

広報 No.249
令和7年
2025
8月号

しなみ

Contents ~今月の内容~

- 特集 青少年育成事業 2
- 国勢調査が始まります!! 8
- 暮らしの情報 14



「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

一致団結
磨く防災力



青少年育成

私たちにできること



子どもを守る 大人の目

7月・8月は「夏の青少年
の被害・非行防止に取り
組む運動」期間

夏休みは子どもたちにとって貴重な体験の機会である一方、犯罪被害や非行のリスクが高まる時期でもあります。夜遅くまでの外出や、インターネット・SNSの過剰利用により、トラブルに巻き込まれるケースも見受けられます。

そのため富山県では、毎年7月・8月を「夏の青少年の被害・非行防止に取り組む運動」期間と定め、各機関と連携しながら集中的な啓発活動を展開しています。

砺波市でも、啓発リーフレットの配布や中学生向けの講演会などを通して、子どもたちの安全を守る取り組みを進めています。

こうした取り組みを効果的にするためには、家庭や地域での見守りが欠かせません。特に、子どものちょっとした言動や表情の変化を見逃さないことが大切です。また、困ったことがあった時に「一人で抱え込まない」ことも重要です。家族はもちろん、誰かに「話すこと」で解決の糸口が見つかることもあります。子どもたちを守る目を広げ、健やかな成長を支えていきましょう。

青少年育成のために

未来を担う子どもたちが、心身ともに健やかに育っていくためには、家庭や学校だけでなく、地域全体で見守り、育てていくことが大切です。富山県では「青少年健全育成条例」を定め、青少年が非行や犯罪に巻き込まれないよう、薬物の乱用防止や飲酒・喫煙の禁止、インターネット利用の適正化など、環境整備を進めています。

砺波市でもこの条例に基づき、様々な取り組みを行っています。そして、市民一人ひとりが、子ども

子どもも保護者も 悩んだら相談を



富山県警では少年の悩みや困りごとを解決するため、少年サポートセンターで、専門的な知識を有する少年警察補導員が必要な助言、指導などを行っています。一人で悩まず、どなたでも相談してください。

メール

- ▶ 受付: 24時間
- ▶ 返信: 平日8時30分～17時15分
- ▶ アドレス: young110@gaea.ocn.ne.jp

電話

- ▶ 受付
- 東部分室: 10時～18時(日曜、年末年始休)
- 西部分室: 8時30分～17時15分
(土日祝、年末年始休)
- ヤングテレホンコーナー
- 0120-873-415(ハナソーヨイコ)

支える 子どもの未来

私たちを支える存在となることが期待されています。

私たち一人ひとりが、こうした取り組みに関心を持ち、「私ができることは何か?」と問いかけてみるのが、子どもたちの成長を支える第一歩になります。

今回は、私たちにできると、市で実際に行っている子どもたちの健全育成に向けた取り組みの紹介や、活動を支える方の姿、その中で子どもたちが何を感じているのかをお届けします。子どもたちのために、何ができるのかを一緒に考えていきましょう。

子どものこころのSOSに気付く 4つのサイン



これらのサインが必ずしも病気を示すわけではありませんが、長く続いたり、これまでに見られなかった場合は、子どもと静かに話す機会を持ってみましょう。こころの不調は、早く気づいて支援することで回復も早まります。子どもの「いつもと違う」サインをキャッチしたら、早めに相談してみましょう。

1



睡眠

- ・なかなか寝つけない
- ・夜更かししている
- ・なかなか起きられない
- ・睡眠リズムが崩れる
- ・寝すぎる など

2



食欲

- ・食欲がない
- ・食べ過ぎる
- ・急に痩せた、太った
- ・体重をとてにも気にしている など

3



体調

- ・体がだるそう
- ・疲れている
- ・元気がない、顔色が悪い
- ・腹痛や頭痛、めまい、吐き気などを訴える など

4



行動

- ・学校に行きたがらない
- ・家から出ずひきこもりがちになった
- ・友達と遊ばなくなった
- ・挨拶をしなくなった など

参考:厚生労働省HP「こころのSOSサインに気づく」

青少年育成砺波市民会議では、市内小中学校を巡回し、「青少年を育てる集い」を開催しています。昨年度は、全吉のピアノリストによるコンサートを通して視覚障害への理解を深めたり、大学教授によるインターネット依存や睡眠についての講演が行われました。

7月は、庄川生涯学習センターや出町中学校、庄川中学校で開催され、参加した子どもたちは貴重な学びを得ました。今回は、庄川生涯学習センターと出町中学校の様子取材し、そこで子どもたちが感じたことと共にご紹介します。

感動で育む 豊かな心



7月11日(金)、庄川生涯学習センターではアメリカ出身の影絵作家ジャック・リー・ランダルさんによる「赤ずきん」や「三匹の子豚」などの影絵ショーが行われました。庄川小学校と庄川中学校の児童生徒やしようがわ認定こども園の園児、地域の方たちが鑑賞しました。英語と光を使った世界に、会場は大きな笑いと感動に包まれました。参加した子どもたちは真剣なまなざしで、会場からは「きれい!」や「すごい!」といった感動の声が聞こえていました。



影絵作家
ジャック・リー・ランダルさん

遊び心や好奇心を大切に

私の影絵は、よく知られた物語にオリジナルの部分を加えています。「決まった流れや考えにこだわらず、自由な発想で自分なりの工夫を入れても大丈夫」と伝えたいと思っています。子どもたちには今持っている遊び心や好奇心を大切に、成長してほしいです。

意外な展開にびっくり!

