

広報



ななお

2008

5

月

No.44

ななおの彩り43 石崎のナマコP2~3
平成20年4月から新しい健診スタイルがはじまりました ...P4~5
なるほどなっとく市政講座.....P6~7
情報ランド（お知らせ）.....P10~14
ほか

市民のねがい

—七尾市民憲章—

古き歩みを誇りつつ

文化の薫るふるさとに

豊かな未来夢ひらく

なみおだやかに^{あお}碧光り

ななおのまちに人集う

おとなも子どもも手をつなぎ

しあわせの和を広げよう

Photographer 間蔵 俊甫 〈石崎漁港〉

石崎のナマコ



海のネズミ

七尾の特産「ナマコ」は「海鼠」と書く。ナマコは湾内の浅い場所に棲む動物で、海の中で夜に動き回る姿がネズミに似ていることからこの名前がついたようだ。大きいものは体長が40センチ以上にもなるというから驚きである。全国各地で獲れるナマコだが、「能登産」なかでも「七尾湾産」が秀逸とされるのは、浅く、かつ何本もの川が流れ込む七尾湾特有の自然条件と優れた加工技術にあるとされる。

夏は生育を保護するために禁漁期間とされ、例年11月～3月頃までの冬から春先にかけて漁が行われる。昔からナマコは仲買制度により獲れたものが石崎町の出荷業者へと運ばれる。調製の準備として生簀（いすい）に3日間ほど入れ、腹中の砂や泥を吐かせてから加工される。岩場に棲む「赤ナマコ」と泥質に棲む「青ナマコ」・「黒ナマコ」があり、全体の1～2割しか獲れない赤ナマコが高価とされる。

海の人参

古くは干ナマコを煎ナマコ（いりなまこ）と呼び、地元では「キンコ（金海鼠）」と呼ぶ。重さが大変軽く、取引では金には及ばないが金よりち

よっと安いということで、「金の子ども」「金子（キンコ）」となったとの言い伝えがある。

腸などの内臓を取り除いた後、大きな釜で茹でそれを乾燥させる作業を2～3回繰り返すことにより、コチコチとしたキンコができあがる。形がよく、トゲが鋭いものが良品とされる。中国では陸で採れる高麗人参に匹敵する栄養価を持つということで、「海参」と称され、中国料理の高級食材として珍重されており、今でも中国に向けて多く輸出されている。



ナマコから内蔵を取り出す様子

キンコの歴史は古く、文明13年（西暦1481年）に能登守護畠山義統が將軍足利義満に献上品として贈った記録が残っている。藩政期には享保13年（西暦1728年）以来、所口商人の塩屋清五郎が一手に取り扱い、長崎から中国へと輸出されていた。塩屋清五郎が当時使用していた輸送箱が七尾城史資料館に保存されている。

最近では売り物にならない小さなキンコがそのままキーホルダーと



手作業で行われる選別作業

して商品化されており、一風変わったお土産として観光客にうけているというからおもしろい。

珍味中の珍味

「ナマコのワタ(腸)」を省略して「コノワタ」と呼び、塩漬けにしたコノワタは能登を代表する珍味として名高い。

そして、珍味をさらに極めたものが「クチコ」。ナマコの卵巣の塩漬けのことで、口先にあることからこう呼ばれる。クチコを持つナマコは全体のごくわずかで、コノワタよりも少量しかとれないことから、「珍味中の珍味」とも表現される。干しクチコづくりは、風通しの良い場所を

選び、細いわら縄に手作業で数本ずつ丁寧にかけられる。薄紅色に輝く糸のように細いクチコが、熟練の技により徐々にきれいな逆三角形になっていく様はなんとも見事である。

クチコはその高級さゆえに、その昔、ある高級料亭では一見さん(一見初めてのお客さん)の口には入らず、それを口にしたがために何度も足を運ぶ客さえいたという話もある。

和倉温泉に宿泊するお客さんから「能登らしいものが食べられない」との声があったが、一部の旅館ではクチコを御膳に添えて能登らしさを味わってもらえるよう努力もしているという。

余談だが、取材の時に生のクチコを口にすることができた。生臭いという先入観で口に入れたのだが、これが大きな間違い。深みのある味に加えフワッと鼻に抜ける潮の香りが何とも絶妙であった。

時代の変化とともに

以前はキンコやクチコを天日で干す様子を石崎漁港周辺で多く見られたが、最近では衛生管理された清



細いわら縄にかけられるクチコ

潔な室内で作業や乾燥が行われることが多くなり、その光景を見ることも少なくなってきた。近年、食の安心・安全への関心は高まっており、製造する立場として最も気を使う点なのだという。昔ながらの伝



能登は古くからナマコの産地として栄え、天平宝字3年(西暦759年)にはすでに奈良の都へ届けられていたことが平城京跡から出土した木簡に記されている。



統的な手作業と近代的な設備とのギャップが苦勞の証なのかもしれない。先人から受け継いだ古き良き伝統をかたくなに守りながらも、時代にあわせて変えるべきところはしっかりと変える。見た目には姿かたちが悪いが想像もできないような深い味わいを持つナマコ。表情もないナマコたちが、七尾のまちづくりへのヒントを語りかけているように感じた。

(参考資料) 七尾のれきし、新七尾風土記ほか

平成20年4月から新しい健診スタイルがはじまりました



実施方法がどう変わるの？

19年度までの対象者	各健診ごとの実施になります	20年度からの対象者
基本健診 (七尾市民で40歳以上) ※65歳以上は介護生活機能評価と同時実施	→	①特定健康診査 (※40歳～74歳で医療保険ごとに実施)
介護生活機能評価 〔介護予防〕 (七尾市民で65歳以上)	→	②介護生活機能評価〔介護予防〕 (誕生日当日で65歳以上)
がん検診 (七尾市) 七尾市住民検診 (同時に実施)	→	③介護生活機能評価〔介護予防〕と 長寿(後期高齢者)健康診査同時実施 (誕生日当日で75歳以上)
	→	④がん検診 (今まで通り、七尾市民)

(※年齢は平成21年3月31日時点で計算します。)



検診の種類	①-1 七尾市国民健康保険 特定健康診査 (※1)	①-2 七尾市国民健康保険以外(社会保険・健康保険組合など)の特定健康診査(被扶養者含む)(※2)	③ 介護生活機能評価(介護予防) 長寿(後期高齢者)健康診査
目的	心臓病や脳卒中などを予防するためにメタボリックシンドロームの該当者とその予備群の人を見つけ保健指導の対象者を抽出するための健診です。		長寿(後期高齢者)健康診査は糖尿病等の生活習慣病を早期に発見するためには必要ですが、糖尿病、高脂血症等に代表される生活習慣病で既に受診している場合は必ずしも実施する必要はありません。 ※介護予防は重要ですので介護生活機能評価は受診してください。
実施主体	七尾市国民健康保険(保険課)	社会保険・健康保険組合など各保険者	七尾市介護保険(高齢者支援課) 石川県後期高齢者医療広域連合(実施は七尾市〔保険課〕)
対象者	七尾市国民健康保険加入者 昭和9年1月1日～昭和44年3月31日生まれ	各被用者保険(社会保険・健康保険組合など)加入者	七尾市民で75歳以上(一定の障害があると認定された65歳以上75歳未満の方も含む) 昭和8年12月31日以前生まれ
実施場所期間	地区公民館等 5/27～8/31 指定医療機関 6/2～8/30	七尾市国民健康保険特定健康診査実施場所と同じと思われますが、実施期間等を含めて詳しくは会社等を通じて各保険者へお問い合わせください。	
自己負担	500円	500円 《長寿(後期高齢者)健康診査の自己負担です。介護予防のみは無料となります。》	
案内通知方法	個人宛に5月上旬頃発送予定		個人宛に8月中旬～下旬頃発送予定(介護と同封) ※9月以降に75歳となる方には、後期高齢者医療被保険者証発送時に同封します。

