

広報いみず

# IMIZU

いいとこ、いいもの、ギュギュッと！

Imizu city public relations paper  
2月  
2026 February  
No.244



九五〇年以上の歴史  
次第  
新年度賀祭  
家内安全・無病息災を願う

## 市指定文化財 下村加茂神社の鯵分け神事（1月1日(木・祝)）

新年慶賀祭の鯵分け神事が行われ、出世魚で縁起がいいとされる鯵を高々と掲げ、一年の家内安全・無病息災を祈りました。加茂、倉垣小杉、柳瀬の3地区から重さ10キロ前後の塩鯵計6本が奉納され、野上宮司が祝詞を奏上しました。神事の後、鯵は神前で切り分けられ、鏡餅と一緒に氏子の家に配られました。

# 申告が始まります

令和7年分所得税・令和8年度住民税の申告期間

2月16日(月)～3月16日(月)

※土日祝日を除く

## 会場・受付時間

### 射水市役所

問合せ先 課税課 ☎51-6618

受付時間 8:30～16:00 (開始 8:45～)  
最終日(3月16日)は14:00まで

申告会場 射水市役所本庁舎3階会議室

待ち時間が短縮できる事前予約がおすすめです!

※早い時間に来庁されると、市役所玄関が施錠されており、屋外でお待ちいただく場合があります。

### 高岡税務署

問合せ先 ☎21-2501(代表)

受付時間 9:00～16:00

申告会場 高岡税務署(高岡市博労本町5番30号)

2月16日(月)から令和7年分確定申告を受け付けます。  
なお、入場には「入場整理券」が必要です。入場整理券は国税庁LINE公式アカウントからのオンライン事前取得をご利用ください。当日分の入場整理券は、税務署の申告会場でも配付しますが、数に限りがあります。

申告会場では、ご自身のスマホにより申告書を作成していただけます。マイナンバーカード(暗証番号2つ)をお忘れなくお持ちください。

### 申告が必要な方

フローチャートで確認してみましょう。

また、申告が必要な方は、e-Taxや郵送による申告がとても便利です。

このフローチャートは、一般的な例です。



## 便利な予約で待ち時間削減!

事前予約がおすすめ!

事前に予約することで、待ち時間を短縮できます!

### ① e-予約システム



2月2日(月)から予約開始

### ② 予約専用ダイヤル ☎0766-51-6545

予約受付時間 9:00～17:00  
(土日祝日を除く)

- |  |  |
|--|--|
| 予約に必要な情報   | 事前に準備するもの                                |
| <input checked="" type="checkbox"/> 希望日時(〇月〇日〇時) | <input checked="" type="checkbox"/> メモ用紙 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 名前(フルネーム)    | <input checked="" type="checkbox"/> 筆記用具 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 生年月日(和暦)     |  |
| <input checked="" type="checkbox"/> 電話番号         |  |

予約の変更・キャンセルも  
予約専用ダイヤルで!



### 事前の書類作成にご協力を

確定申告および住民税の申告は、原則、自己申告です。営業所得や農業所得、不動産所得がある方は、必ず収支内訳書を事前に作成し、持参してください。また医療費控除を受ける方は、領収書を病院ごとに分けて集計し、医療費控除の明細書を作成したうえでお越しください。収支内訳書や医療費控除の明細書などを作成されていない場合、会場内の計算コーナーで作成した後申請手続きが可能になります。必ず事前に作成てきてください。

## スマホ申告がおすすめ!!

—マイナンバーカードで自宅で確定申告ができます—



作成はこち



e-Tax では、

- 青色申告決算書・収支内訳書の作成も可能!
- スマートフォンで申告する場合は、カメラで給与所得の源泉徴収票を読み取ることで自動入力!  
※詳しい作成方法は、国税庁ホームページからご確認ください。
- マイナポータル連携すると、医療費やふるさと納税などの申告に必要な各種控除証明書などのデータを一括取得し、確定申告書の該当項目に自動入力されます!  
※マイナポータル連携をするためには、事前準備が必要です。各種控除証明書などのデータが取得可能となるまでに数日を要する場合がありますので、お早目の準備をお願いします。

そのほかに、

- 市ホームページ「住民税額試算システム」では市・県民税申告書を作成できます。

### 郵送で申告書を提出できます

「確定申告書」を郵送で提出する場合は、直接、金沢国税局業務センター富山事務室へ郵送してください(市から税務署への回送は行っておりません)。「市・県民税申告書」は市役所課税課へ郵送してください。

郵送先：〒930-8606 金沢国税局業務センター富山事務室(高岡税務署)

※送付先住所の記載は不要です。

枚届けます。入場券は、1通の世帯主宛てのはがきに4人分までが連記されています。権者が5人以上いる世帯の方は、複数届けます。

投票所入場券  
投票所で投票することができます。送付します。

※市内で転居した人  
令和7年10月26日以前から本市に転入した人は、以前の市区町村の選挙人に名簿に登録されていれば、前住所地で投票することができます。

●住所要件  
平成20年2月9日以前に生まれた人  
令和7年10月26日以前から本市に住所を有し、引き続き3か月以上住民基本台帳に記載されている人

●年齢要件  
平成20年2月9日以前に生まれた人

●投票できる人  
令和7年10月27日以後、他の市区町村から転入した人  
令和8年1月21日以後に市内で住所を変更した人は、転居前の投票区の投票所での投票となります。

## 衆議院議員総選挙 最高裁判所裁判官国民審査の投票日です

2月8日は

郵便等投票による不在者投票

投票用紙などの交付申請は

2月4日までです。

不在者投票施設(指定病院・老人ホームなど)に入院・入所している方は、そ

の施設で不在者投票ができます。

各地区センターやコミュニティセンターにも設置します。

朝刊への新聞折込により一斉に配布します。新聞未購読世帯には郵送しま

すので、事前に氏名・住所を電話、FAXなどで、選挙管理委員会までご連絡ください。

射水市選挙管理委員会までご連絡ください。

FAX 5151-6664-48  
問合せ先

射水市選挙管理委員会

5151-6664-48

### 投票所開設場所一覧

※昨年11月の射水市議会議員選挙から変更ありません

投票区	投票場所
放生津第1	放生津保育園
放生津第2	新湊中学校
新湊第1	新湊消防署 3階
新湊第2	新湊コミュニティセンター
西部	庄西コミュニティセンター
作道	作道コミュニティセンター
片口	片口コミュニティセンター
堀岡	堀岡コミュニティセンター
海老江	海老江コミュニティセンター
本江	本江コミュニティセンター
七美	七美コミュニティセンター

投票区	投票場所
塚原	塚原コミュニティセンター
太閤山東	小杉南中学校
金山	金山コミュニティセンター
橋下条	橋下条コミュニティセンター
小杉西	救急薬品市民交流プラザ
小杉東	戸破コミュニティセンター
小杉南	中央図書館 2階
大江	大江コミュニティセンター
黒河	黒河コミュニティセンター
池多	池多保育園
太閤山	太閤山コミュニティセンター
太閤山西	中太閤山コミュニティセンター

投票区	投票場所
2月8日(水)から 午前8時30分から 午後8時まで	1月28日(水)から 午前8時30分から 午後8時まで
2月7日(土)まで	2月7日(土)まで
期間	期間
期日前投票所 射水市役所庁舎1階 (新開発410番地1) (戸破1511番地)	期日前投票所 中央図書館2階 (本町2丁目13番1号) 新湊消防署3階 (戸破1511番地)

※宣誓書の記載が必要です。混雑緩和のため入場券裏面の宣誓書欄を事前に記入のうえお越しください。  
投票日当日(2月8日)は、入場券に記載の投票所で投票してください。

※どの投票所でも投票することができます。

※宣誓書の記載が必要です。混雑緩和のため入場券裏面の宣誓書欄を事前に記入のうえお越しください。

射水市役所庁舎1階

(新開発410番地1)

(戸破1511番地)

中央図書館2階

(本町2丁目13番1号)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

午後8時まで

期日前投票所

射水市役所庁舎1階

(新開発410番地1)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

午後8時まで

期日前投票所

中央図書館2階

(本町2丁目13番1号)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

午後8時まで

期日前投票所

射水市役所庁舎1階

(新開発410番地1)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

午後8時まで

期日前投票所

中央図書館2階

(本町2丁目13番1号)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

午後8時まで

期日前投票所

射水市役所庁舎1階

(新開発410番地1)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

午後8時まで

期日前投票所

中央図書館2階

(本町2丁目13番1号)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

午後8時まで

期日前投票所

射水市役所庁舎1階

(新開発410番地1)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

午後8時まで

期日前投票所

中央図書館2階

(本町2丁目13番1号)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

午後8時まで

期日前投票所

射水市役所庁舎1階

(新開発410番地1)

