

# 珠洲

広報すず  
No.854  
March 2026

3

◆ 今月の表紙 ◆  
椿展望台の椿



## 【地震】【豪雨】 珠洲市義援金（人的被害）の追加配分

令和6年能登半島地震・奥能登豪雨による珠洲市義援金の追加配分（地震第3次、豪雨第2次）があります。

- ※「人的被害」に該当する方が対象です。住家被害（家の被害）に対する配分はありません。
- ※災害弔慰金・災害障害見舞金を申請済の方は改めて義援金の申請は不要です。

地震				豪雨						
被害区分		石川県 (1～5次)	珠洲市 (1～2次)	珠洲市 (3次)	被害区分		石川県 (1～2次)	珠洲市 (1次)	珠洲市 (2次)	
人的被害	死者 行方不明者	260万円	20万円	30万円	人的被害	死者 行方不明者	260万円	20万円	30万円	
	精神または身体に著しい障害を受けた方	130万円	15万円	10万円		人的被害	精神または身体に著しい障害を受けた方	130万円	15万円	10万円
	重傷者	10万円	10万円	—			人的被害	重傷者	10万円	10万円

■問い合わせ 危機管理室 ☎0768(82)7725

## 災害廃棄物の受け入れが終了

奥能登クリーンセンターで行っている災害廃棄物の受け入れは、**令和8年3月31日**をもって終了します。持ち込み可能な日時は次のとおりです。

- 曜日 月曜日から金曜日および第2・第4土曜日（祝日含む）
- 時間 午前の部：8時30分～12時、午後の部：13時～16時30分

※ごみを持ち込む際は、奥能登クリーンセンターまで **事前に** ご連絡をお願いします。

■問い合わせ 奥能登クリーンセンター ☎0768(62)8222

## 珠洲市クリーンセンター受け入れ開始

令和8年3月7日から珠洲市クリーンセンター（新埋立処分場）でごみの受け入れを開始します。持ち込みできる品目と日時は次のとおりです。

- 持ち込みできる物 ガラス・陶器
- 曜日 月・水・土（祝日除く）
- 時間 月・水 9時～16時30分  
土 9時～12時
- 所在地 上戸-宝立間で珠洲道路から「長寿園」に向かう道に進んで左手



■問い合わせ 環境建設課環境係 ☎0768(82)7743

# 『珠洲市生活応援商品券』を配布します！

エネルギーや食料品などの価格高騰による家計や事業の負担を軽減するため  
物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用して  
「珠洲市生活応援商品券」を配布します。

商品券配布対象者に **『珠洲市生活応援商品券配布事業のご案内』** を送付しました。

## • 配布対象者と金額

珠洲市民の方（令和8年1月1日時点で、住民基本台帳に記録されている方）  
1人につき **20,000** 円分（1枚1,000円の商品券を20枚）

## • 商品券の配布手続き

▶ 商品券は **申請不要** で受け取れます。

▶ 商品券は **3月中旬に発送** します。

## 【ご確認ください】

配布する珠洲市生活応援商品券の **有効期限は『令和8年7月31日(金)』** です。

※商品券の配布を希望しない場合は、『珠洲市生活応援商品券交付辞退の届出書』を提出もしくは辞退の旨お電話をお願いします。令和8年3月6日（金）までに下記に提出してください。

様式は珠洲市ホームページからダウンロードできます。

### ■問い合わせ

福祉課 生活支援係（市役所1階4番窓口）

☎0768(82)7748

**3月8日(日)は  
石川県知事選挙の  
投票日です**

「みんなの1票みをむすぶ」

投票時間：

**7時～18時**

## 期日前投票が始まっています

■期間 3月7日(土)まで ※期間中は毎日開設します。

■時間 8時30分～20時

■場所 市役所1階市民ホール

期日前投票は、最終日（3月7日）に近づく大変混み合います。  
早めの投票をお願いします。

**開票は3月8日（日）20時から珠洲市産業センターで行います**



# 水道料金減免のお知らせ

物価高騰対策として、水道使用者の皆様の経済的負担を軽減するため、

## 令和8年1月から4月までの4か月分の 基本料金とメーター使用料を減免 します。



\* 国の重点支援地方交付金を財源とした石川県水道基本料金無償化特別交付金と市独自の支援により実施します。

### ■減免対象期間

令和8年1月・2月使用分（3月請求分）

令和8年3月・4月使用分（5月請求分）

### ■減免の例

・一般家庭用 使用期間2か月分の使用水量が基本水量 20m<sup>3</sup>以内の場合

(減免前) (減免後)