庄川小学校の児童数名に今回感動したことを聞くと「動きが本物みたいすごかった」など、影絵の表現力への感動の声がありました。そして、共通していたのが「話知っている展開と違ってびっくりした!」という声でした。

ジャックさんの「決まったことにとらわれず、自分なりの工夫を楽しんでほしい」という想いが、しっかりと子どもたちに届いている様子でした。

感想を聞かせてくれた庄川小学校の児童たち



6年 柴田さん



6年 森田さん



5年 中川さん



5年 松本さん



4年 朝倉さん



4年 伊東さん



出町中学校
3年 久恵さん

生徒の声

私は1年生のときに、環境が大きく変わったこと等によるストレスで、体調が悪くなることがありました。今日の講演で聞いたような考え方をすることで、気持ちがとても楽になりました。すぐに考え方を变えることは難しくても、自分の考え方の癖を知り、少しずつ変えていくことが大切だと思いました。



出町中学校
1年 河合さん

生徒の声

講師の先生の「ポジティブになろうではなく、考え方を变える」というお話を、なるほどと思って聞いていました。ストレスの感じ方は、自分の考え方によって変わると分かり、友達の話は何となく聞くのではなく、相手の考えを認めてストレスを減らしていけるようにしたいです。

ストレスとの付き合い方を学ぶ

7月4日(金)、出町中学校では、富山県こどもこころの相談室代表の深澤大地氏を講師に迎え、「ストレスとの上手な付き合い方」と題した講演が行われました。

参加した1年、3年の生徒たちはストレスが体や心に与える影響や、ストレスとの付き合い方についての話に真剣に耳を傾けていました。



コラム

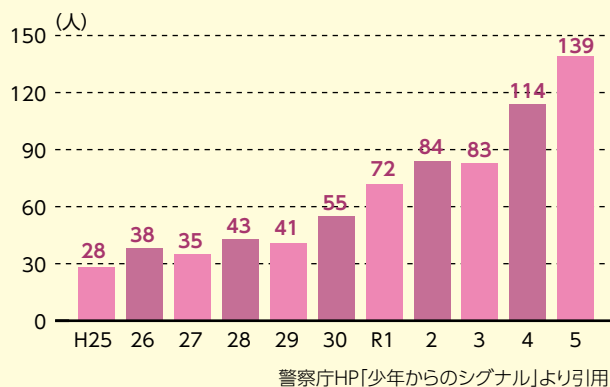
ネットと子どもたち、今できる3つのこと



令和5年に発生したSNSに関連する事件の被害に遭った児童の数は、学年別に見ると小学生が大幅に増加しており、10年前と比べて約5倍にまで増えています(下図参照)。

スマートフォンやSNSの利用について家庭での使用ルールの確認や、フィルタリング機能の設定など、大人の適切な関与がますます重要になっています。

【SNSに起因する事犯】小学生被害の推移



①フィルタリングを活用

子ども用スマホには有害情報をブロックするフィルタリングを設定しましょう。年齢に応じた細かな設定も可能です。



②ペアレンタルコントロールの活用

アクセス履歴や利用時間を把握したり、課金制限などの安全管理ができます。成長に応じて見守りましょう。



③親子でルールづくり

使う目的や時間を話し合って決めることが大切です。成長に合わせてルールも見直していきましょう。

参考:政府広報オンライン「ネットの危険からこどもを守るために保護者が知っておきたいこと」

育成に関わる人

ボーイスカウト・

ガールスカウト活動

では、自然体験やボランティア活動を通して、自ら考え行動する力、協調性、リーダーシップを育み、次世代の子どもたちへ経験と知識を伝えていきます。

今回は、7月6日に行われたガールスカウト富山県第39回の活動取材しました。この日は閑乗寺公園でのデイキャンプでした。そこには、自然観察や野外炊飯、テント設営などの活動に積極的に参加する子どもたちの姿がありました。生活が多様化する中で参加者が少なくなっているなど課題もある中、活動で大切にしていることを聞いてみました。



ガールスカウト
富山県第39団
代表 堀さん

子どもたちにたくさんの実体験を！

活動で何より大切にしているのは、子どもたちが「楽しい」と感じてくれることです。いろいろな体験を子どもたちにさせてあげることが、私たち大人の役割だと思っています。活動の中で子どもたちは様々な人と関わり、社会性やコミュニケーション能力などを身につけていると感じています。活動に興味のある方は是非右記QRコードをご覧ください！



▲ガールスカウト
富山県連盟HP

砺波開催
10/5日

第61回
ガールスカウト
富山県大会

場所:砺波市農村環境改善センター
(砺波市文化会館横)

10時30分～ 式典

13時～ 体験コーナー

(防災グッズ展示、AED
体験、消火器体験 など)

ぜひ皆さんも一緒に体験してみませんか。一般の方もお待ちしております。

ガールスカウトに入って良かったことは？

今回のデイキャンプに参加していた「となみっ子」に今までの活動で楽しかったことを聞いてみました。共通していたのは、「友達が増えたこと」「貴重な経験ができたこと」という声です。特に、キャンプなど宿泊を伴う活動は、大きな思い出になっているようでした。

全員が「ガールスカウトに入って良かった」と答えてくれたことも印象的で、普段の生活では出会えない友達や体験が、彼女たちの成長に大きな影響を与えていると感じました。

今回参加した
となみっ子！



京極さん



岡村さん



小西さん

「広報となみ」2024.8月号 特集
親学びってなんだろう



「親学び」とは、子育てにおける親の役割や、子どもとの関わり方を親自身が学ぶ取り組みのことです。親まなびを通して様々な意見を知ること、不安の解消や子どもとの関わり方を広げることが期待できます。

QRコードから
ご覧になれます▼



▲周りの人と話し合ってみたい具体的な子育てエピソードや、子育て世帯におすすめの本も紹介しています。

私たちが ができること

子どもたちの

未来のために

青少年育成の取り組みは、少子高齢化や担い手不足といった課題に直面しています。そして、インターネットやSNSの普及により、情報の取捨選択能力もこれまで以上に求められる時代となっています。

