

氷見の元気を発信する情報誌

広報

# ひみ

9

September.2014  
No.731

特集 .....②

春中ハンド開催決定

■キトキト健康ライフ .....⑬

肥満を予防しましょう

■夢スケッチ .....⑰

小熊 昭良さん

■ひみ未来遺産 .....⑱

イタセンパラ

ハンドとともに抱む未来

春中ハンド2020年まで継続開催決定

# ハンドボールの聖地 氷見



第10回大会で最後の予定となっていた春の全国中学生ハンドボール選手権大会（「春中ハンド」）は、東京五輪が開催される2020年まで継続されることとなりました。

## 春中ハンド継続決定

## 第10回大会概要

春中ハンドは、平成17年度から平成26年度の10年間で、地域活性化センターの「スポーツ拠点づくり推進事業」の認定を受けて開催しています。平成27年で最後の大会となる予定となっていました。日本ハンドボール協会からの継続開催の要請やアンケート調査の回答結果などを受け、実行委員会役員会で5年間の継続開催を決定しました。大会事業費は、一層の経費節減に努めるとともに、地域活性化センターの補助金やJA氷見市などからの寄附金を見込むほか、ふるさと応援寄附金（ふるさと納税）を募ることをしました。

**日程** 平成27年  
**開会式** 3月25日(水)  
**競技** 3月26日(木)～3月29日(日)  
**閉会式** 3月29日(日)（競技終了後）  
**会場** ふれあいスポーツセンター  
 氷見高等学校第一体育館  
 南部中学校体育館  
**出場チーム**  
 男子49チーム、女子49チーム。  
 各都道府県各1チーム。開催地代表として、氷見市代表チームが会場できます。また、「第10回記念杯」として、富山県ハンドボール協会推薦チームが会場できます。

## 春中ハンド参加選手の国際大会への輩出状況

春中ハンドに参加した選手たちが世界で活躍しています。2013年に開催された国際大会に出場した選手で、春中ハンドに参加していた選手数は次のとおりです。

- 第5回男子ユース世界選手権大会  
 出場選手18名中、春中ハンドに出場した選手は9名。
- 第5回女子ユースアジア選手権大会  
 出場選手16名中、春中ハンドに出場した選手は13名。
- 第12回女子ジュニアアジア選手権大会  
 出場選手16名中、春中ハンド

## 全国大会・春中ハンドでの氷見市チームの栄光の軌跡

- 昭和33年 氷見高校（男子）  
国体初優勝
- 昭和52年 氷見高校（男子）  
国体優勝
- 昭和53年 氷見高校（男子）  
国体優勝（二連覇）
- 昭和54年 氷見高校（男子）  
国体優勝（三連覇）
- 平成4年 氷見クラブ（男子）  
全国クラブ選手権大会初優勝
- 平成9年 窪スポーツ少年団（男子）  
全国小学生大会初優勝
- 平成11年 氷見高校（男子）  
全国選抜大会初優勝
- 平成12年 氷見高校（男子）  
国体優勝
- 平成13年 北部中学校（男子）  
全国中学校大会初優勝
- 平成14年 氷見高校（男子）  
全国選抜大会優勝
- 平成16年 南部中学校（男子）  
全国中学校大会初優勝

に出場した選手は5名。

春中ハンド出場選手から東京五輪選手の誕生も期待しています。

### 春中ハンドに参加した氷見市選手の日本代表経験者

#### ●稲積 翔平

北部中出身

第1回春中ハンドに出場、第11回日韓スポーツ交流のメンバー

#### ●上野 真悟

北部中出身

第1回春中ハンドに出場、2010ユースオリンピックアジア予選、第4回男子ユースアジア選手権大会、第13回男子ジュニアアジア選手権大会のメンバー

#### ●森 優稀 (大阪体育大学2年)

北部中出身

第3、4回春中ハンドに出場、第4回女子ユースアジア選手権大会、第4回女子ユース世界選手権大会、第12回女子ジュニアアジア選手権大会のメンバー

#### ●北原 佑美 (大阪体育大学1年)

西條中出身

第5回春中ハンドに出場、2011女子U-16日韓スポーツ交

流、第12回女子ジュニアアジア選手権大会のメンバー

#### ●奥田 結菜 (高岡向陵高校3年)

西條中出身

第5、6回春中ハンドに出場、第5回女子ユースアジア選手権大会のメンバー

#### ●檜木 祐穂 (高岡向陵高校3年)

十三中出身

第5回春中ハンドに出場、2012女子U-16日韓スポーツ交流、第5回女子ユースアジア選手権大会のメンバー

#### ●安平 拓馬 (氷見高校3年)

西條中出身

第6回春中ハンドに出場、2012男子U-16日韓スポーツ交流のメンバー

#### ●林 玲花 (氷見高校2年)

十三中出身

第7回春中ハンドに出場、2013女子U-16日韓スポーツ交流のメンバー

#### ●藤 亜希子 (氷見高校2年)

西條中出身

第7回春中ハンドに出場、2013女子U-16日韓スポーツ交流のメンバー

### 比美乃江ハンドボールクラブ女子、全国大会準優勝

7月31日から8月3日に京都府で開催された第27回全国小学生ハンドボール大会で、比美乃江ハンドボールクラブ女子が準優勝の成績を収められました。

8月4日、山田監督や選手4人が市役所を訪れ、市長に成績の報告をしました。この報告会では、「予選を勝ち抜くのがまず大変」と監督が市内のハンドボールのレベルの高さを語られました。また、選手からは、「春中ハンドに出場したい」などのあいさつがあり、「春中ハンド」が小学生ハンドボールにとっても目標となっていることがうかがえました。

#### 問い合わせ

生涯学習・スポーツ課

☎74-8446



市長に準優勝を報告した選手たち

### 全国大会での成績

	優勝	準優勝
一般	1	
高校	8	4
中学	2	4
小学	5	15
計	16	23

New!

- 平成18年 上庄スポーツ少年団(女子)
- 平成19年 全国小学生大会初優勝
- 平成19年 窪スポーツ少年団(女子)
- 平成19年 全国小学生大会初優勝
- 平成20年 仏生寺スポーツ少年団(女子)
- 平成20年 全国小学生大会初優勝
- 平成21年 北部中学校(女子)
- 平成21年 春中ハンド大会準優勝
- 平成21年 仏生寺スポーツ少年団(女子)
- 平成21年 全国小学生大会優勝(二連覇)
- 平成23年 十三中学校(女子)
- 平成23年 春中ハンド大会準優勝
- 平成25年 西條中学校(男子)
- 平成25年 春中ハンド大会準優勝
- 平成26年 比美乃江ハンドボールクラブ(女子)
- 平成26年 全国小学生大会準優勝

氷見市づくり  
まちセミナー  
2014 vol.3

## 「ゲゲゲの鬼太郎」の水木しげるロードで知られる 境港市観光協会長 梶田 知身氏 講演会開催のお知らせ

鳥取県境港市は「ゲゲゲの鬼太郎」の作者、水木しげるさんの出身地であることから、妖怪を用いたまちづくりを進め、全国的に有名になりました。

その立役者である境港市観光協会長 梶田知身氏にお越しいただき、まちづくりへの思いやメディアへの発信方法についてご講演いただきます。

梶田氏は、平成16年から境港市観光協会会長、境港商工会議所参事に就任し、第3回観光庁長官表彰や境港市から功労表彰（観光振興）などを受賞されています。著書に、『水木しげるロード熱闘記』（ハーベスト出版）などがあります。



梶田 知身氏

日時 10月2日(木)

午後6時30分～8時30分

場所 いきいき元気館3階ホール

申込み 電子メール、電話または

ファックスで必要事項（①名前②

年齢③住所④日中連絡のとれる電

話番号）をご連絡ください。

※9月25日(木)までにお申込みくだ

さい。

問い合わせ

市民参加と協働・防災のデザイン課

☎ 74-8013

FAX: 74-8255

電子メール:

kyodo-bousai@city.himi.lg.jp



多くの観光客で賑わう  
境港市の水木しげるロード

## 氷見市ホームページ検討委員会委員の募集

市ではホームページをリニューアルするにあたり、総合的かつ専門的な観点から検討を行うため、氷見市ホームページ検討委員会（委員会）を設置します。

委員会には、専門家だけでなく、氷見市のホームページに対して関心のある方にもご参加いただき、市民の皆様が本当に使いやすく、また使いたいホームページとするため、委員会の委員を次のとおり募集します。

目的

委員会では、ホームページのテーマやあり方等について、大筋の方向性を決定します。

その方向性に基づいて、学生や社会人、ご年配の方といった、対象を絞ったワークショップを複数回実施し、意見を募集します。実施結果は取りまとめて委員会に報告します。委員会ではこれを基に、ホームページのリニューアル内容を決定します。

募集人員 若干名

任期 委嘱の曰く氷見市ホームページの更新まで

開催回数 3回程度とする予定

応募資格 市のホームページに対して関心のある方

応募方法 所定の「応募用紙」に必要事項を記入の上、電子メール、郵送、持参にて総合政策課へご提出ください。

※「応募用紙」は市のホームページからダウンロードができます。また、総合政策課でも配布しています。

応募期間 9月1日(月)～19日(金)(必着)

選考結果 「応募用紙」を審査し、9月下旬に応募者全員に結果を通

知します。

申込み・問い合わせ

〒935-8686(住所記載不要)

☎ 74-8201

総合政策課

電子メール:

humannedia@city.himi.lg.jp

935-8686(住所記載不要)

☎ 74-8201

総合政策課

電子メール:

humannedia@city.himi.lg.jp

935-8686(住所記載不要)

☎ 74-8201

総合政策課

電子メール:

humannedia@city.himi.lg.jp

## 島田市に来てやろ

姉妹都市である氷見市から島田市に来訪・宿泊された先着100人に、島田市の特産品などをプレゼントします。

10月11日(土)、12日(日)には、SLフェスタが開催されます。今年の7月から、アジアで初めて走行している「きかんしゃトーマス号」がフェスタ期間中も運行します。

写真の光景は、川根温泉ホテル近くで見られます。ぜひこの機会に島田市にお越しください。

**プレゼント進呈場所**・島田駅前観光案内所(JR島田駅北口)  
☎0547-37-1241

**持ち物**・島田市内の宿泊施設の領収書とお住まいの住所がわかるもの(免許証など)



(c) 2014 Gullane (Thomas) Limited

●問い合わせ  
島田市産業観光部観光課  
☎0547-36-7163

## さあ、新高岡駅から。 新高岡駅駅舎見学会参加者募集

**日時** 10月5日(日) 午前8時〜午後1時のうち1グループ30分程度 ※グループ編成で見学。個々の受付時間等は後日案内します。

**場所** 北陸新幹線「新高岡駅」

**対象** 次のすべての要件を満たす人

①富山県西部地域、飛騨・能登地域に居住する人(小学生以下は保護者同伴のこと)

②歩行に不自由がない人(新高岡駅周辺の工事により未舗装区間があります)

