

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
9月
2026 September
No.251

みんなにやさしい、新しい遊び場！
大島中央公園にユニバーサルブランコを設置しました。



第21回 射水市

環境とくらしフェア

「ゼロカーボンシティいみず」の実現を目指して

日時 **9月27日(日)**
9:30~15:00

会場 **ミライクル館
クリーンピア射水**
(西高木1150番地)

エコライフスタイル・イベント

- 次世代EVバス
「トヨタ e-Palette」乗車体験
- FCV「トヨタMIRAI」展示・給電デモ 協力:トヨタモビリティ富山(株)
- EV「日産リーフ・日産サクラ」試乗体験
- EV「日産アリア」V2H展示・給電デモ 協力:日産富山(株)
- 豪華賞品が当たる!
ゼロカーボンシティいみず応援隊長「雷鳥」のECOクイズ大会
- 会場をめぐってムズムズポイントをGET! ECOチャレスタンプラリー
- 地球温暖化対策啓発ポスター・標語 / 表彰式・作品展示
- 科学作品展示



次世代EVバス
「e-Palette」に乗ろう!

カーボンニュートラル ・アクションパーク



- 謎解きゲーム「カーボンデーモンと謎解きエコバトル」
協力:富山県カーボンニュートラル推進課
- 脱炭素や環境に関するボードゲームで遊ぼう!
協力:(公財)とやま環境財団



ゼロカーボンシティいみず
応援隊長「雷鳥」さん

ほかにも様々なコンテンツが盛りだくさん! 詳細は市ホームページをご覧ください! →



フリーマーケット

- 衣類、雑貨、アクセサリ、子ども用品などの出店者を募集します。
 - 募集区画数は8区画で、申込先着順、市内在住者に限ります。
 - 9月7日(月)から電話で受付を開始し、定員になり次第締め切ります。
- 申込・問合せ先 ミライクル館 ☎55-8650

ECOキッズ スクール

- 親子でペーパークラフト自動販売機をつくり、リサイクルなどについて学びませんか。
 - 定員15名で、申込先着順、市内在住の小学生とその保護者に限ります。
- 詳細・申込はこちら
- 問合せ先 環境課 ☎51-6624

フードドライブ

- 家庭で持て余している食品の寄附を募ります。集まった食品は、食品を必要としている福祉団体等へ提供します。
- 募集する食品
- 賞味期限が1か月以上ある
 - 常温保存できる
 - 未開封で包装の破損なし
 - 日本語で表記されている
- ※生鮮食品・冷蔵・冷凍食品・アルコール類は不可
- 協力:いみず女性ネットワーク

大島中央公園内に ユニバーサルブランコが 完成しました!



大島中央公園に新しく「ユニバーサルブランコ」が完成し、7月28日に除幕式を行いました。

このブランコは、座面のハンモックネットが、体をやさしく包み込むつくりになっています。座って

ゆったり揺れたり、寝そべって空を眺めたりと、思い思いの楽しみ方ができます。

ユニバーサルブランコは、障がいの有無や年齢にかかわらず、誰もが安心して利用できる遊具です。子どもたちが笑顔で遊び、交流できる新しい場所として親しまれることを願っています。



このブランコは田中産業株式会社様のご支援により設置しました。

問合せ先 都市計画課(大島分庁舎) ☎51-6680

9月10日は「下水道の日」

毎年9月10日は、下水道の役割や整備の重要性について、広く皆様に理解と関心を深めてもらうために設けられた「下水道の日」です。

下水道の役割と重要性

①公衆衛生の向上

トイレが水洗式でも、雑排水（お風呂や台所から出る排水）がそのまま排水路に流れている場合は、周辺環境を汚しています。下水道を整備することによってこれらの生活排水は下水管に直接排水されるようになりますので、側溝などの排水路からの悪臭や害虫の発生が少なくなります。

②公共水域の水質保全

家庭や工場から排出される汚水などは下水管を通して下水処理場に送られ、きれいな水に処理して川や海に流すので、川や海の水がきれいになります。

下水道を正しく使いましょう!!

下水道に異物が流れると、汚水を送るための中継ポンプや下水処理場の機器類が、故障する原因となります。故障により汚水が流れなくなると、宅内への逆流が始まり周辺住民の方々に大変な迷惑をかけることになります。そのため下水道の正しい使用をお願いします。

※下水道には水に溶けないものを流してはいけません

台所 台所から出る生ごみや天ぷら油、ビニール袋などを流すと下水管のつまりや損傷、悪臭の原因になります。排水口に水切りネットなどを設置して流さないようにしてください。



トイレ ティッシュペーパーや紙オムツ、生理用品などは流さないでください。水に溶けやすいトイレットペーパーだけを使用してください。

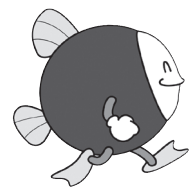


雨水 雨どいなどが汚水管に接続されていると、大雨の際にマンホールから水が溢れてしまうことがあります。雨水を汚水管に流さないでください。



問合せ先 下水道工務課 ☎84-9648

“下水道フェスタ'26”が開催されます！ぜひお越しください。



下水道マスコットキャラクター「スイスイ」

日時 9月5日(土) 10:00~15:00

場所 神通川左岸浄化センター(海竜町23番地2)

内容 堀岡保育園年中・年長さんによるオープニングイベント、下水道探検ツアー、下水道で働く車や下水道ポスター入賞作品の展示、縁日コーナーなど

※詳しくは富山県下水道公社ホームページをご覧ください。

問合せ先 富山県下水道公社 神通川左岸管理事務所 ☎86-8230

令和8年度耐震事業に関する補助制度のお知らせ

昭和56年5月31日以前に着工した木造住宅には、次の補助制度などがあり、ご自身の状況に合った制度を活用して地震に備えましょう。

地震から命を守る準備をしましょう！

●耐震改修工事費補助

耐震診断を受け、耐震基準を満たさなかった住宅に対して行う耐震改修工事費の一部を補助します。 **補助限度額 120万円**

●耐震設計費補助

耐震改修のための設計などの費用の一部を補助します。 **補助限度額 20万円**

●リフォーム補助

耐震改修工事と同時にを行うリフォーム工事費の一部を補助します。 **補助限度額 30万円**

●耐震シェルター等設置補助

住宅の耐震改修工事が困難な方が、地震による家屋の倒壊から命と安全を確保することを目的に「耐震シェルター」や「防災ベッド」を設置する場合に設置等に係る費用の一部を補助します。

補助限度額 ●耐震シェルター設置等 60万円

地震による家屋の倒壊から居住者の命を守るため、木材や鉄骨などで補強された箱型の設備



補助限度額 ●防災ベッド設置等 20万円

ベッド上部に鉄骨などのフレームを設置し、地震による家屋の倒壊から就寝者の命を守るベッド



※注意！補助金の交付決定を受ける前に事業に着手してしまった場合、補助の対象とならない場合があります。その他、詳細な条件がありますので事前にご相談ください。

問合せ先 建築住宅課 ☎51-6683

詳しくはこちら▶



認知症の人にやさしいまちへ

申込み・問合せ先
地域福祉課 ☎51-6625

9月は認知症への理解を深める「認知症月間」、9月21日は「認知症の日」です。

市では、認知症の人とそのご家族を支援するための啓発イベント・講座を開催します。

認知症月間啓発イベント

●企画展示「みんなで理解しよう『認知症』」パネル展示、認知症に関する本の紹介(図書館のみ)など

認知症の人にやさしいお店

市では認知症になっても、安心して外出や買い物ができるまちを目指すため「認知症の人にやさしいお店」の登録事業を行っています。事業所の方が、認知症サポーター養成講座を受講後、登録申請していただければ、ステッカーをお渡しします。

