



information お知らせ

7月31日(金)が納期限です

- ・固定資産税 (第2期)
- ・国民健康保険税 (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 7月11日(土)・8月2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5月 末まで	119件	1人	133人
前年同期 との比較	-40件	-2人	-36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

弁護士の法律相談 (初めての人のみ)	時 7/9(木)・16(木)・23(木)・8/6(木)13:30~16:30 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)	所 市役所7階 定 各日6人(申し込み順)
労働相談 (労働雇用相談員)	時 7/14(火)14:00~16:00 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)	所 御旅屋セリオ5階
多重債務弁護士相談	時 7/15(水)13:30~15:00 申 問 市消費生活センター TEL 20-1522	所 市役所7階 定 3人(申し込み順)
税理士の税務相談 (初めての人のみ)	時 7/16(木)13:00~16:00 申 問 北陸税理士会富山県事務局 TEL 076-422-4034(7/9(木)9:00から電話予約可)	所 商工ビル5階 定 6人
女性弁護士の法律相談 (初めての人のみ)	時 7/23(木)14:00~16:00 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 4人(申し込み順。7/7(火)12:30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火曜日は除く)※面接は要予約 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

行政書士相談(相続・遺言・農地転用・家族信託等)	時 7/8(水)13:00~15:00 問 県行政書士会高岡支部 TEL 27-3700	所 市役所8階
行政相談	▶時 7/13(月) 所 福岡支所、戸出コミュニティセンター ▶時 7/14(火) 所 市役所7階 ▶時 7/24(金) 所 市役所7階 ▶時 7/27(月) 所 伏木コミュニティセンター ※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】7/14(火)13:30~16:00 問 市民生活課 TEL 20-1327	所 市役所7階
司法書士相談	時 7/15(水)13:00~15:00 問 県司法書士会高岡支部 TEL 24-7515	所 市役所8階
社会保険労務士の労働相談	時 7/16(木)13:30~16:00 問 県社会保険労務士会 TEL 076-413-4801	所 市役所7階
弁護士・県宅地建物取引業協会相談員の不動産相談	時 7/17(金)13:00~16:00 問 県宅地建物取引業協会高岡支部 TEL 25-0021	所 市役所8階
消費生活相談	時 月~金曜日(祝日は除く)9:00~16:00 問 市消費生活センター TEL 20-1522	所 市消費生活センター
特殊詐欺など身近な相談	問 警察相談専用電話 TEL #9110	

◎アイコンの説明

問

問
問
合
先

内

内
容

時

時
と
き

所

所
と
ころ

対

対
象

定

定
員

¥

料
金

持

持
ち
物

申

申
し
込
み

図書館からの オススメ新刊情報

☎ 中田図書館 TEL 36-0054

●絶対に見たことがあるアレの正体、聞いてみた
井上マサキ/著 大和書房

ファミレスで店員さんと呼ぶアレ、可愛い園児たちが沢山乗っているアレ、お菓子の袋に入っている「たべられません」のアレ…様々な「アレ」のことを僕らはどれくらい知っているだろうと、身近過ぎる「アレ」を生み出した企業・工場に潜入取材をした楽しめるお仕事ルポです。世界はだれかの仕事でできている!“読む”社会科見学を是非楽しんでください。

●AI×家事 毎日バタバタな3児ママがAIを使ってみたら、一人で悩む時間が消えた。

宮崎真理/著 扶桑社

●自転車の交通ルールがわかる本

コンデックス情報研究所/編著 成美堂出版

●子ども文様ものがたり 下中菜穂/著 平凡社



◇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。

◇中央図書館の

臨時開館・臨時休館について

臨時開館日 7月27日(月)9:00~19:00

臨時休館日 7月28日(火)

☎ 中央図書館 TEL 20-1818

暮らし

応急手当普及員更新コース

☎ 消防本部警防課 TEL 22-3133

時 7月25日(土)9:00~12:00

所 消防本部

対 応急手当普及員講習を修了してから3年以内で、認定の継続を希望する人

定 30人程度(申し込み順)

申 電子申請または直接、申請書を消防本部か各消防署へ。



電子申請

暮らし

普通救命講習I

☎ 消防本部警防課 TEL 22-3133

内 心肺蘇生法を学べるベーシックコース

時 8月2日(日)9:00~12:00

所 福岡消防署

対 中学生以上で高岡市または氷見市に住むか勤務する人

定 30人程度(申し込み順)

申 電子申請または直接、申請書を消防本部か各消防署へ。



電子申請

暮らし

貯水槽水道は点検が大切です

☎ 水道料金センター TEL 30-7306

ビルやマンションなどの貯水槽の水質管理は所有者が行うことになっています。入居者が安心して水道水を利用できるように、日ごろから点検や清掃、検査などを行ってください。

※水道水に異常が発生した場合、建物の所有者は直ちに給水を止め、利用者に知らせるとともに、上下水道局水道料金センターに連絡してください。



詳しくはこちら

暮らし

建物のカラス飛来防止対策に支援します

☎ 環境政策課 TEL 22-3212

対象工事①防鳥ネット、針山、防鳥用ワイヤーなどの設置
②レーザー装置などの購入および設置

対 市内の一般住宅、事業所および店舗などの建物の所有者または管理者

補助額 対象経費の1/2

上限額 ①20万円②10万円

申 工事着手の前に、直接申請書を環境政策課へ。



詳しくはこちら

暮らし

クマにご注意を!

