

広報

nakanoto

2026 April

4

No.254

町の彩り、
梅の香りとともに。

国民健康保険の資格喪失後受診にご注意ください

☎ 健康保険課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3129

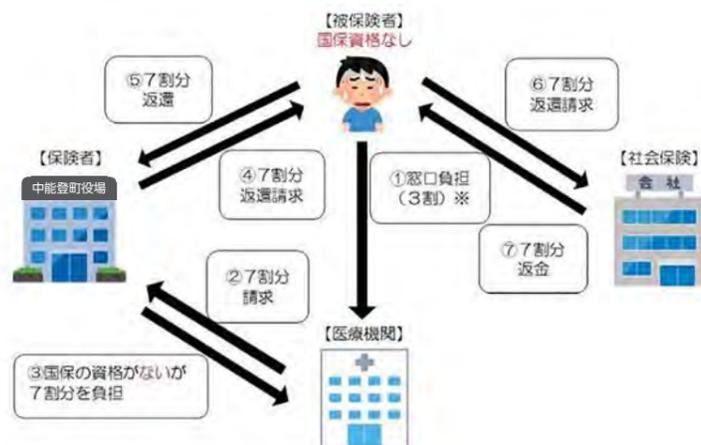
職場の健康保険に加入されたり中能登町外に転出された人が、中能登町の国民健康保険（国保）の資格を喪失しているにもかかわらず、中能登町国保の資格確認書を使って医療機関等を受診（資格喪失後受診）した場合、後から中能登町が負担した医療費（7～8割）を返還していただきます。

● 資格喪失後受診はこんなときに発生します

- ・就職して社会保険に加入した後に、国保の資格確認書を使って受診した。
- ・他の健康保険に加入した直後に、マイナ保険証で受診したところ、健康保険の情報が更新されておらず、国保の資格で受診した。
- ・さかのぼって社会保険に加入した、または、さかのぼって社会保険の扶養の認定を受けた。
- ・中能登町外に転出した後に、中能登町の資格確認書を使って受診した。

● 医療費返還の流れ

- 1 該当となった方には、健康保険課から医療費の返還通知が送付されます。
- 2 通知に同封された納付書にて納期限までに医療費を納付してください。
- 3 医療費の返還が確認できたら、中能登町から保険給付を受けた本人へ、該当した受診分の「診療報酬明細書（レセプト）」を封印して送付します。
- 4 中能登町に返還した分を、受診時に加入していた健康保険の保険者へ「療養費」として請求します。（詳細は受診時に加入していた健康保険の保険者へお問い合わせください）
- 5 受診時に加入していた健康保険の保険者から、医療費が返金されます。



《注意》

療養費の申請については、起算日（治療費を支払った日の翌日）から2年で時効を迎えます。

時効により療養費の請求ができない場合でも、医療費の保険給付分は返還してもらいます。

● 資格確認書は正しく使いましょう！

国民健康保険の資格は、社会保険の資格取得日に遡って喪失となります。新しい資格確認書（社会保険加入のお知らせ等）が届くまでに時間がかかる場合でも、中能登町国保の資格確認書を代わりに使用することはできません。受診の際は、新しい健康保険の担当者等に相談し、指示を受けてください。やむを得ず受診した場合は医療機関等に保険の切り替え中であることをお伝えください。

● 社会保険加入に伴う資格喪失案内を実施しております

同一期間中に複数の健康保険に加入（二重加入）されていると思われる方につきまして、中能登町国民健康保険の資格喪失の手続きをご案内しております。国民健康保険の喪失手続きは、社会保険に加入された場合でも自動では喪失にはなりませんので、必ず喪失手続きを行ってください。

※マイナ保険証をご利用であっても、新しい健康保険に加入した場合は窓口での手続きが必要です。

令和8年2月8日執行 衆議院議員総選挙及び最高裁判所裁判官国民審査 投開票結果

■ 小選挙区

有権者数 13,949人 ※在外選挙人を含む
投票者数 9,503人
投票率 68.13%

候補者名 (届出順)	所属党派	得票数
西田 昭二	自由民主党	3,685 票
南 章治	日本共産党	105 票
近藤 和也	中道改革連合	5,584 票
	無効	130 票

■ 国民審査

有権者数 13,949人 ※在外選挙人を含む
投票者数 8,150人
投票率 58.43%

裁判官氏名	罷免可	罷免不可
高須 順一	713 票	7,331 票
沖野 眞已	672 票	7,372 票
	無効	106 票

■ 比例代表

有権者数 13,949人 ※在外選挙人を含む
投票者数 9,503人
投票率 68.13%

名簿届出政党など (届出順)	得票数	
日本共産党	169 票	
日本保守党	141 票	
国民民主党	591 票	
自由民主党	4,060 票	
社会民主党	76 票	
れいわ新選組	260 票	
参政党	529 票	
中道改革連合	2,406 票	
日本維新の会	884 票	
安楽死制度を考える会	22 票	
減税日本・ゆうこく連合	112 票	
	無効	253 票

6月21日は 中能登町議会議員選挙の投票日です

棄権することなく、必ず投票しましょう。

〈立候補予定者説明会〉

- 日時 5月15日(金) 14:00～
 - 場所 中能登町社会福祉センター（総務庁舎横）大ホール
 - 対象 立候補予定者及びその関係者（立候補予定者1人につき出席者は2人以内）
 - 内容 立候補の手続き、選挙運動の注意事項など
- ※当日は立候補予定者又は代理人に立候補の届出書などの必要書類をお渡しします。

☎ 選挙管理委員会（総務庁舎） ☎ 74 - 1234

News

中能登中学校 PTA が文部科学大臣表彰を受賞

2月20日、総務庁舎にて、中能登中学校PTAの「第18回キャリア教育優良教育委員会、学校及びPTA団体等 文部科学大臣表彰」の受賞報告会が行われました。この表彰は、キャリア教育の充実と発展に顕著な功績を挙げた団体を称えるもので、中能登中学校PTAが平成29年から継続して取り組む『中能登しごと館』が、生徒が自分の将来や生き方に目を向けるきっかけをつくり、進路選択への意識を高める大きな役割を果たしてきたことが高く評価されました。

PTA会長の山口一也さんは「受賞をきっかけに、たくさんの人にPTAの取り組みを知ってもらえたら嬉しい」と話しました。



▲ 宮下町長とPTA会長の山口さん

News

災害協定調印式

3月4日、社会福祉センターにて、町・鹿島興亜電工株式会社・二宮あおば台区による「災害時における一時的な避難場所の提供及び防災訓練等の共同実施に関する協定」の調印式が行われました。この協定は大規模災害発生時の一時避難場所として、同区の住民が隣接する同社所有の駐車場等を利用できるものです。

能登半島地震を受け、同社からの地域支援の呼びかけに応じ実現したものであり、宮下町長は「町・企業・地区の3者による災害協定は初めての試み。これからも地域の安全・安心を守るため、共助の精神を一層推進し、迅速かつ安全に避難できる体制づくりを進めていきたい」とあいさつしました。



