



健

康



がん検診

※完全予約制です。定員に達し次第、締め切ります。

とき	ところ	肺・胃・大腸	子宮・乳
7/29(土)	北陸予防医学協会 高岡総合健診センター	8:00~10:00	

対 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

申 問 北陸予防医学協会高岡総合健診センター TEL 24-3131

※がん検診受診券を紛失した場合の再発行は、電子申請または健康増進課 (TEL 20-1345) へお問い合わせください。



がん検診の
お知らせ



受診券
再発行



保健センターの 健康相談

所 保健センター

問 健康増進課

TEL ①・②20-1345 ③20-1346

①赤ちゃんから高齢者までの健康相談

時 平日の午前8時30分~午後5時15分
※心の健康相談も随時行っています。

②公認心理師による心の健康相談(要申込)

時 7月19日(水)午前10時~午前11時30分

申 7月14日(金)まで電話で健康増進課へ。

③健診結果を活用しませんか(要申込)

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

時 7月26日(水)午後1時15分~午後3時15分

持 健康診査の結果など

申 7月21日(金)まで電話で健康増進課へ。



健康三二講座

強迫性障害について

「手が汚れた気がして何回も手洗いをした」「戸締りが心配で何度も施錠を確認した」「特定の数字や行動が不吉に感じるので避けている」など、不合理であるとわかっていても不安から同じ行為を繰り返し、時に日常生活にも支障をきたしてしまう場合、それは強迫性障害かもしれません。強迫性障害は有病率が1~2%程とされ、めずらしい病気ではありません。そんなことはないと理解していても不安を伴って反芻される「強迫観念」とそれを打ち消すために繰り返される「強迫行為」からなり、生活上の苦痛と妨げになります。コロナ禍では感染恐怖から過剰に手洗いや消毒をし、屋外でもマスクなどの対策がないと外出できないなどの強迫症状がある人が増えています。治療はSSRIを主とした薬物療法と認知行動療法などの心理療法を組み合わせで行います。慢性化し、うつ病などを合併することも少なくないため、気になる症状がある場合は医療機関への相談をお勧めします。

高岡市民病院 精神神経科主任部長 平尾 直久

◎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

【広告】

★訪問医療マッサージ★

健康保険適用で (医師の同意書が必要)

ご自宅でマッサージが受けられます



柴田治療院 ☎ 23-3112

高岡市永楽町4-19 ★気軽に問い合わせ下さい
営業時間 10:00~17:00(予約制) 定休日 日曜

【広告】

保管されている「空き家」、そのまま放っておいても大丈夫?



空き家対策相談会

「賃貸等の活用」「売却」「解体」等々、石友ホームなら相談窓口1つで解決!

7/1(土)~9/30(土) 随時開催中!
詳細・受付は右記のコードから▶

今なら
お得にリノベーションできる
キャンペーンも開催中!



石友ホームの増改築 高岡増改店 ☎ 0800-123-0501

みんなの掲示板

見街
くつ
つけた

暮らし

募集

学ぶ

催し

スポーツ

福祉

健康

子育て

◇第1回 e スポーツ大会

高岡市老人クラブ連合会主催のeスポーツ大会を開催します。

- 内** ①太鼓の達人②スペースインベーダー
- 時** 7月21日(金)午前10時(受付は午前9時から)
- 所** 御旅屋セリオ6階「Takaoka epark」
- 対** 各地区老人クラブ加入者(見学はどなたでも可能)
- 料** 無料
- 申 問** 7月12日(水)まで、高岡市老人クラブ連合会事務局(☎23-7900)へ。

◇ひとり親家庭・親と子の集いバス旅行

- 時** 7月29日(土)午前7時
- ※市役所駐車場(消防署側)集合
- 所** 群馬サファリパークほか
- 定** 45人(申し込み順)
- 申** 7月1日(土)よりホームページで予約開始。
- 料** ひまわり会員親子2,000円(非会員親子5,000円)
- ※子ども1人につき1,000円追加(非会員は2,500円追加)※昼食・夕食付
- 問** ☎080-2961-4723(山本)



母子寡婦福祉会HP

◇クルンで歌おう♪

地元アマチュアによるアコースティック音楽ライブ。毎月第二日曜開催中。フォークやアイリッシュハーブ、歌謡曲、オリジナル曲、フュージョンバンドなどいろんな音楽が楽しめます。

- 時** 7月9日(日)午前11時～午後3時
- 所** クルン高岡2階デッキテラス(悪天候の場合はクルン高岡地下街 憩いの路)
- 料** 無料
- 問** TSB商店会(クルン高岡)☎22-6767

