



# 暮らしの情報

## イベント

**第36回富山矯正展**  
富山刑務所企画部門(作業)  
☎076-429-3744

「社会を明るくする運動」の一環として、犯罪や非行のない明るい社会を築くことを目的に実施します。

**日時** 9月5日(土) 午前9時30分～午後4時

**場所** 富山刑務所

**内容** 施設見学、受刑者の生活状況などのパネル展示、コンピュータによる性格検査、刑務所作業製品の販売、模擬店コーナーなど

**第49回氷見市町内対抗ソフトボール大会**  
氷見市ソフトボール大会  
事務局 森  
☎090-7744-7394

**日時** 8月30日(日) 午前9時～(予備日なし)

**場所** 氷見市旧陸上競技場  
**参加資格** 規定なし  
**費用** 7,000円  
**競技方法** 7回戦トーナメントゲーム  
**ルール** 2015年度スローピッチルール(10人制)を準用  
**申込** 8月17日(月)午後7時30分から電話でお申込みください。

**第53回氷見市美術展覧会の開催&出品作品募集**  
氷見市美術展覧会運営委員会  
事務局 ☎74-8271

**日時** 9月2日(水) 午前10時～午後5時  
9月3日(木)～5日(土) 午前9時～午後5時  
9月6日(日) 午前9時～午後4時30分

**場所** ふれあいスポーツセンター  
**◆作品を募集します**  
**募集部門** 日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真

**資格** 高校生以上の市内在住者、市内勤労・在学者、市出身者  
**出品料** 500円(高校生は無料)  
**出品受付** 次の両日に、ふれあいスポーツセンターまでお持ちください。  
8月28日(金) 午後1時～6時  
8月29日(土) 午前9時～正午

## 講座

**地産地消料理講座**  
創作工房ひみ ☎73-7250

**日時** 8月19日(水)「食中毒を防ぐ料理」  
9月16日(水)「おはぎ作り」

**場所** 創作工房ひみ  
**定員** 20人(先着順)  
**料金** 受講料500円+材料費  
**持ち物** エプロン、三角巾、内履き

**申込** 各教室の月初めから1週間前までに電話でお申込みください。  
※そばアレルギーの人はご遠慮ください。

**幼児食らくらくメニュー講座**  
健康課 ☎74-8062

「野菜を食べない」「少食」など、子どもの食事のことで困っていませんか?簡単に作れるメニューや盛り付け、調理の工夫を紹介します。祖父母の参加も大歓迎です。

**日時** 8月26日(水) 午前10時～11時30分(受付 午前9時45分～10時)

**場所** いきいき元氣館  
**対象** 1～3歳の子どもとその保育者

**内容** 親子で遊ぼう、試食、ミ二育児講座  
**定員** 25組(先着順)  
**申込** 8月19日(水)までに電話でお申込みください。

**運動実践教室「産後ママのひめトレ体験講座」**  
健康課 ☎74-8062

最近、モデルの間で話題の「骨盤底筋」を鍛える体操です。  
**日時** 9月2日(水) 午前10時～11時(受付 午前9時30分～9時50分)

**場所** いきいき元氣館  
**対象** 産後3～9か月のママと赤ちゃん(平成26年12月～27年5月生まれ)

**費用** 無料  
**持ち物** タオル、動きやすい服装  
**定員** 15人(先着順)  
**講師** からだ元氣塾元氣アップトレーナー 長谷田 昌子先生

**申込** 8月3日(月)から電話でお申込みください。  
※定員になり次第締め切ります。

**屋外広告物講習会**  
富山県建築住宅課景観係  
☎076-444-9661

富山県屋外広告物条例に基づいた屋外広告物の表示や設置に関する知識の修得を目的に、講習会を開催します。  
**日時** 8月26日(水) 午前9時30分～午後4時30分

広告 **パソコン出張サポート** 氷見市内出張無料

- ・パソコンのトラブル診断、修復、各種設定
- ・ウイルス対策、迷惑メール防止、データ復元
- ・パソコン、スマホ、タブレットの操作指導
- ・インターネットのお申し込み受付、初期設定

**サポート料金 3,240円～**  
**プレミアム商品券つかえます!**

**SPCスマいるパソコン**

☎(0766) 73-7080 (菊地まで)  
ホームページ <http://www.smilepc.jp>

**「年金情報流出」を口実にした“振り込め詐欺”や“個人情報の詐欺”にご注意ください!!**

「あなたの年金情報が流出している」「流出した年金情報を削除できる」などといった不審な電話や勧誘があっても、相手にせず、すぐに電話を切ってください。この件に関して、日本年金機構や年金事務所からお客様にお電話することやお金を要求することは一切ありません。少しでも不安を感じたら、相談窓口にご相談ください。

◎相談窓口

- ・日本年金機構専用電話窓口(コールセンター) ☎0120-818-211
- ・警察相談専用電話 #9110
- ・氷見市消費生活相談窓口(市民課) ☎74-8010

場所 富山県民会館（富山市新  
総曲輪4番18号）

対象 屋外広告業を営む人また  
は営もうとする人

費用 3,000円（富山県収入  
証紙により納付）

## 募集

求職者支援訓練の受講生  
を募集します

氷見市公共職業安定所  
☎74-0445

募集訓練科 WEB制作・デザ  
イン科

募集期間 8月24日(月)まで

訓練期間 9月30日(水)～2月29  
日(月)

場所 TBS高岡ビジネス  
スクール戸出教室（高岡市戸出栄  
町43番地2）☎0120-6781  
510）  
対象 ハローワークで求職の申

込みをしている人など  
※選考があります。

費用 受講料は無料、テキスト  
代などは必要

## 案内

国民年金保険料の納付は  
口座振替をご利用ください

高岡年金事務所 ☎21-0057  
市民課 ☎74-8054

国民年金の納付に口座振替を  
利用すると、金融機関などに行  
く手間が省け、納め忘れること  
もなく安心です。さらに、口座  
振替には、保険料が割引される  
早割制度や6ヶ月前納、1年前  
納、2年前納もあり、お得です。

平成27年度分の保険料の6ヶ  
月前納を希望する人は、年金手  
帳、通帳、金融機関の届出印をお  
持ちになり、金融機関または年  
金事務所、市民課窓口で8月末

までに手続きをしてください。

後期高齢者歯科健診を  
実施します

富山県後期高齢者医療広域連合  
☎076-465-7504

この健診は、誤嚥性肺炎な  
ど、高齢者に多く発生する病気  
の予防を目的に実施します。虫  
歯の早期発見・治療や歯磨き指  
導などを行い、口内環境を改善  
します。

対象 昭和14年4月1日～15年  
3月31日生まれの人

※対象者には、8月上旬に「歯科健診  
のご案内」などの書類を送付します。

健診期間 9月1日(火)～11月30  
日(月)

