

家族そろって「土曜モーニング体操」

ストレッチ・柔軟・深呼吸体操などで、運動不足を解消しましょう。
とき 4月2日(土)から毎週土曜日7時15分～8時
ところ 市民センター体育室
講師 吉田力雄(全国ラジオ体操連盟公認1級指導士)
参加費 1回100円(中学生以下無料)
☎ 市民センター ☎24・6101

長浜曳山子ども歌舞伎鑑賞の旅

お旅まつりの曳山子供歌舞伎のルーツとなった長浜曳山子ども歌舞伎と長浜の歴史と文化を堪能します。
とき 4月15日(金)8時～17時
集合場所 市役所 ※バスで移動
定員 40人(先着順)
参加費 4,500円(昼食なし)
申し込み 4月8日(金)までに(株)富士トラベル石川 ☎24・1131
☎ こまつ観光物産ネットワーク ☎21・8208

行事・募集

小松を歩く小さな旅 加賀百万石ウオーク

小松観光ボランティアガイドの会「ようこそ」が案内します。そのほかの日程やコースを希望する人はお問い合わせください。
◎小松街中ぶらり散歩
とき 4月の毎週土・日曜日、祝日10時～12時
集合場所 JR小松駅観光情報センター
◎明治小松の産業遺産・遊泉寺銅山跡
とき 4月の毎週土・日曜日、祝日10時～12時
集合場所 遊泉寺銅山跡駐車場
定員 いずれも15人(先着順)
参加費 いずれも無料
申し込み 開催3日前までにこまつ観光物産ネットワーク ☎21・8208

狂犬病予防注射と犬の登録

生後91日以上の子犬は県内の動物病院または飼い主宛てに送付したはがきに記載された会場で狂犬病予防注射を受けてください(はがき要持参)。登録がまだの子犬は注射会場またはいきいき健康課で手続きをしてください。
新規登録料 3,000円/頭
注射料 3,100円/頭
☎ いきいき健康課 ☎24・8056



高齢者福祉サービス

◎家族介護用品助成券の支給(第1期分)
対象 在宅で介護用品が必要な人で、次の①②の要件を満たす人
①要介護3以上の人
②入院・施設入所していない人(グループホームなどは除く)
助成券の額(月額) 5,000円 ※3期(4～7月、8～11月、12～3月)に分けて交付
◎訪問理美容サービス
対象 理美容室に行くことが困難な人で、上記の①②の要件を満たす人
利用料 1回1,000円(年間3回まで)

◎寝具乾燥消毒サービス
内容 掛布団、敷布団、毛布の3点1セットで丸洗いします。
対象 上記の①②の要件を満たす人
利用料 1回1,500円(年間2回まで)
◎はり・きゅう・マッサージ費の助成
対象 70歳以上の人、65歳以上で身体障害者手帳1～3級または療育手帳A・Bを所持している人
助成金額 1回1,000円(年間18回まで)
申し込み いずれも年1回(随時) ※本人または家族の印鑑が必要
申請場所 長寿介護課、南支所、駅前行政サービスセンター、高齢者総合相談センター、行政連絡所(取り次ぎのみ)
☎ 長寿介護課 ☎24・8053

医療・福祉

人間ドック・脳ドック・ミニドックの申し込み

●国民健康保険加入者で保険税を完納している人
対象 4月1日から平成29年3月31日までに脳ドックは40、45、50、55、60、65、70歳になる人、人間ドックは30歳～74歳になる人、ミニドックは40～49歳になる人
●後期高齢者医療保険加入者で保険料を完納している人(脳ドックのみ)
対象 4月1日から平成29年3月31日までに75歳になる人(75歳より上は5歳刻み。今年度76歳になる人で昨年度に受診していない人も対象)

ドックの種類	個人負担額
人間ドック ※()内は脳ドックと同時受診時の負担額	子宮がん検査なし 10,700円(22,000円) 子宮がん検査あり 12,200円(23,500円)
脳ドック	14,500円
ミニドック	4,000円

