

楽しく学びましょう

砺波地域職業訓練センター

☎ 33-1115

◆ホームページ作成講座

ページ内容の作成からインターネット上に公開するまでの方法を学ぶ講座です。

日時 8月2日(土)・9日(土)・23日(土) (全3回)

午前10時～午後3時

受講料 6,000円

講師 アース化研

◆データベース中級講座

データベースソフトの基礎を踏まえ、応用技能を習得する講座です。

日時 8月9日(土)・23日(土)・30日(土) (全3回)

午前10時～午後3時

受講料 7,000円

講師 ジェイワンスクール

◆パソコンエンジョイ講座

生活の中で役に立つ、インターネットの利用方法を習得する講座です。

日時 8月19日(火)・21日(木)・26日(火) (全3回)

午後7時～9時

受講料 4,000円

講師 まるちねっこ高岡

◆職場リーダーとしての役割 認識と職場活性化研修

職場のリーダーとして「何をすべきか、何を心得るべきか」について学ぶ講座です。(係長及び主任クラスが対象)

日時 8月23日(土)・30日(土) (全2回)

午前10時～午後4時

受講料 8,000円

講師 キャリアコンサルタント 藤井 正博 氏

◆表計算中級講座

表計算ソフト(Excel)の基礎をふまえ、応用技能を習得する講座です。

日時 9月4日(木)・9日(火)・11日(木)・16日(火)・18日(木)・25日(木) (全6回)

午後7時～9時

受講料 7,000円

講師 ジェイワンスクール

◆パソコン入門講座

マウス操作、日本語入力などの方法を学ぶ、パソコン初心者向けの講座です。

日時 9月6日(土)

午前9時～午後4時

受講料 3,000円

講師 ジェイワンスクール

◆英会話講座

旅行先などで役に立つ実践的な英会話の技能を習得する講座です。

日時 9月17日から11月19日までの毎週水曜日(全10回)

午後6時30分～9時

受講料 8,000円

講師 セッド・チャップマン 氏

◆パソコン学習支援のご案内

コンピュータ室を一般開放して自主学習の場を提供しています。講座の復習や自習で分からないことがあれば、学習支援員がお教えします。(パソコンを持ち込むこともできます。)

日時 毎週火・水・木・金曜日

午後1時30分～4時30分

利用料 300円

対象 パソコン操作について疑問がある方ならどなたでも利用できます。
申込み・問合せ 電話などにより事前に砺波地域職業訓練センターへお申込みください。

◆パソコン講座についての共通事項

開催場所 砺波地域職業訓練センター

定員 20名

テキスト代 別途必要

申込期限 各講座の開催日の3日前(定員になり次第締切り)

※ 職業訓練センターのホームページからも受講を申し込むことができます。



◆表計算基礎講座

表計算ソフト(Excel)による表計算の基礎技能を学ぶ講座です。

日時 9月6日(土)・13日(土)・20日(土) (全3回)

午前10時～午後3時

受講料 6,000円

講師 ジェイワンスクール

◆オフィス簿記I講座

複式簿記の基礎を学ぶ講座で、日商簿記3級の取得を目指します。

日時 9月17日から11月7日までの毎週水・金曜日(全16回)

午後6時30分～9時

受講料 12,000円

講師 富山大原学園

パソコン講習会開催のご案内

富山県技術専門学院砺波センター
(南砺市寺家301-1)

☎ 22-3152

■ワードの実務(差込印刷編)

文書作成ソフト・Wordの差込印刷機能、図形の作成機能等を学びます。

日時 8月19日(火)、21日(木)、

26日(火)、28日(木)(全4回)

午後6時20分～9時

場所 富山県技術専門学院砺波センター

(南砺市寺家301-1)

対象者 初心者の方で、日本語入力

のできる方

定員 10名

教材費 3,000円

申込期限 8月11日(月)

■エクセルの実務

表計算ソフト・Excelの関数計算機能、各種グラフ作成機能、データベース機能等を学びます。

日時 9月2日(火)、4日(木)、

9日(火)、11日(木)(全4回)

午後6時20分～9時

場所 富山県技術専門学院砺波センター

(南砺市寺家301-1)

対象者 初心者の方で、データ入力

のできる方

定員 10名

教材費 3,000円

申込期限 8月25日(月)

高齢者の運動指導に関心のある方必見！
運動能力の維持・脳の活性化のための

コーディネーショントレーニング講習会

高齢者の介護予防運動や子どもの体力向上など、幅広い分野で注目を浴びている、神経系のトレーニング方法「コーディネーショントレーニング」。高齢者の方がますます元気に生活するための運動の指導方法をいっしょに学びませんか。

日時 8月9日(土) 午前10時～正午
(受付開始 午前9時30分～)

場所 富山県西部体育センター(砺波市柳瀬241)

対象 高齢者運動指導に関心のある方(先着50名)

参加費 1,000円(当日受付で納入してください。)

