

広報

nakanoto

2025 December

12

No.250

JR

能登部

のとべ Notobe

かねまる  
Kanemaru

よしかわ  
Yoshikawa

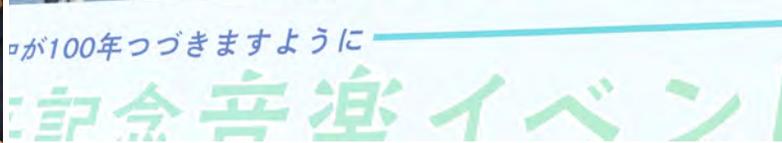


▼COVER

一青窈

遂に、中能登町へ

令和7年10月12日 能登部駅にて撮影



# 中能登町町制 20周年記念 音楽イベント

10月12日、レクトピアパークにて町制20周年を記念する音楽イベントが開催されました。

当日は、キッチンカーや物販で賑わいをみせ、中能登音頭やアーティストなどがイベントに華を添えました。





一青窈さんはステージの前に、被災地慰問として能登駅にて、仮設住宅入居者コミュニティ「おしゃべり倶楽部」のみなさんと交流されました。

歌声と同様、包み込むようなやさしさと力強さのあるお人柄と、復興への応援に勇気づけられ、涙を流す方も、、、

一青さんは、「横のつながりを大切にされていて、生きる強さがすごい」と町民の印象を語りました。





11月2日、第11回中能登トレジャートレイルランが開催されました。能登半島地震の影響で2年ぶりの復活となった本大会は、国内各地および海外から793名のエントリーがありました。

ランナーは悪天候すらも力に変え、石動山や碁石が峰をはじめとする町内の山々を駆け抜け、町民やスタッフとの交流を楽しまれている様子でした。

参加された多くの方から復興や大会を応援するお声をいただいております、地元にも勇気と元気を与えてくれるイベントとなりました。





# NTTR

11th Nakanoto Treasure Trailrun 2025



# 令和7年度功労者表彰式



11月1日、令和7年度中能登町功労者表彰式がラピア鹿島で挙行政され、永年にわたり、町政の発展に功績のあった2名に、表彰状が贈呈されました。

【自治文化功労者】

領家 優氏  
りょうけ まさる

高畠 (76歳)



平成25年3月から3期12年の永きにわたり、中能登町選挙管理委員会委員を務め、令和3年3月から令和7年3月までは選挙管理委員会委員長として、豊富な経験と卓越した識見をもって、選挙の適正な執行と管理及び明るい選挙の推進に尽力されました。

【自治文化功労者】

梅木 廣子氏  
うめき ひろこ

能登部下 (82歳)



平成17年3月から令和7年3月までの永きにわたり、食生活改善推進員として、地域の栄養及び食生活改善活動に取り組み、地域住民に対し生涯を通じて食育の推進、健康づくり活動を効果的に行い、町民の健康増進に貢献されました。



# なかのとまちの ふるさと納税

ふるさと納税を通じて当町のまちづくりを応援して下さる皆様からのご寄附を受け付けています。

ふるさと納税によりご寄附をいただいた寄附金を「中能登町ふるさと応援基金」に積み立て、運用を行い、中能登町総合計画に基づき少子高齢社会の対応や環境問題、安全で安心な町づくり等の事業を実施していきます。皆様からいただいた寄附金は、以下の施策に活用させていただきます。

## 近年の寄附額

令和4年度 6,781,000円

令和5年度 98,962,860円

令和6年度 85,168,481円

たくさんのご寄附ありがとうございます！

## 返礼品の一例



## 寄附金の活用

- ①にぎわいと活気あるまちづくり  
商工業・農業・観光の振興、防災体制の強化と社会基盤の整備充実を図ります。
- ②健康でいきいきと暮らせるまちづくり  
子育て支援や地域福祉を支える体制の充実と保健・医療の充実を図ります。
- ③地域の風土を活かしたまちづくり  
伝統技術の継承や環境の保全活用、環境に優しいまちづくりの推進を図ります。
- ④強い絆を育むまちづくり  
伝統文化の保護と交流機会の拡大支援を図ります。
- ⑤学びを支えるまちづくり  
学校教育の充実と生涯学習の推進を図ります。
- ⑥子育てしやすいまちづくり  
子どもの健やかな成長と子育てを支えあう環境づくりの推進を図ります。
- ⑦町制一般の活用  
その他町制一般に活用します。
- ⑧災害支援  
町の復旧・復興を支援します。
- ⑨鹿西高校の生徒が伸びる魅力的な学校づくり  
生徒が伸びる学校を目指し、魅力向上につながる取り組みを応援します。

町ホームページにて寄附者様のお名前を掲載しています。  
※掲載を了承いただいた方のみ  
(令和5年1月分から) ▶



他にも返礼品がいっぱい！  
申込方法も掲載しています。

◀ふるさと納税 町ホームページ



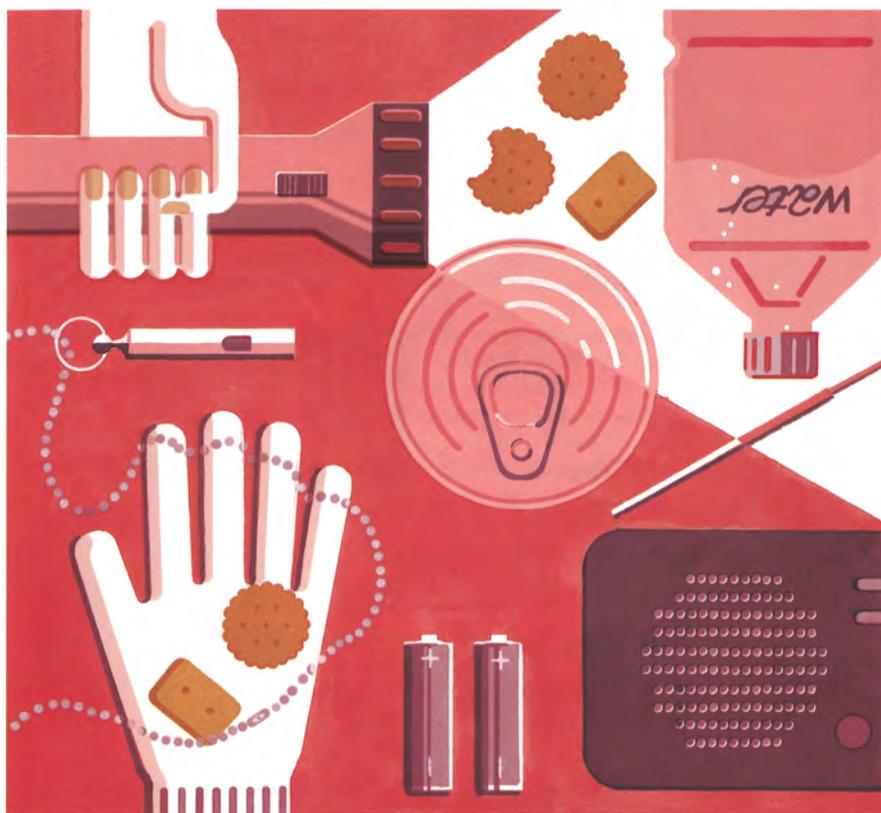
企業版ふるさと納税は  
こちらからご確認ください

◀企業版ふるさと納税 町ホームページ

# RING BELL SONAE

リンベルソナエ

大切な人へ「安心」という贈り物



令和6年能登半島地震では、たくさんの人が不安で不便な日々を送りました。地震を経験したからこそ、「備えの大切さ」を感じた方も多いと思います。災害の備えは、日々の生活の中に、できることを少しずつ取り入れていくことが大切です。無理のない備えから安心を積み重ねていきましょう。

いざという時の備え、できていますか？  
～防災カタログで我が家の安心をアップデート～

## 家庭における備えをサポートします！

中能登町では、ご家庭での災害の備えを推進するため、防災グッズのみを掲載した「防災カタログ」を町内の各世帯に発送します。

- |      |   |
|------|---|
| 発送時期 | 12月中旬   |
| 対象   | 令和7年11月1日時点で中能登町に住民登録している世帯   |
| 内容   | カタログに掲載された <b>防災グッズ</b> がもらえます。(1世帯1点のみ)<br>防災に特化した200種類以上の商品(3000円相当分)からお選びください。   |
| 申込方法 | <u>WEBでの申し込み</u> 専用のホームページから申し込みできます。<br>[ID番号][パスワード]はカタログに同封されているハガキをご確認ください。<br><u>ハガキでの申し込み</u> カatalogに同封されているハガキでお申し込みください。 |
| 申込期限 | カタログ到着日から6か月 ハガキ：当日消印有効   |

