

10月の健診・教室・相談

場所 いきいき元気館2階親子健康ルーム
【申込・問合せ】 健康課 ☎74-8062

内容・対象	日にち	受付時間	持ち物
健診			
3～4か月児健診 R7.5.18～6.15生まれ	3日☞	12:45～13:00	母子健康手帳、問診票、バスタオル
1歳6か月児健診 R6.2.23～3.21生まれ	15日☞	12:45～13:00	母子健康手帳、問診票、タオル
3歳児健診 R4.3.23～4.19生まれ	23日☞	12:45～13:00	母子健康手帳、問診票、タオル、 検尿容器、フッ素カレンダー
教室			
むし歯予防教室 (フッ素塗布)	2歳0か月児 (R5.9月生まれ) 2歳6か月児 (R5.3月生まれ) 3歳0か月児 (R4.9月生まれ)	2日☞ 2歳0か月児 14:00～14:10 2歳6か月児 12:50～13:00 3歳0か月児 13:40～13:50	母子健康手帳、タオル、フッ素カレンダー
相談			
マタニティ&子育てなんでも相談	14日☞	13:30～15:00	母子健康手帳 地域子育てセンター (いきいき元気館内) で開催します

※健診・教室・相談は前日までにひみっこアプリで要予約。ダウンロードはこちらから



App Store



Google play

10月の休日診療当番医 (9:00～17:00)

※変更される場合がありますので、当日の新聞または
氷見市医師会ホームページでお確かめください。

5日☞	澤武医院 (内)	幸町	☎72-0118	まきの歯科医院	高岡市	☎26-1177
12日☞	白石整形外科医院 (整リハ神)	柳田	☎91-5355	たかはた歯科クリニック	射水市	☎82-4848
13日☞ (月・祝)	松井内科クリニック (内呼)	伊勢大町	☎72-0074	立浪歯科医院	高岡市	☎26-1182
19日☞	中村記念病院 (内)	島尾	☎91-1307	松本歯科医院	高岡市	☎25-0648
26日☞	西野医院 (内呼消循)	窪	☎91-7500	木下歯科医院	高岡市	☎22-0864

※受診前に医療機関へお問合せください。

ケーブルテレビ ひみチャン9 (氷見市広報番組) 9ch / 091ch

放送 開始時間	9/28 (日)～ 10/4 (土)	10/5 (日) ～10/11 (土)	10/12 (日) ～10/18 (土)	10/19 (日) ～10/25 (土)	10/26 (日) ～11/1 (土)
①10:00 ②15:00 ③20:00	ひみぶりっこてれび 保育所や認定こども園 など、未就学児の楽しい 様子、食育の取り組み、 簡単なおもちゃの作り 方、ふれあい遊びなどを 紹介します。 【出演】 みどり保育園 ひみ中央こども舎 阿尾保育園	サンデーひみ 氷見ネタに特化した超 ローカル番組！ 【内容】 ①芸術文化館情報 ②この秋！氷見の観光 はどう変わる？ ほか	こころの健康づくり 講演会 9月8日に開催された 講演会の様子を紹 介します。 ～睡眠を改善して脳や こころ、からだの元 気アップ！～ 講師 神川 康子 氏 (富山大学 名誉教授 (株)エムール睡眠・生 活研究所 所長)	もっと知りたい、 伝えたい氷見市政 秋季火災予防運動・危 険物貯蔵について きとときと健康チャンネル 金沢医科大学氷見市民 病院からの紹介 地域に根差す看護の力 ～専門分野で活躍する 認定看護師～	ひみぶりっこてれび 保育所や認定こども園 など、未就学児の楽しい 様子、食育の取り組み、 簡単なおもちゃの作り 方、ふれあい遊びなどを 紹介します。 【出演】 マヤ保育園 アソカナーサリー 氷見ひかり保育園

※番組内容や放送時間は、都合により変更になる場合があります。

シニアの皆様へ受講者募集中

スマホ教室
スマートフォンの基本的な使い方

能越ケーブルネット

0120-040-720
受付時間 9:00～17:30

能越ケーブルネット 検索

※日曜祝日を除く

広告

無料相談

所 市役所 問 市民課 ☎74-8010

住宅相談

時 10月2日(木) 10:00～15:00

行政相談

時 10月6日(月) 13:30～16:00

時 10月20日(月) 13:30～16:00

年金相談

時 10月8日(水) 10:00～15:00

※高岡年金事務所 (☎21-4180) へ
予約者優先

人権相談

時 10月9日(木) 13:30～16:00

行政・法律なんでも相談所

総務省では9月1日～10月31日を
行政相談月間として各種行事を全国
一斉に実施します。市でも次のとおり
相談所を開設します。

時 10月17日(金) 13:00～16:00

○行政なんでも相談

☞ 登記、年金、保険など役所の仕
事について困っていること

相談員 行政相談委員、総務省富山行
政監視行政相談センター職員

○法律相談

☞ 市内に住民登録があり、初めて
相談する人

☞ 法律に関すること

相談員 弁護士 山本 賢治

☞ 10月16日(木) 8:30から電話 (先着順)

多重債務法律相談

時 10月17日(金) 16:00～17:00

☞ 10月16日(木) 8:30から電話
(先着順)

