



なかのと

広報



10 2014
October
No.116

意識高める
防災訓練



【目次】

- ②高めよう防災意識
- ⑥なかのとニュース

【今月の表紙】

初期消火訓練（水白区）

高めよう防災意識

災害は、いつ、どこで起こるか分かりません。地震や台風だけでなく、8月に広島市で発生した土砂災害のように、大雨によって甚大な被害となるケースもあります。災害は一瞬にして、私たちの生活を大きく変えてしまう恐れがあります。しかし、日頃の備えによって、被害を予防・軽減することはできます。

災害が発生した時、真っ先に力を発揮するのは、自分自身や地域の人たちです。日常生活の中で、普段から住民同士がつながりを持ち、災害時の行動などを想定したりすることはとても重要です。災害による被害を少なくするためには、日頃からのようなことに取り組み必要があるのでしょうか。

自助 自分で守る

自助とは、いざというとき自分や家族を守るために、自分自身で、家族全員で備えることを指します。

① 家の中を安全にする
地震が起きたとき、家具の転倒・落下によってケガをしたり、避難経路がふさがれてしまったりします。L字金具などを使って柱や壁に家具を固定したり、家具の配置を工夫したりして安全なスペースを確保しましょう。

② 家の周囲の危険度を確認する
広島市の土砂崩れは記憶に新しいところです。みなさんは、自分が住んでいる地域がどのくらい危険なのか把握しているでしょうか。町が作成した土砂災害ハザードマップで危険度だけでなく、指定の避難場所も確認しておきましょう。

③ 家族との連絡方法を決めておく
災害が発生したとき、最初に心配になるのが家族や友人の安否です。自宅が被災した場合、近くの避難場所などを家族の集合場所として決めておきましょう。身動きがとれず、家族の集合場所に行けない場合は、電話会社の提供する固定電話向けの

「災害用伝言ダイヤル」や、ケータイ電話向けの「災害用伝言板」などのサービス、メールやソーシャルネットワークキングサービスを組み合わせれば連絡を取れる確立が高まります。

④ 非常持出品、備蓄品を準備する
大規模災害が発生し、ライフラインがストップした時に備えて、3日以上分の水や食料などを備蓄しておきましょう。災害発生時に使用するヘルメットや懐中電灯などの非常持出品も、家族状況に合わせて準備しましょう。

⑤ 避難に関する3つの情報を知る
風水害や土砂災害などの危険が居住地にせまっている場合、町はその深刻度に応じて3段階の情報を発令します。

避難準備情報

・避難に時間のかかる高齢者やその支援者は避難開始

避難勧告

・対象地域のすべての住民は指定された避難場所に避難

避難指示

・対象地域の住民は避難を完了する・避難する余裕がなければ、命を守る最低限の行動をとる

災害時要援護者を支える

高齢者や子ども、障害者、傷病者、外国人など、周囲からの手助けが必要になる人を災害時要援護者（以下要援護者）と言います。危険を察知しづらい、危険であることを判断しにくかったり、適切な行動がとれないなどのハンディキャップを抱えています。災害発生時には自分や家族はもちろん、要援護者を積極的に支えましょう。

災害時の支援

① 適切に情報を伝える

周囲の状況を把握しにくい要援護者には、それぞれに合わせた情報伝達手段（筆談など）で現状や今後の見通しなどを伝えましょう。

② 協力して避難誘導を行う

すばやく避難行動を取ることが困難な要援護者には、複数の人間で対応することが大切です。緊急の際は、おぶって避難すること。目の不自由な人には腕や肩を貸しつつ声で障害物の存在を伝える。耳の不自由な人には口を大きく動かしてはっきり話し、筆談などで正確な情報を伝える。外国人には身振り手振りを交えて話しかけ、孤立させないようにする。

地域の防災訓練に参加しよう

地域や学校などで年に1回程度、防災訓練が行われていると思います。防災訓練は、いざというときに、あわてず適切な行動をとって、自らの生命を守り、地域の被害を抑えるという目的があります。

例えば、大地震や大雨によって裏

共助

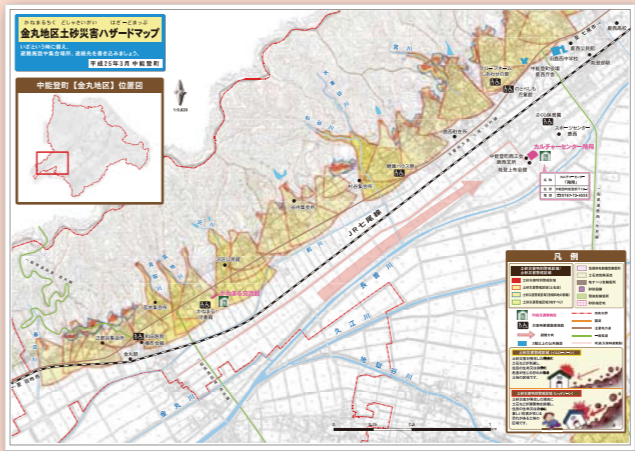
みんなで支える

共助とは、簡単に言えば「困ったときはお互いさま」の気持ちで助け合うことです。

災害による被害を減らすためには、地域住民や災害ボランティアを含めて助け合うことが不可欠です。

普段の地域のつながりが強ければ強いほど、いざというときの共助の力は、より確かなものになるはずですよ。

確認しよう 土砂災害ハザードマップ



土砂災害警戒区域に居住する世帯に全戸配布したもの。いくつかの地区ごとに作成し、次の情報が記載されている。

- ・土砂災害警戒区域（イエローゾーン）
- ・土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）
- ・町指定避難施設や避難方向を標記したものなど。

町ホームページでも確認できます。

中能登町 土砂災害ハザードマップ 検索



西馬場区長 池本 征一さん
区民の交流と並行して、楽しく防災意識を高められたらと実施しました

【西馬場区】
手軽にできる水消火器訓練を実施。



水白区長 平田 常男さん
実際に消火器やAEDを使ってもらう機会をつくってよかったと思います

【水白区】
区として避難訓練を行い、その後、消防職員とともに消火器体験とAED体験を行った。消火器は近づきすぎず、適度に距離を保つこと、火の根元



AED体験は音声による指示にしたがって器具を操作していった

に向かって噴射することが重要であることを学び、心肺蘇生法（AED体験）は機械が音声で指示してくれるとはいえ、心臓マッサージや人工呼吸をしながらの人命救助となるので、「一度でもやったことがある」かどうかは大きな違いとなる。
機会があれば将来への備えのひとつとして体験することをおすすめする。

インフルエンザ予防接種の費用を助成します

◆高齢者（対象者には10月11日までに接種券を送付します）

- 満65歳以上の人
- 60～64歳で身体障害者手帳1級（心臓・腎臓・呼吸器・免疫の機能）の人

- ▽接種期間 平成26年10月14日（日）～平成27年1月23日（金）
- ▽自己負担額 1回500円（生活保護世帯の人は全額免除）
- ▽町助成額 1回3,210円



◆13歳未満（接種時点の年齢）

助成を受けるためには事前に申請が必要です。
保健センター「すくすく」へお越しください。助成券を発行します。
医療機関へは、必ず「助成券」を持参して接種してください。

- ▽接種期間 平成26年10月14日（日）～平成27年1月23日（金）
- ▽自己負担額 接種費用から助成額1,000円を差し引いた額（接種金額は医療機関によって異なります）
- ▽町助成額 1回1,000円（1人2回まで）

