

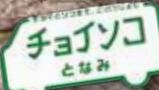
広報 No.227

令和5年
2023
10月号

しなみ

Contents ～今月の主な内容～

(特集) チョイソコとなみ	2
街の強さひきだすプロジェクト	4
保育所・認定こども園入所案内	6
くらしの情報	11

特集 
くらし、べんりに
チョイとソコまで

10月からチョイソコとなみサービス拡大



～庄川と散居が織りなす花と緑のまち～
もっと元気 ほっと安心 ずっと幸せ “やっぱり砺波”

市公式ソーシャルメディアでも
情報発信中



X (Twitter)



Instagram



LINE



10月サービス 拡大

すごいで!
もっと便利に!



企画政策課 ☎33-1388

チョイソコとなみ もっと便利になります

チョイソコとなみって?

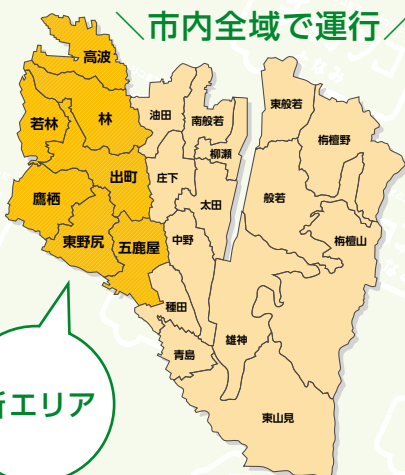
散居地域でも自家用車に頼らなくても生活できる「新しい公共交通サービス」です。自宅から目的地まで移動できて、高齢者に限らず誰でも安心して利用できます。鉄道やバスとは違い時刻表や路線図がなく、予約に応じて複数の方が乗り合わせて運行します。電話予約すれば当日でも乗車できます。

利用者情報をA-1配車システムで管理するため、あらかじめ会員登録が必要です。今月号の広報となみと一緒に配布する登録申込書を記入のうえ、企画政策課へ提出してください。受付後、約2週間で会員証を送付します。

もっと便利 1

サービスエリア拡大

10月から出町中学校区も追加し、市内全域が対象エリアになります。(9月末までは庄西・般若・庄川の3中学校区で運行中)



新エリア

もっと便利 2

停留所拡大 (ウチマチサポーターの店舗等を停留所へ追加)

10月から停留所が197か所から256か所へ拡大します。

チョイソコとなみに協賛したウチマチサポーターの店舗等(スーパーマーケット、ドラッグストア、美容院等)にも直接行くことができます。

緑の看板が目印



◀最新の停留所一覧
はこちらから

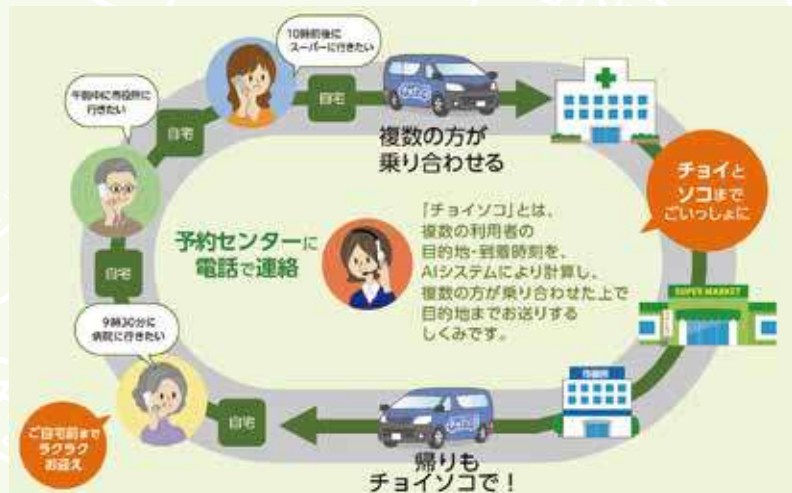
※ウチマチサポーターは、10月以降も引き続き募集しています。

サービスイメージ

運行日：月～土曜（祝日、年末年始を除く）
 予約：各1時間前までに☎33-3800へ
 ※行きのみ、前日までの予約が必要

運賃(片道) 大人(中学生以上) 500円
 小学生・障がい者 250円
 未就学児 無料

運行時間 (便)	行 き 自宅 ⇒ 目的地	帰 り 目的地 ⇒ 自宅
第1便	9:00	11:00
第2便	10:00	12:00
第3便	13:00	15:00



利用方法

1

利用登録
する

今月号の広報となみと一緒に配布する申込書（市ホームページ等からも取得可）に記入・提出

2

会員証が
届く

カードサイズの会員証が届いたら、予約可能



3

予約する
☎33-3800

①氏名・会員番号
 ②希望日と希望便
 ③乗り場と目的地
 ④希望到着時刻
 この4つを伝えて予約

4

自宅前で
待つ

指定時間の5分前には
乗り場で待機

5

目的地に
着く

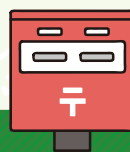
帰りもチョイソコで！

登録申込書の提出方法



持込

企画政策課 か
 庄川支所市民福祉課へ提出



郵送

〒939-1398 砺波市栄町7番3号
 砺波市役所企画政策課 宛



メール

kikaku@city.tonami.lg.jp まで
 ※個人情報を含むため、添付ファイルを
 暗号化するなどして提出

申込書



会員規約



よくある
質問



便利なチョイソコとなみをぜひご利用ください！

今秋冬も小中学校での継続飲用が決定!!



砺波市 ×

R-1

街の強さひきだすプロジェクト



なぜ小中学生に明治R-1?

1人の市職員がR-1を飲んでいるときに、ある数字が目に入りました。それは「1073」。

本市が市長車や市営バスのナンバープレート等にも使用している数字「1073」が、「明治プロビオヨーグルトR-1」のパッケージに書かれていたのです。そう、R-1が使用しているのは「1073R-1乳酸菌」。

全国には1,700超の自治体がありますが、「1073」でつながれるのは、砺波市だけ!

そんな熱烈アプローチが嵯明治に届き、令和4年6月に包括連携協定(体調管理パートナー契約)を締結しました。この協定に基づき、体調を崩しやすい季節でも砺波市の小中学生に「毎日元気に過ごしてほしい」と、嵯明治からR-1が無償提供されたのです!

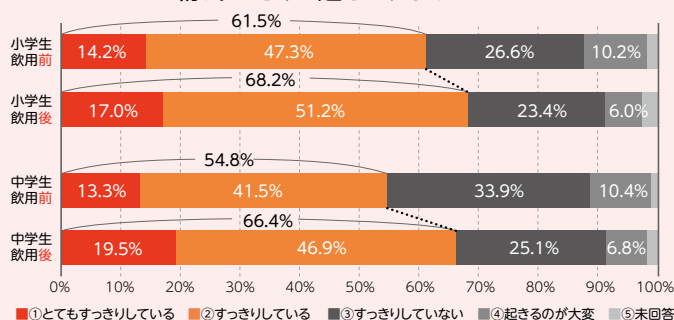
飲用前後アンケート比較から

令和4年10月から令和5年3月の飲用期間を経て、児童生徒の健康意識や体調の変化を比較するため、飲用前後にアンケートを実施しました。いずれの設問においても、もともと児童生徒の心と体の健康状態が高い水準にあることがわかりましたが、プロジェクトの実施により、さらにレベルアップすることができたという結果が得られました。(下グラフ参照)

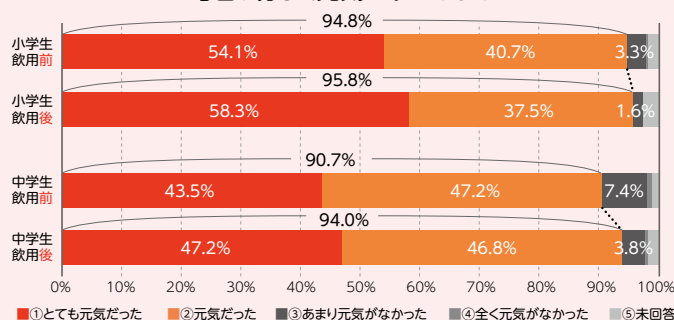
当初、飲用は昨年度限りの予定でしたが、児童生徒や保護者の皆さんから「毎日R-1の時間を楽しみにしていた」「ずっと継続してほしい」というリクエストが嵯明治を動かし、今年度も市内全小中学校で継続飲用することが決定しました!



朝、すっきりと起きられましたか



毎日、明るく元気にすごしましたか



みんなの声

- 健康には、前も少し気を付けていたけれど、今回のプロジェクトで「もっと健康でいよう！」と思えました。ありがとうございます！（小学生）
- R-1を飲んでとても元気になりました。（小学生）
- 授業後のR-1がとてもおいしかったです。みんな嬉しそうでした。（小学生）
- みんなと飲めて楽しい思い出になりました。（小学生）
- 学習意欲、授業中の集中力が高まりました。（中学生）
- 砺波とR-1が1073（となみ）でつながったというところが、とてもまれなことでおもしろいと感じました。（中学生）
- 学校へ行く楽しみにもなっていたようです。（保護者）
- 子供がとても楽しみに飲んでいて、毎日嬉しそうでした。いつ、どんな風に飲むのか、いつもはあまり学校のことを話さない子なのですが、具体的に話してくれるので、このプロジェクトのおかげで、嬉しい一面がみれました。（保護者）

（飲用後アンケートから一部抜粋）

どうする？飲用後の容器

市内の児童生徒と教職員が毎日飲用すると、期間中（約80日）の合計で32万本の容器が排出されます。

この容器のリサイクルを習慣づけようと、昨年度、洗浄・分別に取り組んだのが庄川中学校です。

養護教諭やスクールサポートスタッフ、学級担任らが分担して、生徒の作業をアシストし、すべての容器の資源回収を実践しました。今年度は、さらに生徒の主体性を高めるため、生徒会委員会活動（環境・ボランティアの活動）の一環として、地球にも、私たちの生活にも優しいSDGsな取り組みを実施する予定です。



心と体の両面の健康を

今年度も各小中学校を通して、R-1の飲用希望や飲用前後のアンケートを行います。ぜひこの機会に、ご家庭で「心と体の元気」について話し合ってみてください。

一人ひとりが健康で、会話や活動量が増えたと、街全体が元気になります。そう、これが「街の強さひきだすプロジェクト」の目指すゴールです!!

