

図書館からの オススメ新刊情報

折れない言葉

五木寛之著 毎日新聞出版

日常なことわざ、耳慣れた格言、旧友が呟いたひとこと…振り返れば、ありふれた言葉こそが悩み多き人生を支えてくれた。作家・五木寛之の名言をめぐるエッセイ集。

ドキュメント <アメリカ世(ゆー)>の沖繩

宮城修著 岩波書店

50代、家のことで困ってます。

長谷川高著 WAVE出版

柳田國男先生随記

今野圓輔著 河出書房新社

リセット!仕事服 新しい生活様式にふさわしい男の服選び

松はじめ著 技術評論社

世界をゆるがしたアート クールベからバンクシーまで、タブーを打ち破った挑戦者たち

スージー・ホッジ著 清水玲奈訳 青幻舎インターナショナル

大河への道

立川志の輔著 河出書房新社

つくって役立つ!防災工作 水・電気・ガスが使えない暮らしを考える

プラス・アーツ監修 学研プラス

◇読み終えた本を譲ってください

高岡市に関する郷土資料や絵本などの児童書を譲ってください。図書館の資料として活用します。

問 中央図書館 ☎20-1818



学

ぶ



博物館からのお知らせ

◇郷土学習講座「越中の嫁のれん」

時 6月25日(土)午後2時～午後3時30分

講師 嘉瀬井恵子氏(富山大学地域連携戦略室 特命助教)

定 30人(申し込み順)

¥ 一般300円、親しむ会会員200円

申 6月21日(火)午前9時から電話かファクス、Eメールで住所・氏名・電話番号・親しむ会入会の有無を博物館(FAX 20-1570 ☎ info@e-tmm.info)へ。

◇高岡古文書ボランティア

時 6月18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

持 筆記用具

■いずれも所 問 博物館 ☎20-1572

古文書を学ぶ会

◇「越中出来帛と役銀」一高岡市史料集 第3集より一

時 6月18日(土)、7月16日(土)、8月13日(土)、9月17日(土)の午前10時

所 生涯学習センター

定 20人(申し込み順)

¥ 資料代200円

持 筆記用具

申 6月7日(火)から、直接か

電話、郵送、ファクス、Eメール、電子申請で、住所・氏名

・電話番号を、中央図書館(〒933-0023 高岡市末広町1-7 FAX 20-1819 ☎ t-chuo@city.takaoka.lg.jp)へ。

※申込書は市ホームページから入手可

問 中央図書館 ☎20-1566



市HP



電子申請

高岡市民美術展

絵画Ⅰ(日本画)、絵画Ⅱ(洋画)、彫刻、工芸、書、写真の6部門の入選・入賞作品や招待作品を展示します。

時 6月25日(土)～7月9日(土)の午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで。月曜休館)

◇出品する場合

下記の搬入日(部門ごとに異なります)に作品を搬入し、申し込んでください。

■絵画Ⅰ(日本画)、絵画Ⅱ(洋画)、書…6月16日(木)

■彫刻、工芸、写真…6月17日(金)

※搬入時間は、いずれも午前10時～午後6時(時間厳守)

所 問 美術館 ☎20-1177



催

し



第235回TAKAOKA 西へ東へ。パープルお出かけコンサート

◇みんなで歌おう高岡第九公演ブレコンサート2「ふるさとに寄す」

出演 女声合唱団「どるちえ」

指揮 長谷部律子

ピアノ 松村沙織里

プログラム 「三声のミサ」より kyrie eleison、「メサイヤ」よりハレルヤ ほか

時 6月25日(土)午後1時30分開演

所 文化芸能館・能楽堂

定 入場制限あり(先着順・申込不要)

¥ 無料

問 文化振興事業団 ☎20-1560

高岡法科大学公開講座 「国際情勢と法」

時 7月9日(土)、16日(土)、23日(土)、30日(土)の午後2時～午後3時30分

所 生涯学習センター

定 25人(申し込み順) ¥1,000円

申 6月5日(日)～7月5日(火)に、直接か郵送、ファックス、Eメールで、住所・氏名・年齢・電話番号・講座名を文化振興事業団(〒933-0023 高岡市末広町1-7 FAX 20-1658 ☎ kouza@takaoka-bunka.com)か生涯学習センターカウンターへ。

