

冬の訪れ、氷見の農業遺産ツアー

【問合せ】 地方創生推進課 ☎74-8011

氷見市では、400年以上の歴史のある定置網漁業を核として、世界農業遺産・日本農業遺産への認定申請を行っています。

氷見の漁業や自然などを満喫するバスツアーを開催します。

- 日時 11月28日(土) 午前6時半～午前11時半
(集合時間 午前6時20分)
- 集合場所 氷見市漁業文化交流センター前
- 料金 無料
- 行程 市場→漁業文化交流センター→女良文化財センター→ひみラボ水族館
- ※行程は一部変更となる場合があります。
- 対象 中学生以上
- 定員 25人(先着順)
- 申込 11月20日(金) 午後5時まで
- 申込方法 電話にて①氏名、②参加人数、③代表者の電話番号をお知らせください。
- 持ち物 動きやすい服装、靴、飲み物など(朝食は済ませてからご参加ください。)

※ツアー中はマスクの着用をお願いします。
当日、発熱、咳などの症状がある場合は参加をご遠慮ください。また、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、行程ごとに人数制限を行い、ツアーの進行に時間をいただく場合があります。ご了承ください。



地域おこし協力隊の
活動報告 vol.57

『魚の革製品』
「tototo」
野口 朋寿

ひみ寒ブリをはじめ、美味しいお魚のまち氷見ですが、色々なお魚が獲れる分、廃棄される皮も出てしまっています。私はそんな魚の皮を丈夫でしなやかなレザーに加工し、「フィッシュレザー」として活用する取り組みを行っています。そして今年4月から魚の革を使った商品を開発し、「tototo」というブランド名でインターネットにて販売を始めました。

フィッシュレザーが氷見を全国にアピールする商品となるよう、「出世魚」にちなみ、氷見産ブリの革を使った名刺入れや財布を制作しています。

最近では、新しい取り組みとしてテレビや新聞にも取り上げて頂き、少しずつ反響が増えています。

まだまだ微力ですが、フィッシュレザーを通して、魚のまちという特色を生かした地域活性化の一押しになればと思います。今後もフィッシュレザーが氷見の代名詞となるよう頑張りますので、応援していただくと嬉しいです。



姉妹都市 だより
島田市 32

KADODE OIGAWA オオイガワ
来GOOしまだキャンペーン第2弾

【問合せ】 島田市観光協会
☎054714612844

静岡県島田市の宿泊施設利用で5000円相当の割引を推進する「来GOOしまだキャンペーン」第2弾を実施。今回は、中央4県民と氷見市の方が対象。同時期オープン緑茶・農業・観光の体験型フードパーク KADODE OIGAWA にもぜひお越しください！

●事業内容
対象期間…令和2年11月11日(水)～令和3年1月11日(月・祝)の宿泊を対象
受付期間…令和2年11月1日(日)開始
※定数に達し次第終了

・対象者…静岡県、山梨県、長野県、新潟県、氷見市の在住者(1500泊分)

・割引内容…1泊1室5000円相当の割引
※連泊は対象外

①宿泊費3000円キャッシュバック、②金券2000円分

※1泊1室5000円(税込)以上のプランが対象
※GOTOトラベル等、他キャンペーンとの併用はホームページを確認してください。

●対象施設…市内宿泊施設28か所(予定)

●利用者の流れ
①11月1日(日)以降に宿泊予約を取り、対象施設にキャンペーンの利用希望を伝える。

※利用希望を出した人のみ対象
②当日、宿泊施設でキャッシュバック3000円と金券2000円分を受け取る
③浮いた予算と金券で島田市の観光・グルメを楽しむ！



秋のイベント情報

お得に買って農業・水産業を応援！

秋の味覚をレスキュー！特設販売

【問合せ】 商工振興課 ☎74-8089

新型コロナウイルス感染症関連の経済対策として、市内で生産された農産物、水産加工品それぞれの詰め合わせを1セット1,000円(市価の3割程度お得)で販売します。
※1人につき、各2セットまで購入できます。

日時 11月8日(日) 午前9時～

※売り切れ次第、終了します。

場所 氷見市漁業文化交流センター(屋外)
(氷見市中央町7-1)

購入方法 当日チケット販売所でチケットを購入し(現金のみ)、物販テントで商品と引き換えます。
※釣り銭の無いようご準備ください。

来場される皆さまへのお願い

- 新型コロナウイルス感染予防対策として、マスクの着用・アルコール消毒・検温にご協力をお願いします。
- 悪天候や新型コロナ感染拡大の状況によっては、開催内容が変更または中止になる場合があります。

