

広報

とやま

2024
令和6年
No.450

1.5

いただきます！



富山市が特産化を目指す「富山えごま」や、有機栽培された米を使った給食が、12月に市内の小・中学校で提供されました。

桜谷小学校では、栄養教諭が環境に優しい有機農業の仕組みやえごまの育て方を説明。えごまの実と葉は「ダイコンとブロッコリーのえごまサラダ」に調理され、児童はおいしそうに頬張りました。(桜谷小学校:令和5年12月4日撮影)

えごまの効能については、裏表紙で紹介しています。

富山えごまと有機米を使った給食▶



SDGsを知ろう！学ぼう！実践しよう！

SDGsとは…

Sustainable Development Goals

= 持続可能な開発目標の略称です。

「世界中の誰一人取り残さない」をテーマに、2015年の国連サミットで採択された2030年までに達成すべき課題とその具体的な目標を定めたものです。貧困・飢餓、健康・福祉、教育、平和など17分野にわたる目標があります。



達成目標の2030年まであと6年！できることから始めましょう

都市の理想を、富山から。



富山市の取り組み

富山市は、平成30年6月に内閣府からSDGsの達成に向けた優れた取り組みを提案する都市として「SDGs未来都市」に選ばれました。コンパクトなまちづくりを一層深化させ、地域の特性や魅力を高めた「持続可能な付加価値創造都市」の実現を目指しています。

富山市では、SDGsを「知る」「理解する」「実践する」取り組みを進めています。

知る

富山市SDGsサポーターに登録して、SDGsに興味を持とう！

SDGsの推進に向けて、一緒に取り組む富山市SDGsサポーターを募集しています。興味関心がある方は、SDGs未来都市とやまホームページからサポーター登録をお願いします。サポーターには、イベント情報などを案内しています。

理解する

「SDGs推進フォーラム」や「SDGs学習ボードゲーム体験会」に参加して、理解を深めよう！

SDGsの趣旨や目的的理解につながるさまざまなイベントを開催します。

実践する

「SDGsセミナー」や「SDGs体験ワークショップ」に参加して、行動につなげよう！

SDGs達成に向けて私たちができることを実践するため、中小企業向けのSDGsセミナーや、誰でも参加できるSDGs体験ワークショップを開催します。

小・中学生向け SDGs学習ボードゲーム体験会

SDGs学習ボードゲーム「Get The Point」を通して楽しく学びます。

日時 1月28日(日)13:30～15:00

場所 まちなか総合ケアセンター(総曲輪四丁目)

対象 小学3年生～中学3年生

定員 40人(申込順)

費用 無料

申込方法 事前に、ホームページから申し込んでください。

「ひろがる」「もうかる」「役に立つ」 中小企業発展のためのSDGsセミナー

SDGsの視点を取り入れ、中小企業の経営課題を解決する手法を学ぶセミナーです。

日時 1月30日(火)13:30～15:00 **場所** 富山市役所 大会議室

対象 富山広域連携中枢都市圏(富山市、滑川市、舟橋村、上市町、立山町)の企業団体に勤務する方

講師 おおさわなおゆき 大澤直之さん(第一生命保険㈱生涯設計教育部フェロー)

定員 50人(申込順、1社2人まで) **費用** 無料

申込方法 事前に、ホームページから申し込んでください。

富山市SDGs推進フォーラム

元プロ野球選手の^{さいとうゆうき}齋藤佑樹さんと一緒に、スポーツの持つ力によるSDGsの推進について考えます。

日時 2月4日(日)13:00~15:30 **場所** オーバード・ホール／中ホール(牛島町)

定員 500人(申込順) **費用** 無料

申込方法 事前に、下記のホームページから申し込んでください。

メインプログラム

- ・齋藤佑樹さんによるメイントーク
- ・齋藤佑樹さん×藤井裕久市長 クロストーク
- ・SDGs取り組み発表(㈱なかたに印刷、堀川小学校)
- ・パネルディスカッション

サブイベント(11:00~)

- ・パラスポーツ「ボッチャ体験」
(あいおいニッセイ同和損害保険㈱)
- ・健康測定「ベジチェック」(明治安田生命保険相互会社)
- ・SDGs体験ワークショップ
- ・衣服のリユース特設ブース
- ・SDGsパネル展示



齋藤佑樹さん

早稲田実業学校エースとして夏の甲子園に出場し全国制覇。「ハンカチ王子」の愛称で親しまれた。早稲田大学卒業後、北海道日本ハムファイターズに入団し、プロ野球選手として活躍。引退後は、(株)齋藤佑樹を設立し、「野球未来づくり」をビジョンに掲げて多岐に渡り活動している。

SDGs体験ワークショップ

子どもから大人まで楽しめるSDGsサポーターによるワークショップを開催します。

日時 2月4日(日)11:00~13:00

場所 オーバード・ホール／中ホール **費用** 無料

申込方法 事前に、ホームページから申し込んでください。

体験メニュー

- ・中ホールバナーフラッグでエコバッグ等制作体験
(富山国際大学付属高校ユネスコ部)
- ・エコなフラワーポットの花育体験(花・sou)
- ・森のタンブラーお絵描き教室(アサヒユウアス㈱)
- ・バナナペーパーでオリジナルカレンダー・ランタン作り
(㈱なかたに印刷)
- ・SDGsすごろく in 富山市(富山国際大学子ども育成学部)

※申込者は当日、体験したいものを選べます。

※定員に満たない場合は当日受け付けも行います。

中ホールバナーフラッグで
エコバッグ等制作体験▶



森のタンブラーお絵描き教室▶



衣服のリユース特設ブース

不用になった衣服を無料で回収し、クリーニング後にその衣服を必要な方に無料で提供する特設ブースを設置します(㈱ホームドライ富山)。

この機会にサイズが合わなかった子ども服など、ぜひお持ちください。

日時 2月4日(日)11:00~15:30

場所 オーバード・ホール／中ホール

費用 無料

※汚れや破れがある衣服の持ち込みはご遠慮ください。

※無料提供する衣服には限りがあります。

SDGsウィーク期間中は、市内各地で関連イベントを開催します

各イベントの詳細や申し込み、期間中のその他のイベント、SDGsサポーターの登録については、ホームページ(<https://sdgs.city.toyama.lg.jp/>)をご覧ください。



