



福祉

5月から高齢者用肺炎球菌 定期予防接種が始まります

対象者には4月末に予診票(紫色)を郵送します。



- 時** 5月1日(土)～令和4年3月31日(木)
- 所** 市内の予防接種実施医療機関
※予診票に同封する一覧表か、市ホームページをご確認ください。
- 対** 過去に一度も接種したことがなく、次の①か②に当てはまる人
- ①** 令和3年4月2日～令和4年4月1日に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人
- ②** 60歳以上65歳未満で、心臓や腎臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人
- 料** 2,600円(回数1回)
※接種期間を過ぎた場合は、全額自己負担になります。
- 問** 健康増進課 ☎20-1345



高齢者用肺炎球菌予防接種

福祉タクシー利用券の交付申請

- 重度の障がいのある人を対象に、タクシー利用券を交付します。
- 対** 両下肢・体幹・視覚のいずれかの障がい1級か2級の人(自動車税や軽自動車税の減免を受けている人、高齢者等福祉車両タクシー利用者証を交付されている人は除く)
- 申** 身体障害者手帳を持参し、社会福祉課か伏木・戸出・中田・福岡支所へ。
- 問** 社会福祉課 ☎20-1369

富山湾岸サイクリング

TOYAMA BAY CYCLING 2021

伏木コミュニティセンターを発着点としたサイクリング大会。氷見から朝日まで約100キロに及ぶ富山湾岸サイクリングロードを選手たちが駆け抜けます。温かい声援を送りましょう。

時 4月18日(日)

問 富山湾岸サイクリング実行委員会事務局 ☎070-2250-2946

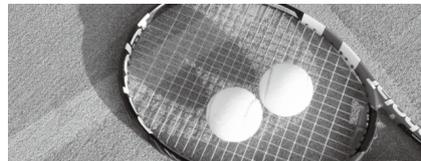


長慶寺室内プールの教室

コース	とき
① 成人A水泳(初級、中級)	4/14(水)～6/11(金)の水・金曜日11:00～12:00
② 成人B水泳(初・中級)	4/13(火)～6/10(木)の火・木曜日14:00～15:00
③ 成人D水泳(初・中・上級)	4/13(火)～6/10(木)の火・木曜日20:00～21:00
④ 女性水泳(初・中・上級)	4/14(水)～6/11(金)の水・金曜日18:40～19:40
⑤ からだ予防改善水泳	4/14(水)～6/9(水)の水曜日13:30～15:00
⑥ 春期児童短期水泳	4/17(土)～6/12(土)の土曜日15:00～16:00
⑦ フレッシュテニス	4/14(水)～6/9(水)の水曜日10:00～11:30

- 定** ①～④各20人⑤10人(申し込み順)⑥30人(抽選)
- 料** ①～④1万2,000円(全16回)、6,000円(一方の曜日のみ)⑤～⑦6,000円(全8回)
- 申** ①～⑤⑦は4月6日(火)午前9時から、⑥は4月10日(土)午後3時に、受講料を添えて長慶寺室内プールへ。⑥は定員を超えた場合、その場で抽選を行います。
- 問** 長慶寺室内プール ☎25-6044

ジュニアテニス(硬式)教室



- 時** 5月8日(土)～7月10日(土)の土曜日の午後5時～午後6時30分(全8回)
- 対** 市内の小学3～6年生の初心者・初級者
- 定** 12人(申し込み順)
- 料** 7,500円(保険料、ボール代など含む)
- 持** テニスシューズ、ラケット
- 申** 4月24日(土)午後5時から、受講料を添えて、スポーツコアへ。
- 所問** スポーツコア ☎20-1155



スポーツ

体育施設無料開放

- ◇5月5日こどもの日(誰でも利用可)
- 時** 5月5日(水)午前9時～午後5時
- 所** 東洋通信スポーツセンター、竹平記念体育館体育室・トレーニング室、城光寺陸上競技場、万葉スポーツセンター、スポーツコア芝生広場、前田庭球場
- ◇毎月第4土曜日(小学生～高校生)
- 時** 毎月第4土曜日の午前9時～午後5時(万葉スポーツセンターは正午～午後5時)
- ※大会などがある場合を除く
- 所** 東洋通信スポーツセンター、竹平記念体育館、城光寺陸上競技場、万葉スポーツセンター、スポーツコア テニスコート、高岡武道館、前田庭球場
- いずれも、申し込み不要
- 問** 体育協会 ☎26-5225