☎ 農業水産課 TEL 20-1321

夏はクマにとって食物が乏しい季節で、餌を求めて人里に出没することが想定されます。人身被害防止のため、次の取り組みをお願いします。

- 朝夕は山中に入らない。
- クマの隠れ場所をなくすために、草刈りやヤブ払いを地域ぐるみで行う。
- 果樹の木の伐採など、クマの誘引物を除去する。
- 家屋侵入を防ぐため、住宅・車庫・倉庫などの戸締まりを徹底する。

暮らし

市民ノーマイカーフライデー

☎ 総合交通課 TEL 20-1139

7月10日(金)・17日(金)・24日(金)は「市民ノーマイカーフライデー」です。マイカー通勤を控え、徒歩・自転車・公共交通機関などを利用しましょう。



詳しくはこちら

募集 **富山マラソン2026ボランティア**
問 富山マラソンボランティアセンター **TEL** 076-444-4582

内 封入作業、ランナー受付、場内誘導、手荷物預かり・返却、走路員、給水・給食、救護


対 高校生以上の人
 ※中学生は保護者同伴であれば可

定 3,500人(申し込み順)

¥ 無料(QUOカード1,000円分進呈)

申 8月9日(日)まで、ホームページまたはファクスで富山マラソンボランティアセンター(TEL 076-444-4617)へ。

富山マラソン HP



募集 **高岡古文書ボランティア**
問 博物館 **TEL** 20-1572

時 7月18日(土)・29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 **ハローワーク高岡企業説明・面接会**
問 商業雇用課 **TEL** 20-1297

求人者と求職者が一堂に会するミニ説明会を開催します。8社が参加予定です。

時 8月6日(木)13:30～15:30

所 御旅屋セリオ5階ホール

対 就職・転職希望の人

募集 **はじめてのクラウドファンディングセミナー**
問 チェンジ推進課 **TEL** 20-1101

あなたのアイデアをクラウドファンディングでカタチにしてみませんか。


時 7月23日(木)18:00～19:30

所 市役所5階503会議室
 ※オンライン参加も可

定 30人(申し込み順)

¥ 無料

申 電子申請またはEメールで、チェンジ推進課(TEL 20-1101) change@city.takaoka.lg.jp)へ。



詳しくはこちら

募集 **短期型夏季インターンシップツアー**
問 ㈱Asian Bridge **TEL** 076-260-4233

複数の市内企業を組み合わせた1日1社×5日間のインターンシップを開催します。

① **ものづくり最前線!暮らしと伝統を守るコース**
 8月24日(月)～28日(金)

② **デジタルで地域を変える!地域革新コース**
 8月17日(月)～21日(金)

③ **働き方も大事!ワークライフバランス重視コース**
 8月24日(月)～28日(金)


④ **まちを元気に!地域創生コース**
 8月17日(月)～21日(金)

対 2028年卒以降の学生(専門学生・高専生も可)

定 各コース10人(申し込み順)

¥ 無料

申 7月31日(金)まで、特設サイトから。



特設サイト

学び **菅笠づくり後継者育成講座**
問 地域振興交流課 **TEL** 64-1426

① **笠骨づくり**
 竹を割ったり削ったりして、角笠や富士笠などの笠骨を作ります。

時 8月19日(水)～令和9年3月10日(水)の水曜日
 9:00～12:00(月2～3回・20回)

定 4人程度

② **笠縫い**
 菅の選り分けから始め、大野笠や立山笠を縫います。

時 8月20日(木)～令和9年3月5日(金)の木・金曜日
 9:00～15:00(月2～4回・20回)

定 10人程度

- いずれも

所 福岡支所

¥ 無料

申 7月31日(金)まで、直接か電話で地域振興交流課へ。
 ※申し込み多数の場合は選考あり

学び **未来創造たまご塾 in たかおか**
問 産業企画課 **TEL** 20-1395

カードゲームを通して経済の仕組みを親子で楽しく学ぶワークショップを開催します。

時 7月25日(土)13:30～15:30


所 御旅屋セリオ5階ホール

対 小学4～6年生と保護者


定 30組(申し込み順)

¥ 無料

申 7月12日(日)まで電子申請で産業企画課へ。



詳しくはこちら



電子申請

学び **バラの講習会**
問 おとぎの森館 **TEL** 28-6500

内 秋バラに向けた手入れ(申し込み不要)

時 7月19日(日)9:30～11:30

所 おとぎの森館(フラワールーム)

学ぶ **女性のためのコミュニケーション講座**
 問 男女平等推進センター TEL 20-1810

◇女性のためのアサーティブネス・トレーニング講座
 「私の気持ちを伝えたい～私も相手も大切にするコミュニケーション～」

講師 一般社団法人ウイメンズカウンセリング富山
時 7月12日(日)10:00～16:00
所 男女平等推進センター会議室
定 12人(申し込み順)
¥ 無料
申 電子申請または直接か電話、郵送、ファクス、Eメールで氏名・電話番号を男女平等推進センター(〒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 ㊚ gec@city.takaoka.lg.jp)へ。
 ※託児サービスあり。希望者は7月2日(休)まで男女平等推進センターへ。



