



広報

とやま

2.20 ²⁰²³ _{令和5年} No.429



ごばん！でピタ



りんごのクラフティ



里芋とごぼうのポタージュ



エコキッズ環境教室～エコクッキング～(1月14日撮影)

食品ロスの削減など環境に配慮した食の取り組みについて学ぶ「エコクッキング」を開催。13組の家族が、残りご飯で作ることができる「ごばん！でピタ」や、りんごの芯以外を丸ごと使った「りんごのクラフティ」などを作りました。レシピはチームとやましホームページ(<https://www.team-toyama.jp/>)に掲載しています。

残さず
食べよう!



チームとやまし
-ストップ温暖化-



妊娠から子育てを応援します！

市では、妊娠初期からの切れ目ない子育て支援に取り組んでいます。
このたび、国の事業に伴い「伴走型相談支援」として相談支援をさらに
充実させ、「経済的支援」として応援ギフトの給付を実施します。

☎ 子育て健康課 ☎ 443-2248

伴走型相談支援

妊娠届出時に面談 (妊婦)

妊娠・出産に
関する相談
ができます。



妊娠後期にアンケート (8カ月頃)

スマートフォンなど
で回答する形式です。
希望者は、個別に面談
して、妊娠・出産・育児
について相談すること
ができます。



出産後に面談 (産婦)

産後の体調や
育児について
の相談ができ
ます。



※面談やアンケートの回答から、必要な子育てサービスを紹介する場合があります。

経済的支援

📁 出産応援ギフト…妊婦1人につき5万円

妊娠届出後に給付します。妊娠中の健診や出産
関連用品の購入などに活用してください。

対象者

富山市に住民登録があり、令和4年4月1日
以降に妊娠届出をした妊婦

📁 子育て応援ギフト…児童1人につき5万円

出産後の面談後に給付します。産後ケアサービスの
利用や、育児用品の購入などに活用してください。

対象者

富山市に住民登録があり、令和4年4月1日以降
に出生した児童を養育する方

※双子など多胎妊娠の場合は、出生児童数分を給付
します。

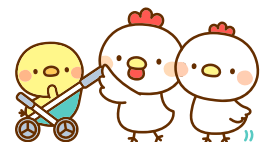
経済的支援(出産応援ギフト・子育て応援ギフト)を受け取るには…

| 妊娠・出産の時期 | 申請方法 | 申請する時期 |
|--|--|---|
| 令和4年4月1日～令和5年 2月28日の間に出生した場合 | 案内書類を 2月下旬から 順次発送 します。 | アンケートの回答と同時 (出産・子育て応援ギフト一括給付) |
| 令和4年4月1日～令和5年 2月28日の間に妊娠届出し、 令和5年3月1日以降に出生 した場合 | 案内書類を 出産の時期に 応じて発送 します。 | 出産後の面談を受けた後 (出産・子育て応援ギフト一括給付) |
| 令和5年3月以降に妊娠届出 をする場合 | 妊娠届出時に、 窓口で説明 します。 | 出産応援ギフト ……妊娠届出時の面談を受けた後 子育て応援ギフト ……出産後の面談を受けた後(妊娠後期 のアンケート回答が必要です。) |

※所得制限はありません。

※配偶者などの暴力による避難を理由に、現在住んでいる所と住民票のある市町村が
異なる場合などは、問い合わせてください。

詳細は、育さぽとやまホームページ(「出産・子育て応援事業」で検索)でご覧になるか、
問い合わせてください。



★市ホームページが新しくなりました。No.(ページ番号)の7桁の数字を
入力すると、ページを検索できます。詳細は裏表紙をご覧ください。



令和5年度

富山市民大学 受講者募集

市民学習センター ☎493-3500

対象 市内に在住か勤務する方

受講料

回数が10回以下のコース… 3,000円
11回以上のコース… 4,000円
※コースにより別途実費が必要です。

申込数 1人3コースまで

申込方法

【直接】

返信用の84円切手(1人1枚)を持参し、期間内に、受付場所へ。
受付場所▶市民学習センター4階講義室1(市民プラザ内:大手町)
(期間) 3月4日(土)、6日(月)、7日(火)10:00~16:00(7日は15:00まで)

【郵送】

3月7日(火)(必着)までに、申込用紙と84円切手を、**市民学習センター**
(〒930-0084 大手町6-14)へ。

※申込用紙は、市ホームページ([No.1007498](http://www.city.fukushima.lg.jp))からダウンロードしてください。

- ・切手がないと受け付けできません。必ず持参してください。
- ・大沢野生涯学習センターおよび大沢野・大山・八尾・婦中の各教育行政センターでは受け付けできません。

受講決定 受講手続

応募多数の場合、抽選で受講者を決定します。受講決定通知書は、3月30日(火)発送予定です。
受講が決定した方は、受講料を納付後、市民学習センターで受講手続をしてください。
※受講手続の期間は、4月上旬予定です。詳細は、受講決定通知書を確認してください。
※受講手続の際、学友会に入会される方は、別途1,000円(年額)が必要です。

コース 内容

コースの概要など詳細は、市ホームページをご覧ください。市民学習センター、大沢野生涯学習センター、各教育行政センター、各地区センターで、概要を記載した「2023富山市民大学要項」を閲覧することもできます。
※今回募集するコースは、通年および前期日程のみです。後期日程のコースは、後日募集します。

(1)一般 会場 市民学習センター(市民プラザ内)

| No. | コース名 | 曜日 | 開始時間 | 定員 | 回数 | No. | コース名 | 曜日 | 開始時間 | 定員 | 回数 | No. | コース名 | 曜日 | 開始時間 | 定員 | 回数 |
|-----|----------------|-----|-------|----|----|-----|--------------|-----|-------|-----|----|-----|---------------------|-----|-------|-----|----|
| 101 | 富山の環境の未来を学ぶ | (木) | 9:30 | 25 | 10 | 114 | 漢詩漢文の世界へ | (水) | 9:30 | 25 | 10 | 126 | 生活医学薬学を学ぶ | (金) | 9:30 | 60 | 10 |
| 102 | 富山のまちのこれからを考える | (金) | 13:30 | 25 | 10 | 115 | 古文入門 | (火) | 9:30 | 25 | 10 | 127 | 健康生活の知恵 | (金) | 13:30 | 60 | 10 |
| 103 | 立山黒部ジオパークを知る | (水) | 9:30 | 60 | 10 | 116 | 江戸時代の文学を読む | (水) | 13:30 | 25 | 10 | 128 | 楽しい脳トレーニング | (火) | 9:30 | 60 | 10 |
| 104 | 郷土の歴史 | (木) | 13:30 | 60 | 10 | 117 | くらしを彩る短歌の楽しみ | (金) | 9:30 | 25 | 10 | 129 | 豊かな心 | (木) | 9:30 | 130 | 10 |
| 105 | 墳墓・古墳・お墓の考古学 | (金) | 9:30 | 60 | 10 | 118 | 俳句入門 | (水) | 13:30 | 20 | 10 | 130 | リズム体操 | (火) | 13:30 | 30 | 15 |
| 106 | 富山の民話 | (木) | 13:30 | 25 | 10 | 119 | 川柳を楽しむ | (月) | 13:30 | 20 | 10 | 131 | 100歳まで歩こう | (水) | 13:30 | 30 | 10 |
| 107 | 日本の歴史 | (水) | 13:30 | 60 | 10 | 120 | 文学へのいざない | (金) | 13:30 | 25 | 10 | 132 | 暮らしの実学 | (水) | 13:30 | 60 | 10 |
| 108 | 世界の歴史 | (月) | 13:30 | 60 | 10 | 121 | 落語のはなし | (金) | 9:30 | 140 | 10 | 133 | 楽しい法律 | (土) | 13:30 | 60 | 10 |
| 109 | 中国史に学ぶ | (木) | 13:30 | 60 | 10 | 122 | 日本の歌、世界の歌 | (木) | 9:30 | 50 | 10 | 134 | 郷土の料理 | (火) | 9:30 | 18 | 10 |
| 110 | 生活文化の歴史 | (木) | 13:30 | 25 | 10 | 123 | 音楽サロン | (火) | 13:30 | 60 | 10 | 135 | 家庭でできる「やくぜん料理」 | (火) | 9:30 | 18 | 8 |
| 111 | 歴史史料をひもとく | (月) | 13:30 | 25 | 10 | 124 | 世界の国々 | (金) | 13:30 | 60 | 10 | 136 | 季節の和菓子づくり | (木) | 10:00 | 12 | 10 |
| 112 | 古典歌謡への旅 | (火) | 13:30 | 25 | 10 | 125 | 美術の世界 | (火) | 13:30 | 30 | 10 | 137 | スイーツでO・MO・TE・NA・SHI | (木) | 10:00 | 12 | 10 |
| 113 | おくのほそ道をよむ | (水) | 9:30 | 25 | 10 | | | | | | | | | | | | |

(2)創作

| 会場 | No. | コース名 | 曜日 | 開始時間 | 定員 | 回数 |
|----------------------|-----|---------|-----|-------|----|----|
| 市民学習センター (市民プラザ内) | 201 | 洋画 | (土) | 10:00 | 20 | 15 |
| | 202 | 日本画 | (金) | 13:30 | 20 | 15 |
| | 203 | 版画 | (金) | 9:30 | 20 | 15 |
| | 204 | 切り絵 | (月) | 13:30 | 20 | 15 |
| | 205 | 篆刻 | (木) | 14:00 | 20 | 10 |
| 市民大学陶芸実習 施設(花木) | 206 | 陶芸(前期)A | (金) | 13:30 | 10 | 10 |
| | 207 | 陶芸(前期)B | (火) | 13:30 | 10 | 10 |

(3)プラネット

| 会場 | No. | コース名 | 曜日 | 開始時間 | 定員 | 回数 |
|--|-----|------------------|-----|-------|----|----|
| 大沢野会館(高内) ※大沢野生涯学習センター隣 大庄公民館(田島)ほか 八尾コミュニティセンター (八尾町井田) 婦中ふれあい館 (婦中町砂子田) 猪谷関所館(猪谷) | 301 | 富山の郷土玩具“土人形”を作ろう | (火) | 13:00 | 16 | 10 |
| | 302 | 日本画(大沢野) | (土) | 10:00 | 16 | 15 |
| | 303 | うまい水のルーツを探る | (木) | 9:30 | 20 | 10 |
| | 304 | 現代切り絵 | (木) | 13:30 | 8 | 15 |
| | 305 | 手作り銀粘土アクセサリー(前期) | (火) | 13:30 | 12 | 5 |
| | 307 | 飛越往来 | (水) | 10:00 | 15 | 10 |

富山市の国民健康保険に加入の皆さんへ

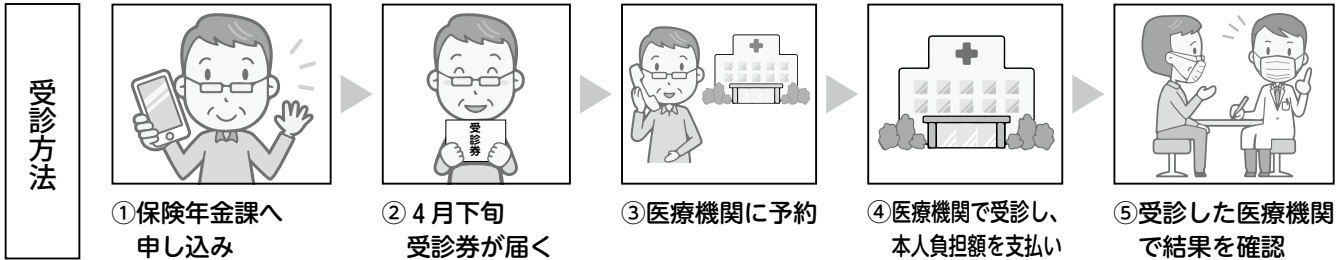
一日人間ドック・脳ドックの 検査費用を助成します

申込締切日

4月3日(月)