健康診査、もう受けましたか？

健康状態を知ることが、病気の予防の第1歩！
対象の方で受診がまだでしたら、ぜひお越しください。

これからの集団健診

月日	受付時間	場所	健診種類
10月7日（日）	8:30～10:30	保健センター「すくすく」	○がん検診 ・胃がん（65歳以上の希望者はペプシノゲン検査有） ・大腸がん
10月10日（金）	8:30～10:30	カルチャーセンター飛翔	・肺がん・結核検診
10月15日（水）	8:30～10:30	ラピア鹿島（保健センター）	【午前】 ○特定健診・肝炎検査 ○がん検診（胃・大腸・肺・前立腺）
	13:00～14:30		
10月18日（土）	8:30～10:30	カルチャーセンター飛翔	【午後】 ○女性がん検診（子宮・乳・大腸） ○骨密度測定
	13:00～14:30		
10月22日（水）	8:30～10:30	保健センター「すくすく」	
	13:00～14:30		
11月9日（日）	8:30～10:30	ラピア鹿島（保健センター）	○特定健診・肝炎検査 ○がん検診（胃・大腸・肺・前立腺）

日程を追加しました

持ち物 ○特定健診・後期高齢者健診 … 保険証、受診券
○がん検診 …… 受診者負担金、胃・子宮・乳がん検診の受診票（お持ちの方）
（※受診票は胃・子・乳がん検診予約済みの方へ検診機関より送付されます。）

受診者負担額

- 胃がん 500円
- 大腸がん 300円
- 前立腺がん 400円
- 子宮がん 400円
- 乳がん 500円

※30歳代の乳がん検診は視触診のみで無料となります。
※肺がん検診喀痰検査の対象となる方で、受診を希望する場合、別途300円かかります。

☆医療機関で受けられる健診もあります。詳しくは「平成26年度健康診査のご案内」（5月下旬配布）をご覧ください。

▶▶▶ 閩保健センター「すくすく」 ☎74-0797 FAX 74-0223

HEALTH

健康ひろば

予防接種が変わります

10月1日から、次の2つの予防接種が定期予防接種となり、町が発行する接種券で接種できることとなりました。

①【成人用肺炎球菌予防接種】（65歳以上）



▽肺炎球菌とは

鼻やのどの奥につきやすい細菌で、肺炎、気管支炎、中耳炎、髄膜炎等の「肺炎球菌感染症」を引き起こす。

特に65歳以上の高齢者や免疫力が低下している人に発症しやすい。

▽対象者

- 平成26年度末において65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳以上の人
- 60～64歳で身体障害者手帳1級（心臓・腎臓・呼吸器・免疫の機能）の人

▽接種期間 平成26年10月14日（日）～平成27年3月31日（日）

▽自己負担額 1回 1,000円（生活保護世帯の人は全額免除）

▽町助成額 1回 6,890円

※対象者は平成26年度から30年度までの5年間は65歳～100歳の5歳刻みの年齢になる人となります。5年経過後の対象者は未定であり、今後の接種状況等を踏まえて国で決定されますが、現時点では、今年度の対象者が町が発行する接種券で予防接種を受けられる機会は今回のみとなります。

対象者には10月11日までに接種券を送付します。
詳しくは、郵送された案内をごらんください。

②【水痘予防接種（水ぼうそう）】



▽対象者

- 1歳誕生日～3歳誕生日前日の人（2回接種）
- 3歳誕生日～5歳誕生日前日の人（1回接種：ただし平成27年3月31日まで）
- ※平成27年4月1日からは、3歳誕生日時点で対象外となります。

▽接種期間 平成26年10月1日（日）からの開始となります。

▽町助成額 1回 8,910円（自己負担はありません）

※すでに、任意（自費）で接種を済ませられている人や、水痘（水ぼうそう）にかかったことがある人は、この定期予防接種の対象とはなりません。
ただし、2回接種の対象者で、1回のみ任意で接種している人は残りの1回を接種できます。

対象者には9月中にご案内又は接種券を送付します。
詳しくは、郵送された案内をごらんください。

▶▶▶ 閩保健センター「すくすく」 ☎74-0797 FAX 74-0223

お知らせ

目が見えにくくて困っていませんか？
福祉相談会開催します

閻住民福祉課（鹿西庁舎） ☎ 72 - 3135

ご家庭や職場、外出先で、目が見えにくくて悩んだり困ったりしていませんか。そんな人のための相談会を開催します。「書類の細かい文字が読めない」などのご相談に応じます。
ご家族と一緒に、お気軽にご参加ください。

- ▶日時 10月9日 日 13:30～16:30
- ▶会場 社会福祉センター 大ホール
- ▶内容 相談会のほかに、音声時計、拡大読書器、遮光眼鏡など体験することができます。
- ▶参加費 無料

※当日、送迎を希望する人は、10月1日 日 までにお申し込みください。

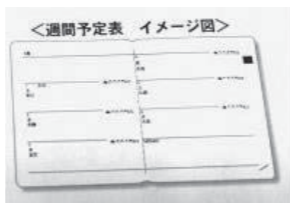
お知らせ

ビジネスに・暮らしに役立つ
石川県民手帳予約受付中

閻企画課（鳥屋庁舎） ☎ 74 - 2806

2015年版の石川県民手帳の予約を付けています。広くて使いやすい週間予定表や統計データ、官公庁窓口など役立つ情報満載。県内各市町のおすすめ行事も盛りだくさん。アイデア次第で楽しくご利用できます。

- ▶発行日 11月上旬
- ▶価格 450円
- ▶申込先 中能登町役場企画課（鳥屋庁舎）
- ▶申込方法 電話にて
- ▶申込期限 10月31日 日
- ▶引渡期間 11月上旬から引渡しを開始しますので、企画課（鳥屋庁舎）までお越しいただき、手帳と引き換えに代金をお支払いください。



平成26年度 北信越・全国
中学校総合大会結果

平成26年度北信越中学校総合競技大会と全国中学校体育大会の入賞者を紹介します。

- 北信越中学校総合競技大会
8月6日・7日（新潟県内）
- ▶ソフトテニス 女子個人
3位 横山 凜・宮下こころ（全国大会出場）
5位 濱田夏帆・藤岡佑衣
 - ▶卓球 男子個人
5位 畑 直希（全国大会出場）
 - ▶陸上 男子800m
5位 田幡裕太郎

- 全国中学校体育大会
8月17日～26日（四国主会場）
- ▶ソフトテニス 女子個人
ベスト8 横山 凜・宮下こころ

コープいしかわと
地域見守り協定を締結

8月25日に生活協同組合コープいしかわと「地域見守りに関する協定」を締結しました。調印式では杉本栄蔵町長と長谷川隆史理事長が協定書にそれぞれ署名、押印しました。協定内容は、コープいしかわの宅配業務中に、住民の異変を察知した際、町へ連絡通報していただくことを目的とするものです。



杉本町長（左）と、長谷川理事長（右）

お知らせ

聞こえに不便を感じているかたに
生活教室・個別相談会

閻住民福祉課（鹿西庁舎） ☎ 72 - 3135

人生の途中で病気や何らかの原因で聞こえが悪くなったり、加齢によって聞こえにくくなったりしたかた、聞こえの問題を理解し、コミュニケーションについて一緒に考えてみませんか。

