

広報
vol.843
2023.7

なめりかわ
NAMERI
KAWA

LINE から参加できます！
なめりかわ
健康ポイント
(→P2・3)

はじめませんか？「健康づくり」



かようびクラブ

今年から市公式LINEで参加できます！

■ 参加方法

1 まずは、友だち追加！

- QRコードを読み込み追加▶
- または、友だち追加ページから @namerikawa-city を検索して追加



※スマホ教室でLINEの使い方をご説明します！(→P7)



2 メニューから選択！



「健康づくり」をタップして、「なめりかわ健康ポイント」を選択



3 ポイントをためて、応募しよう！

健康づくり項目に取り組み、健康ポイントをためましょう！
50ポイントで記念品抽選に応募できます。
※100ポイント、150ポイント達成時にも応募できます。

健康づくり取り組み項目
毎日の目標(1日1pt、30pt必...)
健診の受診 (5pt)
ドック・職場健診 (10pt)
運動教室・健康講座 (2pt)
ウォーキングの実施 (2pt)
地区での活動 (2pt)
スポーツ施設の利用 (2pt)
健康指標の改善 (5pt)

LINE 応募限定特典！

記念品の抽選に外れた方の中から、
LINE 応募の方限定で、
抽選で100人に
LINE Pay 残高
500円相当をプレゼント！



その他、協賛事業者によるお得なLINEクーポンも配布します！



なめりかわ健康ポイントに参加した方の、
約85%が健康意識が変わったと実感しています。

※令和4年度参加者アンケートより
ぜひ参加して、より良い健康習慣を
つくっていきましょう！

詳しくは、市HPをご覧ください▶



問い合わせ先 生涯学習・スポーツ課 ☎ 475-1484

応募用紙でも参加できます！

これまで
どおり

下記の施設に応募用紙を設置しています。健康づくり項目に取り組み、応募用紙のスタンプ欄に50ポイントたまったら、応募用紙設置施設の窓口に直接持参して応募してください。 ※応募は1人3回までです。

応募用紙設置施設

- 市教育委員会
- 市民健康センター
- 市総合体育センター
- 市民交流プラザ
- タラソピア
- 滑川室内温水プール
- 図書館
- サン・アビリティーズ滑川

はじめませんか？

「お得に」健康づくり！

なめりかわ健康ポイント

実施期間 7月1日(土)~12月28日(木)

定期的に健康診断やがん検診を受けてご自身のからだの状態を知ることや、若いうちから運動習慣を維持・継続していくことは人生100年時代をいきいきと暮らしていくうえで非常に大切です。
「なめりかわ健康ポイント」を活用し、ご自身の健康習慣づくりに役立ててみませんか。

なめりかわ健康ポイントとは？

滑川市民または滑川市内に勤務する方の健康維持を目的に実施しています。
健康診査などの受診や各種健康増進につながる活動を実施することでポイントがたまり、抽選で地元特産品などの記念品がもらえます。

抽選で記念品がもらえます！

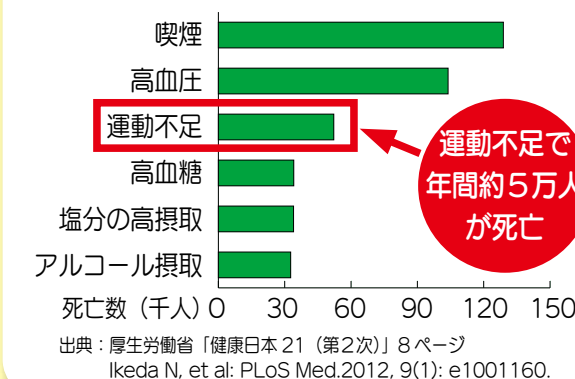
- ・スマートウォッチ
- ・ノルディックウォーキングポール
- ・地元農産物
- ・ホタルイカ商品
- ・あいらぶ湯入浴券
- など

※写真はイメージです。

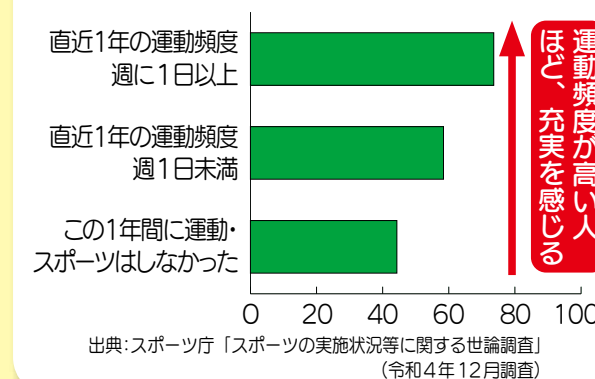


どうして運動が必要なの？ ～国の調査データをご紹介します～

「2007年のわが国における危険因子に関連する非感染性疾患と外因による死亡数」



「日常生活の中で充実感を感じている」と答えた割合(%)



その他、運動がもたらす効果

- 自己免疫力の向上
- 生活習慣病の予防、改善
- ストレス解消
- 体力の維持、向上
- 血流の促進
- 良好な睡眠

【高齢者】

- 筋力の維持、転倒防止
- 認知症予防、食欲増進
- など





7/14 いまはまだない仕事にやがてつく人たちの教室
企画政策課 ☎ 475-2119

内 滑川市でお店をしたい！滑川市を盛り上げたい！
そんな熱い思いを抱く皆さんが実際に行動に移す後
押しをする連続レクチャーの第1回目を開催(全4回)

日 7月14日(金) 18:30～21:00 (開場18:00)

場 メリカ1階 フリースペース

講 スターパイロット代表 三浦 丈典さん

料 1,000 円 (ドリンク、軽食代)

対 滑川市でお店をしたい方や滑川市を盛り上げたい方

定 30 人程度 ※要事前申込

申 7月11 日(水)までに電話または、
右記 QR コードから申し込み ▶



7/9 滑川市夏季消防訓練
滑川消防署 ☎ 475-0180

内・日 7月9日(日) 8:00～

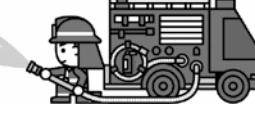
①8:20～ 市消防団東加積分団 基本操法披露
※7月22日(土)に県広域消防防災センターで開催され
る、第74回富山県下消防団消防操法大会に滑川市
代表として出場します。

②8:40～ 第41回滑川市消防団実戦操法大会

③10:00～ 観閲

場 滑川消防署グラウンド

他 荒天(警報発令時)、
災害発生時は訓練を中止する場合があります。
進行状況により実施時刻を変更する場合があります。



7/9 郷土芸能のつどい
滑川市文化・スポーツ振興財団 ☎ 476-9120

日 7月9日(日) 14:00 開演

※入場無料

場 市民会館大ホール




7/1 関西滑川会 ～総会・懇親会～
関西滑川会事務局 ☎ 090-3357-0763

※関西在住のご家族・ご親戚の方などにお知らせください。

日 7月1日(土) 11:00～15:00

場 ホテルグランヴィア大阪20階「鳳凰の間」

7/9 オリンピアントークショー
生涯学習・スポーツ課 ☎ 475-1484

内 メダリストの三宅宏実さんをはじめとする、ウエ
イトリフティングオリンピックの皆さんによるト
ークショーやウエイトリフティング体験会、グッ
ズが当たる抽選会を開催

日 7月9日(日) 9:30～12:00

場 総合体育センター ※入場無料




1/7 令和6年なめりかわ二十歳の式典
生涯学習・スポーツ課 ☎ 475-1483

日 令和6年1月7日(日) 10:30～

場 市民会館大ホール

対 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの方

他 進学や就職などで市外に住所を移した
方で、出席を希望される場合は、
市HPから申し込みをお願いします ▶



生きがい陶芸教室
福祉課 ☎ 475-1426

日 毎週水曜日 9:00～13:00

場 陶芸の館

料 月500 円 (材料費など別途徴収)

申 随時受付



みのわ温泉からのお知らせ
みのわ温泉 ☎ 474-1770

■みのわ mini ギャラリー 日 7月5日(水)～24 日(月)

内 写真展示「剣岳と立山をのぞむ風景」

■みのわの日

内 来館ポイント2倍デー 日 7月30 日(日)

広告

切り替えて
もっと
快適に!

