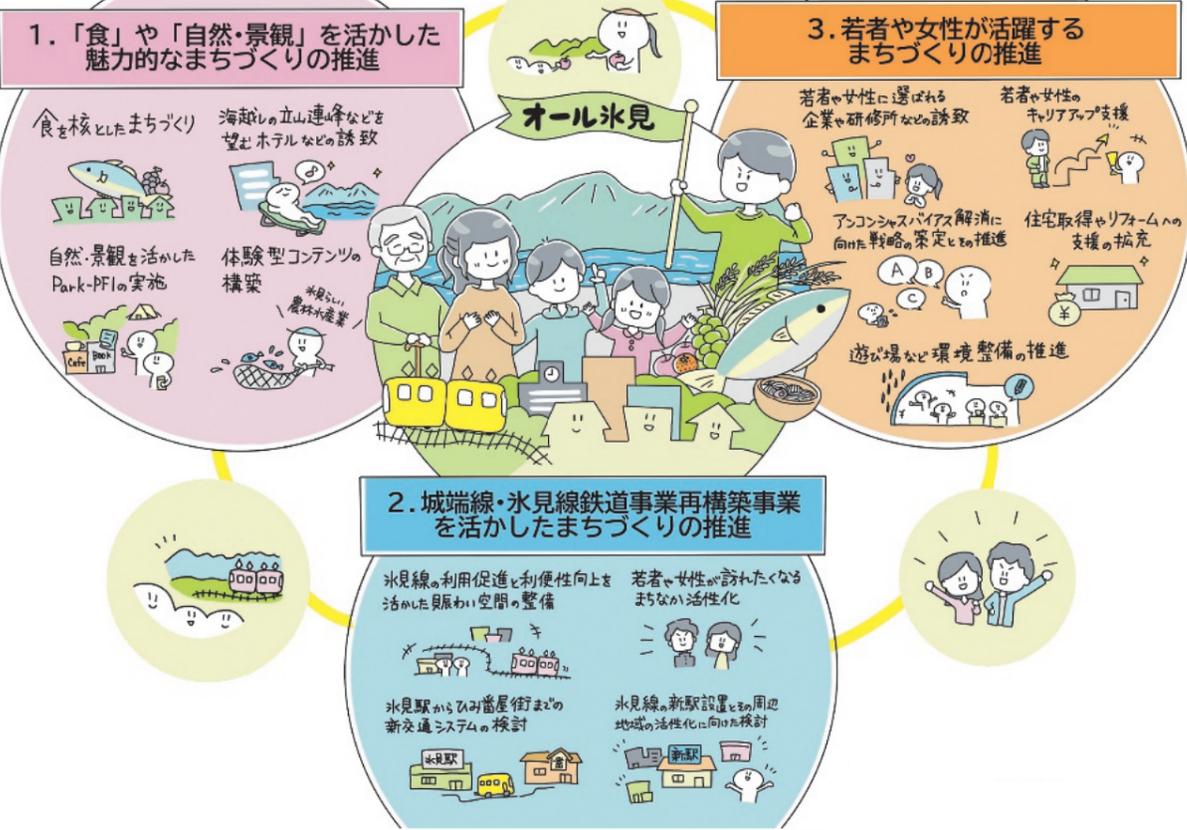


にぎわいとワクワクがあるまちへ



「食」や「自然・景観」をブラッシュアップして活かし、
将来に希望を持って若者や女性が活躍するまちを目指します！

第3期氷見市まち・ひと・しごと創生総合戦略における重点的・横断的取組



氷見市の将来の姿



「食」や「自然・景観」を活かした
魅力的なまちづくりの推進

- ・食を核としたまちづくりの推進
- ・氷見らしい農林水産業の体験型観光コンテンツの構築
- ・豊かな食材を活用した商品開発への支援
- ・海越しの立山連峰や里山の風景などを望むホテルやオーベルジュ等の誘致
- ・自然・景観を活かしたPark-PFIの実施（導入）の検討
- ・自然・景観を活かしたキャンプ場やコテージ等の整備への支援
- ・自然・景観を活かしたスポーツイベント・レジャーの推進
- ・海辺を活かした新たなビジネスの開発・運営等への支援
- ・食や自然・景観を活かした飲食施設や宿泊施設等の整備への支援
- ・景観を活かしたホテル等の整備の促進

城端線・氷見線鉄道事業再構築
事業を活かしたまちづくりの推進

- ・氷見駅からひみ番屋街までの新交通システムの検討
- ・氷見線の利用促進と利便性向上を活かした賑わい空間の整備
- ・氷見線の新駅設置とその周辺地域の活性化に向けた検討
- ・若者や女性が訪れたいまちなか活性化に向けた支援
- ・若者や女性に選ばれる観光地魅力化の推進
- ・自然・景観を活かしたPark-PFIの実施（導入）の検討【再掲】
- ・氷見らしさを活かしたワクワクする魅力的な景観づくりの推進
- ・海辺の魅力を活かした空間づくりの推進

若者や女性が活躍する
まちづくりの推進

- ・若者や女性に選ばれる企業や研究所等の誘致
- ・アンコンシャスバイアス解消に向けた戦略の策定とその推進
- ・若者や女性のキャリアアップへの支援
- ・若者や女性が働きやすい職場の環境整備への支援
- ・若者や女性へのスポットワークの創出への支援
- ・子どもの放課後活動の充実への支援
- ・住宅取得やリフォームへの支援の拡充
- ・住宅団地造成への支援の拡充
- ・遊び場などの環境整備の推進
- ・市内の小児科医療機関の充実

詳しくは市ホームページを
ご覧ください



市HP

冬眠明けのクマに注意!

【問合せ】 農林畜産課 ☎30-7088

春になると、冬眠から覚めたクマが、食べ物を求めて活発に行動し始め、見かけることが多くなります。これから農作業や山菜採りに山へ入る機会が多くなりますが、クマと遭遇し被害に遭わないよう次のことに注意してください。



クマと遭遇しないために

- 朝夕は山に近い場所へ行かない。
クマは朝夕に活発に動きます。
- 生活ごみや農作物、果物などを放置しない。
クマは鋭い嗅覚を持っています。生ごみは放置せず、農作物も適切に収穫処理し、残渣を畑に残さないようにしましょう。
- 山ぎわの藪を刈り払う。
クマの隠れ場所になる山ぎわの藪を刈り払って人の目が届きやすくします。
- 野外で作業を行うときは、ラジオなどを流して、自分の存在を知らせる。