ぜひ、ご家族と一緒に、お気軽にご参加ください。

- ▶対象者 中能登町にお住まいの、聞こえに不便を感じている人や、その家族
- ▶会場 ラピア鹿島 健診ホール
- ▶日時 ① 10月7日 日
② 10月17日 日
※各日 10:00～15:00
- ▶参加費 無料

※当日、送迎を希望する人は10月1日 日 までにお申し込みください。

お知らせ

男性介護者の料理教室

閻地域包括支援センター（鹿西庁舎） ☎ 72 - 2697

ご両親や奥様の介護をされている男性の介護者のかたが行う料理教室を開催します。

料理のコツを楽しく学び、作った食事を囲んで情報交換しましょう。

- 1回だけの参加もOK！お気軽にご参加ください。
- ▶開催日 第1回 10月28日 日
第2回 11月25日 日
第3回 12月16日 日
- ▶時間 各回 10:00～13:30
- ▶場所 保健センターすくすく
- ▶参加費 1回 300円
- ▶申込期限 開催日の1週間前までに、地域包括支援センターに電話でお申し込みください。



男女共同参画川柳受賞作品発表

8月21日、男女共同参画推進員の会が設置する選考委員会において、13句の川柳が入選作品として選ばれました。日常の何気ない出来事を、五・七・五のリズムに合わせて、うまく表現されていること

最優秀賞
イクメンでママのしっしゅも笑顔
黒坂 寛
17歳でパパ、ママ、子どもの3人の顔が思い浮かぶ句である。男女共同参画の基本は家庭から育んでいくことが伝わってくる。

優秀賞
おまえやれやう言う貴男がすくやうて
堂口 敏治
選考委員全員が大笑いした一句。皆思いつく表現している。

入賞（順不同）
素敵だなママを助けるパパの家事
池上 辰也
父の背におんぶの赤ちゃん笑ってる
大谷 はる子
「オレするぞ」その一言が有り難い
清水 恵子
共に生き共に支えて共白髪
河原 もと
「出来たよ」とパパの参画子が真似る
滝 満代
共稼ぎパパの料理はママ以上
木下 精子
良き夫婦付かず離れずいい関係
ペンネーム おかーん
揃ったねみんな大好き参画おにぎり
三浦 春子
思いやり俺もやるよと家事仕事
山敷 嘉一
みな協力職場も家庭もよい未来
吉岡 絵里子

お知らせ

キレイで住みよい町に
秋のクリーン&グリーンデー

園保健環境課（鹿西庁舎） ☎ 72 - 3129

秋のクリーン&グリーンデーを実施します。より住みよい町づくりのため、みなさまのご協力をお願いします。

▶日時 10月26日 6:30～7:30

※小雨決行。荒天中止の場合は午前6時に音声告知端末でお知らせします。一部地域については異なる日に実施する場合があります。各地区の責任者に確認してください。

▶場所 中能登町内全域

▶その他 作業内容、作業場所などは各地区ごとで異なりますので確認してください。

お知らせ

年金事務所職員を名乗る
詐欺にご注意ください

園保健環境課（鹿西庁舎） ☎ 72 - 3129

年金事務所職員を装い、自宅へ電話し「3回ほど通知を送ったが手続きがないため電話した。給付金が入る。今日中にATMで受け取り手続きをして欲しい。」などと言って銀行へ誘導し、指定のフリーダイヤルに電話するようにとの指示があった事例が報告されています。

年金事務所の職員がこのようなケースで給付金の手続きを行うことはありません。

年金事務所の職員を名乗った訪問や電話で不審な点がありましたら、その場で対応せず、年金事務所へ確認するなど十分にご注意ください。

園七尾年金事務所 ☎ 53 - 6511

お知らせ

児童扶養手当の支給には
手続きが必要です

園住民福祉課（鹿西庁舎） ☎ 72 - 3134

児童扶養手当とは、父親又は母親と生計を同じくしていないひとり親家庭や、父親か母親のどちらかが重度の障害にある家庭に対して、石川県から手当が支給されるものです。

▶受給資格者

手当を受けることができる人は、次の条件にあてはまる「18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある児童」を監護している母または父等の養育者です。

- ・父母が婚姻を解消した児童
- ・父母のどちらかが死亡した児童
- ・父母のどちらかが重度の障害（国民年金の障害等級1級程度）にある児童
- （児童が年金の加算対象になっている場合は除く）
- ・母が婚姻によらないで懐胎した児童 など

▶手当を受ける手続き

手当を受けるには、住民福祉課（鹿西庁舎）で次の書類を添えて認定請求の手続きをしてください。その後、石川県知事の認定を受けることにより支給されます。

- ・戸籍謄本
- ・住民票謄本
- ・その他必要書類

詳しくは、住民福祉課（鹿西庁舎 72-3134）へお問い合わせください。

イベント

第10回中能登町スポーツ
レクリエーション祭2014

園生涯学習課（鹿島体育センター） ☎ 76 - 1848

【ウォークラリー】

▶日時 10月12日 8:00受付 9:00スタート

▶場所 町社会福祉センター前発着

▶コース 町社会福祉センター → ふるさと創修館 → 青「松尾神社」 → 黒氏「信光寺」 → 黒氏「八幡神社」 → 町社会福祉センター（ウォーキングをした後、各ポイントについてのクイズを解きます）

▶参加対象 どなたでも、1～4人のチーム編成で参加できます。

▶参加料 無料

【協賛大会】

10月12日

・町民ソフトボール大会（鳥屋小・旧中学校グラウンド）

・町民剣道大会（鹿島武道館剣道場）

・町民ソフトテニス大会（中能登中テニスコート）

10月13日

・町民駅伝大会（鳥屋庁舎前発着）

・町民グラウンドゴルフ大会（古墳公園とりや）

・ふれあいテニス（テニスコートとりや）

特別企画

町制10周年記念特別企画
中能登町オリジナル年賀状

園総務課（鳥屋庁舎） ☎ 74 - 1234

中能登町は平成27年3月1日に合併から10年目を迎えます。記念として町で制作した平成27年版オリジナル年賀状を販売します！地元のPRも兼ねて記念にいかがですか？

▶申込受付

10月1日～（限定枚数に達した時点で終了）

※ただし1世帯50枚まで

▶受付・販売場所

鳥屋庁舎総務課（電話でも受付できます）

☎ 74 - 1234

▶販売価格

1枚52円

▶販売開始日

11月17日

限定
1万枚



※デザインは一部変更になる場合がございます。

※写真は国指定史跡雨の宮古墳と石動山（大宮坊）です。

※インクジェット紙ではありません。

温もりのお手伝い、お見送り。

- 一般葬
- 家族葬
- 法要

FLORIA BISHO MEMORIAL PLAZA フローリア美翔 鹿南
〒929-1721 鹿島郡中能登町井田 29-5-1

24時間いつでも、どんなことでもお話しください。丁寧にお聞きします。総合受付 TEL.0767-53-8887



ソニー生命の学資保険

- ・貯蓄性の高さが自慢です！
- ・万一の場合は保険料払込免除！
- ・満期のタイミングと学資金額をご自由にお選びいただけます！

・みんなどうしてるの？
・いくら貯めてるの？
・知っておきたい助成金は？
・いつから始めようかしら？

皆さんの疑問をお聴かせください！

ソニー生命保険株式会社 金沢支社第7営業所
ライフプランナー（ファイナンシャルプランナー）
松永 敏明
〒920-0853 石川県金沢市本町1-5-2 リファール4F
TEL 076-265-6300 携帯 090-2370-9298
E-mail:toshiaki_matsunaga@sonylife.co.jp

