

8/1

茶道で日本文化を体験
 ドイツスポーツ少年団との交流



氷見市スポーツ少年団は、15歳から23歳までの11人のドイツのスポーツ少年団員との交流会を行いました。

ドイツの団員は、弓道や茶道などの日本文化を体験し、海水浴やスイカ割り、バーベキューなど夏のイベントを楽しみました。さらには、ホームステイにより日本の家庭の雰囲気を感じました。

茶道体験では、裏千家の吉田 宗弘先生からあいさつの仕方やお茶のいただき方を習いました。そして、茶道サークルの方や中央公民館受講者の手助けにより、自らお茶を点てました。

ドイツ団員は口々に「おいしかった」「少し苦かった」と抹茶についての感想を述べ、「自分たちで点てることができ、とても楽しかった」と感謝の気持ちを伝えていました。



8/4

夏真っ盛り!!
 夏の風物詩 ひみまつり



第46回ひみまつりが熱い日差しのもと、比美乃江公園で開催されました。

安全祈願祭の後、3人の氷見クイーンが会場に華を添え「海越しの立山連峰の風景やおいしい食べ物をアピールしたい」とこれから抱負を述べました。

その後、たくさんの子供たちが参加した水鉄砲大会やバブルサッカー、ラテン音楽とダンスを融合させたフィットネス「ズンバ」や獅子舞フェスティバル、ひみ音頭などの多彩な催しがまわりの雰囲気を盛り上げました。



獅子舞フェスティバルでは、岐阜県飛騨市神岡町の大神神社獅子社中、射水市の荒屋東部獅子方若連中、氷見市の向島獅子舞保存会のそれぞれの獅子舞が披露され、繰り広げられる見ごたえのある舞に観客は引き寄せられました。

また、ファイナールの花火大会では、県内最大5500発の花火が夜空と海面を彩り、観客から歓声と拍手が湧き上がりました。

7/16

ビジネスを学ぶ
 チャレンジショップ氷見高 2018

氷見高校ビジネス科の3年生が店舗経営に挑戦するチャレンジショップ氷見高2018がひみ番屋街で行われました。

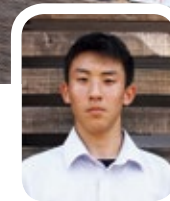
これは、将来の就業活動に役立てるため、商品の仕入れと販売を生徒自身が行うもので、今年で10年目の節目を迎えました。

地元の特産品と氷見高オリジナル商品に加え、節目の記念に生徒がデザインしたステッカーも店頭と並べ、照りつける日差しの中、生徒たちは朝から大きな声で元気いっぱいに買い物客らに商品をアピールし、販売していました。

午後からは氷見高校吹奏楽部によるコンサートも行われ、多くの人で賑わいました。



社長 野畑 昂希さん
 「この活動を通して、氷見市の魅力を県内外の人に伝えていきたい」



7/28

地域の絆
 竹ドームでコンサート

空を覆うように竹がしなり、神秘的な空間を創るドームの中は、日が陰るにしたがって、松明とキャンドルの灯りで一層幻想的な雰囲気を醸し出していました。

観客は、刻一刻と表情を変える竹ドームの中で、夏の暑さも忘れ、その音色に聴き入っていました。



湖南小学校の児童、十三中学校の生徒、保護者、地域の皆さんが一体となり、絆の森 竹ドーム(飯久保地内)で13回目の竹ドームコンサートが開催されました。

ハニーグレースとミヤチシンヤ氏による歌唱、一守 明子氏によるハープ演奏、坂井 瞳氏、石灰 駿介氏によるサクソフ演奏があり、最後に十三中学校の生徒による元気いっぱいの観客を巻き込んだ合唱と湖南小学校の児童による竹で作った楽器演奏を交えた合唱が披露されました。



7/31

手軽にバランスの良い食事を
 三世代ヘルシーフッキング



参加者は「サザエさん体操」で体を動かした後、「野菜を食べよう」をテーマに食生活に関するクイズを楽しみ、調理実習を体験しました。

「子どもたちを中心にゆっくりと料理をすることが出来て良かった」「料理をつくって楽しかった」との声が多く聞かれました。

三世代の交流を図るとともに、各世代の健康づくりを推進する三世代ヘルシーフッキングが開催され、35人が参加しました。

これは、健康づくりやバランスの良い食生活を提供するため、氷見市食生活改善推進協議会が毎年行っている活動です。



匂いと香りの植物展

海浜植物園 ☎91-0100

植物の匂いと香りにまつわる展示を行います。体験教室も予定しています。

日時 9月7日(金)～10月1日(月)
午前9時～午後5時
場所 海浜植物園メインホール
料金 大人 200円
中学生以下 無料
※詳しくは海浜植物園ホームページまたはFacebookで検索

9月・10月の市長室トーク
地域振興課 ☎74-8013

氷見市のこれからのまちづくりや将来像について、市長と直接語り合ってみませんか？
日時 9月13日(木) 午後4時～
10月13日(土) 午後1時～
(1組15分程度)

