

2008(平成20年)



### 正仁氏 閨



ねや・まさひと 湊町 (満77歳)

平成8年には常務理事に就任し、県 内各地で伝承文化の継承活動に努 昭和57年には石川県民謡協会の理事 充実に精力的に取り組まれました。 昭和47年石川県無形民俗文化財(民 で尺八・三味線を担当され、同会が 礎を築くとともに、市内文化活動の 会が53年に「城山民謡会」と改名し 48年には会長に就任されました。同 俗芸能)「能登のまだら」の保持団体 た後も15年間、会長として活動の基 に指定されるのに尽力されました。 |城山民謡研究会|発足に尽力され、 昭和46年旧七尾市初の民謡研究会

められました。

ました。 姉妹都市交流にも大きく寄与され バル」では訪問団長として参加し、 た2回の「日・韓・中民俗フェスティ また、姉妹都市金泉市で開催され

### (閨さんの話)

性化させていきたいと思っています。 をより多くの方々に広め、七尾を活 が当面の目標です。今後も民俗音楽 の「市民音楽祭」を盛り上げること い、大変感謝しています。来年3月 これまで多くの方々に支えてもら 尽くされ、特に功績が顕著な方に贈られるものです。 七尾市文化産業賞は、 本市の文化・産業の振興発展に

### 佐 渡 光 雄 氏

# 地域農業の維持・発展と消費者への農業に対す る理解を深める活動に尽力

さど・みつお 飯川町 (満71歳)

際し、コストの省力化を図る必要件 ました。平成元年に旧七尾市で先駆 集落営農へといち早く取り組まれ を感じ、それまでの個人経営から、 台」を設立され、組合長に就任され けとなる集落営農組織「飯川営農組 農薬や化学肥料の散布量を減らし 米の生産調整による農政の変動に

取り組まれました。 ほか、米の食味を保つため、手間と 乾燥を行い、高付加価値の米生産に 時間のかかる自然乾燥に近い除湿 栽培」による稲作栽培に取り組んだ 有機質肥料を使用する「有機減農薬

### 大森カズ 氏



おおもり・かず 山王町 (満75歳)

ました。 会」の設立とともに会長に就任され 象とした「七鹿食生活改善推進協議 また、昭和62年から石川県食生活

七鹿地域にとどまらず県下全域の 改善推進協議会副会長に就任され、

> います。 体として厚生大臣表彰を受賞して 改善推進協議会も翌8年に優良団 受賞されるとともに、七尾市食生活 事業功労者として厚生大臣表彰を 合会会長表彰を、7年には栄養改善 食生活改善活動にも努められました。 平成4年には全国地区衛生組織連

考え、昭和5年12名の仲間とともに

食生活の改善が健康増進に必要と

七尾市食生活改善推進協議会」を

### (大森さんの話)

動の基礎を築かれました。

昭和58年には七尾・鹿島地域を対

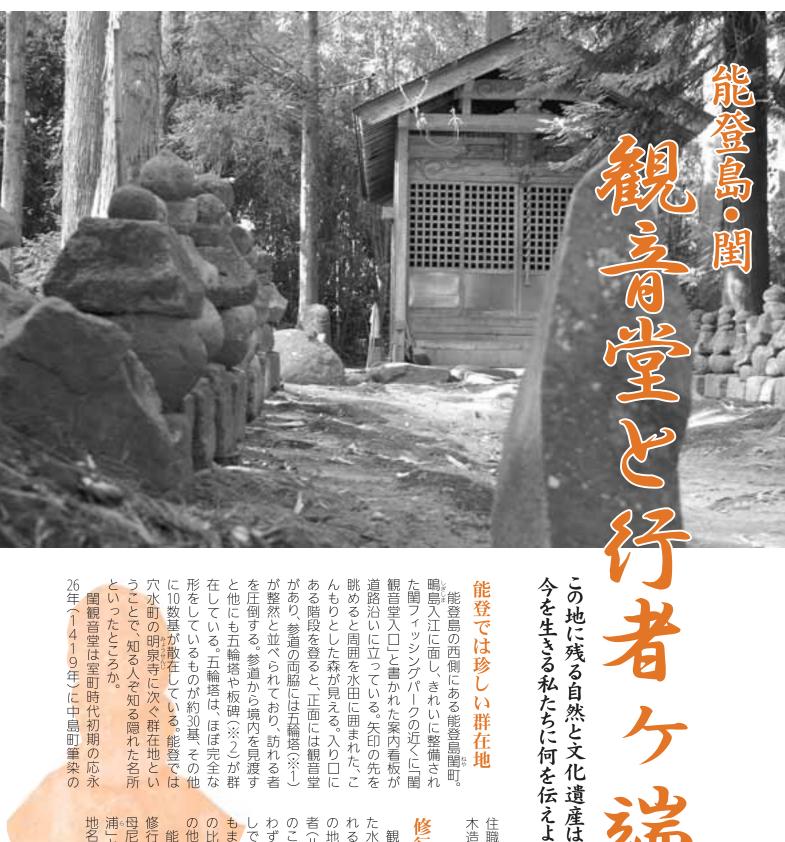
健活動を展開し、食生活改善推進活 会長を務めて食生活を通しての保 ら平成17年までの23年間、同協議会 育成に努められました。昭和57年か 結成し、活動家の発掘とリーダーの

ので、これからも作り続けていきた ています。多くの方に喜ばれている いと思っています。 走を、全て七尾の食材を使って作っ つりごっつぉ」と呼ばれる昔のご馳 「おこぜの会」(会員約30名)で、「ま

的に進められています。 農業への理解に向けた活動を精力 ための農業体験の交流事業も行い ております。平成8年からは消費者 本の米づくり100選」に選出され に農業の大切さを理解してもらう 平成4年には日本農業新聞主催「日

### (佐渡さんの話)

ています。今後は後継者の育成に努 めていきたいと思っています。 られてここまでたどり着き、感謝し けてきました。周りの人たちに助け て、自分の楽しみ・健康のために続 効率よりも「確かな味」にこだわっ



# 能登では珍しい群在地

があり、参道の両脇には五輪塔(※1) ある階段を登ると、正面には観音堂 眺めると周囲を水田に囲まれた、こ 鴫島入江に面し、きれいに整備され、能登島の西側にある能登島閨町。 穴水町の明泉寺に次ぐ群在地とい に10数基が散在している。能登では 形をしているものが約30基、その他 在している。五輪塔は、ほぼ完全な と他にも五輪塔や板碑(※2)が群 を圧倒する。参道から境内を見渡す が整然と並べられており、訪れる者 んもりとした森が見える。入り口に 道路沿いに立っている。矢印の先を 観音堂入口」と書かれた案内看板が つことで、知る人ぞ知る隠れた名所 といったところか。 に閨フィッシングパークの近くに「閨

26年(1419年)に中島町筆染の 閨観音堂は室町時代初期の応永

今を生きる私たちに何を伝えようとしているのだろうか 住職玄錠により造立され、本尊には、 木造聖観音坐像が安置されている。

# 修行者の足跡

の比較的大きな五輪塔が3基とそ の他数基が残っている。 もまた、ほぼ完全な形を保ったまま のことを「臥行者」と呼び、風雨いと者(=行者)がおり、村人はこの行者 れる円墳上の塚がある。その昔、こ しで見ていたという。「行者ヶ端」に わず修行に励む行者を尊敬の眼差 の地には体を地に伏せて修行する た水田の先端に「行者ヶ端」と呼ば 観音堂の近く、鴫島入江に突き出

母尼が住んでいたところを「祖母ケー修行したところが「閨」、その母の祖 地名として現在に伝えられている。 浦」というなど、臥行者にまつわる 能登島の地名で、臥行者が伏せて ケ湯

### 「石工



溝 清隆さん (能登島閨町)

大正時代、八十八体の石仏を作 るために閨の地に集まってきた 多くの石工の一人が、私の祖父で した(本文参照)。八十八体の石仏 づくりを終えると多くの石工は この地を去りましたが、祖父だけ は観音堂から採れる良質な御影 石に魅了され、この地に残ったよ うです。今ではこの地に残る石工 は私だけになりましたが、続けら れる限り、受け継がれたものを守 っていきたいと思っています。









観音堂の西側の山から切り出され 観音堂のある閨の地に集めた。石は 完成した石仏は鴫島入江から大覚 何人もの石工が逃げ出したという。 たが、硬く刻みにくかったことから 所に安置され、静かにこの地を見守 現在、その石仏は石を切り出した場 とした時、不思議なことに、その中 いで運ばれた。石仏を舟に乗せよう 寺付近まで舟で運ばれ、そこから扫 大覚寺住職が北陸の石工を募り、 体だけ頭が取れたのだという。

### つながった2つの歴 史

いた。 えば、広報ななお10月号で紹介した から運ばれたものなのだと知り、驚 ハ十八体の石仏が、実はこの閨の地 「北國八十八ヶ所霊場」。そこにある る大覚寺の住職である。大覚寺とい た者がいたという。中島町笠師にあ で石仏を作ればよい、という夢を見 大正時代のある日、観音さまの石

# ふるさとを守り続ける

れでも、現在の地に住む住民はふる 場所へ移ったかは定かではない。そ 代に、またどういった理由で現在の さとに誇りを持ち、地域の伝統を守 にあったといわれている。いつの時 その昔、閨の集落は観音堂の近く



(参考資料)能登の文化財、能登島町史ほか

半月形=風輪、宝珠形=空輪によって構成さ 主に供養塔・墓塔として使われる仏塔の一種。 表すもの。 と考えられた五大(下から地・水・火・風・空)を れ、古代インドにおいて宇宙の構成要素・元素 下から方形=地輪、円形=水輪、三角形=火輪

主に供養塔として使われる石碑の一種。

に加工した石材に梵字などを刻んだもの。

である。 18日には観音堂で観音まつりが行り続けている。毎年4月18日と9月 産やふるさとを愛する心はいつま れでも、先祖から受け継いだ文化遺 われ、地元の人だけでなく、七尾地 でも守り続けていってほしいもの くなっていることは事実である。そ 守り続けることがだんだんと難し あり、祭礼などの地域の伝統文化を ると聞く。少子高齢化などの影響も 区や対岸の穴水町からも参列があ

# 

毎年11月11日から17日は「税を考える週間」です。 今回は七尾市役所の加地税務課長に税に関する質問をしてみました。

# **一税を考える週間」の目的は?**

な行事を行う予定ですので、この機 割を知っていただき、税に関する知 会にぜひご参加ください(7ページ 巾では七尾税務署と協力しながら様々 識と理解を深めていただくことです。 皆さん一人ひとりに税の意義や役

市の状況はどうですか? 税務課長の立場から見る七尾

最近の景気低迷の中、どの家庭に

来年度からはそれぞれの納税者自 まには既にお知らせしておりますが 納税組合長を通じて、市民の皆さ

ることができます。特に地震災害に であることを、税の納付状況から知 おいても家計の支出が厳しい状況

> 関する優遇措置があったとはいえ、 ことを察しております。 遭われた方々につきましては、税に いまだに厳しい状況に変わりない

ます。 いてご理解をいただき感謝してい 税意識の高さのおかげで、納付につ そんな状況の中でも、皆さまの納

いのですか? どのようにして納付すればよいうことですが、今後税金は これまで納税活動組合に交付 していた奨励金を廃止すると

> 納が積み重なった場合はどう なるのですか?