認知機能検診を受けてみませんか？

認知症の前段階、軽度認知障害(MCI)に気づき、早期に適切な対応をすることで10~40%は認知機能を元に戻すことができます。と言われています。

対象者

市内に住所を有する満65歳以上の方で、もの忘れが不安な方

※医療機関で認知症の診断を受けている方や介護認定を受けている方を除きます。

検診料

無料



▲詳細はこちら



▲展示についてはこちら



射水市認知症ささえ隊マスコット「オレンジちゃん」

ステップ1 まずは正しく知りたい！

認知症サポーター養成講座(個人向け)

認知症についての知識や対応について学ぶ基礎講座です。

日時

- ① 9月26日(土) 午前10時~11時30分
- ② 10月16日(金) 午後2時~3時30分

※①または②のどちらか

場所

市役所本庁舎302、303会議室

対象者

市内在住または、市内の学校・企業に通学通勤されている方で、これまで受講したことがない方(定員40名程度)

内容

認知症に関する基礎知識、病気の理解、接し方等

申込締切

9月25日(金)

※電話でも申込みを受けています。

※受講者には「認知症サポーターカード」

「オレンジちゃん缶バッジ」をお渡しします。



オレンジちゃん缶バッジ



認知症サポーターカード



▲市ホームページでの申込はこちら

ステップ2 学んだ知識を生かして地域で活動したい！

認知症サポーターステップアップ講座

認知症の啓発など、地域での活動に役立つ知識を習得するための講座です。受講すると、地域で認知症の方とご家族を支える「ささえ隊メイト」に認定されます。

日時

11月17日(火) 午前9時30分~12時30分

場所

市役所本庁舎302、304会議室

対象者

「認知症サポーター養成講座」を受講後、地域で活動する意欲のある方(定員30名程度)

※過去に同講座を受講したことがない方に限ります。

●認知症の家族の体験談を通して認知症への理解を深める

●地域での活動を考える など

申込締切

11月4日(水)

※電話でも申し込みください。

※受講者には「ささえ隊メイトカード」

「認知症ささえ隊メイト缶バッジ」をお渡しします。



ささえ隊メイトカード



認知症ささえ隊メイト缶バッジ

エース ACEとは緑黄色野菜に多く含まれるビタミンA・C・Eのこと

ビタミンA・C・Eは抗酸化ビタミンと呼ばれ、身体を丈夫に保ち、動脈硬化や細胞の老化を予防する働きがあります。生活習慣病を予防するためには、1日5皿(350g相当)の野菜料理に加え、食塩摂取量の減少に取り組むことが大切です。

いみずし(1 3 2 4)から始まる合言葉で、健康づくり！

野菜を増やそう

い み ず し
1 3 2 4

い 1 番はじめは野菜から

食物繊維の多い野菜を、食事のはじめに食べると、肥満や高血糖の予防に効果的！

み 3 食たべて、バランスよく

欠食すると野菜摂取量も不足します

生活リズムが
崩れる
リスクも！

ず 2 皿の野菜料理を、朝・昼・夕に

<食べ方の例>
小鉢5皿を目安に食べましょう

し 4 汁物は1日1杯、具たくさん



食塩を減らそう い み ず し

い つもの調味料を減塩に

こいくちしょうゆ(食塩相当量2.6g)
※大さじ1杯あたり
↓
約4割カット
減塩こいくちしょうゆ(食塩相当量1.5g)

み えない塩に気をつけて！

食品を購入する際は、栄養成分表示を確認しましょう

おか ず の味にメリハリを

しょうゆ、みそ以外の味付けのバリエーションを増やそう！
香辛料 旨味 薬味 酸味

し るを飲むのは控えめに

今まで汁を全部飲んでいたら、まず半分残すことから始めよう！

ラーメンの汁を全て飲む 食塩摂取量：約7～8g
→ ラーメンの汁を半分飲む 食塩摂取量：約5～6g
→ ラーメンの汁を極力飲まない 食塩摂取量：約3～4g

朝ごはんDEスイッチON！
プロジェクト、実施中！

朝ごはん
DE
スイッチON！

「いみず賞」を決めるのは、あなた！
いみず朝ごはんレシピコンテスト一般投票を実施します

日時：9月25日(金)～10月7日(水) ※図書館は休館日を除く
方法：市公式LINEまたは中央図書館市民ギャラリーにて

中央図書館では、
企画展示を同時開催！
ぜひお立ち寄りください

いみず朝ごはんレシピ
コンテスト詳細は
こちら▶



高齢期を元気に過ごすためには

「メタボ予防」→「低栄養予防」が大切です！

「低栄養」あなたは大丈夫？

こんなことはありませんか？思い当たる人は要注意！☑チェックしてみましょう。

- ☐ 6か月で2～3kg以上の体重減少
- ☐ BMIが20未満

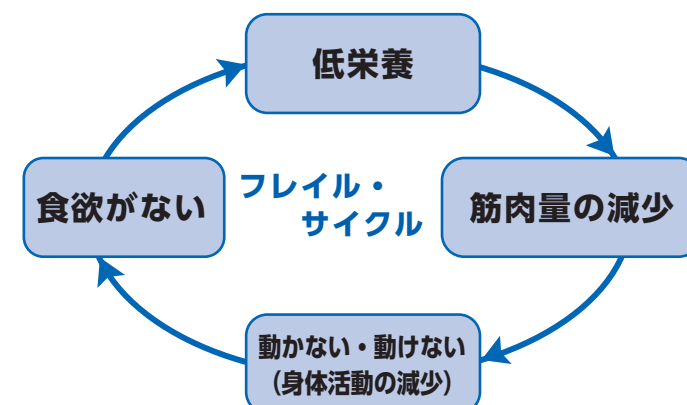
目標とするBMI	
65歳未満	20.0～24.9
65歳以上	21.5～24.9

(BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m))

- ☐ 食事が減ってきた

「低栄養」になるとフレイルが進行します

※フレイルとは、心身の機能が低下した状態(健康と要介護の中間の状態)



低栄養を予防するための食事と生活改善のポイント

欠食していませんか？

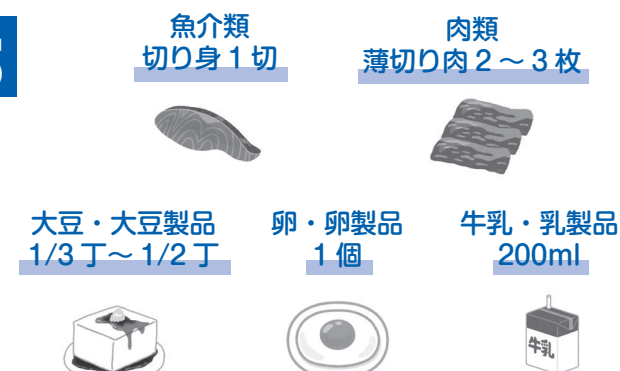
- ① 1日3食、主食・主菜・副菜をそろえた食事をする

毎食とりましょう！

- ② 良質なたんぱく質をとる



<1日にとりたい目安量>



持病などで食事制限のある方は、主治医の指示に従ってください。

- ③ こまめな水分補給



- ④ 定期的に体重測定



- ⑤ 日中の活動的な暮らし



- ⑥ 毎日の口腔ケアと
かかりつけ歯科医の定期受診



問合せ先 保険年金課 ☎51-6628

あなたのまちのささえあい vol.2

～射水市地域支え合いネットワーク事業～

庄西



庄西地域活動報告について

庄西地域支え合いネットワーク

地域支え合い
ネットワーク事業
詳しくはこちら▼



健康づくり教室



脳トレ



庄西カフェ



市内で最も少子高齢化が進む庄西地域では、「支える人」「支えられる人」の年代にこだわらず、ご近所の絆を尊重し誰もが隔たりなく、いつまでも明るく楽しく過ごせる地域を目指しています。

コミュニティセンターを拠点に、子どもから高齢者まで気軽に集い、交流し、支え合える機会を増やしながら、みんなで明るく活気ある地域づくりを進めています。



問合せ先 地域福祉課 ☎51-6625

海王岸壁に クルーズ船がやってくる!

