

広報

# ななかののど

3 2022  
March  
No.205

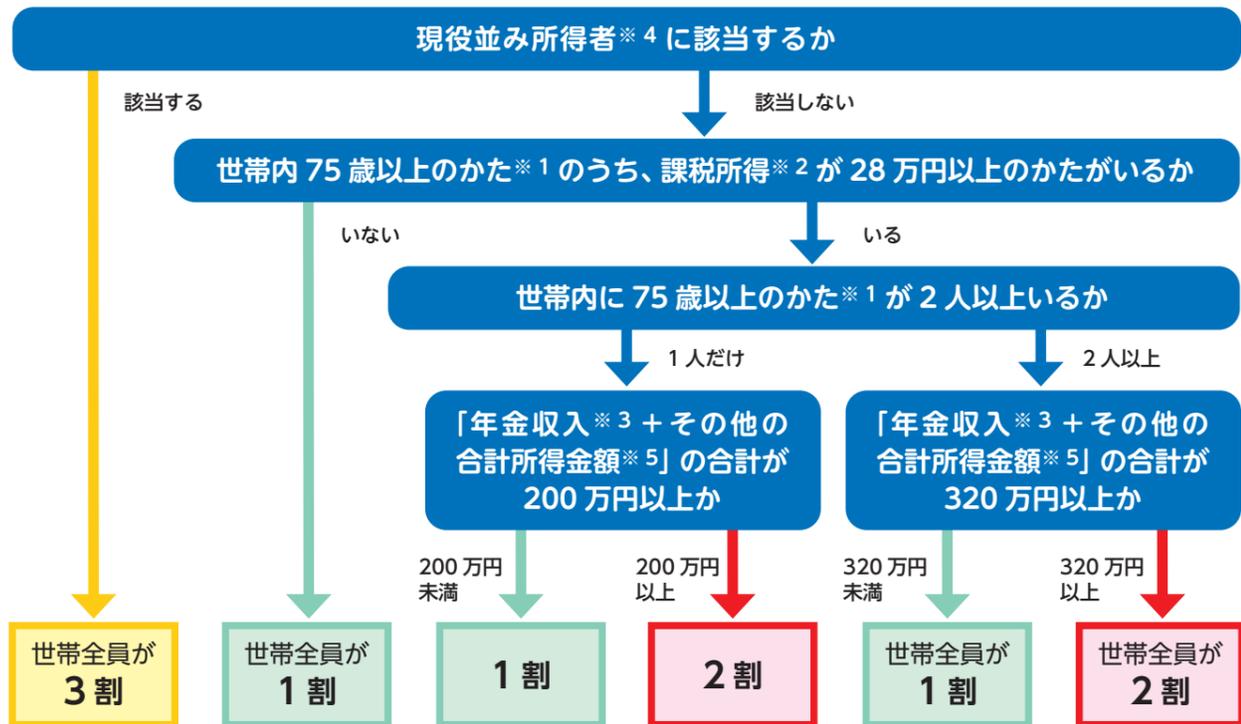
大人への第一歩



中能登町立志式 (2月3日 ラピア鹿島)

### 3 窓口負担割合2割の対象となるかどうかは主に以下の流れで判定します

▶世帯の窓口負担割合が2割の対象となるかどうかは、75歳以上のかた※1の課税所得※2や年金収入※3をもとに、世帯単位で判定します。



- ※1 後期高齢者医療の被保険者とは  
75歳以上のかた（65歳から74歳で一定の障害の状態にあると広域連合から認定を受けたかたを含む）
- ※2 「課税所得」とは  
町民税・県民税納税通知書の「課税標準」の額（前年の収入から、給与所得控除や公的年金等控除、所得控除（基礎控除や社会保険料控除等）を差し引いた後の金額）です。
- ※3 「年金収入」には遺族年金や障害年金は含みません。
- ※4 課税所得145万円以上で、医療費の窓口負担割合が3割のかた
- ※5 「その他の合計所得金額」とは  
事業収入や給与収入等から必要経費や給与所得等を差し引いた後の金額のことで

### 4 窓口負担割合が2割となるかたには負担を抑える配慮措置があります

- ▶令和4年10月1日の施行後3年間は、2割負担となるかたについて、1か月の外来医療の窓口負担割合引き上げに伴う負担増加額を3,000円までに抑えます。（入院の医療費は対象外）
  - ▶配慮措置の適用で払い戻しとなるかたは、高額療養費として、事前に登録されている高額療養費の口座へ後日払い戻します。
  - ▶2割負担となるかたで高額療養費の口座が登録されていないかたには令和4年9月頃に石川県後期高齢者医療広域連合から事前に申請書を郵送します。（書類は必ず郵送でお届けします）
- 電話で口座登録をお願いすることやATMの操作をお願いすることは絶対にありません。不審な電話があったときは、警察相談専用電話（#9110）または消費生活センターにお問い合わせください。

今回の制度改正の見直しに関する質問やお問い合わせ  
**後期高齢者窓口負担割合コールセンター ☎ 0120 - 002 - 719**  
 コールセンターの設置は令和4年3月31日までとなっております。



75歳以上のかた

10月診療分から適用

## 後期高齢者医療制度に関するお知らせ

### 1 一定以上の所得のあるかたの医療費の窓口負担割合が変わります

- ▶令和4年10月1日から、一定以上の所得のあるかた（後期高齢者医療保険加入者）は、現役並み所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。
- ▶変更となるかたは、後期高齢者医療保険加入者全体のうち約20%のかたです。

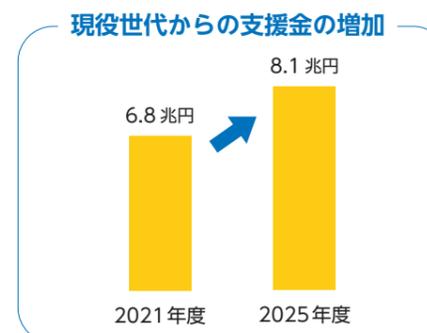
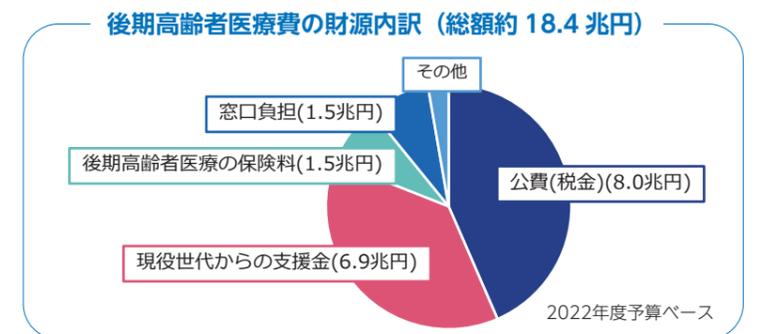
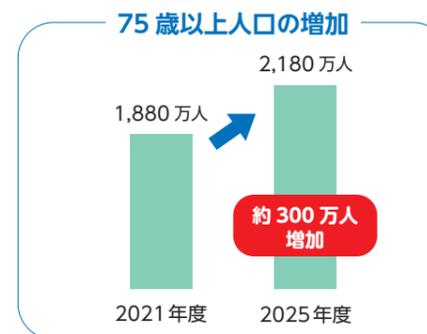
令和4年9月30日まで		令和4年10月1日から	
区分	医療費負担割合	区分	医療費負担割合
現役並み所得者	3割	現役並み所得者	3割
一般所得者等※	1割	一定以上の所得のあるかた	2割 (新設)
		一般所得者等※	1割