裁判所の出張手続き案内

時 10月22日(水) 9:00～12:00

☞ 民事や家事などの裁判手続きについて

☞ 10月17日(金)までに富山地方裁判
所高岡支部 (☎22-5151) へ電話

看護職就業支援相談

☞ 未就業の看護職員や看護学生、
看護職に興味がある人

時 10月9日(木) 10:00～16:00

所 ハローワーク氷見

☞ 専門相談員による情報提供や復
職に対する悩みなどの相談

☞ 無料

☞ 富山県ナースセンター

☎076-433-5251

税理士による無料税務相談

時 10月16日(木) 13:00～16:00

所 北陸税理士会高岡支部 (高岡商工
ビル5階)、市役所カンファレンス2

☞ 10月9日(木) 9:00から電話 (予約
制・初めての人のみ)

☞ 北陸税理士会富山県連事務局

☎076-422-4034

もの忘れ・認知症相談会

「最近もの忘れが心配」「認知症と
診断されたけど、どうすればいい
の？」などの相談に認知症の専門ス
タッフが対応します。

時 10月26日(日)

14:00～16:00 ※予約者優先

所 ウエルシア薬局氷見諏訪野店

(諏訪野9-15)

☞ 無料

☞ 地域包括支援センター

☎74-8067



相談

行政書士氷見地域無料相談会

時 10月2日(木) 10:00～15:00

※予約不要

所 市役所 地域協働スペース2、3

☞ 遺言書作成、相続手続き、成年
後見、農地転用、在留資格など

について、行政書士が無料で相
談に応じます。

☞ 行政書士会高岡支部

☎27-3700

不動産無料相談

宅建協会高岡支部の専門の相談員
が、相談に応じます。

時 10月2日(木) 13:00～16:00

※次回は12月4日(木)に開催予定

所 市役所カンファレンス2

☞ 富山県宅建協会高岡支部

☎25-0021

法の日司法書士無料法律相談会

法の日 (10月1日) を記念し、全国
で司法書士による無料法律相談会が
開催されます。富山県司法書士会高
岡支部では、次のとおり実施しま
す。

時 10月4日(土) 10:00～15:00

所 高岡エクール2階201展示室 (高
岡市問屋町65)

☞ 不動産・商業登記、成年後見、
訴訟手続、債務整理など

※予約不要

☞ 富山県司法書士会

☎076-431-9332

ひみ SDGs 推進パートナー紹介

ひみ SDGs 推進パートナーにご登録いただいている皆さんを紹介します。

【問合せ】 未来戦略課 ☎74-8011



中北薬品株式会社 富山支店

当社は SDGs 目標 3「すべての人に健康と福祉を」の実現に向け
て、地域の健康づくりに取り組んでいます。管理栄養士による栄
養・食事に関するセミナーや感染症予防を目的とした手洗いチェッ
ク教室などを通じて、地域の皆さまの健康の維持・増進に貢献した
いと考えています。



HP



助成対象期間 10月1日(水)～令和8年1月31日(土)

予防接種を受けて、病気を予防しよう！

【問合せ】 健康課 ☎74-8062

予防接種は、病気の発症や重症化の予防に有効です。効果が出るまで2週間程度かかりますので、早めに接種を受けましょう。子どもや妊婦、高齢者の対象者は接種費用の助成を行っています。対象者には、公費負担で接種を受けるための予診票または接種券を郵送しますので、ご活用ください。

対象 接種当日に市内に住民登録がある①～③の人

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症

①高齢者

- ・65歳以上の人
- ・60歳以上65歳未満で心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある人（身体障害者手帳1級相当）

インフルエンザ

②子ども（未就学児、小・中学生、高校生相当）

③妊婦

予防接種の受け方

医療機関を決める

医療機関によっては予約が必要ですので直接お問い合わせください。（下表「市内指定医療機関」参照）

※高齢者の人で、入院・入所などで市内指定医療機関での接種が難しい場合は、接種前に必ず健康課にご相談ください。
※子ども及び妊婦のインフルエンザ費用助成は、ご希望の場合、市外医療機関でも接種可能です。
※詳しい内容は、市ホームページをご覧ください。

予診票などを記載のうえ、接種する

接種費用

- 高齢者**：新型コロナ5,000円・インフルエンザ1,500円
- 子どもおよび妊婦**：医療機関により異なりますので、直接お問い合わせください。
・子どもおよび妊婦については以下のとおり費用を助成します。

ワクチン名	助成金額（1回あたり）	回数
インフルエンザHAワクチン	上限3,000円	未就学児・小学生2回 中学生・高校生相当・妊婦 1回
経鼻弱毒生インフルエンザワクチン	上限6,000円	1回（2歳未満、妊婦は対象外）

持ち物

- 高齢者**：本人確認書類（マイナンバーカードなど）、予診票
- 子ども**：子ども医療費受給資格証、またはひとり親家庭等医療費受給資格証、母子健康手帳、氷見市子ども及び妊婦インフルエンザ予防接種券
- 妊婦**：母子健康手帳、本人確認書類（マイナンバーカードなど）、氷見市子ども及び妊婦インフルエンザ予防接種券

接種を受ける

- 予診票、または接種券に必要事項を記入し、医療機関に提出してください。医師が診察のうえ、接種します。

※予診票、または接種券を忘れた場合は、接種費用が全額自己負担になります。紛失などで再発行を希望する場合は、お電話などで健康課に必ずご連絡のうえ、来所してください。

○：対象

市内指定医療機関

市内指定医療機関	電話番号	新型コロナ	インフルエンザ			
		高齢者	未就学児	小・中・高校生	妊婦	
織坂内科医院	72-6206		○			
加藤医院	72-0608	○	○	○	○	○
金沢医科大学 氷見市民病院	74-1900	○	○	○	○	
河合内科医院	74-5178	○	○		○	
佐伯レディース クリニック	91-8855					○
澤武医院	72-0118	○	○		○	○
嶋尾内科医院	72-0622	○	○		○	○
白石整形外科医院	91-5355	○	○	3歳以上	○	
高木内科医院	72-8686	○	○	○	○	○
高嶋クリニック	72-0834	○	○	○	○	○

