

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。県西部地域の経営者や偉人などの思いや取り組みを学びます。

日付 (全5回)	時間	場所
7/13 (木)	19:00~21:00 (講座)	御旅屋セリオ 4階「TASU」
8/10 (木)	18:00~19:30 (講座)	
	19:45~21:00 (交流会)	
9/14 (木)	19:00~21:00 (講座)	若鶴酒造 (砺波市)
10/12 (木)	18:00~19:30 (講座)	
	19:45~21:00 (交流会)	
11/9 (木)	18:00~19:30 (講座)	御旅屋セリオ 4階「TASU」
	19:45~21:00 (交流会)	

- 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（交流会は別途）
- 申** 7月3日(月)までに電話または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

古文書を学ぶ会

- 内** 「町方諸役人の勤方と金沢登城儀礼」—高岡市史料集 第1、17集より—
- 時** 6月17日(土)、7月22日(土)、8月12日(土)、9月9日(土)の午前10時
- 所** 生涯学習センター 5階（研修室503）
- 定** 20人（申し込み順）
- ¥** 資料代300円
- 持** 筆記用具
- 申** 6月6日(火)午前9時から、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 ☎ 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

ジュニア育成コミュニティ活動を支援します

- 要件** ジュニア(中学生以下)が中心となり、自ら体験や学習をする活動を年1回以上行うこと
- 助成額** 補助対象経費の1/2以内（活動回数に応じて最大7万円）
- 対** 下記のすべてを満たすグループ
- 10家庭以上・20人以上のジュニアで構成
 - 18歳以上の指導者がいる
 - 市から別の助成を受けていない
- 申** 6月30日(金)まで直接か郵送で、申請書を生涯学習・スポーツ課（〒933-8601高岡市広小路7-50）へ。
- ※申請書は生涯学習・スポーツ課や市ホームページで入手可
- 問** 生涯学習・スポーツ課 ☎ 20-1454



市HP

B1勉強カフェ定期券（一か月パス）割引キャンペーン

- 勉強カフェを30日間利用できる定期券を割引価格で購入できます。通常1万3,750円（税込）を2,750円割引の1万1,000円（税込）にて販売。定期券利用後に入会の人に入会金が半額になります。
- 期間** 6月1日(木)~30日(金)
- ※キャンペーン期間内の利用ではなく、購入日から30日間利用可。
- ※利用可能時間は有人営業時間帯（12:00~）のみ。
- ※高校生の購入には保護者同意書が必要。
- ※「30日間」の中には定休日も含む。
- 問** B1勉強カフェ ☎ 50-8266



B1勉強カフェHP

学 ぶ

博物館に親しむ会「高岡古文書ボランティア」

- 時** 6月17日(土)の午後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または2Bの鉛筆、消しゴム
- 所 問** 博物館 ☎ 20-1572

募 集

「クラウドファンディングたかおか」プロジェクトの募集

- 高岡を元気にする意欲的なプロジェクトについて、クラウドファンディングによる資金集めを支援します。
- 対** ■ 地域の課題解決や活性化に資するもの ■ 市内で実施されるもの ※審査あり
- 支給額** 目標額は、概ね50万円~100万円（応募者が任意に設定）
- ※寄附目標額を下回った場合、支給はありません。
- 支給時期** 10月、令和6年3月
- 申** 10月31日(火)まで直接か郵送、Eメールで企画課（〒933-8601高岡市広小路7-50 ☎ kikaku@city.takaoka.lg.jp）へ。
- ※市ホームページで募集要項・提出様式をご確認ください。
- 問** 企画課 ☎ 20-1101



市HP

農畜水産物の高付加価値化、販路拡大に取り組む農業者を応援します

- 補助対象** ①6次産業化などによる高付加価値化の取り組み②インターネット販売などによる販路拡大の取り組み
- 補助率** 対象経費の1/2
- 補助上限** ①20万円 ②30万円
- 申** 令和6年2月29日(木)まで、直接か郵送、ファクス、Eメールで申込書を農業水産課（〒933-8601高岡市広小路7-50、☎ 20-1476、☎ nosui@city.takaoka.lg.jp）へ。
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください。応募状況によって期限前に受付を締め切る場合があります。
- 問** 農業水産課 ☎ 20-1310



市HP

たかおか朝市

青果物や軽食など約60店舗が出店します。

時 6月11日(日)・25日(日)の午前5時30分～午前8時

所 坂下町通り

問 たかおか朝市実行委員会(午前10時～午後4時、水曜休み)