# 防災カタログギフトの使い方

防災カタログは、「安全な住まいの備え」、「避難生活の備え」、「水や食料の備え」など、いくつかの分野にわかれて防災グッズを紹介しています

1

## 安全な住まいの備え 家の安全を守る工夫を

強い地震により、家具が転倒・落下・移動すると**ケガ・火災**のリスクがあるだけではなく、倒れた家具により、**逃げ道がふさがれて、家から逃げられなくなる**恐れがあります。

### ■家具転倒防止ポール

家具と天井の間に取り付けて、転倒を防ぎます。

### ■家具転倒防止ストッパー、粘着マット

棚やテレビ台の下に設置する、または粘着シールを貼るだけで家具を固定します。小型家具や家電にも使えます。

### ■ガラス飛散防止フィルム

窓ガラスに貼ることで、割れた時のガラスの飛び散りを防ぎます。

転倒防止対策は、ケガの防止だけでなく、避難経路を確保するためにも重要です。

家具の上に物を置かない、寝る場所や座る場所に重い家具を置かないようにするのも、立派な防災対策です。



2

## 避難生活の備え

災害により自宅にいられない場合は、速やかに避難しなくてはなりません。それ以外の場合は自宅避難生活を送ることになります。停電が起きた時のための**灯り**や屋外避難を想定した**防寒グッズ**、断水時に清潔を保つための**衛生用品**は、どんな季節でも必要になります。

### ■備蓄ライト、ランタン

停電時の灯りとして。電池式やソーラー式など、種類もいろいろあります。

### ■防寒アルミシート

体の熱を逃さず保温できるアルミシート。寒い時や屋外避難時に役に立ちます。

### ■非常用携帯トイレ

断水時や避難所生活で使える簡易トイレ。家族の人数や避難日数を考慮して、十分な数を準備しましょう。



灯りや防寒グッズ、衛生用品などの防災グッズは、災害時だけではなく、停電や断水などの「ちょっとした困りごと」にも役立ちます。

3

## 飲料水と食料の備え

大きな災害が発生すると、電気・ガス・水道などのライフラインが使えなくなったり、物流が機能しなくなったりする恐れがあります。**飲料水**は1人1日3ℓを目安に最低1週間分を、**食料**は最低3日分をストックしておきましょう。

日頃から食べて補充していく「ローリングストック」がおすすめです。そのまま食べられる缶詰やご飯、スープやジュースなどをバランスよくストックしましょう。



## 地震の経験をこれからの備えに

防災カタログは、「ひとつ選んで終わり」ではありません。

・どんな備えが必要か ・自分の家には何が足りないか ・災害時にこまるのはどんな場面か

防災カタログを見ながら、「うちには何か必要かな?」とご家族やご近所の方と話してみませんか? 少しの備えが、明日の安心につながります。

図 危機管理課 ☎ 74 - 1137 防災カタログコールセンター 0120 - 95 - 3333

# 広報 nakanoto

平成 17 年 3 月号に創刊号が発行されてから、20 年。「広報なかのと」は、町民の皆様とともに歩み続けてきました。

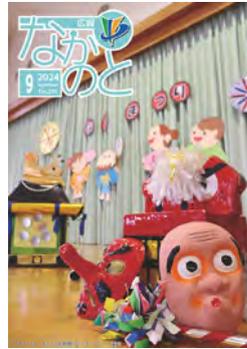
これからも「手に取りたくなる」「読みたくなる」「伝わる」そして「愛される」広報を目指していきます。

皆さんと共に

# No. 250

つないだ 4 年 2 か月、届けた 50 冊（令和 3 年 11 月号 No.201 ~ 令和 7 年 12 月号 No.250）





News

## 交通死亡事故ゼロ 700 日達成!!



9月25日、西村和<sup>にしむらかずいち</sup>市県警交通部長らが総務庁舎を訪れ、「交通死亡事故ゼロ700日達成」の感謝状と記念品の贈呈式が行われました。

中能登町は9月16日に交通死亡事故ゼロの継続日数700日を達成しました。宮下町長は、「これからも継続していけるよう町民のみなさまには安全運転を心掛けていただきたい」と話しました。



▲ 町と警察関係者

News

## 人権擁護委員 感謝状及び委嘱状伝達式

10月1日、行政サービス庁舎にて、人権擁護委員の感謝状および委嘱状伝達式が行われました。対象者は以下の通りです。

### 【退任者】

- ・土屋<sup>つちや けんじ</sup> 健次さん（金丸）  
4期（平成25年7月1日～令和7年9月30日）
- ・平野<sup>ひらの けいこ</sup> 恵子さん（能登部下）  
2期（令和元年10月1日～令和7年9月30日）

### 【委任者】

- ・丹後<sup>たんご としあき</sup> 敏明さん（良川）1期目
- ・近江<sup>おうみ かつゆき</sup> 勝之さん（能登部上）1期目  
※いずれも任期は令和7年10月～令和10年9月の3年間



▲（左から）土屋さん、平野さん、池田副町長、丹後さん  
※近江さんは都合により欠席

News

## 中能登町消防団 内閣総理大臣から感謝状

10月7日、令和7年防災功労者として内閣総理大臣から感謝状を授与された報告のため、中能登町消防団長の谷口英夫<sup>たにぐちひでお</sup>さんが総務庁舎を訪れました。

能登半島地震にて、消防団員自身も被災する中、地域の住民を第一に考え、安否確認や被害状況の確認、給水活動などを行い、住民の生活を支えたことが称えられたものです。

谷口消防団長は、「大変名誉な賞をいただいた。日頃からの団員の訓練やそれを支えるみなさまのおかげ。これからも団員一丸となって防火・防災に取り組み、町民の安全な暮らしを守っていきたい。」と話しました。



▲ 宮下町長と谷口消防団長

News

## 明治安田生命保険相互会社からご寄附

10月10日、明治安田生命保険相互会社金沢支社<sup>つねみねみつお</sup>の常峰光雄支社長らが総務庁舎を訪れ、62万1,093円のご寄附をいただきました。

明治安田生命保険相互会社の、地域の元気プロジェクトの一つである「私の地元応援募金」として、中能登町にゆかりのある社員から募った寄附です。

宮下町長は「住民の健康増進等のために有効に活用させていただきます」と伝え、感謝状を手渡しました。



▲ 宮下町長と常峰金沢支社長

Topics

## トヨタ自動車 ソフトボールクリニック

10月13日、トヨタ自動車のソフトボールクリニックがスポーツセンターろくせいで行われ、なかのと織姫 SBC を含む県内の小学生ソフトボールチームなど、総勢約60名が参加しました。トヨタ自動車ソフトボール部 OG の吉川未知<sup>よしかわ みち</sup>さん、神山みどり<sup>かみやま</sup>さんを中心に指導が行われました。

吉川さん、神山さんは参加した児童たちに、打撃や守備について実演を交えて指導をされました。また、児童たちはクリニックを通じて、県内のチームとの交流を深めました。

同社によるソフトボールクリニックは、今年3月に続き2回目の実施となりました。



▲ 笑顔みせる参加者たち

## 石川県文化功労賞を受賞

10月31日、町文化財保護審議会会長の家中進さん<sup>いえなすすむ</sup>（羽坂）が令和7年度の石川県文化功労賞を受賞しました。

家中さんは昭和55年4月から旧鳥屋町の文化財保護審議会委員となり、平成27年4月から中能登町の同会会長を現在まで務めてきました。地域の歴史研究に携わり、郷土史の編纂に取り組むなど、文化財の保護・継承に尽力されています。



▲（左から）妻の節子さん、馳知事、家中さん、安居県議会議長

## 秋の火災防ぎょ訓練

11月9日、旧鹿西庁舎を会場に、秋季火災防ぎょ訓練が行われました。

旧鹿西庁舎から出火し、風にあおられた火の粉が周辺に飛散し、付近の建物に延焼が拡大する危険があるという想定で行われ、各分団の連携や中継体形による効率的な送水について確認を行いました。