◇テレビ映像に影響が出た場合は

携帯電話事業者による新しい電波の利用開始に伴い、7月20日(木)以降、この電波によりテレビ映像に影響が出た場合は、無料で回復作業を行います。

- 問** 700MHzテレビ受信障害対策コールセンター☎0120-700-012/050-3786-0700(有料)

◇自然を楽しむ畑の学校

- 内** ①「ミミズコンポスト」とは何か?その仕組みと活用の仕方。生ごみが堆肥に変わるメカニズム。
- ②親子でミミズコンポストについて学ぼう。
- 講師**: 飯尾裕光氏(株みんパタプロジェクト代表)
- ※詳しくは、ホームページをご覧ください。
- 時** ①7月15日(土)午後1時30分～午後5時
- ②7月16日(日)午前10時30分～午後2時30分
- 所** リハビリファーム(光ヶ丘病院内)
- 定** ①②とも20人
- 問** ヒカリプロジェクト担当滝田
- ☎070-7581-0307
- ✉hikariproject333@gmail.com



ヒカリプロジェクト

◇ポリテクセンター富山

9月開講コース受講生募集

- 内** テクニカルメタルワーク科(溶接の知識・技能を習得できます。)
- 時** 9月1日(金)～令和6年2月29日(木)
- 所** ポリテクセンター富山(高岡市八ヶ55)
- 対** 再就職に向けてスキルアップを目指す求職者
- 定** 12人(選考試験実施)
- 料** 無料(テキスト代等は自己負担)
- 申** 7月3日(月)～8月16日(水)まで、申込書を直接ハローワーク高岡へ。
- ※申込書は、ハローワーク高岡で入手可。
- 問** ポリテクセンター富山☎28-6902
- ハローワーク高岡☎21-1515

◇放送大学10月入学生募集

すべての「学びたい」に、OPEN。インターネットやBS放送で授業を視聴、自宅でマイペースに学習を進めることができる通信制の大学です。資格取得や知識を深めるため、必要な科目だけを学ぶこともできます。

- ※資料請求無料。
- 出願期限** 9月12日(水)まで
- 問** 放送大学富山学習センター☎56-9230

【広告】

掲示板 看板設置 ゴミステーションのご相談は

快適ライフのアドバイザー

株式会社日建に
お任せください!

株式会社日建 パブリック事業部
〒933-0824 高岡市西藤平蔵2033
☎0766-63-8025
https://public-nikken.com/

【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なのが、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

乳幼児の健康診査

所 保健センター 問 健康増進課 TEL 20-1344

- ▶ お子さんの生年月日によって、受付時間が異なります。
- ▶ 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。
- ▶ ㊟マークがついているものは、希望すればフッ素塗布が受けられます。(フッ素塗布料400円が必要です)
- ▶ むし歯予防フッ素塗布教室は予約制です。(子育てアプリからの予約可)
- ▶ フッ素塗布は、前回の塗布から3カ月程度の期間をあけましょう。

保健センターで
1歳6カ月健診



子育てアプリ



内容 (対象者)	とき	受付時間			持ち物
		13:00 ~ 13:20	13:20 ~ 13:40	13:40 ~ 14:00	
3カ月児健康診査 (令和5年3/9~4/4生)	7/13(木)	令和5年3/9~3/15生	令和5年3/16~3/18生	令和5年3/19~3/21生	①母子健康手帳 ②問診票 ③バスタオル1枚
	7/20(木)	令和5年3/22~3/28生	令和5年3/29~4/1生	令和5年4/2~4/4生	
1歳6カ月児健康診査㊟ (令和3年11/13~12/8生)	7/11(火)	令和3年11/13~11/21生	令和3年11/22~11/24生	令和3年11/25~11/26生	①母子健康手帳 ②問診票 ③バスタオル1枚 ④フッ素塗布料400円
	7/18(火)	令和3年11/27~12/3生	令和3年12/4~12/6生	令和3年12/7~12/8生	
3歳児健康診査㊟ (令和元年11/28~12/22生)	7/12(水)	令和元年11/28~12/3生	令和元年12/4~12/6生	令和元年12/7~12/10生	①母子健康手帳 ②問診票 ③健康調査票 ④子育てアンケート ⑤バスタオル1枚 ⑥フッ素塗布料400円
	7/19(水)	令和元年12/11~12/15生	令和元年12/16~12/18生	令和元年12/19~12/22生	

内容 (対象者)	とき	持ち物
2歳児むし歯予防フッ素塗布教室(令和3年6月~8月生)	7/10(月) 13:00~13:30	①母子健康手帳
2歳6か月児むし歯予防フッ素塗布教室(令和2年12月~令和3年2月生)	7/10(月) 13:30~14:00	②バスタオル ③タオル
3歳児むし歯予防フッ素塗布教室(令和2年6月~8月生)	7/10(月) 14:00~14:20	④フッ素塗布料400円