光サービス基本料金
(テレビ+インターネット) 月々 **3,740 円** (税込) から!

光サービス
お申し込み受付中!

ご契約中
のお客様
コチラから ▶

新規加入
のお客様
コチラから ▶

おトクがいっぱい! **ケーブルプラス電話** もお申し込み受付中!

Net3 光サービス受付専用番号 **076-461-3118**
(平日 9:00～17:30)
ケーブルテレビ Net3 WEB ▶ <https://net3.tv>



7/22 純烈コンサート 2023
滑川市文化・スポーツ振興財団 ☎ 476-9120



日 7月22 日(土) 14:00 開演

場 市民会館大ホール

料 4,500 円 (当日 5,000 円) で全席指定



7/23 アユのつかみどり大会
水産観光課 ☎ 475-1436

日 7月23日(日) 10:00～ (受付時間 9:30～9:50)

場 ほたるいかミュージアム

対 市内の園児・小学生 ※参加無料

定 100 人 ※要事前申込

他 路上駐車は絶対にしないでください。
駐車台数には限りがありますので、
公共交通機関の利用をお願いします。
事前に申し込みが必要です。
詳細は市HPをご覧ください ▶




中央公民館 教養講座
中央公民館 ☎ 475-5492

■高齢者学級「福寿大学」
東福寺野における国際アートキャンプ

日 7月14 日(金) 13:30～

場 市役所東別館3階 大会議室

講 富山県芸術文化協会 会長 伊東 眞さん

老いてこそデジタルを (オンライン講座)

日 8月4 日(金) 13:30～

場 市役所東別館3階 大会議室

講 IT エバンジェリスト 若宮 正子さん

■趣味の教室「くらしの窓」

場 東地区公民館 ※陶芸は「陶芸の館」

他 開催日が変更される場合があります。

書 道	5 日(水)、19 日(水)	19:00～
絵 画	5 日(水)、12 日(水)、26 日(水)	19:00～
陶 芸	9 日(日)、23 日(日)	9:30～
詩 吟	4 日(水)、18 日(水)	14:00～
	14 日(金)、28 日(金)	19:00～




7/1 林家正蔵の囃の会
滑川市文化・スポーツ振興財団 ☎ 476-9120



日 7月1 日(土) 13:30 開演

場 西地区コミュニティホール

料 1,000 円 (当日 1,500 円) で全席自由



8/5 滑川ほたるいかマラソン ランニング教室
市体育協会 ☎ 475-9233

内 ミニ駅伝やロング走などの練習を行います。

日 第1回 8月5日(土) 9:00～12:00 (予定)
第2回 9月9日(土) (予定)

場 スポーツ・健康の森公園 陸上競技場 ※雨天決行

講 大野 颯さん(富山マラソン2016優勝)
及川 佑太さん(箱根駅伝・ニューイヤー駅伝出場)

対 第26 回ほたるいかマラソンに参加申込された方

定 50 人 ※先着順

申 7月3 日(月)～30 日(日)までに
電話または、メール
(n-sports@n-sports.jp) で申し込み




市民交流プラザからのお知らせ
滑川市民交流プラザ ☎ 476-5500

■あいらぶ湯・七夕イベント ☆星にねがいを☆

内 「あいらぶ湯」フロント前に
七夕用の竹と短冊があります。
好きな色の短冊にメッセージを書いて、
竹に吊るして彩りましょう。
※あいらぶ湯の利用がなくても記入できます。

日 7月1 日(土)～8月7 日(月)

■悠友サロン「民謡のつどい」

日 7月18 日(水) 13:30～

場 市民交流プラザ3階 多目的ホール

出 相生民謡民舞サークル 会主 豊田 勇さん

■サロンコンサート「サマーコンサート 2023」

日 7月8 日(土) 14:00～

場 市民交流プラザ1階 交流サロン

出 藤縄 佑樹さん (ピアノ)

■7月のあいらぶ湯シルバーデー 毎週火曜日





海釣りを楽しむ皆さんへ

図 水産観光課 ☎ 475 - 1436

海は漁業者にとって就業の場であり、かけがえのない生活の基盤です。ルールを守り、楽しく海釣りをしましょう。

- ・アワビ、サザエ、カキなど共同漁業権の対象となっている水産動植物の捕獲は禁止されています。
- ・空き缶、たばこの吸い殻、ビニール袋、釣り糸、えさの残りなどのゴミは必ず自分で持ち帰り、海や海岸を汚さないでください。
- ・ゴミを海や海岸で燃やさないでください。
- ・定置網や刺網などの漁具類に損害を加えたり、操業中の漁船の周辺での釣りをしたりしないでください。
- ・天候や海の状況に注意し、無謀な行動は慎んでください。



ハチの巣の駆除について

図 生活環境課 ☎ 475 - 1374

ハチは初夏から秋にかけて活動が活発になります。特にスズメバチは、攻撃性が強く、巣を守るために人を襲うことがあり、刺されると死に至ることがあるため注意が必要です。スズメバチの巣を発見した場合は、むやみに騒がず、近づかず、ハチを刺激しないようにしましょう。

なお、市では、個人の住宅や敷地内に作られたハチの巣の駆除は行っていないので、専門業者にご相談ください。

また、公共施設でハチの巣を発見した際は、各施設の管理部局にご連絡をお願いします。

※詳しくは、市HPをご覧ください▶



マイナンバーカード交付 申請サポートの延長窓口・休日開庁

図 市民課 ☎ 475 - 1304

延長窓口開設日 ※ 19:00 まで

7月10日(月)、8月21日(月)

休日窓口開設日 ※ 9:00 ~ 12:00

7月23日(日)、8月19日(土)

開設場所 市民課窓口

持ち物 (カードを申請する場合)

- ・運転免許証など本人確認ができるもの
- ・通知カード ・申請書 (お持ちの方のみ)

※カードの受け取りは、市からの通知内容をご確認ください

マイナポイントの申込期限は、9月末に延長されました。

※決済サービスによっては9月末より前に申込期限が設定されています。決済サービス一覧ページ▶
をご覧ください。各決済サービス会社にお問い合わせください。



※2月末までに、カードを申請された方が対象です。
ポイントについては、図 DX推進課 ☎ 475 - 1527

学校体育施設開放調整会 (8月~11月の利用予定分)

図 生涯学習・スポーツ課 ☎ 475 - 1484

と き 7月20日(木)

18:00~(スポーツ少年団、滑中テニスコート利用希望者)

