

❗ 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。

生涯学習センター講座

講座名	内 容	と き	と ころ	料 金	定 員
①聖武天皇・光明皇后と正倉院宝物の美	(1)正倉院の構造、また光明皇太后による宝物奉献	12月2日(金) 14:00～15:30	生涯学習センター	500円 (2講座)	50人 (2講座) ※申し込み順
	(2)正倉院宝物について-漆工・金工を中心に	12月9日(金) 14:00～15:30			
②日本海学講座	気候変動がもたらす日本海の環境変化	12月17日(土) 14:00～15:30		無料	50人 ※申し込み順

申 11月5日(土)～①11月25日(金)②12月16日(金)に、直接か郵送、ファクス、Eメールで、希望講座名・住所・氏名・電話番号を文化振興事業団(〒933-0023高岡市末広町1-7ウイング・ウイング高岡内 **FAX** 20-1658 **E** kouza@takaoka-bunka.com)か、生涯学習センターカウンターへ。
 ※電話や申し込み期間外の申し込みは不可
 ※受講票は発行しません。受講不可の場合、連絡します。
問 文化振興事業団 **TEL** 20-1450



みんなの掲示板

◇**国宝瑞龍寺×YOGA**
 清められた空間で、やさしいヨガを始めませんか。月に1度など通い方はご相談ください。身体が硬い、体力に自信がない、老若男女など大歓迎です。(ヨガマットレンタルあり)
時 毎週火・土曜日の午前9時45分～午前11時
所 瑞龍寺大蔵庫
¥ 1,500円/回(拝観料込み)
申問 ヨガライフ富山(宮田)
TEL 090-4321-6696
E zuiryuyiyoga@gmail.com
 ◇**第三十九回瑞龍寺宝物展**
内 前田利常公奉納の宝物30点余り
時 11月3日(木・祝)～5日(土)の午前10時～午後4時
¥ 500円(拝観料別途必要)
 ※保存会会員証を提示の人は無料
所問 瑞龍寺 **TEL** 22-0179
 ◇**雪かき支援ボランティア募集**
 降雪期に、自力による除雪が困難な世帯の除雪をするボランティアの募集をします。
内 市内個人宅の除雪(玄関から公道まで)
時 令和5年1月～2月末
申 11月1日(火)～令和5年2月24日(金)まで高岡市ボランティアセンターへ。
問 高岡市ボランティアセンター **TEL** 21-7883

◇**第17回高岡市ボランティア広場**
内 ボランティアグループや小・中学校・高等学校・大学等による活動紹介パネル展
時 11月12日(土)・13日(日)終日
所 ふれあい福祉センター
 ※11月中旬頃にYouTube配信予定
問 実行委員会事務局 **TEL** 21-7883
 ◇**富山県最低賃金が改定されました**
内 10月1日から、県内最低賃金が時間額908円になりました。この最低賃金は県内の事業所で働く全ての労働者に適用されます。
問 富山労働局 **TEL** 076-432-2735
 ◇**求職者支援訓練受講者募集**
内 ビジネスパソコン・Web科
時 12月26日(月)～令和5年3月25日(土)
所 クレセントパソコンスクール
定 9人(選考あり)
¥ 無料(テキスト代別途必要)
申問 12月2日(金)までハローワーク高岡 **TEL** 21-1515、雇用支援機構富山支部 **TEL** 28-6900へ。
 ◇**クルンで歌おう♪**
 地元アマチュアミュージシャンによるアコースティック音楽ライブ。ハープ演奏やバンド、ギター弾き語りなど。
時 11月13日(日)午前11時～午後3時
所 クルン高岡地下街 憩いの路
¥ 無料
問 TSB商店会 **TEL** 22-6767

◇**高岡市民文化振興事業団職員募集**
内 事務職(一般職)1人程度
第1次試験日 12月11日(日)
所 市役所8階
対 昭和62年4月2日以降に生まれた人で、令和5年3月までに学校教育法に基づく大学(短期大学は除く)を卒業した人が、卒業見込みの人
申 11月25日(金)まで、直接か郵送で文化振興事業団(〒933-0023 高岡市末広町1-7 生涯学習センター3階)へ。
 ※詳細は文化振興事業団ホームページをご覧ください。
問 文化振興事業団 **TEL** 20-1450
 ◇**国税に関する一般的なご相談は電話相談センターをご利用ください**
時 午前8時30分～午後5時(土日・祝日・年末年始を除く)
利用手順 **TEL** 21-2501から音声案内に従い「1」を選択
 ※税務署での面接相談は事前予約が必要です。
問 高岡税務署(自動音声案内) **TEL** 21-2501