新湊消防署3階

(戸破1511番地)

1月28日(水)から

午前8時30分から

午後8時まで

2月7日(土)まで

午前8時30分から

&lt;p



## 「IMIZU インターン&求人図鑑」が オープンしました！

気軽に参加できるものから、挑戦しがいのあるものまで、  
ムズムズしちゃうようなプログラムを掲載しています！

2月18日(水)には「就活準備フェスティバル」も開催決定！  
詳しくは特設サイトをご確認ください。

特設サイトは  
こちら掲載企業、募集中  
詳しくはこちら

問合せ先

商工企業立地課 ☎51-6675  
株式会社Asian Bridge ☎076-260-4233  
受託運営事務局

## 富山県西部合同企業説明会「AIマッチングEXPO 就活革命」

日時 3月4日(水) 10:00~15:30 ※午前と午後で参加企業を入れ替えます。

場所 高岡テクノドーム

対象 2027年卒業予定者、2026年卒業予定者、既卒者、留学生、UIJターン希望者、一般求職者  
出展 150社

問合せ先 就業マッチング支援事業共同企業体 ☎21-3417

参加費無料



## 学校体育施設を開放しています



市では、学校教育上支障のない範囲で学校体育施設を市民の皆様に開放しています。

令和8年度に学校体育施設開放校の体育館・グラウンドを使用する団体は登録をお願いします。

★令和8年度の登録から市公式LINEで申請となります。

詳細は市ホームページをご確認いただき、2月13日(金)17時までにお申し込みください。

地区		対象の学校	窓口
新湊	小学校	新湊放生津・作道・片口・堀岡・東明・塙原	射水市スポーツ協会 (新湊アイシン軽金属スポーツセンター内) ☎82-8278
	中学校	新湊・新湊南部・射北	
小杉	小学校	小杉・歌の森・太閤山・中太閤山・金山	ビルト・プレイズ歌の森体育館 (小杉体育館) ☎56-6443
	中学校	小杉・小杉南	
大門 大島	小学校	大門・大島	大門総合体育館 ☎52-4655
	中学校	大門	

### 【開放時間】

18:00~21:30

### 【使用料】

体育館460円/回

グラウンド(夜間照明)600円/時間

★令和8年から冬季グラウンドと日曜日  
夜間も新たに利用できるようになりました。

### 【その他】

- 登録できるのは、市内に在住、勤務、在学する10人以上の団体です。
- 登録受付後、使用調整会議に出席してください。調整会議は年間3日あります。  
(団体登録しない、または使用調整会議に出席しない団体は使用できません。)
- 体育館・グラウンドの開放、夜間照明の有無については各学校で異なります。
- 別途登録することで地区体育施設も使用できます。詳しくは下記までお問い合わせください。

問合せ先 生涯学習・スポーツ課 ☎51-6637

申請  
不要

物価高騰支援

## 水道料金の基本料金を減額します



詳細はこちら

対象者 市内の水道使用者のうち用途が一般用、アパート用および浴場用の使用者を対象とします。ただし、次の水栓は対象外です。

- ◆一般用のうち口径50ミリ以上の水栓
- ◆公益減免水栓(自治会公民館および居住者のない神社など)

(消費税込額)

### 減額の内容

用途	口径	1検針(2か月)分			総支援額 C×2
		通常の基本料金 A	減額後の基本料金 B	物価高騰対策支援額 C(A-B)	
一般用	φ13	3,080円	308円	2,772円	5,544円
	φ20	3,300円	330円	2,970円	5,940円
	φ25	3,740円	374円	3,366円	6,732円
	φ30	1,760円	176円	1,584円	3,168円
	φ40	1,980円	198円	1,782円	3,564円
浴場用		13,420円	1,342円	12,078円	24,156円
アパート用		3,080円×戸数	308円×戸数	2,772円×戸数	5,544円×戸数
福祉減免		1,540円	154円	1,386円	2,772円

※1 水道料金の基本料金のみが減額対象で、使用水量の従量料金や下水道使用料は通常通りです

※2 民間集合住宅には上記と一部異なる料金設定がありますが、この場合においても通常基本料金の9割が支援額です。

※3 浴場用およびアパート用には毎月検針の水栓がありますが、総支援額は上記と同額です。

### 対象期間

2月から5月検針分までの4か月間

### 留意事項

市役所から本件について電話や訪問を行うことはありません。  
「使用水量等のお知らせ」をご確認ください。

### 問合せ先

【減額制度】上下水道業務課 ☎84-9641 【上下水道料金】上下水道お客様センター ☎84-9643

申請  
不要

## 使用期限付き全国共通おこめ券を配付します

国の重点支援地方交付金活用事業

### ○配付対象

令和7年12月1日(基準日)時点で射水市に住民登録があり、以下のいずれかに該当する世帯。  
ただし、基準日以後に死亡した方、市外へ転出した方および施設入所者のみの世帯を除きます。

- 昭和26年4月1日以前に生まれた方のみの高齢者世帯

- 生活保護受給世帯

### ○配付方法

ゆうパックにより住民登録のある住所へ順次配達しています。

### ○おこめ券

お米屋さん、スーパー、ドラッグストアなど、全国のおこめ券の取扱店舗で、お米をはじめとした食料品等の購入代金として使用可能な金券です。使用期限までにご利用ください。

【1世帯当たり】4,840円分(440円×11枚)

【使用期限】令和8年9月30日(水)

### ○取扱店舗

市内等の店舗をホームページで紹介しています。

※登録制ではありません。掲載希望の店舗は市ホームページから申し込みください。

問合せ先 射水市社会福祉課保護係 ☎51-6634

詳細はこちら

## 物価高対応子育て応援手当を支給します！

物価高騰の影響を特に受けている子育て世帯を応援するため、児童手当受給者に対し、児童一人につき2万円の給付を行います。



詳細な内容や申請手続については、ホームページをご確認ください。

### 対象児童

平成19年4月2日から令和8年3月31日までの間に生まれたこども

### 対象者

児童手当受給者

### 給付額

児童一人につき2万円

### 申請不要

令和7年9月分の児童手当の受給者(公務員以外)  
※児童手当振込口座に自動的に振り込みます。



### 支給手続

●所属庁から令和7年9月分の児童手当を受給している公務員  
※市から案内は送付いたしません。市ホームページより申請書「物価高対応子育て応援手当申請書(請求書)」を印刷し職場で証明を受けた上で申請願います。

●1月1日以降に出生した児童(出生届提出時に申請書を記入していただきます。)

### 振込予定日

公務員以外の方: 2月26日(木) 公務員の方: 1月、2月受付→3月26日(木)  
3月以降受付→受け付けた翌月26日頃

受付・問合せ先 こども福祉課 ☎51-6546

# 市営住宅・特定公共賃貸住宅の入居者募集

市営住宅の入居について

毎年9月と3月に入居者の募集をしています。

## 入居資格

- 住宅の確保に大変困っている方
  - 親族2人以上で入居できる方  
(特例で単身入居できる場合もあります)
  - 世帯全員の収入月額が、158,000円以下の方
  - 市税等を滞納していない方
  - 条件を満たす連帯保証人が1人いる方
- ※住宅にお困りの方へ適切に住宅を提供するため、困窮要件を勘案し、入居者選考委員会において入居順位を決定します。

## 特定公共賃貸住宅の入居について

随時募集しています。

## 入居資格

- 親族2人以上で入居できる方  
(単身入居はできません)
  - 世帯全員の収入月額が、  
158,001円以上487,000円以下の方
- その他の条件は市営住宅の入居資格と同様です。

申込・問い合わせ先 ☎939-0274 小島3724(アピリオ内) (株)ホクタテ 射水市営住宅管理事務所 ☎54-6665

※DV被害者世帯の入居申込については、事前連絡の上、直接建築住宅課にお越しください。 ☎51-6683

## 対象住宅

市営住宅(12団地)の空室

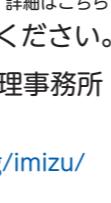
## 申込期間

2月25日(水)～3月6日(金) 8:30～17:15  
3月1日(日) 9:00～13:00 ※2月28日(土)は休業

★入居順位は3月下旬に射水市営住宅管理事務所内にて発表します。

## 申込方法

市営住宅・特定公共賃貸住宅のいずれも入居申込書に所定の書類を添付し、直接射水市営住宅管理事務所に提出してください。  
※詳細は、(株)ホクタテ 射水市営住宅管理事務所ホームページをご覧ください。  
(URL) <http://www.hokutate.co.jp/building/imizu/>