各400セット
数量限定



※写真はイメージです。



森の恵みのすばらしさを体感してみませんか？

秋の伐採と植樹体験

【問合せ】 ひみ里山杉活用協議会事務局
☎91-0093/FAX91-0091

秋の山でひみ里山杉の伐採体験や、富山県が開発した無花粉スギの植樹体験を行います。

日時 11月15日(日) 午前9時～正午

集合場所 富山県西部森林組合氷見支所
(氷見市中村2474)

料金 1組1,000円(昼食・各種体験料込)
定員 親子20組(先着順)
内容 ①林業機械による新月木伐採見学
②伐採体験(クサビ打ち)
③植樹体験

申込 下記QRコードからお申し込みください。



おいしい氷見牛を食べて、氷見Gyu券をもらおう！

氷見牛フェスタ開催！

【問合せ】 氷見牛ブランド促進協議会事務局
農林畜産課 ☎74-8086
JA氷見市 営農販売課 ☎74-8871



期間中、氷見牛認定店にて、氷見牛メニューなどを3,000円以上購入またはお食事された人に、もちろん氷見Gyu券1枚(500円券)を先着1,000名に進呈します。

開催期間 11月7日(土)～12月31日(木)

割引券利用期間 11月7日(土)～令和3年3月31日(水)
割引券の利用 次回以降、氷見牛認定店で500円(税込)以上購入・食事した人が利用できます。(複数枚利用可能)

注意事項

- ・割引券は、氷見牛認定店であれば、発行店舗に限らず利用可能です。
- ・割引券は、開催期間内であっても、各認定店の予定枚数がなくなり次第終了となります。
- ・割引券の転売はできません。

認定店一覧は氷見市公式ホームページをご覧ください！

備える 原子力防災訓練

「屋内退避訓練」にご参加ください

【問合せ】 地域防災課 ☎74-8021

市では、平成24年度から原子力防災訓練を実施しています。

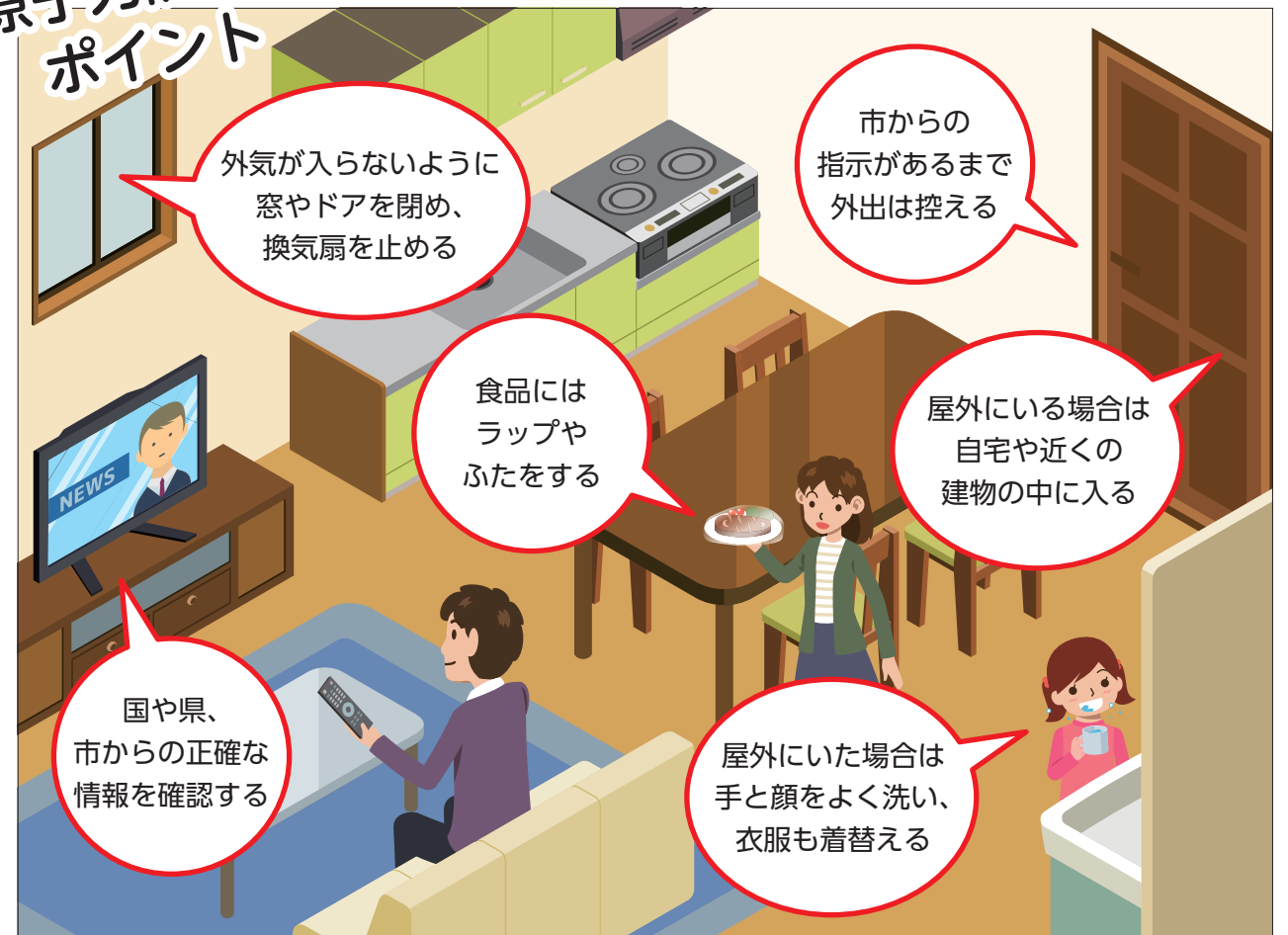
今年度は、新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえ、志賀原子力発電所からおおむね30km圏内（市内UPZ内）にお住まいの皆さんに、屋内退避訓練へのご協力をお願いします。対象地域には、午前8時30分ごろから行政防災無線による放送を数回流します。