イベント・講座

むかしの氷見をあるく

博物館 ☎74-8231

今年度も、学芸員の解説で「氷見まちなか歴史探訪」を4回開催します。

日にち・内容
第1回 9月15日(土)
江戸時代編
街中に残る
江戸時代の痕跡巡り
第2回 9月29日(土)
室町・戦国時代編
氷見の武将と上杉謙信や織田信長との関わり
時間 午前9時30分～正午
集合・解散場所 博物館
料金 一人各回500円
定員 先着20人
申込 (小学生以下は保護者同伴) 電話または窓口にて

※毎月原則13日(ひみの日)に開催しています。

場所 市役所市長室
対象 市民、市民の団体・グループ

申込 電話にて各開催日の一週間前までに、お申し込みください。

※10月13日(土)の市長室トークは10月5日(金)までにお申し込みください。

第39回 富山矯正展

富山刑務所企画部門(作業) ☎076-429-1374

「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15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、受刑者の生活や就労支援などに関するパネル展示、コンピューターによる性格検査、刑務所作業製品の販売 模擬店コーナーなど

家族介護教室

地域包括支援センター ☎74-8067

介護をしている人、介護に関心のある人などを対象に、家族介護教室を開催します。介護の仕方などの相談にも応じます。

日時 9月18日(火)
午後1時30分～3時30分
場所 アルカディア氷見会議室(氷見市鞍川一八七八一)
内容
・回想法の実践
・アルカディア氷見施設長 長谷川健氏
・交流会
参加者同士の語らいや情報交換

申込 「アルカディア氷見」まで電話またはFAXにて
☎74-7060
FAX 74-7062

文化財センター一般公開

博物館 ☎74-8231

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、氷見市内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 9月22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

氷見市交通安全市民大会

環境防犯課 ☎74-8068

氷見市交通安全対策協議会の各推進機関・団体が一堂に会し、式典やアトラクション(比美乃江小学校児童による演奏)を通して交通事故防止を呼びかけ、交通安全意識の高揚を図ります。

日時 9月22日(土) 午前10時～
場所 氷見水産センター

名・住所・電話番号をお知らせください。

台湾料理教室を開催します！

氷見市国際交流協会事務局(総務課内) ☎74-8024
FAX 74-4004
Email sounu@city.himi.lg.jp

一緒に台湾の家庭料理を作って交流しませんか？
日時 10月20日(土)
午前9時45分～午後2時(9時30分から受付)

場所 創作工房ひみ
料金 大人 1000円
小学生以下 500円
(保護者同伴)

日時 9月24日(月・振休)
午前11時～午後3時

場所 いきいき元気館

内容 ゲームコーナーや体験ブース、ステージ発表、飲食物の販売など

氷見市戦没者追悼式

福祉介護課 ☎74-8111

先の大戦により犠牲となられた市内戦没者を追悼し、恒久平和の誓いを新たにします。

日時 10月12日(金) 午後2時～
場所 ふれあいスポーツセンター サブアリーナ

対象 戦没者のご遺族

イベント情報

高岡地区広域圏

高岡市 | 福岡町づくりもんまつり

300有余年の伝統を誇る奇祭。五穀豊穡に感謝し農作物を主材としたづくりもん作品の展示、菅笠音頭・福岡町づくりもん囃子まちなかし等を行います。

期間 9月23日(日・祝)、24日(月・振休)
場所 福岡町中心市街地
問合せ 高岡市産業建設課 ☎64-1426

中田かかし祭

政治や社会の風刺など、アイデアに富んだ約200体のかかしを展示し、よさこい・民謡踊り等の多彩なイベントを行います。

期間 9月23日(日・祝)、24日(月・振休)
場所 中田中央公園 ほか
問合せ 中田かかし祭実行委員会 ☎36-1135

小矢部市 | ミニSLフェスタinおやべ

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、全国の愛好家が車輦を持って参加されます。
日時 9月16日(日)、17日(月・祝)
いずれも午前10時～午後4時

場所 クロスランドおやべ
料金 中学生以上 310円(乗車1回)、510円(乗車2回)
3歳以上 210円(乗車1回)、510円(乗車3回)
※3歳未満は無料、ただし大人と同乗が必要(大人は有料)
問合せ 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

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(木) 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

廃車・事故車 売れない車、その場で現金買い取りします!!

どんな車も一度お見せください! 事故車 下取車 眠ったままの車 無料で査定します 見積り 無料

●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・車両買取

SK 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

広告 氷見営業所 氷見市十二町347-9
本社 富山市安養寺1296-1

買い取り料金例

普通車 (排気量2,000cc以上)	15,000円～
普通車 (排気量2,000cc未満)	10,000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

事業経営、事業承継、人事労務、相続・贈与など 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15日(土) 午前9時～正午
場所 田中会計ビル(窪615)
予約 全日までにお電話で *次回は10月20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>

広告

わたしたちが
こころのケアを
お手伝いします

医療法人 明心会
柴田病院
精神科・神経科・心療内科

〒933-0843 高岡市永楽町5-1
TEL 0766-22-0705
HP <http://www.shibata-hp.or.jp>

こんなリフォーム会社、探してた。

「どうしよう?」の毎日を、
もっと 安心の毎日に

さんのみや

お電話または店舗にてお問い合わせください

0766-72-3038

受付時間 8:30 - 17:00 氷見市伊勢大町2-7-9
リフォーム工事・水廻り・電気工事・上下水道工事・LPガス・灯油・家電・太陽光発電

水まわりの修理、
リフォームの
ご相談・お見積もり
無料!!