スポーツ安全保険に加入しませんか

- 対** 4人以上の団体
- ※詳しくはホームページをご覧ください。
- 料** 年間掛金…一般1,850円、中学生以下800円、65歳以上1,200円ほか
- 問** スポーツ安全協会富山県支部 ☎076-429-1230、生涯学習・スポーツ課 ☎20-1458



スポあねっとHP

スポーツ振興補助金を交付します

- 対** 市内に住む高校生以下で、スポーツの全国大会などに出場する人
- 申** 申請する大会の前日まで、生涯学習・スポーツ課へ。
- ※詳しくはホームページをご覧ください。
- 問** 生涯学習・スポーツ課 ☎20-1458



スポーツ振興補助金

庄川緑地パークゴルフ場を 利用しよう

- 時** 4～11月の午前9時～午後5時(木曜定休、6～9月は午後6時まで)
- 料** 無料
- 申** 利用日の3カ月前から、現地で予約可
- ※50人以上の団体での占用利用可(土・日曜日のみ)
- 問** 庄川緑地管理協力会 ☎090-4327-3720、生涯学習・スポーツ課 ☎20-1458

◎記号 時…とき、所…ところ、対…対象、定…定員、¥…料金、内…内容、
持…持ち物、申…申し込み、チ…チケット、問…問合先、FAX…ファクス、
✉…Eメールアドレス

4月からがん検診が始まります

3月下旬に対象者(市内に住所があり、職場などで検診を受ける機会のない人)へ、受診券を郵送しました。受診券が届かない人で検診を希望する人は、健康増進課へお問い合わせください。

集団がん検診日程

4月	ところ	肺 大腸	子宮 乳	送 迎
17日(出)	北陸予防医学協会 高岡総合健診センター	◇	◇	-
20日(火)	博労公民館	●	▲	-
23日(金)	高岡総合プール	●	▲	★
27日(火)	福岡健康福祉センター	●	▲	-

★…近隣公民館から集団がん検診会場へ送迎します(予約者がいる場合のみ運行) 出発時間・場所は受診券か市ホームページでご確認ください。

時 ◇…午前8時～午前10時
●…午前8時～午前9時30分
▲…午後1時～午後2時

完全予約制のため、必ず検診日の7日前までに予約してください。定員に達し次第、締め切ります。

申 検診日の7日前まで、がん検診のお知らせに同封のハガキを返送(必着)か電子申請、電話で、健康増進課へ。



電子申請

問 健康増進課 ☎20-1345 (表の網掛けは北陸予防医学協会高岡総合健診センター ☎24-3131)

※なお、上記の内容は中止となる場合があります。最新情報は市ホームページを確認するか、お問い合わせください。



がん検診のお知らせ

※令和2年度に下記の節目・重点年齢で胃・乳・子宮がん検診を受診していない人は、令和3年度も同じ料金(料金減免)で受診できます。受診希望者は、健康増進課へご連絡ください。

対 令和2年度の受診券が下記の年齢の表記になっており、胃・乳・子宮がん検診を受診していない人
節目年齢 (胃・乳)40・50・60歳
(子宮)20・30・40・50・60歳
重点年齢 (乳)44・46歳
(子宮)24・26・34・36歳

※肺・大腸がん検診は対象外です。

心身障害者福祉年金 重度心身障害者等介添年金の申請

新規に該当した人は手続きが必要です。

対 ①心身障害者福祉年金…身体障害者手帳1～3級か療育手帳A・B、精神障害者保健福祉手帳1級の所持者
②重度心身障害者等介添年金…身体障害者手帳1級か療育手帳Aの所持者で、介護保険の要介護4以上か障害支援区分3以上の人
※①②ともに、施設入所や3カ月以上の入院をしていない人が対象です。また、本人や扶養義務者の年金・所得により支給されない場合があります。

支給額

■心身障害者福祉年金…年額2万5,000円
■重度心身障害者等介添年金…年額3万円
申問 社会福祉課 ☎20-1369

特別障害者手当 障害児福祉手当の申請

重度の障がいや重複しているなど、常時特別な介護を必要とする人に支給します。新規に該当した人は手続きが必要です。

対 ■特別障害者手当…施設入所や3カ月以上の入院をしていない20歳以上の人 ■障害児福祉手当…施設に入所していない20歳未満の人
※本人や扶養義務者の所得により、支給されない場合があります。

支給額

■特別障害者手当…月額2万7,350円
■障害児福祉手当…月額1万4,880円
申問 社会福祉課 ☎20-1369

戦没者等の遺族の皆さんへ 申請はお済みですか

令和2年4月1日時点で「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける人がいない場合に、第11回特別弔慰金として額面25万円、5年償還の記名国債が支給されます。

