

たかおか 市民と市政

無料アプリ
カタログポケット
でも配信中!

- ・動画や写真も楽しめる
- ・読み上げや翻訳機能付き



ダウンロード

広報紙へ
ご意見・ご感想を
お待ちしております



アンケート

No.240

10

2025

こどもまんなかの夏♪

高岡の夏はこどもが中心のイベントがいっぱいありました



能登半島地震による
被災者支援情報



市 HP

各種 SNS で最新の情報を
発信中!



市公式LINE



その他SNS

|P2~P3| 地域を育み、未来へつなぐ。 |P4| ストップ!特殊詐欺被害 など

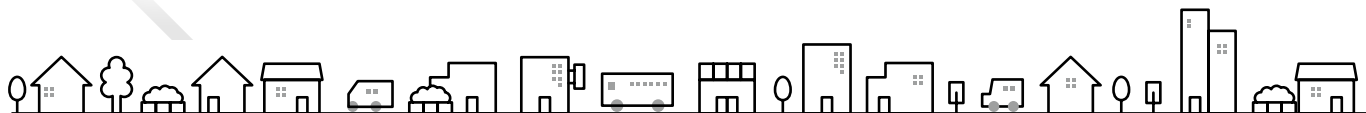
※今月号の内容は、9月11日時点の情報です。最新情報は市HPなどでご確認をお願いします。

地域を育み、未来へつなぐ。

地域を元気に、暮らしを豊かにするために
スタートした新たな取り組み

「地域づくり協議会」をご紹介します。

問合先 地域課 TEL 20-1328 FAX 20-1641



地域づくりって なんだろう？

「地域づくり」という言葉を聞いて、皆さんは何を思い浮かべますか。建物や道を作る、地域のために役立つことをするなど様々ありますが、家族と安心して暮らしたい、楽しく毎日を送りたいなど、皆さんが生活の中で感じるちょっとした想いから地域づくりは始まっています。最も大切なことは地域に暮らす皆さんが「住んでよかった」と思うこと。地域のことは市役所や自治会長さんに任せておけばいい、という人もいるかもしれませんが、地域に住む皆さんが、地域づくりの主役です。

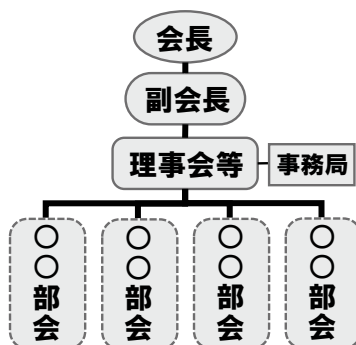
課題を解決し 住みよい地域へ

自分の暮らす地域が魅力にあふれ、住みやすい地域であることは、誰もが望むことです。が、少子高齢化や人口減少による、地域のにぎわいやコミュニティ機能の低下など、多くの課題を抱えています。このような課題を地域全体で共有し、解決していくための仕組みを市では「多機能地域自治」と呼び、その仕組みを取り入れた「地域づくり協議会」の設立を支援しています。

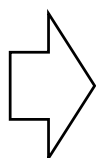
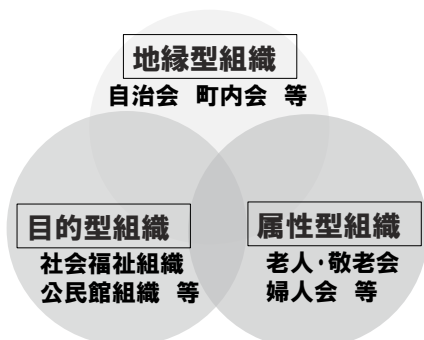
多機能地域自治とは？

地域で活動する自治会や福祉・生涯学習・防災など目的別の団体が結集し、地域活動の効率化を図りながら自ら地域課題を解決していく仕組みです。市内36地区の連合自治会などを範囲とし、地域の住民によって構成されます。

<地域づくり協議会>



<これまで>



地域づくり協議会ができるまで

1 勉強会を開催

地域の現状や多機能地域自治の理解を深めるための勉強会を、地域主催で開催します。

2 地域の現状を調査

住民アンケートや地域活動の棚卸しを実施し、地域に暮らす住民の想いや地域活動の調査を行います。

3 座談会を実施

アンケートや棚卸しの結果を基に、目指す地域のあり方や地域課題を洗い出し、その解決方法を話し合います。

4 設立準備会を立ち上げ

座談会で出た意見を参考に、どんな組織にしていくかを決めていきます。

5 地域づくり協議会を発足

※地域づくり協議会を発足するまでのステップ、市の支援など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



市HP

地域を元気に！3つの地域で活動がスタート

牧野・福田・定塚の各地区で地域づくり協議会が発足し、活動に取り組んでいます。

牧野 地域づくり 協議会

高齢者の移動支援

高齢者の介護予防を目的としたサロンの送迎サービスを始めました。筋力低下などで移動の困難な高齢者がサロンに通えるように、5人のドライバーが交代で運転しています。



インタビュー 牧野・灘岡さん

県外で働いていましたが、子育てをするなら富山がいいと思い、夫と子どもたちと牧野にUターンしました。地域に馴染もうと牧野多文化共生協議会や自治会女性部などの活動に参加するうちに、少しずつ地域の事を知り、顔なじみの方も増えていきました。登下校の見守りでは、こどもの安全を守ろうと年配の方々が協力し、「おはよう」「気を付けて帰られ」と子どもたちに優しく声をかけておられ、牧野を想う人の繋がりの大切さを感じています。

地域づくり協議会の発足に向けた座談会では、私と同世代の方が少なく、牧野の未来に対して不安な気持ちになりました。若い世代が高齢者になった時に、助け合いのできない地域になって困るのは自分たち。若者が取り組める活動を作りながら、これからの地域を守る仲間を増やしていきたいと思います。

福田 地域づくり 協議会

地域交流センターの開放

夏休みのこどもたちの居場所づくりのためにセンターを開放しました。地域の大人が見守り係として折り紙や楽器演奏をサポートするほか、ミニコンサートやサンドイッチづくりなどの企画もあり、10日間で約330人が参加しました。



定塚 地域づくり 協議会

行事予定を 広報紙に一元化

自治会・各種団体の行事や活動を日程調整し、予定をカレンダーにした広報紙を全戸配布しています。各団体の活動を互いに協力して実施することで、負担の軽減にもつながっています。



家族や友人の笑顔のために

3つの地域のほか、国吉・川原・博労の各地区でも、多機能地域自治の導入に向けた取り組みが始まっています。地域づくりは、若者から高齢者まで幅広い世代がそれぞれの視点を持ち寄り話し合うことで、活動に奥行きが生まれ、より充実した活動につながります。また、自分の想いが形になることで、地域への愛着が深まり、家族や友人の笑顔につながります。

自分の住む地域をもっと好きな場所に、そして、魅力を未来へつないでいくために、身近なところから活動に参加しませんか。



ストップ! 特殊詐欺被害

問合せ 市民生活課 TEL 20-1342 FAX 20-1666

特殊詐欺の手口は、日々、巧妙になっています。

「私は大丈夫」と思わず、被害に遭わないための対策を取りましょう。

警察官をかたった特殊詐欺が増えています!

令和6年中、富山県内の特殊詐欺（架空料金請求詐欺、還付金詐欺、オレオレ詐欺など）、SNS型投資・ロマンス詐欺の被害件数は127件（前年比+11件）で、被害金額は約10億2千万円（前年比+約5億円）でした。令和7年に入ってから被害は増加しており、7月末現在、被害件数は67件（前年同期比+10件）で、被害額は約5億4千万円（前年同期比+約2億3千万円）となっています。

特に、警察官をかたり、捜査などの名目で金銭をだましとる特殊詐欺被害が多発しています。



被害に遭わないために…

対策1 国際電話の利用休止の活用

警察庁の調査によると、特殊詐欺に利用された電話番号のうち、約73.5%が国際電話番号（+1や+44などから始まる番号）です。固定電話・ひかり電話で、海外との電話が不要な人は、国際電話の発信・着信を無償で休止できます。

固定電話・ひかり電話の国際電話の利用休止の申し込み・問い合わせ先

- 国際電話不取扱受付センター ☎0120-210-364（通話料無料）
受付時間 オペレーター案内：平日午前9時～午後5時
自動音声案内：平日（上記以外の時間）、土・日・祝日24時間
- 高岡警察署 ☎23-0110

携帯電話の場合は、着信設定（番号非通知や電話帳登録外番号からの着信拒否など）を見直し、国際電話番号や見知らぬ電話番号からの着信は「無視」しましょう。また、「国際電話の着信ブロック」が可能なアプリの利用も有効です。（有料場合があります）

対策2 知らない電話番号からの電話には出ない

在宅時でも留守番電話に設定するとともに、知らない番号からの電話・非通知電話には出ないようにしましょう。また、犯人は、音声録音され、証拠が残ることを嫌うので、録音機能付電話機の設置も特殊詐欺被害の防止に効果的です。



富山県警察公式アプリ
「とやまポリス」を
活用しましょう

- 主な機能
- 犯罪、不審者、交通事故、特殊詐欺などの発生状況が地図上で確認できます。
 - 不審者、行方不明、特殊詐欺、危険動物などの情報が通知されます。
- 他にも、防犯ブザー、現在地送信などの機能もあります。



インストールはこちらから



iOS用



Android用

窓口の来庁予約ができるようになりました



問合先 市民課 TEL 20-1333 FAX 27-1188

インターネットで各種手続きや福祉サービスの相談などの来庁日時の予約ができるようになりました。時間の有効活用にお役立てください。

予約ができる手続き《12 種類》

- ・住所変更（転入・転居・転出）
- ・戸籍届出（出生・おくやみ・婚姻など）
- ・マイナンバーカードの申請・更新
- ・マイナンバーカードの受け取り（※）
- ・国民健康保険（74 歳以下の健康保険）
- ・後期高齢者医療（75 歳以上の健康保険）
- ・国民年金
- ・入園相談
- ・子育て相談
- ・障がい者手帳の受取
- ・重度心身障害者等医療費助成
- ・戦没者等の遺族に対する特別弔慰金