※県をはじめとした関係機関との連携訓練や、原子力災害時の業務の確認などは感染対策を実施して行います。

11月22日(日)
午前8時30分～9時
—— 訓練内容 ——
UPZ全域を対象とした
屋内退避訓練

原子力防災の 屋内退避が安全への第一歩

ポイント



県ホームページでは屋内避難の方法を動画で分かりやすく紹介しています。ぜひご覧ください！



年末調整・税の申告の準備はお早目に

寡婦(夫) 控除が変わります

令和3年度の市・県民税(所得税は令和2年分)から次の通り変更となります。

ひとり親控除(新規)

婚姻歴や性別に関らず、生計を同じくする子(総所得金額等が48万円以下)を有する単身者(合計所得が500万円以下に限る)について30万円(所得税は35万円)のひとり親控除が適用されます。

寡婦控除(変更)

ひとり親控除の対象とならない寡婦の人(合計所得が500万円以下に限る)について、26万円(所得税は27万円)の控除が適用されます。

寡夫控除(変更)

ひとり親控除に変わります。
※住民票の続柄が「夫(未婚)」「妻(未婚)」となっている人は対象外です。

※寡婦(特別の寡婦を除く) 控除からひとり親控除に変わるなど、控除額が変わる場合は年末調整が必要です。

☎74-8043 閏税務課

会社に勤めている人へ

▼扶養親族の確認をしましょう
控除の対象となる扶養親族は、16歳以

上(令和2年12月31日現在)(※1)で、年間の所得金額が48万円以下の人です。年末までにその人数が変わる場合は、勤務先に提出済みの「給与所得者の扶養控除申告書」を訂正してください。
※1 16歳未満の場合は、市・県民税の課税・非課税の判定に用いる扶養人数(年少)の対象となります。

▼再就職した人へ

今年、会社を退職して別の会社に再就職した人は、今年の給与総額を基に、現在の勤務先で年末調整をすることになります。退職した会社から源泉徴収票を取り寄せ、現在の勤務先に提出してください。

▼控除証明書を準備しましょう

次の保険料控除を受ける場合は、証明書などを添付しなければなりません。早めに取り寄せて保管しておきましょう。

- ・生命保険料控除
- ・地震保険料控除
- ・小規模企業共済等掛金控除
- ・社会保険料控除
- ・社会保険料、国民年金保険料など

※国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料は、証明書を添付する必要はありません。今年の納付額を確認しておいてください。

☎74-8043 閏税務課

住宅借入金等特別控除を受ける場合

初めて住宅借入金等特別控除を受ける場合は、確定申告をしなければなりません。2年目以降は年末調整で控除を受けることができます。

必要書類

①税務署長が発行した「住宅借入金等特

別控除証明書」

②金融機関などが発行した「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」

☎21-2501 閏高岡税務署

国民年金保険料を納付している人へ

▼控除証明書を送付します

国民年金保険料は、所得税や市・県民税の申告をする際、全額が社会保険料控除の対象となります。今年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象で、過去の年度分や追納した保険料も含まれます。また、家族の分も納付している場合は、それも加えることができます。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」は、日本年金機構が送付します。9月30日までに納付した人への11月上旬に、10月1日以降に今年初めて納付した人への来年2月上旬に控除証明書が届きます。大切に保管し、年末調整や確定申告の際に提出してください。

☎21-4180 閏高岡年金事務所(自動音声案内)

ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-0003-0004

年末調整説明会中止のお知らせ

毎年開催していた年末調整説明会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、参加される方の安全を考慮し中止となりました。

年末調整に関する情報は、国税庁ホームページや国税庁インターネット番組

(web-TAX-TV)で確認ください。
☎21-2501 閏高岡税務署

要介護認定者の 障害者控除について

障害者手帳を持たない65歳以上の人で、要介護認定を受けていて、障害者に準ずると認められる場合は「障害者控除対象者認定書」を発行しますので、認印を持参し市役所福祉介護課にて申請してください。

