

今年の消防出初式は ケーブルテレビでご覧ください

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、規模を縮小し無観客で実施します。出初式の様子は後日、高岡・射水ケーブルテレビで放送されますので、ぜひご覧ください。

内 検閲・分列行進・式典(消防団特別演技は事前に撮影。一斉放水は中止)

放送日 1月15日(土)～23日(日)

◇出初式のため、通行止めとなります

時 1月8日(土)午前8時～午前10時

所 市役所前通り

問 消防本部警防課 ☎22-3133

中国のお正月を祝う交流会 「春節のつどい」

中国の水餃子と日本の豚汁を作って交流し、春節(中国のお正月)を祝います。

時 1月29日(土)午前10時30分～午後2時30分

所 ふれあい福祉センター

定 50人(申し込み順)

¥ 一般1,000円、会員・中国の人500円、小学生以下無料

申 1月4日(火)～19日(水)に、電話で市日中友好協会へ。

問 市日中友好協会(日曜・祝日は休み) ☎27-1856、多文化共生室 ☎20-1236

催し

餅つき・折り紙体験

時 1月16日(日)午前9時30分～正午

定 20人(抽選)

¥ ①中学生以上1,000円②小学生700円③未就学児500円

申 1月7日(金)まで、直接か郵送、Eメールで、住所・氏名・電話番号・区分(①②③)を、里山交流センター(〒933-0968 高岡市国吉1324-1 ☎satoyama@p2.tcnnet.ne.jp)へ。

所問 里山交流センター ☎31-6617

ミュゼふくおかカメラ館から のお知らせ

①「ハービー・山口×鳥飼祥恵写真展～パラアスリートの肖像～」の会期を延長します

会期 2月27日(日)まで

②コレクション展「IJINとCAMERA展」

カメラ技術に貢献した偉人たちにスポットを当てた展示です。

会期 5月29日(日)まで

◀同時開催 コレクション展「IJINとCAMERA展」

③ニッコールフォトコンテスト写真展

会期 1月13日(土)～2月27日(日)

■いずれも、**時** 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)、12月29日(火)～1月3日(月・祝)、1月11日(火)・12日(水)

¥ 一般500円、65歳以上400円、高校・大学生300円、中学生以下無料

所問 ミュゼふくおかカメラ館 ☎64-0550

芸文ギャラリー・藤井 朱里 個展 あまいものこわい展

富山大学芸術文化学部の藤井朱里さんによる初の個展です(入場無料)

時 1月15日(土)～30日(日)の午前11時～午後7時

所問 芸文ギャラリー(水曜定休)

☎25-6078

わろんがのワークショップ

◇ベジタブルカービングでピクルス作り体験

カービングナイフで彩り野菜に模様を施し、ビンに詰めてマリネ液を注ぎます。完成品はお持ち帰りできます。

時 1月22日(土)午後1時30分～午後3時30分

所 わろんが(水曜定休)

定 10人(申し込み順)

¥ 1,000円

持 ハンドタオル

申 1月4日(火)～14日(金)に、電話で、住所・氏名・電話番号を、商業雇用課か未広開発へ。

問 商業雇用課 ☎20-1289、未広開発 ☎20-0555



クルーズ船写真・ポスター展

クルーズ船の魅力や伏木港周辺の賑わいの様子などを紹介します。



とき	ところ
1月7日(金)～17日(月)	イオンモール高岡
1月24日(月)～2月4日(金)	クルン高岡
2月4日(金)～14日(月)	道の駅「雨晴」

問 みなと振興課 ☎44-0484

高岡古文書ボランティア

時 1月22日(土)午後2時～午後3時30分

対 親しむ会会員で、古文書調査・整理経験のある人、講座受講経験者など

定 10人(申し込み順)

持 筆記用具

申 1月18日(火)午前9時から、電話で、住所・氏名・電話番号を、博物館へ。

所問 博物館(月曜休館) ☎20-1572

JR氷見線で道の駅「雨晴」へ 行こう!キャンペーン



JR氷見線で道の駅「雨晴」へお越しの人に、特製「ピザトースト」2枚をプレゼント。

時 1月21日(金)～3月27日(日)

参加方法

①JR氷見線車内で「車内」か「車窓風景」の写真を撮影する。



▲道の駅「雨晴」HP

②①で撮影した写真を、道の駅「雨晴」2階カフェのレジで提示する。

※詳しくはホームページをご覧ください。

所問 道の駅「雨晴」 ☎53-5661、総合交通課 ☎20-1488

コンプレッサーマジックショー 「Amazing!」

時 3月12日(土)午後2時

¥ 大人1,000円、高校生以下500円(全席指定)