※住民税非課税世帯のかたは基本的に1割負担となります。

被保険者全体の約20%

### 2 窓口負担割合見直しの背景

- ▶令和4年度以降、団塊の世代が75歳以上となり始め、医療費の増大が見込まれています。
- ▶後期高齢者の医療費のうち、窓口負担を除いて約4割は現役世代（子や孫）の負担（支援金）となっており、今後も拡大していく見通しとなっています。
- ▶今回の窓口負担割合の見直しは、現役世代の負担を抑え、国民皆保険を未来につないでいくためのものです。



今のうちに  
対策をとらないと  
近い将来  
大変なことになるのね…

# 水道料金および下水道使用料の改定について

令和4年4月から、水道料金と下水道使用料を下記のとおり改定します。 圃生活環境課 ☎72 - 3925

## ●水道料金（税込）

用途	料金区分	水量	旧料金	新料金
一般用	基本料金	10m <sup>3</sup> まで	1,375円	1,760円
	超過料金	1m <sup>3</sup> につき	143円	176円

## ●下水道使用料（税込）

用途	料金区分	水量	旧料金	新料金
一般用	基本料金	10m <sup>3</sup> まで	1,430円	1,650円
	超過料金	1m <sup>3</sup> につき	132円	165円

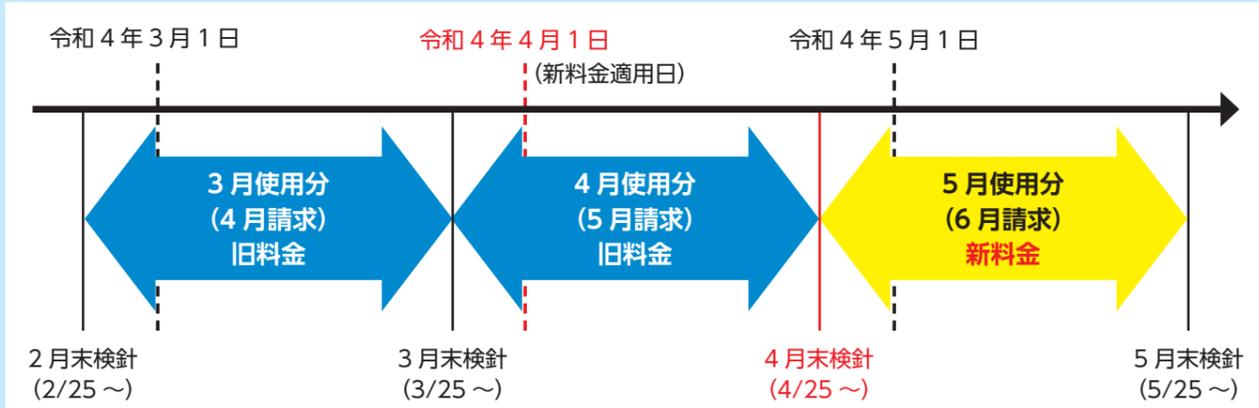
※工業用は廃止し、一般用に用途変更となります。

●新料金の適用日 令和4年4月1日（条例施行日）から

●経過措置 令和4年4月使用分（5月請求）まで、旧料金を適用します。  
令和4年5月使用分（6月請求）から、新料金が適用されます。



改定のお知らせは  
令和3年12月号、  
令和4年1月号にも  
掲載しています



## 藤井利子さんが100歳

### ニュース

1月15日、<sup>ふじいとしこ</sup>藤井利子さん（高島）が100歳を迎え、ご家族が温かく見守る中、自宅を訪れた宮下町長から花束と祝い金が手渡されました。

「100歳になった今も毎日が楽しい」と話す藤井さんは編み物が趣味で、セーターやチョッキを作っているとのこと。しっかりした口調で「おやつは控えめにしていますが、毎日三食必ず食べています。体も動かすようにしています」と長寿と健康の秘訣を教えてくださいました。



100歳を迎えた藤井利子さん（中央）、長男の博昭さん（右）

投票会場には事前にご送付される「投票所入場券」(はがき)を持参してください

3月13日 午前7時～午後8時

# 石川県知事選挙の投票日です

この一票  
みんなで政治を  
動かそう



圃中能登町選挙管理委員会 ☎74 - 1234  
(総務庁舎 総務課内)

## 中能登町で投票できる人

- ▶ 満18歳以上（平成16年3月14日以前生まれ）で、令和3年12月1日以前から引き続き中能登町に住居基本台帳の登録がある人
- ▶ 中能登町から転出した人であっても、一定の条件を満たす人は中能登町で投票することができます。詳しくは町選挙管理委員会までお問い合わせください。

## 期日前投票（「投票所入場券」をご持参ください）

仕事や旅行などで投票日に投票できない場合、事前に投票できます。「投票所入場券」の「宣誓書」欄は、期日前投票をする場合に記入する必要があります。11月24日から12月1日の間に中能登町に転入届を出した人は、3月1日から投票できます。

▶ 期日前投票期間 2月25日☎から3月12日☒まで

期日前投票所の場所	投票時間
中能登町役場 総務庁舎	午前8時30分～午後8時
中能登町役場 行政サービス庁舎	
アル・プラザ鹿島 2階 特設会場	午前10時～午後8時

※住所地に関係なく、いずれの場所でも投票できます

## 投票所の感染症対策について

- ▶ 感染症対策のため、事務員のマスク等の着用、投票所内の定期的な換気・消毒の実施、飛沫感染防止の対応を行います。
- ▶ 来場される際は、マスク等の着用、入り口に設置する消毒液での手指の消毒、周りの人との間隔をあけた整列にご協力をお願いします。
- ▶ 投票所では、消毒済のえんぴつをお渡しします。また、ご自宅からえんぴつまたはシャープペンシルをご持参いただけます。

## 新型コロナウイルス感染症で投票所へ行けない人

- ▶ 新型コロナウイルス感染症のため、「自宅療養」または「宿泊療養」している人で、投票用紙等の請求時点で、外出自粛要請または隔離・停留の措置にかかる期間が、選挙期日の公示または告示の日の翌日から当該選挙の当日までの期間にかかる見込まれる人は郵便等による不在者投票（特例郵便投票）をすることができます。詳しくは、町ホームページをご確認いただくか、町選挙管理委員会までお問い合わせください。
- ▶ 濃厚接触者の人は、特例郵便等投票の対象ではありません。マスクの着用、手洗いなどの手指消毒などの基本的な感染防止対策をとったうえで、投票所等において投票してください。





