年末年始のご案内

12月29日㈫～令和9年1月3日㈰



市役所の業務はお休みします

▶出生･死亡･婚姻･離婚などの戸籍に関する届け出は、**時間外受付窓口（警備室 TEL 20-1482）**で受け付けます。

ごみの収集・持ち込み

問 環境政策課 TEL 22-2144

とき	収集ごみ	
	燃やせるごみ	燃やせないごみ
12月28日㈪	月曜日収集地域	
12月29日㈫	火曜日収集地域	休み
12月30日㈬～令和9年1月3日㈰	休み	

▶**12月27日㈰～令和9年1月4日㈪**はストックヤードが休みのため、ごみの持ち込みができません。

▶令和9年の資源ごみの持ち込みは**1月10日㈰**からです。（10:00～15:00）

降雪期のごみ収集

▶集積日やその前日には、集積場所の除雪をお願いします。

▶ごみは必ず収集日当日に出してください。

▶雪の量や道路の事情により、収集が遅れることがあります。

※大雪などで収集できない場合は、市ホームページや自治会を通じてお知らせします。

水道管も冬支度を

問 上下水道局施設維持課 TEL 22-1086

厳しい寒さは、水道管の大敵。気温がマイナス4℃以下になると、水道管や蛇口の水が凍ったり、破裂したりします。家庭の水道管を点検し、防寒対策をとりましょう。

水道管や蛇口を凍らせないために

▶冷え込みが予想されるときは、蛇口からほんの少し水を出しておくようにしましょう。

▶水道管や蛇口に、保温材を包み込むように取り付けるか、毛布や布を巻いて上からビニールを巻き付けましょう。

▶冬期間に旅行や出張などで水道を使用しないときは、止水栓を閉めて、「水抜き」を行い、水道管の破裂を防ぎましょう。

※水抜きの手順

①メーターボックス内の止水栓を閉める

②メーターボックスに一番近い水道の蛇口を開いて水道管の中にある水を出す

③水を出し切ったら蛇口を閉める

降雪前にメーターボックスの位置を確認しておきましょう。

凍って水が出ないときは

タオルをかぶせ、上からゆっくりぬるま湯を掛けて溶かしましょう。急に熱い湯を掛けると、水道管や蛇口が破裂することがあります。

水道管や蛇口が破裂したときは

メーターボックス内の止水栓を閉め、近くの水道工事店（指定給水装置工事事業者）に修理をお申し込みください。

指定給水装置工事事業者一覧

◎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

information お知らせ

12月25日㈭が納期限です

- **固定資産税（第3期）**
- **国民健康保険税（第6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

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10月末まで	264件	2人	306人
前年同期との比較	−37件	−2人	−20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。

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 12月6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

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 12/10㈭・17㈭・24㈭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㈭8:30から電話予約可）
多重債務弁護士相談	時 12/16㈬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 12/18㈮14:00～16:00 定 4人（申し込み順。12/7㈪12:30から電話予約可） 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
労働相談（労働雇用相談員）	時 12/8㈫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）
税理士による税務相談（初めての人のみ）	時 12/17㈭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（12/10㈭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

人権相談	【対面・電話】12/8㈫13:30～16:00 所 市役所7階 問 市民生活課 TEL 20-1327
行政相談	▶時 12/8㈫・25㈮ 所 市役所7階 ▶時 12/14㈪ 所 福岡支所、戸出コミュニティセンター ▶時 12/21㈪ 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
行政書士相談（相続・遺言・農地転用・家族信託等）	時 12/9㈬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 12/16㈬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 12/17㈭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）9:00～17:00 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

◎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

図書館からのオススメ新刊情報

問 伏木図書館 TEL 44-0073

●山の法律相談所



安藤雅樹/著　山と渓谷社

登山届は必ず出さないといけないの?テント場以外の場所でテントを張ってはいけないの?など、登山をめぐる法律の問題についてQ&A形式で解説されています。登山をトラブルなく存分に楽しんでもらうための一冊です。

●世界の一流は「平日」の夜に何をしているのか

越川慎司/著　クロスメディア・パブリッシング

●社喰い　片田江康男/著　ダイヤモンド社

●キャラ絵で学ぶ!天気図鑑

菊池真以/監修　いとうみつる/絵
髙塲実乃/文　すばる舎

物品・工事等入札参加資格審査の申請

問 管財契約課 TEL 20-1384

詳しくはこちら

令和9・10年度に市(市民病院・上下水道局含む)が発注する建設工事、建設コンサルタント業務、業務委託、物品(事務用品、印刷、燃料など)の入札参加希望者は、申請してください。