※マイナンバーカードの受け取りは、Web受取予約から予約してください。



Web 受取予約



らくまるくん

予約の受付期間

14 日前から前日まで（24 時間受付可能）

予約の利用方法

①来庁予約サイトにアクセスします。

二次元コードから



来庁予約

高岡市公式 LINE から



予約のできない手続きは…

◇同じページで当日の窓口の混雑状況を確認することができます。



◇窓口からの呼び出しが近づいた際にメールで通知を受け取ることができます。



②画面に従って予約内容を入力します。



③入力完了後、登録完了メールが届きます。



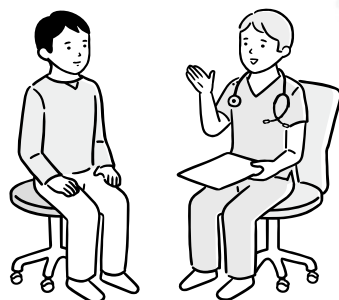
④予約当日、発券機に来庁予約登録完了メールの二次元コードをかざし、番号札を受け取ります。



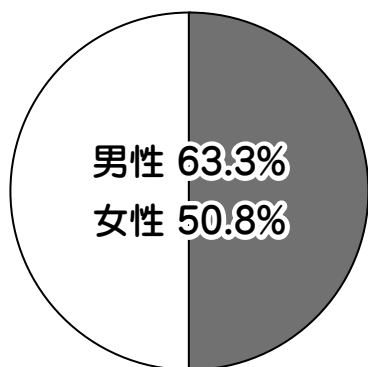
緩和ケアってご存じですか？

問合先 市民病院地域医療部 TEL 23-0204
FAX 26-2882

「緩和ケア」は、がん患者さんの心と身体の苦痛をやわらげ、患者さんとその家族にとって、自分らしい生活を送れるようにするケアです。緩和ケアは、がんと診断されたときから、治療中の病院や緩和ケア病棟、自宅で受けることができます。状況に応じて、医療スタッフに相談しましょう。



日本人は2人に1人が
がんと診断されています



(がん情報サービスより)

あなたの大切な人もがんで悩んでいるかもしれません。
がん患者さんは、痛み、倦怠感などのさまざまな身体的な症状や精神的な苦痛を経験します。
また、がん患者さんの家族も多くの悩みを抱えがちです。



市民病院の緩和ケア病棟は2016年3月に開設後、多くの方が利用されています。
支援や訪問介護などのサービスを調整し、自宅で過ごすお手伝いもしています。
薬剤調整のための入院や家族の休息のためのレスパイト入院にも対応しています。

「緩和ケアについて」の企画展

市役所1階ロビーにて、緩和ケアについてわかりやすく紹介するポスター展示を行います。また、市民病院では緩和ケア病棟などを紹介するブースを設置します。

と き 10月1日(水)～10日(金)
ところ 市役所1階ロビー、
市民病院1階

患者さんご家族の意向を
大切に
最善を一緒に考え
希望の実現に努めています



高岡市議会議員選挙

詳しくは、
市HPをご覧ください

市HP

投票日は10月26日(日)です

投票時間 午前7時～午後8時
(栃丘、沢川、花尾投票所は午後7時まで)

問合先 選挙管理委員会 TEL 20-1464 FAX 20-1471 E senkyo@city.takaoka.lg.jp

■投票できる人

次の要件を備え、高岡市の選挙人名簿に登録されている人

- (1) 平成19年10月27日以前に生まれた人
- (2) 令和7年7月18日までに高岡市に転入の届出をした人で、引き続き3か月以上住んでいる人

■投票所入場券

令和7年10月2日現在の住民票の住所に基づき、10月20日(月)以降に郵便はがきで各選挙人の世帯主へ送付します。
紛失した場合は、投票時に受付で申し出てください。
なお、配達の都合上、期日前投票が始まって入場券が届いていない場合がありますが、入場券がなくても期日前投票はできます。

■住所を移した人

- ・市内で転居した人…令和7年10月3日以降に市内で転居した人は、旧住所の投票所で投票してください。
- ・市外に転出した人…投票できません。

■選挙公報を配布します。

市内で発行されている一般紙の新聞(朝刊)に折り込みます。市役所本庁舎、伏木・戸出・中田・福岡支所、地域交流センターなどでも入手できます。また市ホームページでも閲覧できます。新聞未購読世帯で郵送を希望する場合は、電話かファクス、Eメールで、氏名・住所を選挙管理委員会にお伝えください。

投票日当日の投票に行けない人は期日前投票を 10月20日(月)～25日(土)

※どの会場でも投票できます。

会場	所在地	投票時間
市役所1階市民ロビー	広小路7-50	午前8時30分～ 午後8時
福岡にぎわい交流館 2階多目的ホール	福岡町下糞字中島 355-2	
伏木コミュニティセンター 2階研修室	伏木湊町13-1	午前8時30分～ 午後5時
農業センター研修室	西藤平蔵234	

※最終日に近づくにしたがって混み合います。特に、最終日10月25日(土)は大変混み合うことが予想されますので、早めの投票にご協力をお願いします。

※期日前投票の際は、入場券裏面に印刷された「宣誓書」を事前にご記入ください。

期日前投票宣誓書(兼請求書) 令和7年10月 日	
高岡市選挙管理委員会委員長 あて 私は、選挙当日、下記いずれかの事由に該当する見込みであり、真実であることを宣誓し、投票用紙の交付を請求します。	
・仕事、学業、地域行事、冠婚葬祭その他の用事に従事 ・用事又は事故のため、投票所のある区域の外に外出・旅行・滞在 ・疾病、負傷、出産、老衰、身体障害等のため歩行が困難又は刑事施設等に収容 ・天災又は悪天候により投票所に行くことが困難	
氏名(自署)	
現住所	
生年月日	明・大・昭・平 年 月 日生
※期日前投票に来られる方は、この宣誓書にあらかじめ記入いただくと、受付が早く済みます。	

投票日当日の投票・期日前投票に行けない人は不在者投票を

※お早めにお問い合わせください。

●身体に重度の障がいなどがある人

次のいずれかに該当する人は、事前に選挙管理委員会から郵便等投票証明書の交付を受け、10月22日(水)までに投票用紙の請求をすることにより、郵便で投票ができます。

障害の内容	手帳名	身体障害者手帳	戦傷病者手帳
両下肢、体幹の障害		1 級または 2 級	特別項症から第 2 項症まで
移動機能障害			
心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害		1 級または 3 級	特別項症から第 3 項症まで
肝臓の障害		1 級から 3 級まで	
免疫障害			
介護保険被保険者証		要介護状態区分が要介護 5	

※上の表のいずれかに該当する人で、上肢・視覚障害の人(身体障害者手帳の1級、戦傷病者手帳の特別項症から第2項症まで)は、あらかじめ選挙管理委員長に届け出た人(選挙権を有する人)に投票に関する記載をしてもらうことができます。(代理記載制度)

●長期出張、旅行中の人

事前に本市の選挙管理委員会へ投票用紙の請求をすることにより、滞在地の選挙管理委員会で投票ができます。

●病気などで入院・入所している人

指定の病院や老人ホームであれば、病院長などに申し出ることで、その施設で投票ができます。詳しくは市ホームページをご覧ください。



市HP

このページで紹介できなかった出来事も
市ホームページで随時掲載しています。

で つけた



こども達の意見を施策づくりに 8月20日

ふれあい福祉センターで、未来を担う小・中学生が県知事や市長と意見を交わす「こども意見表明交流会」が開催されました。交流会では、市内の小学生10人と中学生13人が出席し、「放課後や休日の居場所について」などのテーマで、「屋内の遊び場がほしい」「勉強ができるカフェが増えてほしい」など思い思いの意見を発表しました。

美しい植物画の世界を体感 8月22日

美術館で、夏休みカルチャーアカデミー「ボタニカルアート展へようこそ！」が開催され、東五位地区児童育成クラブの児童25人が参加しました。児童は、学芸員の説明を聞きながら、美しい植物画の鑑賞やアート体験を楽しみました。植物モチーフのモビール作りをした3年生の吉井充希ちゃんよしき みつきは「自分の好きなように作れて楽しかった」と笑顔で話しました。

故郷の人物を知ろう

たかおか

おん こ ち しん
温故知新

公益に尽くした侠客 きょうかく 大長 だいちょう (1771~1856)

大長は幕末高岡の有名な侠客です。定塚町に生まれ、蓮花寺屋伝右衛門と称しました。本業は「大工」、幼名は「長右衛門」であったので人々は大長と呼びました。

侠客とは「義侠、任侠を建前としていた人。江戸時代には、町奴、ばくち打ちなど、無法者が多かった」と辞典にあります。中には「弱きを助けて強きをくじく」を地で行く大親分もいました。大長もそんな一人で、困窮した者には衣食を与え、罪を犯した者でも来る者は拒まず家族のように接し、諭して自首を勧めたので、彼の周りには人が集まりました。ある時、巻き添えで牢に入れられ拷問を受けた際には、全く動じずに高いびきをかき、流暢に無実の旨を述べ、釈放されたそうです。またある時、峠道でばくち打ちに囲まれた

際には逆に一か八かの賭事を持ちかけ、その豪胆さにばくち打ちが平伏したと伝わっています。また高岡に芝居小屋を建てたり、相撲興行を催したりしました。高岡関野神社には、大長が作り直した神鏡が今も掛けられています。



侠客大長の碑(横田町・長楽寺内)

大長最大の功績は、庄川に大門橋(現大門大橋よりやや下流)を架けたことです。大長の橋建造の請願は長年藩に許可されませんでした。大長は一途に出し続け1847年ようやく認可されました。大長を慕う大勢の人々の努力により翌年竣工しました。

『高岡市史』は大長を「慈悲あり、才能あり、度胸あり、義気あり、まことに見事な快男児」と評価しています。

(仁ヶ竹主幹)

問合先 博物館 TEL 20-1572

■右のアイコンがついているものは、無料アプリ・カタログポケットで、動画やスライドショーを視聴できます。



動画

スライド
ショー

※アプリは表紙の二次元コードからインストールできます。



手作り水鉄砲で夏の思い出

8月17日

御旅屋通りで、水道出前講座が行われ、多くの親子連れで賑わいました。塩ビ管を使った水鉄砲製作体験では、親子で協力して水鉄砲を組み立て、完成した水鉄砲に水を入れて的を狙う試し打ちを楽しんでいました。参加した小学3年生の稲石潤くんは「楽しかった。家に帰ったらお父さんと一緒に遊びたい。」と笑顔で話しました。

