

## 「らく賃パスポート」販売中

乗ってお得、使って便利な路線バスのフリー乗車券「らく賃パスポート」を販売しています。

**対象** 市内在住の①65歳以上の人②障害者手帳を持つ人③中学生・高校生・大学生(市内の中学・高校・大学に通学する人を含む) ※詳しくは市ホームページをご覧ください。

**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カ月限定8,000円)

**対象路線** 路線バスの市内区間(佐野線、EVバスを除く)

**申し込み** 市民サービス課、駅前行政サービスセンター、南部行政サービスセンターなど ※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 はつらつ協働課 ☎24・8397

## コンビニ交付サービスの一時休止

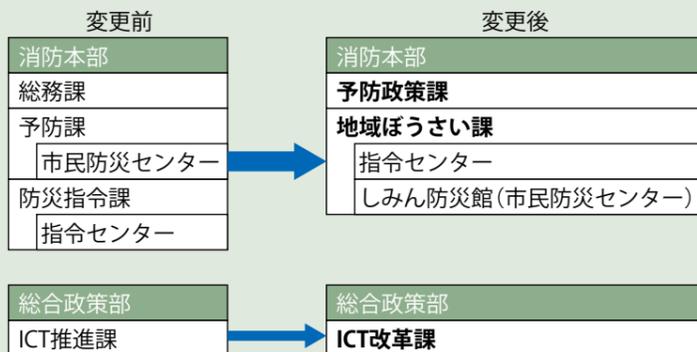
システム改修のため、マイナンバー(個人番号)カードによる住民票などのコンビニ交付を一時休止します。

**とき** 4月10日(水)終日

**☎** 市民サービス課 ☎24・8064

## 4月1日から市の組織の一部が変わります

災害の予防と地域の防災力の強化に向けて、消防組織を再編します。また、ICTを活用した改革に取り組みます。



**☎** 国際&経営政策課 ☎24・8037

## くらし

### 産前産後の国民年金保険料が免除となります

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間の国民年金保険料が免除されます。平成31年4月から届出を受け付けます。出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいい、死産、流産、早産、人工妊娠中絶した場合を含みます。

**対象** 国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の人

**申請に必要なもの** 年金手帳、母子健康手帳、運転免許証等身元確認書類、印鑑

**☎** 医療保険サポートセンター ☎24・8060 小松年金事務所 ☎24・1791

### 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・中学校に通う児童・生徒の保護者

**援助内容** 学用品費などの一部、給食費  
**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



**☎** カブッキーポイント対象事業

### 人のうごき

平成31年3月1日現在

人口 108,520人 (-100)  
男 53,236人 (-72)  
女 55,284人 (-28)  
世帯 43,436世帯 (-38)  
( )は対前月の増減

### 今月の税・料金の納期

国保税	市農民税	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7日(火)

## vol. 49 どみナビ

土にバック!生ごみを効率的にダイエツト

家庭から出るごみの約半分は生ごみです。生ごみ処理機やコンポストを使うことで、効率的に減らすことができます。

生ごみ処理機・コンポストなどの設置に対し、市の補助制度がありますのでご利用ください。



**☎** エコロジー推進課 ☎24・8069



中川真依の



## 東京オリパラ

東京オリンピック・パラリンピック開催まで

あと **1**年 **3**ヵ月



## アスリートの食事

アスリートは、高い目標を達成するために、24時間365日競技中心の生活を送っています。今月は、そんなハードな日々を過ごす選手の食事についてお話しします。

一般的にスポーツには健康的なイメージがありますが、アスリートが行うスポーツは体を酷使し常にけがと隣り合わせです。そこで、けがをしない強い体をつくるための食事がとても重要になってきます。

日本では食べ物が充実しており、食について迷ったり困ったりした場合は専門家にアドバイスをもらうことができますが、海外に行くと日本にいるときのように食事環境が整っているわけではありません。国によっては不衛生な環境で、慣れない味付けや栄養の偏ったものが食卓に並ぶことが多くあります。日本から調味料や補食(アスリート用の間食)を多少持っていくことはできますが、基本的にはその国で提供されたものの中から、自分が必要とする栄養素をきちんと選択しなければいけません。栄養のことや、どのタイミングで何を食べるかを日頃から意識し自分の体と向き合うことは、ベストパフォーマンスを発揮する上で必要不可欠です。

早い時期から食の大切さを学び、バランスを考えて食べることを日々の習慣にしていけることが、トップアスリートへの第一歩だと思います。

問い合わせ スポーツ育成課 ☎24・8139



お旅まつりで外国人を案内してみませんか?