ですが、大切なことは「ちよっと声をかける」「困っている様子に気づく」「一緒に考える」など、小さな行動の積み重ねです。これは、時代が変わっても、変わらないことです。私たち一人ひとりが子どもを見守る存在であるという意識を持つことが、地域の安心と子どもの未来を

守る大きな力になります。家庭、学校、地域が手を取り合い、子どもたちに「この地域で育ってよかった」と思ってもらえるようなまちを、共につくっていきましょう。

募集

青少年育成砺波市民会議 会員・賛助会員

生涯学習・スポーツ課 ☎33-1602

青少年育成砺波市民会議では、活動の趣旨にご賛同いただける会員・賛助会員を募集しています。個人・団体・企業を問わず、地域の子どもたちの健やかな成長を応援したい皆さまのご参加をお待ちしています。

会員 青少年育成活動に関心のある個人・団体

賛助会員 企業・団体 年会費 2,000円（活動費に充当します）



令和7年国勢調査が 始まります!!



国勢調査って、どんな調査?

国勢調査は5年に一度、**全員参加の統計調査**です。10月1日現在、住民票の届出に関係なく普段住んでいる場所で調査します。国や地方公共団体が公正で効率的な行政を行うためには、日本に住むすべての人と世帯（外国の方を含む）がもれなく、正確な回答をしていただくことが重要です。令和7年国勢調査にご協力をお願いします。

※所要時間はひとり暮らしの方の目安です

1

最も**重要** な調査

統計法という法律に基づいて、5年に一度実施される日本で最も重要な統計調査です。法律には、調査に**回答する義務**が定められています。

2

全 17 項目 所要時間 **5-10** 分※

出生の年月や就業状態などの世帯員に関する事項 13 項目と、世帯員の数や住居の種類などの世帯に関する事項 4 項目の合計 17 項目です。

3

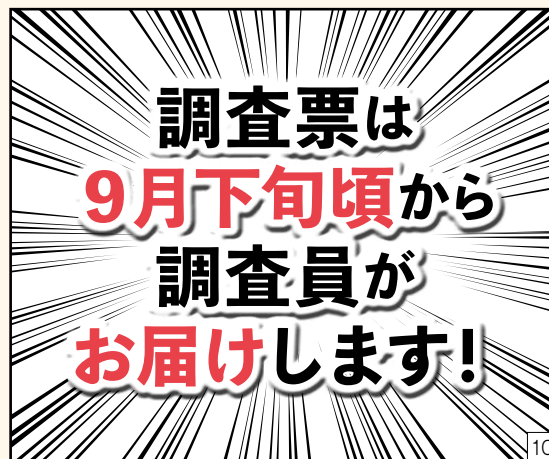
記入内容は **厳重**に保護

統計法では、調査員をはじめとする調査関係者に対して、調査票の内容を厳重に保護することを定めています。

4

身近な暮らしに **活用**

災害時に必要な物資を備えることや出店計画に利用されるなど、私たちの身近なところに役立てられます。



回答方法は?

インターネット回答がかんたん・便利!

令和7年のインターネット回答は、スマホでQRコードを読み込むだけで、ログイン情報が自動的に入力されて、とってもかんたんです。ぜひインターネット回答にご協力をお願いします。また、紙の調査票で回答する方法もあります。

5年に一度、全員参加の統計調査

 国勢調査2025

調査期日

10.1 水

国勢調査を装った詐欺にご注意を

令和7年国勢調査砺波市実施本部
(企画政策課 企画調整係内) ☎33-1145



国勢調査の 疑問にお答えします!

Q & A



Q なぜ国勢調査を行うの?

A 日本の「今」の実態を知り、
様々な施策等に役立てるためです。

国勢調査では、人口・世帯数だけではなく、男女年齢別人口や産業別人口、高齢者のいる世帯数など、人口や世帯の構成、居住状態まで明らかにすることができます。得られた結果は、社会福祉や防災対策、法令、学研究、民間企業の経営判断など幅広い分野に活用されます。

Q 国勢調査をかたった、詐欺とかはないの?

A 次のような場合に気をつけましょう。

国勢調査では、金銭を要求することはありません。また、銀行口座やクレジットカード番号をお聞きすることはありません。調査員は、身分を証明するため総務省統計局長の印が付いた「調査員証」を身に付けています。国勢調査を装った詐欺や不審な調査には、十分ご注意ください。

Q 調査しなくても、市役所で分かるんじゃないの?

A 市役所でも分かりません。

市の住民基本台帳で人口・世帯数などは把握しています。しかし、住民票があっても実際には市外に住んでいたり、住民票を移さずに市内に住んでいる人がいたりして、全てを把握できてはいません。

このため、住民基本台帳と国勢調査での人口や世帯数の数字にはズレが生じてきます。

Q 個人情報だけど大丈夫?

A 法律により守られますので、
安心してください。

調査員は、調査の期間中は総務大臣から任命された非常勤の国家公務員として活動しており、調査で知ったことをほかに漏らすことは固く禁じられています。

また、インターネット回答でも紙での回答でも、内容は統計法という法律によって厳格に保護されます。安心して、ぜひインターネット回答をご利用ください。

Q インターネット回答のメリットを教えてください!

A インターネット回答はメリットがたくさん!

① 簡単

スマホでQRコードを読み込むだけで、ログイン情報が自動的に入力されて、とっても簡単です。あとは順番に回答していけば完了です。

② 便利

24時間いつでも好きな時に回答できます。また、調査員に提出しないので、回収日の約束をする必要がありません。

③ コスト削減

調査票の郵送にかかる費用を抑られます。また、回答内容に不備があるとその場でチェックが入り、正しい回答に修正でき、調査員が後日確認の電話や訪問をすることもなくなります。紙の調査票の審査に係る人件費等も最小限となり、大切な税金の節約につながります。

スマホ・パソコンで
回答完了!!