対 戦没者等の死亡当時に生まれており、次の順で最初に当てはまる人
①弔慰金の受給権者②戦没者等の子
③戦没者等の父母・孫・祖父母・兄弟姉妹(戦没者等の死亡当時、生計関係を有しているかなどで順番が変わります)
④上記以外の戦没者等の三親等内の親族(戦没者等の死亡当時、戦没者等と生計関係を有していた人に限ります)

請求期限 令和5年3月31日
申問 社会福祉課 ☎20-1367

視覚障がい者パソコン相談会

パソコンやスマートフォンを使うための基礎的な支援をします。

とき	ところ
毎月第1金曜日10:00～11:30	ふれあい福祉センター
毎月第4木曜日19:00～21:00	
毎月第4日曜日 9:30～11:00	文化芸能館

※ただし、4月25日(日)、7月22日(木)、9月23日(木)、12月23日(木)は除く

対 視覚障がいや弱視などで、パソコンやスマートフォンの画面が見えない・見えづらい人

¥ 無料

申 開催日の3開庁日前まで、電話かファクス、Eメールで、住所・氏名・電話番号・希望の連絡方法・相談日・相談内容・同伴者の人数・相談する機器持参の有無を、情報政策課(☎20-1319) joho@city.takaoka.lg.jp)へ。



問 情報政策課 ☎20-1239

障がいの程度に応じて 医療費を助成します

該当者は手続きが必要です。

※世帯の合計所得金額が1,000万円以上の方は助成対象外です。

◇65歳未満

対 身体障害者手帳1・2級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかを持つ人

助成額 保険給付内の自己負担額

◇65～69歳

対 身体障害者手帳4級の一部か5・6級、療育手帳Bのいずれかを持つ人

助成額 保険給付内の自己負担額(3割)のうち1割分(市民税非課税世帯は、申請によりさらに助成される場合あり)

◇65歳以上

対 身体障害者手帳1～3級か4級の一部、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1・2級のいずれかを持つ人、または国民年金法などによる障害年金1・2級を受給している人(後期高齢者医療制度への加入が必要)

助成額 保険給付内の自己負担額の一部か全部

■いずれも、申問 社会福祉課 ☎20-1369

Pick UP

ケーブルテレビで健康づくり番組「あっかり^{けんこう}健幸テレビ」が始まります

運動・栄養・お口の健康づくりについて、リハビリ職や管理栄養士が、家庭でも実践できる方法をお伝えします。ぜひ一緒に健康づくりに取り組みましょう。市内の体操教室や高齢者の相談窓口である地域包括支援センターの紹介もあります。

時 4月12日(月)から毎日、午前8時30分・午後0時30分・午後4時30分の3回
問 高齢介護課 ☎20-1165

テレビを見ながら
一緒に体を動かそう！
一年中放送するよ



国民健康保険、後期高齢者医療に加入している人へ 人間ドック検査費用を助成します

国民健康保険

時 4～12月

対 30～74歳（脳ドックは40～74歳）の国民健康保険加入者で、国民健康保険税の滞納がない人

助成額 検査費用の2分の1（上限1万7,000円）

申 次の流れで申し込みください。

- ①希望の指定実施機関に「高岡市国保の人間ドック」と指定して検査の予約をしてください。
- ②受検日の前日まで（伏木・戸出・中田・福岡支所は1週間前まで）、保険証とマイナンバーカードなどの本人確認書類を持参し、保険年金課で助成の申請をしてください。
※申込書は申請時に窓口で記入いただきます。
- ③人間ドック受検資格通知が交付されます。

受検方法 受検当日に指定実施機関へ、保険証・人間ドック受検資格通知・本人負担金をお持ちください。

- 人間ドック受検資格通知がないと助成は受けられません。
- 助成は年1回で、受検後の申請はできません。
- 検査内容の詳細は各指定実施機関へお尋ねください。

問 保険年金課 ☎20-1296

注意

- ▶※マークのコースを受検する場合、同じ年度内に国保の特定健康診査を受けることはできません（検査項目が一部重複するため）二重で受けた場合、費用は本人負担になります。
- ▶※マークのコースを受検した人のデータは、市の保健事業に活用します。ご了承ください。
- ▶新型コロナウイルス感染拡大防止のため、実施の見合わせや検査項目の制限を行う場合があります。