## 通訳ボランティア募集

5月に開催される「お旅まつり」には毎年多くの外国人が訪れます。海外からのお客様に英語でお旅まつりの歴史や風習などを紹介し、小松市の魅力を伝えてみませんか。



▲外国人を案内する通訳ボランティア

### ○事前講座

**とき** 4月23日(火)昼の部：13時30分～15時 夜の部：19時30分～21時

**ところ** 小松市国際交流協会(こまつまちづくり交流センター内：小寺町乙80-1)

**内容** お旅まつりに関する知識や、日本文化の紹介で使える英語表現を学びます。

**講師** 小松市国際交流員 ティオ・キンバリー

**参加費** 無料

### ○お旅まつり 英語ツアー

**とき** 5月11日(土)10時～15時(1回30分程度)

**集合場所** JR小松駅前

**内容** 外国人と一緒にまち歩きをしながら、英語でお旅まつりや日本文化について説明します。

**申し込み** いずれも4月22日(月)までに観光文化課 ☎24・8076



## 春です、さくらまつりへ出掛けませんか

**＊木場潟公園**  
◎桜のライトアップ  
とき 4月1日(月)～14日(日)  
18時～21時  
◎木場潟公園「春の宴」  
とき 4月6日(土)13時～15時  
ところ 中央園地メモリアル広場  
内容 和太鼓演奏、ウォーキング大会  
(8時30分からメダカハウスで受付、9時45分スタート)、飲食コーナーなど  
☎ 木場潟公園協会 ☎43・3106

**＊粟津公園**  
とき 4月7日(日)10時～  
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



### 苔玉づくり教室

とき 4月25日(木)13時～14時30分  
ところ 国府公民館  
定員 15人(先着順)  
参加費 700円(材料費500円、受講料200円)  
持ち物 小皿、軍手  
申し込み 4月19日(金)までに国府公民館 ☎47・0342

### グラウンドゴルフ基礎・マナー講習会

とき 4月26日(金)9時～12時 ※雨天時は講習のみ  
ところ 市民センターマルチスタジオ及び多目的広場A・B  
定員 30人(先着順)  
参加費 500円(グラウンドゴルフ練習3回無料券付き)  
持ち物 グラウンドゴルフクラブ・ボール(貸し出し可)、飲み物など  
申し込み 市民センター ☎24・6101

### 茶道教室

とき 4月～9月の第1・3金曜日13時30分～15時30分(全12回)  
ところ 公会堂  
定員 20人(先着順)  
参加費 4,000円(全12回分)  
申し込み 4月1日(月)から公会堂 ☎22・3141

### キーボード教室

とき 4月～9月の第2・4金曜日10時～11時30分(全12回)  
ところ 公会堂  
対象 60歳以上の人  
定員 15人(先着順)  
参加費 4,000円(全12回分)  
申し込み 4月1日(月)から公会堂 ☎22・3141

### 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1回につき200円助成します(当該年度内のいつでも利用可能。最大12回で、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 4月1日(月)から各浴場(4月のみ)、いきいき健康課、駅前行政サービスセンター、南部行政サービスセンター、行政連絡所(取り次ぎのみ)、4月15日(月)からすこやかセンター※各施設の休業日を除く  
持ち物 身分証(保険証、運転免許証など)  
☎ いきいき健康課 ☎24・8161

### 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。  
飼い犬には首輪を装着し、飼い主の明示をお願いします。  
集合注射料 3,100円/頭  
新規登録料 3,000円/頭  
☎ いきいき健康課 ☎24・8056

