



〜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



Contents ~今月の内容~

特集防災気象情報が変わります

命を守れ	2
職員募集	10
暮らしの情報	15

としま

広報 No.258
令和8年
2026
5月号

そのときどうする?
特集 防災気象情報が変わります



その時どうする??

「大雨特別警報」や「高潮特別警報」という言葉を聞いたとき、皆さんは「何をしなければならぬのか」をすぐに答えることができるでしょうか。

近年、河川の氾濫や大雨、土砂災害など、自然災害による被害は確実に増加しています。しかし、これまで災害に関する情報は警戒レベルとの対応が複雑で、分かりにくいという課題がありました。

例えば、「大雨特別警報」は警戒レベル5相当である一方、「高潮特別警報」は同じ「特別警報」という名称ですがレベル4相当です。このように名称と警戒レベルにばらつきがあり、どの情報に基づき行動すればよいのか分かりにくい状況でした。

より分かりやすく

こうした問題を踏まえ、5月29日から新たな防災気象情報の運用が開始されます。今回の改善により、避難情報の5段階の警戒レベルと対応づけられ、避難の判断がよりしやすくなります。例えば、

5月29日から防災気象情報が変わります

命を守れ

令和6年6月に取りまとめられた「防災気象情報に関する検討会」の提言を踏まえ、新たな防災気象情報の運用が開始されます。新制度では、主な情報がすべて5段階の警戒レベルに整理・集約されます。

変わる今、あらためて考える防災と備え

Q

5月29日から防災気象情報がどうなるの？

変更後				とるべき行動
河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮	
レベル5 特別警報				命が危険、より安全な場所へすぐ移動
レベル4 危険警報				危険な場所から全員避難
レベル3 警報				高齢者等は避難
レベル2 注意報				災害リスクや避難情報の把握手段を再確認
早期注意情報				災害への心構えを一段高める

とるべき行動はレベルと色で判断



防災・危機管理室 上野 全事



変更のポイント

警戒レベルの数字と情報の名称が必ずセットになります。

▼例えば、次のように発表されます

レベル + 情報
レベル3 大雨警報

「自助」「共助」「公助」という考え方があります。「自助」は「自分の身は自分で守る」こと、「共助」は「地域や周囲の人で助け合う」こと、「公助」は「公的機関による支援や救助」のことです。災害時には、人員や物資に限りがあることから、「公助」には限界があります。防災では個人や家庭での備蓄の推進など、自ら備える力が最も重要です。今回の変更で私たちは「どのレベルで何をしなければいけないか」を確認し、「自助」の力を高め、今できる備えから行動に移しましょう。

防災で最も大切な「自助」

大雨の場合は「レベル3大雨警戒レベル」といった名称に変更され、警戒レベルの数字とともに情報が伝えられるようになります。これによりレベル3の情報が発表された場合には、キキクルや河川の水位情報等の情報を確認して早めの避難を心がけるなど、レベルとその時とるべき行動を直感的に把握することができるようになります。



近年、市では集中豪雨や強風などによって中山間地や山間地で、地すべり、急傾斜地崩壊などが実際に起きています。いつ起きるかわからない災害への備えはできていますか。

実際に起こりうる市内の災害



地震

大規模地震が発生すると、最大震度7の揺れに見舞われる可能性があります。



洪水

一級河川庄川で豪雨により堤防の決壊や溢水が起ると、市全体に大きな被害が及びます。



土砂災害

令和5年7月に線状降水帯の発生により雄神地区等で道路の崩落が発生しています。



Q

あなたの備えは大丈夫？



万が一の備えがあなたや大切な人の命を守ります。日頃の備えを見直してみましょう。



もっと詳しく

8ページ

Q

全員が避難するレベルと色は？

レベルは？
4

色は？
紫

難しく考えず、まずは「レベル4・紫色」までに「全員避難する」と覚えてください。



もっと詳しく

4ページ

レベル
3

災害まで
数～3時間前
警報

避難に時間がかかる高齢者や小さな子どもや障がい者などは危険な場所から安全な場所へ避難しましょう。また、土砂災害の危険性がある区域や急激な水位上昇のおそれがある河川沿いの居住者もこの段階での避難が強く望まれます。



行動
高齢者等は避難
他の人は避難準備や自主避難

防災気象情報！
いつ・何を？

色とレベルで判断

それぞれのレベルに応じた避難行動を事前に確認しておきましょう。まずは「レベル4・紫色」までに「全員避難する」と覚えてください。

レベル
4

災害まで
2～0時間前
危険警報

市から「避難指示」が発令されている場合があります。対象地域の方は全員速やかに危険な場所から避難してください。



行動
危険な場所から全員避難

ここまでに
▲安全な場所へ避難▲

レベル
1

災害まで
数日～1日前
早期注意情報

災害発生の危険性はまだ低い段階ですが、気象庁から「早期注意情報」が発表された場合には最新の防災気象情報などに留意するなど、災害への心構えを高めてください。



行動
災害への心構えを一段高める

レベル
5

災害発生
特別警報



命が危険な状況です。すでに災害が発生しているか、発生直前の状況です。確認できていなくても、周囲で災害が発生している可能性があります。ただちに、がけから離れた部屋や建物のより高い場所へ避難してください。

行動
より安全な場所へすぐ移動

レベル
2

災害まで
半日～数時間前
注意報

災害発生に対する注意が高まってきた段階です。ハザードマップで災害の危険性のある区域や避難所、避難経路、避難のタイミングの再確認、持ち出し品の準備など、避難に備え自らの避難行動を確認しておきましょう。



行動
災害リスクや避難情報の把握手段を再確認

確認してみよう

ハザードマップ



洪水ハザードマップ

自分の住んでいる場所、職場、学校にどのようなリスク（浸水、土砂災害など）があるかは場所によって異なります。いざという時に正しく判断できるよう、日頃からハザードマップで自分自身の危険を確認しておくことが大切です。

土木課 ☎33-1435

万が一に備えて

情報の受け取り方



防災・危機管理室
宋永全任

ヤフー防災速報アプリや市緊急メール、公式LINEなどをお忘れなく！

ケーブルテレビ(091ch)やFMとなみ(FM76.9MHz)、インターネット(キキクル)などからも入手できます。



大雪の時は？

今回変更となるカテゴリーは「河川氾濫」、「大雨」、「土砂災害」、「高潮」の4つに整理されます。

新しい制度では、言葉の難しさよりも「4なら紫で全員避難」「5なら黒で命の危険」というように、数字と色に着目することで、子どもから高齢者まで直感的に判断しやすくなるのが期待されています。

レベル4・紫色 までに全員避難

砺波市で心配される自然災害といえど大雪による被害ですが、「大雪」や「暴風」はこの5段階レベルには含まれません。これらは外へ避難するより家にとどまる方が安全な場合も多いため、避難行動を呼びかけるためのレベル分けからは除外されています。

「今回も大丈夫」 が命を奪う

東日本大震災の際、「津波が来る」と繰り返し呼びかけられていましたが、避難が遅れてしまった

人が少なからずいました。その背景には、これまでも大きな地震があり何もなかったことから、「今回も大丈夫だろう」という思い込みがあったと言われています。このような思い込みは、危険な状況に直面しても、現実を過小評価し、適切な行動が遅れてしまう原因となります。

しかし、自然災害は過去と同じように起きるとは限りません。災害時に大切なのは、「最悪を想定した」行動です。それが命を守るために最も大切な心構えです。

どこに避難？安全な場所ってどこ？

市が指定した避難所

▶避難所の確認はこちら



ホテル・旅館

通常の宿泊料が必要です。事前に予約・確認しておきましょう。

親戚・知人宅

普段から災害時に避難することを相談しておきましょう。

屋内安全確保

ハザードマップで右の3条件を満たし自宅が安全かの確認が必要です。

屋内安全確保の3条件

- 条件1** 早期の立退き避難が必要な区域に入っていない
入っていると1m以上の浸水深となり孤立したり流れが早い場合、木造家屋は倒壊のおそれがあります。
- 条件2** 浸水深より居室が高い
2階の場合、浸水深3m~5mで浸水します。
- 条件3** 水がひくまで我慢でき、水・食料の備えが十分
水、食料等の確保が困難になるほか、電気、水道、トイレなどが使用できなくなるおそれがあります。





「共助」で「安心」を

災害時には「安全と安心」の両方が必要です。「安全」は自助によってある程度は確保することができず。しかし、それが「安心」に必ず繋がるわけではありません。

災害時には地域の住民同士の安否確認や声かけなど、身近な人同士との助け合いである「共助」があつて初めて「安心」を感じることができ

ます。また、こういった取り組みは、人手も時間も足りない災害時に、行政よりも早く命を守る初動になります。

4月12日、東山見地区で「東山見地区自主防災訓練」が「砺波市消防春季訓練」に併せて行われました。訓練には約150名の住民が参加し、消火器の取り扱い、煙中体験、救急講習や炊き出しなどを通じて「共助」の向上が図られました。

砺波市では、21地区すべてに自主防災組織が設置され、防災士も配置されています。

自主防災組織は地域住民が「自分たちの地域は自分で守る」という意識に基づき自主的に結成する防災組織で、いわば「共助の土台」となる組織です。各地区の自主防災組織や防災士等が企画する防災訓練や防災講習会への参加は、住民同士の連携を深め、「いざというときはお互いを助け合う」という意識を高める重要な機会になります。また、訓練の中で感じた課題を改善することで、災害時における対応力の向上にもなります。

このような取り組みが自助を補完し、災害に強い「安全・安心」な地域づくりにつながります。

加えて、「誰が安否確認をするか」「どこを通って避難するか」など、地区の実情にあわせた「独自の避難ルール」が有効であり、これらを記載した「地区防災計画」の策定を推進していきます。

策定に向けた話し合いの進め方などは、防災・危機管理室までお気軽にご相談ください。

出前講座もご利用ください

防災担当職員が市民の皆さんのもとへお伺いし、「地域防災力」や「家庭や職場の防災対策」についてお話しします。過去の災害教訓、自主防災組織の活動内容、避難所模擬体験、防災マップづくりなど様々な内容があります。是非、自助、共助の強化にご活用ください。



防災・危機管理室 ☎33-1247



防災・危機管理室
齊藤専門員

訓練でつなぐ地域の「安心」

訓練は、単なる練習ではなく「実際に動けるか」を確かめる大切な機会です。無線の不通や充電不足などの不備が見つかり、事前確認の重要性を実感したこともあります。私たちの地区は高齢者世帯が多く、「誰がどこに住み、誰が助けるのか」の確認が安心につながります。一人ひとりが防災意識を高めることが何より重要です。



東山見地区自主防災会
会長 水元さん

万が一に備えて 公助の取り組み

1 防災となみの改訂・配付

今年度に「防災となみ」を改訂し、広報となみに併せて配付します。災害発生時の行動や応急手当、避難所等を記載しています。非常時の持ち出し品や避難ルートの確認等に活用ください。