■ 船名：アザマラ・パシュート(外国船)

■ 船社：アザマラ

■ 寄港日時：9月21日(月・祝) 【入港】 8:00 【出港】 16:00

詳細はこちら▼



■ 寄港場所：海王岸壁(海王丸パーク付近)

海王丸パークでは「ちびっ子天国 in 海王丸パーク」も開催中!

■ 寄港歓迎のおもてなし

10:00~16:00

海王岸壁にキッチンカーなどがやってきます。

15:30~

出港セレモニー

- ・新湊高校吹奏楽部による演奏
- ・来場者にはお見送りグッズを配布します。(数に限りあり)

皆さんと一緒にクルーズ船をお見送りしましょう♪

※天候により出港セレモニーなどの内容は変更になる場合があります。



問合せ先 河川・港湾課 ☎51-6684

射水市国民健康保険・後期高齢者医療制度にご加入の皆さまへ

『特定健診・健康診査』は受けましたか?

生活習慣病の早期発見のために健診は毎年受けましょう!



締切間近! 期限を過ぎると無料で受診できなくなります!

受診期限

9月30日(水)まで

場 所 市内の指定医療機関

※5月下旬に受診券とともに送付したパンフレットの『指定医療機関一覧』をご覧ください。

費 用 無料

持 ち 物 資格確認書またはマイナ保険証、受診券、問診票(質問票)

※受診券を紛失された場合は再発行しますので、保険年金課までご連絡ください。

特定健診について、こちらから詳しく確認できます▶▶



《勤務先等で健診を受けられた方へのお願い》

今年度勤務先などで健康診断を受けられた方は、特定健診をあらためて受ける必要はありません。健診結果の写しを提供していただくことで、特定健診を受診したものとみなされます(ただし、特定健診の検査項目をすべて受診している必要があります)。

受診率向上のために、健診結果の提供にぜひご協力をお願いします。

- ★ご提供いただいた方には、お礼の品を進呈します。
- ★郵送での提出を希望される場合は、返信用封筒をお送りしますので、保険年金課までご連絡ください。
- ★今年度から、自宅にしながら写真を撮って提出できる、オンライン情報提供も開始しました。ぜひ、ご利用ください。(国民健康保険の方のみ)



オンラインでの提出はこちらから▶

問合せ先 保険年金課 ☎51-6628



とけいのほりやすみ

村上しいこ



とけいのほりやすみ

村上しいこ

【児童書・絵本】

ライチヨウのいのり

村上 康成

【小説・エッセイ】

レブランド作品集

東京美術

小説・エッセイ

埼玉マンション物語

篠田 節子

シャドウゲーム

真山 仁

短いこの人生でいちばん大事なものは

吉本ばなな

【一般図書】

もともと知っていた空海

武内 孝善

日本人はなぜ家で靴を脱ぐのか

井上 章一

【新着図書ピックアップ】

図書館のホームページで

新着情報が確認できます

【新着図書ピックアップ】

図書館のホームページで

新着情報が確認できます



新着情報ははこちら

中央図書館 ☎57-4646

正力図書館 ☎52-5273

新湊図書館 ☎82-8410

下村図書館 ☎59-2303



9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	29	30			

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

■新湊図書館
「防災について知ろう」【一般書】
「おじいさんおばあさんの本」【児童書】
日時 9月8日(火)~21日(月・祝)

■中央図書館
「みんなの図書館」
日時 9月12日出 19日出 26日出
10:00
主催：しおりの会 キッズグループ

■郷土作家の本
晩鐘 ウェスタンインパクトと首里王府
大垣さなな
日時 9月25日(金)~10月7日(水)

■イベント
毎週土曜日は子ども会(第5土曜休)
中央図書館・新湊図書館・下村図書館
※絵本の読み聞かせなど
※図書の企画展示を行っています。
※市内4館：今月はどんな本?



花粉症について

耳鼻咽喉科 滝井 康司

市民病院 コラム

花粉症とは、花粉に対して免疫が過剰に反応することで生じるアレルギー性疾患であり、季節性アレルギー性鼻炎の一般的な呼び名です。特に日本ではスギ花粉に対するアレルギーが最も多いとされており、日本人の約3人に1人がスギ花粉症であると報告されています。また、近年では小児のスギ花粉症も増加しており、発症年齢の低年齢化がみられます。症状による集中力や作業効率の低下は、学業や仕事のパフォーマンスにも影響し、年間数千億円規模の経済損失をもたらすと推計されています。「たかが花粉症」と軽視せず、適切な治療を受けることが大

切です。

花粉症に対する治療では、症状を抑える飲み薬や点鼻薬が用いられます。重症の場合には、原因となるスギ花粉に体を慣らす治療（舌下免疫療法）や、アレルギー反応を抑える注射治療も検討されます。舌下免疫療法は花粉シーズン外に開始するため、治療を希望される方は早めの受診をおすすめします。

これらの治療で十分な効果が得られない場合には、手術治療が有効な場合があります。症状にお困りの際は、お気軽に耳鼻咽喉科へご相談ください。

皮膚科外来(毎週月・水・金曜日)、静脈瘤外来(毎月第4木曜日)【完全予約制】
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】

射水市民病院

人間ドック ご案内

～今の自分を知り未来の健康を守る～

高血圧、糖尿病などの生活習慣病をはじめ、病気はある程度進行しないと自覚症状が現れません。しかし、これらの病気も早期にその芽をみつめて、治療を始めれば、治癒に繋げることもできます。症状のないときこそ、定期的に身体チェックができる人間ドックがおすすめです。笑顔で迎える明日のために、自分の身体をチェックしましょう。

コース名	料 金	検 査 内 容
日帰り人間ドック	男性	34,680 円
	女性	41,590 円

問診、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査、眼科検査、聴力検査、心電図検査、胸部X線撮影、便潜血反応検査、上部内視鏡検査、腹部超音波検査、呼吸機能検査
※女性の方は、女性特有の病気の早期発見につながる検査（乳がん・子宮頸がん）を行います。

【令和8年度の主な変更点】

- ・協会けんぽ加入の方は補助制度（25,000 円助成）が利用できるようになりました。
- ・国保加入者の節目年齢（今年度 40 歳・50 歳を迎える方）は、自己負担額 1,000 円で受診できるようになりました。
- ・射水市民病院ホームページからインターネット予約ができるようになりました。

問合せ・申込先 射水市民病院 健康管理センター ☎82-8100

インターネット
予約はこちら▶



環境トピックス ～考えよう！身近な環境問題！～

問合せ先 環境課 ☎51-6624

vol.27 「mymizu」に参加し、マイボトルに給水しよう！

給水アプリ「mymizu(マイミズ)」とは

世界中20万か所以上のカフェや公共施設など無料で給水できる場所を掲載し、給水量・ペットボトル削減量・CO2削減量・節約額など自身の貢献度を可視化するアプリです。

見つける

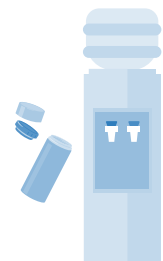
飲料水が必要なときには、「mymizu給水パートナー」の目印がある店舗や施設をアプリで探してご利用ください。