※1 各健康診査の案内通知に同封される問診票は必ず事前にご記入していただき、実施場所にお持ちください。

※2 受診時、必ず案内通知に同封される受診券と健康保険者証をお持ちください。

(どちらか一方だけでは受診できません。)

【特定健康診査・特定保健指導、介護生活機能評価・長寿(後期高齢者)健康診査】

種類 検診の	②介護生活機能評価 (介護予防)	④がん検診
主 実 体 施	七尾市介護保険 (高齢者支援課)	七尾市 (健康推進課)
対 象 者	七尾市民 昭和9年1月1日～昭和19年3月31日 生まれ	七尾市民 (検診の種類によって対象年齢が異 なります。)
実 施 場 所 期 間	個別で6月に基本チェックリスト(問診)を実施 ▼ 特定高齢者候補と判定された方は 指定医療機関で検査となります。 9/1～1/31	実施場所は地区公民館等で特定健康診査 と同時に行います。(女性がん検診は指 定医療機関での検診もあります。) 5/27～8/31
負 自 担 己	無 料	自己負担はありますが、検診の種類によ って異なります
案 内 通 知 方 法	個人宛に基本チェックリスト(問診)を 6月頃発送、7月中に回収。 8月中旬～下旬特定高齢者候補者のみ に受診券を発送予定。	世帯宛に5月上旬頃発送予定。 ※検診種類、日程、自己負担等届きます 案内通知をご確認ください



【健康診査等のお問い合わせは】

- ①-1 保険課 国保保健対策室 TEL 53-8 4 2 0
 ①-2 会社等を通じて各医療保険窓口にご確認ください。
 ② 高齢者支援課 TEL 53-8 4 5 1
 ③ 保険課 国保保健対策室 TEL 53-8 4 2 0 または 高齢者支援課 TEL 53-8 4 5 1
 ④ 健康推進課 TEL 53-3 6 2 3

七尾市国民健康保険人間ドックの申し込みについて

対 象 者 (下記①～④すべてを満たす方)

- ①40歳以上70歳未満の七尾市国民健康保険加入者で国民健康保険税を完納している方
 ②現在内科系等の疾病により、治療(心疾患・脳血管疾患・糖尿病高血圧・脂質異常症など)を受けていない方(かかりつけ医にご相談ください。)
 ③前年度人間ドックを受けていない方
 ④特定健康診査を受けていない方

(人間ドック検査項目と特定健康診査項目は重複しているため、どちらか1回の受診となります。)

受 付 開 始 日

5月13日(火)～

検 査 を 受 け る 期 間

6月～11月中

実施検査機関名・自己負担額

※人間ドックの自己負担には特定健康診査の自己負担も含まれています。

	1泊2日(定員25名)	脳ドック(定員30名)	1泊2日・脳ドック併用(定員20名)
公立能登総合病院	13,320円	8,040円	20,460円
恵寿総合病院	12,030円	8,250円	18,540円

【人間ドックのお申し込み・お問い合わせは】

- 保 險 課 TEL 53-8 4 2 0 田鶴浜市民センター TEL 68-3 1 3 1
 中島市民センター TEL 66-2 3 4 2 能登島市民センター TEL 84-1 1 1 0

みなさんの疑問にお答えします

市民の皆さんが集う場に職員が出向き、市政の取り組みや市が置かれている状況などを説明する講座を本年度も開催します。今年度は、7分野53項目を用意しましたので、お気軽にお申し込みください。皆さんの市政への参加をお待ちしております。

分野	番号	テーマ	内容	担当
市政	1	市の台所事情	決算や財政指標等で市の財政状況の説明	財政課
	2	七尾市のお金の流れ	七尾市の公金出納の流れ	会計課
	3	七尾市の将来ビジョン	第1次七尾市総合計画策定の進捗状況	企画経営課
まちづくり	4	広げよう！「市民のねがい」はみんなのねがい	「市民のねがいー七尾市民憲章ー」の普及を目的に、自由に意見交換します	男女参画まちづくり課
	5	男女共同参画の社会づくり	男女共同参画とは何かをわかりやすく説明	男女参画まちづくり課
	6	七尾の未来を開く道づくり	能越自動車道整備の現状	能越道建設推進課
	7	都市計画ってなあに？	都市計画法の諸制度とそれらを活かしたまちづくりについて	都市整備課
	8	つくろう！美しい七尾	魅力ある都市景観を求めて、良い景観を守り、創り、邪魔なものをつくらぬよう、みんなで約束事を決めましょう	景観形成推進室
くらしと環境・安全	9	暮らしと税金	税の申告、今年の改正点、市税のあらまし	税務課
	10	知っておきたい土地と建物の税金	土地や建物の固定資産税はどのようにして決まるのか	税務課
	11	やってみよう！ごみ分別	ごみの分別の仕方や減量のヒント	環境安全課
	12	身近な環境を学ぼう！	七尾市の大気、水質などの環境の現状	環境安全課
	13	地震が危ない～石川県の活断層～	地震の発生と関係の深い活断層について	環境安全課
	14	地震発生時の初期行動	いざという時に備えて、災害発生時に何をしたらいいのか	環境安全課
	15	ケーブルテレビって何？	七尾市がすすめているケーブルテレビ事業についての説明	情報政策課
	16	七尾市の自主放送番組は、こうやってつくられる！	やってみよう！アナウンサー体験	情報センター(ケーブルテレビ)
	17	快適な住まいづくりのすすめ	地震防災対策、シックハウス対策など安全・健康・快適な住まいづくりについて説明	建築住宅課
	18	上下水道のしくみ	上水道浄水場、下水処理場の見学ほか整備状況についての説明	水道課、下水道課
福祉と健康	19	こころのバリアフリーって何？	「こころ(障害をもった方)」と「こころ(障害のない方)」がふれあう壁をつくらぬ環境について、座談会形式で考えます	福祉課
	20	地域福祉を考えよう！	安心して暮らせる福祉のまちづくりについて	福祉課
	21	支援します！あなたの子育て	保育サービスや乳幼児の発達と遊びについて紹介	子育て支援課
	22	あっという間の簡単離乳食	乳幼児の食事、離乳食の作り方について(材料費要)	子育て支援課
	23	安心！皆で支える介護保険制度	介護保険サービスの利用方法や介護認定について	高齢者支援課
	24	国民健康保険のしくみ	国民健康保険制度について	保険課
	25	後期高齢者医療制度のしくみ	後期高齢者医療制度について	保険課
	26	新しい健康診査について	特定健診・介護生活機能評価・後期高齢者健康診査について説明	保険課
	27	こんなときどうする？子どもの病気	子どもの急な症状の対処法について	健康推進課
	28	地域ぐるみの健康づくり	七尾が目指す健康な地域づくりについて七尾市健康増進計画を説明	健康推進課
	29	あなたの寿命を縮める肥満、糖尿病！	市民の健康状態の現状と予防方法について	健康推進課
	30	互いに助け合おう！！～福祉体験～	高齢者、聴覚障害者、視覚障害者への理解を深め、疑似体験などで介助の方法を学ぶ	七尾市社会福祉協議会
	31	介護予防～地域でいきいき生活～	寸劇、制度の説明、健康体操など	七尾市地域包括支援センター