市内指定医療機関	電話番号	新型コロナ	インフルエンザ			
		高齢者	未就学児	小・中・高校生	妊婦	
てらにし耳鼻咽喉科クリニック	73-8080	○	○	○	○	○
中村記念病院	91-1307	○	○	○	○	○
西野医院	91-7500	○	○		○	○
福田内科医院	72-5610	○	○		○	
福老館クリニック	91-7720	○	○	3歳以上	○	
ふちざわ子どもクリニック	72-1557			○	○	○
ふるさと病院	74-7061		○			
松井内科クリニック	72-0074	○	○			
やまだメディカルクリニック	73-8881	○	○		○	○
ゆう内科クリニック	73-2811	○	○		○	○

月	火	水	木	金	土	日
10月 ひみで、ハグして、育む。 はぐみ 子育てイベント情報						
ア なっちゃんカフェ 子 リトミック教室「秋を感じてリトミック」 タ 身体測定・看護師さんのお話(冬に流行する感染症) 10:30～	ア ちびっこ探検隊「どんぐりを探そう!」 キ 野菜ソムリエの幼児食講座 子 大好きピカピカプー! 10:30～ タ 身体測定	ア 桃さんくらぶ (1～3日) 子 運動会days 10:30～ (1・2日) ク おもちゃを作ろう「ハロウィングッズ」 開放園(マヤ、みどり、ひかり)	ア ママの日「Let's小顔トレーニング」 子 看護師とおしゃべりタイム タ 離乳食講座(市・栄養士さんより) 子 Baby& マタニティカフェ PM	ア 保育園体験(赤さん) 子 スマイルタイムふれあい遊び・ふれあい体操 10:30～	ア 安産ヨガ 子 9:30～	
6	7	8	9	10	11	12
スポーツの日						
	ア 骨盤ヨガinセンター (14～17日) タ ハロウィン撮影会 ク おはなしブータン パネルシアター「そっくりさん」	ア 青さん赤さんあつまれ～! ア ベビーヨガマッサージ 13:30～ 開放園(中央、あさひの丘)	子 看護師とおしゃべりタイム ア Baby& マタニティカフェ PM ア 安産ヨガ 13:00～	ア 親子リトミック 子 杉木先生のハンドメイド ク くららの日(ハンドマッサージ) 子 ハッピーイングリッシュ「ハロウィンパーティー」 10:30～ タ ママのリラクスタイトム(手作り玩具作り) 10:30～		
13	14	15	16	17	18	19
ア なっちゃんカフェ 子 離乳食講座 さつまいもケーキを作ろう 子 幼少期から始める性教育 10:30～ (20～24日) タ わくわく製作週間(ハロウィン製作) ク 折り紙遊び&身体測定週間「とんぼのモバイル」	ア お祝い会 子 うんどう & ママピラティス(黄・桃) キ 親子で簡単ふれあいヨガ ク みんなでリトミック	ア kidsキッチン「カムカムさんと」 子 ゆったりヘッドマッサージ 14:00～ 開放園(しんまち、十二町)	子 あそぼうよ! ハロウィン製作 キ みほ先生の秋の音楽会 子 看護師とおしゃべりタイム タ 親子ヨガ講座 ※肩こり・腰痛対策ポーズ ア Baby& マタニティカフェ PM	子 atta会(あったかい) ア 離乳食相談会(限定5組) 子 10月生まれの誕生会 キ あかちゃんのおそびのレシピ		
20	21	22	23	24	25	26
ア なっちゃんカフェ 子 おたのしみ会 足形でハロウィンのかぼちゃを作ろう キ これからスタート! 離乳食作り教室 4～6ヵ月程度 13:30～	キ バランスボールで親子あそび タ ママの綺麗レッスン(第6回 夏ダメージ肌対処法 第2弾)	キ 肉や卵のはじめ方! 離乳食作り教室 6～8ヵ月程度 14:00～ 子 栄養士さんの離乳食相談会(試食付き) 15:00～	子 うんどう & ママピラティス(赤・青) 子 看護師とおしゃべりタイム	ア ちびっこ探検隊「りんご狩りに行こう!」 子 みんなでハッピーハロウィン タ みんなでお祝い誕生会(10月生まれ) 10:30～		
27	28	29	30	31	前月25日に市公式LINEでもイベント情報を配信!	

場所・予約（アは要予約）・問合せ

- 子 地域子育てセンター（いきいき元気館内） …… ☎74-8453
- ア アソカ子育て支援センター（アソカナーサリー内） ☎74-7550
- タ 親と子のともだちサロンはやかわ（速川児童館内） … ☎76-2613
- 子 Chu・Chu・サークル（ひみ中央こども舎内） … ☎74-1422

※時間の記載がないイベントは、10:00時開始

- キ キラキラキッズサロン（上庄保育園内） …… ☎72-5674
- 子 すくすくサロン（みどり保育園内） …… ☎91-1277
- タ たんぽぽサロン（海清保育園内） …… ☎91-1301
- ク くらら（あさひの丘こども園内） …… ☎74-8435