ホームページ

企画調整課 ☎443-2010

産前産後期間の 国民健康保険料が免除されます



国民健康保険課 ☎443-2065

子育て世帯の負担軽減や次世代育成支援のため、令和6年1月から、国民健康保険に加入している方が出産した場合、産前産後期間相当分(4カ月分)にかかる国民健康保険料の所得割額と均等割額を免除します。

対象

国民健康保険被保険者で、出産日が令和5年11月1日以降^(※)の方
(※)妊娠85日(4カ月)以上の出産が対象(死産、流産、早産および人工妊娠中絶の場合も含む)。

免除期間

- ・ 出産予定月の前月から出産予定月の翌々月相当分が減額されます。
※出産後に届け出する場合は、出産月の前月から出産月の翌々月相当分が減額されます。
- ・ 多胎妊娠の場合は出産予定月の3カ月前から6カ月相当分が減額されます。
- ・ 令和5年度は産前産後期間のうち、令和6年1月以降の期間の分だけ保険料が減額されます。
- ・ 保険料の免除が認められた場合、先に払いすぎた保険料を還付します。

届出方法

出産予定日の6カ月前から、郵送または直接、**保険年金課**(〒930-8510 新桜町7-38:市役所1階)へ。
※届け出には、届出書と母子健康手帳(出産後は母子の戸籍抄本でも可)が必要です。
※届出書は保険年金課にあるほか、市ホームページ([No.1014338](#))からもダウンロードできます。

「物流の2024年問題」をご存じですか



商工労働課 ☎443-2070
環境政策課 ☎443-2053

働き方改革関連法の施行により、2024年4月1日以降、トラックドライバーなどの時間外労働の上限が年間960時間となり、必要な対策を講じなければ輸送力が不足し、物流が停滞する懸念があるとされています。トラックドライバーなどの労働環境の改善と生産性向上による物流の持続との両立が喫緊の課題です。できることから始めてみましょう。

消費者の皆さんへ

再配達削減はトラックドライバーなどの負担を軽減するだけでなく、CO₂削減にもつながります。インターネット通販を利用する際などは、ゆとりを持った配達日時を指定するなど、ご理解ご協力をお願いします。

<具体的な取り組み>

- ・ 荷物を確実に受け取れる日時の指定、置き配の活用
- ・ コンビニエンスストアや、職場での荷物の受け取り
- ・ 宅配ボックスの利用 など

荷物を送り出す企業の皆さんへ

トラックドライバーに長時間の荷待ちをさせないよう努めるほか、安全な運転時間が確保できるような発注をお願いします。また、事前通知のない荷物の積み降ろし作業の依頼はやめましょう。

<具体的な取り組み>

- ・ 積載場所を分散し、1カ所あたりの車両台数の減
- ・ パレットを用いることで、荷役作業時間の短縮
- ・ 納品時間の指定の柔軟化 など

農業用物価高騰に対する補助金を交付します

農業水産課 ☎443-2083
農林事務所農業振興課 ☎468-2449

燃料・肥料・飼料の価格が高止まりしています。農業者が次年度の作付けに向けて営農を継続できるよう、肥料などの価格上昇の一部を補助します。昨年と交付単価を変更しています。詳細は市ホームページ([No.1010614](#))をご覧ください。

対象

市内の農業者のうち、来年も農業を継続する方



申請方法

市内農業協同組合に農作物等を出荷されている方

農業協同組合を通して案内がありますので、案内に従って申請手続きを行ってください。

市内農業協同組合に農作物等を出荷していない方

2月29日(休)までに、交付申請書などを、郵送または直接、**農業水産課**(〒930-8510 新桜町7-38:市役所4階)、**農林事務所農業振興課**(〒939-2293 高内365:大沢野会館別館2階)へ。申請書は各申込先にあるほか、市ホームページ([No.1010614](#))からもダウンロードできます。

国民年金

のお知らせ

国民年金課 ☎443-2067

国民年金サービスセンター

大沢野☎467-5811 大山☎483-1214

八尾☎455-2461 婦中☎465-2114

富山年金事務所 ☎441-3926

国民年金は、日本に住む20歳以上60歳未満の全ての人が加入する制度です

老後の生活を保障する「老齢年金」のほか、病気や事故で障害が残ったときの「障害年金」や、家族の働き手が亡くなったときに受け取ることができる「遺族年金」があります。

日本年金機構から、国民年金に加入したことをお知らせします

20歳になってから2週間程度で、「国民年金加入のお知らせ」、「基礎年金番号通知書」、「国民年金保険料納付書」などが届きます。

※2週間程度経っても届かない場合は、問い合わせてください。

※20歳直前で国外に転出される方は、富山年金事務所に連絡してください。

※20歳になったときに、厚生年金に加入している配偶者の扶養になっている方は、配偶者の勤務先で、第3号被保険者の手続きをしてください。

「基礎年金番号通知書」は、大切に保管してください

保険料納付の確認や年金の手続きの際に必要です。なお、厚生年金の被保険者だった方や障害・遺族年金を受給している方(していた方)には送付されません。

退職(失業など)された方や学生の方など、経済的に保険料を納めることが困難な場合は、問い合わせてください

国民年金の被保険者は次の3種類です

第1号被保険者

自営業、学生など



第2号被保険者

65歳未満の
会社員や公務員など



第3号被保険者

第2号被保険者に
扶養されている配偶者



確定申告などで必要な書類となりますので、大切に保管してください

国民年金保険料控除証明書

国民年金保険料は、当年中に納付した全額が「社会保険料控除」の対象となります。

確定申告などで社会保険料控除を受けるには、国民年金保険料を納付したことを証明する「国民年金保険料控除証明書」の添付などが必要です。なお、この控除証明書は、令和5年11月に日本年金機構から被保険者へ送付されています。