お客様の自宅を訪問し、実際の様子からお見積もりいたします。
お気軽にお電話ください。

三ノ宮住設 検索
ホームページもご覧ください

広告

海浜植物園からの花だより

イソノギク (温室)

奄美大島や沖永良部島、沖縄本島の海岸に生えるキク科シオン属の多年草で、自生地では隆起サンゴ礁の海岸崖や岩上に生えています。根は木質化する性質があり、茎は地面をはう性質があります。葉は厚くやや光沢があり、葉のふちに毛が生えています。

踏み付けや園芸採取、道路工事などで自生地が減り、環境省の絶滅危惧ⅠB類(EN)(ⅠA類ほどではないが、近い将来における絶滅の危険性が高い種)の指定植物になっており、沖縄本島の自生地は沖縄県の天然記念物に指定されています。



市民の皆さんに正しい応急処置を身につけてもらうため、救急講習を行っています。講習内

9月9日(日)～15日(土)までは「救急医療週間」です。

救急講習を受けてみませんか！
救急医療週間
消防署 ☎74-8300

お知らせ



容や日時などについて、お気軽にご相談ください。
救急車 適正利用のお願い！
平成29年の氷見市における救急出動件数は、1500件近くにのぼり、日夜救急車は氷見市内を走っています。怪我や病気など命にかかわる傷病者を医療機関へ搬送するのが救急車です。すみやかに医療機関へ搬送する必要があると判断すれば迷わず「119番」に通報してください。
ただし、救急車や救急医療は、限りある資源です。適正な利用をお願いします。



※当日、受付時にお支払いください。
対象 国際交流、台湾料理に興味がある人
定員 20人程度
(応募多数の場合抽選)
講師 富山県台湾総会スタッフ
持ち物 エプロン、三角巾、タオルなど
申込 申込メシ 9月26日(水)
申込 電話、FAXまたはメールで氏名・住所・電話番号をお知らせください。

募集



富山県後期高齢者医療広域連合運営懇話会委員の公募

富山県後期高齢者医療広域連合 事務局
☎076-46517501
FAX 076-46513967

年1～2回程度の懇話会に出席し、保険料や保健事業などの後期高齢者医療制度の運営について検討し、意見をいただきます。

任期 委嘱の日から平成32年9月30日まで
応募資格 県内に住所を有する満75歳以上(平成30年4月1日現在)の人で、平日の会議に参加可能な人

募集人員 3人

(県内全市町村にて募集)
応募方法 広域連合ホームページから応募用紙をダウンロードし、必要事項をご記入の上、郵送またはFAXにて
応募期限 9月14日(金)まで

保健・福祉



ハローワーク氷見で福祉・介護の仕事相談

富山県健康・福祉人材センター
☎076-43216156

富山県健康・福祉人材センターでは、ハローワーク氷見内に「福祉・介護のお仕事相談コーナー」を開設し、キャリア支援専門員が無料で相談を受けます。お気軽にご利用ください。
日時 毎月第1木曜日
(祝日の場合は変更)
午前9時30分～午後4時
場所 ハローワーク氷見

パママ体験教室

健康課 ☎74-8062

安心してかわいい赤ちゃんを迎えるために育児のプレ体験をしませんか？祖父母やパパのみの参加も大歓迎です。
日時 9月9日(日)
午後1時～3時30分

場所 氷見市いきいき元気館
料金 無料
対象 妊婦さんとそのご家族
定員 15組(先着順)
内容 育児体験、パパの妊婦体験、赤ちゃんとの触れ合い、情報交換
申込 申込メシ 9月7日(金)
申込 電話にて

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

手をつなぐ育成会では、認知症、知的障害、精神障害などのため判断能力が不十分な人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を開催します。
日時 9月11日(火)
午後1時～4時
(受付は午後3時30分まで)
場所 市役所カンファレンス1、2
料金 無料
申込 電話にて

※当日受付可能、ただし事前予約の人を優先

いっしょの健康相談会

健康課 ☎74-8414

9月10日(月)～16日(日)は自殺予防週間です。眠れない、食欲がない、職場でうまくいかない、子どものことが心配など、「つ

税理士による無料税務相談

北陸税理士会富山県事務局
☎076-42214034

日時 9月20日(木)・10月18日(木)
いずれも午後1時～4時
場所 北陸税理士会高岡支部
(高岡商工ビル4階)

料金 無料
対象 一般の納税者
(初めての方優先)

内容 一般納税者の税務相談
申込 電話にて各相談日の一週間前の午前9時から予約受付

秋の全国交通安全運動

環境防犯課 ☎74-8068

日時 9月21日(金)～30日(日)
スローガン ゆずりあう 心でひろがる

※家庭、地域、職場から交通安全を広めましょう。

※子供や高齢者を交通事故から守りましょう。

重点

- ① 子供と高齢者の安全確保
- ② 夕暮れ時と夜間の交通事故防止
- ③ 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用
- ④ 飲酒運転の根絶

らい気持ち」をひとりで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19日(水)
午後1時30分～5時
場所 いきいき元気館
申込 申込メシ 9月14日(金)
申込 電話にて