震度	0	江戸の娘	鍵のない夢を見る	天活字本	「字が大きくて読みやすい」	児童書・絵本
上	上	上	上	上	上	上
中	下	上	下	上	下	下
下	下	上	下	上	下	下
横平辻	知浅	朝井	茂	工藤ノリコ	モリナガヨウコ	惠
山岩村	念田	正人	洋	京極	嘉悦	秋田麻早子
秀弓深希	次か	正人	洋	千葉よしき	健太	松雄
夫枝月人郎	かて	正人	ウコ	原田	申博	下村

「小説・エッセイ」
-----------

「一般図書」
--------

新着図書ピックアップ
------------



## 2月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

開館時間 平日 9:30～18:30  
全館休館日 土日祝 9:30～17:00

△図書館協議会委員を募集しています。  
△雑誌スポンサーを募集しています。





## 高齢者における不眠の悩み ～睡眠薬の適正使用と生活習慣の工夫～

薬剤科

高齢になると「眠れない」「夜中に目が覚める」といった不眠の悩みが増えてきます。不眠に対し使用される睡眠薬には作用や持続時間が異なるいくつかの種類があり、症状に応じて医師が処方します。睡眠薬は、正しく使えば生活の質を改善する助けになりますが、高齢者では薬の代謝が遅く、副作用が出やすい点に注意が必要です。

比較的古くから使用されてきた睡眠薬では、翌朝の眠気、転倒やふらつき、健忘、依存性や認知機能低下のリスクが指摘されており、慎重な使用が求められています。近年は前述のような副作用が少なく、

自然な眠りに近い作用を持つ、高齢者にも比較的安全とされる新しいタイプの睡眠薬が選ばれることが多いっています。

睡眠薬適正使用の基本は「必要な時に、最小限の量を、できるだけ短期間」です。不眠にお悩みの方やご自身が服用している睡眠薬に不安をお持ちの方は、医師や薬剤師にご相談ください。また、薬に頼りすぎず、生活習慣の改善（規則正しい生活、昼間の適度な活動、就寝前のリラックス）を心がけることも大切です。安心して眠れる毎日のために、睡眠薬の適正使用と生活習慣の工夫を大切にしましょう。

11月から完全予約制へ変わりました。●皮膚科外来(毎週水・金曜日) ●静脈瘤外来(毎月第4木曜日)

内科で午後に初診を受付しています！（毎週月曜日・13:30～のみ）

院長による「個別・医療相談室(毎月最終月曜日)」を実施しています！【予約制】

「骨粗鬆症予防教室(毎月第2水曜日・14:00～)」を実施しています！【場所：診療棟3F会議室】

市民病院コラム

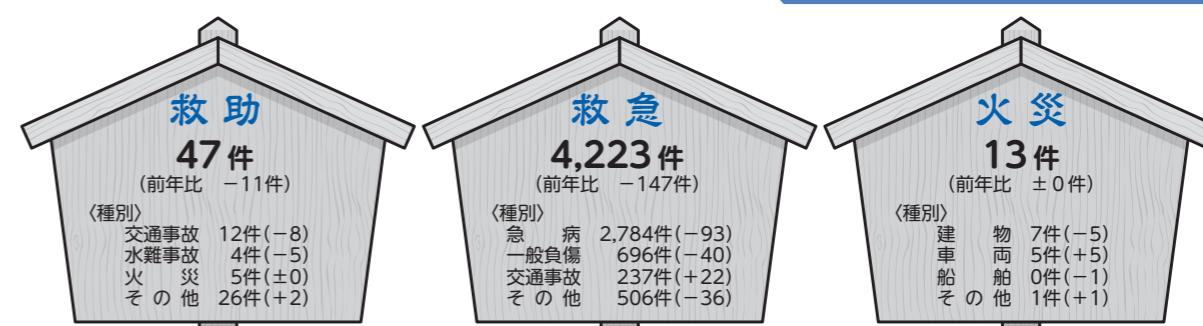
消防本部からのお知らせ



令和7年版

火災・救急・救助の概要

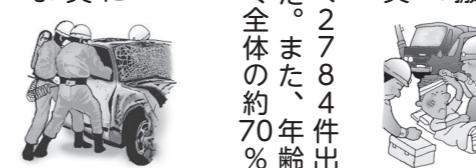
火災



出火件数は、建物火災7件、車両火災5件、その他1件の計13件で、前年と同数でした。このうち、建物火災による焼損棟数は8棟（全焼2棟、半焼6棟・部分焼0棟・ぼや6棟）でした。なお、火災による死傷者数は、死者0人、負傷者が3人増加しました。

救助出動件数は4223件、救急出動件数は4223件、出動件数では147件、搬送人員では188人減少しました。救助員は3993人で前年に比べ11件減少しました。搬送人員は2636人でした。また、年齢別に見みると65才以上の方が多く全体の約70%を占めました。

射水市消防本部からの三つのお願いです！  
**①**火災の早期発見のため、住宅用火災警報器を定期的に点検しましょう！  
**②**地域を守る消防団員を募集しています！  
**③**本当に必要ですか？救急車の適正利用をお願いします！#7119を利用しましょう。



## 介護予防・生活支援サービス従事者 養成研修を開催します

介護に関する基礎知識を学んで市内の介護保険事業所で家事援助などのお仕事をしませんか。  
 研修会のみのご参加も大歓迎です。

若い方からシニアの方まで大歓迎!  
 あなたのパワーを必要としています



日時

3月17日(火)、18日(水)  
 9:30～16:30(2日間)

場所

市本庁舎会議室401

定員

40人程度

申込期限

3月6日(金)

申込み・問合せ先

介護保険課 ☎ 51-6627  
 E-mail: [kaigo@city.imizu.lg.jp](mailto:kaigo@city.imizu.lg.jp)

受講料無料  
 申込み・詳細は  
 こちら



年金  
だより

## 公的年金等の源泉徴収票は 届きましたか

令和7年中に厚生年金、国民年金等の老齢または退職年金を受け取られた方には、日本年金機構から『令和7年分公的年金等の源泉徴収票』が送付されています。これは、確定申告の際の添付書類として必要ですので、大切に保管してください。

※受け取っている年金が、障害年金や遺族年金の方は、所得税の課税対象とならない（非課税）ため、源泉徴収票は送付されません。

### 再交付を受けるには

ねんきんダイヤルや高岡年金事務所における電話での受付は、基礎年金番号、氏名、電話をかけている方の氏名、本人との続柄等を確認したうえで、日本年金機構に登録されているご本人の住所へ郵送されます。発送まで2週間ほどかかります。

#### ●ねんきんダイヤル

☎ 0570-05-1165

(050で始まる電話でおかけの場合は、☎ 03-6700-1165)

#### ●高岡年金事務所お客様相談室

☎ 0766-21-4180 (音声案内が①番→②番)

※日本年金機構ホームページのねんきんネット内でも再交付申請および送付された源泉徴収票の画像ファイルの確認が可能です。

### 予約相談をご存じですか

現在、年金事務所では、お客様の待ち時間の解消として、予約相談を実施しております。年金事務所に相談のある方は、下記の「予約受付専用電話」または年金事務所に事前に予約してから来訪していただきますようご協力お願いします。

#### ●予約受付専用電話

☎ 0570-05-4890

※令和7年5月26日から戸籍の記載事項に「氏名のフリガナ」が追加されました。フリガナの修正手続きをされた場合は年金の振込ができなくなる可能性があります。日本年金機構から「氏名変更のお知らせ」（口座名義変更のご案内）が届いた場合は、金融機関の窓口などで口座名義（フリガナ）の変更手続きを行ってください。

# 月号 保健だより

問合せ先

- 子どもの健康に関するこども福祉課 〒52-7080
- おとなの健康・予防接種に関するこどもセンター 〒52-7070

## ●教室・育児相談の日程 会場: 保健センター

事業名	対象者	日程	受付時間
もぐもぐ教室(離乳食教室) 母子モで予約 (初めて参加の方優先)	生後4~6か月児	2月17日(火)	9:45~10:00
		3月13日(金)	
育児相談 母子モで予約	乳幼児	3月2日(月)	<予約時間> ① 9:00 ② 9:30 ③ 10:00 ④ 10:30

