

わくわく体験教室

夢の平コスモス荘 37-23223

そば打ち体験

試食とお土産つきです

● **そば打ち体験**  
**とき** 11月26日(土)  
**場所** 夢の平コスモス荘  
**対象** どなたでも参加できます。  
 (親子での参加も大歓迎)  
**定員** 10組  
**参加費** 1,500円  
**持ち物** エプロン、三角巾、タオル  
**申込締切** 11月20日(日)  
**講師** そば処せんだん山  
 前田 輝雄氏  
**申込先** 夢の平コスモス荘まで



● **かぶらずしをつくる**

**とき** 12月4日(日)(かぶの準備10日(土)) (鯖をほさみ、つけこむ) 午前10時～正午頃  
**場所** 夢の平コスモス荘  
**対象** どなたでも参加できます。  
**定員** 15名  
**参加費** 2,000円(一人30切のかぶらずしをつくります。)  
**持ち物** エプロン、三角巾、タオル、2kg程度の重石、5ℓ程度の樽  
**申込締切** 11月22日(火)  
**講師** コスモスグループ代表  
 原野 美登里氏  
**申込先** 夢の平コスモス荘まで

砺波地域SSN講演会を開催します

SSN(スクーリング・サポート・ネットワーク)

**とき** 11月15日(火) 午後7時～8時  
**場所** 庄川生涯学習センター 3・4研修室  
**対象** どなたでも参加できます  
**講師** 山藤 奈穂子 先生  
 (臨床心理士、庄川小・中学校スクールカウンセラー)  
**演題** 「ひとりひとり異なる心の叫びとしての不登校」  
 ～様々なタイプとその対応についてみなさんとともに考える～

問合せ 教育センター ☎82-5970

硬式テニススクール開催中

砺波市テニス協会(高田)

090-11313-8090

ジュニアスクール

**とき** 毎週水曜日 午後6時～7時30分  
**場所** 高道体育館  
**対象** 小学生  
**受講料** 3,000円/月  
**一般スクール**  
**とき** 毎週水曜日 7時30分～9時  
**場所** 高道体育館  
**対象** 初心者の方  
**受講料** 500円/一回

できるかなあ～!?

ふれあい体操

今回は「丸太ころがし」に挑戦!!



よいしょ  
よいしょ

全身の筋力を  
養います

①



コロッ

②



こうた～い

おうちの人と  
力くらべだ!

- ① 1人があお向けになり、転がされないように全身に力を入れます。(丸太の役) もう1人が、丸太を力いっぱい、転がします。
- ② 丸太が転がり、うつ伏せになったら、交替です。  
 〈おうちの人へ〉 小さいお子さんに対しては、子どもの力に合わせて回ってあげましょう。

\*訂正とお詫び 10月号25ページの地区民運動会の東山見地区は、11月13日(日)です。ここに訂正し、深くお詫び申し上げます。

# 公共事業発注状況

財政課 ☎33-1111  
内線344

市では平成17年の7月から9月の間に次の公共事業を発注しましたので、落札状況とあわせてお知らせします。なお、工事の際には市民の皆さんにご不便をおかけすることもあるかと思いますが、ご協力をよろしくお願いします。