健康なんでも相談

健康課 ☎74-8414

健康診断の結果の見方を知りたい、健診結果をみて生活を改善したいなど健康に関する相談なんでも応じます。

日時 9月20日(木)
午後1時～2時
場所 いきいき元気館
料金 無料
講師 金沢医科大学氷見市民病院 高齢医学科科長 石神 慶一郎
医師、保健師、栄養士
持ち物 健康診断の結果
申込 申込メシ 9月18日(火)
申込 電話にて

県西部地域

障害者合同就職面接会

氷見公共職業安定所
(ハローワーク氷見) ☎74-0445

富山労働局と県西部ハローワーク(高岡・砺波・氷見・小矢部)では、障害者のより一層の雇用促進を図るために、合同面接会

無料調停相談会のお知らせ

調停協会事務局
(富山地方・家庭裁判所内)
☎076-42118195

日時 9月22日(土)
午前10時～午後4時
場所 高岡市ふれあい福祉センター

相談内容 金銭や土地・建物などの貸借、土地や境界問題、建築など住まいに関する紛争、労働問題、交通事故などの損害賠償、家庭内の問題、親族間の紛争や相続に関する問題、成年後見など
相談員 民事・家事調停委員
※事前申込不要

平成30年住宅・土地統計調査を実施します

総務課 ☎74-8024

住宅・土地統計調査は、豊かな住生活を実現するための大切な調査で、5年ごとに実施しています。

調査の対象となった世帯には、9月中旬から10月中旬までの間に調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。

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
その他暮らしについての相談…

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・薬事に関する問題
その他事業についての相談…

氷見法律事務所

富山県弁護士会所属 弁護士 白木謙一

氷見市窪436-1 窪ビル204
☎91-5610
相談の際は電話でご予約ください

広告

シルバーで活かそう特技、増やそう仲間
働ける！働きたい！元気な方！

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、祝日の場合は翌日となります



◎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

広告

体験レッスン募集中
青空キッチン
(3歳から小学生の食育スクール
月2回の習い事)

大人の料理教室
離乳食教室
親子の料理教室も随時開催！

お問い合わせ・申し込みは
電話またはホームページよりどうぞ▽



かむかむSmile

氷見市窪635-4 (新谷歯科横)
☎0766-91-3077
https://comecome-smile.com



広告

不動産管理・問題解決 S-PM

〒935-0031 富山県氷見市柳田 1043-1・205

TEL 0766-50-9874
FAX 0766-50-9884 携帯 090-2377-5670(鈴木)

Mobile-mail s.t_info@docomo.ne.jp PC-mail s-pm@sky.plala.or.jp

※パソコン・ケータイ・スマートフォン [http://www.s-pm.info/]

S-PM 富山

検索

「1タウンページ」にも掲載しております。

広告

第31回全国健康福祉祭とやま大会 ねんりんピック富山2018 in 氷見

夢つなぐ 長寿のかがやき 富山から
平成30年11月3日(土)～6日(火)

開催種目: **ダンススポーツ競技** 開催場所: **ふれあいスポーツセンター** **11月3日・4日開催**



大会当日に模範演舞を行うペアを紹介します。

模範演舞ペア 石原 正幸・石原 蘭羅 組

2018年からJDSF-PD (※) 選手として活動を開始。現在は、イタリアをトレーニングの拠点とし、日本各地において競技だけでなくショー出演や競技カップルの指導を行っています。



【石原 正幸 主な成績】

6歳からダンスを始め、全日本ジュニアチャンピオン、ユースチャンピオン、全日本スタンダードチャンピオン、10ダンスチャンピオン、世界10ダンス選手権ファイナリストで、三笠宮杯スタンダードでは11連覇を成し遂げました。2018年からはPD選手(プロ)として活躍しています。

【石原(旧姓 久保田) 蘭羅 主な成績】

3歳からダンスを始め、全日本ジュニアチャンピオン、ユースチャンピオン、全日本ラテンチャンピオン、10ダンスチャンピオン、全日本スタンダードファイナリスト、ワールドカップ10ダンス選手権ファイナリスト。三笠宮杯ラテンでは8連覇を成し遂げました。2018年からはPD選手(プロ)として活躍しています。

※公益社団法人 日本ダンススポーツ連盟のプレミアディビジョンのことで、プロの選手として登録できるプロフェッショナル部門のこと



「ねんりんピック富山2018」の開催まで100日余りとなった7月25日に、プラファッションショッピングセンターで、市民の開催機

運をより一層盛り上げるため、林市長と堂端市老人クラブ連合会会長によるカウントダウンボードの除幕式が行われ、来場者にお披露目しました。このボードは大会開催まで、市役所正門入口に設置されます。

除幕式の後、レインボースマイルとやま(富山県ダンススポーツ連盟ジュニア会員)による、ダンススポーツ競技の披露と、市民の皆さんに向けての開催周知メッセージを贈ってくれました。



大会の周知を行うため市役所の公用車に大会ロゴがつけました!!

子育て支援拠点施設をご利用ください。 第2回 (P25の子育て情報もご覧ください。)

親と子のともだちサロンはやかわ

豊かな自然の中で我が家のようにホッとできる空間づくりを目指し、親子でリフレッシュできる楽しいイベントや講座を企画しています。

気軽に遊びに来てくださいね!