### 行事・募集

#### 障がい児親子水泳教室

とき 4月13日、20日、27日、5月11日、25日(いずれも土曜日)9時15分～10時(全5回)  
ところ 小松屋内水泳プール(幼児プール)  
対象 以下を全て満たす人  
○幼児(オムツをしていない)～小学生  
○保護者同伴で保護者も入水できる親子  
○障害者手帳またはそれに準じた証明書を持っている人  
○水泳教室参加について医師の承諾を受けた人  
定員 15組(先着順)  
参加費 2,000円(全5回分、プール入場料を含む)  
持ち物 水着、キャップ、ゴーグル  
申し込み 4月8日(月)9時から小松市スポーツ協会 ☎23・5961(電話受付のみ)

### 医療・福祉

#### 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月～7月、8月～11月、12月～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、駅前行政サービスセンター、南部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

### 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、4年を上限に、月額7万5000円～10万円(最終年は月額4万円増)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  
パソコン、医療事務などの講座を受講した場合、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。看護師などの資格取得講座の場合は、4年を上限に年額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

### 「外国人サポートデスク」を設置しています

市民サービス課内に、外国人住民がスムーズに行政手続きを行える外国人サポートデスクを設置しています。ポルトガル語通訳者1人が常駐するほか、テレビ電話を利用した7カ国語通訳が可能です(英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、タイ語、ベトナム語)。  
時間 月～金曜日8時30分～17時(祝日、年末年始を除く)  
☎ 外国人サポートデスク(市民サービス課内) ☎24・8231

### 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。学生証などを持参し、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。  
☎ 医療保険サポートセンター ☎24・8060 小松年金事務所 ☎24・1791

### ゆうちょ銀行、郵便局での窓口納付

これまで、ゆうちょ銀行・郵便局の窓口で納付するには、専用の用紙が必要でしたが、4月から、北陸3県のゆうちょ銀行・郵便局で金融機関、コンビニなどと共通の納付書で納付できるようになりました。  
納付できる税・保険料 市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料(納付できるのは、4月以降に届く納付書で裏面「納めていただくところ」に、ゆうちょ銀行・郵便局と記載があるもの)  
☎ 納税課 ☎24・8034

### こくほ人間ドック・脳ドックの申し込みについて

◎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2020年3月31日までに人間ドックは30歳～74歳になる人、脳ドックは40、45、50、55、60、65、70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2020年3月31日までに75歳になる人(75歳以上は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)  
※「人間ドック・脳ドック」と「はつらつ健診(特定健診)・長寿健診」は、同じ年度内で両方を受診できません。どちらかを選択の上、申し込んでください。  
申し込み 4月1日(月)からいきいき健康課 ☎24・8056

ドックの種類		個人負担
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

◎オプション項目(国保のみ)

種類	個人負担	対象者
歯科口腔健診	700円	30～74歳になる人
骨粗しょう症検診(女性のみ)	300円	
MCI(軽度認知障害)スクリーニング検査(※)	3,000円	47.52.57.62歳になる人

(※)軽度認知障害のリスクを判定する血液検査

## 観光ボランティアガイドとめぐる小松

- ◎加賀百万石ウオーク
- ①芭蕉ゆかりの小松を歩いて  
とき 4月の毎日9時～15時の間で希望に応じて2時間30分程度  
集合場所 市役所またはJR小松駅  
参加費 500円(建聖寺、多太神社宝物館入館料)
- ②新緑の那谷寺を訪ねて  
とき 4月の毎日9時～11時の間で希望に応じて1時間程度  
集合場所 那谷寺入口  
参加費 600円(拝観料)
- ③浮島の小松天満宮を歩いて  
とき 4月の毎日9時～15時の間で希望に応じて1時間程度  
集合場所 小松天満宮駐車場  
参加費 無料  
定員 いずれも15人(先着順、最少実施人数2人)  
申し込み 開催3日前までに(一社)こまつ観光物産ネットワーク ☎21・8208
- ◎小松駅駐在観光ボランティアガイド  
とき 4月の毎週土・日曜日9時30分～15時  
内容 小松駅周辺を希望に応じて案内  
参加費 無料(拝観料が必要な場所もあります)  
そのほか 事前予約も受け付けます。  
申し込み (一社)こまつ観光物産ネットワーク ☎21・8208