契約金額300万円以上の工事のみ掲載（単位：千円）

工 事 名	簡 所	工 期	予定価格	契約金額	契約業者名
都市計画道路栄町苗加線上水道管布設工事(第2工区)	杉 木	7/26~12/20	8,973	8,589	大谷工業(株)
都市計画道路栄町苗加線築造工事(1工区)	杉 木	7/25~12/28	31,710	31,395	成和建設(株) 砺波支店
太郎丸地内上水道管移設工事	出 町	7/13~11/25	3,272	3,202	(有)紫藤鉄工
砺波市公共下水道 杉木地区枝線管渠工事(その21)	杉 木	7/25~11/30	10,959	10,710	(株)双葉
秋元地内上水道管移設工事(第4工区)	秋 元	7/13~10/31	3,445	3,349	(有)紫藤鉄工
砺波市特定環境保全公共下水道 青島地区枝線管渠工事(その5)	庄川町赤野	7/15~11/30	15,191	15,015	庄川興業(株)
砺波市特定環境保全公共下水道 青島地区枝線管渠工事(その7)	庄川町赤野	7/13~11/30	10,240	10,080	宮窪建設(株)
砺波市公共下水道 苗加地内枝線管渠工事(その3)	苗 加	7/19~11/30	28,548	28,224	鷹栖建工(株)
特定地域生活排水処理事業 梅檀山地区 合併処理浄化槽設置工事(その14)	東別所	7/15~10/31	9,736	9,555	山田建設(株)
特定地域生活排水処理事業 梅檀山地区 合併処理浄化槽設置工事(その13)	栃 上	7/15~10/31	9,081	8,925	(株)宮木建設
特定地域生活排水処理事業 梅檀山地区 合併処理浄化槽設置工事(その12)	中 尾	7/15~10/31	8,507	8,295	北陸ハイウェイ建設(株)
市道祖泉千保線上水道管布設工事	千 保	7/21~11/30	13,027	12,705	(株)竹部
石丸地内宅地造成上水道管布設工事	石 丸	7/13~10/31	4,613	4,305	(株)オオタ総合設備
都市計画街路事業 都市計画街路一号環状線新設工事 第2工区	庄川町金屋	7/20~11/30	31,062	30,450	(株)松本建設
学校給食センター下水道切替工事及び旧排水 処理施設撤去工事	坪 内	7/13~ 9/ 9	4,405	4,305	根尾建設(株)
田園空間整備事業農道整備工事(その3)	大 門	7/25~ 9/30	6,531	6,405	根尾建設(株)
砺波市特定環境保全公共下水道 柳瀬地区枝線管渠工事(その1)	柳 瀬	8/10~11/30	31,421	20,895	鍋田工業(株)
市道栄町紺屋島線老朽管布設替え工事	杉 木	8/ 9~ 2/28	4,361	4,095	(有)紫藤鉄工
県単独農業農村整備事業 太郎丸地区農道整備工事	太郎丸	7/21~ 9/30	4,376	4,284	砺波建設(株)
市道十年明鷹線舗装補修工事	鷹 栖	7/25~ 9/20	5,381	5,250	東洋道路興業(株) 砺波支店
市道徳万東保線舗装補修工事	宮 森	7/21~ 9/20	4,077	3,990	佐藤道路(株) 砺波営業所
市道太郎丸野尻線舗装補修工事	苗 加	7/26~ 9/20	6,538	6,405	ユーシン建設(株)
砺波市公共下水道 青島地区枝線管渠工事(その6)	庄川町赤野	7/22~11/30	8,490	8,347	水上工業(株)
砺波市特定環境保全公共下水道 青島地区枝線管渠工事(その8)	庄川町赤野・金屋	7/25~11/30	16,384	16,065	(株)神下組
柳瀬地内上水道管布設工事	柳 瀬	7/27~12/20	6,133	5,985	富田配管工業(株)
市道大辻五郎丸線消雪配管リフレッシュ工事(第1工区)	大 辻	7/25~10/31	7,508	7,350	藤森工業(株)
市道大辻五郎丸線消雪配管リフレッシュ工事(第2工区)	大 辻	7/25~10/31	6,443	6,247	(有)紫藤鉄工
砺波市特定環境保全公共下水道 太田地区枝線管渠工事(その4)	祖 泉	8/11~11/30	43,161	42,735	成和建設(株) 砺波支店
砺波市特定環境保全公共下水道 太田地区枝線管渠工事(その5)	祖 泉	8/11~11/30	38,313	37,905	根尾建設(株)
砺波市特定環境保全公共下水道 太田地区枝線管渠工事(その6)	太田・祖泉	8/11~11/30	16,945	16,800	市堰建工(株)
砺波市特定環境保全公共下水道 太田地区枝線管渠工事(その7)	祖 泉	8/11~11/30	37,166	29,190	松本建設(株)
砺波市特定環境保全公共下水道 金屋第6中継ポンプ設置工事	庄川町金屋	8/12~11/30	11,852	11,340	北陸電気工事(株) 砺波営業所
若林体育館塗装工事	狐 島	8/ 9~11/25	3,368	3,255	(株)三村塗装店
市道駅前広上町線歩道拡幅工事	表 町	8/11~11/25	18,380	18,165	ユーシン建設(株)
市道三谷寺尾線消雪配管リフレッシュ工事(第1工区)	庄川町三谷	8/11~10/31	12,072	11,812	藤森工業(株)
市道三谷寺尾線消雪配管リフレッシュ工事(第2工区)	庄川町三谷	8/11~10/31	10,411	10,237	木村産業(株)
市道矢木畑野新線上水道管布設工事	矢木、坪内	8/12~11/10	8,892	8,715	吉井工業(株) 砺波営業所
砺波市立鷹栖保育所厨房改修工事	鷹 栖	8/12~ 9/30	10,999	10,815	鷹栖建工(株)
市道久泉東開発線地方特道路整備工事(その2)	柳 瀬	8/11~ 3/24	25,476	24,675	(有)長谷川建設
市道三谷4号線消雪工事	庄川町三谷	8/29~10/31	4,945	4,809	フジイ設備(株)
市道大辻五郎丸線消雪設備リフレッシュ工事	大 辻	8/29~11/30	3,747	3,570	(株)ミヤシゲテクノ
南部校下放課後児童クラブ施設整備工事	鹿 島	8/25~10/10	14,324	14,259	やぶた建工(株)
市道舟戸橋雄神橋線舗装工事	庄川町庄	9/ 9~11/30	8,981	8,767	(株)藤井組
秋元地内上水道管移設工事(第5工区)	秋 元	9/26~10/31	4,987	4,830	(有)丸井工業
田園空間整備事業農道整備工事(その5)	大 門	9/12~10/31	9,363	9,240	市堰建工(株)
田園空間整備事業農道整備工事(その4)	大 門	9/ 9~10/31	7,529	7,413	根尾建設(株)
中野地区除雪センター建設工事	中 野	9/29~12/16	17,918	16,768	山本建設(株)
砺波市公共下水道事業 苗加地内枝線管渠工事(その4)	苗 加	9/29~11/30	7,114	7,056	(有)安念土石工業
砺波市・庄川町上水道遠方監視システム一体化工事	栄 町	9/29~ 1/31	32,187	30,765	(株)柿本商会 富山支店
市道堀田島線地方特定道路 整備工事(その5)	太郎丸	9/27~12/15	19,774	19,530	(株)得能組
市道十年明鷹線道路整備工事(その3)	小杉、十年明	9/27~ 3/20	10,237	9,975	たち建設(株)
砺波市公共下水道 苗加第1中継ポンプ設置工事	苗 加	9/27~12/22	10,623	10,395	(株)ミヤシゲテクノ
砺波市公共下水道 苗加地内枝線管渠工事(その5)	苗 加	9/27~12/22	29,814	29,505	北陸ハイウェイ建設(株)
林道横住奥山線 開設工事	庄川町横住	9/28~ 3/17	24,937	24,727	(株)神下組
五鹿屋地区交通安全施設等整備事業 市道鹿島荒高屋線歩道整備工事(その3)	鹿島、荒高屋	9/27~12/28	16,234	15,960	砺波工業(株)
五鹿屋地区交通安全施設等整備事業 市道荒高屋高堀線歩道整備工事(その1)	荒高屋	9/27~ 3/30	19,457	19,215	(株)宮木建設
計 56件			779,618	746,850	