※事前に医療機関への予約が必要です。  
実施機関 県内の歯科医療機関  
※一部実施しない医療機関がありま  
すので、送付書類でご確認ください。  
健診内容 口腔診断、歯周病・

口腔衛生診断、嚥下（飲み込み）  
機能の検査

費用 無料  
※健診の結果、治療が必要な場合に  
は、別途治療費がかかります。

持ち物 送付書類一式、被保険  
者証

ようこそ！ホッとおしゃ  
べりサロンへ

氷見市ボランティア  
総合センター ☎74-1800

介護の悩みや不安などを相談  
できるサロンを開催していま  
す。家族の介護を経験したボラ  
ンティアが、じっくりとお話を  
お聞きします。お気軽にご参加  
ください。

日時 8月7日(金)、9月11日  
(金)、10月9日(金)、11月6日(金)、  
12月11日(金) 午後2時～3時

場所 いきいき元気館内ボラン  
ティアワークルーム（体育館側）

## 高岡地区広域圏 イベント情報

### ●秋の特別企画展 萬葉集のすが た・新収蔵品を中心に（高岡市）

日時 8月1日(土)～10月5日(月) 午  
前9時～午後6時（8月1日(土)は正午から）  
休館日：火曜日（祝日の場合は翌平日）

場所 高岡市万葉歴史館

内容 万葉集と注釈書の断簡19点  
を公開し、美術品としての価値が付  
加されていく流れを分かりやすく紹  
介します。

入場料 一般500円、65歳以上400  
円、小・中学生150円

問合せ 高岡市万葉歴史館  
☎44-5511

### ●つざわ川まつり2015（花火大会） （小矢部市）

日時 8月15日(土) 午後7時～

場所 津沢大橋付近

入場料 無料（交通規制、花火打ち上げ  
に伴う立入禁止区域あり）

内容 夏の夜空をかざる1,000発の  
納涼花火大会や多彩な催し物が行わ  
れます。

問合せ 小矢部市商工会津沢支所  
☎61-2356

## 七尾市 イベント情報

### ●奇祭「お熊甲祭」

天狗面の猿田彦が先導し、若衆が  
高さ20メートルもの深紅の杵旗を  
担ぎます。見どころは、妙技「島田く  
ずし」。杵旗を担ぎながら地面すれ  
すれまで傾けます。祭り会館では、  
資料や映像などで一年中この祭りを  
体感できます。

日時 9月20日(日)午前7時～午後5時

場所 七尾市中島町宮前

問合せ 七尾市観光交流課  
☎0767-53-8424

## 新規開業、法人設立、事業承継、経営革新、相続税、贈与税 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 8月8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9月12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>



## シルバーで活かそう特技、増やそう仲間

働ける！働きたい！高齢者の方！ 広告

### シルバー人材センターの会員になりませんか？

◎新入会員説明会

毎月第4火曜日 午前10時～

\*ただし、第4火曜日が祝日の場合は水曜日  
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



## 案内



### 心身に障害のある人に 手当を支給します

福祉介護課 ☎74-81113

在宅で生活している重度障害者で、日常生活に常時特別な介護を必要とする人に手当を支給します。

現在、この手当を受給中の人には、現況届の用紙を送付しますので、9月10日(木)までに提出してください。

### 特別障害者手当

対象 20歳以上で、重度の精神障害または身体障害(手帳の2級程度)が重複している人  
支給額 26,620円

### 消防本部からのお知らせ

消防本部 ☎74-83000

### ▼災害時の対応は大丈夫ですか?

9月1日(火)は「防災の日」、8月30日(日)から9月5日(土)は「防災週間」です。地震や台風などの自然災害が発生した場合の火の始末や初期消火、応急救助、安全な避難など、災害時における心得を身につけましょう。

### ▼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、火災の発生を早く知らせ、あなたや家族の命を守ってくれます。全て

の寝室と、2階以上に寝室がある場合はその階の階段にも設置しましょう。また、すでに設置されている家庭では、電池などの点検を行いましょ。

### 井戸水の衛生管理

富山県高岡厚生センター  
氷見支所 ☎74-1780  
環境・交通防犯課  
☎74-80065

井戸水を使用する際は、使用者の責任において適切な井戸の衛生管理を行うことが大切です。

### ▼水質検査を受けましょう

井戸水の水質は変動します。年に1回は水質検査を受けましょう。

### ▼井戸の周りを点検しましょう

井戸の周りを清潔に保ち、ポンプなどの設備は定期的に点検しましょう。

### ▼消毒してから飲みましょう

生水はなるべく飲まず、煮沸したり塩素などによる殺菌消毒を行いましょ。

### 燃やせるごみの持込み 休止のお知らせ

高岡広域エコ・クリーン  
センター氷見市受付所  
☎91-0205

環境・交通防犯課  
☎74-80065

8月13日(木)から16日(日)までの

間、高岡広域エコ・クリーンセンター氷見市受付所での持込みごみの取り扱いを休止します。なお、家庭ごみの収集は通常どおり行いますので、集積場にお出しください。

### 文化財センター 一般公開日のお知らせ

教育総務課 ☎74-8211

文化財センター(旧女良小学校)にて、国登録文化財の漁労用具や和船、農具などを公開します。  
日時 8月22日(土) 午前9時～午後4時

### 不動産無料相談会

富山県宅地建物取引業協会  
高岡支部 ☎25-0021

土地や建物を巡るトラブルで悩んでいる、心配事があるなど、不動産に関する相談は、専門の相談員が対応する無料相談会をご利用ください。  
日時 8月21日(金) 午後1時～4時  
場所 市役所カンファレンス1  
※次回は10月16日(金)に開催予定です。

### 中退共制度のご案内

商工観光・マーケティング・おもてなしブランド課 ☎74-8105

氷見市では、中小企業退職金共済制度(中退共)に初めて加

入する事業主に対し、掛金の一部助成を行っています。詳しくは、お問い合わせください。

### 大規模小売店舗変更届出 書を縦覧できます

富山県商業まちづくり課商業活性化係 ☎076-444-3253

次の大規模小売店舗について、内容の変更届出がありまして、周辺の生活環境保持の観点から意見がある場合は、県知事へ意見書を提出することができます。

### 店舗の概要 イオンタウン氷見

(氷見市窪731番地ほか)  
変更事項の概要 荷さばき時間帯の変更  
縦覧場所 商工観光・マーケティング・おもてなしブランド課、富山県商業まちづくり課  
縦覧期間満了日・意見書提出期限 10月22日(木)

### お盆の営業時間のお知らせ

市民プール ☎91-5000  
トレーニングセンター  
☎91-5988  
ふれあいスポーツセンター  
☎74-8500

### ▼市民プール・トレーニングセンター

8月13日(木)から16日(日)の4日間は営業時間は、午前10時から午後5時までとなります。

### 【広告】

保険についての不明点・不安点のご相談は、  
**(株)ニュートン・フィナンシャル・コンサルティングへ!!**  
～私たちは、保険分野において、富山県オンリーワン企業を目指します～  
◆ 病気・ケガやライフステージごとの保険が気になる方  
◆ 話題の!賠償責任補償が気になる方 等々  
お電話でも、訪問でも対応させていただきます!  
＜主要取扱保険会社＞  
アフラック・富国生命・東京海上日動あんしん生命・富士火災等  
アメリカンホーム・チュールリッヒ・マニライフ・メットライフ、計28社