災害時には、まず自分の身は自分で守る「自助」、地域で助け合う「共助」に加え、「公助」も大切です。今年度改訂する「防災となみ」や市の備蓄品についてご紹介します。

保存をお願いします！

防災となみは、R6.9月号でも折込み配布しましたが、出前講座で「持っていますか？」と伺うと多くの方が「持っていない」との回答でした…。改訂版の配付の際はいざというときに確認できるようにぜひ保存ください！



2 市の備蓄品

市で確保している災害用備蓄品の内、食料品・ミルク・寝具類等は右のとおりです。自らの身は自ら守るのが防災の基本となります。平時から災害に備え、各家庭において「最低3日分、できれば7日分」の食料、飲料水、生活必需品等の備蓄をしておきましょう。主な備蓄品はQRコードから確認できます。そのほか、防災協定により、優先的に供給されるものが多数あります。

市の主な備蓄状況



◀主な備蓄品はこちら

食料全体	13,070食	粉ミルク	11kg
内 クラッカー	10,010食	液体ミルク	19kg
内 玄米スナック	2,460食	トイレ本体	126基
内 おかゆ	600食	毛布	2,780枚

あなたの備えが
命を救います

市では、災害に強いまちづくりに向け、避難所環境の改善や防災体制の充実に取り組んでいます。昨年度は、段ボールベッドやスポーツクーラー等の拡充や避難所の生活用水の確保として防災井戸の整備を進め、今年度には、小学校体育館の空調整備を始めるほか、備蓄品や防災井戸のさらなる整備を進めます。
しかし、災害時には、日頃からの備えである「自助」と、地域で支え合う「共助」の力がとても大切になります。
今回の防災気象情報の見直しをきっかけに、ご家庭での備蓄の見直しや、地域の防災活動について改めて考えてみませんか。
「自助」「共助」「公助」の3つの力を大切にしながら、これからも市民の皆さんとともに、災害に強い安全・安心なまちづくりを進めていきます。

これだけは、覚えてください

レベル

4

情報

危険 警報

危険な場所から

全員避難

最悪を想定した備えを



災害の「備え」チェックリスト

出典：首相官邸 HP 災害の「備え」チェックリスト (<https://www.kantei.go.jp/jp/content/000182715.pdf>) を加工して作成



避難の時に持ち出すもの！ 非常用持ち出し袋

- 水
- 食品(ご飯(アルファ米など)、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど：最低3日分を用意！)
- 携帯トイレ
- 防災用ヘルメット・防災ずきん
- 衣類・下着
- レインウェア
- 紐なしのズック靴
- 懐中電灯(手動充電式が便利)
- 携帯ラジオ(手動充電式が便利)
- 予備電池・携帯充電器
- マッチ・ろうそく
- 救急用品(ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)
- 使い捨てカイロ・ブランケット
- 軍手

- 洗面用具
- 歯ブラシ・歯磨き粉
- タオル
- ペン・ノート

防災・危機管理室
嶋田 室長



感染症対策も有効です！！

- マスク
- 手指消毒用アルコール
- 石鹸・ハンドソープ
- ウェットティッシュ
- 体温計

一緒に持ち出そう

- 貴重品(通帳、現金、パスポート、運転免許証、病院の診察券、マイナンバーカードなど)

子どもがいる家庭

- ミルク
- 使い捨て哺乳瓶
- 離乳食
- 携帯食器

- 子ども用紙おむつ
- お尻ふき
- おむつ消臭袋
- おむつ替えシート

- 抱っこひも
- 子どもの靴

女性の備え

- 生理用品
- おりものシート

- サニタリーショーツ
- 中身の見えないごみ袋

- 防犯ブザー /ホイッスル

高齢者がいる家庭

- 大人用紙おむつ
- 杖
- 補聴器

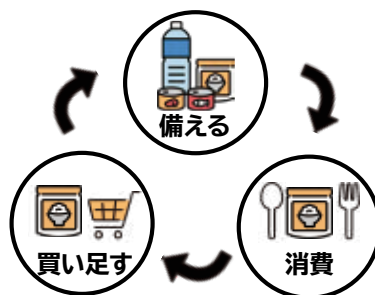
- 介護食
- 入れ歯・洗浄剤
- 吸水パッド

- デリケートゾーンの洗浄剤
- 持病の薬
- お薬手帳のコピー

自宅に備えておくもの！ 備蓄品

ローリングストックで無駄なく備蓄

有事には食料や生活用品が品切れになることがあります。普段の食品を少し多めに買い置きし、賞味期限の近いものから消費し、消費分を買い足します。こうやって常に一定量の食品が備蓄されている状態を保つ方法が「ローリングストック」です。



- 普段食べているカップめんや缶詰、インスタント味噌汁などを少し多めに買ってみましょう

- 食料や水(最低3日分！できれば1週間分)×家族分
- 生活用品(ティッシュ、トイレトペーパー、ラップ、ごみ袋、ポリタンク、携帯用トイレなど)

地震の備えも忘れずに

大雨や氾濫と違い、地震は次の瞬間突然やってくるかもしれません。危険を少しでも避けるために、家の中と外をチェックしてみましょう。

- 家具の上に重い物や危険な物を置かない
- 通路や出入りに荷物を置かない
- 家具の転倒防止対策をしっかりと
- ガラスに飛散防止フィルムを貼りましょう





防災トピックス 1 防災井戸を整備

能登半島地震では、地震そのものの被害に加えて、広域かつ長期の断水が非常に大きな問題になりました。これにより、避難所でトイレ・手洗い・風呂・洗濯・調理が十分にできず、避難生活の大きなストレス要因となつたとされています。市でもこのような事態が発生することが懸念されるため、主要指定避難所の既存井戸を生活用水(飲用を除く)として活用できるように整備しました。

今回の整備により、出町小学校(出町地区主要指定避難所)に「電気施設改修型」、砺波東部小学校(南般若地区主要指定避難所)に「電気施設改修型」と「手押しポンプ型」の防災井戸が完成しました。今後も砺波北部小学校など主要指定避難所へ計画的に整備を進める予定です。



操作訓練を開催

3月18日、砺波東部小学校で防災井戸整備に伴う操作訓練が行われ、砺波東部小学校4年生82名と南般若地区自主防災会10名が参加しました。市職員から防災井戸についての説明を行った後、実際に操作体験が行われ、参加した児童はポンプを「重い!」と言いつつも一生懸命操作し、災害に備えることの大切さを学んでいる様子でした。

防災トピックス 2

砺波北部小で消防署とグラウジーズが防災啓発

3月23日、砺波北部小学校で「防火・防災普及啓発実証事業 with B.LEAGUE 防災バスケ Defense Action (富山県消防課主催)」が行われました。富山グラウジーズによるバスケットボールを通じた防災学習や砺波消防署による防火教室、電気実験盤などが行われ、4年生が防火・防災について学びました。参加した児童は「みんなと協力しながら防災について学べたことが印象に残っています。家に帰ったら、今日どのようなことがあったのかを家族に伝えたいです」と語っていました。



防災コラム 似ているようで違う「避難場所」と「避難所」

災害時に使われる「避難場所」と「避難所」は言葉は似ていますが、役割が異なります。避難場所は、災害から命を守るために一時的に逃げる場所で、主に小中学校のグラウンドや公園の屋外です。一方、避難所は、自宅で生活できなくなった人が一定期間過ごす屋内施設で、物資の提供などが行われます。

災害時は、まず避難場所で安全を確保し、その後必要に応じて避難所で生活する流れになります。災害の種類によっては使えない施設もあるため、自分の避難場所と避難所を確認しておくことが大切です。



▲「避難場所」と「避難所」のイメージ

あなたの一歩が、
砺波の未来に。

NEXT TONAMI



Start!

砺波市関係職員 を募集します

採用動画公開中▼



各採用情報は
こちらから▼



市役所職員



医療職員



消防職員

砺波市役所職員

※初級(高卒程度)等については
広報となみ7月号に掲載します

	令和8年10月採用	令和9年4月採用
職 種	① 事務職(社会人経験者枠) 3名程度 ② 技術職(社会人経験者枠) 1名程度 ③ 一級建築士 1名程度 ④ カムバック枠 1名程度 ⑤ 事務職(障がい者枠) 1名程度	① 事務職(上級) 3名程度 ② 技術職(上級) 1名程度 ③ 保育士・幼稚園教諭 5名程度
	令和9年4月採用	
	⑥ 【先行実施枠】事務職(上級) 2名程度 ⑦ 【先行実施枠】技術職(上級) 2名程度	
応募資格	①②は昭和53年4月2日～平成16年4月1日生の方 ③④は昭和53年4月2日以降生の方 ⑤は昭和53年4月2日～平成18年4月1日生の方 ⑥⑦は平成3年4月2日～平成17年4月1日生の方 詳細はHPの受験案内をご覧ください	①②は平成3年4月2日～平成17年4月1日生の方 ③は平成3年4月2日～平成19年4月1日生の方
期 限	5月21日(木)	6月11日(木)
一次試験	5月31日(日) 場所：砺波市役所 ①～⑤ 試験科目：基礎能力試験(60分)、経歴PRシート ⑥⑦ 試験科目：基礎能力試験(60分)、適性検査	6月28日(日) 場所：砺波市役所 試験科目：基礎能力試験(60分)
申込方法	砺波市HPから所定の申込書等をダウンロードし、メールで提出	
申 込 先	〒939-1398 砺波市栄町7-3 砺波市役所総務課 ☎0763-33-1232 ✉jinji@city.tonami.lg.jp	

医療職員

消防職員

	令和8年度随時・令和9年4月採用	令和9年4月採用
職 種	薬剤師 3名程度 令和9年4月採用 ① 看護師・助産師 25名程度 ② 診療放射線技師 1名程度 ③ 社会福祉士 1名程度 ④ 調理師 3名程度	消防職員(中級)消防士 2名程度
応募資格	昭和61年4月2日以降に生まれた方(40歳以下)	平成12年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方で、職務遂行に必要な体力を有する健康な方
期 限	試験日ごとに異なります(下記のとおり)	5月29日(金) 消印有効
一次試験	① 5月17日(日) 締切：4月30日(木) ② 6月21日(日) 締切：5月29日(金) ③ 7月19日(日) 締切：6月30日(火) 場所：砺波総合病院 科目：教養試験、適性検査、面接(看護師・助産師は適性検査、面接) 薬剤師は上記以外でも随時受付、診療放射線技師と社会福祉士、調理師は③のみ	6月21日(日) 場所：砺波地域消防組合 消防本部 試験科目：教養試験、作文、適性検査、体力テスト
申込方法	砺波総合病院HPから所定の申込書等をダウンロードし、メールで提出	消防本部総務課まで受験申込書提出(受験案内と受験申込書は消防本部、各消防署、分署や各出張所で配布するほか、当組合HPからもダウンロードできます)
申 込 先	〒939-1395 砺波市新富町1番61号 砺波総合病院総務課 ☎0763-32-3320 ✉ tgh-somu@city.tonami.toyama.jp	〒939-1328 砺波市大辻501番地 砺波地域消防組合消防本部 総務課 ☎0763-32-4957

先輩職員の声

市役所職員

地元之恩返し!

