



# information お知らせ

## 6月30日(火)が納期限です

・市県民税・森林環境税(第1期)  
納税は便利な口座振替で。  
休日・夜間の納税相談は予約フォームから  
随時受け付けています。(完全予約制)  
問 納税課 TEL 20-1276



口座振替



休日・夜間窓口  
予約フォーム

暮らし

## マイナンバーカードの臨時窓口

問 市民課 TEL 20-1337

内 カードの申請・受け取り、電子証明書の更新・暗証番号の再設定

時 6月7日(日)9:00~12:00

所 市民課、伏木・戸出・中田・福岡支所

※支所は予約があった場合に開設

持 手続きにより異なりますので市ホームページでご確認ください。

申 市民課…Webから予約してお越しください。

伏木・戸出・中田・福岡支所…電話で各支所(伏木支所 TEL 44-0481、戸出支所 TEL 63-1250、中田支所 TEL 36-1133、福岡支所 TEL 64-5333)へ。

※受け取りには、本人が窓口にお越しください。



カード  
受取予約



受取以外の  
来庁予約



市HP

## 市内の交通事故状況 (R8.1月から)

区分	件数	死者	負傷者
R8年4月 末まで	102件	1人	109人
前年同期 との比較	-28件	-2人	-28人

- 全席シートベルト・チャイルドシートを確実に着用しましょう。
- 道路を渡るときは横断歩道を利用し、横断中も左右の安全を確認しましょう。
- 夜に出かける際は、反射材やLEDライトなどを活用しましょう。



## 無料相談窓口

### ▶ 予約が必要な相談

弁護士法律相談 (初めての人のみ)	時 6/11(木)・18(木)・25(木)・7/9(木)13:30~16:30 所 市役所7階 定 各日6人(申し込み順) 申 問 市民生活課 TEL 20-1327(各相談日の1週間前の(木)8:30から電話予約可)
多重債務弁護士相談	時 6/17(水)13:30~15:00 所 市役所7階 定 3人(申し込み順) 申 問 市消費生活センター TEL 20-1522
女性弁護士の法律相談 (初めての人のみ)	時 6/26(金)14:00~16:00 所 申 問 男女平等推進センター相談室(ウイング・ウイング高岡6階) TEL 20-1811 定 8人(申し込み順。6/8(月)12:30から電話予約可)
労働相談 (労働雇用相談員)	時 6/9(火)14:00~16:00 所 御旅屋セリオ5階 申 問 県労働相談ダイヤル TEL 076-444-9000(1週間前までに要予約)
税理士の税務相談 (初めての人のみ)	時 6/18(木)13:00~16:00 所 商工ビル5階 定 6人 申 問 北陸税理士会富山県事務局 TEL 076-422-4034(6/11(木)9:00から電話予約可)
DVや家庭などの 悩みごと相談	時 月~水・金曜日の9:30~16:30、木曜日の14:00~20:00(祝日・第4月曜日は除く) ※面接は要予約 所 申 問 男女平等推進センター相談室(ウイング・ウイング高岡6階) TEL 20-1811

### ▶ 予約が不要な相談

行政相談	▶時 6/ 8(月) 所 福岡支所、戸出コミュニティセンター
	▶時 6/ 9(火) 所 市役所7階
	▶時 6/15(月) 所 伏木コミュニティセンター
	▶時 6/26(金) 所 市役所7階
	※いずれも、13:30~16:00 問 市民生活課 TEL 20-1327
人権相談	【対面・電話】6/9(火)13:30~16:00 所 市役所7階 問 市民生活課 TEL 20-1327
行政書士相談(相続・遺言・農地転用・家族信託等)	時 6/10(水)13:00~15:00 所 市役所8階 問 県行政書士会高岡支部 TEL 27-3700
司法書士相談	時 6/17(水)13:00~15:00 所 市役所8階 問 県司法書士会高岡支部 TEL 24-7515
社会保険労務士の労働相談	時 6/18(木)13:30~16:00 所 市役所7階 問 県社会保険労務士会 TEL 076-413-4801
消費生活相談	時 月~金曜日(祝日は除く)9:00~16:00 所 問 市消費生活センター TEL 20-1522
特殊詐欺など身近な相談	問 警察相談専用電話 TEL #9110

特集

見街  
くで  
つけた

暮らし

募集

学  
ぶ

催  
し

ス  
ポ  
ー  
ツ

福  
祉

健  
康

子  
育  
て

# 図書館からの オススメ新刊情報

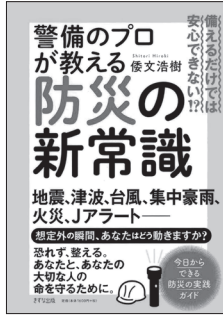
問 中央図書館 TEL 20-1818

## ●備えるだけでは安心できない!?

### 警備のプロが教える防災の新常識

倭文浩樹/著 きずな出版

地震や集中豪雨などの自然災害、Jアラート、近隣火災などによる避難を想定した「防災への備え」の必要性が言われるようになり久しい昨今。「備えた」だけで、満足していませんか?突然起こる想定外の災害で生活がどう変わるか、どう行動すればよいのか。避難所、避難経路の確認、家族との連絡方法、高齢者への配慮など、自身の「判断・行動・心の備え」を整え、「動ける防災」への重要性をあらためて教えてくれる1冊です。



## ●本を読めなくなった人たち コスパとテキストメディアをめぐる現在形

稲田豊史/著 中央公論新社

## ●パラコード・ワークス ひも結び完全ガイドブック 結び方63種

辻岡ピギー・六角久子:ピボン/著 グラフィック社

## ●おばあちゃん

ななもりさちこ/作 加藤休ミ/絵 こぐま社

## ◇読み終えた本をお譲りください

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

## ◇全国訪問おはなし隊がやってくる!

時 6月14日(日)

所 Uホール

講談社「本とあそぼう 全国訪問 おはなし隊」がやってきます。絵本をたくさん載せたキャラバンカーの中から、好きな絵本を選んで読むことができます。おはなし会もあります。

### ■キャラバンカー見学

10:00~13:30

### ■おはなし会

① 11:00~11:30

② 13:00~13:30



◎アイコンの説明

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

暮らし

## 行政相談委員を紹介します

問 市民生活課 TEL 20-1327

国の行政機関などへの苦情や要望を受け付け、その解決のための助言や関係行政機関に対する通知を行っています。

### 市内の行政相談委員

小林紀孝さん、須賀泉美さん、矢野深雪さん、荻原隆夫さん、山田晃さん

暮らし

## 高岡を元気にするプロジェクトを支援します

問 チェンジ推進課 TEL 20-1101

市が認定する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調達を支援します。(審査あり)

対 市内の地域課題の解決や地域活性化に資するもの  
※寄附目標額を下回った場合、支援金の支給はありません。

申 6月30日(火)まで、直接か郵送、Eメールで、チェンジ推進課(〒933-8601高岡市 広小路7-50 [change@city.takaoka.lg.jp](mailto:change@city.takaoka.lg.jp))へ。