倒れにくい稲が特徴のイセヒカリでゲン担ぎ

## 実 イセヒカリ合格祈願米寄贈

力を発揮できるように

1月26日、高校受験を控えた中能登中学校3年生150人に向けて、なかのとイセヒカリの会から「合格祈願米」が贈られました。

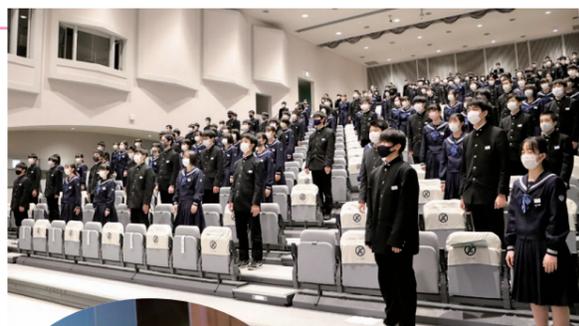
天から授かった米といわれるイセヒカリの贈呈は今年で4回目となり、同会の船木清崇会長は「合格祈願のほかに健康祈願、そして力を100%出せるようにお祈いした。試験の前に食べてご利益を得てほしい」と激励しました。生徒を代表して祈願米を受け取った船塚晃平さんは「心強いお守りをいただいた。それぞれが力を発揮できるように頑張ります」と感謝を伝えました。

## 大 立志式

人への自覚を新たに

2月3日、ラピア鹿島で「立志式」が行われ、中能登中学校の2年生176人が大人への一步を踏み出しました。式典では、立志者を代表して中村朋香さんが町民憲章を読み上げ、高島海翔さんと上田りあらさんが誓いのことばを述べました。【表紙写真】

式典後は、ほりかわクリニック（野々市市）の医師で七尾市出身の堀川勲さんを講師に迎え、記念講演が行われました。講演では、「人生の時間は限られている。無駄に過ごさず夢に向かってがんばってほしい」と立志者へメッセージが送られました。



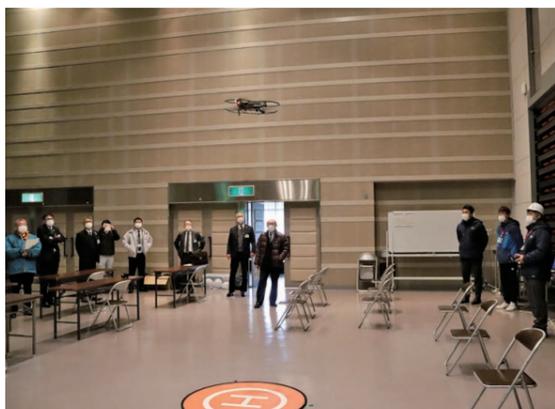
(上) 立志者の皆さん  
(左) 町民憲章を読み上げる中村朋香さん

## ド 産業用小型無人機導入

ローンでの的確な状況把握を

町では、中山間地における農地の状況確認や、イノシシなどの鳥獣被害把握調査に活用するため、ドローン（小型無人機）1基を導入し、2月から運用を開始しました。

導入機体は、主に産業用ドローンとして使用し、上空からの動画・静止画の撮影により、中山間地域の農地状況確認作業の省力化を図ります。そのほか、機体に付属搭載されたLEDライト、赤外線（サーマル）カメラ、音声スピーカーにより、獣害被害の防止や抑制、災害時の被害把握、行方不明者捜索活動などへの利用も想定しています。今後の運用のため、町職員2人が操作技能資格を取得しました。



社会福祉センターでの試験飛行の様子

### 新しい農業委員会委員に石田さんを任命

1月31日、役場総務庁舎で、農業委員の任命式が行われ、新たに石田純一さん（金丸）に任命書が交付されました。任期は令和5年11月30日までで、農地の集積・集約化や、遊休農地の発生防止・解消などにも新たに取り組み、これからの農業活性化のため活動します。



宣誓する北野交通防犯推進隊長

## 町 交通防犯推進隊新年出動式

民が安心して暮らせる地域に

1月7日、町社会福祉センターで「交通防犯推進隊新年出動式」が行われ、隊員や関係者約50人が集まり、今年一年の地域の安全安心を守る決意をしました。

式では、北野誠司隊長が「隊員1人1人が交通安全と犯罪抑止の意識を持ち、関係団体と連携し、住民のみなさんが安心して暮らせる地域になるよう努めます」と宣誓しました。

## 裸 消防出初式

放水で一年の気合い

1月9日、役場総務庁舎前で、令和4年中能登町消防出初式が行われました。町消防団5分団が集い、ふんどし姿の団員たちによる「裸放水」も披露されました。

また、当日の式典では、石川県知事表彰と中能登町長表彰の表彰式も行われました。表彰者は次の皆さんです。



消防団による裸放水

### 【石川県知事表彰】

- ◎ 功労章表彰 高田 光浩（滝尾分団 分団長）
- ◎ 永年勤続功労章 鈴木 友宏（滝尾分団 班長）
- 橋本 正力（越路分団 団員）

### 【中能登町長表彰 永年勤続表彰】

- ◎ 20年以上 清水 鉄夫（鳥屋分団 団員）
- 吉田 雅尚（鳥屋分団 団員）
- ◎ 15年以上 橋本 正力（越路分団 団員）
- 鈴木 友宏（滝尾分団 班長）

### 【退職感謝状】

- 井上恵美子（5年以上15年未満）



## お 修学旅行代替記念品贈呈式

土産で旅行気分を味わって

1月11日、中能登中学校で、修学旅行代替記念品贈呈式が行われました。コロナ禍により昨年度、今年度と2年連続で修学旅行が中止となった3年生150人に、少しでも旅行気分を味わってもらおうと訪問予定先のお土産品を町から贈ったもので、京都・大阪・広島・富山・長野から生徒自身が選んだお土産品を宮下町長から受け取りました。

宮下町長は「旅行は残念だったが、これからの人生で楽しいことはいくらでもある」とエールを送り、生徒代表の上杉勇輝さんは「いただいたお土産品は家族と一緒に楽しみたい。この企画に関わってくださった皆さんに感謝します」とあいさつしました。



中学生生活の思い出の一つに

長寿福祉課

岡高齢者支援センター（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 2697  
 岡社会福祉協議会 ☎ 74 - 2252

## 「緊急ファイル」「ふれあいカード」をご活用ください

中能登町では、高齢者等の急病、事故等の際に、迅速に適切な救急搬送を行うために「緊急ファイル」等のご利用を勧めています。詳しくは、各地区の民生委員または高齢者支援センターまでお問合せください。

### ▶「緊急ファイル」とは？

緊急時に備えて、「かかりつけ医療機関」「飲んでいる薬」「緊急連絡先」などの情報をあらかじめ記入しておくものです。そうすることで、救急隊員が「緊急ファイル」でご本人の情報を把握することができ、適切な対応ができます。