※令和5年10月3日以降に国民年金保険料の納付を開始された方には、2月上旬に送付されます。

控除証明書に関する問い合わせ

ねんきん
加入者
ダイヤル

☎0570-003-004

※050から始まる電話の場合は、
☎03-6630-2525へ。

受付時間 (月)~(金) 8:30~19:00

第2(土) 9:30~16:00

※祝(第2(土)を除く)は利用不可。

公的年金等の源泉徴収票

令和5年中に老齢または退職を支給事由とする年金を受給された方には、日本年金機構から「令和5年分公的年金等の源泉徴収票」が1月末までに送付されます。

この源泉徴収票は、令和5年中に支払われた年金額と、年金から差し引かれた所得税額や介護保険料額などをお知らせするものです。

公的年金等にかかる源泉徴収票に関する問い合わせ

日本年金機構
富山年金事務所

☎441-3926

受付時間 (月)~(金) 8:30~17:15 ※祝は除く。

※各共済組合から年金を受給された方は、各共済組合へ。

富山年金事務所への年金相談の際は、事前予約をお願いします
(受付期間:希望日の1カ月前から前日まで)。

※予約の際、基礎年金番号がわかるものを準備してください。

日本年金機構ホームページ
<https://www.nenkin.go.jp/>

国民年金の加入と保険料
の案内はこちら



マイナポータル
からも
受け取れます

マイナポータルからねんきんネットを利用している方は、国民年金保険料控除証明書は令和5年10月から、公的年金等の源泉徴収票は令和6年1月中旬から、電子データでも受け取ることができます。詳細は、ホームページをご覧ください。



ホームページ

お知らせ

臨時納税相談窓口の開設

平日の夜間や休日に納税相談窓口を開設します。電話での相談も可能です。

開設場所 納税課(市役所2階)

【夜間(平日)納税相談窓口】

1月18日(休)、25日(休)、2月8日(休)、15日(休)
19:00まで

【休日納税相談窓口】

2月4日(日)9:00~12:00

※18:00以降や休日にお越しの際は、時間外窓口(庁舎北側地下1階)へ。車でお越しの方は、事前に連絡してください。

納税課 ☎443-2029

夜間上下水道料金支払窓口の開設

上下水道局(牛島本町二丁目)1階の料金課窓口を19:00まで延長して開設します。

1月の開設日▶23日(火)、25日(木)、30日(火)

上下水道局料金課 ☎432-8512

市民芸術創造センター臨時休館

休館日 1月22日(月)

※電話による施設予約業務も休止します。

市民芸術創造センター ☎434-4100

募集

学校助手・用務員・調理員・幼稚園教諭

小・中学校や幼稚園で令和6年度から勤

務する会計年度任用職員を募集します。

職種 学校助手、用務員、調理員、幼稚園教諭(幼稚園教諭免許が必要)

採用数 若干名

選考方法 書類審査と面接(2月上旬~中旬)

申 1月31日(火)までに、電話で、教育総務課へ。

※詳細は、問い合わせください。

教育総務課 ☎443-2130

学校司書

小・中学校の学校図書館に勤務する会計年度任用職員を募集します。

職種(必要な資格・免許)

学校司書(司書資格または司書教諭免許)

採用数 若干名

選考方法 面接(2月上旬~中旬)

勤務時間 平日8:15~16:45のうち実働5時間

※学校により勤務時間帯が異なります。

勤務開始日 4月1日(月)

申 1月26日(金)までに、電話で、学校教育課へ。

※詳細は、問い合わせください。

学校教育課 ☎443-2134

スクールサポーター

小・中学校で、配慮が必要な児童・生徒の支援や担任の補助をする方を募集します。

職種(必要な免許・資格)

会計年度任用職員(教員免許を有する方、または保育士・学童保育などの経験がある方)

採用数 若干名

選考方法 書類審査と面接(2月中旬~下旬)

勤務時間 平日8:30~12:30(要相談)

※6時間勤務となる場合もあります。

勤務開始日 4月4日(休)

申 1月22日(月)までに、電話で、学校教育課へ。

※詳細は、問い合わせください。

学校教育課 ☎443-2135

中堅所得者向け賃貸住宅入居者

●**中教院団地**(中央通り二丁目3番22号)

間取り 1DK(単身用)、3DK(ファミリー用)

家賃 40,000~78,700円 **駐車場** なし

●**今泉団地**(今泉北部町1番地5)

間取り 2DK、2LDK、3DK

家賃 44,000~49,000円 **駐車場** 5,240円

●**上赤江団地**(上赤江一丁目17番3号)

間取り 3DK、3LDK(ファミリー用)

家賃 61,200~77,500円 **駐車場** 2,100円

【共通項目】

敷金 家賃の3カ月分 **共益費** 5,000円

入居決定方法 申込順 **申込受付期間** 常時

申込受付場所 市営住宅管理事務所

(Toyama Sakuraビル2階:新桜町)

※家賃は、間取りや収入などによって異なります。

※中教院団地、上赤江団地については、子育て世帯は減免されます。

※詳細は、市営住宅管理事務所ホームページ(<https://toyama-shiejutaku.net/>)

で確認するか、問い合わせください。

市営住宅管理事務所 ☎471-5291

富山外国語専門学校 令和6年度入学「実務英語科」学生(一般入試A・B)

修業年限 2年(昼間)

出願資格 高校を卒業した方(令和6年3月卒業見込みを含む)、またはこれと同等の学力があると認められる方



1月も毎週土曜日に牛乳を無料配布します

8月に引き続き、牛乳の消費を拡大するため、市内の一般公衆浴場をご利用の方に、市内産の牛乳を配布します。

※200mlの紙パックを1人1本配布、無くなり次第終了。

協力一般公衆浴場(五十音順)

朝日湯(堀川小泉町)	稲荷鉱泉(稲荷元町)	入舟湯(長江本町)	浦の湯(羽根)
荏原鉱泉(向新庄)	奥井鉱泉(奥田本町)	開発鉱泉(月見町)	島倉乃湯(長柄町)
白岩の湯(水橋畠等)	高原鉱泉(高屋敷)	たから湯(北新町)	竹の湯(下新町)
辰尾鉱泉(安養寺)	立山鉱泉(中島)	萩の湯(東岩瀬町)	日方江温泉(針日)
久乃家(水橋辻ヶ堂)	ファミリー人工温泉ひらき(開)	ファミリー銭湯くさじま(草島)	福島湯(八尾町福島)
藤の湯(蛸町)	古宮鉱泉(西中野町)	星の湯(中野新町)	マルトミ鉱泉(呉羽町)
水橋温泉 ごくらくの湯(水橋中村町)	森の湯(西四十物町)		