市民病院だより

金沢医科大学氷見市民病院 ☎74-1900



医師の異動・着任（耳鼻いんこう科）

10月1日から耳鼻いんこう科に湊医師が着任しました。常勤2名体制で、今後も患者さんに寄り添った質の高い医療を提供できるよう努めてまいります。



みなと りな 湊 梨穂 医師

外来担当医表（10月1日～）

	診察室	月	火	水	木	金	土
午前	J11	坪田	湊	坪田（第1・3・5） 湊（第2・4）	坪田	湊	坪田（第2） 湊（第4）
午後		坪田	手術	坪田（第1・3・5） 湊（第2・4）	坪田	湊	

10月の糖尿病教室



日時 10月28日(火) ※要予約、参加費あり
11:30～13:00（受付11:00～）
場所 6階多目的ホール
内容 ●講義（講師 眼科 藤田 信之 先生）
●血糖測定、献立紹介、試食会
※試食会は感染状況により中止する場合があります。
●理学療法士によるリハビリ体操
●看護師からのお話

申込・問合せ
医事課 ☎74-1900（内線1022）

今後の開催予定

◆11月29日(土) ブルーサークル健康講座開催予定

10月放送「きときと健康チャンネル」

ケーブルテレビ（091ch）の氷見市政番組「もっと知りたい・伝えたい氷見市政」内で、医療や健康に関する情報をお届けしています。10月は「看護のスペシャリスト」、専門分野に特化した資格をもつ看護師の仕事を紹介します。



放送終了後は市HPから！

放送予定
テーマ 地域に根差す看護の力
～専門分野で活躍する認定看護師～

出演 看護部 向 千春 看護部長
田中 恵里子 主任 看護師（感染管理認定看護師）
朝日 素子 看護師（がん薬物療法看護認定看護師）
放送 10月19日(日)～25日(土)
1日3回（10:30～、15:30～、20:30～）

キトキト 健康ライフ

【問合せ】健康課 ☎74-8062

氷見市ヘルスプラン21
マスコットキャラクター



目を守る習慣できていますか？～10月10日は目の愛護デー～

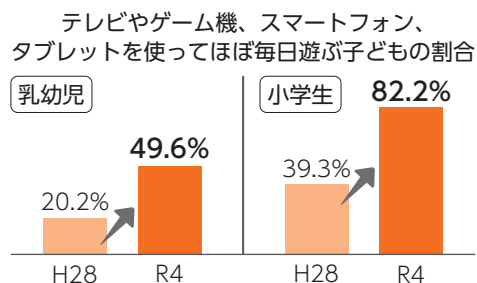
本市の市民アンケートの結果では、乳幼児、小学生共にテレビやゲーム機、スマートフォン、タブレットを使って遊ぶ子どもの割合は増加しており、子どものデジタル機器に触れる機会が増えています。

スマートフォンやタブレットは自然と近い距離で画面を見ることになるため、近視がすすみます。近視は将来、目の病気のリスクを高める可能性があることが分かっています。

この機会に親子で「目の使い方」を見直してみましょう。

今日からできるデジタル機器を使うときの5つの約束！

- ☐ デジタル機器の使用は**1日2時間まで**
 - ☐ **30分に1回**は**20秒以上**遠くを見て目を休めよう
 - ☐ スマートフォンやタブレットから**30cm以上**目を離そう
 - ☐ **部屋を十分に明るくして**デジタル機器を利用しよう
 - ☐ **寝る1時間前**はテレビやスマートフォン、ゲームなどは見ないようにしよう
- ※2歳未満はできる限りテレビやスマートフォンの視聴を控えるようにしよう



氷見きときと健康ポイントを貯めて ひみキトキト商品券をゲットしよう！

【問合せ】健康課 ☎74-8414

氷見きときと健康ポイントは、市のスポーツイベントや健診・予防接種、健康教室など、健康に関する取り組みに参加するともらえます。100ポイント貯まると、ひみキトキト商品券1,000円と交換できます。

対象 20歳以上の市民

ポイントの対象となる取り組み（令和7年10月～令和8年3月）

区分	対象事業	ポイント数	実施予定日	問い合わせ先
スポーツ	ノルディック・ウォーキング教室	1	令和8年1月18日(日)	スポーツ振興課 ☎74-8446
	第21回氷見キトキトウォーキング		10月26日(日)	
	ハンギョボール体験会		その都度	
	出前ニューススポーツ教室		その都度	
	フライングディスク	1	毎月3回程度（日曜日）	福祉介護課 ☎74-8113
	市障害者スポーツ大会		10月26日(日)	
健診・予防接種	特定健診、後期高齢者の健診	2	いきいき元気館10月22日(水)	市民課 ☎74-8061
	人間ドック	10	通年（後期高齢者は令和8年2月まで）	
	スマホdeドック	2	12月まで	
	健診結果説明会	1	12月2日(火)	健康課 ☎74-8414
	がん検診（胃X線・肺・大腸・前立腺）	各2	いきいき元気館10月22日(水)	
	がん検診（子宮・乳）		12月まで（いきいき元気館10月22日(水)）	
	がん検診（胃内視鏡検査）	2	令和8年3月まで	
	健康増進法に基づく健診	2	いきいき元気館10月22日(水)	
	39歳以下の健診			
	肝炎ウイルス検診			
	歯周病検診	2	12月まで	地域包括支援センター ☎74-8067
	PET-CT検診	10	通年	
	各種予防接種	1	通年	
健康教室	出前介護予防教室	1	通年	地域包括支援センター ☎74-8067
	きときと100歳体操 ※事前に申請が必要です		通年	
	栄養教室		通年	
	みんなの集いの場「ひみのわ」		毎月13日頃	
	氷見ブルーeスポーツカップ		10月19日(日)「キトキト！健康フェスタ」と同時開催のため合算で1ポイントになります	
	一世代をつなぐeスポーツ交流戦ー		11月24日(月・振休)	
	在宅医療推進市民フォーラム	1	通年（地域で開催）	市民課 ☎74-8061
	フレイル予防教室			
	運動実践教室	1	12月15日(月)、令和8年1月26日(月)、2月16日(月)、3月13日(金)	健康課 ☎74-8414
	健康なんでも相談		10月8日(水)、11月19日(水)	
	地域での健康教室		令和8年1月19日(月)	
	地域での食生活改善講習			
	地域での高齢者の低栄養予防教室			
	高齢者レクリエーション教室			
	健康ウォーキング教室	1	通年（地域で開催）	金沢医科大学 氷見市民病院 ☎74-1900
	キトキト！健康フェスタ		10月19日(日)「氷見ブルーeスポーツカップ」と同時開催のため合算で1ポイントになります	
	市民公開講座		令和8年1月24日(土)	
	糖尿病教室		毎月第4火曜（11月は除く）	
	ブルーサークルinひみ健康講座		11月29日(土)	