▲災害協定調印式の様子

Topics

駅利用者に感謝の気持ちを

2月中旬、能登二宮駅と能登部駅で、駅の美化活動を行っているクリーンアップガール・ボーイが、バレンタインデーにあわせて駅利用者にチョコレートを配布しました。

駅の利用促進と、イベントを通して利用者に笑顔届けたいという思いから企画されたもので、積極的に声をかけながら一つひとつ手渡しました。チョコレートとメッセージカードを受け取った利用者からは、自然と笑みがこぼれ、駅構内はあたたかな雰囲気になりました。

また、能登二宮駅ではクリーンアップメンバーがフォトブースを制作し、駅に彩りを添えました。



▲能登部駅の様子
▲能登二宮駅の様子



News

全国中学生人権作文コンテストで中能登中学校に感謝状

1月23日、第44回全国中学生人権作文コンテストにおいて、法務省及び全国人権擁護委員連合会から中能登中学校に感謝状が贈呈されました。毎年人権作文コンテストに中能登中学校生徒が多数応募し、人権意識の高揚に尽力していることが評価され全国大会での受賞となりました。開校13年目にして、3回目の受賞となります。

水谷内良郎校長は、「人権教室や校内の私の主張大会などを通して、生徒が人権問題について考え、発表する機会を重ねてきました。こうした取組の積み重ねが今回の受賞につながったと思います」と話しました。



▲ 水谷内校長

News

自衛隊入隊予定者激励会

2月12日、総務庁舎にて、自衛隊入隊予定者の激励会が行われました。激励を受けたのは、小林心菜さん（春木・海上自衛隊）、延田考聡さん（良川・防衛大学校）、山口遼さん（春木・陸上自衛隊）、藤崎菜穂さん（井田・航空自衛隊）の4名です。

宮下町長は「地震や豪雨での自衛隊の活動に感謝しています。中能登町から入隊されるみなさんを誇りに思います」と激励しました。自衛隊石川地方協力本部長や町自衛隊家族会長からも励ましの言葉が贈られました。



▲ 自衛隊入隊予定の皆さん

News

石川県優良部活動指導者表彰に加賀さん

2月20日、総務庁舎にて、石川県優良部活動指導者受賞報告会が行われました。この表彰は、学校部活動の振興と発展に顕著な功績を残した指導者を称えるもので、中能登中学校弓道部指導員の加賀賢成さんが選ばれました。

加賀さんは「校長先生はじめ、先生方や保護者の方々の支えがあったからこそ受賞することができた」と話しました。



▲ 宮下町長と加賀さん

News

故・守田健一さん叙位

2月20日、総務庁舎にて、故・守田健一さんの叙位報告会が行われました。守田さんは昭和27年から平成3年までの39年間にわたり県職員として勤務され、土木部建築住宅課長や土木部次長を歴任。金沢都市開発や七尾市駅前再開発などをはじめとする各種事業に携わり、まちづくりと地域の発展に大きく貢献されました。

長男の雅人さんは「町民・県民のために、とても仕事熱心で真面目な人でした」と話しました。



▲ 守田さんご家族

自治組織のリーダー 令和8年 区長紹介

町内 44 地区の区長がそれぞれ選出されました。
各地区の区長の皆さんを紹介します。
(このページは敬称を省略します)



※各地区の区長の皆さんは次のとおりです。(☎は新区長)

(行政区順)

地区	区長氏名	地区	区長氏名	地区	区長氏名	地区	区長氏名
良川	あらや 春雄 新屋 春雄	瀬戸	しまぎ 島崎 章憲 ☎	二宮 あおば台	かわかみ 川上 英津男	福田	こびらき 小開 実
黒氏	もりまさ 正正 たかひろ 隆弘	花見月	かないわ 金岩 正泰	上井田	たなか 田中 栄一	高島	かめい 亀井 正秋
一青	おかしま 岡島 昇	在江	ながと 長門 章	下井田	もりた 森田 英樹	小金森	いけしま 池島 猛
末坂	すが 須鹿 渉 ☎	西	はせがわ 長谷川 渉	最勝講	いわみ 岩見 紀敏	曾祢	なかい 中居 稔 ☎
羽坂	そやま 菅山 正康 ☎	坪川	またの 北野 修平	東馬場	すずもり 鈴森 庸雄	西馬場	やまもり 山森 太加幸 ☎
今羽坂	いしつか 石過 良則	久乃木	たかやなぎ 高柳 直樹	尾崎	ふくい 福井 清良	能登部上	みやざき 宮崎 政一
春木	ひらい 平井 衛	武部	の と 能戸 政信 ☎	小竹	よしもと 吉本 茂利 ☎	上後山	たなだ 棚田 啓二 ☎
新庄	どうかい 百海 和夫 ☎	二宮	まちぐち 町口 徳治	水白	わちがし 輪違 善伸 ☎	下後山	まえだ 前多 昭良
廿九日	たにの 谷野 充 ☎	徳前	ふるさわ 古澤 久良	久江	おおゆ 大湯 章吉 ☎	徳丸	なかむら 中村 勝弘
川田	もりやましん 守山 伸次郎	芹川	なかい 中井 厚明	小田中	もうり 毛利 良嗣 ☎	能登部下	たに 谷 敏則 ☎
大槻	かどおか 角岡 秀樹	石動山	しむら 志村 蓮華	藤井	みやもと 宮本 隆二 ☎	金丸	いずみ 泉 ともひさ

退任区長に感謝状を贈呈

3月3日、総務庁舎にて、退任した区長15人に対し感謝状贈呈式が行われ、感謝状と記念品が贈られました。退任した区長は次のみなさんです。



氏名	地区	年数
澤間 武	末坂	4年
岡野 昇	羽坂	6年
水野石太郎	新庄	10年
北原 浩生	廿九日	1年
野崎 和志	瀬戸	3年
天堂 久義	小竹	2年
松田 保男	武部	4年
新江 安文	水白	2年
大湯 栄伸	久江	4年
高橋 昭	小田中	2年
藤田 明博	藤井	2年
宮田与四徳	曾祢	4年
青野 和義	西馬場	2年
岡部志津男	上後山	2年
坂口 一雄	能登部下	2年

Topics

中能登町のスポーツの未来を考える会

1月14日、ラピア鹿島ミュージズホールにて、町のスポーツ関係者や行政関係者等が集まり、部活動地域展開の現状や総合型地域スポーツクラブの設立準備についての意見交換が行われました。地域スポーツ現場での困りごとや課題、今後の地域スポーツ環境の展望について、総合型地域スポーツクラブの設立に向けた共通理解を深めることができ、参加者からは「他競技の指導者と話し合いができてよかった」などの声上がり、意見交換を通して地域内の協同意識を高める会となりました。



▲意見交換の様子

Topics

小学生80人が集結！子ども会ボウリング大会

2月1日、クアトロブーム鹿島ボウリング場にて、中能登町子ども会連絡協議会が主催するボウリング大会が開催されました。町内各地区から80人の小学生が参加し、家族の温かい声援に包まれながら、白熱した戦いが繰り広げられました。参加した子どもたちは「楽しかった」「また参加したい」「違う学校の子と仲良くなれて嬉しかった」と笑顔を見せ、交流を深める1日となりました。



