

広報わじま

No.49 February 2010

2月号

●今月の主な内容

石川県知事選挙・

輪島市長選挙…P2～3

市・県民税 所得税の申告…P4～5

輪島市成人式…P9

出初め式

1月10日、輪島市消防出初め式が行われ、約400人の消防団員らが参加しました。

輪島市総合体育館から市役所まで20台のポンプ車がパレードを行った後、市役所横の河川敷で直上放水を行いました。



3月14日(日)は

石川県知事選挙および 輪島市長選挙の投票日です

■投票できる方

今回の選挙で投票できる方は「平成2年3月15日以前に生まれた方で、昨年12月6日までに転入届出をし、引き続き住民基本台帳に記載され市内に住所のある方」です。

県知事選挙については、昨年10月24日以降、県内に転出された方（1回の移転に限る）も投票できる場合があります。

※最近、転入された方は、投票できない場合がありますので、下の表でお確かめください。



【転入者】 ○：投票できます ×：投票できません

転入届出日 選挙の別	平成21年 11月24日まで	平成21年 11月25日～ 12月1日まで	平成21年 12月2日～ 12月6日まで	平成21年 12月7日以降
石川県知事選挙	○	○ ※期日前投票は 3月2日から	○ ※期日前投票は 3月6日から	【県内から転入】 旧住所地で投票で きます。(注) 【県外から転入】 ×
輪島市長選挙	○	○	○	×

(注) 旧住所地での投票は「石川県内に住所を有する旨の証明書」が必要ですので、最寄りの市町の市民課に申し出て、交付を受けてください。

■期日前投票

選挙人名簿に登録されており、投票当日に仕事や旅行、レジャー、冠婚葬祭、病気、出産、身体障害などで、投票所へ行くことができないと見込まれる方は、事前に期日前投票所で投票ができます。

【期間】

・石川県知事選挙

2月26日(金) ～ 3月13日(土)

・輪島市長選挙

3月8日(月) ～ 3月13日(土)

【場所】

輪島市役所3階大会議室

8時30分～20時

門前総合支所1階旧史料館

8時30分～19時

※期間中は土・日曜日も受付します。

※門前総合支所期日前投票所は1階

101会議室から1階旧史料館へ変更となります。

なりませぬ。

■当日投票所での投票

投票日は、ご自分の投票所となる施設と時間を確認の上、投票所へお越しください。今回は2つの選挙があり、それぞれ投票用紙が異なります。しっかりと確認の上、候補者氏名を投票用紙に記載してください。

■投票所入場券

市長選挙と県知事選挙が同日に行われることから、有権者の皆さんの利便性を考え、2つの選挙を通し1枚の投票所入場券にします。このため、入場券は市長選挙の告示に合わせ、3月7日ごろに郵送します。

投票の際には、入場券に記載されている投票所へ、自分の名前が記載されている入場券をお持ちください。(期日前投票にもお持ちください。)

※入場券をお持ちでなくても投票できますので、投票所の受付係に申し出てください。



■代理投票・点字投票

体が不自由などのため、字を書くことができない方は「代理投票」の方法で投票ができます。代理投票は、申し出により投票所の係員が代筆します。投票の秘密は固く守られますので、遠慮なく投票所の係員にお申し出ください。

また、目が不自由な方は、点字で投票できます。投票所には、点字器を用意しています。

■選挙公報

選挙期日の2日前までに各家庭にお届けします。候補者の政見などが掲載されますので、投票の参考にしてください。また、市役所や支所、出張所でも配置します。届かない場合はご連絡ください。

■不在者投票

【滞在先でする不在者投票】

投票日に出張や旅行などで輪島市外に滞りし、投票所に行くことができないと見込まれる方は、滞在先の選挙管理委員会でする不在者投票ができます。あらかじめ、「不在者投票宣誓書（兼請求書）」で輪島市選挙管理委員会に投票用紙を請求してください。投票用紙の郵送に時間がかかりますので、請求は早めにお願います。

【指定病院などでする不在者投票】

石川県の選挙管理委員会が指定した病院や老人ホームなどに入院（所）の方は、施設内で不在者投票ができます。詳しくは病院、老人ホームなどにお問い合わせください。

- 「市内の指定施設」
- ・市立輪島病院
 - ・介護老人保健施設百寿苑
 - ・特別養護老人ホームあての木園
 - ・特別養護老人ホームあかかみ
 - ・養護老人ホームふるさと能登
 - ・特別養護老人ホームみやび
 - ・特別養護老人ホームゆきわりそつ

【郵便などによる不在者投票】

左の表1にあてはまる方は、郵便など（郵便や信書便）で投票ができます。

【表1：郵便などによる不在者投票】

※投票用紙に自書できる方に限ります。

交付手帳など	区分	等級など
身体障害者手帳をお持ちの方	両下肢・体幹・移動機能の障害	1級・2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障害	1級・3級
	免疫機能の障害	1級～3級
戦傷病者手帳をお持ちの方	両下肢・体幹の障害	特別項症～第2項症
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障害	特別項症～第3項症
介護保険被保険者証をお持ちの方	要介護状態区分等	要介護5

【表2：代理記載が認められる方】

※表1・表2ともにあてはまる方に限ります。

交付手帳	区分	等級
身体障害者手帳をお持ちの方	上肢または視覚の障害	1級
戦傷病者手帳をお持ちの方	上肢または視覚の障害	特別項症～第2項症

自宅投票用紙に候補者氏名などを自書（必ず本人が記入）していただきます。あらかじめ選挙管理委員会に申請・登録が必要です。

なお、本人が自書できない場合は、あらかじめ選挙管理委員会に届け出た「代理記載人」（選挙権を有する方）1人に代筆させることができます。なお、表1・表2ともにあてはまる方に限ります。

◎不在者投票宣誓書（兼請求書）は輪島市選挙管理委員会ホームページよりダウンロードできます。（<http://www.city.wajima.shikawa.jp/senkan/wajimasenkan1.html>）

※市外で修学する学生の選挙権については、本市に住民票があっても、生活の本拠が修学地とみなされた場合は、投票することができません。

■開票の時間と場所

【日時】 3月14日（日） 20時30分～

【場所】 一本松総合運動公園体育館（サンアリーナ）

■問い合わせ先

輪島市選挙管理委員会事務局
☎（23） 1195

輪島市長選挙 立候補予定者説明会

輪島市長選挙の立候補予定者およびその他の関係者（選挙運動責任者、事務責任者など）を対象とした立候補予定者説明会を開催します。出席を希望の方はあらかじめ電話連絡の上、出席してください。

【日時】 2月10日（水） 13：30～

【場所】 輪島市役所3階大会議室

市・県民税、所得税の申告はお早めに！！

■平成21年分確定申告のお知らせ

- 個人事業者の消費税・地方消費税 3月31日（水）まで
- 所得税の還付申告の方は、平成22年1月から申告書を提出することができます。
- にせ税理士にご注意を！

■申告の受付・相談

- 期間 2月16日（火）～3月15日（月）
時間 8:30～12:00、13:00～17:15
場所 **市** 税務課（本庁2階）
門 市民課（門前総合支所1階）

申告が必要な方が期限内に申告・納税をしなかった場合、あとで不足の税金を納めていただくだけでなく、加算税や延滞税も納めていただく場合がありますのでご注意ください。

☎ 輪島税務署 ☎ 22-2241 **市** 税務課 ☎ 23-1126 **門** 市民課税政係 ☎ 42-9917

市・県民税

申告が必要な人

- 平成22年1月1日現在、市内に住所があり、次のいずれかに該当する人
①平成21年中に所得のあった人（後述の「申告をしなくてもよい人」を除く。）②給与所得以外に営業、農業、不動産、年金などの収入があった人
③平成21年の途中で退職し、平成22年1月1日現在就職していない人④医療費控除、雑損控除（災害や盗難にあった場合）、寄附金控除を受けようとする人
- 平成21年中に収入がなかった人でも、次の人は申告してください。
①国民健康保険に加入している人②児童扶養手当の受給や保育所などの入所に所得（非課税）証明書が必要な人③金融機関や公的機関などへの所得などの証明書を提出する人④配偶者控除や扶養控除の対象になっていない人

申告しなくてもよい人

- 所得税の確定申告をした人
- 所得が給与だけで、勤務先から市役所へ給与支払報告書が提出されている人
- 配偶者控除や扶養控除の対象になっている人で所得のない人

[申告に必要なもの]

- 印鑑
- 平成21年中の収入額が分かるもの（源泉徴収票、事業主の支払証明書、帳簿など）
- 国民年金保険料等の支払証明書
- 生命保険料、個人年金保険料、損害保険料などの領収書（課税控除証明書）
- 障害者控除を受ける人は、障害者手帳など障害の等級を証明するもの
- 医療費、雑損・寄附金控除などを受ける人は、領収書または証明書
- 農業所得の申告をするときは、収支内訳書を記入の上、収入・支出の分かるもの

所得税

確定申告が必要な人

- 事業所得や不動産所得、譲渡所得などがある人で、前年中の所得金額の合計額が所得控除（基礎控除・扶養控除など）の合計額を超える人
※土地・建物のほか、株式など有価証券、ゴルフ会員権などを売って得た利益についても譲渡所得として申告が必要です。
- サラリーマンで、次のいずれかに該当する人
①給与の年収金額が2000万円を超える人②給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える人③給与を2力所以上から受けている人
- 生命保険契約などの満期払戻金に一時所得として所得税がかかる人

確定申告をすれば所得税が戻る人

- 家の新築や購入、増改築（住宅減税対象工事）をした人
- 多額の医療費を支払った人
- 災害や盗難にあった人
- 平成21年の途中で退職などをした給与所得者で年末調整を受けなかった人