五位山秋の収穫祭

五位山地域で収穫された新鮮な秋野菜や林産物等の直売会を開催します。

時 11月13日(日)午前9時～正午
所 モンラック・タカオカ(旧とやま・ふくおか家族旅行村)
問 地域振興交流課 TEL 64-1427

富山地方事務局とコラボ 相続・遺言に関する資料展示

時 11月8日(火)～12月28日(水)
所 中央図書館 TEL 20-1566

江戸時代の町人風俗

内 「高岡市史料集 第33集」掲載の解説文より解説
時 11月19日(土)午前10時
所 生涯学習センター5階研修室503室
定 20人(申し込み順)
¥ 資料代 100円
持 筆記用具
申 11月8日(火)から直接か電話、郵送、ファクス、Eメールまたは電子申請フォームで申込書を中央図書館(〒933-0023高岡市末広町1-7 FAX 20-1819 E-mail: t-chuo@city.takaoka.lg.jp)へ。
問 中央図書館 TEL 20-1566

観光交流都市(七尾市)からのお知らせ

◆能登和倉万葉の里マラソン 2023 参加者募集中!

日本の原風景を色濃く残す、世界農業遺産に認定された能登の「里山里海」を体感できるマラソン大会が4年ぶりに開催されます。早春の穏やかな七尾湾を眺めながら走ってみませんか。

時 令和5年3月12日(日)
所 七尾市和倉温泉周辺
申 11月30日(木)まで R U N N E T から(インターネットのみ)
 ※詳細は七尾市ホームページをご覧ください。
問 七尾市交流推進課 TEL 0767-53-8424

芸文ギャラリー

◆展示会 Emotion
内 グラフィックデザイナーによるポスターの展覧会
時 11月4日(金)～12日(土)の午前11時～午後7時
 ◆展示会 TommyDining 28th
内 富大ものづくりサークルによる雑貨の展示販売
時 11月24日(木)～12月4日(日)の午前11時～午後7時
■ いずれも、**所** 芸文ギャラリー(水曜定休) TEL 25-6078

わろんがのイベント

◆企画展 ハンドメイドリース展
 季節にちなんだ数々のリースを展示します。
時 11月1日(火)～29日(火)
所 わろんが(水曜定休)
問 商業雇用課 TEL 20-1289、末広開発 TEL 20-0555

里山交流イベント リンゴ狩り

時 11月13日(日)午前9時30分～正午(当日の天候により、中止の場合あり)
定 30人(抽選、当選者に案内を送付します)
¥ ①中学生以上1,000円②小学生700円
申 11月7日(月)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・区分(①②)を、里山交流センター(〒933-0968高岡市国吉1324-1 E-mail: satoyama@p2.tcnet.ne.jp)へ。
 ※電話での申し込みは不可
所 里山交流センター TEL 31-6617

サンライフ高岡の教室

◆お正月をミニ盆栽で飾りましょう
時 12月13日(火)午後1時30分～午後3時30分
定 15人
¥ 800円(材料費別)
申 11月6日(日)9時から受講料を添えてサンライフ高岡へ。
問 サンライフ高岡 TEL 44-7073

催し

おたやじん 御旅屋人マーケット



居酒屋、パン、コーヒー、クラフトビール、古着など高岡市内のお店を中心にに出店します。
時 11月20日(日)午前11時～午後6時
所 御旅屋セリオ地下1階、御旅屋メルヘン広場、御旅屋通り
問 商業雇用課 TEL 20-1289

海と灯台ウィーク



期間中に道の駅雨晴にて、岩崎ノ鼻灯台オリジナル記念バッジ、シーリングをプレゼントします。
時 11月1日(火)～8日(火)
問 みなと振興課 TEL 44-0484

Eフェスタ2022

～みんな集まれ!Eいいまちつくろ!～

E ネット(男女平等推進センター登録活動団体ネットワーク)による企画です。

◆展示
時 11月19日(土)～23日(水・祝)の午前9時～午後9時(土・日・祝日は午後5時まで)
 ◆ワークショップ
時 11月19日(土)・20日(日)・23日(水・祝)の午前10時～午後4時(23日は午前11時30分まで)
 ◆つながりマルシェ
時 11月23日(水・祝)午後0時30分～午後4時
■ いずれも、**所** 男女平等推進センター(ウイング・ウイング高岡6階)
問 男女平等推進センター TEL 20-1810

◎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 問い合わせ先



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。

万葉歴史館の催し 所 万葉歴史館 TEL 44-5511

山口千代子 万葉衣装ファッションショー

越中万葉の歌人を中心とした、古代衣装研究家・山口千代子制作の万葉衣装コレクションショー。

時 11月3日(木・祝) 午後2時～



正月特別展示

万葉歴史館の収蔵品から正月を感じられる作品を展示します。正月の雰囲気を楽しんでください。

時 11月30日(木)～令和5年1月30日(月)の午前9時～午後5時
(入館は午後4時15分まで)