問 文化振興事業団 ☎20-1450

❗ 感染症拡大防止のため、お知らせした内容が変更となる可能性があります。最新情報はホームページや担当課などでご確認ください。また、催しなどに参加する際はマスクの着用など感染防止対策の徹底にご協力ください。

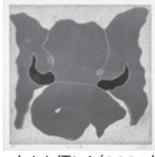
芸文ギャラリー展覧会

◇畦地拓海版画展パーブピム —記憶の中に息づく—

時 6月23日(木)～7月3日(日)の午前11時～午後7時(水曜定休)

所問 芸文ギャラリー

☎25-6078



▲大きな優しさ(2021作)

高岡スタートアップ塾

自社経営の改善・変革のきっかけづくりや仲間づくりの場です。県西部地域の偉人や、高岡出身経営者の取り組みなどを学びます。

日付(全5回)	時間	場所
6月23日(木)	19:00～21:00	高岡商工ビル 4階会議室
8月20日(土)	17:30～19:00	
10月20日(木)	19:00～21:00	
12月1日(木)	17:30～19:00	
令和5年 2月16日(木)	19:00～21:00	

対 創業5年未満の経営者、創業予定者などで、原則5回の講座全てに参加できる人

定 20人(申し込み順)

¥ 2,000円

申 6月10日(金)まで、電話、申込フォームなどで、高岡商工会議所☎23-5007へ。

問 産業企画課☎20-1395



申込フォーム

企画展「松龍&Ritsuko Matsushitaふたり展」

国内外で評価が高まる作家夫妻による2人展。

時 6月4日(土)～7月10日(日)の午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで。月曜休館)

¥ 一般500円、65歳以上400円、高校・大学生300円、中学生以下無料

◇作家によるトークショー

時 6月4日(土)午後2時

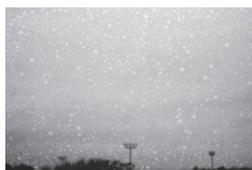
定 20名(要電話申込)

所問 ミュゼふくおかカメラ館

☎64-0550



▲松龍「499 seconds」より



▲Ritsuko Matsushita「空を仰ぎ、彼らを見送る」より

五位山交流館へ行こう

①梅干しづくり教室

時 7月3日(日)午前10時～正午頃

¥ 2,500円/人(梅2kg含む)

持 エプロン・ゴム手袋・漬ける容器(5L以上の瓶や壺)・三角巾・筆記用具

定 10人

②ジャガイモ掘り体験(試食なし)

時 7月9日(土)午前10時～正午頃

¥ 1,000円/組(お土産3kg、保険代)

定 10組

持 軍手・長靴・シャベル・ナイロン袋・水筒・タオルなど

申 ①は6月20日(月)(必着)まで、②は6月27日(月)(必着)まで、ハガキで住所・参加者全員の名前と年齢・日中連絡のつく電話番号を五位山交流館(〒939-0152高岡市福岡町五位356)へ。

※抽選のうえ、当選者に連絡します。当日は感染予防対策を実施し、具合が悪い場合は参加を控えてください。

所問 五位山交流館☎65-1122

里山交流イベント 竹細工体験

時 6月26日(日)午前9時30分～正午(雨天決行)

対 小学生以上

定 20人(抽選)

¥ 700円

申 6月13日(日)正午まで、直接か郵送、Eメールで、住所・氏名・電話番号・参加人数を、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

藤子・F・不二雄ふるさとギャラリー 新しい展示が始まります

◇藤子・F・不二雄 原画展「タイムトラベル～過去・未来～」(後期)

時 6月1日(木)～11月27日(日)の午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで。月曜定休)

¥ 一般500円、高校生・中学生300円、小学生・幼児200円、3歳以下無料

所問 ふるさとギャラリー☎20-1170

催し

男女共同参画について考えませんか

①企画講座 「誰もが生きがいを 感じられる社会を目指して～性別役割分担意識ってなに?～」

講師 小野直子氏(富山大学学長補佐、同大学ダイバーシティ推進センター長)

時 6月25日(土)午前10時～午前11時30分

所 ウイング・ウイング高岡4階ホール

定 50人(申し込み順・Zoom参加可)