19:00~(一般利用団体)

ところ 市役所東別館3階 大会議室

※学校体育施設の借り方は市HPをご覧ください▶

自衛官等募集案内

図 自衛隊魚津地域事務所 ☎ 0765 - 24 - 1036

区分	受験資格	受付期間	試験日
一般曹候補生 男女	18歳以上33歳未満で 日本国籍を有する方 ※詳細はお問い合わせください。	7月1日(土)~ 9月5日(木)	1次試験 9月16日(土) 2次試験 10月14日(土)~11月5日(日) (期間中で指定される1日)
自衛官候補生 男女		9月12日(木) まで	WEB学科試験 9月21日(木)~23日(祝)(予定) 口述試験、身体検査 9月26日(木)~28日(土) (期間中で指定される1日)
航空学生 男女	海上:18歳以上23歳未満で 日本国籍を有する方 航空:18歳以上21歳未満で 日本国籍を有する方 ※詳細はお問い合わせください。	7月1日(土)~ 9月7日(木)	1次試験 9月18日(祝) 2次試験 10月14日(土)~19日(木) 3次試験 海上:11月17日(金)~12月13日(木) 航空:11月11日(土)~12月14日(木)

※上記以外の試験についても、
お気軽にお問い合わせください。
詳細は、自衛隊富山地方協力本部HPをご覧ください▶



市営住宅等 入居者募集

図 都市計画課 ☎ 475 - 1453

※金額は月額の入居者負担額

※申し込みは窓口で(電話不可)

※入居要件などは市HPをご覧ください▶



◆市営住宅

●荒俣

▽2階・3階2LDK 9戸 19,600円~35,500円

▽2階3LDK 2戸 23,200円~34,600円

●サンコーポラス上小泉

▽3階3DK 1戸 11,400円~17,000円

申込期限 7月14日(金)

抽 選 日 7月21日(金)

入居可能日 8月15日(木)以降

◆特定公共賃貸住宅 (中堅所得者向け)

●シーサイドタウン有機

▽2階2LDK 1戸 36,800円~56,800円

▽1階~3階3LDK 7戸 44,100円~68,000円

▽2階・3階4LDK 3戸 61,600円~88,600円

申込期限 なし(随時募集)

◆定住促進住宅 ※いずれも駐車場代は別

●サンコーポラス吾妻

▽2階・4階・5階3DK 10戸 40,000円

●サンコーポラス北野

▽1階~5階3DK 36戸 44,000円

●サンコーポラス上小泉

▽4階3DK 1戸 39,000円

▽5階2K 1戸 22,000円

申込期限 なし(随時募集)



あいの風サイクルトレインの運行

図 あいの風とやま鉄道株式会社 ☎ 444 - 1300

運行日 ※要予約

7月 第2、第4土・日曜日

8月 運休

9月 毎週土・日曜日

10月 毎週土・日曜日

11月 3日(祝)、4日(土)、11日(土)、12日(日)

予約方法

乗車日の1カ月前から5日前までに、

あいの風とやま鉄道HPから乗車予約してください▶



あいの風とやま鉄道ファンクラブ 2023 年度会員募集

図 あいの風とやま鉄道株式会社 ☎ 444 - 1300

「富山湾岸クルージング」「ほたるいかミュージアム」の利用料金割引などの入会特典があります。

年会費 個人会員 1,000円

親子会員 1,500円

(大人1人+子ども1人、子どもは小学生以下)

法人会員 10,000円(1口)以上

申込方法

①あいの風とやま鉄道HPの専用申込フォーム

②募集チラシに必要事項を記載し、FAXまたは郵送
(あいの風とやま鉄道有人駅に設置)

※詳しくは、あいの風とやま鉄道HP

をご覧ください▶



国民健康保険のお知らせ

☎ 医療保健課 ☎ 475 - 1339

■国民健康保険被保険者証の更新

8月1日(火)からは、7月中旬に郵送される新しい被保険者証(青色)を使用してください。

※これまでの被保険者証(オレンジ色)は、8月1日(火)から使えなくなりますので、ご自身で確実に破棄してください。

■限度額適用認定証の交付申請

国民健康保険被保険者の方で、右表の青色部分に該当される方は、申請により限度額適用認定証が交付されます。

※国民健康保険税の納税状況などによっては交付が制限される場合があります。

交付を希望される場合は、本人確認書類をご用意のうえ、医療保健課窓口へお越しいただくか、郵送で申請をしてください。

※申請書は市HPからダウンロードできます▶



・70歳未満の方

所得区分	所得要件
ア	基礎控除後の総所得金額が901万円超
イ	基礎控除後の総所得金額が600万円超～901万円以下
ウ	基礎控除後の総所得金額が210万円超～600万円以下
エ	基礎控除後の総所得金額が210万円以下(住民税非課税世帯を除く)
オ	住民税非課税世帯

・70歳以上75歳未満の方

所得区分	所得要件
現役並み所得者Ⅲ	同一世帯の70歳以上75歳未満で国民健康保険に加入している方の住民税課税所得が690万円以上
現役並み所得者Ⅱ	同一世帯の70歳以上75歳未満で国民健康保険に加入している方の住民税課税所得が380万円以上690万円未満
現役並み所得者Ⅰ	同一世帯の70歳以上75歳未満で国民健康保険に加入している方の住民税課税所得が145万円以上380万円未満
一般	低所得者Ⅰ・Ⅱ、現役並み所得者Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ以外の人
低所得者Ⅱ	低所得者Ⅰの該当者を除く、住民税非課税世帯
低所得者Ⅰ	住民税非課税世帯かつ、その世帯の全員の所得が0円

後期高齢者医療制度のお知らせ

☎ 医療保健課 ☎ 475 - 1339

☎ 県後期高齢者医療広域連合 ☎ 465 - 7502

■後期高齢者医療被保険者証の更新

8月1日(火)から使用する新しい被保険者証を、7月中旬から特定記録で順次発送します。

医療機関受診時の窓口負担(1割、2割または3割)は、前年の所得等により変更されている場合がありますので、ご注意ください。

■限度額適用・標準負担額減額認定証

住民税非課税世帯の方は、申請により、自己負担限度額(月額)や入院時の食事代が軽減される「限度額適用・標準負担額減額認定証」が交付されます。

※世帯構成員に住民税未申告の方がいる場合は、申告により区分が変わる場合があります。

■限度額適用認定証

現役並み所得者(窓口負担が3割)で、住民税課税所得が690万円以上の被保険者がいない世帯の方は、申請により、医療機関窓口で支払う自己負担(月額)が限度額まで減額される「限度額適用認定証」が交付されます。

※いずれの認定証も申請により交付されますが、既に認定証の交付を受けていて、8月以降も対象となる方には、7月末頃から普通郵便にて順次発送しますので手続きは不要です。また、オンライン資格確認を受ける場合は、認定証の掲示は不要です。