※昨年度のアンケート結果の全容は、市ホームページ「街の強さひきだすプロジェクト」サイト内で紹介しています。

街の強さひきだすプロジェクト

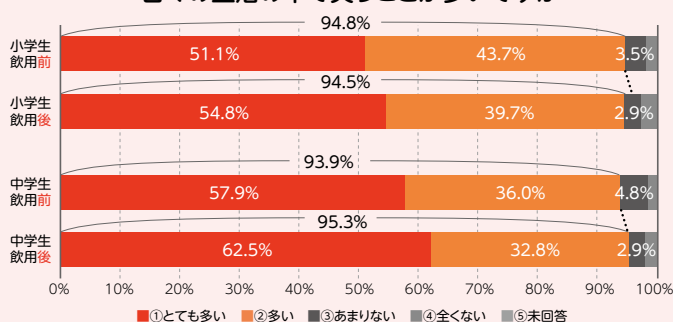


アンケート結果

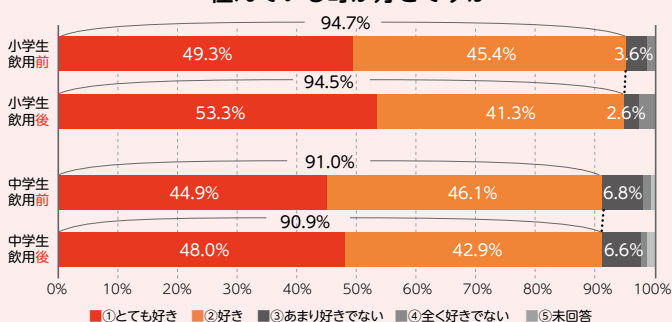


企画政策課 ☎ 33-1145

日々の生活の中で笑うことが多いですか



住んでいる町が好きですか



受付

10月16日(月)～31日(火)

配布

10月2日(月)～31日(火)

※土・日曜、祝日除く

令和6年度に入所(園)を希望するすべての方の受付を行います。来年に出産予定の方や来年度途中からの入所(園)を希望する方も、このタイミングでお申込みが必要です。



令和6年度に入所を希望するすべての方へ
保育所・認定こども園入所(園)受付

こども課 ☎33-1596



施設の説明

※記載している年齢は、令和6年4月1日時点のもの

保育所

0～5歳のお子さん対象で、保育の必要性があることが条件になります。

認定こども園

3歳以上のお子さんは保育所・幼稚園の2つのタイプを選択でき、0～2歳のお子さんは保育の必要性があることが条件になります。

保育の必要性とは？

- ・親が仕事(月48時間以上)をしている
- ・妊娠中や出産前後である
- ・家族の介護や看護が必要な状態である
- ・保護者に病気や障がいがある 等

これらの事由があり、それを証明する書類の提出が必要です。

	保育所	認定こども園	
		保育所タイプ	幼稚園タイプ
対象年齢	0～5歳	3～5歳	
入園条件	保育の必要性があること	なし	
開園時間	7:30～19:00		
利用時間 (※1)	7:30～18:30(保育標準時間)	8:00～14:00	
	8:30～16:30(保育短時間)		
長期休業	なし	あり(一時預かり実施) (※2)	

公立の施設の場合です。私立の施設の開園・利用時間等は、それぞれお問合せください。

- ※1 保護者の就労時間等により、保育標準時間が保育短時間の認定を受けて利用時間が異なります。また、利用時間を超える保育を希望する場合は延長保育料が発生します。
- ※2 一時預かり利用料は、条件により無償となる場合があります。詳細は、こども課にお問合せください。

受付対象者

令和6年度に入所(園)を希望するすべての方

※来年に出生予定の方や来年度途中からの入所(園)を希望する方も、このタイミングでのお申込みが必要です。

手続き

① 提出書類を入手

家庭状況を伺い、申込みに必要な書類を配布します。勤務先の証明等、準備に時間がかかるものもあるのでお早めにお越しください。

配布日 10月2日(月)～31日(火)

※土・日曜、祝日除く

場所 各施設やこども課

※10月2日のみ、こども課ではなく市役所第6会議室(1号別館1階)

② 提出書類の準備

申込みに必要な書類を準備します。

③ 申込み(いずれの施設も受付は9時～正午)

第1希望の施設の受付日に、提出書類をそろえてお子さんと一緒にお越しください。

※0歳の場合は母子手帳も持参

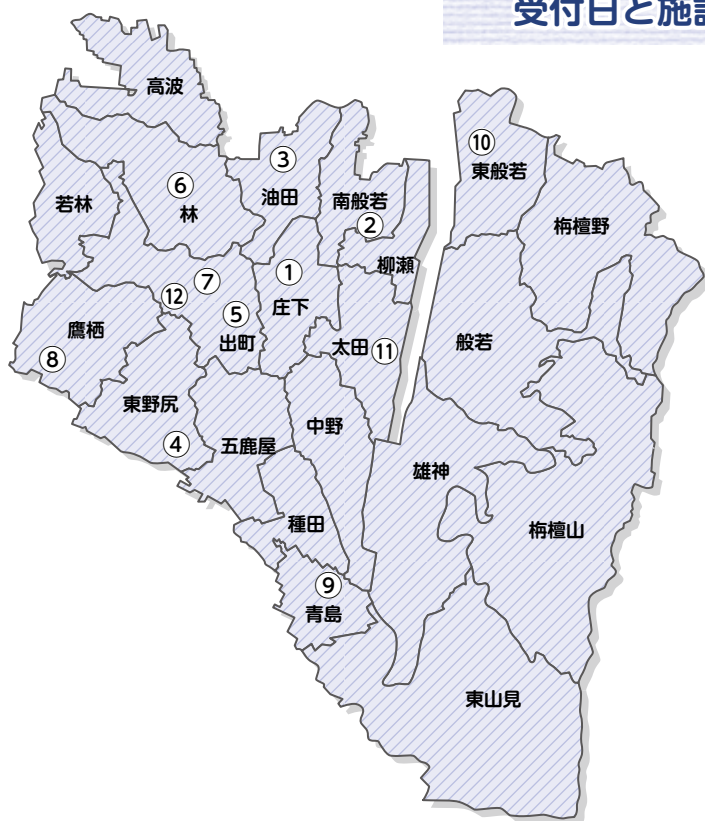
希望する施設の受付日に都合が悪い場合は、こども課窓口で受け付けます。お子さんと一緒に、次の期間にお越しください。

受付日 10月16日(月)～31日(火)

※土・日曜除く

受付日と施設の所在地

☐：公立 ☐：私立



認定こども園(10か所)

受付時間:9時～正午

受付日	施設	所在地・電話
16日(月)	③あぶらでん認定こども園 ☐	三郎丸 213-1 ☎23-4455
17日(火)	④南部認定こども園 ☐	鹿島 153 ☎32-3530
18日(水)	⑤ちゅうりっぷ認定こども園 ☐	太郎丸二丁目 29-2 ☎33-4478
19日(木)	⑥北部認定こども園 ☐	林 1086 ☎32-9041
20日(金)	⑦認定こども園 出町青葉幼稚園 ☐	寿町 3-8 ☎32-2848
	⑧たかのす認定こども園 ☐	鷹栖 1055-1 ☎23-4244
23日(月)	⑨しょうがわ認定こども園 ☐	庄川町青島 2402 ☎55-6540
24日(火)	⑩(仮称)庄東認定こども園※ ☐	東保 966 ☎37-0005
26日(木)	⑪太田認定こども園 ☐	太田 1439 ☎32-3526
27日(金)	⑫出町認定こども園 ☐	表町 18-3 ☎32-2679

※(仮称)庄東認定こども園の受付は東般若保育園で行います。

保育所(2か所)

受付時間:9時～正午

受付日	施設	所在地・電話
23日(月)	①庄下保育所 ☐	矢木 105 ☎32-4147
25日(水)	②東部保育所 ☐	秋元 144-1 ☎32-5250

TOPICS / 散居村の魅力、次世代へ

8月18日、屋敷林の役割や良さを次世代の子どもたちに体感してもらうために、親子バスツアー「砺波平野の屋敷林を学ぼう」を開催しました。

市内の親子5組11人が散居村展望広場や屋敷林のある民家を訪れ、屋敷林の役割や散居景観を守る大切さを学びました。



TOPICS / 防災力の再確認

9月3日、イオンモールとなみで「防災フェスティバル」が開催されました。避難所生活で使用するグッズの展示や、体験ブースを通して防災力の向上と防災意識の高揚を図りました。

9月24日には出町地区で砺波市総合防災訓練を開催しました。



TOPICS / となみの魅力、みんなに届け

9月11日から10月1日まで、東京の日本橋とやま館で「となみブランド(21品目)」を紹介する「となみブランドフェア」を開催しました。

9月11日は夏野市長のトップセールスも行い、来館者に魅力をアピールしました。



夕涼みも兼ねてウォーキング

8/25

砺波市体育振興会連絡協議会が、市民の健康づくりを目的に砺波体育センター周辺でナイトノルディックウォーク体験会を開催され、約40名の市民がおおよそ1kmを歩き、汗を流されました。



下水道について考える

8/28
~9/8

毎年9月10日は「下水道の日」です。

下水道の役割や大切さの理解と関心を深めてもらうため、本庁正面玄関にポスターやパネルの展示を行いました。

また、啓発物品の配布を行い、下水道の普及を促しました。

※砺波市観光協会で、マンホールカードを配布しています。



カターレ、勝たれ!

9/8

カターレ富山の左伴繁雄社長と武脇仁事業部長が9月17日に市町村サンクスデー「小矢部市・砺波市の日」を開催するにあたり市長に表敬訪問されました。



ホドな話題

求む!
地域情報

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り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

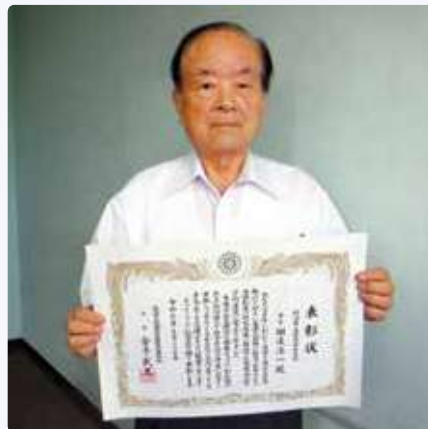
✉:kouhou@city.tonami.lg.jp



受賞おめでとうございます

○全国市区選挙管理委員会連合会特別表彰

選挙管理委員会の田邊浩一委員(野村島)が、多年にわたり選挙の適正な管理執行と明るい選挙の啓発にご尽力されてきた功績が評価され、受賞されました。



剪定枝を無料で収集！

秋の剪定枝リサイクル大作戦

2日間
限定

10月28日(土)・29日(日)
8:30～15:00(両日)

予約
不要

場所 高道グラウンド

対象 砺波市民が家庭や地域で協力して剪定・収集した枝(スンバ可)

規格 長さ2mかつ太さ15cm程度まで

注意とお願い

以下に当てはまるものは持込不可

業者が剪定した枝

業者に処理を依頼してください。

竹・笹等

クリーンセンターとなみへ直接持ち込んでください。

落ち葉

グリーンバッグに入れて、地区のごみステーションに持ち込んでください。

実がついたままの枝

実を取り除いてから持ち込んでください。

ビニール紐や袋等

燃えるごみ専用袋に入れて、地区のごみステーションに持ち込んでください。

- ・運搬の際に車両から剪定枝が落ちないように、板やネット等で固定してください。
- ・ブルーシート等を敷いてから剪定枝を載せると、枝下ろしがしやすくなります。
- ・ユズ等のトゲのある樹種の枝下ろしは、自己責任でお願いします。
- ・搬入時間を必ず守ってください。