各地区でも申告の受付・相談を行います！

【時間】 9:30～12:00、13:00～16:00

開催日	場 所
2月16日（火）	西保出張所
2月17日（水）・18日（木）	町野支所
2月19日（金）	南志見出張所
2月22日（月）	三井出張所
2月23日（火）・24日（水）	諸岡公民館
2月25日（木）	黒島公民館
2月26日（金）	七浦公民館
3月1日（月）	剱地公民館
3月2日（火）	阿岸公民館
3月4日（木）	本郷公民館
3月5日（金）	浦上公民館

確定申告時における 所得税の障害者控除

年齢が65歳以上の方で、「ねたきり」や「精神または身体に障害」のある場合、所得税法による障害者控除が受けられる場合があります。

(例) 「ねたきり」とは、その状態が6カ月以上継続しており、かつ次の4つのうちいずれかに該当することをいいます。

ねたきり度 ランクA	屋内での生活はおおむね自立しているが、介助なしには外出しない。 ①介助により外出し、日中はほとんどベッドから離れて生活する。②外出の頻度が少なく、日中も寝たり起きたりの生活をしている。
ねたきり度 ランクB以上	屋内での生活は何らかの介助を要し、日中もベッドでの生活が主体であるが、座位を保つ。 ①車いすに移乗し、食事、排泄はベッドから離れて行う。②介助により車いすに移乗する。
認知症度 ランクII	日常生活に支障をきたすような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立ができる。 ①たびたび道に迷うとか、買い物や事務、金銭管理などそれまでできたことにミスが目立つ等②服薬管理ができない、電話の対応や訪問者との対応など一人で留守番ができない等
認知症度 ランクIII以上	日中もしくは夜間を中心として日常生活に支障をきたすような症状・行動や意思疎通の困難さが見られ、介護を必要とする。 ①着替え、食事、排泄、排尿が上手にできない、時間がかかる。②やたらに物を口に入れる、物を拾い集める、徘徊、失禁、大声、奇声をあげる。火の不始末、不潔行為がある。

上記の状態に該当する方および次の障害者手帳を所持されている方は、障害者控除が適用されます。

障害者控除	ねたきり度ランクA、認知症度ランクII、身体障害者手帳3級～6級、療育手帳B、精神障害者保健福祉手帳2級・3級
特別障害者控除	ねたきり度ランクB以上、認知症度ランクIII以上、身体障害者手帳1級・2級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級

 健康推進課介護保険係 ☎23-1159
 福祉課 ☎23-1161
 健康福祉課 ☎42-9918

申告書の作成は 「確定申告書等作成コーナー」で!! (国税庁ホームページ【www.nta.go.jp】)

輪島税務署では、パソコンを利用した「確定申告相談会」を開催します。この機会にe-Taxを体験していただき、e-Taxの便利さを実感してください。

当申告相談会で使用するパソコンでは、電子証明書付住基カードがない方もe-Taxによる申告が可能ですのでお気軽にお越しください。

【輪島税務署による確定申告相談会】

日時 2月22日(月)

①9:30～ ②13:00～

場所 門前総合支所3階会議室

「e-Tax」を利用して申告すると…

①最高5,000円の税額控除

平成21年分の確定申告を本人の電子証明書を付して、申告期限内にe-Taxで行うと、所得税額から最高5,000円の控除を受けることができます(平成19年分または平成20年分の確定申告でこの控除を受けた方は、受けられません。)

②添付書類の提出省略

医療費の領収書や源泉徴収票等は、その記載内容を入力して送信することにより、提出または提示を省略することができます(確定申告期限から3年間、書類の提出または提示を求められることがあります。)

③還付金がスピーディー

e-Taxで申告された還付申告は、早期処理しています(3週間程度に短縮)。



環境通信

■家庭で生ごみ処理をしよう！

生ごみを減らす方法として、電気式生ごみ処理機などで堆肥化する方法、発泡スチロールなどを利用した方法があります。今回は、ダンボールを利用して生ごみを堆肥化する方法を紹介します。（左の「ダンボールで生ごみ処理」を参照）

■ごみ指定袋が替わります！

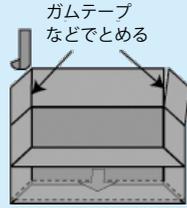
ごみの指定袋が3月ごろから在庫が無くなり次第替わります。

ダンボールで生ごみ処理

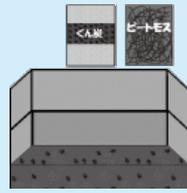
【用意するもの】

- ダンボール箱
- ピートモス(有機質土壌改良剤)
- もみ殻くん炭
- 角材や積み木など

①ダンボールを用意し、ふたの部分を立てて4カ所をガムテープなどで固定。箱の底と、底から20cmくらいの部分には、内側からダンボールなどを貼り付けて補強。



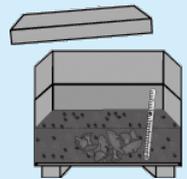
②ダンボールの中に、ピートモスともみ殻くん炭を3:2の割合で入れ、よくかき混ぜる。できたダンボールコンポストは、角材などの上に置き地面や床などから離す。



③コンポストになるべく細かくした生ごみを入れる。このコンポストで1日500g程度処理することが可能。1日に1回は、コンポスト全体をかき混ぜる。ただし、生ごみはダンボールにふれないようにする。



④生ごみを投入してから、3カ月経つか基材がべたついたら、生ごみ投入を終了します。その後1~2週間はときどきかき混ぜ、さらに1~2カ月置きます。



⑤できた堆肥は、植物を育てる土壌や肥料として利用できます。

【注意点】

- ・箱は通気性を保つため、ビニールなど通気性のないもので覆わない。
- ・塩分を含むものや骨、貝殻、種、とうもろこしの芯などは入れない。

生ごみ処理等につきましては、輪島市のホームページ（生活ガイド→くらし→ごみ処理→生ゴミは堆肥化しましょう）でご確認ください。

【新ごみ袋の使い方】

もやせるごみ、もやせないごみに分別して、それぞれ1袋に入れてください。

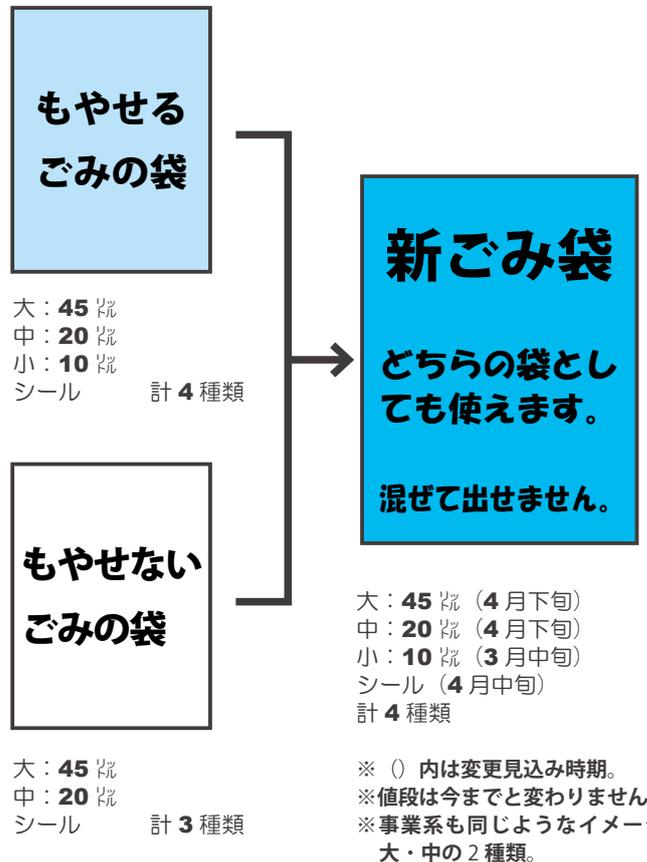
※もやせるごみともやせないごみを混ぜて出すことはできません。

【今のごみ袋の取り扱い】

今のもやせるごみ、もやせないごみの袋は、無くなるまで今までどおり使用できます。また、4月1日以降は、今のごみ袋も新ごみ袋と同様に分別をしっかりとすることで共通に使っても大丈夫です。

【市環境対策課 電話】(23) 1853

■ごみ指定袋が3月ごろから替わります！



下水道に未接続の方々へ

お願いします！下水道接続へ向けての第一歩

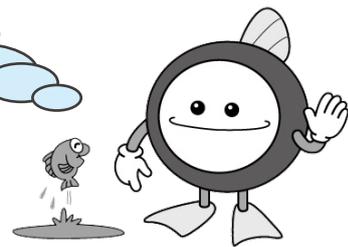
輪島市では、生活環境の改善や貴重な水資源の水質保全に取り組むべく、下水道の整備を実施しています。しかし、宅内工事費用につきましては自己負担のため、どうしても未接続となっている場合もあると思います。

そこで、まず初めの第一歩として輪島市が指定する排水設備業者数力所へ希望する工事の概要を伝えて概算的なお見積りをとってみたいはいかがでしょうか？費用が具体的に把握できれば資金計画等が立てやすくなります。なお、排水設備業者につきましても、概算見積りの依頼には無料で対応することになっています。この機会に、お気軽にお問い合わせください。