通話料 無料 0120-981-820

受付時間 / 10:00～19:00  
休業日: 当社規定の夏季休暇、年末年始  
住所: 富山県高岡市新横町1番地 ホテルニューオータニ高岡2F

### 【広告】

—平成27年度特許等取得活用支援事業— 相談無料・秘密厳守

## 中小企業のみなさまを支援します!

- 技術やデザインを権利化したい
  - 海外進出するが模倣が心配
  - 商品のネーミングを保護したい
  - 地域ブランドを商標登録して守りたい
  - 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・FAX 0766-25-7259  
富山窓口: 富山市高田527 富山県新世紀産業機構内 TEL・FAX 076-432-1119

▼ふれあいスポーツセンター  
8月14日(金)から16日(日)の3日間の営業時間は、午前9時から午後5時までとなります。

ドクターヘリが今夏から  
運航を開始します

富山県医療課 医療政策班  
☎076-444-3219

富山県では、救急医療体制の充実を図るため、ドクターヘリ(医療機器などを搭載し、医師や看護師が同乗するヘリコプター)を8月下旬から運航する予定です。ドクターヘリが救急車と合流するためのランデブーポイントを、市内に約30カ所設置します。付近の皆さんには、騒音や風などでご迷惑をおかけする場合がありますが、人命救助と安全で円滑な運航にご理解・ご協力をお願いします。

### 人口と世帯数

7月1日現在。( )内は前月比

総人口 50,155人(-48人)  
 ♂23,955人(-17人) ♀26,200人(-31人)  
 世帯数 17,690世帯(+1世帯)  
 ※外国人も含めています。

---

### 人口動態 6月

出生	24人	死亡	54人
転入	50人	転出	68人

---

### 交通事故発生状況

7月1日現在。( )内は前年比

人身事故件数	41件(-7件)
負傷者数	50人(-9人)
死者数	1人(+1人)

---

### 市税の納期

☎8月31日(月)

市県民税2期  
国民健康保険税2期

## 各種相談

問合せ 市民課 ☎74-8010

- 住宅相談**  
8月6日(木) 午前10時~午後3時
- 裁判所の出張手続き案内(要予約)\***  
8月26日(水) 午前9時~正午  
※予約の受け付けは、21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 午後1時~4時
- 人権相談**  
8月13日(木) 午後1時30分~4時
- 無料法律相談(要予約)\***  
8月20日(木) 午後1時~4時
- 多重債務法律相談(要予約)\***  
8月20日(木) 午後4時~5時  
※予約の受け付けは、前日(19日)午前8時30分から☎74-8010で  
**場所** 市役所カンファレンス2
- 年金相談**  
8月12日(水) 午前10時~午後3時  
**場所** 市役所カンファレンス3・4

だいたい。  
http://www.toyama-dhelli.net/

環境に優しい農産物を選びましょう!  
農林畜産課 ☎74-8086

自然の恵み豊かな氷見の農産物。安全・安心はあたり前のこと。消費者の皆さんに、より環境に配慮したやさしい農産物を目指した「氷見市環境にやさしい農産物」は、氷見牛の牛糞堆肥や、毒性の低い農薬を使用しています。

▼どこで販売しているの?  
次の店舗の「地元直販コーナー」で販売しています。対象の野菜には「認証シール」が貼ってあります。  
JAGグリーンひみ(朝日丘交差点付近)、グリーンステーション

(市民病院入口付近)、みのりの番屋(ひみ番屋街内)、新鮮市場氷見店、サンコー氷見中央店・氷見南店、マックスバリュ氷見店、大阪屋ショップ氷見店、バロー氷見店、アルビス氷見店

▼認証農産物PRキャンペーンを開催します!  
応募期間 8月1日(土)~11月30日(月)  
◎認証シールを集めて応募しましょう。3枚1口で応募することが出来ます。  
◎抽選で、次の商品をプレゼントします。  
A賞 氷見牛焼肉セット 10人  
B賞 氷見牛たなかのカレー 4箱セット 10人



認証シール

※詳しくは、店頭のポスターやチラシをご覧ください。

夏の熊に注意!  
いのしし等鳥獣対策室 ☎30-7088

夏は熊にとって食物が乏しい季節。ウドやフキなどの草本類やハチなど昆虫の巣を探して、広い範囲を足早に行動します。熊と遭遇しないよう、次のことにご注意ください。  
①朝・夕方は、なるべく山中に入らないようにしましょう。  
②山中に入るときは集団で行動し、熊に人の気配を伝えましょう。  
③ラジオや鈴などで熊に自分の存在を知らせるようにしましょう。  
④熊の出没状況をあらかじめ確認し、危険な場所には近づかないようにしましょう。

## まずはお気軽にご相談ください!

個人の方	事業主の方
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 その他暮らしについての相談...	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 その他事業についての相談...

**氷見法律事務所** 氷見市座436-1座ビル204 ☎91-5610 **広告**  
富山県弁護士会所属 弁護士 白木謙一 事務所は車で3分でお越しください

脳梗塞などが、健康保険でリハビリマッサージを自宅に受けられます。(通所リハとの併用可) **広告**

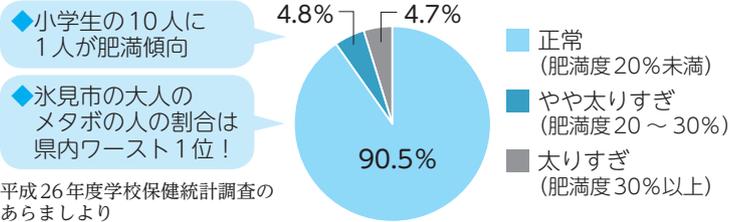
**げん気訪問マッサージ** 代表 村上亜紀夫  
氷見店 氷見市幸町2-4  
無料体験実施中! ☎54-0934

対象となる方  
外出困難な方(寝たきり 車椅子 介助付き通院者)  
目安:要支援2~要介護5の方

## 子どもの肥満を予防しよう！

肥満の子どもは、その約70%が成人肥満に移行すると考えられています。悪い生活習慣の積み重ねは、小児期の肥満を促進させる要因です。子どもの頃から健康的な生活習慣を心掛けましょう。

### 肥満傾向児の割合(平成26年度氷見市の小学生)



### こんな生活習慣が危ない!!

- ジュースや甘いものをよく口にする。
- 朝食を抜くことが多い。
- 夜遅く食事をする。夜食をとることが多い。
- 就寝時間が遅く、睡眠時間が少ない。
- 家の中でばかり遊び、外で運動することが少ない。