“共助”の取り組みを推奨しています

共助…自治会等で協力して、集落内の剪定枝を収集・運搬する取り組み



【通行制限】

8:00～15:00

渋滞を避けるため制限をかけます。看板や係員の誘導に従って安全にお越しください。



農地林務課 ☎33-1431

令和5年度電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金の支給

電力・ガス・食料品等の価格高騰を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯に1世帯当たり3万円の臨時特別給付金を給付します。



	対象世帯	手続き
①非課税世帯	令和5年6月1日時点で、世帯全員の令和5年度分の住民税均等割が非課税の世帯(扶養親族のみからなる世帯を除く)※転出、転入を繰り返した方やDV等により避難している方は別途申請が必要。	対象となる世帯には確認書を送付済みです。必要事項をご記入の上、同封の返信用封筒にて提出期限内に返信ください。受付順に振り込みます。 提出期限 10月31日(火)
②家計急変世帯	①以外の世帯のうち、令和5年1月から9月までの家計が急変し、直近の収入減少により①と同様と認められる世帯。 ※次の世帯は非該当 ・定年退職による収入の減少 ・年金が支給されない月や事業活動に季節性がある、通常収入が得られないことが事前に明らかである 等	申請書(市HPや社会福祉課で取得可能)と以下の必要書類をご提出ください。 ・収入のある方の全員分の源泉徴収票や確定申告書など収入のわかるもの ・振込先口座番号がわかる通帳やキャッシュカードの写し ・本人確認書類 等 提出期限 10月31日(火)

社会福祉課地域福祉係 ☎33-1299

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

県産品購入ポイント制度

農業振興課

☎ 33-1404



富山県産の農林水産物についている「QRコードシール」は1ポイントを1口、県産品を表示するシールやラベルは10枚を1口としてアプリ「食ベトクとやま」から応募すると、抽選で商品券、賞品の店舗引換券等が当たるキャンペーンを実施します。※応募方法はデジタル応募のみ

期間 10月21日(土)～11月30日(木)

参加店舗 県内食品販売店等が参加。次の農産物直売所も参加します。

・道の駅となみ野の郷

・道の駅庄川

・梅檀野地場産野菜直売所

(毎週水曜日 9時～)

※詳細は、ホームページ参照

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)10月2日(月)～16日(月)

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

行政書士無料相談会

富山県行政書士会砺波支部

☎ 0766-674446



相続、遺言、成年後見などに関する無料相談会を開催します。

日時 10月21日(土) 10時～15時

場所 砺波まなび交流館

無料法律相談会(面談・予約不要)

富山県司法書士会

☎ 076-431-9332



身の回りの法律トラブルに関する相談を広く受けます。

日時 10月7日(土) 10時～15時

場所 福野文化創造センターヘリオス

令和6年度

コミュニティ助成事業の募集

企画政策課

☎ 33-1145



(一財)自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、その収益を財源にコミュニティ助成事業を実施しています。

助成事業を希望される自治振興会や自治会、町内会等は、期限までに申請書を提出してください。

これまでの助成事例

エアコン、音響設備、会議用椅子等(建築物や消耗品を除く)

助成金額 100万円～250万円

提出期限 10月6日(金)

国民年金のお知らせ

免除・納付猶予・学生納付特例期間がある方へ

国民年金保険料の免除(一部免除含む)や納付猶予、学生納付特例を受けた期間があると、将来受取る年金額が少なく計算されます。



受給額を増やすため、10年以内に保険料をさかのぼって納めることができる「追納」をおすすめします。

※該当の方へ向けて、10月に年金事務所より「追納勧奨状」が送付される予定です。

追納のご注意

- 一部免除の期間は、免除後に残った保険料を納めていないと、追納できません。
- 老齢基礎年金を受けている方は、追納できません。
- 原則、古い免除期間からの追納となります。

日本年金機構 ☎ 33-1725
市民課 ☎ 33-1362



完全予約制

マイナンバーカード専用休日窓口

カードの申請、交付、電子証明書の更新手続きのため、休日窓口を開設します。

ご希望の方は10月27日(金)の11時までに電話で予約して、原則本人が来庁してください。(本人の来庁が困難な場合はお問合せください)

日時 10月29日(日)
9時～正午

場所 砺波市役所1階 市民課窓口

持ち物 申請、受け取り、更新で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



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 10月15日(日)

① 13時30分～、② 14時30分～、③ 15時30分～

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名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。

国民健康保険の資格喪失手続き

市民課
☎ 33-1362



社会保険などに加入した場合は、国民健康保険の資格喪失の手続きが必要です。

手続きが完了するまで、一時的に国民健康保険税が課税されます。早めの手続きをお願いします。

必要書類 新しい健康保険証、国民健康保険証

※どちらも加入者全員分

10月16日～22日は行政相談週間

総務省富山行政監視行政相談センター
☎ 076-431-1100



登記、年金、保険、福祉、道路、窓口サービス等、行政の仕事について困っていることや知りたいことがある方は、行政相談委員や総務省富山行政監視行政相談センターに、お気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は厳守します。

また、市内の相談所では毎月相談を受け付けています。(事前予約不要)

場所 市社会福祉会館 ☎ 33-5511

日時 毎月第1・第3金曜日 13時30分～16時

行政相談委員の紹介

島田 一子さん(庄川町青島)
松澤 由美子さん(千保)
宮本 隆志さん(一番町)

生活環境影響調査書の縦覧

砺波広域圏事務組合
☎ 82-1920



南砺市蔵原地内で新たに建設を計画している最終処分場に関する生活環境影響調査書を縦覧いたします。

日時 10月1日(日)～31日(火)
(土・日曜、祝日除く)

場所 9時～16時
砺波広域圏事務組合事務局
(庄川支所内)、市民生活課、南砺市生活環境課

※詳細は、ホームページを参照

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 10月10日(火) 14時～19時
10月26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 10月2日(月)、11月6日(月)【完全予約制】

① 17時～17時40分
② 17時40分～18時20分
③ 18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 10月24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

大ふらり市開催

ワークハウスとなみ野

☎ 33・5044



地域の皆さんとの交流イベントを開催します。

日時 10月7日(土)

10時30分～14時30分

場所 ワークハウスとなみ野・地域活動支援センターとなみ野

内容 ステージ(福光もつぎ太鼓等)、フリーマーケット、キッチンカーの出店など

※詳細は、ホームページを参照

精神障がい者の家族相談会

in 大ふらり市

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 10月7日(土)

①11時～正午、②13時～14時

場所 地域活動支援センターとなみ野

富山最低賃金の改正

富山労働局賃金室

☎ 076・4322735



10月1日からの富山県(地域別)最低賃金が時間額948円に改正されます。この最低賃金は年齢や雇用形態などにかかわらず、富山県内の事業場で働くすべての労働者に適用されます。

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 10月28日(土)

13時30分～16時30分

場所 となみ散居村ミュージアム

第47回郷土先人展

「砺波の用水開発の歴史」

砺波郷土資料館

☎ 32・2339

砺波平野に張り巡らされている用水群の歴史やその意義、現状について紹介します。

期間 10月20日(金)～11月26日(日)

※月曜、第3日曜は休館、期間中は祝日も開館。

場所 砺波郷土資料館展示室

◆講演会

日時 11月4日(土) 14時～

場所 となみ散居村ミュージアム

演題 砺波平野を潤す用水たち

― 芹谷野用水開削三百五十年と舟戸口用水の舟運 ―

講師 庄川沿岸用水土地改良区連合

常務理事 松岡 樹氏

都市計画(案)説明会

富山県都市計画課

☎ 076・444・3346



都市計画区域マスタープランの見直しを進めています。この見直し(案)の説明会を開催します。

日時 10月31日(火)

14時30分～15時30分

場所 市役所3F大ホール

対象 砺波都市計画区域

10月18日～11月17日の間、富山県パブリック・コメントサイトにおいて意見募集を行っており、説明動画を視聴できます。

「こどもまんなか応援サポーター」宣言をしました



★こどもたちが健やかに幸せに成長できるよう社会の実現のために★

砺波市では、こども家庭庁が掲げる「こどもまんなか」の趣旨に賛同し、「こどもまんなか応援サポーター」として子育て支援を推進します

皆さんも「こどもまんなか応援サポーター」となって「こどもまんなか」なアクションを発信しませんか

※ SNS (X(旧Twitter)、Instagram 等) や YouTube 上で「#こどもまんなかやってみた」をつけて発信しましょう。

こども課 ☎ 33-1590

国民健康保険

ミニドック費用助成制度



疾病の早期発見と予防を目的に、砺波総合病院で実施するミニドック(半日で受診できる総合健診)の費用の一部を助成しています。

対象 砺波市国民健康保険の加入者

日時 月～金曜(休診日除く)
8時15分～(半日程度)

費用 8,380円(助成後の自己負担額)
※胃カメラ選択者は、追加で2,650円

助成額 16,700円

場所 健診センター(砺波総合病院北棟3階)

注意 6月から8月に実施した特定健診(自己負担無料)をご利用になった方は助成を受けることができません。両方を利用した場合には、当制度で助成した額を追加で請求します。

ミニドック申込先・検査内容の問合せ

市立砺波総合病院北棟3階

健診センター ☎ 32-3320(内線3300)
(受付時間: 平日14～16時)

助成制度の問合せ

市民課 ☎ 33-1362



防災一口メモ

砺波市防災士連絡協議会

アドバイザー

吉田 宗義

第39回

「実践力を身につけよう」

令和5年10月号

皆さんこんにちは、私は高齢(74歳)の防災士です。今回の「防災一口メモ」では日頃感じている事を語ってみたいと思います。

最初に「昨今の気象はどうなったの…?」、猛暑による「熱中症等健康災害」・「干ばつによる穀物災害」、集中豪雨による「土砂災害」等々、全てが「災害」と言っても過言ではないと感じています。近年は、「線状降水帯」という気象用語が使われ始め、大きな災害が全国で発生しています。7月12日から13日未明にかけての豪雨は、梅檀山地区でも私の記憶に無い最大級の災害となりました。しかしながら、人が巻き込まれなかったのが幸いでした。

TV・新聞の報道や行政機関からの広報等により、多くの皆さんは災害に対する対応を理解されていると思われますが、被災した多くの方々は、知識として理解しているけど、「今までに体験したことがない雨・風・雪・気温」等の言葉が多く聞かれます。

事程左様に私を含め、殆どの方は身に振らぬ火の粉は「他所事」として捉えていたのではと思います。そこで「…一口」ですが、これからは「知的研修・訓練」は当然大切ですが、「実践による研修」をもっと多くする事が大切だと思います。

梅檀山地区では、新聞にも報道されましたが「被災しても自活できるように」と、自治振興会や公民館が主催し、「男性も災害時に炊事ができる」を実践しました。皆さんも「実践力を身につける」を研修するのはいかがですか? (写真参照)