制に努めています。 が収納率の向上と新規滞納者の抑 税務課各係の枠組みを超えて、全員 ています。そのメリットを活かし、 プ制(市民税・資産税・収納)をとっ **今年度から税務課は3つのグルー** 



税の収納率が低下したり、未

ます。

います。 は便利な「**口座振替納付**」を勧めて で納付することもできますが、市で 納付書で最寄りの金融機関の窓口

ご理解をいただきながら、口座振替 います。納税組合加入の皆さまにも に振替されますのでご安心かと思 た納め忘れもなく、確実に納期ごと への移行をお願い 口座振替にしますと、うっかりし

### 9月9日に行われた 「租税教室」の感想文を ご紹介します。



能登島中学校3年 瀬成 わこ さん

私は「税なんてなくなれば良 いのに」と今日まで思っていま した。でもそれは間違いでした。 普段なにげなく使っている物が、 税でまかなっているのなんて知 らなかったからです。

例えば道路。広い道を作ったり、 きれいにしたり、直したりなど、 あれはすべて私たち国民が払っ ている税で行っているのです。 私は自分が払った税がどこにい くのか、どうなるのか知ろうと もしませんでしたが、今日の租 税教室のおかげで税について知 ることができました。そして税 は私たちにとってとても大切な んだということも分かりましたし、 税に対しての意識も変わりました。 税があるからこそ、私たち国民 がこんなに豊かな生活を送って いられるのだな。ということに 気がつくことが出来ました。

これからは税をいやいや出す のではなく、「私たちが国を豊か にするために!」と思って払い たいなと思います。

### れましたが? 国的に納付方法がとりざたさ 国民健康保険税について、全

減らして住民税を増やす)が行われ、

昨年度から「税源移譲」(所得税を

市の財源に占める市税の割合は、27 ・6%(平成18年度)から、33・4%(平

れも一定要件を満たしていれば、口 りました。国民健康保険税につきま 年度から年齢によって「後期高齢者 金天引き」が始まっていますが、こ 康保険制度」とに分かれることにな 医療制度」と従来どおりの「国民健 しては、第4期(10月納期分)から「年 そうですね。国民健康保険税は、  $\Rightarrow$ 

ております。

ただし、形式上はこのことで地域

にして6億4千900万円も増え 成20年度) へと増加しており、金額



収し、税の納付が滞っている方に対

しては、財産の差し押さえや公売処

数の市民の目線に立ち、しっかり徴 ません。きちんと納税している大多 ともに、公平・公正でなければなり るのです。そのためにも、課税・納税 されてこそ、健全な財政運営ができ っていますが、「自主財源の確保」が サービスの提供ができることにな の実状や住民ニーズにあった行政

毅然とした立場で努めていきます。 分を行うなど、市の持つ権限の中で

> ていますが、税金ということで納付 こともできます。 座振替や納付書で納めていただく については税務課が担当しています。 課(ミナ.クル2階)で業務を行っ 毎年のように税制改正が行わ 国民健康保険税に関しては保険

> > 場所:パトリア2階

日時:11月8日(土)~17日(月)

れていますが、今後の見通し をお聞かせください。

**受けられる**ようになっています。 の公的年金からの徴収(特別徴収) 方については大幅な寄附金控除が た、ふるさと納税をしていただいた が平成21年10月から始まります。ま 大きなものとしては、個人住民税

問い合わせください 理解をいただきたいと思います。ご 不審な点などがあれば、 今後も関連広報に関心を持ち、ご 、お気軽にお

納税表彰式

場所:フォーラム七尾ホール 日時:11月13日(木)15: 00

# 納税者感謝の集い

場所:七尾市役所201会議室 日時:11月20日(木)13: 30

講演会

「少子・高齢社会と税

七尾税務署長

能澤要一氏

# 税理士による無料税務相談

日時:11月16日(日)

:アルプラザ鹿島 (12:00~13:00除く) 00

場所

セントラルコート1

喈

2008.11月号

7

### 平成21年度

# 





乳幼児を保護者に代わって保育し 産などのため、家庭で保育できない

保育園は、保護者の就労、病気や出













# 12月1日(月)~12月26日(金)

### ●申込方法

尾市ホームページからも取得でき さい。申込書は、各保育園、または七 を添えて各保育園へお申し込み下 入園申込書を記入し、必要な書類

(http://www.city.nanao.lg.jp)

### ●対象児

### 0歳児~5歳児

※来年度中に入園を予定されてい る方は、お早めに最寄りの保育園へ ご相談下さい。

# ●保育園で行うその他の事業

て保育します。 保育できない場合、午後6時を超え ●延長保育 ※別途保育料必要 保護者が就労などの理由により

ます。 保育できない場合、乳幼児を保育し

# 幼稚園児募集

学校です。集団生活の中で遊びを中 可能性を伸ばしていきます。 心とした教育を行い、一人ひとりの 幼稚園は、子どもが初めて出会う

### 募集期間

10月1日(水)から募集中

### )申込方法

もリンクしています。

い を記入し、各園へお申し込みくださ 幼稚園に備え付けてある入園願書

### ●一時保育(子どもデイサービス) ※別途保育料必要

対象児

保育園児募集

などで保育できない場合、乳幼児を 12日まで)。 病気や冠婚葬祭、育児リフレッシュ 時的に保育します(連続3日、月 家庭で子育てしている保護者が

、認定こども園は、次ページ参照)

満3歳児~5歳児

# 休日保育 ※別途保育料必要

護者に対し、経済的負担を軽減する ため、幼稚園を通じて助成します。

幼稚園に通園している児童の保

)保育料・入園料の一部を助成

日曜・祝日に保護者が就労などで

### が183,

対象者

保護者 世帯全体の市民税所得割課税額 000円以下の世帯の

問 各幼稚園まで

りますのでご覧下さい。 においても、保育園一覧表があ の概要を紹介しています。また 七尾市子育て支援課・各保育園 各幼稚園のホームペー 市ホームページで各保育園

8

### 保育園

				主な特別保育事業		Ě		
	保育園名	所在地	予 定 定 員	電話番号	延長 保育	一時 保育 デイサービス	休日 保育	乳児 保育 2ヶ月後から
	徳田保育園	八幡町	50	57-1519	•	•		•
	袖ヶ江保育園 (袖ヶ江認定こども園 ※1)	郡町	長時間利用児 110 短時間利用児 20	52-1420	•	•		•
公	袖ヶ江保育園分園 有隣保育園 (※2)	寿町	25	52-1426	•	•		•
立	石崎保育園	石崎町	80	62-2404		•		•
	高階保育園	池崎町	45	57-2523		•		•
	大吞保育園	庵町	40	59-1114		•		•
	田鶴浜保育園	田鶴浜町	130	68-3117		•		•
	中島保育園(仮称)	中島町中島	230	66-0182	•	•		•
	のとじま保育園	能登島佐波町	130	84-0123	•	•		•
	ななおあいじ保育園	天神川原町	220	52-3508	•	•		•
	西湊保育園	小島町	150	52-3139		•		•
	光の子保育園	大和町	45	53-0094	•	•	•	•
	和倉保育園	和倉町	120	62-3360		•		•
	あさひ保育園	飯川町	90	57-1418	•	•		•
私	やまと保育園	矢田町	90	53-2710		•		•
立	小丸山保育園	小島町	120	53-3700	•	•	•	•
14	七尾みなと保育園	矢田町	185	53-3750		•		•
	本宮保育園	所口町	90	53-5520	•	•		•
	ひまわり保育園	千野町	90	57-2800		•		•
	浜岡保育園	石崎町	90	62-3233	•	•	•	•
	よつば保育園	湯川町	45	58-1912		•		•
	東みなと保育園	万行町	90	52-3115	•	•	•	•
	あかくら保育園	三引町	90	68-3107	•	•		

### 幼稚園

	幼稚園名	所在地	5歳児 募集人員	4 歳児 募集人員	3歳児 募集人員	満3歳児 募集人員	未満児 保育※3	電話番号
	七尾幼稚園 (認定こども園七尾幼稚園 ※1)	馬出町	若干名	若干名	30名	若干名	18名※4	52-2869
私立	聖母幼稚園 (認定こども園聖母マリア園 ※1)	南藤橋町	若干名	若干名	20名	若干名	12名※4	53-4585
	大谷済美幼稚園	小島町	直接園にご連絡ください			52-0526		

- ※1 認定こども園とは、幼稚園・保育園などにおいて、就学前の子どもに幼児教育・保育を提供する機能や地域における子育て 支援を行う機能を備え、一定の認定基準を満たす施設として県知事から認定を受けた施設をいいます。 認定こども園では、短時間保育は4時間、長時間保育は8時間を基本として保育を行っています。
- ※2 22年度末閉園予定 (原則、新入園児は受付しません)
- ※3 認定子ども園の園児です。
- ※4 七尾幼稚園・・・2歳前後から入園受付 聖母幼稚園・・・満1歳から入園受付

10月11日に、市役所前で除幕式が行われま

もりが感じられます。皆さんはどのように 感じましたか? 人情味あふれる文字からは、ふるさとの温

仲代達矢様からのメッ 揮毫をいただきました者であり、この度石碑の セージ(中省略)

章にもあるような、豊か 解しようと思うなら、「そ 進していただけ な地域社会の醸成に邁 が心をひとつにして、憲 と思われます。6万市民 を支え、築いていくもの える心が、新しい七尾市 います。相手の立場を深 台詞があったように思 の人の靴を履いて歩い にも、その人を心から理 画「アラバマ物語」の中 ることでしょう。名作映 それなりの時間がかか られるようになるには、 く自分のものとして捉 てごらんなさい」という て心と心が通い合わせ し合い、垣根を取り払っ 人と人が本当に理解 ればと

存じます。」

七尾市名誉市民第1号

●11月26日(水) 16: 00 5 17

会場:中島市民センター2階 00 応接室

どなたでも申し込みできます(原則、 一人30分以内)。

かせ

ください

!!