指定実施機関	種類（コース）	検査費用(円)	本人負担額(円)
高岡市民病院 検診部 ☎23-0204	日帰りドック ※	3万8,500	2万1,500
	日帰りドック(女性) ※	4万2,900	2万5,900
	宿泊ドック ※	6万9,850	5万2,850
	脳ドック ※	4万1,800	2万4,800
厚生連高岡 健康管理センター ☎21-3930	日帰りドック(男性) ※	3万8,500	2万1,500
	日帰りドック(女性) ※	4万6,200	2万9,200
	脳ドック	2万2,000	1万1,000
済生会高岡病院 ドック健診センター ☎21-0570	簡易ドック ※	2万9,700	1万4,850
	日帰りドック ※	3万8,500	2万1,500
	1泊2日ドック(男性) ※	6万500	4万3,500
	1泊2日ドック(女性) ※	6万9,850	5万2,850
	消化器精査ドック ※	11万	9万3,000
	簡易脳ドック	2万2,000	1万1,000
サンシャインメドック ☎63-3040	脳ドック ※	4万700	2万3,700
	日帰りドック(男性) ※	3万8,500	2万1,500
	日帰りドック(女性) ※	4万4,000	2万7,000
泉脳神経外科医院 ☎22-0068	脳ドック(標準)	3万5,100	1万8,100
	脳ドック(頭痛)	3万	1万5,000
	脳ドック(認知症予防)	4万5,300	2万8,300
JCHO 高岡ふしき病院 健康管理センター ☎44-1250	脳ドック(簡易)	2万4,000	1万2,000
	日帰りドック(男性) ※	3万8,500	2万1,500
	日帰りドック(女性) ※	4万2,900	2万5,900
	1泊2日ドック(男性) ※	6万2,700	4万5,700
	1泊2日ドック(女性) ※	6万7,100	5万100
北陸予防医学協会 高岡総合健診センター ☎24-3221	脳ドック	3万8,500	2万1,500
	日帰りドック(男性) ※	4万700	2万3,700
	日帰りドック(女性) ※	4万6,200	2万9,200

後期高齢者医療

時 4月1日(木)～令和4年2月28日(月)

助成額 費用の2分の1（上限1万5,000円）

対 右記の検査（医療）機関で行うもの

申 対象の検査（医療）機関でドックを予約した後、検査の14日前までに保険年金課へ。

※同じ年度内で後期高齢者の健康診査との重複受診はできません。

持 後期高齢者医療被保険者証

問 県後期高齢者医療広域連合事業課 ☎076-465-7504、保険年金課 ☎20-1481

検査（医療）機関

一般ドック	高岡市民病院、済生会高岡病院、サンシャインメドック、厚生連高岡健康管理センター、JCHO高岡ふしき病院、北陸予防医学協会高岡総合健診センター
脳ドック	高岡市民病院、済生会高岡病院、泉脳神経外科医院

◎記号 時…とき、所…ところ、対…対象、定…定員、¥…料金、内…内容、持…持ち物、申…申し込み、チ…チケット、問…問合せ、FAX…ファクス、E…Eメールアドレス

健康ミニ講座

Health Course

婦人科で腹腔鏡手術やロボット支援手術ができるのはどのような病気？

腹腔鏡手術は、良性の卵巣腫瘍、良性の子宮疾患（子宮筋腫、子宮腺筋症、子宮内膜症など）であれば、すべて保険適用での手術が可能です。近年、早期子宮体がんや早期子宮頸がんに対する腹腔鏡手術も保険適用となりました。5mm～1cmの小切開4つで手術できるため、身体への負担も少なく済みます。ただし、どの施設でも行えるわけではなく、当院のように施設基準を満たしているところでしか行えません。また、学会のガイドラインでは、内視鏡技術認定医と婦人科腫瘍専門医が常勤している施設でしか推奨されておらず、当院はこの条件も満たしています。

一方ロボット支援手術は、良性子宮疾患や早期子宮体がん、骨盤性器脱に対する手術が近年、保険適用となりました。ロボット支援手術を行える施設は、県内では当院を含め2つのみです。

腹腔鏡やロボット手術といった、小さな傷で行える手術を希望する人は、ぜひご相談ください。

山川 理事・副院長（産婦人科）

問 市民病院総務課 ☎23-0204

みんなの掲示板

◇求職者支援訓練受講者募集

時 ①ゼロから身につくIT・ビジネス基礎科…5月13日(木)～9月10日(金)②OA会計科(託児)…6月1日(木)～8月31日(木)