お世話になった地域に「恩返しをしたい」と思い入庁しました。窓口で「ありがとう」と喜んでもらえることに、やりがいを感じています。



医療職員

楽しい職場!

先輩後輩和気あいあいと働いており、楽しい職場です。チームワークもよく、充実した看護を提供しています!



消防職員

地域を守る!

小さい頃に見た消防士に憧れてこの道を選びました。火災や救助、救急など地域の方々の命を守る仕事をしています。



TOPICS | 庄川峡の桜まつり

4月4日～12日まで、庄川水記念公園(舟戸公園、遊歩道)で庄川峡桜まつり「春 桜のおたより」(庄川峡観光協同組合主催)が開催されました。エドヒガンザクラをはじめ、会場内には18種の桜が咲きほこり、花びら足湯やコンサートなどの催し、桜のライトアップも行われました。期間中は多くの観光客が訪れ、桜を楽しんでいる様子でした。



市HPでも
写真と概要を
公開中!



TOPICS |

となみ野に 気球舞う

4月18日と19日に中村グラウンドで「チューリップバルーン2026」(チューリップバルーン実行委員会主催)が開催され、全国各地から32基が参加し、色とりどりの気球が散居村の空を美しく彩りました。

となみ野に飛び立つ気球を一目見ようと早朝から多くの来場者が訪れ、会場には幸せな雰囲気広がっていました。



TOPICS | 砺波の散居景観をいつまでも

3月20日～22日に、高道グラウンドで「春の剪定枝リサイクル大作戦」が行われ、3日間で10tトラック57台分の剪定枝が運び込まれました。交通渋滞の緩和のため、今回は初めて3日間の開催となったほか、全日程で砺波高等学校の生徒合計8名がボランティアに参加しました。

参加した生徒は「綺麗な散居村の景色が大好きで守ってきたいので、散居景観を守る取り組みに関わって嬉しいです。大変だったけど多くの方にありがとうと言ってもらえて頑張ることができました」と感想を述べ、砺波の散居景観を守る共助の取り組みが広がっている様子が見えられました。



ホドな

話題

求む!
地域情報

お住まいの地区のイベントや、頑張っている人を紹介ください。取材に何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。

企画政策課 ☎33-1148

✉:kikaku@city.tonami.lg.jp

となみっ子全国で活躍



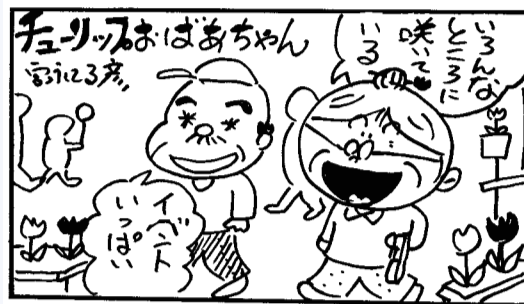
4月2日、東山高校(京都府)2年の辻本 侑央さん(庄川中卒)がJVA第78回全日本バレーボール高等学校選手権大会で優勝し市長に報告しました。辻本さんは「練習の成果を試合で出せて嬉しかった」と喜びを語っていました。

2026プリンセスチューリップが決定



4月2日、2026プリンセスチューリップが決定しました。32名の中から4名が選ばれ、4人は「チューリップをはじめ砺波市の魅力を全国に発信できるよう頑張りたい」と意気込みを語っていました。

(写真左から西野 美悠、大野 莉子、島 杏彩、岡本 ひなの)



交通安全運動



4月6日、市役所正面駐車場で「春の全国交通安全運動市民集会」が行われ、約100名が集まりました。交通安全宣言などが行われたほか、集会後は参加者が横断幕のぼり旗を掲げ、運転者に交通安全を呼びかけました。

勝利へ導け!全力応援!



3月26日、富山グラウジーズの高堂孝一社長が表敬訪問されました。3月28日・29日に富山県西部体育センターで「砺波市民デー」が開催されることによるもので、高堂社長は「1人でも多くの方に足を運んでもらい、勝利へ導いてほしい」と思いを述べておられました。

もっと便利に

城端線はICカードでスマートに!!の巻



暮らしを支える、城端線・氷見線が進化しています

「城端線・氷見線再構築事業」により、運行本数・車両数の増加や新型車両の導入など、城端線のさらなる利便性の向上が図られます。その第1弾として、3月14日、城端線・氷見線の全駅でICOCA等の交通系ICカードが使えるようになりました。これを記念し、砺波駅で「城端線・氷見線ICOCA全線導入記念式典」(JR西日本主催)が行われました。これにより、城端線・氷見線では、既に交通系ICカードを導入しているあいの風とやま鉄道にも簡単に乗り継ぎできるなど、利便性がさらに向上しました。



皆さん、スマートにこう

ICカード利用のイメージ映像も動画で公開しています▶



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HPで最新情報をご確認ください。

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

クマ侵入防止柵設置

ボランティア募集

農業振興課
☎ 33-1409



クマ被害防止に取り組まれるくま福柿出荷組合の電気柵設置作業をお手伝いしていただけるボランティアを募集します。

日時 5月31日(日)

8時30分～正午(予定)

集合時間 8時15分

集合場所 ふく福柿出荷組合直売所

(東別所4137-1)

作業内容 クマ侵入防止柵の設置作業

(電気柵4段)

持ち物 軍手・長靴・雨具(雨天の場合)・ハンマー(お持ちの方)

服装 作業ができる服装

申込み 二次元コードから

応募締切 5月15日(金)

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・祝日除く)

公営住宅 (所得月額15万8千円以下)

下の方)5月1日(金)～19日(火)

特定公共賃貸住宅 (所得月額15万

8千円を超える方) 随時

砺波市プレミアム付商品券(第8弾)の販売が始まります!

砺波商工会議所

☎ 33-2109



砺波商工会議所と庄川町商工会が発行する「砺波市プレミアム付商品券(第8弾)」の販売が始まります。プレミアム率は過去最大の30%で、1世帯最大15,000円お得です!

詳細は、3月末に各世帯に届いた

購入引換券をご確認ください。

販売内容 13,000円分の商品券を10,000円で販売

※1世帯につき最大5セットまで

購入対象者 砺波市内の全世帯(2

月27日時点)

購入方法 3月末に各世帯に届いた

購入引換券と現金を持参し、引換券

に記載の購入場所で購入してください。

(応募・抽選なし、先着順ではありません)

購入期間 5月18日(月)～29日(金)

購入場所 チューリップ四季彩館、

エフエムとなみ、砺波市観光協会、

JAとなみ野庄東支店、庄川町商工

会(代理の方でも購入可能)

商品券使用期間 6月1日(月)から

11月30日(月)

商品券が使えるお店

商品券の購入時に、取扱加盟店一

覧をお渡しします。そのほか、砺波

商工会議所と庄川町商工会、市HP

でもご確認いただけます。

令和9年「砺波市二十歳の式典」

実行委員の募集

生涯学習・スポーツ課

☎ 33-1602



令和9年1月10日(日)に「砺波市二十歳の式典」を開催します。式典出席対象者の中から、企画や司会等で式典を盛り上げていただく実行委員を募集します。詳細は、市HPで

ご確認ください。

申込み QRコードを読み取り申込みフォームに必要事項を記入

申込期限 7月10日(金)

対象者

・平成18年4月2日～平成19年4月

1日生の方で、市内中学校を卒業

した方

・令和8年9月1日現在で市内在住

の方

住宅用火災警報器の点検を

しましょう!

砺波消防署

☎ 33-0119

住宅用火災警報器は、火災の煙や熱を感知して警報音で知らせてくれる機器で、火災発生時に、自分の命や家族の命を守るための重要な機器です。いざという時に作動するよう住宅用火災警報器の点検を行いまし

よう。

点検方法 住宅用火災警報器の本体

についているボタンを押すか、紐を

令和8年度合併処理浄化槽

への助成

上下水道課

☎ 33-1463



申込期限 令和9年3月31日(水)

対象設備 下水道整備計画区域外

(計画区域内で下水道接続に相当の

期間を要する地域を含む)にある、

専用・併用住宅の合併処理浄化槽

補助金額

①設置整備に関するもの(設置費用

の一部を助成)

5人槽…41万4千円

6～7人槽…50万円

8～10人槽…66万円

②維持管理に関するもの(保守点検・

法定検査・くみとり清掃の全てを

行った場合、費用の一部を助成)

5人槽…2万円

6～7人槽…2万4千円

8～10人槽…3万1千円

婚活・恋愛相談会 (無料)

企画政策課
☎ 33-1148



日時 5月12日(火)【予約制】

①予約済、②18時〜、③予約済

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(市内在住か在勤、年齢不問)

申込み 申込みフォーム(右記QR)

か電話(1週間前まで)

【ミニ交流会】登録者募集

1対1、2対2での交流会を開催
しています。

参加要件 40歳までの独身男女

興味がある方は、電話でお気軽
にお問合せください。

国民年金 学生納付特例の

申請を忘れずに!

砺波年金事務所 ☎ 33-1725

市民課 ☎ 33-1362

学生納付特例は、学生の方が申請
により国民年金保険料の納付を猶予
される制度です。

対象となる学生 大学(大学院)、

短期大学、高校、専門学校、専修学

校、各種学校に在学する方

承認期間 4月(または20歳の誕生

月)〜翌年3月

※遡って申請する場合は、年度ごと
の申請が必要です。

申請窓口 市民課国保年金係、市民
福祉課(庄川支所)、砺波年金事務所

必要なもの 年金手帳または基礎年

金番号通知書、学生証(両面の写し)

または在学証明書

ハガキ形式の「学生納付特例申請

書」が送付された方で、引き続き学

生納付特例をご希望の方は、必要事

項を記入して送付してください。

オオキンケイギクの駆除に

ご協力ください!