## 危険物取扱者試験

試験日・会場 5月19日(日)市民センター、26日(日)石川県地場産業振興センター  
試験種類 甲種・乙種・丙種  
願書受付 4月4日(木)～11日(木)に金沢市彦三町2-5-27 名鉄北陸開発ビル7F消防試験研究センター石川県支部 ☎076・264・4884  
願書配布場所 消防本部、南消防署  
☎ 消防本部中消防署 ☎20・2712

## そのほか

### 2月の寄付(敬称略)

- ▽社会福祉へ 石崎和枝(河田町)  
▽こども福祉基金へ (有)吉田運輸建設(島田町)

## はながっこう フローラルこまつ花楽校

教室名	開催日	時間	場所	定員	参加費
① 園芸スクール～園芸の基礎を習得～(全6回)	4月17日(水)	10時～11時	第一コミセン	30人	3,000円(年間材料費)
	6月5日(水)				
	7月3日(水)				
	9月11日(水)				
② 花の育て方基礎講座	11月6日(水)	市役所7階会議室	20人	無料	
	12月18日(水)				
③ 種団子づくり	4月26日(金)	10時～14時	芦城公園(藤見の会会場内)	なし	

申し込み ①②定員に達するまで、③当日受付 緑花公園センター ☎24・8102

## ～こまつオープンガーデン2019～スタート

庭主のご厚意により、花の見頃に合わせて市内の庭が公開されます。時期や場所などの詳細はガイドブック(緑花公園センターなどで配布、市ホームページでも公開)をご覧ください。花の見どころも紹介しています。  
☎ 緑花公園センター ☎24・8102



## 子どもスポーツ大学(幼児コース)

とき 5月18日～7月13日の毎週土曜日  
①コース：9時～10時30分 ②コース：11時～12時30分(①②ともに全7回)※6月1日、29日は除く  
ところ 松陽地区体育館、板津地区体育館のいずれか  
対象 市内在住の年長児  
定員 各コース30人(応募多数の場合は抽選)  
参加費 無料  
申し込み 4月26日(金)までに北陸体力科学研究所 ☎47・1214  
☎ 小松市まちづくり市民財団 ☎23・5961



## 手話入門講座

とき 5月9日～10月10日の毎週木曜日  
19時30分～21時  
ところ 第一コミセン  
対象 市内在住または在勤の人  
定員 20人程度(先着順)  
参加費 無料(別途テキスト代3,240円)  
申し込み 4月26日(金)までにふれあい福祉課 ☎24・8052

## お旅まつり歌舞伎市出店・出演者募集

とき 5月11日(土)、12日(日)  
ところ 小松中心商店街  
内容 ①グルメ Tent 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  
申し込み 4月11日(木)までに①はカブッキータウンこまつ(10時～17時) ☎24・8200、②③は小松中心商店街振興組合連合会(13時～17時) ☎24・4005

## 第20回こまつまちなみ景観賞募集

- すてきな町並みを見つけませんか。  
○まちなみ部門 周辺の町並みと調和し、優れた景観づくりに貢献している、または、デザインなどを工夫して、周辺景観の魅力を高めている通りや建築物など  
○まちづくり活動部門 まちづくり協定などにより、魅力ある町並み景観の創出や保全に継続して取り組んでいる団体  
○広告部門 町並みや自然景観と調和した広告物(PR看板、のれん、モニュメントなど)  
○夜間景観部門 自然や歴史的町並みなど周辺の特性に応じた良好な夜間景観を演出するもの(ライトアップ、イルミネーションなど)  
応募方法 自薦・他薦を問わず、何点でも応募可。応募用紙に状況を把握できる写真などを添付して郵送、持参またはメールで。詳細は市ホームページをご覧ください。  
応募期限 7月31日(水)  
応募先 〒923-8650 小馬出町91 こまつまちなみ景観賞実行委員会事務局(まちデザイン課内) ☎24・8099 ☎24・8189 ✉toshikei@city.komatsu.lg.jp

## 中ノ峠物産販売所 春の峠まつり

とき 4月28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・押し寿司、岩魚のつかみ取り(子供のみ)、うどん、そば、地元新鮮野菜の販売  
☎ 中ノ峠物産販売所 ☎47・5263  
農林水産課 ☎24・8079