### 肥満予防のために実行しよう！

- 1日3食、欠かさずに
- よくかんでゆっくり食べる
- ジュースなどの甘い飲み物の代わりにお茶を飲む
- 寝る2時間前は食べない
- 家の手伝いをするなど、体を動かす
- よく歩き、元気に遊ぶ

体を動かすことで、お腹が空いておいしく食事がとれます。また、適度な疲労で十分な睡眠がとれ、生活リズムが整います。肥満ややせすぎを防ぎ、丈夫でバランスのとれた体をつくることができます。



## 市民病院だより

金沢医科大学氷見市民病院 ☎74-1900

## デング熱の夏、日本の夏?!

昨年の夏までは聞きなじみのなかった「デング熱」。デングウイルスに感染した蚊(ヒトスジシマカなど)に刺されることで感染します。主な流行地は熱帯・亜熱帯地域で、日本でも戦前から小規模な流行がありました。衛生環境の改善とともに減少していましたが、

しかし、昨年8月、東京の代々木公園を中心としたヒトスジシマカに刺された人がデング熱を発症し、69年ぶりの大流行となりました。代々木公園は夏場に国際的なイベントが多く、デング熱に感染していた来日外国人が蚊に刺され、感染が広がったと考えられています。潜伏期間は2~15日間、発症すると38℃以上の高熱や頭痛、筋肉痛、関節痛など、インフルエンザのような

症状が出ます。治療法は対症療法が中心で、通常は1週間程度で回復しますが、重症化し死亡する場合があります。感染が疑われる場合は、血液検査にて診断します。

予防法は、蚊に刺されないことです。屋外では長そでや長ズボンで肌を露出せず、虫よけスプレーや蚊取り線香などを使用し、刺されないようにしてください。蚊は、色の濃いものに近付くため、白色系の衣類が「防蚊服」になります。

海外旅行からの帰国者だけでなく、日本へ入国する外国人の増加もあり、今年の夏もデング熱が流行する可能性があります。

### 【今月の糖尿病教室】要予約

- 日時 8月11日(火) 午前11時~
- 場所 6階大会議室
- 内容 講義1「糖尿病網膜症」について  
講師 河上 裕 医師  
講義2「フットケアの実際」について  
看護部 看護師  
大橋香代子(糖尿病療養指導士)
- 問合せ 医事課 ☎74-1900(内線1024)

### 【お盆の休診案内】

8月15日(土)の外来診療は、お盆のため休診します。急患の方は、救急外来までお越しください。なお、救急対応のため、内科系・外科系の医師2人体制で診療を行います。対応できない場合がありますので、ご理解をお願いします。

### 40歳以上の皆さんへ

当院では「特定健診・特定保健指導」が受けられます。健診の結果、生活習慣の見直しで現状の改善が見込まれる人は、特定保健指導を受けることができます。

- 問合せ 健康管理センター☎74-1900(内線1800)



Dream Sketch

スケッチ

# 里山文化の 楽しみを伝えたい

「つくるひ」主宰

荒木 真人さん

果苗さん



**自然に囲まれ、新たな挑戦**  
「都内の大学に通っていた時、海外を旅して、田舎の良さに気づきました」と話す富山市出身の荒木真人さん。

真人さんは昨年10月、三重県から妻の果苗さんと移住してきました。果苗さんとの出会いは、一緒に働いていた食事や農業体験、自然体験ができる観光農園。いつかは自分たちで体験農園をつくりたいと各地で探していたところ、帰省中に氷見で食べた山菜料理に感動し、空き家バンクに登録されている家を見つけ、移住を決めたそうです。

春からは、畑の作物や野草を採り、調理して食べる体験イベント「つくるひ」を開催しています。集った知らない人同士が作業を通じて、仲良くなつていくのが楽しみと、四季折々の体験メニューに趣向を凝らしていました。この土地ならではの調理や保存方法をご近所の方に教えていただくこともたくさんあり、この地で生まれた里山文化を多くの人に伝えていきたいと、思いを馳せていました。

「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 秘書・市民情報課 市民情報・つづやき受発信担当 ☎74-8012

## 1歳になりました



こにし ゆうと  
小西 悠斗くん  
ひろかず 宏和パパ 郁美ママ  
7月3日生まれ・南大町



やすひら だいけい  
安平 大慶くん  
ひろかず 和太パパ 有里ママ  
7月3日生まれ・窪



むらかみ えいしゅん  
村上 瑛俊くん  
あつこ 博俊パパ 篤子ママ  
7月6日生まれ・朝日丘



くぼ ももか  
久保 桃夏ちゃん  
まゆみ 誠介パパ 友里ママ  
7月8日生まれ・窪



ほしほ まさむね  
干場 政宗くん  
まよみ 正経パパ 紀子ママ  
7月9日生まれ・阿尾



ひがし なぎさ  
東 渚紗ちゃん  
ひろかず 洋一パパ 行映ママ  
7月12日生まれ・島尾



ふじき りょうせい  
藤木 涼晴くん  
まよみ 修パパ 聡子ママ  
7月13日生まれ・上泉



なかむら たつや  
中村 龍弥くん  
ひろかず 光パパ 瑠夏ママ  
7月16日生まれ・加納



おおしま ゆめ  
大嶋 優愛ちゃん  
ひろかず 佑一パパ 聖美ママ  
7月17日生まれ・小境



こしみず えま  
越水 恵麻ちゃん  
あつこ 和幹パパ 莉紗ママ  
7月20日生まれ・窪



のさか じゅんや  
能坂 潤弥くん  
まよみ 俊治パパ 由紀子ママ  
7月20日生まれ・幸町



いけだ あおと  
池田 葵翔くん  
たくみ 匠パパ 諭美子ママ  
7月21日生まれ・北大町



にしはま さき  
西浜 紗希ちゃん  
まよみ 晶パパ 富美代ママ  
7月21日生まれ・飯久保



かわた こなつ  
川田 小夏ちゃん  
しんいち 信一パパ 直美ママ  
7月22日生まれ・窪



やました ふうか  
山下 楓夏ちゃん  
ひろかず 英昭パパ 美保ママ  
7月22日生まれ・中村



かまなか ゆうと  
鎌仲 悠叶くん  
あつこ 一誠パパ 優子ママ  
7月24日生まれ・上泉



みなと ようり  
湊 耀理くん  
まよみ 雅英パパ 真奈美ママ  
7月24日生まれ・地藏町



すなやま ゆいか  
砂山 結夏ちゃん  
ひろかず 浩平パパ 裕美子ママ  
7月28日生まれ・北大町



やすひら ののか  
安平 暖乃佳ちゃん  
まよみ 健太パパ 英理佳ママ  
7月29日生まれ・園



平成26年8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 8月7日(金) ■申込み・問い合わせ 〒935-8686 (住所記載不要) 氷見市秘書・市民情報課「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】