分野	番号	テ　　マ	内　　　　　容	担　　当
産業と観光	32	中小企業の経営支援について	市内中小企業向け融資制度の内容について	産業政策課
	33	七尾港の役割	七尾港の利用促進と整備計画について	産業政策課
	34	七尾から始まる元気物語	内発型産業の振興、産業人材の育成について	産業政策課
	35	おいしい能登野菜を知っていますか？	能登野菜、食育、有機野菜、バイオマスタウンなどについて	農林課
	36	後継者はいますか？	集落の維持は農業の担い手づくりから	農林課
	37	みなとづくりとイメージアップ	地域の皆さんと共につくる港づくりの取り組みと役割について	水産課
	38	呼びこめ観光客、売り出せ七尾	七尾の豊かな自然、歴史、食をいかにアピールするか、七尾を全国発信する方策について	観光交流課
	39	うきうき、わくわく能登島はすばらしい	能登島観光の現状と交流人口の増加策	能登島観光対策室
教育・文化・スポーツ	40	舞台裏から見た演劇の世界	無名塾とのかかわりや舞台裏のお話	文化振興課
	41	身近な古文書	町や家に伝わる古文書の紹介	市史編さん室
	42	美術館へ行こう	美術館の展覧会や収蔵品、事業全般の解説	七尾美術館
	43	郷土の誇り 長谷川等伯	長谷川等伯とその一門の偉業と作品の紹介	七尾美術館
	44	展覧会のテーマにちなんだガラスの話	ガラスアートの見方や見所を楽しく説明	能登島ガラス美術館
	45	誰でも簡単！ガラスで作ろう！	ガラスを使った簡単で楽しい工作の指導（材料費として100円～500円が必要です）※10月～3月限定	能登島ガラス美術館
	46	スポーツを楽しもう	総合型地域スポーツクラブについて	スポーツ振興課
	47	心ゆたかな子どもを育てるには	家庭、学校、地域が連携した取り組みについて	子ども教育課
	48	公民館活動に参加しませんか！	地域の特色を活かした公民館活動の紹介	子ども教育課
	49	映画上映は、こうやって行われる	実際の映写機に触れて、映写機の仕組みや操作方法を学ぶ	子ども教育課 (サンビーム日和ヶ丘)
	50	増やそう！本大好き子	お話会や子どもの本の読み聞かせ活動の指導	中央図書館
	51	ふるさと再発見	身近に残る貴重な市内文化財を紹介	文化財課
その他	52	異文化を知って理解しよう！	中国の事情やスリランカの衣食住・文化などを紹介しながら、国際交流や共に生きる社会について考えます	男女参画まちづくり課
	53	なんでも自由テーマ	ご希望のテーマを手配いたします	

お申し込み方法

開催を希望される日の3週間前までに、所定の申込書でお申し込みください。希望日時は、第3希望までお書きください。

希望テーマを担当する課と日程調整の上、開催日時をご案内いたします。

■開催日時や所要時間は？

平日のみならず、土、日、祝日、夜間（原則午後9時まで）もお申し込みいただくことができます。所要時間は1時間～1時間30分程度です。

■費用はかかるの？

職員の派遣に関する費用は一切不要ですが、会場については申込団体でご用意ください（借上費用が必要な場合はご負担願います）。

■対象は？

概ね10名以上のグループ（町会や各種団体）ならどなたでも対象になります（営利目的や政治・宗教団体は対象外です）。

■その他

申込書と内容を掲載したチラシは、市男女参画まちづくり課や市ホームページに掲載してあります。

■お申し込み・お問い合わせ

男女参画まちづくり課 情報公開係
☎ 53 | 1 1 1 2・54 | 8 1 1 7

「国民のための医療制度改革を」

4月から老人保健制度が変わり、75歳以上の方の保険料が年金から徴収されることになりました。納付書で納付される方は7月から徴収が始まります。高齢者の方からは「生活できない」「死ぬということか」と苦情が寄せられています。高齢者が増えるとともに、増え続ける医療費をどのように、誰が負担するのか大変な問題です。

七尾市の老人医療費は一人当たり約785,000円(平成18年度)で、10年前に比べ約65,000円増えています。高齢者の保険料は医療の1割負担で、残りは公費(国・県・市)が5割、若い世代が4割それぞれ負担することになっています。10年後の高齢者(65歳以上)人口は約2,200人増えるのに対し、15〜64歳の人口は約7,000人減ると予測されています。このままでは老人医療保健制度は大変な赤字となるでしょう。今後の医療費を抑制するため、健診や健康づくり運動に力を入れる取り組みも進んでいます。すぐには医療費を下げることはできません。



七尾市長 武元 文平

「たくさん患者を待たせて」「治っていないのに退院させられる」「どうして赤字なの」と言われますが、医師や看護師は本当に大変な勤務で健康が心配です。

社会が円滑に動いていくために欠くことのできないのが医療であります。それは森林や川などの自然環境、水や空気と同じくらいに大切なものです。教育も医療も採算的にはどちらも赤字が出ますが、これは本来赤字と云ってはいけないものだと思います。人間の生命と健康を守ることは政治の最大の課題です。国は財政が厳しいことを理由に患者負担や市町負担を増やそうとしています。「病氣と貧困の悪循環」が進み、過疎化・高齢化が進む地方はますます貧困・高齢化、若者の流出に拍車をかけることになります。

国民の生命・健康を守り、地方で安心して暮らせる医療制度のためにも国民運動を起こさなければ改善されそうにはありません。行政もガンバリますが、ともにガンバリましょう。

市長へのメール「前略、市長さん」(<http://www.city.nanao.lg.jp/shicho/>)では、市民のみなさんから市長へのご意見・ご質問などをお待ちしています。



イギリスのラブスプーン

七尾市外国語指導助手(英国)

アンドリュー デイヴィス



「ラブスプーン」とは、17世紀から伝わるイギリスの伝統的手工芸品の1つです。これは、イギリスだけでなく、ヨーロッパの文化でしたが、現在はイギリスのウェールズという地方に残っています。

当時、男性たちは、自分の妻となる女性に、木製のラブスプーンを作って贈りました。そのスプーンは、何時間もかけて、入念に、彼らの手によって作られました。特に田舎では、昔から木製の台所用品はとても大切な物でした。素朴で、高価な贈り物をすることが稀であったウェールズ地方の人々にとって、ラブスプーンは、とてもいいギフトでした。なぜなら、彼らは自分でそれを作ることができ、自分の巧みな手仕事の技術を相手にアピールすることができたからです。さらに1つのスプーンを作るには、とても時間がかかるので、自分の真剣な愛の気持ちを伝えることができました。

ラブスプーンは1本の木から、作られます。1本の木をスプーンの形に切り、それぞれの複雑なモチーフを彫り込みます。そのモチーフは、モチーフごとに、それぞれ意味を持っています。例えば、ダイヤモンドの形は「富」を、蹄鉄は「幸運」を表します。

イギリスでは今でも、婚約や結婚の折に、そして結婚記念日に、ラブスプーンを贈ります。

イギリスでは今でも、婚約や結婚の折に、そして結婚記念日に、ラブスプーンを贈ります。

市長談話室

子どもからお年寄りまで、どなたでも談話できます。気軽に、市政に対する提言やアイデアをお聞かせください。

開催日程

- 5月27日(火) 15:00〜16:00
会場…中島市民センター2階応接室
- 6月9日(月) 15:00〜17:00
会場…七尾市役所1階情報公開コーナー

※公務により、中止になる場合があります。

お申し込み・お問い合わせ

秘書広報課広報広聴係

☎ 53-11110

★お申し込みは1週間前までにお願います。また、お申し込み多数の場合は、抽選になります。

今月の市民相談

☎ 男女参画まちづくり課 ☎53-1112

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	本庁 市民相談室	毎月第1～第4月曜日	10:00～12:00 13:00～15:00
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・先着順） 相談担当者：弁護士 ※注1	借家・借地・金銭貸借・多重債 務・相続・離婚などの法律問題		5月16日（金） 6月6日（金）	13:00～15:30
登記相談 （予約制・先着順） 相談担当者：司法書士、土地家屋調査士	相続・登記・財産管理・多重 債務・土地の境界について		5月23日（金）	13:00～15:00
消費生活相談 ※注2 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 （※金曜日は特設相談日）	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	5月20日（火）	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 ☎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