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ください。取材に伺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

地元の竹を活用して竹林整備



6月29日、栴檀山農村集落センターで、地元の竹を食器、灯籠、七夕飾りとして加工する取り組みが行われました。市内公民館関係者数名も参加し、各地区の取り組みの参考として、灯籠づくりにも挑戦しました。

チャレンジ!みんなで健康づくり



7月2日、富山県西部体育センターでいきいき百歳体操チャレンジ教室が行われました。毎週1回、9月10日まで行われ、地域の方々が心身の健康づくりに取り組みます。



戦没者追悼式、平和を祈願



6月27日、砺波市文化会館で戦没者追悼式を開催しました。遺族と来賓約110名が参列し、御霊の安らかな御冥福を祈り、平和を祈願しました。

戦争の悲惨さ、残酷さを忘れてはいけません。砺波市は非核平和都市宣言をしています。(平成17年に宣言し、現在全国1,670自治体が宣言)▶

非核平和都市宣言の街

砺波市

各地区代表が競い合う



市HPでも
写真と概要を
公開中！

第21回砺波市民スポーツ大会夏季大会が7月6日まで市内各地で行われ、多くの市民が熱戦を繰り広げ、交流を深めました。

今年は「出町地区」が総合優勝を果たしました。詳細は23ページ「スポーツとなみ」をご覧ください。

TOPICS 磨け、操法の技

第21回砺波市消防団消防操法大会が7月5日(土)種田農村公園グラウンドで開催され、日ごろの訓練の成果を披露しました。

優勝した庄下分団、種田分団は7月26日(土)に開催される第76回富山県下消防団消防操法大会に砺波市消防団の代表として出場します。

ポンプ車操法の部

優勝 庄下分団	▶最優秀選手賞	
指揮者 庄下分団	大井 慎也	
1番員 庄下分団	今井 大揮	
2番員 庄下分団	三山 蒼真	
3番員 庄下分団	木村 龍之介	
4番員 中野分団	藤井 健亮	

小型ポンプ操法の部

優勝 種田分団	▶最優秀選手賞	
指揮者 梅檀山分団	谷井 悠喜	
1番員 種田分団	原田 毅丈	
2番員 梅檀山分団	山田 亜希人	
3番員 梅檀山分団	河江 智史	





ひとり親の家庭 障がいのある方への支援



◀さまざまな
制度をご利用
ください

ひとり親家庭の方へ

こども課 ☎ 33-1590

ひとり親家庭の生活基盤の安定と保健福祉の向上をはかるため、以下の制度があります。

●児童扶養手当

▶**対象者** 次の条件に当てはまる児童を養育する母、父、養育者

- ①父母が婚姻を解消した児童
- ②父か母が死亡した児童
- ③父か母が障がいの状態にある児童
- ④父か母の生死が明らかでない児童
- ⑤父か母に引き続き1年以上遺棄されている児童
- ⑥母が婚姻によらないで懐胎した児童 等

※児童とは…18歳に達する日以降最初の3月31日までの間にある方。心身に中度以上の障がいがある場合は20歳未満の方。

▶**支給額** (所得制限あり)

区分	支給額
基本額 (児童1人の場合)	46,690円～11,010円
第2子以降加算	11,030円～5,520円

※支給額は請求者本人と扶養義務者等の前年分所得により決定されます。

●ひとり親家庭等医療費助成

▶**対象者** ひとり親家庭の児童とその母、父、養育者。

※児童とは…18歳に達する日以降最初の3月31日までの間にある方。

▶**助成内容** (所得制限なし)

保険診療分の医療が無料で受けられます。

※助成を受けるためには事前に申請が必要で、加入している健康保険等が変わったときは届出が必要です。

資格喪失と届出

次のような場合は資格を喪失しますので、必ず届出をしてください。届出がない場合、手当や医療費を返還していただく場合があります。

- ・上記の手当や医療費助成を受けている方が婚姻（内縁関係、同居を含む）したとき
- ・児童を養育・監護しなくなったとき（施設入所、里親委託などを含む）など

心身に障がいのある方へ

社会福祉課 ☎ 33-1317

●特別児童扶養手当

▶**対象者** 身体または精神に重度または中度の障害のある20歳未満の子を養育する父親、母親または養育者。（所得制限あり）※施設に入所したときなどは手当を受ける資格がなくなります。

▶**支給額**

区分	金額
1級（重度障害児）	月額56,800円
2級（中度障害児）	月額37,830円

※申請された月の翌月分から年3回（4月、8月、12月）、支払月の前月までの4か月分が支払われます。

●特別障害者手当

▶**対象者** 20歳以上であって、重度の障害を有しているため日常生活について常時介護を必要とする方。（所得制限あり）※施設に入所している場合や病院に3か月以上入院している場合は、支給されません。

▶**支給額** 月額29,590円

※2月、5月、8月、11月に前月分までが支払われます。

●障害児福祉手当

▶**対象者** 20歳未満であって、重度の障害を有しているため日常生活について常時介護を必要とする方。（所得制限あり）※施設に入所している場合や障害を支給事由とする年金を受給している場合は、支給されません。

▶**支給額** 月額16,100円

※2月、5月、8月、11月に前月分までが支払われます。

各種届出

次のような場合は必ず届出をしてください。届出がない場合、手当を返還していただく場合があります

- 住所や氏名を変更したとき
- 施設に入所したとき
- 障害者年金等を受給するようになったとき
- 亡くなられたとき
- 特別障害者手当を受給している方が病院に3か月以上入院したとき など

受給中の方へ 更新手続きを忘れずに

▶**手続場所** こども課、社会福祉課、市民福祉課（庄川支所）

手続期間

8/1金～29金

児童扶養手当、ひとり親
家庭等医療費助成

8/12火～9/11木

特別児童扶養手当、特別障害者
手当、障害児福祉手当

手当を受給している方は、現況届を提出しなければなりません。現況届の提出がない場合は、手当の支給が停止されることがありますので、右記の期間中に必ず手続きしてください。