カードゲームで経済を学ぶ

8月30日

御旅屋セリオで、こどもたちに起業や経済に興味・関心を持ってもらおうと、「未来創造たまご塾inたかおか」が開催され、小学4～6年生の児童と保護者が参加しました。参加した親子は、原材料や技術、製品などのカードを組み合わせる新たな製品を作り、それを販売し資産を増やしていくカードゲームで、経済の仕組みを学びました。



街 見〜



さあ、新高岡駅から。 vol.127

北陸新幹線に乗って沿線都市・あわら市へ出かけよう

10月16日(木)・17日(金)、福井県あわら市のあわら温泉「美松」を舞台に、将棋界最高位のタイトル戦である「竜王戦」が2期連続で開催されます。

また、あわら温泉では9月6日(土)～11月9日(日)の期間、「あわら湯のまち みらいプロジェクト」の一環として、夜間景観や滞在空間の創出のほか、飲食・物販機能を強化する社会実験を実施しています。色浴衣での温泉街散策やまちなかの三薬師を巡るシールラリーにより、温泉街の飲食店などで特典サービスが受けられる企画も実施中です。

北陸新幹線で「新高岡駅」から「芦原温泉駅」までは約40分でアクセス可能です。

ぜひ、この秋は、あわら市にお越しいただき、あわら温泉の新たな魅力をお楽しみください。

問合せ あわら市観光振興課

TEL 0776-73-8006



あわら市HP
(竜王戦)



@AWARA_YUNOMACHI_PJ

みらい
プロジェクト



市HP

国勢調査の回答はお済みですか

10月8日(水)まで、インターネットが郵送で回答ください。未回答の世帯には10月17日(金)以降、調査員が回答のお願いのため訪問する場合があります。

問 国勢調査高岡市実施本部

TEL 20-1192

「防災たかおか」を発行しました

ハザードマップの見方や災害時の避難行動、日ごろの備えなどについてまとめています。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 危機管理課

TEL 20-1229



市HP

暮らし

10月はさわやか窓口月間です

市では、10月を「さわやか窓口月間」とし、より一層親切で真心のこもった市民サービスを目指します。期間中、窓口対応アンケートを行いますので、ご協力をお願いします。

問 人事課

TEL 20-1235



市HP

住宅用火災警報器を設置しましょう

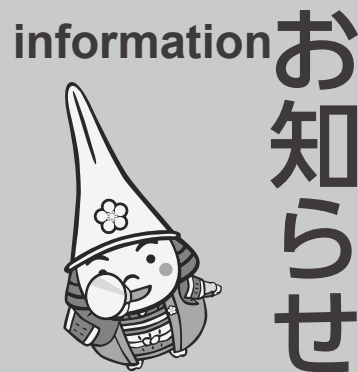
自宅の設置状況もチェックできるアンケート調査にご協力ください。

問 消防本部予防課

TEL 22-3132



アンケート



10月31日(金)が納期限です

- ・市県民税（第3期）
- ・国民健康保険税（第4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

（R7.1月から）

区分	件数	死者	負傷者
R7年8月末まで	240件	4人	255人
前年同期との比較	+23件	+2人	+21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。

献血にご協力を

◇イオンモール高岡

時 10月11日(土)・19日(日)・25日(土)・11月1日(土)

午前10時～午後4時30分

問 県赤十字血液センター

TEL 076-451-5555、

社会福祉課 TEL 20-1366

「戸籍フリガナ特設会場」は終了しました

10月1日(水)以降は、市民課、伏木・戸出・中田・福岡支所へフリガナの届出をお願いします。

その他、マイナポータルや郵送での届出も可能です。

届出期間 令和8年5月25日(月)まで

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 市民課(フリガナコールセンター) TEL 27-7828



市HP



マイナポータル



戸籍制度
マスコットキャラクター
「コセキツネ」

マイナンバーカードの臨時窓口

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 10月18日(土)午前9時～正午

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。

問 市民課 TEL 20-1337



Web受取予約



来庁予約



市HP

暮らしの 豆知識

点検商法に注意


 国民生活
センターHP

① 給湯器の無料点検の電話があり、点検の承諾をした。点検後、給湯管が老朽化していると配管工事を提案された。その場で工事契約をしてしまったが、とりやめたい。

② 突然家庭を訪問して、あたかも正規の無料点検のふりをしながら不必要または法外な価格のリフォーム工事や商品交換などを行う点検商法のトラブルが発生しています。まずは、点検の訪問を断ることが重要です。訪問された場合にはインターホン越しに点検を断りましょう。訪問販売の場合、契約書などの受領日を含めて8日以内ならクーリング・オフを行うことができます。

問 市消費生活センター TEL 20-1522

1日合同行政相談所

司法書士や税理士、法務局の相談員などが、相続や登記、税金、年金などに関する相談を受け付けます。また、国などの業務についての苦情や困りごと、お気軽にご相談ください。(相談無料・秘密厳守)

時 10月31日(金)午後1時～午後4時

所 ふれあい福祉センター

申 10月15日(水)午前8時30分から
電話で、「きくみ富山」へ。

※司法書士・税理士相談のみ。その他の相談は予約不要。

問 きくみ富山 TEL 076-432-6338、
市民生活課 TEL 20-1327



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 10/9(木)・23(木)・30(木)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(木)8:30から電話予約可)
多重債務弁護士相談	時 10/15(水)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 10/24(金)14:00～16:00 定 4人(申し込み順。10/7(水)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 10/14(水)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)
税理士の税務相談 (初めての人のみ)	時 10/16(木)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(10/9(木)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

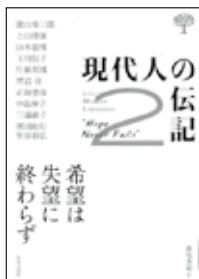
司法書士相談	時 10/4(土)10:00～15:00 所 高岡エクール2階201展示室 問 富山県司法書士会 TEL 24-7515
弁護士の法律相談 (被災者向け)	時 10/4(土)・11/1(土)13:00～16:00 所 伏木コミュニティセンター 問 富山県弁護士会事務局 TEL 076-421-4811
公証人の相続・遺言・ 契約等相談	時 10/7(水)13:30～16:00 所 市役所7階 問 高岡公証役場 TEL 25-5130
行政書士相談 (相続・遺言・農地転用など)	▶時 10/8(水) 所 市役所8階 ▶時 10/19(日) 所 ウイングウイング高岡5階 ※いずれも、10:00～15:00 問 県行政書士会高岡支部 TEL 27-3700
行政相談	▶時 10/14(水) 所 市役所7階、戸出コミュニティセンター ▶時 10/20(月) 所 伏木コミュニティセンター、福岡支所 ▶時 10/24(金) 所 市役所7階 ※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】10/14(水)13:30～16:00 所 市役所7階 問 市民生活課 TEL 20-1327
社会保険労務士の労働相談	時 10/16(木)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)の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

図書館からの オススメ新刊情報

●現代人の伝記2 希望は失望に終わらず

藤尾秀昭監 鍵山秀三郎ほか述 致知出版社

「事故の真相を知りたい」その父親の一念がドライブレコーダーを生んだ」「人生のハンドルを握り、扉を開けられるのは自分だけ」など、この本は苦難を希望に変えて生きてきた人たちの実話集です。今年は昭和100年。現代を支える人々の功績や言葉に生き方を学ぶとともに、昭和、平成、令和の変遷を振り返ってみませんか？



●栄養士が食べている作り置き献立

今泉久美著 文化学園文化出版局

●日本の映画の舞台&ロケ地100 物語と旅する建築・町並み・絶景

谷國大輔著 学芸出版社

●しらべるつながりのずかん

おかべたかし文 やまでたかし写真 東京書籍

◇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。

問 中田図書館 TEL 36-0054

市内の環境測定結果

市では安全で快適な生活ができるよう、環境の保全と把握に努めています。河川の有機物による汚濁の程度を表すBOD（生物化学的酸素要求量）測定結果は、環境基準に適合していました。

令和6年度主な河川（末端）のBOD 測定結果（単位：mg/ℓ）

主要河川	測定結果	環境基準
庄川	0.9	2.0以下
小矢部川	1.3	5.0以下
祖父川	1.3	2.0以下
千保川	1.1	5.0以下

その他の河川

- 岸渡川…1.3 ■地久子川…1.1
- 黒石川…1.5 ■西明寺川…1.2

※大気汚染などの測定結果も、概ね環境基準に適合しており、ここ数年は横ばいで推移しています。今後も市内の環境を保全していくため、皆さんのご協力をお願いします。

問 環境政策課

TEL 22-3212



市HP

建築政策課からのお知らせ

10月1日(水)から、次の手続きにかかる申請について、オンラインでの申請が可能となります。

◆建築物を建てる際に必要な手続き

- 確認申請（小規模のみ）、完了・中間検査、軽微変更



詳しくはこちら

◆令和6年能登半島地震にかかる補助金の手続き

- ①被災住宅沈下傾斜対策支援
- ②被災木造住宅耐震診断支援



①詳しくはこちら



②詳しくはこちら

対 一部損壊以上の人

問 建築政策課 TEL 20-1429



浄化槽を適正に管理しましょう

浄化槽設置者には浄化槽の適正な維持管理に係る下記3つのことが法律で義務付けられています。生活環境の保全や公衆衛生の向上のため、必ず実施してください。

- 保守点検（処理方式などで定められた期間ごとに1回以上）
- 清掃（1年に1回以上。なお、全ばっ気方式は半年に1回以上）
- 法定検査（1年に1回）

問 富山県浄化槽協会

TEL 0120-192-101、

環境政策課

TEL 22-3212



市HP

10月10日(金)・17日(金)・24日(金)は「市民ノーマイカーフライデー」

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。

問 総合交通課

TEL 20-1139



市HP

水漏れがないか定期的に確認を水道メーターで簡単にチェックできます。

- ①敷地内にある全ての水栓をしっかりと閉める。
- ②水道メーターのパイロットマーク（下画像参照）をチェックする。少しでもパイロットマークが回っている場合は、漏水の可能性があります。市指定の給水装置工事事業者へご連絡ください。最寄りの事業者は市ホームページで確認するか、水道料金センターまでお問い合わせください。

