うち②400人]
出生	22人	転入 102人
死亡	50人	転出 102人
結婚	12件	離婚 1件
世帯数	17,595世帯 (-5)	[うち②429世帯]

QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

スマホで「広報となみ」(フルカラー版)が発行日の朝から読めるアプリのインストールはコチラ→
(次号は9月25日発行)

