

各種講座・サークル会員募集

新しい自分に、
新しい仲間に出会って
みませんか？

花と緑の日曜学校

☎91-0100

- ＊日時 4月から来年3月まで計10回(下記参照)
午前10時～正午
- ＊場所 海浜植物園ほか
- ＊内容 園芸に関する知識や栽培方法などの講義、実習
- ＊費用 1万円(10回分の教材費)
- ＊定員 30人程度(申し込み多数の場合は抽選とし、3月下旬に結果を通知します)
- ＊申込 3月18日(土)までにはがきまたはFAXで①住所②氏名(ふりがな)③性別④年齢⑤電話番号をお知らせください。
- ＊あて先 〒935-0031 氷見市柳田3583 氷見市海浜植物園「花と緑の日曜学校」係 FAX91-4567

回	月 日	講義内容
第1回	4月16日(日)	ガーデニングの基礎
第2回	5月21日(日)	ハーブを育てよう
第3回	6月18日(日)	観葉植物と挿し木の基礎
第4回	7月 9日(日)	施設見学
第5回	9月 3日(日)	苔玉を作ろう
第6回	10月 1日(日)	押し花絵を体験しよう
第7回	11月 5日(日)	庭木の冬仕度をしよう
第8回	12月 3日(日)	クリスマスツリーを寄せ植えで飾ろう
第9回	2月 4日(日)	冬の花鉢を楽しもう
第10回	3月 4日(日)	早春を彩る草花プランターづくり

＊日程・内容は変更となることがあります。

海浜植物園・教室

☎91-0100

＊フラワーアレンジメント教室＊

- ＊日時 毎月第3水曜日 午後2時～
- ＊講師 菊華堂 仕切喜久子さん、瀬戸厚子さん
- ＊費用 各回 受講料300円、教材費2,200円
- ＊持ち物 花器、花切りバサミ

＊押し花絵教室＊(体験参加もできます)

- ＊日時 毎月第2土曜日 午前10時～

中央公民館

☎74-8240

＊受付期間 3月1日(水)～31日(金)

＊各講座、年間30回(川柳は20回)開催します。
体験参加もできますので、受講費など詳しくはお問い合わせください。

講座名／講師	日 時		定員
絵画(日本画)／中居江里	火	午後2時～4時	20人
書道／矢崎恵美子			
詩吟／川添眞也			
英会話／押野谷直隆		午後6時～8時	
川柳(初級コース)／古川政章	水	第2・4(休) 午後2時～4時	20人
絵画(洋画)／中田文雄		午後2時～4時	
華道(草月)／池田悦子			
茶道(数内)／西田淑美		午後6時～8時	25人
絵手紙／池田治美			
謡曲／加野金次郎	木	午後6時～8時	20人
華道(池坊)／村田春子			
書道／矢崎恵美子	金	午後6時～8時	20人
中国語／東海寿子			
箏曲(生田流)／細川瑞穂	土	午後1時～3時	15人
洋裁／水上せつ子		午後6時～8時	20人
茶道(裏千家)／脇律子			

- ＊講師 ふしぎな花倶楽部
インストラクター 砂山由美子さん

- ＊費用 受講料1,500円(教材費が別途必要)

＊寄せ植え教室＊

自治会、婦人会、老人会、職場、サークルなどグループでお申し込みください。開催予定日のおおむね4週間前までにご相談ください(体験内容や参加人数、ご予算など事前の打ち合わせが必要になります)。教材費(1,000円～)が必要になります。

1169 博物館特別展

「四角い古墳・丸い古墳」～王墓の時代の氷見～

観覧
無料

3世紀後半から6世紀までの古墳時代、氷見地域には大小合わせて400基近い古墳が築かれています。

日本海側最大の前方後方墳で、国指定史跡である柳田布尾山古墳や、県内最大の前方後円墳である阿尾島田A1号墳といった巨大な古墳から、長さ5mほどの小さなものまで、氷見地域には多様な規模の古墳があります。加えて、方墳など四角い形のものと、円墳など丸い形のものが混在しているのが、分布の特徴になっています。

また、氷見の古墳からは、色鮮やかな玉類、金銅製品、鉄製

品などに加えて、県内では類例の少ないよろいやはにわも出土しています。

この特別展では、測量や発掘調査が行われた古墳について、その墳丘を地形模型で紹介するとともに、出土した副葬品を展示し、古墳時代の氷見を集大成します。

期間 3月3日(金)～26日(日)

午前9時～午後5時

場所 博物館特別展示室

休館日 3月6日(月)、13日(月)、21日(火)

資料解説会 3月4日(土) 午後2時～

(参加自由)

＊会期中、図書館に特別展開連図書コーナーを開設します。



イヨダノヤマ3号墳
出土遺物

水中運動教室(成人)会員募集! ☎91-5000

ウォーキングを中心に自分のペースで楽しく運動します。腰や膝への負担が心配な人にもお勧めです。また、潜らないので泳げない人や顔をプールにつけるのが嫌な人でも安心して運動できます。

＊対象 16歳以上 ＊場所 市民プール

＊料金 月会費2,500円(月3回)、年会費500円、保険料(大人)1,850円

＊日時 月・金曜日 午後8時～9時、水・金曜日 午後2時～3時、
水曜日 午後3時10分～4時10分

＊その他の水泳教室など、詳しくはホームページをご覧ください。
([氷見市スポーツポータルサイト]で検索)

トレセン教室(4～6月期) ☎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

＊料金 3ヵ月11回8,000円(保険料込)

コース	日 時	内 容
らくちん体操	水 午後2時～3時	骨盤底筋群を鍛えて背筋&お腹すっきり!
ソフトヨガ	木 午後2時～3時	簡単なポーズで柔軟性、筋力、集中力、代謝アップ!
フラ	土 午後1時～2時 午後7時～8時	ハワイアンメロディに癒されながら踊ろう
パワーヨガ		呼吸に合わせてポーズをとり筋力要素を含むヨガ

働く婦人の家(ホビーラ大浦) ☎91-4109

＊入会方法・受講費など詳しくはお問い合わせください。

サークル名／内容	日 時
恵の会／書道	第1.2.4 午前10時～正午
いろり／茶道	第1.3 午前9時30分～11時30分
鈴鈴吟詠会／詩吟	毎週 午後1時30分～3時30分
Monday／ボディメイキング体操	毎週 午後7時30分～9時
クラブスマイル／健康体操	毎週 午前10時～11時
水無月の会／絵手紙	第1.3 午前10時～正午
ドレミ会／歌謡	第1.2.3 午後1時30分～2時30分
動吟会(火曜)／詩吟	火 月2回 午後2時～4時
初心者P.C教室／パソコン	第1.3 午後4時～5時
すずらんサークル／ダンススポーツ	月4回 午後7時～9時
ひまわり会／着付け	月4回 午後7時～9時
Wednesday／ボディメイキング体操	毎週 午前10時～11時30分
弘紀の会／新舞踊	水 月4回 午後1時～3時
大和撫子の会／礼法	第2.4 午後1時30分～3時30分
花・さくら／新舞踊	月4回 午後6時30分～9時
椿／茶道・裏千家	毎週 午前9時～11時30分
ラ・ドール／粘土人形	第1.3 午前10時～3時
あやめ会／着付け	月4回 午前10時～正午
楽・楽体験／ボディメイキング体操	木 毎週 午前10時～11時30分
リハビリ体操／腰痛・肩こり改善	毎週 午後1時～2時
わかばの会／パッチワークキルト	第1.3 午後1時30分～3時30分
3Bサークル／3B体操(ロコモ予防)	毎週 午後2時30分～4時
家庭料理／料理	第1 午前10時～午後0時30分
こすもす／和紙ちぎり絵	第3 ①午前10時～正午 ②午後1時30分～3時30分
ローズマリー／やさしい太極功	金 月4回 午後1時30分～3時
鈴鈴金曜会／詩吟	毎週 午後1時30分～3時30分
オカリナ日和／オカリナ	第2.4 午後1時30分～3時
動吟会／詩吟	月3回 午後7時30分～9時
レインボー／キーボード	土 第2.4 午前10時～正午
ハーモニー／マンドリン	月2回 ①(水) 午後1時～3時 ②(土) 午前9時30分～正午

ふれスポ教室3月無料体験会 ☎74-8500

＊場所 ふれあいスポーツセンター

＊申込 電話でお申込みください。(定員になり次第締切)

＊料金 無料(その他の日程でも1回1,000円で体験可)

	日 時	内 容
①ウェーブ ストレッチ	6・13・20日(月) 午後1時30分～ 2時30分	運動不足・体をほぐしたい 大人
②HIPHOP 基礎入門	13日(月) 午後5時～5時50分	年中～小2でHIPHOPに興味がある人
③HIPHOP 初級I	13日(月) 午後6時～6時50分	小3以上でHIPHOPに興味がある人

4～6月期会員募集!