100ポイント貯まったら「ひみキトキト商品券（1,000円分）」と交換できます！

健康課（いきいき元気館内）で手続きをお願いします。

【持ち物】 ①100ポイント貯まったカード ②身分証明書（マイナンバーカード・運転免許証・健康保険証など）
③委任状（本人以外が交換に来る場合のみ）

※申請書類や委任状は健康課窓口（いきいき元気館内）で配布、または市ホームページからダウンロードができます。



市HP

男女共同参画だより

輪

【企画・編集】 富山県男女共同参画推進員氷見連絡会、
氷見市男女共同参画推進員
【問合せ】 地域振興課 ☎74-8013

菊地市長に聞きました！

人口減少は、氷見市が抱える大きな課題と言えます。

氷見市の活力を維持していくためには、女性が持つ豊かな可能性を十分に発揮できるようにしていくことが大切であると考えています。

そのため、富山県男女共同参画推進員氷見連絡会では、女性が活躍する社会の実現に向けて、菊地市長にお考えをお聞きしました。

Q1 男女共同参画の氷見市の現状について

令和6年度の男女共同参画に関する市民アンケート結果によると、地域や職場、家庭生活において男性のほうが優遇されている、どちらかといえば男性のほうが優遇されているも含めた割合は、約6割と高くなっています。

Q2 人口減少の要因として、女性が進学等を機に戻ってきていないことについて

富山県出身の女性で、将来的に富山県に暮らしたいと思っていない人に対する県のアンケート結果によると、その要因の大きなものとして、仕事の業種・職種が乏しいことや給与などの待遇に加え、古い考え方や風習があることが挙げられています。

Q3 これらの現状から女性が活躍する社会の実現に向けたお考えについて

女性の方々が、住みやすい、働きやすいと思ってもらえる地域や企業などでないと思ってももらえないわけでありますが、このようなアンケート結果を見ると、古い考え方が変わらず、受け継がれてきて、男性はこうあるべき、女性はこうあるべきといった思い込みや無意識の偏見などの、いわゆるアンコンシヤスバイア

スがその背景にあるのではないかと思っています。

そのため、その解消に向けて取り組んでいくことが必要と考え、まずその第1歩として、アンコンシヤスバイアスへの理解を深めていただく機会として、8月に「女性・若者に選ばれる地域に向けて」と題した講演会を開催したところであります。

アンコンシヤスバイアスの解消に向けて、引き続き取り組んでいくとともに、女性の皆様が住みやすい、働きやすい環境を整備していきたいと思っています。

若い女性を中心とした人口流出や少子化が進む氷見市においても、「アンコンシヤス・バイアス（無意識の思い込み）」が人の行動やキャリア、暮らしなどに影響を及ぼしていることがわかりました。

その解消には、みんながそれぞれを認め合う多様性が大切であることなどを理解し、これからの地域をみんなで作る良い機会となりました。



講演会「若者・女性に選ばれる地域に向けて」を開催！

氷見市と共催で講師に小安美和氏（株式会社Wiier Lab 代表取締役）をお招きし、8月31日に氷見市芸術文化館で講演会を開催しました。

上半期活動報告

富山県男女共同参画推進員氷見連絡会には、ボランティア委員会・研修委員会・地域学習委員会・広報委員会の4つの委員会があり、41人の推進員がそれぞれの委員会に所属し、男女共同参画推進活動に取り組んでいます。今回は上半期の各委員会の取り組みを紹介します。

氷見市連絡会

5/17



富山県推進員全体研修会

講演会

「地域におけるジェンダーギャップの解消」

講師 小安 美和 氏

5/28



推進員氷見連絡会総会

総会後、地域学習・研修・ボランティア・広報委員会において、今年度の活動方針を話し合いました。

ボランティア委員会

6/8



海岸清掃に参加

海岸清掃で汗を流し、こども食堂では「カレーづくり」に男性推進員も大奮闘。食事前には、「知ってる？男女共同参画」のこども向け教材をもとに、子どもたちとの話し合い。食事後の、「おいしかった」「ありがとう」の言葉に癒されます。