TEL 090-6811-3137

市民生活課 **TEL** 20-1552

※市営御旅屋駐車場は、午前5時30分から午前8時30分まで無料。

※出店者も随時募集中です。

第29回 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、および招待作品を展示します。

時 6月24日(土)～7月8日(土)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

出品申し込みは作品搬入と同時に受け付けます。

搬入日: 6月15日(木)午前10時～午後6時(時間厳守)

対 高校生以上

所 問 美術館

TEL 20-1177



応募要項

オタヤ子ども広場

毎月開催! 親子向けイベント

①親子で作るバルーンアート(無料)
ボランティア団体の「バルーンアート つくるんズ」さんと一緒に簡単なバルーンアートを作ります。

時 6月3日(土)午前11時～正午

問 商業雇用課 **TEL** 20-1591

②絵本の読み聞かせ&

知育ブロック LaQ無料体験会

時 6月10日(土)午前10時30分～正午、午後1時30分～午後3時

問 TASU **TEL** 30-3420

③親子でかけふり(100円)

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。

時 6月17日(土)午前10時30分～正午

問 商業雇用課 **TEL** 20-1591

災害時外国人支援ボランティアの育成研修を開催します

災害時の外国人支援に必要な基礎知識やスキルを学んでみませんか。

時 7月2日(日)午後1時30分～午後4時30分

所 市役所8階(802会議室)

定 20人(申し込み順)

申 6月23日(金)まで、電話かファクス、Eメールで、住所・氏名・電話番号・メールアドレス・日本語以外の話せる言語(あれば)を、多文化共生室(**FAX** 20-1641、**E** tabunka@city.takaoka.lg.jp)へ。

問 多文化共生室 **TEL** 20-1236



催

し

ミュゼふくおかカメラ館「国宝・勝興寺を撮る」第3弾

写真家・青山清寛先生と行く「夏の国宝・勝興寺」写真撮影バスツアー

富山県在住の写真家・青山清寛先生を講師に迎え、写真撮影及び作品講評会を開催します。当日は愛用のカメラで夏の国宝・勝興寺を撮影、デジタルカメラであれば撮影後カメラ館で青山先生による作品講評を受けることができます。

時 8月11日(金・祝)午前9時～午後4時(集合・解散: ミュゼふくおかカメラ館)

所 カメラ館→勝興寺→カメラ館

定 20人(抽選)

¥ 一般(高校生可) 3,000円(参加料には勝興寺文化財協力金ほか施設入館料、バス代、昼食代、保険料を含みます。)

持 カメラ(デジタル/フィルム問わず)

申 6月20日(火)～7月25日(火)まで申込書をファクス(**FAX** 64-0551)か申込フォームからミュゼふくおかカメラ館へ。

※申込用紙、チラシはカメラ館ホームページから入手可。

問 ミュゼふくおかカメラ館

TEL 64-0550



カメラ館HP



申込フォーム

プログラミング体験教室～入門編～

小学生を対象に、プログラミングの体験教室を行います。

時 7月9日(日)

①午前10時～正午

②午後1時～午後3時

所 Uホール

対 小学生

定 それぞれ10人ずつ(申し込み順)

¥ 1,500円(会員1,000円)

持 筆記用具

申 6月9日(金)午前9時から受講料を添えて、Uホールへ。

問 遊・Uクラブ **TEL** 64-1437

とやま呉西圏域連携事業博物館 郷土学習講座

演題 「砺波平野の歴史と散居村の成立」

講師 高原 徹氏(砺波郷土資料館 元館長)

時 6月24日(土)午後2時～午後3時30分(開場午後1時)

定 45人(申し込み順)

¥ 一般300円(親しむ会会員200円)

申 6月23日(金)までに電話かファクス、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 **E** info@e-tmm.info)へ。

所 問 博物館 **TEL** 20-1572

生涯学習センター講座「知って得するがん予防」

日本人の死因1位であるがんの予防について学びます。

時 7月28日(金)午後2時～午後3時

所 生涯学習センター5階(研修室503)

定 30人(申し込み順)

¥ 無料

申 6月5日(月)～7月21日(金)まで、直接か郵送、ファクス、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ウイング・ウイング高岡内、**FAX** 20-1658 **E** kouza@takaoka-bunka.com)へ。