☆お申し込みは 問·由 秘書広報課 す。また、 前までにお願 53 | 1 1 1 お申し いし 1 週

ま間

0

み多数の場合は、 選になります。

抽込

※公務により、

中止になる場合があります

なこちゃんのエコ生活 ブ推進月間 1 -車の使い方でCO2削減-秋は、家族や友人と車で行楽へ出かける機会が多くなる季節ですが、 ぜひ環境にやさしい「エコドライブ」で楽しみましょう。 ①出かける前はタイヤの空気圧や道路交通情報をチェックする ②ふんわりドライブでやさしい発進と加減速の少ない運転を心がける ③エンジンブレーキを積極的に使う ④エアコンの使用は控える ⑤停車中はエンジンをオフにする など エコドライブが習慣化すれば、燃費が向上し、環境にも家計にもや さしくなります。 環境安全課環境政策グル **253-8421** FAX53-8411 e-mail: anzen@city.nanao.lg.jp

### 今月の市民相談

問 男女参画まちづくり課 ☎53-1112

9 99 49				<u>同</u> 列文多国なジットラ麻 <b>B</b> 00 TTT2		
相談の種類	主な内容	場所	相談日	時間		
行政困りごと相談 相談担当者: 行政相談委員	国・県・市などの行政機関 に対する意見や要望など		11月17日 (月)	10:00~12:00		
市民くらしの相談 相談担当者: 民生児童委員、人権擁護委員	日常生活の困りごと、 人権相談		毎月第1~第4水曜日	10:00~12:00 13:00~15:00		
法 律 相 談 (予約制・先着5名) 相談担当者: 弁護士	借家・借地・金銭貸借・多重債 務・相続・離婚などの法律問題	本庁 市民相談室	11月21日(金) 11月28日(金)	13:00~15:30		
登記相談(予約制·先着4名) 相談担当者:司法書士、土地家屋闕査士	相続・登記・財産管理・多重 債務・土地の境界について		11月28日(金)	13:00~15:00		
消費生活相談 相談担当者:消費生活専門相談員、担当職員	悪質商法などの消費トラブル		毎週月~金曜日 ※毎週金曜日は「専門相談員」 による特設相談を開催	9:00~17:00		
行政・市民くらしの相談 相談担当者: 行政相談委員、人権擁護委員	行政相談、人権相談、 日常生活の困りごと	田鶴浜市民センター、 中島市民センター、 能登島総合健康センター	11月20日 (木)	13:00~15:00		
女性なんでも相談 相談担当者: 専門相談員	女性の悩み・DVなど (電話相談有り <b>な</b> 52-7830)	パトリア5階 フォーラム七尾	毎月第1~第4 火・金・土曜日	13:00~17:00		
		F	🖥 ミナ. クル2階 子育て支	援課 253-8419		
結婚相談 相談担当者:七尾市認定結婚相談員(縁結びist)	結婚に関する相談	ミナ. クル2階 第1相談室	11月11日(火) 11月25日(火)	13:00~15:00		
児童・ひとり親・ 女性相談 相談担当者:担当職員	養育・家庭生活・DVなど	ミナ. クル2階 第1相談室、 各市民センター	毎週月~金曜日	9:00~17:00		
			問 子ども教	有課 <b>25</b> 3-8434		
子育て・親育ち相談室	しつけ・不登校・学校生活など「子育て・親育ち」に関する悩み (対象:市内小中学生の保護者など)	本庁市民相談室	第1~4金曜日	9:00~12:00		
			<b>間</b> 金沢弁護士会 <b>で</b>	<b>3</b> 076-221-0242		
七尾法律相談センター (予約制・先着5名) 相談担当者:金沢弁護士会弁護士	法律問題全般 (相談料1回5,000円)	パトリア5階 フォーラム七尾	毎週木曜日 ※相談前日の17:00までに 要電話予約	13:30~16:00 (1人30分以内)		

山王小学校のみんなと「山王小学校のWA!!

Ray, a drop of golden sun (レーは太陽の金色の滴) Me, a name I call myself (ミーは自分を呼ぶ名前) Far, a long, long way to run (ファーは走る長い距離) Sew, a needle pulling thread (ソーは糸を引く針) La, a note to follow sew (ラーはソーの次の音) Tea, I drink with jam and bread

That will bring us back to Do (さあ、初めに戻ってドー)

授業が終わると、子どもたちとド 校での授業はとても楽しいです。 からは小学校でも英語を勉強する れる機会が随分増えました。これ 来て、約1年が過ぎました。 ッジボールをしたり、おしゃべり ことになったからです(※)。小学 この4月から市内の小学校を訪 皆さん、こんにちは。私が七尾に

施することが示されています。 ※新学習指要領では、小学校5・6年 ΪΪ Γ*)* 歌」にチャレンジしてみてくださ 、年間35時間の外国語活動の時間を実

楽会では4年生みんなで、英語で をしたりします。七尾市の合同音

「ドレミの歌」を歌います。

ぜひ皆さんも英語で「ドレミの

国際交流 コラム

# 1~は鹿~、メスの鹿~!? 七尾市外国語指導助手(英国)

アンドリュー・デイヴィス

### 「DO RE MI」 英語の「ドレミの歌」

Doe, a deer, a female deer (ドーは鹿、メスの鹿)

(ティーはジャム付きパンと一緒に飲む物)

### 催 物

### 平成20年度 学びあい、支えあい 七尾市民のつどい

座の特別講演会を開催します。 や出会いの素晴らしさを発見する心 の回復を図るとともに、 の勉強の場として、七尾市民大学講 同士の連帯感や人間関係・家族関係 を広くお知らせすることにより住民 活動などを発表し、地域独自の活動 ボランティア活動や家族参加の体験 う地域の絆づくりを推進するため、 七尾市民同士で学びあい、支えあ 心の豊かさ

11 月 15 日 七尾サンライフプラザ  $\pm$ 

 $\exists$ 

場

所

12 50 \$ 15 ...

中ホール

内 容

★第1部:活動発表

・テーマ 「人が輝く地域活動」

発表 北嶺中学校・矢田郷公民館

**★第2部**:七尾市民大学講座 高階公民館·熊木公民館

特別講演会

テーマ「感動・感謝から 学ぶ心の勉強.

**演題**「人生を豊かに生きる ための生涯楽習\_

生涯学習センターな53-3661 子ども教育課 南蔵院住職 林覚乗 **5**3 - 8 4 3 4 氏

問

 $\exists$ 

時

平成21年七尾市成人式

受付10:00~10:30

七尾サンライフプラザ 大ホール

会

場

対象者 ※住民登録のある新成人の方には12 内通知が届きます。 月上旬に成人式および祝賀会の案 元年4月1日の間に生まれた方 昭和63年4月2日から平成

※住民登録が無い場合でも七尾市成 /式に参加できますのでお問い合 (返信締切:12月20日)

七尾市本府中町ヲ一38 <del>-</del>926-8550 七尾サンライフプラザ内

問 わせください。 生涯学習課 **3**53-3661



### 全国カキサミット 石川大会記念イベント

ることもできます。 1人1個限定で、殻付「能登かき」 が開催されます。 て殻付能登かきの販売もあり、食べ いて「全国カキサミット石川大会」 焼き、無料で振る舞います。また、 プレイベントの一環として先着順に 能登食祭市場内の浜焼きコーナーに 平成21年7月上旬に和倉温泉にお 000個を「日本一の七輪」で 今回、 石川大会の

時 11月23日 (日) 11:00~ ※無くなり次第終了

 $\Box$ 

所 能登食祭市場

場

問

イベント広場前

石川県漁業協同組合 七尾西湾支所内 能登かき養殖漁業振興会

献 愛 の

市

入

生

□座振替で!

男

女

世

転

出

の

人

21,903世帯

60,576人

28,698人

31,878人

転

死

74人

21人

国民健康保険

婚姻(窓口受付)

納税のお知らせ

☆納期限は12月1日(月)です

市税の納付は「便利・安心・確実な」

先月比較

1)

72)

33)

39)

110人

57人

 $(\triangle$ 

(△

(A

(A

18件

出

5期

平成20年9月30日現在

12 広報ななお

# 集

# ·自衛隊」生徒募集

左記のとおり行っています。 台があります。 なお、法律改正により変更する場 平成20年度の自衛隊生徒の募集を

試験日 採用予定者数約250人 応募資格 平成21年1月6日 (火) まで 七尾地方合同庁舎3階 七尾出張所 自衛隊石川地方協力本部 平成21年1月10日 (土) 中学校を卒業(見込含) した17歳未満の男子 **5**3 - 1 6 9 1

### 平成20年度

# 第2回七尾鹿島広域圏

# ◆職種区分ごとの募集人数

薬剤師

· 作業療法士 理学療法十

作業療法士(精神)

臨床工学技士 3人程度

・助産師および看護師 14人程度

登総合病院のホームページを参照 七尾鹿島広域圏事務組合、公立能

# ◆試験の日時・場所

公立能登総合病院

## ◆受験申込期間

※郵送申込は、 10月16日 (木) ※受付事務は、 9 00 \$ 17 ... ~ 11 月 14 日 11月14日 (金) (土日祝日を除く) **金** 

消印有効

<del>T</del>926-0816 七尾市藤橋町ア部6番地4 公立能登総合病院

### 新成人に向けて あなたのお店や会社を PRしませんか?

資 格 七尾市で活動している お店や会社

容 メッセージ 商品PR・新成人に対する 会社概要・求人・広告・

内

参加方法 質は自由。700部印刷し 参してください。 て実行委員会事務局まで持 用紙サイズA4で色、紙

**参加登録料** 5,000円 込 12月19日 (金) ⋈

七尾サンライフプラザ内 成人式実行委員会事務局

(生涯学習課) ☎53―3661

12月6日 (土) 9:00~

るツアーです。 『東京国際キルトフェスティバル

### ツアー』 鑑賞と明治神宮初詣・新春の浅草

**期日** 平成21年1月24日~25日

**申込** 平成21年1月8日 (木) **旅行代金** 39, 800円~

**旅行代金** 59, **期日** 平成21年2月7日~9日 000円~ (2泊3日)

留

くらし

# ★能登空港利用促進に関すること

問申 能登空港利用促進同盟会 **2**0768-26-2366

# HAPPYライブ:「城山

 $\exists$ 時 11 月 29 日  $\equiv$ 

場 所 カフェ 」・ロード 17 ... 00 \$ 19

()()