暮らし

## 太陽光発電設備などを支援します

問 脱炭素推進課 TEL 20-1663

### ①住宅用太陽光発電高度利用促進補助金

内 住宅にPPA(初期費用0円で住宅用太陽光発電システムを設置するサービス)を設置する場合

補助額 10,000円

### ②脱炭素先行地域づくり事業費補助金

内 脱炭素先行地域の個人または事業者が、戸建住宅・集合住宅・商店・飲食店に太陽光発電システムおよび付随する蓄電池設備を設置する場合

補助率 対象経費の2/3



①詳しくはこちら



②詳しくはこちら

**暮らし** 自治会公民館の省エネ化を支援します

問 生涯学習・スポーツ課 TEL 20-1454

市内自治会公民館のLED照明器具への取り替えまたはエアコンの省エネ化に対する支援を行います。対象要件や申し込み方法など詳しくは市ホームページをご覧ください。

- 対** ①非LED照明器具のLED化の購入・設置費用など  
 ②既設エアコンの省エネ化の購入・設置費用など  
 ※省エネ法に基づいて定められた省エネ基準を満たしていること。

**補助上限** ①20万円②10万円  
 ※どちらかの事業を1回限り申請できます。  
 ※工事着工前に申請が必要です。

**申請・報告期間** 令和9年2月26日(金)まで



詳しくはこちら

**暮らし** 6月1日～7日は「水道週間」

問 上下水道局施設維持課 TEL 22-1086

水道週間に合わせて水道施設を見学できます。

**時** 6月1日(月)～7日(日)

**対象施設** 清水町配水塔資料館

上関浄水場（要事前予約）

**申** 直接か電話で上下水道局施設維持課へ。

**暮らし** 上下水道料金の支払いは口座振替が便利です

問 水道料金センター TEL 20-1616

**持** 通帳、届出印、お客様番号の分かるもの（検針票など）

**申** 取扱金融機関か上下水道局水道料金センターへ

※パソコンやスマートフォンからも手続き可

※取扱金融機関は市ホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

**暮らし** 児童・母子・父子の手当・制度

問 子ども子育て課 TEL 20-1381

①児童扶養手当

**対** 父親か母親のいない児童（18歳の3月31日まで）を監護している親か養育者

※どちらかの親に一定以上の障がいがある場合、生死が明らかでない場合などにも支給。

**支給月額** ■全部支給…48,050円  
 ■一部支給…11,340円～48,040円  
 ※別途多子加算有

②特別児童扶養手当

**対** 20歳未満の精神か身体に障がいのある児童を監護している父母か養育者

**支給月額** ■1級…58,450円 ■2級…38,930円

③ひとり親家庭等医療費助成制度

**対** ひとり親家庭等の親（養育者）と児童（児童が18歳の3月31日まで）

**助成額** 保険診療費の自己負担分

※①～③は、所得制限により受給できない場合があります。

④貸付制度（要事前相談）

**対** ひとり親家庭の親、寡婦

⑤助産施設の入所

**対** 生活保護世帯、非課税世帯（扶養義務者を含む）で、経済的理由がある人

※入所負担金が必要な場合あり

⑥母子・父子家庭の経済的自立の就労支援（要事前相談）

◇自立支援教育訓練給付金

ひとり親家庭の親が、市の定める教育訓練を受講した場合、受講料の一部を支給します。

◇高等職業訓練促進給付金

ひとり親家庭の親が、市の定める養成機関で修業し、下記の対象資格を取得しようとする場合、給付金を支給します。

**対象資格** 看護師・介護福祉士・保育士・理学療法士・美容師・調理師など

◇高等学校卒業程度認定試験合格支援

ひとり親家庭の親・児童が高等学校卒業程度認定試験合格のための講座を受講する場合に、費用の一部を支給します。

⑦養育費確保等サポート事業（要事前相談）

ひとり親家庭などのこどもが、経済的に不安なく健やかに成長できるよう、養育費の取り決めや履行確保にかかる費用を補助します。（上限あり）

**補助対象** 公正証書等作成費用、裁判外紛争解決手続（ADR）等利用料、養育費保証契約締結費用、養育費に関する弁護士委任費用（着手金）



詳しくはこちら

**暮らし** **児童手当現況届の提出**  
問 子ども・子育て課 TEL 20-1381

児童手当現況届の提出が必要な人には、市から案内しますので、現況届が届いた人は6月30日(火)までに、忘れずに提出をお願いします。



詳しくはこちら

**暮らし** **住宅用火災警報器を設置しましょう**  
問 消防本部予防課 TEL 22-3132

住宅用火災警報器は、火災を早期に発見し、早く避難することに役立ちます。自宅の設置状況もチェックできるアンケート調査にご協力ください。



詳しくはこちら

**暮らし** **年金所得者の確定申告不要制度を利用した人へ**  
問 市民税課 TEL 20-1257

◇個人市・県民税の申告漏れがある人は申告をしましょう  
公的年金や給与の源泉徴収票に記載されていない控除(扶養控除、障害者控除、ひとり親控除、寡婦控除、医療費控除、社会保険料控除、生命保険料控除、地震保険料控除、寄附金控除など)の適用を受ける場合は、申告が必要です。

- 対** 次のすべてを満たす人
- 公的年金等の収入金額が400万円以下
  - 公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下
  - 令和7年分の確定申告をしていない
- 持**
- ①マイナンバー確認書類と本人確認書類(運転免許証など)※マイナンバーカードがあれば、他の本人確認書類は不要です。
  - ②申告に必要なもの
    - 公的年金・給与の源泉徴収票
    - 社会保険料等の支払金額が分かるもの
    - 生命保険料・地震保険料などの控除証明書
    - 医療費控除の明細書
    - 寄附金の受領証明書
    - 障害者手帳
    - 障害者控除対象者認定書など

**暮らし** **改修を行った住宅の固定資産税を軽減します**  
問 資産税課 TEL 20-1274

- ①耐震改修  
**対** 昭和57年1月1日以前に建てられた住宅
  - ②バリアフリー改修  
**対** 次のいずれかの人が居住する住宅
    - 65歳以上
    - 介護保険の要介護が要支援認定を受けている
    - 障がい者(障害者手帳をお持ちの人)
  - ③省エネ改修  
**対** 省エネ基準に適合した工事を行った住宅(窓の断熱改修を必ず含む)
    - いずれも
- 申** 工事費用(自己負担分)が①②50万円、③60万円を超えるものが対象で、改修後3か月以内に申告が必要です。



詳しくはこちら

**暮らし** **6月23日～29日は「男女共同参画週間」**  
問 男女平等推進センター TEL 20-1810

◇男女共同参画週間講演会  
「Smiley Tomorrow 笑顔の明日へ」  
講師 河除静香氏(Smiley Tomorrow 代表)  
**時** 6月27日(土)13:30～15:30  
**所** 男女平等推進センター会議室  
**定** 30人(申し込み順)※Zoomでの参加も可  
**¥** 無料  
**申** 電子申請または直接か郵送、電話、ファクス、Eメールで男女平等推進センター(〒933-0023 高岡市末広町1-7 FAX 20-1815 gec@city.takaoka.lg.jp)へ。