▲ボウリング大会の様子

Topics

100歳おめでとうございます！

2月16日、川端常子さん(徳前)が100歳を迎え、特別養護老人ホーム鹿寿苑にて町長から花束と目録が手渡されました。息子さんにお話を聞いたところ「大正、昭和、平成、令和と4つの時代を生きてよく頑張ったと思う。父と母2人でお米作りを頑張っていたのが今も印象に残っている」と振り返りました。川端さんは集まった皆さんに「ありがとう」と感謝の言葉を述べ、会場は温かな拍手に包まれていました。



▲宮下町長から川端さんに花束の贈呈

Topics

杉野篤志さんグリム童話賞で入選

2月25日、総務庁舎にて、杉野篤志さんのグリム童話賞入選報告会が行われました。杉野さんは「おじいさんのリングと新幹線」という作品を応募し、優秀賞を受賞しました。40年前から創作をはじめ、他の受賞歴も含めると今回で3回目となります。飲食店を営むかたわら創作活動を続ける杉野さんは、「童話を書き続ける料理人」の二つ名でも知られています。「これからも細々と書き続けていきたい」と、今後の思いを話しました。



▲宮下町長と杉野さん

長寿福祉課

☎ 長寿福祉課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3135

ご存じですか？ 精神疾患にかかる通院医療費を助成する制度があります



（1）自立支援医療（精神通院医療）

指定の医療機関等で認定された精神疾患の通院医療を受けた場合、自己負担が1割となる制度です。制度を利用するためには申請して認定を受ける必要があります。まずは、かかりつけ医へご相談ください。

＜申請に必要なもの＞

- ・自立支援医療（精神通院医療）支給認定申請書
- ・自立支援医療（精神通院医療）診断書
- ・加入健康保険がわかるものの写し（資格確認書、資格情報のお知らせ、マイナポータルの資格情報画面等）
- ・マイナンバーがわかるもの（マイナンバーカード、通知カード等）
- ・（障害年金を受給している方のみ）年金証書等の写し

（2）中能登町精神障害者医療費助成

中能登町に住所がある方が、（1）自立支援医療（精神通院医療）の利用で支払った自己負担額（1割分）を全額助成する制度です。

＜申請に必要なもの＞

- ・医療給付金支給申請書
- ・医療機関等での1割負担の領収書（診療月から1年以内のものに限ります）

■ 申請場所：行政サービス庁舎1階 長寿福祉課

健康保険課

☎ 健康保険課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3129

令和8年度狂犬病予防注射のお知らせ

飼い主さん
よろしくね♪



「狂犬病予防法」に基づき、犬の飼い主には、生後91日以上犬の登録（生涯に1回）と、年1回の狂犬病予防注射を受けることを義務付けています。どこの会場でも受けられます。犬の体調等により集団注射が難しい場合は動物病院で受けることもできます。

※接種時の犬同士のケンカや、道路への飛び出しの事故防止のため、しっかりと犬を押さえていられる人がお越しください。

＜令和8年度狂犬病予防注射日程＞

4月13日 月		4月14日 火		4月19日 日	
9:00～9:15	在江集会所	9:00～9:15	武部ふれあいセンター	9:00～9:40	旧鹿島庁舎
9:20～9:35	新庄厚生館	9:20～9:35	二宮ふれあいセンター	9:55～10:35	総務庁舎
9:40～9:55	春木会館	9:40～9:55	旧鹿島庁舎	10:45～11:35	行政サービス庁舎
10:00～10:15	総務庁舎	10:05～10:20	久江集会所 桃瀬の里	予防接種に必要なもの ①健康保険課から郵送された案内はがき ②狂犬病予防注射料 1頭 4,000円 （予防注射料 3,450円） （注射済票交付手数料 550円）	
10:20～10:35	ラポールよしかわ	10:25～10:40	ラポールみおや		
10:40～10:55	西馬場集会所	10:55～11:10	ウエルのとひめ		
11:05～11:20	後山集会所	11:15～11:30	かねまる交流館		
11:30～11:45	行政サービス庁舎				

※狂犬病予防注射料金が昨年度と比べて500円値上げとなっています。
※新規登録の場合は、別途3,000円の登録料がかかります。おつりのないようお願いします。

犬の飼い主さんのルールとマナー

- ・狂犬病予防法に基づく届け出を必ず出しましょう（取得・飼い主の変更・転入・死亡等）
- ・放し飼いはやめましょう（農作物を荒らす等の苦情が寄せられています）
- ・散歩中の愛犬の「ふん」は持ち帰りましょう

放し飼いや「ふん」の放置は、石川県動物の愛護及び管理に関する条例により禁止されています。

猫の飼い主さんも今一度確認を。～猫は室内で飼いましょう～

猫を室内で飼うことは、交通事故や感染症のリスクから猫を守り、猫の寿命を延ばすことにつながります。また、望まない妊娠を防ぐためにも不妊去勢手術と合わせて室内飼育が推奨されています。

健康保険課

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

国民年金への加入手続きについて 退職（失業）した場合、お忘れなく届出を！

20歳以上60歳未満の人は、国民年金への加入が法律で義務付けられており、勤務先を退職（失業）したときにおいても、厚生年金保険を喪失するため国民年金への加入の届出が必要です。

ご自身が退職（失業）して、会社員・公務員など厚生年金保険の被保険者である配偶者に扶養される場合は、配偶者の勤務先への届出が必要です。また、厚生年金保険の被保険者である配偶者が退職（失業）した場合は種別変更の届出が必要です。

＜手続きに必要なもの＞

- ・個人番号が分かるものまたは年金番号が確認できるもの
- ・資格喪失証明書、離職票など退職日が証明できるもの

手続きは、健康保険課窓口または七尾年金事務所です。必要書類をお持ちの上お越しください。

健康保険課

☎ 能登中部保健福祉センター ☎ 53 - 6894
☎ 健康保険課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3140

こころの健康相談

こころの健康やこころの病気、ひきこもり、うつ病、アルコールやギャンブル等依存症、認知症などについて、悩みや不安をお持ちの方やご家族等からの相談に専門医が応じます。（相談は無料、要予約）

なお、指定日以外の日は相談員、保健師等が対応します。お気軽にご相談ください。

専門医受付日時	場所
毎月第1～4木曜日 13:30～15:00	能登中部保健福祉センター
毎月第1金曜日 10:00～11:30	羽咋地域センター
毎月第3金曜日 10:00～11:30	志賀町保健福祉センター

ご相談・ご予約は能登中部保健福祉センターまでお問い合わせください。

健康保険課

☎ 健康保険課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3129
☎ こども家庭庁コールセンター（平日9:00～18:00） ☎ 0120 - 303 - 272

令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が開始します （国民健康保険、後期高齢者医療制度）

令和8年度から開始する「子ども・子育て支援金制度」は、全世代や企業の皆様から支援金を拠出いただき、それによる子育て世代に対する給付の拡充を通じて、こどもや子育て世帯を社会全体で応援する仕組みです。制度の開始に伴い、令和8年度から、医療保険料税（料）に子ども・子育て支援金分が追加されることになります。令和8年度は月額250円程度（すべての医療保険制度の加入者の平均）となります。