＊料金 3ヵ月11回8,000円(保険料込)

＊教室の詳細は広報ひみ3月号と一緒に配布されているチラシをご覧ください。

総合型地域スポーツクラブふれんず 平成29年度会員募集! ☎74-8500

3月1日(水)から平成29年度の申込みを受け付けます。教室の詳細は広報ひみ3月号と一緒に配布されているパンフレットをご覧ください。電話でお問い合わせください。

＊現在会員の人も更新の手続きが必要です。

造形芸術センター

美術協会事務局 ☎090-5171-6125

＊受講者の年齢は問いません。

＊講座内容や受講料など詳しくはお問い合わせください。

講座名	日 時
楽しい書	第1.3 午後1時30分～3時30分
粘土アート①	月 第2.4 午後1時～3時
パッチワーク	第2.4 午後2時～4時
デッサン	第2.4 午後7時～9時
日本画	水 第1.3.4 午前9時～正午
水墨画	第1.3 午後1時～4時
絵手紙を楽しむ	木 第3 午後2時～4時
水彩	第1.3 午後7時～9時
陶芸	土・日 第1.3 午後2時～4時
粘土アート②	第2 午前10時～正午
子ども絵画	第1.2.4 午後1時30分～4時
プリザーブドフラワー	第3 午後1時30分～3時30分
カメラを楽しむ	第1.3 午後1時～3時
初めての絵手紙	第3 午前10時～正午
子どもと大人の書	第1.3.4 午前9時～10時20分、 午前10時30分～11時50分
木版画	日 第2.4 午前10時～3時



男女共同参画だより

輪

【企画・編集】
【問合せ】富山県男女共同参画推進員氷見連絡会
観光交流・若者と女性の夢応援課

☎74-81190

支えあい 認めあい

富山県男女共同参画推進員
氷見連絡会代表

屋敷 夕貴



「男と女、ともに輝き 支えあう 男女共同参画社会」という言葉が、抵抗なく受け入れられるようになってきました。しかし、達成度となると、まだまだという感はありません。

なぜ男女共同参画なのかを考えると大きな理由としては、

- ・少子高齢社会を迎えた現在、今後ますます女性の労働力が必要になるため、男女平等の労働条件と子育て環境の整備が不可欠であること
- ・これまで主に男性の視点で進めてきたまちづくりや環境問題なども、女性の視点が加わるることによって、より住み良く、効果的なものになること

さて、氷見市では平成22年度より子育て優良企業の表彰や、女性の管理職登用など、市内企業を牽引する役割を果たしています。

男女共同参画推進員氷見連絡会では、学習会や男性料理教室を本年度は7地区で開催しました。また、女性議會を15年ぶりに開催することができました。

今後さまざまな場面で求められる女性の社会参画を女性の方々も積極的に受け入れると同時に、男性の家事や育児、介護といった家庭への積極的な参画をあわせて期待するところです。

職場で地域で家庭で男女がともに認めあい、支えあい、助けあう、思いやりに満ちた男女共同参画社会の実現に向け努力してまいります。

氷見市で15年ぶりに開催された女性議會に参加した18人のうちの2人の意見、体験談を紹介します。

女性議會で学んだこと

恵比寿 泰子



このたび、15年ぶりに開催された氷見市女性議會に議員として名前を連ねることができたことは、私にとって大変貴重な体験になりました。

例えば8月11日、緊張の中で臨んだ委嘱状交付式。輪になって自己紹介が始まると、いろいろな分野で活躍し自分の意見を持っている皆さんの話を聞いて驚きました。また、氷見にもこんなに意欲的な女性がたくさんいて、彼女たちと一緒に学び、活動できるんだと思います、大変うれしくなりました。

氷見市の政策について学び、南砺市女性議會や氷見市議會定例会も傍聴し、各分野に分かれて学習会や議論を重ねながら本會議に臨みました。

11月13日、氷見市女性議會が市會議議場で開催され、私も本會議で質問する機会を与えていただきました。大変晴れがましい場所で、18人全員の思いをのせて、10人の仲間と一緒に思いを述べることができました。

この3か月間、さまざまな体験をし、たくさんの方の資料や情報を調べて勉強させていただき、大きく世界を広げることができました。今後は女性議會の活動で学んだことを生かして、女性議員の仲間の皆さんと一緒に、氷見市がいきいきと生活ができ、より住みやすくなるように活動していきたいと思っています。

女性議會に参加して

高木 陽子



女性議會って何？そんなところからの第一歩でした。委嘱状を受け取った時から、気持ちの前向きになり、女性議員としての立場を思い、これから学ばなければならぬことが次々と浮かんできて、身も心も引き締まる思いを痛感しました。

最初、氷見市に関した勉強会が行われ、氷見市の現状や人口の減少を知った時のショックはかりしれません。

女性がもっと輝くために、そして、人口減少に歯止めをかけるためにも、結婚、出産、その第一歩の婚活、そんなことをテーマとして考えましたが、私が担当したのは、「ひとの流れづくり」でした。空き家問題、Uターン、Jターン、Iターンなど、初めて知ったことばかりで、日常生活には縁のないこととっていました。実際に私の住む地域でも、高齢世帯が多くなり、結婚しない40代、50代の方も増えてきていて、現実に向き合うことの大切さを女性議會への参加で教えられました。

一番の収穫は、多くの語り合える仲間ができたこと。この仲間とこれから氷見市発展のために、学び、行動を起こしていきたいと考えを新たにしました。

活動報告

平成28年度下半期

9/10 ボランティア活動
すわ苑、ほのぼの苑

窓ふき、車椅子および送迎用車両の車内の清掃を行いました。

9/19 東地区
地域学習会

東地区敬老会にあわせて、男女共同参画に関連したクイズなど、高齢者の方にも理解できるように行いました。

10/19 菰田地区
地域学習会

朗読劇、クイズ、認知症予防体操などを行いました。特に体操は皆さん熱心に、楽しそうに行っていました。

11/12 ボランティア活動
こもれび祭

「こもれびの里」にて、こもれび祭のお手伝い（やさそば作り、どんぶり焼き作り、販売など）を行いました。

11/19 上庄地区
地域学習会

クイズ、説明、朗読劇などを参加した人たちが熱心に聞いていました。

11/20 宮田地区
男性料理教室

田地区社会福祉協議会のご協力のもと、悪戦苦闘しながらも料理作りに取り組み、大変おいしくできました。

11/27 稲積地区
男性料理教室

女性講師の方に教わりながら、和気あいあいとした雰囲気、料理教室を無事に終わることができました。

12/19 第2回
全体研修会

射水市新庁舎の見学と、射水市の推進員の方との意見交換会を行いました。

コラム

「何をする？」

十二町地区
加納 富士子

何も分からないまま推進員を引き受けてから一年が過ぎ、男女共同参画活動の大切さがやっと分かってきたように思います。

今、少子高齢化が進み、人口減少が進んでいる現状を見ると、女性の力がますます必要とされる時代であることは間違いありません。

日常や社会の中で、「あれもこれもできない」と思うより、「大丈夫、できる」と思えるように、固定的な役割分担の意識を変え、今までしてこなかったことに挑戦してみるのも良いのではないかと思います。