申込期間　令和9年1月4日(月)～29日(金)

申 専用サイト(BID-ENTRY)から。※紙での申請は不可

暮らし

事業主の皆さまへ 給与支払報告書の提出はeLTAXで

問 市民税課 TEL 20-1261

詳しくはこちら

令和9年提出分から給与支払報告書30枚以上はeLTAXでの電子提出が義務化されます。早期対応をお願いします。

◇eLTAX利用のメリット

- パソコンから24時間いつでも提出
- 複数の市町村へ給与支払報告書・法人市民税申告・償却資産申告などをまとめて一括送信 など

暮らし

普通救命講習Ⅰ

問 消防本部警防課 TEL 22-3133

電子申請

◇心肺蘇生法を学べるベーシックコース

時 12月6日(日)9:00～12:00

所 伏木消防署

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(申し込み順)

申 電子申請または申請書を直接、消防本部か各消防署へ。

暮らし

歳末消防特別警戒

問 消防本部警防課 TEL 22-3133

12月21日(月)～31日(木)まで歳末消防特別警戒を実施します。歳末の慌ただしい時期は、火の元に十分注意してください。



暮らし

冬の農業用水路転落防止強化期間

問 農地林務課 TEL 20-1317

12月1日(火)～31日(木)は冬の農業用水路転落防止強化期間です。冬期は積雪のため水路と地面の境界がわかりにくい、除雪や流雪に利用することで用水路の水量が増えるなど、水路付近での危険性が増すことから転落事故により一層の注意が必要です。単独での除雪作業を避けるなど、安全確保に十分配慮しましょう。

暮らし

油流出事故を防止しましょう

問 環境政策課 TEL 22-3212

詳しくはこちら

暖房の給油中に目を離すなどのうっかりミスにより、河川や用水への油流出事故が多発しています。給油中はその場を離れないようお願いします。また、積雪や除雪によるタンクや配管の破損にもご注意ください。

もし、油流出を起こしたり、発見したりした場合は、環境政策課や消防本部など関係機関に連絡してください。

暮らし

使用済み年賀はがきをリサイクルします

問 環境政策課 TEL 22-3212

詳しくはこちら

回収した年賀はがきは市内製紙会社で新たな紙へと生まれ変わり、こどもたちの学習用紙として活用されます。

※フィルムや写真を貼ったはがきは回収できません。

時 12月15日(火)～令和9年3月18日(木)

所 市役所1階総合案内

暮らし

危険物取扱者試験

問 消防本部予防課 TEL 22-3132

電子申請

時 令和9年2月7日(日)

- 午前…乙種第4類
- 午後…甲種、乙種第1～6類、丙種

所 高岡商工ビル

申 12月8日(火)～16日(水)まで、電子申請または申請書を直接か郵送で消防試験研究センター(富山市花園町4-5-20富山県防災センター2階)へ。

暮らし 二十歳の集い

問 生涯学習･スポーツ課 TEL 20-1454

内 式典、アトラクション

時 令和9年1月10日㈰11:00
（予備日:令和9年5月2日㈰） ※受付は10:30～10:50

所 中学校区ごとに12会場

対 平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれの人

- 11月1日現在で、市内に住民登録のある人に招待状を送付しました。
- 市外に住民登録のある人で参加を希望する人や、招待状が届いていない人は、お問い合せください。
- 市公式LINEを利用して、参加事前登録や当日受付を行います。参加する人は招待状に記載してある方法で事前登録してください。



詳しくはこちら

12月4日～10日は人権週間
～「誰か」のこと じゃない。～

人権に関する悩みはこちらにご相談を。

特設相談 毎月第2火曜日（13:30～16:00）
（対面）市役所7階（電話） TEL 20-1327

常設相談 富山地方法務局高岡支局2階

※市の人権擁護委員14人が、交代で相談を受けています。

問 市民生活課 TEL 20-1327

常設電話･SNS･インターネット相談	
みんなの人権110番	TEL 0570-003-110
こどもの人権110番	TEL 0120-007-110
外国語人権相談ダイヤル	TEL 0570-090-911
法務局LINEじんけん相談	@linejinkensoudan
インターネット人権相談	
こどもの人権SOS-eメール	

暮らし 路線バスで予約バス停の実証実験中

問 加越能バス㈱ TEL 21-0950

伏木循環線をご利用の際に、事前に予約すると対象施設（美術館･高岡市民病院･万葉歴史館）の予約バス停で乗降できます。予約バス停が利用できる時間や予約方法などはホームページをご覧ください。