☎74-8067 閏福祉介護課

マイナンバーの記載をお忘れなく！

扶養控除申請や年末調整および税の申告には、本人と控除対象となる扶養親族のマイナンバーの記載が必要です。詳しくは、国税庁ホームページ「社会保障・税番号制度(マイナンバー)」をご覧ください。

☎74-8043 閏税務課

特別徴収の推進(完全実施)について

平成29年度から、県内の全市町村において、これまで市・県民税の特別徴収制度を実施していない事業者(給与支払者)に対しても、特別徴収義務者の指定を行っています。

これにより、給与所得者の市・県民税は、所得税の源泉徴収と同様に、原則給与からの天引きとなります。

☎74-8043 閏税務課



氷見市役所
〒935-8686 氷見市鞍川1060番地
☎0766-74-8100(代)
HP <https://www.city.himi.toyama.jp>

・イベント・講座

海浜植物園のイベント情報

第30回 氷見市菊花大会

期間 11月2日(月)～5日(木)
時間 午前9時～午後5時
場所 1階展示ホールほか
料金 菊花展の観覧のみ無料
内容 「氷見市菊花会」の皆さんや市内の小学生が育てた菊花の展示
※4日(水)は、菊花展の観覧のみで、植物園への入園はできません。

いろいろ木の実&たね展

期間 11月20日(金)～12月20日(日)
場所 1階展示ホール
料金 大人 500円
中学生以下 300円
4歳未満 無料
内容 世界の珍しい木の実をはじめ身近なドングリや松ぼっくり、たねなどを展示します。
※詳しくは、海浜植物園ホームページやFacebookをご覧ください。
海浜植物園 ☎91-0100

募集

水泳教室会員募集

料金 3000円/月(月3回)
※各コースともに年会費500円、保険料を別途いただきます(年一回)。
コース・対象
小・中学生コース
Sコース(年中～小学生)
Eコース(年中～小学生)
成人コース(16歳以上)
申込 電話にて
※詳しくは「氷見市スポーツポータルサイト」で検索!
岡市民プール ☎91-5000
(受付午後2時～9時/火曜日休館)

「氷見ふるさと便」をまだ申し込みにしていない人へ

県外に居住し、生活している学生を支援するため、ふるさと氷見の特産品をお届けします。
対象 県外(外国を除く)に居住、生活している氷見市出身の大学生等または予備校生で、今後市がアンケートや就職支援情報などを送付することに同意する人
申込 市ホームページの応募フォームにて①氏名
②送付先の住所③生年月日④携帯電話番号

海浜植物園の体験教室情報

雪囲い教室
日時 11月15日(日) 午前10時～
場所 2階ワークショップ・外構
持ち物 軍手、はさみ、防寒具(雨具)
料金 無料
内容 基本的な縄の縛り方や雪囲い・雪吊りの講義・実地

クリスマス フラワーアレンジメント教室

日時 12月9日(水)午後2時～
場所 2階ワークショップ
講師 仕切喜久子さん(比美町)
定員 30人
料金 3000円(花器付き)
持ち物 花切ハサミ
申込 電話にて①11月6日(金)、②12月4日(金)までにお申し込みください。
岡地域振興課 ☎74-8013

文化財センター一般公開

当日は、学芸員が随時解説を行います。
日時 11月7日(土)、28日(土) 午前9時～午後4時
場所 氷見市中田645 (旧女良小学校)

11月・12月の市長室トーク

氷見市のこれからのまちづくりや将来像について、市長と直接語り合ってみませんか?
日時 ①11月13日(金)午前11時～ ②12月11日(金)午後3時～(1組15分程度)
※毎月原則13日(ひみの日)に開催
場所 市役所市長室
対象 市民、市民の団体・グループ
申込 電話にて①11月6日(金)、②12月4日(金)までにお申し込みください。
岡地域振興課 ☎74-8013

骨丈夫教室

50歳以上の女性が生涯に骨折する確率は3人に1人といわれています。骨粗しょう症について知り、骨を元気にする運動や食事を体験しましょう。
日時 11月25日(水) 午後2時～4時
場所 いきいき元氣館3階ホール
料金 無料

定員 30人(先着順)
持ち物 運動しやすい服装、タオル、飲み物
内容 運動体験
骨粗鬆症予防のための運動
講師 健康運動実践指導者 松田伊甲子先生
講演 骨粗しょう症どうして痛むの? その原因と対処法教えます!
講師 金沢医科大学氷見市民病院 整形外科診療科 長 横山光輝医師
申込 電話にて
申込 電話にて
岡健康課 ☎74-8414