下水道事業はひとりひとりでの効果は
小さいけれどみんなで接続することで、
生活環境に大きな結果をもたらします！！

※輪島市の排水設備工事指定店は現在約160件の登録があります。
主に水道設備・建築業者等が登録しています。詳細はご確認ください。

岡きれいなみずのまちづくり **市** 下水道課 ☎23-1300



▲下水道キャラクター スイスイ

美しい輪島を残したい！

2月1日より輪島市が景観行政団体になりました

volume.19

■問い合わせ先

建設部 都市整備課景観推進室

TEL：23-1156

FAX：23-1198

e-mail：toshi@city.wajima.lg.jp

景観計画について意見を募集します

輪島市は魅力あふれる景観を後世に残して行くため、輪島市景観計画（素案）を策定しました。そのためには、市民・事業者・行政がそれぞれの役割を認識しつつ、参画・協働していくことが必要です。そこで、市民の皆さまからの率直なご意見をいただきたいと思えます。お寄せいただいたご意見は、輪島市景観計画作成の参考とさせていただきますとともに、ホームページ（<http://www.city.wajima.ishikawa.jp/toshi/keikankeikaku>）等で公表いたします。輪島市景観計画（素案）の内容はホームページまたは都市整備課内でも閲覧できます。

【募集期間】 2月1日（月）～3月2日（火）

【提出方法】 指定の応募用紙で郵便、ファックスまたは電子メールでご提出ください。なお、応募用紙は都市整備課またはホームページからダウンロードできます。

輪島市景観審議会委員を公募します

【募集人数】 1人（総数は10人以内）

【任期】 2年

【応募条件】 次の条件をすべて満たす方

- ①輪島市に居住しており、平成21年4月1日現在で満20歳以上の方
- ②輪島市の景観について関心を持ち会議に出席し積極的な発言ができる方

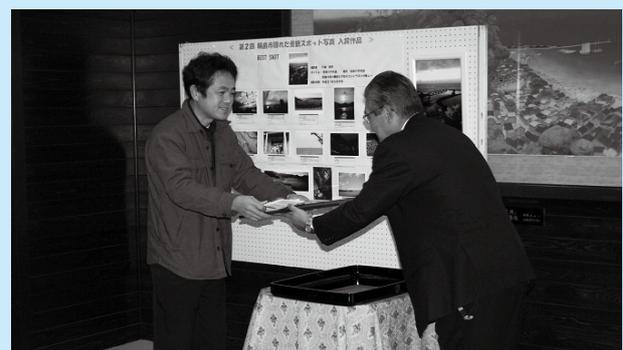
【開催予定】 年3～4回

【応募期間】 2月19日（金）まで

【応募方法】 申込書を提出してください。
（申込書は都市整備課にあります）

「第2回輪島市隠れた景観スポット募集」表彰式

「輪島 BEST SHOT」受賞者の干場亮平さん（左）



晴れの栄誉に輝きました2人をご紹介します。

厚生労働大臣表彰を受賞



援護事業功労者
山田 政雄 氏

長年にわたり、英霊の
顕彰と戦没者遺族の福
祉向上に尽力され、現
在も、輪島市遺族連合
会会長として、活躍中
です。



社会福祉事業功労者
徳山 忠志 氏

長年にわたり、民生委
員・児童委員として地
域の見守り活動に従事
され、現在も輪島市民
生委員児童委員協会の
会長として活躍中で
す。



マイ・マイ・マイ運動

「ごみの減量を」マイ箸袋贈呈

▶ 梶市長に箸袋を贈る婦人団体協議会の
皆さん



1月4日、輪島市婦人団体協議会の
紺谷ふさ系会長ら5人が、輪島市役所
を訪れ、会員が作った箸袋60個を梶市
長に贈りました。
同協議会では環境問題の取り組みと
して、1家庭1日茶碗1杯分のゴミ減
量を呼びかける「1日1膳」運動や、
マイ箸、マイカップ、マイバックを
持参する「マイ・マイ・マイ運動」の
エコ活動を行っており、市職員にもマ
イ箸運動を実践してほしいというこ
とで、不用になった着物や洋服で作った
箸袋を贈呈していただきました。

輪島市へ寄付

ホールインワン基金

▶ 寄付をいただきました。



12月24日、輪島市グラウンド・ゴル
フ協会より寄付をいただきました。
同協会は、平成20年度および平成21
年度に開催したグラウンド・ゴルフ大
会において、ホールインワンを達成し
た際に、達成者は1回につき1000円
をホールインワン基金に寄付し、積み
立ててきました。
今回は、積立金12万円を地域の社会
福祉に寄与するために、輪島市社会福
祉費に寄付をしていただきました。

輪島市成人式を開催

1月10日、輪島市文化会館で成人式が開催されました。

今年のテーマは、「START（スタート）〜新たな出発〜」とされました。新成人384人のうち268人が式に参加し、友人らと記念撮影を楽しんだりしました。

今年も新成人による実行委員会が組織され、出席した新成人にとって思い出に残る成人式となるよう尽力されました。

梶市長が式辞、上平市議会議長、北村衆議院議員が祝辞を述べると新成人を代表して坂下大樹さんと竹林陽香さんが「これから先、いろいろな困難が待ち受けていると思いますが、広い視



①

野を持ち、それぞれの個性や良さを十分に生かして、自分達の可能性を広げていきたい」と二十歳の誓いを述べました。

輪島市成人式は今年から1月に行われることになりました。



③

- ①国歌斉唱
- ②輪島まだら披露
- ③友人たちと記念撮影
- ④新成人による司会進行
- ⑤二十歳の誓い



②



⑤



④

二十歳の誓い

新成人を代表し、一言誓いの言葉を申し上げます。

本日、成人式という節目を迎え、新たなスタートを切ることができ、大変うれしくもあり、不安でもあります。私たちは二十歳をもって社会の一員として、さまざまな権利を与えられたのと同時に、多くの責任と義務を果たさなければいけません。成人式は、これからの私たちが、自分達のためだけではなく、社会のために、どのようにしていくべきかを考える良い機会だと思います。

私たちは今まで家族や学校の先生、そして地域の方々など多くの人に温かく見守られ、支えられてきました。

今日この成人式を機に、ふるさとを大切にする心、人に対する思いやりと感謝を忘れず、お世話になった方々に恥じない大人になりたいと思います。

（二部抜粋）

平成22年1月10日

成人代表

坂下 大樹
竹林 陽香

新型インフルエンザ ワクチン接種について

■ ワクチンの接種

優先接種対象者の方については順次接種が始まっており、予約した方には医療機関から接種日をお知らせしているところです。まだ予約していない方は、医療機関に電話で予約してください。

※優先接種対象者：妊婦・基礎疾患を有する者・幼児・小学生・1歳未満児の保護者・中学生・高校生・高齢者（65歳以上）

■ 接種回数

国は、中学生、高校生および妊婦に対する1回接種後の臨床試験の結果から、接種回数を以下のように決定しました。

【1回接種】

妊婦・基礎疾患を有する者・1歳未満児の保護者・中学生・高校生・高齢者（65歳以上）

【2回接種】

幼児（1～5歳）・小学校1～6年生

※「基礎疾患を有する者」のうち、著しく免疫反応が抑制されている方は、医師と相談の上、2回接種しても差し支えありません。

※「中学1年生」で、接種日に13歳になっていない場合は2回接種とします。

■ 料金

①輪島市内の医療機関で接種される方の自己負担金は、1回1,500円です。医療機関窓口でお支払いください。

②輪島市外の医療機関で接種された方は、必ず健康推進課までご連絡ください。

③1回目3,600円、2回目2,550円で接種された方は、払い戻しいたしますので、下記窓口まで申請してください。

1回目3,600円で接種した方→払戻金2,100円

2回目2,550円で接種した方→払戻金1,050円

【申請に必要なもの】

新型インフルエンザ予防接種済証または領収書

本人または保護者の銀行口座がわかるもの

印鑑

【申請窓口】

健康推進課、門前保健センター、門前総合支所健康福祉課、町野支所、南志見出張所、三井出張所、西保出張所

☎ 健康推進課 ☎ 23-1136

宝くじの助成金により 舳倉島に「あずまや」を整備 舳倉島女性消防隊の可搬式小型動力ポンプ等を購入



宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

（財）自治総合センターから助成を受け、舳倉島港公園内に「あずまや」が整備されました。憩いの場として、船酔いした方の休憩施設として、多くの方に利用されています。



「あずまや」

（財）日本消防協会から助成を受け、「舳倉島女性消防隊」の活動を支援する備品として、可搬式小型動力ポンプ（D-1級）等を購入しました。「自分達のまちは自分達で守る」という基本理念のもと、ボランティアとして防火・防災活動に活躍されています。



可搬式小型動力ポンプ等



■ 健診を受けましょう 健診担当医 東福 要平 先生

はじめに

当院では古くから「健診室」を設置して、ご希望の多くの方々を対象に健診業務を行ってきております。本来、健康であるかどうかを診断するという事はきわめて困難なことです。健診室では体に何か病気が無い、そのまゝの生活習慣を続けていると早晩体に不具合が露見して来る可能性が高い、など、いわば車検場のような業務を行っております。皆さんもそのように受け取っておられることと思います。

ここでは、健診には単に病気があるかないかだけではなく、もっと大切な利点があることを述べたいと思います。

当院の健診の種類

一般健診とドックの2種類を行っております。ドックのメニューは表に簡単にまとめましたが、来年度より各コース別としますので詳しくは当院の健診室にお問い合わせください。いずれの場合も内科的診察と尿・血液の検査、さらに電氣的、画像的検査を組み合わせています。これらの検査結果を総合的に捉えて、現在の体の健康状態を判断すると同時に、病気の早期発見を行うように努めております。車の車検で部品の不具合を定期的に検査することと同じ概念です。