問 水道料金センター

TEL 20-1616



市HP



パイロットマーク

高岡古文書ボランティア

時 10月18日(土)・29日(水)
午後2時～午後3時30分
対 親しむ会会員で、古文書調査・
整理経験のある人、講座受講経
験者など
所 問 博物館 TEL 20-1572

学 ぶ

男女平等EXPO2025

①講演「ワーク・ライフ・バランス
の実現のために」(要申込)

講師 佐藤志穂氏(スマイルライフ
アカデミー・ジャパン代表、佐久大
学信州短期大学非常勤講師)

②E フェスタ プラス1「災害に
強いまちづくり～私にもできる
私の守り方～」(申込不要)

防災に関する事例を紹介します。

時 10月25日(土)
①午後1時30分～午後3時30分
②午後3時30分～午後4時30分
所 生涯学習センター
4階ホール
定 ①100人(申し込み順) 電子申請
料 無料
申 ①電子申請または直接か電話、
郵送、ファクス、Eメールで男女
平等推進センター(〒933-
0023高岡市末広町1-7、FAX 20-
1815、E-mail gec@city.takaoka.
lg.jp)へ。

問 男女平等推進センター
TEL 20-1810

視覚障がい者ICT 研修

災害時におけるiPhoneの活用方
法、生成AIの具体的な利用方法に
ついて説明します。

時 11月9日(日)午前9時30分～
午後3時30分
所 ふれあい福祉センター
定 8人(申し込み順)
料 無料
申 11月6日(木)まで、電話かファクス、
Eメールで住所・氏名・電話番号
を情報政策課(FAX 20-1319
E-mail johou@city.takaoka.lg.jp)へ。
問 情報政策課 TEL 20-1238

高岡市美術作家連盟展作品

企画展テーマ 「こころの表情」
応募作品 立体・平面・ジャンルは自由
※サイズは100立方cm程度以内
展示期間 11月20日(木)～24日(月・振)
展示場所 美術館ギャラリー

料 無料
申 10月20日(月)まで、電話かファ
クス、Eメールで氏名・電話番号を
文化振興事業団(FAX 20-1562、
E-mail shimin@takaoka-bunka.
com)へ。

※応募多数の場合は審査で決まり
ます。

※作品の提出期限は申し込み後、
電話で連絡します。

問 文化振興事業団
TEL 20-1560

万葉線を愛する会

会員期間 10月1日(水)～令和8年
9月30日(水)

料 個人1,000円/口、法人1万円/口
申 電子申請または直接かファク
ス、Eメールで、申込書を総合交
通課(FAX 20-1414 E-mail kotsu@
city.takaoka.lg.jp)へ。

※申込書は市ホームページで入手可

問 総合交通課 TEL 20-1488



市HP



電子申請

博物館 伝統産業講習会
「菅笠の伝統と未来について」

内 菅笠に関する講話、菅笠の補
修・修繕に関する相談

講師 寺島吉弘氏(越中福岡の菅
笠製作技術保存会会長)、橋本レ
イ子氏(同会理事、笠縫い技術
者)

時 11月8日(土)午後2時～午後3時30分
定 10人(申し込み順)

料 無料

持 菅笠など(お持ちの人)

申 10月18日(土)午前9時から、直
接か電話、ファクス、Eメールで
住所・氏名・電話番号を博物館(FAX
20-1570、E-mail info@e-tmm.info)へ。

所 問 博物館 TEL 20-1572



募

集

パブリックコメント
「第3期とやま呉西圏域都市圏
ビジョン」(素案)

閲覧期間 10月6日(月)～11月7日(金)

閲覧場所 呉西圏域ホームページ
や担当窓口、情報公開窓口(市役
所本庁舎4階)、伏木・戸出・中田
・福岡支所

提出方法 11月7日(金)(必着)まで、
直接か郵送、ファクス、Eメール
で、住所・氏名・意見をチェンジ推
進課(〒933-8601高岡市広小路
7-50、FAX 20-1670、E-mail change@
city.takaoka.lg.jp)へ。

※詳しくは呉西圏域ホームページ
をご覧ください。

問 チェンジ推進課
TEL 20-1101



呉西圏域HP

高岡を元気にするプロジェクトを
ふるさと納税で応援しよう

高岡を元気にしたいプロジェクト
実行者が、地域活性化のためにク
ラウドファンディングに挑戦して
います。市民も寄附できます。

※控除には上限があり、上限額は
所得などにより異なります。

◇寄附募集中のプロジェクト

学生作家が地域をつなぐ「作品
に触れて使える」賑わい交流拠
点を作りたい!

寄附方法 10月27日(月)まで、クラ
ウドファンディングサイト
「CAMPFIREふるさと納税」から。

問 チェンジ推進課
TEL 20-1101

CAMPFIRE
ふるさと納税

万葉衣装製作ボランティア

回収した古い着物・反物を万葉衣装
として活用するための製作ボラン
ティア募集の説明会を実施します。

時 11月29日(土)午後2時～午後3時30分
所 御旅屋セリオ5階

申 10月8日(水)～31日(金)まで、直
接か電話、Eメールで氏名・住所・
電話番号を観光交流課(E-mail
kankou@city.takaoka.lg.jp)へ

問 観光交流課 TEL 20-1301

国際交流協会の語学講座（後期）

問 国際交流協会 TEL 27-1856、文化国際課 TEL 20-1236

講座名	日 時	定員
気軽に始める英会話（初級）全8回	10/21(火)～12/16(火)の火曜日13:30～14:30	15人
Brush Up 英会話（中級）全8回	10/21(火)～12/16(火)の火曜日15:00～16:00	15人

所 国際交流センター

¥ 8,000 円（会員 5,000 円）

申 10月8日(水)午前10時から、電話かEメールで国際交流協会（Eメール kokusai@p1.tcnet.ne.jp）へ。

生涯学習センター講座

問 文化振興事業団 TEL 20-1450

講座名	とき	定員	料金	申込期間
続・地名でたどる高岡の地形と歴史	11/6(木)14:00～15:30	50人	300円	10/5(日)～11/5(水)
戦国物語—古文書が語る世界—（全2回）	11/12(水)、12/10(水) 14:00～15:30	50人	500円	10/5(日)～30(木)
平安文学の世界（全3回）	11/13(木)、27(木)、12/4(木) 14:00～15:30	50人	1,000円	10/5(日)～11/6(木)

所 生涯学習センター 5 階研修室 503

申 直接か郵送、ファクス、Eメールで、住所・氏名・年齢・電話番号・希望講座名を文化振興事業団（〒933-0023 高岡市末広町 1-7 ウイング・ウイング高岡内 FAX 20-1658 Eメール kouza@takaoka-bunka.com）へ。
※電話申し込み不可



催

し

とやま環境フェア2025

県内最大の環境イベント。参加企業などによるパネル展示や体験・物販、ステージイベントなどが行われます。

○ステージイベント

- ・サーキュラーエコノミー啓発イベント
 - ・とやま・サステナブルコレクション
 - ・「水の王国とやま」プロジェクトキックオフイベント
 - ・海洋ゴミ楽器集団「ゴミンゾク」演奏会&トークショーなど
- ※詳しくは、とやま環境財団ホームページをご覧ください。

時 10月11日(土)・12日(日)

午前10時～午後4時
(12日(日)は午後3時まで)

所 高岡テクノドーム、イオンモール高岡東館セントラルコート

¥ 無料

問 とやま環境財団 TEL 076-431-4607、
環境政策課 TEL 22-3213



とやま環境
財団HP

企業向け採用力アップセミナー

採用力の向上に繋がるノウハウや、自社の魅力をSNSなどを活用して発信する表現の仕方を学びます。

①中小企業の採用マーケティングセミナー「採用戦略をコンパクトに立てる&採用コピーライティングを学ぶ」

②動画活用セミナー「SNSで情報発信！リアル動画作成セミナー」

時 ①11月7日(金)・20日(木)午後2時～午後4時30分②12月4日(木)午後1時30分～午後4時30分

所 御旅屋セリオ5階ホール

対 市内に事業所を有する中小企業

定 ①30社②20社（申し込み順）

申 ①11月5日(水)②11月13日(木)まで、申し込みフォームから。

問 株式会社Asian Bridge 富山LAB
TEL 076-471-6701、
商業雇用課 TEL 20-1297



申込フォーム

創業講座（全4回）

創業の心構えから経営、金融、税務、IT活用などの経営に関する知識・ノウハウを学びます。

時 ①11月9日(日)午前9時～正午
②11月16日(日)午前10時～正午
(交流会…正午～午後1時)
③11月23日(日)午前9時～正午
④11月30日(日)午前9時～正午

所 ①③④高岡商工ビル8階会議室
②TASU

対 創業に興味がある人、新事業を考えている事業者など

定 20人（申し込み順）

¥ 2,000円（4回分）

※第1回受付時に現金でお支払い下さい。

※交流会参加者は別途1,100円必要
申 11月3日(月・祝)まで、申し込みフォームまたは直接か電話、郵送、ファクスで高岡商工会議所（〒933-8567 高岡市丸の内1-40 TEL 23-5007 FAX 22-6792）へ。

問 産業企画課

TEL 20-1395



申込フォーム

たかおか国際交流フェスタ

内 ステージ（ブラジルの音楽、世界のファッションショーなど）、世界の料理（中国、パキスタン、ベトナムなど）、世界のお茶、体験コーナー など

時 10月26日(日)午前11時～午後3時

所 御旅屋通りアーケード、御旅屋セリオ1階アトリウム

問 国際交流協会 TEL 27-1856、文化国際課 TEL 20-1236

高峰譲吉博士生誕祭

高峰譲吉博士の偉業をたたえ、献花式および高峰科学賞授賞式を行います。

時 11月3日(月・祝) 午後2時

所 高峰公園

問 教育総務課 TEL 20-1443



工芸都市高岡2025 クラフト展

伝統工芸産地発の全国公募展として、1986年より実施している「工芸都市高岡クラフトコンペティション」。金属、漆、ガラス、陶磁器、家具など、様々な分野から選出された入賞・入選作品を展示販売します。作品は購入することも可能です。