皆様からいただいた支援金は、児童手当の拡充、妊婦のための支援給付、育児期間中の国民年金保険料免除など、さまざまな給付の財源となります。

支援金は、令和8年4月分から医療保険税（料）とあわせてご負担いただくこととなりますが、実際に徴収が開始する時期は加入する医療保険によって異なります。

※国民健康保険税の普通徴収は、仮算定の廃止により本算定の7月からの納付となります。

※後期高齢者医療保険料の普通徴収は、従来どおり4月からの納付となりますが、子ども・子育て支援金の追加は、本算定の7月からとなります。

※上記両保険とも、特別徴収（年金天引き）の納期に変更はありません。

詳細は、こども家庭庁のホームページをご覧ください▶



土木建設課

〒 土木建設課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3921

住宅の応急修理制度について (申込期限が令和8年9月30日までです)

屋根や床、壁、トイレなど日常生活に必要な不可欠な最小限度の部分を応急的に修理する制度です。

- 対象住宅：以下の条件をどちらも満たすもの
 - ① 令和6年能登半島地震が発生した時点で住まいし、被害を受けた建物 (空き家・蔵・納屋・物置・店舗などは対象外)
 - ② 町が発行する「罹災証明書」により「大規模半壊」「中規模半壊」「半壊」「準半壊」と判定された建物
 - ※「全壊」と判定された建物でも、修理により引き続き居住が可能となる場合は対象となります。
- 修理箇所：屋根、壁、床、ドア等の開口部、上下水道配管など、日常生活に必要な不可欠な部分が対象となります。
 - ※修理業者の紹介はできませんので、ご自身でご依頼願います。
- 限度額：①全壊、大規模半壊、中規模半壊、半壊の場合：706,000円以内 (1世帯当たり)
 - ②準半壊の場合：343,000円以内 (1世帯当たり)
 - ※費用は町から修理業者に直接支払います。
- 申込窓口：土木建設課 (9:00～17:00 土日祝日は除く)
- 申込期限：令和8年9月30日(金)まで (完了期限は、当面設定しません)

健康保険課

〒 健康保険課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3140

令和8年度「食生活改善推進員」養成講座受講生を募集します

「食生活改善推進員」は、「私たちの健康は私達の手で」をスローガンに、食を通じた健康づくりのボランティアとして活動しています。栄養や食の学習に興味がある人・自分や家族の健康を見直したい人で、地域で食生活改善に関する活動にご協力いただける人のご応募をお待ちしています。

- 受講期間 令和8年5月～令和9年3月まで (予定)
- 会場 保健センター「すくすく」、町外の研修会場など
- 応募条件 ①②どちらにも該当する人
 - ① 中能登町に住民票があり、居住されている人 (性別・年代・経験は問いません)
 - ② 養成講座修了後、食生活改善推進員として食のボランティア活動に参加できる人
- 費用 受講料は無料 (ただし、資料・調理実習の食材費等の自己負担あり)
- 募集メ 令和8年4月30日(金)
- 講座課程

内容	受講回数
開講式	1回
健康に関する研修会	3～4回
食育に関する講座	5～6回
栄養と運動の講座	2～3回
修了式	1回

1回あたり2～3時間の講座を合計12～15回受講し、全課程を修了する必要があります。



▲健診会場での減塩普及活動の様子

危機管理課

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

お申し込みはしましたか？防災カタログギフト



令和7年11月1日時点で中能登町に住民登録していた世帯に対し、防災カタログギフトを送付しています。まだお申し込みがお済みでない方は、ご家族やご近所の方と「うちには何が必要かな？」と話し合せて、ぜひお申込みください。詳しくは広報なかのと12月号または町ホームページをご覧ください。

※自宅の解体等の理由で現住所が変わっている方にはカタログギフトが届いていない場合があります。該当の方は危機管理課までお問い合わせください。また、カタログギフトをなくしてしまった方、誤って破棄してしまった方は再発行等ができますのでカタログコールセンターまでご相談ください。

〈お申込み商品ランキング〉

- ① エアベッド & 大判体拭きセット
- ② 携帯トイレ
- ③ 缶詰セット
- ④ ポータブルラジオライト
- ⑤ 防災セット
- ⑥ 長期保存水

生活環境課

〒 生活環境課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3927

LED照明への切り替えを進めましょう

蛍光灯の製造・輸出入については、国の方針により順次終了されます。今後は店頭で蛍光灯が入手しにくくなる見込みです。ご家庭で蛍光灯を使用されている場合は、LED照明への切り替えをご検討ください。

中能登町では、公共施設の照明のLED化を進めています。施工時期については、各施設からのお知らせをご確認ください。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

蛍光灯の詳細については町ホームページをご覧ください▶



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 TEL.0767-76-7005
鹿島郡中能登町井田と部1番地1 (アル・プラザ敷地内)

●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。可能性は無限大。

㈱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
電話: 090-8182-2699
【代表取締役 西川剛志】

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：中能登町芹川ぬ部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？

・むくみや冷えで足がパンパン
・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767-6
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頭蓋骨結合を緩める
③頭の反射区を指圧し全身にアプローチ

お体の不調(偏頭痛・眼精疲労・耳鳴り・頭の重さなど)でお困りの、そのお身体！
RAFIA-ラフィア-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「なんかない感じ！」を許せる手伝いをします。先日は、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
rafia0511@gmail.com

ラフィア
RAFIA

生活環境課

☎ 生活環境課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3925

なかのとバイオの恵 (肥料) の配布について

なかのとバイオの恵を以下の内容で配布しております。家庭菜園などでぜひご利用ください。
なお、ご自宅などへの配達受付は現在していませんのでご理解のほどよろしくお願いします。

〈配布について〉

■ 配布場所
鹿島中部クリーンセンター (久江ク部 74 番地)
施設内の受付簿に氏名・住所・連絡先を記入してください。



■ 配布時間
平日 9:00 ~ 15:00

■ 肥料代金
無料 ※使用の際は土壌によく混ぜてください。

企画情報課

☎ 町消費生活相談窓口 (企画情報課) ☎ 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

飲料用ペットボトルへの移し替えはやめましょう!