閉会式で宮下町長は「地域の安全安心を守る上で、消防団の役割は引き続き不可欠です。皆さまの技術と知識をさらに高めてください」と激励しました。



▲秋季火災防ぎょ訓練の様子

## 大きいお芋がたくさんとれたよ！

10月中旬、東馬場地内で町内の保育園の年長児112名が芋ほり体験を行いました。

この体験は、「株式会社なかのとふあーむ」が、秋の味覚であるサツマイモを自ら楽しんで掘り起こして美味しくいただくことで、農業や食に興味をもってもらうと企画したものです。

土で手が汚れても気にすることなく、サツマイモが見えてくると「お宝だ〜!」と大喜びの園児たち。頑張って掘り起こしたサツマイモを見て、「宇宙より大きい!」「私の顔と一緒な大きさ!」と、満面の笑みでした。



▲芋ほりを楽しむ園児たち

## 100歳おめでとうございます！

10月28日、能戸房枝さん<sup>の と ふ さ え</sup>（武部）が100歳を迎え、第二鹿寿苑にて町長から花束と目録が手渡されました。

能戸さんは、定年まで役場に勤められ、民生委員をされていた経験があるなど、長年町のために尽力されてきました。新聞を読むことと、美容のケアが日課で、長生きの秘訣を聞いたところ「施設職員さんのおかげ」とお話しされていました。町長からのお祝いの言葉を受け、「ありがとうございます」と笑顔を見せていました。



▲宮下町長と能戸さん、ご家族の皆様

## とき 朱鷺について学ぼう！

11月上旬、中能登ライオンズクラブと能登トキファンクラブによる、トキ授業が町内の保育園で行われました。この授業は未来の担い手である町内の子どもたちに朱鷺について知識を深めてもらうことが目的です。

こすもす保育園では、本州最後の朱鷺「能里<sup>のり</sup>」についての紙芝居や朱鷺に関する説明があり、園児たちは真剣な様子で話を聞いていました。

最後はイメージキャラクター「トキ次郎」とのダンスタイムがあり、大はしゃぎで触れ合いました。



▲トキ次郎とこすもす保育園の園児たち

## 住民窓口課

☎ 住民窓口課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3132

### 被災者生活再建支援金 (基礎支援金) の申請期限が近づいています

令和6年能登半島地震における「被災者生活再建支援金」の基礎支援金の申請はお済みですか。申請には期限がありますので、まだお済みでない方は、忘れずに申請をお願いします。  
※9月30日現在で基礎支援金が未申請の方に案内通知を送付していますのでご確認ください。

- ▶支給対象者：罹災証明書の交付を受けた世帯の世帯主
- ▶申請期限：基礎支援金 令和8年2月2日(受付終了となります)

## 土木建設課

☎ 土木建設課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3921

### ●住まいの耐震化相談会を開催します

「耐震診断・耐震設計・耐震改修工事をしたいけれど、どのようにすれば良いのか分からない」とお困りの方はいらっしゃいませんか。お気軽にご相談ください。

- ▶日時：12月13日(木) 10:00～14:00
- ▶場所：ラピア鹿島 ミューズホール



まずは  
耐震診断!

※昭和56年6月1日以降に建築された住宅も可能です。

現行の木造既存建築物耐震改修工事では、昭和56年5月31日以前に工事が着手された木造住宅が対象でしたが、今回の住宅耐震化事業では被災し、罹災証明(一部損壊以上)が発行された木造住宅が対象になります。

### ●復興公営住宅の仮申込について (申込多数の場合は抽選)

- ▶入居要件：・令和6年能登半島地震発災当時、中能登町内に居住していた世帯  
・罹災証明の判定が全壊、大規模半壊・中規模半壊・半壊で解体済または解体予定であること など
- ▶募集戸数 4戸
- ▶募集期間 12月1日(月)～19日(金) 9:00～17:00まで(土日祝日は除く)

## 長寿福祉課

☎ 長寿福祉課 高齢者支援センター (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 2697

### 弁護士による県下一斉“無料”法律相談会を行います

金沢弁護士会では、石川県下の地域包括支援センター等において、高齢者や障がいのある方、そのご家族を対象とした無料法律相談会を実施します。「借金の返済に困っている・・・」「相続でもめたくないけど、どうしたらいいだろう・・・」など、法律上の問題全般について、何でもお気軽にご相談ください。

- ▶日 時：12月5日(金) 13:00～16:00
- ▶場 所：行政サービス庁舎1階 相談室1
- ▶対 象 者：高齢者、障がいのある方、その家族・支援者
- ▶相談内容：成年後見、相続、遺言、財産管理、消費者被害、その他法律上の問題全般
- ▶相 談 料：無料(相談時間：お一人につき45分、定員：4人まで)
- ▶申 込 先：長寿福祉課 高齢者支援センター ☎ 72 - 2697
- ▶締 切：12月4日(木) 17:00まで ※予約が定員に満たない場合のみ、当日受付(先着順)を行います





### さくらの鍼灸院

SAKURA Acupuncture salon

鍼やお灸を使った治療、訪問鍼灸、健康・美容に関するご相談 承ります☆  
当院の紹介・メニューなどは  
左記二次元コードから!



鍼灸は、最近、西洋医学と合わせて代替医療として大きな役割を担っています!  
TVでも特集されることが増え、セルフケアにも取り入れやすいです!  
気になる方はぜひ一度ご来院ください!

住所：中能登町芥川ぬ部50番地  
電話：090-8182-2699  
田森 春菜 (予約兼用)

### “足ツボ”を試してみませんか?

- ・むくみや冷えて足がパンパン
- ・胃腸の調子が良くない...
- ・ぐっすり寝れない...
- ・足ツボが気になる... などなど



体験価格(40分)2,000円※お一人様一回限り

癒し処 久世 中能登町東馬場67-6  
中能登消防署から小竹交差点方面、400m左側白い平屋

完全予約制 火曜日(他曜日要相談)  
☎080-2576-2994

能登初!! 2025.5.11 オープン  
【脳疲労】と【睡眠】に特化

### 広瀬式ドライヘッドスパ専門店

特徴

- ①肩から上の筋肉をしっかりほぐす
- ②頭蓋骨縫合を緩める
- ③頭の反射区を指圧し全身にアプローチ

お体の不調(頭痛・眼精疲労・耳鳴り・頭の重さなど)でお困りの、そのあなた! RAFXIA-ラフシア-のヘッドスパは、脳疲労と睡眠に特化したヘッドスパです。睡眠の質を向上し、自律神経のバランスを整え、毎日が「なんかいい感じ!」を叶えるお手伝いをします。まずは、お気軽にお問い合わせ下さい。ご予約・来店お待ちしております!



完全予約制 / プライベートサロン

中能登町能登  
090-2066-4983  
rafaxia0511@gmail.com



長寿福祉課

☎ 長寿福祉課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3135

## 障がい者に対する理解と共感を深める「障害者週間」

「障害者週間」は毎年12月3日から12月9日までの期間、障がい者福祉への関心や理解を深め、障がい者があらゆる分野の活動に参加することを促進するため「障害者基本法」により定められています。この期間を中心に、全国で障がいのある方への意識啓発の機会として様々な取り組みやイベントが行われます。

中能登町でも七尾市・中能登町地域自立支援協議会の中のごとの部会の取り組みの一つとして、「ちゃれんじショップ」を開催します。「ちゃれんじショップ」では、障がいのある方が働く事業所で作ったお菓子や小物等を販売します。多くの方のご来場をお待ちしております。

〈七尾開催〉

▶日時：12月6日☎ 10:00～15:00  
▶場所：パトリア1階



〈中能登開催〉

▶日時：12月13日☎ 10:00～15:00  
▶場所：アル・プラザ鹿島1階



長寿福祉課

☎ 長寿福祉課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3133

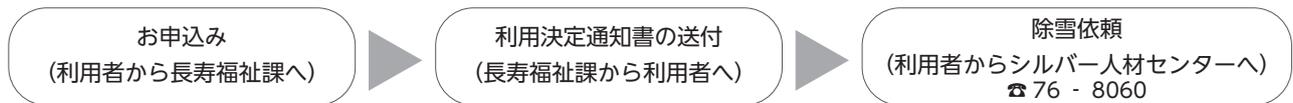
## 高齢者世帯等の除雪作業の費用を補助します

積雪の際に除雪が困難な人が利用できます。

- ▶対象者：高齢者（70歳以上）のみの世帯または要介護認定者・身体障がい者のみの世帯
- ▶除雪範囲：玄関先から道路に出るまでの間で、約1mの幅 ※除雪範囲以外は全額個人負担
- ▶利用者負担額：300円/1回