### ▶配布の対象は？

- ・70歳以上の一人暮らし世帯
- ・高齢者のみの世帯
- ・障がい者のみ等で見守りが必要な世帯

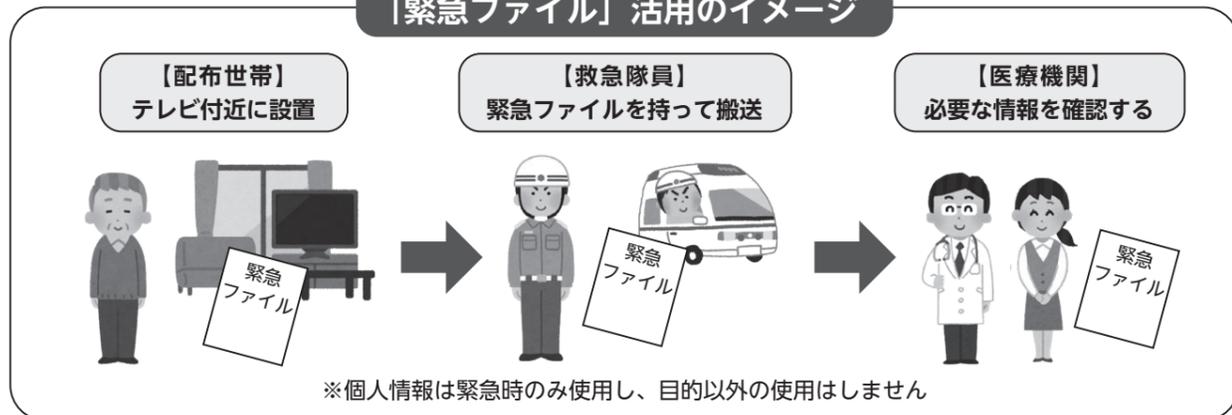
### ▶設置場所は？

内容を記入の上、救急隊員が見つけやすいよう、居間のテレビ付近※に設置してください。

※「居間のテレビ付近」は、七尾鹿島消防本部と協議して決めた場所です。



### 「緊急ファイル」活用のイメージ



### ▶「緊急ファイル」をすでにご利用のかたへ

内容の変更があった場合は、ご本人またはご家族で修正や追加をしてください。

健康保険課

岡健康保険課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3129  
 岡七尾年金事務所 ☎ 53 - 6511

## 国民年金保険料「学生納付特例制度」について

学生納付特例制度とは、前年所得が基準以下の学生を対象とした、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。保険料を納められないときは、未納のまま放置せず学生納付特例を申請しましょう。

### ▶学生納付特例制度のメリット

- ・老齢基礎年金を受け取るために必要な期間（受給資格期間）に算入されます。
- ・病気やけがで障害が残ったときに、障害基礎年金を受け取ることができます。

### ▶対象になる人

大学（大学院）、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校（※）に在籍する学生等で、ご本人の前年所得が基準以下の人です。

※学校教育法で規定されている修業年限が1年以上の課程のある学校

### ▶前年所得のめやす

**128万円 + 扶養親族等の数 × 38万円**

学生納付特例制度により、令和3年度に保険料納付を猶予されている人で、令和4年度も引き続き在学予定の人へ、基礎年金番号等が印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書を3月末から順次送付します。

同一の学校に在学されている人は、このハガキに必要事項を記入して返送いただくことにより、令和4年度の申請ができます。（この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です）



税務課

岡税務課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3136

## 軽自動車等の届出はお済みですか？

軽自動車税は毎年4月1日現在の車両所有者（使用者）に課税されます。軽自動車等を譲渡・廃車した場合は各窓口で手続きをお願いします。譲渡等により軽自動車等を所有しなくなったとしても、廃車手続きが済んでいない場合、継続して中能登町から課税されますのでご注意ください。なお、軽自動車税に月割り制度はありません。また、新たに所有したもの・未登録の農耕車等がある場合についても届出をお願いします。

### 【手続の窓口】

- ▶原動機付自転車・小型特殊自動車・・・中能登町役場 税務課 ☎ 72 - 3136
- ▶軽三輪・軽四輪・・・軽自動車検査協会石川事務所 ☎ 050 - 3816 - 1853
- ▶軽二輪・二輪の小型自動車・・・北陸信越運輸局石川運輸支局 ☎ 050 - 5540 - 2045



中能登町指定無形文化財

# 天平太鼓

会員募集 中学生以上

主な活動  
 元旦初打ち アルプラザ鹿島 / 不動滝開き / 石動山開山祭 伊須流比古神社奉納演奏 / 招待演奏 和倉温泉 など  
 練習日時/毎週木曜日 19時-21時 場所/ラピア鹿島

天平太鼓保存会 連絡先/090-1631-1696(松本 保)

祝入学

NOTOYANDYOMOGI315

中能登町井田 53  
 不動滝入口そば  
 ☎ (0767) 76-1479

どら焼きセット

「春の贈り物」

お仕事の様子、公開中 → のと屋は能登で和菓子を考える…の心 検索

祝節句

ありがとうの気持ちに 御菓子を添えて

よもぎ万頭の

桜杏仁 (茂久場牛乳使用) いちごロール (土・日限定)

苺びな

企画課

<消費生活相談コーナー> 閻町消費生活相談窓口 ☎ 74 - 2806  
県消費生活支援センター ☎ 076 - 255 - 2120

## 検針票は見せないで 電気の契約切り替えトラブル

**【事例】**  
契約中の大手電力会社の代理店を名乗る人が突然訪問してきて「電気代が今より安くなる。電気の検針票を見せてほしい。」と言われ、検針票を見せた。その後、「今より電気代が安くなる」と言われ、理解しないまま申込書に署名し供給地点特定番号を書いてしまった。書面は無く、内容がよく分からないので解約したい。  
(70歳代 男性)



**【対策】**  
電気の契約を切り替えると電気代が安くなると勧誘されても、料金プランや算定方法をしっかり説明してもらい、自分に合っているかよく検討することが大切です。周りの人に相談するのもよいでしょう。大手電力会社などを名乗るケースがみられます。実際の契約先はどこになるのか、事業者名や連絡先をよく確認しましょう。電力会社等は、検針票に記載されている顧客番号や供給地点特定番号などにより契約を行っています。記載情報を元に勝手に契約を切り替えられるケースもあるため、安易に教えないようにしましょう。クーリング・オフができる場合もあります。困ったときは、すぐに消費生活センター等（消費者ホットライン188）、もしくは経済産業省電力・ガス取引監視等委員会の相談窓口（03 - 3501 - 5725）にご相談ください。

## 脱毛エステのコース契約での解約トラブルに注意しましょう

**【事例】**  
数か月前、インターネットで評判の良かった脱毛サロンに出向いた。個室に通され、「40万円支払えば永久に脱毛が受けられる。これ以上お金はかからない。」と説明され、高額だが一生この値段で受けられるのであればと思いい、クレジット分割払いで契約した。1回目の施術を受け、痛みがあることを伝えたら「これ以上出力を抑えると効果がなくなるので我慢して」と言われた。これ以上続けられないと思いい解約を申し出たら、1回の施術代8万円と違約金2万円で合計10万円の解約料を請求された。契約書を見ると「期間は1年間、施術は5回までが有償、6回目以降は無償」との記載があった。1回しか施術を受けていないのに解約料が高額で納めできない。  
(20歳代 女性)

**【対策】**  
脱毛エステなどの長期間にわたる契約は「解約しなければならぬとき」も想定して慎重に行いましょう。長期間施術を受けられるコースなどは、多くの場合「有償で施術を受けられる期間・回数」と「無償で施術を受けられる期間・回数」に分かれており、中途解約で精算の対象となるのは原則として「有償の期間・回数」になります。通い放題コースでは、契約期間に対して有償部分が少なく設定されており、「思った以上に中途解約可能な期間が短かった」というトラブルが生じています。契約前に必ず契約書面の有償の期間・回数と単価を確認しましょう。長期間の契約が心配なときは、都度払いができるコースやエステ店を選択しましょう。困ったときは、すぐに消費生活センター等（消費者ホットライン188）にご相談ください。