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～



地域の健康づくり活動紹介 砺波市ヘルスボランティア連絡会

私たち砺波市ヘルスボランティア連絡会は、市民の皆さんがいつまでも健康で生活できるよう、健康づくりに関する知識の普及、がん検診の受診勧奨等に取り組んでいます。

●となベジプロジェクト

市の取り組みである「となベジプロジェクト」に参加しています。

毎日の献立の参考にと、簡単で美味しい野菜レシピを考案して、市内スーパーや道の駅の野菜売場となベジPOPを掲示しました。



また、野菜摂取量測定会も行っています。皆さんが自分の食べている野菜の量を知り、「野菜を食べること」や「野菜から先に食べること」を意識し、実践できるようにこれからも活動していきます。



●がん検診受診勧奨

がんは、早期発見・治療が大切です。

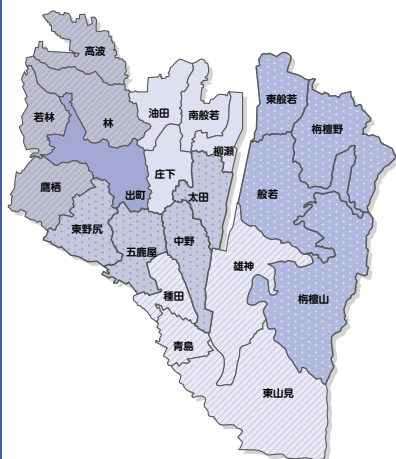
今は2人に1人、がんになると言われ、がんは誰でもかかりうる病気です。

症状がない健康なときからがん検診を受診するよう、各地区の公民館等でのポスター掲示や回覧板による受診勧奨を行いました。



公民館まつり を開催します！

各地区の特色あふれる
企画をぜひ楽しんでくだ
さい。



内容は変更になる場合があり
ます。詳細は、それぞれ直接お
問合せください。

地区	日時	独自企画
出町 ☎34-7227	10/15(日) 9:00~12:00	文化展(場所: 出町小学校)
庄下 ☎33-4476	11/5(日) 10:00~15:00	展示会ほか 検討中
中野 ☎32-0251	11/3(金・祝) ~5(日)	芸能発表、特別 展示「書の三人 展」、作品展示
五鹿屋 ☎32-1247	11/5(日)	作品展示、五鹿 屋っ子秋の集い
東野尻 ☎32-2273	11/4(土) 10:00~15:00	ご長寿を祝う会、 作品展示、芸能 発表
鷹栖 ☎32-2068	10/28(土) ~29(日)	銀婚の祝い、ウ ォークラリー、 古美術ほか
若林 ☎33-2650	10/22(日) 9:30~15:00	作品展示、演 芸、敬老会同時 開催
林 ☎32-3874	11/3(金・祝) 9:00~16:00	福祉フェス、特 別展「昔の林」 ほか
高波 ☎32-9280	10/29(日) 9:00~14:00	作品展示、敬老 会同時開催
油田 ☎32-6420	11/5(日) 10:00~15:00	いろいろな体験 コーナー、キッ チンカーほか
南般若 ☎33-4471	11/5(日) 9:00~14:00	うどん販売、ペ タンク大会、ス テージ発表、作 品発表

地区	日時	独自企画
柳瀬 ☎32-5583	11/5(日)	作品展示ほか (場所:柳瀬体 育館)
太田 ☎32-2270	11/5(日) 9:00~16:00	作品展示、敬老 会同時開催
般若 ☎37-1539	11/12(日) 10:00~14:00	地域めぐり、作 品展示、バザー
東般若 ☎37-1157	11/5(日) 10:00~15:00	検討中
梅檀野 ☎37-2056	11/12(日)	地場産野菜の 直売、せんだん のHILL・森の こども園とのコ ラボ企画
梅檀山 ☎37-1061	11/5(日) 9:00~12:00	漫談、カレー、 焼き芋販売、寄 せ植え教室
東山見 ☎82-5471	10/14(土) 13:00~17:00	竹細工教室、バ ルーンアート教 室、ビデオ放映
青島 ☎82-5007	10/29(日) 9:30~16:00	作品展示、敬老 会、庄川町菊花 展(26日~)
雄神 ☎82-5375	10/29(日) 10:00~15:00	ステージ発表、 ミニコンサート、 カフェほか
種田 ☎82-5784	11/10(金) ~12(日)	種田フォトコン テスト、作品展 示、ステージ発 表

コミュニティ助成事業で整備

(一財)自治総合センターの宝くじ助成金を活用し、砺波市消防団の備品とコミュニティ用品を
整備しました。



中野・柳瀬・太田・
東般若・青島分団

LED バルーン投光器

砺波消防署 ☎ 33-0119



林地区自治振興会

会議用机・イス

企画政策課 ☎ 33-1145



申込期限 10月17日(火)

講師
相談支援専門員 松井 貞樹氏
センター
砺波圏域障害者基幹相談支援
センター

演題
「親なき後に向け今知ってお
くべきこと」

内容
講義・座談会

場所
富山県砺波厚生センター

日時
10月24日(火)
14時~15時30分

精神障がい者等家族教室

富山県砺波厚生センター

精神障がい者の家族や支援者が疾
患について学習し、正しい基礎知識
や対応の仕方を学ぶ教室です。

申込期限 10月24日(火)

講師 自由工房ゼロイチ

費用 7600円(テキスト代金)

日時 11月7日(火)~10日(金)
4日間 9時~12時

申込期限 10月24日(火)

講師 自由工房ゼロイチ

費用 7600円(テキスト代金)

日時 11月7日(火)~10日(金)
4日間 9時~12時

申込期限 10月24日(火)

講師 自由工房ゼロイチ

費用 7600円(テキスト代金)

日時 11月7日(火)~10日(金)
4日間 9時~12時

対象とし、基本操作、画像や図表・グ
ラフの挿入、発表資料の作成などを
学びます。

プレゼンテーションソフト
(Powerpoint)を初めて扱う方を対

パソコン講座(パワーポイント)

砺波まなび交流館

☎ 33-11115

講師 自由工房ゼロイチ

申込期限 10月24日(火)

講師 自由工房ゼロイチ

費用 7600円(テキスト代金)

日時 11月7日(火)~10日(金)
4日間 9時~12時

申込期限 10月24日(火)

講師 自由工房ゼロイチ

費用 7600円(テキスト代金)

日時 11月7日(火)~10日(金)
4日間 9時~12時

申込期限 10月24日(火)

講座・教室



砺波市×大塚製薬連携講座
「女性の生涯における
健康トラブルについて」
～女性ホルモンを中心に～

砺波図書館
☎ 32-4128

大塚製薬株式会社との包括連携協
定に基づく公開講座を開催します。

講師 伏木 弘先生(伏木医院院長)
日時 11月12日(日) 13時30分～15時
場所 砺波図書館 多目的会議室
申込期限 10月31日(火)

砺波散村地域研究所秋季例会

となみ散居村ミュージアム
☎ 34-7180

となみ野の歴史・文化・産業など、
研究者が講演・報告を行います。

日時 10月7日(土)

13時30分～16時30分

場所 となみ散居村ミュージアム
研修室

内容

発表 人文地理学研究室

「2022砺波市調査」から

教授 大西 宏治氏

准教授 鈴木 晃志郎氏

ほか富山大学生が発表

講演「世界の土・富山の土」

第39回とやま賞受賞者

(国研)森林研究・整備機構

主任研究員 藤井 一至氏

定員 60人(事前申込みが必要)

受講料 無料

がんに関わる市民公開講座

市立砺波総合病院
☎ 32-3320

地域住民の皆さんが、当院のがん
相談支援センターのしくみ・体制、
がんに対する正しい知識や情報を知
るためのイベントを開催します。

日時 10月29日(日) 13時30分～15時

場所 砺波市出町子供歌舞伎

曳山会館 多目的ホール

講師 市立砺波総合病院

泌尿器科 一松 啓介先生

内容 前立腺がんについて

がん相談支援センターの紹介

「親なき後」連続講座と
すまいる相談会

社会福祉法人手をつなぐとなみ野
☎ 0766-68-3820

親なき後に備えて、具体的な事例
から各テーマについて考えます。

また、日常生活、金銭管理、就労
等の相談をお受けします。

第1回 日時 10月18日(水)

場所 ぴーすあけぼの

第2回 日時 11月1日(水)

場所 サポートばら

第3回 日時 11月15日(水)

場所 砺波市三郎丸184-1

第4回 日時 11月29日(水)

場所 福祉作業所メイプル福野

第5回 日時 12月3日(水)

場所 南砺市二日町1331-34

時間 親なき後講座
18時30分～19時30分

すまいる相談会

19時30分～20時30分

対象 障がいがある方、ご家族、支
援者(定員20名程度)

参加費 無料

申込方法 電話

申込期限 10月6日(金)

講座は3回連続もしくは興味のある
テーマのみの参加でもOK

すまいる相談会は申込み不要

庄川高砂会館作品展

市民福祉課
☎ 82-1901

部員をはじめ各種教室を受講され
た方々の陶芸、書道、木工等の作品
を展示・即売いたします。

日時 10月27日(金)・28日(土)

9時30分～16時

場所 庄川高砂会館

能力開発セミナー

富山県技術専門学院砺波センター
☎ 22-3152

エクセルの基本操作ができる方を
対象に活用を学びます。

日時 10月17日～31日の火・木曜日

18時20分～21時

受講料 3200円

申込期限 10月5日(木)

定員 10名(先着順)

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

となみ散居村ミュージアム
☎ 34-7180

散居村の歴史、文化をテーマに、
年間講座を開催しています。

日時 10月28日(土) 14時～15時30分

(受付時間12時30分～13時20分)

内容 「空間の美
—距離をおく美しさ—」

講師 女優・神戸市立森林植物園
名誉園長 真野響子氏

場所 チューリップ四季彩館ホール

定員 200名(事前申込みが必要)

受講料 無料

申込み 電話・窓口にて受付け

その他 講座前に散村地域研究所創
立40周年記念式典を行いますので、
13時20分まで着席ください。

スポーツ関連イベント

富山県西部体育センター
☎ 33-3412

Enjoyバドミントン【定員15人】

日時 10月4日、11日、18日、25日

(水) 10時～12時

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 10月20日(金) 11月17日(金)
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 10月21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
山田 泰士先生

定員 6名(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

(レディース講演会)
日時 10月28日(土) 13時～14時30分
場所 応接室

講師 伏木医院院長 伏木 弘先生
定員 20名

内容 産後の体調管理と運動講習会

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
クーポンを進呈!