実施期間 令和9年2月28日㈰まで

詳しくはこちら

暮らし 市民ノーマイカーフライデー

問 総合交通課 TEL 20-1139

12月4日･11日･18日は「市民ノーマイカーフライデー」です。普段の移動を徒歩や公共交通機関に見直し、環境や健康にやさしい1日を過ごしてみませんか。

詳しくはこちら

募集 高岡市職員採用試験（令和9年10月1日採用）

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（正規職員等に限る。）が通算5年以上の人（見込含む）

第1次試験日 令和9年6月中･下旬

所 市役所本庁舎

申込期間 12月1日㈫～令和9年5月31日㈪

※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か市ホームページをご覧ください。

※試験日程は決まり次第申込者に通知します。



電子申請

詳しくはこちら

募集 市民ギャラリー利用者

問 美術館 TEL 20-1177

令和9年度市民ギャラリーの利用者を募集します。
市民ギャラリーは市民の創作活動を支援するために作られた貸しスペースです。個人や団体の美術展覧会の場として、どなたでも利用可能です。

時 令和9年5月11日㈫～9月30日㈭、
令和10年2月17日㈫～3月30日㈭

申 12月27日㈰まで、直接か郵送、ファクス、Eメールで美術館（〒933-0056高岡市中川1-1-30 FAX 20-1178 Eメール info@e-tam.info）へ。



詳しくはこちら

◎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

皆さんの意見をお聞かせください

閲覧場所　市ホームページ、情報公開窓口（高岡市役所本庁舎4階）、各支所（伏木、中田、戸出、福岡）、各担当課窓口
提出方法　12月1日㈫～令和9年1月8日㈮まで、電子申請または直接か郵送、ファクス、Eメールで各担当課へ。

◇第3期高岡市産業振興ビジョン
提出・問合先　産業企画課（〒933-8601高岡市広小路7-50）
TEL 20-1285 FAX 20-1287 ﾒｰﾙ sangyo@city.takaoka.lg.jp
詳しくはこちら

◇第4期高岡市農林水産業振興プラン
提出・問合先　農業水産課（〒933-8601高岡市広小路7-50）
TEL 20-1308 FAX 20-1476 ﾒｰﾙ nosui@city.takaoka.lg.jp
詳しくはこちら

◇第4期高岡市観光振興ビジョン
提出・問合先　観光交流課（〒933-0029高岡市御旅屋町101御旅屋セリオ5階）
TEL 20-1301 FAX 20-1496 ﾒｰﾙ kankou@city.takaoka.lg.jp
詳しくはこちら

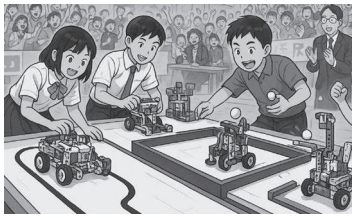
募集 ロボットプログラミング競技大会を開催します
問 情報政策課 TEL 20-1238

冬休み期間中にロボットプログラミングに取り組み、大会に参加してみませんか?

競技種目　エキスパート競技（小・中・高の3部門）
ビギナー競技

時　令和9年3月20日㈯
所　伏木コミュニティセンター
対　高校生まで
※競技種目によって異なりますので、詳しくは市ホームページをご覧ください。
申　令和9年2月28日㈯まで、申し込みフォームから

詳しくはこちら



申し込みフォーム

募集 ごみ収集カレンダーに広告を掲載しませんか
問 環境政策課 TEL 22-2144

市内全世帯に配布します。

掲載時期　令和9年4月～令和10年3月
定　6枠（1枠：縦48mm×横89mm、2枠：縦99mm×横89mm）
¥　1枠30万円、2枠50万円（税込）
申　12月25日㈮まで、直接環境政策課へ。

詳しくはこちら

募集 高岡市教育大綱に対する意見
問 総務課 TEL 20-1241

市では、令和9～13年度の5年間を期間とする「高岡市教育大綱（素案）」に対する意見を募集しています。

申　12月1日㈫～25日㈮まで、電子申請または直接か郵送、ファクス、Eメールで総務課（〒933-8601高岡市広小路7-50 FAX 20-1325 ﾒｰﾙ somu@city.takaoka.lg.jp）へ。