スマホやパソコン
から申し込みます

国民健康保険では、皆さんの健康の保持・増進を図り、病気の早期発見、早期治療のため、定期的な受診につなげることを目的として、一日人間ドックや脳ドックの助成を行っています。希望する方は、次の内容をよく確認し、申し込んでください。



| | 一日人間ドック | 脳ドック |
|-------|---|---|
| 受診期間 | 5月1日(月)～令和6年1月31日(水) | |
| 対象 | <p>次の全てに該当する方</p> <ul style="list-style-type: none"> 国民健康保険加入者(令和5年4月1日時点)※被用者保険、後期高齢者医療制度に加入している方は対象外。 国民健康保険料を滞納していない世帯の方 受診日に75歳未満の方 (75歳の誕生日以降は、後期高齢者医療制度でドックの助成を受けることができます) <p>※一日人間ドックまたは脳ドックのいずれかの助成となります(両方申し込むことはできません)。 ※受診日時点で、国民健康保険に加入していない方は、助成を受けられません。</p> <p>【脳ドックについて、次の方は検査を受けることができません】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ペースメーカー等の体内植え込み型医療機器を使用されている方(破損する恐れがあります) ◆閉所恐怖症の方 ◆脳疾患(脳梗塞や脳出血など)で治療中の方 ◆手術などで体内に金属片・金属の粉が入っている方(入れ墨、アートメイク(眉・アイライン)なども含む) など <p>※妊娠の可能性のある方は、事前に医師へ相談してください。</p> | |
| 受診場所 | <p>● 一日人間ドック・脳ドックのどちらでも受診できる機関</p> <ul style="list-style-type: none"> 富山県済生会富山病院(楠木) 富山市医師会健康管理センター(経堂四丁目) 富山市民病院(今泉北部町) | <p>● 脳ドックを受診できる機関</p> <ul style="list-style-type: none"> 富山赤十字病院(牛島本町二丁目) 富山西総合病院(婦中町下轡田) 北陸予防医学協会とやま健診プラザ(千代田町) |
| 定員 | 計2,500人 ※申込多数の場合抽選。 | 計600人 ※申込多数の場合抽選。 |
| 本人負担額 | 通常 男性 約41,000円のところ 19,680円 女性 約47,000円のところ 23,100円 | 男性・女性とも 通常約28,000円のところ 11,430円 |
| 申込方法 | <p>4月3日(月)までに、市ホームページ(☎1003867)、または申し込みフォームから申し込んでください。 申し込みできない場合は、次の必要事項を記入し、はがきか封書で申し込んでください。</p> <p>【必要事項】</p> <p>①希望のドック名(「一日人間ドック」または「脳ドック」のいずれか) ※脳ドック希望者は必ず第2希望まで希望受診場所を記入してください。</p> <p>②国民健康保険被保険者証記号番号③住所④氏名⑤生年月日⑥電話番号</p> <p>【送付先】富山市保険年金課給付係保健担当(〒930-8510 新桜町7-38)へ(4月3日(月)必着)。</p> | |
| 結果通知 | <p>助成が決定した方に、予約方法を記載した受診券を4月下旬に郵送します。 ※助成の対象から外れた方にも別途通知します。</p> | |



申し込み
フォーム

★市ホームページが新しくなりました。☎(ページ番号)の7桁の数字を入力すると、ページを検索できます。詳細は裏表紙をご覧ください。

■主な検査項目

【一日人間ドック】

問診、身体測定、尿検査、検便、血圧測定、血液検査、眼検査、聴力検査、胃検診(カメラまたはバリウム)、心電図、腹部超音波検査、胸部X線検査、婦人科検診(女性のみ:子宮頸部検査、乳房マンモグラフィ)
※子宮がん検診のエコー検査実施の有無および自己負担額については、各実施機関にお問い合わせください。

【脳ドック】

問診、身体測定、尿検査、血圧測定、血液検査、磁気共鳴検査(脳MRI・脳MRA・頸部MRA)、心電図

■助成にあたっての注意事項

- ・国民健康保険以外の健康保険(会社の健康保険組合など)に加入している方は、加入先の各健康保険組合などに問い合わせてください。
- ・かかりつけの病院がある場合は、医師と相談の上、申し込んでください。
- ・受診者の都合により受診できない検査項目があっても、返金はしません。
- ・一日人間ドックおよび脳ドックは、特定健康診査の検査項目を全て含んでいるため、助成を受ける方には、特定健康診査の受診券は送付しません。
- ・一日人間ドックおよび脳ドックの助成を受けない40歳以上の国民健康保険加入者には、5月中旬に、特定健康診査の受診券を郵送します。

■後期高齢者医療制度加入の方へ

後期高齢者医療制度加入の方(75歳以上の方、または65歳以上で一定の障害がある方)には、富山県後期高齢者医療広域連合が人間ドック・脳ドック助成事業を実施しています(3月中の受診は助成対象外です)。

申込方法など詳細は、広報とやま5月5日号などで案内します。

富山県後期高齢者医療広域連合

☎465-7504

富山県保険年金課(高齢者医療係)

☎443-2063

問い合わせ

保険年金課(給付係保健担当)

☎443-2271

予防接種の

受け忘れはありませんか

富山県保健所保健予防課 ☎428-1152

高齢者の肺炎球菌感染症予防接種を受けましょう

接種期限▶3月31日(金)

令和4年度に対象となる方には、昨年3月以降に接種券などを郵送しています。接種を希望する方は、予防接種券と予診票を持参の上、指定の医療機関で接種を受けてください。

指定医療機関は、接種券に同封の医療機関名簿をご覧ください。

※対象となる方で、転入などにより接種券が届いていない場合は、お問い合わせください。

対象者 市内に住所があり、令和4年度に満年齢が65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方で、今までに一度も肺炎球菌感染症予防接種を受けたことがない方

自己負担金 3,000円(生活保護受給者は無料)

麻しん風しん予防接種を受けましょう

麻しん風しん予防接種は、2回接種することで、より強固な免疫を獲得することができます。対象者には個別通知していますので、接種期間内に忘れずに受けましょう。

| | | |
|-----|------|---|
| 第1期 | 対象 | 1歳のお子さん |
| | 接種期間 | 2歳の誕生日の前日まで |
| 第2期 | 対象 | 幼稚園などの年長児に相当する年齢のお子さん(平成28年4月2日～平成29年4月1日生) |
| | 接種期間 | 3月31日(金)まで |

※対象となる方で、転入などにより接種券が届いていない場合は、お問い合わせください。

3月1日(水)～7日(火)は 子ども予防接種週間です

期間中は、通常の診療時間外に予防接種を受けることができます。実施医療機関など詳細は、市ホームページ(☎1004049)をご覧ください。

* 令和5年度 *

受講者募集

シニアライフ講座

岡長寿福祉課 ☎443-2061 FAX443-2180

☒ tyojyufukusi-01@city.toyama.lg.jp

対象 市内在住の60歳以上の方

- ・令和4年度から引き続き受講を希望する場合も、申し込みが必要です。
- ・応募多数の場合は、新規受講者を優先して抽選します。
- ・曜日・開始時間・年間受講料は、変更となる場合があります。
- ・各講座は、お住まいの地域に関係なく受講できます。
- ・同一講座を複数の会場で受講することはできません。
- ・受講希望者が少ない場合は開講しないことがあります。
- ・駐車場の無い会場があります。公共交通機関を利用してください。

受講期間 6月から令和6年3月まで
年間16回(おおむね月2回)

申込期間 3月15日(水)まで(必着)
※受講決定は、4月末に案内します。
※年度途中の受け付けは行っていません。受講希望の場合は、必ず申込期間内に申し込みしてください。

申込方法

〈直接〉・富山地域の講座…長寿福祉課(市役所3階)が希望する会場へ。
・大沢野・八尾・婦中・細入地域の講座…長寿福祉課か、各行政サービスセンター地域福祉課、中核型地区センターへ。

〈郵送・FAX・Eメール〉受講申込書を、長寿福祉課(〒930-8510 新桜町7-38)へ。
※Eメールは、受講申込書を添付し、件名を「シニアライフ講座申込」としてください。
※受講申込書は各申込窓口にあるほか、市ホームページ(☎1003642)からもダウンロードできます。
※電話での受け付けは行っていません。

趣味コース 年間受講料 3,600円 ※教材費などは自己負担です。

| 会場 | 講座 | 曜日 | 開始時間 | 会場 | 講座 | 曜日 | 開始時間 |
|-----------------|---------------|-------|-------|---------------------------|-----------|-------|-------|
| 愛宕公民館(愛宕町一丁目) | 生け花 | 木 | 13:30 | 呉羽会館(呉羽町) | 生け花 | 火 | 9:30 |
| 安野屋公民館(安野屋町一丁目) | 生け花 | 火 | 9:30 | | 男性料理教室 | 火 | 9:30 |
| 柳町公民館(弥生町一丁目) | 生け花 | 火 | 9:30 | | 抹茶 | 火 | 9:45 |
| | 民謡 | 金 | 10:30 | | 編み物 | 木 | 9:30 |
| 清水町公民館(清水町八丁目) | 生け花 | 木 | 9:30 | | 日本舞踊 | 木 | 10:00 |
| 西田地方公民館(相生町) | フォークダンス | 月 | 13:30 | 水橋中部公民館(水橋館町) | 生け花 | 金 | 13:30 |
| | 編み物 | 火 | 13:30 | 海岸通老人福祉センター 【松籟荘】(海岸通) | 煎茶 | 火 | 10:00 |
| | 生け花 | 金 | 9:30 | | 生け花 | 水 | 10:00 |
| 川柳 | 火 | 9:30 | 抹茶 | | 木 | 10:00 | |
| 奥田公民館(奥田新町) | 生け花 | 水 | 13:30 | | 民謡 | 木 | 10:00 |
| 編み物 | 木 | 10:00 | 編み物 | | 金 | 13:30 | |
| 奥田北公民館(下新北町) | 男性料理教室 | 月 | 9:30 | 南老人福祉センター 【南寿荘】(今泉) | フラワーデザイン | 火 | 10:00 |
| 五福公民館(五福) | 編み物 | 火 | 10:00 | | 生け花 | 火 | 13:30 |
| 岩瀬公民館(岩瀬御蔵町) | 民謡 | 火 | 9:30 | | 詩吟 | 水 | 10:00 |
| | 日本舞踊 | 火 | 10:00 | | 編み物A | 水 | 13:00 |
| | 編み物 | 火 | 13:30 | | 編み物B | 木 | 10:00 |
| | 生け花A | 火 | 9:30 | | 抹茶A | 木 | 10:00 |
| | 生け花B | 金 | 9:30 | | 抹茶B | 木 | 13:00 |
| 萩浦公民館(高畠町二丁目) | 生け花 | 水 | 9:30 | 民謡 | 木 | 13:00 | |
| 豊田公民館(豊田本町一丁目) | 生け花 | 水 | 13:30 | 水橋老人憩いの家 (水橋伊勢屋) | 生け花 | 火 | 13:30 |
| 新庄公民館(新庄町一丁目) | 社交ダンス | 火 | 13:30 | | 煎茶 | 木 | 10:00 |
| 山室公民館(中市二丁目) | 生け花 | 水 | 13:30 | | 編み物 | 金 | 9:30 |
| 山室中部公民館(山室荒屋) | スマホ教室 【※1】 | 火 | 9:30 | 東老人憩いの家 (荒川四丁目) | 民謡 | 火 | 10:00 |
| 熊野公民館(悪王寺) | 民謡 | 火 | 13:00 | | 編み物 | 木 | 13:30 |
| | 生け花 | 水 | 9:30 | | 煎茶 | 金 | 10:00 |
| | 編み物 | 金 | 13:30 | | 民謡舞 | 金 | 10:00 |
| 四方公民館(四方) | 生け花 | 水 | 9:30 | 市民芸術創造センター(呉羽町)【※2】 | 民謡 | 金 | 10:00 |
| | 編み物 | 金 | 13:30 | 大沢野会館(高内) | 民謡 | 水 | 10:00 |
| 長岡公民館(長岡) | 編み物 | 火 | 13:30 | 速星公民館(婦中町砂子田) | スマホ教室【※1】 | 月 | 9:30 |
| | 謡曲 | 水 | 13:00 | | 編み物 | 金 | 10:00 |