7/28



こども食堂（速川・明和地区）

8/5



こども食堂（十二町地区）

地域学習委員会

7/5



男性料理教室（窪地区）

地元推進員と地元の食生活改善推進員の皆さんの指導のもと、おいしい料理が完成しました。

7/19



地域学習会（湖南地区）

講演会

「思い出を語り合い、みんな笑顔に」
（氷見市博物館が取り組む地域回想法について）

講師 小谷 超 氏

8/20

未来の氷見市への想いを語り合う
こども意見表明交流会

市内の小中学生 20 人が、新田知事や菊地市長と意見交換をする交流会が市役所で行われました。

この日は、児童らが4つのテーマから1つ選び、意見を述べました。「自分の気持ちや考えを安心して大人に言えるために大切なこと」のテーマでは、意見箱を設置する意見が多く出ました。そのほか、「ふるさと氷見の未来について」では、子どもが地域の伝統的な祭りに参加することが氷見に愛着や誇りを持つきっかけになることや閉校した校舎を利用し、子ども冒険基地にできないかなど多くのアイデアが出されました。



8/24

見晴らしの丘で水遊びを満喫！
朝日山ウォーターパーク

1日限定で水遊びを楽しむイベント「朝日山ウォーターパーク」が朝日山公園見晴らしの丘で行われ、子どもたちが歓声を上げながら水遊びを楽しみました。

斜面にビニールシートを敷いた長さ約5メートルのスライダーでは、水しぶきをあげ浮輪を使って滑走し、うまく滑ることができると「やったー」と笑みを浮かべていました。水合戦コーナーでは、親子で芝生を駆け回りながら水を掛け合い、夏ならではの遊びを満喫していました。

9/7

いざという時の対応を確認
氷見市総合防災訓練

豪雨や地震時の対応を確認するため、氷見市総合防災訓練が行われ、市民や関係機関の職員約1,000人が参加しました。

ふれあいスポーツセンターでは、河川の氾濫や土砂災害を想定した土のう積み実働訓練や倒壊家屋から人を救出する訓練などが行われました。また、明和地区では高齢者や配慮が必要な人の避難支援訓練などが行われ、北部地区では津波を想定して、比美乃江小学校ベランダへの避難や避難所鍵収納自動解錠ボックスの取り扱いを確認しました。



コミュニティ助成事業の活用報告

【問合せ】地域振興課 ☎74-8013



市では、宝くじの社会貢献広報事業として宝くじの受託事業収入を財源に実施しているコミュニティ助成事業を活用して、コミュニティ事業に助成しています。

今回助成しました活動を紹介します。

一刻自治会において、住民活動の拠点となっている一刻多目的集会場にエアコンや事務機器などを整備しました。

この整備に伴い、集会場の環境が改善されたことにより、地域活動が多くなり、参加者も増えて、地域内のコミュニケーションが活発になりました。



令和6年1月1日の能登半島地震の発災以降、博物館が取り組んできたのが文化財レスキューです。10月17日(金)から開催する博物館の特別展「ひみのたからもの」では、文化財レスキューによって市民の皆さまから新たに寄贈された資料を公開します。そこで今回は、現在も続く文化財レスキューの途中経過について報告したいと思います。

8月末日現在で、博物館に寄せられた文化財レスキューに関するご依頼・ご相談などの総件数は72件で、そのうち実際に資料をレスキューし、資料の収集を行ったのが40件、文化財レスキューの取り組みをきっかけに、市民の方から博物館へ資料の持ち込みが16件ありました。

その内訳は近世の古文書から近現代の行政資料や漁業関連資料、古写真、農具や漁具をはじめ製針関連用具、酒造用具、婚礼装束といった生業や衣食住にまつわる民具、美術工芸品など多岐にわたります。

収集・持ち込みの件数は計56件ですが、資料の総数は実に数万点におよびます。地震の後、それだけの数の資料をレスキューすることができたということになりますが、整理作



レスキュー後、仮置き中の資料群



酒造用具

業はいまだ道半ば、レスキューできた資料の全貌を明らかとするためにはまだまだ時間が必要です。

特別展で公開するのは整理作業が終わった資料のうちのごく一部ですが、これからも折に触れてレスキューによって寄贈された資料を開し、調査や研究にも役立てていきたいと考えています。まずは寄贈者はじめ、多くの皆さまに特別展をご覧いただきたいと思っています。

市内で公費解体が続く中、博物館の文化財レスキューの取り組みも続いています。些細なことでも結構ですので、情報をお寄せください。

(博物館主査 廣瀬直樹)

続・ひみ
未来遺産
第42回

博物館の新たな収蔵資料

「文化財レスキュー経過報告」

【問合せ】 博物館 ☎74-8231

農業遺産だより No.18

氷見地域日本農業遺産「応援商品」を紹介します

【問合せ】 氷見農業遺産推進協議会事務局
(未来戦略課内) ☎74-8011



事業者

ひみ岸壁市場

応援商品

氷見浜直送お刺身用
サク取りセット



富山県随一の水揚げ量を誇る氷見漁港では、年間約300種類もの魚が水揚げされています。中でも、氷見の伝統漁法「越中式定置網」を活用することで、魚にストレスを与えずに獲ることができ、その結果、抜群の鮮度を保ったままお届けすることが可能となっています。さらに、漁場が港のすぐそばにあるため、水揚げから出荷までが驚くほどスピーディー。氷見ならではの、とれたての美味しさ〃を、どうぞご堪能ください。

漁業文化交流センター内「ひみ岸壁市場」でお買い求めいただけます。

「応援商品」募集中！
詳しくは協議会 HP



地域おこし協力隊の活動報告

vol. 103

『宿泊体験・交流施設の開設と草もちのプランディングに向けて』

竹岡 伶音

にも携わりながら知見を深め、今後の活動に活かす準備をしています。

現在は、宿泊体験・交流施設の開設にあたり、この場所をより良い空間にし、発信していくための手がかりとして、地域をモチーフにした制作活動を行なっています。

フィールドワークをもとに作成した集落の地図に加え、美しい風景を生み出している地形と建物の配置を精密に表現した彫刻を制作しています。完成後はさまざまな場所で展示を行い、発信していく予定ですのでお楽しみに！