**注意** 当日は、試験運行がお休みとなり、駅舎内のみの見学会となります。内履きを持参してご参加ください。

**募集人数** 1,000人(応募多数の場合は抽選)

**参加料** 無料

**申込方法** 9月16日(火)までに往復はがきに次の必要事項を記入し、新幹線まちづくり推進高岡市民会議事務局へ。(申し込みは1人1通。1通につき4人まで申し込み可。)

〒933-0012 高岡市丸の内1-40 高岡商工ビル305

**必要事項**  
返信(おとも) 代表者の郵便番号・住所・氏名  
往信(うり) 参加者の名前・年齢  
※最高4人まで  
代表者の携帯電話番号(連絡先)

**問い合わせ**  
新幹線まちづくり推進高岡市民会議事務局  
高岡市役所 駅周辺・新幹線対策課  
☎20-1102  
☎30-6505

## あなたの投票で名前が決まるかも!! 漁業交流施設ネーミング投票

7月にご応募いただいた漁業交流施設のネーミング案287件の中から、名称検討委員会で3案を選定しました。その3案の中から市民の皆さんに投票いただき、投票数を参考にして名称検討委員会で最終決定します。下記の①〜③のネーミング候補から一つを選んで投票してください。

### 【ネーミング候補】

「漁業交流館(仮称)」を冠した名称になります。

### ①網遊(アミユウ)

「楽しみ」「喜び」「気晴らし」「遊び」などを意味するアミューズメント(AMUSEMENT)の頭文字のAMUと定置網で遊ぶを略し網遊に掛けた。

### ②ていち(TEICHI)

本施設の核である定置網の一部を名前とした。欧文表記も使うことで、氷見から世界へ定置網を発信するイメージ。

### ③魚々座(ととざ)

氷見の海の恵みである魚と定置網を通じて、人と人が共に座を組み、語り合い、交わるイメージ。

### あて先・問い合わせ

〒935-8686  
(住所記載不要)

漁業交流施設整備推進室

ネーミング応募受付係

☎74-8018

電子メール:

gyogyoukouyuu@city.himii.jp



# 10月26日(日)は、氷見市議会議員選挙の投票日です

氷見市議会議員選挙立候補予定者事務説明会を開催します

●日時 9月26日(金) 午後2時～

●場所 市役所2階 全員協議会室

●郵便等投票証明書の交付申請はお早めに

●郵便等による不在者投票

身体に重い障害があつて投票に行けない人は、郵便等により投票することができます。

●対象 身体障害者手帳、戦傷病者手帳または介護保険者証の交付を受けている人で、次の表のいずれかにあてはまる人。

【表】郵便等による不在者投票ができる人

障害名	両下肢、体幹、移動機能の障害	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害	免疫、肝臓の障害
交付手帳名簿	身体障害者手帳	戦傷病者手帳	介護保険被保険者証
	1級または2級	特別項症～第2項症	要介護5
		特別項症～第3項症(免疫の障害を除く)	

■次の人は代理記載制度を利用できます

前記の対象者のうち、身体障害者手帳に上肢もしくは視覚の障害が1級の記載がある人、戦傷病者手帳に上肢もしくは視覚の障害が特別項症から第2項症までの記載がある人は、代理人に投票に関する記載をさせることができます。

■あらかじめ行う申請手続き

郵便等による不在者投票を希望する場合は、「郵便等投票証明書」が必要となり、あらかじめ交付申請を行わなければなりません。過去に郵便等投票証明書の交付を受けた人でも、有効期間が過ぎている場合には、再交付の申請が必要です。

また、代理記載による投票を行うためには、事前に代理記載人(選挙権を有する者に限る)を届け出る必要があります。

これらの申請は、随時行うことができます。申請が遅れると投票できなくなる場合がありますので、早めに手続きを行ってください。

期日前投票立会人を募集します

**資格** 市の選挙人名簿に登録され、選挙権のある人  
**期間** 10月20日(月)～25日(土) ※1日単位での募集  
**時間** 午前8時30分～午後8時(適宜休憩あり)  
**場所** 市役所1階地域協働スペース  
**報酬等** 日額12,800円  
**応募方法** 応募用紙に必要事項をご記入の上、選挙管理委員会へ提出してください。郵送またはファックスでの応募も可能です。応募用紙は、選挙管理委員会でお渡しします。市のホームページからもダウンロードすることができます。  
**応募期限** 9月19日(金)必着  
**応募結果** 選挙管理委員会から通知します。ただし、応募者多数の場合は従事していただけない場合がありますのでご了承ください。

●問い合わせ

選挙管理委員会事務局

☎74-8025

## 新しい農業委員が決まりました

7月19日任期満了に伴い農業委員が改選され、25日組織総会が市役所会議室で行われました。新しい農業委員の皆さんは、今後3年間農業者を代表し、農地の売買や転用許可、農地の

- 会長 藤林 久一
- 会長職務代理者 関谷 博文
- 農地専門委員長 片折 正明
- 農地専門副委員長 田中 昭一
- 農政振興専門委員長 飯野 健
- 農政振興専門副委員長 定塚 俊弘

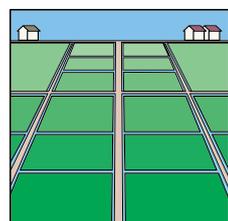
- 前 健治(園)
- 石丸 清志(上久津呂)
- 飯野 健(飯久保)
- 六田 敏夫(仏生寺)
- 定塚 俊弘(島尾)
- 鎌仲 稔(大野)
- 片折 正明(新保)
- 宮内 隆(岩瀬)
- 関谷 博文(日名田)
- 両國 明美(早借)
- 木沢 孝子(吉滝)
- 北嶋 孝三(脇)
- 角地 富男(藪田)
- 澤井 義昌(阿尾)
- 藤林 久一(戸津宮)
- 寶住 與一(農協推薦)
- 江添 良春(土改推薦)
- 秋田 健一(議会推薦)
- 大門 茂男(議会推薦)

●問い合わせ

農業委員会事務局

☎74-8096

- 委員(選挙区・立候補届出順)
- 川上 悦男(諏訪野)
- 舟金 敏明(余川)
- 田中 昭一(上余川)
- 寺山 正榮(稲積)
- 伊藤 清治(蒲田)



## 防災行政無線テレホンサービスの開始について

### 防災行政無線の放送内容が電話で確認できます

9月1日(月)から、防災行政無線で放送した内容について電話で確認できるサービスが始まります。ご家庭の電話、公衆電話、携帯電話からでも利用が可能です。放送が聞きとれなかったり、もう一度内容を確認したい場合にご利用ください。

#### 電話番号

0180-99-7777

#### 〔特徴〕

電話が集中しても、話中になることはありません。

#### 利用についての留意点

- 市庁舎親局から放送する気象警報などの緊急情報のみがサービスの対象になります。
- (各地区の拡声局から放送される地区別放送には対応していません)
- 本サービスは録音した防災行政無線の放送内容が再生されるものですが、放送内容の途中から再生されることがあります。
- 録音された内容は、次の情報が録音されるか、放送後12時間を経過するまで再生されます。

●通常の通話料がかかります。

●次の電話からは、利用することができませんのでご注意ください。

- ①050から始まるIP電話(N T T東西ひかり電話は利用可能)
- ②NTTドコモ以外のプリペイド式携帯電話

●火災の発生に関する情報は次の電話番号におかけください。

☎22-99999



#### 問い合わせ

市民参加と協働・防災のデザイン課  
☎74-8021



## 住宅用火災警報器を設置してありますか？

住宅用火災警報器は、火災の発生をいち早く知らせ、あなたや家族の命を守ってくれます。県内でも警報器を設置したことで大事に至らなかつた事例が多くあります。設置場所は、すべての寝室で2階以上に寝室がある場合には、その階の階段にも設置して下さい。消防本部では、各家庭を訪問し、設置状況の聞き取り調査と設置指導を行っていますのでご協力をお願いします。

#### 問い合わせ

予防課

☎74-8300



## 9月市議会定例会

#### ●本会議

9月3日(水)、8日(月)  
9日(火)、24日(水)

「テレビ放送」

生放送 本会議開催日の午前10時

再放送 本会議開催日の午後8時

※開会・中継時間は変更になる場合があります。

#### ●常任委員会

建設消防委員会 9月10日(水)

厚生文教委員会 9月11日(木)

企画総務委員会 9月12日(金)

## 水痘ワクチン予防接種について

みずぼうそう  
10月1日から水痘ワクチンが定期予防接種(法に基づく予防接種)になります。

#### ●対象者

1歳および2歳のお子さん

(接種日において氷見市民であること)

※平成27年3月31日までの間は、3歳および

4歳のお子さんも対象となります。

※なお、水痘に罹患したお子さん、水痘ワクチン予防接種を受けたお子さんは対象外となります。

●接種費用 無料(対象者のみ)

●接種場所 指定医療機関

●持ち物 母子健康手帳、健康保険証

※予診票は、指定医療機関に置いてあります。  
問い合わせ 健康課 ☎74-8062

接種当日の年齢	1, 2歳		3, 4歳	
	水痘の予防接種を受けたことの有無	未接種または1回	2回	未接種
公費での接種	○	×	○	×

※1, 2歳は、1歳の誕生日の前日から3歳の誕生日の前日まで  
3, 4歳は、3歳の誕生日から5歳の誕生日の前日まで

## 海沿いを軽快に走ろう！ 第36回氷見シーサイドマラソン大会

- ◆日時 10月13日(月・祝) ※雨天決行  
受付 午前7時30分～  
開会式 午前8時30分  
スタート 午前9時～
  - ◆集合場所 氷見漁港
  - ◆コース
    - ・4kmコース(小学5年生以上)
    - ・2kmコース(小学生以上)
    - ・ファミリーコース900m(年少以上とその家族)
- ※車での来場はご遠慮ください。  
※ファミリーコースに参加できる幼児は、成人の伴走者がいる人に限らせていただきます。また、高校生以下については、保護者の同意が必要です。
- ◆申込み 9月26日(金)までに生涯学習・スポーツ課に申し込みください。
  - ◆問い合わせ 生涯学習・スポーツ課 ☎74-8446

# スポーツの秋

## ふれスポ教室10～12月期会員募集！

ふれあいスポーツセンター ☎74-8500  
■受講料 3ヶ月11回8,000円(保険料込)

教室名	日時	対象	内ばき
ヨーガ・セラピー★	午後2時～3時	大人	×
HIPHOP 初級Ⅰ	午後6時～6時50分	小・中	
HIPHOP 中級	午後7時～8時	小・中・高	
ピラティスさんの呼吸体操★	午前10時～11時	大人	×
リズムウォーク★	午前11時～12時	大人	
引きしめ体操◎	午後2時～3時	大人	
ヨーガ・セラピー★	午後7時～8時	中学生以上	×
ヨーガ・セラピー★	午後8時10分～9時10分	中学生以上	×
HIPHOP 基礎・入門	午後4時30分～5時20分	幼・小	
HIPHOP 初級Ⅱ	午後5時30分～6時20分	小・中	
HIPHOP 中級	午後6時30分～7時30分	小・中・高	
コンディショニング・ヨガ◎	午後8時10分～9時10分	中学生以上	×
やさしいフラ★	午前9時30分～10時30分	大人	×
ゆったりフラ	午前10時30分～11時30分	大人	×
リズムウォーク★	午前11時～12時	大人	
ヨーガ・セラピー★	午後2時～3時	大人	