電子申請

学ぶ **音楽講座～歌って踊ってリフレッシュ～**
 問 文化振興事業団 TEL 20-1450

歌の基本を学びながら、音楽に合わせて身体を動かしたり、みんなと一緒に歌ったりして、全身で表現する楽しさを感じてみましょう。発声で上手にストレスを発散しましょう。
時 8月6日(木)・20日(木)、9月3日(木)13:30～14:45
所 生涯学習センター4階スタジオ405
定 10人(申し込み順)
¥ 1,500円
申 7月5日(日)～31日(金)まで、直接か郵送、ファクス、Eメールで講座名・住所・氏名・年齢・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3階 FAX 20-1658 ㊚ kouza@takaoka-bunka.com)へ。
 ※電話での申し込みは不可
 ※当初の予定から開催時刻が変更となりました。

学ぶ **もみ子先生の親子実験教室**
 問 中央図書館 TEL 20-1818

内 かがく変化で遊ぼう!
時 8月1日(土)10:00～11:00
所 生涯学習センター6階キッチンサロン
対 市内の小学生とその保護者
定 10組(申し込み順)
¥ 500円
申 7月1日(水)より、直接か電話で中央図書館へ。



詳しくはこちら

学ぶ **スマートフォン講座(8月～10月開催分)**
 問 情報政策課 TEL 20-1238

初心者・中級者向けのスマートフォン講座を開催します。
 ※市ホームページには全日程を公開しています。

¥ 無料
申 募集時期などは、直接開催場所へお問い合わせください。



詳しくはこちら

◇初心者向け
【入門編】はじめてのスマートフォン体験講座
講師 高岡ケーブルネットワーク(株)
内 電源の入/切やスマートフォンの基本的な操作(地図・カメラ・写真など)、音声入力体験

とき	時間	定員	ところ	電話番号
8月3日(月)	10:00～12:00	15	定塚地域交流センター	25-4491

【基本編】もっとわかるスマートフォン体験講座
講師 ソフトバンク(株)
内 スマートフォンならではの機能(地図、LINE、インターネット検索など)の体験

とき	時間	定員	ところ	電話番号
8月31日(月)	13:00～15:00	20	木津地域交流センター	26-6150
9月24日(木)	13:00～15:00	20	太田地域交流センター	44-0494
10月30日(金)	13:00～15:00	20	二上地域交流センター	25-3040

◇中級者向け
【応用編①】スマートフォンで備える!防災・防犯対策講座
講師 ソフトバンク(株)
内 防災アプリによる情報の取得方法、詐欺メール例とその対処方法など

とき	時間	定員	ところ	電話番号
8月28日(金)	13:00～15:00	20	東五位地域交流センター	31-0958
10月6日(火)	13:30～15:30	20	牧野会館	※
10月22日(木)	13:00～15:00	20	太田地域交流センター	44-0494

※参加希望の申し込み・問い合わせ先は牧野地域交流センター TEL 83-7650へ。

【応用編②】LINEマスター+マイナポータル活用講座
講師 ソフトバンク(株)および市職員
内 ビデオ通話、ともだち追加などLINEの各種機能やマイナポータルの活用方法、「どこでも市役所」など市デジタルサービスの紹介など

とき	時間	定員	ところ	電話番号
8月18日(火)	13:00～15:30	20	定塚地域交流センター	25-4491
9月10日(木)	13:00～15:30	20	成美地域交流センター	26-8943
9月14日(月)	13:00～15:30	20	木津地域交流センター	26-6150

催し **高岡七夕まつり**
問 高岡七夕まつり実行委員会(未広開発㈱) TEL 20-0555

◇ブチ七夕プレゼント&販売

市内在住で令和7年7月1日以降に赤ちゃんが生まれたご家族にプレゼントします。

定 50組(申し込み順)

申 7月14日(火)18:00まで、電話で高岡七夕まつり実行委員会へ。



詳しくはこちら

※7月17日(金)から未広開発まちづくり事業部(御旅屋セリオ6階)でお渡しします(平日のみ)。
※購入の場合は1本1,000円(税込)

◇「マイ七夕」を作ろう

願いを込めた七夕飾り「マイ七夕」をつくりませんか。制作したマイ七夕は、7月26日(日)～8月8日(土)まで御旅屋通りに飾ります。

時 7月26日(日)13:00

所 御旅屋通り

定 15組(申し込み順)

¥ 1本3,000円(税込)

申 7月10日(金)まで、電話で高岡七夕まつり実行委員会へ。

催し **富山のてしごとに触れる展**
問 デザイン・工芸センター TEL 62-0520

高岡銅器・高岡漆器をはじめ、地域の“てしごと”にまつわる製品や道具を展示。ものづくりに込められた職人の技や想いを、映像とともにお届けします。

時 7月18日(土)～9月20日(日)9:00～17:00

所 デザイン・工芸センター

展示室

¥ 無料



催し **鉄道模型展**
問 おとぎの森館 TEL 28-6500

内 鉄道模型の展示および運転、鉄道写真の展示

時 8月1日(土)・2日(日)9:00～17:00

(2日は15:00まで)