SL14-1620-0093

イベント予告 あさ7時～

10/19日 詰め放題！
10月～11月の期間中
さくら保育園の
絵画作品展もあるよ
見に来てね☆

100円

なかのと朝市
「コーポとりや」隣りにて 毎週日曜開催

お知らせ

受付は10月1日(水)まで

「臨時福祉給付金」「子育て世帯臨時特例給付金」

閩住民福祉課 (鹿西庁舎) ☎ 72 - 3135

給付対象と思われる人に町から申請関係書類を送付しています。案内が届いた人は、同封の案内文書をよくお読みいただき、期限内に申請書類を提出してください。期限を過ぎると受付できませんのでご注意ください。

▶提出先 役場 鳥屋庁舎・鹿島庁舎・鹿西庁舎

▶提出期限 10月1日(水)

※受付時間は8:30～17:00(土日、祝日を除く)
 ※給付対象と思われる人…平成26年度の住民税(均等割)が課税されていない人(課税者に扶養されている人を除く)、平成26年1月分の児童手当(特例給付を含む)を受給している人

募集

中能登トレジャートレイルラン
ボランティアサポーター募集

閩企画課 (鳥屋庁舎) ☎ 74 - 2806

大会を元気に盛り上げてくださるボランティアサポーターを大募集しています。「スポーツを見るのは好きだけど、走るのはちょっと…」といった人、「何か協力したい!」といった、そんな皆様の応募を心よりお待ちしております!

▶日程 11月15日(土)・16日(日)

詳細については公式HPをご覧ください。

▶内容 ランナー誘導、受付、給水、後片付け等

▶応募方法 町トレジャートレイルランニング

公式HPボランティアより

http://nakanoto-trail.info/



生活相談

消費生活相談コーナー

閩企画課 (鳥屋庁舎) ☎ 74 - 2806

【事例】

公共機関を名乗る人から「あなたの個人情報が入りこまれている。2カ所は取り消せたが、1カ所(A社)だけは取り消せない。代理の人を立てる必要がある」という電話があり、ボランティア団体の人が代理人になってくれることになった。すると、A社から連絡があり、自分に割り振られている「番号」を教えられた。その後、代理人から「書類に書くのに必要」とその番号を聞かれ教えたとこ、A社から「番号を他に教えたのは違法行為になるため、社員が逮捕された。あなたが保釈金1千万円払うように」と求められ、宅配便で現金を送った。

【対策】

公共機関等をかたり「個人情報が入りこまれているので削除してあげる」などと持ちかけ、最終的にはお金をだまし取る手口が急増しています。こういった電話がかかってきたときは、すぐに電話を切ってください。一度お金を払ってしまうと取り戻すことは極めて困難ですので、絶対に支払ってはいけません。困ったときはお近くの消費生活相談窓口にご相談ください。

※独立行政法人国民生活センター発行見守り新鮮情報を一部編集し掲載しています。

閩町消費生活相談窓口 ☎ 74 - 2806

閩県消費生活支援センター ☎ 076 - 267 - 6110

お知らせ

高校生までの医療費を助成
申請手続きは1年以内に

閩保健環境課 (鹿西庁舎) ☎ 72 - 3129

町では、お子さんが高校を卒業するまでの間(満18歳に達する日以後の最初の3月31日まで)、医療費を助成しています。

▶申請先 保健環境課(鹿西庁舎) または、各庁舎窓口サービス

▶必要なもの ①受給資格証 ②領収書

③印かん(シャチハタ不可)

▶申請期限 診療を受けた月から1年以内

※病院、歯科、薬局など保険適用となる医療の自己負担分が対象です。

入院時の個室ベッド代や予防接種などの自費負担分は対象になりません。

※保育園や学校(通学途中、部活動中等を含む)でのけがで、医療費の自己負担額が1,500円以上の場合、保育園や学校を通じて日本スポーツ振興センターに申請してください。

(自己負担額の外に「療養に伴って要する費用(医療費の10分の1の額)」が加算して給付されます)

※日本スポーツ振興センターに申請した分は、町の医療費制度の助成対象外となります。

(重複して受領した場合は町へ返還していただきます)

※現在高校生の人は、平成26年4月診療分から対象となります。

イベント

天平の里・ゆうゆう
イベント案内

閩社会福祉協議会 (ゆうゆう内) ☎ 74 - 2252

▶天平の里 (☎ 76 - 0088)

- ・10月8日(水) 10:30～ ボランティア演芸 歌幸会
- ・10月20日(月) 10:00～ はつらつ運動教室
- ・10月21日(火) 10:00～14:00 補聴器相談会
- ・10月24日(金) 10:30～ ボランティア演芸 新蔵富美男一座

▶ゆうゆう (☎ 74 - 2278)

- ・10月3日(金) 10:40～ ボランティア演芸 華翔会
- ・10月24日(金) 10:40～ ボランティア演芸 鹿島日舞会

■毎週月曜 10:40～ はつらつ運動教室

20日(月)はアスロンから講師がきます

■毎週火曜 14:00～ カラオケの日

お知らせ

農業委員会委員選挙
立候補予定者説明会

閩選挙管理委員会 (鳥屋庁舎総務課内) ☎ 74 - 1234

平成26年11月30日の任期満了に伴う中能登町農業委員会委員選挙の「立候補予定者説明会」を次のとおり開催します。

▶日時 10月29日(水) 14:00～

▶場所 町社会福祉センター(鳥屋庁舎横) 大ホール

出席を希望される方は、あらかじめ電話等で選挙管理委員会事務局へ申込みをしてください。



栗蒸しようかん
※渋皮付栗入



日曜限定
純生ロール
お待たせしました。
純生ロールが始まりました。

よもぎ方頭
中能登町井田53
滝尾小学校そば
のと屋

☎ (0767) 76-1479

能登 のと屋 検索

秋の和菓子フェア

ご来店いただいた方で1,000円以上お買上げの方に和菓子進呈サービス実施中!

新栗入荷!
栗蒸しようかん
栗きんつば
発売中!

中條 和菓子 検索

〒929-1604 鹿島郡中能登町能登部93-28-1
http://www.ishikawa-meibutsu.com/
TEL/FAX.0767-72-2070

中能登町の新名物

なつかのぼと



お菓子処中條は、道の駅『織姫の里なかのと』に出品しております。ぜひ、お立寄りください。

■相談

福祉に関する心配ごと相談
 日時 10月20日(月)14時～16時
 場所 ▼社会福祉センター(鳥屋庁舎横) 2階第1研修室
 ▼鹿島庁舎1階相談室
 電話番号 74・2252

ひとり親家庭相談

日時 10月14日(火)10時～15時
 場所 鹿西庁舎1階相談室
 電話番号 72・3134

行政・人権くらしの相談

個人の人権侵害などに関する相談です。
 行政・人権相談
 日時 10月22日(水) 13時30分～16時
 場所 ①社会福祉センター(鳥屋庁舎横) 2階第1研修室
 ②鹿島庁舎1階相談室
 ③鹿西庁舎1階相談室
 電話番号 72・3135