内容 実技及び講義

その他 運動できる服装で受講してください。

申込締切り 8月6日(水)

申込み・問合せ (財) 砺波市体育協会 ☎32-5240

主催 (財) 砺波市体育協会

共催 砺波市教育委員会、砺波市社会福祉協議会

コーディネーショントレーニングとは？

一般に、スポーツ選手について「あの選手は身のこなしがよく、運動神経が優れている」とか、「状況判断がいい」「ボールさばきがうまい」といった表現をします。子どもたちの動きに目をやると、バランスをとるのがうまい子や、リズムに合わせてからだを動かすことが得意な子がいます。このような人たちの動きに隠されているのが「コーディネーション能力」であり、この能力を高めようとするのが、「コーディネーショントレーニング」です。

コーディネーション能力とは、状況を目や耳など五感で察知し、それを頭で判断し、具体的に筋肉を動かすといった一連の過程をスムーズに行う能力をいいます。専門的な技術を覚えるにあたっての、前提条件(レディネス)ともいうべき動きづくりと深く関わりあっています。第一線で活躍する競技者には、もともとこのコーディネーション能力の高い人が多く、彼ら、彼女らの大半は、子どものころに人一倍さまざまな遊びを体験していることが指摘されています。

現在では、「コーディネーショントレーニング」は、ヨーロッパを中心に学校体育やスポーツ現場において多くの成果をあげており、日本では、子どもの体力低下や少子高齢化などの様々な社会問題に対する解決策として、あらゆる分野から注目を浴びています。

庄川いきいき館教養講座受講生募集！

レザークラフト教室

革は使い込むほど深みが出てくるぬくもり感のある素材です。初めての方も素敵なオリジナル小物作りに挑戦してみましょう！

日時 第1回 9月12日(金) キーホルダー・キーケース
第2回 9月19日(金) } メガネケース又はペンケース
第3回 9月26日(金) } を第2～3回で作成
毎回午前9時30分～11時30分

場所 庄川生涯学習センター

講師 百澤 富子 先生

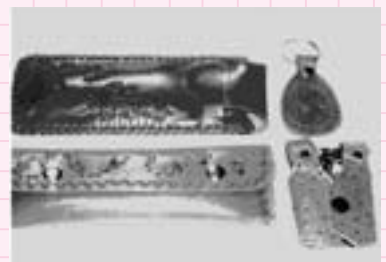
定員 20名

受講料 600円(3回分)

材料費 キーホルダー・キーケース 750円、
メガネケース 1,400円、ペンケース 700円

申込期限 9月3日(水)

対象者 砺波市内に在住又は勤務している方



申込み
庄川いきいき館事務局(庄川生涯学習センター内)
☎82-5007 FAX82-6431

砺波市温水プール スイミングスクール受講生募集

申込み・問合せ 砺波市温水プール ☎33-4450

幼児・小学生短期スクール

| 教室名 | 内 容 | | |
|---|-----|---|--------------------|
| 親子水泳 A・B 週1回(日曜日) 10:10～11:00 | 対象者 | A) 年少・年中(平成15年4月2日～平成17年4月1日生)とその親 B) 年中・年長児(平成14年4月2日～平成16年4月1日生)とその親 | |
| | 目的 | 親子のスキンシップをしながら水に親しむとともに、水への恐怖心を無くし、水泳の基本(けのび、ポビングなど)をしっかり身につける | |
| | 期 間 | 9月14日～12月14日(12回) | 定員 各10組 受講料 7,000円 |
| 幼児水泳 週1回(日曜日) 11:10～12:00 | 対象者 | 年長児(平成14年4月2日～平成15年4月1日生) | |
| | 目的 | 水慣れからクロールの基本までを身につける | |
| | 期 間 | 9月14日～12月14日(12回) | 定員 15名 受講料 3,000円 |
| 初心者水泳A 週1回(日曜日) 15:00～16:00 | 対象者 | 水が怖いなど、水慣れができていない児童(小学1～3年生程度) | |
| | 目的 | 水への恐怖心を無くし、水泳の基本(けのび、ポビング)をしっかり身につける | |
| | 期 間 | 9月14日～12月14日(12回) | 定員 20名 受講料 3,000円 |
| 初心者水泳B 週2回(水・金曜日) 16:30～17:30 | 対象者 | 水が怖いなど、水慣れができていない児童(小学1～3年生程度) | |
| | 目的 | 水への恐怖心を無くし、水泳の基本(けのび、ポビング)をしっかり身につける | |
| | 期 間 | 9月10日～12月12日(25回) | 定員 20名 受講料 6,000円 |
| 小学生水泳A 週2回(月・木曜日) 16:30～17:30 | 対象者 | 水慣れができていない児童(けのび5～7m程度、ポビング12.5m程度できる) | |
| | 目的 | クロールを泳げるようになる(25m程度) | |
| | 期 間 | 9月8日～12月22日(25回) | 定員 25名 受講料 6,000円 |
| 小学生水泳B 週2回(水・土曜日) 水)17:30～18:30 土)15:00～16:00 | 対象者 | 水慣れができていない児童(けのび5～7m程度、ポビング12.5m程度できる) | |
| | 目的 | クロールを泳げるようになる(25m程度) | |
| | 期 間 | 9月10日～12月13日(25回) | 定員 25名 受講料 6,000円 |