クマと遭遇してしまったら

- クマから目を離さないように、静かにゆっくりと後退して離れる。
大声を出したり、ものを投げつけたりすると興奮して襲ってきます。また、クマは逃げるものを追う習性があります。走って逃げたり、背中を見せて逃げたりしないようにしましょう。
- クマが襲ってきた場合は、頭部や首などの急所を守る。
- 車が走行中に遭遇した場合は、絶対に車から出ず、速やかに現場を離れる。
クラクションを鳴らしたりライトで照らしたりするなどしてクマを刺激しないようにしましょう。
- 子グマを見たらそっと立ち去る。
近くに親グマがいます。



クマを目撃したり痕跡を見つけたりした場合は、農林畜産課または氷見警察署に連絡してください。氷見市お知らせメールや氷見市公式LINEで、クマ出没情報を配信していますので、ぜひご登録ください。



お知らせメール



LINE

補助制度のご案内

侵入防止柵の設置や、やぶの刈り払いをご検討ください

電気柵やワイヤーメッシュ柵などの設置

- 侵入防止柵（電気柵、金網柵、ネット柵など）

最大 個人10万円、法人30万円

- 対象 市内に居住し、市内で農作物を栽培する個人や団体
- 対象経費 柵の設置に係る資材購入費*
- 補助率 2分の1

- 恒久柵（ワイヤーメッシュ柵など）

最大 100万円

- 対象 集落
- 対象経費 柵の設置に係る資材購入費*
- 補助率 2分の1



詳しくは市HP

雑木林・やぶ刈り払いや放任果樹の撤去除去

最大 30万円

- 対象 市内において有害鳥獣による被害を受けている、または被害を受けるおそれがあると認められた集落
 - 対象経費
 - ・草刈り機、重機などの借料や燃料代
 - ・出役者などへの賃金
 - ・請負施工費 など
- ※詳しくはお問い合わせください。

※注意事項

- ・補助を受けて柵を設置した後、8年間は同じ土地について補助を受けられません。
- ・電気柵のパワーユニットに係る乾電池・バッテリーは対象外
- ・どちらの補助金も事前の書類提出が必要です。事後申請は認められません。

芸術文化館 イベント情報

令和8年度の芸術文化館自主事業のラインナップ解禁!
今年度も芸術文化館から、演歌、ポップス、歌謡曲、クラシック、古典芸能の公演、そして
展示会など多彩なカルチャーを発信していきます。多くの市民の皆さまのご来場を心よりお待ち
しております。

LINEUP 2026

氷見市芸術文化館

<p>Vol.1 4.4 土 石川さゆり コンサート2026</p>	<p>Vol.2 4.12 日 石田組 コンサートツアー2026</p>	<p>Vol.3 4.18 土 西村まさ彦 「ベートーヴェンと三人の女たち」 (ガルガンチュア音楽祭)</p>
<p>Vol.4 4.25 土 - 5.31 日 はしもとみお木彫展 いきものたちとの旅</p>	<p>Vol.5 5.3 日 DiVa「詩は歌に恋をする」 (ガルガンチュア音楽祭)</p>	<p>Vol.6 6.14 日 ゴスペラズ 橋ツアー2026</p>
<p>Vol.7 6.20 土 プラス・ジャンボリー in 氷見</p>	<p>Vol.8 7.11 土 - 8.18 火 MINIATURE LIFE展2 - 田中達也 見立ての世界 -</p>	<p>Vol.9 9.13 日 中村雅俊コンサート2026 〜ドゥマイ! Don't Mind!〜</p>
<p>Vol.10 9.21 月・祝 志の輔らくご プリリアント5</p>	<p>Vol.11 2027.1.30 土 能「聖パウロの回心」 二十六世観世宗家・観世清和 観世三郎太</p>	<p>がんばろう北陸 がんばろう富山</p> <p>氷見市芸術文化館 Himi Arts Hall 〒935-0021 富山県氷見市幸町 31-9 TEL 0766-30-3420 https://www.himi-bunka.or.jp/</p>

チケット・イベント情報

4/12 石田組コンサートツアー2026

3月6日(金) 18時までキョードー東京ほかにて先行販売中。
3月7日(土) 10時からチケット for LINEほかにて一般発売。

4/18 ガルガンチュア音楽祭 西村まさ彦「ベートーヴェンと三人の女たち」

西村まさ彦によるベートーヴェンの生涯を彩った三人の女性をめぐるエピソードの朗読とともに、ベートーヴェンの曲を弦楽四重奏でお届けするクラシックコンサート。
2月28日(土) 10時からチケット for LINEほかにて発売。

6/20 プラス・ジャンボリー in 氷見

吹奏楽の楽器演奏経験があり、楽器持参できる人対象。先着150人。
参加費 一般 4,000円
高校生以下 2,000円
申込みは3月14日(土)からホームページにて。

ー はしもとみお木彫展 関連イベント ー

4/26 はしもとみお「スケッチワークショップ」

小学生～高校生対象。先着20人。参加費1,000円。
申込は3月14日(土)11時から電話にて。

5/10・24 木版画にチャレンジしてみよう!

小学3年生～高校生対象。先着20人。参加費300円。
申込は3月14日(土)11時から電話にて。

【問合せ】 芸術文化館 ☎30-3430 (9:00～22:00 / 休館日: 水曜日、祝日の翌平日)



ひみの森づくり塾 講演会

対 森づくりや里山整備に関心のある人
 時 3月22日(日) 13:30～(13:00開場)
 所 芸術文化館ホール
 内 近年出没が多くなっているクマについて、その習性や生態などを知るとともに、クマの被害を抑える里山の整備を、クマの専門家から学びます。
 演題 「氷見の里山から考えるクマの被害と対策」
 講師 大井 徹氏
 (石川県立大学特任教授)
 ￥ 無料
 定 100人
 申 3月21日(土)までに
 申込フォームにて
 関 (一社) ひみ里山杉活用協議会
 ☎050-1725-7397 (講習担当)



申込フォーム

木材粉碎機(チップー機)の安全操作講習会

市では、木材粉碎機(チップー機)の無償貸出を行っています。貸出には講習会を受講の上、申請が必要となります。
 ◆チップー機の貸出申請
 時 3月16日(月)～
 関 農林畜産課 ☎74-8097
 ◆安全操作講習会
 時 3月28日(土)
 ①10:00～11:30
 ②13:30～15:00
 所 上田地区の竹林
 ￥ 無料
 定 各10人(先着順)
 申 3月26日(木)までに
 申込フォームにて
 関 (一社) ひみ里山杉活用協議会
 ☎050-1725-7397 (講習担当)



申込フォーム

市長と気軽にトーク

対 市民、市民の団体・グループ
 時 ①3月18日(水) 13:00～
 ②4月16日(木) 13:00～
 (1組15分程度)
 所 市役所市長室
 内 市長がさまざまなお考えやご意見をざっくばらんに伺います。
 申 ①3月2日(月)～11日(水)まで、②4月1日(水)～9日(木)までに電話にて
 関 地域振興課 ☎74-8013