☎ ミナ. クル2階 子育て支援課 ☎53-8419

結婚相談 相談担当者：七尾市認定結婚相談員（縁結びfist）	結婚に関する相談	ミナ. クル2階 第1相談室	5月13日（火） 27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

※注1 4月受付分からは先着順に変更しましたので、ご了承ください。

※注2 消費生活相談では、毎週金曜日に「専門相談員」による特設相談を開催しています。お気軽にご相談ください。



ななこちゃんのエコ生活

今月のテーマ エコファミリーを目指そう

みなさんのご家庭では、地球温暖化防止のためにどのような取組み
をしていますか？今月は、ご家庭で気軽に取組める省資源・グリーン
購入についていくつか紹介します。限りある資源のムダ使いを減らし、
地球にも家計にもやさしい生活を始めてみましょう。

チェック ☒

取組内容	
水道の蛇口を確実に閉める。	
台所用洗剤は多く使いすぎない。	
歯磨き、洗面時は水を出しっぱなしにしない。	
米のとぎ汁は、植木などの散水に利用する。	
エコマーク商品や簡易包装品などを優先的に購入する。	
シャンプーなどは詰め替え型商品をできるだけ購入する。	
買い物には、買い物袋（マイバッグ）を持参する。	
使い捨て商品はなるべく買わない。	
スーパーやデパートでは、なるべくレジ袋や紙袋を受け 取らないようにする。	



みんなは、いくつできるかな？
取り組んだものを
チェックしてみよう！

消費生活ミニ情報

若者の契約トラブル

最近、携帯電話を使った若者のトラブルが増加しています。
今回はメールを使った架空請求についてお知らせします。



ここでアドバイス

◎その請求に心当たりはありませんか？

最近の架空請求は、例えばインターネットの成人向けサイ
トを開いていくと見知らぬ間に契約が成立したように見せか
けるクリック詐欺が主流です。

☆架空請求メールのチェックポイント☆

- ① 会社の所在地はありますか
- ② 請求の具体的な理由が示されていますか
- ③ 電話会社が契約者の個人情報や他人に公開することは
ありません
- ④ 他人の債権を回収出来るのは弁護士や許可を受けた
株式会社だけです

☆ひっかからないためのポイント☆

- ① 見知らぬメールは無視
- ② 画面のクリックは慎重に
- ③ 「進化」する手口に注意

身に覚えのないメールが来ても慌てず落ちついて一呼吸・・・
一番安全な方法はそのサイトを興味半分で見ないことかもしれ
ませんね

※お問い合わせは

男女参画まちづくり課

☎53-1112

石川県消費生活支援センター

☎076-267-6110

情報ランド



募集

健康まちづくりボランティア養成講座 受講者募集

食生活改善推進員及び、健康運動普及推進員（健康まちづくりボランティア）の養成講座を開催します。特別な知識や技術は問いません。食生活や健康運動に関心のある方ならどなたでも受講できます。

受講後は各地域で市民と一緒に健康づくりに取り組んでいただきます。自分自身の健康づくりのために楽しみながらボランティアしてみませんか。

対象者 七尾市民

実施日 5/26（月） 6/27（金）

7/25（金） 8/26（火）

9/25（木）

（全5回・計20時間）

内容

健康づくりのための食や運動に関する講習及び実習

費用 無料

募集締切 5月20日（火）

※お申し込み・お問合せは

健康推進課 ☎53-3623

（七尾サンライフプラザ内）

「手芸講習とゆずりあい市」の開催

開催日時 5月11日（日）

●手芸講習 13:00～16:00

●ゆずりあい市 10:00～16:00

（リサイクル品や手づくり品の販売）

開催場所 ワークパル七尾

講習内容

ポーチ（パッチワーク）づくり

講師 高位敏枝 氏

受講料 無料（材料費500円）

定員 20名

市の人口

平成20年3月31日現在
先月比較

世帯	21,886世帯	(△ 8)
人口	60,864人	(△ 220)
男	28,814人	(△ 139)
女	32,050人	(△ 81)
転入	223人	転出 425人
出生	42人	死亡 62人

☎ 婚姻（窓口受付） 37件

納税のお知らせ

軽自動車税 全期

☆納期限は 6月2日（月）です。

愛の献血

5月23日（金）

場所 JR七尾駅前

時間 10:00～12:00

13:00～16:00

「造園講習会」受講者募集

対象者 概ね60歳から65歳の方を優先します。

開催日時

6月5日（木）～16日（月）の

平日 9:00～17:00

開催場所 ワークパル七尾など

受講料 無料

定員 30名

※お問い合わせは

七尾市シルバー人材センター

☎52-4680

能登島地域づくり協議会

委員募集

能登島地域の住民が一体となって、地域の特性を十分に発揮できる住民主体の協議会を立ち上げたいと考えています。

能登島地域の課題や問題点について

て、また、新たな魅力を創出するために自由に意見交換してみませんか。熱意のある方のご応募をお待ちしております。

募集人員 若干名

委員の任期 2年

応募資格

能登島地域在住の18歳以上の方

募集期間

平成20年5月2日（金）

～5月30日（金）

応募方法

能登島市民センター、七尾市役所

市民ロビー、フォーラム七尾に備え

付けの申込用紙に必要事項を記入の

うえ、お申し込みください。

※お申し込み・お問い合わせは

〒926-1021

能登島向田町ろ部1番地

能登島市民センター

☎84-1111

☎84-1131



健康・福祉

在宅寝たきり高齢者

福祉サービスについて

自宅でお世話を受けている65歳以上の方を対象としたサービスです。

(1) 布団乾燥消毒サービス

対象 要介護3以上の方

内容

5月、9月、12月、2月に実施

※1回2,000円の補助あり

(2) 理髪サービス

対象 要介護3以上の方

内容 年4回利用できます。

※1回3,000円の補助あり

(3) 紙おむつの支給

対象

要介護4以上で住民税非課税世帯の方

内容 7月、11月、2月に支給。

※1回15,000円の補助あり

(4) 移送サービス

対象

要介護4以上で住民税非課税世帯の方

内容

特殊福祉車両にて医療機関への送迎をします(自己負担あり)。

※お申し込み・お問い合わせは

高齢者支援課

☎53-8463

～七尾市内の認定こども園について～

七尾市内では、私立幼稚園3園、私立保育園14園、公立保育園13園において就学前の大切なお子さんをお預かりしています。このうち、平成19年度から下記の3園において認定こども園として運営が行われてきました。

認定こども園については、下記の園にお問い合わせ下さい。

- ①幼稚園型 七尾幼稚園 (☎52-2869)
聖母幼稚園・聖母マリア園 (☎53-4585)
- ②保育所型 袖ヶ江保育園 (袖ヶ江認定こども園) (☎52-1420)

～袖ヶ江保育園(袖ヶ江認定こども園)の利用内容について変更します。～

一短時間利用児の保育時間及び利用料等について一

- 対象年齢 満3歳以上
- 基本保育時間 9:00～13:00 (開所時間8:00～14:00)
- 月額保育料 児童1人当たり 19,000円
(給食費の副食分含む)
- 延長保育 なし

※ただし、緊急時やむを得ない理由がある場合に限り受け入れを行います。
(160円/1時間)

※長時間利用児については、従来どおり変更ありません。



「第3回市民健康フォーラム」の開催

- 日時 平成20年6月7日(土)
14:30～17:00
- 場所 中島市民センター
- 内容 メタボリックを予防しよう！
・公立能登総合病院
内科医長 横山将嘉 先生
・七尾市健康推進課
管理栄養士 山下たか子 氏
・健康劇
～肥満を解消したお妃さま～
七尾市食生活改善推進協議会
中島支部の皆さん
(支部長米岡俊子)
- 入場料 無料
- 主催 国際ロータリー第2610地区
中島ロータリークラブ