上記教室の予約は、子育て支援アプリ「いみすくby母子モ」から可能です。

※乳幼児健康診査、むし歯予防教室は個別通知しています。

日程変更を希望される方は、こども福祉課こどもすこやか係までご連絡ください。

二次元コードから  
アプリをインス  
トールしてご予約  
ください



## ●休日在宅当番医・歯科医 診療時間 9:00~17:00

月 日	医 院 ・ 病 院	歯 科 医
2月1日(日)	さくはなファミリークリニック(東太閤山) 【内】【小】【感染】 〒54-5833	矢野医院(本町) 【内】 〒82-5150
		にしきデンタルクリニック(高岡市向野町) 〒54-5017
2月8日(日)	藤田クリニック(二口) 【産】【婦】 〒52-3515	尾島クリニック(桜町) 【消内】【外】【内】 〒84-8552
		やきた歯科医院(高岡市戸出町) 〒63-5758
2月11日(水・祝)	真生会富山病院(下若) 【内】【小】 〒52-2156	木戸クリニック(朴木) 【内】【神内】 〒82-7300
		沢井歯科医院(高岡市伏木矢田) 〒44-7050
2月15日(日)	佐野内科クリニック(黒河新) 【内】【神内】 〒57-0811	おばなの里クリニック(中新湊) 【内】 〒82-3710
		やまざき歯科医院(二口) 〒52-7748
2月22日(日)	高橋医院(黒河) 【内】 〒56-0346	中新湊内科クリニック(中新湊) 【内】【小】【皮】 〒82-2000
		かわなか歯科医院(高岡市下麻生) 〒36-8077
2月23日(月・祝)	たかはし内科医院(三ヶ) 【内】 〒55-5522	越野医院(立町) 【内】 〒82-2855
		わたなべ歯科医院(高岡市宝町) 〒25-7500

◎最新情報は射水市医師会のホームページをご活用ください。

市内の医療機関の地図や、当番医などがすぐわかります。

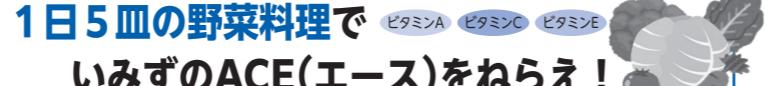


夜間、休日の急病時には電話相談もご利用ください。  
15歳以上の方「#7119」救急医療電話相談  
15歳未満の方「#8000」子ども医療電話相談

Let's トライ! IMIZUSHI 健康 8  
~8つの行動目標で健康寿命をのばそう~



1日5皿の野菜料理で  
いみずのACE(エース)をねらえ!



## 健康相談会のお知らせ 要予約

～血糖・脂質・血圧がちょっと高めのあなたへ～

令和7年度の健康診査の結果はいかがでしたか?  
メタボではないけれど、血糖・脂質・血圧が少し気  
になるあなたへ健康相談会を開催します。

日 程	時 間	場 所
2月13日(金)	① 9:00~ ② 10:00~ ③ 11:00~	保健センター
2月24日(火)		

内 容 保健師・栄養士による個別相談  
(所要時間30~60分)

持 物 令和7年度特定健康診査の結果  
インターネット予約はこちら▶

参 加 費 無料

予 約 方 法 インターネット または  
電話(保健センター 〒52-7070)

※特定保健指導利用券が届いている方は、特定  
保健指導を受けましょう。

訪問による相談も実施しています。  
ご希望の方は、電話でお申し込みください。

## 医師から学ぶ!

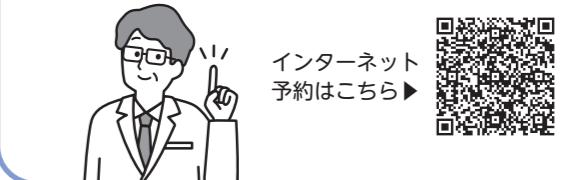
## 健康講座(血圧編)のお知らせ 要予約

専門医から、高血圧の原因や対策について  
無料で学ぶチャンス!  
ぜひお申込みください!

日 程	会 場	講 師
2月13日(金) 13:30~15:00 (受付 13:15~)	保健センター	高橋 徹先生 (たかはし内科医院 院長)

内 容 ① 専門医による講義  
② 保健師によるワンポイントクイズ

予 約 方 法 インターネット または  
電話(保健センター 〒52-7070)



助成金の申請手続(償還払い)の期限は  
**2月27日(金)までです**

必要書類を保健センターへ提出してください  
(助成券を使用せず、医療機関の窓口で接種料金を全額支払った方)



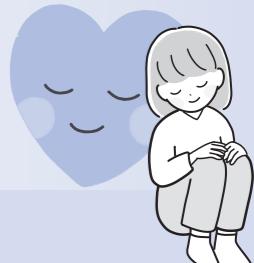
## こども・妊婦のインフルエンザ 予防接種費用助成

(助成券を使用せず、医療機関の窓口で接種料金を全額支払った方)

## 2月22日~28日は、

## 「とやまいのちを守り育む週間

～ひとりで悩まずに、相談してみませんか～



不安や悩み、つらい気持ちを抱え込んでいませんか?  
もしかしたら、それはこころのSOSかもしれません。ひとり  
で抱え込まず、身近な人や各種相談窓口に相談しましょう。

### ●こころの健康相談 ※要予約

専門相談員(公認心理師)による個別相談です。(約1時間)

会場: 保健センター

開 催 日	時 間(要予約)
2月12日(木)	① 9:15~10:15 ② 10:30~11:30
2月24日(火)	① 13:15~14:15 ② 14:30~15:30
3月6日(金)	① 9:15~10:15 ② 10:30~11:30

### ●電話相談機関

### ●富山県こころの電話

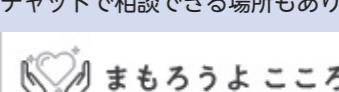
076-428-0606(平日9:30~17:00)  
0570-074-333(夜間・休日・年末年始)

### ●NPO法人富山カウンセリングセンター 《ユアパレット》

076-492-6635  
(毎日16:00~23:00 受付は22:30まで)

### ●その他

上記以外の電話相談機関や、SNS・  
チャットで相談できる場所もあります。



詳細はこちらから

## Sondeいい家(OVER15居場所支援事業)

自宅以外に安心して過ごせる若者の居場所として月1回開催しています。  
日 時 2月21日(土)、3月21日(土)  
13:00~17:00  
場 所 さくら国際高等学校富山キャンパス  
対 象 15歳以上の方  
問合せ先 NPO法人はあとぴあ21  
☎090-5495-7681

## ご寄附ありがとうございます

(受領日順)

田中産業株式会社(新潟県上越市) 1,000万円

SAN株式会社 20万円  
代表取締役 坪谷 亮様

日本生命保険相互会社(大阪府大阪市)  
代表取締役社長 社長執行役員 朝日 智司様  
**金額非公表**

株式会社トヤマデータセンター(富山市)  
代表取締役社長 大江 括久様 **金額非公表**

Avintonジャパン株式会社(神奈川県横浜市)  
代表取締役 中瀬 幸子様 **金額非公表**

有限会社タカギシ(魚津市)  
代表取締役社長 高岸 修様 **金額非公表**

正栄産業株式会社(富山市)  
代表取締役 森藤 正浩様 **金額非公表**

妙休寺  
代表 筒山 浄範様 **金額非公表**

株式会社メディカルケア 10万円  
代表取締役 池尾 深雪様

北陸ポートサービス株式会社  
代表取締役社長 加治 幸大様  
**チューリップ栽培セット 2248セット(100万円相当)**

株式会社エスタディオ  
代表取締役社長 中西 純穂様(神奈川県横浜市)  
**遊具・保育備品等(30万円相当)**

有限会社真野自動車(愛知県稻沢市)  
代表取締役 真野 寿樹様 100万円

今月の納税

固定資産税 第4期  
国民健康保険税 第8期

納期限 3月2日(月)

納税は口座振替が便利です!  
収納対策課または最寄りの金融機関に  
お問い合わせください。

★地方税お支払いサイトでご自宅でも納税できます!  
問合せ先 収納対策課 ☎51-6620

## 防災行政無線などによるJアラート試験放送

日 時 2月6日(金) 11:00頃  
伝達方法 屋外拡声子局、戸別受信機、市  
メール配信サービス、災害情報  
ポータルサイト、市公式L I N  
Eなど  
問合せ先 防災・資産管理課 ☎51-6632



詳細はこちら

## 私の居場所「がちょっく」

女性が安心して相談や交流できる居場所を月2回開催しています。

日 時 2月7日(土)、3月7日(土)  
13:00~16:30  
2月21日(土)、3月20日(金・祝)  
18:00~21:30

対象者 成人女性(性自認が女性であれば可)  
場所・問合せ先 一般社団法人ガチョック ☎54-6208

## とまりぎラボ事業「つむぎキッチン」

若者が安心して一步を踏み出せるよう、月1回自立サポート活動や社会参加の体験活動をしています。

日 時 2月26日(木) 10:00~13:00  
場 所 櫛田コミュニティセンター  
対 象 高校生を含む15~20歳までの若者  
問合せ先 一般社団法人とまりぎラボ



連絡はこちら

## 空き家セミナー&相談会を開催します!

大切なお住まいを地域の困った空き家にしないためにはどうしたらいいか、一緒に考えましょう!