★=運動初心者の方でも安心。  
◎=ちょっとキツイけど効果あり！

### ☆おすすめ！コンディショニング・ヨガ

ちょっぴりキツイけれど、体の変化が実感できます。全身のバランスを整えたい方はぜひ体験して下さい。

## 氷見の自然や歴史を歩いてみませんか！ 第11回氷見キトキトウオーキング

- ◆日時 10月25日(土)～26日(日)
- ◆集合場所 ふれあいスポーツセンター
- ◆コース
  - 25日
    - ・万葉の史跡めぐり(30km/先着200人)
    - ・史跡と白砂青松の海岸めぐり(12km)
    - ・川沿い巡ってまんがロード(6km)
  - 26日
    - ・石動山と氷見海岸満喫(22km/先着200人)
    - ・氷見海岸とまんがロード(10km)
    - ・ふれあいの森とまんがロード(6km)
    - ・ひみ“絶景”のんびりファミリーコース(2.5km)
- ◆参加費 氷見市民 大人500円、高校生以下無料(氷見市民以外は大人1,000円、高校生以下500円)  
※「ひみ“絶景”のんびりファミリーコース」のみを歩行される家族の参加料は、1家族500円です。(人数の上限なし)  
※1日のみの参加でも同額です。  
※参加取り消しによる返金はありません。
- ◆申込み 10月6日(月)までに生涯学習・スポーツ課へ参加費を添えて申し込みください。
- ◆問い合わせ 生涯学習・スポーツ課 ☎74-8446

## 総合型地域スポーツクラブふれんず

ふれんず事務局 ☎74-8500

### ●「ベビーとママの体操教室」体験会参加者募集！

日時 9月26日(金)  
ねんねクラス(生後3ヶ月～1歳) 午前10時～10時45分  
あんよクラス(1歳～3歳) 午前11時～11時45分  
場所 ふれあいスポーツセンター  
定員 各クラス5組  
料金 500円  
持ち物 お子さんに必要なもの。  
ねんねクラスはバスタオル。

申込み 9月23日(火・祝)までにお電話で。

### ●短期ダンススポーツ教室

対象 ダンススポーツ未経験の方  
日時 9月13日～11月1日までの土曜日  
※10月11日を除く全7回  
午後7時～9時  
場所 ふれあいスポーツセンター  
定員 20名  
料金 無料(保険料任意)  
持ち物 内ばきシューズ(床を傷つけないもの)  
運動できる服装  
申込み ふれんず事務局までお電話で。  
<訂正>広報ひみ8月号掲載の「短期テニス教室」の時間は、午後7時30分～9時です。

# 9月10日(水)は「下水道の日」です。 下水道を正しく使いましょう!



## 下水道は年中無休の働き者

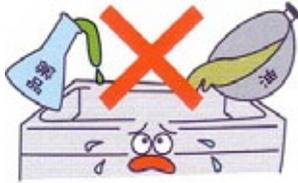
下水道は、家庭から出た汚水を集めて流す「管路」、処理場まで汚水を送る「中継ポンプ場」、微生物の働きによって汚水をきれいにする「処理場」で構成されています。これらの施設は、常時稼働しています。

## 下水道を正しく使いましょう

下水道は何でも流せる便利なゴミ箱ではありません。安定した汚水処理を行うためには、私たち一人ひとりの心がけが大切です。

## 【正しく使うためのポイント】

■「ゴミや油を流さない」  
トイレや台所などから水に溶けないゴミを流すと、下水管が詰まって流れなくなる原因となります。



## ■危険物を流さない

下水道へガソリン、灯油、シンナーや農薬などを絶対に流さないでください。爆発のおそれがあるだけではなく、処理場の微生物が死滅し、処理に重大な影響を及ぼします。

## ■洗濯機の水は下水道へ

洗剤を含む洗濯水は、お風呂やトイレの排水以上に環境に悪影響を及ぼす汚水です。必ず下水道に流しましょう。

※第54回下水道いろいろコンクールの作品は、9月5日(金)～12日(金)の間、ショッピングセンタープラファにて展示します。



## ●問い合わせ

上下水道課

☎ 74-8207

## トレセン教室10～12月期会員募集!

トレーニングセンター ☎ 91-5988  
対象 中学生以上  
場所 トレーニングセンター 2階スタジオ  
費用 3ヵ月11回8,000円(保険料込)



コース		日時	
1	ボディシェイプ	月	午後7時～8時
2	ヨガ&ピラティス		午後8時10分～9時10分
3	らくちん体操	水	午後2時～3時
4	かんたんエアロ		午後7時～8時
5	ステップ		午後8時10分～9時10分
6	リラックスヨガ	木	午後2時～3時
7	ピラティス		午後7時～8時
8	リフレッシュエアロ	金	午後8時10分～9時10分
9	健康体操		午後2時～3時
10	エアロ&筋トレ	土	午後8時10分～9時10分
11	フラ		午後1時～2時
12	はじめてエアロ		午後8時10分～9時10分

## 市嘱託・臨時職員募集

### ●募集業務

介護保険調査員 6時間勤務

### ●募集人員 1人

### ●勤務場所 市民部福祉介護課

### ●雇用期間

平成26年10月1日から平成27年3

### ●応募資格(次のすべてを満たす人)

①保健師、看護師、准看護師、理学療法士、作業療法士、社会福祉士、介護福祉士又は訪問介護員(ホームヘルパー)の資格を有する人

②当該業務に従事した期間が平成26

年9月30日現在で2年以上となる人  
③普通自動車運転免許を有する人で業務のために私有車を利用できる人

### ●応募期間 9月1日(月)～12日(金)

### ●応募書類

①「氷見市嘱託・臨時職員申込書」  
②応募動機を記述したもの  
③資格免許を証明する書類の写し  
④切手貼付済の返信用封筒2通

### ●選考方法 後日連絡の上、面接及び筆記試験を行い決定します。

※詳しくは、募集案内をご覧ください。募集案内は、総務課又は市民課総合案内でお渡しします。

### ●問い合わせ

総務課 ☎ 74-8031

# 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 【問い合わせ】総務課 ☎74-8024

だれもが性別や年代を超え、お互いを尊重し、それぞれの個性や能力を十分に認め合う社会。一人ひとりが「私らしく、いきいきと暮らせる社会。そんな地域社会づくりを目指して、私たち男女共同参画推進員 48 名は活動を進めています。本年度、氷見市では初の女性課長が4名誕生しました。この中から、観光・マーケティング・おもてなしブランド課の東海由紀課長に、ワーク・ライフ・バランスについてお話していただきました。

## 「自分の出来る範囲で両立を」

観光・マーケティング・おもてなしブランド課  
課長 東海由紀

安倍内閣の第三の矢「成長戦略」の中核に位置づけられているのが「女性が活躍する社会の推進」です。



男女共同参画社会の必要性が叫ばれて久しくなりますが、今またこの政策に、国を挙げて本気で取り組み始めていることを感じます。

仕事と家庭の両立は働く女性にとって永遠のテーマです。いまだに多くの女性が、仕事をとるか育児をとるかという二者択一を迫られている現実があります。

私も仕事と育児の両立に奮闘してきた一人ですが、振り返れば母親になることで、物事を柔軟に考えることができるようになった気がします。仕事も育児も完璧にこだわり過ぎないこと、上手に人に頼りながら、無理をせず自分の出来る範囲でやるのが大切だと思います。

安倍首相がテレビで「社会に女性の発想が流れ込むことで、新たなイノベーションが起き、女性が輝く社会を実現した時、活力ある日本をつくり出せる。」と強い意欲を示されていました。女性はかけがえのない戦力だということです。

国も企業も女性が働きやすい環境づくりに力を注いでいる今、女性の皆さんにはこの追い風にうまく乗って、チャンスと前向きに捉えて、自分らしく柔軟に働き続けて欲しいと思います。

5/21

### 市総会・全体研修会

推進員全員集合！ 市長から委嘱状を交付していただきました。「男女共同参画ってなんけ…？」いつもここからのスタートです

よろしく  
お願いします！

平成26年度 男女共同参画推進員全体会



## 推進員紹介 「平成26・27年度」

### 〈地域学習委員会〉

田畑美恵子(東) 柳橋美那子(東)  
村山 礼子(東) 吉野 耕三(東)  
田口 節男(仏生寺) 林 外美(仏生寺)  
原田 正一(熊無) 石出たか子(熊無)  
山本喜久雄(阿尾) 嶋 厚子(阿尾)  
川口 正博(女良) 山口 秀子(女良)  
木村 善志(碁石) 谷内 守(碁石)

### 〈研修委員会〉

細川 瑞穂(朝日丘) 大舘 俊裕(朝日丘)  
矢田部正美(朝日丘) 角谷 政芳(朝日丘)  
本多 清治(稲積) 糺屋美代子(稲積)  
中浦 光司(十二町) 中野 信子(十二町)  
中村 清美(久目) 角田 弘生(久目)  
寺井 武(藪田) 矢代美樹子(藪田)  
山本 林二(宇波) 荻野 京子(宇波)

### 〈ホランテニア委員会〉

武内美喜子(速川) 橋本 高俊(速川)  
吉田 美幸(速川) 杉谷 晶子(余川)  
田保 稔(余川) 大引 巻代(加納)  
大門 清文(加納) 横江 和雄(布勢)  
山下佐代子(布勢) 廣瀬 義和(神代)  
長澤 洋子(八代) 鎌仲 一夫(上庄)  
表 清仁(上庄) 清水 卓(上庄)

### 〈広報委員会〉

山下 和子(宮田) 谷口 健次(宮田)  
屋敷 夕貴(宮田) 東海 豊子(窪)  
釣井 幹也(窪) 浜手 法子(窪)



「わし、こっちの窓磨くちゃ」  
「〇〇さん、こっちを持って」  
共に汗を流す姿はうつくしいですね。

ボランティア活動 はまなす苑・つまま苑  
男女共同参画推進員、初めての共同作業！

5/30



# 活動報告

平成26年度上半期

7/2



全体研修会 「初心者も分かる男女共同参画推進活動」と題して開催されました。県女性財団の藤井氏の話に「目からウロコ」が…!