記録する

給水したことを記録し、自身の貢献度を可視化できます。皆さまの参加・協力が「ゼロカーボンシティみず」の実現に繋がります。

なぜマイボトルを利用するの？

使い捨てプラスチックごみ(ペットボトル)を削減することで、温室効果ガス排出量を削減できます。



アプリのダウンロードは
こちら



くわしくはこちら



知っ得情報！

消費生活 第112回

サブスク契約のトラブルに注意！

サブスクリプション(サブスク)アプリの 削除だけでは解約になりません！

具体的な事例

1 か月無料の動画配信サービスに登録し、動画を視聴しようとしたが上手くいかず、数週間後にアプリを削除した。その後、半年以上もサブスクの代金が引き落とされていることに気付いた。一度も視聴せずにアプリを削除したのに、引き落とされていたことに納得できない。

アドバイス

サブスクは、定められた料金を定期的に支払うことで一定期間、商品やサービスを利用できるサービスです。一度契約すると、利用しなくても解約しない限り支払いが続きます。

サブスクの契約は、アプリのアイコンを削除や、アプリをアンインストールするだけでは解約とはなりません。事業者の定めた方法で解約することが必要です。

無料のお試しの場合は、お試し期間が終わると自動的に定額サービスに移行することが多いので注意が必要です。利用していないサブスクの請求に気付けるように、クレジットカードやキャリア決済などの明細は、毎月確認しましょう。

困ったときや悩んだときは消費生活センターにご相談ください。

問合せ先

射水市消費生活センター(生活安全課内)

月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 午前9時～午後4時

☎52-77974

富山県消費生活センター高岡支所

(高岡市御旅屋町101番地 御旅屋セリオ5F)

月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時

☎25-2777

消費者ホットライン ☎188



年金
だより

会社を辞めたら届出は必要？

会社を退職したら、厚生年金保険の資格を喪失するため、20歳以上60歳未満の方は、国民年金への加入手続きをしなければなりません。退職したことがわかる書類を会社から受け取り、市役所窓口で届出を行ってください。扶養になっていた配偶者の方も同様に、第3号被保険者から第1号被保険者への種別変更の届出を行ってください。

届出に必要な書類

- 厚生年金資格喪失連絡票(会社からもらうもの)
- 基礎年金番号のわかるもの、またはマイナンバーカード

※再就職が決まっている方でも、次の厚生年金保険に加入するまでは、国民年金に加入することになりますので、届出を行ってください。

※転職や退職したことに伴って、国民年金の届出が必要となっていながら未届出と思われる方には、年金事務所から勧奨状によりお知らせします。送付された届書に必要な事項を記入し、市役所窓口へ提出してください。

特例免除制度

退職し、世帯の所得が少なく国民年金保険料の納付が困難な方は、免除制度をご利用いただけます。申請の際は、雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者離職票等が必要です。

問合せ先 保険年金課 ☎51-6628
高岡年金事務所 ☎21-4180
(音声案内の②→②番)



9月号 保健だより

問合せ先

- 子どもの健康に関すること
こども福祉課こどもすこやか係
☎52-7080
- おとなの健康・予防接種に関すること
健康推進課
☎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
もうすぐパパママ教室 (初産の方向けの内容です) 母子モで予約	妊婦とその夫	9月27日(日) 10月24日(土)	9:15~9:30
もぐもぐ教室(離乳食教室) (初めて参加の方便先) 母子モで予約	生後4~6か月児	9月25日(金) 10月23日(金)	9:45~10:00
育児相談 母子モで予約	乳幼児	10月2日(金)	〈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「いみずく」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



App Store Google Play

インフルエンザ予防接種のご案内 (こども・妊婦)

対象の方へインフルエンザ予防接種費用の助成を実施
します。対象の方には、9月末までに個別に案内を送付
します。

対 象 未就学児(生後6か月以上)・
小学生・中学生・高校生相当
の方及び妊婦(母子健康手帳
をお持ちの方)

助成期間 令和8年10月1日(木)~
令和9年1月30日(土)



詳細はこちら

休日や夜間の急な病気やケガの時は 休日当番医・歯科医や急患医療センターをご利用ください

受診についての
電話相談

(15歳未満)子ども医療電話相談

#8000

(15歳以上)救急医療電話相談

#7119

【平日】19:00~翌朝9:00
【土曜】13:00~翌朝9:00
【日曜・祝日】24時間体制

●休日在宅当番医・歯科医 (診療時間 9:00~17:00)

都合により変更になる場合があります。受診の際は直接医療機関に電話でご確認ください。

月 日	内科・小児科・外科等	歯 科
9月6日(日)	高橋医院(黒河) 【内】 ☎56-0346	ながひさ歯科クリニック(高岡市駅南) ☎25-2680
9月13日(日)	おばなの里クリニック(中新湊) 【内】 ☎82-3710	四日歯科医院(高岡市伏木国分) ☎73-2841
9月20日(日)	万葉クリニック(七美) 【内】【糖尿】 ☎86-8787	沢井歯科医院(高岡市伏木矢田) ☎44-7050
9月21日(月・祝)	宮林クリニック(戸破) 【内】【小】【皮】 ☎54-0150	桶家歯科医院(氷見市窪) ☎91-1109
9月22日(火・祝)	木戸クリニック(朴木) 【内】【神内】 ☎82-7300	真生会デンタルクリニック(下若) ☎52-6070
9月23日(水・祝)	ひのき整形外科(善光寺) 【整】【リハ】 ☎84-8800	しまだ歯科医院(高岡市福岡町) ☎64-2172
9月27日(日)	いみず内科クリニック(鷺塚) 【内】【脳神】 ☎55-3215	たかぎ歯科医院 デンタルサポートクリニック(高岡市木津) ☎24-3837

◎最新情報は市医師会ホームページをご活用ください。市内の医療機関の場所や当番医などがわかります。

高岡市急患医療センター
高岡市本丸町7-1
☎0766-25-7111

●内科・小児科・外科

【平日】19:30~22:30
【土曜】19:00~22:30
【日曜・祝日】9:00~17:00
18:00~22:30

22:30以降は、その日の救急
当番病院が診療を行っています。
当番病院はテレフォンサービス
(☎0766-25-7111) で案
内しています。



市医師会▶

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~



目指そう!いつもの生活に
+10(プラステン)の運動を!



9月はがん征圧月間で受けよう!がん検診!

「がん」は早期に発見すれば、9割が治ります!定期的ながん検診を受けましょう!

医療機関での結核・肺がん検診、前立腺がん検診の受診期間は9月30日(水)まで!

65歳以上の方は、年1回結核・肺がん検診 (胸部エックス線検査)を受けましょう!

9月24日~30日は「結核予防週間」です!

