



令和5年度 砺波市福祉健康大会

と き 8月26日(土) 13時30分～15時30分

ところ 砺波市文化会館大ホール

式典 表彰状の授与並びに感謝状の贈呈

講演 『健康寿命の延伸は高血圧管理から』

高血圧は、脳卒中、心筋梗塞、腎不全、認知症などを引き起こす原因となります。健康寿命延伸のためには、減塩などの生活習慣の改善や血圧の適切な管理が必要です。

そこで今回は、専門医の先生をお迎えし、血圧管理の正しい知識を市民の皆さんと共に学んでいきたいと思ひます。

講師 金沢市立病院循環器内科

むらい ひさよし
科長 村井 久純 氏

【講師紹介】

日本内科学会総合内科専門医

日本循環器学会専門医

日本心血管インターベンション治療学会認定医

日本高血圧学会専門医



主催：砺波市 砺波市社会福祉協議会 砺波市環境保健衛生協議会

※手話通訳者・要約筆記者を配置しています。



夏休みボランティアパック 参加者募集!!



さまざまなボランティア活動が体験できる「ボランティアパック」を作りました！

今年の夏休みは、地域のイベントや施設等でボランティア活動をしてみませんか？興味のあるボランティア活動を選んでお申込みください!!

対象：小学生～高校生 申込締切：各実施日の1週間前まで

日時	内容〈場所〉	日時	内容〈場所〉
8月8日(火) 10時～11時30分	地域のふれあい・いきいきサロンで eスポーツ&ボードゲーム体験会のスタッフ 〈松ノ木公民館〉	8月22日(火) 13時30分～15時	放課後児童クラブでバルーンアート ボランティアのお手伝い 〈砺波南部小学校放課後児童クラブ なんぶの家〉
8月8日(火) 13時30分～15時	ボランティアグループの定例会に参加 バルーンアートの練習 〈庄川農村環境改善センター〉	8月26日(土) 10時～21時 (活動時間は選べます)	栂檀野夏祭りのスタッフ 〈栂檀野農村振興会館&せんだんのHILL〉
8月9日(水)、23日(水) 9時～11時	一人暮らし高齢者の方と 電話でふれあい活動(ふれ愛電話) 〈市社会福祉会館〉	月曜～土曜 9時30分～16時	高齢者のお話し相手 〈南部デイサービスセンター〉 〈北部デイサービスセンター〉
8月20日(日) 14時～15時	納涼祭のお手伝い 〈グループホーム あっとほ～む砺波〉	月曜～金曜(祝日を除く) 9時～17時	使用済み切手を送るお手伝い 〈市社会福祉会館〉
8月22日(火) 9時30分～11時	読み聞かせお楽しみ会のスタッフ 〈砺波図書館〉		

※その他のボランティア
情報もSNSで随時発信
しています！

QRコードからも
お申込みできます！



問合先 砺波市ボランティアセンター ☎ 32-0294

毎日取り組んでいます♪

南部デイサービスセンターの3大特徴!!

北部デイサービスセンター



南部デイサービスセンター、北部デイサービスセンターは、利用者の皆さんが自宅でできるだけ自立した生活を送れるよう、身体機能の維持や向上を目的とした機能訓練を行っています。また、食事や入浴などの日常のお世話を行うことにより、ご家族の介護負担軽減にもつながる日帰りで利用できる介護保険施設です。

①口腔体操



食事前にムセや詰まりがないようにマッサージ、発声、飲み込み等を中心に行います。

②機能訓練



毎日楽しく運動し、3か月に一度、理学療法士のアドバイスを受けて運動内容を計画しています。

③食事



施設内で調理しており、常食、きざみ食、一口大食など、利用者様に合わせた作り立ての食事を提供しています。

南部デイサービスセンター(砺波市苗加 824-1)
☎ 32-7295

北部デイサービスセンター(砺波市林 1202)
☎ 33-3082

福祉センター 子育て支援イベントのお知らせ

8月もまだまだ楽しいイベントがいっぱい!
福祉センターで夏を楽しもう!



こどものあそびば (麦秋苑)

8月11日(金・祝) 10時~15時

「加越線資料保存会」の皆さんによる鉄道模型の展示があります!

※夏休みも毎日遊べるキッズルームができました♪

ぜひ来てね!



北部苑 DE あそぼう (北部苑)

8月19日(土) 9時30分~11時30分

内容: リズム遊び・プチ工作 & スイカ割りゲーム

対象: 主に未就園児・園児・低学年児童
定員: 20名

参加費: 子ども1人につき100円(おやつ代)

申込締切: 8月13日(日) 北部苑まで!

※お弁当を持参すると、午後からプール遊びもできるよ!

ぜひ来てね!



南部デイサービスセンター 嘱託介護職員を募集します!