所 ①マーフィーシステムズ(高岡市石塚41ねんりんカフェ内)②スクール・パスタ160教室(氷見市)

¥ 無料(テキスト代など別途必要)

申 ①4月9日(金)②4月28日(水)まで、ハローワーク高岡へ。

問 ハローワーク高岡 ☎21-1515、ポリテクセンター富山 ☎28-6900

◇看護職員就業支援相談

時 毎月第3火曜日の午前10時～午後4時

所 ハローワーク高岡

対 未就業の看護職員や看護学生、看護職に興味を持つ人

問 県ナースセンター ☎076-433-5251

新たな魅力発見！ 楽しく気軽にウォーキング

ヘルスポランテアと一緒に、身近な自然・歴史・文化などの見どころを巡ります(小雨決行)

◇古城公園散策コース

時 4月14日(木)午前9時～午前11時(古城公園小竹藪広場 集合)

定 30人(申し込み順)

¥ 無料

持 マスク着用、タオル、飲み物、帽子、(お持ちの人のみ)ウォーキングマップ

申 電話で、住所・氏名・電話番号を、健康増進課へ。

問 健康増進課 ☎20-1391

ポールを使った健康づくり ウォーキング

時 4月20日(木)～7月27日(木)の火曜日 午後2時～午後3時30分(全8回)

所 東洋通信スポーツセンター、古城公園

対 一般男女

定 15人(申し込み順)

¥ 5,500円(保険料、ポールレンタル代など含む)

持 運動できる服装、シューズ、飲み物

申 4月5日(月)午前9時から、受講料を添えて、体育協会へ。

問 体育協会 ☎26-5225

◇富山県障害者スポーツ大会

出場にあたっては事前申し込みが必要で、

※無観客で開催予定

内 ■水泳…4月18日(日)

■陸上…5月23日(日)

フライングディスク…9

月19日(日)■卓球…11月7日(日)

申 問 県障害者スポーツ協会

☎076-413-2248

◇海上保安官募集

内 海上保安官(大卒程度)

受験資格 平成3年4月2日以降生まれの大卒者または卒業見込みの人など

申 3月26日(金)～4月7日(水)に、人事院HPからお申し込みください。

問 第九管区海上保安本部

☎0120-444-576



県障害者スポーツ協会HP



人事院HP

健康

糖尿病教室

内 ①4月14日(木)…合併症、糖尿病と検査②21日(木)…食事療法③28日(木)…糖尿病・薬との付き合い方、運動療法

時 午後2時～午後3時30分

対 成人男女

¥ 無料

持 筆記用具、(③のみ)履きなれた靴、動きやすい服装

所 問 市民病院 ☎23-0204

健診結果を活用しませんか

健診結果の見方や食事・運動などの生活習慣について、保健師・管理栄養士などが個別相談に応じます(要申込。血圧測定、体組成測定も実施)

時 4月28日(木)午後1時15分～午後3時15分

所 保健センター

持 健康診査の結果など

申 問 健康増進課 ☎20-1345

市民歩こう会

◇小矢部 俱利伽羅峠コース(約8km)

時 4月18日(日)午前8時55分(雨天決行)

所 IRいしかわ鉄道 俱利伽羅駅 集合

◇砺波 砺波総合運動公園コース(約7km)

時 5月2日(日)午前8時30分(雨天決行)

所 JR城端線 油田駅 集合

■いずれも、解散場所は別

¥ 200円(会員は無料。交通費は自己負担。昼食を各自持参)

問 体育協会 ☎26-5225



◇社会福祉協議会職員募集

内 社会福祉士1人程度

受験資格 平成2年4月

2日以降に生まれ、当該資格を有する人

申 問 5月5日(水)まで、社会福祉協議会 ☎23-2917へ。

◇高岡伝統産業青年会の会員募集

対 40歳以下の高岡の伝統産業に従事している人、高岡の伝統産業に興味のある人

申 問 電話で高岡伝統産業青年会事務局 ☎23-5002へ。



社会福祉協議会HP

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、内容が中止・延期となる場合があります。最新の状況は、市ホームページなどを確認するか、施設にお問い合わせください。



保健センターで
1歳6カ月健診



米萩明里ちゃんとお母さん(丸の内)

ファミリーポケット

10:00 ~ 11:30 (未就学児と保護者)

子育て中の親同士が情報交換をする場です。地域以外の親子もお待ちしています。

木津公民館	4月 8日(木)	☎26-6150
牧野公民館	4月15日(木)	☎82-2431
成美公民館	4月16日(金)	☎26-8943
古府公民館	4月23日(金)	☎44-8777

※実費100円がかかります。申し込み不要です。

金額が下がりました!