6/7



朝日丘地域学習会 男女共同参画の学習、朗読劇、健康講座、そして落語寄席。実に充実の内容でした！

8/4



宮田地域学習会 講師の吉友嘉久子氏の軽妙な話に会場は笑いに包まれました。講演会は大好評でした！

8/1



熊無男性料理教室 参加男性の真剣な表情を見てください！家庭人として自立することはとても大切なことです。

## DVに悩んでいませんか？

DV（配偶者からの暴力）は、犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害です。ひとりで悩まず、ご相談ください。※相談は無料、秘密は厳守します。

### ■相談窓口

氷見市市民課  
生活相談担当

連絡先 ☎74-8019

相談日 月～金曜日

※祝日・年末年始は休み

午前8時30分～午後5時

同参画に取り組んでいきたいです。  
推進員としてこれからは、身近なところから、できることから男女共同参画に取り組んでいきたいです。  
そこで改めて思ったことは、女性には家庭の仕事と会社の仕事があり、両立はとも大変だということです。  
しかし、研修を通して思ったことは、家事は「手伝ってもらおうもの」ではなく、「分担するもの」だということです。女性の負担を少しでも減らし、家庭と仕事の両立が難なくできる社会づくりをみんなで考えていきたいものです。

### 身近なことから男女共同参画を

宇波地区推進員 荻野京子

平成26年度推進員として県や市の全体研修会に参加させていただき、自分自身を振り返る良い機会となりました。



### 活気ある社会づくりを目指して

稲積地区推進員 本多清治

推進員になり、県や市の研修会等に参加できたことは、男女協働参画にさしたる関心を持たずにいた自分自身を見つめ直す良い機会になりました。



近年、「男は仕事、女は家庭」という固定的役割分担意識に反対する県民が増え、女性で56%、男性でも48%（平成21年県調査）になること。とはいえ、旧来の考えも根強いものがあります。  
男女が互いに人権を尊重し、支え合い、その個性や能力を充分発揮できる活気ある社会にしたいものです。

## ● イベント

### 遊覧船に乗って滑川観光へ行こう!

◎観光協会 ☎74-52550

水見から遊覧船に乗って滑川の観光スポットや企業見学をします。

日時 9月10日(水)

定員 40名(先着順)

料金 5,500円

申込 3日前までに電話で申し込みください。

### 里海展「里海ってなあに」

◎海浜植物園 ☎91-0100

日時 9月13日(土)～10月20日(月)

午前9時～午後5時

場所 海浜植物園1階メインホール

料金 大人・200円 中学生以下・無料

内容 知っているようであまり知らない、身近な砂浜や海岸などの「里海」についての展示を行います。ぜひ、一緒に里海について考えてみませんか?

### どぶろく稲刈り体験

◎観光協会 ☎74-52550

水見市どぶろく特区である小境地区の民宿・小境荘でどぶろく米の稲刈り体験をしよう!

日時 9月21日(日)

午前10時 現地集合

午後1時30分頃解散

料金 大人・2,500円、小人・

1,200円(保険代、昼食、お土産つき)

### とやま環境フェア2014

◎とやま環境フェア開催委員会(富山県、高岡市、環境とやま県民会議(公財)とやま環境財団)

日時 10月4日(土)、5日(日)

場所 高岡テクノドーム

内容 富山県ごみゼロ推進県民大会(4日)、キャラクターショー(ドラえもん(5日)、その他エコーイフを楽しみながら見聞・体験できる展示、販売・実演など)

◎健康課 ☎74-8062

最近モデルさんの間で大流行の体操です。生活習慣病予防のために「運動」を始めてみませんか。

日時 9月17日(水)

午後3時15分～4時15分

場所 水見市民プール・トレーニングセンター

持ち物 タオル、飲み物 ※動きやすい服装でお越しください。

料金 無料

定員 25名(先着順)

申込 9月12日(金)までに電話で申し込みください。

### 訪問看護相談会

◎訪問看護コールセンター

☎076-431-0230

日常生活や認知症の看護、介護者の相談・支援など訪問看護ステーションの看護師が相談にお応えします。

日時・場所(高岡医療圏)

高岡市民病院 9月18日(木)、10月16日(木)、11月20日(木)

済生会高岡病院 9月10日(水)、10月8日(水)

射水市民病院 9月17日(水)、10月20日(月)、11月12日(水)

受付 午前10時～12時(各病院)

◎富山県労働雇用課

☎076-444-8897

元気とやま! 父母向け就職セミナー

日時 ①9月23日(火・祝)

場所 ①富山国際会議場2階

②201～204会議室

②9月28日(日)

②高岡文化ホール1階小ホール

対象 大学3年生・短大1年生等の父母等

料金 無料

申込 事前に、県労働雇用課

ホームページから申し込みください。

◎健康課 ☎74-8062

眠れない、食欲がない、職場

こころの健康相談会

◎健康課 ☎74-8062

短気教養講座 心に残るお話

◎働く婦人の家 ☎91-4109

日時 10月6日(月)

午後2時～3時

場所 水見市働く婦人の家2階

軽運動室

演題 「幸せに生きる」

講師 北鹿渡 文照氏(元水見市立北部中学校校長)

料金 300円

定員 50名

持ち物 筆記用具

申込 9月25日(木)までに電話または窓口で申し込みください。

### 愛犬のしつけ方教室

◎高岡厚生センター水見支所

☎74-1780

日時 10月18日(土)、25日(土)

午前10時～11時30分

場所 朝日山公園 水見高校横芝生広場

内容 飼い方ワンポイント講座と基本動作のグループ演習(犬

でうまくいかない、子どものことで心配など、「つらい気持ち」をひとり抱え込まずに話してみませんか?ご家族の相談にも応じます。

日時 9月24日(水)

午後1時30分～

場所 いきいき元気館

申込 事前に電話等で必ずご予約ください。

広告

### 観月会

9月8日(月) 午後6時～9時  
お一人 5,000円(お茶席・お食事・演奏会)  
ご予約受付中!

### あいやまマルシェ開催

9月28日(日) 午前7時～午後3時  
～出展者募集中(自家製お野菜大歓迎)～  
※マルシェ時間内は入園料無料

お問い合わせはあいやまガーデンに!



水見あいやまガーデン(稲積112-1) ☎72-4187

【開園時間】通常 午前9時～午後5時(最終入園 午後4時30分)

の習性等を学び、人に迷惑をかける犬の飼い方を身につける講習)  
**定員** 15名程度(先着順)  
**申込** 9月22日(月)から10月3日(金)までに、電話で申し込みください。

### 救命講習を受けてみませんか

◎消防本部 ☎74-8300

9月7日から9月13日までは「救急医療週間」です。市民の皆さんに正しい応急手当を身につけてもらうため、救命講習を行っています。

講習内容や日時等について、お気軽にご相談下さい。

## 募集

### 金沢医科大学医学部指定地域推薦入学試験出願者

◎病院事業管理室 ☎74-8126

①市内在住で、高等学校を平成

## 高岡市×小矢部市 (高岡地区広域圏) イベント情報

### ●金屋町楽市 in さまのこ (高岡市)

**日時** 9月20日(土)、21日(日) 午前10時～午後5時(21日は午後6時まで) ※雨天決行  
**場所** 高岡市金屋町石畳通り一帯  
**内容** 街区全体を2日間限定の美術館とし、伝統的町家や通りなど実際の生活空間において工芸作品の展示・販売を行います。  
**問い合わせ** 高岡市商業雇用課 ☎20-1289

### ●福岡町つくりもんまつり (高岡市)

**日時** 9月23日(火・祝)、24日(水)  
**場所** 福岡町中心市街地  
**内容** 五穀豊穡を祈願し農作物を主材としたつくりもん作品の展示や菅笠音頭まちながし等を開催。  
**問い合わせ** 高岡市経済振興課 ☎64-1426

### ●源氏太鼓 (小矢部市)

**日時** 9月10日(水)  
**場所** 下後巫神明宮(小矢部市下後巫)  
**内容** 平安時代末期、俱利伽羅合戦で木曾義仲が平家の大軍を撃ち破った際、戦勝を祝って打ち鳴らされた勝ち鬨太鼓に由来する太鼓です。秋季例祭において勇壮に打ち鳴らされます。  
**問い合わせ** 小矢部市観光協会 ☎30-2266

### ●ミニSLフェスタ in おやべ (小矢部市)

**日時** 9月14日(日)、15日(祝・月)  
 午前10時～午後4時  
**場所** クロスランドおやべ  
**内容** 8の字型常設レール600mに加え、本イベント限定の円形仮設レール600mコースの2種類のレイアウトを楽しむことができるイベントです。また、全国の愛好家が車輜を持って参加されます。乗車には乗車券をお求め下さい。  
**料金** 3歳以上：210円(1枚)、510円(3枚)  
 中学生以上：310円(1枚)、510円(2枚)  
 ※3歳未満は無料ですが、大人の方との同乗が必要(大人の方は有料)  
**問い合わせ** 公益財団法人クロスランドおやべ ☎68-0932

## 七尾市 イベント情報

### ●のとじま手まつり

全国からクラフト作家が集まり、芝生の上でオリジナル作品の展示・販売を行います。ワークショップコーナーや子ども工作コーナーなどが盛りだくさん。作家さんとお話ししながらお気に入りの作品を見つけてみませんか?  
**日時** 10月18日(土)、19日(日)  
 午前10時～午後4時  
**場所** 能登島家族旅行村Weランド  
**料金** 大人300円、小・中学生200円  
 小学生未満無料  
**問い合わせ** のとじま手まつり実行委員会(能登島デザイン室内) ☎0767-84-1173

27年3月に卒業見込の人または平成26年3月に卒業した人

②高等学校の調査書全体の評定平均値が4.0以上の人

③金沢医科大学医学部指定地域推薦入学試験に出願し同試験に合格した場合、入学を確約できる人

※書類審査と面接による選考後、指定地域推薦入学試験出願に必要な氷見市長の推薦書を交付します。

### 修学資金

大学学納金から大学特別奨学金を差し引いた金額以内の額を修学資金として貸与

※修学資金は、金沢医科大学氷見市民病院に医師として10年間勤務した場合、返還を免除

**募集人員** 1名(医学部氷見枠)

**募集期間** 9月30日(火)まで(郵送の場合は当日消印有効)

※申請に必要な申込み書類は9月1日から病院事業管理室でお渡しします。現在3名の医学生が地域枠氷

見市)入学生として学業に励んでいます。

## 自衛官

◎自衛隊高岡地域事務所 ☎21-2411

募集種目	応募資格	受付期間
防衛大学校学生 推薦	高卒(見込含) 21歳未満の人 (高等学校長の推薦などが必要)	9月5日(金) ～9日(火)
	総合選抜	
防衛医科大学 校学生	高卒(見込含) 21歳未満の人	9月5日(金) ～30日(火)
	一般(前期)	
医学科		
看護学科		

## 案内

### 全国消費実態調査

◎観光・マーケティング・おもてなしブランド課 ☎74-8036

9月から11月までの3か月間

### 秋季消防訓練を実施します

◎消防本部 ☎74-8300

氷見町大火の惨事を二度と繰り返さないよう、消防職団員の連携と消防技術の向上及び市民の火災予防思想の普及と啓蒙を図ることを目的として、秋季消防訓練を実施します。

**日時** 9月6日(土)  
午前11時～

**場所** 加納地内 加納地域まちづくりセンター(旧加納小学校)

にわたり、平成26年全国消費実態調査が行われます。国民の生活実態を総合的に把握するため、全国の世帯から選定された世帯で、主に家計簿をつけていただくものです。個人情報に厳重に保護されます。調査員が皆さまのお宅に伺いましたら、ご協力くださいますようお願いいたします。

新規開業、会社設立、事業承継、経営革新、相続税対策

【広告】

お困りごとは、専門家にご相談ください。

## 無料相談会のお知らせ

**日時** 9月13日(土) 午前9時～正午  
**場所** 田中会計ビル(窪615)  
**予約** 前日までにお電話で \*次回は10月11日(土)開催予定です。



TOMS田中会計グループ 税理士法人田中会計  
 ☎91-1700(担当:橋本) <http://www.toms-web.co.jp>

## 剪定講習会を開催します

\*\*\* 初心者歓迎! 受講料無料です \*\*\*

◎日時 10月8日(水)～10日(金)  
 ◎場所 シルバー人材センター ほか  
 ◎定員 10人(60歳以上優先)  
 ◎申し込み 9月25日(木)まで(応募多数の場合は抽選)  
 ◎申し込み・問い合わせ