## 新緑の奥城山登山

とき 5月5日(日)9時～15時  
集合場所 大杉みどりの里  
対象 小学3年生以上の親子、70代までの健康な人  
定員 20人(先着順)  
参加費 無料  
持ち物 弁当、飲み物、雨具  
そのほか 下山後は大杉みどりの里で入浴できます。  
申し込み 4月30日(火)までに大杉みどりの里 ☎46・1812



## 小松市スポーツ教室(春季)

教室名	開始日	曜日	時間	回数	場所	対象・定員	受講料
レディース・スポーツ	4月8日	月	10時～11時30分	12回	義経アリーナ(末広体育館)	女性・50人	5,000円
末広健康	4月9日	火	9時30分～11時	12回	義経アリーナ(末広体育館)	60歳以上・60人	3,500円
南部健康	4月10日	水	10時～11時30分	12回	小松サン・アビリティーズ	60歳以上・50人	3,500円
小松健康	4月12日	金	9時30分～11時	12回	義経アリーナ(末広体育館)	50歳以上・80人	3,500円
成人水泳(火曜コース)	5月14日	火	10時30分～12時	10回	小松屋内水泳プール	60人	5,500円
成人水泳(金曜コース)	5月10日	金	19時30分～21時	10回	小松屋内水泳プール	60人	5,500円
ピラティス	4月8日	月	19時30分～20時30分	10回	弁慶スタジアム(末広野球場)	女性・25人	5,000円
エアロビクス	4月11日	木	19時30分～20時30分	10回	市民センター	50人	5,000円
シェイプアップボクシング	4月19日	金	19時30分～20時30分	10回	市民センター	50人	5,000円

申し込み いずれも先着順。小松市スポーツ協会 ☎23・5961

賢い消費者になろう

# 消費せいかつ

VOL. 118

問い合わせ

あんしん相談センター ☎24・8071  
消費者ホットライン ☎188

## 改元に便乗した送り付け商法にご注意!



**事例** 見知らぬ事業者から「平成から年号が変わるので、天皇陛下の写真集を買わないか」と電話勧誘があったので断った。後日、写真集が自宅に届き、開封してしまっただけで、代金を支払わなければならないか。

### トラブル回避のポイント

- ◆天皇陛下の退位に便乗し、写真集や絵画などを販売する電話勧誘があり、断ったのに商品が送られてきたという相談が寄せられています。
- ◆中身の確認のために梱包を解いただけでは、商品の使用・消費には該当しません。注文していないのに送り付けられた場合、代金の支払い義務は生じません。
- ◆なお、電話で勧誘され注文してしまった場合も、クーリング・オフが適用できる場合があります。

## 市民相談

4/1 ▶ 5/10

※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。

	とき	ところ	問い合わせ
弁護士 (予約制1日5人) 同一案件 年1回限り	4/3,10,17,24,5/8 いずれも水曜日	あんしん相談センター 南部行政サービスセンター 駅前行政サービスセンター 第一コミセン	(予約先) もしもしセンター ☎20・0404 ※相談日の1週間前から予約可
	4/25(木)		
	4/16(火)		
	4/9(火)		
くらし困りごと相談	4/4,18 いずれも木曜日	あんしん相談センター 南部行政サービスセンター 駅前行政サービスセンター	あんしん相談センター ☎24・8070
	4/9(火)		
	4/25(木)		
交通事故	4/23(火)	あんしん相談センター	あんしん相談センター
登記	4/12,5/10いずれも金曜日		
クレサラ・多重債務 (弁護士相談)	4/12,26,5/10いずれも金曜日※前日までに要予約	あんしん相談センター	あんしん相談センター ☎24・8070
司法書士 (成年後見含む)	4/19(金)※当日9時から予約可		
社会保険 労務士	4/26(金)	あんしん相談センター	あんしん相談センター
公証人	4/16(火)		
行政書士	4/1(月)	あんしん相談センター	あんしん相談センター
消費生活	月～金曜日		