ベビーマッサージ

ママとのスキンシップで心も体もリラックス♪



おもちゃの世界

本物みたいなパペットとおはなし中☆

開所日時 月曜～金曜日 午前9時～午後1時

住 所 氷見市小久米83-5 ☎76-2613 (速川児童館内)

すくすくサロン

子育て中のお母さんやご家族が、不安や悩みを抱え込まないよう、みんなでワイワイ集まって情報交換をしています。

ぜひ「みんなといっしょ」に楽しい時間を過ごしましょう!



たくさんの笑顔がいっぱい遊びにきてね!

ママの美ボディ講座

ママとのふれあい遊び たのしいなあ♪



開所日時 月曜～金曜日 午前9時～午後3時

住 所 氷見市飯久保167 ☎91-1277 (みどり保育園内)

ふれスポ教室10～12月期 会員募集!

問合せ ふれあいスポーツセンター
☎74-8500

受講料 8,000円(全11回 保険料込)

曜日	時 間	教 室 名	対 象	内履き
月	14:00～15:00	ウェーブストレッチ ★	大人	×
	17:00～17:50	HIPHOP (基礎月)	年中～小	
	18:00～18:50	HIPHOP (初級月)	小・中	
水	10:00～11:00	ピラティスさんの呼吸体操 ★	大人	×
	11:00～12:00	リズムウォーク ★	大人	
	14:00～15:00	ズンバ&シェイプ ◎	大人	
	19:00～20:00	ヨーガ・セラピー ★	中学生以上	×
	20:10～21:10	たまごヨガ ★	中学生以上	×
木	17:00～17:50	HIPHOP (基礎木)	年中～小	
	18:00～18:50	HIPHOP (初級木)	小・中	
金	10:00～11:00	フラ基礎 ★	大人	×
	11:00～12:00	リズムウォーク ★	大人	
	14:00～15:00	ヨーガ・セラピー ★	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!

気持ち良さを体験! ウェーブストレッチ

体の曲線に合うように開発されたウェーブリングで体をほぐしていきます。体が硬くてストレッチが苦手な方にも気持ち良さを体験してもらえます。



フラの楽しさを体験! フラ基礎

フラの基本ステップを習得します。柔らかい動きは意外とキツイ。やさしい音楽に合わせて、少しずつ体力アップを目指しましょう!



地域元気スポレク波及推進事業 ひみ健康カフェシニアコース会員募集!

期間 9月6日～11月15日の木曜日
※日程はお申し込み時にお伝えします。
時間 午後2時～3時
ただし、9月20日は午後1時15分～3時
内容 シニア世代に必要な筋力、バランス力、柔軟性をアップさせる運動と栄養のおはなし
会費 6,000円(全9回 保険料込)
定員 20人 ※現在開設中の「ひみ健康カフェシニアコース」の会員は申し込み不要
予約 電話にて
ふれあいスポーツセンター ☎74-8500
申込 予約後、窓口にて会費と印鑑を持参しお申し込みください。

市民プール休館のお知らせ

問合せ 市民プール ☎91-5000

9月25日(火)～10月2日(火)まで、施設点検のため休館いたします。

※トレーニングセンターは通常通り営業いたします。ぜひご利用ください。

トレセン教室(10～12月期) 会員募集

問合せ トレーニングセンター
☎91-5988

対象 中学生以上

会費 8,000円(全11回 保険料込)

場所 トレーニングセンター 2F スタジオ

曜日	時 間	教 室 名	内 容	内履き
月	19:00～20:00	ズンバ&シェイプ	有酸素運動と筋トレで理想の自分に近づきましょう! ダイエットしたいならココ!!	
	20:10～21:10	ヨガ&ピラティス	ヨガとピラティスを組み合わせ美しく引き締まった体を目指します!	×
水	14:00～15:00	らくちん体操	骨盤底筋群を鍛えて背筋&お腹すっきり!心地の良い体を取り戻そう!!	×
	19:00～20:00	初級エアロ	簡単な動きを繰り返してエアロの動きを覚えましょう! 慣れていない方でも安心!	
	20:10～21:10	ステップ	ステップ台を利用することで脂肪燃焼効果がアップします。初中級クラスです。	
木	14:00～15:00	ソフトヨガ	簡単なポーズで柔軟性、筋力、集中力、代謝をUPしましょう!	×
	19:00～20:00	ストレッチ&筋トレ	無理のないストレッチや筋トレを行い総合的な体力向上を目指すクラスです。	
	20:10～21:10	中級エアロ	エアロビクスに慣れてきた方、たくさん汗をかきたい方に特におすすめ!	
金	14:00～15:00	健康体操	しなやかで、丈夫な体づくりをめざします。	
	19:00～20:00	はじめてダンスエアロ	簡単なエアロビクスから少しダンステイストな動きや振付が味わえます!	
	20:10～21:10	初級エアロ&筋トレ	簡単なエアロビクスと自重重での筋トレでシェイプup! 筋持久力up!	
土	13:00～14:00	フラ	ハワイアンメロディに包まれて癒されながら踊りましょう。	×
	19:00～20:00	パワーヨガ	呼吸に合わせて流れるようにポーズをとり筋トレ要素を含むヨガ! 引き締め効果大!	×
	20:10～21:10	初中級エアロ	エアロビクスに慣れてきた方への基礎体力作りに最適。楽しく汗をかきましょう!	