※お問い合わせは (津田)
☎090-3294-1468



相談

5月はさわやか行政サービス推進月間

春の行政相談強調週間

5月19日(月)～25日(日)

七尾市の行政相談委員(敬称略)

釜井 文雄(中島町)

木本 峰生(西藤橋町)

濱 和子(田鶴浜町)

春木 憲(松物町)

出島わか子(能登島曲町)

行政相談委員は、行政に対する意見・要望・苦情などがある場合、住民の皆様から相談を受けて、その解決を図り行政に反映させより良い行政運営の実現を目指しています。

なお相談は「行政困りごと相談」(P9参照)で受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

また石川行政評価事務所

(☎076-2222-5232)、

行政苦情110番

(☎0570-090110)

でも相談を受付けています。

※お問い合わせは

男女参画まちづくり課

☎53-11112



6月1日(日)は 「人権擁護委員の日」です！

人権擁護委員法が施行された日を記念して毎年6月1日を入権擁護委員の日と定め全国一斉に入権相談所を開設します。

七尾市では次のとおり入権相談所を開設しますので、お気軽にご相談ください。

日 時	会 場	相 談 員
6月2日(月) 13:00～15:00	本庁 市民相談室	森・野口 人権擁護委員
	田鶴浜 市民センター	一花・長田 人権擁護委員
	中島 市民センター	江尻・國田 人権擁護委員
	能登島総合 健康センター	濱田・豊原 人権擁護委員

※お問い合わせは
男女参画まちづくり課
☎53-11112

七尾法律相談センター

相談日時 毎週木曜日

13:00～16:00

相談日

5月8日・15日・22日・29日
6月5日・12日・19日・26日

☆完全予約制のため、相談前日の17:00までにお申し込みください。
(※先着5名まで)

会 場

パトリア5階フォーラム七尾

相談料 30分以内

1件5,000円

☆法律扶助の適用があれば1回のみ無料。

☆フレサラ(多重債務)相談は、初回のみ無料。

※お申し込み・お問い合わせは
金沢弁護士会
☎076-221-0242



情報公開及び個人情報保護 制度運用状況のお知らせ

平成19年度の情報公開実施状況は、次のとおりです。

情報公開請求件数		32件
内 訳	全部公開	28件
	部分公開	2件
	取り下げ	1件
	非公開	0件
	不存在	1件
	未処理	0件
不服申し立て件数		0件

また、保有個人情報の開示請求は2件あり、2件とも開示しました。個人情報保護をしながら、市が持つ情報を積極的に市民の皆さまに公開するよう努めておりますので、お気軽にご利用ください。

※お問い合わせは
男女参画まちづくり課情報公開係
☎53-11112

窓口では本人確認が必要です

5月1日から住民基本台帳法・戸籍法の一部が改正され「本人確認」が法律上のルールになりました。

住民票、戸籍に関する証明書を請求する際は、必ず印鑑と本人であることを証明するものをお持ちください。

※お問い合わせは

市民課 ☎53-8417
税務課 ☎53-8414

各市民センター

田鶴浜 ☎68-6612
中 島 ☎66-2342
能登島 ☎84-1110

「自動車税」の納期限は

6月2日(月)です

お近くの銀行などで納期限までに納税しましょう。

※納税に関するご相談は

石川県中能登総合事務所 税務課
☎52-6112



みぢかな防災展

「そくさいやわいね七尾」

一人ひとりの災害に対する意識や備えの重要性、災害にあった場合の対処法を一緒に考えてみませんか。

日 時 5月3日(土)～5日(月)
10:00～18:00

(4日は19:00まで)
(3日はパネル展のみ)

会 場 能登食祭市場
2階パーラーのと

内 容

①震災パネル展・災害時非常持出袋などの展示

②災害伝言ダイヤル171体験

③モード災害用伝言板サービス体験

④エリアメール紹介

⑤高齢者疑似体験

⑥被災地ボランティアセンター疑似体験

⑦アマチュア無線局公開運用

⑧起震車体験

※お問い合わせは

七尾アマチュア無線協会事務局
☎050-3427-1149

市民のねがい ふれあいコンサート

市民のねがいはみんなのねがいであると同時に、ひとりひとりのねがいでもあります。ここで奏でるふるさと七尾を聞いて、ともに感じてみませんか。

場所

香り喫茶（パトリア4階）

時間 15:00～15:30

入場無料

●第6回 5月22日（木）

歌・フルート 松本佐智子
キーボード 石田ゆかり

（曲目 七つの子他）

●第7回 6月21日（土）

ピアノ 井藤真理（童謡）

※お問い合わせは

フォーラム七尾 ☎52-5222

七尾市民バレーボールの集い

春季大会のお知らせ

日時 5月18日（日）9:00～

会場 七尾市城山体育館

参加費 1チーム5,000円

抽選会

5月15日（木）19:30～

袖ヶ江公民館にて

申込締切 5月12日（月）必着

申込先

男女参画まちづくり課 岡島

☎53-8448 FAX54-8117

七尾市城山陸上競技場の 使用休止について

七尾市城山陸上競技場公認更新整備工事のため、平成20年9月1日から9月30日まで使用できませんので、ご協力をお願いいたします。

※お問い合わせは

スポーツ振興課 ☎53-8436

城山体育館 ☎52-6419

官民一体で和倉温泉の まちづくりをめざして！

平成20年4月14日（月）から、和倉温泉のにぎわい再生と街なみ整備を実施するために、『和倉温泉まちづくり事務所』を開設しました。

※お問い合わせは

和倉町ワ部18番地4

和倉温泉まちづくり推進室

☎62-1221 FAX62-1222



国際交流

ホームビジット

受入ファミリー募集

ホームビジット（宿泊を伴わないホームステイ）を通じ、米国の中学生と交流をしませんか。無償で受け入れてくださるご家族を募集します。

受入期間

6月30日（月）9:00～16:30（日中のみ）

第2回

結婚について考えてみませんか

「娘、息子さんの結婚について」心配している方が多くいるのではないのでしょうか、お父さん、お母さん、娘、息子の結婚について話し合いをしてみませんか。

日時 平成20年5月18日（日）13:00～16:00

場所 サンライフ24会議室（大ホール2階）

会費 1人 500円（お茶、お菓子代）

内容 ・親同士が娘、息子の写真などを持参して紹介しあう。
・七尾市認定結婚相談員7名が結婚の相談を受けます。

参加者 独身の娘さん、息子さんをお持ちの父母の方

申込期間 5月1日～5月15日

申込方法 ①参加者の名前（父または母） ②住所
③お子さん（娘、又は息子）の年齢、職業
④参加者の連絡先を明記の上、ファックス
または郵送にてお申し込み下さい。

プライバシーは守られますので、安心してご参加下さい。

◎ご参加の方には抽選で10名様に「能登の花ヨメ」映画鑑賞券をプレゼントいたします。当日、別の会場にて「能登の花ヨメ」上映会も行ってあります（県内の映画館でも見ることができます）。

※お申し込み・お問い合わせは

〒926-0046 七尾市神明町1番地 ミナ、クル2階

子育て支援課（担当 滝、受川） ☎53-8419 FAX53-1052

☆七尾市内の滞在は、6月28日（土）～7月1日（火）の3泊4日です。

受入人数 1家族2名以上から

（アメリカ人中学生40名）

☆ほとんどの生徒は、日本語が話せません。

募集期間

5月30日（金）まで

※お申し込み・お問い合わせは

男女参画まちづくり課

☎53-8448 FAX54-8117

international@city.nanao.lg.jp

休日医療情報

4月7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

5月11日(日)	大森歯科医院	☎53-0343
5月18日(日)	守友歯科医院	☎53-1320
5月25日(日)	西野歯科医院	☎53-7265
6月1日(日)	いしがきファミリー歯科	☎52-5250
6月8日(日)	和倉歯科クリニック	☎62-2244