募集日時 8月24日(日) 午後5時15分～5時40分
 申込人数が定員を超えたコースについては、受付時間終了後、抽選を行います。
 その場合、砺波市内在住者が優先されますので、ご了承ください。
 申込人数が定員に満たなかったコースについては、8月31日(日)まで申込みを受け付けます。

保険加入 受講者全員に保険に加入していただきます。
 (保険期間は、加入日から平成21年3月31日までです。)
 保険料：親子水泳A・Bコース 2,100円
 その他のコース 600円

申込方法 ・所定の申込用紙に記入のうえ、受講料および保険料を添えてお申込みください。
 ・電話での申込みは受付できません。

その他 ・申込み後のキャンセルは、8月31日(日)までとさせていただきます。
 (同日以降の受講料および保険料の返金はできません。)
 ・他のスイミングスクールに参加しているお子さんについては、申込みをご遠慮ください。

公共事業発注状況

財政課 ☎33-1111 (内線345)

市では、平成20年4月から6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500万円以上掲載】 (単位：千円)

| 工 事 名 | 箇 所 | 工 期 | 予定価格 | 契約金額 | 契約業者名 |
|-----------------------------------|--------|---------------|-----------|---------|-----------------|
| 新明地内上水道管移設工事 (その2) | 新 明 | 5/ 2~ 8/29 | 9,611 | 9,240 | ㈲藤井商会 |
| 国道359号上水道管布設工事 (第1工区) | 苗 加 | 5/ 9~ 9/30 | 14,133 | 13,650 | ㈲川原工業所 |
| 国道359号上水道管布設工事 (第2工区) | 苗 加 | 5/ 1~ 9/30 | 13,566 | 13,335 | フジイ設備㈱ |
| 国道359号上水道管布設工事 (第3工区) | 苗 加 | 5/ 1~ 9/30 | 14,721 | 14,280 | ㈱竹部 |
| 国道359号上水道管布設工事 (第4工区) | 苗 加 | 5/ 1~ 9/30 | 13,671 | 13,230 | ㈱オオタ総合設備 |
| 国道359号上水道管布設工事 (第5工区) | 鷹 栖 | 4/28~ 9/30 | 12,799 | 12,495 | 藤森工業㈱ |
| 国道359号上水道管布設工事 (第6工区) | 鷹 栖 | 4/30~ 9/30 | 14,962 | 14,542 | 大谷工業㈱ |
| 県道砺波小矢部線上水道管布設工事 | 神島、鷹栖出 | 5/ 1~ 8/29 | 7,834 | 7,560 | ㈱寺田 |
| 旧出町小学校解体工事 | 表 町 | 5/14~ 7/31 | 30,975 | 27,825 | 鷹栖建工㈱ |
| 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36) | 太 田 | 5/13~10/31 | 35,395 | 30,450 | 成和建設㈱ 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37) | 太 田 | 5/12~10/31 | 31,762 | 27,090 | 根尾建設㈱ |
| 庄川水記念公園大型水車改修工事 | 庄川町金屋 | 5/12~ 8/29 | 5,743 | 5,460 | 宮窪建設㈱ |
| 都市計画道路駅前栄町線外1路線 上水道管布設工事 | 中央町 | 5/28~12/26 | 12,043 | 11,392 | デムラ工業㈱ 砺波営業所 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 五鹿屋地区枝線管渠工事 (その6) | 鹿 島 | 5/28~11/28 | 23,394 | 17,535 | 市壇建工㈱ |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 五鹿屋地区枝線管渠工事 (その7) | 五郎丸 | 5/29~11/28 | 24,265 | 22,365 | ㈲西森組 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 五鹿屋地区枝線管渠工事 (その8) | 五郎丸 | 5/26~11/28 | 27,835 | 23,625 | 北陸ハイウェイ建設㈱ |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 五鹿屋地区枝線管渠工事 (その9) | 五郎丸 | 5/27~11/28 | 25,620 | 23,835 | ㈱得能組 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 五鹿屋地区枝線管渠工事 (その10) | 五郎丸 | 5/27~11/28 | 41,055 | 31,395 | ㈱宮木建設 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 五鹿屋地区枝線管渠工事 (その11) | 五郎丸 | 5/28~11/28 | 36,907 | 30,555 | 塩谷建設㈱ |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 五鹿屋地区枝線管渠工事 (その12) | 五郎丸 | 5/28~11/28 | 15,477 | 11,550 | 市壇建工㈱ |
| 砺波市公共下水道 杉木地区枝線管渠工事 (その28) | 杉 木 | 5/28~11/28 | 20,947 | 16,590 | 市壇建工㈱ |
| (仮称) 出町子供歌舞伎曳山会館建設事業 建築主体工事 | 中央町 | 6/27~H21.7/31 | 325,983 | 294,000 | 砺波工業・松本土建 共同企業体 |
| (仮称) 出町子供歌舞伎曳山会館建設事業 電気設備工事 | 中央町 | 6/ 4~H21.7/31 | 77,805 | 60,375 | ㈱でんそく 砺波営業所 |
| (仮称) 出町子供歌舞伎曳山会館建設事業 機械設備工事 | 中央町 | 6/ 2~H21.7/31 | 64,785 | 50,400 | ㈱柿本商会 富山支店 |
| (仮称) 出町子供歌舞伎曳山会館建設事業 展示制作工事 | 中央町 | 6/ 6~H21.7/31 | 21,966 | 15,519 | ヨシダ宣伝㈱ |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 中野地区舗装本復旧工事 (その1) | 新 明 | 6/ 6~ 9/16 | 16,527 | 16,065 | ㈱佐藤渡辺 砺波営業所 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 中野地区舗装本復旧工事 (その2) | 新 明 | 6/ 9~ 9/16 | 12,694 | 12,285 | ユーシン建設㈱ |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 太田地区舗装本復旧工事 (その9) | 太 田 | 6/ 6~ 9/16 | 16,296 | 15,960 | 東洋道路興業㈱ 砺波支店 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 太田地区舗装本復旧工事 (その10) | 太 田 | 6/ 6~ 9/16 | 14,899 | 14,595 | ㈱佐藤渡辺 砺波営業所 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 柳瀬地区舗装本復旧工事 (その6) | 柳 瀬 | 6/ 9~ 9/30 | 16,873 | 16,380 | ユーシン建設㈱ |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 柳瀬地区舗装本復旧工事 (その7) | 柳 瀬 | 6/ 9~ 9/30 | 16,537 | 16,065 | ユーシン建設㈱ |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 柳瀬地区舗装本復旧工事 (その8) | 柳 瀬 | 6/ 6~ 9/30 | 18,144 | 17,640 | ㈱佐藤渡辺 砺波営業所 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 五鹿屋地区舗装本復旧工事 (その2) | 五郎丸、鹿島 | 6/ 5~ 9/30 | 5,491 | 5,302 | 辰村道路㈱ 砺波営業所 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 太田地区舗装本復旧工事 (その11) | 太 田 | 6/ 6~ 9/16 | 13,387 | 13,020 | ㈱佐藤渡辺 砺波営業所 |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 太田地区舗装本復旧工事 (その12) | 太 田 | 6/ 6~ 9/16 | 12,117 | 11,760 | 岩崎建設㈱ |
| 砺波市特定環境保全公共下水道 青島地区舗装本復旧工事 (その4) | 庄川町示野 | 6/ 9~ 9/30 | 15,991 | 15,540 | ㈱藤井組 |
| 林道金剛寺線開設工事 | 庄川町庄 | 6/25~11/28 | 17,545 | 17,010 | 水上工業㈱ |
| 計37件 | | | 1,099,755 | 969,915 | [落札率 88.2%] |