フレンドリータイム

10:45 ~ 11:30 (0~3歳児)

伏木児童館	4月13・20・27日	☎44-0595
野村児童センター	4月6・13・20日	☎23-3893
西部児童センター	4月13・20・27日	☎26-1347
戸出児童センター	4月13・20・27日	☎63-2370

※13日西部児童センターは高岡子育て支援センターによる活動日です。

ねねットたかおかの機能が充実します

無料アプリ「母子モ」のインストールを

「子育てタウン」でのサービスは、3月31日(水)で終了しました。改めて「母子モ」をインストールしましょう。

☎ 子ども・子育て課 ☎20-1376

妊婦さんや、子育て中のパパ・ママたちに役立つ情報がいっぱい♡



母子モ



乳幼児の健康診査

ところ・保健センター
☎健康増進課 ☎20-1344

- ▶会場内の混雑を防ぐため、下記の受付時間内に保健センターへお越しください。
 - ▶お子さん・付き添いの保護者・同居家族に37.5度以上の発熱や風邪症状(喉の痛み、咳、鼻水、倦怠感など)がある場合は、受診を延期してください。
 - ▶付き添いの保護者はできるだけ1人としていただき、マスク着用にご協力ください。乳幼児健診
- ※4月より、1歳6カ月児・3歳児健康診査時のフッ素塗布と、2歳児・2歳6か月児・3歳児むし歯予防フッ素塗布教室を再開します。



内容	とき	受付	対象者	持ち物
3カ月児健康診査	4月 8日(木)	13:00~13:20	令和2年12月1日~12月6日生	母子健康手帳、問診票、バスタオル
		13:40~14:00	令和2年12月7日~12月11日生	
	4月15日(木)	13:00~13:20	令和2年12月12日~12月20日生	
		13:40~14:00	令和2年12月21日~12月27日生	
1歳6カ月児健康診査 ※	4月13日(火)	13:00~13:20	令和元年8月6日~8月10日生	母子健康手帳、問診票、バスタオル、フッ素塗布料400円
		13:40~14:00	令和元年8月11日~8月17日生	
	4月20日(火)	13:00~13:20	令和元年8月18日~8月21日生	
		13:40~14:00	令和元年8月22日~8月28日生	
	4月27日(火)	13:00~13:20	令和元年8月29日~9月5日生	
		13:40~14:00	令和元年9月6日~9月11日生	
3歳児健康診査 (3歳6カ月児) ※	4月14日(水)	12:50~13:10	平成29年8月5日~8月8日生	母子健康手帳、問診票、健康調査票、子育てアンケート、バスタオル、フッ素塗布料400円
		13:40~14:00	平成29年8月9日~8月13日生	
	4月21日(水)	12:50~13:10	平成29年8月14日~8月17日生	
		13:40~14:00	平成29年8月18日~8月22日生	
	4月28日(水)	12:50~13:10	平成29年8月23日~8月25日生	
		13:40~14:00	平成29年8月26日~8月29日生	
2歳児むし歯予防フッ素塗布教室	4月12日(月)	13:00~13:30	平成31年4月生	母子健康手帳、バスタオル、フッ素塗布料400円
2歳6カ月児むし歯予防フッ素塗布教室	4月19日(月)	13:00~13:30	平成30年10月生	
3歳児むし歯予防フッ素塗布教室	4月12日(月)	14:00~14:30	平成30年4月1日~4月15日生	
	4月19日(月)		平成30年4月16日~4月30日生	

※希望者はフッ素塗布が受けられます。

保健センターの育児教室

ところ・高岡子育て支援センター
要予約 ☎20-1344

内容	とき	受付	対象者	持ち物
はじめての離乳食教室	4月9日(金)	10:00~10:20	令和2年9月16日~11月15日生	母子健康手帳

※市営御旅屋駐車場のサービス券有(駐車券を提示してください)

【広告】

【広告】

★高岡市指定介護保険事業所★

はびねすグループホーム
いずみ

はびねすグループホーム
高岡南

はびねすグループホーム
太陽

生活と介護がひとつとなり「認知症の方」に穏やかに暮らしていただけるのが、私たちの「はびねすグループホーム」です。

入居者様募集中!! ☎0766-23-2288

北陸福祉会 検索

はびねすグループホームいずみ 担当:高澤

不動産相続の相談窓口

相続勉強会開催! 参加者募集

NEW! 認知症対策「安心空き家信託」(家族信託)相談随時受付中。相続の基本やトラブル事例を学んで、不動産相続のお悩み解決!!!