時 10月17日(金)～19日(日) 午前10時～午後6時(19日(日)は午後3時まで)

所 御旅屋セリオ2階特設会場

問 工芸都市高岡クラフトコンペ実行委員会（高岡商工会議所内）TEL 23-5002、産業企画課 TEL 20-1395



クラフト展HP



クラフトフェア「ツギノテ」

高岡を中心に約50社のものづくり企業が、一堂に会して伝統工芸や産業技術の展示を行う、2日間限定の1坪型工業団地です。また、全国からクラフト作家の出展や、その他、職人・作家によるワークショップや飲食ブース、工作し放題のキッズコーナーもあります。

時 10月18日(土)・19日(日) 午前10時～午後4時30分

所 市営高岡中央駐車場

問 ツギノテ実行委員会(ROLE内)

TEL 53-5862、

産業企画課 TEL 20-1395



ツギノテHP



さつまいも掘り体験

福岡町五位の畑で特産品のさつまいも掘りを体験します。

時 10月25日(土)午前10時～正午

定 10組(抽選、当選者にはがき送付)

¥ 1組1,500円

(お土産2kg、保険代含む)

持 軍手、長靴、シャベル、ナイロン袋、水筒、暑さ対策グッズなど

申 10月17日(金)（必着）まで、はがきで住所・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（〒939-0152高岡市福岡町五位356）へ。

所 問 五位山交流館（午前10時～午後3時、月曜休館）TEL 65-1122

TAKAOKA 西へ東へ。
パープルお出かけサロンコンサート
「バグパイプ×アイリッシュ
フルート×アイリッシュハープ」

時 10月18日(土)午後1時30分開演

所 生涯学習センター1階

リトルウイング

¥ 無料（全席自由）

問 文化振興事業団 TEL 20-1560

ふくおか産業フェスティバル

福岡地域の農産物即売会やはたらく車の展示会など、大人から子どもまで楽しめるイベントが盛りだくさんです。

時 11月3日(月・祝) 午前10時～午後3時

所 Uホール前

問 ふくおか産業フェスティバル実行委員会

TEL 080-8120-1616、

地域振興交流課

TEL 64-1427



福岡町観光協会HP

高岡・射水新市誕生20周年記念
万葉線電車まつり

内 記念セレモニー、ミニアトラム運行、グッズ販売など

※来場の際は、公共交通機関をご利用ください。万葉線でお越しの人には帰りの乗車券を贈呈。

時 11月1日(土)

※開始時間など詳しくは万葉線(株)ホームページをご覧ください。

所 万葉線(株)

問 万葉線(株) TEL 25-4139、

総合交通課 TEL 20-1488



万葉線HP

TOYOTA GAZOO Racing
ラリーチャレンジ

全国から約90台のラリーカーが参加し、市内3カ所のコースを走行したタイムを競うラリーイベントです。また、日本総合リサイクル(株)では飲食・体験ブースもあります。

時 10月12日(日)

・ラリー 午前9時20分スタート（予定）

・パーク 午前9時～午後4時

所 ・ラリー 市内一円

・パーク 日本総合リサイクル(株)

問 生涯学習・スポーツ課

TEL 20-1458



市HP



ウイング・ウイング祭

問 生涯学習・スポーツ課 TEL 20-1456

時 10月24日(金)・25日(土) 所 ウイング・ウイング高岡

日	時	内 容
両日	9:00～17:00 (25日(土)は 15:30まで)	各種団体作品展示・発表
		生涯学習センター展示発表
		市民大学たかおか学遊塾 体験・販売・公開講座 ※一部有料
		男女平等 EXPO高岡 2025 パネル展示
		県民カレッジ 主催講座展示発表
24日(金)	10:00～	県民カレッジ 名作映画上映会
	14:00～15:40	県民カレッジ 教養講座「発達につまずきのある子どもの『わかる』『やりたい』を育む支援のヒント」
	14:30～16:00	志貴野高校芸術鑑賞公演ジャズライブ「濱西企画 featuring 黒田和良 ジャズってどんな音楽なんだろう？」 出演 黒田 和良(ドラム)、濱西 公博(サクソ)、真岸 由紀子(ピアノ)、 武田 悟(ベース)
25日(土)	9:15～15:00	図書館まつり
	9:40～	ステージ発表(県民カレッジ 生涯学習団体協議会、生涯学習センター)
	10:00～12:30	料理講座～秋のフランス料理～(定員 15人・要申込) ￥1,500円
	10:30～14:30	志貴野高校文化祭
	13:30～	市民大学たかおか学遊塾ステージ発表
	13:30～	県民カレッジ 名作映画上映会
	13:30～	男女平等 EXPO高岡 2025 ワーク・ライフ・バランス推進事業所の取り組み紹介

第54回 高岡市芸術祭

問 文化振興事業団 TEL 20-1560

①第37回華道展

時 10月25日(土)・26日(日)午前10時～午後5時

所 高岡文化ホール

②芸術舞台公演

時 11月3日(月・祝)午後1時開演(午後0時30分開場)

所 高岡文化ホール

定 700席(申し込み順)

¥ 1,500円(全席自由)

③茶会 ※茶券は各会にてご購入ください。

流派など	日 時	場 所	茶 券
茶道裏千家 淡交会高岡支部	11/3(月・祝) 8:30～14:00	高岡文化ホール	濃茶、薄茶 3,500円(当日券4,000円)
古儀茶道藪内流 竹風会高岡支部	11/3(月・祝) 8:30～14:00	繁久寺 (高岡市芳野89)	濃茶、薄茶 3,500円(当日券3,800円)



④音楽公演

時 11月9日(日)午後2時開演(午後1時30分開場)

所 ウイング・ウイング高岡4階ホール

¥ 1,500円(全席自由)



⑤第75回高岡市美術作家連盟展

出品 日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真(6部門)

時 11月20日(木)～24日(月・振)午前9時30分～午後5時
※20日(木)は午前10時30分から。入館は午後4時30分まで。

所 美術館

※②④のチケットは、文化振興事業団または生涯学習センター3階サービスカウンターにて販売中です。

※詳しくは文化振興事業団まで。

花と緑の総合展（秋）

◇秋季盆草展

時 10月10日(金)～12日(日)午前9時～午後5時(12日(日)は午後3時まで)

◇秋のバラ展

時 10月18日(土)・19日(日)午前9時～午後4時(19日(日)は午後3時まで)

◇秋の盆栽展

時

- 10月24日(金)正午～午後4時30分
- 10月25日(土)午前9時～午後4時30分
- 10月26日(日)午前9時～午後3時30分

◇高岡菊花大会

時 11月1日(土)～5日(水)午前9時～午後4時(5日(水)は午後3時まで)

・いずれも

所 おとぎの森館

問 景観みどり課 TEL 20-1416

企画展「横穴墓や木舟城から見る福岡町の歴史」

福岡町での発掘調査による出土品を中心に展示し、古代から中世にかけて、福岡町に住んだ人々の生活や文化に迫ります。

時 10月4日(土)～11月30日(日)

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)

◇対談式ギャラリートーク(予約不要)

①「福岡歴史民俗資料館開館当初から現在を振り返る」

時 10月18日(土)午後2時～午後3時30分

講師 栗山雅夫氏(奈良文化財研究所専門職員)、日和祐樹氏(福岡歴史民俗資料館初代学芸員)

②「福岡歴史民俗資料館の今後の展望」

時 11月1日(土)午後2時～午後3時30分

講師 栗山雅夫氏、仁ヶ竹亮介氏(高岡市立博物館主幹)

・いずれも

¥ 一般300円、中学生以下150円

※土・日・祝日は中学生以下無料

所 問 福岡歴史民俗資料館

TEL 64-5602



市HP



「日中友好の碑」献花祭

時 10月23日(水)午後2時

所 日中友好の碑前(伏木錦町16)

申 10月9日(水)まで、電話で日中友好協会へ。

問 日中友好協会 TEL 27-1856、文化国際課 TEL 20-1236

NPO・市民活動団体を紹介するパネル展

地域課題の解決や新たなまちの魅力創出のために活躍している、NPO・市民活動団体をパネル展示や動画で紹介します。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

時 ①10月24日(金)～26日(日)②10月29日(水)～11月7日(金)③11月11日(火)～27日(水)④12月1日(月)～7日(日)

所 ①ウイング・ウイング高岡1階 ②市役所1階ロビー③御旅屋セリオ1階アトリウム④イオンモール高岡東館1階レストラン街入口

問 チェンジ推進課

TEL 20-1101



市HP

歴史文化の学び交流事業 合同企画展「呉西の縄文ワールド」

呉西6市が「縄文時代」を統一テーマとして行う初めての合同企画展を、各市の施設で同時開催します。展示を巡るスタンプラリーも実施。3会場以上回った人にはスタンプ数に応じた数の缶バッジ(全6種)をプレゼントします。

時 10月1日(水)～31日(金)

所 埋蔵文化財センター

休館日 月・火曜日(祝日の場合は翌営業日)

※他市の企画展情報など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 文化財保護活用課

TEL 20-1463



市HP

伏木と能登ゆかりの名品を訪ねて 重要文化財特別公開 等伯仏画と洛中洛外図屏風

※この展覧会は宝くじの助成金により実施します。

◇ギャラリートーク(申し込み不要)

時 10月19日(日)午後2時～午後3時

※観覧料がかかります。

所 問 美術館 TEL 20-1177

もみ子先生の親子実験教室

時 11月3日(月・祝)

午前10時～午前11時

所 ウイング・ウイング高岡6階 キッチンサロン

対 市内の小学生とその保護者

定 親子10組(申し込み順)

申 問 10月10日(金)～19日(日)まで、直接が電話で中央図書館

TEL 20-1818へ。

※詳しくは図書館ホームページをご覧ください。

図書館HP



孫とおでかけ

おじいちゃん・おばあちゃんと孫(ひ孫)が、対象施設と一緒に来館した際に、入館料・観覧料などが無料になります。

対 富山県在住のおじいちゃん・おばあちゃんと孫(ひ孫)