【※1】iPhoneのみ対象です。【※2】申し込みは、長寿福祉課でのみ受け付けます。

★市ホームページが新しくなりました。☎(ページ番号)の7桁の数字を入力すると、ページを検索できます。詳細は裏表紙をご覧ください。

健康コース 年間受講料 3,600円

※教材費などは自己負担です。

| 会場 | 講座 | 曜日 | 開始時間 |
|--------------------------------|---------------|----|-------|
| 八人町公民館(八人町) | 気功 | 月 | 14:00 |
| 柳町公民館(弥生町一丁目) | ヨーガ | 木 | 10:00 |
| 星井町公民館(西中野町二丁目) | 気功 | 水 | 14:00 |
| 広田公民館(新屋) | 太極拳 | 火 | 13:30 |
| 新庄北公民館 (新庄本町二丁目) | ヨーガ | 火 | 10:00 |
| | 太極拳 | 火 | 13:30 |
| 八幡公民館(八町東) | ヨーガ | 水 | 10:00 |
| 呉羽会館(呉羽町) | 長寿健康教室 | 水 | 10:00 |
| 水橋東部公民館(水橋小池) | 気功 | 火 | 14:00 |
| 角川介護予防センター (星井町二丁目) 【※3】 | オンライン健康教室【※4】 | 月 | 11:00 |
| | 太極拳A | 木 | 9:30 |
| | 太極拳B | 木 | 10:50 |

| 会場 | 講座 | 曜日 | 開始時間 |
|------------------------|---------------------------|----|-------|
| 東富山温水プール(米田) 【※3】 | ウォーターウォーク (水中歩行など)【※5】 | 月 | 10:00 |
| | | 月 | 11:00 |
| 北保健福祉センター(岩瀬文化町) | 太極拳 | 月 | 13:30 |
| 南老人福祉センター 「南寿荘」(今泉) | ヨーガA | 水 | 10:20 |
| | ヨーガB | 火 | 10:20 |
| | 童謡に乗せてストレッチ倶楽部 | 金 | 13:30 |
| 東老人憩いの家(荒川四丁目) | ピラティス | 金 | 13:30 |
| 大久保ふれあいセンター(下大久保) | 気功 | 火 | 14:30 |
| 八尾公民館(八尾町東町) | 太極拳 | 水 | 10:00 |
| | いきいきストレッチ | 木 | 10:00 |
| 保内公民館(八尾町新田) | ヨーガ | 木 | 10:00 |
| 朝日公民館(婦中町下条) | ヨーガ | 火 | 10:00 |
| 細入公民館(楡原) | 太極拳 | 木 | 14:00 |

【※3】申し込みは、長寿福祉課でのみ受け付けます。

【※4】受講には、ウェブ会議アプリ「Zoom」およびメールを使用できる環境が必要です。

【※5】身長150cm以上で、医師からの運動制限を受けていない方が対象です。年間受講料とは別に保険料がかかります。

創造コース 年間受講料 5,000円

※教材費などは自己負担です。

| 会場 | 講座 | 曜日 | 開始時間 |
|--------------------|---------|----|-------|
| 総曲輪公民館(大手町) | 木彫A | 水 | 9:30 |
| | 木彫B | 水 | 13:30 |
| | パンフラワーA | 金 | 13:30 |
| | パンフラワーB | 金 | 13:30 |
| 安野屋公民館(安野屋町一丁目) | 七宝焼 | 月 | 9:30 |
| 五番町公民館 (辰巳町一丁目) | 木彫A | 木 | 9:30 |
| | 木彫B | 月 | 9:30 |
| | 七宝焼 | 木 | 9:30 |
| 星井町公民館(西中野町二丁目) | 七宝焼 | 月 | 9:30 |
| 西田地方公民館(相生町) | 和紙工芸 | 水 | 9:30 |
| 堀川南公民館(本郷町) | 七宝焼 | 火 | 9:30 |
| 東部公民館(石金一丁目) | 七宝焼 | 火 | 9:30 |
| 桜谷公民館(田刈屋) | 七宝焼 | 金 | 9:30 |
| 神明公民館(高田) | 木彫 | 月 | 13:30 |
| 大広田公民館(東富山寿町二丁目) | 木彫 | 水 | 9:30 |
| 浜黒崎公民館(浜黒崎) | 和紙工芸 | 月 | 13:30 |
| | 木彫 | 火 | 13:30 |
| 針原公民館(針原中町) | 木彫 | 火 | 9:30 |
| 豊田公民館(豊田本町一丁目) | 和紙工芸 | 月 | 9:30 |
| 広田公民館(新屋) | スタンドグラス | 火 | 13:30 |
| 新庄公民館(新庄町一丁目) | 和紙工芸 | 木 | 9:30 |
| 藤ノ木公民館(藤木) | 七宝焼 | 水 | 9:30 |
| 山室中部公民館(山室荒屋) | スタンドグラス | 金 | 13:30 |

| 会場 | 講座 | 曜日 | 開始時間 |
|---------------------------|--------------|-----|-------|
| 太田公民館(太田) | 和紙工芸 | 月 | 9:00 |
| 四方公民館(四方) | 陶芸 | 金 | 9:30 |
| 八幡公民館(八町東) | 和紙工芸 | 水 | 13:30 |
| | 木彫 | 木 | 9:30 |
| 草島公民館(草島) | 木彫 | 水 | 13:30 |
| 呉羽会館(呉羽町) | 和紙工芸 | 月 | 9:30 |
| | 七宝焼 | 水 | 13:30 |
| 寒江公民館(本郷中部) | 和紙工芸 | 火 | 9:30 |
| 水橋中部公民館(水橋館町) | スタンドグラス | 水 | 13:30 |
| 水橋西部公民館(水橋辻ヶ堂) | 和紙工芸 | 火 | 9:30 |
| 三郷公民館(水橋小路) | 和紙工芸 | 金 | 9:30 |
| 上条公民館(水橋石割) | パンフラワー | 水 | 9:30 |
| 海岸通老人福祉センター 「松籟荘」(海岸通) | 陶芸 | 火・金 | 13:30 |
| | 陶芸(テラコッタコース) | 火・金 | 10:00 |
| 水橋老人憩いの家(水橋伊勢屋) | 陶芸 | 火 | 9:30 |
| 東老人憩いの家(荒川四丁目) | 陶芸 | 木 | 9:30 |
| 慈光園第一付設作業所(西番) | 陶芸A | 月 | 9:30 |
| | 陶芸B | 木 | 9:30 |
| | 七宝焼 | 金 | 9:30 |
| 慈光園第二付設作業所(蜷川) 【※6】 | 陶芸A | 火 | 9:30 |
| | 陶芸B | 水 | 9:30 |

【※6】申し込みは、長寿福祉課でのみ受け付けます。

その他の講座 月額 1,500円

※教材費などは自己負担です。

| 会場 | 講座 | 曜日 | 開始時間 |
|-------------------------|------------|----|-------|
| 富山YMCA堤町本館(堤町通り一丁目)【※7】 | 歌声健康わいわい教室 | 火 | 10:30 |

【※7】電話または直接、富山YMCA堤町本館(☎425-9001)に申し込んでください。

3月は滞納整理強化月間です 納付金の納め忘れはありませんか

図債権管理対策課 ☎443-2230

■臨時の納付・相談窓口を開設します

日時 3月5日(日) 9:00~17:00

開設場所 各担当課

■納付・相談対象

- ・市税 ・介護保険料 ・国民健康保険料
- ・後期高齢者医療保険料 ・市営住宅使用料、賃貸住宅使用料
- ・保育所保育料(こども保育課でのみ受け付けします)
- ・上下水道料金、下水道事業受益者負担金・分担金(債権管理対策課で受け付けします)

※母子父子寡婦福祉資金貸付金、し尿収集手数料、病院診療費は、臨時納付・相談窓口を開設していません。

市役所本庁にお越しの際は…

- ・1階市民ホールに設置する「総合受付」へお寄りください(北玄関は利用できません)。
- ・車でお越しの方は、地下駐車場からエレベーターを利用してください。

口座振替、コンビニ納付、スマートフォン決済が便利です

- ・個人市・県民税(普通徴収分) ・固定資産税・都市計画税
- ・軽自動車税(種別割) ・国民健康保険料
- ・介護保険料 ・上下水道料金

市税や保険料、使用料などの納付金を期限までに納めていない場合、督促状などを送付しています。未納状態が続くと、財産の差し押さえなどの法的措置を行うことがあります。お早めに、納付または担当課に相談してください。

■担当課(電話番号)はこちらです

| | |
|-----------------------------------|---|
| 市税 (市・県民税、固定資産税、 軽自動車税など) | 納税課☎443-2029 税務事務所税務課☎465-3135 (大沢野・大山・八尾・婦中・山田・細入地域) |
| 保育所保育料 | こども保育課☎443-2165 各行政サービスセンター地域福祉課 大沢野☎467-5830 大山☎483-1214 八尾☎455-2461 婦中☎465-2114 |
| ①介護保険料 ②国民健康保険料 ③後期高齢者医療保険料 | ①介護保険課☎443-2043 ②保険年金課収納係☎443-2066 ③保険年金課高齢者医療係☎443-2063 各行政サービスセンター地域福祉課 大沢野☎467-5811 大山☎483-1214 八尾☎455-2461 婦中☎465-2114 |
| 市営住宅使用料 賃貸住宅使用料 | 市営住宅課☎443-2097 |
| 母子父子寡婦福祉 資金貸付金 | こども福祉課☎443-2055 |
| し尿収集手数料 | 環境センター管理課☎429-5017 |
| 上下水道料金 | 上下水道局料金課☎432-8588 東上下水道サービスセンター☎467-5816 (大沢野・大山・細入地域) 西上下水道サービスセンター☎465-2164 (八尾・婦中・山田地域) |
| 下水道事業受益者 負担金・分担金 | 上下水道局下水道課☎432-8792 |
| 病院診療費 | 病院事業局医事課☎422-1112(代表) |

3月は自殺対策強化月間です 大切な人のこころといのちを守るために



図保健所保健予防課 ☎428-1152

3月~4月は生活環境が大きく変化することで、こころが疲れやすく、こころのバランスが崩れてしまう人が多いと言われています。こころが疲れると、日常生活にさまざまな変化が現れます。

自分や周囲にこんな変化はありませんか

<自分で気づく変化>

- ・^{ゆううつ}憂鬱な気分が続く。
- ・今まで楽しかったことが楽しめない。
- ・眠れない、寝すぎてしまう。
- ・食欲がわかない。
- ・体がだるい、疲れやすい。

