

親子教室・健康相談

年間の日程や内容は市ホームページ(各事業のNo.)をご覧ください。

申込期間内に、富山市LINE公式アカウントの「予約」メニューから予約してください。



友だち追加

●よい歯づくり講座(No.1010429) ※申込順。

対 1～3歳児とその保護者(保護者のみの参加も可)

開催日	受付時間	会場	問	申込期間
2(月)	9:00～9:30	中央保健福祉センター	中	開催日の6カ月前～5日前
20(金)	13:00～13:30	北保健福祉センター	北	
27(金)	13:00～13:30	南保健福祉センター	南	

●フッ素塗布【有料】(No.1010429) ※申込順。

対 よい歯づくり講座を受けた1～3歳児

開催日	受付時間	会場	問	申込期間
2(月)	13:00～14:00	中央保健福祉センター	中	開催日の6カ月前～5日前
20(金)	14:00～15:00	北保健福祉センター	北	
27(金)	14:00～15:00	南保健福祉センター	南	

●パパママセミナー(No.1004519) ※応募多数の場合抽選。

対 妊娠5～8カ月(16～31週)の妊婦とその夫

開催日	受付時間	会場	問	申込期間
21(土)	9:00～9:30	北保健福祉センター	北	9月1日(日)～3日(火)
29(日)	9:15～9:30	オンライン(実習なし)	こ	

●赤ちゃん教室(No.1004518) ※申込順。

対 4～6カ月児とその保護者

開催日	受付時間	会場	問	申込期間
26(木)	9:00～9:30	南保健福祉センター	南	8月20日(火)～開催日の5日前まで

●乳幼児健康相談(No.1004534)

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・3歳児(6～8カ月児)健康診査は個別に通知します(お住まいの地区以外の保健福祉センターを案内することがあります)。

子育て支援センター(CiC 4階・新富町一丁目)

問 ☎444-1110

●子育てセミナー

対 9月12日(木)10:30～11:30

対 親子で楽しむコンサート～うたとピアノの音色で秋を感じよう～

対 未就学児とその保護者 対 25組(申込順) 対 無料

対 8月27日(火)10:30～9月11日(水)16:30に、富山市LINE公式アカウントの「予約」メニューから予約してください。

●ふたご・みつごのつどい

対 9月5日(木)10:00～11:30 対 無料・申込不要

対 未就学のふたご・みつごとその家族(妊娠中の方を含む)

産後のママを応援します

まちなか総合ケアセンター(総曲輪四丁目)

●子育て教室(要事前申込)

対 9月の毎週(火)①10:00～12:00、②13:30～15:30

※3日、17日は①のみ。

対 ふれあい遊び、子育て相談

対 おおむね産後4カ月までの母子

対 無料



子育て教室

問産後ケア応援室 ☎461-3541

●子育て交流広場「まものわ」

対 9月の毎週(金)10:00～11:30

対 産後5カ月～1年の母子

対 無料・申込不要



まものわ

問まちなか総合ケアセンター ☎461-3618

児童館(市内13カ所)

中央、五福、北部、山室、蛭川、水橋、星井町、東部、大沢野、大久保、婦中中央、神保、山田

幼児向けの親子サークルや、小中学生対象の行事や活動を行っています。

各館のイベント情報はこちら▶



問こども支援課 ☎443-2204

●児童館親子サークル(後期)参加者募集

10月～令和7年3月に開催します。

	会場	開催日時	回数	対象	定員	申込受付時間
①	中央児童館(新富町一丁目)	第1(火)10:30～11:30	6回	0歳児	令和6年15組	10:00～17:00
		第2・4(火)10:30～11:30	12回	1歳以上	10月1日現在15組	
②	東部児童館(石金一丁目)	(木)10:30～11:00	12回	1歳以上	令和6年20組	9:30～17:00
③	星井町児童館(星井町二丁目)	(金)10:30～11:15	18回	1歳以上	4月1日現在20組	9:30～17:00