農業水産課 ☎443-2083

出願期間

一般入試 A ▶ 1月16日(火)~31日(水)
一般入試 B ▶ 2月28日(水)~3月13日(水)
※郵送の場合、期間内必着。

試験日

一般入試 A ▶ 2月7日(水)
一般入試 B ▶ 3月14日(水)
※両日とも9:00~12:00頃(受付8:30~)

試験会場富山外国語専門学校

(市民プラザ内:大手町)

試験内容 ボキャブラリー、英文理解、英語面接、日本語面接、出願書類により総合的に選考

募集要項 本校事務室で配布するほか、電話、FAX、Eメールで請求できます。また、ホームページ(<https://www.tcfl.ac.jp/>)にその内容を掲載しています。

入学検査料 18,000円

入学金 135,300円

(市外在住の方169,200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。

富山外国語専門学校 ☎491-5911

FAX491-1349

✉tcfl@tcfl.ac.jp

講座・講演

心の健康づくり講座

●大人の発達障害の理解と対応

📅 1月31日(水)13:30~15:00

所保健所(蛭川)

対市内に在住かつ勤務している方

講師 麻生光男さん(富山県心の健康センター所長)

人40人(申込順)

料無料

申1月26日(金)までに、電話、FAX、Eメール(件名「1.31心の健康づくり講座」)で、氏名、ふりがな、電話番号を、保健所保健予防課へ。

富山保健所保健予防課 ☎428-1152

FAX428-1150

✉hokenjyoyobo-01@city.toyama.lg.jp

生涯現役・エイジレスに働くための研修会

📅 2月2日(金)10:00~11:30

所保健所(蛭川)

対企業の経営者、健康管理部門担当者、Well-beingに興味・関心がある方など

内・講演「ワーク・ライフ・バランスと健康」

講師 島津明人さん(慶応義塾大学総合政策学部教授)

・企業の取り組み紹介

発表丸文通商(株)

料無料

申1月26日(金)までに、電話かFAXで、住所、氏名、電話番号を、保健所地域健康課へ。市ホームページ([No.1009786](https://www.toyama.or.jp/))からも申し込みできます。

富山保健所地域健康課 ☎428-1153

FAX428-1150

富山市人権フォーラム

●その人らしさとはなにか?

~認知症を脳科学する~

認知症の母と向き合う脳科学者の恩恵(おんごう) 絢子さん(あやこ)さんが、介護者・脳科学者としての経験を交え、人権尊重について話します。

📅 1月26日(金)14:00~(開場13:30~)

所八尾コミュニティセンター(八尾町井田)

料・**申**不要

富山生涯学習課 ☎443-2137

スマート農業・次世代農業推進セミナー

企業の先進事例や「水橋地区」のスマート農業の取り組みを紹介します。

📅 1月30日(火)14:00~16:00

所水橋ふるさと会館 相山ホール(水橋館町)

人50人(応募多数の場合抽選)

料無料

申1月19日(金)までに、市ホームページ([No.1014296](https://www.toyama.or.jp/))から申し込み、またはFAXに「スマート農業セミナー申し込み」と記載し、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、FAX番号を、国営農地再編整備推進室へ。

富山国営農地再編整備推進室 ☎443-2267

FAX443-2185

アルペンガールズ野球教室

📅 2月10日~3月30日(土)17:30~19:00(全6回、3月9日(土)、16日(土)は除く)

所市民球場 屋内練習場(下飯野)

対小学4、5年生の女子

人20人(応募多数の場合抽選)

料¥6,000円(6回分前納)

申1月26日(金)までに、市スポーツ協会ホームページ(<https://www.taikyoutoyama.or.jp/>)から申し込んでください。

富山市民球場 ☎451-0900

くらしの情報あれこれ



悪質なリフォーム事業者にご注意ください!

【相談例】

- ・工事契約書の提示がなく口頭のみで強引に工事され、高額な工事費用を請求された。
- ・工事中に不具合を見つけたと言って不要な工事をされ、追加費用を請求された。
- ・工事費用を支払ったが工事予定日になっても工事が始まらず、事業者と連絡が取れなくなった。

【アドバイス】

- ・突然「無料診断やってます」と訪問してきて、「異常がある」と不安をあおり、その場で契約を勧めてくる業者には注意しましょう。
- ・複数の業者から見積もりをとりましょう。また、交渉時の相手の発言など、こまめに記録しましょう。
- ・国が、「住宅リフォーム事業者団体登録制度」を設けて、優良な事業者を公表しています。ホームページ(<https://www.j-reform.com/reform-dantai/>)をご覧ください。



このマークが目印です

- ・契約書面を受け取った日から原則8日間以内に書面か電子メールなどで通告すれば契約解除(クーリング・オフ)ができます。

【相談受付時間】

(月)~(金)10:00~17:30

(電話相談は9:00~17:30)

※祝日、年末年始およびCIC休館日は除く。

富山消費生活センター ☎443-2047

富山やくぜん認定更新用研修会

認定店のレベルアップを目的とした研修会です。一般の方も参加できます。

開催日 2月8日(日)12:00~14:00

開催場所 越中料理五万石本店(桜町一丁目)

定員 5人(応募多数の場合抽選)

※新規参加者優先。

費用 ¥3,500円(やくぜん料理付き)

申込 1月19日(金)(必着)までに、はがき、FAX、Eメールで、郵便番号、住所、氏名、電話番号を、コンベンション・薬業物産課(〒930-8510 新桜町7-38)へ。

※詳細は、富山やくぜんホームページ(<http://www.yakuzen-toyama.com/>)をご覧ください。

問い合わせ 康ベンション・薬業物産課

☎443-2071 FAX443-2183

☎ convention-yakugyo@city.toyama.lg.jp

催し・イベント

マイクラで景観まちづくり

開催日 2月24日(土)10:00~16:00

開催場所 市総合体育館 研修室(湊入船町)

対象 市内在住か通学している小学4~6年生

定員 25人(応募多数の場合抽選) 費用 無料

申込 2月5日(月)までに、Eメールで、住所、氏名、保護者氏名、電話番号、小学校名、学年、いつもプレイするマイクラフトの機器、熟練度(初級者、中級者、上級者、熟練者)を、景観政策課へ。詳細は、市ホームページ(☎1014131)をご覧ください。