詳しくはこちら

◇特設図書コーナー  
**時** 男女平等推進センター:6月1日(月)～30日(火)  
中央図書館:6月2日(火)～28日(日)

**暮らし** **ジュニア育成コミュニティ活動を支援します**  
問 生涯学習・スポーツ課 TEL 20-1454

**要件** ジュニア(中学生以下)が中心となり、自ら体験や学習する活動を年1回以上行うこと  
**助成額** 対象経費の1/2以内(活動回数に応じて最大70,000円)  
**対** 次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(火)まで、直接か郵送、Eメールで申請書を生涯学習・スポーツ課(〒933-8601 高岡市広小路7-50 syou-spo@city.takaoka.lg.jp)へ。  
※申請書は市ホームページで入手可



詳しくはこちら

くらしの豆知識

## インターネット旅行予約のトラブル

問 市消費生活センター TEL 20-1522

**Q** 予約サイトで「キャンセル無料」と表示されていたのに、実際には高額なキャンセル料を請求された。

**A** 表示されている「キャンセル無料」は、一部の期間だけを指している場合があり、無料期間を過ぎると高額なキャンセル料が発生します。また、航空券・ホテル・オプションが別々のキャンセル規定になっていることも多く、見落としがトラブルにつながります。

### (トラブルを防ぐポイント)

- キャンセル無料期間を必ず確認。無料なのは予約直後の短期間だけという例もあります。
- 航空券・ホテルの規定は別々に確認。セット商品でも条件が異なることがあります。
- 返金方法もチェック。ポイント返金のみ、海外事業者で返金に時間がかかるなどの例があります。
- 予約画面はスクリーンショットで保存。後の証拠になります。



詳しくはこちら

募集

## 高岡市職員採用試験(令和9年4月採用)【職務経験者】

問 人事課 TEL 20-1221

職種区分	募集人数	受験資格
事務職	若干名	昭和61年4月2日以降に生まれた人で、民間企業、官公庁などにおいて従事した職務経験(正規職員などに限る)が通算5年以上の人(見込含む)

第1次試験日 令和9年1月10日(日)

所 市役所本庁舎

申 6月1日(月)~11月30日(月)まで、電子申請で人事課へ。  
※詳しくは、人事課、各支所(伏木・戸出・中田・福岡)で配布する募集要項が市ホームページをご覧ください。



電子申請



詳しくはこちら

募集

## ワーク・ライフ・バランス推進事業所

問 男女平等・共同参画課 TEL 20-1812

仕事と生活の調和に配慮した職場環境づくりに積極的に取り組んでいる事業所をワーク・ライフ・バランス推進事業所に認定し、その取り組みを市ホームページや情報誌などで紹介します。

※認定を受けた事業所は、高岡市建設工事等入札参加資格審査での加算対象になります。

**対** 次の事項に3つ以上取り組んでいる市内の事業所

- 働く意欲がわく職場づくり
- 心と体の健康づくり
- 家庭と仕事のバランスづくり
- ワーク・ライフ・バランスを実現するための独自の取り組み

**申** 直接か郵送、ファクス、Eメールで、申請書を男女平等・共同参画課(〒933-0023高岡市末広町1-7ウイング・ウイング高岡6階 FAX 20-1815 gender@city.takaoka.lg.jp)へ。

※申請書は市ホームページで入手可



詳しくはこちら

募集

## 高岡市女性人材バンク

問 男女平等・共同参画課 TEL 20-1812

子育てや介護など限られた時間の中で、働きたい・資格やスキルを活かしたい女性と、人材を求めている事業所などを登録・マッチングします。

### 登録対象

(求職者) 次のすべてを満たす人

- 市内に在住または市内で働くことを希望する18歳以上(学生は除く)
- 子育てや介護中または市内移住後6か月以内(単身者は除く)

(事業所など) 市内または隣接する市に事業所を有する事業者、市内で活動する団体や自治会など

業務内容 短時間勤務(週20時間未満)または雇用期間が1か月未満、在宅ワーク業務など

※登録方法、登録後の流れなどは市ホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

募集

## 高岡古文書ボランティア

問 博物館 TEL 20-1572

時 6月6日(土)・24日(水)14:00~15:30

所 博物館

対 古文書調査・整理の経験がある人、古文書講座を受講したことのある人

募集

## 短期型夏季インターンシップ事前説明会

問 (株)Asian Bridge TEL 076-260-4233

昨年度のツアーに参加した先輩による体験談やインターンシップのプチ講座を行います。

時 6月15日(月)19:00~20:00

所 ZOOMによるオンライン開催

対 令和10年春卒業予定の学生など

定 30人(申し込み順)

¥ 無料

申 6月13日(土)まで、申し込みフォームから



申し込み  
フォーム

# 高岡万葉まつり「万葉集全20巻朗唱の会」 朗唱参加者募集

問 高岡万葉まつり実行委員会事務局(観光交流課内) TEL 20-1301

日中は会場(古城公園水上舞台)での朗唱、夜間は朗唱動画を放映し、万葉集全20巻4,516首をリレー形式で歌いつなぎます。

開催日 10月2日(金)9:30~4日(日)18:30

## ◇会場朗唱

¥ 500円(万葉衣装レンタル料、プログラム代含む)

※大学生以下無料

※万葉衣装レンタル・プログラムいずれも希望されない場合は無料で参加できます。

申 6月1日(月)から、高岡万葉まつりホームページで受付。

## ◇動画朗唱

¥ 無料

※万葉衣装は500円でレンタル可(大学生以下無料)

※動画制作費は自己負担

申 7月10日(金)まで、ホームページから。



万葉まつりHP



◎アイコンの説明

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

問

## 募集 ワンダーフォトコンテスト作品募集

問 ミュゼふくおかカメラ館 TEL 64-0550

今年の募集テーマは「わたしの推し」。ゲスト審査員には写真家・浅田政志さんをお迎えします。

※応募作品は「ワンダーフォト写真展」(令和9年2月20日(土)~3月28日(日))で展示します。

部門 ①一般②ジュニア(小・中・高校生)

申 令和9年1月12日(火)(必着)まで、直接か郵送で、応募用紙・作品をミュゼふくおかカメラ館「ワンダーフォトコンテスト」係(〒939-0117高岡市福岡町福岡新559)へ。

※応募規定や応募用紙など詳しくはカメラ館ホームページをご覧ください。



前回の受賞作品(一般部門)



詳しくはこちら

## 募集 上下水道事業経営委員会の委員

問 上下水道局総務課 TEL 20-1623

高岡市上下水道事業経営委員会の経営委員を募集します。

任期 委嘱の日~令和10年3月31日まで

対 市内に住む18歳以上の人(高校生、高岡市職員および高岡市議会議員を除く)

定 1人

申 6月30日(火)(必着)まで、直接か郵送、Eメールで応募用紙を上下水道局総務課(〒933-8601高岡市広小路7-50、Eメール sui-soumu@city.takaoka.lg.jp)へ。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