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

指定管理者募集

農業振興課

☎ 33-1409



夢の平コスモス荘を管理運営する
指定管理者を募集します。

対象施設 夢の平コスモス荘

(砺波市五谷160)

指定期間 令和8年4月1日～
令和13年3月31日(5年間)

応募資格 市内に主たる事業所を有する法人その他の団体で、安定して管理を行うことができる物的能力と人的能力を有する者

質問受付 8月15日(金)までにメールやFAXで担当課までご連絡ください。

提出書類 指定管理者指定申請書ほか

提出先 市役所農業振興課

提出期限 8月29日(金) 17時15分

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15万8千円以下の方) 8月1日(金)～15日(金)

特定公共賃貸住宅 (所得月額15万8千円を超える方) 随時

令和8年「砺波市二十歳の式典」

生涯学習・スポーツ課

☎ 33-1602



対象者には、11月中旬に案内文書を郵送します。

対象者 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの方のうち、次のいずれかに該当する方

・市内中学校の卒業生

・令和7年9月1日時点で砺波市民

日時 令和8年1月11日(日) 10時

場所 砺波市文化会館

小・中学校の学校閉庁日

教育総務課

☎ 33-1508



小・中学校では、夏休み期間中学校閉庁日を設けます。この期間中の緊急連絡は、教育総務課へお願いします。(土・日曜は市役所代表電話)

期間 8月13日(水)～17日(日)

【注意】ごみ収集日の休止と変更

市民生活課

☎ 33-1372



次の期間はごみ収集を休止します。次回の収集日をご利用ください。

●燃えるごみの休止期間

8月14日(木)～15日(金)

●プラスチックごみの収集日変更

太田

8月15日(金)→19日(火)

二十歳の式典 広告協賛募集

生涯学習・スポーツ課

☎ 33-1602



晴れやかな式典の場に、あなたの企業も参加しませんか？二十歳の若者やそのご家族、関係者の目に留まる可能性があります。地域社会へ貢献する企業としてさらなるイメージアップを図るチャンスです。ぜひ貴社の広報活動にお役立てください。

募集内容

・案内はがき 2枠

・立て看板 12枠

・会場内大型スクリーン 8～16枠

・景品提供 制限なし

応募期限 9月30日(火)

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8月22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 8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。

お盆の大掃除で電気火災を予防しましょう！

砺波消防署 ☎ 33-0119

電気製品や電気コード、コンセントなどが原因で起こる火災を「電気火災」といい、その件数は全国的に増加傾向にあります。お盆の大掃除と併せて次のことを点検し、電気火災を未然に防ぎましょう！

点検のポイント!!

- ☐ 電気コードが家具等の下敷きになっていないか
- ☐ 電気コードを束ねて使用していないか
- ☐ 電気コードの過度な折れ曲がりには注意する
- ☐ 被覆がはがれている電気コードは使用しない
- ☐ プラグはコンセントにしっかり差し込まれているか
- ☐ プラグ・コンセントに変形等がないか
- ☐ コンセントの周りにホコリ等が溜まっていないか
- ☐ 使用していないプラグは抜いておく
- ☐ 電源タップは決められた容量内で使用する
- ☐ 使用している電気製品が異常に発熱していないか



外部水栓の閉め忘れにご注意
ください！

上下水道課

☎ 33-1460・1463



夏場は、草木の水やりや家庭用プールの使用等で、外部水栓を使用する機会が増えます。水栓の閉め忘れには注意しましょう。閉め忘れによる水量の増加は、下水道使用料に反映するほか、上下水道料金の減免対象となりません。

婚活・恋愛相談会（無料）

企画政策課

☎ 33-1148



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】※①、②は予約済み

日時 8月17日（日）①13時30分～

②14時30分～③15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）
申込み 電話かメール（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、電話によりお気軽にお問合せください。

出張ハローワーク！ひとり親
全力サポートキャンペーン

こども課

☎ 33-1590

児童扶養手当を受給されている父・母を対象に、ハローワーク砺波の臨時職業相談窓口を設置します。お気軽にご相談ください。

日時 8月20日（水）

13時30分～16時30分

受付場所 市役所こども課窓口

（相談は別室で実施）

求職者支援訓練の受講生募集

ハローワークとなみ

☎ 32-2914

休職中の方を対象に職業訓練を実施しています。受講希望者の方はご相談ください。

調理スタッフ科（短時間訓練）

訓練期間 9月11日（木）～12月10日（水）

募集期限 8月20日（水）

訓練場所 総合カレッジSEO

（☎ 32-1371）

対象 ハローワークに求職中で①～③

のいずれかに該当する方

①小学生以下の子を養育する方

②家族を介護する方

③その他特に配慮が必要な方

※選考あり

費用 無料（別途テキスト代・検定料が必要）

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 8月12日（火）14時～19時

8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 8月4日（月）、9月1日（月）【完全予約制】

①17時～17時40分

②17時40分～18時20分

③18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 8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。

中小企業退職金共済制度

中小企業退職金共済事業本部

☎03-6907-1234

☎33-1392



中小企業退職金共済制度とは、中小企業のための国の退職金制度です。パートタイマーの方も加入でき、掛金は全額非課税で国が一部を助成します。

また、市内中小企業の従業員の福祉向上と雇用の安定を図るため、新規に中小企業退職金共済制度等に入契約した中小企業に対して、共済掛金の一部を市が補助します。詳しくは市HPをご覧ください。

アドア（とやまリッジサポートセンター）の会員募集

とやまリッジサポートセンター
☎076-471-6510



市内で「出張登録会」を開催します。結婚を希望する18歳以上の独身の方を対象に会員を募集しています。

日時 9月6日(土)13時30分～16時
場所 砺波市文化会館1階 農事研修室

入会登録料 1万円(2年間有効)
※20代までの方は無料

申込み 件名に砺波市出張登録会、本文に氏名、年齢、電話番号を記載の上、メールで申し込みください。必要書類をご案内します。

メール: toyamar@shore.ocn.ne.jp

申込期限 8月30日(土)