\*ご利用の流れ\*



※利用可能な期間および回数は、利用決定通知書に記載の「利用決定日」から令和8年3月31日までの間で5回までです

健康保険課

☎ 日本年金機構 七尾年金事務所 ☎ 53 - 6511

☎ 健康保険課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3129

## 11月30日（いいみらい）は「年金の日」です！

ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」では、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、ご自身の年金記録からさまざまな条件を設定した上で、年金見込額の試算をすることもできます。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

○日本年金機構ホームページ（ねんきんネット）▶



## 地震に強い山岡のお墓

自社製造でお客様に安心と信頼を

# 山岡石材店



アル・プラザ鹿島店

鹿島郡中能登町井田と部1番地1（アル・プラザ敷地内）

TEL.0767-76-7005

●新築&リフォーム●

住宅・店舗・事務所・倉庫

《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。可能性は無尽大。

㈱西川総合建築／にしけん事務所

七尾市国分町井部26番地1

TEL 0120-911-018

【代表取締役 西川剛志】



危機管理課

☎ 七尾鹿島消防本部

☎ 53 - 0119

☎ 羽咋郡市広域圏事務組合消防本部

☎ 0767 - 22 - 0089

## 映像通報システム「Live119」について

七尾鹿島消防本部では、令和8年4月1日から映像通報システム「Live119」を本格運用を開始します。

「Live119」は、119番通報に現場映像を加えた通報の「見える化」を行うシステムです。指令員が通報内容から判断し、「Live119」の使用をお願いすることがあります。

### 「Live119」を使用することで、次のような効果が期待できます

- ・ 通報者が、音声のみで伝えることが難しい災害現場の状況を、映像で伝えることができます
- ・ 心臓マッサージや止血などの応急手当のやり方を指令センターから映像で送ることができます
- ・ 山間部などで居場所がわからない場合でも、スマートフォンの位置情報から、おおよその場所を確認することができます

### 使用手順

ショートメッセージ(SMS)を  
消防から送信

SMSに記載のURLから  
Live119を起動

注意事項の確認とマイクなどの  
使用許可を行い、撮影開始!



☎ 119番通報をつないだまま

※令和7年11月1日から令和8年3月31日まで実証実験を行います

※通報時、撮影中は必ず周囲の安全を確認してください

※「Live119」使用時のデータ通信料は通報者の負担となりますのでご了承ください

**にしけんさんブログ**  
♥106回目♥

本気で何かを成し遂げたい、そう思った時壁にぶつかって立ち止まる人、迷っている人乗り越えようとする人、諦めて引き返す人本気とは逃げ道の退路を断つという事中途半端なら最後は逃げ道をたどってしまう全ての退路を断った時、人は本気になれる

(株)西川総合建築／にしけん事務所  
代表取締役 西川剛志

遊び方は  
**無限大**

仕事も遊びも  
自分流

**中能登町シルバー人材センター**  
鹿島郡中能登町井田参部 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

農林課

☎ 農林課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3922

## ツキノワグマ出没警戒情報の発令について

このたび石川県から、ツキノワグマによる人身事故がたて続けに発生している状況にあることから「ツキノワグマ出没警戒情報」が発令されました。

秋は冬眠を目前にしたクマが、食べ物を求めて1年の中でも活発となり、中能登町でも目撃・痕跡情報が複数寄せられていることから、不意の遭遇による被害が起きる可能性が高いと思われます。

被害を防ぐため、以下の対策や準備をしっかりと行っていただくようお願いします。

- ① 不要なカキやクリなどの果実の迅速な摘み取り、ハチの巣の除去、ペットフードや生ごみを放置しない等のクマの誘引物の除去を徹底する
- ② クマが隠れられるような集落に隣接するやぶや草むらの刈り払い
- ③ 活動が活発になる早朝や夕方、夜間のジョギングや散歩などを控える
- ④ やむを得ず山林に入る場合には、2人以上で行動し、鈴やラジオを携帯して人の存在をクマに気付かせるようにするほか、車に入った際にはクラクションを数回鳴らしてから降りるなどの安全対策をする
- ⑤ 万が一クマと出会った際には、大声を出さず、背中を見せず、クマの動きに注意しながら、ゆっくりと後退すること

以上の被害防止対策の徹底をお願いします。なお、疑問に思ったことなどがありましたら、県や町のホームページにて公開されている、クマの出没情報や具体的な安全対策、被害防止対策の取組等をご確認ください。

ツキノワグマの出没情報をご確認ください (石川県ホームページ)  
<https://www.pref.ishikawa.lg.jp/sizen/kuma/navi01.html>

石川県 ツキノワグマ 防止

検索



企画情報課

☎ 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

## 消費生活相談コーナー 「無料動画を見ていたらいきなり有料登録に！」

内容

スマホで無料動画のサイトを見ていたら、突然「登録完了」という画面になった。「誤作動の人はこちらにお電話ください」という表示が出たので電話をすると、料金約50万円が発生しているという。登録したつもりはないと伝えると「いったん30万円支払ってもらえれば、手数料約千円を差し引いて返金する」と言われた。コンビニで電子マネーを購入して電子マネーの番号を連絡して支払ったが、返金される予定の日に返金がなかった。(70歳代)

アドバイス

- ・無料動画を見ていて年齢確認ボタンを押したりすると、突然「登録完了」となり、慌てて連絡すると料金を請求される「ワンクリック請求」の手口に関する相談が寄せられています。
- ・「誤作動の人はこちら」「退会はこちら」などの案内があっても、決して連絡してはいけません。支払いを求められたり、個人情報聞き出されたりする場合があります。
- ・事業者にお金を払ってしまうと取り戻すことは困難です。相手に何を言われても慌てて支払わないようにしましょう。
- ・不安なときはお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。海外事業者とのトラブルについては国民生活センター越境消費者センターでも相談を受け付けています。被害の相談は警察でもできます(警察 相談専用電話「#9110」)

困ったときは、最寄りの警察やお住まいの消費生活センターなどにご相談ください！

(警察相談専用電話「#9110」、消費者ホットライン188)

海外事業者とのトラブルについては国民生活センター越境消費者センターでも相談を受け付けています。

### 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



令和8年度看護学生募集

### 七尾看護専門学校

一般・社会人 入学試験

一次 二次

試験日 1月15日(木) 2月12日(木)

出願期間 12月22日(月)から 1月26日(月)から

1月8日(木)まで 2月5日(木)まで



七尾市なぎの浦156番地

TEL 0767-52-9988

URL <https://www.nanaokango.jp/>

年金のこと、  
 今こそ真剣に。

人生100年代の  
 「老後の安心」は、  
 あなた自身の設計で。

ソニー生命保険株式会社  
 金沢ライフプランナーセンター第2支社  
 〒920-0853 金沢市本町1-5-2 リファール15F  
 ☎ 076-203-8442/090-2370-9298  
 ✉ toshiaki\_matsunaga@sonylife.co.jp

ファイナンシャルプランナー  
 企業年金総合プランナー  
 ライフプランナー

まつなが としあき  
 松永 敏明

中能登町  
 二宮出身

SL2804-4540-8297



相談内容	日時		場所	問合せ先
福祉に関する 心配事相談	12月22日月	14時～16時	行政サービス庁舎 1階 相談室4	社会福祉協議会 ☎ 74 - 2252
行政・人権 くらしの相談	12月5日金	13時30分～16時	社会福祉センター 2階 第1研修室	住民窓口課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3132
手話通訳の案内	12月1日月 12月15日月	10時～12時	行政サービス庁舎 1階 相談室2	長寿福祉課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3135 FAX 72 - 3794
	12月8日月 12月22日月		総務庁舎 1階 ロビー	
あんしん個別相談 (こころの支援員& 社会福祉士)	12月15日月 ※予約は前週金曜日まで	① 10時 ② 13時 ③ 15時	行政サービス庁舎 1階 相談室4	健康保険課 子育て支援室 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3140
ひとり親家庭相談	12月9日火	10時～15時	行政サービス庁舎 1階 相談室2	
DV相談	平日	9時～17時	電話や手紙など、 お気軽にご相談ください。	
消費生活相談	毎週月・金曜日	9時～12時 ※祝日を除く	社会福祉センター 2階 第1研修室	
結婚相談	12月9日火	13時30分 ～15時30分	ラピア鹿島 2階 第1会議室	企画情報課（総務庁舎） ☎ 74 - 2806
	12月13日土			
司法書士 無料法律相談 (相続・住所変更登記等)	毎週月曜日 ※予約は前週金曜日まで	10時～12時	社会福祉センター 2階 第1研修室	
行政書士 無料相談 (相続・遺言等)	12月10日火 (毎月第2水曜日)	13時30分～16時	アル・プラザ鹿島 1階 中央イベント広場	石川県行政書士会 七尾支部事務局 ☎ 77 - 1858