農業振興課

☎ 33-1404



特定外来生物に指定されている
「オオキンケイギク」が市内でも確
認されています。

非常に繁殖力が強く、在来植物の

生育環境に多大な影響を与えるため、

栽培や運搬、販売などが法律で禁止

されています。5〜7月は直径5〜

7cmの黄色い花をつけるので、目

視で発見しやすい時期です。畦畔除

草時等に見掛けた際には拡大を防止

するため、必ず根こそぎ駆除して

ください。



令和8年度から 後期高齢者医療保険料等が見直しされます

市民課 ☎ 33-1362

後期高齢者医療制度の保険料率については、「おおむね2年を通じ財政の均衡を保つことができるものでなければならぬ」とされています。令和8・9年度の保険給付費等を推計した結果、保険料率等を6年ぶりに改定しました。

保険料率の改定が必要となる主な要因として、医療の高度化による医療費の増加や、令和8年度の診療報酬改定等が複合的に影響しています。また、令和8年4月から開始される「子ども・子育て支援金制度」により、子ども・子育て支援納付金分を医療保険料とともに納付いただくこととなりました。



	医療分	
	改定後	増加分
均等割額	55,800円	+9,000円
所得割率	10.19%	+1.37%
賦課限度額	85万円	+5万円

+

新設 子ども・子育て 支援金分 (令和8年度※)
1,373円
0.26%
2万1千円

保険料等の改定内容

- ①医療分(従来)の保険料賦課額の賦課限度額を、80万円から85万円に改定します。
- ②子ども・子育て支援納付金賦課額の賦課限度額を、2万1千円とします。
- ③5割軽減の対象世帯に係る所得判定基準について、被保険者数に乗ずる金額を30.5万円から31万円に改定します。
- ④2割軽減の対象世帯に係る所得判定基準について、被保険者数に乗ずる金額を56万円から57万円に改定します。
- ⑤令和8年度・9年度医療分の均等割額について、7割軽減世帯を対象に、追加で2%の減額を行います。

※子ども・子育て支援納付金分の令和9年度の保険料率は、令和8年度中に改めて算定します。

富山県ひとり親家庭応援事業

とみまるデジタルポイント
申請受付事務局
☎076-411-5576



物価高騰等にお困りのひとり親家庭に対し、1世帯2万円相当のデジタルポイント（とみまるデジタルポイント）を提供します。

対象 県内在住の平成19年4月2日以降に生まれた子を養育するひとり親等で次に当てはまる方

- ①児童扶養手当を受給している方
- ②公的年金等の受給により児童扶養手当を受給していないが、収入が①と同じ水準になっている方

内容 食料品・日用品の購入等に利用できるデジタルポイントの提供
(2万円相当/世帯)

期限 8月14日(金)

申込み 富山県ひとり親支援ナビ内の特設ページからの申込みか郵送
問合せ

平日 11時～19時、
土曜 10時～17時（日曜・祝除く）

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、介護改修や耐震化工事等、住まいの困り事の相談に応じます。

日時 5月23日(土)

13時30分～16時30分

場所 となみ散居村ミュージアム

マイナンバーカード 専用休日窓口(完全予約制)

市民課
☎33-1358



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5月22日(金)
の11時までに電話で予約し、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 5月24日(日) 9時～正午

場所 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HPで確認
するか、予約時にお問合せください。

第70回富山県青年議会議員募集

富山県教育委員会
生涯学習・文化財課
☎076-444-9647



対象者 県内在住の18歳から45歳

日程

7月上旬(平日の全日)

開会式・組織議会等

8月22日(土) 午後

合同学習会

11月中旬(平日の午後)

本会議・閉会式

※諸般の事情により変更の可能性有

募集期間 5月8日(金)～28日(木)

申込み 富山県青年議会HP内応募
フォームから

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】



予約先 こども課 ☎33-1590

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** 5月11日(月) 14時～19時
5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。

生活困窮者のための無料法律相談 ～ほっとなみ法律相談～

予約先 社会福祉課 ☎33-1317

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** 5月11日(月)、6月1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
困り事相談を随時受付中です。

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)

予約先 こども課 ☎33-1590

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** 5月26日(火) 13時30分～15時30分
- ▶**その他** 定員4人 予約制、事前にお電話ください。

講座・教室



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12人】

日時 5月8日(金)、13日、20日、27日(水) 10時〜12時
場所 中アリーナ

内容 バドミントンが楽しめる場を提供し健康づくりを支援します!!
対象 バドミントン愛好者

参加料 2千円/月か6百円/回
(保険料込み)

申込み 電話か直接窓口へ

朝のストレッチ&ちよいとレ【定員10人】

日時 5月11日、18日、25日(月) 9時15分〜10時
場所 中アリーナ

内容 簡単な運動とストレッチをご案内!皆さまの健康づくりを応援します!!
指導者 西部体育センター指導員

参加料 千五百円/全6回か3百円/1回(保険料込み)

申込み 受講料を添えて直接窓口へ

モルックしよう!【定員12人】

内容 フィンランド生まれのニュースポーツをみんなで楽しみます

日時 5月15日(金)10時〜11時30分

月1回金曜開催

場所 中アリーナ

指導者 西部体育センター指導員

参加料 3百円(保険料込み)

申込み 電話か直接窓口へ

子育て親子リフレッシュタイム【無料】

日時 5月21日(木) 10時〜12時

場所 中アリーナ

内容 幼児とその保護者がそれぞれ講師と共に運動を楽しみ心身のリフレッシュを図ります!!

指導者 幼児(保育士資格保持者)

保護者(西部体育センター指導員)

申込み 保護者は内履きを持って直接中アリーナへお越しください(兄弟、ご家族の参加可)

スポーツクリニック【無料】

申込み 2日前までに電話か窓口へ

(整形外科個別相談・定員6人)

日時 5月16日(土) 13時〜15時

場所 応接室

内容 スポーツによるケガの治療方法、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

講師 砺波総合病院 整形外科 山田 泰士先生

(内科個別相談・定員6名)

日時 5月30日(土)

13時30分〜15時30分

場所 応接室

講師 あみたに医院

網谷 茂樹先生

内容 内科系障害のある方の運動処方や健康診断の結果に関することなど

西部体育センター

LINE公式アカウント

友だち追加で施設体験・クーポンを進呈!!

QRコード



インスタ公式アカウント

富山県西部体育センターの

今を発信中!!



©TOYAMA, SEIBU, SPORTS, CENTER

健康づくりボランティア育成講座受講生募集

健康センター

☎32-7062



健康づくりのボランティアに興味がある方、一緒に楽しみながら健康づくりに関する知識を身につけ、家族・地域へと健康の輪を広げませんか?

本講座はヘルスポランテアや食生活改善推進員の養成講座を兼ねています。

参加費 無料

申込期限 5月29日(金)

※詳しい内容や日程、申込みは右記のQRコードをご覧ください。

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

不動産や空き家の悩みや問題等に応じます。予約不要で無料です。

日時 5月9日(土) 13時〜16時

場所 となみ散居村ミュージアム

まなび交流館講座案内

砺波まなび交流館

☎33-1115



パソコン講座(表計算基礎)

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 5月26日(火)〜29日(金)

4日間 9時〜12時

費用 8,200円(テキスト代金)

講師 中出 望

申込期限 5月12日(火)

メンタル強化講座

心を元気にするために、自分の心の状態を理解し、課題への対処方法や自分の時間の上手な使い方などを学びます。

日時 5月27日(水) 9時〜16時

費用 5,650円(テキスト代金)

講師 長岡 昌子

申込期限 5月13日(水)

職場における

コミュニケーション能力講座

職場でのより良い人間関係を作るためにコミュニケーションスキルを習得します。

日時 6月24日(水) 9時〜16時

費用 5,650円(テキスト代金)

講師 長岡 繁仁

申込期限 6月10日(水)

健康・介護



障がいに関する相談

社会福祉課

☎ 33-13317



障がいをお持ちの方が安心して生活できるような、障がいに関する相談に応じます。秘密厳守で親身に応じますので、お気軽にご相談ください。

身体障害者相談員

【敬称略】

- 山下 鉄彦 (太郎丸)
- 朝山 高志 (荒高屋)
- 松本 義信 (野村島)
- 中西 正輝 (西中)
- 神下 弘 (新栄町)
- 中島 彦司 (高波)
- 中嶋 貢 (石丸)
- 池端 敏博 (東石丸)
- 中西 善吾 (安川)
- 吉水 吉雄 (東保)
- 坂井 尚義 (庄川町庄)
- 脇本 清一 (庄川町天正)
- 白江 良子 (高波)
- 小西 邦子 (庄川町青島)

知的障害者相談員

【敬称略】

脳トレ教室を開催します

庄川健康プラザ

☎ 82-53320



認知症予防の環境として、脳の活性化を促す脳トレーニングを行います。

日時 5月15日(金)

10時30分～11時30分

講師 となみ野脳トレクラブ

受講料 不要

民生委員・児童委員の日

社会福祉課

☎ 33-1299



5月12日の「民生委員・児童委員の日」から1週間は、活動強化週間です。砺波市民生委員児童委員協議会では、5月16日(土)と17日(日)に市内3箇所で開催・啓発活動を行い、引き続き、地域の身近な相談相手(専門機関へのつなぎ役)として活動します。

お住まいの地区の委員は市HPをご確認ください。

ひきこもり相談事業

砺波厚生センター

☎ 22-3512

ひきこもり状態にあるご本人や家族を対象として、医師や保健師による相談や家族相談会を開催しています。

まずはお気軽にお電話にてご相談ください。(要予約)

日時 原則毎月第2木曜午後

(6月と令和9年2月は第1木曜)

場所 砺波厚生センター

(南砺市高儀)

予約先 砺波厚生センター

健康センターからのお知らせ

健康センター

☎ 32-7062



今年度から結核・肺がん検診の喀痰検査を終了します

今年度からは胸部エックス線検査のみとなります。痰が続く、血痰が出る等症状がある場合は、早期に医療機関の受診をお願いします。

がん患者の皆さんへ

「アピアランスケア」

生活の質の向上と就労や社会参加を支援することを目的に、ウィッグと乳房補正具の購入費用の一部を助成しています。今年度から申請期限が変更となります。

対象 市内在住(1年以上居住)のがん治療を受けている方または受けたい方

助成対象 ウィッグと乳房補正具

※購入日は令和8年4月以降

※申請は各補正具1回限り

助成金額 購入額(消費税含む)の4分の3に該当する金額

上限額 ウィッグ 4万円

乳房補正具 2万5千円

申請期限 購入日から1年以内

詳細な要件や内容等は健康センターまで問合せください。

高齢者肺炎球菌定期予防接種

令和8年4月1日より使用するワクチンが23価から20価に変わりました。4月以降に新たに65歳になる方

には、誕生月の翌月に予防票を送付いたします。令和7年度に送付された予防票も使用できますが、自己負担金が変わりますのでご注意ください。

対象者

①65歳の方(66歳の誕生日前日まで接種可能)

②60歳から65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能のいずれかに日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方

持参するもの

①高齢者用肺炎球菌ワクチン予防接種予診票兼接種券

②健康手帳(マイカルテ)