詳しくはこちら

募集 荻布奨学生
問 教育総務課 TEL 20-1443

対　次のすべてを満たす人
①来年度に高校・高等専門学校に進学希望か現在在学しており、成績優秀かつ経済的理由により就学困難である
②本人か家族が市内に住んでいる
※ほかの奨学金との併給不可
支給額　8,000円/月
申　12月18日㈮まで、在学校を通じて教育総務課へ。

募集 高岡古文書ボランティア
問 博物館 TEL 20-1572

時　12月12日㈯・23日㈬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

学ぶ
古文書講座「古文書から地元の歴史を学ぶ」（全4回）
問 福岡歴史民俗資料館 TEL 64-5602

講師　仁ヶ竹亮介氏（博物館主幹）
時　令和9年2月5日㈭・19日㈭、3月5日㈭・19日㈭
各日10:00～11:30　※原則4回すべてに参加
所　Uホール第1研修室
定　20人（申し込み順）
¥　500円
申　12月18日㈭まで、ファクスかEメールで住所・氏名・電話番号・受講歴（過去に受講した人のみ）を福岡歴史民俗資料館（FAX 64-5602 メール fukureki@p2.tcnet.ne.jp）へ。



学ぶ
はじめての万葉集「万葉集にみる素材」
問 文化振興事業団 TEL 20-1450

万葉集で歌われている様々な素材「玉」「垣」「馬」などを題材に、万葉歴史館の研究員がわかりやすく紹介します。
時　令和9年1月22日㈭・29日㈭、2月12日㈭・19日㈭
各日14:00～15:30
所　生涯学習センター5階研修室503
定　50人（申し込み順）
¥　1,200円（4回分）
申　12月5日㈯～令和9年1月15日㈭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 メール kouza@takaoka-bunka.com）へ。
※電話での申し込みは不可

学ぶ
もみ子先生の実験教室
問 おとぎの森館 TEL 28-6500

内　静電気装置を作る
時　12月20日㈰10:00～11:30
所　おとぎの森館（フラワールーム）
対　小学生とその保護者
定　20組（申し込み順）
持　はさみ・のり・筆記用具
申　12月9日㈬10:00から電話でおとぎの森館へ。

催し
北陸新幹線で行こう!みんなで楽しむ北陸3県キャンペーン
問 総合交通課 TEL 20-1102

「新高岡駅」から北陸新幹線を利用して越前たけふ駅、芦原温泉駅、加賀温泉駅、黒部宇奈月温泉駅を訪れた家族連れやグループに、それぞれの駅にちなんだ素敵なグッズなどをプレゼントします。
期間　12月1日㈫～令和9年2月28日㈰

詳しくはこちら

催し
ふくおか産業フェスティバル
問 ふくおか産業フェスティバル実行委員会 TEL 64-1227

福岡地域の農産物即売会や、はたらく車の展示など、大人からこどもまで楽しめるイベントが盛りだくさんです。
時　12月6日㈯10:00～15:00
所　福岡にぎわい交流館前

詳しくはこちら

催し
市内企業マッチング交流会
問 産業企画課 TEL 20-1293

市内企業同士の新たな取引や技術連携による新商品開発などに繋がるよう交流会を開催します。情報収集や情報交換の場としても活用ください。
時　12月16日㈬14:00～16:00
所　ふれあい福祉センター多目的ホール
対　市内企業

詳しくはこちら

催し
朗読と音楽のしらべ
問 中央図書館 TEL 20-1818

朗読サークル「言の葉」による朗読と、城東音楽院大村禎子氏のキーボード演奏による特別なひとときをお楽しみください。（申込不要）
時　12月19日㈯10:30～11:30
所　中央図書館2階グループルーム
¥　無料

催し
胡弓とピアノの音紡ぎ
問 ミュゼふくおかカメラ館 TEL 64-0550

出演　本田麻優美（胡弓）、東海和代（キーボード）
長田達明写真展の会場内でコンサートを開催します。優しい音色をお楽しみください。
時　12月13日㈯14:00（13:30開場）
所　ミュゼふくおかカメラ館
定　50人（先着順）
¥　無料（入館料が必要です。）

◎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

催し 高岡まこと銀行　歳末助け合い色紙展
問 社会福祉課 TEL 20-1367

県内外の画家や書家など有名作家の色紙を入札により販売し、その収益を社会福祉事業に役立てます。

時 ①12月11日㈮～13日㈰10:00～18:00
（13日㈰は17:00まで）
②12月14日㈪～18日㈮8:30～17:15
③12月11日㈮～20日㈰終日