※応募用紙は市ホームページで入手可



詳しくはこちら

## 催し 御旅屋人マーケット

問 未広開発(株) TEL 20-0555

地元のお店が提供する、こだわりの食や雑貨など約30店舗が集まります。

時 6月21日(日)11:00~16:00

所 御旅屋セリオ周辺



OTAYAZINE

## 催し たかおか朝市

問 たかおか朝市実行委員会 TEL 090-6811-3137

青果物や軽食、雑貨など約70店舗が出店します。

時 6月14日(日)・28日(日)5:30~8:00

所 坂下町通り

※市営御旅屋駐車場は5:30~8:30まで無料

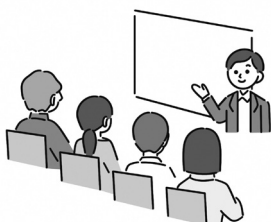
※たかおか朝市実行委員会への問い合わせは、10:00~16:00(水曜休み)

**学ぶ** **古文書を学ぶ会**  
**問** 中央図書館 **TEL** 20-1818

**内** 八十殿様御通行留「このへ様の御二男」北陸旅  
 -逸見家文書 高岡市史料集 第37集より-  
**時** 6月13日(出)、7月11日(出)、8月22日(出)、9月19日(出)  
 10:00~11:30  
**所** 生涯学習センター5階503研修室  
**定** 30人(申し込み順)  
**¥** 300円  
**申** 6月6日(出)9:00から、直接か電話、ファックス、Eメール  
 で中央図書館( **FAX** 20-1819 **Eメール** t-chuo@city.takaoka.lg.jp)へ。



詳しくはこちら



**催し** **はじめてのプログラミング体験会in 御旅屋人マーケット**  
**問** 情報政策課 **TEL** 20-1238

**内** ロボットイを使ったロボットプログラミング体験、プログラミングソフトを使ったかんたんゲーム作り体験など  
**時** 6月21日(日)10:20~14:50  
**所** 御旅屋セリオ1階アトリウム  
**対** 3歳~中学生(未就学児は保護者同伴)  
**申** 6月10日(水)まで、電子申請で情報政策課へ。  
 ※申し込み多数の場合は抽選となる場合があります。



詳しくはこちら



電子申請

**催し** **五位山交流館へ行こう**  
**問** 五位山交流館 **TEL** 65-1122

**①梅干しつくり教室**  
 富山湾の海洋深層水で作ります。  
**時** 6月27日(出)10:00~12:00  
**定** 10人(抽選、当選者に案内送付)  
**¥** 3,500円(青梅2kg含む)  
**持** エプロン、三角巾、ゴム手袋、漬ける容器(容量5L以上の瓶や桶)、筆記用具

**②ジャガイモ掘り体験**  
 小野地区特産のジャガイモを掘った後、試食します。  
**時** 7月11日(出)10:00~13:00  
**定** 12組(抽選、当選者に案内送付)  
**¥** 1,500円/組(お土産3kg、保険含む)  
**持** 軍手、長靴、スコップ  
 ※必要に応じて水筒やタオルなど暑さ対策をお願いします。  
**申** 6月15日(月)(必着)まで、はがきで郵便番号・住所・参加者全員の氏名・年齢・日中連絡の取れる電話番号を五位山交流館(〒939-0152高岡市福岡町五位356)へ。  
 ※電話での申し込みは不可

**催し** **里山交流イベント 里山散策とジャガイモ掘り**  
**問** 里山交流センター **TEL** 31-6617

**時** 6月21日(日)9:30~12:00  
 ※当日の天候により中止する場合があります。  
**定** 30人(抽選、当選者に案内送付)  
**¥** 小学生以上700円  
**申** 6月10日(水)12:00(必着)まで、直接かはがき、Eメールで住所・参加者全員の氏名・電話番号を里山交流センター(〒933-0968高岡市国吉1324-1 **Eメール** satoyama@p2.tcnet.ne.jp)へ。  
 ※電話での申し込みは不可



**催し** **オタヤ子ども広場**  
**問** 商業雇用課 **TEL** 20-1591

毎月開催!親子向けイベント  
**①黒板動物in子ども広場**  
**時** 6月13日(出)10:30~12:00  
**②ミュージックベル演奏**  
**時** 6月27日(出)11:00~12:00  
**所** 子ども広場(御旅屋セリオ3階)  
**¥** ①100円②無料

**スポーツ** **ジュニア水泳体験教室**  
**問** 福岡B&G海洋センター **TEL** 64-3396

**時** 6月14日(日)10:30~11:20  
**所** 福岡B&G海洋センター  
**対** 年少~小学3年生  
**定** 15人(申し込み順)  
**¥** 1,500円(保険料含む)  
**申** 6月5日(金)13:00~12日(金)17:00まで、受講料を添えて福岡B&G海洋センターへ。



詳しくはこちら

---- 高岡地区広域圏からのお知らせ ----

◇MINIATURE LIFE展2-田中達也見立ての世界-(氷見市)

ジオラマ人形と日用品を組み合わせる別の物に見立てたユーモアあふれる作品約170点の展示のほか、氷見限定の新作やミニチュア世界で撮影できるフォトスポットも登場します。

- 時** 7月11日(出)～8月18日(火)10:00～17:00  
(最終入場は16:30)  
※土曜日、8月12日(水)～14日(金)は19:00まで  
(最終入場は18:30)
- 所** 氷見市芸術文化館
- ¥** 一般1,200円(前売券1,000円)、中・高校生800円(前売券600円)、小学生600円(前売券400円)、クリアファイル付き一般前売券1,200円
- 問** 氷見市芸術文化館 TEL 30-3430

◇津沢夜高あんどん祭(小矢部市)

五穀豊穡を祈って毎年6月第1金・土に開催されるお祭り。大中小20数基の夜高あんどんが、津沢の市街地を練りまわります。一番の見どころは、午後9時頃から行われる「ぶつかり合い」。大あんどん同士が激しくぶつかり合う迫力ある様子を、ぜひ会場でご覧ください。

- 時** 6月5日(金)・6日(出)
- 所** 津沢中心街、津沢あんどんふれあい会館付近
- 問** 小矢部市商工会津沢支所 TEL 61-2356

**福祉** 献血にご協力を  
**問** 県赤十字血液センター TEL 076-451-5555 **問** 社会福祉課 TEL 20-1366

◇イオンモール高岡

- 時** 6月6日(出)・13日(出)・28日(日)、7月4日(出)  
10:00～16:30



**催し** 夏のわくわくワークショップ2026  
**問** 文化振興事業団 TEL 20-1560

- 内** ①日舞、箏曲、民踊、琵琶  
②民謡、小唄三味線、詩吟剣詩舞
- 時** ①7月12日(日)13:00～15:30  
②7月18日(土)13:00～15:00
- 所** 文化芸能館
- 定** ①40人②30人(申し込み順)
- 対** 小学生以上(小学生は保護者と参加)
- ¥** 無料
- 申** 6月2日(火)から、直接か郵送、電話、ファクスで氏名・生年月日・住所・電話番号を文化振興事業団(〒933-0023高岡市末広町1-7生涯学習センター3階 FAX 20-1562)へ。