【場所】 児童図書室

【日時】 9月22日(土) 午後2時～

【おはなし会】 「いずみの会」の紙芝居・本の読み聞かせ

●日本百銘菓 中尾隆之／著 NHK出版

●世界で活躍する仕事100 三菱UFJリサーチ&コンサルティング／編 東洋経済新報社

●服部幸應の食育読本 服部幸應／著 C&R研究所 学研プラス

●農業に頼らない病害虫対策

マギ流やめていい家事 マギ／著 宝島社

地元の力を生かす「ご当地企業」 帝国データバンク 中村宏之／著 中央公論新社

地元の企業からのビッグデータを読み解き、47都道府県の姿をあらたに見つめ直す。地域を代表する企業、特色ある中小企業、女性経営者の企業や企業間の取引など、各都道府県のそれぞれの個性が見えてくる。

じぶんて考えるじぶんて話せることを育てる哲学レッスン 河野 哲也／著 河出書房新社

課題や問題を自分で見つけて、自分で考える。それを人に話すことができるかどうか。今の時代では、ますます重要視されてくるそんな力を、学校や家庭で身につける方法を説明する。

Topics

企画展示「生きる～かけがえのない命～」

自殺予防週間のキャンペーンとともに、「生きる」をテーマに図書を展示いたします。

期間 9月4日(火)～9月16日(日)

図書館へ行こう

http://library.city.himi.toyama.jp/ 問合せ ☎74-8226

【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9時30分～午後5時

【休館日】 9月3日(月)、10日(月)、17日(月・祝)、24日(月・振休)、10月1日(月)

【貸出】 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、まとめて10点まで

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	8月26日(土)～9月1日(土)	2日(日)～8日(土)	9日(日)～15日(土)	16日(日)～22日(土)	23日(日)～29日(土)	30日(日)～10月6日(土)
①午前8時 ②正午 ③午後6時 ④午後11時	週間ニュースひみ 一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	<p>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。</p>	<p>「きときとキッズ お料理道場」 ～氷見の食材でごはんを作るうい～ 7月19日に創作工房ひみで開催された南大町こども園・速川保育園の年長児による調理などの様子を紹介します。</p>	<p>介護予防大作戦 ～からだもあたまもきときとに～ 7月6日にいきいき元氣館で開催された シナプスロジーンストラクター 谷内紳一先生による認知症予防に効果的な頭と身体を同時に使う体操と、南砺市政策参与・前南砺市民病院院長 南眞司先生による支えあいや地域づくりについての講演会の様子などを紹介します。</p>	<p>フィッシュ&チップスのこちら! 氷見市芸人課 富山住みます芸人の2人が氷見市内を楽しく紹介します。</p>	<p>氷見市中学生英語スピーチコンテスト【前編】 8月22日に教育文化センターで行われた、氷見ユネスコ協会主催の氷見市中学生英語スピーチコンテストの様子を紹介します。</p>	<p>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。</p>
①午前6時30分 ②午後3時30分 ③午後8時30分	<p>ボランティアだより 市内ボランティア団体の紹介や「ボランティアまつり&こどもまつり」の告知、ボランティア・チャレンジ・プログラムの活動を紹介します。</p>	<p>もっと知りたい・伝えたい 氷見市政・【防災週間】 災害への備え・スポーツイベント</p>	<p>氷見市中学生英語スピーチコンテスト【後編】</p>			

※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。

好評につきキャンペーン延長！ ケーブルスマホは月々1,880円～

ケーブルスマホ新規お申込の方限定

キャンペーン期間中に、

Apple認定整備済 iPhone SE (16GB) を一括購入 + 音声SIMコース

端末代金40,000円が 10,000円割引で 30,000円!!

一括払い 40,000円 24回分割払い 1,800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

市民病院だより

金沢医科大学氷見市民病院 ☎74-1900

薬剤部の紹介

問合せ 薬剤部 (内線1300)

薬剤部は薬剤師12名、事務員4名、S P D (物品物流管理担当者) 2名の計18名体制で業務を担っています。

チーム医療の一員として医師、看護師、他医療スタッフと連携し、患者さんを薬害から守る(ファーマシューティカル・ケア)を実践するべく日々多くの業務を行っています。以下に紹介する新しい業務にも近年積極的に取り組んでいます。

●入院時に患者が持参した服用薬の鑑別 (持参薬鑑別)

当院で処方された薬、他院からの処方薬など患者さんが現在服用中の持参薬等の相互作用、薬の重複、飲み方を間違えると患者さんに不利益な作用が及ぶ薬(ハイリスク薬)の投与などに問題がないか処方内容を確認しています。また、多数の薬を服用している患者さんの問題にも今後関与していく予定です。

●へき地診療への参加

氷見地区にはへき地と呼ばれる交通の不便な地区が点在しており、病院スタッフがその地区の公民館などに出向いて診療を行うへき地巡回診療を担っています。その一員として薬剤師も加わり、薬の説明をはじめ困り事の相談に対応し、うまく飲めないことへの手助けなどに関与しています。