地形データをモデル化したもの

◆「家族や友人とのエピソード」
息子が14歳の挑戦で民宿にお世話になりました。ご主人のお人柄が良く、お料理もおいしかったとのこと、お盆に家族で伺いました。大満足のひとときで、氷見の魅力を再発見できました。(マル)

◆読者投稿などがきっかけで、職場で友人ができました。僕は新聞で、彼はラジオ。ジャンルは違いますが、互いに切磋琢磨することが励みになっています。(本郷ハヤト)

◆8月に約40年振りに同窓会があり、「あんた誰?」「お前誰?」と言いながらもあつという間に中学生の頃に帰って楽しく語り合い、若い頃の友人は良いなと実感しました!(ちーこ)

◆8月に大阪関西万博に行ってきました。入場まで1時間かかりましたが、妻はミヤフミヤクに会えて嬉しそつでした。(海坊主)

◆お盆休みに実家に行って両親の育てた野菜や果物を一緒に収穫しました。収穫したての野菜や果物はとてもおいしかったです。(T・K)

◆孫娘の最後の定期演奏会に連れていってもらいました。孫娘のおかげで楽しい時間を持てたことをありがたく

「広報ひみ」読者の
投稿による
読者参加コーナー

読者の の 広場

今月のテーマ(9月号で募集)

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

9月19日(金) 2種類同時発売!
各1枚 300円

発売期間 9/19(金)~10/19(日)

公益財団法人富山県市町村振興協会

編集後記 本号がお手元に届くころには、たぶん少し涼しくなっている…と信じて今日このごろ。ただ今、この編集後記を書きながら背中にジンワリと汗がにじんでいます…。今年の夏の笑えないほどの強烈な日差しの中、ひまわりやらの屋外イベントでの撮影機会が多かったため、それは見事に日焼けで一皮も二皮も脱皮状態。とくに8月には、とくに目がやられてしまい、充血、ゴロゴロ、涙ダダもれ、ズキズキと痛みまで味わう羽目に(‘Д’) 色味に影響が出ないようなUVカットグラスを準備して、来年の夏に挑みます。 ㊦

感想や叱咤激励、疑問・質問などをお寄せください

◆今月のテーマ「〇〇の秋」

今月のプレゼント

図書カード

お便りをお寄せいただいた人の中から抽選で1名様に「図書カード」を差し上げます(当選者には後日通知します)。

※応募多数など、掲載できないこともあります。作品の著作権その他一切の権利は氷見市に帰属します。

応募方法

①氏名(ふりがな) ②ペンネームまたはイニシャル ③住所 ④電話番号 ⑤★シュリケンは何ページ? ⑥興味を持ったコーナー ⑦広報ひみの感想などを記入の上、メール・はがき・FAXにて(裏表紙の応募用紙をご利用ください)

◆応募メ切 10月6日(月)必着

◆応募・問合せ

〒935-8686(住所記載不要) 氷見市秘書広報課広報担当(裏表紙の宛先をご利用ください)

☎ 74-8012

FAX 74-0692

メール kouhou@city.himi.lg.jp

◆★シュリケンの掲載ページ

9月号の正解は26ページ

氷見の「今」が分かる情報番組!

毎月第1日曜日は 「サンデーひみ」

10月号は 10月5日(日) 10:00から放送



能登半島地震から1年10か月が経ち、氷見への観光客は戻ってきているのか? ひみ番屋街の改革や氷見市の秋のトライアルを特集します! アメリカ・シリコンバレーへの短期留学プロジェクト「トキハナテ」。第2期生の進化と成長を追いかけます!

能越ケーブルネット(ひみちゃん9)とYouTubeチャンネルでご覧いただけます。(ひみちゃん9の番組表は17ページ)



図書館へ行こう

【問合せ】 図書館 ☎ 74-8226
(本町4番9号 教育文化センター1階)



電子図書館

企画展示

一般開架室

●期間 10月21日(火)~11月9日(日)
●祝! 氷見市国際交流協会30周年~本で楽しむ文化のちがいの違い・文化の違いを知ることから、国際交流を始めてみませんか?

児童読書室

●期間 10月9日(休)~30日(休)
●ハロウィンやおばけのおはなし
10月31日のハロウィンにちなんで、ハロウィンや魔女やおばけの図書を展示・紹介します。

電子図書館の特集

●期間 10月1日(火)~30日(休)
釣りの日(10/10 ととの日)にちなみ、釣りの楽しさを発信する書籍や釣りに関する本を特集。

おはなし会 ~いずみの会の紙芝居・本の読み聞かせ~

●日時 10月25日(土) 14:00~
●場所 児童読書室

新着図書は、新着案内(図書館HP)をご覧ください。▶
図書館と市役所総合案内では、新着案内の冊子を配布しています。



新着案内

図書館司書おすすめの本

●「文にあたる」 牟田 都子/著
株式会社亜紀書房/出版
おすすめコメント…めっちゃ面白かったです。一冊の本ができてあがるまでに、陰で大きな役割を担う「校正」という仕事。誤字脱字はもとより、著者の想いを大事に言葉と向き合い、誰かのかけがえのない一冊になるかもしれない本を日々精査する。仕事に取り組む意識や、厳格なイメージを快く裏切る「おもしろまじめ」な人気校正者のエッセイ集です。