11 月 12 日

(城山のふもと)

### 企画旅行に参加しませんか? 内対 容 ライター)のライブを楽し みながら軽食・歓談 たくろう(シンガーソング

象

独身男女

25歳~36歳

促進を図るため旅行者と企画実施す 登空港利用促進同盟会が地元の利用 能登空港利用促進企画旅行は、能

会

費

男性

3, 000円

※37歳以上の方には12月に予定。

間・ ヨミナ・クル2階子育て支援課

※応募多数の場合は抽選します。

女性 2,000円

間中 トラベルセンター能登 (1泊2日)

**申込** 平成21年1月17日 (土) 🗸

## 悩みは抱え込まないで! 第2回ひきこもり等相談会

方と一緒に考えてみませんか? きています。同じ悩みを持つ家族の  $\Box$ の家族を抱え悩んでいる方が増えて 変化するなか、不登校やひきこもり 若者を取り巻く環境や人間関係が 11月16日 (日) 13:30~



『たくろう (シンガー

能登中部保健福祉センター

能登中部保健福祉センター

健康推進課

### 子どもへの虐待をなくそう!

### 11月は児童虐待防止推進月間

~助けての小さなサイン受け止めて~

言葉にできない子どもの悲鳴を 見ない、聞かない、も虐待です。



- ●自分で悪いと知っているのに、 なかなか虐待をやめられない人。 例えば **こころへの虐待**
- ●近所の声や物音などから、虐待があるのではと気になる人。例えば からだへの虐待



- ●子どもの様子、服装などが、通常とは違うと感じた人。例えば 性に関する虐待
- ●子どもの体に、不自然なあざや、 やけどを見つけた人。 例えば、極度の無関心



### 連絡・相談機関 あなたのその一報がきっと子どもを救います。

子育て支援課(ミナ.クル2階) **な**53-8445 保健センター(七尾サンライフプラザ内) **な**53-3623

能登中部保健福祉センター **☎**53-2482

### おしとがいばかっきゃとペーと

~子どもみんなの幸せを祈って~

☆金沢城石川門オレンジライトアップ

日時 11月8日(土)17:30~21:00

☆オレンジリボン広場(金沢駅もてなしドーム地下広場)
日時 1 1 月 8 日(+)

- ◆児童虐待防止パネル展 12:00~16:30 【内容】
  - ・虐待を訴えるパネルの展示
  - ・オレンジコーナー(手作りコーナーなど)の設置
- ◆児童のステージ 15:00~16:00 【内容】・「詩の群読」(天神山小学校4~6年生) ・「和太鼓」・「リズムダンス」

### ☆虐待・いじめ・子育てを考えるセミナー

〜悩んでいる子どもや子育て中の母親のSOSを 受け止める社会づくりを一緒に考えませんか。〜 日時 11月18日(火) 10:00~15:00 場所 石川県地場産業振興センター

問 石川県健康福祉部少子化対策監室 子育て支援課 ☎076-225-1421

### 働く保護者をサポートします

放課後児童クラブでは、おおむね小学校1年生から3年生の子どもたちを預かり、異年齢の集団の中で生活や遊びを通して、子どもたちの成長や発達を援助します。

クラブ名	開設場所	電話番号
小丸山	小丸山保育園 チャイルドケアハウス小丸山	52-3710
山王	山王小学校(旧あけぼの幼稚園)	52-1443
徳田	徳田コミニュティセンター	57-6163
石崎	石崎小学校	62-6370
高階	高階保育園	090-4320-0950
和倉	和倉保育園	62-3360
10/6	ゆうかり子育て支援センター	02 3300
天神山	天神山小学校	52-8168
東湊	東湊コミニュティセンター	52-8164
中島	旧笠師保小学校	66-0150
能登島	能登島生涯学習総合センター	090-2031-9737
田鶴浜	田鶴浜農村環境改善センター	68-3610
北星よつば	よつば保育園	58-1912
七尾みなと	七尾みなと保育園	53-7120
有磯	南大吞公民館	59-1014

\*詳しくは、各放課後児童クラブまで

問 ミナ.クル2階 子育て支援課 ☎53-8419

### ~母(父)と子のしあわせのために・・・~

該当する家庭の親および養育者で申請がお済みでない方は、お問い合わせください。

ひとり親家庭等医療費助成	児童扶養手当	
・母子家庭の母と児童 ・父子家庭の父と児童 ・父母のいない家庭の 児童	・母子家庭の母 ・父母のいない家庭の 養育者	対
制限なし	<ul> <li>※ただし、次の方は対象外です</li> <li>①遺族年金・障害年金等の受給者</li> <li>②平成10年4月1日以前に母子家庭等となり、5年以上申請しなかった方</li> </ul>	象者
月毎に支払った医療 費から、対象者一人に つき1,000円を差し引 いた金額を助成	〈手当月額〉 児童1人のとき41,720円 児童2人のとき46,720円 児童3人目から3,000円 加算 ※本人の所得により、手 当の一部又は全部が停止 となる場合があります。	内容
児童扶養手当の所得 制限と同じ	本人、同居している扶養 義務者に所得制限あり	所得制限

間 ミナ. クル 2階 子育て支援課 ☎53-8445

## プレミアム・パスポートの 発行手続きなどの変更!

# ★プレミアム・パスポートの

# 更新手続きが不要

パスポート交付の対象となる世帯に 交付します(手続き不要)。 は、12月下旬に新しいパスポートを 平成21年1月1日時点で引き続き

必ずその旨を連絡してください。 または対象世帯でなくなった場合は なお、世帯構成に変更がある場合

# ★パスポートの有効期間が

# 1年間から3年間に延長

に交付されます。 パスポートは自動継続で3年ごと

効期限となり、 18歳になった年の12月31日までが有 になります。 子どもがいた場合は、その子どもが ただし、有効期限内に18歳になる 有効期限が3年未満

により成り立っていますので、必ず 本事業は、 子育て支援課 ☎51-8419 -ルを守って使用してください。 協賛店の皆さまの協力

### **プレミアム・パスポート** 業参加募集

# ★チャイルド・プレミアム協力店

舗であって、県民育児の日(毎月19 プレミアム・パスポートの協力店 に限り、 プレミアム・パスポー

> ども連れの家族に対して特典を提供 する協力店舗《協賛金不要》 ト利用者のみならず、1人以上の子

# ★プレミアム・パスポート協力店

受けることができる。対象は18歳未 満の子どもが3人以上いる家族。 スポートを提示すると、割引特典を が協賛企業の店舗でプレミアム・パ や特典を設定し、パスポート利用者 協賛企業において、それぞれ割引

## **★「プレミアム・パスポート」** サポーター企業

解をし、プレミアム・パスポート事 社会全体で支える」という理念に理 業のPR活動に協力する企業。 サポーター企業とは、 「子育てを

問 活動」などに有効利用します。 の子育て支援にかかわる広報・啓発 「子育て家族と社会をつなぐため ミナ. クル2階 子育て支援課







## 国民年金保険料は 社会保険料控除の対象

要です。 険料)控除証明書」の添付などが必 場合は、 険料控除の対象です。年末調整や確 定申告で国民年金保険料を申告する 国民年金保険料は、 「社会保険料(国民年金保 全額が社会保

> に保管してください 保険庁から送付されますので、 「控除証明書」は、11月上旬に社会 大切

# 控除証明書専用ダイヤル

**8**0570-070-117 11月1日~3月13日の平日

### 9 00 5 17 00

場

社会保険料控除

国民健康保険に加入の皆さまへ

料を支払った場合には、その支払 った者に社会保険料控除が適用さ の他の親族の負担すべき社会保険 は自己と生計を一にする配偶者そ 居住者が各年において、自己また ける社会保険料控除については、 所得税・個人住民税の申告にお

2 保険税が年金から天引き(特別 用されます(年金受給者本人以外 徴収)されている場合、年金受給 とはできません)。 の方が社会保険料の控除をするこ 者本人にのみ社会保険料控除が適

3 保険税を口座振替により納付し 族などが納付した場合は、その 保険税を支払った者(配偶者や家 ている場合、口座振替によりその 方)に社会保険料控除が適用され

場

ミナ. クル2階 **5**3 - 8 4 2 0 保険課

七尾税務署

# ウイルス性肝炎

深めるために、講演会と個別相談会 を開催します。 ウイルス性肝炎についての理解を

11月29日(土)13:30~

所 中島健康福祉センター (受付13:00~)

すこやか

内

★講演会(13:30~15:00 「ウイルス性肝炎について

恵寿総合病院

知っておきたいこと」

副院長 宮森弘年

★個別相談(15:00~16:30) 談を行います。検査データや服薬 の方は持参ください。 内容がわかる説明書などをお持ち 希望する方には医師による個別相

問申 中島健康福祉センターすこやか 11月25日 (火) 〆切

# 年末調整説明会

時 11 月 21 日 **金** 

 $\exists$ 

所 七尾サンライフプラザ 午後の部 午前の部 13 9 ....30 30 \$ \$ 15 11 ....30 30

※平成20年中に給与などを支払った ぜひ参加してください。 中ホール

15

# 能登半島地震による特例制度

## 〜固定資産税と都市計画税の 負担を軽減する制度~

減する制度が創設されました。 固定資産税と都市計画税の負担を軽 受けた方々の再建およびそれを通じ 能登半島地震で極めて甚大な被害を た地域の復旧・復興に資するため、 平成20年度の地方税法改正により

# ◎代替資産取得の要件

平成19年3月25日時点で所有の家 でに取得した方。 3月25日から平成23年3月31日ま となる家屋や償却資産を平成19年 屋や償却資産が被災し、 取得期間 今回対象となるのは その代替

適用地域外で被災し適用地域内で 中能登町で被災した方、もしくは 洲市・志賀町・穴水町・能登町・ に指定された七尾市・輪島市・珠 代替資産を取得した方。 対象地域 災害救助法適用地域

※ただし、適用地域内で被災し、適 得地は適用地域に限定)。 対象とはならない(代替家屋の取 用地域外へ移転した場合、特例の

# ◎減額される期間と税額

家屋の税額や償却資産の 代替資産取得後4年間

課税標準額の価格の2分の1

◎申請に必要なもの

3. その他、 資産を確認できるもの 2. り災証明書または被災を受けた 市で定める書類

税務課資産税グループ

**☎**53−8415 · 53−8454

# )重債務者無料相談会

ます。 務者を対象とする無料相談会を行い 弁護士および司法書士による多重債 債務者相談強化キャンペーン」の期 合会、日本司法書士連合会が「多重 多重債務対策本部、日本弁護士連 (9月1日~12月31日) にあわせ

日時 11月20日 (木) 9 ... 30 \$ 12 ... 30

※一人30分以内、要予約 **所** 七尾市役所 市民相談室

(当日受付可)

男女参画まちづくり課

問申



たもの) など。

※平成18年6月以降に購入したもの なので、お早めに手続きを!

