

講座・教室



ピラティス短期講座のご案内

勤労青少年ホーム ☎33-1541

ピラティスとは、ヨガに似たゆったりとした呼吸法で体幹深部の筋肉を活性化させるエクササイズです。全身を鍛え体のバランスを整えて、心身ともにリフレッシュしませんか！

日時 1月16日～3月6日の毎週金曜日 午後7時～8時（全8回）

場所 勤労青少年ホーム2階 和室

定員 20名（先着順）

講師 宮本園子氏

受講料 無料（ただし、友の会年会費1,000円が必要です。）

受講資格 砺波市内に在住又は勤務する18歳から35歳までの方

申込受付期間 12月1日（月）～15日（月）

放送大学入学生募集

放送大学富山学習センター

☎0766-56-9230

“学びたい気持ち”が入学資格。

自宅でする通信制の大学です。

4月入学生の入学願書受付期間

12月15日（月）～2月28日（土）

問合せ・資料請求

放送大学富山学習センターまで

※ 放送大学のホームページもご覧ください。

コスモス荘わくわく体験教室

夢の平コスモス荘 ☎33-2323

◆ミニ門松作り体験教室

ミニ門松を作ってお正月を迎えましょう！

日時 12月23日（火・祝）

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。

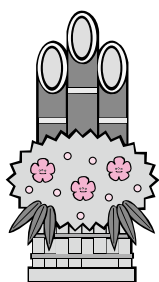
（親子での参加も大歓迎）

定員 30人

参加費 1,000円

持ち物 軍手

申込期限 12月15日（月）



◆そば打ち体験教室

手作り年越しそばを食べて新年を迎えましょう！ みんなで二八そば500gを打ちます。

日時 12月28日（日）

午前10時～午後2時

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 30人

参加費 1,500円

持ち物 エプロン、タオル、三角巾

申込期限 12月22日（月）

庄川いきいき館教養講座受講生募集中

暮らひの書道教室

漢字やかなの細筆での正しい書き方を基本から学びます。美しい書き方を習得して、年賀状の作成や封筒の表書きなど、日常生活の様々な場面に役立てましょう！



日時 第1回 12月 3日（水）
第2回 12月10日（水）
第3回 12月17日（水）
いずれも午後2時～4時

場所 庄川生涯学習センター

講師 沼田 須恵美氏

対象者 砺波市内に在住又は勤務している方

定員 20名

受講料 600円（3回分）

持ち物 細筆



申込み・問合せ
庄川いきいき館（庄川生涯学習センター内）
☎82-5007 FAX 82-6431

となみ野サロン 短期教室 ベビーヨガ教室

赤ちゃんと一緒にからだを動かしましょう。体が硬いなんて考えず、楽しく、気軽に！ ママと赤ちゃんの絆が強まります。産後のシェイプアップ効果も！

日時 第1回 ベビーヨガ……12月10日（水）
第2回 ベビーマッサー……12月17日（水）
いずれも午後2時から1時間程度

場所 となみ野サロン 講習室

講師 高瀬 美里氏（親子ふれあい教室 きらきら星代表）

対象者 砺波市内に在住又は勤務するママとその子（首すわりから1歳6か月くらいまでの赤ちゃん）

定員 親子15組程度

受講料 400円（200円×2回分）

材料費 200円（ベビーマッサー用オイル代）

持ち物等 大きめのバスタオル1枚、ママと赤ちゃんの飲み物（母乳可）

※ 動きやすい服装でご参加ください。

申込期限 12月8日（月）

申込み・問合せ
となみ野サロン
☎33-1127 FAX33-1129
Eメール tonamino@city.tonami.lg.jp

砺波市ホームページの「講座案内予約」（トップページの左側）もご覧ください。

楽しく学びましょう

砺波地域職業訓練センター

☎ 33・1115

◆表計算検定(2級)講座(全11回)

表計算ソフト(Excel)による
表計算検定2級取得を目指す講座です。
日時 12月2日から1月15日までの
火・木曜日

受講料 23,000円

◆JW・CAD基礎講座(全6回)

JW・CAD(汎用2次元CAD)の
基本操作と図面作成の基本技能の習得。
日時 12月3日、5日、10日、12日、
17日、19日(水・金)
午後6時30分～9時

受講料 8,000円

◆文書作成基礎講座(全6回)

ワープロソフト(Word)の基
本技能を習得する講座です。
日時 12月3日、5日、10日、12日、
17日、19日(水・金)
午後7時～9時

受講料 6,000円

◆オフィス簿記Ⅱ講座(全16回)