健診に対する心構え

① すでにある病気に罹っているかかりつけの先生に受診なさっている方

病気であることがわかっているわけですので、健診をお受けになっても余り大きなメリットはないといえます。ただし、最後に述べますように、自身の健康状態を把握したい、現在の病気を抱えながらこれまでの生活習慣のまま人生を全うできるか

不安がある、などといった場合は、かかりつけの先生ともよくご相談の上お受けになると、現在の病気の治療に対しても大きなメリットとなります。

② 自分の健康に自信をお持ちの方、体に不都合を認めていないが自信が薄らいできた方

定期的に健診をお受けになることをお勧めします。私個人としては、毎年1回、誕生日健診を受けられることを薦めております。そして思いもかけない不具合が見出された場合は、車検の場合と同様に、かかりつけの先生とご相談の上早く矯正する、あるいは適切な治療を受ける必要があります。

健診の大切な利点

人は誰しも、自身の「健康観」を、生きていくうえの大切な道しるべのひとつとして、しっかり心の奥に抱いているはず。そのような観点からは、健診結果は各人がご自身の健康観に基づいて毎日の生活を営んできた結果であるといえるわけです。各人の健康観が医学的観点から見て果たして適切であるのかどうか、ご自身の目で判断することができるわけ。病気であるかないかといったレベルを超えた、これから

の人生の大切な道しるべであるべきご自身の健康観に、いっそうの自信をもって毎日の生活を勤しむために、家族のため、社会のためにご自分の持てる力を思い切り発揮できるように、健診成績を役立てることができるのです。そのためには定期的な健診の受診が大切であるということもお分かりいただけると思います。

そして、それらの成績を年度順に全部並べて、年々の成績の推移を冷静に振り返ることによって、その時々のご自分の生活の変遷を思い出しながら反省することによって、ご自分の社会的生命をいっそう充実したものにすることができるようになります。

最後に

健診にはいくつかの種類があり、ご自分の受診目的やかかりつけの先生のご意見なども考慮して、適切なコースを選択することが大切です。特にご自身の生活習慣を振り返る手段のひとつと捉える場合は、定期的にお受けになることがとても大切です。そして成績表が届いたら、ご自分の目で確認し、かかりつけの先生にもご意見を伺って、ご自身で判断することをお勧めします。

健診を受けましょう。

平成22年度の1日ドックメニュー（計画中）

一般コース	日常生活を健常に営むために最低限必要な、身体の異常の有無を判断する検査項目を選別してあります。
がんコース	日本人に多くみられる悪性腫瘍の早期発見に主眼をおいた検査項目を、男女別に選別してあります。
メタボコース	糖尿病や高血圧などの生活習慣病の予防を目的とした検査項目を選別してあります。栄養指導も行います。
女性コース	出産期以降の年代の女性を対象に、骨や婦人科疾患、内分泌疾患などを主眼にした検査項目を選別してあります。
シニアコース	ご高齢の方を対象に、加齢に伴う身体の異常の調整、栄養、運動などの指導を主眼としています。

地デジ簡易チューナー無償給付
申込期限が延長

変更前：平成21年12月28日



変更後：平成22年2月26日
(消印有効)

総務省では、昨年10月より経済的な理由で地上デジタル放送がまだご覧になれない方に対して、簡易チューナーの無償給付の申込受付を開始しましたが、今年度の受付期限を上記のとおり延長することとなりました。



【対象者】

NHKの放送受信料が全額免除されていて下記のいずれかに該当している世帯

- ①生活保護などの公的扶助を受けている世帯
- ②障害のある方がいる世帯で、かつ世帯全員が市民税非課税の世帯

【申込方法】

①受信料全額免除の申請を終えている世帯

NHKから「受信料全額免除証明書」が送付されますので、必要事項を記入した申込書とともに、総務省地デジチューナー支援実施センターへ郵送してください。(申込書もNHKからご自宅へ送付されます)

②受信料全額免除の申請をしていない世帯

受信料全額免除申請が必要です。認め印鑑と障害のある方は障害者手帳をお持ちの上、市役所福祉課までお越しください。その際に申込書もお渡しします。

【問い合わせ先】

地上デジタル放送受信のための支援申し込みに関する問い合わせ

総務省地デジチューナー支援実施センター

☎ 0570-033840

FAX 044-966-8719

【担当】

市 福祉課 ☎23-1161

門 健康福祉課 ☎42-9918

高齢者日常生活用具 購入助成事業

在宅生活を送る上で、支援の必要な高齢者に対し、規定の日常生活用具購入費用の一部を助成します。

【対象世帯】

一人暮らしの高齢者または高齢者のみの世帯で、かつ市民税非課税世帯に属する方。

【対象用具と助成額】

区分	生活保護法による被保護世帯	市民税非課税世帯	限度台数
助成限度額 (1台あたり)	電磁調理器	10,000円	6,000円 1台
	自動消火器	20,000円	12,000円 1台
	歩行補助車	15,000円	9,000円 1台
	住宅用火災警報器(※)	5,000円	3,000円 2台

※煙感知式のものに限る

【申請に必要なもの】

購入品名、メーカー・型番、台数、金額が明記された領収証書

※住宅用火災警報器は日本消防検定協会の鑑定品(N Sマーク付商品)であることが確認できるもの。

印鑑および助成金を振り込む口座情報(申請者本人のもの)

【申請期間】

申請は対象用具購入日より6カ月以内

市 健康推進課 ☎23-1136

門 健康福祉課 ☎42-9918

健診結果の説明会

今年度の職場健診や社会保険の特定健診、長寿(後期高齢者)健診は受けましたか?この健診で何がわかるのかご存じですか?

せっかく受けた健診を生活習慣の見直しに役立てるために、ご自身の健診結果を知ることが大切です。

下記の日程で結果説明会を行います。申し込みは不要です。ご自分の健診結果をご持参ください。

場所	開催日	開始時間
門前保健センター	2月16日(火)	13:30
	2月16日(火)	18:00
ふれあい健康センター	2月17日(水)	10:00
	2月17日(水)	13:30

※所要時間は1時間ぐらいです。

事業所単位や町内単位などで説明会を希望する所には、出前講座をお引き受けします。ご連絡ください。

市 健康推進課 ☎23-1136

門前保健センター ☎42-1313

“元気”がなにより 第23回

「閉じこもり防止」勇気を出して “はじめの一步”



「閉じこもり」とは、寝たきりではないにもかかわらず、家からほとんど外出せずに過ごしている状態のことです。週に1回も外出しない人は、閉じこもりといえます。

閉じこもり自体は病気ではありませんが、閉じこもり気味の人は、運動器の機能低下・低栄養状態・口腔機能低下・認知症・うつ等になる可能性が高くなりがちで、要介護状態を招きやすくなると考えられています。自分らしくいきいきと生きていくために、生涯を自立して暮らしていくために、閉じこもりを予防・解消しましょう。



ベット・ふとん



自室



家の中



敷地内



地域

生活空間を広げていくことで、生活機能が向上する！

閉じこもり気味の方は、まず勇気を出して「はじめの1歩」を踏み出してみませんか？
買物やちょっとした用事などを、自ら行うことで外出の機会は作れるものです。短い時間からチャレンジしてみましょう。

そして、慣れてきたら、地域行事やサークル活動などに参加することで、新しい友人や楽しみが見つけれられるかもしれません。

【輪島市地域住民グループ育成・支援事業】

身近な地域単位で活動を行う「地域住民グループ」の育成と活動支援を行っています。
平成21年度は、市内に31のグループが活動しており、月1回程度のペースでレクリエーション・作業療法（手工芸等）・軽運動など、それぞれ自由に予定を立てて活動しています。
※活動している地区グループなどの情報は、地域包括支援センターにお問い合わせください。



宝来作り



絵手紙



ニュースポーツにも挑戦

▲らくらく会（塚田・久手川地区）の活動風景です。

ご相談はお近くの地域包括支援センターまで
 輪島市地域包括支援センター ☎23-1174
 門前支所 ☎42-9918 東部支所 ☎32-1838

楽しく子育て！してますか？

子育てを応援します

子育てに関する質問をお寄せください。
 パパの子育て奮闘記も随時募集中!!
 Eメール：koho@city.wajima.lg.jp

乳幼児健康相談 会場：子育て支援センター

- スマイルキッズ（母乳育児サークル）
 2月19日（金） 14:00～16:00
- すくすく相談2カ月児
 2月23日（火） 14:00～15:00
- 乳幼児健康相談
 2月24日（水） 10:00～11:30

輪島市子育て支援センター ☎22-8031

日時	内容	対象
2月9日（火） 10:30～	ぴよぴよ広場 「ベビーマッサージ」 材料費：300円 持ち物：バスタオル・ タオル	1歳までの乳児 と保護者 (要申込)
2月16日（火） 10:30～	ぴよぴよ広場 「うたあそび」	1歳までの乳児 と保護者
2月18日（木） 10:30～	うさちゃん広場 「おはなし会」	乳幼児と保護者
2月23日（火） 10:30～	ぴよぴよ広場 「おひなさま作り」	1歳までの乳児 と保護者
2月25日（木） 10:30～	うさちゃん広場 「おひなさま作り」	乳幼児と保護者
3月2日（火） 10:30～	ぴよぴよ広場 「育児相談」	1歳までの乳児 と保護者
3月4日（木） 10:30～	うさちゃん広場 「うんどうあそび」	乳幼児と保護者