内容

- ・ペットボトルの茶を飲んでいたところ、隣に置いてあったペットボトルに入った消毒用アルコールを飲んでしまった。吐き出したため、ほとんど飲み込んでいないが、喉の奥がヒリヒリするため受診した。
- ・自宅車庫でバーベキュー中に子どもの泣き声がした。車庫内に置いてあった箱の中に入ったシンナーが入ったペットボトルが倒れていた。子どもの口からシンナー臭がしたため、誤飲したと思い受診し、5日間入院となった。
- ・ペットボトルに移し替えられた殺虫剤を家族がもってきた。それを知らずに茶と思い込み1口飲んだ。喉を通る際に咽頭痛があって、水を飲むたびに嘔吐したため受診し、入院となった。

アドバイス

- ・飲料用ペットボトルへの洗剤や殺虫剤などの移し替えは絶対にやめましょう。
- ・詰め替え製品や大容量の製品を使用する際は、指定以外の容器に移し替えしないでください。
- ・身の回りに中身が移し替えられた飲料用ペットボトルがないか確認し誤飲事故を未然に防ぎましょう。
- ・誤飲した場合や疑わしい場合は、速やかに医療機関などへ相談しましょう。

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。

生涯学習課

☎ 生涯学習課 (ラピア鹿島) ☎ 76 - 2024

「いしかわ県民スポーツの日」 スポーツ施設の個人利用「無料開放」デーのお知らせ

4月26日(日)は「いしかわ県民スポーツの日」として、県内の複数のスポーツ施設の利用が無料となります。
中能登町では、次の施設を無料開放します。ご家族やご夫婦、個人などでぜひご利用ください。

〈開放日時〉

令和8年4月26日(日)午前9時から午後5時まで ※施設利用は譲りあい3時間以内でご利用ください

〈開放施設〉

- 1) 鹿島体育センター
体育館アリーナ、卓球場、柔道場、剣道場、弓道場
※トレーニングルーム及びシャワーの利用は有料です
- 2) 久江体育館、鹿島北部体育センター
- 3) テニスコートかしま・・・2面
- 4) スポーツセンターろくせい
※シャワーの利用は有料です
- 5) 鳥屋体育館
- 6) テニスコートとりや・・・3面

利用方法

- 2) 3)・・・利用前に「鹿島体育センター」にて個人利用受付票を記入してください。
- 5) 6)・・・利用前に「ふるさと創修館」にて個人利用受付票を記入してください。

施設利用上の注意

- 施設利用後は必ずモップがけなどの清掃・後片付けを行い、異常がないか確認してください。
- 2)3)5)6)の施設を利用した場合、消灯・戸締りの上施錠し、利用が終わった旨をお知らせください。
なお、施錠の鍵は必ず返却してください。

長寿福祉課

☎ 長寿福祉課 (行政サービス庁舎) ☎ 72 - 3135

世界自閉症啓発デー

毎年4月2日は、国連が定めた「世界自閉症啓発デー」です。厚生労働省では、4月2日から8日までの1週間を「発達障害啓発週間」として、自閉症をはじめとする発達障がいについて社会全体で理解が進むよう、ランドマークのブルーライトアップ等の啓発活動を行っています。この機会に自閉症や発達障がい、障がいをお持ちの方についてのご理解をよろしくお願いいたします。

※啓発イベントや自閉症・発達障がい等に関しては「世界自閉症啓発デー日本実行委員会」公式サイトをご覧ください。

「世界自閉症啓発デー日本実行委員会」公式サイト▶



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

上場の上場企業へのためのトータルコーポレートソリューション

パトリアから
移転して、
アルプラザ鹿島1階に
新規オープン!

PINORE
pierre cardin
JUDY

TEL. 0767-76-0321

アルプラザ・鹿島
1F AVENUE

年金のこと、人生100年時代の「老後の安心」は、今こそ真剣に。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 中能登町二宮出身
松永 敏明

SL2804-4540-8297



にしけんさんブログ

♥109回目♥

現在の自分は過去の自分がつくっている
今日何しようか、勉強しようか、遊ぶうか
どの会社に勤めるか、自分で何かしようか
だから未来も変える事ができる
現在が変わらないと未来も今の延長で続く
未来はこれからの自分の行動で変わる

(株)西川総合建築 / にしけん事務所
代表取締役 西川剛志

刈払機取扱い安全講習

高齢者活躍人材確保推進事業
能登復興推進特例分

日時 5月14日(木)
9:30~17:00 受講料 無料!

会場 ラピア鹿島
鹿島郡中能登町井田に部 50 番地

対象 60歳以上の方 (定員10名)
受講後シルバー会員として就業を希望される方

締切 4月23日(木)

※申し込み・問合せは
中能登町シルバー人材センター
TEL 76-8060 まで

ともに能登の明日へ

有料広告欄

有料広告欄

相談窓口

Table with 4 columns: 相談内容 (Consultation Content), 日時 (Date/Time), 場所 (Location), 問合せ先 (Contact Information). Rows include: 福祉に関する心配事相談, 行政・人権くらしの相談, 手話通訳の案内, あんしん個別相談, ひとり親家庭相談, DV相談, 消費生活相談, 司法書士無料法律相談, なかのと恋愛・結婚なんでも相談, 行政書士無料相談.

募集・イベント・外部団体より

地域健康クラブの仲間を募集しています

転ばぬ先の健康づくり・楽しい仲間づくり、男性も女性もみんなで楽しくいきいき。あなたもお近くの健康クラブに足を運んでみませんか？

- 鹿島健康クラブ ☆町バス送迎あり 毎週金曜日 9時30分～10時30分
鹿島体育センター（井田い部34番地）
鳥屋健康クラブ ☆町バス送迎あり 毎週金曜日 9時30分～11時
鳥屋体育館（一青サ部16番地）
鹿西健康クラブ 毎週金曜日 9時30分～11時
カルチャーセンター飛翔（能登部下134部1番地）



☆見学・活動体験いつでもお待ちしております。
(つち履き用運動靴をお持ちください)

鹿島体育センター
☎76-1848

地域クラブは自主活動として運営されています。詳細は、各健康クラブまでお問い合わせください。

中能登町若手人材奨学金返還支援補助金交付事業

中能登町では、若い世代が町内で安心して働き、暮らしていけるよう、町内で就業した若者の奨学金返還の一部を補助しています。

- 対象となる奨学金
・独立行政法人日本学生支援機構 第一種奨学金（無利子）
・独立行政法人日本学生支援機構 第二種奨学金（有利子）
・石川県育英資金
補助対象者
・申請年度末日時点で35歳未満の方
・町内に住民票があり、申請日より5年以上定住する意思のある方
・町内事業所等に正規雇用されている方（公務員を除く）、若しくは、自ら事業を営む方又はその事業専従者の方
・事業所等の所在地が中能登町内であること
・就業日、転入日、奨学金返還開始日のいずれか遅い日が次のとおりであること
日本学生支援機構の場合：令和3年4月1日以降
石川県育英資金の場合：令和5年4月1日以降

- 補助金額 年度内に返還した奨学金の額の3分の2（最大20万円/年）
補助対象期間 初年度交付申請から最長5年間

企画情報課 ☎74-2806

詳しくは町ホームページをご覧ください



中能登町復興公営住宅の公式Instagramページになります。工事の進捗を随時配信していきます！是非、フォロー頂き、進捗を皆で見守っていただけると幸いです。
配信者：(株)平蔵建設・(株)家元・(株)西和人一級建築士事務所

多文化共生・国際交流のひろば

＝身振り手振りで＝

4月は移動の季節です。各企業で新入社員や技能実習生が加わり活気づきます。一方では、外国人住民と地域住民のトラブルが発生する時期でもあります。文化や生活風習、ルールが異なることが主な原因です。日本や地域のルールに背く行動を見られた場合は、優しく教えてあげてください。身振り手振りで理解されます。スマホの翻訳アプリを使うともっと理解が深まります。