所 おとぎの森館(フラワールーム)

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 7月12日(日)・26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)

催し **御旅屋人マーケット**
問 未広開発㈱ 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 7月19日(日)11:00～16:00

所 御旅屋セリオ周辺



OTAYAZINE

催し **コンサートピアノ演奏体験会**
問 文化振興事業団 TEL 20-1560

市が所有するコンサートピアノの演奏体験会を行います。

時 8月5日(水)・6日(木)9:30～20:20(1組50分)

所 生涯学習センターホール

対 ピアノ学習者、経験者

※15歳未満の人は保護者の同意、同伴が必要です。

定 各日11組(申し込み順)※1組2人まで。

¥ 1,000円/組

※申し込みの際に現金支払い。電話の場合は申し込み日から7日以内に窓口へ現金支払い。

申 7月11日(土)から、直接か電話で文化振興事業団へ。

※電話の場合は7月12日(日)から。



～平和について考える～

◇図書展示「平和を願って」

問 中央図書館 TEL 20-1818

平和の喜びと尊さの理解を深めるため、平和に関する図書を展示します。

時 7月1日(水)～8月30日(日)

所 中央図書館

◇平和チャリティ色紙展&被爆写真パネル展

問 原水爆禁止高岡協議会 TEL 20-1312

色紙展 県内の著名な作家の色紙を展示します。

パネル展 広島平和記念資料館からお借りした

パネルを展示します。

時 7月10日(金)～12日(日)

所 ウイング・ウイング高岡1階

※パネル展は8月3日(月)～7日(金)に市役所1階ロビーでも行います。



催し 五位山交流館イベント
問 五位山交流館 TEL 65-1122

①水ロケットを飛ばそう

時 8月1日(土)9:15~12:00**定** 親子10組**¥** 500円/1組**持** 1.5Lペットボトル同種2個(炭酸飲料用でくびれのなもの)

※よく洗って乾燥させてください。

②夏の星座や天の川を見よう

天体望遠鏡やテレビ観望装置を用意します。雨天の場合は、館内にて講師によるプロジェクターを使った宇宙と星の楽しいお話や質問タイムなどを行います。

時 8月22日(土)19:00~21:00**定** 50人(抽選、当選者に案内送付)**¥** 無料**申** ①7月17日(金)②7月31日(金)(必着)まで、はがきで、イベント名・郵便番号・住所・参加者全員の名前と年齢・日中連絡が取れる電話番号を五位山交流館(T939-0152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「竹細工(カニとカタツムリ)」
問 里山交流センター TEL 31-6617**時** 7月26日(日)9:30~12:00(雨天決行)**定** 10人(抽選、当選者に案内送信・送付)**¥** 小学生以上500円(未就学児は参加不可)**申** 7月15日(水)12:00(必着)まで、直接かはがき、Eメールで参加者全員の住所・氏名・参加人数・電話番号を里山交流センター(T933-0968高岡市国吉1324-1

☎ satoyama@p2.tcnet.ne.jp)へ。

※電話での申し込みは不可

催し バスで行くボルダリングとイワナのつかみ取り
問 遊・Uクラブ TEL 64-1437**時** 8月7日(金)8:20~15:00**所** 城端クライミングセンター、いわなの里「太谷川」**対** 小学生(親子での参加も可)**定** 20人(申し込み順)**¥** 5,500円(保険料込み)**申** 7月8日(水)9:00から、受講料を添えてUホールへ。**催し** SONGS LONG VACATION2026
問 文化振興事業団 TEL 20-1560

◇夏のフュージョン祭り

出演者 Cygnus、USG63**時** 7月26日(日)19:00開演(18:30開場)**所** 生涯学習センター1階交流スペース**定** 80人(申し込み順)**¥** 1,500円**申** 前売りチケットは生涯学習センターにて販売。**催し** 『大熊理津子×藤岡弘子』コンサート
問 文化振興事業団 TEL 20-1560**時** 9月5日(土)14:00開演(13:30開場)**所** 生涯学習センター4階ホール**定** 403席(申し込み順)**¥** 一般2,000円、高校生以下1,000円(全席自由)

※未就学児入場不可(ただし、親子席あり)

※親子席、車椅子を利用する人は文化振興事業団へ。

チケット販売 文化振興事業団、生涯学習センター3Fサービスカウンター、アーツナビ(高岡文化ホール、富山県民会館、教育文化会館、新川文化ホール)**催し** 親子で楽しむ0歳児からのコンサート
問 文化振興事業団 TEL 20-1560

泣いても、動き回っても大丈夫なコンサートです。親子でマリンバとピアノの演奏をお楽しみください。

出演 大熊理津子(マリンバ)、藤岡弘子(ピアノ)**時** 9月6日(日)11:00開演(10:30開場)**所** 生涯学習センター4階ホール**対** 未就学児を含む1組2~5人**定** 400人(抽選)