口腔機能の維持へ早期対応を

☎ 県後期高齢者医療広域連合 ☎ 465 - 7504

後期高齢者歯科健診

虫歯などの早期発見・治療と、歯磨き指導などによる口内環境の改善、誤嚥性肺炎など高齢者がかかりやすい病気の予防を目的に、後期高齢者歯科健診を無料で実施します。

対 象 昭和22年4月1日～

昭和23年3月31日生まれの方

※対象の方には案内を送付済みです。

期 間 7月1日(土)～9月30日(土) ※要電話予約

内 容 口腔診断、歯周病・口腔衛生診断、嚥下(飲み込み)機能の検査、舌・口唇機能(口の運動)検査、保健指導

持ち物 送付物一式、被保険者証



「服薬情報のお知らせ」の送付

☎ 医療保健課 ☎ 475 - 1339

☎ 県後期高齢者医療広域連合 ☎ 465 - 7504

令和5年度から、県後期高齢者医療加入者のうち、一定数以上の薬などを服薬している方へ「服薬情報のお知らせ」を送付します。お知らせが届いた方は、かかりつけ医や薬局に持参の上、今後の服薬についてご相談ください。

発送時期 7月末～8月頃(予定)

面接相談は、事前のご予約を

☎ 魚津税務署 ☎ 0765 - 24 - 1370

・税務署での面接相談を希望される方は、事前に電話でのご予約をお願いします。

※電話し、音声アナウンスの後に「2」を押してください

・一般的な税務相談は、電話相談センターで相談できます。

※電話し、音声アナウンスの後に「1」を押してください

・インボイス制度に関するご相談は、国税庁HPのチャットボット(ふたば)をご利用ください▶



電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金

☎ 福祉課 ☎ 475 - 1377

エネルギー・食料品価格などの物価高騰による負担増を受け、住民税非課税世帯を対象に、1世帯当たり3万円を給付します。

対象世帯

基準日(令和5年6月1日)時点で、世帯全員の令和5年度分の住民税が非課税である世帯

※住民税課税者の扶養親族等のみで構成する世帯を除きます。

申請方法など

①該当世帯(②の世帯を除く)に7月下旬から8月上旬にかけて給付金支給のご案内などを送付します。以下の事項に該当する場合にのみ同封の届出書に必要事項を記入の上、福祉課に返送してください。

・ご案内に記載されている口座以外への振込を希望される場合

・本給付金の支給を希望されない場合

②令和5年1月2日以降に滑川市に転入された方のみで構成する世帯や、令和5年1月2日以降に滑川市に転入された方がいる世帯でその方以外の各世帯員の住民税が非課税である世帯には、申請書を送付します。申請書が届いたら、申請者本人の本人確認書類、口座番号が分かるもの、その転入された方の令和5年度住民税が非課税であることが分かる書類(例:令和5年度住民税非課税証明書)を福祉課へ郵送するか、直接提出してください。 ※お急ぎの場合は、市HPから申請書をダウンロードして申請してください▶



給付時期

①の世帯については、8月下旬 ②の世帯については、申請書類を市が受領した日からおおむね2週間後

国民年金保険料の免除・納付猶予の申請

☎ 市民課 ☎ 475 - 1304

☎ 魚津年金事務所 ☎ 0765 - 24 - 5153

経済的な理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合、申請により納付が免除・猶予される場合があります。

国民年金保険料が未納のままだと将来の老齢基礎年金や、障害・死亡など不測の事態が生じたときの障害基礎年金・遺族基礎年金を受け取れない場合があります。

今年度(今年7月分～来年6月分)の免除・猶予申請は7月3日(月)から受付開始します。また、申請書提出日の2年1カ月前までさかのぼって申請できます。

必要な物

基礎年金番号またはマイナンバーがわかるもの

※失業(退職)などによる申請の方は、雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票などの写しも必要です。

心の健康相談

☎ 県中部厚生センター ☎ 472 - 0637

心の悩みのほか、統合失調症、うつ、不安症、アルコール依存症、認知症などの病気について、精神科医がご相談を受けます。秘密は守りますので安心してご相談ください。

と き 7月12日(火) 13:30～15:30 ※要予約

ところ 県中部厚生センター(上市町横法音寺40)

あなたの大切な家を害虫から守るアイ・エス企画/広告

シロアリ駆除・予防工事

殺虫・殺菌・殺カビ・消臭・関連商品の販売・施工

- 有害生物防除(シロアリ・ゴキブリ他)
- ハチ駆除 ●ハト対策
- 害獣・床下湿気対策

無料調査・診断
お見積り致します。

I.S 害虫駆除 **アイ・エス企画**

●お気軽に
お電話を...

魚津市新道1丁目7-18
TEL 0765-32-5064

暮らしの保健室を開設しています！

☎ 市民健康センター ☎ 475 - 8011

市民の皆さんが気軽に悩みごとを相談できる場として、滑川ショッピングセンターエールに「暮らしの保健室」を開設しています。

経験豊富な相談員があなたのお悩みにお答えします。相談は匿名でも構いません。※予約不要、相談無料

開設場所・日時

場 所 滑川ショッピングセンター
エール

※市民交流プラザ側入り口付近、のぼり旗が目印です。

開設日時 毎週火曜日、土曜日 13:30 ~ 15:30



7月の開設日、相談受付内容

・火曜日

(4日、11日、18日、25日)

健康・医療・介護に関すること

・土曜日

(1日、8日、15日、22日、29日)

子育てに関すること

・民生委員 ・保健師 ・保育士 ・教員
などの経験者が対応します。

マイナンバーカードの健康保険証利用

☎ マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120-95-0178

マイナンバーカードを健康保険証として利用できます。マイナポータルから利用申込ができるほか、市民課総合窓口横にサポート窓口を開設しています。

※マイナンバーカードの健康保険証利用に

ついては、厚生労働省HPをご覧ください▶



楽しく介護体験講座参加者募集

☎ 地域包括支援センター ☎ 476 - 9400

家庭でもできる負担の少ない介護の方法やポイントについて、実習を通して学び、いざという時に役立ててみませんか。※要申込、受講料無料

と き 8月23日(水) 10:00~12:00(受け付け9:30~)

ところ 富山医療福祉専門学校 介護福祉学科棟

講 師 健康の森シニア大学校講師 前坂 宣明さん

対 象 市内在住または市内勤務の方

定 員 20人(先着順)

持ち物 タオル1枚、内履き、
水分補給用の飲み物

申 込 電話または、市HPから▶



福祉・介護の仕事相談

☎ 県福祉人材センター ☎ 432 - 6156

「福祉・介護のお仕事相談コーナー」を開設し、キャリア支援専門員が無料で相談を受け付けます。

と き 毎月第3火曜日 9:30 ~ 15:30

(祝日の場合、変更あり)

ところ ハローワーク滑川



健康の森シニア大学校 秋期講習開校

☎ 地域包括支援センター ☎ 476 - 9400

富山医療福祉専門学校の講師による健康づくりに役立つ講習会を開催します。「健康寿命の延伸」「骨・関節・筋の役割」「安全・適切な介護」などを学べます。

※要申込、受講料無料

と き 8月25日~10月6日の毎週金曜日(全7回)

13:30~15:00(受け付け13:00~13:30)

ところ 富山医療福祉専門学校

対 象 市内在住の65歳以上の方

持ち物 運動しやすい服装、内履き、
筆記用具、飲み物

申 込 電話または、市HPから▶



新型コロナワクチンの接種について

☎ 市民健康センター ☎ 475 - 8011

令和5年度は無料で接種できます。希望される方は、接種してください。なお、市外から転入された方で、接種を希望される方は、転入前の市町村などで接種された際に受領した接種済み証を市民健康センターに持参してください。