土木建設課

閻土木建設課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3921

## 住まいの耐震化について

町では昭和56年以前に建築された木造住宅の耐震改修を進めています。大規模な地震が起きた場合に生命を失う原因の多くは建物の倒壊です。大切な生命と財産を守るために、補助制度を活用し耐震改修をしてください。

- ▶耐震診断 診断費用の2/3（上限12万円）
- ▶耐震設計 設計費用の2/3（上限20万円）
- ▶耐震改修 150万円上限



健康保険課

閻子育て支援室（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3134

## エコキャップの回収にご協力ください

町ではエコキャップ（ペットボトルのふた）を回収しています。皆さんからいただいたエコキャップはリサイクルされ、世界中の予防接種を受けられない子どもたちにワクチンとして提供されます。世界の子どもたちにワクチンを贈る運動にご協力ください。

※キャップ（860個）が、1人分のポリオワクチンになります。



エコキャップ回収場所	
役場	総務庁舎
役場	行政サービス庁舎
生涯学習センター	ラピア鹿島
ふるさと創修館	
カルチャーセンター飛翔	
町立保育園及び小中学校	

社会福祉協議会

## ゆうゆう・天平の里・憩イベント

▶ゆうゆう ☎ 74 - 2278

- 毎週月曜 10:40～ いきいき百歳体操  
(28日はシルバーリハビリ体操)
- 毎週火曜 大人の塗り絵
- 毎週水曜 14:20～ いきいき百歳体操  
脳トレ・ドリルの日

【展示】切り絵愛好会 作品展（～3/20）

▶天平の里 ☎ 76 - 0088

- ・3月9日 10:20～ シルバーリハビリ体操
- 【展示】二宮高砂会 手芸展（～3/20）
- ▶健康ハウス憩 ☎ 72 - 3970
- 【展示】土陽美会 絵画展（～3/20）

※新型コロナウイルス感染症の影響により、変更または中止となる場合があります。

さあ! あたらしいステージへ!!

# 人生100年

シニアの新しい働き方 (60歳以上)

## 中能登町シルバー人材センター

鹿島郡中能登町井田 3-6-7 ☎ 76-8060

詳しくは **中能登町シルバー** で **検索**

高齢者活躍人材確保育成事業 石川県シルバー人材センター連合会

### 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)

羽咋市石野町二 107 (やち歯科医院さん向かい)

☎ (0767) 22 - 1537

宅地建物取引業石川県知事(4)3772号  
不動産コンサルティングマスター

## テイクアウト

ご予約で **10%OFF**

ご卒業、ご入学のお祝い等に  
ぜひご利用ください!!

(3月31日まで)

【午前の部】11:00～14:30  
【午後の部】17:00～21:00

中能登町徳前 109-1  
TEL 0767-76-1439

【医】【食】【住】安心のメディカルホーム

## ローレルハイツ 恵寿

サービス付き高齢者向け住宅

### 入居者募集

恵寿総合病院の敷地内という優れた立地

◇ご夫婦や、ご兄弟2人で一緒に暮らすお部屋や  
◇家具・家電付きのお部屋など

お試し宿泊【要相談】お気軽にお申し込みください

お問い合わせは：  
七尾市富岡町95番地 ☎ 0767-52-6014

♥新築&リフォーム♥

## 全棟自由設計

《構造計算専門店》

家の新築やリフォームでお悩みの方  
病院、工場、事務所、店舗、住宅…  
木の温もりある建物。可能性は無限大。

(株)西川総合建築/にしけん事務所

七尾市本府中町ヲ部5番地2  
TEL 0120-911-018  
【代表取締役 西川剛志】

相談

ひとり親家庭相談
日時 3月8日 10時～15時
場所 行政サービス庁舎1階

手話通訳の案内
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 3月7日 10時～12時

DV相談
電話や手紙など、お気軽にご相談ください。
日時 平日9時～17時

DV相談
電話や手紙など、お気軽にご相談ください。
日時 平日9時～17時

DV相談
電話や手紙など、お気軽にご相談ください。
日時 平日9時～17時

結婚相談

1日 3月10日 13時30分～15時30分
場所 行政サービス庁舎2階

2日 3月11日 13時30分～15時30分
場所 ラピア鹿島2階

3日 3月12日 13時30分～15時30分
場所 ラピア鹿島2階

あんしん個別相談の日
心のうちをゆっくり話してみませんか。心のケア専門職があなたのお悩みをお聞きします。

1日 3月15日 13時30分～16時
場所 行政サービス庁舎2階

1日 3月15日 13時30分～16時
場所 行政サービス庁舎2階

2日 3月25日 13時30分～16時
場所 ラピア鹿島1階談話室

福祉に関する心配ごと相談
日時 3月22日 14時～16時
場所 行政サービス庁舎1階

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・金の9時～12時

1日 3月13日 13時～16時
場所 行政サービス庁舎1階

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 3月9日 13時30分～16時
場所 アル・プラザ鹿島