司法書士無料法律相談

▼土地家屋登記▼サラ金などの多重債務▼悪徳商法▼土地問題▼裁判業務など法律に関する相談です。秘密は守られます。
 日時 10月22日(水) 13時30分～16時
 場所 ①社会福祉センター(鳥屋庁舎横) 2階第1研修室
 ②鹿島庁舎1階相談室
 ③鹿西庁舎1階相談室
 電話番号 72・3135

日時 ①10月6日(月)10時～12時
 ※予約締切は10月3日(金)
 ②11月4日(火)10時～12時
 ※予約締切は10月31日(金)
 場所 社会福祉センター(鳥屋庁舎横) 2階研修室
 電話番号 74・2806

法律相談(クレサラ相談初回無料)

日時 ▼10月2日(日) ▼10月9日(日)
 ▼10月16日(日) ▼10月23日(日)
 ▼10月30日(日)
 ※時間は各13時30分～16時
 場所 パトリア(七尾駅前)
 相談料 30分 5400円
 電話番号 76・221・0242

消費生活相談

販売や契約に関するトラブルなどの相談。秘密は守られます。
 日時 毎週月・火・金の8時30分～12時(祝日を除く)
 場所 社会福祉センター(鳥屋庁舎横) 2階研修室
 ※電話やお手紙で、お気軽にご相談ください。
 電話番号 74・2806

結婚相談

①日時 10月9日(木) 13時30分～15時30分
 場所 鹿西庁舎1階相談室
 ②日時 10月20日(月) 14時～16時
 場所 ①羽咋地域センター

行政相談週間

10月20日から26日は行政相談週間です。行政相談委員は、皆様から行政全般について苦情や意見・要望を受け付け、行政運営の改善に役立っています。
 相談日は、毎月の広報で案内しています。
 【中能登町の行政相談委員】
 岡野 昇さん(鳥屋地区)
 櫻井仁壽さん(鹿島地区)
 星野智恵子さん(鹿西地区)
 ★一日合同行政相談所の開設
 日時 10月27日(月)10時～15時
 場所 パトリア4階 フォーラ

お知らせ

窓口で手話通訳します
 窓口での手続きや相談を手話通訳者がお手伝いします。
 日時 ①10月14日(火)10時～12時
 ②10月28日(火)10時～12時
 場所 住民福祉課(鹿西庁舎)
 電話番号 72・3135
 FAX 72・3794

募集

シルバー会員入会説明会
 対象者 おおむね60歳以上
 日時 10月8日(水)9時～
 場所 シルバー人材センター(中能登町役場鹿島庁舎分館)
 電話番号 76・8060

募集

能登総合病院企業職員募集
 募集職種
 ・薬剤師 …………… 1人
 ・言語聴覚士 …………… 1人
 ・助産師 …………… 1人
 ・看護師 …………… 1人
 試験日 11月2日(日)9時～
 募集期間 9月16日～10月28日
 ※受験資格などの詳細はお問い合わせください。
 能登総合病院
 総務課 ☎52・8749
 (土・日曜日および休日を除く)

第66回全国植樹祭参加者募集

豊かな国土の基盤である森林と緑に対する理解を深めるため、天皇皇后両陛下のご臨席のもと、開催される国土緑化運動への参加者を募集します。参加無料、バス送迎付きです。
 日時 11月9日(日)9時～15時
 ねぎ、かぶ(町内各所)
 ②施設見学
 ねぎ集出荷施設(羽坂)
 道の駅 織姫の里なかのと
 定員 小学生親子 60人
 参加費 大人500円
 小人200円
 申込期限 10月27日(日)
 中能登農林総合事務所
 ☎52・5522

消費者と農業者の交流会

野菜の収穫体験を通じて、農業の楽しさを体験する、農家との交流会に参加しませんか。収穫した野菜は持ち帰れます。
 日時 11月9日(日)9時～15時
 ねぎ、かぶ(町内各所)
 ②施設見学
 ねぎ集出荷施設(羽坂)
 道の駅 織姫の里なかのと
 定員 小学生親子 60人
 参加費 大人500円
 小人200円
 申込期限 10月27日(日)
 中能登農林総合事務所
 ☎52・5522

ひきこもり家族教室

概ね思春期～40歳代のひきこもりのかたのご家族を対象とした勉強会を行います。(ただし、明らかに精神疾患があるかたは対象なりません)
 日程 ①10月24日、②10月31日
 時間 14時～16時30分
 場所 ①羽咋地域センター

催し

第20回みのり園まつり
 日時 10月19日(日)雨天決行
 9時30分～14時
 開催地 七尾市国分町(中能登農林総合事務所)

ひきこもり家族教室

概ね思春期～40歳代のひきこもりのかたのご家族を対象とした勉強会を行います。(ただし、明らかに精神疾患があるかたは対象なりません)
 日程 ①10月24日、②10月31日
 時間 14時～16時30分
 場所 ①羽咋地域センター

能登中部保健福祉センター

内容 みのり園(七尾市国分町) 模擬店、ステージ、日用品コーナー(バザー)など
 ※ご家庭にある新品、未使用の日用品をご提供ください。10月10日(金)までに連絡いただければ取りに伺います。
 電話番号 53・7266

ピックアップ

第3回 雨の宮古墳まつり

日時 10月18日(日)10:00～13:00
 場所 雨の宮能登王墓の館前広場
 内容 勾玉作り
 古墳めぐりクイズラリー
 写真撮影「古代衣装の試着」
 出土品の展示
 乗馬体験など
 模擬店出店、手打ちそば実演もあります。



企画課 ☎74 - 2806

墓地公苑使用者募集

名称	型	面積	永代使用料	残区画
墓地公苑とりや	C	5.00	250,000円	46
墓地公苑にのみや	D	4.00	200,000円	104
墓地公苑にのみや	E	5.00	250,000円	34

問総務課(鳥屋庁舎) ☎74 - 1234

町営住宅入居者募集

申込多数の場合は抽選

【コーポとりや】…2戸※敷金2カ月

【芹川住宅】…2戸(所得要件あり)※敷金3カ月

▶申込対象 ①住宅に困っている人 ②原則親族2人以上で入居すること ③税を滞納していないこと

▶募集期間 9月25日(日)～10月9日(日) 8:30～17:15(土日は除く)

▶入居可能日 11月1日(日)

問土木建設課(鹿島庁舎) ☎76 - 1234

JA能登わかば葬祭センター

やすらぎ会館

大切な人のお別れを心を込めてお手伝いいたします

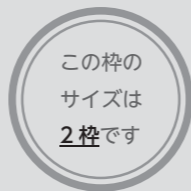
安心価格 24時間電話受付 年中無休
 寝台車昼夜運行 24時間体制

もしものときは、まずお電話を
TEL.0767-52-4223

忌明法要・年忌法要のお料理、引出物、籠盛り等のご注文もお受けいたします。
 ご相談・ご用命は各支店でも承ります。

有料広告募集中!