チ 1月10日(月・祝)から販売

販売場所 Uホール、生涯学習センター、まちづくり福岡工房いづく処

※会場内では飲食不可

所問 Uホール

☎64-1030

高岡市出身のマジシャン・コンプレッサーさん▶



(先行給付金)

子育て世帯への臨時特別給付金を支給します

給付額 児童1人当たり一律5万円

対 平成15年4月2日～令和4年4月1日に生まれた児童の保護者のうち、児童手当（本則給付）受給者もしくはそれに準ずる人

※対象者のうち、本市から令和3年9月分の児童手当を受給している人は手続き不要（12月に手当の支給口座へ振り込み済）ですが、それ以外の人は申請が必要です。

申 申請方法は、市ホームページなどでお知らせします。

※受給要件や必要書類などは市ホームページをご確認ください。

問 子ども・子育て課 ☎20-1381



▲市HP

保育園などへの入所の追加募集を行います

令和4年4月入所の追加募集を行います。園により追加募集の有無や年齢などが異なるので、入園を希望する園に直接お問い合わせください。

時 1月7日(金)から **申** 入園を希望する保育園などへ。

問 子ども・子育て課 ☎20-1377



▲市HP

幼稚園・保育園などに在園していない子どもの 幼児教育・保育の無償化申請を受け付けます

対象者は、認可外保育施設、一時預かり、病児保育施設、ファミリー・サポート・センターの保育料・利用料が無償となります。

※無償となるのは、申請・認定後の利用分からです。

※幼稚園・保育園などを利用している、もしくは利用予定の人は、園を通じて手続きしますので、申請は不要です。

対 以下の①②③をすべて満たす人

- ①3～5歳児（所得制限なし）、もしくは市民税非課税世帯の0～2歳児
- ②幼稚園、保育園、認定こども園、事業所内保育施設、企業主導型保育施設に在園していない
- ③保護者が働いているなどで保育の必要がある

申 下記提出期限（必着）まで、郵送で、申請書・保育を必要とする理由の証明書などを子ども・子育て課（〒933-8601高岡市広小路7-50）へ。

提出期限 ■4月から無償化希望の場合…2月10日(木)■5月以降の場合…利用開始月の前月の10日（土・日曜、祝日の場合はその直前の平日）

※申請書はホームページから入手可

問 子ども・子育て課 ☎20-1377



▲市HP

新入学学用品費を援助します

4月に小・中学校に入学する子どもの保護者で、経済的な理由でお困りの人に、必要な費用の一部を援助します。就学援助制度のうち新入学学用品費のみ入学前に受給することができます。

対 次のいずれかに該当する人

- 前年度か今年度に生活保護を停止・廃止された人
- 市・県民税が非課税の人 ■市・県民税の減免を受けている人
- 児童扶養手当か、ひとり親家庭等医療費助成を受けている人
- 上記のほか、収入の程度により援助の必要がある人

申 1月28日(金)（必着）まで、直接か郵送で、学校教育課（〒933-8601高岡市広小路7-50）へ。

問 学校教育課 ☎20-1451

高岡地区広域圏からのお知らせ

◇「家庭系燃やせるごみ指定袋(大)」への広告を募集します

高岡市・氷見市・小矢部市で使われているごみ指定袋です。詳細はホームページをご覧ください。

発行枚数 500万枚(予定)

¥ 1枚15万円(税込)

申 1月4日(火)～31日(月)に、直

接か郵送で、申込書と必要書類を、高岡広域エコ・クリーンセンター(〒935-0035 氷見市上田子字笹谷内50番地)へ。

※申込書はホームページで入手可

問 高岡広域エコ・クリーンセンター

☎91-2100

◇氷見市海浜植物園の催し(氷見市)

■写真展(一般応募いただいた氷見市周辺の写真を展示します)

時 1月14日(金)～2月13日(日)の午前10時～午後4時(入園は午後3時30分)

■スマホで簡単!親子で楽しもう!
海浜植物園フォトウォーク(参加無料)

時 1月30日(日)午前10時30分～午前11時30分

定 親子10組(申し込み順)

申 1月27日(木)まで、電話で住所・氏名・電話番号を、氷見市海浜植物園へ。

■いずれも、**¥** 一般500円、中学生以下300円、4歳未満無料(入園料)

所問 氷見市海浜植物園 ☎91-0100

◇おやべ周遊クーポン(小矢部市)