# 氷見の洞窟遺跡

## 大境洞窟と泊洞窟

国道一六〇号の藪田漁港（泊地区）近くに、岩壁から飛び出した出っ張りがあるのにお気付きですか？この出っ張り、実は洞窟遺跡なのです。

洞窟遺跡と聞いて真っ先に思い浮かぶのは大境洞窟住居跡でしょう。大正七年に発見され、四年後に国指定史跡となった大境洞窟住居跡は、朝日貝塚とともに富山県を代表する遺跡です。日本で最初の洞窟遺跡の発掘調査となった大正七年の調査では、落盤層で隔てられた縄文時代中期から中世までの六つの文化層が確認され、洞窟が長期間に渡って利用されたことが明らかになっています。

大境洞窟は、縄文時代前期（約六千年前）の縄文海進期に海の波で岩



泊洞窟遺跡  
中央、補強された岩壁から突き出しているのが泊洞窟遺跡。北側（写真右奥）にも海食洞があります。



大境洞窟住居跡（国指定史跡）

壁が穿たれてできた洞窟で、洞窟の種類としては海食洞と呼ばれるものです。灘浦海岸には大境洞窟以外にも複数の海食洞がありますが、そのうち四か所が、土器や人骨、獣骨などの遺物が出土する洞窟遺跡です。冒頭で触れた泊洞窟遺跡もそのひとつ。元々は海に面した海食洞でしたが、現在は前面に国道一六〇号が整備され、洞窟の奥部、奥行き約二・五mを残して削平されています。昭和四二年には、洞窟前面での側溝工事の際に鍾乳石に張り付いた人の頭蓋骨や土器片が出土しました。この頭蓋骨について、出土当時の化学分析では旧石器時代人の可能性が指摘されたのですが、実際には縄文時

代前期に洞窟が形成された後の時代のものと考えられます。

平成一四年には周辺で急傾斜地崩壊対策工事が実施されることになり、泊洞窟遺跡は消滅の危機にありましたが、北側に隣接する別の海食洞とともに、周辺部を削り残す形で保存が図られました。そのため、現在では洞窟が周辺の岩壁から飛び出すような形状となっています。

なお、残る二か所の洞窟遺跡、大境エンニヤマ下洞窟遺跡と宇波洞窟遺跡は、急傾斜地崩壊対策工事や道路の拡幅で削平され、現在その姿を見ることはできません。

これら洞窟遺跡は、海食洞という自然の地形をうまく生活に利用していた人々の営みを教えてくれます。その中でも、縄文時代から中世まで六つの文化層が確認され、江戸時代以降は社地として利用されている大境洞窟は、洞窟と人々との関わりを知ることができる、大事な遺跡です。

### 【問い合わせ】

教育総務課

☎ 74-8211



納屋の中の荷物を片付けている様子



改修予定の納屋

地域おこし協力隊メンバーのうち3人は、藪田地区の空き家を借りて共同生活を送っています。その家にある納屋を改装し、地域に開いていくための場所を作る「納屋から始まる、あいうえおプロジェクト」を立ち上げ、富山県の「みらい創生等若者チャレンジ事業」に採択されました。8月から、納屋の中に残されているものの記憶を地域の人たちと共有できるイベントをつくれなにか、と考えています。

納屋の改修は、古民家に関心のある人たちと合宿形式で行いたいのです。改修を進めながら、移住者が地域の人たちと関わりを持ち、なじみやすくなるためのきっかけづくりをしたいと考えています。（山下）

地域おこし協力隊の

**活動報告** vol. 2

『納屋から始まる“あいうえお”プロジェクト』

**新刊紹介**

鼻のせいかもしれない  
黄川田徹／著 筑摩書房

あなたのお子さん、鼻づまりがありませんか。熟睡できない、いつもイライラしている、キレやすい、姿勢が悪い、歯並びが悪い、など。もしかして、鼻づまりのせいかもしれません。親子で読む、鼻と鼻づまりの話です。

京都の定番

柏井壽／著 幻冬舎

穴場的な「隠れ名所」が目ざされがちな京都だが、京都を愉しむならまず「定番」を押さえない。誰もが知る名所・名店・祭事でも、その成り立ちや、今に至る歴史の流れまで知る人は少ない。この街で生まれ育った著者が教える本当の京都を知るための究極のガイドです。

夢を実現する飲食店開業、経営の教科書  
日経BP社

脱サラ、料理人出身、50代からの起業など様々な背景から、独立し夢に挑む経営者たちを紹介。さらに、居酒屋からカフェまで様々な繁盛店のビジネスモデルを紹介し、既に人気店を経営する先駆者たちから開業希望者へのアドバイスも掲載。飲食店勤務の経験のない人でも、成功する店作りを学べる入門書です。



● 55歳からはじめたい自分らしい老楽支度  
太田知子／著 G. B.

● 欧米に寝たきり老人はいない  
宮本顯一 宮本礼子／著 中央公論新社

● 野菜のかんたん水耕栽培  
吉川泰正／著 ブティック社

● 長新太の脳内地図  
長新太／作 東京美術  
これで解決。働くママが必ず悩む36のこと  
毛利優子／著 日本実業出版社

**読み聞かせ**

「いずみの谷」の紙芝居・本の読み聞かせ

【日時】 8月22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 午前10時～午後5時  
月曜日 午前9時30分～午後5時  
【今月の休館日】 8月は全日開館します。次の休館日は9月7日(月)です。  
【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**

☆図書館のホームページで資料検索・予約ができます  
「資料検索」から書名・著者名などを入力すると、ヒットすればタイトルなどが表示されます。なければ、「見つかりませんでした。」と表示されます。また、貸出中の図書は、予約申込ができます。利用者カード番号とパスワード(生年月日8桁)を入力してください。(貸出中でないものは予約できません。)

**ケーブルテレビ ひみちゃん9 (行政政策番組) 9ch / 091ch**

放送開始時間	8月2日(日)～8月8日(土)	9日(日)～15日(土)	16日(日)～22日(土)	23日(日)～29日(土)	30日(日)～9月5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	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。	まちづくりセミナー 魚々座の座学 島根県海士町の再生を手掛ける元トヨタ社員阿部 裕志氏による講演会の様子を紹介します。	フィッシュ&チップスのこちら!氷見市芸人課 氷見で活躍する人や団体を「富山住みます芸人」の2人が紹介します。	慶應大生フィールドリサーチ発表会 慶應大生が氷見市を調査し、政策を提案した発表会の様子を紹介します。	ひみがりっこてれび 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。
①午前6時30分 ②午後3時30分 ③午後8時30分	氷見駅前整備講演会 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します。			東京おもちゃ美術館館長講演会 東京おもちゃ美術館長多田千尋氏による木育の講演会の様子を紹介します。(交互放送)	芸術文化団体協議会加盟団体紹介(西川扇博舞踊会) 練習風景や活動の様子を紹介します。

※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。

今なら

**プレミアムコース** 下り最大速度120Mbps

**エキスパートコース** 下り最大速度30Mbps

でインターネットをご契約頂いた方に

広告

タブレット端末

# Nexus7

をプレゼント!!