- [1 枠] 縦 55mm × 横 55mm 5,000円
- [2 枠] 縦 55mm × 横 116mm 10,000円
- [3 枠] 縦 55mm × 横 178mm 15,000円



「広報なかのと」「ホームページ」「ケーブルテレビ」に掲載する広告を募集しています。詳しくは町ホームページをご覧ください。広報なかのと11月号(10月23日(日)発行)の応募枠は残りわずか。お早めに申し込みください。

問情報推進課(鹿島庁舎) ☎76 - 2437

住まいと土地の総合案内所

不動産のことなら何でもご相談ください。県外在住の方もお気軽にお電話ください。

相談無料

心の通うまちづくり
みらい都志開発(有)

羽咋市石野町2 107(じんずしさん向かい)

☎(0767) 22 - 1537

宅地建物取引業石川県知事(2)3772号
 不動産コンサルティング

内科・外科・眼科(旧 浜野病院)
浜野クリニック
 桜川沿い小島町バス停・県事務所横入り
 ☎ 52-3261
 ホームページは http://hamano-hp.or.jp

	診察時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前9:00～12:00 午後2:00～5:00 ※金曜外科休診	○	○	○	○	○	○
外科	午前のみ	○	休	○	休	○	休

火曜日午前には血液検査・木曜日午前には循環器系疾患の専門外来も行ってまいります。
浜野野病院では看護師さんを募集中です
 お問い合わせは52-3262まで

入院に強い保障
入院保障2型

月掛金 **2,000円**で
 入院日額 **10,000円**
 (18歳～60歳の保障額)

お問い合わせと資料のご請求は
0120-63-5011
 共済取扱団体/石川県認可
石川県民共済生活協同組合
 〒920-0901 金沢市三町2-1-10 真和ビル3F
 ●ホームページからはこちら [石川県民共済](#) 検索

●役場などの連絡先

(町内無料電話での通話が可能。あたまに「9」をつけてダイヤルしてください)

【鳥屋庁舎】
 総務課 ☎74-1234
 (財政) ☎74-2802
 企画課 ☎74-2806

税務課 ☎74-2807
 会計課 ☎74-2809
 議会事務局 ☎74-2808

【鹿島庁舎】
 庁舎代表 ☎76-1234
 土木建設課 ☎76-2435
 上下水道課 ☎76-2436

農林課 ☎76-2434
 (地籍) ☎76-2432
 情報推進課 ☎76-2437

【鹿西庁舎】
 住民福祉課 ☎72-3131 (介護) ☎72-3133
 (福祉) ☎72-3135 (地域包括) ☎72-2697
 (保育) ☎72-3134 保健環境課 ☎72-3129

【その他施設】
 教育文化課(ラピア鹿島内) ☎76-2808
 生涯学習課(ラピア鹿島内) ☎76-1900
 (スポーツ)(鹿島体育センター内) ☎76-1848

保健センターすくすく ☎74-0797
 社会福祉協議会事務局 ☎74-2252
 (老人福祉センターゆうゆう内)

ほろのとりや

イベント情報

NAKANOTO TRIP
近隣市町のイベント情報をお知らせします

七尾市 11月2日(日)~3日(月・祝)

丸亀市の観光と物産展

恒例の「丸亀うどん」を販売します。

▶時間 10:00~16:00
(売り切れ次第終了)

▶場所 ミナ・クル前広場
(七尾駅前)

☎七尾市観光交流課 ☎53-8436



羽咋市 11月2日(日)~3日(月・祝)

羽咋市文化祭

地元団体による芸能発表をはじめ、菊花や盆栽、書道などを展示します。

▶時間 9:00~17:00
(3日は16:00まで)

▶場所 羽咋体育館
(鶴多町)ほか

☎羽咋市生涯学習課 ☎0767-22-9331



志賀町 11月1日(土)~3日(月・祝)

志賀町文化祭

▶時間 9:00~

▶場所 志賀町文化ホール
(高浜町)ほか

▶場所 式典や記念講演、
芸能発表など
富来活性化センターでも作品展示します

☎志賀町生涯学習課 ☎0767-32-9350



宝達志水町 11月2日(日)~3日(月・祝)

宝達志水町文化祭

▶場所 役場庁舎・さくらドーム21

▶内容 作品展示、
芸能発表会(3日のみ)

☎宝達志水町生涯学習課 ☎0767-29-8320



10月の子育て支援室行事

▶10月1日(水) 10:00~12:00
【のびのびサークル】<ミニミニ遠足>あおば保育園

▶10月8日(水) 10:00~12:00
【いも掘り】とりやのの保育園

▶10月8日(水) 10:00~12:00
【なかよし広場】あおば保育園

▶10月9日(木) 10:00~12:00
【なかよし広場】こすもす保育園

▶10月14日(水) 10:00~12:00
【なかよし広場】つくし保育園

▶10月15日(木) 10:00~12:00
【のびのびサークル】<ふれあい遊び>あおば保育園

▶10月16日(金) 10:00~12:00
【なかよし広場】たんぼぼ保育園

▶10月17日(土) 10:00~12:00
【妊婦さんの育児体験教室】とりやのの保育園

▶10月21日(水) 10:00~12:00
【なかよし広場】さくら保育園

▶10月22日(木) 10:00~12:00
【青空保育】<古墳公園で遊びましょう>とりやのの保育園

▶10月25日(日) 10:00~12:00
【ひよこ運動会】ラピア鹿島旧保健センター

▶10月28日(水) 14:00~16:00
【おやつ作り】とりやのの保育園

保育園は子育ての強い味方です

たんぼぼ保育園 ☎74-2054 こすもす保育園 ☎74-2051
あおば保育園 ☎76-8181 つくし保育園 ☎77-8181
さくら保育園 ☎72-8000 とりやのの保育園 ☎74-0135

みんなの笑顔をお届けします おおきなあれ

元気な笑顔 大募集!!

「おおきなあれ」では6歳までのお子さんの写真を募集しています。「写真」と「お子さんへのことば」などをお寄せください。お子さんの撮影を希望する場合は、情報推進課までお問い合わせください。

☎情報推進課(鹿島庁舎) ☎76-2437

【お申し込み時に必要なもの】

- ①お子さんの写真(データ推奨)
- ②お子さんへのことば(40字以内)
- ③氏名(お子さん・父母) ④住所 ⑤電話番号

慶弔だより

(8/1~8/31 受付分)

●おめでた こんにちは赤ちゃん

氏名	届出人	(住所)
笹井 優里	博司	(二宮)
久田 希和	宏明	(能登部下)
廣瀬 杏樹	力	(武部)
八木恵詩琉	進太郎	(二宮)
松本 緑	秀仁	(東馬場)
亀井 茜里	喜成	(新庄)
児玉 莉乃	勝	(二宮あおば台)
板越 立夏	愛希	(金丸)
石端 恭佳	啓一	(金丸)
服部 海翔	学	(最勝講)
北島 由渚	督	(春木)

●おくやみ ご冥福をお祈りします

氏名	年齢	(住所)
池本 美香	45歳	(西馬場)
松井 尚昭	71歳	(高島)
岡部 久一	93歳	(上後山)
山口 茂子	78歳	(末坂)
藤田外喜雄	77歳	(能登部上)
芝田 時男	70歳	(末坂)
棚田 政春	37歳	(上後山)
横山やよ枝	93歳	(黒氏)
宮崎 幸吉	74歳	(西馬場)
澤間彦三郎	87歳	(末坂)
勘山トシ子	85歳	(能登部下)

慶弔だよりは、当町に住所がある人で希望する人のみ掲載しています。

他の市町村で届け出した人で掲載を希望する場合はお問い合わせください。

☎住民福祉課 ☎72-3131

10月26日は 『コーポの日』

町男女共同参画推進員の会では、秋のクリーン&グリーンデーと同日の10月26日を『コーポの日』として、家事協力を呼びかけています。コーポとは協力・協同を意味します。大人も子供もまずはできることから家族で協力し、家事に取り組んでみてはいかがでしょうか。