保健センターの育児教室

所 高岡子育て支援センター 申問 健康増進課 TEL 20-1346

内容	とき	申し込み	受付時間	対象者	持ち物
はじめての離乳食教室(要予約)	7月14日(金)	7月3日(月)から	10:00~	令和4年12月16日~令和5年2月15日生	母子健康手帳
	8月4日(金)	7月27日(木)から	10:15	令和5年1月16日~令和5年3月15日生	

※駐車場：市営御旅屋駐車場(駐車券を提示していただくとサービス券をお渡しします)
※予約は申し込み順で、初回の人を優先する場合があります。子育てアプリからの予約可。

保健センターの子育て相談

所 保健センター 申問 健康増進課 TEL 20-1344

内容	とき	時間	対象者	持ち物
幼児保健相談(要予約)	7月26日(水)	9:00~11:30	言葉の発達や行動が心配な3歳以上の在園児	母子健康手帳

※受付時間は、予約時に個別にお伝えします。

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

【広告】

訪問 健康保健適用 鍼灸・マッサージ

自宅や施設で
受けられる

お問い合わせ・無料体験は 〒933-0826
富山県高岡市佐野580ライラビル2F
訪問医療マッサージ
KEIROW 高岡中央ステーション
0120-007-271

【広告】

トラクター・田植機・コンバイン・管理機・ハローなど

農機具買取 査定無料 いたします

北陸中古農機具センター

富山支店 高岡市戸出町1丁目2-75
0766-30-3400
営業時間 / 9~18時 定休日 / 火曜・水曜

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ます。子育てに関するお悩みなども、お気軽にご相談ください。

教室等の予約は子育てアプリ「ねねットたかおか」から♪

☑ 7月4日(火)午前10時から子育てアプリ「ねねットたかおか」でお申し込みください。(申し込み順)
※電話での申し込みは不可

ねねットたかおか



母子モアプリ

教室などの予約方法

高岡子育て支援センター
御旅屋セリオ8階
☎ 28-4114, 21-7876
🕒 10:00～16:00
※水曜日は休み

福岡子育て支援センター
福岡健康福祉センター内
☎ 64-2090
🕒 9:00～16:00
※土・日・祝日は休み

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)
🕒 9:30～15:30
※土・日・祝日は休み

ところ	内容	とき	対象	定員
高岡子育て支援センター	すくすく(身体計測と健康相談) ※開催時間は、フロア利用中止	7/21(金) 10:00～11:30	0～3歳児	25組
	歯っぴい教室(歯の生え始め・お口の清潔)	7/24(月) 10:00～11:00	8カ月～1歳6カ月児 ※歯が4本以上萌出しているお子さん	15組
	おやこでつくろう(手作り玩具の製作) (イラストレーター おえかき教室講師 でこりん氏)	7/27(木) 10:00～11:00	1歳4カ月～3歳児	15組
	おやこでつくろう(手作り玩具の製作) (イラストレーター おえかき教室講師 でこりん氏) ※7月27日開催のおやこでつくろうと同じ内容です	7/28(金) 10:00～11:00	1歳4カ月～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、子どもの健康について) ※開催時間は、フロア利用中止	7/31(月) 10:00～11:00	令和4年 11月生まれ	25組
	タッチケアコミュニケーション (ベビーマッサージなど)	8/7(月) 10:00～11:00	2～7カ月児	16組
福岡子育て支援センター	プレママ・プレパパ体験 (マタニティヨガ・妊婦ジャケット着用体験) ※開催時間は、フロア利用中止	8/26(土) 10:00～11:30	妊娠5カ月以降の妊婦とその家族	8組
	身体計測及び育児相談 (栄養士さんに育児相談ができます)	7/18(火) 10:00～11:00	0～3歳児	5組
	身体計測 (身長・体重を計測します)	7/18(火) 10:15～11:30	0～3歳児	15組
	親子でヨガ (ベビーと一緒に産後リカバリー)	7/20(木) 10:30～11:30	5～11カ月児	20組
	乳幼児の救命講習 (乳幼児の応急手当など)	7/26(水) 10:30～11:30	0～3歳児	20組
	身体計測及び育児相談 (栄養士さんに育児相談ができます)	8/8(火) 10:00～11:00	0～3歳児	5組
	身体計測 (身長・体重を計測します)	8/8(火) 10:15～11:30	0～3歳児	15組

対象 乳児～3歳未満の幼児

らっこクラブ

絵本の読み聞かせや手遊びなどをを行います。

📍 保健センター
🕒 7/27(日)10:30～11:30
📎 おでかけグッズ(オムツなど)
📞 健康増進課 ☎ 20-1344

対象 3カ月以上の乳児と保護者、妊婦

赤ちゃんにこここ教室

木津公民館	7/6(木) 10:00～11:00
太田公民館	7/7(金) 10:00～11:00
立野公民館	7/11(火)10:00～11:00
伏木コミュニティセンター	7/21(金)10:00～11:00
万葉なかよし保育園	8/2(水) 10:00～11:00
保健センター	8/2(水) 10:00～11:00