基本料金 4,840 円→ 0 円

メーター使用料 (口径 13 mmの場合) 286 円→ 0 円

・業務用 使用期間2か月分の使用水量が基本水量 40m<sup>3</sup>以内の場合

(減免前) (減免後)

基本料金 11,000 円→ 0 円

メーター使用料 (口径 13 mmの場合) 286 円→ 0 円

\* 基本料金は使用期間によって異なります。

\* メーター使用料は使用期間と口径の大きさによって異なります。

\* **基本水量以上に使用した超過料金分と下水道使用料は、減免の対象外となります。**

■問い合わせ 上下水道強靱化推進室管理係 ☎0768 (82) 7781



# 1子世帯もプレパスが 利用できます!

## 申請もアプリから可能になりました!

※アプリからの申請は、マイナンバーカードを取得されている方に限ります。  
マイナンバーカードを取得されていない方は申請書をご利用ください。

※申請書は福祉課子育て支援係窓口にあります。



アプリのダウンロードは  
ホームページから



※イメージ

# 農業委員・農地利用最適化推進委員 募集します

珠洲市農業委員会では、農業委員・農地利用最適化推進委員の任期が、8月3日に満了することから、次のとおり次期委員を募集します。

**募集期間** 4月1日(水)～4月30日(木)  
※土・日・祝日は受付を行っていません



	農業委員	農地利用最適化推進委員
募集人数	9人	12人（下記の区域ごとに募集）
応募条件	<p>農業に関する識見を有し、農地などの利用の最適化の推進に関する事項、その他の農業委員会が所管する事項に関し、その職務を適切に行うことができる方。 次のいずれにも該当しない方とします。</p> <p>①破産手続き開始決定を受けて復権を得ない方 ②拘禁刑以上の刑に処せられ、その執行を終えるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの方</p>	
任期	令和8年8月4日から 令和11年8月3日まで	農業委員会から委嘱を受けた日から 令和11年8月3日まで
報酬	月額18,000円	月額15,000円
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○農地法上の農地利用に関する許認可・進達</li> <li>○遊休農地の発生防止・解消に向けての調整</li> <li>○農地利用申請及び届出にかかる現地調査</li> <li>○毎月の農業委員会総会への参加など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○担い手への農地利用の集積の調整</li> <li>○耕作放棄地の発生防止・解消に向けての調整</li> <li>○農地利用申請及び届出にかかる現地調査など</li> </ul>
推薦及び 応募方法	<p>○応募は、農業者3人からの推薦、団体からの推薦または自薦によります。 ○応募様式に必要な事項を記入のうえ、持参または郵送で農業委員会事務局へ提出してください。 ※応募様式は、農業委員会事務局に備え付けています。または市のホームページからダウンロードすることもできます。 ※農業委員と農地利用最適化推進委員両方に、推薦・応募はできますが、両方を兼務することはできません。</p>	
問い合わせ 申し込み先	<p>珠洲市農業委員会事務局（市民交流センター3階） ☎0768（82）7801 〒927-1295 珠洲市上戸町北方1字6番地の2</p>	

## 農地利用最適化推進委員の担当区域別募集人数

区域	募集人数	区域	募集人数	区域	募集人数
宝立地区	2人	正院地区	1人	日置地区	1人
上戸地区	1人	蛸島地区	1人	大谷地区	1人
飯田・直地区	1人	三崎地区	2人	若山地区	2人

# 輪島税務署からのお知らせ

■問い合わせ ☎0768(22)2241

## 国税の確定申告の期限について

令和7年分の確定申告の申告期限は、下表のとおりです。申告の必要がある方は期限内に申告・納税をお願いします。

確定申告には、マイナンバーカードを利用したスマホによる自宅からのe-Taxが便利ですので、是非ご利用ください。

なお、輪島税務署では申告相談会場を令和8年3月16日(月)まで開設しております。相談会場への入場には「**入場整理券**」が必要となりますので、来署して申告相談を希望される方は、事前に「**国税庁LINE公式アカウント**」でのオンライン予約をご利用ください。

税目	申告期限
所得税及び復興特別所得税	令和8年3月16日(月)
消費税及び地方消費税(個人事業者)	令和8年3月31日(火)
贈与税	令和8年3月16日(月)

スマホを利用した申告はこちら



国税庁LINE公式アカウント



※当日の相談受付も行っておりますが、当日の相談枠には限りがありますので、ご注意ください。

※申告の必要のある方が期限内に申告・納税をしなかった場合は、不足する税金を納めていただくだけでなく、加算税や延滞税を納めていただく場合がありますので、ご注意ください。