特別整理休館のお知らせ

資料整理などのため、下記の期間は休館します。本の返却は、ブックポストをご利用ください。
●期間 10月1日(火)~8日(火)
※この期間は、図書館ホームページの閲覧と電子図書館のみ利用できます。

●開館時間

火~金曜日 9:30~18:00
土・日曜日 9:30~17:00

●休館日

10月13日(月・祝)・20日(月)・27日(月)・31日(金)

1歳になりました



いけま らん ちん
池間 来心
十二町



かみて ゆき ちん
上手 結稀
神代



はぎわら かいり ちん
萩原 快俐
矢田部



はなお ゆめ ちん
花尾 由芽
窪



はやし みなと ちん
林 湊仁
柳田



もうり さ ゆ ちん
毛利 紗夕
南大町



やまざき りん ちん
山崎 琳
大野



やまざき らん ちん
山崎 藍
大野

令和6年10月生まれのお子さんを募集します!

①お子さんの氏名・ふりがな ②住所 ③生年月日 ④応募者の氏名・続柄 ⑤日中に連絡がとれる電話番号
⑥「広報ひみ」の感想を明記し、写真とあわせてEメールまたは郵便でご応募ください。(写真は返却しません)

■応募メ切 10月6日(月)必着

■申込・問合せ 〒935-8686(住所記載不要) 氷見市秘書広報課「1歳になりました」係 ☎ 74-8012 Eメール: kouhou@city.himi.lg.jp
※メールには3営業日以内に返信します。返信メールが届かない場合は、お手数をおかけしますがご連絡ください。



メール
送信▶

氷見のまちを青で彩り、「オール氷見」で地域活性化へ

何度でも
相談無料

売り上げアップの
頼れるミカタ

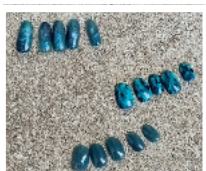
「Himi-Biz」通信 vol.25



サポート実績 「氷見ブルー」ブランド認定制度スタート！

氷見ブルーとは、氷見の日常に溢れる「青」に着目し、「氷見ブルー」をシンボルカラーとしてブランド化し、地域の新たな魅力を創造するプロジェクトです。氷見のまち全体を、青色による統一イメージを持たせることで地域の認知度向上・地域活性化を目指します。Himi-Bizでは、企画・開発アドバイス、広報・PR戦略、ホームページの作成、関係各所との調整など、多岐にわたってサポートさせていただきました。

氷見ブルー
認定商品
の紹介



氷見ブルーネイル
(RUBATO)



氷見ブルーシーグラス
(Himi Umi)



たい焼きパフェ
氷見ブルーソーダ
(たい焼き処むげん)



溶けないアイスキャンデー
クリームソーダ味
(和洋菓子司さか志"り")



氷見ブルートートバック
(株式会社トライ・プリント)

◎青を使った商品・サービス・イベント企画を募集中！

市内で企画または製造されている、青色を含んだ商品・サービスを募集しています。認定された場合、氷見ブランドとして市内・外に情報発信し、販路開拓を支援します。



詳細は氷見ブルーHP



氷見市ビジネスサポートセンター
予約・問合せ ☎ 75-3640

受付時間 9:00～17:00 (土・日曜日・祝日を除く)
メール info@himi-biz.net
所在地 氷見市本町14-7



シニア向けスマートフォン教室

スマートフォンの基本操作や便利な
アプリの使い方を学びませんか。

日時 10月3日・17日(いずれも金曜日)
各回14:00～16:30

場所 芸術文化館 定員 各回10人

申込・ 能越ケーブルネット(株)
問合せ ☎ 0120-040-720 (9:00～17:00) (担当 秘書広報課)

電話のかけ方
写真の撮り方
LINEの使い方



氷見市公式LINEと 友だちになろう！

緊急情報やイベント情報などを配信中！
夜間・休日の診療当番医や緊急時の避難経路も確認できます。市内のお店で使えるお得なクーポンもご利用ください！



詳細は市HP

問合せ(代表・緊急時)

- 氷見市役所 代表電話
☎ 74-8100
- 火災や救急指定病院の
問合せ
☎ 22-9999
- 防災行政無線の
放送内容問合せ
☎ 0120-134-151
- 災害などの情報提供・
問合せ
☎ 74-8021
☎ 74-8100 (夜間)
- 漏水連絡
☎ 74-8209
☎ 74-8100 (夜間)
- 火災情報・災害時の
道路情報
ケーブルテレビ
9ch (091ch/092ch)

人口と世帯数

9月1日現在 (カッコ内は前月比)
総人口 41,462人 (△66人)
男 19,981人 (△27人)
女 21,481人 (△39人)
世帯数 17,247世帯

(△23世帯)
※住民基本台帳人口・世帯数を
掲載しています。

8月の人口動態

出生 13人/死亡 54人
転入 39人/転出 64人

交通事故発生状況

9月1日現在 (1月からの累
計。カッコ内は前年比)
人身事故件数15件 (△12件)
負傷者数 19人 (△15人)
死者数 1人 (△1人)

感想や叱咤激励、疑問・質問などをお寄せください！(詳しくは、前のページをご覧ください)
切り取ってはがきに貼り付けてください。

《読者の投稿 宛先》

〒935-8686

氷見市秘書広報課 広報担当 行
(広報ひみ 令和7年10月号)

《読者の投稿 応募用紙》

ふりがな
氏名

ペンネームまたはイニシャル

住所 〒

電話番号

★シュリケンは何ページ？

興味を持ったコーナー

広報ひみの感想など(今月のテーマ) ※はがき余白に記入してください。