第23回 スポーツフェスティバルinとなみ 10月9日(月・祝) 全館無料開放

問合せ
富山県西部体育センター ☎33-3412
砺波市温水プール ☎33-4450
NPO法人SEIBUスポーツクラブ ☎33-3077
砺波市スポーツ推進委員協議会 ☎33-1613

場所	種目	利用時間	受付
大アリーナ	アリーナ無料開放 卓球・バドミントン・ビーチボールなど	9:00～16:00	当日受付のみ
	幼児コーナー	9:00～16:00	当日受付のみ
	障害者スポーツ フライングディスク(アキュラシー)体験 講師 富山県障害者フライングディスク協会	10:00～12:00	事前予約なし 当日受付のみ
中アリーナ	ニュースポーツ&レクリエーション体験 (モルック・ストラックアウト・スリッパ飛ばし・スポーツリバーシ) 親子運動教室 講師 特定非営利活動法人笑顔スポーツ学園	9:00～12:00	当日受付のみ
	①2歳～3歳の部 14:00～14:30 (対象 2019年4月2日～2021年4月1日生まれ) 定員20組	①2歳～3歳の部 14:00～14:30	事前予約有 空きがある場合は 当日受付も可 ※2
	②4歳～5歳の部 15:00～15:45 (対象 2017年4月2日～2019年4月1日生まれ) 定員20組	②4歳～5歳の部 15:00～15:45	
第1 トレーニング室	無料開放(中学生以上)	9:00～16:00	当日受付のみ
中研修室	インボディ測定会(小学生以上)定員30名 ※ペースメーカー装着者不可	13:00～15:00	当日受付のみ
第2 トレーニング室	スローエアロビク&かんたんピラティス体験 定員20名	10:00～10:45	
	～ACP～アクティブ・チャイルド・プログラムで遊ぼう♪ 対象 年中～年長児 定員15名	11:00～11:30	事前予約有 第2トレーニング室で実施する 各プログラムの受付はSEIBU スポーツクラブ 空きがある場合は当日受付も可 ※1
	ボールやリボンをさわってみよう!(新体操体験) 対象 年中～年長児 定員10名	13:30～14:00	
大研修室	みんなでEXダンス体操～を踊ろう!(キッズダンス体験) 対象 主に小学生(親子参加も可) 定員20名	14:15～14:45	
	ヨーガわくわく運動体験教室 【対象…高齢者にやさしいコース】 定員15名	13:00～14:00	事前予約有 空きがある場合は当日受付も可 ※2
	【対象…一般コース】 定員15名	14:30～15:30	
屋根のある広場	売店・休憩スペース	9:00～16:00	無
砺波市 温水プール	無料開放 ※保護者(水着着用)1名につき子ども2名までの利用	10:00～16:00	当日受付のみ
	水球をやってみよう～! 対象:25m泳げる小中学生 定員15名	9:30～10:15	事前予約有 砺波市温水プールで実施する各 プログラムの受付は砺波市温水 プール
	はじめてのアクアビクス 対象:中学生以上 定員20名	10:30～11:10	
	親子で着衣泳体験会 対象:小学生とその保護者 定員10組	15:00～15:30	空きがある場合は当日受付も可 ※1

※1…事前予約が可能です。SEIBU スポーツクラブ、砺波市温水プールにて9月30日(土)から電話及び窓口で受付開始します。(事前予約で定員に満たなかった場合は、当日参加が可能です。)

※2…事前予約が可能です。富山県西部体育センター事務所にて9月30日(土)から電話及び窓口で受付開始します。(事前予約で定員に満たなかった場合は、当日参加が可能です。)



ホームページ



LINE公式
アカウント



SEIBU
スポーツクラブ
ホームページ

健康・介護



健康センターからのお知らせ

健康センター

32-7062



乳がん検診を2年に1回受けましょう
10月はピンクリボン月間

現代は2人に1人ががんになると
言われ、がんは誰にでもかかりうる
病気です。乳がんは40歳から50歳代
の女性のがん死亡率上位です。

しかし、検診等の早期発見・早期
治療により、進行を防ぐことができ
ます。2年に1回検診を受けましょ
う。20ページに10月の検診が掲載さ
れています。

※詳細は、ホームページかお手元の
健康ガイドブック参照

砺波総合病院に通院中でインフル
エンザ予防接種をご検討の方へ

市立砺波総合病院 ☎ 32-3320

インフルエンザ予防接種を実施します。

申込場所 通院中の診療科の窓口

◆一般

接種開始日 10月2日(月)

受付時間 8時30分～11時

◆小児

接種開始日 10月後半から(予定)

※要予約

接種日時 火・木曜午後

※休診日を除く。

令和5年度

高齢者インフルエンザ・こどもインフルエンザ 予防接種費用の助成

新型コロナとインフルエンザは発熱などの共通症状があり見分け
にくい、インフルエンザの予防接種を受けて、新型コロナとの
同時流行を防ぎましょう。詳細は、ホームページ参照



	高齢者	こども
対象	今年度 65 歳以上になる方	接種日において生後 6 か月から 中学 3 年生までの方
期間	10 月 2 日～ 12 月 28 日	10 月 2 日～ 1 月 31 日
料金	1,300 円	接種料金から助成金分 (3,000 円) を差し引いた金額
場所	市内指定医療機関 (生後 6 か月～未就学児は県内指定医療機関)	
	※事前に予約が必要	
その他	入院・入所等で市外で接種希望 の方は、事前連絡が必要	生後 6 か月～未就学児：県助成 小学生・中学生：市助成

＼となベジニュース／

となベジプロジェクトは野菜を食べよう！野菜から食べよう！をコンセプトに取り組んでいるプロジェクトです。

ベジチェック®による 野菜摂取量測定会

日時 10月25日(水)
15時～17時

場所 スーパーセンターシマヤ
砺波店

料金 無料

普段の野菜摂取量を知り生活を
ふりかえてみませんか？

新型コロナワクチン接種 (令和5年度秋開始接種)

接種期間	令和6年3月31日まで(予定)
接種会場	市内指定医療機関 (詳細はホームページや予約専用コールセンターで確認)
使用ワクチン	オミクロン株XBB.1.5対応ワクチン
接種券の発送	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日以降の接種者は下記の通り発送予定。

2～6回目の接種日	発送日
5/8～5/31	発送済
6/1～6/15	9月25日(月)
6/16～6/30	9月27日(水)
7/1～7/15	10月25日(水)
7/16～7/31	10月27日(金)

最新情報はこちら



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

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
くつろぎ処ちえりー (☎080-3745-8104)	8日(日)	10時～15時	健康マージャン	200円
	12日(木)	14時～16時	コーヒーの話を聞き、味を楽しもう	400円 先着10名
		10時30分～正午	折り紙	300円
	15日(日)	10時～15時	健康マージャン	200円
みやの森カフェ (☎77-3733)	14日(土)	14時～17時	臨床美術	300円 事前予約制 (定員10名)
		15時30分～17時	カフェ保健室 (なんでも相談)	無料
ものがたりの街 修養棟 (☎55-6102)	26日(木)	14時～16時	佐藤先生の市民講座「ACP(人生会議)～エンディングノートを知っていますか～」 ものがたり菜園で収穫体験～旬の野菜を収穫しましょう～	無料 事前予約制 ☎55-6102 (担当:石丸)
北部苑 (☎33-6633)	19日(木)	13時30分～15時	臨床美術	無料
苗加苑 (☎33-7294)	18日(水)	13時30分～15時	音楽療法	無料

日	時間	場所
3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)
	10時～11時	庄東センター
4日(水)	10時～11時	苗加苑
5日(木)	10時～11時	北部苑
	10時30分～11時30分	庄川支所
	9時～16時	在宅介護支援センター (砺波ふれあいの杜)
7日(土)	9時～16時	在宅介護支援センター (やなせ苑) 要予約
16日(月)	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

いきいきサロン桜

開始時期 平成27年8月24日
活動日時 毎週月曜 13時15分～
活動場所 桜木町公民館

年を重ねると、集いがあって、体操が続けられるのは良いことと思います。集まって顔を見られるのが楽しいです。継続することが大事です。

いきいき百歳体操にチャレンジ！
in ウェルカフェ(砺波中神店)

「足腰や体力に不安がある」「興味はあるけど、参加したことがない」という方、一緒に「いきいき百歳体操」をやってみませんか？

百歳体操は、介護予防に効果的な重りを使った筋力運動です。市内はもとより全国的に広く取り組まれて、何歳からでも筋力アップが期待できます。



対象 ・65歳以上で継続して参加できる、身近に百歳体操を実施している場所がない方
・これから地域でやってみたいと思っている方 等

内容 週1回 [全10回 (講師の指導付)]

費用 無料

場所 ウェルシア薬局砺波中神店 (砺波市永福町5番5号)

日程 原則水曜日の13時30分～14時30分

10月	18日、25日
11月	1日、8日、15日、22日、29日
12月	6日、13日、20日

希望する方は**10月6日(金)**まで下記へ申込みください。

地域包括支援センター ☎33-1345

10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	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6月生	健康センター	26日(木)	対象の方には個別に ご案内します。
	1歳6か月児	R4年4月生		5日(木)	
	2歳児(歯科)	R3年10月生		12日(木)	
	2歳6か月児(歯科)	R3年4月生		19日(木)	
	3歳児(歯科)	R2年10月生		13日(金)	
	3歳6か月児	R2年4月生		6日(金)	
もぐもぐ教室	6か月児	R5年4月生	健康センター	11日(水)	13時30分～
育 児 相 談	乳幼児	母乳・育児、発達について	健康センター	4日・18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、 育児、発達について		11日・25日(水)	
プレママクラス	令和6年1月～2月出産予定の方		健康センター	17日(火)	14時～15時30分
特定保健指導	特定健診の結果、積極的支援または動 機付け支援に該当となった方 ※要予約		健康センター	毎週月曜日	9時～19時
			庄川支所 3 階会議室	4日(水)	9時30分～11時
				27日(金)	13時30分～15時30分
			庄東センター 訪問	27日(金)	9時30分～11時
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。	油田体育館	3日(火)	13時～15時
			太田体育館	18日(水)	13時～15時
			文化会館	11月6日(月)	13時～16時
胃 がん 検 診 大腸がん検診			油田体育館	3日(火)	8時～11時
			砺波総合病院正面玄関	15日(日)	8時～11時
			文化会館	11月6日(月)	8時30分～11時
砺波総合病院健診センター			木曜日以外の平日	午後	
乳 がん 検 診	20 歳以上	文化会館	16日(月)	13時～14時15分	
子宮頸がん検診					
胃内視鏡検査	希望者 50～69 歳		指定医療機関	～2月29日まで	直接医療機関にお申し込み 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	12日・26日(木)	13時30分～15時
		☎ 22-3512	富山県砺波厚生センター	5日(木)	午後
ひきこもり 家 族 相 談 会	希望者【要予約】	☎ 22-3512	同上	12日(木)	午後
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	3日(火)	
			小矢部大家病院	10日(火)	
			となみの心療クリニック	18日(水)	
			松岡病院	25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

1日(日)	高田歯科・矯正歯科医院	中央町	☎32-2153
8日(日)	田守歯科クリニック	表町	☎34-7108
9日(月・祝)	さとう歯科クリニック	杉木	☎32-9995
15日(日)	となみ野歯科診療所	林	☎33-4788
22日(日)	澤越歯科医院	鍋島	☎34-8280
29日(日)	藤の丘歯科医院	東石丸	☎34-5313