申 電話かファクス、Eメールで、男女平等推進センター(FAX 20-1815) gec@city.takaoka.lg.jp)へ。

②特設図書コーナー

時 6月1日(木)～30日(木)

所 男女平等推進センター、中央図書館

■いずれも、**問** 男女平等推進センター☎20-1810

夏のわくわくワークショップ

①日本の楽器、日本のおどりに挑戦

内 ■7月10日(日)…箏曲、尺八、民謡 ■7月24日(日)…日舞、民踊、小唄、琵琶

時 午後1時～午後3時30分(予定)

定 10日(日)…30人、24日(日)…40人(申し込み順)

②体験型ワークショップ「お能に親しむ」

内 能楽の見学、体験など

時 7月31日(日)午後1時～午後3時(予定)

定 30人(申し込み順)

■いずれも、**所** 文化芸能館

対 ①小学生以上②小学5年生以上
※小学生は保護者の同伴が必要

¥ 無料

申問 6月7日(火)から、電話で、住所・氏名・生年月日・電話番号を、芸術文化団体協議会☎20-1560へ。

わろんがのワークショップ

みんなで楽しくパステル画を描こう

時 6月24日(金)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

申問 6月1日(木)から、電話で、住所・氏名・電話番号を、商業雇用課☎20-1289か末広開発☎20-0555へ。

◎ アイコンの説明
内 内容
時 とき
所 ところ
対 対象
定 定員
¥ 料金
持 持ち物
申 申し込み
問 問合先

サンライフ高岡の教室

教室名	曜日	期間	時間	定員	受講料(円)
①リフレッシュヨガ	火	7/ 5~9/27	9:45~10:45	20	7,500
②簡単ストレッチ&フットマッサージ	火	7/ 5~9/27	9:30~10:30	17	6,500
③美温活リンパストレッチ	火	7/ 5~9/27	10:45~11:45	17	7,500
④自彊術	火	7/ 5~9/20	13:00~14:30	17	6,500
⑤パンチエクササイズ	火	7/ 5~9/27	19:30~20:30	20	6,500
⑥健康リズム体操	水	7/ 6~9/28	10:00~11:30	40	5,500
⑦機能改善体操	水	7/ 6~9/28	10:00~11:00	20	6,500
⑧マットピラティス	水	7/ 6~9/28	14:00~15:00	20	8,500
⑨マットピラティス	木	7/ 7~9/29	19:30~20:30	20	8,500
⑩姿勢改善ストレッチ	水	7/ 6~9/28	19:00~20:00	18	7,500
⑪健康ヨガ	木	7/ 7~9/29	10:30~11:30	20	7,500
⑫ひざ・腰ストレッチ体操	木	7/ 7~9/29	10:00~11:00	17	7,500
⑬ひざ・腰ストレッチ体操	木	7/ 7~9/29	14:00~15:00	20	7,500
⑭ひざ・腰ストレッチ体操	金	7/ 1~9/30	10:30~11:30	20	7,500
⑮スポーツフラダンス	木	7/ 7~9/22	13:30~14:30	17	7,000
⑯筋膜リリースストレッチ	木	7/ 7~9/29	18:30~19:30	20	7,500
⑰ウォーキング・健康リズム体操	金	7/ 1~9/30	9:30~10:30	40	5,500
⑱ストレッチ・健康リズム体操	金	7/ 1~9/30	10:40~11:40	40	5,500
⑲セルフ整体	金	7/ 1~9/16	13:00~14:30	20	7,000
⑳からだ改善ヨガ	金	7/ 1~9/30	19:00~20:00	20	7,500
㉑かんたんエアロビ	金	7/ 1~9/30	19:30~20:30	17	7,500
㉒太極拳	土	7/ 2~9/24	10:00~11:30	40	5,500
㉓効果的トレーニング	土	7/2・8/6・9/3	18:30~19:30	20	4,000
㉔いろいろ楽しいレッスン	土	7/2~9/24	10:00~11:00	20	8,000