結核は1日に28人新しい患者が発生し
4人が命を落とす感染症です

以下の症状にあてはまる場合は、早めに医
療機関を受診しましょう。

- ☐ せきやたんが2週間以上続く
- ☐ 微熱・身体のだるさが2週間以上続く

結核を発病した人の約4割が80歳以上の高齢者です
症状がなくても毎年、結核・肺がん検診を受けましょう



50~74歳の男性の皆さまへ 前立腺がん検診を受けましょう

前立腺がんは男性特有のがんで、50歳以上で多
く見られる病気です。早期発見・早期治療に努めま
しょう。

検診期間 9月30日(水)まで

対 象 者 50~74歳の男性
(昭和27年4月1日~昭和52年3月31日生まれの方)

検診料金 700円(50・60歳の節目年齢は無料)

検診内容 血液検査(PSA検査)

受 診 先 指定医療機関
(おとなの健康カレンダーP5参照)



詳しくはこちら

とやまPET画像診断センター 「射水市民の月」

令和8年11月は、「射水市民の月」として、射水
市民はPET/CT検診料が1万円割引で受けられま
す!(通常の検診料93,500円のところ、83,500
円で利用できます)

PET/CT検査:放射性薬剤を注射し各臓器の細胞
の活動状態を撮影する診断技術で、ほぼ全身のがん
を一度に検査できます。

詳細・ご予約はこちらからお早めに▶▶

問合せ先 とやまPET画像診断センター
☎076-411-5200



「とやま健康パーク 射水市の日」

本市にお住まいの方を対象に利用料金など
の割引サービスを実施します。ぜひこの機会
にご利用ください。

【実施期間】:9月15日(火)~9月21日(月・祝)

【利用方法】:運転免許証など射水市在住とわかるものを受
付で提示してください。

【個人利用】

利用 区分	大人(高校生以上)	小中学生	主な施設
通常料金	射水市の日 割引料金	通常料金	射水市の日 割引料金
3時間	1,100円	550円	280円
1日	1,650円	830円	420円

ご利用1名につき、次回利用時半額券1枚が特典として進呈されます。

問合せ先 とやま健康パーク ☎076-428-0809
※ホームページもご参照ください。



高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種券は
対象の方へ9月末までにお届けします

射水市シルバー人材センター入会説明会

- ①日 時 9月10日(木) 10:00～
場 所 大島コミュニティセンター
- ②日 時 9月15日(火) 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

救急薬品市民交流プラザ施設利用予約抽選会

- 日 時 10月1日(木) 9:00～10:00
- 対象期間 令和9年4月1日(木)～30日(金)
- 場所・問合せ先 救急薬品市民交流プラザ
☎55-1881
- 施設の空き照会・予約申込はこちら ▶ 

越中大島太鼓結成40周年記念演奏会 ～襷(たすき)魂の継承～

- 日 時 9月20日(日) 13:30～(13:00開場)
- 場 所 高周波文化ホール 大ホール
- 入 場 料 大人(中学生以上)2,000円／
小人(小学生以下)無料
- 問合せ先 越中大島太鼓振興会 ☎52-5454

先輩創業者に学ぼう！起業・創業セミナー

- 先輩創業者から経験談や創業のヒントを学べるセミナーを開催します。創業を目指す方はぜひご参加ください！
- 日 時 10月2日(金) 13:00～16:00
(15:00～16:00交流会)
- 場 所 高岡まちなかスタートアップ
支援施設 TASU(御旅屋セリオ4階)
- 対 象 者 創業を目指す方、創業から間もない方
- 参 加 費 無料 定員 15人程度
- 締 切 9月23日(水)
- 申込み・問合せ先 商工企業立地課 ☎51-6675

射水市芸術文化協会からのお知らせ

- 第15回美術展
- 日 時 9月19日(土)～21日(月・祝)
10:00～17:00(最終日は16:00まで)
- 場 所 高周波文化ホール 展示室
- ワークショップ(当日受付)
- ◇トートバッグにお絵かき
- 日 時 9月19日(土)13:00～15:00
- 参 加 費 500円
- ◇ガラスアートで小物づくり
- 日 時 9月20日(日)10:00～15:00
- 参 加 費 1作品1,000円～
- 呈茶
- 日 時 9月20日(日) 10:00～15:00
(受付14:00まで)
- 場 所 高周波文化ホール3階瑞新庵
- 参 加 費 薄茶とお菓子 大人500円
子供350円 子供体験(無料)
- 問合せ先 射水市芸術文化協会
☎82-8400

とまりぎラボ事業

- 自立や社会参加に向けたサポートや体験を行う活動を月1回実施しています(参加費無料)
- 日 時 9月14日(月)、10月19日(月)
10:00～13:00 つむぎキッチン
- 場 所 tutti(射水市円池23)
- 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

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。第1土曜日午後、第3土曜日夜間
- 日 時 9月5日(土)、10月3日(土) 13:00～16:30
9月19日(土)、10月17日(土) 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

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 9月19日(土)、10月17日(土)
13:00～16:00
- 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法人はぁとぴあ21 ☎090-5495-7681

まちづくり談話室

- 毎月19日の夜にまちづくりに関する交流会を開催しています。まちづくりに関心がある方は、ぜひお越しください。
- 日 時 9月19日(土) 18:00～21:00
- 場 所 救急薬品市民交流プラザ 和室1・2
- そ の 他 途中参加・退出可、参加費無料
- 問合せ先 射水まちづくりネットワーク
☎54-0526
-  詳しくはこちら

県西部地域障害者合同就職面接会

- 富山労働局と県西部ハローワーク(高岡・砺波・氷見・小矢部)では、障害者のより一層の雇用促進を図るために、合同就職面接会を開催します。
- 日 時 9月28日(月) 14:00～16:00
- 場 所 高岡テクノドーム(高岡市二塚322番5)
- 参加事業所 40社程度(原則として、県西部地域に就業場所がある会社)
- 問合せ先 ハローワーク高岡 職業相談第三部門
☎21-1515 44#

被災者生活再建支援金の申請はお早めに

- 被災者生活再建支援金(基礎支援金・加算支援金)の申請期限は、令和9年1月31日までです。
- 対 象 令和6年能登半島地震により、住宅が全壊、大規模半壊、中規模半壊した世帯や、やむを得ず住宅を解体した世帯など。
- ※書類の確認に時間を要する場合がありますので、お早めに申請してください。
- 問合せ先 地域福祉課 ☎51-6625
-  詳しくはこちら

遺言書保管制度・相続登記に関する説明会

- 内 容 ①自書された遺言書を法務局が保管する制度について(40分)
②土地・建物の相続登記の方法や必要書類について(20分)
- 日 時 9月17日(木) 10:00～11:00
- 場 所 富山地方法務局高岡支局
(☎22-2327)
- 参 加 費 無料
- 申 込 み 要予約・先着順(定員になり次第締切り)
- そ の 他 前日正午までに電話または窓口で遺言書保管申請の予約は随時受付中
-  チラシQR

勸兵衛はうすの重陽節句2026「月見飾りと後の雛」

- 日 時 9月19日(土)～21日(月・祝) 10:00～16:00
- 場 所 勸兵衛はうす(国登録有形文化財 旧田中家住宅)本江(足洗)2280番地
- 内 容 中秋の名月や重陽の節句にちなんだ飾りつけをお楽しみ頂けます。後の雛と干支や動物等の郷土玩具「高島賢一コレクション」も併せて展示します。9/19(土)14:00～「和玲の会」の演奏があります。※建物の維持保存の為、お一人300円からのご寄付をお願いしています。
- 問合せ先 NPO法人アポロン ☎54-6641

すてっぷからのお知らせ

- ①すてっぷカフェ
生きづらさを抱える方が集まり自由に過ごす場所です。
- 日 時 9月17日(木) 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
- ②すてっぷカフェ家族会
当事者のご家族が集まり交流する場所です。
- 日 時 9月26日(土) 13:30～15:30
- 場 所 救急薬品市民交流プラザ 3階会議室2B
- そ の 他 途中参加・退出可、参加費無料
- ③すてっぷ出張相談会
福祉に関する相談に無料で応じます。
- 日 時 9月9日(水) 10:00～12:00
- 場 所 庄西コミュニティセンター
-
- 問合せ先 射水市ふくし総合相談センターすてっぷ
☎55-5204

第20回射水市社会福祉大会

- 日 時 10月5日(月) 13:30～16:15
- 場 所 アイザック小杉文化ホール ラポール
- 記念講演 「社会的処方を通じた地域のつながりづくり」
- 講 師 一般社団法人プラスケア 代表理事 西 智弘 氏
- 問合せ先 射水市社会福祉協議会 ☎55-5201