日曜祝日当番医

診察時間：午前9時~正午

日程	当番医(当は当番医、小は小児当番医)
10/5(日)	田中内科クリニック 今井医院 公立能登総合病院
10/12(日)	浜野西病院 とね内科医院 恵寿総合病院
10/13(日)	三林内科胃腸科医院 毛利医院 さはらファミリークリニック
10/19(日)	桑原母と子クリニック 高沢内科医院 恵寿総合病院
10/26(日)	国下整形外科医院 藤田医院 さはらファミリークリニック

※当番医療機関は急に変更する場合があります
受診する前に電話などで確認してください

●ご寄付

ありがとうございます

▶健康・福祉資金として

松岡 伸二さま=金沢市=より1万円

▶教育・文化(図書購入など)資金として

曾山 秀三さま=東京都=より30万円

行政書士無料相談会

相続、遺言など様々な相談に答えます。

①電話による相談会 ☎076-268-9110

日時 10月3日(金)~5日(日) 10:00~16:00

②面談による相談会

日時 10月5日(日) 10:00~16:00

会場 アルプラザ鹿島 中央イベント広場

☎石川県行政書士会 ☎076-268-9555

航空祭 2014 夢・空・11

日時 10月11日(日)12日(日) 9:00~16:00

会場 能登空港

内容 観覧行進(11日13:00~)

航空機展示、フライトショーなど

☎日本航空学園 ☎0768-26-2255

まちのうごき

人口と世帯数

平成26年9月1日時点

※カッコ内は前月比

▶人口(-23)
19,016人

▶男(-12)
9,173人

▶女(-11)
9,843人

▶世帯数(+4)
6,598世帯

※外国人住民を含む人口、世帯数を掲載しています。



納税のお知らせ

▶町県民税

第3期 10月31日(金)

▶国民健康保険税

第7期 10月31日(金)

▶介護保険料

第7期 10月31日(金)

▶後期高齢者医療保険料

第7期 10月31日(金)

▶上下水道料

9月分

口座振替 10月27日(日)

自主納付 10月31日(金)

※町税・上下水道料の再振替

11月17日(日)

PICK UP !!

被災地への義援金を 受け付けています

東日本大震災義援金箱設置場所

▶中能登町役場

(鳥屋・鹿島・鹿西各庁舎)

▶ふるさと創修館

▶ラピア鹿島

▶カルチャーセンター飛翔

義援金額(9月10日時点)

19,556,521円

みなさんに支えられて迎えた日

▶打越かずえさんが100歳

9月6日に打越かずえさんが100歳を迎え、七尾市にある介護老人保健施設「和光苑」で、入所者や職員約50人と杉本町長は打越さんの長寿を祝いました。杉本町長から花束を受け取った打越さんは「本当にめでたい。ありがとうございました」と感謝の言葉を述べました。打越さんは若い頃、大阪で豆腐屋を営んでいたとのこと。一生懸命で働きものの打越さんは、数年前まで編み物などをしており、最近は塗り絵を楽しんでいるとのこと。



お祝いの花束を受け取り、喜ぶ打越さん

町内のご長寿さんたちを祝う

▶町敬老祝金と長寿祝金

町内の80歳以上の長寿者に、各地区の民生委員児童委員を通して、祝い金が手渡されました。町では敬老の日にちなんで、毎年敬老のお祝いをしています。88歳と95歳の長寿者の自宅や、町内にある介護保険施設のうち3施設に、杉本町長が訪問し、9月2日、8日の2日間にかけて、祝い金を手渡しました。その中でも、88歳を迎える122人には、祝い金とあわせて、米寿の記念品として羽毛肌布団を贈りました。



ひとりひとりに記念品を手渡しました

テニスプレイヤー、再会を誓う

▶紀宝町とのソフトテニス交流

8月29日から30日にかけて、姉妹町の紀宝町から中学生22人、スポーツ少年団17人と関係者が来町し、ソフトテニス交流会が行われました。29日は町社会福祉センターにて歓迎セレモニーが行われ、30日は中能登中学校テニスコートで小学生と中学生に分かれて団体戦を行い、両町の児童・生徒の交流が図られ、来年の再会を誓いました。



交流試合の様子



第20回ピアノに会える日が行われ、39人が演奏を披露した(8月31日、ラピア鹿島)



第3回碓石ヶ峰クラフトマーケットが行われた(8月24日、碓石ヶ峰)



中能登町野球協会が主催する中能登町長杯争奪野球大会が開幕した(8月18日、中能登町運動公園野球場)

BOOKS

図書館へ行こう

Table with library usage statistics for August: 貸出冊数 14,405冊, 貸出人数 3,599人

新刊案内

事前にお問い合わせいただくと最寄りの図書館で借りることができます

【一般書】

- 仙丹の契り 仁木 英之/著
愛なんて嘘 白石 一文/著
産む、産まない、産めない 甘糟りり子/著
バードドッグ 木内 一裕/著
おわらない音楽 小澤 征爾/著



【児童書】

- たんぼぼの目 村岡 花子/文
ゾウのひみつ 池田菜津美/文
しょうてんがいはふしぎどおり 内田麟太郎/作



図書館の風景をぱちり

▶文学散歩

辻家庭園(前田家家老旧横山家迎賓館)で立派な庭園を眺めながらお茶とお菓子を楽しんだ後は、室生犀星、徳田秋聲記念館を訪ねて知識を深めました。



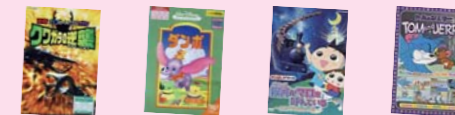
行事案内

▶図書館まつり... 10月25日 9:00~17:00

☆各図書館 古本市 9:00~
古くなった雑誌や本を皆さんにお譲りします

☆鹿島図書館
図書館司書体験 13:00~15:30
図書館のお仕事を体験してみよう!

☆鳥屋・鹿西図書館
子ども上映会 いろいろな映画・昔話を上映します
【鳥屋図書館】
10:00~12:00 「激闘 カブト×クワガタ クワガタの逆襲」など



▶キッズセミナー

10月18日 14:00~14:30 鹿島図書館



先生:久保広美さん
ハロウィンの絵本などを英語で楽しみましょう!