<周囲が気づく変化>

- ・表情が暗くなった。
- ・自分を責めてばかりいる。
- ・涙もろくなった。
- ・反応が遅くなった。
- ・飲酒量が増えた。

左記の変化が2週間以上続くようであれば、こころが疲れている状態かもしれません。早めに休養を取ることや、かかりつけ医、精神科医などに相談することが必要です。

◆専門の相談窓口

- ・富山県こころの電話
☎428-0606(平日9:30~17:00)
☎0570-074-333(平日の17:00~翌日9:30、休日は24時間)
- ・24時間子供SOSダイヤル
☎0120-0-78310(通話料無料)



★市ホームページでは、さまざまな悩みを相談できる、相談先の一覧を掲載しています。



相談連絡先一覧

悩み事や心配事を一人で抱え込むことは、とてもつらいことです。話を聞いてもらうだけで気持ちが楽になることがあります。一人で抱え込まず、専門の相談窓口などに相談してください。

とやまスローライフ市民農園 利用者募集

申込期限 3月20日(月)
(応募多数の場合抽選)

園とやまスローライフ・フィールド事務局
☎411-4401 FAX411-4402
✉slowlife@satoyama-club.org



- ・令和5年度募集区画 約30区画
- ・1区画 約50㎡(10m×5m)
- ・利用料金 12,570円(年額)
(利用期間:4月1日から1年間)
- ※翌年も継続利用可。

★初心者も安心な「栽培サポート」が受けられます。
★給排水設備・休憩所完備。
★耕運機や農機具の無料貸し出しあり。
※法人としての利用も可能です。法人での申し込みは、事務局まで相談してください。

申込方法

郵送、FAX、Eメールで、申込書を、とやまスローライフ・フィールド事務局(〒930-0157 開ヶ丘43-1)へ。
申込書は、とやまスローライフ・フィールド事務局にあるほか、ホームページ(<https://www.satoyama-club.org/>)からもダウンロードできます。



ホームページ

市民農園の利用が決定した方には、「市民農園利用者説明会」の案内を送付します。利用区画の場所は、説明会にて抽選となります。

富山ガラス工房 令和5年度前期講座

園富山ガラス工房 ☎436-2600

[吹きガラス(初級)制作講座]

作家の指導のもと、道具やガラスの特性を楽しく学びながら、吹きガラスの基礎を習得します。

日時 4月8日～6月24日(出)9:00～12:00(全12回)

場所 富山ガラス工房(古沢)

対象 18歳以上で12回全て受講できる方

定員 6人(応募多数の場合抽選)

費用 30,320円(保険料、材料費含む)

[キルンワーク(初級)講座]

電気炉を使用してガラスを溶かしたり曲げたりしながら、美しい器やかわいいアクセサリなどの制作を楽しめます。

日時 4月9日～6月25日(日)9:00～12:00(全12回)

場所 富山ガラス工房第2工房(西金屋)

対象 18歳以上で12回全て受講できる方

定員 6人(応募多数の場合抽選)

費用 35,560円(保険料、材料費含む)

申込方法(共通)

3月3日(金)(必着)までに、往復はがきで、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、希望講座名を、富山ガラス工房(〒930-0151 古沢152)へ。

常願寺ハイツ 春の特別教室

園常願寺ハイツスポーツ公園(立山町泊新) ☎462-1164

| | 教室名 | 対象 | 開催日 | 時間 | 定員 | 受講料 |
|---|------------------|--|--|--|-------------------------|----------------------|
| ① | 春の水泳体験 | 3歳～小学生 | 3月21日(祝) | Ⓐ 8:50～10:00 Ⓑ 10:05～11:15 Ⓒ 11:20～12:30 | Ⓐ 40人 Ⓑ 30人 Ⓒ 30人 | 各1,210円 |
| ② | 中高年からのらくらく短期水泳教室 | 中高年で25m泳げない方 | 4月13日～6月22日(木)[全9回] | 14:00～15:15 | 10人程度 | 13,860円 |
| ③ | ちよきん 貯筋運動教室 | 1人で運動できる高齢者 | 4月13日～6月22日(木)[全9回] | 9:45～11:00 | 10人程度 | 13,860円 |
| ④ | 親子ふれあいプール教室 | 6カ月～3歳のお子さんと保護者 | 4～6月の(木)(不定期開催) ※開催日は、問い合わせてください。 | 10:30～12:30 | 各日20組 | 各日1組1,100円 |
| ⑤ | スイミングスクール健康教室体験 | ジュニアコースは4月、6月、大人コースは3～6月に開催します。 開催日時など詳細は、問い合わせてください。 | | | 各日2人程度 | 各日1,100円 ※1人1回のみ。 |
| ⑥ | ジュニアテニススクール体験 | 小学1年生～中学1年生 | 4～6月の(出) ※3月の体験日は、問い合わせてください。 | 8:00～9:00 9:00～10:00 | 各日2人程度 | 各日1,100円 ※1人1回のみ。 |
| ⑦ | テニススクール体験(成人) | 18歳以上 | 【初級コース】4～6月の(月) 【中級から上級コース】4～6月の(金) | 10:00～11:20 | 各日2人程度 | 各日1,100円 ※1人1回のみ。 |

申込方法 3月1日(木)13:30から各開催日の前日(①のみ3月12日(日))までに、電話で、常願寺ハイツスポーツ公園へ(申込順)。
※受講料は、①は3月12日(日)まで、②③は教室開始日まで、④⑤⑥⑦は参加当日に常願寺ハイツフロントで支払ってください。
※②④⑤はプール利用料(大人390円、子ども110円)、③は施設利用料(440円)が、毎回、別途必要です。

お知らせ

納期限のお知らせ

固定資産税・都市計画税(第4期)
納期限…2月28日(火)

※口座振替をご利用の方は、納期限の日が振替日となります。前日までに預貯金残高をご確認ください。

簡単・便利な口座振替のご利用を

取扱金融機関は、市内に本店・支店のある金融機関の全国の店舗(イオ信用組合を含む。商工組合中央金庫を除く。)、全国のゆうちょ銀行・郵便局です。

岡納税課 ☎443-2027

市民プール臨時休館

空調設備などの更新のため、休館します。

休館日 3月3日(金)～24日(金)

岡スポーツ健康課 ☎443-2139

市奨学資金の貸与

学費の支払いが困難な方に対して、奨学資金を貸与します。

※次の学校の新生または在学学生

・大学(大学院、短期大学を含む)、専修学校(修業年限が2年以上の専門課程)

貸与額 35,000円～47,000円

・高等専門学校、高等学校専攻科

貸与額 15,000円～25,000円

※貸与額は、自宅通学か自宅外通学か、

また、その学校が国公立か私立かなどにより異なります。

返済 卒業後20年以内に元金のみ返済

人員 11人程度

期 3月23日(木)～4月21日(金)に、必要書類を、直接、学校教育課(新桜町:Toyama Sakuraビル7階)へ。

※申請書は、市ホームページ(No.1007385)からダウンロードできます。

※市奨学資金は、他の奨学資金と併用はできませんが、重複して受給することはできません。

※私立高校生対象の奨学資金については、5月下旬に案内予定です。

岡学校教育課 ☎443-2134

ひとり親家庭の中学生の学習を支援します

ひとり親家庭の中学生に対して、無料で学習支援を行います。

期間 4月22日～令和6年3月(土)

(月2回:全24回)

①山室公民館(中市二丁目)

15:00～17:00

②呉羽会館(呉羽町)

15:00～17:00

③とやま市民交流館

(CiC3階:新富町一丁目)

18:00～20:00

※市内に住所があり、次の要件を全て満たす中学生

・児童扶養手当を受給している、または富山市ひとり親家庭等医療費助成を受けているひとり親世帯の児童

※生活保護受給者は別事業実施のため除きます。

・学習塾、家庭教師、通信教育などを利用していないこと

人員 ①・②20人、③50人

期 3月10日(金)(必着)までに、申請書、児童扶養手当証書または富山市ひとり親家庭等医療費受給資格証の写しを、郵送または直接、こども福祉課(〒930-8510 新桜町7-38:市役所3階)または各行政サービスセンター地域福祉課へ。
※応募多数の場合、中学3年生を優先して抽選。

※申請書は各申込先のほか、育さぽとやまホームページ(「あっさり未来教室」で検索)からもダウンロードできます。

※受講決定者には、4月上旬に親子面談を行います。

岡こども福祉課 ☎443-2055

岡各行政サービスセンター地域福祉課

大沢野 ☎467-5830 大山 ☎483-1214

八尾 ☎455-2461 婦中 ☎465-2114

長期入院している精神障害者の医療費の一部を助成します

※次の全てに該当する方

・精神障害による入院期間が2年を超える精神障害者の家族など(入院形態により制限があります)

・市内に6カ月以上在住の方(家族構成などにより条件が異なります)

※詳細は、問い合わせてください。

助成額 月額3,800円まで

岡消費生活センター ☎443-2123

私設メーター(子メーター)の有効期限切れにご注意を!

大家さん、アパートやマンションにお住まいの皆さんへ

私設メーター(子メーター)とは、集合住宅やテナントビルなどの管理者または所有者が、電気・ガス・水道の使用料金を各部屋の使用量に応じて配分するために用いるメーターのことです。

このメーターには計量法で検定の有効期間が定められています。期限切れのメーターを使用して料金を算定することは、計量法違反であり、罰則の対象となります。



ガスメーター
(有効期間10年)
※一部を除く。



電気メーター
(有効期間10年)
※一部を除く。



水道メーター
(有効期間8年)

メーターの見方がわからない時や、期限が過ぎていた場合の対応など、不明な点については問い合わせてください。

★市ホームページが新しくなりました。No.(ページ番号)の7桁の数字を入力すると、ページを検索できます。詳細は裏表紙をご覧ください。

富山市の市外局番は(076)です。

※今回の助成対象となる入院期間は、令和4年9月から令和5年2月までです。

☎ 3月20日(月)(必着)までに、申請書を、郵送または直接、障害福祉課(〒930-8510 新桜町7-38:市役所1階)または各行政サービスセンター地域福祉課へ。申請書は各申込先のほか、市内の精神科がある病院にもあります。

☎ 障害福祉課 ☎443-2102

☎ 各行政サービスセンター地域福祉課
大沢野☎467-5811 大山☎483-1214
八尾☎455-2461 婦中☎465-2114

難病療養相談会

食べ物がかみにくい、飲み込みにくい、むせるなどの難病患者さんのお口の悩みに、歯科医師や歯科衛生士、言語聴覚士、管理栄養士が個別に相談に応じます(予約制)。

☎ 3月13日(月)14:00~15:30

☎ 保健所(蛭川)

☎ 難病で在宅療養中の方、またはその家族など

☎ 事前に、電話で、保健所地域健康課へ。※詳細は、市ホームページ(No.1004418)をご覧ください。

☎ 保健所地域健康課 ☎428-1153

3月の街頭献血

●ファボーレ(婦中町下轡田)

☎ 3月5日(日)、19日(日)

10:00~12:00、13:15~16:30

●アピタ富山東店(上富居)

☎ 3月5日(日)9:30~12:00、13:15~16:00

☎ 保健所地域健康課 ☎428-1155

☎ 富山県赤十字血液センター ☎451-5555

自転車の適切な管理を

3~4月は、卒業・進学・就職・転勤などにより、駐輪場や路上などでの自転車の放置が多くなる傾向にあります。

放置された自転車は、他の利用者への迷惑となるだけでなく、景観や防犯面で悪影響を及ぼします。不要となった自転車は、所有者の責任で適切に処分してください。

☎ 交通政策課 ☎443-2192

海を汚さないで

6月下旬までは、ホタルイカ漁の最盛期です。川や用水に、草、ごみ、汚濁水などを流さないように努め、きれいな富山湾を守りましょう。

☎ 農業水産課 ☎443-2082

古洞の森自然活用村の営業が終了します

古洞の森自然活用村は、3月31日(金)で全ての営業を終了します。温泉施設の回数券を持っている方は、3月31日までに使用してください。

☎ 古洞の森自然活用村 ☎434-0777

令和4年度コミュニティ助成事業

(一助)自治総合センターによる宝くじ社会貢献広報事業のコミュニティ助成を受け、新庄町第四町内会は、コミュニティセンターを建設しました。



☎ 市民生活相談課 ☎443-2046

募集

富山外国語専門学校 令和5年度入学生(一般入試B)