まいぶんフェスタ

- 日 時 9月26日(土)、27日(日)
9:30～14:30
- 場 所 埋蔵文化財センター
- 問合せ先 生涯学習・スポーツ課 ☎51-6637
-  詳しくはこちら

Information 広 場

詳しくは、問合せ先へご確認ください。

募 集

公益財団法人射水市文化振興財団職員募集

- 採用人数 正職員 若干名
- 採用予定日 令和9年4月1日
- 業務内容 舞台・企画業務
- 勤 務 先 財団が管理運営する施設
- 問合せ先 公益財団法人射水市文化振興財団
高周波文化ホール ☎82-8400
-  詳しくはこちら

「射水市ご当地めいすいくん」デザイン大募集！

- 明るい選挙のイメージキャラクター「選挙のめいすいくん」のご当地版、「射水市ご当地めいすいくん」のデザインを募集します。
- 応募資格 市内在住、在勤、在学の方
- 締 切 9月30日(水)
- 賞 品 最優秀賞 QUOカード 10,000円分
優秀賞(3名) QUOカード 5,000円分
応募者全員に参加賞があります。
- 問合せ先 射水市明るい選挙推進協議会
(射水市選挙管理委員会事務局内)
☎51-6640
- 

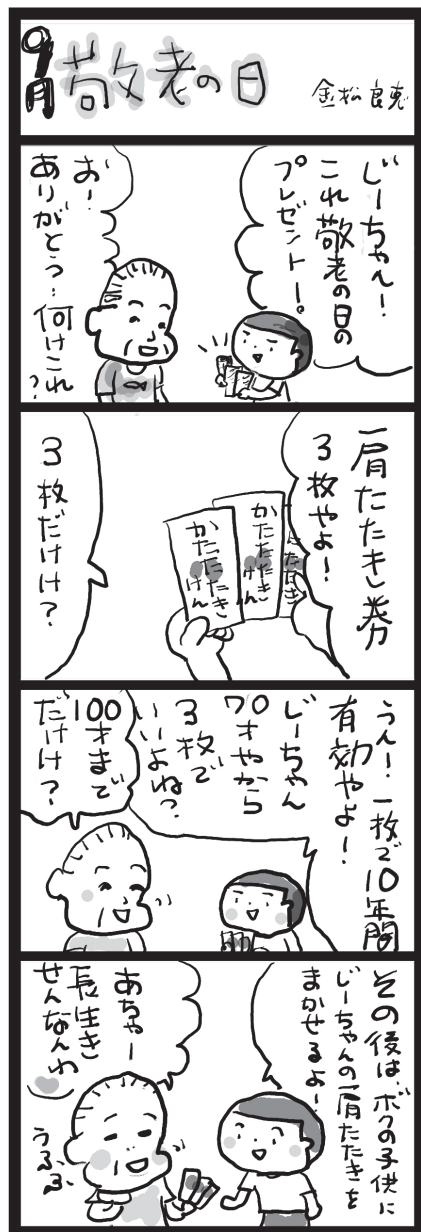
案 内

子育て応援講演会「遊びは人の希望」

- 耳から聴くだけの講演会ではありません。遊びのワークショップ付き講演会で子どもの関わり方を学びましょう！
- 講 師 早川たかし氏(富山・イタズラ村・子ども遊ばせ隊 創設者)
- 日 時 9月19日(土)
10:00～11:30(受付9:40～)
- 場 所 救急薬品市民交流プラザ 研修室
- 参 加 費 無料
- 問合せ先 射水市家庭教育アドバイザー連絡協議会
☎090-2839-3445
-  予約はこちら

秋の全国交通安全運動が実施されます

- 期 間 9月21日(月・祝)～30日(水)
- スローガン ゆずりあう 心でひろがる 無事故の輪
- 運動重点
- 1 歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
 - 2 夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
 - 3 自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底
- 問合せ先 射水警察署 ☎83-0110
生活安全課 ☎51-6623



観光ボランティアガイド 養成講座受講者募集

実施日時
10月10日(土)～11月14日(土) 全6回
10:00～12:00 (初回のみ9:30～)

講座内容		欠席は2回まで	
回	日 時	集合場所	内 容
1	10/10(土)	救急薬品市民交流プラザ	旧北陸道 開講式・現地学習
2	10/17(土)	大島コミュニティセンター	大島絵本館・地区散策 現地学習
3	10/24(土)	川の駅新湊	内川散策 現地学習
4	10/31(土)	吉田家	国登録有形文化財 吉田はん 現地学習
5	11/7(土)	下村三箇公民館	下村三箇地区探訪 現地学習
6	11/14(土)	大島コミュニティセンター	まとめ・閉講式

対象者 ①地域の歴史や文化および施設のことを知りたい方
②観光ボランティアガイドに興味がある方

定 員 10人程度(先着順)

参加費 無料

申込方法 電話・FAX・E-mail・Webフォーム

申込時に氏名、年齢、住所、連絡先、学びたいことなど
をお知らせください

申込期間 9月7日(月)～25日(金)

申込み・問合せ先 射水市観光ボランティア連絡協議会(射水市観光協会内)
☎84-4649 FAX84-2151
✉kankou@po3.canet.ne.jp



申し込みはこちら

クロスベイ新湊 イベント情報!

◇ほほえみマルシェ

日時 9月13日(日) 10:00～15:00

会場 屋外パーゴラ

◇カモメとネコのマルシェ

日時 10月4日(日) 11:00～16:00

会場 2F iCNホール



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
インスタグラムをチェック!

イチョシ教室

救急薬品市民交流プラザ ☎55-1881

心も体もよろこぶ

発酵スパイスカレー教室

スパイスと発酵食品を使った、やさしい
味わいのカレーを作ります。スパイス
の基本も学べます。

●9月19日(土) 10:30～13:00
●2,000円 ●エプロン、筆記用具
●定員8名
●要予約 窓口受付にて申込み

ホイールヨガと森の香りの リラクゼーション

ホイールに身をゆだね、体が硬くても
安心のヨガです。森のアロマで呼吸も
深まります。

●9月20日(日)・10月18日(日)
●9:30～10:20 ●1,000円
●和室1・2 ●定員12名
●飲み物、動きやすい服装
●電話、窓口受付

どなたでも参加できますので
お気軽にお問合せください!

いきいき長寿館 ☎84-1030

女性のための骨盤調整ヨガ!!

骨盤周りの筋肉をほぐして鍛え、歪みや
ズレを本来の位置へとリセットします。

●9月12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

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。老若男女参加
下さい。

●9月12日(土) 13:30～15:30
●1,000円
●ご予約時にお問い合わせ下さい
●定員15名
●開催日前日まで
●電話、窓口受付



新湊交流会館 ☎82-8451

女性のための骨盤調整ヨガ!!