農林課

**3**53 - 8422

# 住宅用火災警報器の購入助成

①要支援・要介護認定を受け、在宅 の用件を満たす方 で生活している方 七尾市に住所を有し、 左記の全て

②市民税非課税および生活保護世帯 に属する方

③既に同様の助成を受けていない方

### 【助成内容】

設置場所:対象者の寝室(寝室が 対象商品:煙を感知し、日本消防 検定協会の鑑定を受けたもの

補助:生活保護世帯は購入費の 全額、市民税非課税世帯は購入費 2階以上の場合、階段と寝室) 額は5,250円(税込)。 の90%を補助。ただし、助成上限

# 【申請に必要なもの】

品名、個数、金額などが記載され 申請書・印鑑・領収書(購入した

問申

企画経営課

間 ミナ. ※申請受付は平成21年3月31日まで クル2階 高齢者支援課

**☎**53−8463

## シティカレッジ公開講座 『いしかわ学』

 $\Box$ 性について考えてみましょう。 化の課題説明に加え、農商工連携 過疎・高齢化の分析をし、地域活件 てきています。今回、事例を元に、 み、農林地の利用管理が困難となっ 産学官連携による新ビジネスの可能 中山間地域では、少子高齢化が進

11月22日 (土)

場 所 七尾サンライフプラザ 13 30 \$ 15 ...

中山間地域の現状と 農村活性化の課題

演

題

〜農商工連携による 新ビジネスの可能性~」

受講料 講 師 高橋強(石川県立大学教授)

# かすみ網などによる密猟防止

すみ網などを使用してツグミなどの たは警察署へご連絡ください。 猟現場を発見した際には、農林課ま ていません。かすみ網などによる密 ころですが、いまだに根絶には至っ するための防止対策を進めていると 密猟が行われています。密猟を根絶 毎年、秋の渡り鳥のシーズンにか



# 『あい愛バザール』

日時 11月30日 (日) 10:00~

場所 パトリア4階フォーラム七尾 ※売り切れ次第終了 多目的全ホール

している11団体による出し物が勢ぞ ★七尾市各種女性連絡協議会に加入

福祉施設へ寄付します。 ※ここで集まった売り上げの一部は パトリア4階 フォーラム七尾

# **高田匡隆ピアノリサイタル**

場 日 七尾サンライフプラザ 11月22日 (土) 18:30~ 大ホール

入場料 学生 般 1, 2, 500円 500円

 $\exists$ 

時

能登ピアノレスナー会事務局 **☎**0767−22−1605

### 市民のねがい ふれあいコンサート **〜音色に魅せられて…〜**

と七尾』を一緒に感じてみませんか。 でもあります。心で奏でる『ふるさ であると同時に、 「市民のねがい」はみんなの願い 一人ひとりの願い

> ① 日 場 時 11月30日(日)15:00~

演奏者 所 籠谷侑記 香り喫茶(パトリア4階)

内 さんしん(楽器)

② 日 時 12月20日(土)15:00~

演奏者 場 所 原田 香り喫茶(パトリア4階) 実ほか

内 民謡・津軽三味線

# 田鶴浜建具まつり2008秋 〜健康建具・エコ建具〜

ターを募集します。 省エネ効果(保温と断熱)で年間約 で先着100名限定のエコ障子モニ 遮光、調湿効果も期待できます。 4万円もの経費が削減でき、遮音: コ障子」建具を発表・展示します。 また、まつり期間中、工事費無料 珪藻土入りの障子紙を使い、

11月8日(土)・9日(日) 9 00 \$ 18 ...

田鶴浜建具センター

田鶴浜建具センター

場



# 国際交流イベント

迎です。 の話し相手になってくれる方も大歓 ろんな話をしてみませんか。今、外 ょう。日本語を勉強している外国人 作りたい方など、みんな集まりまし 強している外国人、外国の友だちを 国語を勉強している方、日本語を勉 外国人と市民が一緒になって、い

時 11 月 29 日  $\pm$ 

 $\Box$ 

パトリア5階 14 00 \$ 15 ...

場

所

定 市内在住の日本人・外国人

参加費 無料(自分の国のお菓子や 飲み物を持ってきてくれる

男女参画まちづくり課

問申

七尾市国際交流 ボランティア登録募集

じて国際的な交流事業や行事に参加 を活かして、ホームステイなどを通 ボランティア登録しませんか? し、外国人と友好親善を深めるため 皆さまの持っている知識や言語力

# サロンdトークin能登

容 日本人と外国人が集まり、 お話して交流する お茶を飲みながら、 フォーラム七尾 自由に 和室

内

各15名程度

方 大歓迎

**3**53-8448

## 法人施設

問 社会福祉法人 特定非営利活動法人 野の花 医療法人 松原会 ミナ.クル2階 みのり会

登録内容 通訳・翻訳・交流ボラン ティア・ホームステイ・

※申請書は、 は市役所にあります。 ホームビジット 市のホームページまた

<mark>閩·田</mark> 男女参画まちづくり課

# こころのバリアフリー作品展

ぜひご覧ください。 る活動に積極的に参加する意欲を高 めるために作品などの展示をします。 者が社会・経済・文化などのあらゆ の関心と理解を深めてもらい、 市民に広く障害者の福祉について

展示期間 七尾市障害者週間である 12月3日~9日

### 展示会場

### ◆公共施設

ミナ. クル1階~3階通路 七尾市役所1階ロビー パトリア 5階通路

社会福祉法人 徳充会 七尾市障害者福祉団体連絡協議会 **2**53 18464

 $\Box$ 

時

|月8日(土)・9日(日)

**导門学校七尾校~** 

2 回

丸山

※ 詳

しくは、

学校の-

ムページ

### 休日医療情報

10月10日現在の予定です。それ以降、諸事情により当 番医、当番薬局が変更になる場合があります。事前にご 確認のうえ、受診してください。

### 休日歯科当番医 9:00~12:00

11月9日(日)	かぶと歯科医院	☎53-7341
11月16日(日)	舘歯科医院	<b>芯</b> 52-2870
11月23日(日)	西野歯科医院	<b>ದ</b> 53-7265
11月24日(月)	春木歯科クリニック	<b>☎</b> 53−0313
11月30日(日)	和倉歯科クリニック	☎62-2244
12月7日(日)	島田歯科医院	<b>☎</b> 52−4182

### | 休日在宅当番医 9:00~12:00

11月9日(日)	清水眼科医院	<b>☎</b> 52−6383
	毛利医院	☎77-1505
11月16日(日)	三林内科胃腸科医院	<b>T</b> 54-0350
	山崎医院	<b>☎</b> 62−2209
11月23日(日)	荒井皮膚科医院	☎53-0134
	今井医院	☎77-1215
11月24日(月)	浜野クリニック	<b>☎</b> 52−3261
	辻口医院	☎66-0118
11月30日(日)	八野田整形外科医院	<b>ದ</b> 54−0811
	なかお内科医院	☎74-2132
12月7日(日)	三林内科胃腸科医院	<b>T</b> 54-0350
	高沢内科医院	තු66-0007

### 小児休日当番医 9:00~

11月9日(日)	さはらファミリークリニック	<b>5</b> 62-3765
11月16日(日)	せいしゅこどもクリニック	<b>ದ</b> 53-0848
11月23日(日)	公立能登総合病院	<b>☎</b> 52−6611
11月24日(月)	恵寿総合病院	<b>☎</b> 52−3211
11月30日(日)	やまざきクリニック	<b>芯</b> 53-4976
12月7日(日)	桜井小児科医院	<b>☎</b> 53-3355

### 休日夜間当番薬局 20:00~翌8:00

(各店共通携帯電話)	090-13	310-3909
11月9日(日) つじ薬局		<b>™</b> 62-4044
11月16日(日) 能登中央薬	锔	<b>™</b> 52−9381
11月23日(日) あおぞら薬	<b>写中島店</b>	<b>™</b> 66−8888
11月24日(月) 日本調剤/	、丸山薬局	<b>™</b> 52−7818

1252-8155 11月30日(日) ななお調剤薬局 **1**72-3370 12月7日(日) 中島薬局

### |休日夜間当番薬局(土)

11月8日(土) おおな	<b>♪り薬局</b>	<b>™</b> 54−	8087
11月15日(土) 七尾(	らいふ薬局	<b>M</b> 52-	3507
11月22日(土) あおる	ら七尾薬局	<b>M</b> 54-	8988
11月29日(土) 瀬川第	結	<b>M</b> 53-	3557
12日6日(土) かがえ		W53-	6611

### ☆小児夜間診療(救急患者)のお知らせ

毎週土曜日 午後6時から10時まで受付 公立能登総合病院小児科Dブロック(2階) ☎52-8705 協力 七尾医師会等

部活発表・模擬店など

問

③健康クイズ・和太鼓演奏・

②公開講座 講師 (11月8日

11月8日・9日 「高齢者のひざの 痛みとリハビリ」

> 場 ※ リ

ワークパル七尾 クル品販売は10

サ

内

容 所

毛糸を利用した

帽子

くり

国際医療福祉専門学校 七尾校副校長 濱出茂治 先生

受講 講 定 師

00

員料 七尾市シルバ 20 名 無料 守 和子 (材料代300円) 氏

**5**2-4680 人材センタ

主な内容 ①理学療法·作業療法 救急救命学科の体験コー

ナー

 $\Box$ 

時

11月9日

 $\widehat{\exists}$ 

13

00

16 00

00 から 編み方を講習します。

サイクル品などの販売、

帽子の

所

ゆずりあい

消費生活 ミニ情報

### 「気をつけて!高齢者を狙う 消費者トラブル」その1

高齢者が抱える「お金」「健康」「孤独」など、不安につけ込んだ悪質商法 による被害が多く発生しています。高齢者は自宅にいることが多いため、 訪問販売や電話勧誘販売によるトラブルに遭いやすく、だまされたこ とに気づきにくかったり、被害にあっても誰にも相談しなかったりす る傾向があります。周りの方の見守りも大切です。