¥ 一般300円、65歳以上240円、中学生以下無料、
団体(20人以上)240円

休館日 毎週火曜日、年末年始(12月29日(木)～令和5年1月3日(火))



博物館の催し 所 博物館 TEL 20-1572

呈茶の会 ー博物館の松聲庵で抹茶を楽しみませんかー

紅葉の季節、爽やかな日差しが降り注ぐ博物館の茶室「松聲庵」で、お茶席をお楽しみいただけます。

時 11月5日(土) 午前10時～午後3時(受付は午後2時30分まで)

所 博物館 茶室「松聲庵」

¥ 500円(お菓子付)※茶券は当日受付にて販売



郷土学習講座 「知の拠点「山本読書室」と越中高岡 ー京都本草学と幕末高岡町医者たちの教養をめぐってー」

講師 吉野 俊哉氏(富山県[立山博物館]主任専門員)

時 11月12日(土) 午後2時～午後3時30分(開場は午後1時)

定 30人(申し込み順)

¥ 300円(親しむ会会員200円)

申 11月8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。

博物館に親しむ会「高岡古文書ボランティア」

時 11月19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 Bや2Bの柔らかい鉛筆、消しゴム

館蔵品展「新資料展」

本展では、近年博物館で収集した新資料・未公開資料などを中心に展示・紹介します。

時 11月26日(土)～令和5年1月15日(日)の午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

¥ 無料

休館日 毎週月曜日、年末年始(12月29日(木)～令和5年1月3日(火))

福岡町元旦健康マラソン

令和5年の元旦に、約4キロのコースを走ります。

時 令和5年1月1日(日)午前7時

受付時間 午前6時15分～午前6時45分

所 Uホール

対 小学生以上(自力で完走可能な人)

定 200人(申し込み順)

※定員になり次第、締め切ります。

¥ 1人300円

申 11月14日(月)午前9時～12月23日(金)午後5時までに参加料を添えて、直接、福岡町元旦健康マラソン実行委員会(Uホール内)へ。
※新型コロナ感染拡大防止対策として、事前の受け付けのみで、当日の受け付けは行いません。

問 福岡町元旦健康マラソン実行委員会 **TEL** 64-1436

市民歩こう会

コース	とき	集合場所
万葉コース (約5km)	11月20日(日) 9:30	伏木正法寺 (解散は越乃庭)

¥ 200円(会員は無料。交通費は自己負担)

※集合場所へ自家用車で行かれる場合は、係員の指示に従い伏木中学校敷地内に駐車願います。

問 体育協会 **TEL** 26-5225

健康ウォーキング教室

◇二上・射水神社周辺コース

ヘルスボランティアと一緒に、身近な自然・歴史・文化など地域の見どころを巡ります。(雨天決行)

時 11月9日(木)午前9時～午前11時

所 万葉社会福祉センター集合

定 30人(申し込み順)

¥ 無料

持 タオル、飲み物、帽子、上履き、(お持ちの人のみ) ウォーキングマップ

申問 電話で住所・氏名・電話番号を健康増進課 **TEL** 20-1391へ。



毎月開催！親子向けイベント 月2回開催しています

①ミュージックベル演奏

子どもたちが知っているあの曲を、ベルの透き通る音色、美しいメロディーでお届けします。

出演 リンベル

時 11月5日(土)午前11時～正午

¥ 無料

②親子でかけふり

ちょっと変わった新感覚なお絵描きワークショップです。



出演 Art For All(富山大学芸術文化学部サークル)

時 11月19日(土)午前11時～正午

¥ 100円

■いずれも、

所 オタヤ子ども広場
(御旅屋セリオ3階)

対 未就学児(保護者の同伴要)

問 商業雇用課 **TEL** 20-1591

スポーツ

はじめてのピラティス

◇体験会

時 11月17日(木)午前10時～午前11時

定 15人(申し込み順)

¥ 無料

◇教室(全8回)

時 12月8日・15日・22日、令和5年1月12日・19日・26日、2月2日・9日の木曜日午前10時～午前11時

定 15人(申し込み順)

¥ 4,000円

■いずれも、**所** Uホール

持 タオル、飲み物

申 11月7日(月)午前9時から直接、受講料を添えてUホール窓口へ。

※体験会も申し込みが必要です

問 遊・Uクラブ **TEL** 64-1437

催し

高岡地区広域圏からのお知らせ

◇婚活イベント「趣味&出会い 婚活タイム♡」

出会いがもっと楽しくなる趣味、一緒に体験してみませんか。気軽に参加できるカジュアルな出会いイベントです。(軽食付)