ひみの森づくり チェーンソー講習会

日時 11月27日(金)～11月29日(日)
場所 氷見市触坂501 (旧久目小学校)
対象 チェーンソー使用者/これからチェーンソーの使用を考えている人で、3日間とも参加できる人
料金 3000円
定員 15人(先着順)
内容 チェーンソーの取り扱いなどに関する座学および実技講習
申込 電話にて
岡ひみ里山杉活用協議会事務局 (担当:佐藤) ☎090-6340-2485

全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間

日時 11月12日(木)～18日(水) 午前8時30分～午後7時
(土・日曜日は午前10時～午後5時)
相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などにおけるセクハラ、ストーカー行為、その他の女性をめぐる各種の問題
相談受付電話番号 ☎0570-070810
岡富山地方裁判所人権擁護課 ☎076-441-6376

氷見市プレミアム付商品券の購入はお済みでしょうか?

購入期限 11月30日(月)
時間 平日午前9時～午後5時
場所 氷見商工会議所
使用可能店舗 氷見商工会議所が発行する「ひみキトキト商品券」の使用可能店舗と同じ
利用期限 令和3年1月31日(日)
岡商工振興課 ☎74-8105
氷見商工会議所 ☎74-1200



金属資源・紙資源・リサイクル 持ち込み大歓迎! 引き取りも!

例えば、こんなものも... 新聞 雑誌 段ボール 農機具 機械類 自転車 金属廃材 アルミ 電化製品

環境を愛し、資源を大切に

お気軽にお問い合わせください

中西商店 氷見市伊勢大町2丁目10-22 ☎72-0183

事業経営、事業承継、人事労務、相続税・贈与税など 広告

お困りごとは、専門家にご相談ください。

無料相談会のお知らせ

日時 11月14日(土) 午前9時～正午
場所 田中会計ビル(建615)
予約 前日までに電話で

TOMS 田中会計グループ 税理士法人田中会計 TOMS社労士事務所 ☎91-1700(担当:橋本) <http://www.toms-web.co.jp>

こんなリフォーム会社、探してた。

「どうしよう?」の毎日を、もっと 安心の毎日に

さんのみや

お電話または店舗にてお問い合わせください

0766-72-3038

受付時間 8:30 - 17:00 氷見市伊勢大町2-7-9

リフォーム工事・氷見市・岡崎市上下水道工事店・LPガス・灯油・家電・太陽光発電

水まわりの修理、リフォームのご相談・お見積もり 無料!!

お客様の自宅を訪問し、実際の様子からお見積もりいたします。お気軽にお電話ください。

三ノ宮住設 検索

あなたの暮らしをLPガスでより 安全・快適にしてみませんか?

株式会社 三ノ宮燃料 0766-72-3038

リフォーム工事・氷見市・岡崎市上下水道工事店・LPガス・灯油・家電・太陽光発電

受付時間 8:30 - 17:00 氷見市伊勢大町2-7-9

健康診断の結果、マス
ク、氷見きときと健康ポイン

料金 無料
平日 午前8時30分～午後5時
午後5時15分

小矢部市
おやべイルミ2020
期間 11月14日(土)～
令和3年1月9日(土)
(12月28日(月)～1月2日(土)は除く)
時間 午後5時～9時
※12月18日(金)～27日(日)は午後10時まで
年越し点灯 12月31日(木)午後5時
～1月1日(金)祝午前1時
場所 クロスランドおやべ
(小矢部市鷺島65-1)
おやべ光のまちプロジェクト
実行委員会事務局
☎68-0932

市税の納期
11月2日(月)
市県民税3期
国民健康保険税4期
後期高齢者医療保険料4期
介護保険料4期
介護保険料5期
後期高齢者医療保険料5期
介護保険料5期
※市税の徴収猶予の特例については
は税務課(☎74-8041)まで。
11月30日(月)
国民健康保険税5期
後期高齢者医療保険料5期
介護保険料5期
介護保険料5期
後期高齢者医療保険料5期
介護保険料5期
※市税の徴収猶予の特例については
は税務課(☎74-8041)まで。
人口と世帯数
10月1日現在。(一)内は前月比
総人口 4万6078人 (△34人)
男 2万2040人 (△18人)
女 2万4038人 (△16人)
世帯数 1万7563世帯 (△1世帯)
9月の人口動態
出生 17人/死亡 54人
転入 53人/転出 50人
交通事故発生状況
10月1日現在(※1月からの累計)
(一)内は前年比
人身事故件数 33件(+12件)
負傷者数 39件(+15件)
死者数 1件(±0件)

まずはお気軽にご相談ください！

個人の方
遺言・相続、離婚・養育費
交通事故、借金、消費者被害
損害賠償、刑事事件
その他暮らしについての相談…

事業主の方
債権回収、取引上の紛争
労務管理、社会福祉の相談
医療・業事に関する問題
その他事業についての相談…

氷見法律事務所
氷見市窪436-1 窪ビル204
☎91-5610
富山県弁護士会所属 弁護士 白木謙一
相談の際は電話でご予約ください

廃車・事故車 売れない車、その場で現金買い取りします!!