●実務英語科(修業年限2年:昼間)

☎ 選考方法 ポキャブラリー、英文理解(内容把握および長文読解)、英語面接、日本語面接、出願書類によって総合的に選考
☎ 出願資格 高校を卒業した方(令和5年3月卒業見込みを含む)、またはこれに相当する学力があると認められる方

☎ 入学科 135,300円

(市外在住の方は169,200円)

●専攻科(修業年限1年:昼間)

☎ 選考方法 リスニング、ポキャブラリー、英語作文、英文理解(長文読解)、英語面接、日本語面接、出願書類によって総合的に選考

☎ 出願資格 次の①、②両方に該当する方
①英検2級以上の資格を取得した方、またはこれに相当する学力があると認められる方

②大学、短大、専門学校相当の学校を卒業した方(令和5年3月卒業見込みを含む)

☎ 入学科 81,200円

(市外在住の方は101,500円)

☎ [共通項目]

☎ 出願期間 2月27日(月)~3月13日(月)

☎ ※郵送の場合、期間内必着。

☎ 試験日 3月15日(火)

☎ 試験会場 富山外国語専門学校

(市民プラザ内:大手町)

☎ 入学考査料 18,000円

☎ 授業料 年額312,000円(月額26,000円)

☎ ※別途テキスト代などが必要です。

☎ 出願書類 募集要項(入学願書)などは、本校事務室で配布するほか、電話、FAX、Eメールで請求することもできます。また、ホームページ(<https://www.tcfl.ac.jp/>)に出願資格等を掲載しています。

☎ 富山外国語専門学校 ☎491-5911

FAX491-1349 ☎ tcfl@tcfl.ac.jp

●富山大学公開講座 & オープン・クラス受講者募集

富山大学の研究成果を広く市民の皆さんに知ってもらうため、教養講座と実践講座からなる「公開講座」や、普段の授業を学生とともに教室で受講する「オープン・クラス」を開催します。

☎ 期間

☎ [公開講座]

4月11日(火)~9月26日(火)

☎ [オープン・クラス]

4月6日(木)~8月9日(火)

☎ 富山大学各キャンパス(五福、高岡、杉谷) ほか

☎ 3月1日(火)から受け付けを開始する予定です。詳細は、ホームページ(<http://www.life.u-toyama.ac.jp/>)をご覧ください。



☎ ホームページ

☎ 富山大学地域連携推進機構生涯学習部門

☎ ☎445-6956

☎ 企画調整課 ☎443-2277

障害者農園利用者

市内在住の18歳以上で、次の全てに該当する方

- ・自ら作業できる方
- ・身体障害者手帳などをお持ちの方
- ・農作業を行う土地を所有していない方

新海岸通農園(海岸通新町)

区画数 9区画(1区画約10㎡)

※応募多数の場合抽選。

利用期間 4月～令和7年3月(2年間)

無料

※必要な農機具、種苗、肥料、農薬などは利用者負担。

3月6日(月)までに、障害者手帳(身体、療育、精神)を持参の上、直接、障害福祉課(市役所1階)へ。

※高齢者農園と重複申請はできません。

障害福祉課 ☎443-2056

※駐車場および水道はありません。

利用期間 4月～令和7年3月(2年間)

¥3,000円(2年分)

※必要な農機具、種苗、肥料、水、その他資材は利用者負担。

3月6日(月)(必着)までに、申込書を、郵送、FAXまたは直接、長寿福祉課(〒930-8510 新桜町7-38:市役所3階)へ。

※①は海岸通老人福祉センター(海岸通)、②は婦中行政サービスセンター地域福祉課(婦中町速星)でも受け付けます。

※申込書は各申込先にあるほか、市ホームページ(☎1003642)からもダウンロードできます。

※障害者農園と重複申請はできません。

図長寿福祉課 ☎443-2061

FAX443-2180



講座・講演

在宅医療市民公開講座

●考えてみよう『アドバンス・ケア・プランニング(ACP)』～わたしにとって「大切にしたいこと」は何?～

3月12日(日)13:00～14:00(開場12:30)

所ホテルグランテラス富山3階清風

(桜橋通り)

講師 栗原幸江くわはらのゆきえさん(上智大学グリーンケア研究所 特任教授)

市内在住の方、在宅医療や介護福祉

関係者

会場70人(申込順)

※オンライン受講可能(定員なし)。

無料

3月3日(金)までに、電話で、氏名、電話番号を、(株)PCO内富山市医師会・市民公開講座受付係へ。申込フォーム(<https://pro.form-mailer.jp/fms/3d29fc20271970>)からも申し込みできます(オンライン受講を希望される方は、申込フォームから申し込んでください)。

※電話受付時間は平日の9:00～17:00。

※詳細は富山市医師会在宅医療支援センターホームページ(<https://www.toyamashi-med.or.jp/homemedical/>)をご覧ください。

図株PCO内富山市医師会・市民公開講座受付係

☎428-9166

図長寿福祉課 ☎443-2150

経営支援セミナー

●人的資源の最大活用

～人材をどのように活かすか、考え方で企業の戦略が変わる～

会社経営にプラスの影響を与える「人的資源」について、人事評価制度を中心とした手法を講義します。

3月15日(水)18:00～20:00

所新産業支援センター4階 研修室

(富山大学工学部敷地内:下野)

企業・団体関係者、創業・起業予定者、

高齢者農園利用者

所①新海岸通農園(海岸通)

②砂子田農園(婦中町砂子田)

③五福農園(五福)

市内在住で、除草などの適切な管理ができる60歳以上の方(他の高齢者農園を利用している場合は申し込み不可)

区画数 ①26区画、②41区画、③64区画

※1区画約10㎡。

※応募多数の場合、新規申込者を優先して抽選。

富山外国語専門学校

令和5年度公開講座「専修コース」 受講者募集

富山外国語専門学校

☎491-5911

☎ <https://www.tcf.ac.jp/>

★…外国人講師による講座

受講期間 4～12月(各講座全20回)

対象 市内に在住または通勤・通学している方

定員 各講座20人程度(応募多数の場合抽選)

※原則、1人1講座。

※10人未満の講座は開講しない場合があります。

受講料 13,620円(年額)

※テキスト・資料代が別途必要。

申込方法 2月24日(金)～3月10日(金)(必着)に、受講申込書を、郵送または直接、富山外国語専門学校(〒930-0084 大手町6-14:市民プラザ5階)へ。ホームページからも申し込みできます。

※募集要項・申込書は本校事務室で配布するほか、ホームページからもダウンロードできます。

| | 午前の講座 (10:10～12:00) | 午後の講座 (13:50～15:40) | 夜間の講座 (18:30～20:10) |
|---|---------------------------|------------------------|--|
| 月 | 英会話初級、 英会話中級* | 基礎英語 | 英会話入門、英会話初級、 英会話中級*、ハングル初級* |
| 火 | 英会話入門、 英会話中級* | | 英会話初級、 English for the Workplace(中級)* ハングル中級* |
| 水 | 英会話入門、 英会話初級 | 中国語入門* | 英会話初級、Music in the U.K.*、 中国語中級*、フランス語初級 |
| 木 | 英会話中級* | 英語上級* | 英会話入門、はじめてのTOEIC、 CNN English*、Advanced English (上級)*、中国語初級* |
| 金 | Newspaper English* | 英会話入門 | |
| 土 | 英会話初級、ハングル入門*、 フランス語中級 | | |

★市ホームページが新しくなりました。No.(ページ番号)の7桁の数字を入力すると、ページを検索できます。詳細は裏表紙をご覧ください。

富山市の市外局番は(076)です。

インキュベーション施設入居者、起業を目指す大学教員・学生 など

講師 法 育実さん

(株)ジェック経営コンサルタント)

人20人(申込順) 料無料

事前、電話、FAX、Eメールで、氏名、電話番号、メールアドレス、職業を、新産業支援センターへ。ホームページ(<https://www.toyama-sinsangyo.jp/>)からも申し込みできます。

新産業支援センター ☎411-6131

FAX411-7397

✉ sinsangyo-ut@swan.ocn.ne.jp

産後のママを応援します

●3月の子育て教室

助産師に育児の悩みを相談できるほか、ママ同士の交流を図ります。

毎週①10:00~12:00、②13:30~15:30 ※14日は①のみ。

※21日は休みです。

所 まちなか総合ケアセンター 3階

産後ケア応援室(総曲輪四丁目)

ママ&ベビーふれあい遊び、子育て相談、ママカフェ

市内在住で、おおむね産後4カ月までのお母さんとその子ども

各10組(申込順) 料800円

2月28日(火)から希望日の前日までに、電話で、産後ケア応援室へ。

産後ケア応援室 ☎461-3541

●3月の子育て交流広場「ままのわ」

子育てしているママの交流の場です。

毎週金10:00~11:30

所 まちなか総合ケアセンター 1階

まちなかサロン

おおむね産後5カ月~1年までのお母さんとその子ども

料・申不要

※詳細は、ホームページ(<https://machinaka-care.city.toyama.lg.jp/>)をご覧ください。

医療介護連携室 ☎461-3618

春休みかけっこセミナー

春休みの3日間、屋内の人工芝グラウンドで「走る」ことを中心に基礎体力を養います。最終日には50mのタイムトライアルを行います。

3月27日(月)~29日(水)(全3回)

①9:30~10:30、②11:00~12:00

所 アイザックスポーツドーム(八木山)

①小学1・2年生、②小学3~5年生

講師 市体育協会スポーツ指導員

各45人(応募多数の場合抽選)

料1,500円(3回分)

3月5日(日)までに、市体育協会ホームページ(<https://www.taikyou-toyama.or.jp/>)から申し込んでください。

アイザック スポーツドーム

☎468-0971



市民ミニコンサート

●スペシャルミニコンサート

3月15日(水)12:20~12:50

所 市役所 2階 市民ホール

出演 桐朋アカデミー木管五重奏団

富樫咲菜さん(フルート)、山根優季さん(オーボエ)、岡田佳菜子さん(クラリネット)、坪井祐樹さん(ファゴット)、篠邊千菜さん(ホルン)

曲目 3つの小品(イペール)、となりのトトロメドレー ほか

●Classy'sアコースティック

ジャズコンサート

3月17日(金)12:10~12:40

所 TOYAMAキラリ 2階ロビー(西町)

出演 Classy's

舘美穂さん(ピアノ)、浅見裕子さん(クラリネット)、中村信夫さん(ベース)

曲目 ラビアンローズ、メモリーズオブユー、campanio(オリジナル) ほか
※出演者の事情により、変更・中止する場合があります。

文化国際課 ☎443-2040

春休みB&Gで過ごすワンデー

①3月21日(祝)、②3月29日(水)

10:00~15:00

所 八尾B&G海洋センタープール

(八尾町福島)

・プール(安全教室とあそび)

・昼食づくり(非常食カレーほか)

・工作(手作り扇)

・屋外レクリエーション など

小学1~6年生

各日20人(申込順)

料1,500円(当日支払い)

※施設使用料、昼食代を含みます。

2月26日(日)13:00から、電話または直接、①か②の参加希望日を、八尾B&G海洋センタープールへ。

八尾B&G海洋センタープール

☎455-9000

立山山麓森林セラピー&トレッキング

①森林セラピーかんじきウォーク&温泉

3月4日(日)9:00~13:00

集合場所 らいちようバレー

(旧 Gondra 駅舎:原)