# 砺波市の給与・定員管理等について

総務課 ☎33-1111  
内線 214

砺波市職員の給与・定員管理等の状況について、市民のみなさんにご理解いただくため、次のとおり公表します。

## 1. 職員の任免及び職員数に関する状況

### (1) 職員数の状況（各年4月1日現在）

（単位：人）

部門	区分	職員数		対前年増員数	主な増減理由
		平成16年	平成17年		
一般行政部門	総務企画・税務	110	95	△15	合併時における職員数の削減
	民生・衛生	183	182	△1	
	商工・労働	17	21	4	
	農林水産	23	26	3	
	土木	28	29	1	
小計	361	353	△8		
特別行政部門	教育	118	124	6	
	小計	118	124	6	
公営企業等 会計部門	病院	601	599	△2	
	水道	14	12	△2	
	下水道	12	12	0	
	その他	8	8	0	
	小計	635	631	△4	
合計		1,114	1,108	△6	

### (2) 定員適正化計画

市では、合併年度の平成16年度において新たに定員適正化計画を策定し、職員数の抑制に努めています。



#### 【定員適正化の目標】

合併前の平成16年度から平成26年度までの期間において、病院部門を除く部門で60人の削減目標を定め、そのうち平成22年度までに41人を削減する計画としています。

#### （注）

- 職員数は平成17年地方公共団体定員管理調査により、臨時及び非常勤職員は含まれておりません。
- 平成16年の職員数は、旧砺波市と旧庄川町の職員数を加えたものです。

## 2. 職員の給与の状況

### (1) 人件費の状況（一般会計決算）

区分	住民基本台帳人口	歳出額A	実質収支	人件費B	人件費率(B/A)
16年度	49,175人	21,541,311千円	1,254,122千円	3,711,750千円	17.2%

- （注）1. 人件費は、平成16年度中に旧砺波市、旧庄川町及び「砺波市」で支給された一般職員の給与・退職手当・共済費及び首長・議員等の特別職に支給された給料・報酬等の合計です。  
2. 住民基本台帳人口は、平成17年3月31日現在のものです。