※電話での申し込みは不可。

問 文化振興事業団 **TEL** 20-1450

TASU開催セミナー

◇名刺をもたずに人気の経営コンサルタントが明かす、ほんとうに結果のでる学び方

大切なポイントは「何を学ぶかよりも、どう学ぶか」。一度学べば、一生忘れない、学び方のスキルを身につけるイベントです。

時 6月17日(土)午後2時～午後3時
講師 瀬田崇仁（インスピレンサ―株式会社代表）

◇実はこんなにある！高岡市の創業・起業サポート制度

飲食店、農業、製造業など、様々なジャンルの仕事を始めたい人に市の支援制度を説明します。

時 6月27日(火)午後7時～午後8時
講師 長久洋樹（高岡市産業振興部次長）

申 会員登録のうえ TASU 公式ホームページから申し込みください。

所 問 TASU **TEL** 30-3420 

五位山交流館へ行こう

①梅干しつくり教室

時 7月2日(日)午前10時～正午
¥ 2,500円/人(青梅2kg含む)
持 エプロン・ゴム手袋・漬ける容器(容量5L以上の瓶やつぼ)・三角巾・筆記用具

定 10人(抽選)

②ジャガイモ掘り体験

持 7月8日(土)午前10時～正午
¥ 1,000円/組(お土産3kg、保険料含む)
持 軍手、長靴、シャベル、ナイロン袋など

定 12組(抽選)

申 ①②とも6月19日(月)(必着)まで、ハガキに、住所・参加する人全員の氏名・年齢・日中に連絡がとれる電話番号を記入のうえ、五位山交流館(〒939-0152高岡市福岡町五位356)へ。

※応募多数の場合、抽選のうえ、当選者に電話連絡します。

問 五位山交流館(月曜休館)
TEL 65-1122

高岡市 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

「ピンチ・トラブル・ハプニング!!」(後期)

時 5月31日(水)～11月26日(日)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

¥ 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

TEL 20-1170

夏のわくわくワークショップ 2023

内 ①箏曲、尺八、民謡、琵琶

②日舞、民謡、小唄

時 ①7月2日(日)午後1時～午後3時30分

②7月9日(日)午後1時～午後3時

定 ①40人 ②30人(いずれも、申し込み順)

所 文化芸能館

対 小学生以上

※小学生は保護者の同伴が必要

¥ 無料

申 問 6月1日(木)から、直接か電話、ファクスで、住所・氏名・生年月日・電話番号を、芸術文化団体協議会(**TEL** 20-1560 **FAX** 20-1562)へ。

芸文ギャラリー

◇「ON THE WAY2」

時 第1期 6月10日(土)～15日(木)

第2期 6月17日(土)～22日(木)

午前11時～午後7時

※6月14日(水)・16日(金)・21日(水)は休館

所 問 芸文ギャラリー **TEL** 25-6078

コスプレイヤー& 痛車コレクション

内 痛車の展示、コスプレ、フリーマーケット、キッチンカー

時 6月18日(日)午前9時～午後5時

所 おとぎの森公園にぎわい広場

問 おとぎの森館 **TEL** 28-6500

催し

男女共同参画週間事業

◇企画講座「自分らしく生きる未来をつくる～性別役割分担意識から考えるジェンダー平等～」

講師 濱 貴子氏(富山県立大学工学部教養教育センター准教授)

時 6月24日(土)午前10時～午前11時30分

所 男女平等推進センター会議室(ウイング・ウイング高岡6階)

定 30人

¥ 無料

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、**E-MAIL** gec@city.takaoka.lg.jp)へ。

◇特設図書コーナー

時 6月1日(木)～30日(金)

所 ■男女平等推進センターサロン
■中央図書館2階

問 いずれも、男女平等推進センター **TEL** 20-1810

御旅屋人マーケットを 開催します

時 6月18日(日)
午前11時～午後4時

所 御旅屋セリオ周辺

問 末広開発(株) **TEL** 20-0555、
商業雇用課 **TEL** 20-1289



OTAYAZINE
インスタ

～初夏のバスハイク～ 織田信長公の居城 『岐阜城を巡る』

かつての織田信長の居城「岐阜城」を巡ります。

時 6月21日(水)午前6時50分～午後5時(集合・解散：Uホール正面)

定 20人(申し込み順)

¥ 9,000円

※遊・Uクラブ会員8,000円(バス代・昼食代・入館料・保険料を含む。)