③自己負担金3,400円

接種場所 市内指定医療機関

麻しん・風しん第2期予防接種

年長児に相当するお子さんは、麻しん・風しん第2期予防接種の対象です。お子さんの体調のよい時に医療機関にて早めに予防接種を受けましょう。

対象者 令和2年4月2日～令和3年4月1日生の方

接種期限 令和9年3月31日

費用 無料

事前に医療機関にて予約の上、「予防接種予診票兼接種券」と「母子健康手帳」を持参して接種を受けてください。

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)	14日 (木)	14時～15時30分	音楽療法	無料
くつろぎ処ちえりー (☎080-3745-8104)	14日 (木)	10時30分～12時	折り紙	300円 飲み物付き
	10日 (日)	10時～15時	健康マージャン	300円
	13日 (水)	14時～16時	好きな模様の畳のへりでプローチを作ろう	お問合せください
みやの森カフェ (☎77-3733)	16日 (土)	14時～15時	認知症の方と家族の交流&遊び場(若年性認知症を含む)のお話と音楽	無料 スイーツ・ドリンク 100円引き
		13時～17時	カフェ相談室	
ものがたりの街 修養棟 (☎55-6100)	21日 (木)	14時～15時20分	1部 佐藤先生の「ものがたり在宅塾@市民健康講座」家事も立派な運動(生活活動でメタボ予防、椅子体操)	無料 できるだけ事前にお申込みください 介護・医療の相談コーナーあります
			2部 体験型教室	
ゆずの郷 やまぶき (☎82-2321)	22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) ※事前にご連絡ください
7日 (木)	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)
11日 (月)	9時～19時	地域包括支援センター(砺波市役所)
12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)
13日 (水)	10時～11時	多世代交流施設 苗加苑
	10時～11時	多世代交流施設 北部苑

目指せ!元気な100歳! いきいき百歳体操 継続グループ紹介

いきいきサロンふれあい芙蓉会

開始時期 平成30年11月
活動日時 毎週金曜 10時～
活動場所 東宮森公民館

よい仲間、よい運動でここまで続けてこられました。元気が一番!



ご存知ですか? 慢性閉塞性肺疾患(COPD)



健康センター ☎32-7062

COPDは、肺への空気の通りが悪くなり、呼吸がしにくくなる病気です。長期間の喫煙により発症することから「肺の生活習慣病」ともいわれています。咳や痰が続き、進行すると呼吸がしづらくなり、心不全や呼吸不全等を引き起こします。

予防で大切なことは「禁煙」です。たばこに含まれるニコチンには依存性があり、禁煙したいと思っても簡単にやめられません。禁煙補助剤(ニコチンガムやニコチンパッチ等)や禁煙外来を利用すると、禁煙しやすくなります。自分に合った方法で禁煙に取り組んでみませんか?

5月31日～6月6日は
禁煙週間です



県内で禁煙外来のある医療機関

満100歳
おめでとうございます

3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。



大谷 弘さん (鷹栖)



ヒトパピローマウイルス(HPV)ワクチンで

子宮頸がんを予防しましょう!

産婦人科 医師 吉田美保子

今回は、子宮頸がんとその予防となるHPVワクチンについて紹介します。女性だけでなく男性にも関係があるお話です。

子宮頸がんについて

子宮頸がんは子宮の入口(子宮頸部)にできるがんであり、20〜30代の若い女性がかかる一番多いがんです。日本では、年間約1万人が子宮頸がんにかかり、約3000人が子宮頸がんで亡くなっています。子宮頸がんはがんの前段階(前がん病変)から時間をかけて変化して発生する特徴があり、がん検診などで早期発見できれば、子宮頸部だけを切り取る手術で治療ができます。進行してから発見されると子宮を全て取る手術が必要となることが多く、その場合は妊娠、出産ができなくなります。

ヒトパピローマウイルス(HPV)とワクチン接種

子宮頸がんの90%以上は「ヒトパピローマウイルス(HPV)」が原因です。HPVはありふれたウイルスであり、性的接触のある女性であれば50%以上が生涯で一度は感染するとされています。HPVは約200種類のタイプがあり、そのうち子宮頸がんの発生に強く関連するタイプ(ハイリスクHPV)がすでに分かっています。

子宮頸がんの予防のためには、定期的に子宮頸がん検診を受けることに加えて、HPVワクチンの接種が有効です。海外や日本で行われた調査では、HPVワクチン接種により子宮頸がんの前がん病変を予防する効果を示されています。初めての性

交渉の前の接種がより有効とされており、小学6年〜高校1年の女性は無料で接種できます。

最も子宮頸がんを引き起こしやすい2タイプ(16型、18型)をカバーする2価と4価のHPVワクチンが以前より接種されており、50〜70%のハイリスクHPVを予防できていました。それに加えて、数年前からより多くのタイプをカバーする9価ワクチンが接種可能となり、これにより80〜90%のハイリスクHPVを予防できるようになりました。

HPVは性交渉によって感染するウイルスです。そのため感染を減らすには、男性のHPVワクチンの接種もとても大切です。HPVワクチンの接種が最も早く進められたオーストラリアにおいては、2035年までに子宮頸がんが撲滅されると予測されています。また、HPVは男性の陰茎がんの原因にも関連しており、陰茎がんを予防できるというメリットもあります。

HPVワクチンというと、副反応についてご不安な方もおられるかもしれません。ワクチン接種後の様々な症状の多くは、ワクチン接種と因果関係がないことが解析でわかっていますし、もし症状が出てもHPVワクチン接種後の症状に関する相談窓口が各都道府県に設置されており、対応できる体制が整っています。

この記事をご覧になり、ご自身やご家族の接種をお考えになった方は、ぜひ産婦人科を受診してください。

市民公開講座を開催します

日時 5月30日(土) 13時30分〜15時30分

会場 砺波図書館

テーマ/講師

事前参加
申し込みは
不要

アトピー性皮膚炎と上手につき合う方法
〜症状を和らげ、日常生活を快適に〜
皮膚科部長 石田 清

体にやさしい!最新の内視鏡治療
〜あなたに合わせた選択肢〜
副院長・消化器内科主任部長 北村和哉

脳梗塞を防ぐために大切なこと
〜40代・50代から始めたい予防と早期発見〜
脳神経外科主任部長 増岡 徹

問合せ 患者総合支援センター

駐車場は、県砺波総合庁舎駐車場をご利用ください。



スマートフォンアプリを活用した通院支援サービスを5月11日から始めます

アプリの名称: 通院支援アプリ [HOPE LifeMark コンシェルジュ]

サービスの内容

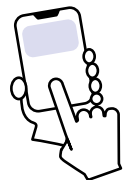
1 診察状況のお知らせ

受診当日の診察待ち状況をアプリで確認することができます。診察の順番が近づくと通知が届きます。

2 予約確認・アラートリマインド

アプリから診察予約日の確認ができ、予約の前日には通知が届きます。

※利用方法等の詳細については、当院HP、院内掲示をご覧ください。





5月の健診・相談

乳幼児健診・教室の日程については、右記QRコード
か母子モ（となみっ子なび）からご確認ください。
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	
乳幼児健診・教室	対象の方には、母子モ（となみっ子なび）でお知らせします。				
健康・栄養相談	希望者	健康センター	毎週月曜	9時～16時30分	
お口の相談	希望者	健康センター	平日	9時～16時30分	
胃・大腸がん検診	40歳以上	【要予約】 	砺波体育センター駐車場	12日(火) 21日(木)	8時30分～11時
			多世代交流施設苗加苑	28日(木)	8時～11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。	砺波体育センター駐車場	12日(火) 21日(木)	13時～15時
			多世代交流施設苗加苑	28日(木)	
子宮頸がん検診	20歳以上	【要予約】 	砺波市文化会館	11日(月)	13時～14時15分
乳がん検診	40歳以上		庄川農村環境改善センター	19日(火)	
胃内視鏡検診	50～69歳希望者	市内指定医療機関	5月1日(金)～令和9年2月27日(土)	直接医療機関にご予約ください。	
子宮がん検診	20歳以上の希望者	県内産婦人科医院	4月1日(水)～令和9年3月31日(水)	直接医療機関に問合せください。	
乳がん検診	40歳以上	【要予約】 	砺波総合病院 3階健診センター	木曜以外の平日	受付13時45分～14時 マンモグラフィ検査 受付14時15分～14時30分 マンモグラフィ検査と超音波検査 ※超音波検査は別途料金が必要
こころの健康相談	希望者【要予約】(☎32-7062)		健康センター	14日・28日(木)	13時30分～15時
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	15日(金)	14時30分～15時30分	
				15時30分～16時30分	
働く人の心の相談会	希望者【要予約】 (小規模事業者やその労働者) 砺波地域産業保健センター ☎33-7715	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)



【内科】
☎34-5005

【小児科】
☎34-7744

○月～土曜 20時～22時30分
○日曜、祝日、12月30日～1月3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・祝)	芳尾歯科医院	豊町	☎32-2834
4日(月・祝)	村井歯科医院	庄川町青島	☎82-5366
5日(火・祝)	神田歯科医院	表町	☎33-3223
6日(水・振休)	高田歯科・矯正歯科医院	中央町	☎32-2153
10日(日)	さとう歯科クリニック	杉木	☎32-9995
17日(日)	澤越歯科医院	鍋島	☎34-8280
24日(日)	となみ野歯科診療所	林	☎33-4788
31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
(受診の際はマイナ保険証が資格確認書が必要)

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

子育て相談日は
10:00~11:30
開催(奇数月)

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。



こども子育て交流館(こどもおーる)の利用者登録はこちらから



こども子育て交流館(こどもおーる)
☎33-3890 9:30~17:30
休館 火曜・祝日
17日 市民限定の日 となみおーるの日
18・20・21・22日 市内小学生対象
チャレンジ!!あそんじやおーる
25・27・28・29日 市内小学生対象
エンジョイ!!つくっちゃおーる

庄川児童館
☎82-3230 13:00~17:00
休館 日曜・祝日
月間行事 母の日のプレゼント
サツマイモの苗を植えよう!

9時~15時 (12~13時はお休み) 休館土・日・祝日	ちゅうりっぷ (ちゅうりっぷ認定こども園内) ☎32-7978 8日 10:15~ 親子でリトミック 11日 子育て相談日 15日 14:00~ ベビーマッサージ 25日 身体計測
	あぶらでん (あぶらでん認定こども園内) ☎23-4456 12日(午前) 初めての方限定の日 14日 子育て相談日 20日(午前) 身体計測
	たかのす (たかのす認定こども園内) ☎23-4288 1日 こいのぼりをつくろう 21日 9:30~ 身体計測日 25日~29日 お花で手形アート週間
	しょうがわ (しょうがわ認定こども園内) ☎55-6541 1日 こいのぼりを作ろう! 8日 10:00~11:30 身体計測 21日 子育て相談日 28日~6月5日 アジサイを作ろう!
	庄東 (庄東認定こども園内) ☎37-0005 1日 こいのぼり制作 11日 子育て相談日 19日 10:30~ ママヨガ&リズムあそび 26日(午前) 身体計測・健康相談

9時~17時 30分~17時30分 休館火曜・祝日	こどもおーる ☎33-3890 ●平日 11:10~ 親子ふれあいタイム 8日 子育て相談日 11日 9:30~ 身体計測・健康相談 14日 10:30~ はいはい・よちよちレース 17日 市民限定の日 となみおーるの日 20日 10:30~ リズムダンス 28・29日 9:30~ 誕生月手形アート
	太田 (太田認定こども園内) ☎33-6288 1日 こいのぼりを作ろう 8日 身体計測・健康相談 12日 子育て相談日
	南部 (南部認定こども園内) ☎32-6016 1日 こいのぼりつくりをしよう 8日 子育て相談日 12日 身体計測・健康相談 14日 離乳食相談会

*やむをえず閉所となる場合は市HPでお知らせします。

(年齢は5月末現在)

HPではフルカラーで掲載

5月生まれのすこやか!砺波っ子!!