## 確定申告書等作成コーナーの使い方に関するお問合せ先について

事前準備、送信方法、エラー解消などのお困り事は、「**e-Tax・作成コーナーヘルプデスク**」に電話していただき、ご相談ください。【☎0570-01-5901(全国一律市内通話料金)】

受付時間：9時～17時(土日祝日を除く)

※期間によって異なりますので、最新情報をe-Taxホームページでご確認ください。

## 国税の納付は、キャッシュレス納付で

国税の納付には、キャッシュレス納付(①振替納税、②ダイレクト納付、③インターネットバンキングによる納付、④クレジットカード納付、⑤スマホアプリ納付)をご利用ください。

特に、初回の手続きがオンラインで提出でき、次回以降も自動的に口座引落としになる「振替納税」が大変便利です。

振替依頼書のオンライン(e-Tax)提出はこちら



## 消費者被害未然防止研修会

インターネットやSNSを利用した消費者トラブルが増加・巧妙化する中、最新の被害事例や手口について理解を深めるとともに、被害を見抜く力や適切な対応を学び、安全・安心な消費生活を目指しましょう。

■日時 令和8年3月19日(木)

13時開場 13時30分開場

■場所 コンサールのと 多目的ホール(能登町)

■講師 御供田幸子氏  
石川県珠洲警察署生活安全刑事課

■定員 100名

■申込 右記二次元コードまたは郵送、FAXでお申込ください。

■締切 令和8年3月13日(金)

申込はこちら



■お問い合わせ 奥能登広域消費生活センター(輪島市三井町洲衛10部11番1)  
☎0768(26)2314 FAX0768(26)2315

## 令和8年度「奥能登地区県政学習バス」参加団体募集

女性の団体やグループ・地域の団体を対象に、県および市町等の施設見学を通して県政に対する理解を深めていただくことを目的に実施します。

※複数の団体が合同で申し込むこともできます。

※詳細は石川県ホームページをご確認ください。

▶対象 女性バス：奥能登地区在住の女性の団体・グループ（女性部等）  
地域バス：奥能登地区在住の18歳以上の方からなる団体・グループ（町内会等）

▶参加人数 20～50人の団体

▶運行期間 5月7日（木）～11月30日（月）

▶申込締切 3月11日（水）まで（必着）



■問い合わせ 石川県奥能登総合事務所企画振興課 ☎0768(26)2303

## 心のバリアフリー作品展のご案内

毎年4月2日は「世界自閉症啓発デー」、4月2日～4月8日は「発達障害啓発週間」です。自閉症および発達障害児者の絵画や書道などの「心のバリアフリー作品展」を開催します。作品展を通じて自閉症や発達障害についての個々の特性や障害を理解するきっかけにしませんか。

### ▶展示場所

のと里山空港 2階 P Rコーナー  
（輪島市三井町洲衛 10-11-1 能登空港ターミナルビル 2階）

### ▶実施期間

3月26日（木）～4月8日（水）

### ▶実施主体

能登北部保健福祉センター 健康推進課

■問い合わせ 能登北部保健福祉センター 健康推進課 ☎0768(22)2012

## 石川県障がい者スポーツ大会

■日程 5月16日（土） ●フライングディスク（能登）、ボウリング（能登・金沢）  
5月17日（日） ●水泳、アーチェリー  
5月23日（土） ●卓球、サウンドテニスボール、バレーボール  
5月24日（日） ●ポッチャ  
5月31日（日） ●陸上競技、フライングディスク（金沢）

■場所 西部緑地公園陸上競技場、いしかわ総合スポーツセンター ほか  
※フライングディスクおよびボウリングは、金沢会場のほか能登会場でも開催します  
・フライングディスク：スポーツセンターろくせい  
・ボウリング：クアトロブーム鹿島

■対象 県内に在住・在勤・在学および施設等に通所する13歳以上の（身体・知的・精神）障害のある方

■募集締切 3月11日（水）

参加選手  
募集中



■問い合わせ・申込み 福祉課 生活支援係 ☎0768(82)7748 FAX 0768(82)8138

# 犬の登録と狂犬病予防注射



令和8年度の狂犬病予防注射を実施します。生後91日以上の子犬を飼う場合、毎年1回の狂犬病予防注射が法律で義務付けられています。下記の会場、またはかかりつけの動物病院で必ず受けてください。