4月の教室では、交通マナーをテーマに、自転車の正しい乗り方を学びます。

<4月の日本語教室>

- 12日(日)多文化共生クラス
「花見にでかけよう(永光寺)」
26日(日)日本語クラス
「交通ルールを学ぼう」

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



生涯学習課 (国際交流担当) ☎76-1900

【町営住宅について】

現在空きがないため 募集を行っていません

町営住宅管理事務所 ☎76-7060

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～ ※4月改定予定
時間：8:00～16:15
休日：土日祝

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

応募方法

書類選考、面接 (履歴書送付先:929-1621 中能登町金丸995番地)
～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～14時

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。
日時：4月18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
※初回の方対象
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

4月4日土曜日
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
白井はなゆかりさん 1-1
*アル・プラザ鹿島さんとのり

●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)

行政サービス

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

生活環境課(上下) ☎72-3925
生活環境課(環境) ☎72-3927

総務庁舎
庁舎代表 ☎74-1234
総務課 ☎74-1234
(財政) ☎74-2802
危機管理課 ☎74-1137

議会事務局 ☎74-2808
企画情報課 ☎74-2806
(ケーブルテレビ) ☎74-2803

ラピア鹿島

学校教育課 ☎76-2808
生涯学習課 ☎76-1900

中能登町国民健康保険にご加入のみなさまへ 人間ドック助成事業のご案内

☎ 健康保険課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3129



いつまでも健康であるために、自分の体を定期的にチェックして、病気の早期発見を心掛けましょう。

【対象者】 以下の①～③すべてに該当する人

- ① 30～74歳まで（昭和27年4月1日～平成9年3月31日生まれ）の、中能登町国民健康保険加入者で国民健康保険税を完納している世帯に属する人
- ② 脳ドックを希望する方は、脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患により治療を受けていない人
- ③ 検査を受けようとする年度（令和8年4月1日～令和9年3月31日）に特定健診を受けていない人（人間ドック検査項目と町で実施する特定健診は重複しているためどちらか1回の受検になります）

※指定年齢対象者（令和8年度に30・35・40・45・50・55・60・65・70歳到達者）には、さらに5,000円の上乗せ助成をします。

■ 申込期間

令和8年4月6日☎から9月30日☎まで

※例年、医療機関の予約枠が早々に埋まりますので、お申し込みはお早めをお願いします。

■ 申込方法

事前に健康保険課窓口まで申請してください。

電話による予約及び受付は行いません。



■ 受検期間

令和8年6月1日☎から令和9年2月26日☎まで

■ 検査内容・費用

コース	検査内容	恵寿総合病院		公立能登総合病院		指定検査機関以外	
		総費用	自己負担	総費用	自己負担	総費用	自己負担
日帰り がんドック	特定健診 がん検診	男	42,020円	8,420円	40,040円	8,040円	検査機関 による 償還払い （※）
		女	47,520円	9,520円	45,809円	9,209円	
日帰り脳ドック	特定健診・脳ドック	57,200円	11,500円	49,500円	9,900円		
1泊2日 がんドック	特定健診 がん検診	男	77,660円	15,560円	69,260円	13,860円	
		女	83,160円	16,660円	76,569円	15,369円	
1泊2日 がん・脳ドック	特定健診 脳ドック がん検診	男	118,030円	23,630円	106,660円	21,360円	
		女	123,530円	24,730円	113,969円	22,869円	

○脳ドック：頸部エコー、脳MRI、脳MRA血管撮影など

○がん検診：胸部レントゲン、腹部超音波、胃がん検診、大腸がん検診、〔男性〕前立腺がん検診、〔女性〕子宮・卵巣・乳・甲状腺がん検診

○その他：肝炎ウイルス検査、糖負荷検査（医師の判断）など

※償還払いでは、検査機関で所定のドック費用を全額お支払ください。受検後の手続きの後に、町助成額（8割相当額）を振り込みます。但し、町助成額には上限があります。詳しくは健康保険課（行政サービス庁舎）までお問い合わせください。

定期予防接種について（利用者の接種費用の負担はありません）

☎ 健康保険課（行政サービス庁舎） ☎ 72 - 3140

ワクチンで防ぐことができる病気から子どもたちを救うために、予防接種法に基づき定期予防接種を行っています。

①乳幼児期に開始される予防接種

予防接種名	対象者	送付方法
ロタウイルス	生後2か月～	乳幼児訪問の際に、予防接種券（予防接種手帳）をお渡しします。接種回数やスケジュール等の詳細については、乳幼児訪問時にご説明させていただきます。
B型肝炎		
小児肺炎球菌		
五種混合	生後5か月～	
BCG		
麻しん風しん混合（第1期）	1歳～	
水痘		
日本脳炎（第1期）	3歳～	



予防接種手帳

②保育園等の年長児以降の予防接種について

予防接種名	対象者	送付方法
麻しん風しん混合（第2期）	保育園等の年長児相当の年齢	年長児に対し、4月中に接種券を郵送
日本脳炎（第2期）	9歳～13歳未満	9歳を迎える誕生月の翌月に接種券を郵送
二種混合	11歳～13歳未満	11歳を迎える誕生月の翌月に接種券を郵送
ヒトパピローマウイルス（HPV）	小学校6年生～ 高校1年生の年齢の女子	小学6年生に対し、4月中に接種券を郵送

③特例対象

予防接種名	対象者	送付方法
麻しん風しん混合	第1期：令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれ 第2期：平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ 第5期：昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、令和7年3月31日までに風しん抗体検査を実施した結果、抗体が不十分であって接種を希望する方	対象の方には接種券を送付済みです。紛失した場合は、健康保険課までご連絡ください。
日本脳炎（第1・2期）	平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれで、20歳未満の方	

RSウイルス感染症の定期予防接種がはじまります （利用者の接種費用の負担はありません）

RSウイルス感染症とは、急性の呼吸器感染症で、乳幼児に多い感染症です。細気管支炎や肺炎など重症化することがあります。妊娠中に接種することで、生まれてくる児のRSウイルスの感染を予防します。

接種回数	妊娠ごとに1回（筋肉内に接種）
対象者（接種期間）	妊娠28週0日から妊娠36週6日までの間の妊婦に1回接種 ※接種後14日以内に出生した乳児における有効性は確立していないことから、妊娠38週6日までに産産を予定している場合は医師に相談してください。
送付方法	①令和8年4月以降に妊娠届を提出された方は、母子健康手帳交付時に接種券をお渡しします。 ②既に母子健康手帳をお持ちの方は、郵送にて接種券をお送りします。

詳細は厚生労働省ホームページをご覧ください▼



エンジョイ スポーツ

問 生涯学習課
☎ 76 - 1900

■ 第47回加賀能登少年剣道大会 1月11日 (宇ノ気中学校体育館)