現在、インターネットをご利用の方へプレミアムコース・エキスパートコースをご利用中、または同コースへ契約変更頂いた方も対象となります。

お申込み・お問合せは

**ひみ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

まちの魅力伝える  
氷見高生が初の観光案内



氷見高校ビジネス科3年生が7月11日、氷見市内の名所を巡る高校生観光ガイドツアーを行いました。

この企画は、北陸新幹線開業で観光に注目が集る中、旅行業を体験しようと、初めて開催されたものです。

生徒は、自分たちでまちのおすすめポイントを選び、各所でわかりやすい観光案内になるよう、写真やクイズの準備。上臼寺では、「ごんごんまつり」の由来を寸劇で説明し、参加者から好評を得ていました。



氷見高校ビジネス科3年

福嶋 賢治さん

上野 龍一さん

「お客様の視線でいろいろ準備しました。寸劇はみんなの考えを取り入れ頑張りました。」

氷見産食材を使ったイタリアン  
魚々座クッキング講座



氷見漁業交流館魚々座で7月9日、「パパが喜ぶイタリアン」をテーマにした料理教室が開催され、参加者12人が魚介の料理法を学びました。

講師は、氷見市の人気レストラン「イタリアンキッチンオリブ」の梶敬三さんと「ポーノ・ペッシェ」の高木治美さん。参加者は、地元産の海産物や野菜を使った、「魚介のごった煮」や「ヤリイカの赤ワイン煮込み」などをつくり、試食を楽しみました。



参加者

杉木 知栄さん

「ヤリイカの赤ワイン煮込みは、簡単に作れそうなので、家でも作ってみたいです。」

きときと百歳体操で元気な老後を  
介護予防大作戦



介護予防大作戦が6月30日、児嶋朱美さんを講師に招いていきいき元気館で行われ、約200人が参加しました。講義では「いきいき百歳体操」の効果や介護予防などを学び、講義後、実際に体操を体験しました。

「いきいき百歳体操」とは、重りを使って負荷をかけることで筋力をつける簡単な体操です。今後、地域包括センターは、氷見版にアレンジした「きときと100歳体操」の普及に取り組んでいきます。



参加者

堀井 重則さん

「体操は簡単にすることができました。今後、地区でも導入にあたっての検討をしたいと思います。」

まちをきれいにしよう！  
氷見市一斉清掃



市民一丸となって海岸や河川、公園などをきれいにする氷見市一斉清掃が7月6日、市内全域で行われました。

市が7月の第1日曜日を「氷見市一斉清掃の日」と定め、全市民に呼びかけ昭和42年から毎年実施しています。

松田江浜では、朝早くから地元の住民や中学生らが集まり、ペットボトルや空き缶などの生活ごみや木くずを拾い集めました。また、付近の公園や道路でもごみ拾いや草刈りが行われ、環境への意識を高めていました。



参加者

東海 恵美さん

「夏の行楽シーズンに向けて地元の海をきれいにしよう」と、夫婦で参加しました。」



# 華やかな初夏の風物詩 祇園祭り



氷見の夏の風物詩、祇園祭りが7月13日と14日、市中心的部の旧南11町、北6町で行われ、5基の曳き山や太鼓台17基が町中を練り回りました。

猛暑となった13日は、旧南上町の曳山が市中心部を巡行。高さ約5メートルに約350個のちようちんが付けられ、法被を着た各町の男性が威勢の良い掛け声を響かせながら引き回しました。続く14日も晴天に恵まれ、旧御座町、旧南中町、旧上伊勢町、地藏町の曳山が加わり、計5台が、車輪のきしむ音を響かせながら優雅に各町内を回りました。

祇園祭りは、江戸時代に疫病が流行した際、京都・八坂神社から祇園祭りの分霊を迎えて祈願したところ疫病が治まり、感謝のみこしを巡行したことが起源とされています。

また、南部中学生と朝日丘小6年生、朝日丘ボランティア協会は15日の早朝、商店街周辺の清掃奉仕活動を行い、まちの美化に努めました。



## 氷見の里山を研究 富山大学理学部野外実習



富山大学理学部生物学科の野外実習が7月11日～12日、ひみラボ「富山大学理学部・氷見市連携研究室」(旧仏生寺小学校)を拠点に行われ、学生と教員26名が参加しました。

この実習は、里山の生態系の構造と機構を理解するため、多様な生物の実態に直接触れることを目的に行われ、同所に泊り込み、周辺部や惣領岩跡遊歩道で昆虫類などを捕獲しました。

参加者の食事は、地元の皆さんが炊き出しで提供し、交流も図られました。



富山大学理学部2年

縫部 京吾さん

「氷見は自然が豊かでのどかです。地元の方の炊き出しも美味しくたくさん食べました。」

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。



## 北陸新幹線のご利用は 新高岡駅停車の「かがやき」で!

新幹線「かがやき」定期便の新高岡駅停車に向けて、新高岡駅に停車する「かがやき」をみんなで利用しましょう。

<新高岡駅停車・かがやき時刻表>

列車名 新高岡駅発→東京駅着

536号 7:28 9:56

列車名 東京駅発→新高岡駅着

539号 19:56 22:17

★かがやき停車  
「一人一客・一人一乗車」運動実施中

県西部6市では、9月まで新高岡駅でプレゼントがもらえる「一人一客はがき」を県外の親戚や友人に送る取り組みを行っています。

※ハガキは、市役所などに設置してあります。

●問合せ 商工観光・マーケティング・おもてなしブランド課 ☎74-8105

「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

**ま** ちの話題の「イタセンパラ親子教室」たのしそう。ぜひ、参加してみたいと思った。  
(リュウセイ)

**10** 月にはイタセンパラの放流イベントを計画していますので、ぜひご参加ください。  
(教育総務課)

**早**、七月に入り、時の流れにおぼろげにいます。毎月の広報ひみを楽しみながら、すみからすみまで読んでいます。いろいろな情報を知り、おどろくこともありま

## ★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。(7月号の正解は10ページ)

### ◆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 8月11日(火) 必着

### ◆応募・問い合わせ 〒935-8686

(住所記載不要) 氷見市秘書・市民情報課市民情報・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★

### JR氷見線・城端線

忍者ハットリくん列車運行記念  
オレンジカード1,000円分

お便りをお寄せいただいた人の中から抽選で**3名様**に、「オレンジカード1,000円分」をさしあげます。(当選者には後日通知します)