小学生以上(小学生は保護者同伴)

30人(応募多数の場合抽選)

料3,000円(昼食・温泉付き)

申込期限 2月28日(火)(必着)

②かんじきトレッキング

3月11日(日)9:00~13:00

集合場所 立山山麓スキー場(原)

中学生以上

50人(応募多数の場合抽選)

料3,000円(リフト乗車券・昼食付き)

申込期限 3月3日(金)(必着)

【共通項目】

各申込期限までに、往復はがきで、①か②のイベント名、郵便番号、住所、参加者全員の氏名、年齢、電話番号を、①は立山山麓森林セラピー基地推進委員会(〒930-1454 原55)、②は立山山麓トレッキングイベント実行委員会(住所は①と同じ)へ。ホームページ(<https://www.tateyama36.co.jp/>)からも申し込みできます。

大山観光開発株 ☎482-1311

海洋ごみについて考えるパネル展

世界中で深刻な問題になっている海洋ごみについて考えるパネル展を開催します。ミニクイズラリーも行います。

期間 3月1日(水)~14日(火)

所 ファボーレ 2階(婦中町下轡田)

料無料

※クイズラリーの参加にはスマートフォンが必要です。

環境政策課 ☎443-2053

施設行事

科学博物館 (西中野町一丁目)

☎491-2125
 ¥大人530円、高校生以下無料 (出はカップル無料)
 https://www.tsm.toyama.toyama.jp/

※以下の催しで記載のないものは

所科学博物館 ¥入館料のみ 申不要

●3月の星空観察会

望遠鏡や双眼鏡を使って、星を観察します。

☎毎週(出)19:30~20:10、20:20~21:00

所城南公園(科学博物館前)

人各25人(申込順)

¥無料

申事前に、ホームページから申し込んでください。窓口で直接申し込むこともできます。

※雨天曇天時は、解説会のみ行います。

●3月のサイエンスライブ

| 開催日 | 内容 |
|---------------|------------------------|
| 4日(出)・5日(日) | 解説!日本にすむウサギ |
| 11日(出)・12日(日) | 分解!ボンボン時計のしくみ |
| 18日(出)・19日(日) | 意外な関係!? プラネタリウム×微化石 |
| 21日(祝) | 解説!富山のクワガタ |
| 25日(出)・26日(日) | 解説!春の花をさがそう |

時間10:30~、14:00~(各回15分程度)

人各回24人(先着順)

※25日(出)、26日(日)は城南公園で開催するため、定員はありません(雨天中止)。

※内容を変更する場合があります。

●企画展

「ぐるぐる—自然界のかたち—」

自然界に存在するさまざまな渦巻き模様を紹介し、科学の目でその意味を読み解きます。

期間3月4日(出)~5月21日(日)

●研究発表会

「学芸員の研究を聞きにきませんか」

学芸員による研究成果を発表します。

☎3月11日(出)14:30~16:30

図書館本館 (西町)

☎461-3200
 https://www.library.toyama.toyama.jp/

●講演会「水辺に住む戦国武士たち ~婦中の歴史に新発見~」

令和3年に坪野神明社(婦中町速星)で見つかった「棟札」をもとに、室町・戦

国時代の婦中地域周辺で河川交通に関わっていた武士たちを紹介します。

☎3月11日(出)10:30~11:45

所婦中ふれあい館(婦中町砂子田)

講師 松山充宏さん

(射水市新湊博物館主査学芸員)

人20人(申込順)

¥無料

申2月25日(出)~3月8日(休)に、電話または直接、婦中図書館(婦中町砂子田)へ。

☎婦中図書館 465-4493

●セミナー「地図でみる富山の近現代 ~まちはどのように変わったか?~」

富山のまちがいつ頃どのように形作られ現在の姿になったのか、他都市と比較してわかる富山の都市空間の特徴などについて解説します。

☎3月12日(日)14:00~15:00

講師 山根 拓さん(富山大学学術研究部教育学系教授)

人40人(申込順)

¥無料

申2月22日(休)~3月10日(金)に、電話または直接、図書館本館へ。ホームページからも申し込みできます。

●本館まるっと館内ツアー

図書館の見どころや、普段は入れないバックヤードを案内します。

☎3月18日(出)①親子向け10:30~11:30
 ②一般向け13:30~14:45

人①8組程度、②15人

(いずれも申込順)

¥無料

申3月8日(休)~15日(休)に、電話または直接、図書館本館へ。ホームページからも申し込みできます。

ファミリーパーク (古沢)

☎434-1234
 ¥大人500円、中学生以下無料

●春の開園は3月15日(水)です

※3月1日(水)~14日(火)は、春の開園準備のため休園します。

●くれは悠久の森連携事業

「春の呉羽丘陵散策~花と動物、旬の味覚を楽しもう!」

呉羽ハイイツからファミリーパークまで呉羽丘陵を散策し、季節の弁当を楽しみます(呉羽ハイイツ入浴券付き)。

☎4月23日(日)9:30~14:00

集合場所 呉羽ハイイツ(吉作)

人40人(申込順)

※小学生以下は保護者同伴。

¥大人3,000円(入園料別途)

小学生以下2,500円

申2月25日(出)10:00から、電話で、郵便番号、住所、参加者全員の氏名、年齢、電話番号を、ファミリーパークへ。

北代縄文広場 (北代)

☎北代縄文広場 436-3664
 埋蔵文化財センター 465-2146

●北代縄文館 臨時休館

期間3月7日(火)、8日(水)

安田城跡歴史の広場 (婦中町安田)

☎埋蔵文化財センター
 465-2146 FAX465-5032

●発掘速報展2022「発掘!呉羽丘陵」

記念講演会・発掘報告・展示説明会

現在開催中の展示「発掘!呉羽丘陵」(5月14日(日)まで)をより深く楽しむため、講演会などを実施します。

☎3月11日(出)13:30~15:30

所安田城跡資料館

内・講演「富山藩と呉羽山の深い関係」

講師 武内淑子さん

(富山市郷土史研究会代表)

・明神山遺跡発掘報告・展示解説会

講師 野垣好史

(埋蔵文化財センター主査学芸員)

人24人(申込順) ¥無料

申2月27日(月)から、電話かFAXで、氏名、電話番号を、埋蔵文化財センターへ。

児童館

●中央(新富町一丁目) ☎405-6065

☎3月28日(火)10:30~11:30

内世界にひとつだけのカラーサンドをつくろう!

小学生 人12人(申込順)

¥1,000円(材料費)

※3月2日(木)10:00から要申込。

●五福(五福) ☎432-9750

☎3月15日(水)15:00~15:30

内春を飾ろう 小学生以上

●北部(蓮町一丁目) ☎437-4006

☎3月16日(木)15:30~16:00

内紙飛行機あそび

未就学児とその保護者、小学生以上

★市ホームページが新しくなりました。No.(ページ番号)の7桁の数字を入力すると、ページを検索できます。詳細は裏表紙をご覧ください。

富山市の市外局番は(076)です。

同県などからのお知らせ

防衛省・自衛隊採用情報

自衛隊幹部候補生の採用試験を行います。

受験資格

- ・22歳以上26歳未満の方
- ・20歳以上22歳未満で、令和5年3月大学卒業見込みの方

受付期間 3月1日(水)～4月14日(金)

試験日

[1次] 4月22日(土)、23日(日)

※23日は飛行要員のみ。

[2次] 5月26日(金)～6月1日(土)のうち1日

合格発表

[1次] 5月19日(金)

[2次] 受験種目により異なります。

待遇等 入隊後約1年で幹部自衛官に任官

※詳細は、問い合わせてください。

富山自衛隊富山募集案内所 ☎441-8782

●山室(高屋敷) ☎492-1377

🕒 3月20日(月)15:30～16:00

📍 春色デコレーション

👤 小学生以上

●蜷川(下堀) ☎491-2618

🕒 3月13日(月)15:30～16:00

📍 ミニハイパーホッケー

👤 小学生以上

●水橋(水橋辻ケ堂) ☎478-0478

🕒 3月18日(土)11:00～11:30

📍 ストラックアウトに挑戦

👤 未就学児とその保護者、小学生以上

●星井町(星井町二丁目) ☎423-3831

🕒 3月13日(月)10:30～11:15

📍 親子で体操

👤 未就学児とその保護者

👤 15組(申込順)

※3月1日(水)～11日(土)に要申込。

●東部(石金一丁目) ☎421-4212

🕒 3月13日(月)14:45～15:15

📍 テーブルホッケー

👤 小学生

●大沢野(高内) ☎468-3737

🕒 3月6日(月)15:30～16:30

📍 エンジョイスーツ

👤 小学生

👤 15人(先着順)

●大久保(下大久保) ☎467-1043

🕒 3月20日(月)14:45～15:15

📍 宝さがしゲーム

👤 小学生

👤 15人(申込順)

※3月13日(月)～19日(日)に要申込。

●婦中中央(婦中町速星) ☎466-3011

🕒 3月13日(月)15:30～16:30

📍 アイロンビーズづくり

👤 小学生

👤 10人(申込順)

※3月6日(月)～10日(金)に要申込。

●神保(婦中町上吉川) ☎469-4648

🕒 3月10日(金)15:30～16:30

📍 けん玉教室

👤 小学生

●山田(山田中瀬) ☎457-2080

🕒 3月13日(月)15:00～16:00

📍 年度末ピカピカ大そうじ

👤 小学生以上



市社会福祉協議会 からのお知らせ

富山社会福祉協議会(〒939-8640 今泉83-1)
☎422-3400 🌐 <http://www.toyamacity-shakyo.jp/>
FAX491-2433 📧 info@toyama-sfk.jp

市ボランティアセンターに登録しませんか

市ボランティアセンターでは、ボランティア活動に関する相談や活動先の紹介、ボランティアに関する講座を開催しています。

登録すると、ボランティア活動保険や助成金などの活動に役立つ情報を提供します。

●ボランティア活動保険とは

ボランティア活動中の事故によるけがや賠償責任を補償するものです。

補償期間 4月～令和6年3月31日

※年度途中で加入した場合も、補償は3月末までです。

保険料 基本プラン:年間350円

※詳細は、市ボランティアセンターホームページ(<http://www.toyamacity-vc.jp/>)をご覧ください。

富山ボランティアセンター
☎422-2456 FAX422-2684
📧 t.volunteer@toyama-sfk.jp

大沢野高齢者いきがい工房 令和5年度 いきがいづくり教室

ものづくりに関するさまざまな教室を開催します。

| 番号 | 教室名 | 曜日 | 時間 | 定員 |
|----|---------------|-----|-------------|-----|
| 1 | 木工応用コース(午前の部) | (月) | 10:00～12:00 | 8人 |
| 2 | 木工応用コース(午後の部) | (月) | 13:30～15:30 | 8人 |
| 3 | はじめての洋裁(午前の部) | (月) | 10:00～12:00 | 8人 |
| 4 | はじめての洋裁(午後の部) | (月) | 13:30～15:30 | 8人 |
| 5 | 和手芸 布あそび | (火) | 13:30～15:30 | 18人 |
| 6 | 木彫 | (火) | 14:00～16:00 | 8人 |
| 7 | クラフトバンド | (水) | 10:00～12:00 | 12人 |
| 8 | 木工基礎コース(午前の部) | (水) | 10:00～12:00 | 8人 |
| 9 | 木工基礎コース(午後の部) | (水) | 13:30～15:30 | 8人 |
| 10 | スタンドグラス(午前の部) | (金) | 10:00～12:00 | 12人 |
| 11 | スタンドグラス(午後の部) | (金) | 13:30～15:30 | 12人 |