【春開始接種(8月末まで)】

接種対象者

- ① 65歳以上の方 ② 基礎疾患のある方
- ③ 医療機関や高齢者施設などに勤務している方

接種時期

8月末まで ※市HPなどでお知らせします▼

接種券について

①の方には、順次発送しています。

②、③の方は市HPから申請してください▶

【秋開始接種(9~12月)】

接種対象者

5歳以上の初回接種(1・2回目)済で、希望される方

接種開始時期

国から詳細が示されましたら、改めてお知らせします。



新生児紙おむつ購入券支給

☎ 市民健康センター ☎ 475 - 8011

子育て家庭の経済的負担を軽減し、安心して子どもを育てられる環境づくりを推進するため、新生児1人につき、5,000円相当の紙おむつ購入券を支給します。

対 象 次の①、②のいずれも該当する方

① 市内に住居を有し、居住している方

② 新生児(令和5年4月1日以降に生まれた

満1歳未満の児)と同居し、養育している方

※支給方法など、詳しくは市HPをご覧ください▲



健康づくりボランティア養成講座参加者募集

☎ 市民健康センター ☎ 475 - 8011

健康と食生活に関する正しい知識を身につけ、家族や地域の方へより良い生活習慣づくりの伝達・普及活動を行う、健康づくりボランティア(ヘルスボランティア・食生活改善推進員)を養成する講座です。

と き 1回目 8月10日(水) (全6回予定)

ところ 市民健康センターなど

内 容 栄養、健康づくりに関する講義など

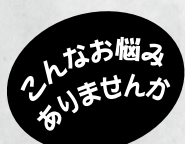
費 用 無料 定 員 40人程度

※申込方法など、詳しくは市HPをご覧ください▲

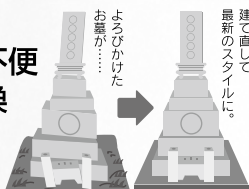


お墓でお困りの事は、お気軽にご相談下さいませ

広告



- お墓・灯籠の傾き
- 納骨堂の扉が小さい為、納骨が不便
- ローソク線香立、お花立等の交換
- 墓石のクリーニング
- お墓の解体・撤去・墓じまい



墓石・石材工事全般
石有山石工
代表 有山 理貴

本社 / 〒936-0053 滑川市上小泉2846の5
工場 / 富山県中新川郡上市町飯坂新206番

TEL&FAX (076) 475-7322
携帯 090-8260-7560

◎ 遠方にお住まいで実家のお墓が気になる方には、現場確認だけでもお引き受けいたします。まずはお電話ください。

介護保険のお知らせ

☎ 医療保健課 ☎ 475 - 1429

負担割合証の更新

8月1日(火)から使用する新しい負担割合証を、7月下旬に要介護(要支援)認定を受けている方へ発送します。

負担限度額認定証の更新

介護保険施設に入所または短期入所し介護サービスを受ける方の居住費(滞在費)や食費については、申請により低所得者の方への助成を行っています。既に認定証の交付を受けていて、8月以降も引き続き減額を受ける場合は更新申請が必要です。※申請書は市HPからダウンロードできます▶

対 象 下表の所得要件、預貯金等の資産状況を満たす方

利用者 負担段階	所得要件	預貯金等の資産状況	居住費(滞在費) / 1日あたり				食費 / 1日 あたり
			従来型 個室	多床室	ユニット型 個室	ユニット型 個室的多床室	
第1段階	生活保護受給者等	単身: 1,000万円以下 夫婦: 2,000万円以下	490円 (320円)	0円	820円	490円	300円
第2段階	合計所得金額+ 課税年金収入額+ 非課税年金収入額が 80万円以下の方	単身: 650万円以下 夫婦: 1,650万円以下	490円 (420円)	370円	820円	490円	390円 【600円】
第3段階 ①	合計所得金額+ 課税年金収入額+ 非課税年金収入額が 80万円超120万円以下の方	単身: 550万円以下 夫婦: 1,550万円以下	1,310円 (820円)	370円	1,310円	1,310円	650円 【1,000円】
第3段階 ②	合計所得金額+ 課税年金収入額+ 非課税年金収入額が 120万円超の方	単身: 500万円以下 夫婦: 1,500万円以下	1,310円 (820円)	370円	1,310円	1,310円	1,360円 【1,300円】

() 内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。

【 】 内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護を利用した場合の額です。



子育て支援センター ☎ 476 - 6565

〈開所時間〉 9:00～12:00、13:00～15:30（平日）
9:00～12:00（第1・3土曜日）

※3歳以下のお子さんと保護者であれば、どなたでも利用できます。予約の必要な催しはHPから申し込みください▶



今月の催し ※要予約

■赤ちゃんサロン（0歳～1歳6カ月頃）
7月4日（火）10:15～ 夏祭りごっこ・身体測定
7月18日（火）10:15～ 水遊び・手遊び
※着替え・タオルを持参してください。

■キッズサロン（おおむね1歳6カ月以上）
7月11日（火）10:15～ 夏祭りごっこ・身体測定

■子育て教室「親子で楽しく運動あそび」
とき 7月20日（火）10:15～11:15ごろ
ところ 総合体育センター 柔道場
対象 1～3歳頃の未就園児と保護者 20組程度
持ち物 水分補給できるもの、お子さんのお出かけセット
申込期間 7月3日（月）～13日（火）

■育児講座「骨盤調整ヨガ教室」
とき 7月25日（火）10:15～10:45ごろ
ところ 子育て支援センター
対象 2～7カ月の未就園児と保護者 10組
持ち物 フェイスタオル
※動きやすい服装でご参加ください。
申込期間 7月10日（月）～18日（火）

育児相談（月～金曜日）
電話や面談による個別相談を行っています。
※各保育園などでも、未就園児のお子さんと保護者対象の行事や育児相談などの子育て支援を実施しています。

休日当番医

*診療時間は9:00～17:00です。症状などによっては受診できない場合があります。当番医にご確認ください。

*当番医は、変更になる場合があります。一般医は消防署（☎475-0180） 歯科医は県歯科保健医療総合センター（☎433-2039）で確認できます。

月 日	一般 医	歯 科 医
7月2日（日）	厚生連滑川病院（内科系） （常盤町）☎475-1000	岩崎歯科医院 （立山町）☎483-1118
9日（日）	中村内科医院 （中川原）☎476-6222	マキノ歯科医院 （立山町）☎463-0269
16日（日）	はたる皮膚科クリニック （下島）☎476-1299	佐伯歯科医院 （上市町）☎472-0330
17日（月）	厚生連滑川病院（外科系） （常盤町）☎475-1000	山本歯科医院 （上市町）☎472-0117
23日（日）	荒川内科クリニック （下小泉町）☎475-0001	幾島歯科医院 （立山町）☎463-1900
30日（日）	石坂医院 （嘉大窪）☎477-1818	前川歯科クリニック （立山町）☎462-8118

子ども未来サポートセンター

エンゼル 市民健康センター ☎ 475 - 8011

健康診査

4カ月児健康診査・離乳食講習会
7月27日（木）受付時間 13:10～13:30
対象は令和5年3月生まれの子

1歳6カ月児健康診査
7月20日（木）受付時間 13:10～13:30
対象は令和3年12月生まれの子

3歳児健康診査
7月14日（金）受付時間 12:45～13:20
対象は令和2年1月生まれの子

教室・相談

ほっと安心産後ルーム
※予約は右記QRコードから▶
7月3日（月）、10日（月）、24日（月）、31日（月）
①9:15～②10:15～
対象は産後4カ月頃までのママと赤ちゃん