毎月第3木曜日は「縁結び相談会」

結婚に関する悩み相談を縁結びおせっかいさんがお応えします。
 対 20歳以上の独身の人またはその家族
 時 3月19日(木) ①18:00～
 ②18:30～(1人30分程度)
 所 場所は申込後に連絡
 します。
 申 3月13日(金)までに電話、LINEにて
 関 氷見市縁結び会(未来戦略課内)
 ☎74-8190



LINE

超初心者向けチェーンソー講習会

対 これまでチェーンソーを使ったことがない人
 時 3月20日(金・祝)
 第1回 9:00～12:00、
 第2回 13:00～16:00
 所 久目地区交流館
 内 チェーンソーの買い方や組み立て方、基本的な使い方などを学びます。
 ￥ 無料
 定 各回5人(先着順)
 申 3月18日(水)までに
 申込フォームにて
 関 (一社) ひみ里山杉活用協議会
 ☎050-1725-7397 (講習担当)



申込フォーム

運動実践教室「椅子に座りながらできる簡単ストレッチ」

時 3月13日(金) 14:00～15:00
 所 ふれあいスポーツセンター 剣道場
 内 運動が苦手だと感じている人や忙しくて運動の時間が取れない人向けに、家庭で手軽にできる簡単ストレッチを体験します。
 講師 高齢者体力づくり支援士 谷内 紳一 先生
 服装 運動しやすい服装
 持ち物 タオル、飲み物
 ￥ 無料
 定 30人(先着順)
 申 3月10日(火)までに電話にて
 関 健康課 ☎74-8414

公園遊びで繋がりを感じよう！朝日山アートパーク

対 ひとり歩き出来る年齢から10歳くらいまでとその保護者
 時 3月14日(土)
 第1部 10:00～11:30
 第2部 13:00～14:30
 ※小雨決行(雨天時はセンターハウス内で縮小開催)
 所 朝日山公園見晴らしの丘
 内 公園でのお絵描きや外遊びなど
 服装 外遊びができる服装
 持ち物 着替え(汚れた場合)、レジャーシート
 ￥ 無料
 定 各回定員100人程度(予約優先)
 申 申込フォームにて
 関 都市計画課
 ☎74-8076
 詳細はこちら



詳細はこちら

◆草木染めでエコバッグを染めよう！

対 小学生以上 ※小学生は保護者同伴
 時 3月28日(土) ①10:00～、
 ②13:00～、③15:00～(各回60分)
 所 海浜植物園 リカレント室3
 内 植物の葉や根を使って染めます。どんな色になるかはお楽しみ！
 ￥ 500円(別途入園料が必要)
 定 各回6人(先着順) 申 電話にて
 関 海浜植物園 ☎91-0100

応急手当普及員再講習(応急手当普及員更新コース)

対 応急手当普及員講習を修了してから3年以内で、認定の継続を希望する人
 時 3月8日(日) 9:00～12:00
 所 高岡市消防本部 定30人程度
 申 電子申請か直接、申請書を高岡市消防本部または各消防署へ
 関 高岡市消防本部警防課
 ☎22-3133



電子申請

きとときP

みんなの集いの場「ひみのわ」

お住まいの地域を問わず、参加・交流できる集いの場を設け、毎月さまざまなお楽しみ企画を行っています！
 対 体を動かしたい人や交流したい人は誰でも参加できます。
 時 3月13日(金) 10:15～11:45
 所 ハッピータウン内 長沢薬局前
 内 きととき100歳体操、eスポーツ、キトキト氷見音頭を踊ってみよう(うしお新舞踊研究会)
 ￥ 無料
 関 地域包括支援センター ☎74-8067
 ボランティア総合センター ☎74-1800

海浜植物園のイベント

◆オトギノマルシェ in海浜植物園
 時 3月7日(土)、8日(日) 11:00～16:00
 内 親子で楽しめるワークショップやお菓子、アクセサリなどが海浜植物園に大集合！新しい植物園での過ごし方を見つけていただくため、当日は入園料を無料にします。
 ￥ 参加費、入園料無料(各ブースは有料)
 ◆大人の木工体験～木の車をつくろう～
 対 18歳以上 ※子ども同伴不可
 時 3月22日(日) 10:30～12:00
 所 海浜植物園 リカレント室3
 内 木の車のおもちゃを作ってみませんか。作った後は、海浜植物園で子どもが遊ぶおもちゃとして寄贈していただき、お土産もあります。
 講師 IKARI木工舎 渡邊 伊規子 氏
 ￥ 無料(別途入園料が必要)
 定 8人(先着順)
 申 電話にて
 ◆親子で松田江浜クリーン作戦・宝石瓶をつくろう
 対 親子
 時 3月15日(日) 10:00～11:30
 所 松田江浜、海浜植物園 リカレント室3
 内 環境問題について学び、松田江浜でごみを拾います。きれいな貝殻などを集めて、ボトルに詰めて宝石瓶を作りませんか。
 ￥ 瓶づくり参加料 300円(別途入園料が必要)
 定 瓶作り20人(先着順)、付き添い・清掃のみは申込不要
 申 電話にて

暮らしの情報

イベント・募集・お知らせ・相談など暮らしに役立つ情報をお届けします。

対象	日時	場所	内容
料金	定員	申込	問合せ

天候や感染症などの影響により、イベントなどが中止・変更となる場合があります。詳しくは、各問い合わせ先へご確認ください。

イベント・講座

第41回氷見市造形芸術センター受講者展

時 3月1日(日)～10日(火)
 所 プラファッションセンター
 内 令和7年度講師・受講生作品約150点を展示
 関 氷見市造形芸術センター
 ☎090-5171-6125

第62回氷見市美術協会会員展

時 3月12日(木)～15日(日) 9:00～17:00
 ※最終日は16時まで
 所 芸術文化館 ホール
 内 氷見市美術協会の会員作品約100点を展示(大作と小作)
 関 美術協会事務局(担当 林)
 ☎090-8701-7031



株式会社グンゼとアスタ プラファ店合同の人気イベント企画
春の新生活 応援 **グンゼフェア** GUNZE
 品質No.1の肌着・靴下・ランジェリー・ファンテーション
 パジャマなど…人気のグンゼ製品が **2割引～半額以下**
 日時 3/10(火)より開催
 場所 店内中央大催事場
 プラファ ショッピングセンター 氷見市加納484 ☎72-8811(代) 広告

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
 氷見市川尻177番地 ☎30-3255 広告

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
 お気軽に問い合わせください
 中西商店 検索
 (有) 中西商店 氷見市伊勢大町2丁目10-22
 ☎72-0183 広告