休日在宅当番医 9:00~12:00

5月11日(日)	岡田胃腸外科クリニック	☎53-7211
	高沢内科医院	☎66-0007
5月18日(日)	山本内科医院	☎52-0235
	毛利病院	☎77-1505
5月25日(日)	とね内科医院	☎53-3331
	森クリニック	☎54-8688
6月1日(日)	国下整形外科医院	☎54-0131
	安田医院	☎72-2027
6月8日(日)	八野田整形外科医院	☎54-0811
	浜野西病院	☎52-3262

小児休日当番医 9:00~12:00

5月11日(日)	桜井小児科医院	☎53-3355
5月18日(日)	恵寿総合病院	☎52-3211
5月25日(日)	公立能登総合病院	☎52-6611
6月1日(日)	やまざきクリニック	☎53-4976
6月8日(日)	国立七尾病院	☎53-1890

休日夜間当番薬局 20:00~翌 8:00

(各店共通携帯電話) 090-1310-3909

5月11日(日)	ミナクル中山薬局	☎53-3211
5月18日(日)	あおぞら薬局中島店	☎66-8888
5月25日(日)	コトフキ薬局	☎52-8114
6月1日(日)	能登中央薬局	☎52-9381
6月8日(日)	七尾駅前あおぞら薬局	☎52-9310

休日夜間当番薬局(土)

5月17日(土)	あおぞら七尾薬局	☎54-8988
5月24日(土)	おおなり薬局	☎54-8087
5月31日(土)	七尾らひ薬局	☎52-3507
6月7日(土)	小丸山台あおぞら薬局	☎52-9890

*小児土曜夜間診療のお知らせ(救急患者)

七尾市医師会等の協力を得て、次のとおり小児の土曜夜間診療実施

毎週土曜日 受付午後6時~10時(52-8705)
公立能登総合病院小児科Dブロック(2階)

~訂正とお詫び~

広報ななほ4月号(2008.4.5発行)「イベント情報(七尾美術館)」の記事に誤りがありました。下記のとおり訂正するとともに市民のみなさまや関係者にご迷惑をおかけしたことを心よりお詫び申し上げます。

(誤) 5月13日(日) 記念講演会
(正) 4月13日(日) 記念講演会

能越自動車道七尾氷見道路建設現場だより

工事現場見学してみませんか

昨年度から本格的に七尾氷見道路工事が始まっており、完了した工事もあります。まだまだこれからです。大型BOX、トンネル、橋梁工事と七尾東IC(仮称)から大泊IC(仮称)間では大型工事が目白押しとなっております。七尾氷見道路(七尾東IC、大泊IC間)については、平成20年代前半の供用開始に向け、急ピッチで工事を実施しております。

めったに見られない工事現場をこの機会に見てみたい。そんな思いにかられた地域団体やJ・A女性部の視察も行われました。視察中の車内で

も、「道づくりはまちづくり」論議

が交わされ、能越自動車道の概要説明だけでなく、地域内外の方々がそれぞれに支援できる道づくりに関して熱く語られていきます。是非、この機会を利用して見学してみませんか。



工事の進捗状況を知りたい方は

市役所1階ロビーや2階廊下に工事の進捗状況写真が掲示されています。

インターネットをご利用の方は、七尾市役所、金沢河川国道事務所、国土交通省(能越道だより)の各ホームページにも詳しい情報が掲載されていますので、関心のある方は是非一度ご覧下さい。

地域に活力をもたらす人の往来・交流

来る7月5日には、東海北陸自動車道が全線開通し、七尾市と東海地域が直結します。つながることで流れが生じますが、逆ストロー現象であってはなりません。グローバルな交流体感都市づくりに向け、市民協

働で守りから攻めの展開が求められます。そのためには輝く七尾人の存在が大切です。

七尾湾と温泉をいかすためにも、人と産業の交流拡大を図るためにも、これからの期間は最も大切な助走期間になってくると考えられます。能登・七尾の活性化の起爆剤に一日も早い供用が望まれます。

この間、多くの方々に土地買収や物件補償に対応していただいています。20年度は県境付近を中心に用地測量や買収が行われる予定です。道路特定財源等の余波を受けることなく事業が推進しますよう、市民一丸となって早期開通をめざしましょう。

※お問い合わせは

能越道建設推進課
☎53-8453

石川県七尾美術館

春の名品展 (第1展示室)

当館所蔵の様々な茶道美術品の中から「池田コレクション」を中心に紹介します。



「不白茶碗 銘千鶴万亀」 川上 不白

ポスターでたどる モントレージャズ・フェスティバルポスター展 (第2展示室)

アメリカ・モントレー市で開催されている「モントレージャズフェスティバル」のリトグラフポスターを紹介しします。



「Trumpet」 「The Faces of Jazz」
Earl Newman

会 期 **5月10日(土)～6月1日(日)**
【毎週月曜日休館】

開館時間 9:00～17:00
(入館は16:30まで)

観 覧 料 一般350円(280円)・
大高生280円(220円)

※中学生以下無料・()は20名以上の団体料金

■お問い合わせは
TEL 53-1500 FAX 53-6262
<http://www.city.nanao.lg.jp/nanabi/>

能登演劇堂



無名塾

あらすじ
時は明治21年。日本は立憲国家へと脱皮するため、伊藤博文をはじめ名だたる人物達によって審議が進められている。そんな折、白井小助がふらり東京へやってきた。小助が起こす大騒動。はたして小助の目的とは・・・。

『長州異聞』が今再び能登演劇堂へ帰ってきます。見逃した方、もう一度観たい方、お見逃し無く!!

日 時 **6月26日(木)** 14:00～
入 場 料 A席 6,500円 B席5,500円
(全席指定)

会 場 能登演劇堂

仲代圭吾、行代美都、仲代達矢コンサート



清らかに奏でられるピアノとチェロの音色に乗せて、心に染み入るシャンソンの歌声は高く、低く・・・。
能登演劇堂限定の演出にご期待ください!!

日 時 **7月27日(日)** 16:00～

入 場 料 3,000円

会 場 能登演劇堂

■公演のチケット、お問い合わせは
財演劇のまち振興事業団
TEL66-2323 FAX 66-2326
<http://www.engekido.com>

石川県能登島ガラス美術館

特別展 藤田 喬平

～雅の夢とヴェニスの花～

5月11日(日)まで開催!

ガラス芸術初の文化勲章受章者、藤田喬平の40年間の足跡を追った大回顧展です。お見逃しなく!

開館時間 9:00～17:00 (入館は30分前まで)

観 覧 料 個人(高校生以上)800円

※中学生以下無料



飾器「昌蒲」1973年
東京国立近代美術館所蔵

5月16日(金)からは、「収蔵品展! 巨匠たちのガラス彫刻」を開催します。展示替えのため、5月12～15日まで休館します。

わくわくワークショップ カラフルビーズで作ろう! 初夏のアクセサリー



カラフルなガラス製のビーズを主に使って、初夏にむけての涼しげなアクセサリーを作ります。

日 時 **5月24日(土)・25日(日)**

①10:00～11:30 ②13:30～15:30

※材料が無くなりましたら、時間内でも受付を終了する場合があります。その旨、ご了承ください。

参加費 200～500円

※高校生以上の方は入館料が必要

フラワーアレンジメント参加者募集!