すこやか子育て相談（身体測定、子育て相談）
※予約は右記QRコードから▶
7月5日（水）
受付時間 ①13:15～13:30（終了14:00）
②14:15～14:30（終了15:00）
7月21日（金）
受付時間 ① 9:15～ 9:30（終了10:00）
②10:15～10:30（終了11:00）

その他

虫歯予防フッ素塗布 7月13日（木）、25日（火）
※歯ブラシは、仕上げ磨き用のものをお持ちください。
※個別案内の日時でご都合が悪い場合は、ご相談ください。

キッズ 子ども課 ☎ 475 - 1489

おおむね18歳までのお子さんのいる家庭に関する、さまざまな相談に専門の相談員が対応します。

■母子・父子相談
ひとり親家庭に関すること

■家庭児童相談
子育て・家庭生活に関すること

■発達相談
お子さんの発達に関すること

■幼児ことばの教室 ※要事前予約
年中・年長児のことばの発達や発音・吃音に関すること

集団健診 市民健康センター ☎ 475 - 8011

7月19日（水） ところ サン・アビリティーズ滑川
がん検診（子宮、乳房）
受付時間 13:00～14:00

7月25日（火） ところ 市民健康センター
特定・後期高齢者健康診査、がん検診（胃、大腸、肺）
受付時間 8:00～10:00

人口と世帯〔6月1日現在〕※外国人住民を含む

人 口	32,829	〔△ 7〕	〔△ 139〕
（男）	16,102	〔+ 4〕	〔△ 73〕
（女）	16,727	〔△ 11〕	〔△ 66〕
世 帯 数	12,915	〔+ 10〕	〔+ 130〕

※〔 〕は前月比（ ）は前年同月比

市内の交通事故状況〔5月1日～5月31日〕

事故件数	2件	〔△ 1〕	< 15件>
死 者	0人	〔 - 〕	< 0人>
負 傷 者	3人	〔△ 3〕	< 16人>

※（ ）は前年同月比 < >は今年の累計

市内の火事・救急発生件数〔5月1日～5月31日〕

火災件数	1件	〔△ 1〕	< 2件>
（死 者）	0人	〔 - 〕	< 0人>
（負傷者）	0人	〔 - 〕	< 0人>
救助件数	1件	〔 - 〕	< 10件>
救急件数	150件	〔+ 39〕	< 687件>

※（ ）は前年同月比 < >は今年の累計

7月の福祉総合相談

市役所東別館での相談 ☎475-7000（市社会福祉協議会）		
法律相談（先着順6人）	14日（金）	13:00～16:00
要・電話予約 ※7日（金）から受付開始（受付時間 9:00～17:00）		
税金相談	11日（火）	13:30～15:30
人権悩みごと相談	12日（水）	13:30～16:00
行政相談	20日（木）	13:30～16:00
生活就労相談	4日（火）	10:00～11:30
登記相談	13日（水）	10:00～15:00
成年後見遺言相続相談	20日（木）	13:30～16:00
貸付金制度利用相談 ボランティア相談 日常生活自立支援相談	毎 日	8:30～17:15
消費生活相談（生活環境課） ☎ 475-1374	毎 日	9:30～15:30
市役所本館1階 相談室での相談 市民課 ☎ 475-1304		
年金相談	13日（水）	10:00～15:00
要・予約（電話または窓口で）※先着順（受付時間8:30～17:30）		

☑ 片付けたい家がある。

☑ 片付けを始めて体調が悪くなった。

☑ ため息ばかり出る。

0120-102-388

古道具 とれじ

買取・引取でサポートします。

善意の窓

（5月16日～6月15日）

市の社会福祉事業、善意銀行、ふるさと滑川応援寄附金などに次の方々からご寄附を頂きました。

ありがとうございました。（敬称略）

（故）稲澤 勲（北 野）
（故）石坂タミ子（栗 山）
浦田 竹昭（開 ）
沓掛 敦子（辰 野）
（故）東原サチ子（上小泉）
株式会社ロキテクノ 北陸事業所
匿名希望 3件

■ふるさと滑川応援寄附金 155 件



ゆずります 求めます

図 生活環境課 ☎475 - 1374

譲りたい物や探している物がある方は、ご連絡ください。
市HPから申し込みできます▶

◆譲ります（★は有料 ※価格応談）
・折りたたみベッド
・ソファ（ストライプ柄）
★御神輿
★ベビーカー
★ノートパソコン
◆求めます（★は有料 ※価格応談）
・チャイルドシート

使わなくなった
子ども用品も
取り扱っています！



7月の納税など

・固定資産税 第2期
・国民健康保険税 第1期
・介護保険料 第1期
・後期高齢者医療保険料 第1期



骨董ふりま

毎月、最終土曜日、日曜日、朝9時から夕4時まで開催中
絵画、掛軸、珍品、有名作家工芸品、骨董品

骨董品の展示即売を開催しています。買取歓迎します。

場所 旧国道沿 滑川市瀬羽町1860 旧宮崎酒造（ぼんぼこさ）
主催 滑川宿まちなみ保存と活用会・滑川骨董ふりま実行委員会
協賛 滑川市観光協会 問合せ 090-6810-2657



児童館 ☎ 475 - 3706



〈開館時間〉10:00～18:00
※土・日・祝日は9:00～18:00
〈7月の休館日〉毎週火曜日、6日(木)、20日(木)
※第2・4日曜の「市民ふれあいデー」は終了しました。

児童館公式

Instagram 始めました▶

活動の様子やイベント情報
などを発信します。

@namerikawashi_jidoukan

今月の催し

■プランであそぼう

プラスチックの板にお絵描きをして、
キーホルダーをつくりましょう。

と き 7月9日(日) 10:30～
※材料が無くなり次第終了

■ウォーターガンバトルを楽しもう

と き 7月23日(日) 10:30～
講 師 富山県 BBS 連盟
※詳しくは市 HP をご覧ください▶



図書館 ☎ 475 - 8001



〈開館時間〉9:00～19:00
※土・日・祝日は18:00まで
〈7月の休館日〉3日(月)、5日(火)、10日(月)、
18日(火)、24日(月)、31日(月)

新着図書案内 ※図書館HPでも確認できます。

- 脳はどのように学ぶのか (著) 乾 信之
- 大胆推理! ケンミン食のなぜ (著) 阿古 真理
- あたらしい茶道 (著) 松村 宗亮
- コメンテーター (著) 奥田 英朗

今月の催し

■読書会 3階

7月22日(土) 13:30～ 「石濤」(著) 井上 靖
講 師 遠藤 稔さん

■グループ研修 3階

- ・源氏物語を読む 7月1日(土) 10:00～
- ・古文書を楽しむ会 7月8日(土) 13:30～

図書館ボランティア募集

書棚の図書整理や書架へ戻す作業を
お手伝いいただける方を募集していま
す。ご希望の方はご連絡ください。



地域包括支援センター ☎ 476 - 9400

■あおぞらうんどう教室

内 容 自分の足で歩き続けられる身体づくり
と き ①7月6日(木)、20日(木) 10:30～11:30
②7月13日(木)、27日(木) 10:30～11:30
ところ ①スポーツ・健康の森公園
②いののみ公園
※雨天時は、①サン・アビリティーズ滑川
②北陸建工グループアスリートフィールド