**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相談ください。

日時: 12月20日(土) 10:00～15:00

＊秘密厳守＊  
＊事前予約制＊

TEL: 0767-52-0008  
予約受付時間平日 9:30～17:00  
七尾市亀山町3-1  
(七尾駅より徒歩5分)  
七尾郵便局横 駐車場あり

弁護士法人出口法律事務所七尾事務所  
弁護士 宮崎 昇一郎 (金沢弁護士会 所属)

**シャッター工事**  
修理・取替できます!

あ! 聞いてみよう!  
中能登町の修理屋さん  
**谷内商店**

住まいの悩みごと何でもご相談ください

鹿島郡中能登町良川へ6  
☎ 0767-74-2682

**無料健康測定会**  
12月21日 日曜日

ヤクルトさん主催  
あなたの健康度を  
無料でチェックします♪  
13:00～16:00  
測定後にヤクルト1000を配布

**QuatroBoom**  
石川県鹿島郡中能登町井田と1-1  
\*アル・プラザ鹿島さんとなり

## ■募集・イベント

### 「世界エイズデー」と「エイズ検査」

12月1日は「世界エイズデー」です。  
エイズとは、HIV（ヒト免疫不全ウイルス）というウイルスに感染して起こる病気です。HIV感染を早期に発見し、適切な治療を受けることが大切です。検査は、能登中部保健福祉センターでも行なっています。感染に不安のある方は、検査を受けましょう。

- 検査日時・会場・問合せ先  
・毎週月9時～11時30分（要予約）  
能登中部保健福祉センター  
（☎53・2482）

- ・毎月第2回9時30分～11時30分  
羽咋地域センター  
（☎0767・22・1170）

※検査は原則、匿名・無料です

### 令和7年度ひきこもり公開講演会

ひきこもり経験者・支援者によるアカペラライブ＆講演会を開催します。

- 日時 12月3日（日）

アカペラライブ 13時30分～

・講演会 14時～

「長期化・高齢化するひきこもり」

「自分らしく生きることが出来る

社会を目指して」

会場 石川県立図書館

●会場 石川県立図書館

●会場 石川県こころの健康センター

☎076・238・5750

### 県民フォーラムいしかわ こころのわ（輪・和・話）

災害からの節目が近づくこの時期に起きる心の反応について、ご自身の喪失の悲しみ・悲嘆とのつき合い方、喪失体験で悩んでいる身近な方への関わり方について学びます。

●日時 12月20日（土）14時～16時

●会場 いしかわ総合スポーツセンター

●講師 瀬藤乃理子氏  
（公認心理士、保健学博士）

●対象者 すべての方

●参加費 無料

●会場 石川県こころの健康センター

☎076・238・5750

### 第6回明治安田 「大人の塗り絵コンクール」作品募集

塗り絵は「脳の活性化」「集中力アップ」「認知症予防」に効果があるとされています。明治安田生命では「大人の塗り絵」作品を募集しています。皆さんも応募してみませんか。

●応募期間 2月9日（火）まで

●対象年齢 18歳以上

●応募作品 本コンクール専用「大人の塗り絵」10種類から選択

●会場 明治安田生命金沢支社七尾営業所

☎53・0574

●会場 長寿福祉課高齢者支援センター

☎72・2697

## たぶんかきょうせい こくさいこうりゅう 多文化共生・国際交流のひろば

### = 伝えようとする気持ちが大変 =

車は左側通行、人は右側通行の国は少数です。世界のおくには逆です。日本に滞在する外国人住民は間違えやすく、事故につながる恐れがあります。また、ベトナムやカンボジアでは自転車の2人乗りや、ヘルメットを被らなくても違反になりません。日本語教室では、交通マナーについても学んでいます。違反している外国人住民がいましたら、優しく注意してあげてください。

12月の教室の日程は以下の通りです。なお、変更する場合がありますのでFacebookでご確認ください。

#### < 12月の日本語教室 >

14日（日）日本語クラス「多読」

21日（日）多文化共生クラス

「正月の生け花体験」

場所 ラピア鹿島 町立図書館コミュニティ広場  
時間 10:30～12:00

中能登にほんご広場「茶の間」  
～しゃべらんかいね～ Facebook



令和7年度  
「地域日本語教育の総合的な体制づくり推進事業」活用

国際交流担当 ☎76 - 1900

### 【町営住宅について】入居者募集（申込多数の場合は抽選） たきお住宅…2戸

- ▶申込条件 税を滞納していないことなど
- ▶募集期間 12月1日（月）～12月11日（日）  
8:30～17:30（土日祝日は除く）
- ▶内覧会 12月2日（日）～12月11日（日）※要予約

町営住宅管理事務所 ☎76 - 7060

※募集住宅、戸数に関しては変動する場合があります。

詳しくは町ホームページへ▶



### ① 給食センター調理員

内容：給食センターでの調理・洗浄等  
勤務地：町内学校給食センター  
雇用形態：契約社員 ※要調理師免許  
給与：月給171,000円～  
時間：8:00～16:15  
休日：土日祝  
※パート同時募集（資格不要）

### ② 送迎バス運転手

内容：マイクロバス等での  
登下校送迎業務  
勤務地：町内小学校または保育園  
雇用形態：パート社員 ※要中・大型免許  
給与：時給1,420円または1,750円  
時間：小学校及び保育園要確認  
休日：土日祝等シフトで要相談

当社は、いろいろなお仕事でこの町のお役に立っています  
・学校、保育園給食（調理業務）  
・学校庁務員、特別教育支援員  
・児童館、放課後児童クラブスタッフ  
・スクールバス、園児バス運転等  
・町内公共施設等の管理業務 など  
～令和8年4月採用 募集予定～

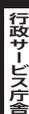
応募方法：書類選考（履歴書送付先：929-1621 中能登町金丸995）※お気軽にご連絡ください

（株）共立ソリューションズ中能登営業所 採用担当 ☎72 - 4575

※受付/月～金9時～15時

### ●役場などの連絡先

（町内無料電話の場合は、最初に「9」をつけて、電話してください）



庁舎代表 ☎72-3131  
住民窓口課 ☎72-3131  
（戸籍・住基） ☎72-3132  
会計課 ☎72-3130

税務課 ☎72-3136  
長寿福祉課（介護） ☎72-3133  
長寿福祉課（福祉） ☎72-3135  
高齢者支援センター ☎72-2697

健康保険課 ☎72-3129  
（健診） ☎72-3140  
子育て支援室 ☎72-3134  
子ども家庭センター ☎72-3932

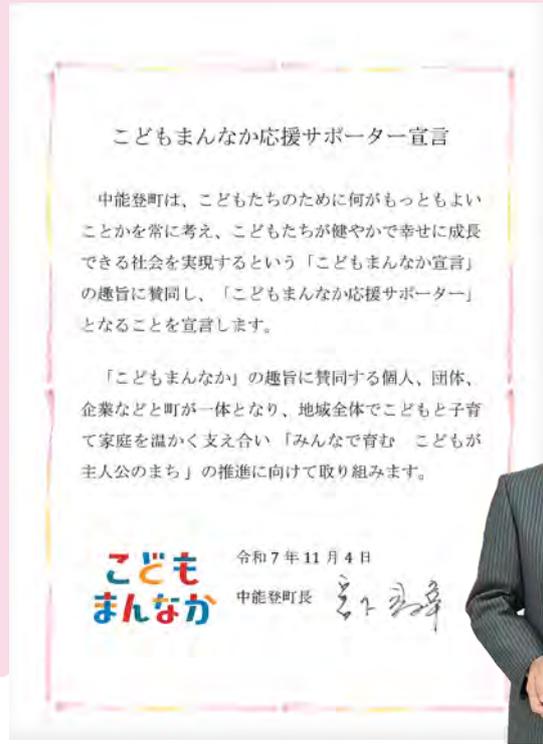
土木建設課（道路） ☎72-3920  
土木建設課（住宅） ☎72-3921  
農林課 ☎72-3922  
（地籍） ☎72-3923

# こども まんなか

## 応援サポーター宣言!

中能登町は、こども家庭庁が推進する「こどもまんなか社会」の実現に向け、こどもをまんなかで据えたまちづくりを進めるため、令和7年11月4日に「こどもまんなか応援サポーター宣言」を行いました。