建設リサイクルにご協力を

建設事業に携わる者は、分別解体とリサイクルを積極的に推進することとなっています。

公共工事に限らず、一般家屋の解体なども、適正な分別解体・再資源化を推進しておりますので、建設リサイクルの推進にご理解とご協力をお願いします。

北陸地方建設副産物対策連絡協議会事務局(北陸地方整備局 企画部 技術管理課 基準第三係) 025-280-8880

市内からの大学通学を応援します！大学等通学助成金

市内から県内や石川県の大学などへ通学する人に対し、通学定期券購入費の一部を支援します。

以下の条件をすべて満たす人
・市内に住民登録と生活拠点がある人

・市内を起点とする駅、バス停発着の公共交通機関通学定期券の利用がある人(隣接自治体に所在する対象教育機関(キャンパス)に通学する学生は除く)

・市税等の滞納がない人(生計同一世帯員含む)

・市のアンケートなどに協力できる人
補助額 補助対象経費(公共交通機関の通学定期券購入費用)の1/2(月額上限1万円)

対象期間 令和7年10月1日～令和8年3月31日までの定期券

3月31日(火)までに未来戦略課窓口にて

未来戦略課 74-8190

転出届、転入予約は、マイナポータルで！

マイナンバーカードを所有している人は、マイナポータルからオンラインで転出届や転入手続きの予約(来庁予定の連絡)ができます。

※マイナポータルを通じて転出届の提出をした後、別途、転入先市区町村の窓口で転入届などの手続きをする必要があります。

引越手続きについて(マイナポータル)

市民課 74-8051



火の取り扱いにご注意を

3月20日(金・祝)～26日(木)は、春季火災予防運動期間です。春は空気が乾燥し、火災が発生しやすくなります。火災の発生を防止するため、火の取り扱いには十分注意しましょう。

高岡市消防本部予防課 22-3132

大規模小売店舗新設の届出を縦覧できます

次の大規模小売店舗について新設の届出がありました。周辺の生活環境保持の観点から意見がある場合は、県知事へ意見書を提出することができます。

店舗の概要 ドラッグコスモス諏訪野店(氷見市諏訪野160番地2 他)

届出の概要 大規模小売店舗の新設

新設をする日 7月19日(日)

縦覧場所 商工観光課、富山県経営支援課

縦覧期間満了日・意見提出期限 4月10日(金)

商工観光課 74-8105

お知らせ



芸術文化館施設利用予約受付

3月1日(日) 10:00～

芸術文化館

対象の利用期間

【ホール】

令和9年3月1日(月)～30日(火)

【マルチスペース・その他諸室】

令和8年9月1日(火)～29日(火)

※希望日時が競合した場合は抽選

文化振興財団 30-3430

3月のマイナンバーカード窓口

開庁時間に市役所に来られない人のために、予約制の窓口を開設しています。今月から予約受付締切日が変わりました。

予約窓口開設時間

① 3月8日(日) 9:00～11:45

② 3月6日(金)、13日(金)、19日(木)、27日(金) 17:15～18:45

申請、受取、更新、暗証番号の変更など

各窓口4日前の17:15

までに、市公式LINE、電話、窓口にて

市民課 74-8051



LINE



市民農園「サラダランド島尾」利用者募集

市内在住で、農園で栽培したい人

利用期間 4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

所 島尾732-1(宮田小学校グラウンド横)

募集区画数 74区画

【約50㎡/1区画】 64区画

【約70㎡/1区画】 10区画

※1人(1世帯)につき3区画まで

※管理組合への加入が必要です。(年会費2,000円)

※管理組合による栽培講習会や収穫祭などに参加できます。

利用できる施設 休憩棟、農具舎、農業用水ポンプ井戸

※肥料や農具などは、各自で用意してください。

¥ 1㎡ 100円

3月19日(木)までに電話、FAXにて

※応募多数の場合は抽選

農林畜産課 74-8086

FAX 74-1447

自然保護員になりませんか

市内に生息・生育する野生動植物の調査などを行う自然保護員を募集します。

市内在住の18歳以上の人で、次の要件に該当する人

①自然と触れ合うことが好きな人

②動植物に興味がある人

③自然保護の推進に熱意がある人

3月19日(木)までに電話または窓口にて

環境保全課 74-8082

まるまげ祭り 参加者募集

4月17日(金)

18歳以上の未婚女性(高校生を除く)

¥ 5,000円

30人(応募多数の場合は抽選)

3月17日(火)までに申込用紙を

メール、郵送、FAXで応募

hello@himikan.jp

宛先 〒935-0015

氷見市伊勢大町1-12-18

氷見市観光協会 行

FAX 74-5453

※申込用紙は氷見市観光協会または商工観光課窓口でお渡しします。氷見市観光ポータルサイト「きときとひみどとこむ」でもダウンロードできます。

氷見市観光協会 74-5250

(受付9:00～17:00/無休)

氷見市子ども・子育て会議の委員を募集します

「氷見市子ども・子育て会議」では、子育て支援施策の幅広い意見をいただくため、2年間の公募委員を募集します。

また、来年度は「こどもの遊び場の環境整備の推進」について、ご意見をいただく予定です。興味のある人はぜひご応募ください。

(来年度は4回程度会議に出席いただけます)

任期 4月1日から2年間

募集人数 2人 ※応募多数の場合は選考

3月19日(木)までに電話にて

子育て支援課 74-8117

文化財センター一般公開

3月28日(土) 9:00～16:00

文化財センター(中田645番地、旧女良小学校)

国登録有形民俗文化財「氷見及び周辺地域の漁撈用具」をはじめ、復元された定置網漁の網船「ドブネ」など、多くの民具を収蔵・展示しています。

当日は、学芸員が随時解説します。

無料 博物館 74-8231

募集



ポリテクセンター富山 5月開講コース受講生募集

再就職に向けてスキルアップを目指す求職者

①②③5月8日(金)～10月30日(金)

6か月間

④5月8日(金)～11月26日(木)

7か月間

ポリテクセンター富山(高岡市八ヶ55)

①CAD/CAM技術科

②製造サポート科

③電気設備技術科

④IoT生産システム科

※④のみ導入講習付

無料(テキスト代等は自己負担)

①④20人、②③12人

※各コース選考試験実施。

※①は4月開講分と合わせた定員

3月2日(月)～4月16日(木)

申込書をハローワークに提出

コース説明会(予約制)

3月25日(水)、4月13日(月)

※予約はポリテクセンター富山

ホームページまたは電話にて

ポリテクセンター富山 訓練課 28-6902



ポリテクセンターHP

粗大ゴミ・不用品回収等 見積無料 ご相談ください! 電話一本でOK!!