公益社団法人 氷見市シルバー人材センター  
 氷見市鞍川1065 ☎74-8408

## 国民年金に加入している皆さんへ 保険料の納め忘れはありませんか

◎高岡年金事務所国民年金課

☎21-0057

国民年金の保険料の納付期限は、原則翌月末ですが、期限を過ぎて2年以内であれば納めることができます。保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。また、便利でお得な口座振替もあります。

未納の期間が多いと、将来、老齢年金が受給できなくなったり、減額されたりします。また、もしも時の遺族年金や障害年金が受給できなくなることもありますので、保険料の納め忘れがないか、今一度ご確認ください。

日本年金機構では、納付期限までに納めていただけない人に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内を行っております。未納のまま放置されると強制徴収が行われる場合もありますので、早めの納付をお願いします。

なお、所得が少ないなどの理由で、保険料の支払いが困難な人は、申請により納付を免除される場合がありますので、ご相談ください。

## 10月1日から有効の国民健康保険被保険者証をお送りします

◎市民課

☎74-8061

市では、国民健康保険の被保険者証を毎年更新しています。10月1日から有効の新しい被保険者証(紫色)は、9月末までに世帯主の方あてに簡易書留郵便でお送りします。保険証が届かない場合や不明な点がある場合はお問い合わせください。

70歳から74歳の氷見市国民健康保険に加入している方には、7月下旬に国民健康保険高齢受給者証を交付しています。医療機関で診察を受ける際には、必ず被保険者証と高齢受給者証を一緒に窓口へ提示してください。

※現在ご使用の被保険者証(青色)は、平成26年9月30日で有効期限が切れますので、10月1日以降に各自で細かく裁断するなど、確実に処分してください。

## 子ども医療費助成の資格更新

◎子育て支援課 ☎74-8117

現在ご使用の子ども医療費助成受給資格証(ピンクのカード)と福祉医療費請求書(ピンクの用紙)の有効期限は9月末までです。現在、受給資格をお持ちの方については、保護者の平成25年分所得を確認し、次のとおりご案内いたします。

前年の所得が限度額未満の場合  
10月1日からご使用いただける受給資格証と福祉医療費請求書を9月末日までに郵送します。

前年の所得が限度額以上の場合  
10月1日から子ども医療費助成の対象外となることを9月末日までに文書でお知らせします。

## 耐震改修に補助金を交付します

◎商工・定住・都市のデザイン課

☎74-8079

### 対象

- ・木造二戸建て
- ・建物の過半部分が昭和56年5月31日以前に着工されたもの
- ・階数が2以下のもの
- ・在来軸組工法によるもの
- ・耐震診断の結果、耐震補強の必要があるとされたもの

### 補助金額

改修工事費の2/3(上限額60万円)

## 不動産の日

◎富山県宅地建物取引業協会高岡支部

☎25-0021

日時 9月23日(火・祝)

場所 イオンモール高岡 2階  
イオンホール

### ①相続セミナー(入場無料)

開催時間 午後2時~3時30分

講師 公認不動産コンサルタント  
ングマスター・相続コーディネーター 曾根 恵子氏

②不動産無料相談会・空き家に関する総合相談会

開催時間 午前11時~午後5時  
相談員 税理士・司法書士・建築士・土地家屋調査士・宅地建物取引主任者

## 環境・交通防犯課からお知らせ

◎環境・交通防犯課

☎74-8065

9月20日から26日は、動物愛護週間です。

命あるものである動物の愛護と適正な飼養についての関心と理解を深めるために定められています。

家庭系燃やせるごみ袋が10月から変わります。

購入済みの赤色の氷見市指定ごみ袋は、そのままお使いいただくことができます。袋の大きさや販売価格は変わりません。ごみは午前6時から午前8時までに所定の集積場にお出しください。

氷見市交通安全市民大会を開催します。

日時 9月20日(土)

午前10時~  
場所 氷見水産センター

内容 式典、アトラクション(比美乃江小学校児童の演奏等、宮田きつず若獅子連の子供交通安全獅子舞を予定)

大企業の余剰パソコンを、一般家庭に有効活用頂くエコ推進活動です。初心者の方・サポート終了のXPをお使いの方に

## すぐ使える ウィンドウズ7 ノートパソコンお譲りします

富士通・東芝・NEC製 12~15型 機器は無償でお譲りします。お譲りご希望の方はウィンドウズ7正規認証版と、ソフトインストール諸費用をご負担下さい。ワープロ・表計算・プレゼンソフト2013年版付 DVD-CD視聴可

今回お譲りの台数 30台 会場で機器をお選び頂けます

日時 2014年9月20日(土) 午前10時~お昼12時

会場 氷見市ふれあいスポーツセンター 第1会議室  
氷見市駿川43-1



一台あたり譲費用 23,000円(税込)

お問い合わせは会場担当 田中まで 080(3677)5329

Microsoft REGISTERED Refurbisher

マイクロソフト社認定MRR 主催 株式会社フォーインク 名古屋市中区東区2-3-7 東カシビル1F TEL 052(342)9211 http://forincs.com

広告

## 県西部地域障害者合同就職面接会の開催について

◎ハローワーク氷見

☎74-0445

富山労働局と県西部のハローワークでは、障害者のより一層の雇用促進を図るために、標記面接会を左記のとおり開催します。

日時 9月24日(水)

午後2時～4時

場所 高岡エコー(高岡問屋センター)総合会館高岡市問屋町65番地  
参加事業所 20数社の予定原則として、県西部地域に就業場所がある会社)

## 成年後見についての相談会

◎氷見市手をつなぐ育成会(穴倉方)

☎54-5348

認知症、知的障害、精神障害等のため判断能力が不十分な方の権利擁護活動の一環として、成年後見についての相談会が手

をつなぐ育成会の主催により開催されます。

日時 9月16日(火)

午後1時～4時

場所 市役所カンファレンス1, 2  
※無料で、どなたでもご相談いただけます。当日の受付も可能ですが、事前予約された方を優先します。

## 人権擁護委員による無料電話相談

◎富山地方司法務局人権擁護課

☎076-4441-6376

日時 9月8日(月)～14日(日)

午前8時30分～午後7時

(土・日曜日は午前10時～午後5時)  
相談内容 家庭内・福祉施設内における虐待など高齢者や障害者をめぐる様々な人権問題

相談受付(全国共通ナビダイヤル)

☎0570-003110

※9月8日(月)～14日(日)は全国一斉高齢者・障害者の人権あしん相談強化週間です。

## 無料調停相談会

◎富山地方・家庭裁判所内 調停協会

事務局 ☎076-421-8195

日時 9月27日(土)

午前10時～午後4時

場所 ウイング・ウイング高岡6階 高岡市生涯学習センター内  
相談内容 金銭や土地・建物などの賃貸、土地や境界問題、建築等住まいに関する紛争、交通事故などの損害賠償、家庭内の紛争など

相談員 各裁判所所属の民事・家事調停委員

※事前申し込みは不要

## 高岡労働基準監督署の移転

◎高岡労働基準監督署

☎23-6446

9月16日(火)から、高岡労働基準監督署は、新庁舎にて業務を開始します。※9月12日(金)までは現庁舎にて業務を行います。

## 新住所 〒933-0046

高岡市中川本町10-21

高岡法務合同庁舎2階

## とやまシニア専門人材バンク

◎とやまシニア専門人材バンク

☎076-444-4289

専門的な知識や技術等をも有し、就労意欲がある方(概ね55歳以上の方)の就職と専門人材を求める県内企業の人材確保を支援しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

## 市民プール休館のお知らせ

◎市民プール ☎91-5000

◎トレーニングセンター

☎91-5988

9月23日(火・祝)～30日(火)まで、施設点検のためプールは休館いたします。  
※トレーニングセンターは通常通り営業いたします。是非ご利用ください。

## 人口と世帯数

8月1日現在。( )内は前月比

総人口 50,931人(-52人)

Ⓜ24,319人(-28人) Ⓜ26,612人(-24人)

世帯数 17,717世帯(+6世帯)

※外国人も含まれています。

## 人口動態 7月

出生	24人	死亡	45人
転入	42人	転出	73人

## 交通事故発生状況

8月15日現在。( )内は前年比

人身事故件数 56件(-8件)

負傷者数 67人(+1人)

死者数 0人(-1人)

市税の納期 ☎9月30日(火)

国民健康保険税3期

後期高齢者医療保険料3期

## 各種相談

問い合わせ 市民課 ☎74-8010

### ●住宅相談

9月4日(木)午前10時～午後3時

### ●無料調停相談

9月24日(水)午前9時～正午

陽所 市役所カンファレンス1

### ●行政相談

毎週月曜日(9月15日を除く)

午後1時～4時

### ●人権相談

9月11日(木)午後1時30分～4時

### ●無料法律相談(要電話予約)※

9月18日(木)午後1時～4時

### ●多重債務法律相談(要電話予約)※

9月18日(木)午後4時～5時

※予約の受け付けは、前日(17日)

午前8時30分から電話74-8010で

陽所 市役所カンファレンス2

### ●年金相談

9月10日(水)午前10時～午後3時

陽所 市役所カンファレンス3・4

## 介護職員初任者研修受講生募集!!

講座日程 10月31日(金)～平成27年1月27日(火)

期間中の平日週3日 午前9時～午後4時30分 【全27回】

場所 リゾートビラ雨晴(高岡市太田伊勢領1511-13)

費用 40,000円(別途テキスト代6,069円)

申込期間 9月1日(月)～10月15日(水)

※全課程履修後に修了評価(筆記試験)を実施し、合格者に修了証が交付されます。

お問い合わせ・申し込み

医療法人社団 明寿会 介護職員初任者研修事業

〒935-0025 氷見市鞍川1878-1 アルカディア氷見内

☎74-7060 <http://www.meijukai.com/>

担当: 小島[受付時間/午前8時30分～午後5時30分(土・日・祝日を除く)]

今ならおトク!

キャンペーン価格  
通常72,000円  
→40,000円

更に!!

明寿会グループに  
就職された方には  
受講料補助制度  
あり!