### (2) 職員給与費の状況（一般会計予算）

区分	職員数A	給与費				一人当たり給与費(B/A)	共済費
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計B		
17年度	479人	1,814,792千円	249,794千円	718,965千円	2,783,551千円	5,811千円	491,875千円

- （注）1. 職員手当には退職手当を含みません。  
2. 給与費は当初予算に計上された額です。

### (3) 職員の平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢の状況（17年4月1日現在）

一般行政職			技能労務職		
平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
348,590円	394,291円	42歳11月	255,160円	270,832円	43歳09月

（注）平均給与月額とは、平均給料月額に扶養手当・住居手当・通勤手当・管理職手当・超過勤務手当等の諸手当を加えたものです。

### (4) 職員の初任給の状況（17年4月1日現在）

区分	砺波市		国		
	決定初任給	採用2年経過日給料額	初任給	採用2年経過日給料額	
一般行政職	大学卒	170,700円	177,400円	170,700円	184,400円
	高校卒	138,800円	143,300円	138,800円	148,500円

### (5) 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況（17年4月1日現在）

区分	経験年数	10年以上15年未満	15年以上20年未満	20年以上25年未満
		一般行政職	293,600円	339,500円
技能労務職	大学卒	235,300円	290,900円	346,200円
	高校卒	201,800円	233,500円	266,900円
	中学卒	該当なし	該当なし	該当なし

### (6) 一般行政職の級別職員数の状況（17年4月1日現在）

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	8級	9級	10級	11級	計
標準的な職務内容	主事技師	主事技師	主事技師	主任主事技師	係長主査主任	主幹係長主査	課長主幹	次長課長	部長	—	—	—
職員数	1人	10人	37人	75人	26人	59人	30人	34人	7人	—人	—人	—人
構成比	0.4%	3.6%	13.3%	26.9%	9.3%	21.1%	10.7%	12.2%	2.5%	—%	—%	—%

- （注）1. 砺波市の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。  
2. 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名です。

(7) 職員手当の状況

区分	砺波市			国		
期末手当 勤勉手当	17年度支給割合			17年度支給割合		
		期末手当	勤勉手当		期末手当	勤勉手当
	6月期	1.40月分	0.70月分	6月期	1.40月分	0.70月分
	12月期	1.60月分	0.70月分	12月期	1.60月分	0.70月分
	計	3.00月分	1.40月分	計	3.00月分	1.40月分
	職制上の段階、職務の級等による加算措置		有	職制上の段階、職務の級等による加算措置		有
退職手当	17年4月1日支給率			17年4月1日支給率		
		自己都合	勤奨・定年		自己都合	勤奨・定年
	勤続20年	21.0 月分	27.3 月分	勤続20年	21.0 月分	27.3 月分
	勤続25年	33.75月分	42.12月分	勤続25年	33.75月分	42.12月分
	勤続35年	47.5 月分	59.28月分	勤続35年	47.5 月分	59.28月分
	最高限度額	59.28月分	59.28月分	最高限度額	59.28月分	59.28月分
	その他の加算措置	定年前早期退職 特例措置(2%~20%加算)		その他の加算措置	定年前早期退職 特例措置(2%~20%加算)	

特殊勤務手当 (16年度)	区分		全職種
	職員全体に占める手当支給職員の割合		27.3%
	支給対象職員1人当たり平均支給年額		11,470円
	手当の種類(手当数)		14種類(一般会計分)
	代表的な手当の名称	支給額の多い手当	保育業務手当
多くの職員に支給されている手当		保育業務手当	

時間外 勤務手当	16年度	支給総額	23,649千円
		職員1人当たり 支給年額	63千円

(注)16年度職員1人当たり支給年額  
 = 16年度支給総額(一般会計)  
 16年11月1日職員数(管理職を除く一般会計職員)