問い合わせ 景観政策課 ☎443-2106

☎ keikan@city.toyama.lg.jp

オーバード・ホール「ピアノ体験」

「ベーゼンドルファー」を舞台上で弾いてみませんか。

開催日 2月10日(土)~12日(日)の50分間

①9:30~ ②10:30~ ③11:30~

④12:30~ ⑤13:30~ ⑥14:30~

⑦15:30~ ※12日(日)は②~⑥のみ。

開催場所 オーバード・ホール 大ホール(牛島町)

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定員 19組(応募多数の場合、当選経験のない方を優先して抽選)

費用 小・中学生無料、高校生以上1,000円

申込 1月16日(火)までに、ホームページ(<https://www.aubade.or.jp/>)の応募フォームから申し込んでください。

※団体での申し込みはできません。

問い合わせ オーバード・ホール管理課

☎445-5620

冬も子どもの村で楽しもう

ファンファンウィンター
●Fun Fun Winter in 子どもの村
親子でかんじきハイクやスノーチューブそり遊びなどを体験します。

開催日 2月17日(土)~18日(日)(1泊2日)

対象 小・中学生とその保護者

定員 20組(応募多数の場合抽選)

費用 大人4,700円、小・中学生3,700円

●親子で雪遊び

開催日 2月23日(祝)10:00~12:30

対象 小・中学生とその保護者 費用 1人700円

定員 15組(応募多数の場合抽選)

【共通項目】

開催場所 野外教育活動センター「子どもの村」(山田赤目谷)

申込 1月5日(金)~19日(金)に、市スポーツ協

会ホームページ(<https://www.taikyoutoyama.or.jp/>)から申し込んでください。

☎子どもの村 ☎457-2311

ステンドグラスを作ってみよう

●富山市美術作家連合会関連企画

親子ワークショップ

開催日 2月4日(日)13:00~14:30~

開催場所 市民プラザ2階ギャラリーD(大手町)

対象 ①キーホルダー モザイク 800円

②オーナメント ダイヤ 1,300円

③オーナメント 月の精 2,000円

対象 小学4年生以上とその保護者

定員 各回5組(応募多数の場合抽選)

申込 1月31日(火)までに、FAXかEメールで、参加者全員の氏名、年齢、連絡先(電話番号かメールアドレス)、希望時間、作りたい作品を、市民文化事業団へ。

※詳細は、ホームページ(<https://www.aubade.or.jp/>)をご覧ください。

問い合わせ 市民文化事業団 ☎445-5610

FAX445-5601

☎ entry@aubade.or.jp

AUBADE HALL Presents プラネライヴ

●アン・サリー Live in プラネタリウム

満天の星や風景映像とともに、音楽をお楽しみください。

開催日 3月22日(金)19:00~(開場18:30~)

開催場所 科学博物館(西中野町一丁目)

出演 アン・サリーさん(ボーカル)、市川和則さん(ギター)

費用 S席4,500円、A席4,000円、ペアシート9,000円(全席指定、未就学児入場不可)

飯山市からのお知らせ

長野県飯山市と「観光交流都市協定」により、観光などの相互交流を推進中♪

レストランかまくら村2024

長野県飯山市の「かまぐらの里」に、今年も20基ほどの「かまぐら」が登場します。かまぐらの中では、白菜やきのこなどの地元産野菜を入れた信州味噌仕立ての名物「のろし鍋」を食べることができます。極上の雪国体験をぜひお楽しみください。

開催日 1月20日(土)~2月29日(日)

開催場所 長野県飯山市信濃平地区「かまぐらの里」

費用 昼:大人5,500円、小学生4,000円、未就学児無料

夜:大人6,000円、小学生4,400円、未就学児無料

※2人以上でウェブ予約の場合の料金です。



詳細はこちら



問い合わせ 信州いいやま観光局

☎0269-62-3133

(平日 8:30~17:15)

市ホームページのページ番号検索で番号入力すると、詳細情報をご覧いただけます。

申アスネット会員先行は1月27日(出)のみ、一般発売は2月4日(日)から、アスネットオンライン(<https://www.aubade.or.jp/>)か、アスネットカウンター(オーバード・ホール大ホール1階)でチケットを申し込んでください。

岡市民文化事業団 ☎445-5610
岡アスネットカウンター ☎445-5511
営業時間 10:00~18:00
定休日 (月)(祝の場合は翌平日)

プールでカヌー・サップ体験会

開 1月28日(日)、2月11日(祝)
①10:00~、②11:00~

所 八尾B&G海洋センタープール
(八尾町福島)

人 各10組(申込順)

料 1組700円

申 事前に、電話または直接、八尾B&G海洋センターへ。

※小学3年生以下は保護者同伴。

岡八尾B&G海洋センター ☎455-9000

施設行事

ガラス美術館 (西町)

岡 ☎461-3100

※常設展 一般・大学生200円、高校生以下無料

※企画展は展覧会ごとに観覧料が異なります。

HP <https://toyama-glass-art-museum.jp/>

●ギャラリートーク

コレクション展「かさねのガラス」

学芸員が展覧会の見どころを分かりやすく紹介します。

開 2月10日(土)、25日(日)14:00~

※・申不要

※展示室への入場は観覧券が必要です。

●ワークショップ

TOYAMAキラリの外観をイメージしたオリジナル和菓子を作ります。



開 2月3日(出)
10:00~、11:00~

所 TOYAMA キラリ 2階

Cafe小馬キラリ店(西町)

対 小学5年生以上(小学生は保護者同伴)

講師 黒崎のぞみさん(菓子匠平安堂)

人 各10組(応募多数の場合抽選)

料 2,000円(1ドリンク付き)

申 1月9日(火)~26日(金)に、ホームページから申し込んでください。

ファミリーパーク(古沢)

岡 ☎434-1234

料 大人500円、中学生以下無料

●講演会「絶滅危惧種ヨウムの将来を考える」

開 2月11日(祝)13:00~15:00

所 きりん食堂ホール

講師 牛田一成さん(中部大学教授)、森大輔(ファミリーパーク職員)

演題 ウガンダ共和国におけるヨウムの保全について

人 40人(申込順)