持 運動できる服装、上履きシューズ
申 6月7日(火)から受講料を添えてサンライフ高岡へ。
所 問 サンライフ高岡 ☎44-7073

1曲踊ろう♪エンジョイ☆ダンス

開催日(全7回)	時間	定員	受講料(円)
6/30(木)、7/7(木)、13(木)、21(木)、27(木)、8/4(木)、10(木)	19:30~20:30	20	3,500

対 一般(中学生以上)※申し込み順 **申** 6月8日(水)から受講料を添えてUホールへ。
所 Uホール **問** 遊・Uクラブ ☎64-1437

みんなの掲示板

◇あいの風とやま鉄道ファンクラブ会員募集

特典 会員限定イベントへの招待、1日フリー乗車券の進呈、県立文化施設の観覧割引など
¥ 個人会員1,000円(年会費) ※親子会員、法人会員も有
申 郵送かファクス、ホームページで、あいの風とやま鉄道(〒930-0001 富山市明輪町1番50号 ☎076-444-1320)へ。
 ※申込書はホームページや、あいの風とやま鉄道有人駅で入手可
問 あいの風とやま鉄道(平日午前8時30分~午後5時15分) ☎076-444-1300



あいの風とやま鉄道

◇【事業主様へ】働き方改革推進支援センター富山に相談ください

労務関係全般のお悩みに社会保険労務士が無料で対応します。企業訪問も行います。
対 事業主、労務・経理担当者
問 働き方改革推進支援センター富山 ☎0800-200-0836(平日午前9時~午後5時)

◇つばき講習会

内 さし木と接ぎ木の仕方
時 7月3日(日)午後1時~午後4時
所 おとぎの森 森のふれあい館
¥ 材料費1,500円(接ぎ木用台木・用土を持参の人は不要)
申 問 7月2日(土)まで、電話で、高岡つばき愛好会 ☎31-4360へ。

スポーツ

体育協会からのお知らせ

◇はじめて習う柔道教室
時 7月16日(土)~8月27日(土)の毎週 土曜日の午後5時30分~午後7時(全6回)

所 県営高岡武道館
対 年中児~小学6年
定 20人(申し込み順)
¥ 1,000円(保険料含む)
持 タオル、飲み物
申 6月13日(月)~24日(金)に、受講料を添えて体育協会へ。

◇ジュニアバレーボールコース

時 6月23日(休)~7月21日(休)の毎週 木曜日の午後7時~午後8時30分(全5回)

所 竹平記念体育館
対 市内の小学生
定 20人(申し込み順)
¥ 3,500円
申 6月6日(月)午前9時から、受講料を添えて体育協会へ。

◇市民歩こう会

コース	とき	集合場所
氷見 大浦運動公園(約6km)	6月19日(日) 9:20	JR氷見線 島尾駅(解散場所は別)
高岡西部運動公園~道の駅万葉の里高岡(約7km)	7月3日(日) 9:15	あいの風とやま鉄道 西高岡駅(解散場所は別)

¥ 各200円(会員は無料。交通費は自己負担) **持** 昼食
■ いずれも、**問** 体育協会 ☎26-5225

◇クルンで歌おう♪

地元ミュージシャンによるアコースティック音楽ライブ。ハーブ演奏、フォーク、J-POP、ボサノバ、沖縄POPSなど。
時 6月12日(日)午前11時~午後3時
所 クルン高岡2階デッキテラス(雨天時はクルン高岡地下街)
¥ 無料 **問** TSB商店会 ☎22-6767

◇伝統文化茶道親子体験教室

時 7月9日(土)、23日(土)、8月~令和5年1月の第1・3土曜日午前10時~午前11時30分
所 生涯学習センター6階茶室ほか
¥ 親子300円/回(お茶・お菓子代) ※別途、開講時にふくさなどを購入
申 問 氏名・保護者名・住所・電話番号・学校名を茶道清風の会 広羽 ☎090-3886-8526まで

健康

糖尿病教室

内 ①6月8日(木)…合併症、検査について②15日(木)…食事療法
③22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
料 無料
持 筆記用具、(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、(③に参加する人のみ)履きなれた靴、動きやすい服装
所 市民病院 ☎23-0204

**新たな魅力発見!
楽しく気軽にウォーキング**

◇戸出の歴史名所をあるくコース
時 6月14日(火)午前9時～11時
所 戸出コミュニティセンター集合
定 30人(申し込み順)
料 無料
持 マスク着用、タオル、飲み物、帽子、(お持ちの人は)ウォーキングマップ、上履き(雨天時のみ)
申 6月1日(木)から、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