対 9月6日(金)～9日(月)に、①は直接、②③は電話または直接、各児童館へ(応募多数の場合9月11日(火)に抽選)。

問中央児童館 ☎405-6065 問東部児童館 ☎421-4212 問星井町児童館 ☎423-3831

9月の

集団がん検診

岡保健所地域健康課 ☎428-1153

受診期間:12月27日(金)まで

検診の対象者には、5月に受診券を送付しました

集団検診を受診する方は、事前に、インターネット・電話で予約し、受診券を持って会場へお越しください。

受診券が届いていない場合や、健康保険の変更などで対象となった場合は保健所地域健康課へ問い合わせてください。

- ・着脱しやすい服装でお越しください。
- ・子宮・乳がん検診の検査着(スカート・ケープ)は、貸し出ししません。各自で代わりのものをお持ちください。

対象者

富山市国民健康保険の被保険者や健康保険加入者の被扶養者などで、次の要件を満たす方

- ・胃がん・肺がん検診…40歳以上の方
- ・子宮がん検診…20歳以上の女性
- ・乳がん検診…40歳以上の女性

子宮・乳がん検診 [完全予約制]

開催日	受付時間	会場	問
4(水)	13:00~14:00	保内公民館	八
5(木)	13:00~14:00	職業訓練センター	中
9(月)	13:00~14:00	市保健所 	南
19(木)	13:00~14:00	八幡地区センター	北
20(金)	13:00~14:00	細入公民館	大沢
24(火)	13:00~14:00	アピアショッピングセンター	中
26(木)	13:00~14:00	2000年体育館	南
28(土)	8:30~9:30	西保健福祉センター	西
29(日)	8:30~9:30	北保健福祉センター 	北

胃・肺がん検診 [完全予約制]

岡大沢野・大山・八尾・山田・細入地域に居住する方のみ。

開催日	受付時間	会場	問
4(水)	8:30~10:00	大久保ふれあいセンター	大沢
10(火)	8:30~10:00	福沢公民館	大沢
19(木)	8:30~10:00	大沢野会館	大沢
24(火)	8:30~10:00	八尾行政サービスセンター	八

※胃がん検診後はお渡しする下剤を多くの水かお茶で服用し、バリウム便(白い便)が排出されたか確認してください。

 ◀このマークのある会場では、検診時(主に検診車に乗車する間)の託児サービスが無料で受けられます。

※おおむね3歳未満の乳幼児を連れて検診を受ける方

※各検診日の5日前までに、電話で、担当保健福祉センターへ。

※サービス内容の詳細は、申込先へ問い合わせてください。

難病療養講演会

岡10月1日(火)15:00~17:00 所市保健所(蛸川)

テーマ①難病患者の就労 ②もしもの災害に備えて

講師①竹 邦子^{なけくこ}さん(富山県難病相談・支援センター)

②市防災危機管理課職員

※難病で在宅療養中の方、ご家族など ¥無料

※9月25日(水)までに、電話、FAXで、氏名(ふりがな)、電話番号を、保健所地域健康課へ。

岡保健所地域健康課 ☎428-1153 FAX428-1150

市民病院セミナー

ここまで進んだ最新の肺がん治療

岡9月7日(出)14:00~16:00

所TOYAMAキラリ2階ロビー(西町)

講師呼吸器内科部長、放射線治療科部長、呼吸器外科部長、病理診断科部長、がん看護専門看護師

※100人(当日先着順)

※・申不要

岡病院事業局経営管理課 ☎422-1112



9月の街頭献血

●ファボーレ(婦中町下轡田) 岡1日、15日、22日、29日の(日)10:00~12:00、13:15~16:30

●アピタ富山東店(上富居三丁目) 岡29日(日)9:30~12:00、13:15~16:00

岡保健所地域健康課 ☎428-1155 岡富山県赤十字血液センター ☎451-5555

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	大沢野保健福祉センター(高内)	☎467-5812
南…南保健福祉センター(蛸川)	☎428-1156	大山保健福祉センター(上滝)	☎483-1727
北…北保健福祉センター(岩瀬文化町)	☎426-0050	八尾保健福祉センター	
西…西保健福祉センター(婦中町羽根)	☎469-0770	(八尾行政サービスセンター内: 八尾町福島)	☎455-2474
こ…こども健康課	☎443-2248		