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、耐震化工事等の住まいに関する困り事の相談に応じます。

日時 8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

太陽光発電設備の導入を支援します！

市民生活課
☎33-1372



エネルギー価格高騰の影響を受ける市民と中小事業者への支援を目的として、太陽光発電設備の導入に係る費用の一部を補助します。

申請者が個人の場合(個人を需要家(電力消費者)として契約するPPA・リース事業者を含む)
10万円×発電設備の最大出力kW(上限50万円)

申請者が中小事業者等の場合(中小事業者等を需要家として契約するPPA・リース事業者を含む)
5万円×発電設備の最大出力kW(上限1,000万円)

再エネ特措法に基づくFITの認定やFIP制度の認定を取得しないことなど、一定の要件があります。詳細は市HPをご覧ください。

詳細は市HPをご覧ください。

国民年金

スマホで・24時間いつでも・ご自宅で「ねんきんネット」をご活用ください！



日本年金機構 砺波年金事務所 ☎33-1725
市民課 ☎33-1362

メリット① 国民年金の手続きがスマホで完結！

国民年金の加入、保険料の納付、免除・納付猶予・学生納付特例、口座振替手続き

メリット② 年金記録がいつでも確認できます！

保険料の納め忘れがないかを確認

メリット③ ねんきん定期便などの通知がオンラインで受け取れます！

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書、公的年金等の源泉徴収票

メリット④ 年金見込額の試算、年金請求の手続きも！

将来受け取る年金見込額の確認、老齢年金の請求(一部の方から順次開始)

利用方法は日本年金機構のHPをご覧ください。
詳細は、砺波年金事務所に問合せください。



地域を危険から守る！ 防犯カメラを設置しませんか

市民生活課
☎33-1172



対象者 自治振興会、地区防犯組合、自治会・町内会等の地域団体
対象事業

- ・通学路等、地域の方々の危険から守るための防犯カメラの新設
- ・富山県警の「安全安心見守りカメラ事業」で設置した防犯カメラの購入

補助金額 設置費用の2分の1(上限10万円)
※1地区につき1箇所

※電気料等の維持管理費用は地域で負担ください。

事業に関する留意事項

- ・設置場所や撮影範囲など、警察から指導、助言を受けてください。
- ・設置箇所付近に防犯カメラ作動中であることを表示してください。
- ・防犯カメラ管理運用規程を定め、プライバシー保護に努めてください。
- ・記録画像の利用は、警察の犯罪確認等に限るものとします。

※このほか、対象となるカメラの仕様や条件などについては、ご相談ください。

講座・教室



パソコン講座(表計算基礎)

砺波まなび交流館

☎ 33・1115



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 9月16日(火)～19日(金)

4日間 9時～12時

費用 7200円(テキスト代含)

講師 中出 望

申込期限 9月2日(火)

スポーツ関連イベント

富山県西部体育センター

☎ 33・3412



子育て親子リフレッシュタイム【無料】

内容 幼児とその保護者がそれぞれ分かれて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。

日時 8月3日(日) 10時～12時

(時間内自由参加)

場所 中アリーナ(冷房有)

対象者 1～3歳くらいの幼児とその保護者(兄弟姉妹可)

定員 20組程度

講師 幼児…保育士 保護者…当センター職員

申込み 事前申込みなし(当日参加可)

その他 保険に加入します

Enjoyバドミントン【定員15人】

内容 バドミントンが楽しめる場を提供します!!

日時 8月1日(金)、6日(水)、21日(木)、27日(水) 10時～正午

場所 中アリーナ

対象 バドミントン愛好者

参加料 2千円/月か600円/回
(保険料込み)

申込み 電話か直接窓口へ

モルックしよう!【定員20人】

内容 フィンランド生まれのニユースポーツです。どなたでも気軽に楽しめます。

日時 8月8日(金) 月1回

金曜開催 10時～11時30分

場所 中アリーナ

指導者 西部体育センター指導員

参加料 300円(保険料込み)

申込み 電話か直接窓口へ

スポーツクリニック【無料相談】

(整形外科個別相談)

8月は開催なし

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!!

インスタ公式アカウント開設

富山県西部体育センターの

소식을発信します!!



ハローワークで

福祉・介護の仕事相談と

就職支援セミナーを開催

富山県福祉人材センター

☎ 076・43216156

キャリア支援専門員が無料で相談を受けます。

福祉・介護の仕事相談

日時 毎月第2・第4金曜日

9時30分～15時30分

場所 ハローワーク砺波

就職支援セミナー

日時 第4金曜 13時30分～15時

場所 ハローワーク小矢部

※祝日の場合は変更

後期講座受講者募集

県民カレッジ砺波地区センター

☎ 0766112020

社会人を対象に「地域」、「文化」、「食」などをテーマとした講座や、とらみ野高校の生徒と共に学ぶ「共学講座」の受講者を募集します。

募集要項は、県民カレッジ砺波地区センターと市内生涯学習関連施設等に配置します。HPでも要項を確認できます。受講申込書に必要事項を記入し、砺波地区センターへ申込みください。

申込期間 7月31日(木)～9月5日(金)

※郵送は9月2日消印有効

あなたの職場に出張！ 出前講座！

無料!

砺波市健康センター ☎ 32-7062 FAX 32-7059

忙しい日々を追われ、“自分の健康”を後回しにしているいませんか? 砺波市健康センターでは、働いている方を対象に、健康づくりに関する出前講座を行っています。

講座の時間は20分～1時間程度です。少人数でも大丈夫です。お気軽にご相談ください。

- ▶テーマ
- ・これならできる生活習慣病予防
 - ・健康の入り口はお口から
～病気とお口の関係について～
 - ・こころ疲れていませんか?