| 委 託 業 務 名 | 箇 所 | 工 期 | 予定価格 | 契約金額 | 契約業者名 |
|--------------------|-----|------------|--------|--------|---------------|
| 砺波北部小学校耐震診断等業務委託 | 林 | 6/25~12/19 | 5,670 | 5,512 | ㈱新建築設計事務所 |
| 般若中学校耐震補強計画等作成業務委託 | 徳 万 | 6/25~10/31 | 7,990 | 7,875 | ㈱新建築設計事務所 |
| 計2件 | | | 13,660 | 13,387 | [落札率 98.0%] |

| 物 品 名 | 納入場所 | 納 期 | 予定価格 | 契約金額 | 契約業者名 |
|---------------------------|-----------|--------|------|--------|----------------|
| マイクロバス (市営バス) ※不落札により随意契約 | 生活環境課 | ~ 9/19 | - | 9,030 | 石黒自動車工業㈱ 砺波営業所 |
| 水道メーター購入 | 砺波市上中野配水場 | ~ 7/9 | - | 5,097 | 東洋計器㈱ 金沢営業所 |
| 計2件 | | | - | 14,127 | |

公共事業発注状況については、砺波市ホームページでも公表しています。

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

砺波総合病院から



りんどうの会会長
瀬尾 並木

☎ 32-3320
ホームページ <http://www.city.tonami.toyama.jp/tgh/>

病院ボランティア「りんどうの会」の活動について

病院にご来院の折、玄関前や再診受付機の辺りで赤色やオレンジ色のエプロンをつけた人たちを見かけられたことはありませんか？ この赤色やオレンジ色のエプロンは、病院ボランティア「りんどうの会」が活動中の目印です。