※上記、特殊勤務手当・時間外手当の額は、合併後(平成16年11月~平成17年3月)の一般会計のものです。

区分	砺波市	国の制度 との異同	国
扶養手当	(1)配偶者 13,500円 (2)配偶者以外 ①2人まで それぞれ6,000円(そのうち1人については、 職員に配偶者がいない場合は11,000円、扶養親族でない 配偶者がいる場合は6,500円) ②①以外 1人につき5,000円 ③満16歳年度初めから満22歳年度末までの間にある子1人 につき、5,000円を加算	同じ	(1)配偶者 13,500円 (2)配偶者以外 ①2人まで それぞれ6,000円(そのうち1人については、 職員に配偶者がいない場合は11,000円、扶養親族でない 配偶者がいる場合は6,500円) ②①以外 1人につき5,000円 ③満16歳年度初めから満22歳年度末までの間にある子1人 につき、5,000円を加算
住居手当	(1)借家等 ①家賃23,000円以下の場合●家賃-12,000円 ②家賃23,000円を超える場合●(家賃-23,000円)/2+ 11,000円(最高限度額 27,000円) (2)自宅 2,500円(新築・購入後5年間に限る)	同じ	(1)借家等 ①家賃23,000円以下の場合●家賃-12,000円 ②家賃23,000円を超える場合●(家賃-23,000円)/2+ 11,000円(最高限度額 27,000円) (2)自宅 2,500円(新築・購入後5年間に限る)
通勤手当	(1)交通機関利用職員 6箇月定期券等の価額による一括支給 全額支給限度額 1箇月当たり55,000円 (2)交通用具使用職員 距離段階区分に応じ2,600円~35,000円	ほぼ同じ	(1)交通機関利用職員 6箇月定期券等の価額による一括支給 全額支給限度額 1箇月当たり55,000円 (2)交通用具使用職員 距離段階区分に応じ2,000円~24,500円

(8) 特別職の報酬等の状況(17年4月1日現在)

区分	給料・報酬月額	区分	17年度支給割合	
給料	市長	期末手当	市長	
	助役		助役	6月期 —— 1.60月分
	収入役		収入役	12月期 —— 1.70月分
報酬	議長		議長	計 —— 3.30月分
	副議長		副議長	
	議員	議員		

# みんなの健康



砺波市健康センター  
☎ 7062  
庄川健康センター  
☎ 5320

## インフルエンザは 予防が大事!



インフルエンザの予防として、流行前に予防接種を受けることが有効です。体内に抗体を作ることによって、インフルエンザにかかりにくくし、またかかっても症状が重くならないようにします。砺波市では、今年も65歳以上の方を対象に予防接種を実施します。

- 接種期間 11月1日(火)～12月15日(木)
- 医療機関窓口へ提出するもの
- ①接種券はがき (市内在住の65歳以上の方に、10月25日頃に郵送します。接種券の再発行はできません。施設に入所されている方も接種券が必要となりますので、大切に取り扱い下さい。)
- ②接種料金千円 ③健康手帳
- 接種場所 市内指定医療機関 (事前に予約が必要です)

## 教室のご案内

### 「糖尿病予防教室」

最近、糖尿病及びその予備軍の方が増えています。糖尿病は、無症状のうちに進行し、思わぬ合併症を引き起こします。糖尿病のことを知り、予防または上手に付き合っていくましよう。

- とき 11月～3月
- 昼の部・夜の部 各4回コース
- 内容 講義、食事・生活指導、運動など

## 砺波市 健康フォーラム開催

- とき 11月19日(土)  
午後1時30分～3時35分
- 場所 庄川ふれあいセンター
- △第一部▽表彰
- △第二部▽健康フォーラム
- 「介護予防とリハビリ」
- ・事例発表
- ・講演「地域でめざす  
寝たきりゼロ」

市立砺波総合病院リハビリテーション科部長 影近謙治先生

市民の皆さんのご参加をお待ちしています。

## 「健康増進教室」

高脂血症や更年期障害でお悩みのあなた、生活習慣を見直し、血管にやさしい健康づくりを始めてみませんか?

- 対象 40～64歳までの方
- とき 11月～3月までの8回コース。夜の開催となります。



各教室の詳細については、砺波市健康センターまでご連絡下さい。

## 乳幼児健診・予防接種の会場について

平成18年4月からすべての乳幼児健康診査及び予防接種を砺波市健康センターのみで行うことになりました。

庄川地区の方には、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

母子手帳の発行や、育児相談については、これまで通り庄川健康センター(平成18年10月からは市民プラザ)で行います。

## げんきくんとおすましちゃん



清崎 和助くん  
(五郎丸)



金本 流星ちゃん  
(五郎丸)



境 瞭真くん  
(太田)



清原 奏夢くん  
(新明)



前田 峻羽くん  
(小杉)



吉田 禅くん  
(矢木)



上銘 佑京くん  
(五郎丸)



東谷 柁巳くん  
(小島)



宮本 彩果ちゃん  
(三郎丸)



北島 聡史くん  
(鹿島)



松井 武仁くん  
(庄川町青島)



原 琉生くん  
(庄川町五ヶ)