●抗菌薬 (抗生物質) 適正使用の啓発

抗菌薬の乱用による薬剤耐性 (AMR) 対策として、抗菌薬の使用にあたり「適切な薬剤」を「必要な場合に限り」、「適切な量と期間」使用することを徹底する国の方針に従い、外来患者、入院患者さんの抗菌薬の適正使用の啓発に努めています。

●おわりに

氷見市の中核病院として、地域医療における高齢化問題等への対応、院外調剤薬局との連携強化による在宅医療支援等の地域包括ケアシステム確立にも寄与しています。

【今月の糖尿病教室】 要予約

日時 9月11日(火)

場所 6階多目的ホール

内容 講義1 『皮膚科領域におけるフットケアについて』
皮膚科 竹田 公信 先生

講義2 『低血糖・高血糖について』
看護部 大橋 香代子 (糖尿病療養指導士)
看護部 中島 和子 (糖尿病療養指導士)

定員 15人

問合せ 医事課 (内線1024)

平成31年度 金沢医科大学医学部 指定地域推薦入学試験出願者募集

問合せ 病院事業管理室 ☎74-8126

指定地域推薦入学試験 (氷見枠) は、金沢医科大学医学部において、氷見市に在住し、氷見市の地域医療に貢献する強い意志をもった人材を育成することを目的として、市が推薦する人を対象としています。

出願資格

① 市内在住で、高等学校を平成31年3月に卒業見込みの人または平成30年3月に卒業した人で、平成31年4月1日現在、19歳以下

② 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、入学を確約できること

※書類審査と面接による選考後、指定地域推薦入学出願に必要な推薦書を交付します。

出願要件

金沢医科大学および金沢医科大学病院の理念を理解し、医師としての人格形成と知識、技術を涵養するため、卒業後、金沢医科大学病院また

は金沢医科大学氷見市民病院において臨床研修(5年)を行う意志の強固な人を要件とします。

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します。

※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、返還を免除します。

募集人員 1人

募集期間 9月28日(金)まで (郵送の場合は当日消印有効)

※申請に必要な書類は、病院事業管理室でお渡しします。

23 広報ひみ 2018.9

22



普段の mirai エンジン は氷見市内での活動が中心となり、市外に出ていく機会は少ないですが、7月出張月間となり、東京・名古屋・大阪と三都市での移住フェアへの出展、フェアに合わせた自主開催イベント「Little HIMI」など大忙しでした。今回はそんな出張先での様子をご紹介します。



まずは7月7日に開催した「Little HIMI」というイベント。こちらは、東京のなかに「小さな氷見」をつくって地域の話題で盛り上がるというもので、地元氷見で地域を盛り上げようと行動している方をゲストとしてお連れして、現在進行系の取り組みを紹介してもらうなど、氷見の食材を使ったランチを楽しみながら交流するイベントです。当日参加されたのは氷見など富山県内の出身者や、地域には縁はないけれど氷見が気になっている方など関東在住の15名です。移住を検討しているという方もいれば、氷見で事業をはじめようと考えている方もおり、イベントを通じて実際に氷見での起業に向けて動き出した方も現れるなど、実りある企画となりました。



続いて、この企画の翌日には、富山県が主催する『暮らし働く富山』と相談会2018に出展。18組26名の移住希望者さんから氷見の暮らしについてご相談いただきました。この日の来場者さんのなかには氷見への想いが強い方も多く、なんと翌週にさっそく氷見を訪れた方も！「氷見の暮らしをイメージしたい」というお声にこえて、スーパードや公園、学校などをご案内したほか、美味しいランチをご紹介します。半日という短い時間でしたが氷見の良さを存分に体感いただきました。

新しい出会いの場はいつもワクワク期待に溢れた気持ちになるものです。こうした出会いが氷見への移住、そして充実した移住生活に繋がるように、継続したサポートにも力を入れていきます！

（交流拠点「まちのタマル場」）
氷見市中央町5番7号
☎ 54-0445
メール info@himi-iju.net
ホームページ http://himi-iju.net/
開所時間 窓口相談
午前9時30分～午後6時30分
※電話相談は午後9時まで行います。
定休日 毎週水・木曜日

「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（8月号で募集）

「夏本番!! あなたの夏休みの思い出は？」

◆ 子供の頃の夏休み、畑から西瓜やうりを収穫し、木のタライで冷やしてくれる。特別汗かきだった父はいつも上半身裸で首に手ぬぐいをかけ、大きく実った美味しい西瓜の自慢話を聞かされ、お腹いっぱい食べたことが懐かしい思い出です。（はなみずき）

◆ 孫と一緒にセミを採りに行ってきました。「たくさん採れたー」と言って笑う姿を見ていると心がおだやかになりました。（BABA）

◆ 夏休みに入ると隣家のおばあちゃんが必ず新しいワンピースを着る。いろいろと採寸し、世界に1着を5つほど毎年作った。クリスマススイブには必ず大きなチョコレートが届いた。おばあちゃん、なぜそんなに見守ってくれたん？なぜ？ミステリー!!（T.K.）

◆ 小学生の時、砺波市徳万の叔父の寺で過ごしたこと。少し高い所で、きれいな小川の水で顔を洗ったり、花火を見たり、叔母が庄川へ泳ぎに連れていってくれ、水のきれいだったことなどが夏になる思い出します。（夢見る夢子）