【広告】

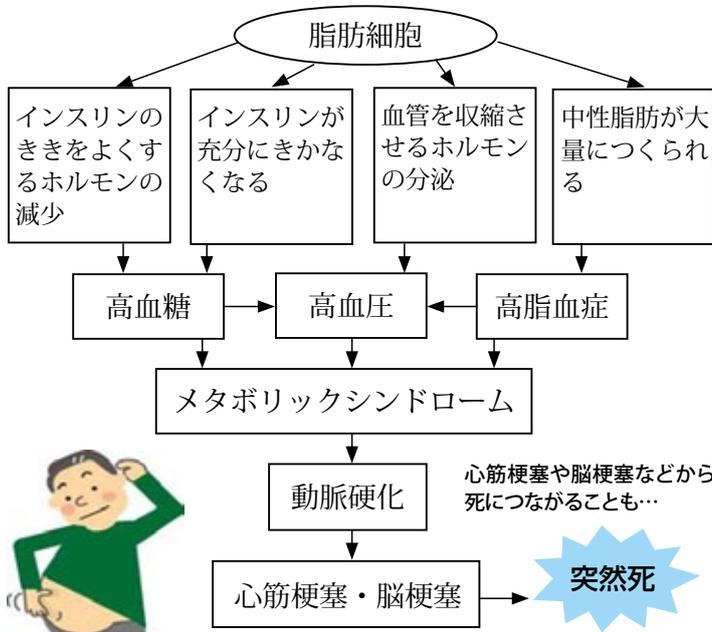
## 肥満を予防しましょう

住民健診は自分の健康状態を知るチャンスです！  
年に1回は、住民健診を受けましょう！

普段、自分の体重や生活習慣を意識していますか？意識して日常生活を過ごすことで肥満を予防できます。肥満について知り、生活習慣の改善に努めましょう！

### Q.肥満と病気の関係は？

肥満とは、体の中の脂肪細胞が増えすぎた状態です。余分についた脂肪細胞は体に悪い影響を与えます。



肥満を予防する基本は…

### 運動

筋肉がつくことで基礎代謝（何もしなくても生きていくだけで消費するエネルギー）が増え、脂肪がもえやすくなります。

+

### 食事

摂取と消費エネルギーのバランスの崩れが肥満の大きな原因です。食べ過ぎを防ぐことが摂取エネルギーを減らすポイントです。

最初は簡単な内容から、肥満予防のため日常生活の中に正しい食習慣と運動を取り入れましょう。  
例えば…

- ・移動は階段を利用する。
- ・掃除機をかける回数を今より増やす。
- ・スナック菓子を買うときは小袋を購入する。
- ・ご飯茶碗を小ぶりのものにする。
- ・食事を選ぶときはエネルギー量を確認する。

## 市民病院だより

金沢医科大学氷見市民病院 ☎ 74-1900

### 健康づくり教室

氷見市民病院では市民の方を対象にいろいろな病気についての診断とその治療や予防法など、専門医師が分かりやすく解説します。医療に関する知識や病気について医療スタッフと話をする機会としてお気軽にご参加ください。（申し込み、参加費不要）

#### ●開催日・講演内容・講師

- ・9月20日(土)  
「のどに異常を感じたら  
(咽頭・喉頭がんの早期発見について)」

耳鼻いんこう科 准教授 松野 栄雄

- ・10月18日(土)  
「あなたの心臓大丈夫ですか  
(迫りくる心臓発作の予防と治療)」

循環器内科 教授 福田 昭宏

- ・11月15日(土)  
「意外と知らない胆石症のはなし  
(胆石の最新治療について)」

病院長（一般消化器外科教授） 齋藤 人志

- 時間 午後2時～（受付 午後1時～）
- 場所 金沢医科大学氷見市民病院 6階 多目的ホール

### 減塩ヘルシークッキング教室

塩分やカロリーを気にしている方、食事制限を日々している方やその家族を対象に行います。病気予防のための食事や、調理法を学んでみませんか。

- 日時 10月11日(土)  
午前10時～午後1時
- 場所 創作工房ひみ
- 参加費 860円
- 持ち物 エプロン、三角巾、タオル



#### 【今月の糖尿病教室】 要予約

- 日時 9月9日(火) 午前11時から受付
- 場所 6階 大会議室
- 内容 講義1「知ってほしい糖尿病と歯周病の怖い関係」について  
歯科衛生士  
講義2「食欲の秋 ～カロリー制限～」  
看護部
- 問い合わせ 担当 石田 ☎74-1900（内線1030）



和楽器の普及、後進の育成を

柳田在住  
小熊 昭良さん



津軽三味線世界大会優勝

「和楽器は敷居が高いと思われがちですが、そんなことはないですよ」と話す小熊昭良さんは、5月に青森県弘前市で行なわれた津軽三味線世界大会ミドル級(40歳以上59歳未満)で初優勝しました。35歳の時、義母が三味線教室に通うのを機に自らも始め、24年目で掴んだ栄冠でした。「8年前から尺八も演奏しています。外国では人気があるものの、日本には後継者がいないんです」と危機感を募らせている昭良さん。箏奏者の高崎英里さんとユニット「kazahana」を結成し、和楽器の普及に努め、日本文化をしっかりと継承させていきたいと活動を開始。連覇より「後進の育成」に思いを巡らせていました。

「夢スケッチ」に登場していただける人やサークルを募集します！自薦他薦は問いません。問い合わせ 総合政策課 市民情報・つぶやき受発信担当 ☎74-8012

1歳になりました



さかい せいや  
酒井 惺也くん  
しょうじ りか  
昭二パパ 梨花ママ  
8月1日生まれ・十二町



たかの れいな  
高野 伶菜ちゃん  
てるお ともえ  
照夫パパ 智恵ママ  
8月3日生まれ・大境



やまもと りいな  
山元 梨依渚ちゃん  
ゆうすけ あい  
優介パパ 愛ママ  
8月6日生まれ・早借



しみず あいと  
清水 愛土くん  
てるお ゆき  
テルオパパ 由希ママ  
8月7日生まれ・伊勢大町



はたやま せな  
畑山 世奈ちゃん  
けいすけ みやこ  
佳介パパ 都ママ  
8月10日生まれ・鞆川



むらかみ みさき  
村上 心咲ちゃん  
しげお りえ  
樹央パパ 梨詠ママ  
8月13日生まれ・柳田



むこやち あおほ  
向谷内 碧馬くん  
しょうじ なな  
俊彦パパ 名奈ママ  
8月17日生まれ・余川



はやし こうせい  
林 洸勢くん  
いさお ひろみ  
勇夫パパ 広美ママ  
8月24日生まれ・加納



おもて みらい  
表 実来ちゃん  
たいしん あき  
大伸パパ 亜紀ママ  
8月26日生まれ・大野



ふじた はると  
藤田 遥翔くん  
ゆうじ ともこ  
裕二パパ 智子ママ  
8月28日生まれ・窪

平成25年9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生年月日③性別④両親の氏名・ふりがな⑤住所⑥日中に連絡がとれる電話番号⑦「広報ひみ」の感想を明記し、写真とあわせて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)  
★ご応募いただいたお子さんをケーブルテレビの番組内で紹介します。  
■応募締切 9月8日(月) ■申込み・問い合わせ 〒935-8686 (住所記載不要) 氷見市総合政策課「1歳になりました」係 ☎74-8012 電子メール: shiminjyouhou@city.himi.lg.jp

# 【ひみ未来遺産】保護池でイタセンパラを繁殖

## 産

氷見市の万尾川や仏生寺川には、国指定天然記念物に指定されているイタセンパラが生息しています。イタセンパラは生きた二枚貝に卵を産みこむ特徴的な産卵生態を有する淡水魚で、氷見市のほかでは、木曾川が流れる岐阜県および愛知県、淀川が流れる大阪府にのみ生息しています。

しかし、いずれの地域においても生息地周辺の整備や開発に加えて、オオクチバスなどの外来生物の影響のため、生息地範囲の縮小および個体数の減少が著しいとされています。そのため、氷見市では、平成15年度にイタセンパラを保護する試験池（約200㎡）を造成し、増殖個体の研究を実施してきました。

試験池の造成から7年が経過し、イタセンパラの増殖や遺伝子の基礎情報を得られるようになったため、平成22年度から4年かけて新たなイタセンパラ保護池を造成しました。



保護池の様子



イタセンパラ

イタセンパラ保護池の機能とは？

保護池において、イタセンパラを恒久的に保護していくためには、2点の視点が重要となります。1点目はイタセンパラを多く繁殖させること、2点目は遺伝的多様性を保つ（イタセンパラ同士の血が濃くなることを防ぐ）ことです。

その目的のため、イタセンパラ保護池ではイタセンパラをより多く繁殖させるために約1000㎡の大規模池を1基、遺伝的多様性を保つために約200㎡の小規模池を4基造成しました。大規模池で増殖した個体は、大規模池内や小規模池へ移動し、繁殖を繰り返します。イタセンパラは繁殖を繰り返すことで、遺伝的多様性が低下することがあります。その際には、小規模池同士のイタセンパラを入れ替えることで遺伝的多様性の低下を防ぐことが可能にしています。

また、万尾川において、水田からの温かい水および餌となる動物プランクトンが、イタセンパラの生息に良い影響を与えていることが明らかになっています。この結果を踏まえ、保護池の上部には水田を造成し、イタセンパラの生息条件に配慮し、より野生に近い

状態を創出しました。

イタセンパラ保護池の運用は？

先日の7月19日にイタセンパラ保護池のオープンに際し、湖南小学校の児童やみどり保育園の園児の皆さんにイシガイを保護池に放流してもらいました。イタセンパラを繁殖させるためには、卵を産みつける二枚貝のイシガイが生息できる環境を整えなくてはなりません。今年度はイシガイの生息状況や水質について調査を行い、来年度には保護池にイタセンパラを放流し、本格的な保護増殖を実施していきます。

【問い合わせ】

生涯学習・スポーツ課

☎ 74-8215



イシガイを放流したときの様子

まずはお気軽にご相談ください！

個人の方

遺言・相続、離婚・養育費  
交通事故、借金、消費者被害  
損害賠償、刑事事件 など

事業主の方

債権回収、取引上の紛争  
労務管理、社会福祉の相談  
医療・業事に関する問題

★個人の方の場合、資力基準を満たす方は、法テラスを利用した無料法律相談が可能です

氷見法律事務所 氷見市産436-1産ビル204  
☎ 91-5610 広告

富山県弁護士会所属 弁護士 白木謙一

相談の際は電話で予約ください

イタセンパラ守り人の募集

氷見市教育委員会では、みんなの手で天然記念物を育てていくために、環境保護の担い手である子供たちや市民の皆さんに「イタセンパラ守り人」として登録していただく制度を設けました。イタセンパラ守り人の皆様には、保護池でのイタセンパラの放流、観察会および調査を通じて、イタセンパラの保護に加えて、広く「生物多様性」について理解してもらうことを目的にしています。

【お問い合わせ・申込先】ひみラボ水族館（惣領1927）  
☎ 91-2249（受付時間 午前10時～午後4時）

# 新刊紹介

日本橋高島屋コンシェルジュの最高のおもてなし  
敷田正法／著 光文社

伝説のコンシェルジュと言われる高島屋にとってはじめてのコンシェルジュが体得・実践してきた「接客の奥義」をさまざまなエピソードを交えながら語っている。

最高の住まいをつくる「リフォーム」の教科書

佐川旭／編著 林直樹 著 P101研究所  
リフォームを考えている方に、建築家ならではのリフォームの8つ視点を述べ、基礎知識からこだわりのリフォームまで図表やイラストを取り入れて解説している。

子どもを伸ばす「いいね!」の言葉「ダメ!」な言葉  
河村都／著 講談社

子どもは大人の言葉をよく聞いています。今すぐ使わなくても子どもの中の心の中にしっかりとインプットされている。カリスマ教育コンサルタントが子どもにかけてあげたい言葉を伝授します。



- ほんのりい線は消せる! 澤田彰史(さわだあきふみ)／著 PHP 研究所
- 自分で決める人生の終り方 樋口恵子／著 ミネルヴァ書房
- 後悔しない高齢者施設・住宅の選び方 岡本典子／著 日本実業出版社
- かわいいいふせんクワフト しまだ・ひろみ／著 日東書院本社