※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

10日 身体計測・健康相談
20日 10:45～ 歯科医師の先生にお越しいただきます
すこやかなごやかトーク
24日 11:00～手作りおやつ教室

太田

(太田認定こども園内) ☎33-6288

6日 10:30～ すこやかなごやかトーク
13日 身体計測・健康相談
24日 10:30～交通安全教室

出町

(出町認定こども園内) ☎32-2776

3日 10:30～ 交通安全教室
10日 (午前中) 消防車が来ます
総合避難訓練
18日、19日 身体計測・健康相談

南部

(南部認定こども園内) ☎32-6016

4日 身体計測・健康相談
10日 食改さんによる おやつレシピ紹介
16日～20日 季節の制作あそび
※「食改さん」…食生活改善推進委員の皆様のごことで、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

18日【要予約】 10:00～ 親子でリトミック
20日 (午前中) 子育て相談日
27日 (午前中) 身体計測・健康相談

ちゅうりっぷ

(ちゅうりっぷ認定こども園内) ☎32-7978

6日 親子でリトミック
17日～31日 ハロウィンを楽しもう
20日 親子でピラティス
30日 身体計測

あぶらでん

(あぶらでん認定こども園内) ☎23-4456

24日 身体計測

たかのす

(たかのす認定こども園内) ☎23-4288

17日 身体計測

しょうがわ

(しょうがわ認定こども園内) ☎55-6541

2日～6日【要予約】 ペタペタ週間(手足形アート)
10日 10:30～ は・ハ・歯の話
11日～31日 ハロウィン飾りを作ろう!
24日 身体計測

10月18日(水)

全館

15:00閉館

(研修会のため)

こども・子育て
すまいるとなみ

10月



児童館

開館日時

月～土曜(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。

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(月)

みんなあつまれ

手品であそぼう

23日(月)～28日(土)

チャレンジ検定週間

庄川児童館

☎82-3230

13時～17時

場所

庄川町金屋1743番地
(旧東山見保育所)

10月2日(月)から

庄川児童館が
オープンします!

7日(土)

オープンセレモニー

13時から(予定)

みんな、あそびにきてね!

★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

10月生まれの

すこやか! 砺波っ子!!

(年齢は10月末現在)



浅谷 美衣^{みい}ちゃん
(3歳・十年明)



今井 環那^{かんな}ちゃん
(1歳・宮村)



澤川 明日葉^{あすは}くん
(1歳・十年明)



山藤 遥仁^{はると}くん
(2歳・苗加)



今井 晴都^{はると}くん
(2歳・中野)



宮越 紅羽^{くれは}ちゃん
(3歳・杉木四丁目)



川幡 碧大^{あお}くん
(2歳・太郎丸)



山岸 樹^{いつき}くん
(1歳・宮森)



鶴谷 莉旺^{りお}くん
(1歳・深江一丁目)



八田 千咲^{ちさき}ちゃん
(1歳・頼成)



丸山 湊人^{みなと}くん
(1歳・鷹栖)



曾倉 颯亮^{そうすけ}くん
(1歳・中村)



仁木 亜郁^{あいく}ちゃん
(2歳・豊町一丁目)



寺村 陸叶^{りくと}くん
(1歳・秋元)



中田 岳玖^{かく}くん
(2歳・となみ町)



井上 添^{そら}ちゃん
(3歳・平和町)



和泉田 暁月^{あきつき}くん
(3歳・林)

応募対象 11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 10月10日(火)【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。





砺波総合病院から

病院のホームページもご覧ください。

砺波総合病院 ☎32-3320



病院ボランティア

「りんどうの会」



当院には、病院ボランティア「りんどうの会」というボランティア団体があります。「りんどうの会」の名前は、自然に助け合う心を持つのが「人の道（倫道）」。その温かな心の輪がボランティア活動を通して、大きく広がっていくことを願ってつけられました。立山の厳しい自然を生き抜いて、凜として咲く美しい「りんどうの花」にみ立てて、倫道とかけあわせたのが、名前の由来です。

「りんどうの会」のメンバーは、砺波市ヘルスボランティア連絡協議会と砺波市赤十字奉仕団の会員、個人ボランティアとなっています。

令和2年に、新型コロナウイルス感染拡大防止のためボランティア活動が休止となりました。

それまでは、「オアシス文庫」の貸し出しや図書書の整理、正面受付の介助、入院中の子供達のためのパネルシアター上映や、本の読み聞かせ、七夕祭り、クリスマスツリーの飾り付け、花壇の整備、タオル帽子の作成、※聞き書きボランティアなど、当院を利用する人々のために何ができるのかを考え、さまざまな活動を行っていました。日々のボランティア活動のほか、県外への研修や交流にも取り組んでいました。現在はコロナ禍を経てボランティアのメンバーも入れ替わっており、活動内容を模索しながら再開に向けて少しずつ準備を進めています。

令和5年5月8日から新型コロナウイルス感染症の位置づけが「5類感染症」になり、8月から正面受付での活動を再開しました。オンラインエプロンが目印です。平日午前8時30分から11時まで外来診療の混み合う時間帯に、正面玄関付近での車椅子の乗り降りの介助、診察科へ

の案内、再来受付機での操作のお手伝いをしています。患者さんの不安や緊張を少しでも和らげる手助けになるように活動しています。ボランティアをする者にとって患者さんとのふれあいは、たくさんの「ありがとう」と「笑顔」に出会う、元気の源になってきました。ボランティア仲間や病院職員との絆を大切に、感謝の気持ちと思いやりを持ち、これからも活動していきます。

※「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。





ホームページや
 X (旧Twitter)
 でも情報発信中！



となみ庄川散居村縦断マラソンFINAL

11月19日(日)9時スタート【雨天決行】

会場 チューリップ公園発着

となみ庄川散居村縦断マラソンFINALが開催されます！市内はもとより、全国からのランナーや子どもたちが晩秋の散居村を駆け抜けます。ランナーから「元気をもらいました」と好評の、市民の皆さんによるコースでの応援をお願いします！

また、大会を盛り上げるボランティアも募集中です。



★会場のチューリップ公園では、
 飲食ブースやスポーツケアコーナーも
 予定しています！

※大会当日は交通規制がありますのでご協力をお願いします。詳細は、体協ホームページを参照。



ゲストランナー
 神野大地さん

問合せ となみ庄川散居村縦断マラソン実行委員会 ☎ 32-5240

砺波市スポーツ講演会

参加無料

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^{ほりしまいくま}を講師にお招きし、スポーツ講演会を開催します！

演 題 「自分が積み重ねてきたものはない」

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 ※定員になり次第締め切りの場合があります。

申込期間 10月13日(金)まで

申込方法 ・右記 QR コードの申込みフォーム
 ・体協ホームページより申込用紙をダウンロードし、砺波体育センター窓口へ直接提出



講師 堀島行真さん
 (岐阜県池田町出身)

両親の影響で1歳からスキーをはじめ、小学4年時よりモーグル競技に取り組む。

2018年の平昌、2022年の北京オリンピックへ出場し、北京オリンピックでは銅メダルを獲得。

申込み・問合せ 砺波体育センター ☎ 32-5240

レッツ・エンジョイ・ベースボール参加者募集

野球初心者の小学生(1～3年生)を対象に「投げる・打つ・走る」楽しさに触れてもらい、野球をはじめるきっかけを作るための体験教室です。キャッチボールやゲームを楽しみましょう！

日 時	10/21(土)、11/4(土)、11/18(土)、12/2(土)、12/16(土) 9時30分～11時		
場 所	高道体育館	参加費	500円(保険料)
申込み	砺波市野球連盟事務局へ申込み		
問合せ	砺波市野球連盟 高畑 (☎ 090-8263-7363) 田中 (☎ 090-4681-3418)		



砺波市野球連盟



みんなであそぼう！

ちびっこ教室受講生募集

広い体育館で、運動遊びやリズム遊びで楽しく体を動かしましょう！

お散歩や季節の行事も楽しめます！

対象 1～3歳の未就学児と保護者

期間 10月～3月 木曜 全10回

場所 砺波体育センター 他

時間 10時～11時



問合せ 砺波体育センター ☎ 32-5240

令和5年度 砺波市福祉健康大会

8月26日(土)に「令和5年度砺波市福祉健康大会」が砺波市文化会館で開催され、社会福祉や保健衛生の向上に尽力された方や、砺波善意銀行に善意の預託をされた方など、41個人、18団体へ表彰状や感謝状が贈られました。

続いて、金沢市立病院循環器内科科長の村井久純氏にご講演いただきました。



砺波善意銀行頭取（市長）より感謝状を受領する砺波南部小学校あいさつやポカポカ言葉を心がけようボランティア委員会代表 田邊 輝さん

「健康寿命の延伸は 高血圧管理から」



講演をされた村井久純氏

高血圧は過剰な圧力が血管や臓器に負荷として加わり、徐々に悪化していく病気です。動脈硬化や脳卒中、心筋梗塞、心不全といった病気にもつながり、これらの病気にならないためにも、高血圧の予防と治療は重要になります。

高血圧予防に欠かせないのは、食塩摂取量の制限であり、1日の食塩摂取量は、成人男性では7.5グラム未満、成人女性では6.5グラム未満、高血圧患者では6グラム未満がよいとされています。

- ①高血圧は症状がなく臓器障害を起こす怖い病気である
- ②血圧を安定にしておくことで、臓器合併症を予防できる
- ③食事に対する知識を習得しておくことは健康寿命を延ばすうえで重要である

この3つのことをぜひ覚えておいていただければと思います。

受賞された方は次の方です。おめでとうございます。（敬称略）

■砺波市社会福祉協議会長表彰

《民生委員児童委員功労者の部》

石原 進	井筒 耕二	河森 和代	京部 昭一
源田美和子	高桑 時夫	平岡 隆	福田 保英
松井 義行	松澤 哲也	水木 護	水牧 京子
藪 道子	吉田 繁	吉田 弘	渡邊 千明

《個人の部》

田嶋 信久 宮脇 節子 山上 正之

《優良団体の部》

神島思ひ出の会

《ボランティア活動の部》

橘 美基代 飛田 祥子 鍋澤 五月
水木 順子 吉田 和美
パソコンボランティア・タッチ

■砺波市環境保健衛生協議会長表彰

《個人の部》

石黒ひとみ	小倉 和子	加門由美子	齊藤由紀子
榊 登志子	佐野真知子	千保美乃里	高原 優子
中島まさ子	長森 恵子	平木 純子	芳里 榮子
松島由美子	南本 純子	明嵐よしい	横川喜美子