※人間ドック・脳ドック・ミニドックは特定健診・長寿健診の検査項目を含みますので、どちらかを選択してください。
申し込み 4月1日(金)から保険年金課国民健康保険担当 ☎24・8058 後期高齢者医療担当 ☎24・8165

湯ったりシニアふれあい入浴

浴場組合に加盟する浴場で、65歳以上の人の入浴料を200円助成します(最大12回、いつでも利用可能)。
申請受付 4月1日(金)から ※申請月に応じて年間の利用可能回数が減ります。
申請場所 各浴場(4月のみ)、いきいき健康課、すこやかセンター、駅前行政サービスセンター、南支所、行政連絡所(取り次ぎのみ) ※身分証(保険証、運転免許証など)が必要です。
☎ いきいき健康課 ☎24・8161

路線バスフリー乗車券「らく賃パスポート」の販売

対象 市内の①65歳以上の人②障害者手帳などを持つ人③高校生(市外在住で市内の高校に通学する人を含む)
料金 ①②1カ月2,000円、6カ月8,800円 ③1カ月3,000円、6カ月14,000円、冬季特割(12月～2月の3カ月)8,000円
申し込み 市民協働課、駅前行政サービスセンター、南支所ほか ※身分証(保険証、学生証など)が必要です。
☎ こまつもしもしセンター ☎20・0404 市民協働課 ☎24・8217



就学に必要な費用(学用品など)の一部を援助します

対象 経済的な理由により就学が困難と認められる小松市立小・中学生の保護者
援助内容 学用品費、給食費などの一部
申し込み 各学校にある申請書に必要な事項を記入の上、必要書類を添付して学校へ提出
☎ 学校教育課 ☎24・8122

就職のために勉強するひとり親家庭への支援

◎高等職業訓練促進給付金等支給制度
ひとり親家庭の父または母が専門的な資格を取得するために1年以上養成機関で修業する場合、3年を上限に、月額7万500円～10万円を支給します。ただし、所得などによって対象とならない場合があります。事前面談が必要です。
対象資格 看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士など
◎自立支援教育訓練給付金支給制度
就業に結び付く可能性が高い講座(パソコン、医療事務など)を受講した場合、講座修了後に受講費用の6割相当額(上限20万円)を支給します。申請は講座受講前に必要です。
☎ こども家庭課 ☎24・8057



人のうごき

平成28年3月1日現在

人口	108,464人	(-32)
男	52,865人	(-27)
女	55,599人	(-5)
世帯	41,515世帯	(17)

()は対前月の増減

今月の税・料金の納期

	国保税	市県民税	固定・都計税	軽自動車税	介護保険料	後期保険料	下水道負担金	上下水道料金
4月					○	○		

納付期限●5月2日(月)

くらし

国民年金の学生納付特例制度は毎年申請が必要です

国民年金は20歳から加入しなければなりません。学生は申請により納付の猶予を受けることができます。学生証などを所持し、申請してください。前年度に申請済みではがき形式の申請書が届いた人は、必要事項を記入し返送してください。
申請時の2年1カ月前までさかのぼって申請できます。申請を忘れていたために未納期間がある人はご相談ください。
☎ 保険年金課 ☎24・8060 小松年金事務所 ☎24・1791

春 桜を見に出掛けよう

◆木場潟公園さくらまつり
●桜ライトアップ
とき 4月2日(土)～17日(日)
ところ 木場潟公園中央園地
●木場潟公園「春の宴」
とき 4月10日(日)11時～15時
ところ 木場潟公園中央園地ふれあい広場
内容 マーチング・和太鼓演奏、よさこい、大道芸、ウォーキング大会(8時からメダカハウスで受付、9時スタート)、飲食コーナーなど
☎ 木場潟公園協会 ☎43・3106