これまでの男女の役割意識を変えることで、お互いの変化、大切さが改めて分かり、お互いを尊重できるのではないのでしょうか。自分ができることを見つけて、一歩踏み出すことから始めませんか。

久しぶりの奉仕活動

湖南地区
横江 和雄

今年も推進員を引き受けましたが、春から体調を崩して、研修会や会合に出席できませんでした。

しかし、9月10日のすわ苑の清掃奉仕の案内をもらい、今年初めて参加できました。私たち男性は、送迎用バスや乗用車数台の清掃を担当しました。皆さんとともに、車内や車外を心を込めた作業でとてもきれいに磨き終え、私自身、役割を果たすことができ、今まで十分に参加できなかったという気持ちが少し楽になった気がしました。これからもできるだけ活動に参加できればと思います。



2/11

自分の意見を堂々と
青少年意見発表大会

第 43 回氷見市青少年意見発表大会がいきいき元気館で開かれ、児童や生徒ら 6 人が学校生活や日常の体験を通して思ったことを発表しました。

この大会は、日常生活を振り返ることで、家庭や社会の中で自ら果たすべき目標を見出し、郷土愛を持った情操豊かな人間を育てることを目的としています。

会場に詰めかけた人たちは、発表者のさまざまな体験から得た考えや意見に聴き入っていました。



1172

2/11

プロの技を学ぶ
奥田政行シェフの料理教室

奥田政行シェフの料理教室が創作工房ひみで開催され、25 人が参加しました。この教室は、市が進めている魚食文化リーディングプロジェクト（32 号）における取り組みの一つとして、家庭での魚を使った料理の普及を目的に企画したものです。

この日のメニューは「スルメイカとミブナのフェデリーニ」「ブリのスープ」「ヤーコンと氷見牛の炒め」「キウイモのピクルスとスルメイカのブルギニョンバター」「カワハギとキャベツのペペロンチーネ」。魚のほかに肉や野菜など、冬の氷見のなじみ深い食材が“奥田マジック”にかかって大変身。テーブルに次々と料理が運ばれ、試食した参加者から感嘆の声があがっていました。

また、野菜ソムリエコミュニティ富山代表の倉田真理子さんとともに、食材の選び方のコツや料理へのこだわりなどをユーモアあふれる表現で披露され、参加者は熱心にメモをとったり質問したりしていました。



「地元で手に入りやすいカワハギは、日頃みそ汁にしたり焼いたりするくらいしかないと考えていましたが、今回参加して料理の幅が広がります。」



参加者
儀島由佳子さん

参加できなかった人のために…レシピの一部をご紹介します！

カワハギとキャベツのペペロンチーネ（4人分）

材
料

カワハギ 2 尾、イカ 1 匹、キャベツ 1/4 個、パスタ 160g、オリーブオイル 大さじ 4、ニンニク 10g、ブラックペッパー 少々、天然塩 少々



つ
く
り
か
た

- ①イカ、カワハギは、身を 1cm の細切りにして、塩をふる。
- ②キャベツの葉を一口大に切り、湯通しして、塩をふる。
- ③フライパンにオリーブオイルとスライスしたニンニクを入れて炒め、香りが油に移ったら、ニンニクを上げる。
- ④③のオリーブオイルでイカにさっと火を通したら、イカを上げる。
- ⑤④のオリーブオイルでカワハギにさっと火を通したら、カワハギを上げる。
- ⑥ゆでたパスタをボールに入れ、②のキャベツ、④のイカ、⑤のカワハギと⑤のオリーブオイルをからめ、ブラックペッパーを混ぜ、塩で味を調えたら出来上がり。

ポイント

★新鮮な魚介（刺身にできる程度）は、火を通しすぎないこと。



※北陸ブロック都市景観形成推進協議会は、北陸 3 県の 54 団体の市町村、国土交通省北陸地方整備局、富山、石川、新潟県で構成され、うるおいや魅力ある個性豊かなまちづくりを推進するため、都市景観形成に関する情報交換・職員の研鑽・施策の推進に役立てることを目的として、今年で 27 回目の開催となります。今回の開催は、氷見市が現在検討している「氷見市景観計画（案）」の事前周知として、公開形式で行われました。

※「氷見市景観計画」の上位計画となる「氷見市景観基本計画」が平成 28 年 6 月に策定されました。良好で、氷見らしい景観の形成を目指し、市民・事業者・行政が一体となって取り組んでいくための、理念と方針を定めた計画です。市ホームページでぜひご覧ください。

2/3・5

山本キメさん、藤賀ゆきさん
満百歳おめでとうございます

1171

上余川の山本キメさん（大正 6 年 2 月 5 日生まれ）の満百歳のお祝いが 2 月 3 日、家族や利用者の皆さんが見守る中、エルダーデイサービスセンターで開かれました。

前辻副市長から祝い状や記念品、花束を受け取ったキメさんは、「お祝いをしてくれて、大事にしてもらってありがたいです」とほほ笑みました。

キメさんは 22 歳で喜市さん（故人）と結婚し、出稼ぎや家政婦などをして 80 歳近くまで働き、4 人の娘を育て上げました。現在は孫 7 人、ひ孫 5 人に恵まれ、穏やかな日々を過ごされています。

毎日歩いて体を動かすことや、三度の食事をきちんと食べることが健康の秘訣ということです。



柳田の藤賀ゆきさんが 2 月 5 日に満百歳の誕生日を迎えられ、前辻副市長が自宅を訪問し、長寿のお祝いをしました。家族や親戚が見守る中、副市長から祝い状や記念品、花束などが贈られました。また、柳田 6 組自治振興委員の小橋陽明さんがお祝いにおわら節を披露しました。

ゆきさんは、中央町生まれ。用務員として稻積小学校や宮田小学校に勤務し、子ども 2 人、孫 3 人、ひ孫 3 人に恵まれました。お風呂に入ることが大好きで、お刺身を食べることが長寿の秘訣とのこと。二男の妻で、現在一緒に生活している美代子さんは「皆さんに祝福されて、本人も喜んでいています」と話しました。

・イベント・講座・入園料

美術協会のイベント

美術協会事務局
☎090-5171-6125

第32回氷見市造形芸術センター
受講者展

期間 3月1日(水)～10日(金)
場所 プラファシヨッピングセンター
内容 平成28年度の講師と受講生の作品約300点の展示
春待つあいやま展

期間 3月5日(日)～31日(金)

(※水曜日)

場所 あいやまガーデンレスト

ラン2階ギャラリー

料金 無料

内容 12月にあいやまガーデンで描いた子ども絵画教室の作品40点の展示

海浜植物園のイベント

海浜植物園 ☎91-0100

雪割草展

期間 3月8日(水)～13日(月)

内容 雪割草の愛好者が丹精込めて育てた雪割草の展示
入園料 無料

椿展

日時 3月18日(土)～20日(月・祝)

※20日(月・祝)は午後3時まで

内容 氷見つばき愛好会の皆さんによるヤブ椿や園芸種の椿

竹細工の一輪さしなどの展示

※19日(月)は、曇天(200円)もあります。

入園料 無料

ひょうたん展

期間 3月24日(金)～5月8日(月)

午前9時～午後5時

内容 氷見ひょうたん同好会の皆さんの作品展示

入園料 大人200円、中学生以下無料

運動実践教室「家庭でできる優しい筋トレ」
健康課 ☎74-8062

生活習慣病を予防するために運動を始めてみませんか?

日時 3月14日(火) 午後1時30分～2時30分

場所 いきいき元気館

定員 30人(先着順)

講師 健康運動指導士 三輪厚子氏

持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装

料金 無料

申込 3月10日(金)までに電話でお申込みください。

ひみでまわつちみ新聞 Vol.10
商工業・しごとづくり・J・J・U・ターニ応援課 ☎74-8075

新聞の見出しや記事をみんなで読み、気になった記事を貼り合わせて自分たちだけの新聞を作ります。

1週間のニュースを語り合ったり、身近な話題をシェアしたり、見出しで遊んで5・7・5など、楽しみ方は集まった皆さん次第!