司法書士無料相談
遺言相続・許認可申請などの相談をお受けします。

電話相談のほか、ウェブによる相談（要予約）もお受けします。
日時 3月13日 13時～16時

1日 3月13日 13時～16時
場所 行政サービス庁舎1階

募集

自衛官募集
幹部候補生
応募資格
①22歳以上～26歳未満

2予備自衛官
応募資格
①一般 18歳以上～34歳未満

1次試験
4月23日 筆記試験
4月24日 筆記式操縦適正試験

募集

2予備自衛官
応募資格
①一般 18歳以上～34歳未満

1次試験
4月11日 10時～17日 17日
4月25日 10月10日

1次試験
4月23日 筆記試験
4月24日 筆記式操縦適正試験

結婚推進員募集

中能登町結婚推進員の会では、推進員を募集します（特に鳥屋地区）。

「スキマ時間」に働きませんか
中能登町シルバー人材センターでは作業員を募集しています。

1次試験
4月23日 筆記試験
4月24日 筆記式操縦適正試験

イベント

中能登町文化協会
カラオケ春の歌まつり
日時 3月6日 13時開演

料金 無料（入場整理券が必要）
入場整理券はラピア鹿島で配布

1次試験
4月23日 筆記試験
4月24日 筆記式操縦適正試験

pick up
多文化共生・国際交流のひろば

=外国人住民は167人=
昨年未の外国人住民は167人で、約70%が技能実習生です。

お知り合いの外国人住民の方に、日本語教室が開かれていることをお知らせください。

3月の教室
3月6日 日本語クラス「レストランの利用の仕方」

中能登にほんご広場「茶の間」
～しゃべらんかいね～
Facebook

問生涯学習課（国際交流担当） ☎76-1900

町営住宅入居者募集

【コーポとりや】…3戸
申込条件①住宅に困っている世帯
②税を滞納していないことなど

にしけんさんプロ
成功する可能性は低いかもしれない
ある時は皆から反対されるかもしれない

ひかり1ギガ 高速インターネット
月額基本料金 6,050円/月
4,950円/月

能登和楽の里
介護スタッフ募集
①正社員 ②夜勤パート ③日勤パート

無料法律相談会
交通事故、相続、離婚、債務等
お困りごとをお気軽にご相談ください。

あなたの生涯設計
一緒に考えます
人生100年時代に入。未来のあなたと家族にゆとりと安心を。

役場などの連絡先
庁舎代表 ☎72-3131
住民窓口 ☎72-3131

税務課 ☎72-3136
健康保険課 ☎72-3129
（健診） ☎72-3140

土木建設課(道路) ☎72-3920
土木建設課(住宅) ☎72-3921

生活環境課(上水) ☎72-3925
生活環境課(下水) ☎72-3926

総務庁舎
庁舎代表 ☎74-1234
総務課 ☎74-1234

生涯学習課(ラピア鹿島内) ☎76-1900
生涯学習課(ラピア鹿島内) ☎76-1900

情報推進課(ケーブルテレビ放送センター内) ☎76-2437
学校教育課(ラピア鹿島内) ☎76-2808

## 「高齢者用肺炎球菌予防接種」はお済みですか？



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

令和3年度の実施期間は、**令和4年3月31日**までとなっていますので、対象のかたでまだお済みでない場合は早めに接種をしましょう。

※対象のかたには、令和3年8月頃に接種券を郵送しています。

## 柔道整復師（接骨院・整骨院）のかかりかた

接骨院・整骨院で施術を受けた場合、国民健康保険が使える場合と使えない場合があります。

健康保険は、治療を目的としたものであり、下記のように国民健康保険の対象にならない場合もありますので、負傷の原因は正確にきちんと伝えましょう。



### 保険が使える場合

外傷性の骨折・脱臼、打撲および捻挫等（肉離れを含む）

【例】日常生活やスポーツ中に転んでひざを打ったり、足首をひねったりして、急に痛みがでたとき

※骨折、脱臼については医師の同意が必要です（応急措置を除く）



### 保険が使えない場合

慢性に至った外傷性の負傷

日常生活による単なる疲れや肩こり  
単なる加齢からの痛み

スポーツなどの肉体疲労からの回復目的  
脳疾患などの後遺症

リウマチ・関節炎などの痛み

労災保険が適用となる工作中的のケガ

マッサージ  
代替りの利用は  
保険対象外です！



## 療養費の適正化にご協力ください

### ▶負傷原因を正確に伝えましょう

外傷性が明らかな負傷でないと、国民健康保険を適用することができません。何が原因で負傷したのかをきちんと伝えましょう。また、交通事故など第三者からの行為で国民健康保険を使う場合は、保険者である中能登町へ必ず連絡してください。

### ▶「療養費支給申請書」を確認してから署名しましょう

本人に代わり、柔道整復師が療養費の支給申請を行う「受領委任払い」を利用するときは、「療養費支給申請書」への署名が必要です。負傷原因、負傷名、日数、金額をよく確認し、必ず自分で署名もしくは記名押印しましょう。

### ▶病院での治療との重複はできません

同一の負傷について、同時期に柔道整復師と医師に重複してかかることはできません。

ただし、負傷の状態を確認するため医師の検査を受けることは可能です。

※施術が長期にわたる場合、内科的要因も考えられますので、医師の診断をうけましょう。

### ▶領収書は必ずうけとりましょう

保険医療機関には、領収書の無料発行が義務付けられています。接骨院等の窓口では領収書を必ずもらいましょう。後日中能登町から送付される医療費通知と照合し、請求金額や内容等に間違いがないか確認をしましょう。

### ▶治療内容について町からお尋ねする場合があります

施術日や負傷の原因、施術内容について、照会させていただく場合があります。これは請求内容等に誤りがないか確認をするためです。ご協力をお願いします。



国民健康保険の保険証で診療や施術を受けた場合、保険者である中能登町から医療機関等に支払われる医療費は、皆さんが納めている保険税等によって賄われています。病院や接骨院、整骨院は正しくかかりましょう。



## HEALTH

## 健康ひろば

国民健康保険課 ☎ 72 - 3140

## 3月は自殺対策強化月間です

あなたの身近に悩んでいる人はいませんか？大切な命を守るためにみんなができること



### 「ゲートキーパー」をご存じですか？

身近なところで悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことを「ゲートキーパー」と呼びます。一人ひとりがゲートキーパーとなり、自分の身近な大切な人を支えましょう。

### ゲートキーパーの心得 11 か条

- 自ら相手とかかわるための心の準備をしましょう
- 温かみのある対応をしましょう
- 真剣に聴いているという姿勢を相手に伝えましょう
- 相手の話を否定せず、しっかりと聴きましょう
- 相手のこれまでの苦勞をねぎらいましょう
- 心配していることを伝えましょう
- わかりやすく、かつゆっくりと話をしましょう
- 一緒に考えることが支援です
- 準備やスキルアップも大切です
- 自分が相談にのって困ったときのつなぎ先（相談窓口等）を知っておきましょう
- ゲートキーパー自身の健康管理、悩み相談も大切です



まずは、声をかけることから始めてみませんか？

## 心のケア専門職による「あんしん個別相談の日」をご利用ください

相談無料・個室相談・秘密厳守・一人 80 分

心配なこと、つらいこと、苦しいことを話してみませんか？話すことで自身が見えてくることがあります。その気持ちを誰かに伝えるだけでできっと楽になります。 ※相談日は 12 ページ掲載の「くらしの連絡帳」でご確認ください。

## 不妊治療費を助成します

不妊治療  
二次元コード



中能登町では、不妊治療費助成事業を実施しています。申請の際には、「助成交付申請書」のほかに添付書類が必要となりますので、詳細は町ホームページもしくは、健康保険課 子育て支援室（☎ 72 - 3134）までお問い合わせください。 ※令和4年度より、不妊治療に係る費用が保険適用となり、一般・特定不妊治療費助成が終了します。

特定不妊治療において、年度をまたいで治療が必要となる場合は、健康保険課 子育て支援室までご連絡ください。

区分	一般不妊治療	特定不妊治療
治療の種類	タイミング療法、薬物療法、手術療法、人工授精など	体外受精、顕微授精など
助成対象者	①法律上の婚姻をしている夫婦 ②夫婦の両方または一方が、中能登町に住所を有し、助成申請をした日まで1年以上居住している人 ③夫婦の前年所得の合算で730万円未満（前年の所得が確定するまでの間は前々年の所得） ④産婦人科や泌尿器科を有する医療機関において不妊治療を受けた人	①、②、③については一般不妊治療と同じ ④石川県の指定医療機関において不妊治療を受けた人 ⑤石川県の不妊治療費助成を受けた人
申請期限	令和4年3月31日までに申請してください	令和3年度～令和4年度にまたいで治療となる場合は、子育て支援室までご連絡ください

## 3月の子育て支援センター行事

- ▶【なかよし広場】こすもす保育園  
3月 1日 10:00～12:00
- ▶【ひなまつり会】とりやの子ども園  
3月 2日 10:00～12:00
- ▶【のびのびサークル】<たまて箱のおはなし会>あおば保育園  
3月 2日 10:00～12:00 ※定員になり次第メチ
- ▶【なかよし広場】つくし保育園  
3月 8日 10:00～12:00
- ▶【のびのびサークル】<大きくなったかな>あおば保育園  
3月 9日 10:00～12:00 ※定員になり次第メチ
- ▶【成長をお祝いしましょう】とりやの子ども園  
3月 14日 10:00～12:00