◆粟津公園さくらまつり
とき 4月10日(日)10時～
ところ 粟津公園
内容 ヨーヨー釣り・わたがし・ポップコーン(子供先着100人無料)、和太鼓演奏、太極拳演舞、野点、マジックショー、フリーマーケットなど
☎ 粟津公園施設管理事務所 ☎44・2280

4/1 5/10 市民相談

市 あんしん相談センター(市役所1階)
南 南支所
駅 駅前行政サービスセンター(うらら内)
 問い合わせ あんしん相談センター ☎24・8071
社 社会福祉協議会(すこやかセンター内)
 問い合わせ 社会福祉協議会 ☎22・3354

※相談はすべて無料です。秘密は守られます。相談日はいずれも祝日を除きます。

弁護士 (予約制1日5人 年1回限り)	相談日の1週間前から予約可 予約先 ☎20・0404 (もしもしセンター)	
	☎4/6、13、20、27 ☎4/21 ☎4/5、12、19、5/10	13時～ 15時半
くらし困り ごと相談 (人権擁護委員・ 行政相談委員)	☎第1・3木曜日 ☎第2火曜日 ☎第4木曜日	13時～15時
交通事故	☎4/26	13時～15時
登記	☎第2金曜日	13時～15時
クレサラ・ 多重債務 (弁護士相談)	☎第2・4金曜日(前 日までに要予約) 随 時予約可 ☎24・8071	10時～12時
司法書士 (成年後見含む)	☎第3金曜日	13時～15時
社会保険労務	☎第4金曜日	13時～15時
公証人	☎第3火曜日	13時～14時半
行政書士	☎第2水曜日	10時～12時
心配ごと	☎毎週土曜日	13時半～ 15時半
結婚	☎毎週土曜日	13時半～ 15時半
家族会 介	☎第3金曜日	13時半～ 15時半
消費生活	☎毎週月～金曜日	9時～17時
D V ・ 性暴力	☎毎週月～金曜日 小松市バーブルほっと ライン ☎24・8178	8時半～17時

- 教育相談・不登校相談・発達相談
- 教育研究センター(教育・不登校・発達)
☎24・8124(相談専用) ☎21・7958)
月～金曜日(祝日除く)9時～17時
第1・3土曜日9時～12時
 - 発達支援センターえぶりい(発達)
☎24・8434
月～金曜日(祝日除く)9時～17時
 - 小松みどり分校(教育) ☎24・0103
月～金曜日(祝日除く)9時～16時30分
 - やすらぎ小松教室(高校生対象)
小松北高校横(島田町) ☎23・6669
月～金曜日 9時～16時
- 小松こころの電話
☎24・5556 毎日13時～17時



休日・夜間医療情報

南加賀急病センター(小松市民病院南館1階併設) 【小児科・内科】 ☎23・0099
 月～土曜日：19時～22時30分 日曜日・祝日：9時～12時、13時～22時30分

健康づくりの相談・教室(予約制)

- いきいき健康課 ☎24・8161**
- ①**保健師・管理栄養士による相談**
月・水・金曜日(祝日除く)13時15分～15時15分
 - ②**心理相談員によるこころの相談**
4月14日(木)、5月12日(木)13時～または14時40分～
 - ③**血管若返り運動教室(初回教室)**
とき 昼の部：4月12日(火)9時30分～
夜の部：4月28日(木)19時～
期間 6カ月間
ところ すこやかセンター
内容 自宅のできる筋力運動、有酸素運動、健診結果・運動の効果の説明
対象 40～74歳で、平成26年度以降の健診結果が要指導、要医療の人

母子の相談・教室

- すこやかセンター 予約☎21・8118**
- ①**育児相談**
とき 5月9日(月)9時30分～11時
 - ②**ごっくんもぐもぐ教室** **予約制**
とき 4月27日(水)9時30分～11時30分
対象 6～7カ月児
申し込み 4月5日(火)9時～
 - ③**両親学級** **予約制**
とき 4月22日(金)19時～21時
内容 赤ちゃん人形を使っての抱っこやもぐ浴体験、栄養士による食事の話、妊婦体験ジャケット試着(希望者)
対象 妊娠中期以降の妊婦とその夫
定員 15組(先着順)
持ち物 母子手帳、動きやすい服装