『障がいを持つ子の親子交流会』

【日時】 2月7日（日） 16:00～17:00
 2月20日（土） 16:00～17:00
 【場所】 輪島市子育て支援センター、
 輪島市児童センター



輪島市児童センター ☎22-8031

日時	内容	対象
2月6日（土） 10:00～	親子料理教室 「海草料理とさくらもち」 持ち物：エプロン、三角巾	幼児～小学生 親子10組 (要申込)
2月6日（土） 14:00～	カレンダー作り	幼児～大人
2月13日（土） 13:30～	ロボットとあそぼう！ 協力：輪島実業高校	幼児～大人
2月17日（水） 15:45～	ハッピータイム (お話と工作)	幼児～大人
2月20日（土） 9:00～	卓球大会	小学生 (要申込)
2月21日（日） 13:00～	もうすぐ1年生！ 科学であ・そ・ぼ 「プラネタリウムと 静電気の不思議」 講師：いしかわこども 交流センター職員 日光 豊錦 氏	4月から1年生 になる幼児と 保護者 20組 (要申込)
2月27日（土） 13:00～	マスコット作り 「フェルトのスイーツを 作ろう！」 講師：池坂 幸枝 氏 材料費：100円	小学生 (要申込)

- ☆将棋教室 2月13日（土）・27日（土）
- ☆ハンドベルクラブ 2月13日（土）・27日（土）
- ☆手話であ・そ・ぼ 2月20日（土）
- ☆卓球教室 2月20日（土）

輪島市もんぜん児童館 ☎42-3166

日時	内容・備考
2月3日（水） 16:30～17:00	節分豆まき 一年の節目、今年も健康にすこせる ように、豆まきをして鬼を追い払い ましょう。
2月13日（土） 9:30～11:30	バレンタインチョコをつくろう 参加費：200円 定員：20人 申込締切日：2月10日（水） 手作りチョコを友達や家族におくっ てみませんか！
2月28日（日） 9:30～11:30	ひな人形をつくろう 定員：20人 オリジナルひな人形を作って、お家 にかざりましょう。
毎週 水・木・金曜日 9:00～12:00	育児サロン 2月5日 親子体操（10:30～11:00） 2月18日 お誕生会 2月19日 玄米団子づくり（10:00～） 主催：食生活改善推進委員会 2月25日 乳幼児健康相談 （10:30～11:30）

つくしんぼの会（輪島市母子寡婦福祉協会）

新年バス研修旅行

親子でふれあいをしていただくため計画しました。
勉強会も予定しております。

【実施日】 2月21日（日）

【行き先】 金沢コロナワールド

【集合場所・時間】

門前総合支所（8:30）

輪島病院正面駐車場（9:00）

【参加費】 無料

※年会費未納の方は当日1,000円負担

【定員】 50人

【対象】 母子・父子の親子・養育者家庭、寡婦の方

【申込締切日】 2月15日（月）

【申込・問い合わせ先】

市 福祉課 ☎23-1161

4月から肝臓機能障害による

身体障害者手帳が交付

されます

【対象】

○認定基準に該当する肝臓機能障害のある方

○肝臓移植を受け、抗免疫療法を実施している方

【手続き】

申請書、診断書、写真（縦4センチ×横3センチ）1枚を市 福祉課または門 健康福祉課に提出してください。

※診断書は、身体障害者福祉法に基づく指定医が作成したものに限りです。

2月1日から申請受付を開始しております。詳細については市 福祉課までお問い合わせください。

※認定は、4月1日以降随時となります。

市 福祉課 ☎23-1161

門 健康福祉課 ☎42-9918

療育（障害を持つ子の子育て応援） ボランティア育成講座 受講生大募集

子どもたちのいま「あるがまま」を受け入れていただき、寄り添い、さらにより良く生きるために関わりをもって活動して下さる方、「療育ボランティア」の育成講座の受講生を募集します。

受講後の活動としてきたいされること……

○輪島市・療育ボランティアグループ「いずみの会」に参加して、支援の輪を広げる活動に取り組む
○保護者の方々の学習会、療育キャンプなどの行事などで子どもたちと一緒に遊び、保護者に寄り添う
など

【講座内容】

	日時	内容
1	2月16日（火） 10:00～12:00	体験談「障害を持つ子の子育て奮闘記から」
2	2月21日（日） 10:00～12:00	子どもたちとの交流音楽療法「リトミック」
3	3月2日（火） 10:00～15:00	作業所等施設研修「地域での支援の取り組みをみてみよう」
4	3月9日（火） 10:00～12:00	学習「地域での子育てマップ作成」 講義「ボランティア活動をはじめるあなたへ」

【場所】 輪島市ふれあい健康センターなど

【参加費】 無料

【申込締切日】 2月12日（金）まで

【申込・問い合わせ先】

市 福祉課 ☎23-1161

若者のひきこもり者への 支援に関する講演会

ひきこもりの長期化を予防し、社会参加の促進を図ることを目的として、下記の日程で講演会を開催します。

【対象】 ひきこもり等の相談に携わっている方や関心のある方。

【開催日・内容】

2月27日（土） 13:45～15:15

講演会 ひきこもりケースの基本的理解、支援の方法について

講師 山梨県 精神保健福祉センター所長
近藤 直司 先生（精神科医）

【場所】 能登空港ターミナルビル4階
生涯学習センター能登分室講義室 A・B

【参加費】 無料

【申込・問い合わせ先】

石川県能登北部保健福祉センター 健康推進課
☎22-2011

2月12日（金）までに申し込みをお願いします。

Let's 運動

メンタルトレーニング

スポーツの試合などでいざ本番を迎えると、緊張して体が思うように動かなくなったり、弱気になったりすることがありますよね。そのため普段の自分の力を発揮出来ずに悔しい思いをした方も多いと思います。

このようなとき、心理面を強化することでそれを防ごうと考えられたのが「メンタルトレーニング」です。

①リラクゼーション技法

心身を安定した状態にすることのできる能力の向上が目的。

【呼吸法（腹式呼吸）】
深呼吸の要領で実施。息を吸って、止めて、ゆっくり吐く。それを数回繰り返す。

【自律訓練法】

暗示の言葉を、段階をおって、頭の中で繰り返しすることによってリラックス状態を把握しやすく、それによってリラックス状態を作る。

②イメージ法

イメージの中で新しい技術を練習したり、誤った動きを修正したりする（イメージトレーニング）あるいは、予想

される試合状況をイメージの中で先行演習する（メンタルリハーサル）などがある。

③暗示技法

自己暗示の言葉や考え方を用いて、パフォーマンスに良い影響がある心身の状態を作る。

【暗示の言葉】

現在形、肯定文を用いる。あがっているとき、良いときの感じをイメージしながら「くを落ち着いてしている」と繰り返す。

【ポジティブシンキング】

パフォーマンスにマイナスの影響がある消極的思考を、プラスの影響があるポジティブに変えて認知の再構成を行う。

【キーワード】

良いときの動きを思い出せるように、良いときの動きと簡単な言葉を組み合わせさせておき、混乱しているときやうまくいかなくなっているときに、その言葉を繰り返す。

入っていますか!?

スポーツ安全保険

平成22年度のスポーツ安全保険の加入受付が3月1日より始まります。この保険は、アマチュアのスポーツ・文化・ボランティア活動等を行う5人以上の団体を対象として、経路往復中も含めた団体活動中の傷害事故および賠償責任を負う事故を補償するものです。また、急性・心不全等の突然死に対して見舞金をお支払いして、団体が安心して活動できるようにするためにつくられた、営利を目的としない互助共済的な補償制度です。

● 加入区分・掛金・補償額
下図参照

● 対象となる事故

・ 団体活動中の事故
・ 経路往復中の事故

● 受付期間

平成22年3月1日～
平成23年3月30日まで

● 保険期間

平成22年4月1日～
平成23年3月31日まで

※ 4月1日以降の申し込みは、加入手続日の翌日から有効。

【問】生涯学習課

☎ (23) 1176

対象者	補償される団体活動等	区分	掛金 (1人年額)	傷害保険				賠償責任保険 てん補限度額 (免責金額なし)	共済 見舞金 (突然死)
				死亡	後遺障害 (最高)	入院 (日額)	通院 (日額)		
子ども (中学生以下)	団体活動全般	A1	600円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	大人の団体と同補償	180万円
	団体活動全般	AW	1,150円	2,100万円	3,150万円	5,000円	2,000円	大人の団体の補償に 1事故500万円を加算	
	上記以外 (個人活動・個人練習)			100万円	150万円	1,000円	500円	身体・財物賠償合算 1事故500万円	対象外
大人	文化・ボランティア・地域 活動団体の送迎、応援、 準備、片付け	A2	600円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	身体・財物賠償合算 1事故5億円 ただし、身体賠償は 1人1億円	180万円
	スポーツ活動 スポーツ活動の指導	C	1,600円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円		
	子どものスポーツ活動の指 導限定	AC	1,100円	1,000万円	1,500万円	2,500円	1,000円		
	65歳以上	B	800円	600万円	900万円	1,800円	1,000円		
全年齢	危険度の高いスポーツ活動	D	9,000円	500万円	750万円	1,800円	1,000円		

能登空港

イベント情報



おらが故郷 お国自慢

場所・時間 能登空港 2階 13:00～

出演 馬縹キリコ太鼓保存会、砂取節保存会(2/7)
増穂少年八幡太鼓、徳田豊年太鼓(2/14)
ヴィオリラスクールハミング(2/21)
葵海童、飯川天狗太鼓(2/28)

小学生 書道作品展

期間 2月14日(日)～28日(日)

のっぴー雪だるま コンテスト

期間 3月14日(日)まで

※雪情報を見て来てください

場所 能登空港 多目的(芝生)広場

申込先 能登空港 能登の旅情報センター

申込方法

- ①能登空港第2駐車場横の多目的(芝生)広場で「のっぴー」の雪だるまをつくる。
- ②空港ビルをバックに、各自の携帯電話カメラで撮影をする。
- ③申込書を記載し、写真を送信する。

結果発表 3月21日(日)

☎能登空港賑わい創出実行委員会

☎26-2303

平成22年度

市営住宅入居者・ 入居補欠者定期募集

●募集期間 2月5日(金)～2月26日(金)

●受付時間 8:30～18:00

●住宅の種類

□一般住宅

【輪島地区】青葉ヶ丘住宅、夕陽ヶ丘住宅、二勢住宅(シルバーハウジング含む)、城兼住宅、久手川住宅、大倉住宅、中浜住宅

【門前地区】広岡住宅、松風台住宅

□特定公共賃貸住宅

【輪島地区】二勢住宅、大倉住宅

【門前地区】広岡住宅、さくら住宅、松風台住宅

●申込資格 住宅に困窮し、公営住宅法に定める収入基準等および輪島市市営住宅条例の基準を満たす者

※現在、空きがない住宅は入居補欠者募集となります。

※3月以降は、随時申込受付します。

入居に関するお問い合わせおよび申込書の配布は、**市**都市整備課または**門**土木課で行っています。

☎**市**都市整備課 ☎23-1156

☎**門**土木課 ☎42-8722

ショパン生誕200年記念

石川県縦断 ピアノコンサート 輪島公演決定!!