**氷** 見市の情報(新聞などのマスメディア)だけでは伝えられない、氷見市の細かいことが記載されており、とても役に立つと思います。また、広報に載っているお知らせや記事が会話のきっかけになり、知人との話の出だしがスムーズに入れたこともあります。他にも、氷見未来遺産の記事も、なるほどと思うことが書いてあるので、郷土の勉強にもなります。このようなことを期待して読んでおり、広報をうれしく思っています。  
(N.H)

す。また、私の楽しみは、ハマナス通りを通り、植物園のサルビアを見に行くのが好きです。燃えるような赤が元気をくれます。また、夾竹桃の花が好きです。可愛い花を咲かせています。本当にありがとう、いつも思います。  
(青い空)

## ミニギャラリー



実物が最高のモチーフです。(K. T)



山百合が素敵に見えたので描いてみました。(T. H)

**定** 期健診や予防接種、相談会のお知らせなど、分からない時はすぐに「広報ひみ」でチェックできるので頼りにしています。これからも親しみやすく、頼りになる「広報ひみ」を期待しております。  
(M. A)

## 編集後記

取材で祇園祭りに行ってきました。町ごとに山車が違って、見ているだけで楽しむことができました。また、南中町の方から、曳山に関する詳細な史料を提供していただきました。この場をお借りして、感謝申し上げます。

さて、今月の特集は「夏のイベント」でした。暑い日はつい家で過ごしてしまいがちですが、今年は色々なイベントに取材に出かけたいと思います。暑い日が続きますが、体調管理に気を付けて楽しい夏をお過ごしください!  
(MK)

### 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・市民情報課  
市民情報・つぶやき受発信担当 行  
(広報ひみ 平成27年8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



# 家族で子育て支援施設に出かけよう! 『氷見市地域子育てセンター』の巻



「たなばたまつり」の日  
星のかんむりで星のパネルシアターを...

子育て支援施設は市内に8箇所あり、保育園や幼稚園に通っていないお子さんとそのご家族に利用いただける施設です。「子育て仲間を作りたい」「子どもに経験させたい」「のんびりしたい」「相談がある」など、皆さんのニーズに合わせて気軽にご利用ください。今月は「氷見市地域子育てセンター」をご紹介します。

約170㎡の明るいフロアには、いろんな月齢のお子さんが楽しめるように、おもちゃや絵本を取り揃えています。また、毎日2回のプレイタイムやお父さんの育児参加を応援する「氷見らぶり～パパ塾」などの講座も開催しています。関係機関とのタイアップで、質問や悩みにお答えします。

## 基本情報 氷見市地域子育てセンター

所在地 中央町12-21 いきいき元気館内 1階  
お休み 第1・3・5日曜日、祝日、年末年始

利用時間 午前9時～正午、午後1時～4時30分  
問合せ ☎74-8453

- 健 健康課 ..... ☎74-8062
- 子 地域子育てセンター ..... ☎74-8453
- マ マヤ子育て支援センター ..... ☎74-7550
- は 親子のともだちサロンはやかわ ..... ☎76-2613
- C Chu・Chu サークル ..... ☎74-1422

- 包 地域包括支援センター ..... ☎74-8067
- キ キラキラキッズサロン ..... ☎72-5674
- す すくすくサロン ..... ☎91-1277
- た たんぽぽサロン ..... ☎91-1301
- な なかよし & すまいる ..... ☎74-8435

- ◎: 健診
- ☆: 予防接種
- なし: その他
- 予 要予約
- 受 受付
- 持 持ち物

# 8月 健康・子育てカレンダー

- 1土 10時～11時30分
- 2日 健康課 ..... ☎74-8062
- 3月 子 がん対策推進員養成講座 午後1時45分～2時 (場所: いきいき元気館)
- マ ベビービクス 午後2時～
- 包 いきいき教室 午前9時30分～11時30分
- 4火 健 子育てなんでも相談 午後1時30分～3時 (場所: 地域子育てセンター)
- マ 桃さんくらぶ 午前10時～
- は あそぼうよ! 午前10時～
- 5水 包 お気軽お茶教室 ①午前10時～ ②午後2時～  
開放園 (上伊勢、マヤ、みどり、ひかり2)
- 6木 健 ◎住民健診
- 包 リトミック体験講座 午前10時～
- 健 ◎住民健診
- 7金 マ パレエストレッチ 午後2時～
- C リトミック教室 午前10時～ 予
- キ デジカメで子どもの写真を上手に撮るコツ講座 予
- 8土
- 9日 子 にんぎょうげき 午前10時30分～
- 10月 包 いきいき教室 午前9時30分～11時30分
- た 看護師さんのお話
- 子 つくしんぼ教室【青赤】魚々座に行こう! 予約受付中 窓口にて
- 11火 包 デコパージュ講座 午後1時30分～ 予
- C 楽しい水あそび! 午前10時～
- 12水 子 こころとことばの講座 午後3時～  
開放園 (阿尾・上庄・海清・アソカナーサリー・アソカ幼稚園)
- 13木 マ 親子でスイカ割り&パフェ作り 午前10時～
- 14金
- 15土
- 16日
- 17月 マ ベビービクス
- 包 いきいき教室 午前9時30分～11時30分
- 18火 包 作って遊ぼうワクワクランド (製作: 紙皿フィッシュ)
- 子 しあわせピラティス 午後3時～
- 19水 包 おはなしの部屋 午前10時～
- た 切り絵講座 午前9時30分～ 予  
開放園 (十二町・明和・南大町・ひみ中央こども舎)
- 健 ◎3歳児健診 (平成23年12月30日～平成24年2月4日生まれ)
- 受 午後1時～1時20分 (場所: いきいき元気館) 持 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・聴力検査をしてください。希望者に歯のフッ素塗布 (800円) を行います。
- 20木 包 いきいき教室 午前9時30分～11時30分

- 20木 包 お茶会～楽しくマスターお茶講座～ 午前11時15分～ 予
- 包 測定会 ①午前10時～ ②午後2時～
- 健 ◎3～4か月児健診 (平成27年3月25日～4月18日生まれ)
- 21金 受 午後1時～1時20分 (場所: いきいき元気館) 持 母子健康手帳、問診票、バスタオル
- 包 手作りおもちゃ講座 午前10時～
- 22土
- 23日 子 つくしんぼ教室【桃】6か月のつどい (平成27年1～3月生まれ限定) 予 8月3日より窓口にて
- 24月 包 いきいき教室 午前9時30分～11時30分
- キ 保健師の赤ちゃん相談&ゆったりおしゃべり ※予約不要
- 25火 マ 測定会&栄養士さんのおしゃべり会 午前9時～
- 健 ◎住民健診 (ヘリカルCT肺がん検査) (場所: いきいき元気館)
- 健 幼児食らくらくメニュー講座 午後9時45分～10時
- 26水 マ プレママ教室 午前10時～  
開放園 (新町・宇波・速川)
- 健 ◎1歳6か月児健診 (平成26年1月26日～2月24日生まれ)
- 受 午後1時～1時20分 持 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ ※希望者には歯のフッ素塗布 (800円) を行います。
- 27木 子 やる気につながるほめ方講座 午前10時30分～
- マ 親子リトミック教室 午前10時～
- 包 いきいき教室 午前9時30分～11時30分
- た 8月生まれの子と親のお誕生会
- 子 こころと絵本の講座 午前10時30分～
- 28金 マ 離乳食相談会 午前10時～、パレエストレッチ 午後2時～
- C 8月生まれの誕生会 午前10時～
- キ 親子エクササイズ&ママの美ボディ講座 予
- 29土 子 氷見らぶり～パパ塾2「パパッとクッキング」 予 8月3日より窓口にて
- 30日
- 31月 包 いきいき教室 午前9時30分～11時30分
- す ミニ獅子頭をつくろう 午前9時～ みどり保育園内