## 2歳児歯科健診から

# 健康カレンダー 11月の健診・相談案内

3か月児健診、離乳食相談会、BCG接種は  
砺波会場でのみ行います。

砺波市健康センター ☎32-7062 庄川健康センター ☎82-5320

行事名	対象者	月日	受付時間	ところ	
乳幼児健康診断 (問診票を記入し、母子手帳と一緒に持ってきてください)	3か月児 砺波	17年7月生 11月4日(金) 17年8月生 12月2日(金)	午後0時45分～1時15分 (バスタオル持参)	砺波市健康センター	
	1歳6か月児	砺波	16年5月生 11月17日(木)	持ち物等については、乳幼児健康診査綴をご覧ください。 *希望者にフッ化物塗布	庄川健康センター
		庄川	16年4～5月 12月21日(水)		砺波市健康センター
	2歳児歯科健診	砺波	15年11月生 11月18日(金)		砺波市健康センター
		庄川	15年9～11月生 11月16日(水)		庄川健康センター
	2歳6か月むし歯予防教室	砺波	15年5月生 11月24日(木)		砺波市健康センター
		3歳児むし歯予防教室	砺波		14年11月生 11月25日(金)
	庄川		14年11～15年2月生 1月18日(水)		庄川健康センター
		3歳6か月児	砺波		14年5月生 11月10日(木)
	庄川		14年6月生 12月1日(木) 14年5～6月生 12月21日(水)		午後1時～1時30分 午後0時30分～1時
離乳食相談会	8か月児 17年3月生	11月16日(水)	午前9時30分～10時 (小皿・タオル・スプーン持参)		砺波市健康センター
母親教室	前期 3、4、5月出産予定の方	11月28日(月)	午後1時まで受付	砺波市健康センター	
	後期 1、2月出産予定の方	11月29日(火)	午後7時まで受付		
老人生まれ月健康相談	65歳以上で11月生まれの方	11月1日(火)	午前9時～11時30分 ※庄川ふれあいセンターは 午前8時30分～11時30分	苗加苑	
		11月10日(木)		庄川ふれあいセンター	
11月15日(火)	麦秋苑				
11月22日(火)	庄東センター				
65歳以上で12月生まれの方	12月6日(火)	麦秋苑			
	健康相談	乳幼児・一般	砺波 毎週木曜日 午前9時30分～11時 庄川 毎週金曜日 午前9時30分～12時	砺波市健康センター 庄川健康センター	
健康体操	希望される方は 健康センターへご連絡ください	砺波 毎週月・木曜日 午前9時30分～11時	砺波市健康センター		
		庄川 毎週火・金曜日 午前9時～	庄川健康センター		
リハ教室	希望される方は 健康センターへご連絡ください	砺波 毎週水曜日 午前10時～午後3時	高齢者能力活用センター		
機能訓練		砺波 第1・3月曜日 午後2時～午後3時30分	高齢者能力活用センター		
お達者教室	希望される方は 高齢児童課へご連絡ください	11月4日(金)	午後1時30分	苗加苑	
		11月11日(金)		庄東センター	
胃がん検診	東山見・青島・雄神・種田	11月11日(金)	午前8時～9時	庄川健康センター	
結核検診・肺がん検診	未受診者	11月8日(火)	午後2時～7時	砺波市健康センター	
子宮がん・乳がん検診	東山見・青島・雄神・種田	11月11日(金)	午後1時～2時	庄川健康センター	
	油田・若林	11月15日(火)	午後1時～2時	砺波市健康センター	
	中野・柳瀬	11月21日(月)			
心の健康相談	希望される方は健康センターへご連絡ください	11月24日(木)	午後1時～3時	砺波市健康センター	

新たにかん検診、結核検診の受診を希望される方は、健康センターへご連絡ください。

## 予防接種

受付は午後1時から1時45分です。

予防接種名	対象者(砺波)	月日	ところ
BCG接種	17年9月生	11月7日(月)	砺波市健康センター
	17年10月生	12月5日(月)	
三種混合	初回 17年1月～3月生	11月14日(月)	
	追加 16年1月生	11月30日(水)	

### 庄川健康センターからのお知らせ

18年4月から、砺波市健康センターのみで予防接種を実施することになりました。このため4月からの予防接種を円滑に行うため、下記の通り三種混合(初回)を実施します。対象年齢及び未接種の方は、この機会に接種しましょう。

対象者	実施日	受付時間	場所
平成17年1月～8月生及び未接種者	12月15日(木) 1月12日(木) 2月8日(水)	午後1時～1時45分	庄川健康センター

### 日曜・休日連絡医院 (診療時間 午前9時～午後5時)

11月3日(木)	ひがしでクリニック	となみ町	☎33-7677
6日(日)	津田産婦人科医院	寿町	☎33-3035
13日(日)	大沢医院	中央町	☎32-2849
20日(日)	金井医院	深江	☎32-8903
23日(水)	桐沢医院	本町	☎33-5353
27日(日)	杉下医院	広上町	☎32-2101
12月4日(日)	高田医院	高道	☎32-2043