申 6月7日(水)～14日(水)に参加費を添えて、直接Uホール窓口へ。

問 遊・Uクラブ **TEL** 64-1437

★ スポーツ

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	7/4~9/26	9:45~10:45	22	7,500
②簡単ストレッチ&フットマッサージ	火	7/4~9/26	9:30~10:30	18	6,500
③脂肪燃焼ピラティス	火	7/4~9/26	10:45~11:45	18	7,500
④自彊術	火	7/4~9/19	13:00~14:30	18	6,500
⑤からだ調整ピラティス	火	7/4~9/26	18:15~19:15	18	8,500
⑥パンチエクササイズ	火	7/4~9/26	19:30~20:30	22	6,500
⑦健康リズム体操	水	7/5~9/27	10:00~11:30	40	5,500
⑧機能改善体操	水	7/5~9/27	10:00~11:00	22	6,500
⑨マットピラティス	水	7/5~9/27	14:00~15:00	22	各 8,500
	木	7/6~9/28	19:30~20:30		
⑩姿勢改善ストレッチ	水	7/5~9/27	19:00~20:00	19	7,500
⑪健康ヨガ	木	7/6~9/28	10:30~11:30	22	7,500
	木	7/6~9/28	10:00~11:00	18	各 7,500
⑫ひざ・腰ストレッチ体操	木	7/6~9/28	14:00~15:00	22	
	金	7/7~9/29	10:30~11:30	22	
⑬スポーツフラダンス	木	7/6~9/28	13:40~14:40	18	7,000
⑭筋膜リリースストレッチ	木	7/6~9/28	18:30~19:30	22	7,500
⑮脂肪燃焼エアロ	木	7/6~9/28	19:15~20:15	18	7,500
⑯ウォーキング・健康リズム体操	金	7/7~9/29	9:30~10:30	40	5,500
⑰ストレッチ・健康リズム体操	金	7/7~9/29	10:40~11:40	40	5,500
⑱セルフ整体	金	7/7~9/15	13:00~14:30	22	7,000
⑲からだ改善ヨガ	金	7/7~9/29	19:00~20:00	22	7,500
⑳かんたんエアロビ	金	7/7~9/29	19:30~20:30	18	7,500
㉑太極拳	土	7/1~9/30	10:00~11:30	40	5,500
㉒効果的トレーニング	土	7/22・8/26 9/23	9:30~10:30	22	4,000 (利用券付)
㉓いろいろ楽しいレッスン	土	7/1~9/23	10:00~11:00	22	6,500

各教室 無料体験できます

※ 運動できる服装、上履き、ヨガマット

※ 6月6日(火)から受講料を添えてサンライフ高岡 (TEL 44-7073) へ。

B&G 海洋センター

夏季短期水泳教室

教室名	曜日	期間	時間	定員	受講料
①成人水泳(昼)	水・金	7/5~9/20	14:30~15:20	15	全18回で各2万円 (一方の曜日のみは 9回で各1万2,000円)
②成人水泳(夜)	火・木	7/4~9/21	20:00~20:50	15	
③水中歩行	木	7/6~9/21	13:30~14:20	10	1万2,000円

※ 6月6日(火)午後1時より、受講料を添えて福岡 B&G 海洋センター (TEL 64-3396) へ。

水泳教室体験会

教室名	曜日	期間	時間	定員	受講料
①ジュニア	土	6/17・6/24	10:00~10:50	10	無料 (ただし、おひとり 1回限り)
②ジュニア	土	6/17・6/24	11:00~11:50	15	
③アクア	火	6/13・6/20	13:30~14:20	15	

※ ①年少児~年長児、②小学1年生~3年生、③18歳以上

※ 6月6日(火)午後1時より、福岡 B&G 海洋センター (TEL 64-3396) へ。

里山交流イベント

①竹細工

時 6月25日(日)午前9時30分~正午

※雨天決行

¥ 小学生以上700円

定 20人(抽選・当選者に案内送付)

②里山散策・ジャガイモ掘り

時 7月9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。

¥ 小学生以上700円

定 30人(抽選・当選者に案内送付)

※ ①は6月14日(水)正午(必着)、②は6月28日(水)正午(必着)まで、直接か郵送、Eメールで、住所・氏名・電話番号、参加人数を記載し、里山交流センター(〒933-0968高岡市国吉1324-1) satoyama@p2.tcnnet.ne.jp へ。