どんな車も一度お見せください! 事故車 下取車 眠ったままの車
●廃車登録の諸経費、引き上げ費、運搬費も全て無料!
●リサイクル税や自動車税未納、書類不備の車もご相談ください。

SK ファミリーオート
新車・中古車販売・車両買取
お気軽にお問い合わせください ☎076-464-5100
お見積り無料

買い取り料金例
普通車 (排気量2,000cc以上) 15,000円～
普通車 (排気量2,000cc未満) 10,000円～
軽4 (書類付きに限る) 5,000円～
トラック系 (書類付きに限る) 50,000円～
※その他の車両はご相談ください

氷見営業所 氷見市十二町347-9
本社 富山市安養寺1296-1

院長 吉田真由子
日本精神神経学会 精神科専門医
日本救急医学会 救急専門医

医師 成瀬恵理
日本精神神経学会 精神科専門医

わたしたちが
氷見の皆さまの
こころのケアを
お手伝いします

医療法人 明心会
柴田病院 TEL 0766-22-0705
精神科・神経科・心療内科
〒933-0843 高岡市永楽町5-1 (氷見市役所より車で約20分)
HP https://www.shibata-hp.or.jp

シルバーで活かそう特技、増やそう仲間
働ける! 働きたい! 元気な方!

シルバー人材センターの会員になりませんか?

◎新入会員説明会
毎月第4火曜日 午前10時～
*ただし、祝日の場合は翌日となります

◎申込・問い合わせ
公益社団法人 氷見市シルバー人材センター
氷見市鞍川1065番地 ☎74-8408

年金生活者支援給付金制度
年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。給付の支給要件を満たしている人には、日本年金機構から10月中旬ごろ、請求可能な旨のお知らせを送付しました。
請求方法 同封のがき(年金生活者支援給付金請求書)に必要事項を記入し、早めに提出してください。
氷ねんきんダイヤル
☎0570-051165

各種相談
行政相談
日時 11月2日(月)、16日(月)
午後1時30分～4時
場所 市役所カンファレンス2
氷ねんきんダイヤル
☎076-4119169

住宅相談
日時 11月5日(木)
午前10時～午後3時
場所 市役所カンファレンス1
氷ねんきんダイヤル
☎74-8010

年金相談
日時 11月11日(水)
午前10時～午後2時30分
場所 市役所カンファレンス3・4
氷ねんきんダイヤル
☎74-8010
※高岡年金事務所(☎214180)へ予約した人優先

人権相談
日時 11月12日(木)
午後1時30分～4時
場所 市役所カンファレンス2
氷ねんきんダイヤル
☎74-8010

withコロナよろず経営相談会
日時 11月12日(木)
①午後1時～2時10分
②午後2時20分～3時30分
③午後3時40分～4時50分
場所 市役所
相談内容 地域協働スペース3
相談内容 コロナ禍における経営上の困りごと、補助金関連など
申込 富山県よろず支援拠点

無料法律相談
日時 11月20日(金)
午後1時～4時
場所 市役所カンファレンス2
申込 前日午前8時30分から電話にて
氷ねんきんダイヤル
☎74-8010
※初めての人で、氷見市に住民登録

税理士による無料税務相談
日時 11月19日(木)
午後1時～4時
場所 北陸税理士会高岡支部
(高岡商工ビル4階)
申込 11月12日(木)午前9時から電話にて
氷ねんきんダイヤル
☎076-42214034

通話録音装置を無料で貸し出します
特殊詐欺や悪質商法などの被害を未然に防止するため、高齢者世帯などに電話の通話録音装置を無料で貸し出し、設置します。
対象 市内在住のおおむね65歳以上で、次のいずれかに該当する人
①一人暮らしの人
②高齢者のみの世帯の人
③日中高齢者のみとなる世帯の人
台数 8台程度(申込順)
申込 電話または市役所1階総合案内にて
氷ねんきんダイヤル
☎74-8010

「再就職」を応援します!
県では、新型コロナウイルスの影響により離職を余儀なくされた方々の再就職を後押しするため、県内の事業主が行う一定期間の試行雇用(最大3カ月)を通じた正規雇用化への取り組みを支援します。
求職者にとっては、未経験の業種や職種にも挑戦しやすくなり、事業主にとっても業務の適性確認やミスマッチの防止、正規雇用後の定着など、双方にメリットがあります。
詳しくは、「富山県人材活躍推進センター」ホームページをご覧ください。
富山県人材活躍推進センター
地域活性化雇用創造プロジェクト担当
☎076-4119169