### 被害例「点検商法」

「無料で点検する」「市役所から頼まれてきた」「法律で決まってい る」など、あたかも正規の点検のふりをしながら断れない状態にし、 最終的に高額な商品やサービスを売りつけます。「住宅リフォーム」 「屋根瓦」「床下」「耐震強度」「布団」「上下水道」「雨戸」など口実はい ろいろあるので注意しましょう。

- ▶契約は一人でしない!すぐに はしない!(家族などによく相 談する)
- ●契約してしまってもあきらめ ずクーリングオフ!(訪問販売 では契約書を受け取ってから 8日以内であれば可能です。た だし例外もあります。)

問 男女参画まちづくり課 石川県消費生活支援センター



**☎**53−1112 **☎**076-267-6110

### 総合 計 を 案

# ~七尾湾と温泉を活かした 能登から世界への架け橋~

# 八が輝く 交流体感都市」を目指して



ご意見などをお寄せ下さい。

ノリックコメントを実施しますので

「七尾市総合計画案」についてのパ

市民の皆さまから意見を募集

○閲覧場所

①情報公開コーナー(市役所1階)

民説明会を開催します。多数のご参 「七尾市総合計画案」について、住

# 住民説明会を開催

加をお待ちしています。

祉課窓□)、各図書館、各公民館 各市民センター窓口、ミナ・クル(福

### ○意見募集期間

②市ホームページ

11月10日(月)~11月24日(月)

○意見の提出方法

住所、氏名、意見を記入して、郵送

FAX、Eメールまたは直接提出. 閊・提出先 てください(様式は問わず)。

会

中島文化センター2階

七尾サンライフプラザ

田鶴浜農村環境改善センター

研修室1

多目的ホール

2階視聴覚室

場

企画経営課(市役所4階) 七尾市袖ヶ江町イ部25番地 <del>-</del>926-861

Eメール kikaku-k@city. nanao. 53 1 1 8 1 9 . g Ъ

### 能登島市民センター 能登島地区 2階会議室

総合計画とは?

輝く交流体感都市」を将来像とする ほか委員19人)は、10月7日に「人が

(1次七尾市総合計画案を七尾市

長に答申しました。

画」、「実施計画」の3つの計画で構 ための指針となるものです。 かつ計画的なまちづくりを進める あり、長期的な展望の下で、総合的 総合計画は、市の最上位の計画で 総合計画は、「基本構想」、「基本計

### ◇七尾市の目指す将来像を定め、その将来像を実 現するための施策の方向性を示したもの

◇計画期間(10年間) 平成21年度~平成30年度

- ◇基本構想を実現するため、基本的な施策の内容 を体系的に示したもの
- ◇計画期間(前期5年間、後期5年間) 平成21年度~平成25年度 ①前期 平成26年度~平成30年度 ②後期
- ◇基本計画に定めた施策を実現するため、 具体的な事業を各施策ごとに示したもの ◇計画期間(3ヵ年計画を毎年見直し)

# ※どの会場でも参加できます

成されています。

民説明会を開催し、

市民意見を反映

コメント(市民意見募集制度)や住

市では答申を受けて、パブリック

 $\Box$ 

10:00~

14:00~

10:00~

14:00~

時

11月15日(土)

11月15日(土)

11月16日(日)

11月16日(日)

地

中島地区

田鶴浜地区

七尾地区

 $\overline{\times}$ 

に提案することとしています。 させた計画案を市議会12月定例会

### 基本構想 まちづくり の将来像 基本計画 具体的な 施策内容 実施計画 具体的な 事業内容

19

### 市内で行われた活動やイベントを紹介します。

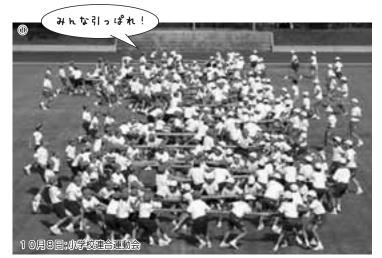




決まっ

てる?

MACHI NO KAO







いいスタートだ!

10月5日:中島保育園運動会







10月12日:市民スポレク祭

10,20,30...

ので、歩いたりジョギングしたりし

てみては!?

中島保育園の運動会で園児の組 0m走でスタートダッシュ!】④ 見事に決まったね! 逆上がり出来たかな!? 小学校器械運動交換会【⑦鉄棒。 を合わせ、足を合わせ!】⑦~⑨ に負けないぞ! レク祭【⑤リレーマラソン。大人 体操。上手だね!⑤~⑥市民スポ リレーでバトンタッチ うばい」 ②クラス対抗400m 動会【①赤組と白組に分かれて「棒 運動。前回り、次は後回り。手は耳 ①~③小学校(6年生)連合運 ⑥大縄跳び。息 ⑧跳び箱。 3 1 0

「スポーツの秋」到来といった感じで、10月中に市内各地で運動をし近「メタボリック症候群」が話題に近「メタボリック症候群」が話題に近「スポーツの秋」到来といった感じで、10月中に市内各地で運動会な

られないようにね。親に「また食べとるがんか!」と怒親に「また食べとるがんか!」と怒っているがらいりには、甘いものやお菓子の食

大人は、タバコや飲酒、不規則な生活にストレスなどさまざまなことが重なれば重なるほど、メタボリック症候群だけではなくいろいろな生活習慣病になりやすくなるので、は数多くの人が持ち合わせているもの。「ストレス発散だ!」といってもの。「ストレス発散だ!」といってもの。「ストレス発散だ!」といってもの。「ストレス発散だ!」といってもの。「ストレス発散だ!」といって表飲暴食は絶対にダメ!汗がにじ

せぇの、よいし



9月25日、和光苑において山村千代さん(写真中央)が100歳の誕生日を迎えた。市長と施設関係者からお祝いをいただくと目に涙が。施設職員からは「七尾まだら」の踊りのプレゼントもあって、「ありがとうございました」と。

百寿(100歳)お誕生日おめでとう



10月3日:七尾総合市民体育館

第5回高齢者障害者風船バレー大会が七尾総合市民体育館で行われた。各チーム、ハチマキをして元気良く風船バレーをしていた。試合を終えて一言「勝敗関係なく楽しく出来たことが何よりやわいね。」まだまだ元気やわ!



10月6日、秀楽苑において釜下キクイさん(写真右)の100歳の誕生日(10月5日)をお祝いした。市長から花かごとお祝いを受け取ると、手を合わせて何度も何度も感謝の気持ちを口に、「ありがとう。ありがとう」と。

百寿(100歳)お誕生日おめでとう



れていた。時間を忘れるくらい、のんびりした雰囲気…。サリーや陶器、革製品などの手作り工芸品が数多く並べらり』が能登島家族旅行村Weランドで開催された。アクセ『クリエイターズマーケット2008~のとじま手まつ

1 0月3日:和光苑

10月8日、和光苑において深浦きよさん(写真右)が100歳の誕生日を迎えた。施設関係者から「港ヨイサ」と「花笠音頭」の踊りのプレゼントが。楽しそうな表情で深浦さんも喜んでいた様子。「めでためでたーのー♪」

寿(100歳)お誕生日おめでとう

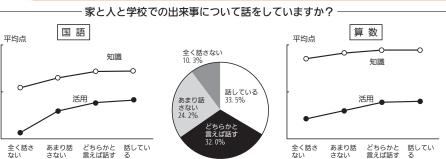
### 今なお交流を続けていま〜す! 〜・能登島・広神〜友好親善野球大会〜



旧能登島町と旧広神村(現:新潟県魚沼市)の交流は、お互い市町村合併した今なお続いている交流事業。18日に到着した広神の子どもたちは、能登島の子どもたちの家でホームステイ。最初はお互いに緊張していた感じが、帰るころには仲良く。「来年は広神に行くからね~!」

### つながろう 毎月7日は「伸ばせ!七尾っ子」の日 かかわろう 七尾っ子

~元気よくあいさつをし、ノーテレビ・ノーゲームに取り組みましょう!~



\*グラフの具体的な数値に関しては、公表しておりませんので、ご了承ください。

体での取り組みを企画、提案していき という思いのもと、市民(約6万人)全 素晴らしい「七尾っ子」を育てよう!」 議では、『みんなで子育てに携わろう! の寺岡です。

では、 ますので、よろしくお願いします。 たいと思っています。毎月の防災無線 、皆さまの心に届くように放送し

(担当:子ども教育課 「伸ばせ!七尾っ子」 ノロジェクト会議

### ※活用: 思考したり、判断したり、表現したりする力をいいます の中で育っていくのですね。 野で強いといえます。「考える力」はたくさんの人とのかかわり す。また、その傾向は算数よりも国語、知識よりも活用(※)の分 ある子どもの方が、算数や国語の成績がよいことがわかりま 統計的にみると、家族との豊かな「つながり」や「かかわり」が Q

### ♪「伸ばせ!七尾っ子」で せです!♪あの声の主は? ロジェクトからのお知ら



本プロジェクト会員 寺岡卓子さん(松本町)

# 「子どもたちのがんばって いる姿を見てください!

「七尾市障害児童生徒作品展 11月18日(火)~24日(月·祝)

場所:パトリア2階 エレベーター 前

経済 9月27日にミナクル周辺で行われた「健康福祉 まつり」で展示された、自閉症の田中克弥くんの作

こんにちはープロジェクトメンバ

「伸ばせ!七尾っ子」プロジェクト会

品。素晴らしい色彩と表情豊かな動物たちのイラストに、多くの方が立ち止まり、作品に見入ってい ました。

と障がいがある子どもを持つ親た 皆さんにわかってもらいたい い」、「障がいのことを広く市民 ゙もっと子どものことを知って欲

(身体・知的障害児連絡会)

山崎

7 53

12880

 $\bigcirc$ 

どもたちの紹介など、

思い思い

 $\mathcal{O}$ 

コメントが添えられています。

子どもたちの写真・親や先生方か

作品には一生懸命制作してい

ら皆さんにお伝えしたいこと・子

この作品展で克弥くんのイラス

す。お買い物ついでにどうぞお立 て知ってもらえればと思っていま ちの作品に触れて、障がいについ ています。 ち寄りください。心よりお待ち 七尾市障害者福祉団体連絡協議会 トをはじめ、たくさんの子どもた VOL. 28

七尾市の結果から~

┗「つながり・かかわり」と学力との関係は!?