空き家をお持ちの方やご自宅の将来に不安のある方はもちろん、地域住民の方や空き家問題に関心のある方などもぜひご参加ください。

日 時 2月21日(土)  
13:00~16:00(受付 12:30~)

会 場 新湊交流会館2階ホール  
予 約 不要 参加費 無料

内 容 ●講演会  
『住まいの「しまい方」「活かし方』について』  
講師 (一社)全国空き家アドバイザー協議会  
前理事長 井上 幸一 氏  
●個別相談会  
問合せ先 観光まちづくり課 ☎51-6676

## 射水市男女共同参画推進委員会 「あつたか家族のひなまつり」

ひなまつり絵本の読み聞かせや工作をします。

日 時 2月21日(土) 14:00~15:00  
会 場 救急薬品市民交流プラザ  
対 象 小学生以下の子どもと保護者  
定 員 30組(先着順)  
参 加 費 一家族100円  
申込締切 2月18日(水)  
問合せ先 市民活躍・文化課 ☎51-6622



詳細はこちら

## すてっぷカフェ・すてっぷカフェ家族会

ひきこもりなど生きづらさを抱える方や家族が集まって交流や情報交換をする場所です。

すてっぷカフェ  
日 時 2月19日(木) 13:30~15:30

すてっぷカフェ家族会  
日 時 2月28日(土) 13:30~15:30

場 所 救急薬品市民交流プラザ 別館  
そ の 他 途中参加・退出可、参加費無料  
問合せ先 射水市ふくし総合相談センターすてっぷ  
☎55-5204

## 射水市シルバー人材センター入会説明会

①日 時 2月12日(木) 10:00~  
場 所 放生津コミュニティセンター

②日 時 2月17日(火) 9:30~  
場 所 射水市シルバー人材センター

## 女性限定入会説明会

日 時 2月18日(水) 9:30~  
場 所 射水市シルバー人材センター

対 象 者 健康で働く意欲のある60歳以上の方  
申込み・問合せ先 射水市シルバー人材センター  
☎55-8817

## 射水市制20周年記念 第17回射水市シルバーまつり

市民の皆様との交流を通して、シルバー人材センターの魅力を知ることができます。※混雑が予想されますので、乗り合わせでのご来場お願い致します。

日 時 2月28日(土) 10:00~15:00  
場 所 救急薬品市民交流プラザ  
問合せ先 射水市シルバー人材センター  
☎55-8817

## アルコール家族教室

日 時 3月3日(火) 14:00~16:00  
場 所 高岡厚生センター

対 象 者 飲酒に関する心配がある家族  
参 加 費 無料

申込期限 2月20日(金)

申込み・問合せ先  
高岡厚生センター射水支所 地域健康課  
☎56-2666

## 結ネット体験ワークショップ

日 時 2月20日(金) 18:00~19:30  
会 場 市本庁舎2階 会議室201

対 象 者 結ネットの活用に興味のある方  
定 員 20人(先着順)

内 容 記事の読み方や発信など、ご自身のスマート  
フォンでアプリ操作を体験します。

問合せ先 市民活躍・文化課 ☎51-6622

# Information 広場

詳しくは、問合せ先へご確認ください。



## (一財)射水市公園等管理業務公社作業員 募集

業務内容 市内都市公園の草刈、芝・樹木などの管理業務  
週4日勤務(3月または4月から12月まで勤務)

募集人数 若干名 募集期限 2月12日(木)  
その他、詳細についてはお気軽にお問合せ下さい

問合せ先 (一財)射水市公園等管理業務公社 ☎50-8526

## パート保健師・看護師の募集

勤務内容 子どもの健診の身体計測、診察介助、問  
診、保健指導など

勤務先 保健センター  
勤務時間 午前または午後の半日(4時間程度)

謝 金 1回 4,280円(令和7年度現在)

募集期限 2月16日(月)  
問合せ先 こども福祉課 こどもすこやか係  
☎52-7080

勤務内容 がん検診・健康教室の問診・計測など  
(保健センターや市内コミュニティセンターなどで実施)

勤務時間 8:00~11:30  
(月に5~10回程度、不定期、主に6~7月、10~12月)

謝 金 1回 4,280円(令和7年度現在)

募集期限 2月16日(月)  
問合せ先 保健センター ☎52-7070

## 社会教育委員募集

内 容 社会教育に関する諸計画の立案、教育委  
員会に対する答申などを行います。

募集人員 若干名  
任 期 令和8年4月1日から2年間

応募資格 市内に在住する満20歳以上(令和8年4月  
1日現在)の方

応募方法 所定の応募用紙に記入し、生涯  
学習・スポーツ課へ提出してく  
ださい(郵送可)。応募用紙は、  
生涯学習・スポーツ課および各  
地区センターに設置、また、ホームペー  
ジに掲載しています。

募集期限 2月27日(金)必着  
申込み・問合せ先 生涯学習・スポーツ課 ☎51-6637



## 救急薬品市民交流プラザ施設利用予約抽選会

日 時 3月1日(日) 9:00~10:00  
対象期間 9月1日(火)~30日(水)

場所・問合せ先 救急薬品市民交流プラザ  
☎55-1881  
詳しくはこちら▲  
施設の空き照会・予約申込はこちら▲



2月  
バレンタインデー  
金沢味

## 2・3月の予定

### 市制20周年記念 公募提案型市民協働事業

#### Happy♡産後ケアFromいみず

2月6日(金) 3月6日(金)  
10:00~11:30 橋下条コミュニティセンター

3月8日(日)

- マタニティクラス 10:00~11:00
- パパママクラス 11:30~12:30

大江コミュニティセンター

#### 制服循環プロジェクト譲渡会

2月22日(日) 3月29日(日)  
10:00~13:00 救急薬品市民交流プラザ向かいの貸テナント  
(三ヶ3313-11)

#### 射水市芸文祭「早春の集い」

3月14日(土) 3月15日(日)  
9:30~17:00 高周波文化ホール

### クロスベイ新湊 イベント情報!

- ◇カモメとネコのマルシェ  
日時 2月8日(日) 11:00~16:00  
会場 2階 iCNホール
- ◇ほほえみマルシェ  
日時 2月22日(日) 10:00~15:00  
会場 1階 コミュニケーションスペース



ホームページ CROSSBAY\_2020  
最新のイベント情報は、クロスベイ新湊のホームページまたはInstagramをチェック！

## イチオシ 教室

### 救急薬品市民交流プラザ ☎55-1881

#### ほぐピラ教室

体のコリをほぐしてからピラティスを行います。ゆるめることで筋肉が動きやすくなり、効果が高まります。

- 2月14日(土)・21日(土)・28日(土) 19:30~20:30
- 1,500円／回、6,000円／(期限有り)
- 飲み物、動きやすい服装 ●電話・窓口受付