※当選者に8月上旬に入場整理券を送付

¥ 無料**申** 7月11日(土)~26日(日)まで、電子申請または直接かファクスで住所・氏名・電話番号・メールアドレス、申込人数を文化振興事業団(☎ 20-1562)へ。

電子申請

---- 高岡地区広域圏からのお知らせ ----

◇第54回ひままつり(氷見市)

飲食ブースや複数のイベント、魚提灯山車、はたらくくるまの展示、フィナーレには約4,000発の花火が夜空を彩ります。

時 8月1日(土)15:00~21:00

※18:00~22:00一部交通規制あり。

所 比美乃江公園**問** ひままつり実行委員会 TEL 080-8440-6005

詳しくはこちら

◇空中カフェ2026夏(小矢部市)

地上100mがカフェ・エリアに。県内人気店のスイーツをお楽しみください。

時 7月18日(土)・19日(日)・20日(月・祝)・25日(土)・26日(日)
10:00~17:00(ラストオーダー16:30予定)**¥** 前売1,400円、当日1,500円

(スイーツ2種、ワンドリンク、タワー展望料込み)

チケット クロスランドおやべ事務所、北日本新聞社本社プレイガイド、西部本社、砺波支社、電子チケット**所 問** クロスランドおやべ TEL 68-0932(水曜休館)

ス
ホ
ッ

ジュニア短期水泳教室

問 福岡B&G海洋センター TEL 64-3396

- 時** ①7月11日(土)・18日(土)・25日(土)12:10～13:00
 ②7月29日(水)・30日(木)・31日(金)9:00～9:50
 ③8月1日(土)・8日(土)・22日(土)12:10～13:00
 ④8月5日(水)・6日(木)・7日(金)9:00～9:50

※通年教室のおためし受講も受け付けています。
 詳しくはホームページをご覧ください。

- 対** ①～④年少～小学生
定 各30人(申し込み順)
¥ 各5,400円(保険料含む)
申 7月1日(水)9:00から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

ス
ホ
ッ

やさしい体メンテナンス教室

問 遊・Uクラブ事務局 TEL 64-1437

チューブとボールを使って行う体のメンテナンス教室です。

- 時** 7月30日(木)10:00～11:00
所 Uホール
定 25人(申し込み順)
¥ 1,000円
持 タオル、飲み物
申 7月1日(水)9:00から、受講料を添えてUホールへ。

ス
ホ
ッ

パークゴルフを楽しもう

問 西明寺パークゴルフ場 TEL 64-2223

期間中、小・中・高校生の施設利用料およびゴルフ用具利用料金が無料になります。

※小・中学生は保護者同伴(保護者は施設利用料400円、ゴルフ用具利用料110円)

- 時** 7月1日(水)～8月30日(日)9:00～17:00
 (受付終了16:00)

定休日 月曜日
所 西明寺パークゴルフ場



詳しくはこちら

福
社

介護保険のお知らせ

問 長寿福祉課 TEL 20-1375

◇65歳以上の人へ

令和8年度介護保険料決定通知書を7月中旬に郵送します。年金が年額18万円以上の方は原則年金天引きですが、前年度の途中で保険料が減額となった人など一時的に納付書で納めていただく場合があります。

◇これから65歳を迎える人へ

保険証 65歳の誕生日の前日が属する月に郵送されます。
保険料 保険証の送付の翌月、介護保険料決定通知書を郵送します。年金天引きへは6か月から1年ほどで自動的に切り替わります。それまでは納付書または口座振替で納付をお願いします。

◇介護認定を受けている人へ

介護保険負担割合証(緑色)の有効期限は7月31日(金)です。8月1日(土)以降の負担割合(1～3割)を記載した新しい介護保険負担割合証を7月下旬に郵送します。介護保険サービスを利用する際は、介護保険被保険者証(黄色)と併せて事業所に提示してください。

福
社

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。詳しくはこちら



とき	ところ	予約先
7/10(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
7/12(日) 10:00～11:30	ウエルシア 高岡四屋店	光ヶ丘病院 TEL 63-6035
7/17(金) 13:30～15:00	古府地域交流 センター	アルカディア雨晴 TEL 44-8060
7/22(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

健
康

一緒に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が、どなたでもお気軽にご参加ください。

※TAKAOKAアプリの健康管理ポイントが貯まります。

- 時** 7月15日(水)10:00～10:20
所 イオン高岡江尻店(2階ダイソー前)

健
康

TAKAOKAアプリ夏の特大キャンペーン

問 長寿福祉課 TEL 20-1165

8月31日(月)までに「TAKAOKAアプリ」内の「健康管理ポイント」からけんこうマイレージアプリをダウンロードした18歳以上の人に、健康管理ポイント200ポイントを付与します。けんこうマイレージアプリ内のアンケートに回答すれば、さらに200ポイントを獲得できます。

※既に登録済の人も対象です。



詳しくはこちら

ミュゼふくおかカメラ館

問 ミュゼふくおかカメラ館 TEL 64-0550

◇大竹英洋写真展

「To the North. 北へ。ノースウッズ、そしてアラスカ」
大竹英洋氏はノースウッズに生きる野生動物や先住民の暮らしを撮り続けてきました。土門拳賞を受賞した『ノースウッズ 生命を与える大地』に新作を加えドキュメンタリー番組で写真家星野道夫の足跡をたどったアラスカの写真をあわせて110点を紹介します。