所 ①御旅屋セリオ1階②市役所1階ロビー
③オンライン会場



詳しくはこちら

催し 第13回クリエイティブ・たかおか
問 学校教育課 TEL 20-1451

市内小学校・中学校・義務教育学校・特別支援学校の児童生徒が制作した作品を展示します。こどもたちのよさを引き出し、高岡の魅力を発信する展覧会です。また、学校と連携して美術作品を楽しく鑑賞できる展示「春をよぶ花園コレクション」も同時開催します。

時 12月19日㈯～令和9年1月11日（月・祝）
9:30～17:00（入館は16:30まで）

所 美術館

休館日 12月21日㈪、年末年始（12月28日～1月4日）

¥ 無料



催し たかおかSDGs DAYs 2026
問 チェンジ推進課 TEL 20-1101

12月1日㈫～20日㈰の期間中、SDGsを身近に感じ、考えるきっかけとなる様々なイベントを開催します。

◇NPO・市民活動団体パネル展

時 12月4日㈮～13日㈰

所 イオンモール高岡東館1階レストラン街入口

◇親子で学ぶ防災ワークショップ

時 12月5日㈯10:00～15:00

所 おとぎの森館アトリウムガーデン

◇フードドライブ・絵本ドライブ

時 12月12日㈯10:00～16:00

所 イオンモール高岡西館1階きときとコート

この他にもいろいろな企画があります。
※事前申し込みが必要な催しもあります

詳しくはこちら

催し 里山交流イベント
問 里山交流センター TEL 31-6617

①かぶら寿司作り

時 12月20日㈰9:30～12:00

定 20人（抽選、当選者に案内送信・送付）

¥ 中学生以上2,000円（材料費含む）

②ミニ門松作り

時 12月20日㈰13:30～16:00

定 20人（抽選、当選者に案内送信・送付）

¥ ⑴中学生以上1,000円
⑵小学生700円
⑶未就学児500円　※要保護者同伴

申 12月9日㈬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・電話番号・参加イベント名・②のみ区分（⑴⑵⑶）を記載し、里山交流センター（〒933-0968高岡市国吉1324-1 ﾒｰﾙ satoyama@p2.tcnet.ne.jp）へ。

※電話での申し込みは不可

催し 正月特別展示
問 万葉歴史館 TEL 44-5511

万葉歴史館が収蔵する万葉かるた、越中万葉かるた屏風などを展示します。

時 12月23日㈬～令和9年1月25日㈰
9:00～17:00（入館は16:15まで）

休館日 火曜日、年末年始（12月29日～1月3日）

¥ 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

催し 常設展・お宝コーナー「利長・右近の師 千利休書状」
問 博物館 TEL 20-1572

新たに収蔵した千宗旦（利休）書状（榊原式部太夫（康政）宛）を展示・紹介しています。

時 12月20日㈰まで
9:00～17:00（入館は16:30まで）

休館日 月曜日

¥ 無料

催し

柳田理科雄サイエンスショー

問 Uホール TEL 64-1030

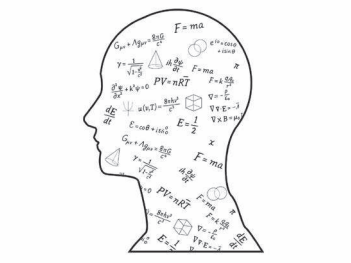
『空想科学読本』の柳田理科雄先生が、人気アニメや漫画の不思議を楽しく科学的に解説します。