#### シニアのためのスマホ教室

知って安心のワンポイントレッスンを受けたリスマホの疑問をマンツーマンで伺います。

- 2月14日(土) 10:00~11:00
- 500円 ●研修室 ●電話・窓口受付

#### 筋膜リリース教室

専用のミニボールを使い、硬くなった筋膜をセルフケアします。

- 2月15日(日) 13:00~13:50
- 800円、ミニボール貸出200円
- ミニボール貸出5人まで
- 飲み物、動きやすい服装 ●電話・窓口受付

#### いきいき長寿館 ☎84-1030

#### 眠りを深めるヨガ ヨガニードラ

身体をほぐし、ゆったり呼吸法で自律神経を整えリラクゼーションへと導くヨガです。

- 2月14日(土) 11:00~12:00
- 1,000円
- 飲み物、タオル、動きやすい服装
- 定員20名
- 開催日前日まで
- 電話・窓口受付

#### なるほど・納得スマホ教室

初步的な操作から、何でも何度も！

- 2月28日(土) 10:00~11:00
- 500円 ●ご自分のスマホ筆記用具
- 定員10名 ●開催日前日まで ●電話・窓口受付

#### 眠りを深めるヨガ ヨガニードラ

身体をほぐし、ゆったり呼吸法で自律神経を整えリラクゼーションへと導くヨガです。

- 2月28日(土) 11:00~12:00
- 1,000円 ●飲み物、タオル、動きやすい服装
- 定員15人 ●開催日前日まで ●電話・窓口受付

#### 人気上昇中!! ニット編み教室

編み物にはリラックス・集中力UP・ストレス解消の効果あり。

- 2月14日(土) 13:30~15:30
- 900円
- 定員15人
- 開催日前日まで
- 電話・窓口受付

#### 人気上昇中!! ニット編み教室

編み物にはリラックス・集中力UP・ストレス解消の効果あり。

- 2月28日(土) 13:30~15:30
- 900円 ●定員15人
- 開催日前日まで
- 電話・窓口受付

### 事業者・団体向け 参加費無料

## 「省エネルギーセミナー」を開催します！

2月25日(水) 13:30~16:00  
クロスベイ新湊2階 iCNホール

**対象者** 市内の事業者・団体の方  
(どなたでも参加可能)

**定員** 40人(先着順)

**内容** 【第1部】省エネルギーセミナー  
テーマ  
「ゼロカーボンシティいみず」  
の実現に向けた脱炭素化の取組  
講師/北陸電力株式会社 高岡支店

【第2部】交流会・相談会

主催/射水市  
共催/射水市商工協議会

問い合わせ先 環境課 ☎51-6624

QRコード

詳細・申込は[こちら](#)

### 親子で一緒に! サルベージ・パーティー

~台湾の味でムダなくおいしく~

3月1日(日) 10:30~13:00  
救急薬品市民交流プラザ

**対象者** 小学生とその保護者

**定員** 8組(申込先着順)

**申込期間** 2月1日(日)~21日(土)

**参加費** 無料(家庭で持て余している食材をご持参ください)

**内容** サルベージとは救出すること。  
家庭で持て余している食品を持ちより  
おいしい料理に変身させます。台湾の  
料理の知識も取り入れます。

**講師** サルベージサポーター兼  
射水市地球温暖化防止活動推進員  
山田 陽子氏

射水市地域おこし協力隊  
王 義君氏

問い合わせ先 環境課 ☎51-6624

詳細・申込は[こちら](#)

QRコード

## 令和7年度 コミュニティ助成事業

宝くじの社会貢献広報事業として、(一財)自治総合センターが宝くじの受託事業収入を財源に実施している「コミュニティ助成事業」の助成を受け整備しました。

●海老江東町自治会  
獅子蚊帳、獅子・キリコ・天狗衣装の整備

問い合わせ先 市民活躍・文化課 ☎51-6622

### 統計調査 登録調査員大募集!

- 報酬あり(約2~5万円程度)
- 未経験者でも大丈夫
- 希望地域の対応可能
- 居住地は問いません
- 副業として従事も可能

統計調査が行われる期間に、調査票の配布や回収などを行う仕事です。  
(5~7月に「令和8年経済センサス・活動調査」があります)

登録方法は?

QRコード

申込みは[こちら](#)

申込み・問い合わせ先 未来創造課 ☎51-6614

QRコード

詳細は[こちら](#)

QRコード

申込み・問い合わせ先 未来創造課 ☎51-6614

アイザック小杉文化ホール ラポール

●2月の休館日 3日、10日、17日、24日

☎56-1515

よみがえる思い出のうた

~心に響く音楽影絵物語~モチモチの木

2月28日(土) 開場13:30 開演14:00

入場料 全席自由

一般 1,500円(会員1,300円(4枚まで)、当日2,000円)

高校生以下

500円 ※4歳以下入場不可

出演 バリトン/酒井雄一

ピアノ/佐々木ゆき子

朗読/垣田文子

影絵/ジャック・リー・ランダル、広田郁世

合唱/富山少年少女合唱団

第1部はピアノと独唱による童謡・唱歌を中心としたステージとトーク、第2部は合唱・朗読と「オリジナルの動く影絵」で綴る音楽朗読劇「モチモチの木」の公演です。

特別協賛: 小杉ライオンズクラブ



好評発売中!

射水市内出前コンサート 入場無料!

ひなまつりコンサート

3月2日(月) 開演10:30

会場 射水市子育て支援センター

出演 とやまミュージックキャラバン 安田菜々子(クラリネット、オカリナ)

安田 健太(ホルン、ギター、打楽器)

四十谷 謙(フルート)

桑原 晶子(ピアノ)

内容 季節のうた、からだあそび はじめての名曲クラシック



ホール利用申込抽選会のご案内 令和8年3月1日(日) 10:00~

対象期間 <ホール> 令和9年3月1日(月)~3月31日(火)

高周波文化ホール(新湊中央文化会館) ◆協力事業

●2月の休館日 2日、9日、16日、24日

☎82-8400

入場無料!

ロビーコンサート10周年 記念フェスタ

2月22日(日) 開場9:10 1部 開演9:30 2部 開演13:00 会場 大ホール 全席自由

普段ロビーコンサートで活動する、友の会会員が集うフェスタ(お祭り)！日ごろから音楽を愛する仲間が集い演奏しますので、お気軽に音楽をお楽しみください。

出演 あいの風Koto、えこりーな、縁、おはし、合唱サークル わらべ、独楽ちゃん、

女声アンサンブル エコーいみず野

新湊合唱クラブ、滝沢 卓&こめりーず、張鶴 二胡友の会、富山サクソフォーン倶楽部、Tonkünstler、ピアノデュオ La Colore、マンドリンアンサンブル カンティーナ、

水戸田オカリナサークル

※都合により内容に変更が生じる場合がございます



彩り楽園 楽園祭

3月7日(土)、8日(日) 会場 展示室 他

令和7年に開催した「彩り楽園～生活に彩りを」の各講座の発表会・体験・展示です。

皆さんのお越しを心よりお待ちしております。お気軽にご参加ください♪

7日・8日 9:30~17:00(8日~16:30) 日本画講座作品展

岩絵具を使用して表現した日本画作品をご覧ください！

7日 10:00~11:00 やさしいヨーガ体験会①

【体験料500円】※事前申し込み

東洋医学を取り入れた 春のヨーガでデトックス 心も体も軽やかに。

※[女声コーラスカラフル発表会]は都合により中止としました。  
公演を楽しみにしておられたお客様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解いただけますようお願いいたします！

声楽研究グループ ヴォア・ナチュレルpresents

春のいぶきコンサート2026

公演中止

◆いみずシビックウインドオーケストラ

第9回定期演奏会

3月29日(日) 開場13:30 開演14:00

入場料 500円

※小学生以下無料

※当日券は残席がある場合のみ販売

ゲスト 小久保まい(ユーフォニアム奏者)

神谷 純実(マリンバ奏者)

好評発売中!