日時: 2021年4月25日(日) 13:30~16:30

場所: 戸出コミュニティセンター会議室 会費: 1000円 定員 20名

前田プランニングオフィス TEL 0766-25-5500

オフィスかんざい TEL 0766-50-8647

高岡市鐘紡町5番2号



4月のイベント情報
絵本読み聞かせ

☎ 商業雇用課 ☎ 20-1592

小さなお子さんに、絵本を読む楽しさを伝えます。

※参加費、申し込み不要

と き 4月17日(出)11:00

ところ オタヤ子ども広場 (御旅屋セリオ3階)

対 象 未就学児 ※保護者の同伴が必要

Health Consultation

健康相談

◇赤ちゃんから高齢者までの健康相談

☎ 健康増進課 ☎ 20-1345

と き 平日9:00~16:00

ところ 保健センター

※4月から福岡健康福祉センターでの健康相談はなくなりしますので、ご注意ください。

※保健師による心の健康相談も随時行っています。

◇高齢者健康相談

☎ 高齢介護課 ☎ 20-1165

受付時間 9:30~11:00

- ・4月 8日(木) / スポーツ健康センター
- ・4月13日(火) / 万葉社会福祉センター
- ・4月15日(木) / 東部老人福祉センター
- ・4月20日(火) / 西部老人福祉センター
- ・4月21日(水) / 牧野老人福祉センター

Blood Donation

献血にご協力を

4月10日(土)・11日(日)・17日(土)・24日(土)

5月1日(土)・4日(火)・5日(水)

イオンモール高岡 10:00~16:30

☎ 富山県赤十字血液センター

☎ 076-451-5555

社会福祉課 ☎ 20-1366

子育て支援センター

0歳児~就学前の子どもと保護者が利用でき、子育てに関する相談も受け付けます。

▶ 電話予約制です。事前に各支援センターへお問い合わせください。

※マスクを着用してください。

※館内は定期的に換気しています。体温調節のできる服装でご来館ください。

※ベビーベッドやマットの上でお子さんを寝かせる場合は、バスタオルやおくるみを持参してください。

高岡子育て支援センター

☎ 28-4114、21-7876

御旅屋セリオ8階

時間 10:00~16:00

休み 水曜日

福岡子育て支援センター

☎ 64-2090

福岡健康福祉センター内

時間 9:00~16:00

休み 土・日・祝日

万葉なかよし保育園

子育て支援センター

☎ 22-1881(二上町1105-1)

時間 9:30~15:30

休み 土・日・祝日

	内 容	と き	と ころ	対 象	定 員
高岡子育て支援センター	すくすく (身体計測と健康診断)	4月20日(火) 10:00~11:30		0~3歳児	15組
	8カ月あかちゃんのつどい (手遊び、ふれあい遊び、こどもの健康について)	4月27日(火) 10:00~11:00		令和2年 7・8月生まれ	12組
	ふたごみつごのつどい (ふれあい遊び・情報交換)	5月 7日(金) 10:00~11:00		0~3歳児	5組
	離乳食セミナー (離乳食中期~後期についての話と相談)	5月10日(月) 10:00~11:00	高岡子育て支援センター	8~11カ月児	12組
	ハグくみ baby (ベビーサイン、ふれあい遊び)	5月17日(月) 10:00~11:00		5~11カ月児	12組
	BABY&ママヨガ (体の歪み取り、骨盤矯正、ふれあい遊び)	5月18日(火) 10:00~11:15		4カ月(首座り) ~8カ月児	12組
	タッチケアコミュニケーション (ベビーマッサージ)	5月20日(木) 10:00~11:00		2~7カ月児	10組
福岡子育て支援センター	身体計測と健康相談 (保健師さんに相談できます)	4月13日(火) 10:00~11:00		0~3歳児	10組
	リトミック教室 (リトミック・リズム遊び)	4月22日(木) 10:30~11:30		1~3歳児	10組
	ママケア&リズム遊び (体の歪み取り・骨盤矯正・ふれあい遊び)	4月23日(金) 10:15~11:15	福岡子育て支援センター	8カ月~ 2歳11カ月児	10組
	かみしばい広場 (カンカンおじさんのおはなし)	4月27日(火) 10:45~11:30		5カ月~ 3歳児	10組
	ベビーマッサージ (親子のコミュニケーションを図りましょう)	5月12日(水) 10:30~11:30		4~8カ月児	10組