まずはお気軽にご相談ください! 個人の方 事業主の方 氷見法律事務所 91-5610

水まわりのトラブル、即解決します! 5500円(税込) さんのみや 0766-72-3038

無料相談

所 市役所 問 市民課 ☎74-8010

行政相談

時 3月2日(月) 13:30 ~ 16:00
時 3月16日(月) 13:30 ~ 16:00

住宅相談

時 3月5日(木) 10:00 ~ 15:00

年金相談

時 3月11日(水) 10:00 ~ 15:00
※高岡年金事務所 (☎21-4180) へ予約者優先

人権相談

時 3月12日(木) 13:30 ~ 16:00

弁護士による無料法律相談

対 氷見市に住民登録があり、初めて相談する人
時 3月13日(金) 13:00 ~ 16:00
申 3月12日(木) 8:30から電話 (先着順)

多重債務法律相談

時 3月13日(金) 16:00 ~ 17:00
申 3月12日(木) 8:30から電話 (先着順)

裁判所の出張手続き案内

時 3月25日(水) 9:00 ~ 12:00
内 民事や家事などの裁判手続きについて
申 3月19日(木)までに富山地方裁判所高岡支部 (☎22-5151) へ電話



職場のトラブル無料労働相談会

解雇や賃金引下げ、パワハラなどの労働関係をめぐるトラブルでお困りの労働者や使用者の人を対象に、専門の委員が親身にアドバイスを行う、無料相談会を開催します。

秘密は厳守いたしますので、一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

対 県内に所在する事業所の労働者および使用者
時 3月14日(土) 10:00 ~ 15:00
所 富山県民会館5階509号室 (富山市新総曲輪4-18)
申 予約なしで利用できますが、事前の予約をおすすめします。
問 富山県労働委員会事務局 ☎076-444-2172



税理士による無料税務相談

時 3月19日(木) 10:00 ~ 16:00
所 高岡市丸の内1-40 高岡商ビル503
申 3月12日(木) 9:00から電話にて (予約制、初めての人のみ)
問 北陸税理士会富山県連事務所 ☎076-422-4034

小矢部市

◆酒とり祭り

小矢部市の無形民俗文化財に指定されているお祭りが行われます。無病息災や五穀豊穡を祈願し、ふんどし姿の男衆が、神官から柄杓で受けた御神酒を境内にまいたり、参拝者や見物客にふるまったり、全国的に珍しい奇祭です。

時 4月26日(日) 16:30 ~
所 下後亟神明宮 (小矢部市下後亟640番地)
問 小矢部市観光協会 ☎30-2266

相談

もの忘れ・認知症相談会

「最近もの忘れが心配」「認知症と診断されたけど、どうすればいいの？」などの相談に認知症の専門スタッフが対応します。

時 3月12日(木) 10:00 ~ 12:00 ※予約者優先
所 ファーマライズ薬局氷見店 (鞍川1181-1)
¥ 無料
問 地域包括支援センター ☎74-8067

看護職就業支援相談

対 未就業の看護職員や看護学生、看護職に興味がある人
時 3月12日(木) 10:00 ~ 16:00
所 ハローワーク氷見
内 専門相談員による情報提供や復職に対する悩みなどの相談
¥ 無料
問 富山県ナースセンター ☎076-433-5251

高岡市

◆ミュゼふくおかカメラ館 教育普及事業・公募展 ワンダーフォト写真展2025-2026

カメラ館が主催する公募事業「ワンダーフォトコンテスト」の全応募作品を一堂に展示します。身近な風景や笑顔はじける特別な瞬間など、全国からバラエティ豊かな作品が集まります。今年のテーマは「おもいで」。ジュニア部門、一般部門それぞれに表彰もあります。地域で活躍する写真家たちの作品も展示され、“写真の楽しさ”を知る絶好の機会となっています。

同時開催
・ 前期 (~ 3月8日) 高岡市美術作家連盟写真部門作品
・ 後期 (3月10日~ 29日) 富山市写真連盟作品
時 3月29日(日)まで 9:00 ~ 17:00 (入館は16:30まで / 月曜休館)
所 ミュゼふくおかカメラ館
¥ 一般300円、高校・大学生200円、中学生以下無料
※高校生は土・日・祝日無料
問 ミュゼふくおかカメラ館 ☎64-0550



ミュゼふくおかカメラ館HP



昨年の受賞作品 (大賞・一般部門)

住宅火災警報器を設置しましょう

住宅用火災警報器は、火災を早期に発見し、早く避難することに役立ちます。自宅の設置状況もチェックできるアンケート調査にご協力ください。

問 高岡市消防本部予防課 ☎22-3132



アンケート

お隣さん情報

高岡地区広域圏

◆令和7年度ふるさと名人作品展

「ふるさと名人」とは、日常生活において優れた技能や才能をお持ちであることを、高岡地区広域圏事務組合が認定した、高岡市、氷見市または小矢部市在住の隠れた名人です。その名人たちの作品を紹介する「ふるさと名人展」を開催します。地域に根ざした作品の魅力や込められた思いを、ぜひこの機会にご覧ください。

時 3月7日(土)、8日(日) 9:30 ~ 16:30
所 道の駅 雨晴 3階多目的ホール (高岡市太田24番地74)
¥ 無料
問 高岡地区広域圏事務組合 総務課 ☎91-2101

軽自動車税(種別割)の減免申請を受け付けます

令和8年4月1日現在、次の軽自動車を所有し、一定の条件を満たす場合、申請により軽自動車税(種別割)を全額免除します。減免には毎年申請が必要となり、昨年申請した人には、3月下旬に申請用紙を送ります。

- 対象となる自動車
- ① 納税義務者名義が、身体に障害のある人(18歳未満の場合は生計を一にする人も含む)である軽自動車
 - ② 納税義務者名義が、知的または精神に障害のある人(生計を一にする人も含む)である軽自動車
 - ③ 公益のために使用する軽自動車
 - ④ 心身に障害のある人が利用するために構造変更した軽自動車など

※障害の程度などにより、減免の対象とならない場合があります。

※減免の対象となるのは、普通車も含めて1人1台までとなっています。

申請期間 4月1日(水) ~ 6月1日(月)

提示書類など
車検証、障害者手帳、運転免許証またはマイナ免許証(運転者のもの)、通院・通学証明書(初めての申請で、障害者以外の方が運転する場合)

※継続申請の場合は、内容に変更がなければ継続申請書のみ

申 税務課窓口にて
※継続申請の場合は郵送可

宛先 〒935-8686 (住所記載不要) 税務課

問 税務課 ☎74-8041
※掲載内容は令和8年1月末現在の情報です。



不審電話に注意!