■まんてんクラブ

内 容 からだを動かして生活習慣病を予防しよう!
と き 7月18日(火) 10:30～12:00
ところ 市民交流プラザ3階 多目的ホール
講 師 富山医療福祉専門学校 酒井理学療法士

■健康の森シニア大学 個別相談会

内 容 リハビリの先生にカラダの痛みや運動の
悩みを相談してみませんか?
と き 7月7日(金)、14日(金)、21日(金)、28日(金)
①15:30～ ②16:00～ ③16:30～
④17:00～ ⑤(新規優先) 17:30～
ところ 富山医療福祉専門学校
申 込 電話 ☎ 476-0001 にて要予約

■かようびクラブ

内 容 体操や運動、脳トレで元気な身体づくり
と き 7月4日(火)、11日(火)、25日(火)
13:30～14:30
ところ 市民交流プラザ3階 多目的ホール
持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物
■休日相談窓口
内 容 高齢者の介護など、ご相談ください
と き 7月2日(日) ※6月29日(木)までに電話予約
8月6日(日) ※8月3日(木)までに電話予約
①9:30～ ②10:15～ ③11:00～
ところ 地域包括支援センター

おれんじカフェ

家族介護者のリフレッシュ、認知症の学習

■in 結 ☎ 482-3944 ※要予約

と き 7月14日(金) 9:00～10:30

■in 一休庵 ☎ 475-5919 ※予約不要

と き 7月23日(日) 10:00～11:30

■in 清寿荘(中・東・山加積の方)

☎ 475-3600 ※要予約
と き 7月23日(日) 9:30～11:00



博物館 ☎ 474 - 9200



〈開館時間〉10:00～18:00 〈7月の休館日〉3日(月)、10日(月)、18日(火)、24日(月)、31日(月)

■市制 70 周年記念 シン・なめりかわ昭和今昔写真館

市制 60 周年時に昭和 20 年代後半から昭和 40 年代にかけての
「ふるさと滑川」を当時の写真から振り返る「なめりかわ昭和今昔
写真館」を開催し、好評を博しました。10 年の時を経た今夏、
さらなる調査成果を反映させ、再び懐かしの滑川をご紹介します。

と き 7月14日(金)～9月3日(日)まで

関連イベント ※7月開催分 すべて10:30～、13:30～

・展示解説会

じっくり解説会 と き 17日(火)、29日(土)
ミニ解説会 と き 16日(日)

・動画鑑賞会

市制 10 周年記念「滑川市」(昭和 38 年)
と き 22日(土)
市制 15 周年記念「伸び行く滑川」(昭和 43 年)
と き 30日(日)

■川であそぼう!! (小学1～3年生)

と き 8月6日(日)
10:00～15:00
ところ 早月川(菟輪地内)
※詳しくは学校から配布
されるチラシ、HP、
SNS をご覧ください。



▲笹舟流しレースの様子



▲晒屋通り(昭和 29 年)

・博物館で今昔まち散歩!

現在と昔の地図・航空写真を見比べながら、館内
でお散歩気分を味わいます。

と き 15日(土)



カフェ やってます

■「滑川市史」割引販売

市制70周年を記念して特別価格で販売しています。
この機会に滑川市の歴史について学んでみませんか。

通史編	7,000 円→3,500 円
史料編	7,000 円→3,500 円
考古資料編	3,000 円→1,500 円
3冊セット	15,300 円→7,000 円



子ども図書館 ☎ 475 - 8180



〈開館時間〉9:00～19:00 ※土・日・祝日は18:00まで 〈7月の休館日〉毎週水曜日

■おはなし会 毎週土曜日 11:00～

7月22日(土)は15:00～も開催

■子ども映画会 7月15日(土) 14:00～

■にこにこたいむ 毎週金曜日 10:30～
内 容 手遊びや読み聞かせなど
対 象 0～3歳頃のおさんと保護者
※7月7日(金)はお休み

■工作コーナー

「滑川市制 70 周年をお祝いしよう」
毎週土・日曜日
10:00～12:00、13:00～16:00
※29日(土)は12:00まで
30日(日)は13:00～のみ

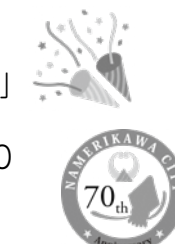
■絵本の展示コーナー 「夜空を見上げて」

■作品展示 「西加積認定こども園」

※7月22日(土)まで

■夏休みワークショップ「おしごと体験」

と き 7月29日(土) 13:00～16:00
ところ 子ども図書館
対 象 小学5、6年生
定 員 8人(先着順)
申 込 右記 QR コードから▶
(7月2日(日) 9:00～受付開始)



■夏休みワークショップ

「しんぶんスクラップ作りと楽しいクラフト」

と き 7月30日(日) 10:00～
ところ 市民交流プラザ3階 研修室2
対 象 小学3、4年生
定 員 20人(先着順)
申 込 右記 QR コードから▶
(7月2日(日) 9:00～受付開始)

■こわ～い夏のおはなし会

～地域に伝わるおはなしを聞きましょう～

読み手 読み聞かせグループ いちよん会
と き 8月5日(土) 15:30～
ところ 子ども図書館
定 員 20組程度(先着順)
申 込 右記 QR コードから▶
(7月2日(日) 9:00～受付開始)

■夏休みワークショップ「とびだす絵本をつくらう」

と き 8月11日(火) 10:00～
ところ 市民交流プラザ3階 研修室2
対 象 年長児～小学2年生
定 員 20人(先着順)
料 金 1冊400円(材料代)
申 込 右記 QR コードから▶
(7月2日(日) 9:00～受付開始)



暮らしの保健室 オープン

6月3日、滑川ショッピングセンターエールに暮らしの保健室がオープンしました。市民の皆さんが気軽に悩みごとを相談できる場として開設したもので、オープン日は子育て相談などに経験豊富な相談員が対応しました。

7月の開設日など、詳しくは13ページをご覧ください。



ニジマス釣りと手づかみ大会

5月28日、第53回ニジマス釣りとうづかみ大会が行田公園で開かれました。128人が釣果を競い、手づかみ大会は4年ぶりに開催されました。釣り大会入賞者は次の皆さんです。(敬称略)
大人の部 1位 高木 正人(2,256g) 大物賞 小俣 貴寛(176g)
小人の部 1位 入部 智也(1,775g) 大物賞 入部 智也(105g)



行田公園キャンドルナイト

6月17日、行田公園キャンドルナイトが、行田公園で行われ、来場者はライトアップされた花しょうぶや幻想的なキャンドルの灯りをカメラに収めるなど、普段と違う雰囲気を行田公園を楽しみました。そのほか、17日、18日の日中には、臨時の観光案内所や売店が開設されました。



市民文化講演会

6月4日、市民文化講演会が滑川西地区コミュニティホールで開かれ、京都清水寺執事補大西玄さんが講演されました。大西さんは「奇跡」をテーマに、奥さんとの出会いから結婚に至るまでのエピソードなどを話され、来場者は講演に聞き入っていました。



中北薬品株式会社と協定締結

5月18日、本市と中北薬品株式会社が包括連携協定を締結し、中北薬品の山本哲也常務取締役と水野達夫市長が協定書を交わしました。地域の健康増進を推進することを目的としており、食育活動や高齢者支援、感染症予防などについて連携して取り組みます。