※申し込みは開催日の1か月前より、子育てアプリから予約可。

📎 母子健康手帳、バスタオル
📞 健康増進課 ☎ 20-1344(要予約)

対象 乳幼児と保護者

ファミリーポケット

木津公民館	7/13(木)	☎ 26-6150
牧野公民館	7/20(木)	☎ 82-2431
成美公民館	7/21(金)	☎ 26-8943
古府公民館	7/28(金)	☎ 44-8777

※21日(金)は保育士と一緒にふれあい遊びをします。(申込不要)

対象 0～3歳児

フレンドリータイム

伏木児童館	7/4(日)	☎ 44-0595
野村児童センター	7/4(日)11:18	☎ 23-3893
西部児童センター	7/4(日)11:18	☎ 26-1347
戸出児童センター	7/4(日)11:18	☎ 63-2370

※11日戸出児童センターは高岡子育て支援センター職員による活動日です。

【広告】

KUMON ようこそ くもんのせかいへ

7月16日(日) 11時～15時
文箱堂書店 福田本店

教具・教材
体験コーナー
4種類から
えらべるよ

クイズ
スタンプラリー
全問正解できるかな?

わくわく
幼児タイム
歌や読み聞かせ
を楽しもう!

夏[★]の無料体験学習受付中!! 7/18～8/31
期間中、教室で2回無料で学習していただけます。
お問い合わせはお近くの教室まで!

幼児さん
小学生さん
集まれー!

ご予約はこちらから
(7/1～予約できます)
当日参加歓迎!

<もん 高岡

【広告】

100

創立100周年記念!!

(特別金利)

1.00%

(年)

マイカーローン
特別金利
キャンペーン

期間/令和5年9月29日(日)まで

いつでもこの街と
これからもこの街と

高岡信用金庫
https://www.shinkin.co.jp/takaoka/

WEB完結!
お申し込みから
ご契約まで



七夕まつり

戸出七夕まつり

とき 7月5日(水)～8日(土)
 ところ 戸出町一帯・商工会館前

400本の七夕飾りが「七夕のトンネル」として通りを彩ります。夜には提灯に明かりが灯り、幻想的で、「日本一美しい七夕まつり」とも言われています。民謡踊り街流しやYOSAKOI、吹奏楽の演奏などのイベントも盛りだくさんです。

▼詳しくはコチラ



商工会 HP

● 問合せ

戸出七夕まつり実行委員会 TEL 63-0792
 商業雇用課 TEL 20-1289

高岡七夕まつり

とき 8月1日(火)～7日(月)
 ところ 高岡駅前、中心商店街

大型七夕・行灯が飾られるほか、願い短冊コーナーなどが街中に華やかに飾られます。夜にはライトアップされ、夏の夜空を彩ります。週末には歩行者天国により、ダンスやビアテラスなどのさまざまなイベントも開催されます。

▼詳しくはコチラ



たかおかストリートHP

問合せ

高岡七夕まつり実行委員会 TEL 20-0555
 観光交流課 TEL 20-1301

みんなで考えるSDGs ~高岡から、世界を変えよう~

問合せ 企画課 TEL 20-1101



海の豊かさを守ろう

身近で美しい海を子どもたちに残していこう!

現状と課題

わたしたちにとって海は欠かすことのできない存在ですが、近年、人の活動による海洋ごみが海の自然環境を破壊し、生態系にも大きな影響を及ぼしています。特にプラスチックごみの量は、2050年には海の魚の量を超えると予測され、深刻な問題となっています。美しい海を未来に残すため、ごみの削減や海をきれいにする活動に積極的に参加しましょう。

市HPでは、SDGsの17の目標や高岡市での取り組みを紹介しています。



あなたもやってみよう!

Let's Action! 海を守る活動に参加しよう!

市では、「焼却から再生利用」をテーマに、燃やせるごみとして捨てられているプラスチックごみをゼロにすることを目的とした「プラゼロ運動」を進めています。ごみの分別の徹底、買い物の際のマイバックの利用、地域の清掃活動への参加など、できることから始めてみませんか。

問合せ 環境政策課 TEL 22-2144

令和5年5月末現在 **人口** 164,834人 (うち外国人 3,853人)

区分	自然増減 (出生-死亡)	社会増減 (転入-転出)	計
令和5年5月中の増減	-129	56	-73
令和5年1月からの増減	-845	-35	-880

世帯数 70,106世帯 (うち外国人世帯 2,226世帯)
 令和5年5月中の増減 +50