**スポーツ** スポーツ協会からのお知らせ  
**問** スポーツ協会 TEL 26-5225

◇たかおかスポーツDAY

- 内** 小学生かけっこ教室(小学3～6年生)、体力テスト会(握力、立ち幅跳びなど)、スポーツ体験(モルック、ストラックアウトなど)、健康測定(体ゆがみチェック、血管年齢、体組成など)
- 時** 6月14日(日)9:00～13:00
- 所** 竹平記念体育館
- 定** 小学生かけっこ教室50人、体ゆがみチェック20人(申し込み順)
- ¥** 無料
- 申** 6月5日(金)9:00から  
※詳しくはスポーツ協会ホームページをご覧ください。

◇モルック体験会

- 時** 7月2日(木)10:00～11:00
- 所** 古城公園小竹藪広場
- 定** 18人
- ¥** 500円
- 申** 6月18日(木)9:00から電話でスポーツ協会へ。



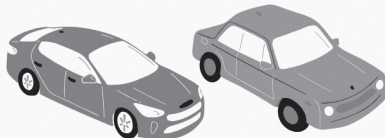
スポーツ協会HP

【広告】

【広告】

不要なお車、ご相談ください！！

乗り換え・免許返納などで不要になった車を買取・引取りいたします。



過走行車・事故車OK  
出張対応/持込みOK  
廃車手続き無料の場合あり

(有)カーショップマツモト  
高岡市六家846-1  
TEL 0766-31-8567 / Fax 0766-31-8570

掲示板 注意・案内看板 ゴミステーション のご相談は



快速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  
TEL 0766-63-8025  
https://public-nikken.com/



スポーツ

サンライフ高岡の教室

☎ サンライフ高岡 ☎ 44-7073

教室名	曜日	期 間	時 間	定員	受講料(円)
リフレッシュヨガ	火	7/ 7~9/29	9:45~10:45	22	8,500
やさしいヨガ	火	7/ 7~9/29	10:30~11:30	15	8,500
自彊術(健康体操)	火	7/14~9/15	13:00~14:30	18	7,500
セルフ整体	火	7/ 7~9/29	19:00~20:30	20	9,500
	金	7/ 3~9/18	13:00~14:30	22	8,000
健康リズム体操	水	7/ 1~9/30	10:00~11:30	40	6,500
からだ改善ストレッチ体操	水	7/ 1~9/30	10:00~11:00	22	7,500
[NEW]かんたんダンスエアロ	水	7/ 1~9/30	13:30~14:30	18	8,500
姿勢改善ストレッチ	水	7/ 1~9/30	18:30~19:30	17	8,500
やさしいピラティス	水	7/ 1~9/30	19:40~20:40	17	9,500
マットピラティス	水	7/ 1~9/30	14:00~15:00	22	各9,500
	木	7/ 2~9/24	19:40~20:40	17	
健康ヨガ	木	7/ 2~9/24	10:30~11:30	22	8,500
筋膜リリースストレッチ	木	7/ 2~9/24	18:30~19:30	22	8,500
バドミントン	木	7/ 2~9/10	18:45~20:40	20	6,500
ひざ・腰ストレッチ体操	木	7/ 2~9/24	10:00~11:00	18	各8,500
			14:00~15:00	22	
	金	7/ 3~9/25	10:30~11:30	22	
ウォーキング・健康リズム体操	金	7/ 3~9/25	9:30~10:30	40	6,500
ストレッチ・健康リズム体操	金	7/ 3~9/25	10:40~11:40	40	6,500
ソフトヨガ	金	7/ 3~9/25	13:30~14:30	15	8,500
からだ改善ヨガ	金	7/ 3~9/25	19:00~20:00	22	8,500
かんたんエアロビ	金	7/ 3~9/25	19:30~20:30	18	8,500
太極拳	土	7/ 4~9/26	10:00~11:30	40	6,500

※講師の都合により開催日時などが変更になる場合があります。

※無料体験できる教室もありますのでお問い合わせください。

**持** 運動できる服装、上履き、ヨガマット

**申** 6月9日(火)9:00から、受講料を添えてサンライフ高岡へ。



【広告】

参加無料

＼実家／＼空き家／＼終活／

なんでも相談会



不動産のことだけじゃない！身の回りのことも相談できます！

2026年 6月6日(土)

9:00~12:00 (最終受付 11:40)

会場 高岡商エビル 4階 405号室  
〒933-0912 高岡市丸の内 1-40

主催／高岡市空き家活用推進協議会

**福祉** **75歳になる人へ**  
問 保険年金課 TEL 20-1481

◇後期高齢者医療の資格確認書

満75歳の誕生日から後期高齢者医療保険の加入者となります。誕生日の前月下旬に資格確認書または資格情報のお知らせを送付します。

※令和8年7月31日までに75歳になる人は、マイナ保険証の利用有無にかかわらず資格確認書が送付されます。

◇保険料について

原則年金天引きですが、加入当初は納付書で納付してください。

※保険料を年金天引きから口座振替にしたい場合は下記手続きが必要です。

- ①金融機関で口座振替の手続きをする。
- ②①の控えを保険年金課へ持参し、「納付方法の変更届出」を提出する。届出があった月の3か月後以降に支給される年金から変更となります。

**福祉** **認知症の人とその家族の相談会(要予約)**  
問 長寿福祉課 TEL 20-1165

認知症や介護などについて、心配や困りごとを専門職に相談できます。

**対** 市内在住の認知症の人や認知症の心配がある人、およびその家族

※詳しくは予約先にお問い合わせください。

とき	ところ	予約先
6/12(金) 14:00~15:30	特別養護老人ホーム 二上万葉苑	二上万葉苑 TEL 25-0808
6/24(水) 13:30~15:30	といで野 はるかぜ	特別養護老人ホームかがやき TEL 30-2028
6/24(水) 14:00~15:30	ふれあい 福祉センター	光ヶ丘病院 TEL 63-6035



詳しくはこちら

**福祉** **国民健康保険特定健康診査・後期高齢者の健康診査(無料)**  
問 保険年金課 TEL 20-1296(国民健康保険) TEL 20-1481(後期高齢者)

◇国民健康保険特定健康診査

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** 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(月)~9月30日(水)

※ただし、昭和26年8月1日~昭和26年9月30日生まれの人は6月1日(月)から誕生日前日までに受診してください。



詳しくはこちら

◇後期高齢者の健康診査

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**
- ①4月末現在の後期高齢者医療制度加入者
  - ②昭和26年5月生まれの人(受診券6月末送付)
  - ③昭和26年6月生まれの人(受診券7月末送付)
  - ④昭和26年7月生まれの人(受診券8月末送付)

**健診期間** ①6月1日(月)~9月30日(水)

②7月1日(水)~9月30日(水)

③8月1日(土)~9月30日(水)

④9月1日(火)~10月31日(土)

※昭和26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。



詳しくはこちら

【広告】

**庭木1本から承ります!**  
植木のプロフェッショナルがお伺いします!

**お客様へのお約束**  
庭木1本より明瞭料金  
トイレはお借りしません  
土日でもOKです  
お茶はご遠慮します

**たかおか市民と市政  
をご覧の方に**  
生垣の剪定 長さ1m  
高さ2m  
通常2,200円を  
初回限定 先着10名様  
**1,100円!** (税込)

富山高岡店  
高岡市今泉新112  
営業時間 9:00~17:00

0120-61-4128  
ガーデンエクスプレス  
カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ

【広告】

**たかしん**  
**年金受給者専用定期預金**  
取扱終了日 2027年3月31日(木)まで

適用利率 スーパー定期  
スーパー定期300  
(1年もの)  
店頭表示金利 **プラス 0.20%** 年

お預け入れ金額:お一人様**500万円**まで  
※お預け入れの際は、年金証書と年金お受取り口座の通帳をご持参ください。

**ご利用できる方**  
●当金庫で現在公的年金をお受け取りの方  
●当金庫で公的年金のお受取りをご指定の方  
※ご来店の際は、年金証書・裁定請求書等をお持ちください。  
●お預入期間中は、当金庫で継続して年金をお受け取りいただける方

**対象となる年金**  
国民年金、厚生年金、各種共済年金等の公的年金

いつもこの街と  
これからもこの街と **高岡信用金庫**  
https://www.shinkin.co.jp/takaoka/

**福祉** 後期高齢者歯科健康診査  
問 富山県後期高齢者医療広域連合 TEL 076-465-7505

後期高齢者の健康づくりの一環として実施します。お口の健康は全身の健康にも影響しますので、ぜひ受診しましょう。

**対** 昭和25年4月1日～昭和26年3月31日生まれの人  
※対象者へは「歯科健診のご案内」を送付します。

**健診期間** 6月1日(月)～10月31日(土)

※事前に医療機関への予約が必要

**¥** 無料(治療する場合は別途治療費が必要)



詳しくはこちら

**福祉** 障害基礎年金をご存じですか  
問 高岡年金事務所 TEL 21-4180

病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、受け取ることができる年金です。病気やけがで初めて医師の診療を受けたとき(初診日)に国民年金に加入していた場合は「障害基礎年金」が請求できます。

**対** 次のすべてに該当する人

①障害等級表1級・2級に相当する人  
(身体障害者手帳の等級とは異なります。)

②障害の原因となった病気やけがの初診日が65歳になる前々日までの人

③保険料納付の条件を満たしている人

※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。

**福祉** 国民健康保険税の納付は口座振替が便利です  
問 保険年金課 TEL 20-1357

国民健康保険税は世帯主に課税されます。(納税通知書は7月中旬発送予定)

**納付方法** ①納付書払い②口座振替③年金からの引き落とし(要件を満たす場合)

現在、納付書払いの人は、窓口へ行く手間なし、納め忘れなしの、便利で安心な口座振替がおすすめです。



詳しくはこちら

**健康** 健康ウォーキング教室  
問 健康増進課 TEL 20-1391

◇御車山巡行路コース

ヘルスポ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。(予約不要)

※TAKAOKAアプリの健康管理ポイントが貯まります。

**時** 6月7日(日)9:00～11:30

**所** 保健センター(集合)

**¥** 無料

**持** 飲み物、タオル、帽子

**健康** 身体や頭を動かそう  
問 健康増進課 TEL 20-1391

ヘルスポランティアと一緒に体操や脳トレを行いませんか。

※TAKAOKAアプリの健康管理ポイントが貯まります。

**時** 6月15日(月)10:00～10:20

**所** イオン高岡江尻店(2階ダイソー前)

**¥** 無料

**健康** とやま健康パーク「高岡市の日」  
問 健康増進課 TEL 20-1391

とやま健康パークを半額で利用できる「高岡市の日」を実施します。団体での利用については、事前申し込みが必要です。(申し込み多数の場合は抽選)

**時** 12月8日(火)～11日(金)、令和9年3月9日(火)～12日(金)  
のうちいずれか1日

**対** 65歳以上の人で、市内の20人以上27人以下の団体

**申** 6月30日(火)まで

※詳しくは市ホームページをご覧ください

【広告】

**美術品・骨董品** **鑑定・査定 無料** **お宝なんでも鑑定会**

**6/12 (金) 11:00▶16:00** **富山県民会館**  
富山市新総曲輪4-18 4階特設会場

**6/13 (土) 10:00▶15:00** **ホテルニューオータニ高岡**  
高岡市新横町1 3階特設会場

**6/14 (日) 10:00▶16:00**

中国美術・刃剣  
現代アート・掛け軸・焼き物  
絵画・腕時計・宝石ジュエリー  
金貨・楽器・漫画

**買取強化中**

東大赤門前で50年の実績 **本郷美術骨董館** お問い合わせ **0120-518-100**  
東京都文京区本郷5-25-17 本郷美術ビル2階 東京都公安委員会許可 第305471009552号 美術商

個別で美術品の出張査定・遺品整理・相続のご相談にもご対応いたします。

**健康** 食育応援プロジェクト  
問 健康増進課 TEL 20-1391

◇食育イベントを開催します  
1日に必要な野菜量の展示やメニューの紹介、ベジチェック®やInbodyなど体験コーナーを実施します。

**時** 6月9日(火)10:00~14:00  
**所** イオンモール高岡1階Lush前

TAKAOKAアプリ「けんこうマイレージ」またはイオンモールアプリ「ウォーキング」で、6月2日(火)~8日(月)までの間に1日5,000歩を3日以上達成した人に先着50人に粗品をプレゼントします。



詳しくはこちら



※ベジチェック®はカゴメ株式会社の登録商標です。

**健康** 各種検診のお知らせ  
問 健康増進課 TEL 20-1345

**受診期間** 6月1日(月)~9月30日(水)  
**①肝炎ウイルス検診(無料)**  
**内** B型・C型ウイルス検査(血液検査)  
**対** 40歳  
(昭和61年4月1日~昭和62年3月31日生まれの人)  
60歳  
(昭和41年4月1日~昭和42年3月31日生まれの人)  
**②前立腺がん検診(無料)**  
**内** 前立腺特異抗原(PSA)検査(血液検査)  
**対** がん検診を受ける機会のない人で60歳  
(昭和41年4月1日~昭和42年3月31日生まれ)の男性  
・いずれも  
**申** 受診票(5月下旬送付)を持参し、特定健診受診時に指定医療機関で受診してください。  
※指定医療機関は市ホームページをご覧ください。



①詳しくはこちら



②詳しくはこちら

**健康** 健康づくり推進団体・事業所の募集  
問 健康増進課 TEL 20-1391

市民または職場の従業員の健康づくりに取り組む「たかおか健康づくり推進団体・事業所」を募集しています。認定されると認定証・ステッカーを交付し、その活動を周知します。認定条件については、市ホームページをご覧ください。

**対** 市内で事業活動を行う団体・事業所  
**申** 直接か郵送、ファクス、Eメールで、申請書を健康増進課(〒933-0045高岡市本丸町7-25 FAX 20-1347 kenko@city.takaoka.lg.jp)へ。  
※申請書は市ホームページで入手可