時 令和9年3月13日㈯14:00（13:30開場）

所 Uホール

¥ 一般1,000円、中学生以下500円（全席指定）

チケット販売 12月12日㈯9:00から、Uホール、アーツナビ（高岡文化ホール、富山県民会館、富山県教育文化会館、新川文化ホール）



詳しくはこちら

---- 高岡地区広域圏からのお知らせ ----

◇第15回ひみぶりフェア開催（氷見市）

氷見市の飲食店、宿泊施設などでさまざまなブリ料理を味わえる「ひみぶりフェア」を開催します。

時 12月1日㈫～令和9年2月28日㈰

問 ひみぶりフェア実行委員会（氷見市観光協会） TEL 74-5250

詳しくはこちら

◇北島実幸 サクソフォン・コンサート～ピアノと紡ぐクラシック、弦楽と巡る音の旅～（小矢部市）

時 12月12日㈯14:00開演（13:30開場）

所 クロスランドおやべ セレナホール

¥ 一般3,000円（当日3,500円）、高校生以下1,000円（全席自由） ※未就学児は入場できません。

申 クロスランドおやべ、アーツナビ、チケットぴあ（Pコード:337-710）

問 クロスランドおやべ TEL 68-0932（水曜休館）

スポーツ

新春武道稽古始め

問 スポーツ協会 TEL 26-5225

実施競技種目などの詳細については、スポーツ協会へ。

時 令和9年1月4日㈰13:30～15:30

詳しくはこちら

スポーツ

KUROBEアクアフェアリーズ富山高岡市Day

問 ㈱KUROBEアクアフェアリーズ富山 TEL 0765-57-3503

高岡市民は特別価格で観戦できます。

時 令和9年1月9日㈯・10日㈰14:05開始

所 黒部市総合体育センター

¥ 前売券500円、当日券1,500円

※高校生以下無料

持 免許証など住所を確認できるもの

詳しくはこちら

スポーツ

2026クリスマスZUMBAパーティー

問 遊・Uクラブ TEL 64-1437

世界中の様々な音楽に乗って楽しく踊りましょう。

時 12月19日㈯18:30～20:30

所 Uホール

対 小学生以上

定 50人（申し込み順）

¥ 1,000円（親子ペア1,500円）

持 上履き、タオル、飲み物

申 12月2日㈫9:00から、参加費を添えてUホールへ。

詳しくはこちら

福祉

献血にご協力を

問 県赤十字血液センター TEL 076-451-5555

◇イオンモール高岡

時 12月12日㈯・19日㈯・26日㈯・30日㈫、令和9年1月3日㈰・4日㈪10:00～16:30



【広告】



◎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

スポーツ サンライフ高岡の教室（1月～3月）

問 サンライフ高岡 TEL 44-7073

教室名	曜日	時　間	定員	受講料(円)
リフレッシュヨガ	火	9:45～10:45	22	8,500
やさしいヨガ	火	10:30～11:30	15	8,500
自彊術（健康体操）	火	13:00～14:30	18	7,500
セルフ整体	火	19:00～20:30	20	9,500
	金	13:00～14:30	22	8,000
健康リズム体操	水	10:00～11:30	40	6,500
からだ改善ストレッチ体操	水	10:00～11:00	22	7,500
骨盤リセットヨガ	水	13:15～14:15	15	8,500
マットピラティス	水	14:00～15:00	22	各9,500
	木	19:40～20:40	17	
姿勢改善ストレッチ	水	18:30～19:30	17	8,500
やさしいピラティス	水	19:40～20:40	17	9,500
健康ヨガ	木	10:30～11:30	22	8,500
ひざ･腰ストレッチ体操	木	10:00～11:00	18	各8,500
	木	14:00～15:00	22	
	金	10:30～11:30	22	

教室名	曜日	時　間	定員	受講料(円)
NEW やさしいバランスボール	木	14:30～15:30	15	8,500
筋膜リリースストレッチ	木	18:30～19:30	22	8,500
バドミントン	木	18:45～20:40	20	6,500
ウォーキング･健康リズム体操	金	9:30～10:30	40	6,500
ストレッチ･健康リズム体操	金	10:40～11:40	40	6,500
ソフトヨガ	金	13:30～14:30	15	8,500
からだ改善ヨガ（2月休講）	金	18:30～19:30	22	6,000
やさしいピラティス（2月休講）	金	19:40～20:40	22	6,500
かんたんエアロビ	金	19:30～20:30	18	8,500
太極拳	土	10:00～11:30	40	6,500

※各教室の日程はホームページをご覧ください。
※無料体験できる教室もあります。
※講師の都合により開催日時、回数など変更になる場合があります。

持 運動できる服装、上履き、ヨガマットなど。
申 12月8日㈫9:00から、受講料を添えてサンライフ高岡へ。

詳しくはこちら

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。

時 12月10日㈭13:30～15:00
所 ウエルシア高岡四屋店
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
申 電話で光ヶ丘病院 TEL 63-6035へ。

詳しくはこちら

健康 糖尿病教室

問 市民病院 TEL 23-0204

内 食事療法、年末年始の過ごし方
時 12月9日㈬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！
古い農機具、動かない農機具、諦めずにお問い合わせ下さい!!
ご相談だけでもOK!
古物商第60105H290003号
北陸中古農機具センター 富山支店
0766-30-3400
富山県高岡市戸出町1丁目2−75
Webから査定依頼
営業時間9～18時 定休日 火･水曜

【広告】
★高岡市指定介護保険事業所★
はぴねすグループホーム いずみ
はぴ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「はぴ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
はぴねすグループホームいずみ 担当：高澤