育児相談ダイヤル ☎21・0101
月～金曜日(祝日除く)8時30分～17時

ごみナビ vol.16 ごみ出しマナー点検 真っ黒なごみ袋などは使わないでください。

ごみの減量とリサイクルを進めるためには、各家庭での分別が大事です。中身の見えない真っ黒なごみ袋や、肥料の袋、紙の米袋などを使用すると、分別されているか分からないだけでなく作業員のけがの原因にもなります。そのようなごみは収集されずに残ってしまいますので、ルールを守って町内の集積所へ出しましょう。

☎ エコロジー推進課 ☎24・8069 ※4月～1月累計比

中ノ峠物産販売所 春の峠まつり

とき 5月1日(日)10時～15時
 ところ 中ノ峠物産販売所
 内容 岩魚の塩焼き、うどん、そば、朝採れの山菜や地元の新鮮野菜の販売
 ☎ 中ノ峠物産販売所 ☎47・5263

平成28年度危険物取扱者試験・基礎講習会

◎第1回危険物取扱者試験
試験日・会場 5月29日(日)石川県地場産業振興センター、6月5日(日)小松商工会議所
試験種目 甲種、乙種、丙種
願書受付 4月4日(月)～13日(水)金沢市彦三町2-5-27名鉄北陸開発ビル7階 消防試験研究センター石川県支部 ☎076・264・4884
願書配布 消防本部、南消防署
 ◎第1回危険物取扱者試験基礎講習会
 とき 4月27日(水)、28日(木)いずれも9時30分～17時
 ところ 市民センター
 定員 50人(先着順)
 参加費 4,000円
申し込み 4月4日(月)～4月26日(火)に消防本部予防課 ☎20・2708
☎ 消防本部予防課 ☎20・2708

そのほか

2月の寄附(敬称略)

- ▽社会福祉へ 石崎和枝(河田町)
- ▽子ども福祉基金へ 吉田初枝(茶屋町)、(有)吉田運輸建設(島田町)

第13回市民センター グラウンドゴルフ大会

とき 4月30日(土)8時～12時(小雨決行)
 ところ 市民センター多目的広場
対象 市内に住む60歳以上の人
定員 250人(先着順)
参加費 500円
申し込み 4月8日(金)～22日(金)の9時～17時に参加費持参で市民センター ☎24・6101

お旅まつり 歌舞伎市 出店・出演者募集

とき 5月14日(土)、15日(日)
 ところ 小松市中心商店街
内容 ①グルメテント出店②フリーマーケット出店③ステージ出演 ※①②は要出店料
☎ 4月15日(金)までに①はカブキータウンこまつ(10時～17時) ☎24・8200、②③は小松市中心商店街振興組合連合会事務局(13時～17時) ☎24・4005 ※いずれも水・土・日曜日は休み

平成28年度自衛官募集(一般幹部候補生)

募集種目 一般幹部、技能、医科、歯科、薬剤、パイロットなど
応募資格 22歳以上26歳未満の大学卒の人、28歳未満の大学院卒の人
試験日 1次：5月14日(土)、15日(日) ※15日は飛行要員のみ 2次：6月14日(火)～17日(金)のうち指定する1日
申し込み 5月6日(金)までに自衛隊小松地域事務所(小松商工会議所内) ☎24・5180
☎ 市民課 ☎24・8064

グッドマナー運動 4月テーマ 「いつまでも 心に刻む 初心者マーク」

地域で、家庭で、職場で、学校で、交通安全やグッドマナー活動に取り組んでもらうため、月間の活動テーマを設定しました。
 4月は新入学、新生活のスタートの時期。みんなで初心者に帰り交通安全に努めましょう。