行事はコロナウイルスの感染状況により中止になることがありますので、各園へご確認ください。

- ▶【なかよし広場】さくら保育園  
3月 15日 10:00～12:00
- ▶【なかよし広場】たんぼぼ保育園  
3月 17日 10:00～12:00



子育て支援センターの利用については**予約制**となりますので、事前にご連絡をお願いします。

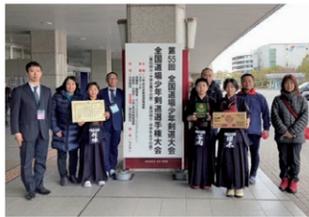
### 保育園と認定こども園は子育ての強い味方です

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 とりやの子ども園 ☎ 74-0135

## SPORTS

## エンジョイスports

- 第55回 全国道場少年剣道大会  
1月5日 大阪府おおきにアリーナ舞洲  
【団体戦】  
▶第4ブロック  
第3位 中能登武道館



- 第43回 加賀能登少年剣道大会  
1月9日 かがほく市宇ノ気体育館  
【団体戦】  
▶第3位 鹿西剣道教室  
(選手) 谷内 遙仁、土本 智輝、今井 乃愛、近江 真希、大森 さくら、中橋 慧、本澤 勇人、大森 鉄平
- 第17回 中能登町民卓球大会  
1月16日 中能登中学校体育館  
【男子シングルス】  
▶優勝 清水 厚 (黒氏)  
▶準優勝 三野浩太郎 (未坂)  
▶第3位 打越 史彦 (羽坂)、久保 慎一 (春木)

- 【女子シングルス】  
▶優勝 久保 彩奈 (中能登中)  
▶準優勝 木島 香優 (鹿西小)  
▶第3位 木島 香愛 (中能登中)、久保 結奈 (鳥屋小)
- 【女子ダブルス】  
▶優勝 久保 彩奈 (中能登中)、久保 結奈 (鳥屋小)  
▶準優勝 木島 香愛 (中能登中)、永瀬 楓梨 (中能登中)  
▶第3位 野岸 あこ (中能登中)、木島 香優 (鹿西小)、菅野 美心 (中能登中)、小蔵かりん (中能登中)

- 【小学生以下男子シングルス】  
▶優勝 丹後 光海 (鹿西小)  
▶準優勝 細川 琉生 (鹿西小)  
▶第3位 谷内 照空 (鹿西小)
- 【小学生以下女子シングルス】  
▶優勝 走出 心陽 (鹿島小)  
▶準優勝 川島 絆愛 (鹿西小)  
▶第3位 山本 望愛 (鹿島小)、澤越 友里 (鳥屋小)



## 男女共同参画 PR 協力・共同 男女共同参画部！



### ★おとう飯プロジェクト 第12弾！

コロナ禍でお家にいる時間が増えている今、男性でも簡単に作れるおいしい料理「おとう飯」のレシピを紹介します。第12弾の今回は、みほのママさん（徳前）考案のおとう飯レシピです。



### レシピ名「チーズリゾット」 調理時間 10分

#### 【材料】

- ・ご飯 … 1人前
- ・ベーコン … 30g
- ・とろけるチーズ … 40g
- ・牛乳 … 150ml
- ・塩 … 少々
- ・ブラックペッパー … 適量
- ・粉チーズ … お好みで



#### 【作り方】

- ①ベーコンはサイコロ状に切って、アルミホイルに乗せ、オーブントースターでこんがりするまで加熱する。  
※5分くらいかかるので、急ぐ際はフライパンで！ただし洗いの物が増えます。
- ②ご飯はサッと水洗いしてぬめりをとる。
- ③アツアツのご飯にこんがりベーコンを均一に混ぜ込む。 ※ご飯が冷めていたらレンジで温める。
- ④牛乳をレンジで温める。
- ⑤③にレンジで温めた牛乳と塩を加えて混ぜ合わせ、とろけるチーズを乗せる。チーズが溶けたらブラックペッパーを振りかけて完成！粉チーズを振りかけてもOK！

## BOOKS

## 図書館へ行こう

図書館  
利用状況

1月 貸出冊数 10,827冊  
貸出人数 2,787人

### 新刊案内

新しく入った図書の一部を紹介します

#### 【一般書】

- ・明日へつながる5つの物語

あさのあつこ/著



自分を越えた厚い忠義、軽やかで不思議な恋愛、再び結ばれた友情、親子の愛の記憶。物語の名手によって紡がれた、前向きな気持ちになりたい人へ贈る希望あふれる珠玉の作品集。

- ・ギネス世界記録 2022 クレイグ・グレンディ/編
- ・何でもないことで心が疲れる人のための本 榎本 博明/著

- ・鎌倉殿の13人
- ・桃太郎のきびだんごは経費で落ちるのか？

高橋 創/著

- ・子育てがぐっとラクになる「言葉がけ」のコツ

島村 華子/監修

- ・虫のぬけがら図鑑 安田 守/著
- ・圧力鍋の生涯作り続けたいレシピ100

石原 洋子/著

- ・仮面ライダー大全 平成編上 講談社/編
- ・お探し物は図書室まで 青山 美智子/著
- ・吾妻おもかげ 梶 よう子/著
- ・心霊探偵八雲 INITIAL FILE 魂の素数

神永 学/著

- ・采女の怨霊 高田 崇史/著
- ・昭和の名短篇 荒川 洋治/編
- ・またあおう 畠中 恵/著
- ・死ぬまで、働く。池田 きぬ/著
- ・挑戦 山中 伸弥/著
- ・メルケル カティ・マートン/著
- ・エジプトの空の下 飯山 陽/著

### 図書の貸し出しには図書館利用カードが必要です

町立図書館リニューアルオープンにともない、令和3年11月以前の図書館利用カードは使用できなくなっています。ご利用の際には、従来のカードの更新手続きをお願いします。また、新規カードのお申込みも受付しています。皆さまのご利用をお待ちしています。

#### ◆◆◆受付場所◆◆◆

- ・町立図書館（ラピア鹿島内）
- ・ふるさと創修館図書室
- ・カルチャーセンター飛翔図書室

※公的な身分証明書をご持参ください



### 行事案内

- ▶ピノキオのおはなし会  
3月 5日 14:00～ ふるさと創修館
- ▶ボランティアのおはなし会  
3月 12日 11:00～ 中能登町立図書館  
14:00～ カルチャーセンター飛翔
- ▶English STORY TIME～英語で絵本を楽しく読もう！～  
3月 26日 14:00～ 中能登町立図書館
- ▶ミニおはなし会  
毎週木曜日 16:30～ カルチャーセンター飛翔



#### 【児童書】

- ・カジュアルな算数・数学の話

鶴崎 修功/著

方程式、関数・グラフ、図形、確率…。誰もが知っておくべき中学までの数学を（一部高校数学も）7つの話題に整理して、イッキに身につける入門書。理解を深めて効率的に基礎を使えるようになるための学び方も満載。



- ・学園ミステリー 恩田 陸/著
- ・わらしべちょうじゃ いもとようこ/文・絵
- ・がんばれ！ロウソクギンポ 今井 寛治/写真・文
- ・あいたいあいたいあいうえお 聞かせ屋。けいたろう/文
- ・王さまのお菓子 石井 睦美/文
- ・あ・さ・ご・は・ん！ 武田 美穂/作
- ・にじゅうおくこうねんのこどく 谷川 俊太郎/詩
- ・アンパンマンとさばくのたから やなせ たかし/作・絵
- ・大きな絵で楽しむはじめてのわくわく図鑑 恐竜編 キャサリン・D. ヒューズ/著