健康 今年の健康納め!健康チェック会

問 健康増進課 TEL 20-1391

ベジチェック、血管年齢測定、Inbody、乳がん模型触診体験ができます。また、TAKAOKAアプリ内「けんこうマイレージ」で12月1日㈪～7日㈰の間に1日5,000歩を3日以上達成した人のうち、先着30人に粗品をプレゼントします。

※TAKAOKAアプリの健康管理ポイントが貯まります。

時 12月8日㈪10:00～12:00

所 イオンモール高岡東館1階LUSH前



健康 とやま健康パーク「高岡の日」

問 とやま健康パーク TEL 076-428-0809

期間中、高岡市民は半額で利用できます。また、次回利用時に使える半額券を進呈します。

詳しくはこちら

時 12月8日㈪～13日㈰
- 火～土曜日…10:00～22:00
- 日曜日…10:00～19:00

対 高岡市内に住む人（窓口でマイナンバーカードなど住所を確認できるものを提示してください。）

健康 身体や頭を動かそう

問 健康増進課 TEL 20-1391

ヘルスボ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 12月15日㈪10:00～10:20

所 イオン高岡江尻店（2階ダイソー前）

¥ 無料

みんなの掲示板

◇県民芸術文化祭2026

舞台公演やバラエティ豊かなステージ、ワークショップ、アート展示など「みて・ふれて・参加して」誰もが気軽に楽しめる芸術文化祭を開催します。

時 12月6日㈰10:00～16:00

所 高岡文化ホール

問 富山県民芸術文化祭実行委員会事務局 TEL 076-444-3455

◇遺言書保管制度・相続登記に関する説明会

詳しくはこちら

県内の法務局をウェブでつないで説明会を行います。

時 12月17日㈬、1月21日㈬各日10:00～11:00

所 富山地方法務局高岡支局

¥ 無料

申 問 前日正午まで、直接か電話で富山地方法務局高岡支局 TEL 22-2327へ。

◇ひきこもり等家族教室（要予約）

申し込みフォーム

内 経験談、座談会など

時 12月16日㈬14:00～16:00（13:30から受付）

所 高岡厚生センター1階健康教育室

対 ひきこもりなどの問題で悩んでいる家族

¥ 無料

申 問 申し込みフォームまたは電話で高岡厚生センター TEL 26-8415へ。

◇12月は職場のハラスメント撲滅月間

富山労働局では「ハラスメント対応相談窓口」で、パワハラ、カスハラ、セクハラ、妊娠・出産・育児休業などに関するハラスメントについて、労働者や企業からの相談に対応しています。

問 富山労働局雇用環境・均等室 TEL 076-432-2740(平日9:00～17:00)

◇年金受給者や加入者が亡くなったときは届け出が必要です

生計同一であった遺族が未支給年金や遺族年金を請求できる場合があります。手続き先や届け出に必要なものについては、年金事務所にご確認ください。

問 高岡年金事務所 TEL 21-4180

◇オープンファーム（予約不要）

DJタテヅカ2000・ナギサと楽しむダンス企画（13:30～14:30）、氷見高校生と楽器制作（11:00～12:00）、テントサウナ、リハビリファーム鍋、クリスマスツリーフレーム作り、健康体操、マルシェなど

時 12月5日㈯10:30～15:30

所 リハビリファーム・デイケア光ヶ丘

¥ 無料（一部有料）

問 ヒカリプロジェクト TEL 070-7581-0307 Eメール info@hikaripj.com

詳しくはこちら

【広告】

たかしん マイカーローン 特別金利キャンペーン

期 間／令和9年3月31日㈫まで



お使いみち
自動車・オートバイ・自転車の購入、車検・修理等
※ただし、営業用車両、個人間売買等は除きます。

ご融資金利
●ご融資期間／7年以内 固定金利 年2.30%（保証料込み）
●ご融資期間／7年超 固定金利 年2.60%（保証料込み）

ご来店不要 WEBで完結!

ご融資金額 1,000万円以内

ご融資期間 10年以内

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/

※詳しくは、お近くの本支店にお問合せください。 2026年10月19日現在

【広告】

旧100円3種（稲・鳳凰・五輪） S32～41年 2026年12月31日まで

市民と市政ご持参で 変色OK 600円買取



※600円買取はおひとり様10枚まで。11枚目から550円買取になります。

e-precious 買取専門店



貴金属・ブランド品・時計・金券 切手・テレカ・お酒・金貨・古銭等

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!