まちなか^{けんこう}健幸カレッジ

ふれあい健康講座

時間 13:30～14:00 費・申 不要

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

●まちなか病院(鹿島町二丁目)

開催日	テーマ
9(月)	アルツハイマー型認知症について
30(月)	肺がんについて

●まちなか総合ケアセンター(総曲輪四丁目)

開催日	テーマ
3(火)	現在流行している感染症対策について
4(火)	脳卒中を予防する食事
5(木)	糖尿病予防のための生活のコツ
10(火)	放射線治療医が語る 放射線治療について
11(火)	傷の手当について
12(木)	医師が語る サルコペニアとの闘い!
17(火)	検査結果の見方について
18(水)	緩和ケアは在宅でもできますよ
19(木)	慢性心不全のお薬について
24(火)	フットケア ～足からの健康～
25(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。
26(木)	脳卒中について知ろう ～10月は脳卒中月間です～

岡市民病院ふれあい健康講座担当 ☎422-1112

まちなか保健室

所 まちなか総合ケアセンター 費・申 不要

●個別相談(健康、子育て、介護などに関する相談)

曜日・時間 毎週(金) 13:00～14:00

●ミニ講座

時間 14:00～15:00

開催日	テーマ
6(金)	産後ケア応援室の見学と交流 ※妊婦の方対象。
13(金)	ラジオ体操で健康増進 講師 角崎由紀子さん(ラジオ体操指導員)
20(金)	音楽を楽しもう 講師 道下和美さん(音楽療法士)
27(金)	ロコモ予防で健康長寿 講師 富山リハビリテーション医療福祉大学校 理学療法士

※13日(金)、27日(金)の講座では、運動できる服装・くつで、タオル、飲み物を持参してください。

岡まちなか総合ケアセンター ☎461-3618

常願寺ハイツ 秋の特別教室

	教室名	対象	開催日
①	秋の短期水泳教室	3歳～小学生	9月22日(祝)、23日(休)
②	ジュニアランニング教室	小学1年生～6年生	10月10日、17日、24日の(木) 11月、12月の第1～3(木)
③	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	10月10日、11月14日、 12月19日の(木)
④	ジュニアテニススクール	小学1年生～中学1年生	毎週(土)
⑤	中高年からのらくらく短期水泳教室	中高年の初心者	9月、10月の第2～4(木) 11月7日、14日、21日の(木)
⑥	ちよきん貯筋運動教室	一人で運動できる高齢者	10月10日、17日、24日の(木) 11月、12月の第1～3(木)
⑦	テニススクール(初級)	18歳以上	毎週(金)
⑧	スイミングスクール健康教室	ジュニア、成人	ホームページに掲載

申 9月2日(月)13:30から各開催日の前日(①は9月15日(日))までに、電話で、常願寺ハイツスポーツ公園(立山町泊新)へ(申込順)。



詳細はこちら

岡常願寺ハイツスポーツ公園 ☎462-1164

9月9日は「救急の日」

9月8日(日)～14日(土)は「救急医療週間」

多くの命を守るため、軽症の方は初期救急医療機関を

各医療機関は、急な病気やけがなどに的確に対処するため、症状に応じて役割分担し、体制を整えています。

軽症と思われる方は、初期救急医療機関の市・医師会急患センター(市民病院第1駐車場内:今泉北部町)や地域の当番医療機関を受診してください。

救急車を呼ぶべきか迷ったら☎#7119(県救急医療電話相談)に電話してください

看護師から、救急搬送の必要性や応急手当の方法などのアドバイスを受けられます。

岡市・医師会急患センター ☎425-9999(夜間・休日)