詳しくはこちら

**健康** 歯周病検診  
問 健康増進課 TEL 20-1345

**受診期間** 6月1日(月)~令和9年2月27日(出)  
**対** 20・30・40・45・50・55・60・65・70歳の人  
(令和9年3月31日時点の年齢)  
**¥** 1,000円(70歳の人は500円)  
**申** 指定歯科医療機関へ予約の上、住所・氏名・生年月日が確認できるもの(マイナンバーカードなど)を持参し、受診してください。(受診券はありません。)  
※指定歯科医療機関は市ホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

**健康** 糖尿病教室  
問 市民病院 TEL 23-0204

**内** 薬との付き合い方、低血糖について  
**時** 6月24日(水)14:00~15:00  
**所** 市民病院  
**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

【広告】

**農機具買取** お任せ下さい!  
お電話1本で無料出張査定!  
古いトラクターや耕運機、コンバイン、田植機、管理機、運搬車...動かなくても諦めずにお問い合わせ下さい!  
買取品目多数!ご相談だけでもOK!  
北陸中古農機具センター 富山支店  
TEL 0766-30-3400  
富山県高岡市戸出町1丁目2-75 営業時間 9:00~18:00 定休日 火・水曜日

【広告】

お電話ください! 《お見積り無料》  
地域密着・徹底価格 安心サポート宣言  
庭木伐採 小屋解体 土間コン カーポート  
エクステリア・外構工事の専門店  
選ばれる理由 『真心・高品質・低価格』**マツケン**  
高岡市福岡町木舟 128-1 イイニワ イチバン TEL 0766-30-8188  
新築外構・リフォーム外構、どうぞお気軽にご連絡ください。

みんなの掲示板

◇剪定の就業を体験してみませんか

**時** 6月23日(火)9:00~15:00  
**所** 城光寺球場  
**定** 20人  
**¥** 無料(昼食は持参)  
**申問** 6月19日(金)17:00まで、電話で高岡市シルバー人材センター TEL 20-1650へ。

◇夏至の夕べ「音とヨガ」

**内** 貴重な仏殿前空の下でのヨガ体験  
**時** 6月21日(日)17:30~18:45  
**所** 国宝瑞龍寺  
**¥** 1,500円(拝観料込み)  
 ※雨天中止もしくは大茶室30人先着枠あり 申し込みフォーム  
**申** 申し込みフォームから  
**問** 瑞龍寺ヨガ(宮田) TEL 090-4321-6696



申し込みフォーム

◇ひとり親家庭・親と子のついでバス旅行

**内** 動物ふれあい、親子BBQ  
**時** 7月25日(土)8:30~18:30  
**所** ひるがの高原「牧歌の里」  
 ※市役所駐車場(消防署側)集合  
**定** 45人(申し込み順)  
**¥** ひまわり会会員親子1,500円(非会員親子2,000円)  
 ※子ども1人増につき、500円追加(非会員は1,000円追加)  
**申問** 6月1日(月)~27日(土)まで、電話で高岡市母子寡婦福祉会ひまわり会 TEL 080-2961-4723(山本)へ。

◇放送大学10月入学生募集

BS放送やインターネットで授業を視聴し、自宅で学習できる通信制の大学です。資格取得や知識を深めるために必要な科目だけを学ぶこともできます。  
**出願期間** 6月10日(水)~9月9日(水)  
 ※資料請求無料です。  
**問** 放送大学富山学習センター TEL 56-9230

◇光ヶ丘病院「リハビリファーム」

**講師** 飯尾裕光先生  
 (ファームディレクター)  
**○オープンファーム**  
 (申込不要・出入り自由)  
**内** ローゼル・大豆の定植、じゃがバターの試食、(株)能作による錫のワークショップ(有料)、リハビリ室ツアー(要予約)など  
**時** 6月13日(土)10:30~15:30  
**¥** 無料(一部有料)  
**○「高岡インターナショナル学童クラブ企画」英語で自然を楽しむ畑の学校(要申込)**  
**内** じゃがいもほり、ポテトチップス&ピザ作り、サステナブルアート体験  
**時** 6月14日(日)10:30~14:30  
**定** 40人程度  
**¥** 大人2,000円、小学生以上1,000円、未就学児無料  
**申** 申し込みフォームから  
**問** ヒカリプロジェクト TEL 070-7581-0307



申し込みフォーム



詳しくはこちら

◇売れない空き家セミナー

売れない空き家でお困りの人などを対象に、空き家の手放し方、相続登記などの視点で解決策を学ぶことが出来るセミナーです。  
**時** 6月13日(土)10:00(9:30開場)、14:00(13:30開場)  
 ※各回1時間程度を予定  
**所** 生涯学習センター5階502研修室  
**定** 36人  
**¥** 無料  
**申** 6月13日(土)まで、電話またはWEBから  
 ※当日の飛び込み参加も可  
**問** (株)ベリーベスト TEL 0120-162-061



WEB予約

◇ポリテクセンター富山8月開講コース受講

**内** ①CAD/CAM技術科②機械加工・NC科(企業実習付)③電気設備技術科  
**時** 8月4日(火)~令和9年1月29日(金)  
**所** ポリテクセンター富山  
**対** 再就職に向けてスキルアップを目指す求職者  
**定** ①20人②12人③12人(いずれも選考試験実施)  
**¥** 無料(テキスト代等は自己負担)  
**申** 6月1日(月)~7月16日(木)に、直接申込書を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 TEL 28-6902

◇第7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** 太鼓の達人  
**時** 7月16日(木)10:00(受付9:30)  
**所** 御旅屋セリオ6階「Takaoka ePark」  
**対** 高岡市の老人クラブ会員  
**¥** 無料  
**申問** 7月3日(金)まで、電話で高岡市老人クラブ連合会事務局 TEL 23-7900へ。

◇あいの風とやま鉄道ファンクラブ2026年度会員募集

**特典** 1日フリー乗車券の進呈、会員限定イベントへの招待、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** 有人駅に設置のチラシかホームページをご確認ください。  
**問** あいの風とやま鉄道 TEL 076-444-1300(平日8:30~17:15)



あいの風とやま鉄道HP

【広告】

【広告】

庭木1本からお見積りに伺います。剪定、伐採、草刈りのことなら



出張見積無料

庭森造園

お気軽にお電話ください♪ 高岡市二上468-1

TEL:0120-966-936



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 ☎ 0766-23-3112

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



# がん検診

とき	ところ	受付時間	
		肺・胃・大腸	子宮・乳
①6/15(月)	牧野会館(旧牧野公民館)	—	13:00~14:00
②6/20(土)	北陸予防医学協会 高岡総合健診センター	8:00~10:00	
③6/22(月)	戸出コミュニティセンター	8:00~9:30	13:00~14:00

※完全予約制です。定員に達し次第、締め切ります。

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 ①③は検診日の7日前まで、電子申請または「がん検診のお知らせ」に同封のはがきを返送(必着)か電話で、健康増進課 TEL 20-1345、②は北陸予防医学協会高岡総合健診センター TEL 24-3131へ。  
※がん検診受診券の発行は、電子申請または健康増進課へお問い合わせください。



集団がん検診予約



がん検診のお知らせ



受診券発行

◎アイコンの説明

問 問合先

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



## 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 20-1345

### 赤ちゃんから高齢者までの健康相談

時 平日8:30~17:15

※心の健康相談も随時行っています。

### 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、保健師・管理栄養士などが個別相談に応じます。(血压測定、体組成測定も実施)

時 6月24日(水)13:15~15:15  
(1人30分程度)