全経商業簿記2級の取得を目指す。
日時 12月3日から2月4日までの
水・金曜日

午後6時30分～9時
受講料 12,000円

◆年賀状・案内状(はがき)作成講座(全2回)

名簿、年賀状、案内状の作成や印
刷技能を習得する講座です。
日時 12月6日、13日(土)
午前10時～午後4時

受講料 5,000円

◆表計算基礎講座(全3回)

表計算ソフト(Excel)による
表計算の基礎技能を習得する講座で
す。(12月と1月の2回開講)
日時 12月6日、13日、20日(土)
午前10時～午後3時

1月10日、17日、24日(土)

午前10時～午後3時
受講料 6,000円

◆プレゼンテーション講座(全6回)

プレゼンテーション用ソフト
(Powerpoint)の基本技能の習得。
日時 1月13日、15日、20日、22日、
27日、29日(火・木)
午後7時～9時

受講料 6,000円

◆表計算中級講座(全6回)

表計算ソフト(Excel)の基礎を
ふまえ、応用技術を取得する講座です。
日時 1月14日、16日、21日、23日、
28日、30日(水・金)
午後7時～9時

受講料 7,000円

◆ホームページ作成講座(全6回)

ホームページ作成ソフト(ホーム
ページビルダー)の基本技能を習得
する講座です。
日時 1月15日、20日、22日、27日、
29日、2月3日(火・木)
午後7時～9時

受講料 6,000円

◆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 講座開催日の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
受講申込みができます。

見て知って!

砺波の文化財

考古資料 せつ き
ぎよ 御物石器
昭和 37・5・28 市指定
厳照寺(砺波市福岡)



「御物石器」の名称の由来は、石
川県出土のこの種の石器が明治天皇
に献上され「帝室御物」となったこ
とにちなみます。主として岐阜県や
富山県で出土する石器で、用途はわ
かっていません。

この石器は、梅檀山地区の中尾遺
跡から出土したもので、のちに厳照
寺に寄附されました。重量感があ
り、長さ32cm、幅9.2cmもありま
す。胸部の片側にえぐり込みがあり、
その上部はこぶ状にふくれ、沈線が
めぐります。下半部には側縁から3
字状の半肉彫りが表裏対称に配され、
その内側に両面とも2か所ずつ三角
形に彫り込んだ矢印状の文様があり
ます。縄文時代晩期のものと推定さ
れるこの石器は、市内でもっとも美
しい石器のひとつです。

本指定品は、12月4日まで富山県
埋蔵文化財センターの特別展「飛越
交流〜飛騨の考古学〜」に出品され
ています。このチャンスにぜひご覧
ください。

文化財室文化財係 ☎ 82・1918

スイミングスクール受講生募集

砺波市温水プール ☎33-4450

16歳以上スクール

短期コース 期間 1月9日～3月25日

コース名	曜日	時間	回数	定員
目的				
アクアフロー	月又は木	13:30～14:30	各曜日10回	各曜日20名
	流水や水中ウォーキングによる生活習慣病予防と健康増進			
シェイプアップレディース	水又は金	14:10～15:00	各曜日10回	各曜日25名
	水中運動による脂肪燃焼と体力向上			
アクア・エクササイズ	月	19:45～20:30	10回	25名
	いろいろなエクササイズ(水泳系、アクアピクス系など)によるシェイプアップと健康増進			
健康ウォーキング	木又は土	11:00～11:45	各曜日10回	各曜日25名
	運動不足やストレスの解消と肩こり、腰痛などの予防改善			
初めてウォーキング	木	10:20～10:50	10回	20名
	初めてプールを利用する方などがウォーキングの基本を身につけること			
ヘルシースイミング	水又は金	13:00～14:00	各曜日10回	各曜日25名
	4泳法の習得とレベルアップ			

通年コース 期間 1月9日～3月25日

游・スイミング	水又は金	19:40～20:40	各曜日10回	各曜日若干名
4泳法の習得とレベルアップ				

受講料

	～64歳	65歳～	定期利用券所持者
週1回	5,000円	3,000円	1,000円
週2回	9,000円	5,000円	2,000円

※「游・スイミング」コースは3か月分の受講料となります。

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: ～59歳 1,600円、60歳～ 900円

申込受付期間

12月15日(月)～27日(土) 定員になり次第、受付を締め切ります。

申込方法

所定の申込用紙にご記入のうえ、受講料と保険料を添えてお申込みください。
※電話による申込み又は家族以外の方による代理申込みは受付いたしません。

その他

- ・申込みのキャンセルは、12月28日(日)までとさせていただきます。(この日以降は、受講料及び保険料を返金できません。)
- ・参加申込人数が5名以下の場合は、そのコースは今期中止とさせていただきます。