お写真大募集!! 企画政策課 ☎33-1148

応募対象 6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 5月8日(金)(右記QRコードから応募)
 ※QRコードから応募できない方は写真データを [kikaku@city.tonami.lg.jp] まで提出(氏名、ふりがな、住所、性別、生年月日、保護者の氏名、電話番号を記載し、件名を「すこやか」にしてください)
 その他 写真はCATV番組「行政情報」冒頭でも紹介します。で簡単応募
 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。



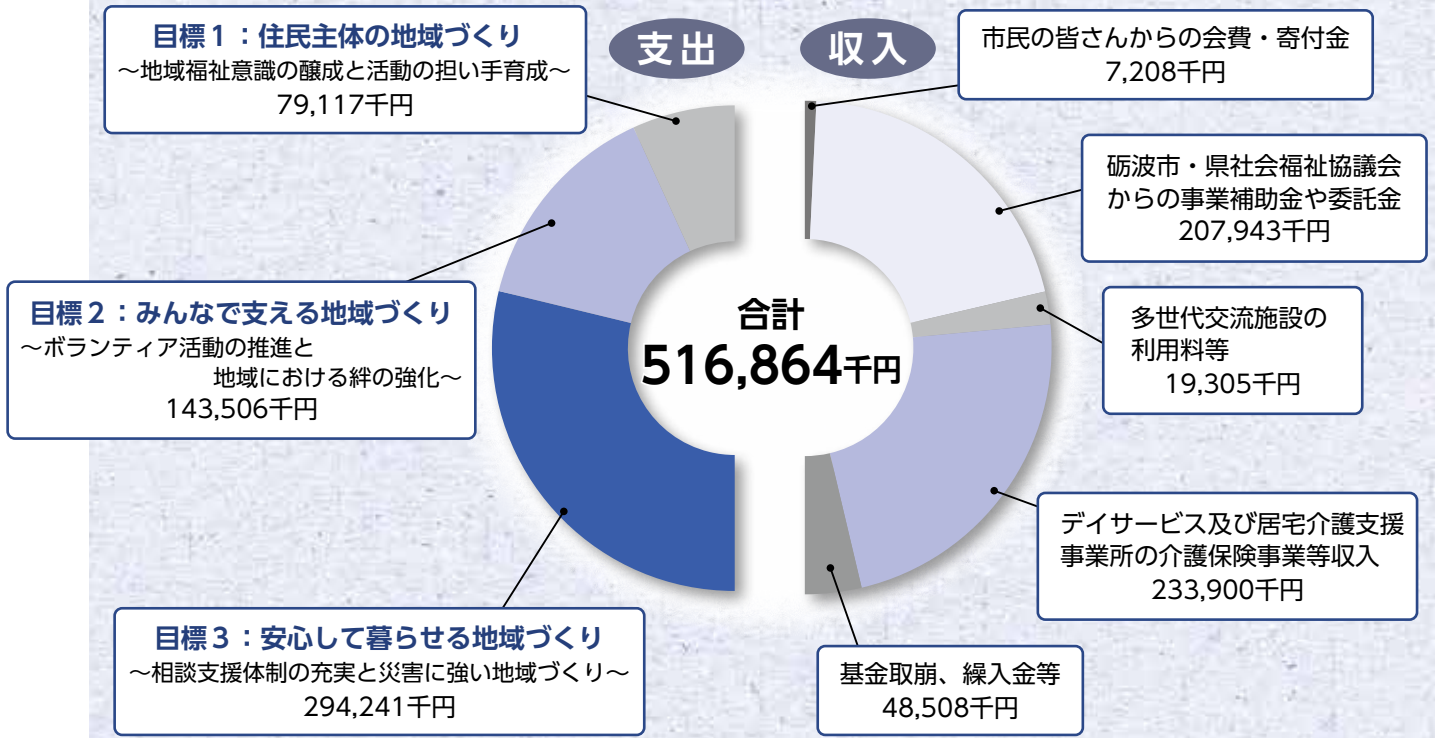


互いに助けあい励ましあう あたたかいまちづくり

～地域共生社会の実現に向けて～

令和8年度砺波市社会福祉協議会事業計画・資金収支予算

砺波市社会福祉協議会では、令和8年度から始まる第5次地域福祉活動計画を踏まえ、地域の実情にあわせた自主的な活動を支援するとともに、新たな福祉課題の解決とさらなる地域福祉の推進を図ります。「互いに助けあい励ましあう あたたかいまちづくり」を目指し、3つの目標を柱に地域住民の皆さん・市内関係機関及び福祉団体と連携して地域福祉活動を推進していきます。



地域で支え合う福祉活動の推進

- ①地域居場所マップの作成と配布
地域食堂や地域カフェなど年齢や性別などに関係なく、地域の誰もが利用できる地域住民の交流の場の「地域居場所マップ」を作成・配布し、地域の方への周知と地域福祉活動の推進を図ります。
- ②福祉×災害～支えあいマップ～の推進
助けあいや支えあいの関係といった普段は見えにくい地域のつながりをマップで「見える化」することで、より地域の福祉力を高め、普段の見守りから災害時への支援体制にも活用できるよう多くの地域へ広めていきます。

地域で活躍する人材の支援

地域の居場所づくりや見守り活動を行っている方や、地区福祉推進協議会関係者等と連携を図りながら活動の支援を行います。

多世代交流施設の活用と充実

子どもから高齢者まで世代を超えて交流できる場、子育て世代の親子が楽しめる場として、それぞれの施設の特徴を活かしなが事業を企画し、市民の新たなニーズにも応えていきます。

令和8年度 重点事業

※令和8年度予算の詳細については砺波市社会福祉協議会のHPでご覧いただけます。

地区福祉推進協議会の窓口となる重要なキーパーソン「地域福祉コーディネーター」

地域福祉コーディネーターの皆さんを紹介しします。(敬称略)

【出町】 林 正人	【柳瀬】 和泉 藤代治
【庄下】 土木 孝信	【太田】 金子 章子
【中野】 今井 淳子	【般若】 坂井 正子
【五鹿屋】 中沢 明芳	【東般若】 山本 龍男
【東野尻】 表 とし美	【梅檀野】 荒川 美佐子
【鷹栖】 森田 英宏	【梅檀山】 満保 幸美
【若林】 野原 英子	【東山見】 石森 真由美
【林】 松島 由美子	【青島】 川島 ひとみ
【高波】 山田 清志	【雄神】 泉野 康子
【油田】 岡部 紀子	【種田】 佐藤 和枝
【南般若】 松澤 由美子	

地域福祉活動の体制を整備、強化するための橋渡し役です！市内 21 地区で 1 名の方に委嘱しています。

地域福祉コーディネーターの主な役割

1. 自治振興会と地区福祉推進協議会との橋渡し
自治振興会と地区福祉推進協議会のお互いの情報の共有や提供を行います。
2. 地域の福祉に関する情報の収集・発信
地域の福祉に関する情報を集め、関係機関へ発信します。
3. 地区内の福祉関係者との連携支援
民生委員・児童委員や福祉サポーターと連携します。
4. 各種福祉関係の事務手続き
地区福祉推進協議会に関わる諸手続きを行います。

多世代交流施設 子育て応援イベントのお知らせ

こどものあそびば (麦秋苑) ぜひ来てね!
5月23日(土) 10時～15時
 「ゆめふうせん」の皆さんと
 バルーンアートをして遊ぼう！
 午前中は自由遊び、ゆめふうせんは13時30分～

苗加苑DEあそぼう① (苗加苑) 申込受付中!
6月7日(日) 10時～12時
 内容：親子で夏の草花寄せ植え体験
 対象：未就園児～低学年児童
 定員：20組
 参加費：子ども一人につき 100円
 申込締切：5月31日(日)
 ※定員になり次第締め切ります

福祉のまちづくりに重要なキーパーソン『福祉サポーター』

地域の困りごとや問題について把握し、民生委員・児童委員に繋げるアンテナ役です!! 現在 363名の方に委嘱しています。

福祉サポーターの主な役割

1. 民生委員・児童委員との連携
民生委員・児童委員と、困りごとを抱えた方について情報交換や訪問活動を行います。
2. ケアネットチームの活動支援
チームの一員となり、困りごとを抱えた方の見守りやごみ捨てなどを行います。
3. 自治会の福祉イベントに協力
ふれあい・いきいきサロンや地域の福祉の集いなどの実施に協力します。



情報交換会の様子

善意の窓口 3月13日～4月12日



3月26日、榊宮木建設様より、104,598円をご寄付いただきました。毎年、職場等で出た鉄くずや古紙を集め換金した収益金をご寄付くださり、今回で13回目、総額1,280,022円となりました。

社会福祉事業振興基金

匿名 14,000円

ボランティア基金

匿名 シニア元気あっぷポイント事業転換交付金 1,000円

砺波善意銀行

株三喜有社員会様 10,000円

株宮木建設様 104,598円

高砂会館運営委員会様 143,011円

鍋谷利孝様 未使用ハガキ30枚、未使用切手40枚

匿名 30,000円

匿名 3,000円

「パラスポーツ大会」

～障がい者理解促進研修・啓発事業～

6月14日(日) 10時～12時

場所：油田体育館

詳しくは社協HPをご覧ください!!



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
法律相談(弁護士) *市内在住者のみ	5月20日(水)・6月3日(水) 13時～16時 ※前日までに予約(☎33-5511)が必要
行政相談	5月1日・15日(金) 13時30分～16時
人権相談	5月1日・15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・子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)



多世代交流施設イベント予定 5月

今月は南部デイにいるよ!