※孫(ひ孫)に、住所・年齢の制限はありません。

申 各対象施設へ入館の際に申込書を記入してください。

※対象施設など詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 生涯学習・スポーツ課

TEL 20-1454



市HP

御旅屋人マーケットを開催します

「美味しい」「楽しい」がいっぱいの約30店舗が集まります。

時 10月19日(日)午前11時～午後4時

所 御旅屋セリオ周辺

問 末広開発(株)

TEL 20-0555、

商業雇用課

TEL 20-1289



OTAYAZINE

オタヤ子ども広場

毎月開催！親子向けイベント

①紙芝居

時 10月11日(土)午前11時00分～正午

②黒板動物 in 子ども広場

時 10月25日(土)午前10時30分～正午

¥ ①無料②100円

所 子ども広場(御旅屋セリオ3階)

問 商業雇用課 TEL 20-1591

新高岡市誕生20周年記念SOMPO ボールゲームフェスタin 高岡

- ①「あそびバ!」…JTL プレイリー
ダーや元トップアスリートが
講師として、幼児期に必要な運
動動作を指導します。
- ②「キッズチャレンジ」…各競技
の元トップアスリートやコーチ
などが講師として指導し、複数
の種目を体験することで、運動
やスポーツの魅力を体感します。
- 時** 11月16日(日)
①午前9時(午前8時30分受付)
②午後1時(午後0時30分受付)
- 所** 竹平記念体育館
- 対** ①年中～小学校3年生と保護者
②小学生
- 定** ①50組②100人(申し込み順)
- ¥** 無料
- 持** 上履き、動きやすい服装、飲み物
- 申** 10月1日(水)～11月9日(日)まで、
特設サイトから。
- 問** 生涯学習・スポーツ課 **TEL** 20-1458



福 祉

認知症の人とその家族の相談会 (要予約)

- 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。
- 問** 長寿福祉課 **TEL** 20-1165



と き	と ころ	予約先
10/10(金) 14:00～ 16:00	特別養護老人 ホーム 二上万葉苑	二上万葉苑 TEL 25-0808
10/22(水) 13:30～ 15:30	戸出コミュニ ティセンター	特別養護 老人ホーム かがやき TEL 30-2028
10/26(日) 9:30～ 11:00	ふれあい福祉 センター	光ヶ丘病院 TEL 63-6035

【 告 告 】

雪吊りの作業を体験してみませんか！

60歳以上で雪吊りの作業に興味のある方

日時：10月21日（火）9:00～15:00
会場：城光寺野球場
定員：20名（申込みは下記へ）
参加費無料、昼食はご持参ください
当日、簡単なアンケートにご協力いただきます

高岡市シルバー人材センター ☎20-1650



ス ポ ー ツ

スポーツ協会からのお知らせ

- ◇スポーツ高岡(第35号)を発行し
ました
スポーツ協会のホームページで閲
覧できます。
- ◇10月13日(スポーツの日)体育
施設無料開放
- 時** 10月13日(月・祝)
午前9時～午後5時
- 開放施設**
①東洋通信スポーツセンター
②城光寺陸上競技場
③前田庭球場
④県営高岡武道館
⑤万葉スポーツセンター
(正午～午後5時)
⑥竹平記念体育館、トレーニング室
(小・中学生は保護者同伴)、多
目的室
- いずれも
- 問** スポーツ協会
TEL 26-5225



たかおか朝市

- 野菜や雑貨など約60店舗が出店します。
※10月26日(日)は、抽選会があります。
- 時** 10月12日(日)・26日(日)
午前5時30分～午前8時
- 所** 坂下町通り
※市営御旅屋駐車場は、午前5時
30分から午前8時30分まで無料
- 問** たかおか朝市実行委員会(午
前10時～午後4時、水曜休み)
TEL 090-6811-3137、
市民生活課 **TEL** 20-1552

高岡地区広域圏からのお知らせ

- ◇氷見市立博物館特別展
「ひみのたからもの」―能登半島地
震と文化財レスキュー―(氷見市)
令和6年能登半島地震で、文化財レ
スキューされた資料を紹介します。
- 時** 10月17日(金)～11月9日(日)
午前9時～午後5時
- 休館日** 月曜日
※11月3日(月・祝)は臨時開館します。
- ¥** 無料
- 所 問** 氷見市立博物館 **TEL** 74-8231
- ◇ハラミちゃん 親子で楽しむ
コンサート (小矢部市)
ハラミちゃんが童話や人気アニメ
ソングなど、親子で楽しめる名曲
をお届けします。
- 時** 10月12日(日)午後2時開演
- ¥** スペシャル親子チケット1万
2,900円、親子チケット6,500
円、一般チケット6,500円
※詳しくはクロスランドおやべホーム
ページをご覧ください。
- 所 問** クロスランドおやべ
TEL 68-0932(水曜休館)



クロスランド
おやべHP

【 告 告 】

北海道産天然昆布を使用した こだわりの昆布メはいかがでしょうか。



『あぐりっち佐野店』にて店頭販売
土・日曜日 8:30より

廣瀬昆布専門店

〒933-0011高岡市石瀬121-4
TEL・FAX 0766-25-3203
Mobile 090-7087-7143

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、
保険年金課 **TEL** 20-1362



健

康

糖尿病教室

内 ①10月8日(水)…合併症、検査
②15日(水)…食事療法
③22日(水)…薬物療法、運動療法
時 午後2時～午後3時30分
持 筆記用具、(お持ちであれば)
お薬手帳・検査データ用の紙・糖尿病
連携手帳(③のみ)、履きな
れた靴、動きやすい服装
所 問 市民病院 **TEL** 23-0204

ちょっと気になる！ 血糖と健康のハナシ

糖尿病の基礎知識、血糖値が上がりにくい食事のとり方など、保健師・管理栄養士が分かりやすく説明します。血圧測定・体組成測定・骨密度測定もあります。

時 10月24日(金)午後7時～午後8時
(午後6時30分受付開始)

所 保健センター
定 30人(申し込み順)

申 問 10月17日(金)まで、電子申請
または電話で健康増進課 **TEL**
20-1345 へ。



電子申請

みんなの会 つなが～る in おとぎの森公園

認知症の人やその家族の集いの場です。認知症看護認定看護師による専門相談も行います。(要予約)

時 11月15日(土)午前9時30分～
午前11時

所 おとぎの森館(フラワールーム)

対 市内在住の認知症の人とその
家族

定 10組(申し込み順)

申 10月31日(金)まで、電話で横
田・西条・成美地域包括支援セン
ター **TEL** 27-7363 (平日午前9
時～午後5時まで)へ。

問 長寿福祉課 **TEL** 20-1165

プレ妊活健診費用助成

妊娠・出産に影響する疾患の早期発見・早期治療、将来の妊娠にむけた健康管理の推進などの健診費用を助成します。

助成回数 1回

対 次のすべてに該当する夫婦
(事実婚含む)

①申請日において、妻の年齢が40
歳未満

②申請日において、婚姻後(事実
婚含む)3年以内

③申請日および健診日において、
夫婦またはいずれか一方が市内
に住所を有している

④受診票交付後3か月以内に、実
施機関においてプレ妊活健診を
受ける

申 直接、交付申請書を健康増進課へ。
※交付申請書は保健センターか市
ホームページで入手可

問 健康増進課
TEL 20-1344



市HP

子ども・妊婦インフルエンザ 予防接種費用の助成

対 ①市内在住の生後6か月～中学生

②市内在住の妊婦

接種期間 10月1日(水)～
令和8年1月31日(土)

接種場所 ①県内の指定医療機関
②市内の指定医療機関

助成回数 注射…2回(中学生・
妊婦は1回)、経鼻…1回

助成費用 注射…上限3,000円/回、
経鼻…上限5,000円(中学生は上限3,000円)

申 ①申請不要(助成券を送付します)
※令和7年4月生以降の子どもは、
申請が必要です。

②市ホームページ(申請受付後、助成
券を送付)または直接健康増進課へ。

問 健康増進課 **TEL** 20-1349



市HP

高齢者の予防接種

対象者には、9月下旬に案内を送付しました。

①インフルエンザ予防接種

接種回数 1回

時 10月1日(水)～令和8年1月31日(土)

¥ 1,600円(生活保護受給者は無料)

②新型コロナウイルス感染症予防接種

接種回数 1回

時 10月1日(水)～令和8年3月31日(土)

¥ 5,000円(生活保護受給者は無料)

▪ いずれも

対 市内在住で、次のいずれかの人

▪ 接種時に65歳以上

▪ 60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能または、ヒト免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある

※対象医療機関など詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 健康増進課
TEL 20-1349



市HP①



市HP②

【広告】

お葬式のことなら

オークスセレモニーセンター高岡

☎0766-24-9211

365日
24時間

入会金10,000円会員
ファストワン

入会金
10,000円
のみ

「葬儀」ご利用時に
選べる特典!!