時 11月26日(土)午後1時20分～午後4時頃

所 フィレンツェクラブ、クロスランドおやべ

対 23～35歳の独身男女

¥ 男性3,000円、女性1,000円

※詳しくはポータルサイトをご覧ください。

問 高岡地区広域圏事務

組合 **TEL** 91-2101



ポータルサイト

◇氷見市制施行70周年記念事業

氷見市芸術文化館オープニングシリーズ スペシャル・ニューイヤークンサート 東京フィルハーモニー交響楽団特別公演オーケストラ・キャラバン～オーケストラと心に響くひとときを～(氷見市)



時 令和5年1月9日(月・祝) 午後2時30分(午後2時開場)

所 氷見市芸術文化館

¥ S席4,000円、A席2,500円、学生(高校生以下)1,000円

※氷見市芸術文化館窓口でのご購入はできません。詳しくは氷見市芸術文化館ホームページをご覧ください。

問 氷見市文化振興財団

TEL 30-3430



氷見市芸術文化館HP

◇おやべイルミ2022(小矢部市)

クロスランドタワー周辺をイルミネーションの光が包みます。

時 11月19日(土)～12月25日(日)の午後5時～午後9時

¥ 無料

所問 クロスランドおやべ

TEL 68-0932(水曜休館。但し水曜が祝日の場合は翌日休館)

◎アイコンの説明
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



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。

「協創 いきかた くらしかた」

～なにかできて、なにかできなくて、だけれどなにかしたいか～

認知症当事者の講演やディスカッションをYouTubeでライブ配信します。

時 11月6日(日)午後2時

問 高齢介護課

TEL 20-1165、
特別養護老人ホーム
はるかぜ TEL 63-8820



YouTube

オレンジ倶楽部

認知症の人やその家族の集いの場です。(要予約)

とき	ところ	予約先
11月25日(金) 10:00～12:00	フェル ヴェール	特別養護老人 ホームはるかぜ TEL 63-8820

問 高齢介護課 TEL 20-1165

社会保険適用拡大により、 社会保険に加入された皆さんへ

10月から、主にパートやアルバイトで働く人の社会保険適用対象が拡大されました。会社などの健康保険に加入した人は、速やかに国民健康保険の脱退の手続きをしてください。手続きをしないと、会社の健康保険料と市の国民健康保険税の両方を納めることになります。

国保脱退の手続きに必要なもの

- 会社などの健康保険証
- 国民健康保険証
- マイナンバーの分かるものと本人確認書類(マイナンバーカードであれば1点で可)

※「社会保険適用拡大について」詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください。



厚生労働省
HP

問 保険年金課
TEL 20-1374



福

社



ジェネリック医薬品 差額通知を発送します

現在処方されている新薬(先発医薬品)を、ジェネリック医薬品(後発医薬品)に切り替えた場合、自己負担額が月額で一定以上安くなる人に、はがきで案内します。ジェネリック医薬品への変更を希望する人は、かかりつけの医療機関や調剤薬局にご相談ください。(変更できない薬もあります)

※詳しくは、はがきに記載されたコールセンターへお問い合わせください。

対 国民健康保険(40歳以上)か後期高齢者医療制度の加入者

問 保険年金課 TEL 20-1361(国保)、TEL 20-1481(後期)

服薬中の薬を医師・薬剤師に 確認してもらいましょう

薬の数(種類)は年齢が上がるほど増える傾向にあり、薬が増えると副作用が起こりやすくなります。副作用のリスクを避けるため、かかりつけの医師・薬剤師をもち、「おくすり手帳」を一冊にまとめましょう。また、薬に関する疑問は医師・薬剤師に相談し、年に1度は服薬中の薬を確認してもらいましょう。

問 保険年金課 TEL 20-1296

所得税、市・県民税の 障害者控除対象者の認定

介護保険の要介護状態にある65歳以上の人のうち、所得税や市・県民税の障害者(特別障害者)控除の認定を希望する人は、障害者控除対象者認定書の交付申請をしてください。

※申請書は市ホームページから入手可

問 高齢介護課
TEL 20-1372



市HP

高岡市民病院

ふれあい健康フェスティバル

高岡市出身ゲストによるステージ、手術室などを見学するバックヤード体験、健康チェックなどを通して健康意識を高めましょう。どなたでもお気軽にお越しください。

出演 ■ ゲスト / マジシャン コンプレッサー氏
講談師 神門 久子氏

時 11月13日(日)午後1時～午後4時15分

所 高岡市民病院1階アトリウム

¥ 無料

問 市民病院地域医療部 TEL 23-0204



マジシャン コンプレッサー氏



講談師 神門 久子氏