苗加苑 苗加 824-1 ☎ 32-7294
休館日：月曜、4～7日、17日



北部苑 林 1202 ☎ 33-6633
休館日：水曜、4～7日、17日



麦秋苑 三郎丸 183-2 ☎ 33-2846
休館日：月曜、4～7日、17日



しょうとう 安川 1616 ☎ 37-1550
休館日：水曜、4～7日、17日



<多世代交流施設利用時間 8時30分～17時(苗加苑・北部苑の入浴時間は10時～16時)>

①～③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
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
全館休館日						
10 (苗加苑) ① 苗加苑菖蒲祭り バックドロップズ 歌謡・生演奏 澄柳会 歌謡・舞踊	11	12	13 (苗加苑) ザ・あんぽんたん 歌謡・舞踊	14	15 (北部苑) 華舞踊会 舞踊・歌謡	16
(北部苑) ② 北部苑ふれあい ファミリーデー	18 (北部苑) 鳳泉会 舞踊・歌謡	19	20 (苗加苑) いいとも一座 歌謡・舞踊・太鼓	21	22 (麦秋苑) すずらの会 舞踊・歌謡	23 (苗加苑) 劇団つくし 舞踊・歌謡
17 全館休館日	25	26	27 (苗加苑) 楽団ひとり 歌謡	28 (北部苑) 戸出ハーモニカ クラブ カノン ハーモニカ演奏	29 (麦秋苑) 新蔵富美男一座 舞踊	(北部苑) 風香の会 舞踊
24 (北部苑) ③ 砺波市盆草協会 盆草展	1	2	3	4	5	③ 砺波市盆草協会 盆草展 (麦秋苑) ★こどものあそびば
31	1	2	3	4	5	30 (苗加苑) 貫松輝会 民謡・三味線演奏

★のイベントは25ページを見てね!

1 苗加苑菖蒲祭り (苗加苑) **ぜひ来てね!**
5月10日(日) 10時～ バックドロップズ
13時30分～ 澄柳会
月の市、じゃんけん大会、お楽しみ会は
午前の部、午後の部と2部構成!

3 砺波市盆草協会 盆草展 (北部苑)
5月23日(土) 10時～16時
5月24日(日) 9時～15時
会員自慢の力作が勢揃い!!
盆草展のみの見学は無料
(受付に声掛けをお願いします)

盆栽、苗木、鉢の
販売もあります。

2 北部苑ふれあいファミリーデー (北部苑)
～癒しと健康～
5月10日(日) 10時～15時
ベビーマッサージやハイハイレース、
ワンコイン撮影会、健康測定コーナー、
飲食販売コーナー、笑いヨガ体験や、
シンガー英樹ミニライブなど
楽しみいっぱい!
おもちゃの病院がやってくる!
壊れたおもちゃを
持ってきてね!

新企画
ぜひ来てね!

利用料・入浴料 無料

その他の行事・イベント	
苗加苑	◇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 ◆ロビー展示コーナー 眞木省一さん 鉄道写真の展示
北部苑	◇かみかみ&いきいき百歳体操 1日・8日(金)、14日(木)、22日・29日(金)13時30分 ◇健康マージャンの日A(1日) 3日・24日(日)9時 ◇健康マージャンの日B(PM) 12日・26日(火)13時 ◇健康マージャン質問教室 26日(火)13時要予約
麦秋苑	◇ほっとなみカフェ(音楽療法) 14日(木)14時

	歌の日・カラオケ	脳トレ学級 (クイズ・歌・体操)	いっぶく体操
苗加苑	土曜・日曜 10時	14日(木) 13時30分	水曜 10時 ※6日は休み
北部苑	火曜 13時30分 ※5日は休み	18日(月) 10時	木曜 10時 ※7日は休み
麦秋苑	木曜・金曜 10時 ※7、22、29日は休み	16日(土) 10時	
しょうとう	11、25日(月) 13時30分	12日(火) 11時	火曜 10時 ※5日は休み

出町生きがいセンター
表町 3-1 ☎ 33-3358
休館日：土曜・日曜、祝祭日(4～6日)

◇懐メロミュージックフレンド
11日(月)13時30分
◇みんなで唄おうなつかしの歌
19日(火)13時30分

◇交通安全教室 21日(木)15時
◇eスポーツ体験 25日(月)10時
◇脳トレ教室 25日(月)14時
◇劇団ゆうしん 26日(火)13時30分
◇健康マージャン 木曜13時30分
◇百歳体操 水曜・木曜14時
◇カラオケタイム 金曜12時30分



HPや
Instagramで
も情報発信中!



特集! 砺波市民スポーツ大会に参加してみませんか?

砺波市民スポーツ大会は地域対抗で行う市民参加型のスポーツ大会です。

参加までのステップ

01 参加したい!



02 大会要項をチェック!



砺波市スポーツ協会ホームページ
→砺波市民スポーツ大会のページから
確認できます!

03 地区公民館 体育振興会に相談



連絡先がわからない場合は、
大会本部へお問合せください
TEL: 0763-32-5240

04 担当者とやりとり



大会当日までの流れなど、地区の競技
担当者と打合せしてください。

「参加したいけど人数が足りない」「現在は砺波市内に住んでいない」という方も参加することができる制度があります!

◎ふるさと枠 ◎合同チーム ◎複数チーム

砺波市民スポーツ大会



夏季大会実施競技

	競技	開催日
1	陸上競技	6月21日
2	野球*	4月5、12、29日
3	ソフトボール	男子:7月5日 女子:6月28日
4	ソフトテニス	6月28日
5	卓球	7月5日
6	バドミントン	7月5日
7	バレーボール	7月5日
8	バスケットボール	7月2~5日
9	サッカー	6月7、9、10、11日
10	相撲	6月28日
11	柔道	6月28日
12	剣道	7月5日
13	テニス	7月5日
14	クレール射撃*	6月21日
15	ハンドボール	6月20、21日
16	ビーチボール	6月28日
17	ゴルフ	6月21日
18	ターゲットバードゴルフ	6月14日
19	ゲートボール	6月28日
20	グラウンド・ゴルフ	6月28日
21	水泳	6月28日
22	ペタンク	6月7日
23	パークゴルフ	6月20日

*オープン競技

カヌーやヨットなどの水上スポーツを楽しみましょう!

水上スポーツ教室受講生募集

開催日 5月24日(日)~7月26日(日) (全8回)
時間 13時30分~16時
場所 上和田緑地マリナー
対象 小学生以上~一般 ※小学1~3年生は要保護者同伴
費用 中学生以下 3,800円(保険料含む)
高校生以上 5,000円(保険料含む)



専門の指導員が、カヌーやヨット、SUPなどの乗り方を丁寧に指導してくれます!

B & G 砺波海洋クラブ員募集

水上スポーツ(カヌー、ヨット、SUP等)を楽しみ、関心・理解を深め、クラブ員と研鑽にはげみながら活動しています。

活動場所 上和田緑地マリナー

資格 小学生以上

年会費 一般 1,000円、高校生以下 100円



問合せ 砺波市 B & G 海洋センター ☎ 37-1580

砺波市文化会館

開館時間：9時～22時
休館日：5月8日(金)、19日(火)

※4月22日(水)～5月5日(火・祝)はフェア期間中のためご利用いただけません。
※5月6日(水・振休)～5月7日(木)はフェア片付けのためご利用いただけません。

共催事業

エクストリーム・シチュエーションコメディ(kcal)
汗が目に入っただけ

5月16日(土) 17:00開演(16:15開場)
5月17日(日) 13:00開演(12:15開場)

会場 砺波市文化会館 大ホール
出演 鈴木保奈美/足立梨花/小越勇輝/西野創人/蘭寿とむ/田中要次
脚本・演出 富坂友

チケット
好評発売中!

全席指定 10,000円(税込) / U-25席 6,500円

※未就学児入場不可 ※U-25席は(観劇時25歳以下対象)要身分証明書、当日指定席券引換 チケットぴあにて前売販売のみ取り扱い

プレイガイド 富山テレビ放送事業部(電話受付・WEB受付)/砺波市文化会館窓口/ローソンチケット/イープラス/チケットぴあ/アツナビ(富山県民会館/富山県教育文化会館/富山県高岡文化ホール/新川文化ホール)

[主催] 富山テレビ放送 [共催] 公益財団法人 砺波市花と緑と文化の財団(砺波市文化会館)

お問合せ 富山テレビ放送事業部(TEL:076-492-7106) ※平日10時～17時



	日にち	イベント	開場(予定)	開演(予定)	入場料	主催者・問合せ
5月 大ホール イベント	5(火・祝)	2026 となみチューリップフェア 京都橘高等学校吹奏楽部特別演奏会 (砺波市文化会館公演)	12:15	13:00	※①、②が必要 ①砺波市文化会館公演鑑賞 チケット 2,000円 ②2026となみチューリップ フェア入場券 ※当日はこどもの日のため、中学生以下の 方はチューリップフェアの入場が無料 となりますので、②は必要ございません	砺波市文化会館 ☎0763-33-5515
	10(日)	第40回砺波市四中学校 吹奏楽部・合唱部合同演奏会	13:30	14:00	無料	四中合同演奏会実行委員会 (出町中学校) ☎0763-33-2329
	16(土) 17(日)	エクストリーム・シチュエーションコメディ(kcal) 汗が目に入っただけ	16日 16:15 17日 12:15	16日 17:00 17日 13:00	(全席指定) 10,000円 U-25席 6,500円	富山テレビ放送事業部 ☎076-492-7106
	31(日)	富山県立砺波高等学校吹奏楽部 第36回定期演奏会	13:30	14:00	500円	砺波高等学校 ☎0763-32-2447

上記の時間などは主催者判断により変更になる場合があります。ご了承ください。



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

X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：5月13日(水)、20日(水)、21日(木)、27日(水)

※チューリップフェア期間中は、
無休・閉館時間:17時30分

特別企画展募集中

第23回 となみ野散居村
フォトコンテスト・ピエンナーレ

散居村とカイニヨは、古くから受け継がれてきた貴重なふるさとの景色です。
2年に一度、この景観と人々の暮らしを撮影した写真を募集します。

応募期間 令和9年1月4日(月)～2月16日(火)

応募先 となみ散居村ミュージアム「フォトコンテスト係」

〒939-1363 砺波市太郎丸80番地

または県内のフジカラー北陸ショップへ

応募テーマ 「散居村の景観と四季/自然」

「散居村の人々の躍動/暮らし」

応募点数 各テーマ毎、一人3点まで

応募方法 4切またはワイド4切のプリント作品

応募手段 郵送または窓口持参

表彰 散居村大賞(賞金7万円)のほか、
各賞があります。

入賞発表 令和9年3月

(入賞作品は返却できません。)

※詳細は、募集チラシまたは散居村ミュージアムに
お問合せください。



前回大賞「向野の桜」

情報館 特別企画展

五島通弘「となみ野の風景」写真展

開催中 5月31日まで 見学無料

となみ野の風景、風物を撮影した写真家・五島
通弘さんの作品展です。「となみ野田園空間博
物館20年のあゆみ展」(開催中5月31日まで)
とごいっしょにご覧ください。



民具館 展示室 1

第63回企画展 古布再生 村田悦美 作品展

開催中 7月5日まで 入館料 高校生以上100円

古布から洋服や帽子などを作る村田悦美さんの作品展です。

★ゆかた着でTシャツを作ろう

6月25日(木)、26日(金)、27日(土)