## 読み聞かせ

「いずみの会」の紙芝居・本の読み聞かせ

【日時】 9月20日(土) 午後2時〜  
【場所】 児童読書室

# 図書館へ行こう

<http://library.city.himi.toyama.jp/>

【開館時間】 火曜日～金曜日 午前9時30分～午後6時  
土曜日～日曜日、祝日 午前10時～午後5時  
【今月の休館日】 9月1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、24日(水)～10月2日(木)  
【貸し出し】 図書10冊以内2週間まで、雑誌10冊以内1週間まで、CD・DVDなど5点以内1週間まで

## Topics

### ◎特別整理休館のお知らせ

9月24日(水)から10月2日(木)まで、休館となります。  
この間に児童室を子供たちが入りやすくもっとくつろげる場所になるよう、書架などを移動します。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いたします。

## ケーブルテレビ ひみチャン9 (行政政策番組) 9ch / 091ch

放送開始時間	8月31日(日) ～9月6日(土)	7日(日)～13日(土)	14日(日)～20日(土)	21日(日)～27日(土)	28日(日) ～10月4日(土)
①午前6時 ②正午 ③午後3時 ④午後9時	週刊ニュースひみ 1週間の氷見のニュースをまとめてお伝えします。(毎週更新)				
①午前8時 ②午後1時 ③午後4時 ④午後8時	福祉の窓口 福祉に関する手続き方法についてお知らせします。	見える わかる 氷見市政ナビゲーション 市長が市政の内容をわかりやすく説明します。	介護予防大作戦 「笑って元気! 笑いヨガで若返り」 いきいき元気館で行われた、富山協立病院 理学療法士 染谷 明子氏の講演会の様子を紹介いたします。	氷見駅周辺整備 座談会「まちなかの基本的な考え方について」 氷見商工会館で行われた、氷見駅周辺整備の設計を手掛ける建築家 栗生 明氏の講演会の様子を紹介いたします。	ひみぶりっこてれび 保育園の楽しい雰囲気や簡単なおもちゃの作り方などをお伝えします。
①午前8時30分 ②午後1時30分 ③午後4時30分 ④午後8時30分	住民健診を受けましょう がん検診や特定健診など住民健診について説明します。	なるほど ビックリ 下水道～汚れた水がきれいになるまで～ 氷見市環境浄化センター、下水処理施設の概要を紹介いたします。			芸術文化団体協議会 加盟団体紹介(美術協会) 練習風景や活動の様子を紹介いたします。

※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。

レギュラーコースなら37の専門チャンネルが視聴できます! 9月のオススメ番組

<b>751ch ファミリー劇場</b> 梅ちゃん先生～結婚できない男と女スペシャル 9/6(土)11:00-12:00(前編)、12:00-13:00(後編)	<b>755ch スーパードラマTV</b> ER 緊急救命室 シーズン13 9/1(月)スタート! 毎日29:00-30:00	<b>759ch ザ・シネマ</b> 麗しのサブリナ 9/2(火)18:15- 9/3(水)16:30- 9/20(土)16:00-	<b>798ch ヒストリーチャンネル</b> 日本名車伝説～日本の美しい車たち～ 9/19(日)25:35-26:30
--	--	--	--

お申込み・お問合せは **能越ケーブルネット株式会社** 0120-040-720 〒935-0021 氷見市幸町8番7号 **広告**

速川地区で再現  
江戸時代のおもてなし料理



江戸幕府の巡見使に振舞われた本膳料理を再現する講習会が7月19日、速川公民館で行なわれ、速川自治振興会役員らが5品を試作しました。

江戸時代、速川地区田江には諸藩の巡察にきた巡見使をもてなす本陣があったことから、歴史を生かした地域活性化を目指し、企画されました。

この日は、加賀藩の御膳所を務めた料亭の主人大友左俊さんから調理法の指導を受け、御汁や向(酢の物)、平(蒸し物)などを再現し、御膳を活用した商品化を話し合いました。



速川自治振興会長

山崎 勇一さん

「地元の食材を生かし速川流のおもてなし料理の商品化を図り、地区を盛り上げていきます」

店舗経営に挑戦  
チャレンジショップ氷見高



チャレンジショップ氷見高が7月19日、ひみ番屋街他で行われ、ビジネス科の生徒らが店舗経営に挑戦しました。

同ショップは生徒が企画から仕入れ、販売など授業で学んだことを実践し体験するもので、今年は初めて2店舗での開催となりました。

ひみ番屋街では、氷見の特産品や同校生徒たちが作った缶詰、漬物などの物販、旧海鮮館では、観光客が楽しめるようなゲームやうちわを作るコーナー等を設け、終日親子連れなどが楽しんでいました。



社長(ビジネス科3年)

大崎 大志くん

「心配していた雨も上がり、多くの方に来ていただいてよかったです。おもてなしを形にできました」

みんなで体験  
お菓子づくり



子どもたちに、お菓子づくりの楽しさや食べる喜びを感じてもらおうと氷見菓子工業組合青年部が7月29日、菓子作り体験を新町保育園で行いました。

はじめに講師を務める7人の職人が、ケーキにアンパンマンを描いたり、練切で菊や兎を作る様子を紹介、その後、組ごとに分かれ、年長、年中児は和菓子でアンパンマンを、年少児はゼリーの上に生クリームを絞りフルーツを飾りつけるなどしました。園児らは、出来上がったお菓子をそれぞれ自慢しながら食べました。



氷見菓子工業組合

大鍋 岳田さん

「今回初めて開催しました。今後も意見を伺い、活動を検討していきます」

氷見の産業を体験  
おしごと探検隊



市内の工場を見学し、ものづくりを体験するおしごと探検隊が8月7日、能越ケーブルネットで開かれ、小学生5人が参加しました。

メディアコースとして、テレビ収録や編集など番組を作る現場を見学した後、収録や高所作業車の乗車などを体験しました。

この日とは別に、ものづくりコースでは、氷見村田製作所で「オルゴールごま」の工作教室を、公共の仕事コースでは、市庁舎やひみラボ水族館の見学などが行われました。



参加者

福田 啓太くん

「いつもテレビに出ている人の緊張感がわかりました」

笑って元気に  
介護予防大作戦



介護予防大作戦が7月25日、いきいき元氣館で行われ、参加者約200人が介護予防の大切さを学びました。

市老人クラブ連合会のメンバーによる「きときと健康体操」を披露した後、富山協立病院 理学療法士の染谷 明子さんが「笑って元気! 笑いヨガで若返り」と題して講演しました。笑いや呼吸法が身体を健康にすることはもちろん、脳や心をリフレッシュさせることを紹介。日常のいろいろな場面ですぐに笑顔を提案し、会場は終始笑い声に包まれていました。



講師

染谷 明子さん

「氷見の方は、皆さん明るい人たちがいたので元氣になりました」



# 夏の風物詩 ひみまつり



第42回ひみまつりが8月2日、比美乃江公園で開催されました。

猛暑の中、魚提灯山車パレードやひみ音頭輪踊り、獅子舞フェスティバル、子どもたちの演奏やパレードなど多彩な催し、グルメ屋台が会場を盛り上げました。加えて、今年は「涼」をコンセプトとした水鉄砲大会や巨大キ氷を食べる新しいイベントもありました。最後には、約6000発の花火が氷見の夜空を彩り、夏の風物詩をたくさんの方が楽しみました。

## JR氷見線で行く ミス터리ナイトウォーク



高岡市と氷見市の商工・観光団体などがつくるJR氷見線応援委員会が7月25日、氷見線応援イベントとして「ミス터리ナイトウォーク」を海浜植物園などで開き、参加者は随所に仕掛けられた謎解きなどに挑戦していました。

市内外から参加した親子連れらは、氷見線を利用して島尾駅に集合。漁火ロードを歩いて植物園に向かいました。

植物園では、暗闇を懐中電灯の明りを頼りに植物を観察、途中にはクイズや肝試しがあり、夏の夜を満喫していました。



参加者 田中央 央くん

理津子さん

「親子で遊べて楽しかったです。島尾駅から歩いてみると、今まで気付かなかったことが沢山ありました」

感想や今後取り上げてほしい記事、氷見市への思い、叱咤激励、疑問など自由にお書きください。お便りは、官製はがき、FAX、Eメールでも受け付けています。  
↓点線に沿って切り取ってください。

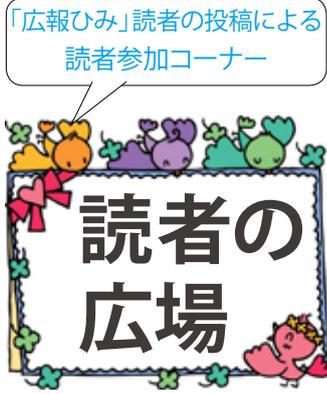


確認してきました。

### Q.この道路の青線ちゃ何け？



A. 自転車のナビゲータラインです。  
氷見市から朝日町にかけての海岸沿いの道路を富山湾岸サイクリングコースとして20mごとに3mの青線を引いています。



## 公民館活動で「日の出を見よう会」に参加しました。松田江

浜まで歩き、5時、静かな海から真っ赤な太陽が上がってきて、海と空をオレンジ色に染めていくのを見、感動し思わず手を合わせました。帰ってから、公民館でいただいたカラーライスもとってもおいしくて、やはり「早起きは三文の得」を実感した朝でした。(T・N)

**い** つも散歩に十二町の水郷公園を歩いたり、花の写真を撮ったりしています。藤の花が咲く頃、撮った写真をながめるべく藤棚の

## ★お便り・作品募集します

①お便り ②ミニギャラリー ③イラスト・絵手紙 ④写真 ⑤シュリケンはどこ? ★忍者ハットリくんのシュリケンがどこかに隠れています。掲載ページを明記の上、ご応募ください。(8月号の正解は17ページ左上)

### ◆次の項目もお書きください。

①氏名 ②ペンネームまたはイニシャル ③住所 ④電話番号

### ◆応募締切 9月8日(月)必着

### ◆応募・問い合わせ 〒935-8686

(住所記載不要) 氷見市総合政策課 市民情報・つぶやき受発信担当 ☎ 74-8012 Eメール shiminjyouhou@city.himi.lg.jp ※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。

## ★今月のプレゼント★

### 干物セット

お便りをお寄せいただいた人の中から抽選で5人に、「干物セット」をさしあげます。(当選者には後日通知します)

提供 中村海産

協力 (一社)氷見市観光協会



## 編集後記

暑い日が続きましたが、今回の読者の広場への投稿には、散歩の話題が多くありました。皆さん、活発に活動されているようで、感心しました。今月号の特集はハンドボールについてです。また、お知らせ欄には、シーサイドマラソンやキトキトウォーキングの参加者募集、ふれスポ教室の募集の記事などがあります。これからスポーツの秋が来るということで、自分も積極的に運動をしていきたいです。 (M・T)

郵便はがき

お手数ですが、52円切手を貼って下さい。

935-8686

氷見市 総合政策課

市民情報・つぶやき受発信担当 行

(広報ひみ 平成26年9月号)