【団体戦】
第3位 中能登武道館

先鋒：近江 杏寿
次鋒：島橋 柚香
五将：上田 結心
中堅：石端 恭佳
三将：清水 愛
副将：水口 亜優
大将：今井 駿



■ 第40回石川県中学生選抜剣道大会 2月14日 (かほく市宇ノ気体育館)

【団体戦】
第3位 中能登中学校

先鋒：桜木 聖史郎(1年)
次鋒：岩見 昊軌(2年)
中堅：上田 一颯(2年)
副将：中橋 慧(2年)
大将：藤崎 雅斗(1年)

【個人戦】
準優勝 中橋 慧(2年)



■ 第41回U20日本陸上競技選手権大会 クロスカントリー競走 2月21日 (福岡県)

【U20女子6km】
第6位 今井 玲那(長野東高校2年) 20分25秒

■ 第78回石川県民スポーツ大会冬季大会結果 2月21日、22日 (白峰アルペン競技場)

【スキー競技：壮年男子の部】
第9位 中能登町選手団



食育通信

問 健康保険課
食育担当係
☎ 72 - 3140

食生活改善推進協議会 料理教室のご案内 (男性対象)

中能登町食生活改善推進協議会では、料理に挑戦してみたい男性を対象に、「いしかわヘルシー&デリシャスメニュー」を作る料理教室を開催します。

石川県では生活習慣病の予防を目的に、エネルギーと塩分を控えめにし、野菜をたっぷり使ったメニューを開発しました。おいしくて、調理も簡単、しかもヘルシーな「いしかわヘルシー&デリシャスメニュー」を、ぜひ一緒に作りましょう。

自分の食事を自分で作れるようになることは、ご自身の健康管理につながり、元気に暮らしていく上でとても大切です。ぜひこの機会に、楽しく料理を学び、健康的な生活をはじめましょう！

- 対象者 料理に挑戦してみたい男性 (先着20人)
- 場所 保健センター「すくすく」調理実習室
- 日時 令和8年5月21日(木) 10:00～12:00
- 持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル
- 参加費 300円(食材料費)
- 参加申込 ご希望の方は、健康保険課食育担当係へお電話いただくか、以下の二次元コードからお申し込みください。



- メニュー ～いしかわヘルシー&デリシャスメニュー～
きゅうりのさっぱりごはん・豚巻き豆腐ステーキ・こんにゃく味噌煮
- 締切り 令和8年4月24日(金)
- 申込先 健康保険課 食育担当係 ☎ 72-3140



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え、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る体操です。一緒に体操してみませんか。

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	4月3日(金)	10:00～11:00	ふれあい交流館「喜楽館」
福俵	4月8日(火)	13:30～14:30	福田会館
シルバーリハビリ体操	4月14日(火)	13:30～14:30	正部谷集会所

介護予防事業に参加するとポイントが貯まる！

4月からスタート！

令和8年度 中能登町介護予防ポイント事業

高齢者の方が主体的に健康づくりや介護予防に取り組むことを応援するため、今年度も「介護予防ポイント事業」を行います。地域つながりサロンなどの通いの場などに参加し、健康づくりや介護予防に取り組み、「ポイ活」してみませんか。参加希望の方は事前に参加登録が必要となります。

対象者	65歳以上の方で中能登町に住所のある方(介護保険第1号被保険者)
対象となる活動	● 町に登録している介護予防活動 地域つながりサロン、百歳体操、シルバーリハビリ体操教室 自主活動グループ(健康友の会、和楽家) ● 町出前講座、町が実施する介護予防事業
ポイント付与	1回につき30分以上の参加で1ポイント(1日最大2ポイントまで)
ポイントの交換	15ポイント=1,000円分の中能登町商工会商品券 1年間で最大30ポイント(1,000円分の中能登町商工会商品券×2)

■ 手続き～ポイント交換の流れ

ポイントカードの交換は4月1日より始めます



窓口・お問い合わせ先/中能登町長寿福祉課高齢者支援センター ☎ 72-2697

図書館へ行こう

生涯学習課

76 - 1900

図書館からのお知らせ

第14回うちどく推進賞

町立図書館では、町内の小学校にうちどくノートを配布しています。完成したノートを図書館へ提出してくれた方へ、冊数に応じてうちどく推進賞を差し上げています。「うちどく（家読）」とは、本の感想を話し合ったり、好きな本を紹介したりすることで、家族と本を通じてコミュニケーションを図る取り組みです。今回も多くのご家族の方に参加していただきました。

≪ 結果 ≫

● うちどく賞（ノート1冊完成者） 162名

3冊以上完成した方には次の賞も贈られました。

● シルバー賞（ノート3冊完成者） 41名

● ゴールド賞（ノート5冊完成者） 35名

● 図書館長賞 ^{はなざわ ひかり} 花澤 陽夏里さん

うちどくノート最多完成者の花澤陽夏里さんには、2月20日町立図書館で行われた表彰式で、図書館長から図書館長賞が贈られました。



▲ 花澤さん

新刊案内

【一般書】

『花屋さんが夢見ることには』

山本 幸久 監修 / ポプラ社 刊
美大生のミドリは、駅前の花屋さんでアルバイトをしている。女子高校野球で全国優勝を目指す千尋。アイドルになれなかった響。今日もいろんな人がやってきて…。



【児童書】

『人生がちょっとよくなる読書術』

齊藤 洋 著 / 講談社 刊

本を読んでも偉くはならないが、人生は楽しくなる。読みはじめた本を最後まで読む必要はない。本には「出会うべきタイミング」がある。レジェンド童話作家が、「読むことがおもしろくなる」思考法を語る。



おはなし会のお知らせ

(会場：町立図書館)

● ボランティアのおはなし会

4月11日 14:00～

● English STORYTIME

4月25日 14:00～



図書館利用状況(2月)

貸出冊数 6,728冊

貸出人数 1,583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。

休館日カレンダー

4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			

町立図書館休館日

ふるさと創生館図書室、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

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。

6日 月 こいのぼり作り
21日 日 ふれあい遊び
28日 日 花の種まき

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。

15日 日 はじめましての会
22日 日 かざぐるま作り

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。

8日 日 あおば保育園 16日 日 たんぼぼ保育園
9日 日 こすもす保育園 28日 日 さくら保育園
14日 日 つくし保育園

★お誕生日のお友達がいたらお声かけください。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

NEW

なかのと恋愛・結婚なんでも相談

毎月2回、恋愛や結婚、将来に関することなど幅広く相談できる相談所を開設いたします。独身の方本人はもちろん、親族やお友達の方との参加もOK! 結婚推進員に将来の不安やパートナー探しについて相談してみませんか? お気軽にご参加ください。

【個別相談】

- 場所 古民家みおやの里 (中能登町小田中ム部103番地)
- 日程 月1回2枠限定
・13:00～14:00
・14:00～15:00



※要予約(二次元コードから予約または電話予約)

【座談会】

- 場所 ラピア鹿島1階談話室
- 日程 月1回開催
・4～9月 18:00～20:00
・10～3月 13:30～15:30

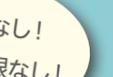
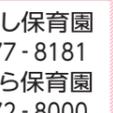
個別相談も可。希望の場合は結婚推進員にお声かけください。

予約なし!
人数制限なし!