日時 3月17日(金) 午後6時30分～8時

場所 まちづくりバンク

(氷見市中央町9-1)

料金 300円(パン・コーヒーなど実費)

主催 ひみの〇活実行委員会

申込 電話またはまちづくりバンクのフェイスブックページでお申込みください。

地産地消のお料理講座
春の彩り膳
創作工房ひみ ☎73-7250

日時 3月19日(日) 午前9時30分～午後0時30分

場所 創作工房ひみ

定員 20人(先着順)

料金 1500円(材料費込)

講師 食菜倶楽部 代表 藤田京子さん

持ち物 エプロン、三角巾、内履き、筆記用具

申込 3月12日(日)までに電話でお申込みください。

文化財センター一般公開
教育総務課 ☎74-8211

文化財センターでは、国登録有形民俗文化財「氷見及び周辺地域の漁撈用具」をはじめ、氷見市を中心に集められた農具や生活用具などの収蔵・展示をしています。一般公開日には学芸員が随時解説を行います。

日時 3月25日(土)

午前9時～午後4時

場所 氷見市中田645番地

(旧女良小学校)

料金 無料

募集

手話講習会(基礎講座)
受講生募集
福祉介護課 ☎74-8113

対象 入門講座を修了している人

期間 平成29年4月4日(火)～平成30年3月20日(火)

隔週火曜日(全26回) 午後7時30分～9時

場所 いきいき元気館

料金 3240円(テキスト代)

定員 15人(先着順)

申込期間 平成29年3月1日(水)～24日(金)

試験項目 受付時にお知らせします。

※詳しくはお問い合わせください。

保健・福祉

医療保険の資格が変わったら届出をしましょう

市民課 ☎74-8061

国民健康保険の加入

社会保険等資格喪失連絡票、認印、届出人の本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、パスポートなど)をご持参ください。本人確認ができない場合、健康保険証は世帯主あてに簡易書留で送付します。

国民健康保険の脱退

国民健康保険証と職場の健康保険証 職場の健康保険証が未交付の場合は、加入日などが確認できる証

高岡地区広域圏 イベント情報

●山町筋ひなまつり(高岡市)

日時 3月11日(土)、12日(日) 午前10時～午後5時 ※12日(日)は午後4時まで

場所 山町筋一帯

内容 ①町屋のおひな様ギャラリー、②講演会…12日(日)午後2時(高岡御車山会館)、③ひなまつり茶席…午前10時～午後4時(土蔵造りのまち資料館) ※茶券500円(当日600円)はピューティヤソブ、スーパー守山町店、若森質店、大野屋、丸和で販売

【問合せ】土蔵造りのある山町筋まちづくり協議会 ☎22-0033、商業雇用課 ☎20-1289

●公募2016 アートハウスおやべ現代造形展(小矢部市)

期間 3月4日(土)～26日(日) 午前10時～午後5時 ※会期中の水曜休館

場所 アートハウスおやべ(クロスランドおやべ内) および建物周辺

入場料 無料

内容 平面、立体、インスタレーション。3つのジャンルで募った作品を屋内外で展示し、クロスランドおやべ・アートハウスおやべの空間を生かした作品たちをお楽しみいただけます。

【問合せ】クロスランドおやべ ☎68-0932、アートハウスおやべ ☎53-5344

七尾市 イベント情報

●第14回花嫁のれん展

結婚式当日、嫁ぎ先の仏間にかける婚礼道具「花嫁のれん」。嫁入りの際にのれんをくぐる事が幕末から続くといわれる風習です。期間中は、商家・民家の屋内に百数十枚もの「花嫁のれん」が展示されます。

また、開幕当日には、晴れの日を迎える新郎新婦が通りを練り歩く「花嫁道中」が執り行われます。

期間 4月29日(土・祝)～5月14日(日)

※最終日午後5時まで

場所 一本杉通り

【問合せ】一本杉通り振興会事務局 ☎0767-53-8743



確定申告、事業経営、事業承継、人事労務、相続・贈与など

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 3月4日(土) 午前9時～正午

場所 田中会計ビル(建615)

予約 前日までに電話で ※次回は4月8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 TOMS 社労士事務所
☎91-1700(担当:橋本) <http://www.toms-web.co.jp>



廃車・事故車 売れない車、その場で現金買い取り

事故車 下取車 眠ったままの車 無料で査定します

どんな車も一度お見せください!

●廃車登録の諸経費、引き上げ費、運搬費も全て無料! ●リサイクル税や自動車税未納、書類不備の車もご相談ください。

新車・中古車販売・車買取 ファミリーオート

お気軽にお問い合わせください ☎076-464-5100
氷見営業所 氷見市十二町347-9 本社 富山市安養寺1296-1

見積り無料

買い取り料金例
普通車(排気量2,000cc以上) 20,000円～
普通車(排気量2,000cc未満) 12,000円～
軽4(書類付きに限る) 5,000円～
トラック系(書類付きに限る) 50,000円～
※その他の車両はご相談ください

富山県知財総合支援窓口

中堅・中小企業のみなさまを支援します!

〇技術やデザインを権利化したい 〇海外進出するが模倣が心配

〇商品のネーミングを保護したい 〇地域ブランドを商標登録して守りたい

〇技術、ノウハウの流出を防ぎたい …など

知財活用支援員と知財専門家(弁理士、弁護士等)が問題解決をサポートします。お気軽にご相談下さい。

【お問い合わせ・申込先】一般社団法人 富山県発明協会
高岡窓口: 高岡市二上町150 富山県工業技術センター内 TEL・FAX0766-25-7259
富山窓口: 富山市高田527 富山県総合情報センター内 TEL・FAX076-432-1119



あなたの声をお聴かせください

スマートフォンやタブレットから「市への意見や要望、提案」を投稿できるアプリケーション「ひみボイス」をご活用ください。

投稿した内容・場所・対応状況などの情報は、ひみボイスアプリと氷見市市民の声・市民要望公開システムで見ることができます。

【問合せ】秘書・市民とともに創る未来政策課 ☎74-8012



海浜植物園だより

氷見ツバキ愛好会 会員募集

氷見ツバキ愛好会は、美しく咲くツバキを知り、育て、守ることを目的に活動しているグループです。主な活動としては、海浜植物園での椿展の開催、ふれあいの森横の椿園の手入れ、ツバキの栽培研修などを実施しています。

氷見市にツバキの名所を増やし、美しいツバキが咲き誇る地域としていくために、私たちと一緒に活動していただける方を募集しています。年会費は1,000円です。興味のある方は、3月18日(土)から20日(月・祝)まで開催する「椿展」にご来場いただくか、氷見ツバキ愛好会会長の川本さん(☎74-3820)にお問い合わせください。



消防からのお知らせ
消防本部 ☎74-83000
「消しましょう その火その

① 特例で認められているものの以外の野焼きはしない
② 火気の使用中はその場を離れ

職場でのトラブル無料相談会
富山県労働委員会
☎076-444-2172
日時 3月11日(土) 午前10時～午後3時
場所 富山県民会館6階(富山市新総曲輪4-18)
対象 県内事業所の労働者と事業主
相談内容 解雇や雇止め、賃金カットなど労使間の労働条件に関するトラブル

※前頁の表の区域外の医療機関で受診した場合は、償還払い(医療機関でいったん医療費の自己負担額を支払い、その後市役所で払戻しの手続きを行う)となります。

軽自動車税の減免申請を受け付けます
税務課 ☎74-8041
次の軽自動車を所有し一定の条件を満たす場合、申請により軽自動車税を全額免除します。
対象となる軽自動車
① 身体に障害のある人(18歳未

お知らせ
富山県健康・福祉人材センターでは、福祉の資格や仕事の内容、福祉の職場について、興味、関心を持っている人を対象に、「福祉・介護のお仕事相談コーナー」を開設し、当センターキャリア支援専門員が対応しています。相談は無料です。お気軽にご利用ください。
開催日時 毎月第1木曜日
※祝日の場合は変更になりますのでお問い合わせください。
午前9時30分～午後4時
場所 ハローワーク氷見