6月下旬のイベントでフラワーアレンジメントをしてくれる方を募集しています。詳細は下記まで。

■お申し込み・お問い合わせは
TEL 84-1175 FAX 84-1129
<http://www.city.nanao.lg.jp/glass/>

サンビーム日和ヶ丘

自主上映 映画情報



ALWAYS

上映日・時間 続・三丁目の夕日

5月24日(土) ①14:00～
②19:00～

5月25日(日) ①10:00～
②14:00～

料 金

大 人 1,000円

シニア(60歳以上) 800円

高校生以下 500円

親子ペア(1組) 1,300円

※団体15名以上、身障者の方は

上記料金より200円引き

ストーリー

東京タワーが完成し、年が明けた昭和34年。東京オリンピックの開催決定と同時に、高度経済成長時代へ足を踏み入れる日本。しかし、時代が変わろうとしても、そこに生きる人々の気持ちは変わりません。去ってしまったヒロミを思い続け、淳之介と共に暮らす芥川。「鈴木オート」を、日本一の会社にする夢を持つ鈴木家の主・則文。そして、「三丁目」に住む多くの人々・・・。
日本中を感動の涙で包んだ「ALWAYS 三丁目の夕日」が再びあなたの元に戻ってきます。

■お問い合わせは TEL 68-2277 FAX 68-2332



七尾フラワーパーク

のと蘭ノ国

クールオーキッド展 ～雲霧林で咲くラン～

5月7日(水)～6月8日(日)

標高2,000mの雲霧林地帯に生息する珍しいランを展示。冷蔵庫で育つランも展示します。



■お問い合わせは TEL 54-0300 FAX 54-0301
<http://www.notorannokuni.com/>

児童館へ行こう

今月の主な行事

御祓児童館

☎53-1397

- 5月17日(土) 10:00～
「卓球教室」
- 5月21日(水) 15:30～
「みんなで楽しく」科学あそび
- 5月24日(土) 11:00～
「ミニ運動会」



「卓球教室」は、初心者大歓迎 みんなで、身体を動かそう！

七尾サンライフ児童センター

☎53-5486

- 5月14日(水) 11:00～12:00
ママと子どものリサイクル
出店者募集中！食品以外の衣類や小物などいろいろなものが出店できます。
- 5月25日(日)
館外体験活動「崎山めぐり」
児童対象・要申し込み
☆5月10日から毎週土曜日にいろいろなクラブが始まります。皆さん是非、ご参加くださいね！



田鶴浜児童館

☎68-3650

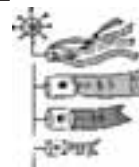
- 5月9日(金) 16:00～
「地図記号で神経衰弱遊び」
楽しいゲームでお勉強しちゃおう！
- 5月17日(土) 10:00～
「ニュースポーツを楽しもう」
心もからだも元気いっぱいにしましょう。
- 5月23日(金) 16:00～
「貝がらで壁かけつくり」
桜貝ってしていますね。とてもきれいなピンク！
すてきなかざりをつくりましょう。

地元ボランティアグループ
「ムーミンの会」の方たちと遊ぶ様子
(田鶴浜児童館)



親子ふれあいランドあいあいあい ☎52-1476

- 食育講座「乳幼児のおやつ」
日時 5月23日(金) 10:30～
講師 子育て支援課 管理栄養士 前田 和栄
- 乳幼児親子対象に「おかあさんとあそぼ」
毎週水曜 11:00～
- 乳幼児、小学生低学年を対象行事
毎週日曜 10:30～12:00



北大舌児童館

☎59-1250

- 5月10日(土) 10:00～12:00
「ふれあい書道教室」
児童と地域の大人の方がふれあいながら講師よりていねいに教えてもらいます。
- 5月24日(土) 14:00～15:00
「卓球教室」
講師よりていねいにサーブなど教えてもらいます。
みなさん来てね！一緒に楽しみましょう。
- 5月25日(日) 14:00～16:00
「クッキング&お誕生会」
毎月簡単なおやつを手作りして
月の誕生者をお祝います。



いしかわ子ども交流センター七尾館

☎53-3396

※県立七尾児童会館が4月から『いしかわ子ども交流センター 七尾館』になりました。

5月10日(土) 9:30～
「愛鳥週間 バードウォッチング」
館周辺から城山の山頂まで鳥を探しながら行きます。

5月11日(日) 14:00～
「母の日のプレゼント作り」
フラワーアレンジメントのプレゼントを作ろう！
(定員15名、参加費200円)



しあわせの和を広げよう

市民に親しまれる「市民のねがいー七尾市民憲章ー」を目指して

♪一緒に歌って、
元気になって

高階シルバーコーラス
(高階公民館)

息もぴったりと歌声も明るく、おそろいの衣装を身にまとい、20歳は若返り変身します。思いつき歌うことの喜びと仲間のやさしい心にふれあいながら、いきいき元気に歌いつづけることこそ、私たちができる「市民のねがい」の実践活動のひとつです。

♪愛それは言葉でなく汗を流すこと
愛それは言葉でなくささげあうこと
すべての喜び、悲しみ、苦しみ共にわけあい…

子どもの頃に歌った歌が特に好きで、みんなで歌うと懐かしさでいっぱいになります。なんといつても健康の秘訣は声を出すこと。松本佐智子先生の指導で、愛それは行動です。を練習中です。

グループの愛唱歌「これから音頭」で月2回の練習がはじまり、とても元気がでてきます。平均年齢80歳以上の11名のレパートリーは、流行歌や、童謡など既に100曲を超えており、衣装もそろえてイベントなどの出番まちです。

火災から大切な命を守るため、住宅用火災警報器を設置しましょう

消防法が改正され、住宅を新築する場合はすべて、また、火災予防条例で既存住宅は平成20年5月31日までの設置が義務付けられています。



住宅用火災警報器ってどんなもの？

火災などから発生する熱や煙を感知して、音（音声）で警報を発する機器で、就寝に利用する部屋・階段に設置します。



どんな種類を設置すればいいの？

煙式のものを設置してください。ただし、台所など火災以外の煙を感知して警報を発する恐れがある場所に設ける場合は熱式のものとして下さい。

日本の法令に適合した日本消防検定協会の鑑定した「NSマーク」のついた商品を選びましょう。



※お問い合わせは

七尾鹿島広域圏事務組合消防本部 予防課予防係

☎53-1016（予防課予防係直通）【平日の日中】

☎53-0119（代表）【平日の夜間・土曜・日曜・休日】

不用品活用銀行

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)
※無料のみに限ります。
(4月15日現在)

ゆずります

ピアノ、五月飾り、ベッド、屋根付ストーブガード、学習机、スキー板(大人女性)、スキーウェア(女の子120cm)

ゆずってください

獅子舞衣装(子供用)、編み物機、自転車(大人用・女児用・男児用)、ジュニアシート、チャイルドシート、リヤカー、メトロノーム、東部中学校用リュック式学生カバン、ベビーベッド、ベビーラック、ベビーカー、ベビーチェア、体重計、車いす、七五三着物ほかセット(男児用)、ミシン、ほか

☆みなさんをお願い☆

品物についてお問い合わせいただいた後は、必ず成立または不成立のご連絡をくださいますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。

みんなの本棚 (新刊情報)



「そのブログ!「法律違反です」」
前嶋 博ほか
ソフトバンククリエイティブ

インターネット社会において知っておくべきルールなどがコンパクトに



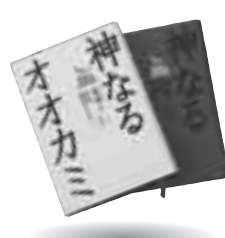
「ケータイカメラ活用術」
NHK出版編
NHK出版

ケータイカメラの利点、撮影術やブログの利用法などを解説



「星に降る雪/修道院」
池澤 夏樹
角川書店

生と死のはざま、超越体験を巡る2つの物語



「神なるオオカミ 上・下」
姜戎(ジャンロン)
講談社

雄大なモンゴルの草原に遊牧民とオオカミの宇宙を描く

生まれてまもない赤ちゃんにおすすめの本



「おつきさまこんばんは」
林明子さく 福音館書店

「ぴょーん」
まつおかたつひで作・絵 ポプラ社

「くだもの」
平山和子作 福音館書店

図書館	開館時間
中央図書館 ☎53-0583	10:00~19:00 (土・日・祝日 10:00~18:00)
本府中図書館 ☎53-3662	10:00~18:00
田鶴浜図書館 ☎68-6785	10:00~18:00
中島図書館 ☎66-8000	10:00~18:00 (土・日 9:00~17:00)