料 入園料のみ

申 1月12日(金)から、電話で、ファミリーパークへ。

●パネル展「動物たちの越冬術」

期間 1月5日(金)~2月29日(休)

所 自然体験センター

料 無料

婦中ふれあい館(婦中町砂子田)

岡 ☎465-3113

●サロンコンサート[Vol. 7]

開 1月21日(日)14:00~ ※・申不要

出演 清泉コーラス、コーラスココナッツ、合唱団そらまめ

曲目 いっしょけんめい、このみち ほか

富山ガラス工房第2工房(西金屋)

岡 ☎436-3322

HP <https://toyama-garasukobo.jp/>

●ガラスのひな人形制作体験

1回の体験で、おひな・めひなの2体を作れます(黒台、屏風、ぼんぼりは別売り)。

期間 1月5日(金)~3月3日(日)

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

料 5,500円

●ぐいのみ制作体験

通常より小さいサイズのぐいのみを制作できます。富山の新酒をプレゼントします。

期間 1月5日(金)~3月31日(日)

対 20歳以上の方 料 4,400円

[共通項目]

時間 9:00~12:00、13:00~16:00

申 事前に、電話または直接、富山ガラス工房第2工房へ。

※コシノアオ・コシノヒスイの特別色と金箔または銀箔をワンポイントで使用できます。

※作品のお渡しは一週間後以降です。



ひな人形



ぐいのみ

新春企画 AMAZING TOYAMAカレンダーをプレゼント

岡 広報課 ☎443-2018

富山市の魅力を発信・発見する「AMAZING TOYAMA」プロジェクトの一環で作成した、市民の皆さんが撮った素敵な写真の卓上カレンダーを抽選で20人にプレゼントします。

日めくり・万年カレンダー式なので、いつまでも素晴らしい(AMAZINGな)富山を楽しめます。

申込方法 1月17日(火)までに、富山市LINE公式アカウントメニューの「申請」から申し込んでください。

※カレンダーの申し込みにはLINE登録が必要です。



富山市LINE公式アカウントとは…

市では、身近なコミュニケーションアプリ「LINE」を活用し、情報配信や予約、申請などの機能・サービスを提供しています。日常生活だけでなく、緊急時にも役に立つ情報を配信しているため、ぜひ登録してください。

機能の詳細は、市ホームページ(No.1013250)をご覧ください。

友だち登録はこちら▶



図書館本館 (西町)

☎461-3200

🌐 <https://www.library.toyama.toyama.jp/>

●書体設計士・鳥海修さん講演会

「フォントのはなし『本と明朝体』」

フォントとはなにか、どのように作られるのかなど、文字の成り立ちも交えて話します。

📅 1月21日(日)14:00~15:30

📍 TOYAMAキラリ 2階ロビー (西町)

👤 講師 鳥海 修さん (有字工房)

👤 100人程度 (先着順) 料・申不要

●まちづくりセミナー2024

“まち”の今とこれからを学ぶ連続セミナーです (1回のみ参加も可)。

①新しい豊かさの世界へ ~倫理、ローカル、
ヒューマニティに基づくラグジュアリー~

📅 1月27日(日)13:30~15:30

👤 講師 中野香織さん (服飾史家、著作家)

②日常をつくる ~土木の仕事と空間デザイン~

📅 2月17日(土)13:30~15:30

👤 講師 柴田 久さん (福岡大学工学部社会
デザイン工学科教授)

③小さな空間から都市をプランニングする

📅 3月23日(土)13:30~15:30

👤 講師 武田重昭さん (大阪公立大学大学院
農学研究科准教授)

【共通項目】

📍 TOYAMAキラリ 2階ロビー

👤 100人程度 (先着順) 料・申不要

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

●ミニ企画展「新奇贈品展 富崎丘陵の縄文時代」

婦中町富崎丘陵で採集された、縄文時代の土器や石器を展示します。

📅 期間 1月23日(火)~7月21日(日)

※(月)(祝休を除く)、(祝休)の翌日(土)(日)(祝休を除く)は休館。

📍 北代縄文館展示室 料無料



📍 公営競技事務所 ☎438-3400

🌐 <https://www.toyama-keirin.com/>

川崎記念 (GⅢ) 場外... 1月18日(木)~21日(日)

大垣 (FⅡ) 場外... 1月18日(木)~20日(土)

名古屋 (FⅠ) 場外... 1月21日(日)~23日(火)

いわき平記念 (GⅢ) 場外... 1月25日(木)~28日(日)

岐阜 (FⅠ) 場外... 1月25日(木)~27日(土)

久留米ナイター (FⅠ) 場外... 1月26日(金)~28日(日)

静岡記念 (GⅢ) 場外... 2月1日(木)~4日(日)

小松島 (FⅠ) 場外... 2月1日(木)~3日(土)

いわき平ナイター (FⅠ) 場外... 2月2日(金)~4日(日)

岸和田 (FⅠ) 場外... 2月5日(月)~7日(水)

宇都宮 (FⅠ) 場外... 2月5日(月)~7日(水)

豊橋ナイター (FⅠ) 場外... 2月5日(月)~7日(水)

全日本選抜岐阜 (GⅠ) 場外... 2月9日(金)~12日(日)

松戸ナイター (FⅡ) 場外... 2月10日(土)~12日(日)



3R(スリーアール)に
取り組みましょう!

「Reuse(リユース)」とは、物を
繰り返し使うことです。

リサイクルショップを活用する
こともリユースだよ。

📍 環境センター管理課 ☎429-5017

献血にご協力を



若い世代の積極的な参加をお願いします

少子化により献血ができる世代が減少している一方で、高齢化に伴い血液の需要は増加しています。輸血のための血液や血液製剤を安定的に確保するため、若い世代を中心とした幅広い世代の協力が必要です。

「はたちの献血」キャンペーン

~その一歩が、だれかの一生になる。はたちの献血~

📅 期間 1月1日(祝)~2月29日(日)

社会への第一歩を踏み出す機会に、ちょっと勇気を出して献血にチャレンジしてみませんか。

成分献血、400ml献血を推進しています

安全な血液をより多く確保するために、400ml献血、成分献血を推進しています。成分献血は、血液中の特定の成分だけを採血し、回復に時間のかかる赤血球を体内に戻すため、体への負担が少なく済みます。

献血受付会場

・マリエ献血ルーム (マリエとやま 6階: 桜町一丁目)

・献血バス (市内外のショッピングセンターなど)

※詳細は、富山県赤十字血液センターホームページをご覧ください。

📍 富山県赤十字血液センター ☎428-1155

📍 富山県赤十字血液センター ☎451-5555

🌐 <https://www.bs.jrc.or.jp/tkhr/toyama/>

予防接種後も献血できるの?