日時 3月28日(日)
14:00～

場所 輪島市文化会館
大ホール

入場料 全席自由 500円

出演者

☆石川県縦断

ピアノコンサート

オーディション合格者

☆地元のピアニスト達

☆ショパン女声・子供合唱団

☆近藤嘉宏さん(新進気鋭のプロのピアニスト)

曲目 幻想即興曲、革命、別れの曲、
英雄ポロネーズ ほか



近藤 嘉宏さん

当日の合唱のための…

ショパン女声・子供合唱団 团员募集中!

本番の3月28日まで、毎週金曜日夜19:30から練習を行います。曲は、ショパンの『別れの曲』『乙女の願い』を合唱曲用にアレンジしたものです。年齢は問いません。親子での参加も大歓迎!練習日に全て参加できなくても構いませんので、下記連絡先までお申し込みください。

場所 輪島市文化会館 第3練習室

※楽屋口からお入りください。

※練習は先月15日から開始しております。

連絡先 ショパン石川県縦断ピアノコンサート
輪島実行委員会

☎23-0263(日中)

☎22-0078(夜間)

☎**教**文化課 ☎22-7666

第20回 能登門前「そばの市」

山いも（自然薯）をふんだんにつなぎに使った「門前そば」をお召し上がりください。他にも多彩なイベントが開催されます。

日時 3月7日（日）
10:00～15:00

場所 総持寺通り
主催 そばの市実行委員会



☎そばの市実行委員会事務局（☑総務課内）
☎42-1111

きりえ・陶芸・草木染作品展



期間 2月10日（水）～3月22日（月）
9:00～16:00

休館日 月曜日・祝祭日の翌日
場所 輪島市もんぜん文化村ギャラリー
入場料 無料

☑教文化課 ☎22-7666
もんぜん文化村 ☎45-1916

能登・雪割草まつり 2010

日時 3月20日（土）・21日（日）
場所 総持寺通り周辺・猿山岬
主催 門前町観光協会
能登・雪割草まつり実行委員会

☑能登・雪割草まつり実行委員会事務局
（☑総務課内） ☎42-1111

輪島漆芸美術館

— Ishikawa Wajima Urushi Art Museum —

☎22-9788

<http://www.city.wajima.ishikawa.jp/art/index.html>

開館時間 9時～17時（入館は16時30分まで）／入館料一般600円、高・大学生300円、小・中学生150円（輪島市在住の小中高生は無料）

2月休館日：2月22日（月）～24日（水）

全国4会場を巡回 人間国宝の作品をはじめ
入選・入賞全作111点を展示
第27回 日本伝統漆芸展
会期 2月21日（日）まで（最終日は16時閉館）



東京都教育委員会賞
「蝋蝋木地蒔絵茶入」
内野 薫

列品解説

2月7日（日） 山岸一男氏（鑑査委員）
2月14日（日） 西 勝廣氏（特待者）
2月21日（日） 小森邦衛氏（重要無形文化財保持者）
いずれも13時30分より開催。
入館券が必要です。

輪島市内小学6年生
「オリジナル My 椀（まいわん）」展

会期 2月6日（土）～2月14日（日）
場所 輪島漆芸美術館 講義室（入場無料）

市内の小学6年生全員が、輪島沈金業組合の皆さんの指導のもと、輪島塗椀に自分でデザインした図柄を沈金で表現しました。221人の力作をぜひご覧ください。（どなたでもご覧いただけます。）

「輪島あえの風冬まつり」期間

2月13日（土）～21日（日）は、入館料が協賛特別料金になります。

一般400円、高大学生200円、小中学生100円
（輪島市在住の小中高生は無料）

次回展覧会のお知らせ

「あんで、まいて、竹の大変身」「素地のヒミツ」
2月25日（木）より開催します。

遊 EnjoyNoto 能登

奥能登イベント情報

◎珠州市



珠洲まるかじり

2月28日⑧ 10:00～15:00

会場の飯田町商店街、飯田わくわく広場には、能登社氏の新酒約40銘柄の飲み比べコーナー、カニ鍋や団子汁の大鍋コーナーなどをご用意。アツアツをほおばりに家族でお越しください。

◎穴水町



文化庁/地域文化芸術振興プラン推進事業
ショパン生誕200年記念

「石川県縦断ピアノコンサート」in穴水町

2月28日⑧ 15:00 (開演) 入場料: 500円

ピアニスト若林顕、県内の有望なピアニストたちによるショパン曲尽くしのコンサートです。

【場所・問い合わせ】のとふれあい文化センター

☎0768-52-3401

◎能登町



真脇遺跡縄文館

入館料: 大人300円、小人150円

定休日: 月曜日、火曜日

全国に類を見ない長期定住型縄文遺跡「真脇遺跡」の出土品の展示をはじめ、周辺には公園、温泉、体験学習施設があります。

☎真脇遺跡縄文館 ☎0768-62-4800

輪島あえの風 冬まつり 食と漆

【開催期間】

2月13日(土)～2月21日(日)



■輪島塗ありがとう市

2/13～2/21 10:00～17:00 輪島市文化会館

■食談義 (要予約)

座禅の体験や精進料理を食べることやかつて輪島では素麺を名産としていた等の輪島の持つさまざまな歴史や文化を新発見ができますよ!!

(総持寺の禅と精進料理談義)

2/13・2/21 11:00～ 総持寺祖院 参加費: 3,500円

(輪島そうめん談義)

2/20 11:00～ やぶ新橋店 参加費: 3,500円

■輪島ごっつお祭 2/21まで

冬まつりの期間限定で市内の飲食施設が、能登井を含めたお店自慢の特別メニューとして提供しております。

【プレゼント企画】

期間中参加店で掲載メニューをご注文した方の中から抽選で加能ガニと地酒のセットをプレゼント

■輪島朝市感謝祭 2/14 9:00～11:30 輪島朝市通り

年に一度の感謝祭を開催。ふるまい鍋(海鮮鍋、めぎす団子汁)を提供しております。

■にぎわい大市 2/20・2/21 道の駅 輪島ふらっと訪夢

エンディングイベントをして開催いたします。



■本町スタンプラリー 2/13～2/20

本町商店街加盟店、輪島塗ありがとう市等
永井豪キャラクターを探すと抽選で景品がゲットできるかも??

【抽選会】2/20 16:00～ 永井豪記念館横特設会場

☎輪島あえの風冬まつり実行委員会 ☎22-7777

石川県立輪島漆芸技術研修所 平成21年度卒業・修了作品展

会期 2月26日(金)～28日(日)

時間 9:00～16:30

場所 輪島漆芸技術研修所講堂

■平成22年度研修生募集中

願書受付 2月12日(金)まで

☎石川県立輪島漆芸技術研修所 ☎22-7000

お知らせ

今月の納税等

納期限 3月1日(月)

固定資産税(第4期) 国民健康保険税(第8期)、介護保険料(第8期)、
後期高齢者医療保険料(第11期)

くらし

児童手当

児童手当は、毎年2月、6月、10月の15日にそれぞれの前月分まで支給されます。
※小学校終了前の児童が対象

【支給額(月額)】

3歳未満 一律1万円
3歳到達の翌月より、
第1子、第2子 5千円
第3子以降 1万円

【申請】

☎(23) 11661
市民課
☎(42) 9916

映画「ふるさとをくぐり」上映会

市民の皆さんに、精神に障害のある人達のことを理解していただけたらとのことで、映画の上映会が開催されます。精神に障害のある人たちが働く作業所の人々と、地域で暮らす人々を主人公にした心温まる物語。大河ドラマなどを手がけるジェームス三木氏の脚本です。

日時 2月28日(日)

13時30分

場所 輪島市文化会館
小ホール

入場料 無料

申込先 「ふるさとをくぐり」実行委員会事務局(能登北部保健福祉センター内)

☎(22) 2011

入場整理券を配布しますので事前にお申し込みください。

【申請】

☎(23) 11661
福祉課

イノシシの狩猟期間延長

近年、県内で増え続けるイノシシによる農林業被害の軽減を目的に、平成21年11月に「石川県イノシシ保護管理計画」が施行されました。これに伴い、イノシシ猟に限り、次のように狩猟期間が1カ月半の延長となりますので、十分ご注意ください。