福祉・介護のお仕事相談コーナー
富山県健康・福祉人材センター
☎076-432-6156
富山県健康・福祉人材センターでは、福祉の資格や仕事の内容、福祉の職場について、興味、関心を持っている人を対象に、「福祉・介護のお仕事相談コーナー」を開設し、当センターキャリア支援専門員が対応しています。相談は無料です。お気軽にご利用ください。

明書、認印をご持参ください。
※手続きについての注意事項など詳しくは「すこやか」3月号をご覧ください。

スポーツ保険に加入しませんか
スポーツ・オリンピック誘致マネジメント室 ☎74-8446
対象となる事故
団体活動中の事故など

※減免の対象となるのは、普通車も含めて1人1台までです。
※減免は毎年申請が必要です。昨年申請した人には、3月下旬に申請用紙を送付します。昨年の申請内容に変更がなければ、継続申請書のみで減免申請ができます。

④ 心身に障害のある人が利用するために構造変更した軽自動車など
※障害の程度などにより、減免の対象とならない場合があります。
受付期間 4月3日(月)～5月31日(水)
受付場所 税務課窓口(継続申請の場合は郵送可)
提示書類など
車検証(平成29年4月1日現在所有するもの)、障害者手帳、運転免許証(運転者のもの)、印鑑、通院・通学証明書(初めての申請で、障害者以外の方が運転する場合)

満の場合は生計を一にする人も含む
② 知的または精神に障害のある人(生計を一にする人も含む)
が所有する軽自動車
③ 公益のために使用する軽自動車
④ 心身に障害のある人が利用するために構造変更した軽自動車など
※障害の程度などにより、減免の対象とならない場合があります。

ひみの商店街からこんにちは

南上共栄会 会長 西田 謙三さん(ヘアーズエミ)



「お客様の健康と自身の元気のためにがんばります！」
「お客様の希望にかなった仕事ができれば大満足です」と話す美容師の西田さん。昭和47年に開店した美容院を、12年ほど前に改装。商店街でひときわ目を引く華やかで明るいお店は、お客様の気分を盛り上げるようなデザインにしようと、家族みんなで考えたそうです。「常連さん担当は自分と奥さんで、ヤング担当は娘夫婦」という、まさに美容師一家。「娘たちのように若い人がたくさん商店街に入ってきて、まちに活気ある変化をつけてくれれば」。この店の雰囲気と同じ、温かいまなざしでまちを見つめています。



コミュニティ助成事業は、一般財団法人自治総合センターが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として実施しています。
上伊勢町内会ではこのコミュニティ助成金を活用して、これまで

コミュニティ助成事業の活用(報告)
秘書・市民とともに創る未来政策課 ☎74-8013
ず、使用後は完全に消火する
③ 強風時はみだりに火気を使用しない

加入方法 スポーツ・オリンピック誘致マネジメント室
ふれあいスポーツセンターに置いてある加入依頼書によりお申込みください。加入手続きについては、(公財)スポーツ安全協会のホームページをご覧ください。

※平成29年4月1日以降の申込みは、加入手続日(※)の翌日の午前0時から補償対象となりますが、終期は平成30年3月31日午後12時までです。
(※) 加入手続日とは、指定銀行窓口で振り込んだ場合は振込日を、指定銀行窓口以外で振り込んだ場合は掛金の振込日または加入依頼書を同封した封筒の消印日のいずれか遅い日となります。

② 大人(高校生以上)・・・(64歳以下C)1850円、(65歳以上B)1200円、(文化・ボランティアなどA2)800円
③ 全年齢・・・(危険度の高いスポーツ活動D)11000円
受付期間 平成29年3月1日～平成30年3月30日
※平成29年4月1日以降の申込みは、加入手続日(※)の翌日の午前0時から補償対象となりますが、終期は平成30年3月31日午後12時までです。

※保険要件については、「スポーツ安全保険のあらまし」をご確認ください。
保険期間 平成29年4月1日～平成30年3月31日
掛金
① 子ども(中学生以下)・・・(A1)800円、(個人活動中も対象AW)1450円
② 大人(高校生以上)・・・(64歳以下C)1850円、(65歳以上B)1200円、(文化・ボランティアなどA2)800円
③ 全年齢・・・(危険度の高いスポーツ活動D)11000円
受付期間 平成29年3月1日～平成30年3月30日
※平成29年4月1日以降の申込みは、加入手続日(※)の翌日の午前0時から補償対象となりますが、終期は平成30年3月31日午後12時までです。

3月市議会定例会
■ 本会議 3月1日(水)、6日(月)、7日(火)、14日(火)
「テレビ放送」ひみちゃん9
① 生放送 本会議開催日の午前10時～
② 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
建設防災委員会 8日(水)
政策厚生委員会 9日(木)
総務まちづくり委員会 10日(金)

の長期間の使用により、劣化が著しい曳山の車輪を焼嵌で修理しました。車輪の取付けには地域住民ら約20人が参加しました。この夏の祇園大祭の曳山の巡行から使われ、地域への愛着が深まるとともに、地域内の交流がより一層広がること期待されます。

加入方法 スポーツ・オリンピック誘致マネジメント室
ふれあいスポーツセンターに置いてある加入依頼書によりお申込みください。加入手続きについては、(公財)スポーツ安全協会のホームページをご覧ください。

※平成29年3月31日以前に発行された福祉医療費請求書(ピンクの用紙)でも、そのまま使用することができます。

子ども医療費助成制度のお知らせ
子育て支援課 ☎74-8117
平成29年4月1日から福祉医療費請求書(ピンクの用紙)を使用できる範囲が拡大されます。1歳から中学3年生までのお子さんについて、通院・入院ともに県西部6市内の医療機関で、ピンクの用紙が使用できるようになります。

3月マイナンバー対応
臨時窓口のお知らせ
市民課 ☎74-8051
平日 午前8時30分～午後5時15分(金曜日は午後7時まで延長)
日曜日 12日 午前9時～正午



ひみナイト
東京で開催し、都市住民に氷見市の食材やくらしをPR

最終の3年目を迎えて市内で起業・実践を計画している隊員もいます。隊員とともに取り組むたいことがありましたら担当課にご相談ください。
市内イベントである「ひみ永久グルメ博」や「湾岸サイクリング」での出店をはじめ、協力隊が企画した「納屋フェス」や「ひみナイト」映像づくり教室」の開催、地域資源を活かしたツアーや特産品開発、外国人留学生インバウンドの企画など、新しい発想とさまざまな技能を活かした魅力的な活動を実施しています。

平成27年からスタートした氷見市地域おこし協力隊は4月で3年目を迎えます。平成27年度に6人、平成28年度には9人の隊員が市内に移住して、地域おこし活動を行っています。
市内イベントである「ひみ永久グルメ博」や「湾岸サイクリング」での出店をはじめ、協力隊が企画した「納屋フェス」や「ひみナイト」映像づくり教室」の開催、地域資源を活かしたツアーや特産品開発、外国人留学生インバウンドの企画など、新しい発想とさまざまな技能を活かした魅力的な活動を実施しています。

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 氷見市窪436-1窪ビル204 ☎91-5610 広告
富山県弁護士会所属 弁護士 白木謙一 相談の際は電話でご予約ください

*** 剪定講習会を開催します *** 広告
初心者歓迎！受講料無料です。
日時：平成29年4月13日(木)～14日(金) 9:30～15:30
場所：シルバー人材センター会議室、市内公園
定員：10名(60歳以上の方優先)
申込：4月10日(月)まで(応募多数の場合は抽選となります)
【申込・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番地 ☎74-8408