新型コロナウイルスワクチン、インフルエンザワクチン接種後も一定期間を過ぎれば献血が可能です。

新型コロナウイルスワクチン

・ファイザー社、モデルナ社 (オミクロン株対応含む) ... 48時間経過後

・アストラゼネカ社 ... 6週間経過後
インフルエンザワクチン ... 24時間経過後

献血って何歳からできるの?

・200ml献血 ... 男女とも16歳~69歳

・400ml献血 ... 男性17歳~69歳

女性18歳~69歳

・血漿成分献血 ... 男女とも18歳~69歳

・血小板成分献血 ... 男性18歳~69歳

女性18歳~54歳



パートタイマー・秋子

夫が失業し、スーパー「フレッシュかねだ」でパートを始めた、セレブな主婦・秋子。しかし、そこは想像を超えたディストピアだった……

3月13日(水) 18:30開演(18:00開場)
オーバード・ホール 中ホール(牛島町)

出演 さわくちやすこ なませ かつひさ かめ だよしあき
沢口靖子、生瀬勝久、亀田佳明 ほか
作・演出 ながい あい
永井愛

チケット [全席指定]
S席:6,000円 A席:4,500円 U-25:3,000円

アスネット会員先行発売日 / 1月13日(土)のみ
一般発売日 / 1月21日(日)～

※未就学児童の入場はご遠慮ください。
※U-25:鑑賞時25歳以下対象(入場時に身分証が必要)。当日の空席から席を用意します。
※車椅子席はアスネットカウンターのみにて取り扱います。電話もしくは窓口でお申込みください。

プレイガイド
■アスネットカウンター(オーバード・ホール 大ホール1階)
☎ 445-5511
営業時間/10:00～18:00 定休日/月曜(祝日の場合は翌平日)
■アスネットオンライン <https://www.aubade.or.jp/> ほか

問 市民文化事業団 ☎ 445-5610



見ちゃいましたけど、
いけないんじゃないですか？

3月10日(日)

14:00開演(13:30開場)

オーバード・ホール 中ホール(牛島町)

チケット(全席指定)

一般:4,000円 U-25:1,000円

※未就学児入場不可。
※U-25:鑑賞時25歳以下対象(入場時に身分証が必要)。当日の空席よりお席を用意します。
※車椅子席はアスネットカウンターのみにて取り扱います。電話もしくは窓口でお申込みください。

プレイガイド

- アスネットカウンター ☎ 445-5511
営業時間 / 10:00～18:00
定休日 / 月曜(祝日の場合は翌平日)
- アスネットオンライン
<https://www.aubade.or.jp/> ほか

問 市民文化事業団 ☎ 445-5610

オーバード・ホール 中ホール 開館記念



弧の会 KO NO KAI

日本舞踊家集団

身体で弧を描き、
舞い踊る!



「伝承・普及・創造」をコンセプトに
流派を超えて集結した表現者たちのパフォーマンスが、
オーバード・ホール 中ホールを未来へ繋ぐ!

ニッポンのパーカッションを
鳴り響かせる!

邦楽囃子方集団

若獅子会 WAKAZISHIKAI



フレイル予防体操「シニア・ライフ・フィーバー」で いつまでも元気なシニアライフを！

岡長寿福祉課 ☎443-2061

フレイル予防に取り組もう

歩くことや身の周りのことなどの生活動作が行いにくくなったり、疲れやすくなったりするなど、心身の機能が低下することを「フレイル（虚弱）」といいます。

フレイルになると要介護状態になる可能性が高くなるため、フレイルに早めに気づいて進行を防ぎ、活力に満ちた日々を送りましょう。

イラスト出典：厚生労働省（加工して作成）▶



フレイルを予防するため、日頃の生活を見直してみましょう

栄養 (食生活・口腔機能)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1日3回しっかり食事をして、いろいろな食品を食べましょう ・ かみごたえのある食品を食べて、口の筋肉を鍛えましょう
社会参加	<ul style="list-style-type: none"> ・ 人とのつながりを大切にして交流の機会を増やしましょう ・ 趣味活動などを通して、活動の幅を広げましょう
運動	<ul style="list-style-type: none"> ・ 足踏みやストレッチ、スクワットなど無理のない範囲で体を動かしましょう ・ 家事を積極的に行うなど、毎日の暮らしの中で体を動かすことを意識しましょう

フレイル予防体操にチャレンジ！

健康運動指導士の古川公成さん監修のもと、自宅や通いの場で気軽に実施できる**フレイル予防体操「シニア・ライフ・フィーバー」**を制作しました。運動機能・口腔機能・認知機能など、フレイル予防に効果的な動作を盛り込んでいます。椅子に座ったままでも実践できます。

体操の動画はYouTubeで公開しており、市ホームページ(☎1014075)からもご覧いただけます。また、老人クラブなどへDVDを貸し出しています。詳細は、**長寿福祉課**へ問い合わせてください。



レッスン編(約40分)

体操の動作を健康運動指導士が分かりやすく解説しています。



動画は
こちらから

皆でフィーバー編(約4分)

市民の皆さんと一緒に、音楽に合わせて楽しく体操を実践しています。



動画は
こちらから



はーとふる エッセイ

富山市長 藤井裕久

No.32 「北の大地～北海道への憧れ」

市内中心部のビルの谷間から雄々しい立山連峰を望むことができる10月末の晴れた日、一番町の交差点にさしかかると立体駐車場への入庫待ちの長い車列があった。デパートの恒例イベント、「秋の大北海道展」が開催中だとのことである。