詳しくはお問い合わせください。

資料請求
お問い合わせ

☎0766-24-7711 オークス株式会社 高岡支社

オークス家族葬は
こちらから



みんなの掲示板

◇瑞龍寺宝物展

前田利常公奉納の宝物約30点を展示します。

時 11月1日(出)～3日(月・祝)

午前10時～午後4時

所 瑞龍寺

¥ 500円(拝観料は別途)

問 瑞龍寺 TEL 22-0179

◇富山県の最低賃金の改正について

10月12日から富山県最低賃金が1,062円に改正されます。この最低賃金は、年齢や雇用形態(パート・アルバイトなど)にかかわらず、県内の事業所で働く全ての労働者に適用されます。

※詳しくは富山労働局ホームページをご覧ください。

問 富山労働局

TEL 076-432-2735



富山労働局 HP

◇富山大学市民講座2025「脱・ネット依存」

ネット依存の現状と対策、予防、診断と治療について最新の研究を紹介します。詳しくは富山大学ホームページをご覧ください。

時 10月18日(出)午後2時～午後4時30分

所 富山大学五福キャンパス黒田講堂

対 中学生以上

定 500人

¥ 無料

申 問 ホームページまたは郵送で、富山大学地域連携推進機構生涯学習部門 TEL 076-445-6956 へ。



富山大学HP

◇ひきこもり等家族教室(要予約)

内 活動紹介、座談会

時 11月11日(火)午後2時～午後4時(受付は午後1時30分～)

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 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。



申し込みフォーム

◇おもちゃ病院ぺんぎん

おもちゃドクター養成講座

時 10月19日(日)午前9時30分～午後4時

所 ふれあい福祉センター201号室

¥ 350円(電池チェッカー代)

申 申し込みフォームから

問 おもちゃ病院ぺんぎん



申し込みフォーム

◇ハロウィン収穫祭(光ヶ丘病院内)

内 芋ほり、焚火パン作り、音楽体験、アート体験(有料)、スタンプラリー、キッチンカーなど

講師 飯尾裕光(芋ほり)、松井千代子(音楽体験)、Marie(アート体験)

※詳しくはホームページをご覧ください。

時 10月26日(日)午前10時30分～

午後3時

所 光ヶ丘病院リハビリファーム

問 ヒカリプロジェクト

TEL 070-7581-0307



ヒカリプロジェクト HP

◇あしつき秋祭り

内 障がい者施設の自主製品販売、ステージ発表、作品展、抽選会など

時 10月4日(出)午前11時～午後3時

所 ふれあい福祉センター

問 あしつき秋祭り実行委員会

TEL 29-3335

◇富山県公認パラスポーツ指導員養成講習会(初級)

時 11月23日(日・祝)午前9時～午後5時、11月30日(日)午前9時～午後3時50分、12月7日(日)午前9時～午後4時20分、12月14日(日)午後0時30分～午後4時

所 富山県総合体育センター、セーナー苑(12月14日(日)のみ)

対 令和7年4月1日現在で18歳以上の人

定 40人程度 ¥ 無料

※テキスト代3,500円別途必要

申 問 10月20日(月)まで、

富山県障害者スポーツ協会

TEL 076-413-2248 へ。



富山県障害者スポーツ協会 HP

楽しく気軽にウォーキング

◇呉西を歩こう!

ウォーキングミッション

呉西6市の代表的なウォーキングコースを歩くミッションを達成すると、とやま呉西圏域の特産品が当たる抽選に応募できます。

※県公式アプリ「元気とやまかがやきウォーク」のダウンロードが必要です。

対 高岡・射水・氷見・砺波・小矢部・南砺市に居住する人

実施期間 10月1日(水)～11月30日(日)

応募期間 10月1日(水)～12月7日(日)



市HP



元気とやまかがやきウォーク

◇健康ウォーキング教室

「おとぎの森公園を起点とする自然と歴史探訪コース」

ヘルスボランティアと一緒に身近な自然や歴史、文化など地域の見どころをめくりませんか。

※TAKAOKA アプリの健康管理ポイントが貯まります。

時 10月18日(出)午前9時～午前11時30分

所 おとぎの森館正面(集合)

・いずれも

¥ 無料

持 タオル、飲み物、帽子

問 健康増進課

TEL 20-1391



市HP



【広告】

【広告】

たかしん
年金受給者専用定期預金

お取扱期間 2026年3/31まで 最大200万円まで お預け入れ可能

たかしんで年金振込指定をされているお客様が定期預金をお預け入れの場合

適用利率 スーパー定期(1年) **+0.20%** 店頭表示金利

お預け入れ金額が お一人様 200万円まで
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。

ご利用できる方
●当金庫で現在の年金をお受取りの方
●新たに当金庫で公的年金のお受取りをご指定の方
●お預入期間中は、当金庫で継続して年金をお受け取りいただける方

お預け入れ金額 お一人様 10万円以上200万円以下(1円単位)

お預け入れ期間 1年の自動継続(元金継続)

中途解約時のお取扱い
ご都合により中途解約された場合は、当金庫所定の中途解約利率を適用いたします。

※詳しくは、お近くの
本支店にお問合わせ
ください。
2025年4月1日現在

相続専用
定期預金も発売中

高岡信用金庫
https://www.shinkin.co.jp/takaoka/

お家のお庭、そろそろ **お手入れどき** ではないですか?

はやぶさ造園

伐採 剪定 草刈

無料 お見積り・出張費 「とりあえず見積もりだけでも」大歓迎! お気軽にご連絡ください。

お問い合わせはお電話・HPから
0120-737-739
〒933-0981 富山県高岡市二上 468-1

営業時間 8:00～20:00 年中無休
HPはこちら



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	肺・胃・大腸	子宮・乳
①10/16(木)	福岡健康福祉センター	8:00～9:30	13:00～14:00
②10/18(土)	北陸予防医学協会 高岡総合健診センター	8:00～10:00	
③10/31(金)	竹平記念体育館	8:00～9:30	13:00～14:00

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 問 受診日の7日前まで、がん検診のお知らせに同封のはがきを返送（必着）か、電子申請または電話で①③は健康増進課 **TEL** 20-1345、②は北陸予防医学協会高岡総合健診センター **TEL** 24-3131 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。



集団がん
検診予約



がん検診の
お知らせ



受診券
発行



健康ミニ講座

超音波内視鏡 ～^{すい}臓がん診療の強い味方～

膵がんの患者数は近年増え続けており、2023年の年間死亡者数が4万人を超え、肺がん、大腸がんに次いで第三位になりました。

進行した膵がんは手術で切除できないため早期診断することが何よりも重要です。ところが早期膵がんの約8割は無症状ですので、腹痛や黄疸などの症状が出るまでに検査をして膵がんが疑われる異常を発見しなければなりません。

健診の腹部超音波では胃腸のガスが邪魔をして膵臓が十分に観察できないことが多いのですが、超音波内視鏡（胃カメラの先端に特殊な超音波装置がついています）は膵臓の近く（胃の中）から膵臓をくまなく観察できるため膵がんの早期診断に繋がります。

両親、子、兄弟姉妹に膵がん患者がおられる人、慢性膵炎や膵のう胞がある人、糖尿病の新規発症や悪化が見られる人、喫煙量や飲酒量の多い人、BMI30以上の肥満のある人は膵がんのリスクが高いといわれています。

症状が出る前に、ぜひ近くの病院にご相談ください。

高岡市民病院 消化器内科部長 荒木 康宏



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 平日の午前8時30分～午後5時15分
※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 10月22日(水)午後1時15分～午後3時15分

持 健康診査の結果など

申 10月17日(金)まで電話で健康増進課へ。



【広告】

無料出張査定

許可: 富山県公安委員会
第 501110007766 号

農機具セカンド

株式会社 **セカンド**
無料出張査定中!

076-456-2273

携帯 080-5858-7196 高岡倉庫/砺波倉庫/魚津倉庫/富山倉庫

LINEで
簡単査定も
できます!

代表 **柴田 光貴**(高岡市出身)

富山県 全域対応

乳幼児の健康診査 所 保健センター 問 健康増進課 TEL 20-1344

- ▶ お子さんの生年月日によって、受付時間が異なります。
- ▶ お子さん・付き添いの保護者・同居家族に 37.5度以上の発熱や風邪症状(喉の痛み、咳、鼻汁、倦怠感等)がある場合は、受診を延期してください。
- ▶ ㊦マークがついているものは、希望すればフッ素塗布が受けられます。(フッ素塗布料400円が必要です)
- ▶ 教室参加日に市に住民票のある人のみ参加可能。

保健センターで
1歳6カ月健診



かわい とら
河井 友豊くん
とお母さん

内容 (対象者)	とき	受付時間			持ち物
		13:00～13:20	13:20～13:40	13:40～14:00	
3カ月児健康診査 (令和7年5/25～ 6/19生)	10/9(木)	令和7年5/25～6/6生			母子健康手帳、問診票 (乳幼児健康診査問診票・ 予防接種予診票綴りに添付)、 バスタオル 1 枚
	10/16(木)	令和7年6/7～6/19生			
	13:20から10分間医師による育児講座があります。講座参加希望の人は、13:15までに受け付けを済ませてください。				
1歳6カ月児健康診査㊦ (令和6年2/25～ 4/13生)	10/7(火)	令和6年2/25～3/2生	令和6年3/3～3/6生	令和6年3/7～3/11生	母子健康手帳、問診票(乳幼 児健康診査問診票・予防接種 予診票綴りに添付)、バスタオル 1 枚、フッ素塗布料 400円
	10/14(火)	令和6年3/12～3/19生	令和6年3/20～3/24生	令和6年3/25・3/26生	
	11/4(火)	令和6年3/27～4/1生	令和6年4/2～4/10生	令和6年4/11～4/13生	
3歳児健康診査㊦ (令和4年2/14～ 4/7生)	10/8(水)	令和4年2/14～2/18生	令和4年2/19～2/23生	令和4年2/24生	母子健康手帳、問診票、健 康調査票、子育てアンケー ト、バスタオル1 枚、フッ素 塗布料400 円
	10/15(水)	令和4年2/25～3/3生	令和4年3/4～3/8生	令和4年3/9・3/10生	
	10/22(水)	令和4年3/11～3/15生	令和4年3/16～3/21生	令和4年3/22・3/23生	
	11/5(水)	令和4年3/24～3/31生	令和4年4/1～4/4生	令和4年4/5～4/7生	

内容(対象者)	とき	持ち物
3歳児むし歯予防フッ素塗布教室	令和4年9月～11月生	母子健康手帳、
2歳6か月児むし歯予防フッ素塗布教室	令和5年3月～5月生	バスタオル、タオル
2歳児むし歯予防フッ素塗布教室	令和5年9月～11月生	フッ素塗布料400円

- ▶ むし歯予防フッ素塗布教室は予約制です。(子育てアプリ「ねねネットたかおか」からの予約可)
- ▶ フッ素塗布は、前回の塗布から3か月程度の期間をあけましょう。
- ▶ 2歳児は歯の染め出しを行いますので、お子さん・保護者ともに汚れてもよい服装でお越しください。

保健センターの育児教室 所 ①③保健センター②ふれあい福祉センター 問 健康増進課 TEL 20-1346

内容	とき	対象者	持ち物
①はじめての離乳食教室(要予約)	10/10(金)10:00～11:30 (申し込み開始10/1(水))	令和7年3/16～5/15生	母子健康手帳、バスタオル
②はじめての母乳育児講座 (講義、人形を使用した赤ちゃんのお世話など)	10/26(日)10:00～11:30	妊婦およびその配偶者や家族 (定員25組)	母子健康手帳、筆記用具、 水分補給用の飲み物
③ブレママ・ブレパパ教室 (講義、人形を使用した赤ちゃんのお世話、子育て中のママとの交流など)	11/4(火)9:30～12:00 (申し込み開始10/3(金))	妊娠5か月以降の妊婦および その配偶者や家族(定員10組)	母子健康手帳、筆記用具、 水分補給用の飲み物

※子育てアプリ「ねねネットたかおか」で予約をお願いします。

保健センターの子育て相談 所 保健センター 問 健康増進課 TEL 20-1344

内容	とき	対象者	持ち物
幼児保健相談(要予約)	10/20(月)13:30～15:00	言葉の発達や行動が心配な3歳未満の幼児、未就園児	母子健康手帳
	10/29(水)9:00～11:30	言葉の発達や行動が心配な3歳以上の在園児	

※受付時間は、予約時に個別でお伝えします。

【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!