時 8月30日(日)までの9:00~17:00

(入館は16:30まで)

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)

¥ 一般800円、大学生・高校生400円、中学生以下無料

※夏休み期間(7月18日~8月30日)は高校生無料

◇大竹英洋トークショー&交流会(無料)

時 8月8日(土)14:00~16:00

定 50人(当日先着順)

※入館料が必要です。

美術館

問 美術館 TEL 20-1177

◇企画展

「ヘテロジニアスな世界 古代×現代 -コレクションの競演-」
一見異質な作品群が有機的に織りなす世界へヘテロジニアスな世界と称する企画展。縄文土器や土偶などの県内出土品と当館コレクションの近現代の絵画や彫刻、工芸作品を織り交ぜて展示します。時代や分野を超え、対峙させることで生まれる不思議な展示空間をご堪能ください。夏休み期間に合わせたワークショップなども開催します。

時 7月4日(土)~ 8月23日(日)

9:30~17:00 (入館は16:30まで)

※7月4日(土)は10:30から開場

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)

¥ 一般800円(シニア640円)

高校・大学生500円

中学生以下無料



詳しくはこちら



縄文土器(県埋蔵文化財センター蔵)

博物館

問 博物館 TEL 20-1572

◇没後120年記念 特別展「林忠正書簡展」

高岡市出身の美術商で、東西美術交流に多大な貢献を果たした林忠正の没後120年の節目にあわせ、忠正が残した書簡などを中心に展示・紹介します。北陸初公開となる林忠正『高岡銅器維持ノ意見』(木々康子氏蔵)など貴重な資料も特別出品されます。

時 7月25日(土)~10月4日(日)9:00~17:00

(入館は16:30まで)

※7月25日(土)14:00~14:30は展示説明会が実施されます。

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)

¥ 無料



林忠正 肖像(個人蔵)



詳しくはこちら

藤子・F・不二雄ふるさとギャラリー

問 藤子・F・不二雄ふるさとギャラリー TEL 20-1170

◇開館10周年記念 藤子・F・不二雄原画展

はじまり、はじまり、そしてこれから

藤子・F・不二雄先生のすべての作品には「はじまり」の物語があり、また、物語が終わるときも、まだ見ぬ「これから」を見据えています。第3期では、様々な作品の最終話を中心に「これから」の物語を特集します。

時 7月28日(火)~11月

28日(土)9:30~17:00

(入館は16:30まで)

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)

¥ 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



【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(火)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

+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。

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/>

【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

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

福祉

国民健康保険のお知らせ

問 保険年金課 ①② TEL 20-1374-20-1357 ③ TEL 20-1361

①資格確認書などの送付について

現在お持ちの資格確認書の有効期限は令和8年7月31日です。新たなものを7月中旬に郵送します。

- ・マイナ保険証を利用していない人…資格確認書
 - ・マイナ保険証を利用している人…資格情報のお知らせ
- ※70歳未満で既にマイナ保険証を利用している人には、「資格情報のお知らせ」は送付されません。

②納税通知書の送付について

納税通知書を7月中旬に郵送します。年金天引きの人でも、要件から外れ、納付書が同封される場合があります。必ず内容をご確認ください。今年度75歳になる人は、年金天引きにはなりませんのでご注意ください。



詳しくはこちら

③「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」について

高額療養時の医療費窓口払いを自己負担限度額までに抑える認定証です。交付には事前申請が必要です。(マイナ保険証を利用する場合は申請不要です。)

※国民健康保険税の滞納があると交付できない場合があります。

※住民税非課税世帯の人で、過去12か月に90日を超える入院をされ、食事療養費の減額を受けるなどの場合は申請が必要です。

〇8月から有効な認定証の申請受付

時 7月16日(木)から

所 保険年金課、伏木・戸出・中田・福岡支所

持 本人確認書類

(マイナンバーカードなど)



詳しくはこちら

福祉

後期高齢者医療のお知らせ

問 保険年金課 TEL 20-1481

◇資格確認書などの送付について

現在お持ちの資格確認書の有効期限は令和8年7月31日です。新たなものを以下のとおり郵送します。(令和8年8月1日時点の年齢を基準としています。)

- ・85歳以上の人、またはマイナ保険証を利用していない人…「資格確認書」を7月中旬に送付します。
- ・84歳以下でマイナ保険証を利用している人…「資格情報のお知らせ」を7月中旬に送付します。

※マイナ保険証での受診が難しくなった人(要支援・要介護認定を受けていたなど)は、申請により資格確認書を交付します。

◇加入者が亡くなったときは

葬祭を行った人に葬祭費が支給されます。

所 保険年金課、伏木・戸出・中田・福岡支所

持 資格確認書(お持ちの人)・喪主がわかるもの(会葬礼状など)・振込先がわかるもの

◇資格確認書への限度額適用区分の記載について

マイナ保険証を利用していない人は、資格確認書に限度額適用区分の記載を申請、認定を受けることで、高額療養費における、以下の制度が適用されます。(マイナ保険証を利用する場合は申請不要です。)