期間 4月～令和6年3月(月2回程度:全25回)

対象 市内在住の60歳以上の方

受講料 年額5,000円(別途材料費が必要)

申込方法 3月14日(水)(必着)までに、はがきがOKで、教室番号、教室名、氏名(ふりがな)、生年月日、郵便番号、住所、電話番号を、大沢野高齢者いきがい工房(〒939-2224 春日109-1)へ。
※受付時間は9:00～16:30(土日祝は除く)。
※応募多数の場合抽選。

※詳細は、ホームページをご覧ください。

富山大沢野高齢者いきがい工房 ☎468-7222
FAX468-7211

シルバー人材センターからのお知らせ

60歳からの自分にエールを！～生きがい見つけて輝こう～

■シルバー人材センターの会員になりませんか

あなたも会員になって、技能や経験を地域で生かしませんか。
月に数日、短時間の仕事から始めることもできます。
また、クラブ・サークル活動も盛んに行われています。

入会要件 ・市内在住のおおむね60歳以上で、健康で働く意欲があり、お仕事説明会に参加された方

入会に必要なもの ・年会費2,500円(4月～翌年3月分)
※1～3月に入会された場合、初年度は1,000円です。
・認め印
・顔写真(縦3cm×横2.5cm)

お仕事説明会(定例) ・口座番号がわかるもの(北陸銀行)
・本所(五福)…毎月第2・4(水)10:00～
・大沢野連絡所(高内)…毎月第1・3(火)10:00～
・婦中連絡所(婦中町羽根)…毎月第1・3(水)10:00～
※例の場合は翌日開催。

利用の流れ

①会員登録

②シルバー人材センターから仕事を案内・提供

③仕事に従事

④シルバー人材センターから報酬を受け取る

■出張お仕事説明会を行います

費用・申込不要

※開始時刻までにお越しください。

- 奥田公民館(奥田新町)
日時 2月27日(月)10:00～11:30
- 市総合社会福祉センター(今泉)
日時 2月28日(火)10:00～11:30
- 大庄地区コミュニティセンター(田畠)
日時 3月2日(木)10:00～11:30
- 八尾コミュニティセンター(八尾町井田)
日時 3月6日(月)10:00～11:30



チエブクロー

当日入会された方には、粗品を進呈します！

■^{せんてい}剪定講習会を開催します

費用無料

日時 3月23日(木)10:00～16:00
24日(金)9:00～16:00[2日間]

場所 宮農サポートセンター(月岡町三丁目) 定員 10人(選考により決定)

対象 ・市内在住の60歳以上で、シルバー人材センターの会員となって剪定業務での就業を目指す方
・庭木の剪定に必要な道具を自分で用意できる方

申込方法 3月7日(火)までに、電話で、シルバー人材センター本所へ。

※受講の可否は3月17日(金)までに書面にて通知します。

★企業での清掃業務、剪定や除草など、屋外での作業に就業して下さる会員を大募集しています！

問い合わせ

シルバー人材センター本所 ☎444-5535

3月の親子教室・健康相談 完全予約制

| 内 容 | 開催日・当日の受付時間・開催場所 | 対 象 | 圏 |
|--|---------------------------------------|-----------------------------|---|
| よい歯づくり講座 | 6(月)9:00~9:30 所中央保健福祉センター | 1~3歳児とその保護者 (保護者のみの参加も可) | 中 |
| | 17(金)13:00~13:30 所北保健福祉センター | | 北 |
| | 24(金)13:00~13:30 所南保健福祉センター | | 南 |
| フッ素塗布 [有料] ※バスタオルを持参してください。 | 6(月)13:00~14:00 所中央保健福祉センター | よい歯づくり講座を受けた 1~3歳児 | 中 |
| | 17(金)14:00~15:00 所北保健福祉センター | | 北 |
| | 24(金)14:00~15:00 所南保健福祉センター | | 南 |
| パパママセミナー ※3月1日(水)8:30から 予約開始(申込順)。 | 18(土)9:00~9:30 所北保健福祉センター | 妊娠5~8カ月 (16~31週)の妊婦とその夫 | 北 |
| 赤ちゃん教室 | 16(木)9:00~9:30 所西保健福祉センター | 4~6カ月児とその保護者 | 西 |
| 乳幼児健康相談 | 個別に対応しています。お住まいの地区の保健福祉センターへ連絡してください。 | | |

- ◎4カ月児・1歳6カ月児(1歳6~8カ月児)・3歳児(3歳7~8カ月児)健康診査は個別に通知します。
- ※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、お住まいの地区ではない保健福祉センターを案内することがあります。
- ◎保健福祉センターは、「子育て世代包括支援センター」の役割を担っています。気軽に相談してください。
- ◎パパママセミナーは、オンライン開催や内容が変更となる場合があります。最新情報を市ホームページ(☎1004530)で確認の上、申し込んでください。

問い合わせ先一覧

| | |
|----------------------|-----------|
| 中…中央保健福祉センター(星井町二丁目) | ☎422-1172 |
| 南…南保健福祉センター(蜷川) | ☎428-1156 |
| 北…北保健福祉センター(岩瀬文化町) | ☎426-0050 |
| 大…大沢野保健福祉センター(高内) | ☎467-5812 |
| 大…大山保健福祉センター(上滝) | ☎483-1727 |
| 八…八尾保健福祉センター(八尾町福島) | ☎455-2474 |
| 西…西保健福祉センター(婦中町羽根) | ☎469-0770 |



診 察 室 か ら

お答えします

市民病院 脳神経外科部長 毛利正直

Q.先日、脳ドックを受けて未破裂脳動脈瘤と診断されましたが、開頭手術をしなければならないのでしょうか。

A.脳動脈瘤の治療方法には、開頭手術以外にも方法があるので専門医のいる医療機関を受診してください。

未破裂脳動脈瘤は破裂すると、くも膜下出血を発症します。脳ドックなどで未破裂脳動脈瘤が発見された場合、患者さんの年齢・健康状態、脳動脈瘤の大きさや発生部位・形状などから、破裂する危険性を考えて治療方法を決定していきます。

手術方法としては、開頭手術と、カテーテルを使用した脳血管内治療がありますが、手術を行わずに経過観察を行った方が良い場合もあります。脳卒中の専門医がいる医療機関を受診し、相談されることをお勧めします。

市民病院事業局経営管理課 ☎422-1112

3月のまちなか健幸カレッジ

場所/まちなか総合ケアセンター(総曲輪四丁目)

◆ふれあい健康講座 ※費用・申込不要。

時間/13:30~14:00

講師/市民病院・まちなか病院の医師、看護師、管理栄養士など

▶中止の可能性があるため、事前に問い合わせてください。

| 開催日 | テーマ |
|-------|---|
| 1(水) | 知っておきたい葉のお話 |
| 2(木) | 糖尿病の種類について |
| 6(月) | 断乳と卒乳ってなあに? ~離乳食とおやつを知ろう~ |
| 7(火) | インフルエンザにかからない! ~うつさないための感染対策~ |
| 8(水) | 日常のスキンケア ~オムツ(失禁パット)まわり~ |
| 9(木) | 今日からできる減塩の食事 |
| 13(月) | 心臓・肺の働きと運動療法 |
| 14(火) | フットケア ~足からの健康~ |
| 15(水) | むくみのケアについて |
| 16(木) | 放射線の検査について |
| 20(月) | オーラルフレイルについて ~体のおとろえは口から始まる~ |
| 22(水) | ママと赤ちゃんのための産後エクササイズ ※参加希望の方は、事前に電話で連絡してください。 |
| 23(木) | 認知症の初期症状 |

※マスクの着用をお願いします。

※来場多数の場合、参加できないことがあります。

市民病院ふれあい健康講座担当 ☎422-1112

◆まちなか保健室 ※費用・申込不要。

●個別相談 毎週(金)13:00~14:00

健康、子育て、介護などに関する相談

●ミニ講座 14:00~15:00

| 開催日 | テーマ |
|-------|---|
| 3(金) | 産後ケア応援室の見学と交流(妊婦の方対象) |
| 10(金) | オモシロ問題で楽しく脳活 講師 富山いきいき脳トレクラブ |
| 17(金) | ノルディックエクササイズを体験しよう 講師 下霜美智子さん(ノルディックエクササイズ指導員) ※運動できる服・靴で、タオルと飲み物を持参してください。 |
| 24(金) | がん体験者のお話と交流&体に優しい食生活 講師 西田恵子さん(プリズムとやま) 橋本悦子さん(栄養士) |

市民病院まちなか総合ケアセンター ☎461-3618

3月の相談日程

～法律・行政などの相談～

| | 日 時 | | 場 所 | 問 い 合 わ せ ・ 申 込 先 | |
|----------------------|------------------------------------|-------------|-------------------------|--|------------------------------------|
| 弁護士法律相談 | 2日・7日・9日 14日・16日・23日 28日・30日 | 13:00～16:10 | 市民相談室(市役所1階) | 予約制(開催日の前日8:30～) ※定員になり次第締め切ります。 ☎443-2045 | |
| | 3日・10日・17日 24日 | 13:30～16:00 | 総合社会福祉センター(今泉) | 予約制(開催日の前日9:30～) ☎422-3414 | |
| | 2日 | 13:30～15:30 | 呉羽会館(呉羽町) | 予約制(2月20日8:30～) ☎436-5171 | |
| | 9日 | | 岩瀬公民館(岩瀬御蔵町) | 予約制(2月20日10:00～) ☎437-9715 | |
| | 16日 | | 水橋西部公民館(水橋辻ヶ堂) | 予約制(3月1日8:30～) ☎478-1131 | |
| | 27日 | | 大沢野健康福祉センター(春日) | 社会福祉協議会大沢野細入支所 予約制(2月20日8:30～) ☎467-1294 | |
| | 7日 | | 大山地域市民センター(上滝) | 社会福祉協議会大山支所 予約制(2月20日8:30～) ☎483-4111 | |
| | 8日 | | 八尾健康福祉総合センター (八尾町福島) | 社会福祉協議会八尾山田支所 予約制(2月20日8:30～) ☎454-2390 | |
| | 3日 | | 13:30～16:30 | 婦中行政サービスセンター (婦中町速星) | 婦中行政サービスセンター市民生活課 予約制 ☎465-2155 |
| | 17日 | | 13:30～15:30 | 男女共同参画推進センター (CIC3階:新富町一丁目) | 予約制(3月1日10:00～) ☎433-1760 |
| 行政相談 | 1日・8日・15日 22日・29日 | 13:00～16:00 | 市民相談室(市役所1階) | ☎443-2045 | |
| | 14日 | | 大沢野生涯学習センター(高内) | 大沢野行政サービスセンター市民生活課 ☎467-5810 | |
| | 22日 | | 大山地域市民センター(上滝) | 大山行政サービスセンター市民生活課 ☎483-1212 | |
| | 15日 | 13:30～15:30 | 八尾行政サービスセンター(八尾町福島) | 八尾行政サービスセンター市民生活課 ☎454-3114 | |
| | 6日 | 13:00～15:00 | 西保健福祉センター(婦中町羽根) | 婦中行政サービスセンター市民生活課 ☎465-2155 | |
| 司法書士登記・法律相談 | 13日 | 13:00～16:00 | 市民相談室(市役所1階) | ☎443-2045 開催日の当日8:30から窓口で受付。 ※定員になり次第締め切ります。 | |
| 土地家屋調査士表示登記相談 | 13日 | | | | |
| 公証相談 | 17日 | | | | |
| 行政書士法務相談(遺言相続・事業手続等) | 6日・27日 | | | | |
| 社会保険労務士総合労働相談 | 15日 | | | | |
| 多重債務相談 | (水)(祝(休)は除く) | | | | 消費生活センター (CIC3階:新富町一丁目) |
| 中小企業経営相談 | (月)(火)(金)(祝(休)は除く) | 10:00～16:45 | 商業労政課(市役所7階) | ☎443-2070 | |
| 創業・経営相談 | (月)(水)(金) | 10:00～17:00 | 新産業支援センター(下野) | 予約制 ☎411-6131 | |