町長が宣誓書を掲げて宣言し、すべてのこどもたちが笑顔で成長できるまちを目指す決意を新たにしました。



### こどもまんなか宣言とは?

こども家庭庁が提唱しており、こどもたちのために何がもっともよいことを常に考え、こどもたちが健やかで幸せに成長できるような「こどもまんなか」の社会を実現するための宣言です。



### こどもまんなか応援サポーターとは?

「こどもまんなか宣言」の趣旨に賛同し、自らもアクションを行う個人や団体、企業を、「こどもまんなか応援サポーター」と呼びます。

みなさんもサポーターとなって、一緒に「こどもまんなか」なアクションに取り組みましょう。

#### 【アクションの例】

- ・ベビーカー利用者や子連れ家庭に道をゆずる
- ・学校行事や地域のイベントにボランティアとして参加する
- ・こどもの話を最後まで聞く
- ・SNSなどでこどもや子育てを応援する取組みを発信する など

### 中能登町の主な子育て支援

- 出産祝金 最大 50 万円
- 保育料、副食費 完全無償
- 園での主食、おむつ等 無償提供
- 小中学校給食費 完全無償
- 放課後児童クラブ 月 3 千円(県内最安)
- こども家庭センター 充実した相談窓口
- 不妊治療費助成 保険適用分も充実

### 今後のアクションプラン

第3期中能登町子ども・子育て支援事業計画(令和7年度~令和11年度)に基づき、さらなる子育て支援の充実を図っていきます。

- ・こどもの居場所づくりの推進
- ・屋内交流施設の整備検討
- ・ヤングケアラーへの支援
- ・5歳児健診の導入
- ・フッ化物洗口によるむし歯予防事業の拡充
- ・町立保育園の再編 など

健康保険課子育て支援室 (行政サービス庁舎)

☎ 74 - 1137

# 12月の 子育て支援 センターだより

各認定こども園

## 子育て支援センターに 遊びに来ませんか？

子育て支援センターは、子育て中の家庭を地域で支援するための施設です。ほっと一息ついたり、おしゃべりを楽しんだり、センターの玩具で遊んだりすることもできますので、いつでもお越しください。お子様の心配事や気になること等の相談も受けています。

また、子育て支援センターでは毎月様々なイベントを開催しています。こちら是非お気軽にご参加ください♪

詳細やご不明な点は各園にご連絡をお願いします。行事は感染症状況等により中止になることがあります。

未就園のお子様やそのご家族であれば **★センター開放** **★イベント開催**どなたでもご利用できます♪

保育士常駐&イベント開催あり

とりやの子ども園 どんぐり **※センター・イベント共に要予約**

★子育て支援センター開放時間 (前日までに要予約)

月～金曜日 10:00～12:00・13:00～16:00

★イベント 10:00～12:00

育児講座・お話し会・手作りおもちゃの会等を行っています。季節に合わせた楽しい行事も企画していますので、気軽に遊びにきてください。

3日☎ クリスマスフォトブース  
16日☎ かぶら寿司作り「塩漬け」  
19日☎ かぶら寿司作り「本漬け」  
23日☎ クリスマス会

保育園開放

子育てわくわくルーム (予約不要)

★子育てわくわくルーム開放時間

(町立保育園:たんぼぼ・こすもす・つくし・さくら)

月～金曜日 10:00～15:00



保育士常駐&イベント開催あり

あおば保育園 子育て支援センター

★子育て支援センター開放時間 **※サークルのみ要予約**

月～金曜日 10:00～15:00

★のびのびサークルイベント 10:00～12:00

子育て支援センター併設のあおば保育園で外部講師を招いたり、楽しい企画を行ったりしています。

10日☎ クリスマス帽子作り  
17日☎ クリスマス会

保育園開放

町立保育園 なかよし広場 (予約不要)

★なかよし広場 10:00～12:00

育児相談、情報交換、リフレッシュなど気軽にご利用ください。

3日☎あおば保育園 18日☎たんぼぼ保育園  
9日☎つくし保育園 23日☎さくら保育園  
11日☎こすもす保育園

★お誕生月のお友達がいたらお声かけくださいね。みんなで祝います♪

お問い合わせは各園へ

とりや  
の子ども園  
ホームページ



子育て  
支援センター  
ホームページ



とりやの子ども園  
☎ 74-0135  
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

## エンジョイスポーツ

問 生涯学習課  
☎ 76 - 1900

■ 第47回北日本学生陸上競技対校選手権大会 9月5日～7日(北海道)

【男子走高跳】優勝 元平 優仁(新潟医療福祉大3年) 2m13

■ 第41回U20日本陸上競技選手権大会 9月27日、28日(静岡県)

【男子400m】第4位 橋本 頼弥(鵬学園高校3年) 46秒84

■ 第79回国民スポーツ大会 陸上競技 10月3日、4日(滋賀県)

【少年男子A300m】第2位 橋本 頼弥(鵬学園高校3年) 32秒86

■ 第29回石川県小学生学年別ソフトテニス大会 10月4日(能登町)

【3年生以下混合】第2位 徳野 美景・干場 実悠

■ 第19回吉田・新家杯ソフトテニス・ジュニア交流大会  
10月11日(加賀市)

【Aクラス男子】

第3位 長元 桜思・野崎 大和

【Aクラス女子】

第3位 沢野 悠月・柴田 唯

【Bクラス男子】

第3位 林 慶太郎・上田 陽介

【Bクラス女子】

優勝 上田 美春・上見 奈愛

■ 第54回石川県スポーツ少年団卓球交流大会  
10月13日(金沢市)

【団体戦女子小学生の部】

準優勝 久田 希和(鹿西小5年)

板越 立夏(鹿西小5年)

新谷 咲夢(鹿島小2年)

【個人戦女子5年の部】

優勝 久田 希和(鹿西小5年)

# 高齢者 支援センター だより

問 長寿福祉課  
(高齢者支援センター)  
☎ 72 - 2697

## 「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。

### ■ 「緊急ファイル」「ふれあいカード」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」「ふれあいカード」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？

75歳以上の一人暮らし世帯、高齢者のみ、または、障がい者のみ等で見守りが必要な世帯

### ■ 設置場所は？

内容を記入し、緊急ファイルの内ポケットにふれあいカードを入れて、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

詳しくは、地区の民生委員さんや、直接、高齢者支援センターまでお問合せください。

【配布世帯】  
テレビ付近に設置



【救急隊員】  
緊急ファイルを持って搬送



【医療機関】  
必要な情報を確認する



✓ すでにご利用の方へ

内容の変更があった場合は、ご本人または家族で修正や追加をしてください。

問長寿福祉課（高齢者支援センター） ☎ 72 - 2697  
中能登町社会福祉協議会 ☎ 74 - 2252

## はつらつポイントカードと中能登町商工会商品券を交換します

町内在住の65歳以上の方が、地域の介護予防活動に参加し、健康維持・介護予防に取り組むことを目的とした「介護予防ポイント事業」を実施しており、はつらつポイントカードを交付しています。

- ・はつらつポイントカードのポイントが15または30ポイント貯まったら、中能登町商工会商品券と交換ができます。
- ・原則、本人が窓口に来て、交換の手続きをお願いします。
- ・やむを得ず、来庁ができない場合は、委任状を提出し代理の方に受け取りをお願いすることとなります。

### ■ 交換期間

令和7年10月1日(木)～令和8年3月31日(木)

### ■ 受付時間

月～金（祝日、年末年始除く）9：00～17：00

### ■ 交換場所

行政サービス庁舎9番窓口

### ■ 持ちもの

中能登町はつらつポイントカード

15または30ポイント貯まったら交換できます。



# 高齢者 支援センター だより

問 長寿福祉課  
(高齢者支援センター)

☎ 72 - 2697

## 一緒に体操しませんか？ ～シルバーリハビリ体操～

お気軽に  
ご参加  
ください！



シルバーリハビリ体操は、どなたでも無理なく行うことができ、立つ、歩くなどの動作がラクにできるようになったり、肩や腰、膝の痛みが予防できたりする体操です。

教室名	実施日	時間	場所
シルバーリハビリ体操& 健康体操ほか	毎週金曜日	13:30～15:00	高齢者生きがいセンター
和楽家	12月5日金	10:00～11:00	ふれあい交流館「喜楽館」
シルバーリハビリ体操	12月9日火	13:30～14:30	正部谷集会所