- 応募資格: 普通自動車運転免許、介護職員初任者研修修了(ヘルパー2級相当)以上
 - 勤務日時: 月~土曜の週5日で、8時~18時30分の内の7時間45分(シフト制)
- ※市販の履歴書に資格証の写しを添えて応募ください。

福祉総合相談日程

相談は無料で秘密は厳守します。お気軽に相談してください。

相談内容	市社会福祉会館	庄川支所
法律相談 [弁護士] *市内在住者のみ	8月 2日(水) 9月 6日(水) 13時~16時	8月9日(水) 13時30分 ~15時30分
	※前日までに予約(☎ 33-5511)が必要	
行政相談	8月4日・18日(金) 13時30分~16時	—
人権相談	8月4日・18日(金) 13時30分~16時	8月10日(木) 13時30分~16時

ほっとなみ相談支援センター

生活困窮者自立支援事業(自立相談支援事業・家計改善支援事業・こどもの学習支援事業)・生活福祉資金・日常生活自立支援事業・ケアネット・ボランティアに関する相談などお困りごとがあればご相談ください。

【相談専用電話】 ほっとなみ相談支援センター ☎ 33-5511
月~金曜 8時30分~17時15分
(土・日曜、祝日、年末年始を除く)

善意の窓口

6月15日~7月14日
(敬称略)

砺波善意銀行

日本民謡研究会富山県支部豊皓会

152,221円

匿名

10,000円



社協 Twitter



となプロ
(ゆーりっぷの部屋)



ホームページ
<http://www.tonami-shakyo.or.jp/>

福祉センターイベント予定 8月

今月は麦秋苑にいるよ!



苗加苑 苗加 824-1 ☎ 32-7294
休館日：月曜、12日、20日



北部苑 林 1202 ☎ 33-6633
休館日：水曜、12日、20日



麦秋苑 三郎丸 183-2 ☎ 33-2846
休館日：月曜、12日、20日



庄東センター 安川 297 ☎ 37-1550
休館日：水曜、11日、20日



①～④は下の詳細をご覧ください。お楽しみ会は各施設で13時30分から開催します。

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3 (麦秋苑) 新蔵富美男一座 & 鼓都の会 舞踊	4 (庄東センター) ① 楽しい薬と 健康講座 11 (北部苑) 金村ひろし 歌謡ショー	5 (苗加苑) ② 苗加苑夏祭り 金村ひろし 歌謡ショー
6	7 (北部苑) 懐メロミュージック フレンド 歌謡・生演奏	8 (庄東センター) 辰巳流千の会 日本舞踊	9 (苗加苑) すずらの会 舞踊・歌謡	10	③ 健康測定と相談 (麦秋苑) ★こどもの あそびば	12
13	14	15	16 (苗加苑) 水田たけしと 歌仲間たち 歌謡	17	18 (庄東センター) 豊鷺会 民謡・舞踊	19 (北部苑) ★ 北部苑 DE あそぼう (麦秋苑) ひまわり一座 歌謡・舞踊
20 全館休館日	21 (北部苑) ザ・あんぼんたん 歌謡・舞踊	22 (庄東センター) 懐メロミュージック フレンド 歌謡・生演奏	23	24 (苗加苑) 新蔵富美男一座 & 鼓都の会 舞踊	25 (庄東センター) ひまわり一座 歌謡・舞踊	26 (北部苑) ④ みんなの 歌のつどい ペパーミント湯
27	28	29	30 (苗加苑) 楽団ひとり 歌謡	31 (北部苑) 福美会 民謡・民舞	1	2

★のイベントは25ページを見てね!

① 楽しい薬と健康講座 (庄東センター)
8月4日(金) 13時30分～
「くすりと健康」について講座を開催します!
病氣予防について理解を深めましょう!
講師：薬剤師 山口裕幸 様 (元南砺市市民病院薬剤科科長)

② 苗加苑夏祭り (苗加苑)
8月5日(土) 1日楽しいイベント盛りだくさん!!
13時30分～ 金村ひろし歌謡ショー
★月の市スペシャル 寿司・赤飯・餅等
★じゃんけん大会 勝者には賞品贈呈!

③ 健康測定と相談 (北部苑)
8月11日(金・祝)
10時～12時 タケザワ薬局トナミ店とのコラボ企画!
「からだ」の健康を「測定」してみませんか? 健康測定をして、
気になることがあれば相談を受けることができます。お薬手
帳をご持参されるとより詳しくお話できます。

④ みんなの歌のつどい (北部苑)
8月26日(土) 10時～15時
たっぷり1日カラオケ三昧!
歌好き、のど自慢の方のご応募をお待ちしています!
定員：40組 申込締切：8月15日(火)
※出演順番抽選のため、電話申込不可

その他の行事・イベント	
苗加苑	◇みんなで歌おう!カラオケタイム 2日(水)13時30分 ◇お寺さんの話を聴こう ※9月まで延長決定!! 11日・25日(金)13時30分
	◇歌のONステージ! 19日(土)10時～15時
	◆ロビー展示コーナー 原田桐花さん 仏様の絵・ことば展 8月中
北部苑	◇ほっとなみカフェ(音楽療法♪) 10日(木)13時30分 ◇ふれあい市 11日(金・祝)10時 ◇健康マージャンの日 13日・27日(日)9時

出町生きがいセンター

表町 3-1 ☎ 33-3358

休館日：土・日曜、14日、15日

- ◇音楽療法研究会 1日(火)14時
- ◇ハーモニカーハッピー 21日(月)13時30分
- ◇脳トレ教室 28日(月)14時
- ◇熊野音楽堂演奏会 29日(火)13時
- ◇百歳体操 水曜・木曜14時
- ◇カラオケタイム 金曜13時

	歌の日・カラオケ	脳トレ学級 (クイズ・歌・体操)	いっぶく体操・ 健康体操(相談)教室
苗加苑	土曜・日曜 10時	8日(火) 13時30分	水曜 10時
北部苑	火曜 13時30分	21日(月) 10時	木曜 10時 ※17日はお休み
麦秋苑	10日・17日・31日(木) 10時	※8月はお休み	2日・23日(水) 10時30分
庄東センター	7日・28日(月) 13時30分	18日(金) 10時	火曜 10時 ※15日はお休み