- 9月初旬の主な予定 (月・木曜日 いきいき教室 午前9時30分～)
- 1日(火) 健 子育てなんでも相談
  - 2日(水) 健 運動実践教室「産後ママのひめトレ体験講座」
  - 3日(木) 子 こころのおおかけ講座
  - 4日(金) 健 ◎3～4か月児健診 (平成27年4月19日～5月19日生まれ)
  - 5～6日 (土・日) 健 ◎住民健診
  - 7日(月) 子 助産師さんのベビーヨガ&ママの講座
  - 8日(火) 子 ハッピーイングリッシュ 健 こころの健康相談会
  - 9日(水) 健 運動実践教室「らくちん体操」
  - 10日(木) 健 ◎3歳児健診 (平成24年2月5日～3月6日生まれ)

# 8月行事予定

※『もみ子先生の実験教室』に参加した子どもたち

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
<p>詳しい内容は次のページでご確認ください。</p> <p>◆イベント 16 ページ「暮らしの情報」など ◎相談 19 ページ「各種相談」 ●健診 ○予防接種 ○健康 ●子育て 27 ページ「健康・子育てカレンダー」</p>						1 ◆ひみまつり ◆親子ふれあいまつり(31日まで)
2 ◆地引き網大会 ◆魚々座 物集めワークショップ(9日まで)	3 ◎行政相談 ○がん対策推進員養成講座 ●ベビービクス ○いきいき教室	4 ●子育てなんでも相談 ●桃さんくらぶ	5 ●おそぼううよ! ●お気軽お茶教室 ●開放園	6 ◎住宅相談 ●住民健診 ●リトミック体験講座	7 ◆潮風ギャラリーリニューアルオープン ●住民健診 ●バレエストレッチ ●リトミック教室 ●デジカメで子どもの写真を上手に撮るコツ講座	
9 ◆地引き網大会 ◆ふれあいトーク(宇波)	10 ◎行政相談 ●にんぎょうげき ○いきいき教室 ●看護師さんのお話会	11 ●つくしんぼ教室【青赤】 ●デコパージュ講座 ●楽しい水あそび!	12 ◆ふれあいトーク(余川) ◎年金相談 ●こころとことばの講座 ●開放園	13 ◎人権相談 ●親子でスイカ割り&パフェ作り	14 ◆まちづくりセミナー	15
16 	17 ◎行政相談 ●ベビービクス ○いきいき教室	18 ●作って遊ぼうワクワランド	19 ◎無料調停相談 ●しあわせピラティス ●おはなしの部屋 ●切り絵講座 ●開放園	20 ◎無料法律相談 ◎多重債務法律相談 ●3歳児健診 ○いきいき教室 ●お茶会～楽しくマスターお茶講座～ ●測定会	21 ●3～4か月児健診 ●手作りおもちゃ講座	22 ◆ふれあいトーク(阿尾)
23 ◆氷見観光&国際交流ビーチパーティー	24 ◎行政相談 ●つくしんぼ教室【桃】 ○いきいき教室 ●保健師の赤ちゃん相談&ゆったりおしゃべり	25 ●測定会&栄養士さんのおしゃべり会	26 ◆ふれあいトーク(加納) ◎出張手続き案内 ●住民健診 ●幼児食らくらくメニュー講座 ●プレママ教室 ●開放園	27 ●1歳6か月児健診 ●やる気につながるほめ方講座 ●親子リトミック教室 ○いきいき教室 ●8月生まれの子と親のお誕生会	28 ◆ふれあいトーク(朝日) ●こころと絵本の講座 ●離乳食相談会 ●バレエストレッチ ●8月生まれの誕生会 ●親子エクササイズ&ママの美ボディ講座	29 ●氷見らぶり〜パパ塾2「パパッとクッキング」
30 ◆夏休みサイクリング ◆町内対抗ソフトボール大会	31 ◎行政相談 ○いきいき教室 ●ミニ獅子頭をつくろう					

## 休日当番医



2日(日)	中村記念病院(内)	島尾	91-1307	齊藤歯科医院	高岡市	22-0661
9日(日)	嶋尾内科医院(内)	阿尾	72-0622	勝山歯科医院	高岡市	28-3030
14日(盆休)				かわかみ歯科医院	加納	72-8418
15日(盆休)	中村記念病院(内)	島尾	91-1307	島田歯科医院	高岡市	64-2172
16日(盆休)	福老館クリニック(胃・内・外)	堀田	91-7720	岩井歯科医院	射水市	52-4567
23日(日)	山岸小児科医院(小)	朝日本町	74-0258	たかぎ歯科医院デンタルサポートクリニック	高岡市	24-3837
30日(日)	広瀬外科医院(胃・整・外)	本町	74-2600	福尾歯科医院	高岡市	26-6480

※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。

### ひみ漁業交流館 ととぎくんの館内紹介

**魚々座 TOTOZA 『かぶす汁』**

今月は、魚々座の飲食スペースのおすすめメニュー「かぶす汁」の紹介をするよ。「かぶす汁」とは、漁の後に、獲ったばかりの魚をぶつ切りにして船上の鍋に放り込み、ぐつぐつと煮て仕上げる味噌汁のこと。氷見の漁師さんが船上で作って味わう朝食メニューとして昔から伝わっているよ。

魚々座の、海が見える休憩コーナーで食べると格別! 魚々座に来たときはぜひ食べてみてね。

問合せ ひみ漁業交流館 魚々座 ☎74-8018



### 海浜植物園からの花だより

**グンバイヒルガオ (展示庭園)**

ヒルガオ科サツマイモ属のつる性多年草で、四国南部や九州南部、南西諸島をはじめ、世界中の亜熱帯や熱帯の砂浜海岸などに広く分布しています。花は薄い紫がかかったピンクで、漏斗状の形をしています。弱そうに見えますが、強風や高温、塩水にも耐えるタフな植物です。和名のグンバイヒルガオは、葉の形が相撲の行司が使う軍配に似ていることから付けられました。まれに植物園前の松田江浜でも発芽個体を見かけることはありますが、花を咲かせる前に冬の寒さで枯れてしまいます。