▶期間限定メニュー R7.8月～R8.1月

- ・野菜足りていますか?
～ベジチェック®による
野菜摂取量測定～

▶申込み

砺波市健康センターへメール・FAXでお申込みください。



おはやし体験講座(大太鼓編)

子供歌舞伎曳山振興会
☎ 32-7075



子供歌舞伎を華やかに演出する
お囃子で使用する楽器の中から、今
回は大太鼓の体験講座を開催します。

日時 8月31日(日)、9月21日(日)、
10月12日(日)、11月22日(土)の4回
14時～16時

会場 出町子供歌舞伎曳山会館

受講料 500円/回(中学生以下無料)

出町浄瑠璃大会

講座の成果発表を目指します。

日時 11月23日(日・祝)

講師 堅田流邦楽演奏家

堅田 喜代実氏

内容 打ち方の基本習得、風音・波
音・水音などの打ち方習得、ストー
リーに合わせた太鼓演奏です。

ぜひこの機会に砺波の伝統文化を
体験してください。

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(第3回)

となみ散居村ミュージアム
☎ 34-7180



散居村の歴史、文化などをテーマ
に、年間講座を開催しています。

日時 8月9日(土) 13時30分～15時

場所 となみ散居村ミュージアム

情報館研修室

演題 「考古学が立証する

富山県西部の地震歴

講師 (公財)富山県文化振興財団
埋蔵文化財調査課

副主幹 越前 慎子氏

定員 60人(事前申込みが必要)

受講料 500円

申込み 電話・窓口にて受付

砺波の地域文化を知る講座

砺波郷土資料館
☎ 32-2339



砺波地方の年中行事や生産文化を
学ぶ講座を全4回で開催します。

第1回のテーマは地蔵祭りです。

日時 8月23日(土) 9時30分～11時

場所 砺波郷土資料館・旧中嶋家住
宅(チューリップ公園内)

募集定員 15名

参加費 無料

参加申込み 8月12日(火) 17時ま

までにお電話か、専用申込フォームに
てお申込みください。

昔の屋敷林での遊びを 体験しませんか?

砺波郷土資料館
☎ 32-2339



昔の子どもたちが遊んでいた木登
りや棧敷(さんしき)遊びを一緒に
やってみませんか。

日時 8月9日(土) 9時半～11時半

場所 旧中嶋家住宅庭(チューリッ
プ公園内)

募集定員 親子・家族5組

対象 小学4年生以上のお子さんと
その保護者

参加費 無料

参加申込み 8月2日(土) 17時ま

で専用申込フォームにてお申込み
ください。定員に達し次第受付終了
となります。

女性のための再就職応援セミナー

商工観光課 ☎ 33-1392

FAX 33-6854



子育てしながら働ける職場探しを
支援するため、市内企業による企業
説明会や、保育園の入園申込説明会
を開催します。

また、例年好評のプロカメラマン

による証明写真の撮影コーナーも設
けます。

託児所を開設いたしますのでお子
様連れの方もお気軽にご参加くださ
い。

日時 9月12日(金)

9時30分～11時35分

場所 砺波まなび交流館

対象 子育て中の市内で再就職を目
指している方や家庭と仕事の両立に
ついて考えたい方(参加無料)

定員 20名 ※託児は10名まで

申込方法 HPからか、商工観光課
まで(メール・FAX可)

申込期限 9月5日(金)まで
※詳細は、市HPを参照

お盆に話し合ってみませんか? 伝統行事等に関する要望募集

期限
9/30火

生涯学習・スポーツ課 ☎ 33-1602

市内各地で行われている伝統行事や民俗芸能において、後継
者養成や用具の整備状況を把握するため、要望を募集をします。
伝統文化の継承や活動の持続に向けて、今後の支援や施策の参
考とさせていただきますので、ぜひご協力をお願いします。

募集内容

○ 後継者養成

例：子供歌舞伎の稽古、夜高の太鼓練習、
オンラインでの指導や講習

○ 用具等整備

例：曳山の修理、獅子舞衣装の新調、
三味線・太鼓の修理、夜高の台の修理

○ 記録作成・情報整備

例：記録映像の作成、祭り当日の
オンライン配信

▶ 申込み

右記フォームに必要
事項を記入ください。



健康・介護



8月のおたのしみ教室 プールでじっかり

ウォーキング

庄川健康プラザ
☎ 82・5320



プールでの基本的な歩き方から効果的に柔軟性や筋力を身につける歩き方を学びます。これからプールで運動を始めたい方や、改めてしっかり基本を学びたい方におすすめの教室です。

日時 8月22日(金)

10時30分～11時

受講料 不要(ただし、プール使用料が必要)

持ち物 水着・スィムキャップ・バスタオル・飲み物

健康センターからのお知らせ

健康センター
☎ 32・7062



夏休みに予防接種を受けましょう

病気はかかる前の予防が大切です。必要な予防接種を受けましょう。受け忘れがないか母子健康手帳を確認してください。

二種混合(ジフテリア・破傷風)

対象 小学校6年生

接種期限 13歳の誕生日の前日

麻しん・風しん(第2期)

対象 年長児

接種期限 令和8年3月31日

日本脳炎(第2期)

対象 小学校4年生

接種期限 13歳の誕生日の前日

子宮頸がんワクチン

対象 中学1年生

接種期限 16歳となる日の属する年度の末日

※なお、高校2年生相当(平成20年度生)の方とキャッチアップ接種対象の方で、令和7年3月31日までに子宮頸がん予防ワクチンを1回以上接種した方は、令和8年3月31日までに残りの接種を受けましょう。

詳しくは、砺波市健康センターまでお問合せください。

社会福祉法人たびだちの会

職員募集

社会福祉法人たびだちの会
☎ 33・5044



令和8年度採用職員を募集します。詳細はお問合せください。

職種・人数 相談支援員(1名)

試験日等

一次 8月30日(土) 作文、適性検査
二次 9月7日(日) 面接

申込期限 8月20日(水)

申込先 社会福祉法人たびだちの会

砺波市中央町10-5

8月31日は
8(や)3(さ)1(い)の日!