北海道の食の魅力は何と云っても、ウニ・イクラなどの海産物、アスパラガス・トウモロコシなどの野菜類、メロンやスイカなどの果物であるが、最近では「ゆめぴりか」や「ななつぼし」などに代表される道産米も人気がある。また、ひとたび街に出れば、ラーメンや寿司、海鮮丼、ジンギスカンなどのご当地グルメが軒を連ね、胃袋が休まる暇がない。あくまでも個人的な嗜好だが、締めラーメンはすすきにある塩生姜ラーメンがお薦めだ。

さらに、農水産物の加工品のお土産も実に多彩で、空港などの売店では、気を付けないと大きなお土産袋を抱えて帰路に就くか、もしくは段ボール箱での地方発送を余儀なくされることもある。北海道には実に豊富な食の魅力があり、舌が肥えている富山県民でさえ「北海道の味」に魅了されている方が実に多いのである。

また、北海道には世界自然遺産の知床に代表される大自然に加え、登別・洞爺湖などの温泉地、函館や小樽運河など観光スポットには事欠かない。かつて訪れたニセコのスキー場では最高のパウ

ダースノーが楽しめ、夏にはゴルフやツーリング、キャンプ、河川や湖などでのアクティビティも楽しめる。まさに北の大地は魅力満載である。

さて、北海道と富山の繋がりは歴史的にみても大変意義深いものがある。岩瀬の国指定重要文化財「森家」や国の登録有形文化財「馬場家」に代表される北前船廻船問屋が、江戸時代中期から明治30年代頃に、日本海経由で大阪から北海道まで商品を売買しながら航海していた。東岩瀬からは主に米が積まれ、北海道からは肥料用のニシンや昆布が運び込まれており、富山県が日本有数の昆布の消費地となった所以である。

また、記録のある明治15年から昭和10年にかけて、約4万8千戸・25万人が富山県から北海道へ移住した。中でも、十勝地方北部に位置する河東郡上士幌町の開拓の祖は、現富山市婦中町速星(明治40年当時の富山県婦負郡速星村)出身の安村治高丸であったことを、東京から上士幌町へ移住した友人から聴かされた。一度ご当地を訪れたいという想いは募るばかりだが、残念ながらまだ果たせていない。

静寂が広がる秋の夜長である。今宵は、安村治高丸が壮大な夢と熱い情熱をもって開拓にあたった「北の大地」に思いを馳せながら、わが青春の歌「大空と大地の中で」を肴に北海道産ウイスキーを美味しくいただくのである。



北海道上士幌町のバルーンフェスティバル
(提供: 上士幌町)

今月の 広報クイズ

フレイル予防体操「シニア・ライフ・〇〇〇〇〇」で、いつまでも元気に過ごしましょう。

〇に入る文字は？ 答「〇〇〇〇〇」

富山市公式LINEかはがきで回答してください(1人1通)。

LINEの場合

右の二次元コードから友だち追加をして、メニューから回答。

かはがきの場合

答と郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号と「広報クイズ」と書いて、広報課(〒930-8510 新桜町7-38)へ。

締切日▶1月17日(必着) 賞品▶500円分の図書カード

当選発表▶賞品の発送で代えさせていただきます(抽選で5人)。



前月の答え 水道管

前月の応募総数 357件(正解数353件)



とやま情報局

今月の
放送日 1月28日(日)11:45～

放送局 KNB北日本放送(1ch)

テーマ 「こどもまんなかを広げよう」

子どもたちが健やかで幸せに成長できるよう「こどもまんなか応援サポーター」宣言をした市の取り組みや、楽しい子育てを実践している家庭、企業の取り組みなどを紹介します。

HP市ホームページ(No.1002571)



1. 子どもたちからのメッセージ from 子ども未来会議

石本沙織さんと藤井裕久市長が対談します



いしもとさおり
石本沙織さん

(元フジテレビアナウンサー、
富山市出身)



藤井裕久市長

2. パネルディスカッション

「どうやって多様な学びを作るのか。」(予定)

- テーマ1** 今求められている多様な学びの場
- テーマ2** 未来の変化に対応する子どもたちのために今できることは？
- コーディネーター兼パネリスト** みやたもとむ 宮田 求さん (北日本新聞編集委員)
- パネリスト**
 - くにかまきこ 國香真紀子さん(市小学校長会 会長)
 - いずるぎみずよ 石動瑞代さん(市教育委員)
 - ふくだたかつく 福田敬嗣さん(柳町小学校元PTA会長、市P連運営委員)

2月3日(土)

時間 14:00~16:00
(受付開始13:30~)

場所 オーバード・ホール
中ホール(牛島町)

岡市PTA連絡協議会事務局
☎411-7901

主催 市PTA連絡協議会
共催 市教育委員会

(学校再編推進課 ☎443-2241)

どなたでも
参加できます

参加無料

事前登録締切

1月27日(土)

※当日参加可。

申し込みは
こちらから！



元気の味方 富山えごま！

富山えごま

岡環境政策課 ☎443-2053

葉も実も油も食べられる！
えごまの効能って？

えごまは、シソ科の植物で、栄養価の高さから「畑の魚」とも呼ばれ、健康食材として注目されています。富山市は地域ブランド「富山えごま」の特産化を目指しています。



葉

- ・抗酸化作用
- ・コラーゲン合成効果
- ・消臭効果 など



実

- ・抗炎症効果
- ・抗がん効果
- ・認知症の軽減効果 など



油

- ・抗アレルギー効果
- ・生活習慣病の改善効果
- ・抗うつ効果 など

富山えごまをもっと知りたい方はコチラ！



参加者
募集

えごまでヘルシークッキング

～えごま油を使ったあったかごちそうサラダ～

体に優しいえごま油や規格外のえごまの葉を使って冬野菜たっぷりのごちそうサラダとえごまのおにぎりを作ります。みそ汁や小鉢、サラダに「かけるだけレシピ」も紹介。数種類の「えごま油」を試せます。

日時 2月9日(金)10:00~13:00

場所 日本海ガスショールーム プレゴ (黒崎)

講師 ささくらふみこ 佐々倉文子さん

(カフェ「隠れやcaféふう」店主、えごまソムリエ)

定員 12人(応募多数の場合抽選)

費用 1,500円

申込方法 1月24日(木)までに、申し込みフォームから申し込んでください。



献立

- えごま葉っぱ漬けチキンの塩釜焼
- あったかごちそうサラダ
- えごまのおにぎり

申し込み
フォーム▶