岡福祉政策課 ☎443-2164

昨年(令和5年8月)の熱中症搬送者は1日平均約5人も

熱中症対策に、扇風機などの活用や、こまめな水分補給をしましょう。体を締め付けない涼しい服や日よけなども効果的です。

日頃から栄養バランスの良い食事や無理のない運動などで、体力をつけましょう。



岡消防局警防課 ☎493-4141

スポーツセミナー

■各申込期限までに、市スポーツ協会ホームページから申し込んでください。
※応募多数の場合抽選。



ホームページ

らくらくウォーキング

季節の景色を楽しみながら、市内ウォーキングスポットを歩きます。

■9月17日～11月26日の火14:00～15:45(全10回)

■30人(応募多数の場合抽選)

■¥3,200円(10回分) ■申込期限 9月1日(日)

■問スポーツクラブ富山 ☎444-4649

おやこで運動あそび

■9月22日(祝)9:30～10:45 ■所花木体育センター(花木)

■対年中児・年長児とその保護者

■15組30人(応募多数の場合抽選)

■¥1組530円 ■申込期限 9月10日(火)

バスケットボール教室&いのちの教室

救命講習を通して命の大切さを学び、岡田麻央さん(W1リーグ優勝者)とバスケットボールを楽しみます。

■9月29日(日)10:00～12:30

■所アイザック スポーツドーム(八木山)

■対小学3年生～6年生とその保護者

■40組80人 ■¥1組1,000円 ■申込期間 9月17日(火)

■問市スポーツ協会 ☎432-1117

ゆるゆるトレーニングⅡ

軽い筋トレやヨガなどで、運動不足を解消しましょう。

■10月4日～12月13日の金13:45～14:45(全10回)

■所アイザック スポーツドーム(八木山)

■12人(応募多数の場合抽選)

■¥6,300円(10回分) ■申込期限 9月19日(木)

■問アイザック スポーツドーム ☎468-0971

県障害者スポーツ大会(卓球)出場者募集

■11月10日(日)9:30～12:30 ■¥無料

■所県総合体育センター(秋ヶ島)

■対市内在住で、12歳以上(令和6年4月1日時点)の、身体障害者手帳か療育手帳または精神障害者保健福祉手帳を持っている方

■9月20日(金)までに、申込フォーム(右の二次元コード)から申し込んでください。

※特別支援学校や福祉施設に在籍の方は、学校や施設へ申し込んでください。



申込フォーム

■問スポーツ健康課 ☎443-2141

■問県障害者スポーツ協会 ☎413-2248

八尾B&G海洋センタープール



わくわく ドキドキ こどものおためしプール

■9月8日、14日、15日、10月6日、12日、13日の(土)(日)13:20～14:20

■対年少～小学生 ■各15人(申込順) ■各1,300円

大自然の中で マウンテンバイク

八尾の山奥で、オフロード(土の道)を走ります。

■9月8日(日)、23日(休)、10月5日(土)、14日(祝)

9:30～11:00 ※雨天中止。

■所久婦須川ダム周辺広場マウンテンバイクコース(八尾町桐谷)

■対小学生以上(小学1年生～3年生は保護者同伴)

■各回12人(申込順)

■¥各1,000円(親子各1,500円)

★専用自転車やヘルメットなどのレンタルあり。

【共通項目】

■8月25日(日)13:00～、電話または直接、八尾B&G海洋センター(八尾町福島)へ。

※何回でも参加できます。



詳細はこちら

■問八尾B&G海洋センター ☎455-9000

NPO富山スイミングクラブ



親子水泳体験教室

お子さんと一緒にプールで思い出作りをしませんか。ご両親だけでなく、祖父母の方も大歓迎です。

■9月15日(日)12:30～13:15

■所市民プール(荒川)

■対生後6カ月～3歳のお子さんとその保護者

■15組(申込順)

■¥1組1,500円

■事前に、電話または直接、富山スイミングクラブ(市民プール内)へ。

■問富山スイミングクラブ ☎425-1568

■問スポーツ健康課 ☎443-2140

タウンミーティング

市の施策などについて市職員が説明します。

■8月25日(日)10:00～12:00

■所神保公民館(婦中町上吉川) ■¥・申不要

■内 1. 市長あいさつ 2. 説明・質疑応答 3. 意見交換

■テーマ・健康寿命の延伸

・地域コミュニティの活性化に関する施策

■問広報課 ☎443-2012