障害基礎年金を請求できます

対 国民年金に加入しており、64歳までに障害等級表1級・2級(身体障害者手帳の等級とは異なります)になった人
※20歳未満の人が障害等級1級・2級の場合、20歳から請求できます。
申 保険年金課 ☎20-1362

**国民健康保険税の納付は
口座振替が便利です**

国民健康保険税は世帯主に課税されます。
納付方法 下記の①②③のいずれか
①口座振替
※パソコン・スマホから口座振替の手続きができるようになりました。詳しくはコチラ▶  市HP

②納付書払い(金融機関、コンビニ、スマホ決済などでの納付)
③世帯主の年金からの引き落とし(以下の要件をすべて満たす世帯は年金からの引き落としになります。)
■世帯主自身が国民健康保険の被保険者
■世帯内の国民健康保険の被保険者が全員65歳以上75歳未満
■対象となる年金の年額が18万円以上で国民健康保険税と介護保険料の合算額が、その年金の年額の1/2を超えない
※手続きにより、年金からの引き落としを口座振替に変更できる場合もあります。
申 保険年金課 ☎20-1357

福祉

後期高齢者医療保険料のお知らせ

7月に、今年度の後期高齢者医療保険料の決定通知書を送付します。
納付方法 原則年金天引きですが、年金天引きができない人(年金額が一定額未満など)や、新たに後期高齢者医療の被保険者となった人は、納付書か口座振替で納付してください。

保険料率 ■所得割率…8.82%
■均等割額…4万6,800円
◇被用者保険の被扶養者だった人は、保険料が軽減されます
内 ■所得割額…負担なし
■均等割額…加入後2年間、5割軽減
対 後期高齢者医療制度に加入する前日に、被用者保険(国民健康保険、国民健康保険組合以外の健康保険)の被扶養者だった人
問 保険年金課 ☎20-1481

オレンジ倶楽部(要予約)

認知症の人やその家族の集いの場です。

とき	ところ	予約先
6月4日(出) 13:30～15:30	社会福祉協議会館	光ヶ丘病院 ☎63-5353
6月23日(木) 13:30～15:30	戸出コミュニティセンター	特別養護老人ホームはるかぜ ☎63-8820

問 高齢介護課 ☎20-1165

国民健康保険特定健康診査と後期高齢者の健康診査 **問** 保険年金課①☎20-1296②☎20-1481

国民健康保険加入者(40～74歳)と後期高齢者医療制度加入者へ、健康診査受診券を郵送します。(健診項目を含む人間ドック申込者は除きます)
※実施機関は、ホームページをご覧ください。
※新型コロナウイルスの影響により、健診期間を変更・休止する場合は、市ホームページでお知らせします。



①国民健康保険特定健康診査(無料)
身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査などを行い、生活習慣病の予防や発見に役立ちます。
対 令和4年4月末現在の高岡市国民健康保険加入者(40～74歳)
健診期間 6月1日(木)～10月31日(月)
※昭和22年8月1日～10月31日生まれの人は、6月1日(木)から誕生日前日までに受診してください。

②後期高齢者の健康診査(無料)
生活習慣病の早期発見や、高齢期の健康保持・増進を目的に行います。
対 ①令和4年4月末現在の後期高齢者医療制度加入者②昭和22年5月1日～7月31日生まれの人(受診券は8月末に送付)
健診期間 ①6月1日(木)～10月31日(月)
②9月1日(木)～10月31日(月)
※昭和22年8月1日以降生まれの人は、現在加入の健康保険で健診を受けてください。

※以下の人は受診を控えてください。
■発熱、咳、喉の痛み、鼻水、倦怠感などの風邪症状や、味覚・嗅覚障害などの症状がある
■2週間以内に新型コロナウイルス患者(疑いがある患者含む)と接触歴がある
■2週間以内に感染者が多く発生している地域や国への行動歴がある

◎アイコンの説明
内 内容
時 とき
所 ところ
対 対象
定 定員
料 料金
持 持ち物
申 申し込み
問 問合先