※電話での申し込みは不可

問 里山交流センター TEL 31-6617

高岡地区広域圏からのお知らせ

◇女性魅力アップセミナー

婚活を行っている女性のみなさん、自分の魅力をより引き立たせる流行と女性らしさを取り入れたヘアメイクを学んでみませんか。

時 6月25日(日) 午前10時~正午

所 高岡地区広域圏事務組合(氷見市上田子字笹谷内50)2階研修室

¥ 無料

問 高岡地区広域圏事務組合
TEL 91-2101

◇ひみ鳥の会 第6回花嫁のれん展(氷見市)

「花嫁のれん」とは、花嫁道具の一つで、実家の家紋を入れたのれんのことです。今回は、思い出ある「のれん」をお借りし、展示します。

時 6月16日(金)・17日(土)

所 茶道館磯波風(氷見市比美町3-18)

※会場に駐車場はありません。まちなかめぐり駐車場をご利用ください。

問 ひみ鳥の会事務局(氷見市観光協会内) TEL 74-5250

◇津沢夜高あんどん祭(小矢部市)

20数基のあんどんが津沢の市街地を練りまわります。祭りのクライマックス「けんかあんどんぶつけ合い」(あんどん広場)では2台の大あんどんが、力の限り激しくぶつかり合い、勇壮豪快です。

時 6月2日(金)・3日(土)

所 津沢市街地一円

問 小矢部市商工会 津沢支所
TEL 61-2356

後期高齢者医療保険料のお知らせ

◇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

送付時期 7月

納付方法 原則年金天引きですが、年金額が一定額未満などの理由で年金天引きができない人や、新たに後期高齢者医療の被保険者となった人は、納付書が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

国民健康保険特定健康診査・後期高齢者の健康診査

国民健康保険加入者(40歳～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)
※実施機関は市ホームページをご覧ください

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てます。

対 令和5年4月末現在の高岡市国民健康保険加入者(40歳～74歳)

健診期間 6月1日(木)～10月31日(火)

※ただし、昭和23年8月1日～昭和23年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5年4月末現在の後期高齢者医療制度加入者

②昭和23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(火)

②9月1日(金)～10月31日(火)

※昭和23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。

・発熱などの症状があり、体調がすぐれない人は、健診の受診を控えましょう。

問 保険年金課

① ☎ 20-1296 ② ☎ 20-1481



国民健康保険
特定健康診査



後期高齢者の
健康診査

福 祉

みんなの会

つながる in おとぎの森公園

認知症の人を介護している介護者同士で日頃の悩みを共有し、話しましょう。(要予約)

認知症看護認定看護師(みんなの会 つながる 代表 林)による専門相談も行います。

時 6月10日(土)午前10時～午前11時30分

所 おとぎの森公園 森のふれあい館

対 認知症の人を介護している介護者と本人

¥ 無料

申 直接か電話で福岡地域包括支援センター ☎ 64-1186 へ。

問 高齢介護課 ☎ 20-1165

ス ポ ー ツ

はじめて習う少年少女柔道教室

時 7月15日(土)～12月末までの毎週土曜日、午後5時30分～午後7時

所 県営高岡武道館

対 年長児～小学5年生

¥ 1,000円(保険料を含む)

※8月より毎月500円かかります。

持 タオル、飲物など

定 20人(申し込み順)

申 6月8日(木)～22日(木)まで受講料を添えて体育協会へ。

問 体育協会 ☎ 26-5225

市民歩こう会

◇たかおかスポーツ DAY 新湊元気の森公園コース(約6km)

時 6月18日(日)午前8時40分

所 東洋通信スポーツセンター前集合 ※解散場所別

¥ 300円(会員は無料。交通費は自己負担。昼食は持参)

◇魚津 蜷気楼ロードコース(約6km)

時 7月2日(日)午前9時30分

所 あいの風鉄道 魚津駅前集合

¥ 300円(会員は無料。交通費は自己負担。昼食は持参)

問 体育協会 ☎ 26-5225

たかおかスポーツ DAY ～誰もが気軽に参加できる スポーツイベント～

時 6月18日(日)午前9時～午後1時

内 ■ランニング教室(小学3～6年生) ■体力テスト会(握力、立ち幅とびなど) ■スポーツ体験(モルック、ストラックアウトなど) ■健康測定(血管年齢、肌年齢など)