参加者多数の場合、保健センターに移動します。

▶ピノキオのおはなし会

10月4日 14:00~ ふるさと創修館

▶ボランティアのおはなし会

10月11日 14:00~ カルチャーセンター飛翔

▶のんたんのおはなし会

10月25日 14:00~ 鹿島図書館

鹿島図書館 ☎ 76-0544 (ラピア鹿島内) 鳥屋図書館 ☎ 74-2610 (ふるさと創修館内) 鹿西図書館 ☎ 72-4333 (カルチャーセンター飛翔内)

町内無料 ☎ 9-76-1900 休館日:毎週月 町内無料 ☎ 9-74-2735 休館日:毎週火 町内無料 ☎ 9-72-4555 休館日:毎週水

■開館時間 ▶月~金 10:00~19:00 ▶土・日・祝は 9:00~17:00

【図書検索システム URL】 http://library.town.nakanoto.ishikawa.jp/WebOpac/webopac/index.do

A：なかのと通信 (月2回更新)

[1～15日]

- ・交通安全マスコット配り
- ・赤ちゃん登校日 (鳥屋小)

[16～31日]

- ・町総合防災訓練
- ・上井田老人会創立50周年記念式典
- ・防火のつどい (さくら保育園)

B：こども通信 (月2回更新)

[1～15日]

- ・校内相撲大会 (御祖小)

[16～31日]

- ・鹿島地区小学校交流授業 (4年生、5年生)

PICK UP 校内相撲大会 (御祖小)

「はっけよっ! のこった! のこった!」

今年で最後となる御祖小学校の校内相撲大会。「遠藤関に負けにくいくらい頑張ります!」の選手宣誓のとおり、みんな力の入った好取組を見せてくれました。保護者や地域の方々が見守るなか、元気いっぱいの姿を見せてくれた児童たちの様子を紹介します。



お知らせ

アナログテレビでケーブルテレビを視聴できるデジアナ変換サービスは平成27年3月で終了します。

【対応方法】

- ①デジタルテレビに買い替える。
- ②地デジチューナーを購入する。

音声告知端末・CATV・スペースLAN

お申込・お問い合わせ・修理

☎ 76 - 2440

☎ 0120-751-114

受付年中無休・土日受付

受付：金沢ケーブルテレビネット

「なかのとチャンネル」

番組ガイド 10月号

(アナログ5ch・デジタル091ch・CATV036ch)

時間帯	月	火	水	木	金	土	日	
6	00	A：なかのと通信						
	40	B：こども通信						
7	00	C：なかのとスペシャル						
	30	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①
8	00	A：なかのと通信						
	30	B：こども通信						
9	00	C：なかのとスペシャル						
	30	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①
10	00	A：なかのと通信						
	30	B：こども通信						
11	00	C：なかのとスペシャル						
	30	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①
12	00	文字放送 (町からのお知らせ)						北國新聞ニュース・プラス 【大きくなったらほか】
	30	北國新聞ニュース・プラス						
13	00	A：なかのと通信						
	40	B：こども通信						
14	00	C：なかのとスペシャル						
	30	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①
15	00	A：なかのと通信						
	30	B：こども通信						
16	00	A：なかのと通信						
	40	B：こども通信						
17	00	大きくなったら						A：なかのと通信
	30	北國新聞ニュース・プラス						B：こども通信
18	00	まちすた530						A：なかのと通信
	40							B：こども通信
19	00	A：なかのと通信						
	40	B：こども通信						
20	00	C：なかのとスペシャル						
	30	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①	番組②	番組①
21	00	A：なかのと通信						
	30	B：こども通信						
22	00	A：なかのと通信						
	40	B：こども通信						
23	00	北國新聞ニュース・プラス						A：なかのと通信
	30	町からのお知らせ (文字放送)						B：こども通信
0	00	町からのお知らせ (文字放送)						
	30							

※放送時間や内容は都合により変更する場合があります。

C：なかのとスペシャル (月1回更新)

▶ 番組① (毎週 月・水・金・日)

- ・梅ちゃんが「御祖小学校」にきたぞいね
1～15日 (7:00、10:00、14:00、20:00)
- ・梅ちゃんがきたぞいね (武部)
17～31日 (7:00、10:00、14:00、20:00)
- ・鼓隊演奏 (町立保育園)
17～31日 (7:30、10:30、14:30、20:30)

▶ 番組② (毎週 火・木・土)

- ・中部航空音楽隊コンサート
2～14日 (7:00、14:00、10:00、20:00)
- ・平成26年度敬老会
16～30日 (7:00、14:00、10:00、20:00)

PICK UP 2014年中部航空音楽隊コンサート

「心に響く力強い演奏」

9月7日に行われた中部航空音楽隊コンサート。中部航空音楽隊の力強い演奏をお送りします。また、コンサート前には、中能登中学校の吹奏楽部の指導にもあたり交流を深めた様子をお送りします。



加入者限定プレゼント提供事業者募集

このコーナーでは、加入者にプレゼントを提供して下さる事業者を募集しています。コーナーの中でお店や商品の紹介ができます。プレゼントを提供していただける事業者のかたは情報推進課へご連絡ください。

- ・放送期間 毎月1日から15日 (半月)
- ・放送番組 「なかのと通信」内
- ・放送回数 1日6回程度※1

収録は1日 (2時間から3時間程度) できます。放送内容や収録方法など詳しく知りたい場合、ご連絡いただければ、ご説明に伺います。

※1 特別番組などの編成により変更する場合があります。

9月は「cafe とりのす」さんです。

取材日誌

シンジられない神事

先日、収録で藤井の鎌打ち神事を生まれて初めて見ることができた。区長さんの粋な計らいでタブの木の鎌を金槌で打たせてもらい、その時、願ったことは何かというと、「梅ちゃんがきたぞいね」の番組の視聴率アップだった。この願い事が叶いますよーにと願っている。



視聴率が1%でも上がりますよーに!

【特別番組】 通常の番組を変更して放送します

▶ 平成26年第6回 (9月) 中能登町議会定例会

10月6日(月)～10日(金) 10:00～、20:00～

- ▶ 6日(月) 提案理由、質疑
- ▶ 7日(火) 一般質問
- ▶ 8日(水) 一般質問
- ▶ 9日(木) 一般質問
- ▶ 10日(金) 討論、採決



▶ 放送時間や内容は都合により変更する場合があります。

▶ 「こんな番組が見たい」「あの番組をもう一度見たい」など番組のリクエストを随時募集しています。

▶ 「なかのとチャンネル」への取材希望はお問い合わせください。

圏ケーブルテレビ放送センター ☎ 76 - 2431

食改さんの簡単おすすめ野菜レシピ

～生活習慣病予防に「もっと野菜を食べましょう」～

かもうり

期待できる効果

高血圧予防、ダイエット効果など

選ぶポイント

- ・持った時に重みがある
- ・表面が白い粉（ブルーム）でおおわれている

保存方法

丸ごとのものは、風通しの良い冷暗所（10℃前後）で保管します。

カット後は、ラップに包んで冷蔵庫で2～3日を目安に使い切りましょう。



かもうりのシチュー

材料（4人分）

かもうり	300g
にんじん	中1本
玉ねぎ	中1個
豚肉	150g
あさりむき身	50g
いんげん	5～6本
水	800ml
シチュー粉	50g
サラダ油	少々
牛乳、塩、こしょう、コンソメ	等で味を調整して下さい。

作り方

- ① かもうりは皮をむき2cmの角切りにし、塩をふりかけて少しおき、水で洗い流します。玉ねぎは2cm角、にんじんはいちょう切りにします。いんげんは2cm長さに切り、さっと茹でます。
- ② 鍋を熱し、サラダ油を敷き、豚肉・あさりと①を炒める。
- ③ しんなりしてきたら水を入れ、柔らかくなったらシチュー粉を加え、最後に牛乳や調味料で味をととのえ、一煮立ちしたら、出来上がりです。

「健康のために1日350gの野菜を食べましょう！」と言われていますが、現状では平均286gしか食べられていません。特に生活習慣病予防を心がけたい20代から40代の成人に野菜不足の傾向が見られるようです。（厚生労働省 平成24年国民健康・栄養調査より）

不足している約70gの野菜を補うためには、毎日あと一皿の野菜料理をプラスしましょう。また、1日の目安として5皿の野菜料理を食べよう心がけましょう。

食生活改善推進員
三浦 ハナヨさん