おはなし会 「いずみの会」の紙芝居・本の読み聞かせ

【日時】 3月25日(土) 午後2時～

【場所】 児童読書室

●日本まじゅう紀行 弟子吉治郎／著 青弓社

●小学校最初の3年間で本当にさせたい「勉強」 中根克明／著 すばる舎

●「家づくりにかかるお金」のすべてがわかる本 主婦の友社／編刊

●すぐ試したくなる！実戦心理学大全 おもしろ心理学会／編 青春出版社

スウガク なんて役に立ちますか？

杉原厚吉／著 誠文堂新光社

ジャンケンに勝てる確率を増やす方法、スキのコブをうまく滑る数学のコツ、数理的に教えるプランコの上手な書き方など、スウガクの思考のポイントを解説する。毎日の生活、趣味、仕事場で役に立つ技を紹介。

天然おくすり

池田明子／監修 学研プラス

体のさまざまな不調を、身近な食材や植物の力で整える。胃のもたれにレモングラスの香り、目の疲れにラベンダーの湿布ケアなど、症状別に自然の処方方で悩みを解決。ハーブティー、精油、アロマバスなど、すぐに使える実践法を紹介。

手帳の選び方・使い方

館神龍彦／著 樫出版社

手帳の選び方から使い方がイチから分かる指南書。デジタルツール全盛の時代だが、あえて「手書き」の手帳を選ぶ。そのメリットを解説する。デジタルツールとあわせた使い方も紹介している。



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 午前10時～午後5時

【今月の休館日】 6日(月)、13日(月)、20日(月・祝)、27日(月)、31日(金)

【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

☆返していない本はありませんか？

返却期限が過ぎている本がお手元にありましたら、お返しくください。その本を読みたくて、待っている人がいるかもしれません。閉館時は、ブックポストへ入れると返却になります。

また、氷見市立図書館のホームページで、ご自身の未返却本が確認できます。ログインの際には、利用者カード番号と生年月日(西暦)を入力してください。ご不審の点がありましたら、お尋ねください。

ケーブルテレビ ひみちゃん9 (氷見市広報番組) 9ch / 091ch

放送開始時間	2月26日(日)～3月4日(土)	5日(日)～11日(土)	12日(日)～18日(土)	19日(日)～25日(土)	26日(日)～4月1日(土)
①午前8時 ②正午 ③午後6時 ④午後11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6時 ②午後3時 ③午後8時	新文化施設基本計画案市民発表会 2月19日にいきいき元気館で行われた、新文化施設の基本計画案の概要説明の様子を紹介します。	見えるわかる 氷見市政ナビゲーション 市政や事業の内容をわかりやすく解説します。	春中ハンド出場校紹介 春の全国中学生ハンドボール選手権大会に出場する男子西條中、北部中、女子十三中、北部中の4チームを紹介します。	博物館特別展「四角い古墳・丸い古墳」－王墓の時代の氷見－ 3月4日に行われた解説会の模様を紹介します。	ひみぶりっこてれび 保育園の楽しい様子やおいしく食べる園児の様子、簡単なおもちゃの作り方、楽しい遊びなどを紹介します。

※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。

ケーブルスマホ

月額基本料金が **1,880円** (3GB)

専用アプリで国内通話が半額！
通話30分につき 20円 → **10円** に！
の国内通話料が...

今なら 初期登録料 **無料!**
(端末購入者のみ)

黒 白 ピンク

一括払い **32,800円** 24回分割払い **1,380円/月**

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



健康ライフ

健康課 ☎74-8062

第2次氷見市
ヘルスプラン21
マスコット
キャラクター



平成29年度 健康づくりボランティア養成講座受講生募集!

健康のために役立つ内容がたくさん講座です。健康づくりの第一歩に、あなたも参加してみませんか？

男性もぜひご参加ください!

保健栄養教室

食生活を中心とした講義や調理実習を通して「健康づくり」について学びます。

塩分やカロリーを控えるコツなど、毎日の食事に役立っています。



修了した人には、「食生活改善推進員(健康づくりボランティア)」として地区での健康づくり活動のお手伝いをお願いしています。

ヘルスアップ教室

血圧測定やウォーキングなどの講義と実習を通して「健康づくり」について学びます。



正しい血圧測定の方法がわかるよ!

修了した人には、「ヘルスボランティア(健康づくりボランティア)」として地区での健康づくり活動のお手伝いをお願いしています。

健康づくりボランティアの活動内容については、「すこやか」3月号(全戸配布)に掲載されていますのでご覧ください。

申込 4月24日(月)までに電話でお申込みください。

定員 各教室30人(合同で実施する講義もあるため、同時に両方の教室を受講することも可能です。)

その他 各教室とも、年間7回程度開催します。教室は6月上旬頃、開講予定です。

保健栄養教室については調理実習のため、1回につき200円(材料費)を負担していただきます。

市民病院だより

金沢医科大学氷見市民病院 ☎74-1900

3月9日(毎年3月第2木曜日)は世界腎臓デー

腎臓内科 准教授 齋藤 淳史

世界腎臓デーとは、腎臓病の早期発見と早期治療の重要性を啓発する目的で2006年より開始された活動です。今年は3月9日(毎年3月第2木曜日)が第12回の世界腎臓デーです。この日に前後して、世界中の国々で腎臓病についての学習会が開催されています。

さて、皆さんは「透析治療」という言葉をご存じでしょうか。この「透析治療」とは慢性腎不全(腎臓の働きが悪くなり回復できない状態)に対する腎代替療法(腎臓の代わりをする治療)の一つです。わが国では2015年末現在、約32万5千人の方が治療を継続されています。この、慢性腎不全になったきっかけの病気が大きな問題だと考えられます。もっとも多くを占めるのは糖尿病で、全体の38.4%になります。また、高血圧による腎不全の割合も9.5%と比較的多くみられます。すなわち、「生活習慣病」の代表である糖尿病と高血圧が原因で「透析治療」が必要となった患者さんの割合が約半数(47.9%)に上るのです。もちろん、糖尿病や高血圧の患者さん全てが慢性腎不全に陥るわけではありません。慢性腎不全に陥った患者さんの多くは20～30年の時間を経て慢性腎不全に至っています。このように長い期間のうち、早い段階

から適切な治療を受け、糖尿病であれば良好な血糖管理で、高血圧であれば十分な降圧管理で慢性腎不全が予防できるといえるでしょう。一方、若くして糖尿病や高血圧を指摘されても十分な治療が行われていない場合は、一生のうちに「透析治療」を経験するリスクが高いと言えます。もし、皆さんの周りに糖尿病や高血圧を指摘されている方がいらっしゃいましたら、ぜひ通院治療を勧めてください。みんなで将来の慢性腎不全を予防していきましょう。

【今月の糖尿病教室】要予約

●日時 3月14日(火) 午前11時から受付開始

●場所 6階大会議室

●内容 講義1「血液検査の見方と合併症診断のための検査」
洲崎 そのみ 臨床検査技師
講義2「糖尿病の病態と治療について」
大橋 香代子 看護師(糖尿病療養指導士)

●定員 15人

※お薬手帳をご持参ください。

【問合せ】 医事課(内線 1024)