◆変更後の狩猟期間

平成21年11月15日

平成22年3月31日まで

なお、1カ月半の延長期間のうち、2月16日～28日の期間は、銃猟およびわな猟、3月1日～31日の期間は、箱わな猟と止めさしのための銃の使用に限定しています。

☎076-1225-1478
石川県環境部自然保護課

平成21年度

輪島市生涯学習推進大会

日時 2月7日(日)

13時30分～(受付13時)

場所 輪島市文化会館

3階301会議室

内容

- ・表彰式
- ・事例発表
- ・本郷公民館「養護学校との関わりを通して」
- ・鶴巣公民館「地域の絆と夢をひらく公民館活動」

【記念講演】

講師 歌手・女優今陽子氏

(元「ピンキーとキラーズ」)

演題 「50代からのイキイキ人生」

入場無料、どなたでも参加できます。

当日は、参加される方を①

- 町野・南志見・鶴巣方面、②三井・河原田方面、③西保・大屋方面、④門前方面からそれぞれ輪島市文化会館までマイクロバス等で迎えます。
- 時間など詳しいことはお近くの公民館までお問い合わせください。

なお、2月6日(土)～7日(日)に文化会館3階で各公民館活動の作品も展示しています。

【申請】

☎(23) 1176
生涯学習課

「能登里山マイスター」養成プログラム説明会

「能登里山マイスター」養成プログラム受講生募集にあたって説明会を開催します。

【能登説明会】

日時 2月12日(金)

17時30分～19時

場所 能登空港ターミナルビル4階

☎076-1264-5289
能登・門前ファミリーインビュー・サンセット

期間限定!! お得なステーキセット

期間 2/7(日)～2/28(日)

時間 11:30～14:00

料金 1,000円



能登・門前ファミリーインビュー・サンセット

輪島市門前町千代 29-58 TEL 0768-42-2050

熱々!

チーズフォンデュ

期間 2/28まで

時間 11:30～14:00
17:30～20:00

料金 お一人様 2,000円
※要予約(4名様以上2日前まで)

浄化槽の維持・管理



ご利用者に代わっていたします。

- ① 運転状況の点検
- ② 装置の調整
- ③ 水質調査・消毒剤の補充
- ④ 点検票の3年間保存
- ⑤ 抜取清掃時期の判断
- ⑥ 修理・管路清掃(別途)

県知事登録第201129号

(株)上田組

水質を守ろう!

環境事業部

輪島市小伊勢町
☎22-0118

補聴器（出張点検）

2月9日④	輪島市役所1階中会議室 14:00～16:00
2月17日④	輪島市役所1階中会議室 10:00～15:00
2月26日⑤	門前総合支所 10:00～12:00
3月2日④	門前総合支所 9:30～10:00 輪島市役所1階中会議室 10:30～11:30 町野支所 14:00～14:30

輪島霊苑の休業日

2月7日④、21日④
3月7日④

輪島市穴水町環境衛生施設 組合火葬場の休業日

2月10日④、15日④、21日④、27日④、
3月5日④

無料相談

■ 市民総合相談

日時 2月9日④ 10時～15時

場所 本庁舎3階中会議室

☎ 市民課 ☎ 23-1131

■ 教育相談 ☎ 23-1173

■ 輪島市教育相談室

■ 交通事故相談

☎ 076-225-1690

■ 県庁相談コーナー

■ 行政相談 ☎ 26-2303

県政に対する意見、要望、苦情などを受けています。

■ 行政相談室

■ 多重債務相談

■ 電話無料相談

時間 平日 10時～16時

☎ 076 (292) 8133

■ 面談無料相談 ※水曜日のみ

時間 18時～20時

☎ 076 (291) 7070

■ 弁護士相談（要予約）

日時 2月18日④ 13時～

場所 輪島市ふれあい健康センター

☎ 市社会福祉協議会 ☎ 22-2219

■ 人権・行政相談

日時 2月17日④ 9時30分～12時

場所 門前総合支所1階会議室

[人権] 門 市民課 ☎ 42-9916

[行政] 門 総務課 ☎ 42-8720

土地売却のお知らせ

輪島市では次のとおり一般競争入札により土地を売却します。

物件 杉平町にある市有地

日時 2月26日（金）
13時30分～

場所 輪島市役所3階
中会議室

入札参加申込締切日
2月19日（金） 17時まで

入札参加資格
市税等の滞納のない方

詳細は、市役所本庁舎掲示板および市ホームページに掲載しています。また、監理課に資料があります。

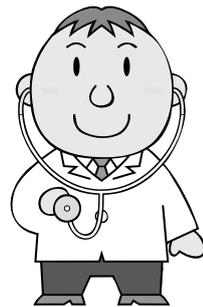
☎ (23) 1121

☎ 監理課

■ 2月の糖尿病教室カレンダー

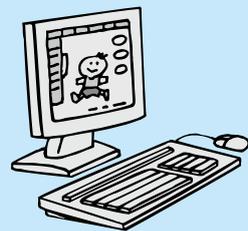
3日④	糖尿病と検査について	検査技師
10日④	糖尿病の合併症について (フットケア)	看護師
17日④	食事療法について	管理栄養士
24日④	運動療法について 薬物療法について	理学療法士 薬剤師
3/3日④	糖尿病と検査について	検査技師

※毎週水曜日 14:30 より、第二講義室で開催中
※当院に受診されていない方でも予約なく参加できます。



オンラインゲームのトラブル

インターネット上で遊ぶオンラインゲームの中に「無料」をうたっているのに料金を請求されるなどのトラブルが起きています。多くが未成年者が利用しているケースです。ゲームを利用するときは、「無料」・「有料」を見極め、次の点に注意しましょう。



- 無料とうたっているオンラインゲームでも、ゲームやアバターで使うアイテムが有料である場合も多く、また、利用に際しては通信費がかかるので注意する
- サイト等で知り合った人から「無料でゲームができる」などと教えられても安易にアクセスしない
- ゲームサイトで知り合った人などに不用意に個人情報をお教えしない
- トラブルにあった場合は、市役所か県消費生活支援センターに相談する

☎ 市 商工業課 ☎ 23-1147

石川県消費生活支援センター ☎ 076-267-6110

広告欄

広告欄

入札結果 500万円以上

平成21年12月5日～平成22年1月8日

- ◆寺山地区 機械電気設備工事
町野町寺山 4,725万円 荏原商事(株)
- ◆平成21年度 まちづくり交付金
マリンタウン区画道路整備工事(1工区)
マリンタウン 2,573万円 (株)田中組
- ◆平成21年度 まちづくり交付金
マリンタウン区画道路整備工事(2工区)
マリンタウン 2,496万円 (株)上野組
- ◆平成21年度 まちづくり交付金 市道
マリンタウン3,67号線 道路整備工事
マリンタウン 3,885万円 (株)上田組
- ◆平成21年度 まちづくり交付金 市道
マリンタウン4,89,10号線 道路整備
工事 マリンタウン 3,224万円
(株)新出組
- ◆平成21年度 まちづくり交付金 市道
マリンタウン5号線 道路整備工事
マリンタウン 4,547万円 (株)里谷組

- ◆輪島市公共下水道事業
マンホールポンプ設置工事 その4
山岸町 1,205万円 荏原商事(株)
- ◆三井地区 舗装本復旧工事 3工区
三井町与呂尾 1,953万円 加州建設(株)
- ◆松尾家住宅修復工事 町野町伏戸
4,305万円 (株)里谷組
- ◆輪島市文化会館 駐車場整備工事
河井町 1,712万円 (株)新出組
- ◆輪島分団(鳳至) 器具置場建設工事
鳳至町上町 678万円 (株)宮下工務店
- ◆市道 名舟1号線 道路改良工事
名舟町 2,342万円 (株)中嶋建設
- ◆平成21年度 都市防災事業 市道道下
深見線 道路整備工事 門前町道下・
鹿磯 1,631万円 (株)六郎木建設
- ◆總持寺周辺地区街なみ環境整備事業
広場整備工事 門前町
1,311万円 (株)六郎木建設

- ◆平成21年度 普通河川 中野屋川河川
工事 門前町中野屋
564万円 畠中建設(株)
- ◆町野地区 生活基盤近代化事業 水道
管布設替工事(金蔵1工区)
町野町金蔵 3,885万円 阿知建設(株)
- ◆町野地区 生活基盤近代化事業 水道
管布設替工事(金蔵2工区)
町野町金蔵 947万円 (有)高安重機
- ◆町野地区 生活基盤近代化事業 水道
管布設替工事(金蔵3工区)
町野町金蔵 835万円 (有)佐竹商店
- ◆町野地区 生活基盤近代化事業 水道
管布設替工事(金蔵4工区)
町野町金蔵 5,145万円 刀祢建設(株)
- ◆町野地区 生活基盤近代化事業 水道
管布設替工事(金蔵5工区)
町野町金蔵 979万円 川端工務店
- ◆町野地区 生活基盤近代化事業 水道
管布設替工事(金蔵6工区)
町野町金蔵 856万円 出村建設

図書館へ行こう!