■砺波善意銀行頭取感謝

《個人の部》

吉田 一衛

《団体の部》

砺波市立砺波南部小学校
あいさつやポカポカ言葉を心がけようボランティア委員会
砺波市立砺波北部小学校児童会
富山県立砺波工業高等学校生徒会
富山県立砺波高等学校生徒会
社会福祉法人となみ中央福祉会あぶらでん認定こども園
認定こども園出町青葉幼稚園
南部っ子児童会
スカイフェスとなみ 2022 実行委員会
砺波市飲食店組合
となみセントラルライオンズクラブ
砺波ライオンズクラブ・南砺ロータリークラブ
砺波ロータリークラブ・となみセントラルライオンズクラブ
日本民謡研究会富山県支部豊皓会
北陸コカ・コーラボトリング株式会社
株式会社丸圓商店
株式会社宮木建設

社会福祉協議会会費・その他募金へのご協力をお願い

本年も市社会福祉協議会会費、赤い羽根共同募金、日本赤十字社活動資金、社会を明るくする運動会費について、自治会等を通じてご協力のお願いをさせていただきます。

皆様からの会費・募金は地域福祉活動の推進や在宅福祉サービスの充実を図るうえで貴重な財源となっています。ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

令和5年度 じぶんの町を良くするしくみ。



赤い羽根共同募金

運動期間 10月1日～12月31日



皆様からお寄せいただいた募金は、高齢者、障がいのある方、子どもたちなどを支援する、砺波市内の様々な福祉活動に役立てられます。また、災害時には被災地支援活動にも役立てられます。

令和5年度は、市内11団体の活動を支援しています。

今年度の目標額は6,428,000円となっており、戸別募金、職域募金、学校募金、街頭募金などの活動を予定しています。

皆様のご協力をよろしくお願いいたします。



昨年の募金箱設置の様子。

今年も市内の企業や施設等に募金箱やポスターを設置する予定にしています。

集まった募金は市内の福祉活動に活用されています！



砺波市社会福祉協議会 〈ふれあい電話〉

毎月2回、水曜日の午前中に一人暮らしの方を対象にボランティアの皆さんによる電話訪問をさせていただいています。お誕生日に贈るカードも、とても喜ばれています。

スマートフォンからも
募金ができます！



赤い羽根データベース
はねっと

問合せ先

砺波市共同募金委員会 ☎ 32-0294

生活訓練事業 ～書道教室・陶芸体験レポート～



○書道教室

4年ぶりの開催となった「書道教室」。真剣な表情で納得がいくまで何枚も書き、それぞれ思いを込めた1枚を書き上げました。

○陶芸体験

昨年に引き続き、せんだんのHILLで開催した「陶芸体験」。

2回目の参加の方も多く、オリジナル作品に挑戦する姿も見られました。体験後は、せんだんのHILLのこもれびカフェにてコーヒーやホットサンドを楽しみました。





福祉センター



子育て支援イベントのお知らせ



秋も楽しいイベントが盛りだくさん！福祉センターで楽しく遊ぼう♪

こどものあそびば (麦秋苑)

ぜひ来てね！

10月7日(土) 10時～15時

「竹の子グループ」の皆さんと
折り紙や工作をしてあそぼう！



北部苑DEあそぼう！ (北部苑)

申込受付中！

10月28日(土) 9時30分～11時30分

チューリップ球根植え、大きな絵本のお話をします！
球根のプレゼントもあるよ！

対象：主に未就園児・園児・低学年児童

定員：先着 20 名 (子ども人数)

参加費：子ども 1 名につき 100 円 (おやつ代)

申込締切：10 月 22 日(日) 北部苑まで！



苗加苑DEあそぼう！ (苗加苑)

申込受付中！

11月5日(日) 10時～11時50分

親子でチューリップの球根植え付け体験をしよう！
参加者にはチューリップ植込み鉢をプレゼント♪

対象：未就学児童・低学年児童

定員：先着 20 名 (子ども人数)

参加費：子ども 1 名につき 100 円
(おやつ代) (当日集金)



申込締切：10 月 29 日(日) 苗加苑まで！

わんぱく広場 (庄東センター)

申込受付中！

11月12日(日) 9時～11時30分

親子でリンゴ狩り&アップルパイ作りを体験しよう！

定員：先着親子 10 組 (1 組 2 ～ 4 名)

参加費：1 名につき 200 円

申込締切：10 月 20 日(金) 庄東センターまで！



福祉センターは、子どもから高齢者まで
どなたでも利用できる施設です！
ぜひ、福祉センターをご利用ください！



善意の窓口 8月15日～9月13日

砺波善意銀行



8 月 30 日、コマツ
NTC ユニオン様より、
地域貢献活動の一環と
して、会社内で実施し
た「愛のかがり火募金」
の一部 240,000 円 を
ご寄付いただきました。
市内の高齢者施設で役
立てられます。

社会福祉事業振興基金

匿名 父母の供養のため 200,000円

砺波善意銀行

井上 房子 様 タオル74枚、バスタオル12枚
タオルケット9枚

吉田一衛 様 15,000円

コマツ NTC ユニオン 様 240,000円

匿名 12,114円

匿名 15,933円

匿名 3,000円

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	10月 4日(水) 11月 1日(水) 13時～16時	10月18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	10月6日・20日(金) 13時30分～16時	—
人権相談	10月6日・20日(金) 13時30分～16時	10月13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
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)

今月は苗加苑にいるよ!

福祉センターイベント予定 10月

苗加苑 苗加 824-1 ☎ 32-7294
休館日：月曜、10日、15日

麦秋苑 三郎丸 183-2 ☎ 33-2846
休館日：月曜、10日、15日



北部苑 林 1202 ☎ 33-6633
休館日：水曜、10日、15日

庄東センター 安川 297 ☎ 37-1550
休館日：水曜、9日、15日



①について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
1 (苗加苑) ① 苗加苑秋祭り バックドロップズ 水田たけし&仲間たち	2 (北部苑) 太陽一座 歌謡・舞踊	3	4	5 (苗加苑) 劇団つくし 歌謡・舞踊	6 (庄東センター) 劇団 輝 歌謡・舞踊	7 (麦秋苑) ★こどものあそびば
8	9	10	11 (苗加苑) 福美会 民謡・舞踊	12 (北部苑) 喜楽会 民謡・舞踊 (麦秋苑) ザ・あんぽんたん 歌謡・舞踊	13 (庄東センター) すずらの会 歌謡・舞踊	14 (北部苑) 山竹炭湯
15 全館休館日	16	17 (庄東センター) ザ・あんぽんたん 歌謡・舞踊	18	19 (苗加苑) 新蔵富美男一座 & 鼓部の会 舞踊	20 (北部苑) 劇団 絆 歌謡・舞踊 (庄東センター) カ・ナル・ナニ& オハナ 舞踊	21
22	23	24	25 (苗加苑) 劇団 輝 歌謡・舞踊	26 (北部苑) 劇団ゆうしん 歌謡・舞踊	27 (庄東センター) 懐メロミュージック クフレンド 歌謡・生演奏	28 (北部苑) ★北部苑 DE あそぼう 山よもぎ湯 (麦秋苑) いいとも一座 歌謡・舞踊・太鼓
29	30	31	1	2	3	4

★の子育て支援のイベントは26ページを見てね!

① 苗加苑秋祭り (苗加苑) **ぜひ来てね!**
10月1日(日) 1日楽しいイベント盛りだくさん!!
10時～ バックドロップズ(管楽器演奏)
13時30分～ 水田たけし&仲間たち 歌謡ショー
月の市スペシャル、じゃんけん大会も開催!

はじめての民謡講座 (短期講座) (北部苑)
三味線の伴奏でご当地富山県の民謡や懐かしい民謡を
みんなで一緒に唄います。
開催日時：10月24日(火)、31日(火)
11月14日(火)、28日(火)
全4回 10時～11時30分
講師：江村 桂子さん 定員：12名
参加費：2,800円 (コピー代等あれば別途実費)
申込締切：10月17日(火) 北部苑まで! **申込受付中!**

いきいき百歳体操の日 (北部苑) **ぜひ来てね!**
DVDを見ながら、手首・足首に重りをつけてする筋力アップ運動です。10月からスタートします!
基本金曜日または木曜日 13時30分～ ※申込不要

その他の行事・イベント	
苗加苑	◇月の市スペシャル 1日(日) ◇みんなで歌おう!カラオケタイム 4日(水)13時30分 ◇歌のONステージ! 21日(土)10時～15時 ◆ロビー展示コーナー アート水引の展示(西部やす子さん) 25日(水)まで
北部苑	◇健康マージャンの日 8日・22日(日)9時 ◇いきいき百歳体操の日 6日・13日・27日(金)13時30分 ◇ふれあい市 12日(木)10時 ◇ほっとなみカフェ (臨床美術) 19日(木)13時30分

	歌の日・カラオケ	脳トレ学級 (クイズ・歌・体操)	いっぴく体操・ 健康体操(相談)教室
苗加苑	土曜・日曜 10時	3日(火) 13時30分	水曜 10時
北部苑	火曜 13時30分 ※10日はお休み	16日(月) 10時	木曜 10時
麦秋苑	5日・19日(木) 10時	21日(土) 10時	4日・18日(水) 10時30分
庄東センター	2日・23日(月) 13時30分	20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、9日

◇交通安全教室 12日(木)14時
◇音楽療法研究会 13日(金)14時
◇脳トレ教室 23日(月)14時
◇ザ・あんぽんたん公演
26日(木)13時30分
◇百歳体操 水曜・木曜14時
◇カラオケタイム 金曜13時

砺波市文化会館

開館時間:9時～22時
休館日:10月3日(火)、17日(火)、24日(火)

砺波市文化会館コンサートピアノ演奏体験

砺波市文化会館の大ホールでピアニスト気分を味わおう!

コンサートピアノ最高峰とうたわれる逸品「スタインウェイ」を砺波市文化会館の大ホールで弾いてみませんか。音響反射板を設置した本番さながらの舞台上で思う存分お楽しみください。



日時 12月9日(土)、10日(日) 1枠50分

- ①10:00～10:50 ②11:00～11:50
③12:00～12:50 ④13:00～13:50
⑤14:00～14:50 ⑥15:00～15:50
⑦16:00～16:50 ※9日(土)は①の枠はございません。

申込方法

所定の申込用紙を砺波市文化会館窓口へ提出または郵送でお送りください。
(11月11日(土)必着)申込用紙は文化会館ホームページからダウンロードできます。
※応募者多数の場合は抽選となります。
※詳細は砺波市文化会館ホームページを参照。

10月大ホールイベント	日にち	イベント	開場	開演	入場料	主催者(連絡先)
	8日(日)	第51回砺波市文化祭 『大正琴の世界』	13:00	13:30	無料	砺波市文化協会事務局 (砺波市文化会館内) ☎0763-33-5515
	9日(月・祝) 10日(火)	となみ演劇鑑賞会 『愛の讃歌 -ピアフ』(エイコーン)	9日18:15 10日13:30	9日18:45 10日14:00	詳細は右記へ	となみ演劇鑑賞会 ☎0763-33-0725
	15日(日)	第51回砺波市文化祭 『伝統の世界』	13:00	13:30	無料	砺波市文化協会事務局 (砺波市文化会館内) ☎0763-33-5515
	22日(日)	第51回砺波市文化祭 『歌謡の世界』	13:00	13:30	無料	砺波市文化協会事務局 (砺波市文化会館内) ☎0763-33-5515
	29日(日)	南砺市立福野中学校吹奏楽部 第22回定期演奏会	13:30	14:00	500円	南砺市立福野中学校 ☎0763-22-2222

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:10月4日(水)、11日(水)、18日(水)、19日(木)、25日(水)

講座案内

砺波散村地域研究所創立40周年記念

「空間の美—距離をおく美しさ」

講演者 女優・神戸市立森林植物園名誉園長
真野 響子氏

日時 10月28日(土) 14:00～15:30
〈開 場〉12:30(13:20まで要入場)
〈記念式典〉13:30～13:55

会 場 チューリップ四季彩館ホール

要予約 入場無料ですが、事前申込みは必要です。

申込先 散居村ミュージアム ☎34-7180



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

民具館企画展示

好評開催中!