【問合せ】市民課 ☎74-8010

市内で警察や行政機関、金融機関などをかたる不審電話が増えています。身に覚えのない電話番号や非通知番号、特に「+」から始まる国際電話には注意してください。

不審な電話があれば、ひとりで悩まず周囲や相談窓口にご相談ください。



相続税・贈与税、事業承継、開業支援など 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

場所 田中会計ビル(窪615)
ご希望の方はお電話でお問い合わせください。



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

ご葬儀のことなら

オークスセレモニーホール氷見

365日 24時間
☎0766-72-5111

火葬式 家族葬 一般葬

広告



入会金10,000円会員
ファストワン

入会金10,000円のみ 「葬儀」ご利用時に選べる特典!!

資料請求・お問い合わせ
オークス株式会社

☎0766-24-7711



詳しくはこちら

月	火	水	木	金	土	日
ア なっちゃんカフェ C リトミック教室 「もすぐ春だより トミック」 (2~13日) た 成長の記録カード作り	ア ひなまつり 10:30~ は あそぼうよ! バランスボール で身体を動かそう! (4~5日) C おもちゃを作ろう 「無限ティッシュ」	ア ベビーマッサージ (4~5日) C おもちゃを作ろう 「無限ティッシュ」	ア babyマタニティ カフェ C ママの日「ママの 美容総集編」 キ みほ先生の親子 で楽しむ音楽会 ヲ 看護師とおしゃ べりタイム ア ひみ大好きサ ラダさん! 10:30~	ア 保育園体験(赤さ ん) キ 野菜ソムリエの 幼児食講座 た スマイルタイム ふれあい遊び・ふ れあい体操 10:30~	ア 安産ヨガ	1
2	3	4	5	6	7	8
ア なっちゃんカフェ た 身体測定・看護師 さんのお話(大人 の栄養について) 10:30~ ア 黄さんくらぶ PM (9~13日) C 折り紙遊び& 身体測定週間「させ かせあそび」	ア 骨盤ヨガ C 3月生まれの誕 生会 た 身体測定	ア お祝い会 キ 1才からのあそ びのレシピ	ア babyマタニティ カフェ は おはなしの部屋 お母さんの四方 山話 C うんどう&ママ ピラティス(桃・ 黄) キ あかちゃんのお そびのレシピ ヲ 看護師とおしゃ べりタイム た 親子ヨガ講座※ 肩こり・腰痛対策 ポーズ ア 臨床美術士さん のお絵かき講座 10:30~	ア ハッピーイン グ リッシュ 10:30~ C ぐららの日(ハン ドマッサージ)		
9	10	11	12	13	14	15
ア ちびっ子探検隊 「グランピングに 行こう」 ヲ 離乳食講座(鮭ご はんをつくろう) C うんどう&ママピ ラティス(赤・青)	ア 桃さんくらぶ キ 子どもの救急こ れ知って! ア しあわせピラ ティス 10:30~ た ママのリラック スタイム(センサ リーポトルを作 る)	ア ゆったりヘッド マッサージ 14:00~	ア babyマタニティ カフェ ヲ 看護師とおしゃ べりタイム	春分の日	ア 安産ヨガ	
16	17	18	19	20	21	22
ア なっちゃんカフェ ヲ お楽しみ会(だる まさんの製作あ そび) ア のりのりズンパ 10:30~ (23~27日) ア 入園お祝い会 10:30~	C お楽しみ会 キ あかちゃんのお そびのレシピ 14:00~		ア babyマタニティ カフェ ヲ 看護師とおしゃ べりタイム キ これからスター ト! 離乳食作り 教室 4~6カ月 程度 13:30~	た みんなでお祝い 誕生会 10:30~ キ 肉や卵のはじめ 方! 離乳食作り 教室 6~8カ月 程度 14:00~		
23	24	25	26	27	28	29
ア なっちゃんカフェ	ヲ おおきくなった ね会					
30	31					

※3月の開放園はありません。

場所・予約(☎は要予約)・問合せ

- ☎ 地域子育てセンター(いきいき元気館内) …… ☎74-8453
- ☎ アソカ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

※時間の記載がないイベントは、10:00開始

- ☎ 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
- ☎ ぐらら(あさひの丘こども園内) …… ☎74-8435



前月25日に市公式LINEでもイベント情報を配信!

3月の健診・教室・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
健診	3~4か月児健診 R7.10.26~11.22生まれ	6日☎	12:45~13:00	母子健康手帳、問診票、バスタオル
	1歳6か月児健診 R6.8.1~8.31生まれ	18日☎	12:45~13:00	母子健康手帳、問診票、タオル
	3歳児健診 R4.8.3~9.7生まれ	12日☎	12:45~13:00	母子健康手帳、問診票、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) 2歳0か月児(R6.2月生まれ) 2歳6か月児(R5.8月生まれ) 3歳0か月児(R5.2月生まれ)	5日☎	2歳0か月児:14:00~14:10 2歳6か月児:12:50~13:00 3歳0か月児:13:40~13:50	母子健康手帳、タオル、フッ素カレンダー
	パパママ体験教室	8日☎	13:00~13:15	母子健康手帳、とやまパパBOOK
相談	マタニティ&子育てなんでも相談	10日☎	13:30~15:00	母子健康手帳 地域子育てセンター(いきいき元気館内)で開催します

※健診・教室・相談は前日までにひみっこアプリで要予約。ダウンロードはこちらから



3月の休日診療当番医(9:00~17:00)

※変更される場合がありますので、当日の新聞または氷見市医師会ホームページでお確かめください。

1日☎	福田内科医院(内糖消)	丸の内 ☎72-5610	新谷歯科医院	窪 ☎91-3083
8日☎	やまだメディカルクリニック(内呼循)	上泉 ☎73-8881	桜馬場内科歯科医院	高岡市 ☎25-7000
15日☎	加藤医院(内外胃)	北大町 ☎72-0608	わたなべ歯科クリニック	射水市 ☎52-0550
20日☎・祝	河合内科医院(内)	中央町 ☎74-5178	飛見歯科	高岡市 ☎24-6480
22日☎	織坂内科医院(内)	伊勢大町 ☎72-6206	北村歯科クリニック	高岡市 ☎20-6680
29日☎	澤武医院(内)	幸町 ☎72-0118	歯科クリニック福井	高岡市 ☎24-7650

