



◇**気の緩みは禁物です 引き続き感染対策を!**◇

○マスクの着用 ○3密を回避 ○こまめな換気

「**熱中症**」を予防するために

本格的な暑さに備えて日常生活の中で**適度な運動**や**湯舟に入浴**をして汗をかき、体を暑さに慣れさせましょう。



涼しい服装

日傘・帽子

日陰を利用

水分・塩分補給

暖かくなって庭木も伸びてきましたね

電線や道路に伸びた枝は、適宜お手入れをお願いします。

また、そろそろ毛虫なども増えてくる季節です。消毒など早めに対処しましょう。

山室地区環境保健衛生連合会



南保健福祉センターからのお知らせ

**がん検診を受けましょう**



新型コロナウイルス感染症予防のため、できるだけかかりつけ医等の指定期間での個別検診をお勧めしています。

集団がん検診日程(子宮・乳)★予約制★

6月24日(金) 山室地区センター 受付時間  
11月25日(金) // 13:00~14:00

9月17日(土) 富山市保健所 受付時間  
12月3日(土) // 8:30~9:30

○対象者の方には、5月上旬に受診券が送付されます。  
○集団検診を受診する場合は、電話もしくはインターネットで予約をしてください。

※問い合わせ・予約先

南保健福祉センター ☎428-1156

**参加者募集のお知らせ**

お問い合わせ・お申し込みは山室公民館 ☎423-5979へ

※マスク・消毒・3密を防ぐなど、感染予防対策を行って開催します。  
※新型コロナの感染拡大状況によっては、内容を変更する場合があります。

**初夏の寄せ植え教室**

ホームガーデニングで  
おうち時間をもっと楽しく!

日時 5月24日(火) 13:30~14:30

会場 山室公民館 大ホール

内容 夏に元気に咲くお花を植えこみます。  
ガーデニングのコツや管理の仕方も学びましょう。

募集 20名  
(5月11日(水)9:00から受付開始  
定員になり次第締め切り)

参加費 1,000円(当日集金)

花苗・用土・肥料・プランター代を含みます

主催 山室校下ふるさとづくり推進協議会



**やまむろちい散歩**

今回は「山室町内」  
4.5kmコース

日時 5月31日(火) 小雨決行

9:30~11:30予定 9:20までに地区センター集合

内容 山室地域をみんなでのんびりウォーキング  
目的地 馬頭観音像・江口神社では講師よりお話と参拝  
講師 馬渡 祐一氏  
募集 20名(定員になり次第締め切り)

服装等 歩きやすい服装・シューズ・できればリュック  
タオル・雨具(必要なら)をお持ちください。  
お茶はご用意します。

ゴールの山室地区センターで完歩賞を進呈!

主催 山室校下社会福祉協議会



**富山市外国人ワンストップ相談窓口**

外国人の方が安心して暮らせるように、様々な  
困りごとを多言語で相談できる窓口です。

**Toyama City Foreign Resident  
Consultation Desk**

生活の中で困ったこと、知りたいこと(在留  
資格、雇用、医療、福祉、出産・子育て・子  
どもの教育など)が相談できます。

【受付時間】10:00~20:30

【相談窓口の場所】富山市新富町1-2-3

CiCビル3階 富山市国際交流センター内

【電話】076-444-0642

For any problems you may have living in Toyama,  
we offer consultations on matters such as  
residence status, employment, medical care,  
welfare, and caring for children etc.

Hours: 10:00 to 20:30

Consultation Desk Location:

Toyama City International Exchange Center  
CiC Bldg. 3F, 1-2-3 Shintomi-cho, Toyama City

Tel: 076-444-0642 <http://www.tca-toyama.jp>

「いざというとき」に  
大きな支えとなるものは...

山室校下社会福祉協議会では、今年度  
214人の皆さまに福祉推進員を委嘱いた  
しました。

町内活動の際などに、ご近所同士での  
ちょっとした声かけや見守りをお願いし  
ます。日ごろからの交流を大切にして

「住みよい山室地域」を

育んでいきたいですね。

福祉推進員の皆さま、

どうぞよろしく

お願いいたします。



新緑がまぶしい季節になりました。  
いよいよ、新年度の事業が本格的にスタートしますね。  
どの団体も、コロナの感染予防対策をしつつ、  
創意工夫をされての活動になると思います。  
今年度も皆様のご参加を心よりお待ちしております。  
一緒に楽しいひとときを過ごしましょう。(編集室)



**脳トレに挑戦!**

①穴埋めクイズ

◆に共通の文字を入れて  
言葉を作りましょう。

◆**んた**◆**じあ**◆

②正しい言葉に直す

バラバラの文字を並べかえて  
正しい言葉に直しましょう。

ろんそば

□□□□

うんばこ

□□□□

マイータ

□□□□