1	水	キ	赤ちゃんママのおしゃべりタイム 13:00～15:00
健 むし歯予防教室(フッ素塗布) 受①H27.2月生まれ 13:00～13:15、②H26.8月生まれ 14:00～14:15 場 いきいき元気館 持 母子健康手帳、仕上げ磨き用歯ブラシ、コップ			
2	木	子	こころとことばの講座 10:30～11:00 場 地域子育てセンター
C ミニひなまつり会 10:00～ 予			
な おもちゃを作ろう 10:30～			
3	金	子	ひなまつり会 10:30～11:00 場 地域子育てセンター
た 切り絵講座 9:30～ 予			
4	土		
5	日	子	氷見らぶり～パパ塾 鈴木翼のファミリーコンサート 10:00～ 場 いきいき元気館3階ホール 予
6	月	マ	ベビービクス 14:00～ 予
C 絵本ってたのしいな(よみきかせ) 10:00～			
健 子育てなんでも相談 受13:30～15:00 場 地域子育てセンター			
7	火	マ	桃さんのお食事体験 10:30～ 予
な みんなでリトミック 10:30～			
8	水	子	しあわせピラティス 15:00～15:30 場 地域子育てセンター
は おはなしの部屋 ソムリエのギフトボックス 10:00～			
キ 助産師ママのわらべうた産後ダンス 13:30～ 予			
健 ◎3歳児健診 (H25.8.7～9.12生まれ) 受13:00～13:20			
場 いきいき元気館 持 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ(仕上げ磨き用) ※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。			
9	木	健	むし歯予防教室(フッ素塗布)(H26.2月生まれ) 受13:15～13:30
場 いきいき元気館 持 母子健康手帳、仕上げ磨き用歯ブラシ、コップ			
子 うたのおにいさん 10:30～11:00 場 地域子育てセンター			
マ Kid'sキッチン「お祝いランチ」 10:00～ 予			
C 親子体操教室「マットで遊ぼう」 10:00～ 予			
健 ◎3～4か月児健診 (H28.11.1～11.30生まれ) 受13:00～13:20 場 いきいき元気館 持 母子健康手帳、問診票、バスタオル			
10	金	マ	Kid'sキッチン「お祝いランチ」 10:00～ 予
キ スクラップブックで成長の記録を残そう 9:00～15:00 予			
11	土	健	パパママ体験教室 受13:00～13:15 場 いきいき元気館
持 母子健康手帳、父子手帳 予			
12	日		
マ 黄さんくらぶ「ママのお手製おもちゃであそぼ!」 13:30～			
13	月	た	身体測定、看護師さんのお話し(感染症情報)
な お気軽お茶教室 ①10:30～、②13:30～			
14	火	C	小麦粉粘土で遊ぼう 10:00～
た 身体測定			
15	水	子	こころのお絵かき講座 10:30～11:00 場 地域子育てセンター
キ ラクラク離乳食講座(7～12か月) 予			
16	木	マ	みんなの広場「みんな大きくなったね! in ドーム」 10:00～ 予
た 「たんぽぽの会」 桃ぼぼちゃん、黄ぼぼちゃん			
子 ありがとうヨーガ 10:00～11:00 場 いきいき元気館内			
親 親子健康ルーム(健診のお部屋) 予3月1日から窓口にて			
17	金	た	「たんぽぽの会」 青ぼぼちゃん、赤ぼぼちゃん
18土～20日の予定はなし			
21	火	健	すくすく相談 場 いきいき元気館 予
た ワクワクウィーク(製作) ※24日まで実施			
22	水	キ	赤ちゃんママのおしゃべりタイム 13:00～15:00
な わくわく講座 10:30～			
健 ◎1歳6か月児健診 (H27.8.23～9.18生まれ) 受13:00～13:20 場 いきいき元気館 持 母子健康手帳、問診票、仕上げ磨き用歯ブラシ ※希望者に歯のフッ素塗布(800円)を行います。			
23	木	子	ハッピーイングリッシュ 10:30～11:00 場 地域子育てセンター
24	金	キ	親子エクササイズ&ママの美ボディ講座 10:00～ 予
25土～26日の予定はなし			
子 入園お祝い会 ①10:30～、②15:00～			
マ ベビービクス 14:00～ 予			
27	月	は	ふれあいランドのお別れ会 10:00～
た 3月生まれの子と親のお誕生会 10:00～			
28	火	子	入園お祝い会 ①10:30～、②15:00～
29	水	子	入園お祝い会 ①10:30～、②15:00～
キ 赤ちゃんママのおしゃべりタイム 13:00～15:00			
30	木	子	入園お祝い会 ①10:30～、②15:00～
31	金	子	入園お祝い会 ①10:30～、②15:00～
す 大きくなったね会 10:00～			

MON 月	TUE 火
催 ふれスポ教室無料体験会(ウェーブストレッチ) 10時	知 3月市議会定例会(本会議) 25時
知 3月市議会定例会(本会議) 25時	6
催 ふれスポ教室無料体験会(ウェーブストレッチ、HIPHOP) 10時	知 運動実践教室「家庭でできる優しい筋トレ」 22時
	知 3月市議会定例会(本会議) 25時
	催 糖尿病教室 26時
13	14
春分の日	申 臨時福祉給付金(経済対策分)申請開始(～6月30日) 12時
知 ぶり奨学プログラム説明会 11時	
催 ふれスポ教室無料体験会(ウェーブストレッチ) 16時	
知 春季火災予防運動(～26日) 25時	
催 パンで! HIMI×KOI×DEAI 2017春 20時	
知 氷見市長選挙期日前投票(～4月1日) 18時	
27	28

休日診療当番医(9:00～17:00)

5日	高木内科医院(内・呼・消・循)	大野	☎72-8686
日	川淵歯科医院	高岡市	☎24-1110
12日	中村記念病院(内)	島尾	☎91-1307
日	加藤歯科医院	伊勢大町	☎74-2450
19日	嶋尾内科医院(内)	阿尾	☎72-0622
日	島田歯科医院	高岡市	☎64-2172
20日	河合内科医院(内)	中央町	☎74-5178
月・祝	山下歯科クリニック	高岡市	☎63-8148
26日	広瀬外科医院(外・整)	本町	☎74-2600
日	わだ歯科医院	射水市	☎55-8677

※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。

健康課 ☎74-8062
氷見市地域子育てセンター ☎74-8453
マヤ子育て支援センター ☎74-7550
は 親と子のともだちサロンはやかわ ☎76-2613
C Chu・Chu サークル ☎74-1422
キラキラキッズサロン ☎72-5674
す すくすくサロン ☎91-1277
たんぽぽサロン ☎91-1301
な なかよし & すまいる ☎74-8435

◎: 健診
なし: その他
予 要予約
受 受付
場 場所
持 持ち物

3月のカレンダー

WED 水	THU 木	FRI 金	SAT 土	SUN 日
申 総合型地域スポーツクラブふれんず平成29年度会員募集開始 16時		催 博物館 特別展「四角い古墳・丸い古墳」(～26日) 17時		催 春待つあいやま展(～31日) 22時
申 中央公民館各講座申込開始(～31日) 17時				
催 第32回氷見市造形芸術センター受講者展(～10日) 22時				
申 手話講習会(基礎講座)受講生募集開始(～24日) 22時				
申 スポーツ保険申込開始(～平成30年3月30日) 23時				
知 3月市議会定例会(本会議) 25時	2	3	4	5
催 雪割草展(～13日) 22時				
知 3月市議会定例会(建設防災委員会) 25時				
知 3月市議会定例会(政策厚文委員会) 25時				
知 世界腎臓デー 26時				
	8	9	10	12
知 ぶり奨学プログラム説明会 11時				
催 観光ボランティアガイド養成塾第5回講座 19時				
	15	16	17	18
	22	23	24	26
	29	30	31	
		知 証明書自動交付機(市庁舎内)終了 14時		

各種相談

問合せ 市民課 ☎74-8010

● 住宅相談

3月2日(木) 10:00～15:00

場所 市役所カンファレンス1

● 裁判所の出張手続き案内(要予約)*

3月22日(水) 9:00～12:00

※予約の受付は、17日(金)までに富山地方裁判所高岡支部(☎22-5151)へ

場所 市役所カンファレンス1

● 行政相談

毎週月曜日 13:30～16:00(※20日)

場所 市役所カンファレンス2

● 人権相談

3月9日(木) 13:30～16:00

場所 市役所カンファレンス2

● 無料法律相談(要予約)*

3月16日(木) 13:00～16:00

※予約の受付は、前日 8:30 から ☎74-8010 で(初めての人のみ)

場所 市役所カンファレンス2

● 多重債務法律相談(要予約)*

3月16日(木) 16:00～17:00

※予約の受付は、前日 8:30 から ☎74-8010 で

場所 市役所カンファレンス2

● 年金相談

3月8日(水) 10:00～15:00

場所 市役所カンファレンス3・4

人口と世帯数

2月1日現在。()内は前月比

総人口 49,026人(～79人)

男 23,402人(～53人) 女 25,624人(～26人)

世帯数 17,656世帯(～11世帯)

※外国人も含めています。

人口動態

1月

出生 17人 死亡 70人

転入 47人 転出 73人

交通事故発生状況

2月15日現在。()内は前年比

人身事故件数 11件(+4件)

負傷者数 13人(+5人)

死者数 0人(±0人)



…あなたの春も早く恋

【問合せ】 観光交流・若者と女性の夢応援課
☎ 74-8190

パンで！
HIMI×KOI×DEAI
2017春

少人数でパン作りをしながら、楽しく、気軽にコミュニケーション！

料理教室なら、普段の姿を見ることができて、より結婚をイメージできるかも!?