## eスポーツ体験会を開催しました

10月10日、17日、24日に中能登町老人ふれあいセンターで高齢者支援センター主催による『eスポーツ体験会』が行われ30名が参加しました。石川eスポーツ協会の吉田雄一氏と金沢星稜大学の学生からeスポーツの説明を受けました。太鼓の達人では5～6回チャレンジする参加者もあり、回数を重ねるごとに上達していきました。参加者からは「難しそうと思っていたけど意外と出来て楽しめた」「できる機会があればまたやりたい」との声が聞かれ、会場全体が熱気と笑顔と拍手で包まれていました。



▲ eスポーツ体験会の様子

## 生活支援ヘルパーのご案内

〈生活支援ヘルパーとは〉

掃除や洗濯などの家事にお手伝いが必要な方を対象にシルバー人材センター会員がご自宅に伺ってお手伝いする支援事業です。

### ■ 対象者 (利用できる方)

- ・要支援1・2の認定を受けている方
- ・基本チェックリストにて「事業対象者」に該当する方

### ■ サービス内容

○掃除 ○洗濯 ○買物 ○その他

※家事援助を行います。内容についてはケアマネジャーと相談しながら決定します。

### ■ 利用料と利用時間

160円/回 (月9回上限)  
1回45分～1時間まで

※高齢者支援センターまたはケアマネジャーが作成したケアプランの内容と時間になります。  
※利用料1,600円のうち1,440円は町が負担します。

### ■ 利用方法

高齢者支援センターまたは担当ケアマネジャーにご連絡ください。



## 食育通信

問 健康保険課  
食育担当係

☎ 72 - 3140

### 食改の活動記録

### ～中能登トレジャートレイルランでの豚汁づくり～

11月2日、第11回中能登トレジャートレイルランにて、第4エイド(古民家みおやの里)において、参加者のみなさんへ中能登産や県内産の食材を使った豚汁を作ってふるまいました。

朝早くから準備し、たくさんの参加者に食べていただくことができ、参加者からは『あったまるね～』『応援ありがとう』などの声が聞かれました。



## 血圧が高いとどうなる？

～冬に増える脳卒中～

みなさんのご家庭で、血圧を測っていますか？また、健診結果で、血圧の値はどうでしたか？

中能登町は、健診結果で高血圧（収縮期血圧 140 以上）に該当する方が、県内で 4 位です。血管の壁が硬くなり、柔軟性を失わせ、脳梗塞や心筋梗塞などの命にかかわる病気のリスクを高めます。

【中能登町国民健康保険被保険者の脳卒中の診療件数  
（令和 6 年 4 月～令和 7 年 3 月）】

	40-50代	60代	70代	総計
脳梗塞 （血管が詰まる）	13	50	80	143
脳出血 （血管が破れる）	2	8	11	21

【参考：令和 6 年度中能登町国民健康保険医療費分析より（R6.4～R7.3）】

中能登町は、県内で脳梗塞で死亡した方が男性 2 位、女性 3 位です<sup>※</sup>。脳卒中は、動脈硬化（血管が硬くなる）が進むことによって、起こります。

高血圧とともに、糖尿病・高コレステロール血症（脂質異常症）をあわせもっていると、より脳卒中を発症しやすくなります。

冬に増える脳卒中。健診結果を確認し、脳卒中を予防しませんか？

※石川県公表の標準化死亡率（人口構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標）の結果より

【今すぐチェック！健診結果の基準値】

血圧：130/80mmHg 以上 血糖：HbA1c5.5%以上

脂質：LDL コレステロール 140mg/dl 以上、中性脂肪 150mg/dl 以上

健診結果の値が上記よりも高かった場合は、放置せず、医療機関にご相談ください。



## からだの健康は歯と歯ぐきから

歯と口は、食べることや話すことに欠かせない器官であり、健康で豊かな生活を支える大切な機能を担っています。歯と口の機能の衰えは、全身の衰えの入口と言われています。町では、歯科医療機関において、妊婦歯科健診、歯科健診、フッ化物塗布を実施しています。是非この機会に受けてみませんか？

### 歯科健診

- 【対象者】 令和 8 年 3 月 31 日時点の年齢で  
20 歳、30 歳、40 歳、50 歳、60 歳、70 歳、76 歳の方  
（対象者には個別に受診券を送付しています）
- 【費用】 自己負担金なし（健診費用の 3,170 円は町で負担します）
- 【期限】 令和 8 年 2 月末まで

### フッ化物歯面塗布

- 【対象者】 4 歳までのお子さん  
（対象者には個別に塗布券を送付しています）
- 【費用】 自己負担金なし（塗布費用の 1,500 円は町で負担します）
- 【期限】 塗布券に記載

### 妊婦歯科健診

- 【対象者】 妊婦（対象者には受診票を交付しています）
- 【費用】 自己負担金なし（健診費用の 3,470 円は町で負担します）
- 【期限】 妊娠期間中



# 図書館へ 行こう

問 生涯学習課

☎ 76 - 1900

## 図書館からのお知らせ

### ■ 年末年始の休館日のご案内

年末年始の休館については次のとおりです。

令和7年12月28日(日)～令和8年1月5日(日)

※令和8年1月6日(火)から通常通り開館します。

#### ● 休館中の本の返却について

- ・本の返却は、町立図書館・各図書室のブックポストをご利用ください。
- ・視聴覚資料は、開館時にカウンターまでご返却ください。返却確認時に破損が確認された場合、最終利用者に弁償していただく可能性があります。

### ■ 【企画展示】なかのと人気ランキング 2025

図書館では、11月30日の図書館まつりに合わせて、過去1年間で貸し出し回数が多かった資料をランキング形式で展示します。知っている本がランキング入りしているかどうか、ぜひ確かめに来てください！



## 新刊案内

#### 【一般書】



#### 『イン・ザ・メガチャーチ』

朝井 リョウ 著 /  
日経 BP 日本経済新聞出版 刊

「神がないこの国で人を操るには、“物語”を使うのが一番いいんですよ」ファンダム経済を築く者、のめり込む者、のめり込んでいた者…。三者三様の視点から、“物語”の功罪を炙り出す。

#### 【児童書】



#### 『ファイティング・チャンス』

ルイーザ・リード 著 / 岩波書店 刊

太っているという理由で、学校でいじめを受けている16歳のリリー。父親のすすめでボクシングを始めたリリーは、自分の心と体に向き合いはじめ…。美しさとは何かを問う、カーネギー賞ノミネート作。

## おはなし会のお知らせ

(会場：町立図書館)

### ● ピノキオさんのおはなし会

12月6日(日) 14:00～

### ● ボランティアズのおはなし会

12月13日(日) 14:00～

### ● English STORYTIME

12月27日(日) 15:00～



## 休館日カレンダー

12月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

町立図書館休館日

## 図書館利用状況(10月)

貸出冊数 4,851冊

貸出人数 1,176人



▶ 図書館に入った最新の図書や視聴覚資料の一覧は町ホームページ「新着資料案内」でみることができます。

ふるさと創修館図書室、カルチャーセンター飛翔図書室は現在お休みしています。

## 図書館連絡先

中能登町立図書館(ラピア鹿島内)

☎ 76 - 0544

## 慶弔だより

(10/1 ~ 10/31 受付分)

●おめでた こんにちは赤ちゃん

氏名 届出人 (住所)  
 大根 煌 勇人 (徳前)  
 後藤 彰人 達也 (良川)  
 福多 玄昌 昌平 (藤井)  
 堂口 泰雅 輝雄 (瀬戸)

●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)  
 横江 佑哉♥中川 みらい (二宮あおば台)  
 石田 陸斗♥北野 あずさ (良川)

●おくやみ ご冥福をお祈りします

氏名 年齢 (住所)  
 竹林 富美子 86 歳 (黒氏)  
 宮川 巽 85 歳 (能登部下)  
 大槻 昭子 80 歳 (小田中)  
 奥本 光夫 75 歳 (春木)  
 吉田 武夫 89 歳 (能登部上)  
 藤井 良子 92 歳 (在江)  
 上田 久雄 99 歳 (久江)  
 澤田 勉 88 歳 (井田)  
 谷 久信 71 歳 (能登部下)  
 杉岡 寛治 68 歳 (良川)  
 的場 珠江 48 歳 (福田)  
 池島 隆正 83 歳 (瀬戸)  
 河原 昭子 96 歳 (良川)  
 谷 晃吉 91 歳 (能登部下)  
 朝倉 清 91 歳 (徳前)  
 岡峰 テル 97 歳 (新庄)  
 森正 キクエ 104 歳 (黒氏)