(対象者)

- ・住民税非課税世帯の人…医療機関窓口で支払う自己負担限度額(月額)や入院時食事代が軽減されます。
- ・住民税課税所得145万円以上690万円未満の被保険者がいる世帯の人…医療機関窓口で支払う自己負担(月額)が限度額まで減額されます。

※すでに限度額適用区分の認定を受けており8月以降も対象になる人は申請不要です。

所 保険年金課、伏木・戸出・中田・福岡支所

持 本人確認書類(マイナンバーカードなど)

【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

営業時間 9:00~17:00

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

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】

農機具買取

お任せ下さい!

お電話1本で無料出張査定!

買取品目多数! ご相談だけでもOK!

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!

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

⚠ 熱中症に注意しましょう!

問 健康増進課 TEL 20-1345

「熱中症警戒アラート」が発表されている日は、外出を控える、エアコンを使用するなど熱中症予防行動をとりましょう。

ポイント 暑さを避けましょう

ポイント こまめに水分を補給しましょう

ポイント 日頃から健康管理、体づくりを行いましょう



詳しくはこちら

熱中症特別警戒アラートについて

問 環境政策課 TEL 22-3212

気温が特に著しく高くなり、熱中症による重大な健康被害が生じる恐れがある場合に発表されます。県内に発表された場合、暑さをしのぐためのクーリングシェルターを開設します。



クーリングシェルター
詳細

開放時間 各施設の開館時間

対象施設 イオンモール高岡、ウエルシア薬局、各コミュニティセンター、各地域交流センターなど

健康 夏休みを利用し定期予防接種を受けましょう

問 健康増進課 TEL 20-1349

麻疹・風しん、日本脳炎、二種混合、子宮頸がん、水痘などの予防接種を受けましょう。

※高校1年生で子宮頸がんの定期予防接種を令和9年3月31日までに完了させるには、1回目を9月までに接種する必要があります。

※麻疹・風しん予防接種第2期は小学校に就学するまで(年長児)に接種しましょう。

所 定期予防接種実施医療機関

持 母子健康手帳、予診票、接種券

※予診票や接種券の再発行は事前に電話し、母子健康手帳を持参して健康増進課へ。



健康 たかおか◎パワーアップチャレンジ

問 健康増進課 TEL 20-1391

健康づくりの目標を立てて1週間取り組み、チャレンジシートを提出すると、抽選で100人に文具関係1,000円分の景品が当たります。

※チャレンジシートは、市内小・中・義務教育学校で配布のほか、健康増進課、市ホームページで入手可

時 7月1日(水)～8月31日(月)

対 高岡市民

申 9月11日(金)(必着)まで、直接か郵送、Eメールでチャレンジシートを健康増進課(T933-0045高岡市本丸町7番25号 kenko@city.takaoka.lg.jp)へ。

※小・中・義務教育学校の児童・生徒は、学校へ提出してください。



詳しくはこちら

みんなの掲示板

◇令和8年度自衛官採用試験

募集種目 ①一般曹候補生(男子・女子)②等陸海空士(男子・女子)(任期制自衛官)③航空学生(海、空)④予備自衛官補

対 ①②18歳以上33歳未満③18歳以上24歳未満④18歳以上52歳未満

申し込み期間 ①7月1日(水)～9月1日(火)②通年③7月1日(水)～8月28日(金)④9月10日(木)まで

問 自衛隊高岡地域事務所 TEL 21-2411



自衛隊富山HP

◇遺言書保管制度・相続登記に関する説明会(要予約)

内 ①自書された遺言書を法務局が保管する制度について②土地・建物の相続登記の方法や必要書類について
※県内の法務局をウェブでつないで説明を行います。

時 7月16日(木)、8月20日(木)、9月17日(木)の10:00～11:00

所 富山地方法務局高岡支局

¥ 無料

申 問 前日12:00まで、直接か電話で高岡支局 TEL 22-2327へ。



詳しくはこちら

【広告】

掲示板・看板設置のご相談は

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!

富山県知事許可(般-4)第16915号 富山県屋外広告業登録 第593号



公民館や公園など公共施設向けに



壁掛け式



自立式



株式会社日建 パブリック事業部
〒933-0824 高岡市西藤平蔵2033

現地訪問・見積無料!

0766-63-8025

ホームページはこちらから
https://public-nikken.com/

がん検診



とき	ところ	受付時間
		肺・胃・大腸・子宮・乳
7月18日(土)	北陸予防医学協会 高岡総合健診センター	8:00~10:00

※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 電話で北陸予防医学協会高岡総合健診センター
 TEL 24-3131
 ※がん検診受診券の発行は、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。

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 7月11日(土)・18日(土)・25日(土)
 10:00~16:30



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。

公認心理師による心の健康相談(要申込)

時 7月15日(休)
 ①10:00~10:45 ②10:45~11:30
申 7月10日(金)まで電話で健康増進課へ。
 ※予約時に相談内容を伺いますのでご了承ください。

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。(血压測定、体組成測定も実施)
時 7月23日(木)13:15~15:15(1人30分程度)
持 健康診査の結果など
申 7月17日(金)まで電話で健康増進課へ。



健康ミニ講座

まだ受けていない方へ 乳がん検診の第一歩
 乳がんは日本人女性の9人に1人がかかる身近な病気ですが、早期の状態で見つければ治療の選択肢が広がり、5年生存率も90%以上とされています。

高岡市の乳がん検診では、40歳以上の女性を対象に2年に1回のマンモグラフィ検査を受けることができます。「気になっていただけどまだ検診を受けていない」「しばらく受けていない」という方は、この機会に一度受診してみませんか?