図書館のホームページをご覧ください

市内各図書館のイベントなど、最新情報を見ることができます。
また、図書館の蔵書検索ができます。
ぜひご覧ください。
URL <http://lib.city.nanao.lg.jp>

第16回 短期青少年交換プログラム派遣学生募集



派遣先:米国モンレー市
期 間: 8月3日~13日
(詳細はお問い合わせください)



七尾ロータリークラブ

Tel 53-5590 e-mail nanaorc@nato.or.jp



松百町モデルハウス
分譲中

詳細はお問い合わせ下さい。



シティハウス産業株式会社

※松百町アップルタウン
2期分譲地開始 1区画330万~
七尾市馬出町八部51-3
TEL 0767-53-2133

大好評 入院も死亡も手厚い保障!

総合保障型

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。



元気なお子様を
サポート
こども型

高齢社会に
心強い味方
熟年型

住まいと家財を
保障
新型火災共済

お問い合わせと資料のご請求は

スピード給付の **県民共済**
通話料無料 **0120-63-5011**

☎076(263)5011(代)
☎076(263)5107

ホームページアドレス <http://www.tshikawa-kyosai.or.jp/>
携帯電話からは <http://kyo-asai.jp/>

〒920-0901 金沢市東三町2-1-10 真和ビル3F (休) 土・日・祭日も受付 9:00~17:00

広告欄 (広報ななお5月号)

編集後記

市民のみなさま、4月から新たに広報を担当することになりました寺田と西川と申します。

何分にも不慣れな点がありますが、皆さまの視点にたった読みやすく、親しみやすい「広報ななお」を作っていきたいと思いますので、よろしくお願いします。

初めて広報を担当することになりました。身近な話題を取り上げ、元気な七尾を発信していきたいと思いますので、よろしくお願いします。

(寺田)

観光交流課から4月に秘書広報課へ異動となりました。観光という業務で学んできた経験を活かして広報に役立てられればと思いますので、よろしくお願いします。

(西川)

～メタボ予防 簡単野菜料理～

★ななお★ ヘルシーレストラン

今月の一品

カラフル野菜の アッ！という間蒸し

時間がない時、あと一品欲しい時に最適の、電子レンジでできるカンタン♪ホットサラダです。

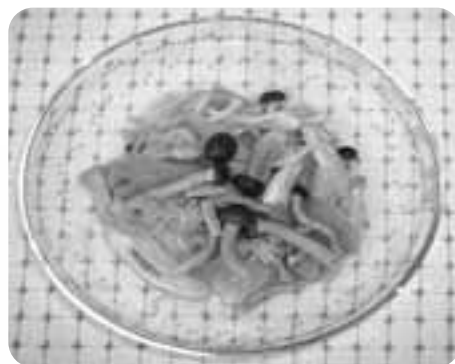
【1人分】

☆エネルギー 57kcal
☆食物繊維 2g
☆野菜使用量 90g
☆らくらく度 ★★★
☆ヘルシー度 ★★☆☆



材料（4人分）

キャベツ……………200g
にんじん……………1／3本
白ねぎ……………1／2本
しめじ……………1／2パック
ホタテ(水煮缶)
……………1缶(125g)
バター……………小さじ2
コンソメ……………固形1個分
こしょう……………お好みで



作り方

- 1 キャベツは一口大に切り、しめじは根元を切り落としてほぐしておく。
- 2 にんじんは皮をむき、ピーラーで薄いリボン状にする。ねぎは薄い斜め切りにする。
- 3 耐熱ボウルに野菜を入れ、ホタテ(缶)の身をほぐしてのせ、缶汁を上からかける。
- 4 コンソメをくずしてふりかけ、バターをのせてふんわりとラップをし、電子レンジで3～4分加熱する。
- 5 野菜がやわらかくなったら、軽く混ぜ合わせていただきます♪

【ちょこっと野菜メモ】

野菜はビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源です。1日に350g以上を目安にたっぷり摂りましょう。

お買い物は

七尾スタッフ会加盟店で！ 贈って喜ばれる、使ってお得な商品券

台紙満貼で

★各種イベントに参加できる
(春・秋のスタンプまつり、抽選会、交換会、観劇、小旅行など)

★お買い物ができる
★カタログ商品交換ができる



商品券は加盟店又は七尾かもめ商業(協)事務所にてお買い求め下さい。

加盟店募集中!!

七尾スタッフ会

七尾かもめ商業協同組合

■事務局 〒926-0802 石川県七尾市三島町70-1 七尾産業福祉センター2F
TEL: (0767)53-8880 FAX: (0767)53-8989

「ゆずあい市」の開催

(毎月第2日曜日開催)

5月11日(日)
10:00～16:00

場所: ワークバル七尾
販売品目: リサイクル品(家具類、衣類、陶器等)
手づくり品(野菜類、漬物、手芸品等)

ポーチ(パッチワーク)づくり講習を同時開催します。

受講料: 無料(材料は実費500円)



造園講習会の開催

6月5日から7日間



七尾市小島町西部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)

移転リニューアル キャンペーン実施中!

随時登録受付中です
お仕事探しはワイズに
お任せ下さい!

登録だけでもOK!お気軽にお電話下さい。

株式会社 **ワイズ** Good Q.A. Service

0120-167-013

できるうれしさ、学ぶ楽しさを確かな力と自信に!

子どもたちが将来の夢や可能性を
広げていくために必要な力を
小さな頃から育てていきたいと
考えています



5月無料体験学習受付中!

日本公文教育研究会金沢事務局
0120-372-100
www.kumon.ne.jp
お問い合わせはお近くの教室か上記フリーコールへ

のとはやさしや、
つちまでも。

石川県の人が
つくる
石川県の
能登半島の
復興支援映画。

石川県の人が
つくる
石川県の
能登半島の
復興支援映画。

5月10日(土)より石川県先行ロードショー!!

●七尾会場
5月18日(日) 七尾サンライフプラザ
10:00～、13:00～、16:00～

●「石川県共通特別鑑賞券」好評発売中
「石川県共通特別鑑賞券(大人1,000円、小中学生500円)」を販売しています
(※上映期間中は石川県内すべての上映劇場およびホールにてご使用になれます)。

●鑑賞券の購入、お問い合わせは
観光交流課 TEL53-8424 ミナ.クル(市民課) TEL53-8417 七尾商工会議所 TEL54-8888
田鶴浜市民センター TEL68-3131 中島市民センター TEL66-1111 能登島市民センター TEL84-1111

わが家のアイドル♪



おそとだいすき!

たけざわ まな
竹澤 愛ちゃん

平成19年2月生まれ
(父 直樹 母 友紀 盤若野町)

暖かくなって毎日たくさんお外で遊んでいます。ケガをしないように元気いっぱい走りまわってね!



パパだいすき♡

こうら あゆた
小浦 歩太くん

平成16年10月生まれ
(父 倫範 母 綾香 西下町)

3人姉兄の末っ子でとっても甘えん坊のあゆたです。最近はお兄ちゃんらしくなってきたかな?これから姉兄仲良くなるといいな。



お散歩大好き★

まつもと れんや
松本 蓮矢くん

平成17年9月生まれ
(父 光晋 母 一那 能登島野崎町)

兄とのケンカ、食事、遊びといつでもパワー全開!!
そんなやんちゃな蓮矢ももうすぐお兄ちゃんになるね♡これから兄弟仲良く遊んでね☆