～新刊のご案内～

存在という名のダンス
帰りが消えた
誰かがそれを
アイム・ファイン!
愛は苦手
イソップを知っていますか
閉ざされて
北帰行
虚ろ舟 泣きの銀次参之章
キケン
数えずの井戸
神様のすること
カッコウの卵は誰のもの
歌集 浜辺の詩
句集 雪割草

大崎 善生
青山 真治
佐伯 一麦
浅田 次郎
山本 幸久
阿刀田 高
篠田真由美
佐々木 譲
宇江佐真理
有川 浩
京極 夏彦
平 安寿子
東野 圭吾
新甫 芳江
井波 美雪
ほか多数



じゃあ、読もう。

図書館	開館時間	休館日
輪島市立図書館 ☎ 22-2926	9:30～18:00	毎週月曜日、祝日
門前図書館 ☎ 42-0129	土日: 9:30～17:00	毎月第4木曜日
町野分館 ☎ 32-0316	8:30～17:00 土: 13:00～17:00	毎週日、月、祝日

HP <http://www.city.wajima.ishikawa.jp/lib.htm>

©インターネットや携帯電話などで本の予約ができます。
事前にパスワードの登録が必要です。

■ 休館のお知らせ

蔵書点検作業のため、下記の日程で休館します。
市立図書館 2月8日(月)～12日(金)
門前図書館 2月22日(月)～25日(木)

■ 輪島市立図書館の催し

たんぼぼ文庫のおはなし会

2月6日(土)
14:00～15:00

よちよちさんのおはなし会

2月18日(木)
10:30～11:00
対象: 0～2歳児の親子

バッテリー会のおはなし会

2月20日(土)
14:00～15:00

読書会

2月21日(日)
13:30～15:00
※「バスに乗って」
重松 清/著

■ 門前図書館の催し

0・1・2おはなし会

2月10日(水)
11:00～11:30

こどもバレンタインデー お楽しみ会

2月13日(土)
14:00～15:00
講師: マアサさん、
ミスターコジマ

古典を楽しむ会

2月16日(火)
14:00～15:30
講師: 井舟 哲全氏

おはなしボランティア 講習会

市立図書館では、下記の
日程で講習会を行います。

※参加無料、要申込

【第1回】

2月14日(日) 13:30～15:00
内容: 子ども達へ
たのしい本の世界を
～読み聞かせと
おはなし～

講師: 細川 律子氏
(かほく市はまなす文庫)
定員: 20人

【第2回】

2月28日(日) 13:30～15:00

内容: 本の紹介と
かがくあそび
講師: 坂下 智婦美氏
(金沢市なかよし文庫)
定員: 20人

戸籍の窓口

平成21年12月16日
～平成22年1月15日

● 輪島市の人口と世帯

	1月1日現在	前月比
人口	32,216人	-58
男	15,372人	-45
女	16,844人	-13
世帯数	13,050世帯	-35

たんじょう

なまえ	保護者	住所
金谷 爽太郎	英希	小伊勢町
二角 凛子	貴博	堀町
中野 俐仁	聖哉	鳳至町
丸木 悠蒼	研一郎	鳳至町
徳野 喜崇	喜和	河井町
谷野 陽斗	宏昭	杉平町
林 柊汰	桂太郎	走出
喜三 翼音	鷹也	久手川町

けっこん

なまえ	本籍	住所
山花 昌史	永幸	杉平町
今村 奏太	直希	釜屋谷町
横川 大駕	知和	河井町
中原 瑠花	恵正	宅田町
中田 萌花	恵美子	小伊勢町
今門 涼太	恵利	二ツ屋町
堀岡 恵利	豊	鳳至町
舩板 佳子	寿夫	小伊勢町
岸田 知佳子	めぐみ	東
西方 めぐみ	藍湖	東
木村 秀紀	賢太郎	河井町
井尻 藍湖	知津	河井町
浦山 秀紀	新吾	河井町
奥美嘉子	美嘉子	河井町

おくやみ

氏名	年齢	住所
恩田 義雄	91	名舟町
萬砂 登美子	90	滝又町
貝田 せつ	97	走出
小西 つや	90	鳳至町
道端 勉	75	光浦町
東山 節子	65	河井町
土肥 政記	86	上大沢町
森下 政隆	83	大野町
齊藤 英雄	68	池田
米田 高子	72	二ツ屋町
中才 つよ	100	江
谷内 孝作	86	河井町
菊吉 稲子	52	広江
森 トヨ子	67	門前
蘆川 末	83	河井町
境 一郎	82	河井町
宮丸 いく子	80	道下
中谷 周平	93	惣領町
上田 修作	85	房田町
北濱 芳枝	89	光浦町
嶽 しさ	87	河井町
西浦 トセ	94	佐野
山下 登代三	65	二ツ屋町
須磨 とぎ	87	洪田町
横地 直房	91	広岡
浦野 新一	86	河井町
宇羅 みさの	91	中段町
片山 はぎ	91	高根尾
細畑 カズ子	82	西脇町
東野 勉二	97	走出
兼間 義雄	85	洲衛
中島 成三	89	鳳至町
大家 静美	70	河井町
北村 はぎ	95	塚田
三浦 圭吾	84	藤浜
堀下 はる	81	稲舟町
三平 忠造	81	名舟町
北野 藤孝	83	黒島町
上乘 寅夫	83	黒島町
堅田 嘉秋	91	馬渡
堀 榮作	84	浦上
伊藤 志ず	91	西二又町

寄付のお礼

- 谷内加映様（門前町日野尾）より図書券（10万円分）を門前東小学校へ
- 畠中と四平様（穴水町）より図書券（10万円分）を河原田小学校へ
- 匿名希望の方よりポータブル吸引器（6万円相当）を輪島病院へ
- 輪島市グラウンドゴルフ協会門前支部様より社会福祉支援資金として、金9350円を輪島市社会福祉協議会へ
- 中才清志様より社会福祉支援資金として金10万円を輪島市社会福祉協議会へ

「厚志ありがとうございます。大切にさせていただきます。」

ひとつです! よろしくね



山下 明日凧 ちゃん

2月1日生まれ【大野町】
パパ政幸さん ママ明美さん

階段大好き!
12歳上のあらた兄ちゃんに遊んでもらってるよ。おふろも大好き! 早く歩きたいなー



川端 遼太郎 くん

2月2日生まれ【輪島崎町】
パパ光栄さん ママ貴子さん

こんには、遼太郎です。ほくの笑顔につられ、家族み〜んなニコニコ。暖かくなったら、おねえちゃん、おにいちゃんとおてつないでおさんぽにいきたいです。



木村 彩音 ちゃん

2月4日生まれ【鳳至町】
パパ太一さん ママ蓉子さん

はじめまして彩音です。とっても活発な女の子で、いつもニコニコしてます。みかんが大好きで、自分で皮をむいて食べてます。よろしくね。



大久保 侑くん

2月6日生まれ【杉平町】
パパ圭さん ママ奈々絵さん

えほん・おふろ・イタズラ・おさんぽ・うどん・おうた・くるま・ワンワン・父ちゃんの大きいおなか... ぜんぶ、だあ〜いすき!



米 飛奈太 くん

2月8日生まれ【道下】
パパ大二郎さん ママ京子さん

唯斗兄ちゃんに手遊びしてもらったり、みかんの皮をむいてもらったり、毎日幸せ気分上昇中です♪歩くの楽しくて少々転んでもへっちゃらです♪



萬正 凜々子 ちゃん

2月15日生まれ【輪島崎町】
パパ俊介さん ママ智子さん

みなさんこんには、りりこです。いつも元気いっぱい☆にこにこスマイルと大きな声がチャームポイントだよ!! お兄ちゃんよりきかん坊なわたしをよろしくね☆



武田 知叡 ちゃん

2月20日生まれ【堀町】
パパ義廉さん ママ美枝子さん

はじめまして、ちさとです。私のほっぺには、幸せがたくさん詰まっているの♡イイでしょ! プー♡



古倉 篤人 くん

2月20日生まれ【輪島崎町】
パパ信吾さん ママ富美さん

こんには! いつも元気なあつとです。りおお姉ちゃんの影響で歌とダンスが大好きです。歩けるようになったらお姉ちゃんと一緒に踊りたいなあ!



坂角 茉衣 ちゃん

2月26日生まれ【輪島崎町】
パパ善行さん ママ祐香さん

いやし系のまいです! でも泣くとかいじゅうに変身(*^_^*)毎日、りん姉ちゃんに鍛えられています(>_<) 負けないぞお〜(*o*)

初誕生記念にお子さんを広報に掲載しませんか?

3月号(3月に1歳になるお子さんを対象)に掲載をご希望の方は、**2月10日(水)**までに50字程度の原稿とお写真(裏面に名前と性別を記入)を企画課までご提出ください。提出期限を過ぎた場合は掲載できません。

また写真等をお持ちでなくても、事前にご連絡の上、企画課までお越しただければ当方で撮影いたします。なお、提供していただいた写真は返却できません。

公的個人認証サービスの電子証明書をご利用の皆さまへ 電子証明書の有効期間は 発行の日から起算して**3**年間です!

有効期間の確認は、証明書の発行の際にお渡しした電子証明書の写しにより確認できます。

更新手続を行うと現在の電子証明書は直ちに失効されます。

※住基カードに記載されている有効期間は住基カードの有効期間になりますのでご注意ください。

更新手続は、次のとおり行っていますので、お早めに手続をお願いします。

受付場所 本庁市民課、門前総合支所市民課

受付時間 8:30 ~ 17:00

持参いただくもの

- 更新する電子証明書が格納された住基カード
- 発行手数料 500円

☎市 市民課 ☎23-1131

☎門 市民課 ☎42-9916

輪島温泉足湯施設「湯楽里」 休業のお知らせ

【休業期間】

2月15日(月) から

3月15日(月) まで

皆さまにご利用いただいております輪島温泉2号源泉の足湯施設「湯楽里」は、源泉改修工事のため、足湯・温泉の持ち帰りとも上記期間中はご利用いただけません。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

※上記期間に変更になる場合があります。



☎市 観光課

☎23-1146