「りんどうの会」は、砺波市ヘルスボランティア・砺波市赤十字奉仕団・パネルシアタードリームの会・若葉会・院内職員有志・市内外の個人ボランティア、約630名から成り立っています。

オアシス文庫

平成5年、ヘルスボランティアが、市の要請を受けて図書室「オアシス文庫」の貸し出しなどを手伝ったのが、病院ボラン

ティアの始まりです。

この頃は、まだ「ボランティア」という言葉さえもあまり普及しておらず、病院内への市民ボランティアの導入は、県下でも大変早く画期的なことでした。

売店前にある「オアシス文庫」は、入院患者様だけでなく、診察の待ち時間に立ち寄る方も多く、その日の当番のボランティアとの読書談義に花が咲くこともあるようです。文字どおり、人の集まるオアシスの役割を果たしています。現在では、午前中の当番は個人ボランティアが受け持ちます。

受付のご案内

平成7年には、砺波市赤十字奉仕団が「受付のご案内」をすることになりました。初診の時は勿論、高齢の方がかなりいらっしゃる再診患者様の不安や緊張感を少しでも和らげる手助けになりたいと願っています。

とりわけ、診察の受付手続が機械化された時は、カードやタッチパネルに不慣れな年代の皆様には、機械操作は、病院に來て最初の難関だったようです。また、正面玄



関付近の車の乗り降りの介助や診察料への案内など、できる限りのお手伝いをするように心がけています。

図書の整理

のちに「りんどうの会」に参加した「若葉会」はオアシス文庫の陰の支えです。本の整理やカバー掛けなど、図書室を気持ち良く利用していただくための仕事をしています。

パネルシアター

砺波市母親クラブ有志から生まれた「パネルシアタードリームの会」は、入院中の子供たちのために、月1回、幻想的で楽しいお話のパネルシアターを上演しています。

個人ボランティア

個人の方や病院職員などが、七夕、クリスマスツリーの飾りつけや、昨年から始まった山王川沿いの花壇の草取りなどに積極的に参加しています。

こうして定着した活動がある一方、新しい活動形態も模索しています。

前述の草取りも新しい活動の一つです。「りんどうの会」では、医師の講演を聴く講習会や県外ボランティア先進病院での研修交流会を実施しています。諏訪中央病院(長野県)を訪問したときは、病院の自然あふれる庭がボランティアの手によるものだと知り、私たちは、これまで院内にはかり向けていた目を、病院を取り巻く環境に注ぐことも大切だということを教えられました。こうしたことが実行できるのも、病院当

局のボランティアに対する理解があつてのことと感謝しています。

県外研修訪問で学んだことは、どの病院でもボランティアが自覚と強い責任感を持って活動していること。但し、力まず肩の力を抜いて自然体で取り組むところが長続きのもとだといふことです。

一方、医師の講演では病気や看護に関する知識を得、一層健康に気を配るようになりました。

新しい会員も増えましたが、目下の悩みは男性会員が少ないことです。更に仲間が増えればもっと輪が広がります。どうか一緒に活動してください。

私たちは、この十数年の間に数えきれない「ありがとう」と「笑顔」に出会いました。ボランティア活動に取り組む者にとって何よりの元気の源です。私たちこそ「ありがとう」の心でうつほします。

「りんどうの会」一同、これからも学びと実践を両輪にして長く活動を続けていきたいと思います。

となみリハビリテーション 家族教室のお知らせ

日時 8月13日(水)午後1時30分～
「脳卒中Ⅰ(病気のしくみ)」
「脳卒中Ⅱ(在宅での介護・リハビリ)」

場所 総合病院 東棟4階 談話室
脳卒中の患者様、そのご家族、一般の方

参加費 無料

問合せ 総合リハビリテーションセンター
☎ 32-3320 (内線3100)

みんなの健康

健康センター
☎32-7062



うつ病患者教室のご案内

「うつ病」または「うつ」で心配したり悩んだりしていませんか？同じ悩みを持つ方が集まり、「うつ病」や「うつ」についての理解を深める場として学習会を開きます。

月日及び内容
8月30日（火）
「うつ病」についての理解を深めよう
講師 砺波サナトリウム福井病院 副院長 福井 靖人氏
8月26日（火）
「うつ病は誰よりもかかるとの風邪」
講師 NPO法人エッセンスクラブ 赤穂 依鈴子氏

※継続した参加をお勧めします。
時間 午後7時30分～9時
場所 砺波厚生センター
(南砺市高儀1-4-7)
申込み・問合せ
砺波厚生センター ☎22-35512
※参加を希望される方は、開催日の前日まで電話で申込みください。
その他 10月からは「うつ病」又は「うつ」の方を家族に持つ方を対象に家族教室も開催しますので、ぜひ参加ください。