小矢部市内の加盟店で使えるクーポンを配信しています。

時 3月31日(木)まで

利用方法 おやべ周遊案内のWEB画面か、三井ショッピングパークカード《セゾン》を注文時に提示

問 まちなか周遊推進協議会(小矢部市商工観光課内) ☎67-1760



▲高岡広域エコ・クリーンセンターHP



▲氷見市海浜植物園HP



▲おやべ周遊案内HP

観光交流都市からのお知らせ (長野県飯山市)

◇レストランかまくら村

期間限定で「かまくら」が出現。名物「のろし鍋」もご堪能ください。

時 1月21日(金)～2月27日(日)

所 飯山市信濃平地区

問 (一社)信州いいやま観光局(午前8時30分～午後5時15分) ☎0269-62-3133





福

社

国民年金のスタートは20歳から
納付や免除申請をお忘れなく

20歳到達日（誕生日の前日）の約2週間後に、日本年金機構から「国民年金保険料納付書」「口座振替納付申出書」「学生納付特例申請書」などが送付されます。納付または免除申請がないと、万が一の際に障害年金や遺族年金が支給されない場合がありますので、ご注意ください。詳しくは高岡年金事務所にお問い合わせください。

問 高岡年金事務所 ☎21-4180、
保険年金課 ☎20-1362

うどん大好き教室

対象	曜日	期間・時間
① 小学1・2年生	火	1/18(火)～3/8(火) 17:00～18:00
② 年長児	木	1/20(木)～3/17(木) 17:30～18:20
③ 年中児	木	1/20(木)～3/17(木) 16:30～17:20

■いずれも、

所 東洋通信スポーツセンター

¥ 5,500円(全8回)

持 上履きシューズ

定 12人(申し込み順)

申 ①1月11日(火)午前9時②③1月13日(木)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



ス

ポ



長慶寺室内プールの運動教室

コース	曜日	期間・時間
① 成人A水泳(初級、中級)	水金	1/12(水)～3/11(金) 11:00～12:00
② 成人B水泳(初・中級)	火木	1/11(火)～3/10(木) 14:00～15:00
③ 成人D水泳(初・中・上級)	火木	1/11(火)～3/10(木) 20:00～21:00
④ 女性水泳(初・中・上級)	水金	1/12(水)～3/11(金) 18:40～19:40
⑤ からだ予防改善	水	1/12(水)～3/9(水) 13:30～15:00
⑥ 児童水泳	土	1/15(土)～3/5(土) 15:00～16:00
⑦ フレッシュテニス	水	1/12(水)～3/9(水) 10:00～11:30

定 ①～④⑦各20人⑤10人(申し込み順)⑥30人(抽選)

¥ ①～④各1万2,000円(全16回。一方の曜日のみは8回で6,000円)

⑤～⑦各6,000円(全8回)

申 ①～⑤⑦1月5日(火)午前9時から、受講料を添えて、長慶寺室内プールへ。
⑥1月8日(土)午後3時に、受講料を準備し、長慶寺室内プールへ(定員を超える場合、その場で抽選を行います)



所問 長慶寺室内プール ☎25-6044

国民健康保険・後期高齢者医療制度に
加入している皆さんへ

問 ■国民健康保険の加入者…保険年金課 ☎20-1361
■後期高齢者医療の加入者…保険年金課 ☎20-1481



交通事故などにあったら届け出を

第三者の不法行為でけがなどを負った場合（交通事故にあった、他人の飼い犬に噛まれたなど）で、保険証を使って治療を受けるときは「第三者行為による被害届」を提出してください。

高額になった医療費・介護サービス費を
払い戻す制度があります

◇高額医療・高額介護の合算制度

「世帯内の国民健康保険（後期高齢者医療）の加入者全員が、1年間に支払った医療費・介護サービス費の自己負担額の合計」が基準額（限度額）を超えた場合、申請により払い戻される制度です。

対象期間 8月～翌年7月

■国民健康保険…対象世帯には、申請書を送付します。基準額については、市ホームページをご覧ください。

■後期高齢者医療…対象者には、県後期高齢者医療広域連合からお知らせが届きますので、ご確認ください（今回の限度額は令和2年8月～令和3年7月の所得区分で計算します）

※令和2年8月～令和3年7月に「住所を変更した」「他の医療保険制度から後期高齢者医療制度に移った」などの事由で異動した場合、お知らせが届かないことがあります。その場合は、保険年金課へお問い合わせください。