花いっぱいのもちづくりへ 花苗植栽

6月4日、あいの風とやま鉄道滑川駅周辺で花苗の植栽が行われました。駅前からはまなす公園に続く「ほたるいかプロムナード」では中川原と辰野の各町内会がジニア・プロフュージョン5,000本を、市道駅南環状線歩道では柳原1区・2区の各町内会がペゴニア1,416本を植えました。



滑川中央保育園 メリカで避難訓練

5月17日、滑川中央保育園が災害発生時の避難方法と避難場所の確認のため、地震による津波発生を想定した避難訓練を実施し、園児27人、職員12人が参加しました。

保育園からメリカまで徒歩と園のバスで移動し、メリカ3階の避難スペースに発生想定から15分で到着しました。



第11回 滑川市民スポーツフェスタ

6月4日、第11回滑川市民スポーツフェスタが総合体育センターで行われ、参加者は体力テストや弓道体験会などを楽しみ、爽やかな汗を流しました。オープニングセレモニーでは市民体育大会の総合開会式と優秀な成績を収めた方々に生涯スポーツ表彰が行われました。



自己ベスト更新に挑む 学童体育大会

5月18日、学童体育大会がスポーツ・健康の森公園陸上競技場で開かれ、市内全7小学校の5、6年生が自己ベスト更新を目指し、100m走と60mハードル走の2種目に挑みました。ここ数年は新型コロナウイルスの影響で拍手のみであった応援も、今年は声を出しての応援が可能となり、各学校から大きな声援が聞こえました。

大会新記録(敬称略) ・6年生男子60mハードル走 中川 祐希(寺家) 9.76秒、森 一路(西部) 9.83秒



メリカ設置用の書籍を寄附

5月12日、「富山の遊び場」メンバーの津田奈由子さん、さだありささんからメリカ設置用として書籍62冊をご寄附いただきました。メリカプレオープンイベントの収益で購入され、県内出身者の書籍などを取り揃えられました。

書籍は、メリカ2階エレベーターホールに設置されています。



ふるさと米づくり事業 ～田植え体験～

5月14日、オーガニック給食推進団体「ごちそうプロジェクト」が実施する、ふるさと米づくり事業が東福寺地内の水田で行われ、親子20組が田植えを体験しました。

学校給食に提供する自然栽培米づくりを目的に実施されており、今後、草取りや稲刈りなどの体験会が行われます。



2023 ふるさと龍宮まつり

7月15日(土)・16日(日)

ほたるいかミュージアム
周辺で開催!

今年のふるさと龍宮まつりは様々なステージイベントのほか、4年ぶりとなる新川古代神街流しや、県内最大級の正三尺玉が打ちあがる海上花火大会など、2日間に渡り盛大に開催いたします。

詳細は決まり次第、滑川商工会議所 HP でお知らせされますのでご確認ください(荒天で中止となった場合も同 HP から案内します)。



■スケジュール、イベント ※変更となる場合があります。

※両日とも11:00～ テント村オープン

○7月15日(土)

- ・龍宮パレード、新川古代神街流し
- ・新川古代神清明踊り

○7月16日(日)

- ・オープニング式典
- ・ステージイベント
- ・海上花火大会(県内最大の正三尺玉など打ち上げ)
- 荒天の場合、7月17日(祝)に順延



■ご来場される皆さんへ

- 会場周辺で交通規制があります。ご理解とご協力をお願いします。詳細は、滑川商工会議所HP「花火目録」をご確認ください。
- ゴミの持ち帰りにご協力ください。
- 小型無人飛行機(ドローンを含む)については、来場者に迷惑・危険を及ぼす影響があるため、使用しないでください。

滑川
商工会議所
HP ▶



問い合わせ先

滑川商工会議所 ☎ 475-0321
水産観光課 ☎ 475-1436

会場と周辺の清掃にご協力を!

県内外から大勢の来場者が見込まれるため、各種団体と協力し、清掃美化奉仕活動を実施します。市民の皆さんのご参加をお待ちしています。※ごみ袋と軍手は現地で配布します。

と き ①7月13日(木) 17:45～

②7月17日(祝) 8:00～ ※花火順延の場合、7月18日(祝)

ところ 道の駅および周辺の海岸

問い合わせ先 水産観光課 ☎ 475-1436

ふるさと龍宮まつりに伴う営業時間の変更

☎ ウェーブ滑川 ☎ 476-9300

タラソピア

7月14日(金) 17:00まで
15日(土) 臨時休館
16日(日) 臨時休館

※17日(祝)に花火延期
の場合は通常営業

レストラン光彩

7月14日(金) 17:00まで
15日(土) 17:00まで
16日(日) 終日貸切

※17日(祝)に花火延期
の場合も終日貸切

※駐車場は、13日(木)・14日(金) 17:00以降利用不可
15日(土)・16日(日) 終日利用不可
17日(祝) 午前中一部利用不可

食育コーナー

豚肉にはビタミンB1が含まれており、疲労回復・夏バテ予防の効果があります。

こちらのレシピは滑川市公式キッチン(クックパッド)にも掲載しています。簡単朝ごはんレシピや生活習慣病予防レシピ、学校給食の人気レシピなども掲載しております。ぜひご覧ください。

(市保育所給食担当管理栄養士)



ポークチャップ

市公式キッチン▶
(クックパッド)



作り方

- ①豚肉は肉たたきなどで軽くたたいて3枚に切り、塩こしょうを振り、小麦粉をつけ、はたいておく。
- ②たれ(A)をよく混ぜておく。
- ③フライパンに油を入れて熱したら、豚肉を入れ、両面きつね色になるまで焼いて皿に取り出す。
- ④フライパンに②を入れ、ひと煮立ちしたら③の豚肉を加え、3～5分煮てできあがり。

材料(4人分)

※お子さんの場合は2/3の分量

豚肉(生姜焼き用)..... 200g
塩こしょう..... 適量
小麦粉..... 大さじ1
油..... 適量
A タマネギすりおろし..... 1/4個
ケチャップ..... 大さじ1
ウスターソース..... 大さじ1/2
赤ワインまたは酒..... 大さじ1
水..... 50ml
顆粒コンソメ..... 少々
1人分 169kcal 食塩相当量 0.3g

コミュニティバス「のる my car」無料デー

☎ 生活環境課 ☎ 475-1374

7月15日(土)、16日(日)は全ルート・全便無料でご利用いただけます。ぜひ「のる my car」に乗ってふるさと龍宮まつりにご来場ください!

ルート・時刻表は市HPで確認できます▶

バスルートの変更

7月15日(土)、16日(日)は滑川駅、市民交流プラザ、厚生連滑川病院、ほたるいかミュージアム周辺で、コミュニティバスが通行できないため、ルートの一部変更します。



※詳しくは、バス車内やバス停の掲示、市HPでご確認ください

手話コーナー

みんなの手と手で育む手話のまち

♥ あなたも手話でつながろう ♥



◀「要る」

指先を曲げた両手を向かい合わせ、体の方へ引き寄せる。

「要らない」▶

両手を折り曲げ、指先を伸ばして前へ出す。



手話を動画で確認できます▶

もっと詳しく習いたい方は…福祉課 ☎ 475-1377



あなたと市政を結び「広報なめりかわ」は、リサイクル推進のため再生紙を使用しています。※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。