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】



※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

◎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

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	受付時間
		肺・胃・大腸・子宮・乳
12/12㈯	保健センター	8:00～9:30

集団がん検診予約　がん検診のお知らせ　受診券発行

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 **受診日の7日前まで**、電子申請か「がん検診のお知らせ」に同封のハガキを返送（必着）または電話で健康増進課 TEL 20−1345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。

※医療機関でのがん検診は12月18日㈮まで実施しています。受診を希望される人は、指定医療機関へ直接ご予約ください。

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。（血圧測定、体組成測定も実施）

時 12月23日㈬13:15～15:15（1人30分程度）

持 健康診査の結果など

申 12月18日㈮まで電話で健康増進課へ。

健康ミニ講座

鼠径（そけい）ヘルニアについて
～ロボット支援下手術が保険診療になりました～

「鼠径ヘルニア」、いわゆる「脱腸」は、足の付け根（鼠径部）が膨らんだり、痛みや違和感が生じたりする病気です。症状が軽いからと放置していると、腸管が入り込んで戻らなくなり、血流が悪くなって壊死するなど、緊急手術が必要となる場合もあります。

鼠径ヘルニアの治療には、従来からある鼠径部を切開する前方アプローチ法や腹腔鏡手術などがあります。そして令和8年度からは、鼠径ヘルニアに対するロボット支援下手術も保険診療の対象となりました。ロボット支援下手術は、3Dによる立体的で拡大された視野のもと、精緻な操作が可能で、患者さんの身体的負担をより少なくできる可能性があります。

患者さんの年齢や全身状態、既往歴、ヘルニアの状態などによって、適した治療法は異なります。治療の選択肢が増えたことで、患者さん一人ひとりに、より適した治療を選択できるようになりました。鼠径部の膨隆や違和感が気になる人は、放置せず、ぜひ担当医にご相談ください。

高岡市民病院　外科部長　宮永　章平

【広告】
掲示板 注意・案内看板 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】
保育士・幼稚園教諭になりませんか？
社会人のためのオープンスクール！
日時：令和9年1月23日（土）9：30～11：30
対象：高卒以上（保育の資格取得に興味のある方）
申込〆切：1/20（水）　参加費無料
【お問い合わせ・申込先】
高岡第一学園幼稚園教諭・保育士養成所
〒933-0947　富山県高岡市本郷2丁目1番35号
TEL:（0766）24-9512　E-mail：youkyo @takaoka1.ac.jp



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　12月4日㈮10:00から子育てアプリ「ねねっとたかおか」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　ねねっとたかおか

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



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8月2日～28日生
1歳6か月児健康診査	令和7年5月12日～6月4日生
3歳児健康診査	令和5年5月18日～6月10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
12/7㈰	13:20～13:40	3歳児（令和5年11月～令和6年1月生）
	13:40～14:00	2歳6か月（令和6年5月～7月生）
	14:00～14:20	2歳児（令和6年11月～令和7年1月生）

※「ねねっとたかおか」から予約をお願いします。



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	12/11㈮ 10:00～11:30	令和8年5月16日～7月15日生
②幼児保健相談	12/14㈰ 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12月1日㈪から「ねねっとたかおか」で予約をお願いします。

対象 0～3歳児

フレンドリータイム

時　10:45～11:30

※子育て支援センター職員による活動日はありません。

伏木児童館	12/1・8	TEL 44-0595
野村児童センター	12/1・15	TEL 23-3893
戸出児童センター		TEL 63-2370
西部児童センター	12/8・15	TEL 26-1347



保健センターで1歳6か月健診

篇原遥香（あみはら はるか）ちゃんとお母さん

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	12/10㈭
能町地域交流センター	12/17㈭
成美地域交流センター	12/18㈮
古府地域交流センター	12/25㈮

※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）

※17日㈭は保育士と一緒にふれあい遊びをします。

詳しくはこちら

対象 3か月以上の乳児と保護者、妊婦

赤ちゃんにこにこ教室（要予約）

問 健康増進課 TEL 20-1344

時　10:00～11:00

万葉なかよし保育園	12/11㈮
成美地域交流センター	
下関地域交流センター	12/18㈮

※開催日1か月前から「ねねっとたかおか」で予約。（妊婦さんは予約不要）

詳しくはこちら

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クリスマス会（いっしょにうたおう）

時　12月5日㈯11:00～12:00

②黒板動物in子ども広場

時　12月12日㈯10:30～12:00

¥　①無料②100円

所　子ども広場（御旅屋セリオ3階）