※医療費・介護サービス費のいずれかの自己負担額が0円か、払い戻し額の合計が500円を超えない場合は対象外です。



▲市HP

市民体育大会スキー競技会

種別 ■スキー…成年男子(35歳以下、36～49歳、50～59歳、60歳以上)、成年女子、少年(高校生)男女、中学生男女、小学生男女(1～3年生、4～6年生)
■スノーボード…成年男子、成年女子、少年(高校生)男女、ジュニア(小・中学生)男女

※結果はホームページに掲載します。

時 2月6日(日)午前9時30分

所 極楽坂スキー場

対 市内に住むか通勤・通学する人、市スキー連盟に所属する人

※小・中学生は保護者の同意と、当日の成人の同伴が必要

申 1月17日(月)まで、申込用紙を体育協会へ。

※申込用紙はホームページで入手可

問 体育協会 ☎26-5225



▲体育協会 HP

健康ミニ講座

Health Course

乳がんの手術後も温泉に入りたい… そんな願いを叶える入浴着



乳がん患者さんから、よく「手術の後に銭湯や温泉に行けますか」と質問されます。「自分はいいいけれど周りの人を不快にさせるのでは」と尻込みされる方が多く、非常に残念に思います。

そんな患者さんたちの声を受けて、令和3年8月、畿央大学の研究グループが使い捨ての入浴着を開発しました。入浴着とは、傷あとをカバーするために作られた専用の入浴肌着です。厚生労働省は「清潔な状態で使用する場合、衛生管理上の問題はない」と理解を求めています。あまり知られていないのが現状です。銭湯で入浴着を使用し、施設の人から注意されてしまった方もいらっしゃる。少しでも多くの方に入浴着について知っていただき、「肌にも人にも優しい温泉・銭湯」が増えしてほしいと願っています。

入浴着や使用可能施設については、乳がん診療を行っている病院でご案内できますので、お気軽にお問い合わせください。

飯田 外科医長

問 市民病院総務課 ☎23-0204

公認心理師・臨床心理士による 心の健康相談

心の悩みを一人で抱え込まずに、相談してみませんか。

時 1月19日(木)午前10時～午前11時30分
所 保健センター
申 1月14日(金)まで、健康増進課へ。
問 健康増進課 ☎20-1345

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 1月26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 ☎20-1346

みんなの掲示板

◇高岡税務署の確定申告・相談は、 2月1日(火)から

受付時間 午前9時～午後4時（土・日曜、祝日は除く）

申告会場への入場には「入場整理券」が必要です。当日会場で配布しますが、国税庁LINE公式アカウントからのオンライン事前取得も可能です。

※2月1日(火)の入場整理券は、1月22日(土)からオンラインでの事前取得可能。

所問 高岡税務署
☎21-2501



▲国税庁LINE公式アカウント

健康

糖尿病教室

内 ■1月12日(木)…合併症、糖尿病と検査 ■19日(木)…食事療法 ■26日(木)…薬物療法、運動療法

時 午後2時～午後3時30分

対 成人男女

持 筆記用具、(26日(木)に参加する人のみ)履きなれた靴、(お持ちであれば)お薬手帳、検査データの用紙、糖尿病連携手帳

所問 市民病院 ☎23-0204

◇カンボジアの地雷撤去のために 書き損じハガキなどを集めます

換金し、地雷撤去団体へ寄付します。

対 書き損じ・未使用のハガキ、未使用の切手やテレホンカードなど

送付方法 3月31日(木)(必着)まで、郵送で(一財)カンボジア地雷撤去キャンペーン(〒814-0002福岡県福岡市早良区西新1-7-10-702)へ。

問 (一財)カンボジア地雷撤去キャンペーン事務局 ☎092-833-7575

◇令和4年度専攻科入学者選抜

定 約40人(園芸科)

志願資格 高校卒業・卒業見込み、または同等以上の学力を有する人

入学検査日 3月10日(木)

申 2月14日(月)～17日(木)正午に、富山県立小矢部園芸高等学校へ。

※募集要項は2月17日(木)まで、富山県立小矢部園芸高等学校事務室がホームページで入手可

問 富山県立小矢部園芸高等学校 ☎67-1802

【広告】

健康保険適用で
ご自宅でもマッサージが
受けられます。

(医師の同意書が必要です。)

詳細は、
お気軽にお問い合わせください。

営業時間 9:00～18:00(要予約)
定休日 日曜・祝日

はり・灸・マッサージ
わかば

高岡市内免1-5-30
☎(0766) 75-0426

お試し体験受付中

【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、
北陸福祉会の
「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

2022