骨盤周りの筋肉をほぐして鍛え、歪みや
ズレを本来の位置へとリセットします。

●9月19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名
●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。老若男女参加
下さい。

●9月19日(土) 13:30～15:30
●1,000円
●ご予約時にお問い合わせ下さい
●定員15名
●開催日前日まで
●電話、窓口受付

生活保護追加給付のお知らせ

平成25年の生活保護基準の見直しに関する最高裁判決をふまえ、平成25年8月～令和8年3月の間に生活保護を受給されていた世帯を対象に、追加給付を行っています。現在、保護を受給されていない方も対象となります。まずは相談センターにお問い合わせください。

申出が必要な方

対象期間中に生活保護を受給された世帯で、下記のいずれかに該当する方

(1) 現在、保護を受給されていない方

(2) 現在と異なる福祉事務所から保護を受給されていたことがある方

申出受付期間 令和9年7月31日まで

問合せ先

相談センター(9:00～17:00)
※10月までは土・日・祝日も対応
☎0120-179-445

社会福祉課 保護係

☎51-6670

詳細はこちら



人と動物が共に生きる社会を目指して

9月20日～26日は動物愛護週間です

- 動物の愛護と適正な飼育にご理解をお願いします。
- 散歩中にペットがフンをした場合は、必ず持ち帰りましょう。また、ペットがオシッコをした場合は、その場にペットボトルなどでよく水を掛けて流すようにしてください。



日頃から心がけましょう

- 飼育場所やその周辺をきれいにし臭いの発生に注意しましょう。
- 不妊・去勢手術を受けましょう。
- 迷子札や鑑札・注射済票、マイクロチップなどを着け、所有者明示を行いましょう。
- 犬・猫が迷子になったら、高岡厚生センター射水支所、射水警察署に連絡しましょう。

問合せ先

富山県厚生部生活衛生課 ☎076-444-3230 環境課 ☎51-6624

今月の納税

国民健康保険税 第3期

納期限
9月30日(水)

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
い合ってください。

ご自宅でも手続き可能!

Web口座振替受付サービスをご利用ください。

お支払いもご自宅などでスムーズに! 地方税お支払いサイトで納付できます。

詳しくはこちら
地方税お支払サイト
(利用者向けホームページ)
<https://www.payment.eltax.lta.go.jp/>

※申込期限は
毎月10日です。
(今月の納税については
9月10日までに申し
込みください。)

問合せ先 収納対策課
☎51-6620

ご寄附ありがとうございます

(受領日順)

●株式会社高岡市衛生公社
代表取締役社長 島 尚之 様
金額非公表

●だいわ株式会社
代表取締役社長 尾崎 敦史 様
業務用冷蔵庫5台

●有限会社 丸新商会
代表取締役社長 浜谷 裕之 様

10万円

IMIZU GOGO GUIDE★ 射水おでかけガイド

☎82-8400

☎56-1515

☎52-0564

2026.9 いみず 18



夜空を彩る大輪の花！ 第60回富山新港花火大会が開催

〈7月26日(日)〉

第60回富山新港花火大会が海王丸パークで開催され、約2,000発の花火が夏の夜空を彩りました。

午後8時に打ち上げが始まると、海面を鮮やかに染める特大水中スターメインや、新湊大橋から海面に向かって流れ落ちる、世界最大級の落差を誇るナイアガラ花火が披露され、会場からは大きな歓声と拍手が沸き起こりました。

音楽と花火をシンクロさせた音楽花火なども披露され、海王丸や新湊大橋と花火が織りなす幻想的な光景に、大勢の来場者が夏の夜を楽しみました。



地域の安全・安心を守る セーフティゾーン官民合同パトロールを実施

〈8月7日(金)〉

大江地区で「セーフティゾーンパトロール隊」と射水市、射水警察署など関係機関による合同パトロールが行われました。



大江地区周辺の町内会で編成された同隊は、海外向け中古自動車販売事業所が集中する地区を巡回。地域課題について意見を交わすとともに、多文化共生の推進を図りました。

参加者は、地域の現状を確認しながら巡回し、地域の安全・安心や住みよい環境づくりについて認識を共有しました。



射水ゆかりの若者が交流「around25 いみずの同窓会」を開催

〈8月14日(金)〉

救急薬品市民交流プラザで「around25 いみずの同窓会 in 射水」を開催し、市内外から約50人が参加しました。



県内外に住む本市ゆかりの20～29歳の若者が集まり、旧友との再会や新たな出会いを楽しんでいました。会場には盆踊りのやぐらをイメージしたステージが設けられ、DJによる音楽が流れる中、参加者は和やかに懇談しました。

イントロクイズなどのアトラクションに会場は盛り上がり、参加者同士の交流を通じて、ふるさと射水とのつながりを深める機会となりました。

各種相談

●行政・人権相談 ☎51-6622

13:30～16:00
●9月2日(水)、10月7日(水)
救急薬品市民交流プラザ
●9月10日(木)、10月8日(木)
新湊交流会館
●9月16日(水)、10月21日(水)
大門総合会館
●9月29日(火)、10月27日(火)
市本庁舎
●9月3日(木)、10月開設日なし
※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
●9月1日(火)、15日(火)、10月6日(火)、20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。

●行政書士の無料相談(予約優先) ☎54-5341

●9月11日(金)、25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

●成年後見制度相談(予約優先) ☎51-6625

●9月24日(木)、10月28日(水)
14:00～16:00 市本庁舎

●税理士の無料税務相談(要予約、初めての方のみ) ☎076-422-4034

●9月17日(木) 13:00～16:00
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

●空き家相談会(予約不要) ☎51-6676

●9月18日(金) 14:00～16:00
大島分庁舎3階
●10月16日(金) 14:00～16:00
新湊消防署3階

●認知症カフェ「カフェなでしこ」 ☎52-1556

●10月1日(木)、12月3日(木)
14:30～16:00
真生会富山病院

●無料法律相談(要予約) ☎51-6615

●9月24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: 9月10日(木) 消印有効
送付先: 〒939-0294
新開発410番地1
総務課9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。

●女性のための無料相談 ☎51-6622

●9月16日(水)
13:00～17:00
※女性専門相談員が対応します。
※完全予約制、事前にお電話ください。
※相談時間は50分です。

●消費生活相談 ☎52-7974

●月～金曜日(年末年始・祝日を除く)
9:00～16:00
市本庁舎2階 生活安全課内

●住宅相談(耐震補強やリフォーム工事の相談など)

●9月20日(日) 10:00～15:00
射水建築会館
射水地域住宅相談所 ☎55-1298
●9月20日(日) 10:00～15:00
アルビス姫野店
新湊地域住宅相談所 ☎82-4511

●移住と空き家の相談窓口

「#みらいシテン射水」
☎070-9345-1346
●9:30-18:30(定休日: 水、木曜日)
出張相談会
●9月4日(金)、10月2日(金)
毎月第1金曜日 13:00～17:00
アルプラザ小杉2階 Switch IMIZU

●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)
福祉・介護の仕事相談 10:00～15:30
就職支援セミナー 13:30～15:00

●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

●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

●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

子どもの権利支援センター
(来所相談のみ・要予約)
※日程は予告なく変更する場合があります。
●第1水曜
14:00～16:15
●第2水曜、第3水曜、第4水曜
15:00～16:30



詳細はこちら

●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

●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

●ひきこもりに関する相談 ☎55-5204

●9月8日(火)、10月13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
射水市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※事前に要電話
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



●無料調停手続相談会(予約不要、無料) ☎076-421-8195

●10月3日(土) 10:00～16:00
富山県高岡文化ホール 3階
富山県調停協会連合会
※月火木金(11:30～16:00)

9・10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
夜間予約受付

休日	●マイナンバーカード交付・申請受付 ●電子証明書更新	9月12日(土)、10月10日(土) 8:30～12:30
夜間	●マイナンバーカード交付(要予約) ●電子証明書更新(要予約)	9月14日(月)～18日(金) 10月19日(月)～23日(金) 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

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▶

市公式LINEから各種証明書を請求することができます。

詳細はこちら▶

マイナポータルから戸籍謄本などの戸籍証明書を請求することができます。

詳細はこちら▶

問合せ先 市民課 ☎51-6621

食生活改善推進員の
おすすめレシピ

主菜

調理時間 25分

ポークビーンズ

エネルギー219kcal 塩分1.2g

材料(2人分)