13時30分から(3時間程)

定員 各日3名(要申込み)

材料費 1,500円(要別途入館料)



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



砺波市美術館

開館時間：10時～18時(入館は17時30分まで)
休館日：5/6(水・振休)～7(木)、18(月)、25(月)

企画展

2026となみチューリップフェア特別展 ファンタジーを染める たじまゆきひこ展

開催中～6月7日(日) 会場 1階企画展示室

観覧料 一般1,000円(900円) 高校生以下無料
()内は20名以上の団体、65歳以上の割引料金

人気絵本『じごくのそうべえ』シリーズの作者・たじまゆきひこ(染色家・絵本作家)のダイナミックな染色作品や『祇園祭』、『花見じゃそうべえ』などの絵本原画を展示します。常に新しい可能性に挑戦し、自己表現を貫くたじまゆきひこの世界をご覧ください。

関連イベント

担当学芸員によるギャラリー
トーク(要観覧券)

日時 5月9日(土)
午後2時から
会場 企画展示室



たじまゆきひこ 《花見じゃ そうべえ》 2024年

常設展示

観覧料 一般210円(170円) 高校生以下無料
()内は20名以上の団体料金、
65歳以上の方の割引料金

開催中～6月14日(日)

- 工芸の秀作
- 下保昭(日本画)
- 川辺外治(洋画)



高瀬 孝信《鍍金飾箱 花の城閣》
1996年

5月市民ギャラリー

中学生清流展のあゆみ —創作の原点—

開催中～5月17日(日)

これまで庄川美術館で保管していた「中学生清流展」の作品250点を一挙に公開します。

【対象作品】

1993年(第1回)～2022年(第29回)開催
「中学生清流展」の入賞・入選作品の一部

会場 2階市民ギャラリー 観覧無料



会場の様子

	日にち	イベント	開館時間	主催者(連絡先)
5月市民 ギャラリー	23日(土)	となみ芸術文化友の会コンサート	16:30～開場 17:00～開演	となみ芸術文化友の会事務局 砺波市美術館内(☎32-1001)
	27日(水)～31日(日)	第25回 砺波市書道連盟展	10:00～17:00	砺波市書道連盟 事務局 築場信代(☎090-9442-9724)



高道145-1 ☎32-1001
<https://www.tonami-art-museum.jp>



チューリップ四季彩館

開館時間：9時～18時（ただし、ホール利用は21時まで可能）
5月の休館日：13日 入館料：大人310円 小人160円 65歳以上250円

2026となみチューリップフェア

開催中～5月5日(火・祝) 9時～17時30分(最終入場:17時)

入場料 一般大人(高校生以上 2,000円 小人(小・中学生) 100円

- ※1 5月5日は小人無料です。
- ※2 ペットは会場へ入れません。
- ※3 フェア期間中はチューリップ四季彩館のみのご入場はできません。
- ※4 5月6日(水・振休)から12日(火)までチューリップ公園臨時休園。四季彩館は開館しています。

👉 入場券の購入はWEB・コンビニがお得!!

チューリくん自慢のコレクション展



富山県の最新品種を紹介!



新品種 ひかる紫

季節展示 ワンダーガーデン

「初夏の庭」

期日 5月14日(木)～6月16日(火)

チューリップ四季彩館の季節展示は、1年間を通してチューリップと季節の花々を展示しています。

今回は、色や形が様々な20品種以上のアジサイや、初夏の花々、色彩豊かなチューリップをお楽しみください。



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
5月の休園日：12日(火)、19日(火)、26日(火) 入園無料

「県民緑花オープン講座」受講者募集!!

- 花と樹木の病害虫対策** 定員:20名
日時:5月30日(土) 13時30分～ 教材費:無料
- コショウランを育てる** 定員:15名
日時:6月13日(土) 13時30分～ 教材費:2,000円
- 多肉植物を楽しむ①ハオルシア** 定員:20名
日時:6月21日(日) 13時30分～ 教材費:2,000円
- 未来へつなぐエレガのバラ「さし木①」** 定員:20名
日時:6月27日(土) 13時30分～ 教材費:無料

【申込み】開催日の1ヶ月前の同日(休園日の場合は翌営業日)
午前9時から当センター受付窓口、FAX、メールのいずれかでお申込みください。電話申込みできません。※定員になり次第、締切といたします。

季節展示

「アンスリウムのいろいろ」

5月15日～31日

初夏を彩る花まつり2026

とき:6月5日(金)～7日(日)
時間:9時から16時30分

「寄せ植え体験コーナー」

(体験日の1ヶ月前から受付開始)
体験日:6月6日(土)、7日(日)
時間:①10時～②14時～
定員:各回15名
体験料:1,200円
※予約優先、お申込みは電話でも受付いたします。



高道46-3 ☎32-1187 Fax32-1219
<http://elega.tulipfair.or.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 12:15～、17:30～



X @tonami_citylib

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

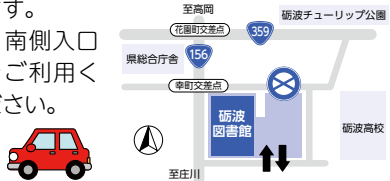
開館 火～金曜 10時～19時 土・日曜・祝日 10時～17時30分
休館日 7日(木)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、28日(木)
蔵書検索サイト→「となみっけ!」
図書館情報サイト→「となプロ」から、「ラ・ラ・ラ・ライブラリー」へ

【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!

チューリップフェア期間の 砺波図書館駐車場

混雑を避けるため、4月22日(水)から
5月5日(火・祝)の間、北側入口を封鎖し
ます。

南側入口
をご利用く
ださい。



砺波図書館 第1会議室 **参加費無料**

英字新聞を読む会

10日(日)
10時15分～11時30分

要申込 10名程度



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

24日(日) 10時10分～11時30分

砺波図書館 多目的会議室

要申込

対象 年長～小学生 先着20組程度

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

5・12・19・26日(火)

10時30分～

おはなしのじかん

～小学生まで

2・9・16日(土) 14時～

庄川図書館

おはなしの

じかん

～小学生まで

23日(土)

14時～

ミニ工作も
あります!

3 親子映画会

子ども向け

砺波図書館 (2回上映)

16日(土)

①10時30分～

②15時～ 各30分程度

「ふるさと再生 日本の昔ばなし」

・笠地蔵 ・塩ふき白 ・大年の客

4 パネルシアター

乳幼児対象

砺波図書館 第3木曜日

21日(木) 10時30分～

演目:「森のくまさん」

「めだかのきょうだい」

「いないいないばー」



新着資料

他にも多数あります



砺波図書館 <一般書>

舞う砂も道の実り 井戸川射子
劇場という名の星座 小川洋子
言問ラブソディ 小野寺史宜
花檻の園 北沢陶
浅草観音裏小路 坂井希久子
つくろうひと 村山早紀
青天 若林正恭
澄んでゆけ住まい 寿木けい
高校に行かないと決めた14歳の日から 七井マリ

読書思考トレーニング 中崎倫子
シベリア抑留の全収容所を解き明かす 長勢了治
子どもの消えゆく国で 前田正子
野山花花図譜 梨木香歩

<児童書>

飼育委員はなにも読まない 小松原宏子
みつばちのルビー 前田まゆみ
生きることから、すべては始まる サヘル・ローズ
そうとそうと 田中友佳子

庄川図書館 <一般書>

僕たちの青春と君だけが見た謎

雨井湖音
井上悠宇
河邊徹
滝沢志郎
又吉直樹
真梨幸子
こてらみや

<児童書>

大森裕子
999ひきのきょうだいとカルガモちゃん
木村研/文 村上康成/絵

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HP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～)

4/ 20(月)	入学式特集 (中学校) 般若 出町 庄西 庄川
4/ 26(日)	入学式特集 (小学校) 庄南 砺波東部
4/ 27(月)	入学式特集 (小学校) 庄東 庄川 砺波北部
5/ 3(日・祝)	鷹栖 出町 砺波南部
5/ 4(月・祝)	栴檀野 ●環境保全活動で地域を美しく 庄東 ●こども園の卒園式 五鹿屋 ●Join Revo Market
5/ 10(日)	雄神 ●健康講座 高波 ●ダーツ教室 林 ●北部アナウンス教室

5/ 11(月)	出町 ●出町まちあるき 柳瀬 ●松ノ木サロンの活動
5/ 17(日)	東般若 ●“おおきくな～れ”ヤマメの放流体験 投稿 ●チューリップ公園清掃ボランティア 投稿 ●いさみ太鼓「八雲」壮行会 投稿 ●窓ガラスアート展
5/ 18(月)	東野尻 ●鯉のぼりに夢をのせて 五鹿屋 ●五鹿屋のチューリップ
5/ 24(日)	高波 ●児童クラブ歓送迎会 庄東 ●こども園の入園式 林 ●キッズ運動教室 投稿 ●チューリップフェア開幕

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!

企画政策課 ☎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HPで確認してください。

想いをつなぐとなみ花物語

2026 TONAMI TULIP FAIR

75th

令和8年 4.22(水) - 5.5(火・祝)

庄川峡遊覧船 チューリップクルーズ

20万本のスイセン畑
となみ夢の平スキー場

5月上旬まで

フェア入場券ご持参の方は2割引き
5/1~5は小学生無料

デジタルガイドマップ

公式HP

出町神明宮春季祭礼(出町神明地)
令和8年 4月29日(祝・水) / 30日(木)
4月28日(土) 17時より
5月3日(日) 11時~17時30分

当番町 中町

砺波市 出町子供歌舞伎 曳山

富山県指定無形民俗文化財

出町子供歌舞伎曳山が、4月29日・30日の両日開催されます。また5月3日には、チューリップフェア特別公演が砺波市文化会館で上演されます。

今年の当番町は中町、演目は「御所桜堀川夜討・弁慶上使の場」「戒詣恋釣針 釣女」の二本です。11名の豆役者たちの一世代の名演技をご覧ください。

上演時間・場所などの詳細は HP をご確認ください。

砺波子供歌舞伎曳山振興会 ☎32-7075

第74回 庄川観光祭

6/6(土) - 7(日)

協賛企業・メッセージ花火募集中

協賛企業とメッセージ花火の応募者には、舟戸橋上に設けられた特別観覧エリアへの入場ができる「特別観覧チケット」を進呈します。華やかな花火と音楽を堪能できます。

庄川町商工会 ☎82-1155

市の人口

令和8年3月末現在

()は前月比 (外)は外国人数 ※住民基本台帳法に基づき、外国人数を含む。

人口	46,216人 (-103)	[うち(外)940人]
男	22,673人	[うち(外)457人]
女	23,543人	[うち(外)483人]
出生	23人	転入 309人
死亡	46人	転出 389人
世帯数	18,062世帯 (+49)	[うち(外)662世帯]

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5月25日発行)



QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。