幼児・小学生スクール

短期コース

コース名	対象者	期間	曜日	回数	時間	定員	受講料
	目的						
親子水泳 A・B	A) 年少・年中児	1/11～3/15	日	全10回	10:10～11:00	10組	7,000円
	B) 年中・年長児					10組	
	親子でスキンシップをしながら水に親しみ、水への恐怖心をなくし、水泳の基本（けのび、ポビングなど）を身につける。						
幼児水泳	年長児	1/11～3/15	日	全10回	11:10～12:00	15名	3,000円
	水慣れからクロールまでの基本を身につける。						
初心者水泳 A・B	A) 小学1～3年	1/11～3/15	日	全10回	15:00～16:00	20名	3,000円
	B) 程度	1/9～3/25	水・金	全20回	16:30～17:30	20名	6,000円
	水への恐怖心をなくし、水泳の基本（けのび、ポビング）を身につける。						
小学生水泳A	水慣れができていない者	1/15～3/23	月・木	全20回	16:30～17:30	25名	6,000円
	クロールを泳げるようになる。（25m程度）						
小学生水泳B	水慣れができていない者	1/10～3/21	水・土	全20回	水) 17:30～18:30	25名	6,000円
				土) 15:00～16:00			
	クロールを泳げるようになる。（25m程度）						

※ 年少・年中児/平成15年4月2日～平成17年4月1日生 年中・年長児/平成14年4月2日～平成16年4月1日生 年長児/平成14年4月2日～平成15年4月1日生

申込受付日時 12月21日(日) 午後5時15分～30分

- ・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。
- ・その場合は、砺波市内在住者が優先されますので、ご了承ください。
- ・定員に満たなかったコースは、12月28日(日)まで申込みを受付けいたします。

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。)

申込方法

保険料: 親子水泳A・Bコース 2,100円、その他のコース 600円
所定の申込用紙にご記入のうえ、受講料と保険料を添えてお申込みください。

その他

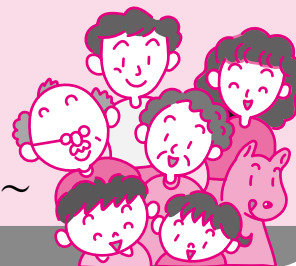
- ・申込みのキャンセルは、12月28日(日)までとさせていただきます。(この日以降は、受講料及び保険料を返金できません。)
- ・他のスイミングスクールを受講している児童は申込みをご遠慮願います。

砺波総合病院から

患者さん一人ひとりの安心のために

～医療の安全性の確保に向けた、医療安全部の取り組みのご紹介～

市立砺波総合病院 ☎32-3320 ホームページ <http://www.city.tonami.toyama.jp/tgh/>



医療安全部の役割

マスコミでは、しばしば医療事故に関するニュースが報じられています。患者さんに安全な医療を提供することは、医療機関・医療従事者の責務であり、重要な課題です。安全な医療を提供するためには、職員一人ひとりが、医療の安全性の確保に常に細心の注意を払わなければなりません。医療安全部では、病院として安全管理を徹底し医療事故を防止するため、組織横断的な活動を行っています。

医療安全部は、医療安全部長、安全管理業務の実務を担うリスクマネージャー、医療安全管理室職員、各部門のサブマネージャー、作業部会の委員で構成されています。



教育研修部



医療安全に関する教育研修の企画、運営、評価を行っています。

平成19年度は、年8回実施した研修に延べ700名余りの職員が参加しました。



医療安全管理室



巡回点検部



定期的な現場の巡回、点検を通じ、現場での安全性の確保に関する情報収集、実態調査や指導を行っています。

インシデント検討部



ヒヤリ・ハット報告（日常業務の中で、医療事故に繋がらないまでも“ヒヤリ”・“ハツ”とした事例の報告）を収集、分析するとともに、対策案を検討し、現場へフィードバックしています。



広報部



医療安全に関する職員への啓発と広報を担当しています。他施設における事故事例や医療安全に関する最新情報を発信しています。

マニュアル部



医療安全マニュアルの作成や見直しを行っています。

となみリハビリテーション家族教室のお知らせ

日時 12月10日（水）午後1時30分～

「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 東棟4階 談話室

対象 脳卒中の患者さん、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）

患者さんへのお願い

患者間違いなどによる医療事故の発生を防ぐため、大変恐縮ですが、患者さんには、診療、検査、投薬、注射などの際、「自ら」お名前を名乗っていただくとともに、患者さんご自身による最終確認をしていただくなど、積極的なご協力をお願いいたします。