※4月の予定については14ページ、5月以降についてはホームページをご確認ください。

4月の
子育て支援
センターだよ!

各認定こども園





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】

おわかれ会 (たんぼぼ保育園)
中能登中学校卒業証書授与式
卒園式 (つくし保育園)

【16～30日】

入園式 (こすもす保育園)
入学式 (鳥屋小学校)

B なかのとスペシャル (月2回更新)

【1～15日】

町立小学校6年生を送る会
(鹿西小学校)

【16～30日】

町スポーツ協会表彰式

特別番組 (通常の番組を変更して)

3月議会録画放送: 20日～24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							
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							
12:00							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
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
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)
17:15							なかのとアニメ
17:30							A なかのと通信
18:00							なかのとアニメ
18:15							文字放送 (町からのお知らせ)
19:00							B なかのとスペシャル
20:00							
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							番組案内・図書館情報・お知らせ
22:15							のびのび体操
22:25							のびのび体操
22:30							A なかのと通信
23:00							なかのとアニメ
23:15							北國新聞ニュース・プラス
0:00							文字放送 (町からのお知らせ)
0:30							

慶弔だより (2/1～2/28 受付分)

●おめでた こんにちは赤ちゃん

氏名	届出人	(住所)
古川 みはる	実樹	(井田)
日脚 達葵	竜太	(良川)
宮崎 凌侑	宏平	(井田)

●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)
北原 卓弥	矢田 絢乃	(廿九日)

●おくやみ ご冥福をお祈りします

氏名	年齢	(住所)
北川 邦子	87歳	(久江)
橋本 綾子	78歳	(能登部下)
山口 百合子	93歳	(一青)
久田 そめ	100歳	(新庄)
三谷 文子	93歳	(瀬戸)
上坂 至子	98歳	(末坂)
古田 房	102歳	(小竹)
寺西 すみ子	89歳	(徳前)
本殿 正子	96歳	(春木)
卜部 夢子	81歳	(坪川)
中村 藤喜男	91歳	(能登部下)
吉田 美智子	91歳	(能登部上)
法花堂 美榮子	79歳	(西馬場)
梶井 重明	82歳	(金丸)
松井 昇	73歳	(小金森)
野崎 誠市	73歳	(瀬戸)
鳥畑 猛	83歳	(一青)
林 幸子	76歳	(井田)
今町 玲子	91歳	(能登部上)
北島 豊	99歳	(瀬戸)
宮川 四郎	80歳	(大槻)
秋田 登美子	90歳	(徳前)
平野 すず子	99歳	(黒氏)
本田 孝一	86歳	(高畠)
田村 ヨキノ	99歳	(一青)
梅 文枝	84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。 町民窓口課 ☎72-3132

日曜祝日当番医

診察時間: 午前9時～正午

日程	当番医	当番医	小児当番医	歯科医
4/5	当	当	小	歯
	荒井皮ふ科クリニック	藤田医院	恵寿総合病院	和倉歯科クリニック
4/12	当	当	小	歯
	やまもと眼科クリニック	森クリニック	公立能登総合病院	とよはら歯科医院
4/19	当	当	小	歯
	岡部内科クリニック	八野田整形外科医院	志賀クリニック	かぶと歯科医院
4/26	当	当	小	歯
	うおざし医院	田中内科クリニック	恵寿総合病院	和泉歯科医院
4/29	当	当	小	歯
	山田産婦人科医院	かじ内科クリニック	公立能登総合病院	春木歯科クリニック

※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。

二宮区 宝くじの助成で 神輿修理修復事業を実施

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二宮区神輿修理修復事業が完了しました。



若年層の性暴力被害予防月間

4月は、若年層の性暴力被害予防月間です。

「性的な行為 あなたの同意がないならそれは性暴力」

性暴力の悩み、ひとりで抱え込まないで。性別・年齢を問わず、相談できます。

SNS相談「Cure timu」
電話相談「性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター#8891」
「性犯罪被害相談電話(警察)#8103」



まちのうごき

人口と世帯数

令和8年3月1日時点

※カッコ内は前月比

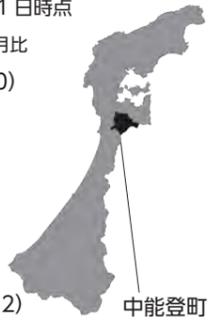
▶人口 (-30)
16,198人

▶男 (-12)
7,949人

▶女 (-18)
8,249人

▶世帯数 (+2)
6,623世帯

※外国人住民を含みます



納期のお知らせ

▶介護保険料及び後期高齢者医療保険料
第1期 4月30日 日

▶上下水道料
3月分

口座振替 4月27日 日

自主納付 4月30日 日

※町税・上下水道料の再振替
5月15日 日

※国民健康保険税は7月からの納期になります。
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8年度の申請受付は
令和9年3月31日までです。

《対象》

・令和8年1月1日から令和9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。

※支給要件があります。

☎企画情報課(総務庁舎) ☎74-2806



👉 今月の見どころ

B なかのとスペシャル 町立小学校 6年生を送る会

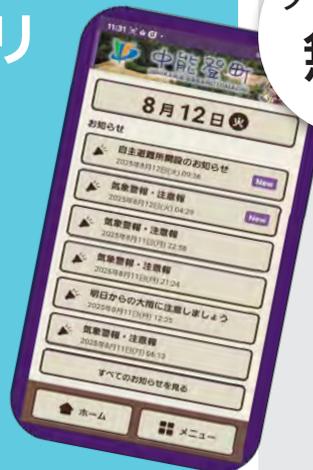


2月27日に鹿西小学校で行われた、6年生を送る会の模様をお送りします。6年生と在校生が、お互いに感謝の気持ちを伝え合いました。



なかのと防災・情報アプリ ライブビジョン

- ① 防災・災害情報を素早く確実にお届け
- ② 選択情報をプッシュ型通知で受信可能
- ③ 暮らしに役立つ情報を簡単取得



ダウンロード
無料

ダウンロードはこちらから▼



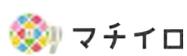
新築・建て替えをされる方へ

新築・建て替えのため、ケーブルテレビネットワーク設備（音声告知端末・放送・インターネット）を設置し、サービスを利用する場合は、**家が完成する2か月前までに**、企画情報課へ相談にお越しください。

また、建設業者等に設計段階でサービスの意向をお伝えし、ケーブルの入線ルート及び設備の設置場所の確保についてご協力をお願いします。

☎ 企画情報課 ☎ 74 - 2803

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



自治体広報紙配信アプリ
「マチイロ」インストールはこちら
(iOS、アンドロイド対応)



広報なかのと No.254 令和8年(2026) 4月号 3月26日発行
 編集発行 中能登町役場企画情報課(総務庁舎内) 〒929-1792 石川県鹿角郡中能登町末坂9部46番地
 ☎ 0767 - 74 - 2806 FAX 0767 - 74 - 1300
 URL https://www.town.nakanoto.is.hkawa.jp