### 日曜・休日連絡歯科 (診療時間 午前9時～午後5時)

11月3日(木)	山本歯科医院	南砺市寺家	☎22-4455
6日(日)	中尾歯科医院	南砺市やかた	☎22-2489
13日(日)	北川歯科医院	南砺市寺家新屋敷	☎22-7336
20日(日)	歯科津田医院	小矢部市津沢	☎61-2243
23日(水)	近川歯科・矯正歯科	南砺市理休	☎62-2711
27日(日)	林歯科医院	南砺市井波	☎82-3283
12月4日(日)	グリーン歯科医院	南砺市西町	☎52-9977

砺波医療圏小児急患センター(砺波総合病院隣接 ☎34 7744)月～土曜日の受付時間は午後8時～10時30分  
日曜・祝日・年末年始の受付時間は午前10時～午後5時、午後8時～10時30分  
砺波圏救急センター(南砺市役所内 ☎22 2299)は日曜日・祝日の午後7時～11時までです。

# 砺波総合病院から

皮膚科 井上 久美子



TEL 32-3320

ホームページ <http://www.city.tonami.toyama.jp/tgh/>

## 虫による皮膚病

夏には虫による皮膚病の患者様が沢山みられました。虫による皮膚病の中で、毒蛾皮膚炎、蜂刺症について紹介致します。

### 1. 毒蛾皮膚炎 (毛虫皮膚炎)

毒蛾の毒針毛が人の皮膚に突き刺さることによる起こる皮膚炎です。ドクガ科のドクガ、チャドクガ、モンシロドクガの幼虫(毛虫)による被害が多い。幼虫(毛虫)の時期に発生した毒針毛は50万

本から数百万本といわれ脱け殻(成虫(蛾)、卵など)にも付着していて、幼虫だけでなくこれらのものと接触しても発病します。4月から11月ごろまであり、患者様の数はかなり多いのです。刺されると痛みがあり、刺されて1〜2日すると強いかゆみのある一見虫刺され様の赤いぶつぶつがでてきます。集まったり、散在したりして沢山出てきます。蛾の種類により好んで食べる植物がちがいますが、原因となる種類の蛾の幼虫(毛虫)は、茶、椿さざんか、柿、栗、つつじ、桜、梅、ばらなどの庭木となる植物も食べます。庭木の手入れをしたあと、草むしりのあとの発病などがよくみられます。毛虫の毒針毛が刺さったとは気がついていない患者様がほとんどです。針が刺さって数時間後までは毒針毛をガムテープなどで剥離し流水で洗い流すとよいと言われています。発疹にたいする治療は副腎皮質ホルモン剤の外用をしますが、症状が強い時は副腎皮質ホルモン剤の内服を併用します。毛虫をみかけたら刺されないように気をつけて下さい。(毛虫の中で人を刺す種類ものは全体のわずかに2%位で全ての毛虫が危険なわけではありません)

### 2. 蜂刺症

蜂刺症は蜂の毒針に刺されて発症します。ミツバチ、アシナガバチ、スズメバチの類による被害が多い。人家周辺ではアシナガバチによる被害が多く、スズメバチは野山での被害が多く、ミツバチの

被害は養蜂家に多いといわれています。はじめて蜂にさされた場合は一時的な小さな発赤、腫れのみです。何度か刺されている内にアレルギー反応による炎症が生じます。これは蜂の種類や、刺された頻度、体質などで異なり、症状の出方に個人差があると言われます。刺された局所の反応はかゆみのある発赤、腫れで、3日ほどピークとなりその後徐々に軽快します。刺されて5分から30分で見まじりや、全身の発赤かゆみがある場合はアレルギーがあります。更にその重傷型では喘鳴、腹痛、嘔吐、呼吸困難、意識消失などの全身症状がおこり、死亡する場合があります。刺されて、じんましんやその他の全身症状のおきた場合はすぐ病院を受診して治療を受けて下さい。又、刺されてこのような全身症状のおきたことのある方は、以後は極力刺されないように気をつけて下さい。刺された局所の症状のみの患者様は副腎皮質ホルモン剤の外用、症状のひどい時は内服の併用で治療します。このような局所症状のみの患者様は少ないのですがじんましんその他の全身症状で受診される方は1年に数例位です。