◆ 毎月「1歳になりました」が楽しみです。（93歳）

◆ 1年を巡り、改めて見直す町、人。知っているようで分かっていない現状を勉強させてもらっています。「氷見市一斉清掃の日」夏のはじまりです。（C.C.）

◆ 暑いと言って炭酸飲料・アイスクリームなどについていっ手が出てしまいましたが、極力甘い物に手を出さないよう誘惑に負けないよう頑張ります。（K.K.）

広報ひみの感想など

全国一斉

「司法書士無料法律相談会」

富山県司法書士会

☎ 076-431-9332

日時 10月1日(月)

午前10時～午後3時

場所 市役所1階地域協働スペース2・3

相談内容 不動産登記、相続、贈与、

法人登記、多重債務、過払い、

成年後見、訴訟、調停など

※予約不要

今月のプレゼント

藤子不二雄A先生の
人気キャラクターグッズ

お便りをお寄せいただいた人の中から
抽選で3名様に、「藤子不二雄A先生
の人気キャラクターグッズ」をさしあげます。
(当選者には後日通知します。)

イラスト、
ペットの写真など、
投稿作品も募集中!



高岡税務署からのお知らせ
電子申告の手続きが
より便利になります!



● マイナンバーカードやマイナンバーカードリーダーをお持ちでない方でも、税務署でIDとパスワードを発行してもらえば、平成31年1月以降、ご自宅等のパソコンからID・パスワード方式による電子申告が可能となります。

● 発行を希望される方は、運転免許証などの本人確認書類をお持ちの上、**高岡税務署**にお越しください。

● ID・パスワード方式による電子申告は、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」でのみ、ご利用できます。

● さらに、税務署確定申告会場で「ID・パスワード方式の届出完了通知」を受け取られた方は、平成31年1月以降ID・パスワード方式による電子申告が可能です。

※ID・パスワード方式は、マイナンバーカード及びICカードリーダーが普及するまでの暫定的な対応です。
お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

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「あなたが取り入れている健康法は？」

◆ 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？
(8月号の正解は21ページ)

◆ 応募締切 9月11日(火)必着

◆ 応募・問合せ
〒935-8686 (住所記載不要)
氷見市広報情報課広報担当
☎ 74-8012
FAX 74-0692
Eメール kouhou@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。



平成29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住所 ③生年月日 ④性別 ⑤応募者の氏名・続柄 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)
■応募締切 9月11日(火) ■申込・問合せ 〒935-8686 (住所記載不要) 氷見市広報情報課「1歳になりました」係 ☎ 74-8012 電子メール: kouhou@city.himi.lg.jp

氷見びと

氷見の「創業者」を紹介
市・商工会議所は、創業を応援します！

美容室
Vivant

おの かずこ
大野 和子さん (柳田)

オーガニックであなたのキレイをお手伝い

中学生からの夢を叶え、高岡で美容師として働いていた大野和子さんは、「生涯働くなら地元氷見で独立したい」という次の夢を叶えるため、創業支援事業や創業塾を活用して今年の4月に美容室「Vivant」を西條中学校向かいにオープンさせました。

髪と美容に悩みを持つお客様にも、「キレイになることを諦めないでほしい」という思いから、地球にも体にも優しいオーガニック(※)による「健康的な美」を提供しています。

娘の眞由さんとともに、「お客様がキレイになることはもちろん、限られた時間の中で心と心が通じ合う接客を大切にしています。地域の活性化のために美容という切り口で氷見を盛り上げていきたい」と強い思いを持って、取り組んでいます。

※オーガニック 化学肥料や農薬を使用しない有機野菜や、添加物を入れていない食料品などをさす言葉。ここでは、植物由来の成分で構成された、体に優しい美容製品をさす。



市ホームページの記事番号検索機能を使ってみよう！

ホームページへのアクセスの仕方

氷見市

検索

URL <http://www.city.himi.toyama.jp/>

QRコード

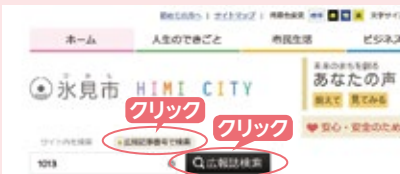


広報誌よりも充実した
写真や動画などがみ
られます

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



編集後記

子どもの頃、松田江浜の堤防に座り家族と見ていた「ひみまつりの花火」は、海面に映えてとてもキレイでした。

大人になってからは、比美乃江公園の芝生広場で見上げる大迫力の花火がお気に入りとなりました。

そして、広報マンとなった今年、比美乃江大橋からカメラのレンズ越しに見る花火には、また新しいものを発見したような気がします。

㊦

問合せ (代表・緊急時)

- 氷見市役所 代表電話
☎ 74-8100
- 火災や救急指定病院の問合せ
☎ 22-9999
- 防災行政無線の放送内容問合せ
☎ 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
9ch (091ch/092ch)
 - ・ 火災情報
 - ・ 災害時の道路情報

郵便はがき

お手数ですが
62円切手を
貼って下さい

9 3 5 - 8 6 8 6

氷見市広報情報課

広報担当 行

(広報ひみ 平成30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

★ シュリケンは何ページ？

興味を持ったコーナー