乳がんの施設検診について

9月中に受診を希望される方は、8月20日（水）までにご連絡ください。

結核・肺がん検診の結果について

6月2日（月）までに受診された方で精密検査が必要な方には、すでに通知しております。

問合せ 健康センター ☎32-7062

PETセンター株主優待券の募集

6月に募集した、とやまPET画像診断センター株主優待券（検診料が1万円割引される券）にまだ余裕があります。希望される方は、申込みください。

申込み 健康センター ☎32-7062

39歳以下の健康診査のお知らせ

40歳未満の方を対象に健康診査を実施します。生活習慣病の予防には、若い頃からの健康づくりが大切です。健診を受ける機会のない方は、この機会に受診してみませんか？

日時 10月1日（水）、10月14日（火）、10月24日（金）
受付時間 午後1時～3時45分
場所 砺波市健康センター2階
健診料 1,000円
申込み 健康センター ☎32-7062

※受診を希望される方は、必ず事前にご予約ください。昨年度受診された方には、9月頃に個別にご案内します。

二種混合（ジフテリア・破傷風）予防接種を受けましょう

病気が罹る前に予防することが大切です。健康を守るために必要な予防接種を受けましょう。

対象 小学校6年生（11歳、12歳）
※該当の方には、各学校を通じて予診票兼接種券を配付します。

接種期間 平成21年3月31日まで
接種場所 市内の指定医療機関
※事前にご予約のうえ、接種してください。

持ち物
①ジフテリア・破傷風 予防接種予診票兼接種券
②母子健康手帳

骨粗しょう症検診のお知らせ

今年度（平成20年4月1日～21年3月31日）までに40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる女性の方を対象に骨密度測定を実施します。

日時 11月4日（火）、11月10日（月）、11月27日（木）、11月28日（金）
受付時間 ①午後1時～2時
②午後2時～3時
③午後3時～3時45分
場所 砺波市健康センター
検診料 無料
申込み・問合せ 健康センター ☎32-7062
※受診を希望される方は、必ず事前にご予約ください。

8月生まれの「すこやか! 砺波っ子!!」

(年齢は8月末現在)

| | | | | | | | | |
|---|---|---|--|---|---|---|---|---|
|  南都 煌心 <small>くわんしん</small> (3歳・庄川町五ヶ) |  傍田 陽介 <small>ようすけ</small> (2歳・大門) |  脊戸 健太郎 <small>けんたろう</small> (3歳・庄川町高儀新) |  山本 羽美 <small>うみ</small> (3歳・栄町) |  小谷 麻友 <small>まゆ</small> (3歳・中央町) |  水木 優乃介 <small>ゆうのすけ</small> (3歳・中央町) |  金森 愛季 <small>いとつき</small> (1歳・表町) |  浅山 瑛梨 <small>えり</small> (1歳・柳瀬) |  小林 蒼空 <small>そうら</small> (2歳・庄川町金屋) |
|  大島 愛輝 <small>あいき</small> (1歳・林) |  滋野 夏帆 <small>なつほ</small> (1歳・東中) |  五十石 透梧 <small>とうご</small> (2歳・高波) |  小谷 彩乃 <small>あやの</small> (2歳・庄川町庄) |  白井 宏大 <small>ひろ</small> (1歳・大門) |  板鼻 航平 <small>こうへい</small> (2歳・矢木) |  堀 陽愛 <small>ひかり</small> (1歳・苗加) |  神下 翔星 <small>しょうせい</small> (1歳・庄川町小牧) |  金森 璃子 <small>りこ</small> (2歳・坪内) |
|  堀 栄音 <small>えいね</small> (1歳・太郎丸) |  藤井 つくし <small>つくし</small> (1歳・鶴島) |  富山 卓弥 <small>たくや</small> (2歳・太郎丸) |  竹田 涼太 <small>りょうた</small> (2歳・野村島) |  坪本 颯知 <small>さつき</small> (3歳・荒高屋) |  伊藤 椋 <small>ふらぎ</small> (1歳・東保) |  炭谷 友菜 <small>ともな</small> (1歳・千保) |  | |

● **かわいい笑顔を集めます** ● 応募対象 9月に1、2、3歳の誕生日を迎えるお子さん 応募方法 写真データまたはプリント写真をご提出ください。(掲載写真は返却できませんのでご了承ください。) Eメールまたは写真裏面に、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、保護者の氏名、住所、電話番号を記載してください。
応募期限 8月10日(必着) *広報紙はホームページにも掲載します。 *写真はCATVでも紹介する場合があります。 問合せ・申込み 砺波市広報情報課
「すこやか! 砺波っ子!!」係 E-mail: koho@city.tonami.lg.jp 〒939-1398 砺波市栄町7-3 ☎33-1111 (内線223)