※受診前に医療機関へお問合せください。

ケーブルテレビ ひみチャン9 (氷見市広報番組) 9ch/091ch

放送開始時間	3/1(日)~3/7(土)	3/8(日)~3/14(土)	3/15(日)~3/21(土)	3/22(日)~3/28(土)	3/29(日)~4/4(土)
サンデーひみ 氷見ネタに特化した超ローカル番組! 【内容】 ①芸術文化館ラインナップ発表 ②エネルギー関連特集	もっと知りたい、伝えたい氷見市政 ①第3期まち・ひと・しごと創生総合戦略 ②春季火災予防運動	博物館特別展「冬木清II」 2月21日に開催された解説会の様子を紹介します。	第52回 氷見市青少年意見発表大会 2月7日に開催された大会の様子を紹介します。	ひみぶりっこてれび 保育所や認定こども園など、未就学児の楽しい様子、食育の取り組み、簡単なおもちゃの作り方、ふれあい遊びなどを紹介します。	【出演】 アソカナーサリー 十二町保育園 みどり保育園

※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。

スマホ超セット割

3ヶ月 748円

20GB 2,068円

父 20GB 2,068円

母 3GB 748円

息子 20GB 2,068円

娘 3GB 748円

能越 ケーブルネット

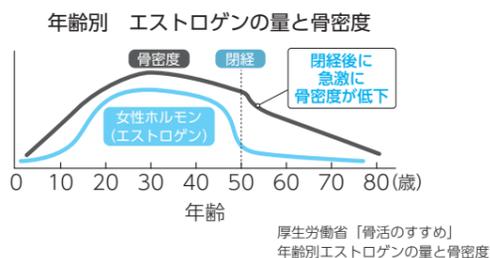
ケーブルスマホなら「超セット割」でとってもおトク!

スマホ4台でこの価格!! 5,632円/月

3月1日～3月8日は「女性の健康週間」

若いうちから予防しよう! 「骨粗しょう症」

「骨粗しょう症」とは、骨がスカスカになり、骨折しやすくなる病気です。特に女性には女性ホルモンである「エストロゲン」が大きな影響を与えています。エストロゲンは骨を作成を促してくれますが、50歳前後の閉経を迎える時期に急激に低下します。それに伴い骨密度も急激に低下していきます。



骨粗しょう症は、高齢者だけがなる病気ではありません。若い女性であっても、栄養不足や月経不順、運動不足などによってエストロゲンが減少し骨粗しょう症を発症し、骨折してしまう可能性があります。

人の一生で骨密度が増えていくのは成長期だけです。10代で骨密度を増やし、20代以降は骨密度を保つため、日常生活で改善できることを取り組んでいきましょう。

骨密度を保つポイント

- ・食事から栄養をバランスよく取りましょう
- ・運動を習慣にしましょう
- ・過度なダイエットはやめましょう
- ・過度な紫外線対策をせず、適度な日光浴を心がけましょう
- ・喫煙と過度の飲酒は控えましょう



つながろう、心と心。～3月は「自殺対策強化月間」～

心がもやもやしたり、ざわついたら、ひとりで悩まず、まずは相談してみませんか。相談は無料でプライバシーも守ります。 【問合せ】健康課 ☎74-8414

相談機関	連絡先	時間
健康課	☎74-8414	平日8:30～17:00
富山県高岡厚生センター氷見支所	☎74-1780	平日8:30～17:00
富山県こころの電話 【24時間相談可能】	☎076-428-0606	平日9:30～17:00
	☎0570-074-333 ※ナビダイヤルの利用料金がかかります	夜間・休日
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 (受付終了22:30) ※都合により一部時間帯で実施できない日もありますので、ご了承ください。

こころの健康相談会

公認心理師による相談会を実施しています。家族の相談にも応じます。

日時 3月24日(火) 13:30～15:30
場所 いきいき元気館
申込 3月18日(水)までに健康課へ電話にて

こころの健康づくり出前講座

公認心理師や保健師が、市内で活動する団体や企業、集まりの場など(概ね10人以上)に出向き、「こころの健康づくり」に関するお話(30～90分)をします。費用は、無料です。(ただし、会場にかかる費用は、申込まれた団体の負担となります。)開催日1か月前までに、健康課までお申込みください。

うつ病の知識や相談機関などの情報については、富山県自殺対策ポータルサイト「タッチハート～つながろう、心と心。～」をご覧ください。



タッチハート 検索

「Touch hearts. (タッチハート)」は、心と心のつながりをイメージした富山県における自殺予防・防止のシンボルマーク・キャッチフレーズです。

市民病院だより

金沢医科大学氷見市民病院 ☎74-1900



金沢医科大学氷見市民病院 看護師募集

市民の生命と健康を守る金沢医科大学氷見市民病院で、一緒に働きましょう!

【看護師】正職員

応募資格 看護師(免許取得者および取得見込み者)
勤務形態 変則2交替制
日勤 8:45～17:00 (休憩45分間)
長日勤 8:45～21:15 (休憩75分間)
夜勤 20:45～9:15 (休憩75分間)

基本給 ・大卒 257,100円
・短大卒3年 253,100円
・短大卒2年 249,400円

※経験による加算あり

年次休暇 15日～20日/年 入職日から年休付与(付与日数は入職した月による)

手当 氷見調整手当(新卒から5年間)ほか各種手当あり
賞与 年2回(6月・12月)
その他 借上住宅制度(家賃の2割の負担で入居できます。諸条件あり。)

説明会を開催します

令和8年度卒業予定者向けの病院説明会を随時開催しています。希望者はお電話ください。

日時 3月7日(土)、4月4日(土) 各日10:00～
問合せ 人事課 ☎74-1900 (内線2011～2014)
詳細は病院ホームページをご覧ください。

3月の糖尿病教室

医師をはじめ、看護師や薬剤師など、糖尿病に関わるスタッフが講師として、糖尿病について分かりやすくお話しします。糖尿病の基本的知識を身につけ、病気の仕組みや検査、合併症、食事や運動療法を学びませんか!

日時 3月24日(火) ※要予約、参加費あり
11:30～13:00 (受付11:00～)

場所 6階多目的ホール

- 内容 ●講義 (歯科衛生士)
●血糖測定、献立紹介、試食会
※試食会は感染状況により中止する場合があります。
●理学療法士によるリハビリ体操
●看護師からのお話

次回の開催予定 5月26日(火) 11:30～13:00
申込・問合せ 医事課 ☎74-1900 (内線1022)

保健栄養&ヘルスアップ教室 受講生募集

保健栄養&ヘルスアップ教室とは、健康づくりについて学ぶことができる教室です。



【問合せ】健康課 ☎74-8414

こんな方におすすめです!