¥ 無料

持 動きやすい服装、上履き、飲み物など

定 ランニング教室のみ50人(申し込み順)

所 東洋通信スポーツセンターほか

申 6月6日(火)午前9時から

※詳細は体育協会ホームページをご覧ください。

問 体育協会 ☎ 26-5225



体育協会HP

糖尿病教室

内 ①6月7日(水)…合併症、検査について②14日(水)…食事療法

③21日(水)…薬物療法、運動療法

時 午後2時～午後3時30分

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 問 市民病院 ☎ 23-0204

肝炎ウイルス検診

5月下旬に送付した受診票を持参し、特定健診受診時に指定医療機関で受診ください。

※指定医療機関は、市ホームページをご覧ください。

内 B型・C型ウイルス検査(血液検査)

時 6月1日(木)～10月31日(火)

対 40歳: 昭和58年4月1日～昭和59年3月31日生まれの人、
60歳: 昭和38年4月1日～昭和39年3月31日生まれの人

料 無料

問 健康増進課

☎ 20-1345



市HP

前立腺がん検診

5月下旬に送付した「前立腺がん検診受診票」を持参し、特定健診受診時に指定医療機関で受診ください。

※指定医療機関は、市ホームページをご確認ください。

内 前立腺特異抗原(PSA)検査(血液検査)

時 6月1日(木)～10月31日(火)

対 がん検診を受ける機会のない人で60歳の男性(昭和38年4月1日～昭和39年3月31日生まれの人)

料 無料

問 健康増進課

☎ 20-1345



市HP

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。

問 保険年金課 ☎ 20-1362

地域密着型サービス等整備事業者の募集

■定期巡回・随時対応型訪問介護看護…1事業所

■認知症対応型共同生活介護…1事業所

■特定施設入居者生活介護…1事業所

申 6月1日(木)～7月14日(金)に高齢介護課へ。詳しくは市ホームページをご確認ください。

問 高齢介護課

☎ 20-1373



市HP



健

康

医師監修!「働く男性の運動教室」

メタボ解消に向け、医師や理学療法士、管理栄養士、保健師などによる病院ならではの専門指導を受けてみませんか。

時 7月13日(木)・27日(木)、8月10日(木)・24日(木)の午後7時～午後8時(全4回)

所 済生会高岡病院 多目的棟

対 市内在住もしくは市内企業に勤務の20～64歳男性で、肥満や高血糖を解消したい人

※4回とも参加できる人のみ

定 20人(抽選)

料 1,500円(血糖測定・資料・ヨガマット代含む4回分)

持 運動しやすい服装、タオル、飲み物

申 6月30日(金)まで、申込フォームか申込書に必要事項を記入の上、ファクス、Eメールで済生会高岡病院(FAX23-9025 ③saiseikai.takaoka.health@gmail.com)へ。

問 済生会高岡病院 ☎ 21-0570、健康増進課 ☎ 20-1391



申込フォーム



済生会HP

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。(今年度の納税通知書の発送は7月中旬です。)

納付方法 下記①～③のいずれか。

① 指定口座からの振替納付(口座振替)

② 世帯主の年金からの引き落とし(以下の要件全てを満たす場合に限る)

■世帯主自身が国民健康保険の被保険者の場合

■世帯内の国民健康保険の被保険者が全員65歳以上75歳未満の場合

■特別徴収の対象となる年金の年額が18万円以上で、保険税と介護保険料の合算額が、その年金の年額の2分の1を超えない場合

※年金からの引き落としを振替納付に変更可能な場合もあります。詳しくはお問い合わせ下さい。

③ 納付書払い(金融機関、コンビニエンスストア、又はスマートフォンの決済アプリなどで直接納付)

※口座振替の手続きは、金融機関などの窓口のほかパソコン・スマートフォンからもできます。

問 保険年金課

☎ 20-1357



市HP

オレンジ倶楽部(要予約)

認知症の人やそのご家族の集いの場です。

とき	時間	ところ	予約先
6/17(土)	13:30～15:30	雨晴クリニック	雨晴クリニック ☎ 44-8060
6/24(土)	10:00～12:00	介護老人保健施設 やすらぎ	介護老人保健施設 やすらぎ ☎ 27-3838
6/24(土)	10:00～12:00	万葉病院	万葉病院 ☎ 24-2163

問 高齢介護課 ☎ 20-1165