健康カレンダー

8月の健診・相談案内



乳幼児の各種健診・教室、及び予防接種は
砺波市健康センターのみで行います。

砺波市健康センター ☎32-7062

| 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 | 20年 4月生 | 8月 1日(金) | 午後1時～1時45分 (バスタオル持参) | 砺波市健康センター | |
| | | 20年 5月生 | 9月 5日(金) | | | |
| | 1歳6か月児 | 19年 2月生 | 8月21日(木) | | | 午後0時30分～1時 |
| | | 18年 8月生 | 8月28日(木) | | | |
| | | 18年 2月生 | 8月22日(金) | | | |
| | 2歳6か月児(歯科) | 18年 2月生 | 8月22日(金) | | | 持ち物等については、 乳幼児健康診断査綴を ご覧ください。 *希望者にフッ化物塗布 |
| 3歳児(歯科) | 17年 8月生 | 8月29日(金) | | | | |
| 3歳6か月児 | 17年 2月生 | 8月 7日(木) | 午後0時30分～1時30分 | | | |
| | 17年 3月生 | 9月 4日(木) | | | | |
| 離乳食相談会 | 8 か月児 | 19年 12月生 | 8月19日(火) | 午前9時30分～10時15分 (タオル・スプーン持参) | | |
| 生まれ月健康相談 | 65歳以上で8月生まれの方 | | 8月 5日(火) | 午前9時～11時(麦秋苑、庄川健康プラザは午前10時30分まで) *午前中で終わります。 *健康について気になることを保健師に相談してみませんか? *参加費、各施設利用料は無料です。 | 北 部 苑 | |
| | | | 8月11日(月) | | 庄川健康プラザ | |
| | | | 8月12日(火) | | 麦 秋 苑 | |
| | 65歳以上で9月生まれの方 | | 8月19日(火) | | 苗 加 苑 | |
| | | | 8月26日(火) | | 庄 東 セ ン タ ー | |
| | | | 9月 2日(火) | | 北 部 苑 | |
| | 9月 8日(月) | 庄川健康プラザ | | | | |
| | 9月 9日(火) | 苗 加 苑 | | | | |
| 健康相談 | 乳幼児・一般 | | 毎週木曜日 毎週水曜日 | 午前9時30分～11時 | 砺波市健康センター 庄川健康プラザ | |
| メタボ相談 | 肥満、高血圧、高脂血症、高血糖等が 気になる方 <要予約> | | 毎週月曜日 | 午前9時30分～午後7時 | 砺波市健康センター | |
| 栄養相談・ お口の相談 | 高齢者 | | 毎月第4木曜日 | 午前9時30分～11時 | 砺波市健康センター | |
| 健康体操 | 希望される方は砺波市健康センターまたは庄川健康プラザへご連絡ください | | 毎週月・木曜日 毎週火・金曜日 | 午前9時30分～11時 | 砺波市健康センター 庄川健康プラザ | |
| 心の健康相談 | 希望される方は砺波市健康センターへご連絡ください | | 8月14日(木) 8月28日(木) | 午後1時～3時 | 砺波市健康センター 庄川健康プラザ | |
| リハビリ友の会 | 希望される方は砺波市健康センターへご連絡ください | | 第1・2・3・4水曜日 | 午後1時～3時 | 高齢者能力活用センター | |
| リハビリ教室 | 希望される方は庄川健康プラザへお問合せください | | 第1・2・3・4木曜日 | 午後2時～4時 | 庄川健康プラザ | |
| 胃がん検診 及び結核・ 肺がん検診 | 新たに受診を希望される方は、砺波市健康センターへご連絡ください | 五鹿屋 | 8月 4日(月) | <胃がん検診> 午前7時30分～9時30分 | 五鹿屋公民館 | |
| | | 油 田 | 9月 2日(火) | | 油 田 体 育 館 | |
| 出 町 | | 9月 9日(火) | <結核・肺がん検診> 午後1時～3時30分 | 砺波市健康センター | | |
| | | 9月10日(水) | | | | |
| 胃がん検診 結核・肺がん 検診 | | 未受診の方 | 8月24日(日) | 午前7時30分～9時30分 | 砺波市健康センター | |
| | | 未受診の方 | 8月27日(水) | 午後1時～5時 | 庄川健康プラザ | |
| 子宮がん・乳 がん検診 | 庄下・南般若 | 8月 5日(火) | 午後1時～2時 | 砺波市健康センター 庄川健康プラザ | | |
| | 高波・鷹栖 | 8月 6日(水) | | | | |
| | 東山見 | 8月20日(水) | | | | |
| | 青 島 | 9月 3日(水) | | | | |

予防接種

受付時間 午後1時～1時45分

| 予防接種名 | 対象者 | 月日 | ところ |
|------------|-----------|----------|-----------|
| B C G | 20年5月生 | 8月27日(水) | 砺波市健康センター |
| 三種混合 初回 | 20年1月～2月生 | 8月11日(月) | |
| | 20年3月～4月生 | 9月 3日(水) | |
| | | 9月 2日(火) | |

メンタルヘルス(こころの健康相談)

50人未満の職場で働いている方や労働衛生管理を担当している方達へ、こころの健康相談を無料で開催します。

開催時間 午前9時～午後5時

開催日および開催場所

8月 5日(火) 砺波サナトリウム福井病院 (☎33-1322)
8月12日(火) 小矢部大病院 (☎0766-67-2002)
8月19日(火) 砺波サナトリウム福井病院 (☎33-1322)
8月26日(火) 松岡病院 (☎0766-67-0025)