~平成20年4月実施 全国学力·学習状況調査(小学校6年生)

スマイルハートプラン~人にやさしいまちづくり~

ちはいつも思っています。

展示します。どんな力作が出品さ いのある児童生徒の作品を集めて の小中学校や養護学校から、 が一番と考え、作品展を行うこと 張っている姿を知ってもらうこと るためには、子どもたちが毎日頑 それを少しでも皆さんにお伝えす れぞれに症状や状態も違います。 にしました。作品展では七尾市内 れてくるか、とても楽しみです。 「障がい」と一言で言っても人そ 、障が

### 誰でもできる あいさつ運動から



川淵 市民のねがい推進委員会 推進部会長 正さん(天神川原町)

「誰でもできる」、「手軽にできる」、「お金 をかけずにできる」ということで、部会の メンバーと話し合い、あいさつ運動を通し て「市民のねがい」を推進しようと考えま した。机の上で考えるだけではなく、まず 自分たちが現場に足を運ぶことから始め ようということで、活動しています。

「市民のねがい」の立ち上げから関わって きたので、市役所前に設置された石碑を見 ると、自分たちの活動が形になったことを 実感します。

市民が笑顔であいさつを交わすことが、 七尾市を元気づける第一歩だと思います。 皆さんの住む地域でも、あいさつ運動をこ れまで以上に推進し、「しあわせの和」を広 げましょう。

◆永年勤続統計調査員

15年表彰

松本真寿子

吉村

### しあわせの和を広げよ

### 「市民のねがいー七尾市民憲章-の普及に取り組む活動紹介」

りを実感することができま になり、「市民の和」の広が 笑顔で声をかけてくるよう づくにつれて自ら進んで、 った生徒でも、最終日に近 に元気良く声かけを行いま 所に立ち、登校・出社する方々 のべ約100名が市内5カ 推進委員会のメンバーなど が行われました。早朝から 日の4日間、あいさつ運動 憲章―の制定月間に合わせ て、9月1日・8日・22日・29 始めは目線も合わさなか

さつするようになり、元気な笑顔が見られま たちも、徐々に「おはようございます」とあい 始めは恥ずかしそうに下を向いていた生徒



# 笑顔であいさつ市民の和」

平成20年度

市民のねがい一七尾市民

▼永年勤続七尾市議会議員

◆永年勤続人権擁護委員 10年表彰 舟田 春枝

◆永年勤続七尾市町会長 10年表彰 沢野

松井 俊子

池田

10年表彰

### ◆永年勤続七尾市交通安全 推進隊員



(前列左から)舟田さん、高僧さん (前列右から)沢野さん、大林さん (後列左から)吉村さん、松本さん、松井さん

10年表彰 高僧 弘

彰するものです(敬称略) 七尾市自治功労者は、地方自治の進展に貢献し、その功績が顕著な方を表 大林 吉正

### 器器児童館☆行3う影器

### 主な行事

### 御祓児童館

**25**53-1397

■「卓球教室」

11月15日(土) 10:00~11:00 初心者大歓迎!

■「工作教室」

11月19日(水) 15:30~ ストローと紙コップを使って、 弓矢を作ります。的に、当ててみよう!

■「絵本とお話会」

(「もこもこの会」による絵本の読み聞かせ) 11月27日(木) 11:00~ どんなお話か、お楽しみに!

### 北大吞児童館

**☎**59−1250

■ふれあい交流「庵寿の会」

11月22日(土) 14:00~16:00 生涯学習インストラクターの会より「まつぼっくりを 使った小人」づくり(高齢者・児童・地域の方達とのふれ あい交流)。

■「元気で健勝 大呑みのつどい」(場所:2階ホール) 11月23日(日・祝) 10:00~15:00 地域の喜寿の方々のお祝いセレモニーで、児童も踊り を披露。

(アトラクションで御供田幸子一座ショーもあります!)

**■**「みんなでクッキング」

11月29日(土) 14:00~15:00 みんなでたこ焼きを作って食べよう!ほかほかでおい しいよ!

(毎月クッキングしています。一緒に作りませんか!)



昨年のクッキングでの一場面。料理っておもしろい!

### 七尾サンライフ児童センター ☆53-5486

■「ママと子どものリサイクル」

11月12日(水) 11:00~12:00 出店者募集中!食品以外の衣類や小物など色々なものが出店できます!

■「木の実アート」(児童対象) 11月11日(火)~21日(金) 随時 どんぐりなどの木の実を使って工作しよう!!

■「親子で体操」(3B体操)

11月21日(金) 11:00~11:30 3B体操で親子のスキンシップやママのストレッチを 楽しもう!

### 親子ふれあいランドあい・あい・あい ☎52-1476

■「ミニシネマ」(場所:多目的会議室) 11月9日(日) 10:30~

16mmの映写会。懐かしい映画もありますよ!

**■**「ぽっかぽかひろば」

11月22日(土)15:00~ ボランティアグループ「おもちゃ図書館こあら」による、お話・紙芝居など楽しい内容です。 お昼寝は済ませて遊びに来てね!

■「オータムコンサート」

11月24日(祝・月)10:30~ 松本佐智子さんと冨田恵子さんによる「フルートコンサート」を予定。

芸術の秋を満喫しませんか?

※詳細については、あい・あい・あいだよりや七尾市ホームページをご覧ください。

### 田鶴浜児童館

**1**68-3650

■ 仲良く遊ぼう「手づくりわなげあそび」1 1月14日(金) 的はお友だちですよ!

■「ミニ運動会」 11月15日(土) 10:00~ 玉入れ・大玉ころがし

■ ジャンボカルタで「神経衰弱遊び」 11月21日(金) 16:00~

世界中の国旗を、遊びながら覚えよう!

■ 11月9日(日)田鶴浜祭り文化祭があります! みんなも参加しましょう

### いしかわ子ども交流センター七尾館

**5**53-3396

■「もみじお茶会」

(七尾東雲高校生との交流)

日時: 1 1月23日(日・祝) 時間: 午前の部10:30~

午後の部13:30~

■「お父さん・お母さんへのプレゼントづくり」

(フラワーアレンジメント)

日時: 11月24日(月•振替休日) 13:30~

対象・定員:小学生または親子・15組

材料費: 200円 持ち物: 1リットル牛乳パック1個

※上記以外にもたくさんの行事を行っていますので、各児童館などへお問い合わせください。

### イベント情報



### 収蔵品展Ⅱ 中国清朝のガラス工芸

中国清時代に作られた独特な色彩のガラス器や、嗅ぎ煙草を入れ た小さなガラス壺など、収蔵品約140点を一挙に展示します。





白地藍被蓮池楼閣文扁壺 18世紀

鼻煙壺 18~20世紀

### 2009年2月2日出まで開催

【休館日/11月18日(火)】

9:00~17:00 (入館は30分前まで)

**観 覧 料** 個人(高校生以上)800円、団体(20名以上)700円

### わくわくワークショップ アジアン結び② アクセサリー編



中国伝統のおめでたい 飾結びに、ガラス玉を組 み合わせて、ブレスレッ トやチョーカーなどを 作ります。

※眼鏡が必要な方はご 持参ください。

### 時 11月15日出、16日田

受付時間 10:00~11:30、13:30~15:00 参加費 100~350円 ※高校生以上の方は別途入館料必要

### 市民文化祭で出張ワークショップ開催!

<日時、場所> 11/9サンビーム日和ケ丘、11/16能登島生涯学習総合セ ンター。各会場とも10:00~14:00頃まで開催(参加料:200~300円)。

> http://www.city.nanao.lg.jp/glass/

### M 能登演刻堂

### 「マクベス」上演まで 一年を切りました!!

「マクベス看板」が市内に設置され、カウントダウンも始まりました! 七尾市へ馬の足音がせまって来ています。





能登食祭市場前 カウントダウンパネル

七尾市の来年最大のイベントとなる「マクベス」。予約数は10月 14日現在で20%を超えました。公演日によっては、混み合う日が ありますので、お早めにご予約ください。

### 平成21年

### 上演期間 9月18日 (50回公演 )

※休演日 9月 24・25日

10月 3・4・13・20・27日

11月 4・10日

### 劇場『明治の館』へ来ませんか?

劇団ドリームチョップの今年の公演は、懐かしい雰囲気漂う 明治の総ケヤキ造りの市指定文化財、『明治の館』で上演されます。

### 今宵逢う人皆美しき



11月22日出 ①14:00~・②18:00~(昼夜2回公演) 会場 明治の館(七尾市中島町外)

入場料 1.000円

小説家 水元には誰にも明かせない秘密があった-

「僕たちはこんなにも違うけど、それでも、僕は君を、君は僕を、好きでいてくれる」 明かされる彼の秘密。そして-

※会場の都合上、定員に限りがあります。申し込みはお早めに!!

閾 財演劇のまち振興事業団

**☎**66-2323 FAX 66-2326 http://www.engekido.com

### サンビーム日和ヶ丘 催し物案内

1. 田鶴浜まつり(芸能発表会・作品展)

11月9日(日) 9:00~

入場料:無料

主催:田鶴浜公民館

2. 第10回七尾三曲会定期演奏会

**11月16日(日)** 13:00~16:00

入場料:無料

主催:七尾三曲会

3. 舞台で遊ぼう 剣と舞

**11月30日(日)** 10:30~13:30

入場料: 1, 000円

主催:静山流工口静蓉月社中

http://www.city.nanao.lg.jp/sunbeam/

### 七尾フラワーパーク のと願ノ国

### 世界の珍種ラン展 11月4日(火)~11月24日(月)



世界中のキモか わいいランやお もしろいランな ど奇怪で不思議 なランを展示し ます。

### 蘭遊館入場料

営業時間

大人 500円 小人 300円 9:00~17:00

http://www.notorannokuni.com/ 男女参画まちづくり課 **☎**53−1112

品物をゆずりたい方、ゆず ってほしい方は、ご連絡くだ さい。(電化製品は除く) ※無料のものに限ります。 (10月20日現在)

### ゆずります

歩行器、ベビーカー(B型)、浴衣(男 性用・旧七尾市仕様)、ベビーゲー ト、スキーウェア上下(女性大人用)、 食卓用テーブル、中学校制服(女 の子用・150cm・冬用)、鵬学園 高校制服(女の子用・150cm・夏 冬両方)、女児洋服(2歳用)、ベッ ドマット、ダブルベッド

### ゆずってください

NHKハングル講座テープ(2004 年7~9月)、中学校制服上下(女子• 155cm)、紳士服(上:Sサイズ、下: 70~74cm)、浴衣(女性用・Lサ イズ・旧七尾市仕様)、小学校入学 式用スーツ(男児120~130cm)、 ピアノ、自転車(大人用・東部中用)、 女児服(150~160cm)、三味線