新湊博物館

●2月の休館日  
3日、10日、12日、16~19日、24日

☎83-0800



企画展 「人間国宝認定70周年記念 石黒宗麿」(企画展示室)

会期 開催中~2月15日(日)

企画展 「日本人の心と妖怪一小泉八雲が魅せられた世界」

会期 2月20日(金)~4月19日(日)

日本の妖怪の魅力について、小泉八雲が残した資料「ヘルン文庫」をはじめ絵画や造形作品から探ります。



関連行事(要観覧券)

●展示解説会

日時 2月22日(日)、3月8日(日)いずれも13:30から(20分程度)

●パーカッションとお話「音と妖怪」

2月28日(土) ①13:00~、②15:00~(各1時間程度)

講 師 渡辺亮氏(パーカッショニスト・美術家)

参加定員 40名(要事前申込み)

申込締切 ~2月14日(土)

応募多数の場合は抽選(当選発表2月16日(月))

●ワークショップ「妖怪変わり絵」を作ろう

日 時 3月29日(日)

①10:00~11:30 ②13:30~15:00

定 員 各回20人(抽選)

体 験 料 200円

申込期間 2月25日(火)~3月9日(月)

当選発表 3月12日(火)

申込方法 博物館イベントフォームまたは電話



申込みはこちら

大島絵本館

●2月の休館日  
2~6日、9日、16日、24日

☎52-6780



(ギャラリー)

まつおかたつひで絵本原画展

会期 2月7日(土)~3月31日(火)

内容 『ぼくらはいけのカエル』(ほるぷ出版)

『ベッドにのってきょうりゅうのくにへ』(童心社)、2冊の絵本原画を展示します。



(シアター)

公募絵本ライブVIII

日時 2月21日(土) 13:30~15:30、22日(日) 9:40~15:50

内容 絵本をテーマとした幅広い表現活動のライブ公演です。

出演 一般応募者 20組

(カフェギャラリー)

menina menino 日々を楽しむお洋服展

会期 2月7日(土)~25日(火)

内容 コットン、リネン、ウールなどの天然素材を中心とした洋服や帽子、バッグなどの雑貨を展示販売。

松原百合子 ふるさと富山いいところ展

会期 2月26日(火)~3月13日(金)

内容 富山の文化・風景・食などをテーマとした作品の展示販売

竹内源造記念館

●2月の休館日  
2日、9日、16日、24日

☎55-3288



鍛錬体験教室 隨時受付中

詳細は「竹内源造記念館」ホームページ参照

都合により、3月22日(日)に開催を予定しておりました本公演については中止としました。

公演を楽しみにしておられたお客様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解いただけますようお願いいたします。

太閤山ランド

●2月の休園日  
3日、10日、12日、17日、24日

☎56-6116



雪の上で身体を動かそう！

スノーシュー貸出中♪

公園内をスノーシューを履いて冬の木々や動物の痕跡を探してみよう。  
新しい発見があるかも？！

●レンタル料

200円/3時間

●貸出場所

公園管理センター

3月末まで駐車場無料！

冬期園内無料バス運行中(~3/19まで)



SNOW SHOE

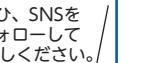
スノーシューは…

初めての人でも簡単、子供からお年寄りまで、気軽に楽しめる冬の道具です。

スノーシューレンタル 始まりました！

公園管理センターで貸出中♪

お問い合わせ Tel: 076-56-6116



Instagram



Facebook





射水市×富山県立大学×アランマーレ富山

## オレンジキャップペーン in 射水 ～がんばる女性をみんなで応援～

市内に拠点を置く女子ハンドボールチーム・アランマーレ富山、富山県立大学と、本市が連携し、国際女性デー（3月8日）に合わせて、「オレンジキャップペーン in 射水～がんばる女性をみんなで応援～」を実施します。

このキャンペーンでは、SDGsの目標5『ジェンダー平等を実現しよう』のロゴカラーであり、アランマーレのチームカラーでもあるオレンジ色をモチーフにした、様々な啓発事業を実施します。

### キャンペーン期間

3月1日(日)～8日(日)

### 啓発キャンペーン

#### <オレンジカラーキャンペーン>

キャンペーン期間中、市内各地でオレンジ色のグッズ着用やオレンジ色ライトアップ等の趣旨啓発に取り組みます。

#### <図書館企画展示>

女性のエンパワーメントやジェンダー平等に関する展示や本の紹介を行います。

期間 2月28日(土)～3月8日(日)

場所 中央図書館

問合せ先 市民活躍・文化課 ☎51-6622



詳細はこちら



# GO! アランマーレ!

女子ハンドボールチーム「アランマーレ富山」のリーグH2025-26シーズンホームゲームも残すところあと6試合。

全身全霊でレギュラーシーズンを戦い、プレーオフ進出、そして日本一を目指すアランマーレ富山を市民一丸となって応援しよう。  
皆さんの応援が選手の力になります!!



超大型補強!!  
韓国リーグから移籍  
ユ・ソジョン

No.29 ポジションRB

こんにちは♪  
韓国チームから  
アランマーレに  
加入しましたユ・ソジョン  
です！

ハンドボールを愛してくださる皆さんに、私のプレーを通じてハンドボールの楽しさと情熱をさらに感じていただけるように最善を尽くします。

応援よろしくお願いします！

### アランマーレ富山 ホームゲーム (市内開催)

アルビス小杉総合体育センター

vs 三重バイオレットアイリス	2月7日(土) 13:30～
vs イズミメイプルレッズ広島	2月14日(土) 13:30～
vs 大阪ラヴィッツ オレンジキャップペーン	3月7日(土) 13:30～
vs 熊本ビューストピンディーズ	4月4日(土) 13:30～
vs ハニービー石川	4月25日(土) 13:30～
vs HC名古屋	5月9日(土) 13:30～

# 各種相談

### ●行政・人権相談 ☎51-6622

- 13:30～16:00
- 2月4日(水)、3月4日(水)  
救急薬品市民交流プラザ
- 2月12日(木)、3月12日(木)  
新湊交流会館
- 2月18日(水)、3月18日(水)  
大門総合会館
- 2月24日(火)、3月24日(火)  
市本庁舎
- 2月開設なし、3月5日(木)  
※人権相談のみ  
下村コミュニティセンター

### ●心配ごと相談 ☎55-5202

- 13:30～15:30
- 2月3日(火)、17日(火)  
3月3日(火)、17日(火)  
救急薬品市民交流プラザ
- ※民生委員・児童委員が相談に応じます。

### ●行政書士による無料相談(予約優先) ☎54-5341

- 2月13日(金)、27日(金)  
13:30～15:30  
市本庁舎相談室103.104
- ※相続、遺言、後見などの相談が可能  
※予約時に「無料相談」とお伝えください

### ●犯罪・事故など被害に関する相談 ☎076-413-7830

- 月～金曜日(年末年始・祝日を除く)  
10:00～16:00  
とやま被害者支援センター

### ●犯罪被害者などの「総合的対応窓口」 ☎51-6623

- 月～金曜日(年末年始・祝日を除く)  
8:30～17:15  
市本庁舎2階 生活安全課

### ●家庭児童・母子父子相談 ☎51-6671

- 月～金曜日(年末年始・祝日を除く)  
9:00～17:00  
市本庁舎1階 こども福祉課内

### ●住宅相談(耐震補強やリフォーム工事の相談など) ☎55-1298

- 2月15日(日) 10:00～15:00  
アルビス大島店  
射水地域住宅相談所
- 2月15日(日) 10:00～15:00  
アルビス姫野店  
新湊地域住宅相談所 ☎82-4511

### ●成年後見制度相談(予約優先) ☎51-6625

- 2月25日(水)、3月25日(水)  
14:00～16:00 市本庁舎

### ●ひきこもりに関する相談 ☎55-5204

- 2月10日(火)、3月10日(火)  
13:30～16:30  
救急薬品市民交流プラザ
- ※精神保健福祉士など専門の相談員が対応します。

### ●福祉・介護のお仕事相談

ハローワーク高岡 ☎076-432-6156

- 毎月第4火曜日(年末年始・祝日を除く)  
相談 9:30～12:00  
セミナー 13:30～15:00

### ●無料法律相談(要予約) ☎51-6615

- 2月26日(木)  
13:00～16:00 市本庁舎

予約方法:ハガキ、ホームページまたは総務課窓口にて、住所、氏名、電話番号、希望月など必要事項を記入し提出  
定員:6人(抽選)  
締切:2月12日(木) 消印有効  
送付先:〒939-0294  
新開発410番地1  
総務課2月分無料法律相談係  
※市内に住民票のある方に限ります。  
※応募者に電話で抽選結果を連絡します。  
※相談は半年につき1回までです。

### ●認知症カフェ真生会カフェなでしこ ☎52-1556

- 2月5日(木)  
14:30～16:00

### ●障がいに関する相談

- ①月～金曜日(年末年始・祝日を除く)  
9:00～16:00

●つどい ☎55-4110

- ②月～金曜日(年末年始・祝日を除く)  
9:00～17:00

●あいネットいみず ☎50-8402

●ふらっと ☎56-6661

- ③月～土曜日(年末年始・祝日を除く)  
9:00～17:00

●むげん ☎52-1737

### ●子どもの悩み総合相談 ☎52-3122

- 月～金曜日(年末年始・祝日を除く)  
9:00～17:00

市本庁舎1階 こども福祉課内

kodomo-soudan@city.imizu.toyama.jp

### ●福祉に関する総合相談 ☎55-5203

- 月～金曜日(年末年始・祝日を除く)  
9:00～17:00

ふくし総合相談センターすてっぷ

### ●高齢者の総合相談・認知症相談

- 月～金曜日(年末年始・祝日を除く)  
9:00～17:00

※事前に電話で連絡ください。

地域包括支援センター(市内6か所)