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。  
 岡住民窓口課 ☎ 72 - 3132

## 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、歯は歯科医)
12/7 日	当 北村病院
	当 さはらファミリークリニック
	小 さはらファミリークリニック
	歯 ささ川歯科医院
12/14 日	当 清水眼科医院
	当 かじ内科クリニック
	小 志賀クリニック
	歯 島田歯科医院
12/21 日	当 うおぎし医院
	当 ふき眼科クリニック
	小 恵寿総合病院
	歯 マダチ歯科医院
12/28 日	当 横山内科医院
	当 八野田整形外科医院
	小 とどろき医院
	歯 能登歯科医院
12/29 月	当 浜野クリニック
	当 浜岡整形外科クリニック
	小 公立能登総合病院
	歯 当番医なし
12/30 火	当 三林内科胃腸科医院
	当 安田医院
	小 松江クリニック
	歯 当番医なし
12/31 水	当 山崎耳鼻咽喉科クリニック
	当 田中内科クリニック
	小 恵寿総合病院
	歯 みやした歯科医院

※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。

## まちのうごき

### 人口と世帯数

令和 7 年 11 月 1 日時点

※カッコ内は前月比

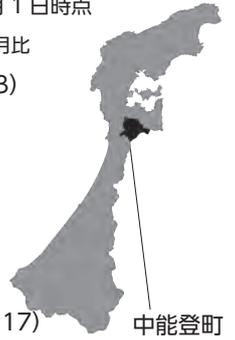
▶人口 (+ 13)  
 16,297 人

▶男 (+ 9)  
 7,995 人

▶女 (+ 4)  
 8,302 人

▶世帯数 (+ 17)  
 6,619 世帯

※外国人住民を含みます



### 納期のお知らせ

- ▶固定資産税  
 第 3 期 1 月 5 日 月
- ▶国民健康保険税及び後期高齢者医療保険料  
 第 9 期 1 月 5 日 月
- ▶介護保険料  
 第 9 期 1 月 5 日 月
- ▶上下水道料  
 11 月分  
 □座振替 12 月 25 日 困  
 □自主納付 1 月 5 日 月
- ※町税・上下水道料の再振替  
 1 月 15 日 困

納期内の納付が困難な場合は  
 担当課までご相談ください

### ♥中能登町結婚新生活支援事業

新たに新婚生活を始めるための住居費(家  
 賃・引越費用・リフォーム費用)や家財道  
 具(白物家電・家具等)費用等に対して、  
 最大 **100 万円** 助成します。



♥夫婦の年齢が 29 歳以下  
 → 最大 100 万円

♥夫婦の年齢が 39 歳以下で  
 → 最大 60 万円



令和 7 年度の申請受付は  
 令和 8 年 3 月 31 日までです。

#### 《対象》

- ・令和 7 年 1 月 1 日から令和 8 年 3 月 31 日  
 までに婚姻届を提出された夫婦
- ・合計所得 500 万円未満の夫婦

対象の方は事前にご相談をお願いします。

岡 企画情報課 (総務庁舎) ☎ 74 - 2806

### 西馬場区 宝くじの助成で集会所に エアコンと伝統芸能継承用具の整備を実施

宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施して  
 いるコミュニティ助成事業を受けて、令和 7 年度事業に採択された西馬場区集会所の  
 空調設備と伝統芸能継承用具整備事業が完了しました。



### お詫びと訂正

広報なかのと 11 月号で、中能登町災害義援金と配分金額に誤りがありました。  
 正しくは以下のとおりとなりますので、お詫びして訂正いたします。  
 義 援 金：542 件 78,572,213 円  
 配分金額：66,400,000 円



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】

第11回中能登トレジャートレイルラン  
どぶろく検定  
鹿島小学校開校10周年記念行事

【16～31日】

生涯学習のつどい 他  
第23回なかのとクッキング  
【食改さんのおすすめレシピ】

## B なかのとスペシャル (月2回更新)

【1～15日】

中能登中学校学校祭【体育祭編】

【16～31日】

町立保育園りんご組園児  
サンタさん、これほしい(～25日)  
ふりかえて中能登2025(26日～)

- ▶ 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。



◀ 町ホームページ  
なかのとチャンネル番組ガイド

時間帯	月	火	水	木	金	土	日
6 00	B なかのとスペシャル						
7 00	B なかのとスペシャル						
8 00	文字放送 (町からのお知らせ)						
8 30	A なかのと通信						
9 00	番組案内・図書館情報・お知らせ						
9 15	のびのび体操						
9 25	のびのび体操						
9 30	シルバーリハビリ体操						
10 00	B なかのとスペシャル						
11 00	B なかのとスペシャル						
12 00	文字放送 (町からのお知らせ)						文字放送 (町からのお知らせ)
12 30	北國新聞ニュース・プラス						文字放送 (町からのお知らせ)
13 00	A なかのと通信						
13 45	なかのとアニメ						
14 00	A なかのと通信						
14 45	番組案内・図書館情報・お知らせ						
14 55	のびのび体操						
15 00	文字放送 (町からのお知らせ)						
15 30							A なかのと通信
16 00	まちすた330						A なかのと通信
16 15							なかのとアニメ
16 30							A なかのと通信
17 00	文字放送 (町からのお知らせ)						なかのとアニメ
17 15	文字放送 (町からのお知らせ)						なかのとアニメ
17 30	A なかのと通信						
18 00	A なかのと通信						
18 15	なかのとアニメ						
18 30	古代から伝わる「どぶろく」						
19 00	B なかのとスペシャル						
20 00	B なかのとスペシャル						
21 00	文字放送 (町からのお知らせ)						
21 30	A なかのと通信						
22 00	A なかのと通信						
22 15	番組案内・図書館情報・お知らせ						
22 25	のびのび体操						
22 30	A なかのと通信						
23 00	A なかのと通信						
23 15	なかのとアニメ						
23 30	北國新聞ニュース・プラス						文字放送 (町からのお知らせ)
0 00	文字放送 (町からのお知らせ)						
0 30	文字放送 (町からのお知らせ)						

## 👉 今月の見どころ

### B なかのとスペシャル 中能登中学校学校祭【体育祭編】

10月17日に、中能登中学校グラウンドで行われた学校祭（体育祭）の様をお送りします。趣向を凝らした競技で盛り上がる、生徒たちの様子をご覧ください。



### ケーブルテレビ加入相談会

12月7日 9:00 ~ 15:00 ラピア鹿島

#### ▶ ケーブルテレビ

期間限定特典（条件：36カ月継続利用）

キャンペーン期間 12月1日～12月12日

お得なこの期間に、是非ご加入ください!

- ★ 加入金の一部減免 加入金 33,000 円のところ
    - ① ライトプラン 22,000 円 (11,000 円割引)
    - ② 多チャンネルプラン 11,000 円 (22,000 円割引)
    - 下記いずれかに該当する方は全額免除！※キャンペーン期間中のみ
      - ・石川プレミアムパスポートをお持ちの方
      - ・町定住促進奨励金の交付決定を受けた方
  - ★ 利用料の減額（有料チャンネルは対象外です）  
視聴開始月を含む5カ月間、加入プランの利用料が1台無料
  - ▶ インターネット（金沢ケーブル）
    - ★ 登録料無料（1ギガ加入者は別途テレビ加入が必要）
    - ★ Wi-Fi ルータープレゼント
    - ★ 平和堂商品券 5,000 円分プレゼント（相談会会場限定）
- ☎ 金沢ケーブル ☎ 0120 - 751 - 114



### 生中継 通常の番組を変更して放送します 中能登町議会 12月定例会議

- 【放送日】 12月5日 提案理由説明、質疑  
15日 一般質問（1日目）  
16日 一般質問（2日目※）  
18日 討論決裁

※ 2日目は質問者の人数によって行わない場合があります。  
詳しい日程はテレビの電子番組表をご確認ください。

### 2026年1月末 ADSL 回線終了の準備はお済みですか？

ADSL 回線は 2026 年 1 月で終了します！

中能登町 CATV 網のインターネットに切り替える場合は、お早めにお申し込みください。

引込工事を行う場合は、1 月末にサービス提供できない可能性があります。

音声告知端末・CATV・インターネットのお申込・お問い合わせ・修理  
受付年中無休・土日も受付：金沢ケーブル ☎ 0120-751-114