もの忘れ・認知症相談会
日時 11月14日(土)
午後1時～3時
場所 グループホームすずらん
(朝日丘8-20)
内容 自分や家族の心配事、介護サービスや受診の相談など
氷ねんきんダイヤル
☎74-8067

ホームページまたはFAXにて
富山県よろず支援拠点
☎076-4444-5605
FAX 076-4444-5646

がある人。電話での先着順

多重債務法律相談

日時 11月20日(金)
午後4時～5時
場所 市役所カンファレンス2
申込 前日午前8時30分から電話にて
氷ねんきんダイヤル
☎74-8010

裁判所の出張手続き案内

日時 11月25日(水)
午前9時～正午
場所 市役所カンファレンス1
申込 20日(金)までに富山地方裁判所高岡支部(☎225151)へ
氷ねんきんダイヤル
☎74-8010

健康なんでも相談

健康診断の結果の見方を知りたい、健診結果を見て生活を改善したいなど健康に関する相談になんでも応じます。
日時 12月14日(月)
午後1時～2時
いきいき元気館

いこいの相談窓口

こころの健康に関する相談を受け付けております。一人で悩まず、まずはご相談ください。
氷見市健康課
☎74-8414
平日 午前8時30分～午後5時

富山県高岡厚生センター氷見支所

平日 午前8時30分～午後5時
富山県心の健康センター
☎076-42811511
平日 午前8時30分～午後5時

お隣りさん情報

高岡市
開館30周年記念
秋の特別企画展
「山口千代子万葉衣装展」
期間 11月30日(月)
※火曜休館日(祝日の場合は翌日)
時間 午前9時～午後5時
(入館は午後4時15分まで)
場所 高岡市万葉歴史館
(高岡市伏木一宮1-11)
料金 一般 300円
65歳以上 240円
中学生以下 無料
団体(20人以上) 240円
氷ねんきんダイヤル
☎44-5511

今月の氷見市

月	火	水	木	金	土	日
11月 はくひみ ひみで、ハグして、育む。 時間の記載がない場合は、10時から。 11月は開放園も含め、全てのイベントに予約が必要です。詳しくは、各拠点施設および開放園実施園まで電話にてお問い合わせください。						
2	文化の日	みなでリトミック! 10:30～ 赤ちゃんママの手作りおもちゃ 午後 随時	ママの切り紙あそび 随時 栄養士さん講座「離乳食から幼児食について」	離乳食相談会 リトミック教室「動物さんとリトミック」 レンジでチンのおやつ		1
9	赤さんくらぶ ことば遊び教室	おもちゃを作ろう 10:30～ 赤ちゃんママのおしゃべりタイム 午後 随時 しあわせピラティス 15:00～15:30	親子でうんどうあそび「ランラン」 うたのおにいさん 10:30～11:00 おはなしの部屋 楽しいおもちゃの世界	kid'sキッチン「秋万歳! さつまいも」 スマイルタイム(コンコンクシャン) 10:30～ ハッピーイングリッシュ 10:30～11:00 二人目・三人目育児応援DAY 午前・午後随時	親子教室「玩具と私とママと」	15
16	身体測定・看護師さんのお話 大好きピカピカブ～! 10:30～11:00 kid'sキッチン「焼き立てピザ」	赤さんくらぶ 英語でふれあいあそび「お料理ごっこをしよう」 身体測定 新米ママの離乳食スタート講座(4～6カ月) 13:30～	赤ちゃんママのおしゃべりタイム 午後 随時	親子ヨガ講座 Baby'sキッチン「簡単離乳食」 13:30～ 離乳食らくらく講座「手づかみバナナパン」 あそぼうよ! クリスマス制作	氷見らぶり～パパ塾 18:00～	22
23	勤労感謝の日 赤さんくらぶ	手形足形で年賀状づくり (24日～27日) わくわくウィーク(どんぐり製作) 折り紙遊び&身体測定週間 ①10:30～ ②13:30～	小さなクリスマスツリーをつくろう 赤ちゃんの冬の病気 午後 黄さん6か月のつどい(R2.4～6月生まれ児限定) 14:00～15:00 いきいき元気館内親子健康ルーム(健診のお部屋) 赤ちゃんくらぶ 13:30～ お花を楽しもう 開放園(新町、宇波、十二町、速川)	大型絵本のよみかせ「はらぺこあおむし」 11:00～ みんなでお祝い誕生会(11月生まれ) 10:30～	11月生まれの誕生会	29
30	ママのリラックスタイム 10:30～	24	26	27	28	29

広報ひみの広告募集中!