また、「どんな服装ならいいの?」「どうやってしゃべればいいの?」そんな不安を取り除くために、事前の個別相談も実施します(男性は全員、女性は希望者のみ)。

日時 3月20日(月・祝) 午前10時～午後2時
場所 創作工房ひみ

(氷見市北大町25-4)

対象 25歳以上の独身男女

※男性は氷見市在住または在勤で、事前の個別相談を受けられる人

定員 12人(男女各6人)

料金 男性2千円、女性千円

持ち物 エプロン、タオル

申込 3月5日(日)までに下のQRコードから

お申込みください。

※応募者多数の場合は、抽選となります。



※写真はイメージです。



「広報ひみ」読者の投稿による
読者参加コーナー

読者の広場

今月のテーマ (2月号で募集)

「雪の楽しみ方」

(スポーツ、雪遊びなど)

◆今は雪が少ないので楽です。孫と雪だるまを作るくらいです。若い頃はハウス3棟、朝から晩までスコップで雪かきをしていました。雪を楽しみたいと思ってても何もできないで年をとってしまいました。

(夢みる夢子)

◆この時期になると思い出すのは38豪雪です。最近は大雪にもならないので70代までまだまだ健康な私には除雪がとても良い運動になっていきます。雪

が降るとうれしくなるバアバです。時間の余裕もあり楽しんでいきます。(ターチャン)

◆雪の少ない県外にいる孫が、冬の頃氷見に来た時、消雪装置の水が噴き出ている

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5名様に、「図書カード」をさしあげます。(当選者には後日通知します。)

編集後記

大相撲の初場所で、7戦全勝で幕下優勝を果たした高砂部屋(石橋)。3月12日から大阪で開催される春場所で新十両に昇進することが決まり、20年ぶりとなる富山県出身の関取の誕生で、あちらこちらで話題の人…。しこ名を「朝乃山」に改め、今後の活躍に期待が膨らみます。

出身は富山市ですが、実は氷見ゆかりの人なのです。氷見市内に親戚も多く、年に何回も氷見を訪れています。これを聞いたら、市民の皆さんも一段と応援に熱が入りますよね。がんばれ！朝乃山～

広報ひみの感想

◆植物園が近いので、花だよりをみていつも出かけます。(T.S)

◆新成人夢トーク、大変頼もしく感じました。(K.N)

◆子が結婚し、やっと親の任務が終わったと思うものです。子がいまだ結婚に至らず困っているという親にとって「親コン」はまたとない良い企画(機会)だと思います。(J.N・レイ)

◆婚活：経験者は語る、とても参考になりました。(もんもん)

新しくなった氷見市公式ホームページの記事番号検索機能を使ってみよう！

1 広報で気になる記事をチェック



2 ホームページの検索窓で「広報記事番号」を入力



3 広報誌よりも充実した写真や動画などがみられます



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「最近あったうれしい発見」

◆広報ひみの感想など自由にお書きください。お便りは、官製はがきやFAX、Eメールでも受け付けています。
◆次の項目もお書きください。氏名、ペンネームまたはイニシャル、住所、電話番号、★シュリケンはどこ？(2月号の正解は16ページ)
◆応募締切 3月10日(金)必着
◆応募・問合せ
〒935-8686(住所記載不要) 氷見市秘書・市民とともに創る未来政策課市民情報・つぶやき受発信担当 ☎ 74-8012、FAX 74-0692、Eメール shiminyouhou@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。



最優秀作品 山田 依奈ちゃん作品

父手帳のイラストが決定しました！
【問合せ】 健康課
☎ 74-8062

1歳になりました



なかむら かえで
中村 楓ちゃん
伊勢大町



なかの ひびや
中野 響也くん
園



なかたに たつき
中谷 樹紀くん
岩瀬



おおしま なお
大嶋 直くん
加納



たまち りの
田町 莉乃ちゃん
南大町



まえ たいち
前 太智くん
下久津呂



しょうや きょうま
庄谷 京真くん
加納



うえの けいしろう
上野 敬士郎くん
北大町



はました りあ
浜下 莉愛ちゃん
柳田



平成28年3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応募者の氏名・続柄 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) ★ケーブルテレビの番組内での紹介は8月号をもって終了しました。 ■応募締切 3月10日(金) ■申込み・問合せ 〒935-8686(住所記載不要) 氷見市秘書・市民とともに創る未来政策課「1歳になりました」係 ☎ 74-8012 電子メール：shiminyouhou@city.himi.lg.jp



魚食文化リーディングプロジェクト進行中!

氷見市の 家計の消費調査に

ご協力をお願いします

家計の消費調査は、市内の約1万7千世帯から無作為抽出により選定された104世帯を対象に、家計簿調査票にて毎月調査を行っています。その結果は、市内での消費を拡大させるための基礎資料として活用します。

選定された世帯には、職員が直接の依頼をします。調査票や世帯の情報を厳格に管理しますので、ご協力をお願いします。

注意!

氷見市の家計の消費調査をよそおった「かたり調査」にご注意ください。

❗ 氷見市の家計の消費調査では、金銭を要求することはありません。

❗ 銀行口座の暗証番号やクレジットカード番号などをお聞きすることはありません。

❗ 不審に思った際には、回答せず速やかに市担当課までお知らせください。

❗ 調査員は、「調査員証」を必ず携帯し、必要に応じて提示します。

【問合せ】

秘書・市民とともに創る未来政策課
☎ 74-80011

「魚食観光推進分科会」の取り組み

魚食観光推進分科会では、氷見の観光の魅力である魚をよりおいしく味わっていただけるよう、料理やお土産品などの観光商品づくりの検討をしています。

「分科会で取り組んだ内容」

○ 魚料理などの魅力アップ…氷見の魚を使った料理やお土産品としての水産加工品などについて、奥田政行シェフに味付けなどのアドバイスをいただき、観光客が求める商品づくりに取り組んでいます。

○ 魚を使った料理の普及…魚を使った料理を奥田シェフに教えていただき、魚料理が食卓に並び機会が増えるよう取り組んでいます（21ページの「まちの話」で紹介しています）。

〈奥田政行〉



山形県鶴岡市で地元食材にこだわり生産者の顔の見えるメニューを提供するイタリアンレストラン「アル・ケッチアーノ」を経営。庄内の食材を全国に広める「食の都庄内」親善大使として、国内のみならず海外でも活躍。

○ 観光商品開発…魚料理と氷見の景観や地域資源を組み合わせた観光商品を観光関係者をはじめ地域の方々とともに作り上げています。

今後は、氷見の魚を求めて多くの方が訪れる商品づくり、P Rに取り組めます。

【問合せ】

観光交流・若者と女性の夢応援課 ☎ 74-8106



2月10日 試作料理についてアドバイスを行う奥田シェフ⑥

- 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 ☎ 0180-99-7777
- 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)
- ケーブルテレビ
 - ・ 災害時の道路情報 9ch/091ch
 - ・ 火災情報 11ch/092ch

発行・編集

氷見市秘書・市民とともに創る未来政策課
〒935-8686
富山県氷見市鞍川1060番地
☎ 0766-74-8012
FAX 0766-74-0692
ホームページ
<http://www.city.himi.toyama.jp/>
広報メール
shiminjyohou@city.himi.lg.jp
Facebook
<https://www.facebook.com/himicity>

郵便はがき

お手数ですが
52円切手を
貼って下さい

9 3 5 - 8 6 8 6

氷見市

秘書・市民とともに創る未来政策課

市民情報・つぶやき受発信担当 行

(広報ひみ 平成 29 年 3 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

★ シュリケンは何ページ?

興味を持ったコーナー