また、40歳未満でも家族に乳がんや卵巣がんの方がいる場合は、早めに医療機関へ相談することが大切です。

検診施設の中には女性スタッフが対応可能なところもあり、安心して受けられます。日ごろから乳房を意識する生活習慣も心がけましょう。なお、症状がある場合は検診ではなく、乳腺外科に直接受診してください。

高岡市民病院 外科部長 飯田 優理香

【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



マルモリ造園

お気軽にお電話ください♪ 高岡市二上468-1

☎ 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 ★気軽に問い合わせ下さい
 営業時間 10:00~17:00 (予約制) 定休日 日曜



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。子育てに関する悩みなども、お気軽にご相談ください。

【申】7月3日(金)10:00から子育てアプリ「ねねッたかおか」から。(申し込み順)

※電話での申し込みは不可

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



教室・育児
相談一覧



ねねッ
たかおか

万葉なかよし保育園

子育て支援センター

TEL 22-1881(二上町1105-1)

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



みなみ ふうと
南 楓斗くんと
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	7/9(木)
能町地域交流センター	7/16(木)
成美地域交流センター	7/17(金)
古府地域交流センター	7/24(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

対象 0～3歳児

フレンドリータイム

【時】10:45～11:30

伏木児童館	7/7・14	TEL 44-0595
野村児童センター	7/7・14	TEL 23-3893
西部児童センター	7/7・14	TEL 26-1347
戸出児童センター	7/7・21	TEL 63-2370

※14日伏木児童館は子育て支援センター職員による活動日です。

対象 3か月以上の乳児と保護者、妊婦
赤ちゃんにここ教室(要予約)

【問】健康増進課 TEL 20-1344

伏木コミュニティセンター	7/9(木) 10:00～11:00
古府地域交流センター	7/9(木) 10:15～11:15
木津地域交流センター	7/17(金) 10:00～11:00
太田保育園	7/23(木) 10:00～11:00
保健センター	7/28(水) 10:00～11:00
万葉なかよし保育園	8/5(水) 10:00～11:00

※開催日1か月前より「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



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2月22日～3月21日生
1歳6か月児健康診査	令和6年11月23日～令和7年1月7日生
3歳児健康診査	令和4年11月13日～12月28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

持ち物など、詳しくはホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

とき	対象者
7/6(月) 13:20～13:40	3歳児(令和5年6月～8月生)
13:40～14:00	2歳6か月児(令和5年12月～令和6年2月生)
14:00～14:20	2歳児(令和6年6月～8月生)



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 ①20-1346②③20-1344

内容	とき	対象者
①はじめての離乳食教室	7/10(金)10:00～11:30	令和7年12月16日～令和8年2月15日生
②幼児保健相談	7/13(月)13:00～15:00	言葉の発達や行動が心配な年少未満の幼児、未就園児
	7/22(水) 9:00～11:30	言葉の発達や行動が心配な年少以上の幼児
③プレママ・プレパパ教室	7/28(水) 9:30～12:00	妊娠5か月以降の妊婦および配偶者と家族

※①は7/1(水)から「ねねッたかおか」で予約をお願いします。

※③は6/29(月)から「ねねッたかおか」で予約をお願いします。

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】7月11日(土)10:30～12:00

②みんなでうたいましょう

【時】7月25日(土)11:00～12:00

【料】①100円②無料

【所】子ども広場(御旅屋セリオ3階)

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】7/17(金)10:30～11:30

【所】保健センター



戸出七夕まつり

7月3日(金)～7日(火)

【ところ】 戸出地区一帯・商工会館前

600本の七夕飾りが「七夕のトンネル」として通りを飾ります。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。

問合先

戸出七夕まつり実行委員会 ☎63-0792

高岡七夕まつり

8月1日(土)～8日(土)

【ところ】 高岡駅前・中心商店街

大型七夕は昨年度より本数を増やし、手作り行灯やマイ七夕とともに街中を華やかに飾ります。クルン高岡にはフォトスポットが設置されるほか、歩行者天国開催日は、ストリートバスケットや写真撮影会などイベントも開催されます。

問合先

高岡七夕まつり実行委員会 ☎20-1301

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
5月末現在

人口

160,283人

男 78,097人
女 82,186人

区分
令和8年5月中の増減

自然増減
(出生-死亡) - 129

社会増減
(転入-転出) 18

計

- 111

世帯数

71,572世帯 (うち外国人世帯 2,886世帯)
令和8年5月中の増減+67