【問合せ】 秘書広報課 ☎74-8012

1種(1枠サイズ) 1万2,000円/月

2種(2枠サイズ) 2万4,000円/月

この枠のサイズは1種です。

申込み切 掲載を希望する月号の前々月25日

※掲載内容によっては、ご希望にそえない場合があります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

場所・予約・問合せ

地域子育てセンター(いきいき元気館内) …… ☎74-8453

マヤ子育て支援センター(アソカナーサリー内) … ☎74-7550

親と子のともだちサロンはやかわ(速川児童館内) … ☎76-2613

Chu・Chu・サークル(ひみ中央こども舎内) … ☎74-1422

キラキラキッズサロン(上庄保育園内) …… ☎72-5674

すくすくサロン(みどり保育園内) …………… ☎91-1277

たんぽぽサロン(海清保育園内) …………… ☎91-1301

なかよし&すまいる(あさひの丘こども園内) … ☎74-8435

11月の健診・相談

場所 いきいき元気館2階親子健康ルーム 【申込・問合せ】 健康課 ☎74-8062

内容・対象	日にち	受付時間	持ち物・予約
健診	3～4か月児健診 R2.6.23～7.27生まれ	6日☎	母子健康手帳、問診票、バスタオル
	1歳6か月児健診 H31.3.3～4.13生まれ	26日☎	母子健康手帳、問診票、バスタオル
	3歳児健診 H29.2.25～3.23生まれ	19日☎	母子健康手帳、問診票、バスタオル、検尿容器、フッ素カレンダー
教室	むし歯予防教室(フッ素塗布) H30.3生まれ／H30.8生まれ	5日☎	母子健康手帳、バスタオル、フッ素カレンダー
	H29.8生まれ	19日☎	
	のびのびぺんぎん教室	17日☎ 13:15～13:25	
	プレママ＆ママサロン(乳幼児クリニック)	20日☎ 13:15～13:30	前日までに要予約 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。
	親子ふれあいらっこ教室	10日☎ 9:25～9:35	
相談	マタニティ＆子育てなんでも相談	10日☎ 13:30～15:00	心理カウンセラーによる相談を希望の人は6日☎までに要予約
	発達相談	平日 8:30～17:15	前日までに要予約 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、変更となる場合がありますのでご了承ください。延期・中止の場合は、市ホームページなどでお知らせします。

休日診療当番医(9:00～17:00)

※変更されることがありますので、当日の新聞または氷見市医師会ホームページでも確かめください。

1日☎	河合内科医院(内)	中央町 ☎74-5178	さくらの木歯科	高岡市 ☎64-0507
3日☎・祝	織坂内科医院(内)	伊勢大町 ☎72-6206	よねもり歯科	高岡市 ☎29-2220
8日☎	澤武医院(内)	幸町 ☎72-0118	加須屋歯科医院	高岡市 ☎29-0184
15日☎	白石整形外科医院(整・リハ・神)	柳田 ☎91-5355	加藤歯科医院	伊勢大町 ☎74-2450
22日☎	松井内科クリニック(内・呼)	伊勢大町 ☎72-0074	まきの歯科医院	高岡市 ☎26-1177
23日☎・祝	福老館クリニック(胃・内・外)	堀田 ☎91-7720	三崎歯科医院	射水市 ☎52-1223
29日☎	西野医院(内・呼・消・循)	窪 ☎91-7500	医療法人社団山田歯科医院	高岡市 ☎25-0073

ケーブルテレビ ひみちゃん^{サイン}9(氷見市広報番組) 9ch／091ch

番組チェック

放送開始時間	11/1(日)～7(土)	11/8(日)～14(土)	11/15(日)～21(土)	11/22(日)～28(土)	11/29(日)～12/5(土)
①午前6時 ②午後3時 ③午後8時	博物館特別展「氷見の郷の古代」—飛鳥・奈良・平安— 10月17日に行われた資料解説会の様子を紹介します。	もっと知りたい・伝えたい 氷見市政 ・金沢医科大学氷見市民病院 きときと健康チャンネル ・メタボ予防について ・氷見市スポーツ推進委員のLet'sエンジョイ	こちら! 氷見市芸人課 富山住みます芸人が氷見市を楽しく紹介します。 ・海浜植物園の内装木質化リニューアルについて紹介します。 ボランティアだより ボランティア団体とボランティア総合センターの事業を紹介します。	こちら! 氷見市芸人課 富山住みます芸人が氷見市を楽しく紹介します。 ・ひみがりフェアを紹介します。	ひみがりっこてれび 保育園の楽しい様子やおいしく食べる園児の様子、簡単なおもちゃの作り方、楽しい遊びなどを紹介します。

※番組内容や放送時間は、都合により変更になる場合があります。

能越ケーブルネットの光サービス

ケーブルネット光

新規ご加入も今が断然お得です!!

市内全域で、光サービスへの切替えを受付中です。

お申込み・お問合せは 能越ケーブルネット株式会社 ☎0120-040-720 〒935-0021 氷見市幸町8番7号 広告

17 広報ひみ 2020.11

16