	とき	ところ	問い合わせ
DV・性暴力	月～金曜日	9時～17時 あんしん相談センター	小松市パープルほっとライン ☎24・8178
心配ごと	毎週土曜日	13時30分～15時30分 社会福祉協議会	社会福祉協議会 ☎22・3354
結婚	毎週土曜日	13時30分～15時30分 社会福祉協議会	社会福祉協議会 ☎22・3354
家族会介護	第3金曜日		
教育相談 不登校相談 発達相談	全般	月～金曜日	9時～17時 教育研究センター ☎24・8124
		第3土曜日	9時～12時 教育研究センター
	発達	月～金曜日	9時～17時 発達支援センターえぶりい ☎24・8434
	教育	月～金曜日	9時～16時30分 小松みどり分校 ☎24・0103
小松こころの電話相談	高校生	月～金曜日	9時～16時 やすらぎ小松教室(小松北高校横) ☎23・6669
		毎日	13時～17時 小松こころの電話 ☎24・5556

市民相談年間カレンダーを市ホームページに掲載しています。

# 子育て&健康づくり

## 今月の Happy Smile ハッピースマイル

矢田野町

ゆの  
前川 悠乃ちゃん  
(1歳)



### 健康づくりの相談・教室 予約制

- いきいき健康課 ☎24・8161
- 保健師・管理栄養士による健康相談  
とき 月・水・金曜日(祝日除く)13時15分～15時15分  
ところ 市役所1階
- 心理相談員によるこころの相談  
とき 4月11日(木)、5月9日(木)いずれも13時～または14時40分～  
ところ 市役所1階
- 血管若返り運動教室  
とき 4月17日(水)13時30分～15時  
期間 6カ月(月1回)  
ところ 第一コミセン  
内容 自宅のできる筋力運動、有酸素運動、健診結果・運動効果の説明  
対象 40～74歳で、平成29年度以降の健診結果が要指導、要医療の人  
持ち物 健診結果、運動靴、飲み物、タオル、運動できる服装

### 母子の相談・教室

- すこやかセンター 予約☎21・8118
- 育児相談  
とき 4月15日(月)、5月13日(月)いずれも9時30分～11時  
ところ すこやかセンター
- 両親学級 予約制  
とき 4月19日(金)19時～21時  
ところ すこやかセンター  
内容 赤ちゃん人形を使つての抱っこやもく浴(お風呂の入れ方)体験、栄養士による食事の講話、妊婦体験ジャケット試着(希望者)  
対象 妊娠中期ごろの妊婦とその夫  
定員 18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

### 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(受付は11時30分まで)、13時～22時30分 ※4月27日(土)～5月6日(月)は15ページをご覧ください。

## 小松市交通安全標語 最優秀作品を決定

2,327点の応募作品の中から最優秀作品6点を選びました。今後、交通安全広報活動などに使用していきます(敬称略)。

- ◎小松市長賞  
「急いでも とび出し禁止 待つ待つ待つ」 井幕宇宙(安宅小)
- ◎小松市議会議員賞  
「いそいそでも 心のブレーキ わすれずに」 北虎太郎(符津小)
- ◎小松警察署長賞  
「あわてるな 急ぐ時こそ お・も・い・や・り」 内藤涼月(中海中)
- ◎小松市交通安全協会連合会長賞  
「あおらない 運転中も 気遣いを」 本山真唯(小松短期大学)
- ◎小松市安全運転管理者協議会長賞  
「事故防ごう 広い『こころ』と『車間距離』」 杉本太基(北陸電力㈱小松電力センター)
- ◎グッドマナーこまつ賞  
「運転中 車もスマホも マナー優先」 清水智己(村井索道株式会社)

## 2019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、大学院卒は28歳未満の人  
試験日 1次:5月11日(土)、12日(日)※12日は飛行要員のみ 2次:6月11日(火)～14日(金)のうち指定する1日  
申し込み 5月1日(水)までに自衛隊小松地域事務所(小松商工会議所内) ☎24・5180  
市民サービス課 ☎24・8066

## 乾燥肥料「すくすく」の販売

価格 1袋(10kg)100円  
そのほか 予約販売も行っています。詳しくはお問い合わせください。  
市民サービス課 ☎24・5300