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



「我夢遥」(わがゆめはるか)



庄川生涯学習センター

開館時間:9時～22時
休館日:月曜(祝日の場合は翌日)、祝祭日の翌日

庄川名画祭 10月14日(土)
14:00上映開始(13:30開場)

「お終活 熟春!人生、百年時代の過ごし方」

仕事や子育てが一段落した熟年夫婦の騒動を
コミカルに描いたお終活エンターテインメント
作品をお楽しみください。

入場
無料



砺波市庄川町青島3607 ☎82-5007 Fax82-6431
<https://syogaku-tonami.com>

企画展示

木村伊兵衛展

写真に生きる

開催中～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。

関連イベント

■当館学芸員によるギャラリートーク

10/14(土) 14時から

会場 1階企画展示室〈要観覧券〉



子守り,パリ,フランス,1954©Naoko Kimura

常設展示

- 工芸の秀作
- 版画の世界
- 藤森 兼明(洋画)

開催中～11月5日(日)



藤森兼明
「アドレシオン・デミトリオス」2004

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

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〉

公募要項の詳細については当館までお問合せいただくかホームページをご覧ください。

※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)



砺波市高道145-1
☎32-1001



松村外次郎記念 庄川美術館



共通 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)

10月21日(土) とみだい☆ペケペケアートショップ
(要申込) 無料

「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 ※ホール利用時間はホームページをご確認ください。
10月の休館日:12日(木) 入館料:大人310円 小人160円 65歳以上250円

四季彩館ホール1・2

第22回となみチューリップ球根まつり

10月6日(金)～9日(月・祝) 9時から16時まで

市内の生産者が自信をもってお勧めするチューリップ球根が勢ぞろい!楽しい企画も盛り沢山!

入場
無料

球根全品
通常価格の
2割引

販売

- チューリップの球根販売 (100品種以上)
- 皇室献上品種の販売
- 福箱の販売(4日間で20箱限定)

展示

- チューリップの会場ディスプレイ
- 高波チューリップまつり写真展示
- チューリップ押花作品展

風車前広場

- 花鉢、野菜の販売
- キッチンカー

チューリップの寄せ植え体験

参加費 2,000円 定員 各回12名
※お電話にて四季彩館までお申し込みください。

参加者
募集



常設展示 ワンダーガーデン

「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秋の花「キク」とチューリップが一緒に楽しめます。



企画展

「秋を彩るハンギングバスケット展」

10月6日(金)～10月15日(日)

協力:日本ハンギングバスケット協会富山支部



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

10月の休園日:3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)、31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!!

「スイセンと秋植え球根の寄せ植え」 定員20名

日時 10月29日(日) 13時30分～ 教材費 2,000円

雪吊りの基礎 定員20名

日時 11月11日(土) 13時30分～ 材料費 無料

プリザーブドフラワー アレンジメント「クリスマス」 定員20名

日時 11月18日(土) 13時30分～ 材料費 2,500円

【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、メールにてお申し込みください。電話受付はできません。*定員になり次第締切

秋を彩る花まつり2023

「球根植物②」

10月20日(金)～22日(日)

9時～16時30分

ダリア、グラジオラスなどの秋咲き球根植物と一緒に秋の訪れを感じる草花を展示します。



寄せ植え体験コーナー(電話予約可)

10月21日(土)、22日(日) 両日ともに①10時～②14時～
体験料1,200円 定員 各回15名

【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にてお申し込みください。*定員になり次第締切



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



10月 砺波市立図書館

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

FMとなみ
76.9MHz

職員が出演して関連情報を放送中
 第3木曜 12:20～、17:30～



X @tonami_citylib

砺波図書館

土・日・祝日の2階学習
 席の利用は予約をして
 から
 9/30(土)から、利用
 できる時間の上限が
 3時間になります。

英字新聞を読む会(第2回)

砺波図書館 第1会議室
18日(水) 10時15分～
 ＊ボランティアの方と一緒に
 英字新聞の記事を読む会です。

要申込
 先着10名程度

らんぷの会 朗読会

砺波図書館 多目的会議室
27日(金)・28日(土)
13時30分～(約70分)
 申込み: 不要(定員50名)

入場無料



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
14日(土) 13時30分～
 テキスト:『くもをさがす』 西 加奈子
 ※テキストは図書館で用意

要申込

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

22日(日)
10時10分～11時30分

要申込

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
えほんのじかん 0～3歳対象
 3、17、24、31日(火) 10時30分～
おはなしのじかん
 7、14、21日(土) 14時～
庄川図書館 **おはなしのじかん**
 28日(土) 14時～

3

親子映画会

子ども向け

砺波図書館 (2回上映)

21日(土)
 「世界名作童話⑤ ちびくろサン
 ボ、みにくいあひるの子」
 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
19日(木) 10時30分～
 演目:「グー・チョコキ・パー」
 「なかよしふうせん」
 「ドレミのうた」

新着資料

他にも多数あります。

庄川図書館 <一般書>

砺波図書館 <一般書>
 ふりさけ見れば 上下 安部龍太郎
 こぼれ桜 梶よう子
 かたばみ 木内昇
 私たちの世代は 瀬尾まいこ
 今日の花を摘む 田中兆子
 ノストラダムス・エイジ 真梨幸子
 自然知能 外山滋比古
 「助けて」が言えない子ども編 松本俊彦／編
 何が投票率を高めるのか 松林哲也
 「デンパリさん」の仕事術 鈴木真理子
 不眠睡眠障害治療大全 井上雄一／監修

鉄道写真ここで撮ってもいいですか 渡部史絵 結解学／共著
 <児童書>
 給食が教えてくれたこと 松丸奨
 コグニのはじまり いうひろし
 ねこねこがっこう 荻田澄子
 声をあげよう、社会は変えられる 林大介／監修
 ゆうやけにとけていく ザ キャビンカンパニー
 おふろそうじきんぎょたい ときながまい／作 山村浩二／絵

カモナマイハウス 重松清
 ひとつこひとり 東直子
 人見知りの自分を許せたら生きるのがラク
 になりました わたなべぽん
 家事か地獄か 最期まですくくと生き抜く
 唯一の選択 稲垣えみ子
 写真整理で人生整理 大津たまみ
 <児童書>
 きゃべたまんてい どうめいにんげんを
 つかまえる 三田村信行
 10歳の選択 齋藤孝
 恐竜タグ最強王図鑑 No.1 決定トーナ
 メント!! 實吉達郎
 かえるぴよこぴよこ みなみじゅんこ

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～)

10/ 2 (月)	出 町 ●じゃがいも掘り
10/ 8 (日)	梅檀山 ●公民館さつまいも植え
	高 波 ●児童クラブ 能作体験
	庄 東 ●彩り豊かに“押し花らんまん”
	梅檀野 ●B&G マリーナフェスティバルが中止に!
	五鹿屋 ●料理教室 ～フレイル予防～
10/ 9 (月)	東般若 ●夏の祭典
10/15 (日)	林 ●歩こう会 杉木方面
	中 野 ●弁財天社御開扉大祭 (新明の獅子)
	東山見 ●弁財天社御開扉大祭 金屋獅子奉納
	種 田 ●鮎のつかみ取り
	柳 瀬 ●納涼祭

10/16 (月)	高 波 ●獅子舞 東宮森
10/22 (日)	五鹿屋 ●公民館バス研修旅行 ～福井方面～
	庄 東 ●地元企業のサマーフェスティバル
	若 林 ●若林ふれあい祭り
	雄 神 ●弁財天社御開扉大祭 三谷自治会奉納
	東野尻 ●東野尻花と緑の地域づくり
10/23 (月)	南般若 ●地区民運動会
10/29 (日)	東般若 ●東般若寿会の三助焼「絵付け実習」
	東山見 ●東山見地区敬老会
	林 ●はやし夏フェス
	出 町 ●子どもたちと一緒に百歳体操
	梅檀野 ●せんだんの HILL 夏祭り

市内のニュースやイベント情報は「ぐ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

FMとなみ
76.9MHz

「FM となみ」でも市の情報を放送中!



月～金曜(8:10～、11:50～、17:50～)



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。

2023コスモスウォッチング

となみ夢の平スキー場

10月7日(土)～15日(日)

土・日曜、祝日のみリフト運行(有料) 交通整理料も必要
(普通車500円・マイクロバス1,000円・大型バス2,000円)

商工観光課 ☎33-1397
当日 夢の平コスモス荘 ☎37-2323



スカイフェスとなみ2023

10月7日(土)～9日(月・祝)

7時～ 飛行開始予定
中村グラウンド

スカイフェスとなみ実行委員会
松田 ☎0766-44-5007



2023庄川水まつり

9時～15時
庄川水記念公園周辺



楽しい企画
盛りだくさん

庄川水上アクティビティ
庄川ゴムボートツアー
ミニ四駆走行会
チューリップマルシェとのコラボ
庄川鮎の塩焼き 等

庄川水まつり実行委員会(商工観光課) ☎33-1397
当日 庄川ウッドプラザ ☎82-6841



スポーツフェスティバル

全館無料開放!!
※内履き持参

9時～16時
西部体育センター
温水プール

皆様お誘いあわせでのご来館をお待ちしております。
詳細はHP、プログラムはP17参照

富山県西部体育センター ☎33-3412



ビッグ庄川なんでも市

10時～15時30分
庄川水記念公園



フリーマーケット、アマチュアバンドの演奏
農産物の販売、大人気のゲーム機が当たるビンゴ大会、
豪華景品が当たる抽選会など、楽しい催し物が
いっぱい!

商工観光課 ☎33-1392



TULIP MARCHE 2023

チューリップ公園北門周辺
9:00-14:00

地元の人気店や県外からの出店も続々♪
チューリップマルシェ実行委員会 ☎77-3540



市の人口

令和5年
8月末現在

()は前月比
⑤は外国人数

人口	47,106人 (-54)	[うち⑤703人]
男	22,979人	[うち⑤305人]
女	24,127人	[うち⑤398人]
出生	21人	転入 114人
死亡	52人	転出 137人
結婚	20件	離婚 3件
世帯数	17,602世帯 (7)	[うち⑤443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10月25日発行)



マチイロ

マチを好きになるアプリ