持 健康診査の結果など

申 6月19日(金)まで電話で健康増進課へ。



## 健康ミニ講座

### 網膜と黄斑について

網膜は眼球壁に張り付き光を感じる神経の膜です。その中央に位置するのが黄斑になります。すなわち黄斑も網膜の一部であり、キサントフィルという黄色の色素が豊富であるため黄斑と名付けられています。網膜の役割は黄斑と、それ以外の網膜で異なります。黄斑の役割は視力や色覚であり「細かく色をつけてはっきり見る」ということになります。一方、黄斑以外の網膜は暗所での視覚、視野を担当しており「広く暗所でも動きをとらえる」ことになります。黄斑に異常があると視力低下・ゆがみ・色がうすく見えるなどの症状が出現します。黄斑以外の網膜の異常では視野がぼやける・暗くなるなど、黄斑とは異なる症状が出現します。黄斑変性や黄斑前膜、黄斑浮腫など代表的な黄斑の病気は自覚症状が似ていても原因が全く異なっており、治療方針も変わります。普段両目で見ていると気付かないこともあるので、たまに片目を隠して見え方をチェックしてみましょう。

高岡市民病院 眼科主任部長 柳沢 秀一郎

【広告】

旧100円3種(稲・鳳凰・五輪) S32~41年  
市民と市政ご持参で 2026年6月30日まで  
**500円買取**

金・プラチナ・銀 高騰中! 金色・銀色の物なら何でもご相談下さい!  
貴金属・ブランド品・腕時計・金券・テレカ・お酒・金貨・古銭など

地方自治六十年1000円硬貨  
6,000円買取保証

イオン内にある買取専門店  
**Eprecious**

イオン高岡江尻店 富山県高岡市江尻331-1  
0766-27-7120 10時~19時【定休日/水曜日】

イオンモール高岡店 富山県高岡市下伏間江383東館1F  
0766-54-6863 10時~19時【年中無休】

スリーピー 食品 ATM 南入口

※買取の際は運転免許証、またはマイナンバーカードをご持参ください

【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 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

はびねすグループホームいずみ 担当:高澤

北陸福祉会 検索



## 子育て支援センター「教室・育児相談」

0歳児～就学前のこ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。

**申** 6月4日(木)10:00から子育てアプリ「ねねッたかおか」で申し込み。(申し込み順)

※電話での申し込みは不可



教室・育児  
相談一覧



ねねッ  
たかおか

### 高岡子育て支援センター

御旅屋セリオ8階

**TEL** 28-4114, 21-7876

**時** 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

**TEL** 64-2090

**時** 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

**TEL** 22-1881

**時** 9:30～15:30

※土・日・祝日は休み



保健センターで  
1歳6か月健診



橘 瑛太さんと  
お母さん

対象 乳幼児と保護者

## ファミリーポケット

**問** 生涯学習・スポーツ課 **TEL** 20-1456

**時** 10:00～11:30

木津地域交流センター 6/11(木)

能町地域交流センター 6/18(木)

成美地域交流センター 6/19(金)

古府地域交流センター 6/26(金)

※サポーターやほかの親子との交流、手遊びなどを行います。(予約不要)



詳しくはこちら



## 乳幼児健診のお知らせ

**所** 保健センター **問** 健康増進課 **TEL** 20-1344

各健康診査の日程など、詳しくはホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

内容	対象者
3か月児健康診査	令和8年1月27日～2月21日生
1歳6か月児健康診査	令和6年11月1日～22日生
3歳児健康診査	令和4年10月25日～11月24日生



## 虫歯予防フッ素塗布教室のお知らせ

**所** 保健センター **問** 健康増進課 **TEL** 20-1349

各教室の日程など、詳しくはホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

内容	対象者
2歳児虫歯予防フッ素塗布教室	令和6年5月～7月生
2歳6か月児虫歯予防フッ素塗布教室	令和5年11月～令和6年1月生
3歳児虫歯予防フッ素塗布教室	令和5年5月～7月生

対象 3か月以上の乳児と保護者、妊婦  
赤ちゃんにこここ教室(要予約)

**問** 健康増進課 **TEL** 20-1344

二塚保育園 6/10(水)  
10:00～11:00

国吉光徳保育園 6/11(木)  
10:00～11:00

野村公民館 6/12(金)  
10:00～11:00

みつば保育園 6/16(火)  
10:00～11:30

佐野地域交流センター 6/17(水)  
10:00～11:00

博労地域交流センター 6/17(水)  
10:30～11:30

中田コミュニティセンター 6/19(金)  
10:00～11:00

Uホール 6/24(水)  
10:00～11:00

※開催日1か月前から「ねねッたかおか」で予約。(妊婦さんは予約不要)



詳しくはこちら



## 保健センターの教室・保健相談

**所** 保健センター **問** 健康増進課 **TEL** ①20-1346②20-1344

内容	とき	対象者
①はじめての離乳食教室	6/12(金) 10:00～11:30	令和7年11月16日～ 令和8年1月15日生
②幼児保健相談	6/8(月) 13:30～15:00	言葉の発達や行動が心配な 年少未満の幼児、未就園児

※①は6/1(月)から「ねねッたかおか」で予約をお願いします。

対象 乳児～3歳未満の幼児

## らっこクラブ

**問** 健康増進課 **TEL** 20-1344

絵本の読み聞かせや手遊びなどを  
行います。(予約不要)

**時** 6/19(金)10:30～11:30

**所** 保健センター

対象 0～3歳児

## フレンドリータイム

**時** 10:45～11:30

※16日戸出児童センターは  
子育て支援センター職員による  
活動日です。

西部児童センター 6/2・16 **TEL** 26-1347

野村児童センター 6/2・23 **TEL** 23-3893

伏木児童館 6/9・23 **TEL** 44-0595

戸出児童センター 6/16・23 **TEL** 63-2370

「民謡」弥栄節が響きわたる金屋の町を踊り流す

# 御印祭



とき 6月19日(金)・20日(土)

ところ 金屋町一帯

6月19日(金)  
前夜祭弥栄節町流し  
19:00～ 金屋町石畳通り

6月20日(土)  
祭典 19:00～ 有磯正八幡宮  
奉納踊り 16:00～ 前田利長公墓所  
17:00～ 金屋緑地公園石碑前  
児童町流し 17:00～ 金屋町一帯



問合先 観光交流課 TEL 20-1301 FAX 20-1496

## 高岡市公式SNS



LINE



X



その他SNS

## 広報紙はデジタルでも配信しています



市HP



カタログポケット



広報紙に対するご意見はこちら



令和6年能登半島地震支援・対応等関連情報

令和8年4月末現在 人口 160,394人 (うち外国人4,678人) 男 78,150人 女 82,244人

区分	自然増減 (出生-死亡)	社会増減 (転入-転出)	計
令和8年4月中の増減	- 107	21	- 86

世帯数 71,505世帯 (うち外国人世帯2,858世帯) 令和8年4月中の増減+138