となベジニュース



1日に350gの野菜が必要といわれていますが、みなさんはどれくらい食べていますか?
野菜の日に合わせて、地域のボランティアさんと一緒に野菜を摂りたくなる2つのイベントを開催します。

野菜レシピの掲示

おいしい!簡単!作りたくなる!
ヘルスボランティア考案の野菜レシピ掲示

日時 8月1日(金)～31日(日)

場所 市内となベジ協力店
(スーパー、道の駅の野菜売り場)

今日の献立に悩んでいる方は
ぜひ参考にしてください。



推定野菜摂取量測定会

野菜摂取量を“見える化”
ベジチェック®による
推定野菜摂取量測定会

日時 8月30日(土)
10時～15時

場所 イオスタイルとなみ
1階催事場

料金 無料

※ベジチェック®とは、野菜摂取量を推定できる機器のことです。



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

8月

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
北部苑 (☎33-6633)	21日 (木)	13時30分～14時30分	臨床美術	無料
くつろぎ処ちえりー (☎080-3745-8104)	5日 (火)	10時30分～11時30分	季節の言葉を書くつどい	2,500円/月
	19日 (火)			
	13日 (水)	14時～16時	畳のへりで巾着を作ろう	お問合せください 先着10名 飲み物付き
	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	健康マージャンの集い	300円
ものがたりの街 修養棟 (☎55-6100)	21日 (木)	14時～16時	講座「内科疾患に対する運動療法①」(生活習慣病など) 疲れない、太らない、ボケない60代からの鎌田式ズボラ筋トレ③	お問合せください 事前予約制
みやの森カフェ (☎77-3733)	16日 (土)	14時～15時30分	臨床美術	300円 事前予約制 (定員10名) スイーツ・ドリンク 100円引
		15時30分～17時	カフェ保健室 (なんでも相談)	無料 スイーツ・ドリンク 100円引

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
5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	多世代交流施設 しょうとう
6日 (水)	10時～11時	多世代交流施設 苗加苑
7日 (木)	10時～11時	多世代交流施設 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)
18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

江波いきいき教室

開始時期 平成28年3月2日
活動日時 毎週水曜 9時30分～
活動場所 江波会館

おもりをつけて運動をすると筋肉に効いている感じがします。家だと運動をする気になれませんが、皆で集まることで刺激にもなり、運動を続けられます。



満100歳

おめでとうございます

6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。



中山ナツ子さん (柳瀬)

となみ介護フェスタ in イオンモールとなみ

地域包括支援センター ☎33-1345

地域の方への介護、介護予防についての理解促進や、若い世代への介護職の啓発のため、介護イベントを開催します。ぜひお越しください。

▶日時 8月2日(土)、3日(日) 10時～16時
▶場所 イオンモールとなみ チューリップコート
▶内容 8月2日(土)のみ

- ・ほっとなみ見守りシール読み取り体験 (読み取り体験、アンケート回答をしていただいた方に認知症関連グッズをプレゼント)
 - ・在宅医療、介護、福祉まるごと相談会
 - ・認知症サポーター養成講座 (13:00～14:00)
- 8月2日(土)、3日(日) 両日
- ・「介護の仕事について」パネル展示
 - ・「認知症について」パネル展示



8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	R7年4月生	健康センター	22日(金)	12時15分～13時
	1歳6か月児	R6年1月生 R6年2月生		7日(木)	12時～13時
	2歳児(歯科)	R5年8月生		28日(木)	12時15分～13時15分
	2歳6か月児(歯科)	R5年1月生 R5年2月生		8日(金)	12時15分～13時15分
	3歳児(歯科)	R4年8月生		29日(金)	12時15分～13時15分
	3歳6か月児	R4年2月生		1日(金)	12時～13時
もぐもぐ教室	6か月児	R7年2月生	健康センター	6日(水)	13時20分～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	6日・20日(水)	9時～11時
		母乳・歯と栄養 育児、発達について		27日(水)	※バスタオルとフェイスタオルを持参してください
プレママクラス	令和7年11月～12月出産予定の方		健康センター	26日(火)	14時～15時45分
健康・栄養相談	希望者		健康センター	毎週月曜	9時～17時
お口の相談	希望者		健康センター	平日	要相談
大腸がん検診	40歳以上 希望者		市内指定医療機関	30日(土)まで	検査容器を直接医療機関に取りに行ってください
胃内視鏡検診	50～69歳 希望者		市内指定医療機関	令和8年 2月28日(土)まで	直接医療機関にご予約ください
子宮頸がん検診	20歳以上の希望者		県内指定産婦人科	令和8年 3月31日(火)まで	直接医療機関にお問合せください 受診券が必要です
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	14時 マンモグラフィ検査 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
	希望者	【要予約】 ☎22-3512	富山県砺波厚生センター	21日(木)	午後
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	14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	5日(火)	
			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、年末年始
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)	中尾歯科医院	南砺市やかた	☎22-2489
10日(日)	細川歯科医院	南砺市北野	☎62-0250
11日(月・祝)	北川歯科医院	南砺市寺家新屋敷	☎22-7336
14日(木)	グリーン歯科	南砺市福光	☎52-9977
15日(金)	ほほえみ歯科	南砺市二日町	☎22-8118
16日(土)	成瀬歯科医院	南砺市福光	☎52-0552
17日(日)	りぎゅうデンタルオフィス	南砺市理休	☎62-2711
24日(日)	林歯科医院	南砺市井波	☎82-3283
31日(日)	やまだ歯科クリニック	南砺市やかた	☎23-4825

※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