- ・本当の「心の強さ」ってなんだろう？

齋藤 孝/著

- ・捨てないパン屋の挑戦 井出 留美/著
- ・一ノ瀬ユウナが浮いている 乙一/著
- ・かいけつゾロリきょうふのダンジョン 原 ゆたか/さく・え
- ・少女と少年と海の物語 クリス・ヴィック/著
- ・地球を飛び出せ！宇宙探査 荒船 良孝/著
- ・馬と明日へ 杉本 りえ/作
- ・不思議屋敷の転校生 藤重 ヒカル/作

町立図書館 ☎ 76-0544 (ラピア鹿島内) ふるさと創修館図書室 ☎ 74-2610 カルチャーセンター飛翔図書室 ☎ 72-4333

町内無料 ☎ 9-76-1900 休館日：月 町内無料 ☎ 9-74-2735 休室日：火・祝 町内無料 ☎ 9-72-4555 休室日：水・祝

【開館時間】〈平日〉町立図書館 10:00～19:00 図書室 13:30～18:00 〈土日祝〉9:00～17:00 ※祝日の開館は町立図書館のみ

町ホームページにも番組表を掲載しています。このアイコンからご覧になれます。



## A なかのと通信 (月2回更新)

【1～15日】

- ・中能登町立志式
- ・やさしい手話講座 (第29回「まとめ③仕事の話・サークルの話」編)

【16～31日】

- ・第9回なかのとクッキング【食改さんのおすすめレシピ】

## B こども通信 (月2回更新)

【1～15日】

- ・【再】こども向けフィットネス (親子ふれあいトレーニング)

【16～31日】

- ・ひなまつり会 (たんぼぼ保育園)



## C なかのとスペシャル (月2回更新)

【1～15日】

- ・はばたけ! なかのとっ子 (とりやの子ども園)
- ・【再】大舞踊祭【第2部】

【16～31日】

- ・町立3小学校6年生を送る会

時間帯	月	火	水	木	金	土	日
6:00							
7:00							
8:00							
8:30							
9:00							
9:15							
9:25							
9:30							
10:00							
11:00							
12:00							
12:30							
13:00							
13:15							
13:30							
14:00							
14:15							
14:25							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:15							
16:30							
17:00							
17:15							
17:30							
18:00							
18:15							
18:30							
19:00							
20:00							
21:00							
21:30							
22:00							
22:15							
22:25							
22:30							
23:00							
23:15							
23:30							
0:00							
0:30							

▶放送時間や内容は都合により変更する場合があります。  
▶「こんな番組が見たい」「あの番組をもう一度みたい」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。

〒ケーブルテレビ放送センター ☎76-2437

祝日は国旗を掲げましょう [3月の祝日] ▶21日 春分の日

## 慶弔だより

(1/1～1/31 受付分)

- たかさごや ご結婚おめでとう  
夫になる人 妻になる人 (住所)  
松江 徹 ♥ 上岸 麻耶 (良川)  
畑 和希 ♥ 茶谷 有沙 (西馬場)
- おめでた こんにちば赤ちゃん  
氏名 届出人 (住所)  
藪田 都和 智也 (東馬場)  
前田 瑚采 勝利 (金丸)  
山本 緯歩 希 輝 (徳前)  
佐々木 颯 崇 (末坂)  
澤 侑加 賢成 (良川)  
山川 仁聡 智大 (井田)  
堂口 喜音 輝雄 (瀬戸)
- おくやみ ご冥福をお祈りします  
氏名 年齢 (住所)  
小林 壯吉 84歳 (黒氏)  
前多 民子 92歳 (下後山)  
表 綾子 92歳 (在江)  
藏田 和子 92歳 (金丸)  
廣田すが子 82歳 (良川)  
黒坂ミサオ 93歳 (芹川)  
中村せつ子 92歳 (小田中)  
藤井 謙一 93歳 (福田)  
小林百合子 96歳 (良川)  
金西 信治 81歳 (曾祢)  
宮川 惣市 92歳 (能登部下)  
田中 進 77歳 (黒氏)  
三原 實 86歳 (能登部下)  
池田キヌ子 88歳 (能登部下)  
泉 信子 88歳 (井田)  
宮崎 國男 88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。  
〒住民窓口課 ☎72-3132

## ふるさと応援寄附金 ありがとうございます

- ▶にぎわいと活力あるまちづくり  
大谷 正光 さま (愛知県半田市) より12万円
- ▶子育て支援および交通防犯  
故 山本 孝司 さま (二宮) より30万円

## 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)
3/6	☞ やまもと眼科クリニック ☞ 森クリニック ☞ 志賀クリニック
3/13	☞ 八野田整形外科医院 ☞ なかお内科医院 ☞ 恵寿総合病院
3/20	☞ 岡部内科クリニック ☞ さはらファミリークリニック ☞ さはらファミリークリニック
3/21	☞ 山田産婦人科医院 ☞ 安田医院 ☞ 公立能登総合病院
3/27	☞ 横山内科医院 ☞ 山崎医院 ☞ とどろき医院

※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



## 入って安心 「スポーツ安全保険」

「スポーツ安全保険」は、アマチュアのスポーツ・文化・ボランティア活動などを行う4人以上の団体を対象に、経路往復中も含めた団体活動中の傷害事故および賠償責任を負う事故を補償するものです。万一に備えて加入しましょう。

- ▶受付期間  
令和4年3月1日～令和5年3月30日
- ☎公益財団法人 スポーツ安全協会  
石川県支部 ☎076-268-3100  
生涯学習課スポーツ担当 ☎76-1900  
【HP】 <http://www.sportsanzen.org>

## お宅の住宅用火災警報器、そろそろ交換時期ではありませんか？

住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の劣化や電池切れなどで火災を感知しなくなることがあるためとても危険です。10年を目安に交換しましょう。

2021年度全国統一防火標語  
おうち時間 家族で点検 火の始末

☎中能登消防署 ☎76-0119



## まちのうごき

人口と世帯数

令和4年2月1日時点

※カッコ内は前月比

▶人口 (-27)  
17,324人

▶男 (-14)  
8,394人

▶女 (-13)  
8,930人

▶世帯数 (-12)  
6,601世帯

※外国人住民を含む人口、世帯数も掲載



## 納期のお知らせ

▶介護保険料

第12期 3月31日

▶国民健康保険税及び後期高齢者医療保険料

第12期 3月31日

▶上下水道料

2月分

口座振替 3月25日

自主納付 3月31日

※町税・上下水道料の再振替

4月15日

知らないうちに、拡めちゃうから。



引き続きマスクの着用、手洗いの徹底を

## 石川しあわせ婚応援パスポート 「婚パス」申請受付中!

- ♥1年以内に結婚を予定しているカップル
- ♥結婚後1年以内の新婚夫婦
- 協賛店舗で提示すると割引などの特典が受けられるパスポートの詳細、お申込みはHPから。
- 固いしあわせ結婚支援センター婚パス事務局 ☎076-255-1535