### 家族教室のお知らせ

日時 12月14日(水) 21日(水) 午後1時〜

〔脳卒中Ⅰ(病気について)〕

〔脳卒中Ⅱ(在宅での介護・リハビリ)〕

場所 総合病院健診センター集団指導室

対象 脳卒中の患者様、そのご家族、一般の方

参加費 無料

問合せはリハビリテーションセンターまで

(内線3100)

## インフルエンザの予防接種のお知らせとお願い

お問い合わせ先 : 市立砺波総合病院 32-3320  
内科(内線 2101)・小児科(内線 5200)

期間	平成17年11月1日(火)から実施します。(土・日・祝日・時間外は除く)
受付時間	午後2時〜午後4時
申込場所	正面受付へ・小児の方は小児科へ予約してください。

\* 但し、現在通院中で予防接種ご希望の方は、その診療科でご相談ください。

**なお、午前中は、一般患者様の治療と重なり大変混雑しますので、なるべく午後からの接種にご協力ください。**

### パネルシアターの会

日時 11月26日(土) 午後4時〜

場所 西棟3階「ブレイルーム」にて

1. しかくさん

2. 大きな大根

を上演します。

問い合わせは図書資料室司書まで

(内線2380)

## 晴れの国おokayama国体秋季大会

### 第60回国民体育大会

10月22日(土)～27日(木)まで岡山県で開催された第60回国民体育大会(晴れの国おokayama国体)秋季大会に、砺波市から4競技5種別に5名の方が出場し、健闘されました。(敬称略)

#### 【成年の部】

・バレーボール 藤井 孝春(中野)  
・バスケットボール 高田 恵(高波)  
・ライフル射撃 金嶋みのり(広上町)

#### 【少年の部】

・陸上競技 永田 晴香(苗加)  
・ライフル射撃 名越 卓朗(宮森新)

## 富山県中学校駅伝競走大会

10月1日(土)富山県総合運動公園陸上競技場において、富山県中学校駅伝競走大会が開催されました。出場した市内4中学校の選手は、これまでの練習の成果を発揮し、健闘されました。

各中学校の成績は次のとおりです。

#### 【男子】

出町中学校 5831位  
庄西中学校 7058位  
庄川中学校 531位

#### 【女子】

庄西中学校 8位  
出町中学校 9位  
般若中学校 7345位  
庄川中学校 45位



## ガンバレ!! 砺波市チーム

### 第23回富山県駅伝競走大会

11月13日(日)第23回富山県駅伝競走大会が富山-高岡間を往復する18区間、42.5kmで開催されます。

出場される選手の皆さんは次のとおりです。(敬称略)

#### 【男子】

坪田 俊哉  
渡辺 駿伍  
林 宏昭  
田島 康嗣  
岸川 慎吾  
田島 勝太  
林 昌克  
谷井 将門  
關本 拓也  
花島 充  
鍋谷 栄展  
清原 雅志

#### 【女子】

荒幡 美貴  
澤田亜優美  
中居 茉莉  
加藤 伊織  
宮林 加奈  
佐々木彩乃  
藤井 美春  
的池 紗希  
間馬 瑠美  
浦 依吏佳  
松井 彩子  
宮木 和代

## スポーツフェスティバル

10月10日(月)体育の日に県西部体育センター・砺波市総合運動公園において、スポーツフェスティバルとなりが開催され、スポーツパフォーマンス発表会に、トランポピクス教室のみなさんが参加されました。日頃の活動を元気に笑顔で発表していました。



### どこでもできる「ながら運動」

現代人に多い精神的疲労は、むしろ体を少し動かすことで軽減されます。お休み前にベッドの上に仰向けに寝て、両手両足を上にあげ、ゆらゆら小刻みにゆすみましょう。血液やリンパ液の流れがよくなります。次に両足をまっすぐ伸ばし、足首のストレッチ。できる限り曲げたところで10秒、いっぱい伸ばして10秒を5～6回繰り返します。最後に寝たまま膝を立て、右へ左へと倒す運動。上半身と顔は逆方向にひねってください。



## 11月のスポーツカレンダー

6(日)	砺波市優秀スポーツ選手育成事業 中学生強化練習会(パドミントン) (砺波体育センター)
13(日)	第23回富山県駅伝競走大会 (富山-高岡間)
19(土)	第39回砺波パドミントン選手権大会 (県西部体育センター) 〈中学生の部〉
20(日)	ワールドカップ記念及び 鮎子杯小学生バレーボール大会 (庄川体育センター)他
20(日)	砺波市卓球選手権大会 〈小・中学生の部〉 (砺波体育センター)

お問合せは  
(財)砺波市体育協会事務局  
☎32-5240まで