### ☆みなさんにお願い☆

品物についてお問い合わせいただい た後は、成立、不成立のご連絡をいた だきますようにご協力をお願いいた します。

### みんなの本棚(新刊情報)



「毎日楽うま! 秋レシピ」 オレンジページ オレンジページ

秋に作りたい・食べたい基本メニュ 秋の晩ごはんの主菜になるレシ ピを肉・魚・野菜・卵・豆腐などととも に紹介



「もうろくの詩」 森 毅 青土社

もうろくは、アバンギャルドの モダニズム 詩の世界で遊ぶよ うなもの 人生の芝居 第5幕 ぼ くはこうして楽しんでいる

開館時間

(土·日·祝日 10:00~18:00)

10:00~19:00

10:00~18:00

10:00~18:00

10:00~18:00

( $\pm \cdot \exists 9:00 \sim 17:00$ )



「浅田次郎とめぐる 中国の旅し

浅田 次郎/講談社

中国は美しく、奥深い 4年 にわたり取材を重ねた著者 自身が語り、紫禁城・北京な どを案内する



「四国八十八ヶ所 感情巡礼

車谷 長吉/文藝春秋

私小説を書いて「人をさんざん 傷つけて来た」著者が「少しは謝 罪したいという虫のいい気持ち」 から四国巡礼の旅に出る

### 「かんたん干物づくり」

島田 静男監修/家の光協会

### 「虚栄の肖像」

北森 鴻/文藝春秋

### 「ことば汁」

小池 昌代/中央公論社

### 「文豪怪談傑作選 幽霊船」

小川 未明/ちくま書房

図書館

**8**53-0583

本府中図書館

**T**53-3662

田鶴浜図書館

**2**68-6785

**2**66-8000

中鳥図書館

中央図書館



### 「もういっかいもういっかい」

藤本 ともひこ 作・絵/講談社

「ひよこ」

生まれてまもない赤ちゃんにおすすめの本

中川 ひろたか 文 平田 利之 絵/金の星社

「わんわん にゃーにゃー」

長 新太 作・絵 和田 誠 しあげ/福音館書店 ※各図書館にもたくさんそろえてあります!

### 赤ちゃんのためのおはなし会 (毎月1回各図書館で開催しています)

中央図書館 11月10日(月) 11:00~ 「だっこだっこのおはなし会」 場所:親子ふれあいランドあいあいあい

本府中図書館

11月26日(水) 11:30~ 「ぴよぴよのおはなし会」 場所:七尾サンライフ児童センター

中島図書館

11月27日(木) 10:30~ 「プーさんのおはなし会」 場所:中島図書館

### ロータリー財団国際親善奨学金の

目的は、異なる国や地域の人々の間に理解と友好 関係を推進することです。このプログラムは大学 学部生や大学院生のほか、職業関連の研究を希望 する有資格の専門職業者を対象に、数種の奨学金 を提供しています。

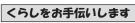
七尾ロータリークラブ Tel 53-5590

e-mail d2610@nanao-rc.ip http://www.nanao-rc.jp

### 正月用品注文を受付します

ミニ門松:8,000円 大型門松:30,000円 (6尺) ミニミニ飾り:1,500円、

蓬莱:毛筆書き300円 切抜1,100円 その他:〆縄、輪飾り ミニミニ飾り 等



年賀状宛名書き、掃除、障子貼り、衣類寸法直し 等 詳しくは事務局へお問い合せ下さい。 受講者墓集



七尾市小鳥町西部1-3 (社)七尾市シルバー人材センター TEL52-4680(本所) 66-8181(鹿北支所)



<ミニ門松>

ホームヘルパー2級講習 対 象:60歳代前半の方 受講料:無料

### 大好評 入院も死亡も手厚い保障/

月掛金2,000円(総合保障2型) で幅広いリスクに対応します。



サポート

元気なお子様を

心強い味方

高齢社会に

住まいと家財を 保障

お問い合わせと資料のご請求は

### スピード給付の

通話料無料 📗

**20** 076 (263) 5107

☎076(263)5011(代) ホームページアドレス♪http://www.ishikawa-kyosai.or.jp/ 携帯電話からはこちらへ▶http://kyo-sai.jp/

取扱団体/石川県認可 石川県民共済生活協同組合

〒920-0901 金沢市彦三町2-1-10 真和ビル3F (営業時間) 土·日·祝日を除く9:00~17:00

### 編集後記

秋本番を迎え、家族や会社 などで旅行にでかけるという 方も多いのでは?(私もです が・・・)そこにはいくつも の感動があなたを待っている はず。自分で見て、触れて、 感じた貴重な経験は何かに活 かしたいもの。今年も残り2 カ月。1年を振り返り、自分 の目線を確かめるきっかけに したいと思う。(寺田)

「スポーツの秋」、皆さん何か運動していますか?日ごろ、運動不足や仕事のストレスでお腹まわりがヤバイ!という人が多いのでは。「食欲の秋」だからといって食べ過ぎ飲み過ぎには注意。「メタボやな!」と言われないためにも、普段から少しでも運動をして、汗を流して、身も心もリフレッシュ!と自分にも言い聞かせて…。(西川)

~メタボ予防 簡単野菜料理~



今月の一品

### ☆ゴボウとツナの ごちそうサラダ

カンタンなのに食べ応え十分のご ちそうサラダ☆かつお節としょうゆ の風味が白ごはんにもピッタリ!

【1人分】 エネルギー 145kcal 食物繊維 3,9g 野菜使用量 130g (1日の目安量 350g) らくらく度 ヘルシー度 ★★☆



### 材料(4人分)

<b>ゴ</b> 7	ボウ 1本
セ	コリ 1本
_;	ンジン 1/3本
	ュウリ 1本
□-	ーン (缶) 小1缶
	ナ (缶) 小1缶
かっ	つお節 1袋
	「マヨネーズ 大さじ3 しょうゆ 小さじ1 塩 少々
٨	しょうゆ 小さじ1
А	塩 少々
	【こしょう 少々

### 作り方

- ゴボウは皮をこそげ落とし、ささがきにして酢水につけてあくをとる。
- ② セロリとニンジンは皮をむき、細い短冊切りに、キュウリは千切りにする。
- **3** ゴボウ、ニンジンは茹でて水気を、コーンとツナは缶汁を切っておく。
- 4 ボウルにAを混ぜ合わせた中に1、2、3を 加えて和える。
- 5 器に盛り付け、かつお節をかけたら出来上がり♪

### 【ちょこっと野菜メモ】

ゴボウは特有の歯ごたえと滋味豊かな味わい、たっぷり含まれる食物繊維が人気の根菜。 柔らかなのは初夏に出回る新ゴボウですが、おいしいとされるのは11月~1月です。

### 平成21年度用ごみ収集カレンダー 広告主募集!!

ごみ収集カレンダーは年度初めに市内全世帯に無料配布されます。各世帯では家族の目に付きやすいところに掲示されているものと想定され、宣伝効果が期待できます。

●掲載規格 1 枠(縦40mm×77mm) ●掲載料金 1 枠 8 0, 0 0 0 円

●募集枠 5枠

●募集締切 12月10日(水)

問·申 環境安全課 ☎53-8421

### ☆広報ななお 広告募集中☆

「広報ななお」は毎月約23,000部発行し、市内全世帯などに配布しており、宣伝効果が期待できます。

●掲載規格・料金

1枠(縦47mm×横85mm) 18,000円 ※最大4枠まで

問 秘書広報課 ☎53-1110





番地

### 関連イベント

●かんたん絵本を作ろうよ!●【要観覧料】 ポスターやカレンダーで冊子を作り、ストーリ 一を考え、自由に飾りつけてオリジナル絵本を

《子どもコース》

日時●11/8(土)、9(日)、15(土)、16(日)、22(土)、23(日)、29(土)、30(日)、12/6(土)、7(日) 各日14:00~16:00

対象●4歳~小学生(未就学児は保護者同伴)

定員●各日10名(要申込)

協力●絵本の会 もこもこ

《大人コース》 日時●11/24(月·振休)

10:00~12:00,13:30~15:30

対象●中学生以上

●一時保育●【要観覧料】 小さなお子様をお連れの方も、気軽にワークシ ョップや展覧会をお楽しみ下さい。

日時●①11/16(日)、30(日)

②11/19(水) ※石川県県民育児の日 ①14:00~16:00 ②10:00~12:00 対象●6ヶ月~3歳児

定員●各日10名(要申込)

### ●ナイトミュージアム●【要観覧料】

いつもは「お静かに」と注意される展示室。この 時間は少しにぎやかでも大丈夫。「子どもと一緒 に話しながら鑑賞したい」「のびのびと絵本を読 んであげたい」と思っているご家族のための時

日時●11/21(金) 18:00~20:00

対象●中学生以下の子どもを含む家族

定員●10家族

### ●絵本アニメ上映会●【入場無料】

世界の名作絵本アニメを上映します。

日時●11:00~11:40、13:00~13:40 11/8(土)、9(日) AMのみ、15(土)、16(日)、 22(土) PMのみ、23(日)、29(土)、30(日)、 12/6(土)

●Tea Room ボローニャ展限定新メニュー● 選べるパスタ(ナポリタンorカルボナーラ)、 サラダ、バゲットのセットが登場。

「Omaggio(オマッジョ) ¥880

ンマ

ン大好き





### 石川県七尾美術館

□ ☎53-1500 FAX 53-6262 http://www.city.nanao.ishikawa.jp/nanabi/ ※「かんたん絵本を作ろうよ!(子どもコース)」「一時保育」「ナ イトミュージアム」ともに電話にて受付中(先着順)。※「一時保 育」「ナイトミュージアム」は開催の3日前までにお申込下さい。

### n TROPABILI

ŧ 5 双 3 だ ょ

わか もとたに 環佳ちゃん 本谷

たま え もとたに 本谷 環英ちゃん

平成18年7月生まれ (父 欣丈 母 由美子) 中島町豊田町 顔はそっくりだけど、性格は全く違う2 人。お兄ちゃんと3人仲良く、元気いっ ぱい。大きくなあれ!

### ★4歳未満のお子さんを募集中★

掲載を希望する方は、秘書広報課までお気 軽にお申し込みください。

※現在余裕があります **☎**53 − 1 1 1 0



U5 0 平野 立季くん

平成20年2月生まれ (父 正樹 母 朋美) 和倉町 立季が笑うと家族みんながニッコニコ。 そのえびす顔に癒されています。心も 身体もたくましく育ってね。







インクが得意