フリガナ氏名

ペンネームまたはイニシャル

住所

電話番号

シュリケンの答え

興味を持ったコーナー

## あなたのまちの子育てサークル 『くらかわミルキー』の巻

氷見市には「地区子育てサークル」が14箇所あり、地区の皆さんに支えられた子育て支援活動を展開しています。親子で気軽に地域の子育てサークルに出かけてみませんか。今回は旧加納校区をご紹介します。



ママもあかちゃんもほほえんで！  
出張ベビーマッサージの日

「くらかわミルキー」は、8月2日(土)氷見市で開催された「とやまっ子みらいフェスタ2014」において、「子育て支援とやま賞」を受賞しました。

### くらかわミルキー 基本情報

●活動日 第4火曜日：加納地区ふれあいセンター（旧鞍川保育園）

●時間帯 9時半から受付、午前で終了

### ●参加したママの声

金谷 柚亜ちゃん(2歳9か月)のママ

子どもが体調を崩すと悶々としませんが、ここで皆さんの経験を聞くと心が晴れ、親子で明るい気持ちになります。地元の顔見知りばかりで安心感があるので元気な時はいつも参加しています。

坂本 宗佑ちゃん(3歳)よのかちゃん(5か月)のママ

二人の子どもを連れて出かけるのは大変ですが、ここに来れば一緒に子どもを見ていてくださるので助かります。上の子は子どもどうしの遊びが刺激になりますし、季節感のあるメニューも嬉しいです。

●問合せ 萩山 邦恵 ☎72-5007

●活動内容の確認や問合せ  
地域子育てセンター ☎74-8453

## 健康・子育てカレンダー

健康課 健康課 ☎74-8062

子育て 地域子育てセンター ☎74-8453

マヤ マヤ子育て支援センター ☎74-7550

はやかわ 親子のともだちサロンはやかわ ☎76-2613

包括 地域包括支援センター ☎74-8067

キラキラ キラキラキッズサロン ☎72-5674

すくすく すくすくサロン ☎91-1277

たんぽぽ たんぽぽサロン ☎91-1301

Chu Chu・Chu サークル ☎74-1415

◎健診 ☆予防接種 ●その他

9月

1月	●いきいき教室 午前9時30分～11時30分 包括 ●パネルシアターをみよう 午前10時～ キラキラ ●親子ピクス 午後2時～ マヤ ※要予約	18木	◎1歳6か月児健診(平成25年2月15日～3月16日生まれ) 健康課 受付 午後1時～1時20分 (場所：いきいき元気館) 持ち物 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ ※希望者に歯のフッ素塗布(800円)を行います ●いきいき教室 午前9時30分～11時30分 包括 ●黄さんくらぶ「はじめまして!!よろしくね!!」 午前10時～ マヤ
2火	●子育てなんでも相談 受付 午後1時30分～3時 健康課 (場所：地域子育てセンター)	19金	●健康なんでも相談 受付 午後1時～2時 健康課 ※要予約 (場所：いきいき元気館) ●癒しのヨーガ講座(完全託児付) 午前10時～ 子育て ※要予約(市内在住優先 9月1日から窓口にて)
3水	●開放園(上伊勢・みどり・栄町) ●ポーセラーツ 午前9時30分～ たんぽぽ ※要予約	20日(土)～21日(日)の予定はなし	
4木	●桃さんくらぶ「初めてのプレゼント!!」 午前10時～ マヤ ●デコパージュ 午前9時30分～ たんぽぽ ※要予約	22月	●いきいき教室 午前9時30分～11時30分 包括 ●折り紙を楽しもう 午前10時～ キラキラ ●親子ピクス 午後2時～ マヤ ※要予約
5金	◎3～4か月児健診(平成26年4月17日～5月11日生まれ) 健康課 受付 午後1時～1時20分 (場所：いきいき元気館) 持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル	23火	
6土	●じいじとばあばのハッピー孫育て講座 健康課 受付 午前9時15分～9時30分 (場所：いきいき元気館) ●パパママ体験教室 健康課 受付 午後1時～1時15分 (場所：いきいき元気館)	24水	●こころの健康相談会 受付 午後1時30分～3時30分 健康課 ※要予約 (場所：いきいき元気館) ●開放園(新町・宇波・アソカーサリー・アソカ幼稚園) ●あそぼうよ!コンサルタントのお弁当箱 午前10時～ はやかわ ●9月生まれの子と親の誕生会 午前10時～ たんぽぽ
7日		25木	●いきいき教室 午前9時30分～11時30分 包括 ●青さんくらぶ「みんなでヨ～イドン!!」 午前10時～ マヤ
8月	●いきいき教室 午前9時30分～11時30分 包括 ●ベビーピクス 午後2時～ マヤ ※要予約	26金	●命のチャイルドシート講座 午後3時～ 子育て
9火	●こころのお絵かき講座 午前10時30分～ 子育て ●切り絵講座 午前9時30分～ たんぽぽ ※要予約	27日(土)～28日(日)の予定はなし	
10水	●開放園(阿尾・上庄・海清) ●おはなしの部屋 午前10時～ はやかわ	29月	●つくしんぼ教室(青)「大型バスで行こう」 子育て 午前10時～ ※要予約(市内在住優先 9月1日から窓口にて) ●ベビーピクス 午後2時～ マヤ ※要予約 ●ペーパーサートをつくろう 午前9時～ すくすく
11木	◎3歳児健診(平成23年2月5日～3月9日生まれ) 健康課 受付 午後1時～1時20分 (場所：いきいき元気館) 持ち物 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、コップ ※事前に家で視力検査・聴力検査をしてきてください。 希望者に歯のフッ素塗布(800円)を行います。 ●いきいき教室 午前9時30分～11時30分 包括 ●つくしんぼ教室(桃)「てづくりおもちゃ」 午後2時～ 子育て ※要予約(市内在住優先 9月1日から窓口にて) ●赤さんくらぶ「ママと一緒にヨ～イドン!!」 午前10時～ マヤ ●青ぼちゃん集まれ!「お茶会」 午前11時15分～ たんぽぽ ※要予約 ●9月生まれの誕生会 午前10時～ Chu	30火	●つくしんぼ教室(赤)「大型バスで行こう」 子育て 午前10時～ ※要予約(市内在住優先 9月1日から窓口にて) ●手作りキャラ弁でピクニックへGO! 午前10時～ マヤ ※要予約 ●馬とのふれあい 午前10時～ たんぽぽ ※要予約
12金			
13日(土)～15日(月・祝)の予定はなし			
16火	☆BCG予防接種(平成26年3月27日～4月16日生まれ) 健康課 受付 午後1時～1時15分 (場所：いきいき元気館) ●ハッピーイングリッシュ 午前10時30分～ 子育て	10月初旬の主な予定(月・木曜日 いきいき教室 午前9時30分～)	2日(木) こころと食事の講座 子育て 3日(金) 3～4か月児健診(平成26年5月12日～6月21日生まれ) 健康課 6日(月) 子育てなんでも相談 健康課 7日(火) 仕事と年金の相談会 子育て 9日(木) 3歳児健診 健康課
17水	●開放園(十二町・明和・速川・南大町) ●リフレッシュヨーガ講座(見守り託児付) 午後3時～ 子育て ●キッズマッサージ 午前10時30分～ Chu		

# 9月行事予定

※今月のキラキラ笑顔 (ひままつりに参加した人たち)

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
	1 ◎行政相談 ○いきいき教室 ●パネルシアターをみよう ●親子ピクス	2 ○子育てなんでも相談	3 ●開放園 ●ポーセラーツ	4 ◎住宅相談 ●桃さんくらぶ ●デコパージュ	5 ●3~4か月児健診	6 ●じいじとばあばのハッピー子育て講座 ●パパママ体験教室
7 	8 ◎行政相談 ○いきいき教室 ●ベビーピクス	9 ●ところのお絵かき講座 ●切り絵講座	10 ◆遊覧船に乗って滑川観光へ行こう! ◎年金相談 ●開放園 ●おはなしの部屋	11 ◎人権相談 ●3歳児健診 ○いきいき教室 ●つくしんぼ教室(桃) ●赤さんくらぶ ●青ばばちゃん集まれ ●9月生まれの誕生会	12 	13 ◆里海展(～10月20日まで)
14 	15	16 ○BCG予防接種 ●ハッピーイングリッシュ	17 ●開放園 ●リフレッシュヨガ講座 ●キッズマッサージ	18 ◎無料法律相談 ◎多重債務法律相談 ●1歳6か月児健診 ○いきいき教室 ●黄さんくらぶ	19 ○健康なんでも相談 ●癒しのヨガ講座	20 
21 ◆どぶろく稲刈り体験	22 ◎行政相談 ○いきいき教室 ●折り紙を楽しもう ●親子ピクス	23	24 ◎無料調停相談 ○ところの健康相談会 ●開放園 ●あそぼうよ! ●9月生まれの子と親の誕生会	25 ○いきいき教室 ●青さんくらぶ	26 ●命のチャイルドシート講座	27 
28 	29 ◎行政相談 ●つくしんぼ教室(赤) ●つくしんぼ教室(青) ●ベビーピクス ●ペーパーアートをつくろう	30 ●つくしんぼ教室(赤) ●手作りキャラ弁でピクニックへGO! ●馬とのふれあい	詳しい内容は次のページでご確認ください。 ◆イベント 12ページ「暮らしの情報」 ◎相談 15ページ「各種相談」 ●健診 ○予防接種 ○健康 ●子育て 23ページ「健康・子育てカレンダー」			

## 休日当番医

7(日)	中村記念病院(内)	島尾	91-1307	八田歯科医院	高岡市	27-7618
14(日)	織坂内科医院(内)	伊勢大町	72-6206	斉藤歯科医院	高岡市	22-0661
15(月・祝)	河合内科医院(内)	中央町	74-5178	飛見歯科	高岡市	24-6480
21(日)	新鞍小児科医院(小)	南大町	72-3830	川淵歯科医院	高岡市	24-1110
23(火・祝)	澤武医院(内)	幸町	72-0118	宇和山歯科医院	高岡市	22-3674
28(日)	白石整形外科医院(整・リハ・神)	柳田	91-5355	紅井歯科医院	伊勢大町	72-6480

※変更されることがありますので、当日の新聞でもお確かめください。



## 赤ずいきの酢の物

【材料】(4人分)

赤ずいき(八つ頭の茎) 200g

白ごま 適量

甘酢(酢:3/4カップ、水:1/4カップ  
砂糖:150g)



【作り方】

- 1 赤ずいきは皮をむいて3cmくらいに切る。
- 2 鍋で①を空炒りする。
- 3 しんなりとなったら、熱いまま甘酢に漬け冷ます。
- 4 器に盛り、白ごまをふりかける。

## 海浜植物園からの花だより ハマニガナ(海浜散策園)

全国の砂浜に生息する、キク科ニガナ属の多年草です。和名は、浜に生えるニガナに由来しています。砂浜は砂の移動が激しく、植物が砂に埋もれてしまうことがあります。そのためハマニガナは、地下茎を長く伸ばしふえていきます。また、長く伸びた白い地下茎から一列に葉を砂の上に出します。葉の形は、キクのようなものからイチヨウのようなものまでいろいろあります。このイチヨウの葉に似ることがあることから、別名を『ハマイチョウ』といます。花は、葉と茎の間から出て2~5個の黄色の花をつけます。