(新湊西) ☎83-7171

(新湊東) ☎86-8739

(小杉・下) ☎55-8217

(小杉・南) ☎56-8725

(大門) ☎52-0800

(大島) ☎52-8050



担当地区はこちら

### マイナンバーカードをお持ちの方

お得で便利!! 証明書のコンビニ交付サービスをご利用ください(手数料が150円引き)。

詳細はこちら▶

### 2月・3月のマイナンバーカード 休日・夜間窓口



▲休日窓口  
▲マイナンバーカード  
夜間予約交付

### 休日窓口

2月8日(日)、3月22日(日)

8:30～12:30

### 夜間

2月16日(月)～20日(金)

3月16日(月)～19日(木)

17:45～19:15(最終受付) ※要電話予約

マイナンバーカードの受取りの際は、交付通知書(ハガキ)に記載の必要書類を持参ください。  
場所/市本庁舎1階 市民課

### ●移住と空き家の相談窓口「#みらいシティ射水」

☎070-9345-1346

番屋カフェ建物内(放生津町17-5)

9:30～18:30(定休日:水、木曜日)

### ●税理士の無料税務相談(要予約、初めての方のみ)

☎076-422-4034

- 2月19日(木) 13:00～16:00

- 2月20日(金) 10:00～16:00

高岡商工ビル5階

相談日の1週間前の9:00から予約受付

### ●精神科医・心理士による不登校、その他子育てについての相談

☎55-2799

- 第1水曜 14:00～16:15

- 第2水曜、第3水曜、第4水曜

15:00～16:30

子どもの権利支援センター

(来所相談のみ・要予約)

### ●教育相談(要予約)

☎82-1678

- 月～金曜日(年末年始・祝日を除く)

9:00～17:00

教育センター教育相談室



食生活改善推進員の  
おすすめレシピ

おやつ 調理時間 15分  
**大豆と煮干しの  
ポリポリ揚げ**  
エネルギー141kcal 塩分0.8g



材料(2人分)

水煮大豆	60g
煮干し(小魚)	8g
片栗粉	10g
油	適量
砂糖	小さじ2
濃口しょうゆ	小さじ1
みりん	小さじ1

作り方

- Aを600Wのレンジで20秒程度加熱し、混ぜ合わせておく。
- フライパンに煮干しを入れて、乾煎りし、取り出す。
- キッチンペーパーで、水煮大豆の水気をとり、片栗粉をまぶす。
- フライパンに油をしき、②と③を揚げ焼きする。
- ボウルに④を入れ、①を味をみながらまわしかけてからめる。

からっと揚げた大豆と煮干しが  
ポリポリとおいしい、  
保育園給食の人気レシピです。



過去のレシピ一覧はこちら▶



食生活改善推進員のコメント

保育園給食では、水煮大豆の代わりにゆでひよこ豆を使用しています。

あなたの声を募集します！実際に作ってみた感想をお聞かせください。  
メール hoken@city.imizu.lg.jp  
郵送 〒939-0241 射水市中村38 射水市保健センター宛て

HAPPY Valentine's Day 寒い冬を「イーポン」で心も体も賢くお得に暖まろう



※切り取ってそれぞれのお店にご持参ください。お1人様1回1枚のご利用とさせて頂きます。クーポン広告のお問合せ先 (有)アドプラン tel 076-451-0168

# ニコニコ☆いみずっこ

～1歳 Happy Birthday～

2月生まれの  
いみずの「たからもの」

あやとちゃん

かんなんちゃん

さくちゃん

すみれちゃん

そいたちゃん

ななみちゃん

ふみちゃん

みおこちゃん

みひろちゃん

みるくちゃん

るあちゃん

広報いみずでは、毎月誕生日を迎えるこどもたちの笑顔の写真を掲載します。ぜひご応募ください！

令和7年4月生まれの  
こどもの笑顔を募集中！

応募締切 2/28(土)まで

応募はこちら

応募対象 市内在住で、掲載号が1歳の誕生月のお子さん  
応募方法 市LINE公式アカウントからご応募ください。  
※応募の詳細は、市ホームページからご確認ください。

問合せ先 未来創造課 ☎51-6614  
市ホームページ

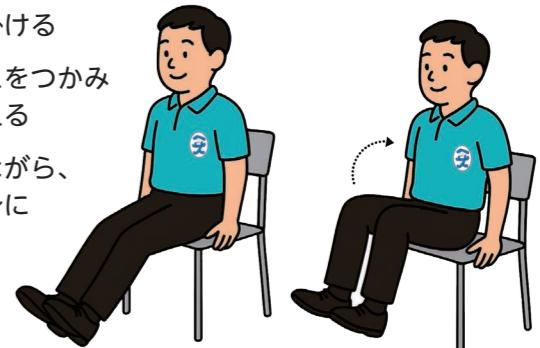
目標そ +10 いつもの生活に  
の運動を！

「運動すればいいけど時間がなくて…」  
そんなあなたも、今より **10分だけ**  
多くからだを動かしてみませんか！

からだを動かして  
筋力アップ

筋肉に負荷をかけることで筋力  
が増加し、さらに身体を動かし  
やすくなります。

- イスに腰掛ける
- 両手でイスをつかみ  
身体を支える
- 息を吐きながら、  
膝を上半身に  
近づける



“ながら運動”を取り入れ  
10分多く身体を動かしましょう

運動する時間をとることが難しくても、日頃何気なく行っている動作にひと工夫すれば、立派な運動になります。

問合せ先  
保健センター ☎52-7070

ヘルスボランティアおすすめ  
体幹をきたえる ながら足上げ

4秒ずつ数えながらゆっくり上げ下げし、  
10回1セットを目安に行いましょう。

この他の「ながら運動」紹介動画はこち  
(YouTubeにつながります) ➤





射水市役所

技術職現場見学会

**2.24** TUE

13:00~16:30

就職説明会

**3.2** MON

第1回 対面

10:00~12:00

第2回 WEB

13:30~15:30



詳細・申込みはこちら

問合せ先

人事課 ☎ 51-6613

## 企業広告

いつまでも  
人々にごめんわくをかけない、  
企業でありたい。

**金原開発株式会社**

本社／射水市沖塚原134 Tel.0766-84-3333  
とやまりサイクルセンター／富山市坂下新字上中島26 Tel.076-434-2271

**灯油の配達も  
LINEから!**

友だち  
募集中

冬の暮らしのお困りごと お電話1本でかけつけます!

**0120-000-890** (大島営業所)  
射水市小島900

株式会社  
中村燃料商店  
NAKAMURA ENERGY  
(大島営業所)射水市小島900

WEBはこちらから

インスタも見てね!

**icn**  
いみずケーブルネットワーク

ドキドキ、ワクワクを。もっと。

光テレビ / 光インターネット / 光でんわ / ケーブルスマート

射水ケーブルネットワーク株式会社 Tel. 0120-82-7320

**ローンのご相談は  
JAいみず野ローンセンター**

**日曜も営業!!** 日曜日▶午前9時~午後4時  
月~金▶午前9時~午後6時

※祝日及び年末年始は休業いたします

**0120-307-132** 射水市  
北野1555-1

詳しくは、ホームページ JAいみず野 検索をご覧ください

〈企業広告募集〉問合せ先 広告代理店／株協和総商 ☎ 21-0319

**CHECK!!** 射水市公式 SNS

LINE あなたの欲しい情報をリアルタイムにお届けします。	ユーチューブ 市長記者会見や「テレビ広報いみず」などの動画を投稿しています。	X (旧Twitter) 市政情報全般を発信しています。	Instagram いみず署が射水の見どころやイベントを紹介します。	Instagram ムズムズくんが観光情報を発信しています。

## 射水市的人口・世帯数

令和7年12月31日現在の射水市住民基本台帳人口 ※( )内は前月比

人口	89,377人	(-122)	(うち外国人 3,850人)
男性	43,847人	(- 81)	(うち外国人 2,205人)
女性	45,530人	(- 41)	(うち外国人 1,645人)
世帯数	37,609世帯	(- 48)	(うち外国人のみの世帯2,401世帯)