豚もも肉	100g
大豆(水煮)	80g
にんにく	1かけ
玉ねぎ	90g
カットトマト(缶詰)	120g
油	小さじ1
固形コンソメ	1/2個
刻みパセリ	お好みで
水	50ml
トマトケチャップ	小さじ4
ウスターソース	小さじ2
砂糖	小さじ2
塩	少々

作り方

- 1 豚もも肉は食べやすい大きさに切る。にんにくはみじん切りに、玉ねぎは薄切りにする。
- 2 鍋に油を熱し、にんにくを弱火で炒め、香りが出たら豚もも肉と玉ねぎを加えて炒める。
- 3 豚もも肉に火が通ったら、カットトマトと大豆、水を加える。
- 4 煮立ったらコンソメを加え、弱火で煮込む。
- 5 水分が減り、とろみが出てきたらAで味を調える。器に盛り付け、お好みで刻みパセリをふる。

豚もも肉と大豆で、たんぱく質がしっかりとれる一品です♪

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

ケチャップを入れることで、酸味がやわらぎお子さんにも食べやすく仕上がります。

みなさんの声を募集します！実際に作ってみた感想をお聞かせください。

メール kenkou@city.imizu.lg.jp

郵 送 〒939-0241 射水市中村38 健康推進課宛て

在宅医療と介護を考える市民公開講座

テーマ「この街で この家で ずっとあなたといたいから…」

医療や介護が必要になっても住み慣れた地域で自分らしい生活を送るために、在宅療養について考える市民公開講座を開催します。

日時 10月4日(日) 13:00~16:30

会場 救急薬品市民交流プラザ1階 ふれあいホール

講演 14:00~「声を出す・食べる・つながる—一口の健康が支える豊かなところと暮らし—」

※手話通訳がつかます

講師 地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター 歯科医師 枝広 あや子氏

定員 なし ※参加費無料・申込不要

問合せ先 地域福祉課 ☎51-6625

詳細はこちら

医療・介護系団体のパネル展示や相談会を行います。普及啓発爆笑劇団の寸劇もあるよ！

「プレーンPREMIUM」
限定販売

とべぐる
fuwa mochi

スイーツボテMAX

14th 周年祭

14th Anniversary

日頃のご愛顧に感謝を込めて、特別な週末をお届けします。

開催日
《9月》金・土・日・祝

14周年を記念してとべぐるオリジナルTシャツを販売！

14年記念ベグル

とべぐる 宿カリチーズケーキ

小杉店

射水市戸畠 1754-1
11:00~18:00
定休/水曜
tel 0766-54-0764

100円OFF
クーポン

ご利用期限:10月31日(土)まで
※他のクーポンとの併用はできません。
※現金のみご利用いただけます。
とべぐる小杉店でのみ利用可能

旧100円3種 (S32~41年発行)
2026年9月30日まで

600円買取

※枚数に制限なし、変色していてもOK
※相場により変動する場合がございます。

銀杯 銀相場 1年前の2倍！
銀製品 何でもご相談下さい

純銀製の銀杯なら1点
3,000円~買取

イオン内にある買取専門店 e-precious

イオン高岡江尻店 高岡市江尻 331-1 芝寿し様横
0766-27-7120 10:00~19:00 定休日/水曜

イオンモール高岡店 高岡市下伏間江 383 東館1F (デパート側 旧3駐車場からすぐ)
0766-54-6863 10:00~19:00 年中無休

スリーピー 食品
イブジャス ATM 南

ニコニコ☆いみずっこ

9月生まれの
いみずの「たからもの」

~1歳 Happy Birthday~

なこちゃん しゅうちゃん なおちゃん のあちゃん なおちゃん ゆづきちゃん

つきとちゃん とあちゃん すずなちゃん るかちゃん まゆちゃん たけるちゃん

広報いみずでは、毎月誕生月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11月生まれのこどもの笑顔を募集中！

応募締切 9/30(水)まで

【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

応募はこちら

市ホームページ

第21回 射水市花壇コンクールの審査結果

受賞者一覧はこちら▶

一般花壇部門 金賞
「中太閤山コミュニティセンター」

幼稚園・保育園花壇部門 金賞
「大江保育園」

学校花壇部門 金賞
「作道小学校」

花の道部門 金賞
「フラワーロード土田自治会」

街角花壇部門 金賞
「こぶし園デイサービスセンター」

問合せ先 農林水産課 ☎51-6677

第12回 ふる里再発見ウォーキング in 大門

参加費
無料!

二口・大門新町の歴史とともに歩く

— 旧北陸街道・熊野往来の遺物を訪ね、近代への変遷に思いを馳せる —

10.18 (日) 開催
(雨天中止)



申込みはこちら



集合場所及びスタート&ゴール

大門地区センター(射水市二口1081番地)

駐 車 場 大門地区センター

受 付 8:30~

開 会 式 9:00~

終 了 11:30頃(ゴールした方から解散)

申込締切 10月12日(月・祝) 17:00

※ウォーキング中は係員の指示に従ってください。
※スタート時に500mlペットボトル飲料を1本ずつお渡しいたします。
※雨天などで中止の場合、前日17時時点で判断し、市ホームページ上でお知らせします。
※本イベントは「とやまウォーキングチャレンジ2026」登録大会です。公式アプリ「元氣とやまがやきウォーク」をダウンロードし、ウォーキングイベントに参加すると、抽選で素敵な景品がプレゼントされます。

詳細・アプリのダウンロードはこちら(県ホームページ)→



問合せ先 生涯学習・スポーツ課 ☎51-6637

✉ sports@city.imizu.lg.jp



コース概要
(約5.7km)

企業広告

ローンのご相談は

JAいみず野

JAいみず野ローンセンター

日曜も営業!!

※祝日及び年末年始は休業いたします

日曜日 ▶ 午前9時~午後4時
月~金 ▶ 午前9時~午後6時

☎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

暮らしのサポート お任せください!

宅配水、灯油配達、
水まわりのご相談も
LINEから!



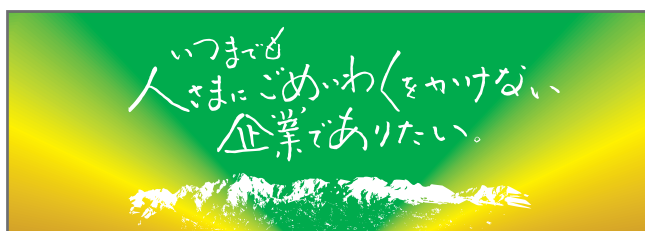
友だち
募集中

お電話でもOK ☎0120-000-890



株式会社
中村燃料商店
NAKAMURA ENERGY

(大島営業所) 射水市小島900



金原開発株式会社

本社/射水市沖塚原134 ☎0766-84-3333
とやまリサイクルセンター/富山県下新字上中島26 ☎076-434-2271

ICN いみずケーブルネットワーク IMIZU CABLE NETWORK

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 / ケーブルスマホ

射水ケーブルネットワーク株式会社
射水市本町2丁目10-30 ☎0120-82-7320

〈企業広告募集〉問合せ先 広告代理店/㈱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「テレビいみず」などの動画を投稿しています。



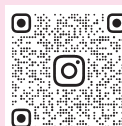
X(旧ツイッター)

市政情報全般を発信しています。



インスタグラム

いみず果が射水の見どころやイベントを紹介しています。



インスタグラム

ムズムズくんが観光情報を発信しています。

射水市の人口・世帯数

令和8年7月31日現在の射水市住民基本台帳人口 ※ ()内は前月比

人 口	88,915人	(- 44)	(うち外国人 4,024人)
男 性	43,602人	(- 15)	(うち外国人 2,273人)
女 性	45,313人	(- 29)	(うち外国人 1,751人)
世帯数	37,913世帯	(+ 17)	(うち外国人のみの世帯2,570世帯)