～特別相談～

| | 日 時 | | 場 所 | 問 い 合 わ せ ・ 申 込 先 |
|------------------|----------------------|----------------------------|-------------------------|--|
| 税金無料相談 | 7日 | 10:00～12:00 13:30～16:00 | 富山県税理士会館 (中野新町二丁目) | 北陸税理士会富山支部 予約制(2月27日9:00～) ☎422-4034 ※初めての方優先。 |
| 総合労働相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 10:00～17:00 | 富山県社会保険労務士会 (千歳町一丁目) | 富山県社会保険労務士会 予約制 ☎441-0432 |
| 職場のトラブル無料労働相談会 | 11日 | 10:00～15:00 | 富山県民会館(新総曲輪) | 富山県労働委員会 ☎444-2172 |
| 不動産無料相談 | 3日・17日 | 13:00～16:00 | 全日富山会館 (堤町通り二丁目) | (公社)全日本不動産協会富山県本部 ☎421-1633 |
| | 14日・28日 | | 富山県不動産会館 (元町二丁目) | (公社)富山県宅地建物取引業協会 ☎425-5514 |
| | ※28日は税理士による相談会も行います。 | | | |
| 暴力団に関する困りごと相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 8:30～17:00 | 富山県防災センター(花園町四丁目) | 富山県暴力追放運動推進センター ☎421-8930 |
| 犯罪・事故などの被害に関する相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 10:00～16:00 | 電話相談 | (公社)とやま被害者支援センター ☎413-7830 |
| ①不動産・会社法人の登記相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 13:00～16:00 | 電話相談 | 富山県司法書士会(受付) |
| ②借金・訴訟・成年後見などの相談 | | | | ① ☎445-1576 ② ☎445-1577 |
| ③司法書士無料法律相談 | | | | ③ ☎445-1620 |
| 多重債務・遺言・相続無料法律相談 | (月)(火)(金)(祝(休)は除く) | 13:30～15:30 | ボルファートとやま(奥田新町) | (③のみ予約制※ウェブ予約可能) |
| 交通事故無料法律相談 | (月)(木)(祝(休)は除く) | 13:30～16:00 | 富山県弁護士会館 (長柄町三丁目) | 富山県弁護士会事務局 予約制 ☎421-4811 |
| 家事事件無料法律相談 | (木)(祝(休)は除く) | 13:30～15:30 | | |

～生活・人権・教育などの相談～

| | 日 時 | 場 所 | 問 い 合 わ せ ・ 申 込 先 |
|-----------------------------|--------------------------------|-------------|--|
| 一般相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 8:30～17:15 | 市民相談室(市役所1階) ☎443-2045 |
| 消費生活相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 10:00～17:30 | 消費生活センター (CIC3階:新富町一丁目) ※14日は休みます。 ☎443-2047 ※電話相談のみ9:00から受け付けます。 |
| 心配ごと相談 | (月)(水)(金)(祝(休)は除く) | 13:30～15:30 | 総合社会福祉センター(今泉) ☎422-3414 |
| | 2日 | | 呉羽会館(呉羽町) ☎436-5171 |
| | 9日 | | 岩瀬公民館(岩瀬御蔵町) ☎437-9715 |
| | 16日 | | 水橋西部公民館(水橋辻ヶ堂) ☎478-1131 |
| | 2日・16日 | | 大沢野健康福祉センター(春日) 社会福祉協議会大沢野細入支所☎467-1294 |
| | 10日・24日 | | 大山地域市民センター(上滝) 社会福祉協議会大山支所☎483-4111 |
| | 1日・22日 | | 八尾健康福祉総合センター(八尾町福島) 社会福祉協議会八尾山田支所☎454-2390 |
| | 6日・20日 | | 西保健福祉センター(婦中町羽根) 社会福祉協議会婦中支所☎469-0775 |
| | なやみごと人権相談 | | 10日・24日 |
| 特設人権相談 | 14日 | 13:00～16:00 | 大沢野生涯学習センター(高内) 大沢野行政サービスセンター-市民生活課☎467-5810 |
| | 27日 | | 八尾行政サービスセンター(八尾町福島) 八尾行政サービスセンター-市民生活課☎454-3114 |
| 小・中学生および 乳幼児の子育て相談 | 面談相談 毎日 | 10:00～17:00 | 子育て支援センター (CIC4階:新富町一丁目) ☎444-1110 ※(土)(日)(祝(休)も相談を受け付けます。 ※14日は休みます。 電話相談のみ受け付けます。 ※こどもひろば(10:00～17:00) の利用時間を次のとおり変更 します。 ・2日、10日…13:00～17:00 |
| | 電話相談 毎日 | 24時間 | |
| 幼児ことばの相談 | (月)～(金) | 10:00～16:45 | 子育て支援センター 予約制☎444-1110 |
| | (土)(日) | 10:00～11:45 | |
| ふたご・みつごのつどい | 2日 | 10:30～11:30 | 子育て支援センター 予約制☎444-1110 |
| 子育てセミナー | 10日 | | |
| 離乳食相談 | 17日 | 10:10～11:45 | |
| 健康相談 | 15日 | | |
| すくすく相談 | 7日 | 13:45～15:40 | |
| 小・中学生および 幼児の教育相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 8:30～17:00 | 教育センター(Toyama Sakuraビル6階) ☎431-4434 |
| | 1日・8日・15日・22日 | 9:00～12:00 | MAP豊田(豊若町三丁目) 来所の場合は予約制 |
| | 7日・14日 | | MAP婦中 (婦中ふれあい館内:婦中町砂子田) |
| こどもいじめテレホン相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 8:30～17:00 | 教育センター(Toyama Sakuraビル6階) ☎431-0099 |
| 青少年悩みごと相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 8:30～17:15 | 生活安全交通課(市役所4階) ☎443-2274 |
| 女性臨床心理士による 夫婦・男女に関する悩み相談 | 23日 | 14:00～16:00 | 男女共同参画推進センター (CIC3階:新富町一丁目) ※14日は休みます。 予約制(開催日の3日前まで) ☎433-1760(受付は10:00～) |
| DV(配偶者・パートナー からの暴力)相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) 土曜特別相談:11日 | 10:00～18:15 | ☎433-2210(受付は10:00～17:30) 原則として、来所の場合は予約制 |
| 女性悩みごと相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 8:30～17:15 | こども福祉課(市役所3階) ☎443-2055 |
| ひとり親相談 | | | こども健康課(市役所3階) ☎443-2038 |
| 家庭児童相談員による養育相談 | | | 総合社会福祉センター(今泉) 予約制☎422-3414 |
| 専門職による成年後見相談 | 14日 | 13:30～15:30 | |
| 職業紹介・就労相談 | (月)～(金)(祝(休)は除く) | 8:30～17:15 | 無料職業紹介所「JOB活とやま」 (市役所7階) ☎443-2231 |

～年金の相談(予約制)～ [問い合わせ・申込先]富山年金事務所☎441-3926

| 場 所 | 日 時 | 場 所 | 日 時 |
|--|----------------------|---|---------------------|
| ・富山年金事務所(牛島新町) ・街角の年金相談センター富山 (アピアショッピングセンター2階:稲荷元町) | (月)～(金) (祝(休)は除く) | 8:30～17:15 ※(月)は19:00まで延長。 (月)が(祝(休)であれば翌日。 | 大久保ふれあいセンター 10日 |
| | 11日 | 9:30～16:00 | 八尾コミュニティセンター 1日 |
| | | | 婦中行政サービスセンター 17日 |
| | | | 10:00～15:00 |

～医療・保健関係の相談～

| | 日 時 | 場 所 | 問 い 合 わ せ ・ 申 込 先 | 日 時 |
|---|-----------|----------------|-------------------|---|
| 10代・20代・30代のための 心の相談(精神科医師) | 2日 | 中央保健 福祉センター | 予約制 ☎428-1152 | 実施日について は問い合わせて ください。 9:00～11:00 |
| 精神保健福祉相談 (精神科医師) | 16日 | | | |
| 新型コロナウイルス感染症 こころのケア相談 (公認心理師など) | 8日 22日 | 保健所 保健予防課 | | |
| | | | 遺伝相談(予約制) | (月)～(金)(祝(休)は除く) 8:30～17:15 |
| 不安や悩みの電話相談はハートSOSダイヤル☎428-2033へ。 受付日時:(月)～(金)(祝(休)は除く)8:30～17:15 | | | | 場所・問い合わせ・申込先▶保健所保健予防課☎428-1152 |

見やすく、わかりやすく、探しやすいホームページを目指して 富山市公式ホームページが新しくなりました

広報課 ☎443-2018

2月15日(水)に市ホームページをリニューアルしました。

リニューアルに伴いURLが変わります。 ※ブックマークやリンクの再設定をお願いします。

新規URL

<https://www.city.toyama.lg.jp/>

(旧:<https://www.city.toyama.toyama.jp/>)

▶次の点が新しくなりました ※画像は開発時点のイメージです。

デザインを変更 「立山おおぐ特等席。富山市」を象徴する立山連峰の写真など市の印象を深めるデザインです。



広報とやまに記載のページ番号(No. 7桁の数字)を入力すると詳細ページがご覧いただけます



分野別に情報を見つけやすくしました
ライフイベント(引っ越しや結婚、出産など)別や、対象者(子育て世代や高齢の方、事業者など)別に情報を分けました。



AIチャットボット

AIが問い合わせに24時間自動で応答します。初めはうまく答えられないこともあります。質問をもとに学習し、回答の精度が高まっていきます。



**手続き
コンシェルジュ**

ライフイベントに関わる必要な手続きを、質問形式で案内します。

令和5年度版 ごみ・資源物収集カレンダー を配布します



環境センター管理課 ☎429-5017

みんなで選ぼう！ 「立山おおぐ特等席」

景観政策課 ☎443-2106
E keikan@city.toyama.lg.jp

美しい立山連峰を眺めることができる「立山おおぐ特等席」の追加候補地を募集したところ、約120件の応募がありました。今回は、追加の候補地点となった30カ所の中から市民投票を行い、選考します。

投票方法

2月27日(月)までに、市ホームページ掲載の候補地点から3地点まで選び、投票してください。

※詳細は、市ホームページ(No.1011623)をご覧ください。

次の場所でも投票できます

●市役所1階市民ホール

日時 2月22日(水)、24日(金) 9:00~16:00

●富山駅南北自由通路

日時 2月23日(祝) 10:00~16:00

3月上旬から中旬にかけて、町内会を通じて配布します。

3月以降、次の場所に配置します。

<全地域分>

・市役所1階総合案内

<所管地域分のみ>

- ・各地区センター
- ・各行政サービスセンター
- ・各中核型地区センター

「家庭ごみと資源物の分け方・出し方」について

令和4年に配布した改訂版を使用してください。

※外国語版(英語・中国語・韓国語・ロシア語・ベトナム語・ポルトガル語)もありますので、ぜひ活用してください。

※市ホームページ(No.1010230、No.1010232)からダウンロードすることもできます。

富山市の人口・世帯数(対前月比)【令和5年1月31日現在】 人口…408,612人(-463人) 世帯…183,882世帯(-154世帯)

広報とやまは環境に配慮し、古紙パルプ配合紙と植物油インキを使用しています。