買取品目多数!ご相談だけでもOK!

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

【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!!

TEL 0766-23-2288

はびねすグループホーム いずみ 担当:高澤

子育て支援センター

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。

教室等の予約は子育てアプリ「ねねットたかおか」から♪

申 10月3日(金)午前10時から子育てアプリ「ねねットたかおか」でお申し込みください。(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
問 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
問 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
問 TEL 22-1881(二上町1105-1)
時 9:30～15:30
※土・日・祝日は休み

ねねットたかおか



母子モ
アプリ



教室などの
予約方法

ところ	内 容	と き	対 象	定員
御旅屋セリオ	親子ふれあいのつどい (パルナーティストmioさんによるミュージックパルナーショ) ※開催時間は、フロア利用中止	10/17(金) 10:00～11:30	1歳6カ月以上の 未就園児	35組
高岡子育て支援センター	8カ月あかちゃんのつどい (手遊び、ふれあい遊び、こどもの健康について)	10/23(木) 10:00～11:30	令和7年 2月生まれ	25組
	なかよし広場 (言葉の発達や行動で心配があるお子さんの相談、少人数での集団遊び)	10/27(月) 10:00～11:30	0～5歳児 (未就学児)	8組
	はいはいよちよち baby 秋 (ふれあい遊び、ハイハイよちよちレースなど)	10/28(火) 10:00～11:00	9カ月～ 1歳2カ月児	20組
	すくすく (身体計測と健康相談)	10/30(木) 10:00～11:30	0～3歳児	25組
	すこやかトーク (栄養士による離乳食に関するお話)	10/31(金) 10:00～11:30	4カ月～ 1歳3カ月児	15組
	親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた！」 ※毎週火曜日(全4回参加できる方)テキスト代 1,100円	11/4～25 (毎週火曜日) 10:00～12:15	2～5カ月児 (第一子)	10組
	タッチケアコミュニケーション (ベビーマッサージなど)	11/7(金) 10:00～11:00	2～7カ月児	16組
	リトミックベビー (リトミック・ふれあい遊び)	11/13(木) 10:00～11:00	7カ月 ～1歳2カ月児	20組
	歯っぴい教室 (歯の生え始め・お口の清潔)	11/14(金) 10:00～11:30	8カ月～1歳6カ月児 ※歯が4本以上萌出して いるお子さん	15組
	パパといっしょ (講師 富山短期大学付属みどり野幼稚園 教諭 梶 義典氏 他) (手遊び、ふれあい遊び) ※開催時間は、フロア利用中止	11/16(日) 10:00～11:00	1～3歳児	30組
福岡子育て支援センター	身体計測&育児相談 (栄養士さんに育児相談ができます)	10/16(木) 9:50～11:20	首すわり～3歳児	5組
	身体計測 (身長・体重を計測します)	10/16(木) 10:15～11:20	首すわり～3歳児	15組
	ママケア&リズム遊び「初回優先」 (体の歪み取り・骨盤矯正・ふれあい遊び) 2回目以降の場合10/10(金)から申し込み	10/21(火) 10:10～11:15	8カ月～2歳児	12組
	幼児とともに！ (子育て仲間をつくってお話しましょ♪)【全5回】	10/28～11/25 (毎週火曜日) 9:45～12:00	1歳～就学前の母親	10組
	リトミック教室「初回優先」 (リトミック・リズム遊び) 2回目以降の場合10/10(金)から申し込み	10/30(木) 10:20～11:30	11カ月～3歳児	20組
	親子でヨガ「初回優先」 (ベビーと一緒に産後リカバリー) 2回目以降の場合10/10(金)から申し込み	11/6(木) 10:20～11:30	5～11カ月児	18組

対象 3カ月以上の乳児と保護者、妊婦

赤ちゃんにここに教室(要予約)

川原地域交流センター	10/7(火)10:00～11:00	10組
西部児童センター	10/8(水)10:15～11:30	10組
野村公民館	10/10(金)10:00～11:00	10組
みつば保育園	10/10(金)10:00～11:30	15組
伏木コミュニティセンター	10/16(木)10:00～11:00	10組
定塚地域交流センター	10/16(木)10:00～11:00	8組
太田保育園	10/20(月)10:00～11:00	7組
能町地域交流センター	10/20(月)10:00～11:00	12組
二塚保育園	10/22(水)10:00～11:00	15組
牧野公民館	10/22(水)10:15～11:15	10組
国吉光徳保育園	10/23(木)10:00～11:00	8組
Uホール	10/27(月)10:00～11:00	10組
木津地域交流センター	10/29(水)10:00～11:00	10組
保健センター	11/4(火)10:00～11:00	10組

持 母子健康手帳、バスタオル、水分補給用の飲み物

※子育てフリートーク、事故予防のお話、手遊びなどを行っています。

※申し込みは開催日1カ月前から子育てアプリ「ねねットたかおか」で予約してください。

※妊婦さんは予約不要です。
問 健康増進課 TEL 20-1349

対象 乳幼児と保護者

ファミリーポケット

時 10:00～11:30

木津地域交流センター	10/9(木)
牧野公民館	10/16(木)
成美地域交流センター	10/17(金)
古府地域交流センター	10/23(木)



詳しくは
コチラ

※23日(木)は保育士と一緒にふれあい遊びをします。
※サポーターや他の親子との交流、手遊びなどを行います。

問 生涯学習・スポーツ課 TEL 20-1456

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	10/7・14・21	TEL 44-0595
野村児童センター	10/7・21・28	TEL 23-3893
西部児童センター	10/7・21・28	TEL 26-1347
戸出児童センター	10/7・21・28	TEL 63-2370

※21日戸出児童センターは高岡子育て支援センター職員による活動日です。

【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

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

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/



公民館や公園など公共施設向けに



壁掛け式



自立式

神社・仏閣様向け
掲示板販売開始！



全身の健康は歯の健康から

歯を失う原因の第1位は歯周病、第2位はむし歯です。どちらも日常のケアと定期的な歯科検診で発症を予防することができます。歯と口の機能を守り、いつまでも健康に過ごしましょう。

ライフステージ別 セルフケアのポイント

思春期・青年期



(10歳代～39歳)

不規則な食生活や夜更かしなど、生活習慣の乱れでむし歯のリスクが上がる時期です。歯肉炎も増加します。

POINT!

- ◎朝食を食べる、睡眠時間の確保など、まずは生活習慣を整えましょう
朝食を食べない人や就寝時間が遅い人はむし歯が多いことがわかっています。
- ◎歯列のチェックを受けましょう



歯並びやかみ合わせは、歯みがきのしやすさ、磨き残しに影響するよ!

壮年期



(40歳～64歳)

歯周病で歯を失う人が増加する時期です。50代以上では、約半数の人が歯周病にかかっているとされています。

POINT!

- ◎細菌がたまりやすい歯と歯ぐきの境目を意識してみがきましょう
- ◎歯間ブラシやフロスを活用しましょう



高齢期



(65歳以上)

噛む力、飲み込む力、舌の機能が低下する時期です。

POINT!

- ◎噛む機能を維持して認知症を予防しましょう
- ◎義歯と残っている歯のケアを欠かさずに
噛み応えのある肉や食物繊維の多い食材を取り入れ、よく噛むことを意識しましょう。
また残っている歯を残存させるため、歯みがきと毎日の義歯のケアは欠かせません。

歯周病検診実施中

市内在住の、20・30・40・45・50・55・60・65歳の方は1,000円、70歳の方は500円で歯周病検診を受けることができます。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

※年齢は令和8年3月31日時点

市HP▶



問合先 健康増進課 TEL 20-1391 FAX 20-1347
監修 高岡市歯科医師会

高岡市歯科医師会からのお知らせ

◆自宅で歯科治療が受けられます

市内在住で、歯科医院に通院が困難な人は、在宅歯科医療サービスをご利用ください。虫歯の治療だけでなく、入れ歯やお口の中の状態をチェックする検診や口腔ケアも行っています。

◆義歯ネーム入れボランティア

市内介護施設にて、義歯に入所者の名前が書かれた名札を埋め込むボランティアも行っています。

問合先 高岡市歯科医師会 TEL 24-0303 (平日午前10時～午後4時)

市内のこどもまんなかの取り組みを紹介します!

#こどもまんなかやってみた

ホップスポーツスタジオ

ホップスポーツスタジオは、野村で放課後児童クラブを運営しており、ハードルや鉄棒などを用いて、スポーツが得意になるためのプログラムを楽しく行っています。

スポーツはこどもたちの健全な発育に重要なだけでなく、会話が 늘어나 こども同士の絆も深まります。野村、高陵、下関、能町、成美小学校へは無料で送迎を行っています。ぜひご利用ください。



ホップスポーツ
スタジオHP

問合先 子ども・子育て課 TEL 20-1393

SNSでも「#こどもまんなかやってみた」を投稿してね!



令和7年
8月末現在

人口

161,573人

男 78,638人
女 82,935人

区分

令和7年8月中の増減
令和7年1月からの増減

自然増減
(出生-死亡)
- 100
- 1,078

社会増減
(転入-転出)
- 31
- 21

計

- 131
- 1,099

世帯数

71,191世帯

(うち外国人世帯 2,765世帯)

令和7年8月中の増減-2



発行/富山県高岡市(〒933-8601 高岡市広小路7-50) TEL(0766)20-1111

編集/広報発信課 TEL20-1331 FAX20-1664

印刷/キクラ印刷株式会社