- ☑ もっと健康になりたい
- ☑ 仲間づくりがしたい
- ☑ 地域貢献をしたい

教室で学べること

食生活についての講義や調理実習

簡単な運動や血圧測定



教室を修了された方には「食生活改善推進員」「ヘルスポランティア」として地区での健康づくり活動をお願いしています。活動内容については、すこやか3月号に掲載されていますので、ご覧ください。

- 申込方法 4月17日(金)までに健康課へ電話でお申込みください。
- 定員 先着25人
- 講義回数 年間10回程度(開講日は6月上旬予定)
- 参加費 調理実習の際、1回につき200円(材料費)が必要となります。



元気のタネ

～未病対策で、心も体も元気に～

氷見市未病対策事業

【問合せ】健康課 ☎74-8414

氷見市では、病気になってから行動するのではなく、**未病**（病気ではないが健康でもない状態）の段階から、より健康に近づけるという考え方で、健康寿命の延伸を目指し未病対策を実施しています。

健康になりたいけど、何をすればよいかわからない人に向けて、健康情報をお伝えします。今回のテーマは、「野菜を食べよう」です。

「野菜を食べなきゃ」と思っているけど行動に移せていないあなたに

●1日の野菜摂取目標量は350g以上！

厚生労働省では、生活習慣病予防の観点から、**1日350g**を目標としていますが、日本人の野菜摂取の平均値は**258.7g**となっています。この差は**約100g程度***（野菜料理1～2皿分）です。食事に野菜を**1皿追加**しませんか。

※厚生労働省、令和6年国民健康・栄養調査

野菜350g



料理にすると

野菜料理5皿



毎日野菜を
+1皿

◆野菜の重量（料理の場合）

野菜50～80g



野菜100～200g



●野菜を手軽に調理するためのポイント

野菜は調理することでかさが減り、好みの味に仕上げられるといったメリットがあります。カット野菜や冷凍野菜を使ったり電子レンジを活用したりすると、比較的簡単に調理できます。

＼電子レンジを活用／

- ①好きな野菜を乱切りにして、皿に載せ、水を少し振りかけます。
- ②ラップをかけてレンジ加熱したら温野菜の完成です。

レンジでチンした野菜を料理に使うと、時短になります！



＼野菜スープにする／

具たくさんミネストローネ

材料4人分

- ・ベーコン 2枚
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・にんじん 1/3本
- ・セロリ 1/2本
- ・じゃがいも 大1/2個
- ・オリーブ油 小さじ2
- ・水 200ml
- ・トマト缶 200g
- ・コンソメ 1個

作り方

- ①ベーコンは1cm角の大きさに切る。玉ねぎ、にんじん、セロリ、じゃがいもは1cm角に切る。
- ②鍋にオリーブ油を熱し、玉ねぎ、にんじん、じゃがいもを炒める。
- ③②の具材が柔らかくなったら、ベーコン、セロリ、トマト缶、コンソメを入れてさらに煮込む。

1日の食事にミネストローネ（野菜約100g）を追加すると、不足分の野菜を補えます！



●まずはここから始めましょう

- ・汁物を具たくさんにする
- ・付け合わせの野菜をたっぷり添える
- ・外食時はサラダや野菜料理を食べられるお店を選ぶ

実践できそうなことを見つけて、まずは5日間続けてみましょう！



男女共同参画だより 輪

デートDVを知っていますか？

「対等なパートナーシップを築くために」と題して、デートDVについて「ウィメンズカウンティング富山」から講師をお招きし、推進員研修会が11月29日にふれあいスポーツセンターで開催しました。

人を好きになることはとても素晴らしいことです。まずは相手を思いやり、尊重することから始めてみませんか。

また、固定化された性別の役割から自由になり、誰もが自分らしく生きられる社会をつくるためには、互いに対等な人間関係を築くことが不可欠です。この「対等性」の大切さを、特に若い世代に伝えていくことが求められています。

- ・身体的暴力
殴る・蹴るなどの行為
- ・精神的暴力
怒鳴る、無視する、人前で馬鹿にする、生活費を渡さないなど
- ・性的暴力
嫌がる性行為の強要、避妊に協力しないなど

DVは大人だけに起こる問題ではありません。近年、中高生や大学生などの若い世代においても交際相手から受ける暴力が増えています。「デートDV（恋人間暴力）」と呼ばれています。デートDVはただの喧嘩や感情のもつれとは違います。相手の気持ちや意見を無視して、力や態度で従わせようとしていたり、一方的に行動を制限したり、自分の価値観を押し付けて相手の心や体を傷つけたりする「暴力」です。

✓チェックしてみよう

次のような経験があったら、あなたはデートDVを受けているかもしれません。一人で悩まず、まずは相談を。

- 相談窓口 市民課（☎74-8051）または、地域の男女共同参画推進員まで
- 叩く、蹴る、髪の毛を引っ張られる
 - 携帯電話やメールの中身をチェックされる
 - 頻りにメールが届き、返信が遅れると怒られる
 - 何を言うにも相手の顔を伺ってしまう
 - 異性の友だちと仲良くしていると不機嫌な態度をとられる
 - 性行為の強要や避妊に協力しない

男女共同参画の広がり願って

東地区推進員 村山 礼子



私が22年前に、男女共同参画推進員になったころに、幼かった息子と娘も家庭を持ち、親になりました。

二人とも共働きで家事や育児を協力してやっています。息子の家庭では、男女に関係なく、子どもたちの個性と才能に応じた習い事をさせ、子どもの能力を伸ばそうと夫婦で助け合っています。娘の家庭では、早く帰った方が保育園に迎えに行き、夕飯を作る、母親に仕事があれば父親が子どもと過ごすなど、どちらの若い家庭にも男女共同参画が浸透している様子を見て嬉しく思います。参画標語の、「昭和では、食べた僕も作る人」や「家事場のパパデカ」は、子どもたちの普段の様子を表しています。22年続けた推進員としての活動はこの3月をもって終わりを迎えます。私にとって男女共同参画は、家事や育児そして仕事も、二人ですれば悩みは半分・笑顔は2倍になることを教えてくれた心の財産です。これからも夫と共に、家庭や地域、稼業に参画し二人で社会に貢献していきたいと思っています。

各委員会の活動報告（令和7年）



- 8月21日 子ども食堂（上庄地区）
- 9月28日 セイタカアワダチソウの除草（島沖崎公民館周辺）
- 10月5日 男性料理教室（碓石・余川地区合同）
- 11月8日 地域学習会「参画川柳を作ろう！」（熊無・速川・久目地区合同）
- 11月15日 地域学習会「大人のコミュニケーション講座」（加納地区）
- 11月15日 地域学習会「大人のコミュニケーション講座」（東地区）
- 11月29日 推進員研修会「デートDVを知っていますか」ふれあいスポーツセンター

【企画・編集】富山県男女共同参画推進員氷見連絡会、氷見市男女共同参画推進員
【問合せ】地域振興課 ☎74-8013