問合せ 砺波地域産業保健センター (☎33-7715)

精神保健福祉相談

開催日 毎月第1木曜日の午後 場 所 砺波厚生センター

内 容 専門医による相談 要予約 砺波厚生センター (☎22-3512)

休日・夜間急患診療【小児科・内科】

砺波医療圏急患センター

(旧小児急患センター・砺波総合病院隣接)

【小児科】☎34-7744

【内 科】☎34-5005

<受付時間>

○月～土曜 午後8時～10時30分

○日曜・祝日・年末年始 午前10時～午後5時

午後8時～10時30分

日曜・休日当番医院制度がなくなりましたので、今後は砺波医療圏急患センターをご利用ください。



休日在宅当番医【歯科】(診療時間 午前9時～午後5時)

8月 3日(日) 高田歯科・矯正歯科医院 砺波市中央町 ☎32-2153

10日(日) チューリップ歯科医院 砺波市豊町 ☎32-3904

14日(木) さとう歯科クリニック 砺波市平和町 ☎32-9995

15日(金) 田守歯科クリニック 砺波市表町 ☎34-7108

16日(土) 澤越歯科医院 砺波市鍋島 ☎34-8280

17日(日) あんねん歯科クリニック 砺波市太田 ☎32-7110

24日(日) となみ野歯科診療所 砺波市林 ☎33-4788

31日(日) エントランス歯科 砺波市庄川町示野 ☎82-6734

9月 7日(日) 藤の丘歯科医院 砺波市東石丸 ☎34-5313

休日当番医は都合により変更になることがありますので、受診前に電話連絡してください。また、受診の際は保険証を持参してください。

地区福祉推進員とは・・・

地区福祉推進員は、誰もが安心して暮らせる地域をめざし、民生委員・児童委員と連携し、福祉情報の提供や地区内の福祉活動を推進する役目を担います。

- ①自治会単位で活動します
- ②自治会内の福祉情報を収集し民生委員・児童委員に連絡します
- ③ふれあい・いきいきサロンなどの福祉活動を支援します
- ④ケアネットチームの活動を支援します



●温かい「ご近所づきあい」の復活をめざして！ 砺波市地区福祉推進員研修会を開催

6月26日に、地区福祉推進員や民生委員・児童委員、自治会役員の方々を対象に「平成20年度 砺波市地区福祉推進員研修会」を開催しました。この研修会では、森脇俊二氏（氷見市社会福祉協議会地域福祉部長）より「住民主体の地域福祉活動が地域を変える！—氷見市の取り組み紹介—」と題して講演をいただきました。



講師の森脇俊二氏

まず、氷見市における地域福祉活動の歴史をお聞きしました。現在、氷見市には砺波市と同じ21地区があり、そ

住民主体の活動が地域を変える

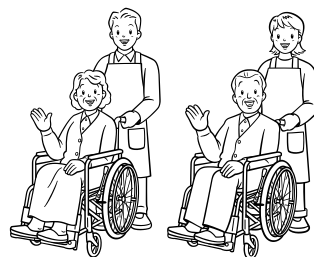
れぞれの地区で地区社協が活動しています。また、地区福祉推進員も各地区



当日は、地区福祉推進員や民生委員・児童委員、自治振興会役員、町内会長の方々300人の参加者が森脇俊二氏の講演に真剣に聞き入っていました。

砺波市社会福祉協議会 臨時及びパート介護員募集!

- 〔勤務先〕
南部・北部デイサービスセンター
- 〔募集人員〕4名
- 〔応募資格〕
ヘルパー2級以上または介護福祉士の資格をお持ちの方
- 〔募集期限〕8月20日(水)
- 〔面接日〕随時
- 〔必要書類〕履歴書、資格証の写し
- 〔問合せ先〕
砺波市社会福祉協議会
〒939-1386
砺波市幸町8-17
TEL32-0294



地域で福祉活動を考える

研修会を受けて、各地域でケアネット活動の打合せ会が開催されています。職員が説明にお伺いしますので、「ケアネット出前講座」をお気軽にご利用ください。



7月12日に開催された新富町・若草町「ケアネット出前講座」では、鷹栖地区の活動が報告され、町内でのケアネット活動について協議されました。

で独自の活動を展開しており、地区におけるケアネット活動や地域におけるボランティア活動に効果をあげています。

具体的な福祉活動の参加方法として、住民が「自分にできることからやる」↓「自分の活動が地域に貢献できることに気づく」↓「そして自分のやりたいことをやる」という流れの中で、住民自身が活動に対する自主的な度合いを高めることができた、という事例をあげられました。また、地域を変えていく「住民主体の福祉活動」は、住民が「地域の問題は自分の問題」という意識をもつということが大切であり、それらの活動を側面から支えていくのが社会福祉協議会であると強調されました。