申込

4月5日(月)から、電話で各子育て支援センターへ。申し込み順。

※初回の人を優先する場合があります。

【広告】

高岡市シルバー人材センター ~ もう一つの人生のお手伝いをします ~

「仕事の説明会のご案内」 高岡市在住の60歳以上で元気な皆様のご参加をお待ちしています

- ① 出張説明会 4月 9日(金) 10:00 ふくおか総合文化センター (Uホール)
- ② ディーア説明会 4月15日(木) 10:00 ふれあい福祉センター ※毎月第3木曜日に開催
- ③ 定例説明会 4月21日(水) 10:00 ふれあい福祉センター ※毎月第3水曜日に開催

【事務局】高岡市博労本町4番1号 (ふれあい福祉センター1階) ☎ 20-1650

これからは手放せない！ マイナンバーカード

メリット1 本人確認書類になる！

メリット2 各種証明書をコンビニで取得できる！

マイナンバーカードをつくるには？
インターネット、郵送、窓口で！

証明書コンビニ交付サービスがお得に！

マイナンバーカードを使えば、コンビニエンスストアなどで下記の証明書を取得できます。**4月1日(木)から**、市役所の窓口よりも**手数料が1通あたり100円お得**になります。

取得できる証明書 住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍全部（個人）事項証明書、戸籍附票の写し

※戸籍関係書類は、住所と本籍のどちらも高岡市の人に限り取得できます。

利用できる時間 午前6時30分～午後11時（店舗の営業時間内。12月29日～1月3日、メンテナンス日を除く）

利用に必要なもの マイナンバーカード、
数字4桁の利用者証明用暗証番号

問合先 市民課 ☎ 20-1338



コンビニ交付サービス

申請・受け取りの臨時窓口を毎月開設しています

とき 4月25日(日)午前9時～午後1時

ところ 市民課、伏木・戸出・中田・福岡支所

※申請してから出来上がるまで、2カ月程度かかります。

※受け取りは、本人が窓口にお越しください。

※受取場所や必要書類は、個人番号カード交付通知書でご確認ください。

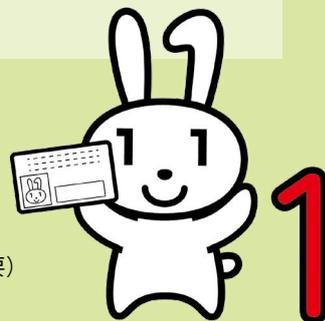


カードの申請方法

問合先 市民課 ☎ 20-1337

メリット3 健康保険証として使える！

- 医療機関や薬局でピッとかざすだけ！受付がスムーズに
- 自分の薬剤情報や特定健診情報をマイナポータル^{*1}で確認できる
- 就職・転職・引っ越しをしてもずっと使える（医療保険者への加入・脱退の届け出は必要）



健康保険証として利用するにはマイナポータル^{*1}での事前登録が必要です

制度の詳細や利用方法など、詳しくはマイナポータルホームページをご覧ください。

必要なもの 「マイナンバーカード読み取り対応のスマートフォン」か「パソコンとICカードリーダー」

※市役所では「パソコンとICカードリーダー」を保険年金課窓口などに設置しています。

※お持ちの保険証も、これまでどおり使用できます。

※利用できる医療機関・薬局は順次拡大され、今後、厚生労働省ホームページなどで公表予定です。

問合先 保険年金課 ☎ 20-1361

※1 マイナポータルとは、子育てや介護などの行政手続の検索や、ワンストップでのオンライン申請などができるサイトです。



マイナポータル

人口 168,783人
(うち外国人 3,724人)
令和3年2月末現在
男 81,865人
女 86,918人

区分	自然増減 (出生-死亡)	社会増減 (転入-転出)	計
令和3年2月中の増減	-110	10	-100
令和3年1月からの増減	-246	114	-132

世帯数 69,453世帯
(うち外国人世帯 2,190世帯)
令和3年2月中の増減 56

市民と市政は
ホームページでも掲載しています
たかおか市民と市政 [検索](#)

アプリ・カタログポケットで「たかおか市政と市民」を配信中！



Delivering Multi Languages!



This Public relations magazine can be read in 10 languages

- ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める
- 読みやすいUDフォントで読めて、サイズも調整できる
- 動画や写真も楽しめる
- 10言語で読める・聞ける（音声読み上げ対応※）



無料 FREE APP

・ブラウザ版は音声読み上げには対応していません。音声読み上げには、無料アプリ（カタログ）のインストールが必要です。