## ■環境建設課環境係

☎0768(82)7743

## ●当日持参するもの

### 【犬の登録が済んでいる方】

- ①狂犬病予防注射案内はがき(3月中旬から下旬に届きます)
- ②予防注射料金(犬1頭あたり) 4,000円

### 【新しく登録する方】

- ①登録料金 3,000円 ②予防注射料金 4,000円
- ※いずれも犬1頭あたりの金額です
- ※令和8年度から予防注射料金を4,000円に引き上げることとなりましたのでご了承ください。

## 予防注射の日程と会場

### 4月10日(金)

見付公園駐車場	9:00 ~ 9:10	三崎公民館	13:30 ~ 13:50
宝立公民館	9:20 ~ 9:30	旧粟津保育所	13:55 ~ 14:10
旧夢つづき駐車場	9:40 ~ 9:50	日置いきいき館	14:30 ~ 14:40
直公民館	10:00 ~ 10:10	大谷公民館	14:50 ~ 15:00
正院公民館	10:20 ~ 10:40	旧上黒丸小中学校	15:20 ~ 15:30
旧蛸島保育所	10:50 ~ 11:10	若山公民館	15:40 ~ 16:00
旧元気の湯	11:15 ~ 11:30		

### 4月12日(日)

珠洲市役所	9:00 ~ 12:00
-------	--------------

## 義務付けられている 申請・届け出

- 新たに犬を飼うとき  
⇒【登録申請】  
※登録は、犬の生涯で一度だけです
- 「犬の所在地」「犬の所有者の氏名・住所」のいずれかが変わったとき  
⇒【変更届】
- 死亡したとき  
⇒【死亡届】

## 手話奉仕員養成講座・入門編の受講生を募集

■日時 5月13日(水)～10月28日(水)の  
毎週水曜日10時～12時(全23回)

■場所 珠洲市産業センター2階大会議室

■受講料 無料(テキスト代別途必要)

■定員 30名(定員に達し次第締め切ります)  
講座では、手話通訳者の養成を目的に、「聴覚障害への理解」と「手話の基本的な技術」を学習します。

初心者を対象とした講座ですので、興味のある方はお気軽に申し込みください。

■問い合わせ・申込 福祉課生活支援係

☎0768(82)7748

✉seikatu@city.suzu.lg.jp

## 住宅資金相談会の開催

能登半島地震などで被災された方々向けに住宅再建に関する資金相談会を実施します。予約不要・相談無料です。

■日時 3月13日(金)9時～13時

■場所 珠洲市産業センター(珠洲市上戸町北方2字19-3)

■問い合わせ 住宅金融支援機構北陸支店  
☎076(233)4254



### の動き

(1月31日現在)

	前月比	1月の動き
世帯数	5,149世帯 (-44)	転入 13人
人口	10,332人 (-88)	転出 75人
男性	4,900人 (-38)	出生 0人
女性	5,432人 (-50)	死亡 26人

夫婦の妊活を応援します！



# 子宝支援治療費助成事業のご紹介

## 不妊症治療費助成

一連の不妊症治療が終了した日の属する年度に行われた不妊症治療に要した【保険適用分】の治療費について『**全額助成**』。  
【保険適用外分】の治療に対し、『**1年度あたり30万円**』を上限に助成

## 不育症治療費助成

毎年4月1日から翌年3月31日までの間に、不育症治療に要した治療費について、【保険適用分】【保険適用外分】を合わせて『**1年度あたり30万円**』を上限に助成

■**対象** 1年以上珠洲市に住所がある夫婦（事実上婚姻関係と同様の事情にある方を含む）

■**申請期間** 令和8年3月31日（火）までに終了した治療 → 令和8年6月30日（火）まで  
令和8年4月1日（水）以降に終了した治療 → 令和9年6月30日（水）まで

■**提出書類** ・申請書（兼）請求書 ・受診証明書 ・領収書 ・診療明細書  
※申請書はホームページに掲載しているほか、健康増進センター窓口にも備えてあります。

■問い合わせ・申請先 健康増進センター ☎0768(82)7742

# いしかわプレ妊活健診のすすめ



珠洲市では、将来子どもを望む夫婦を対象に、夫婦それぞれの健康状態のチェックと併せて、妊娠に関する正しい知識を専門家から学ぶことができる「いしかわプレ妊活健診」を実施しています。

- 対象者** 珠洲市に住所があり（夫婦の一方でも可）、妻の年齢が40歳未満で、過去に一度も「いしかわプレ妊活健診」を受けたことがない夫婦（事実上婚姻関係と同様の事情にある者を含む）  
※受診日における妻の年齢が30歳以上である場合、婚姻日から2年以内の方が対象
- 内容** 3万円相当の健診を**無料**で受けることができます
- 受診方法** 健診を希望される方には受診券を発行しますので、「いしかわプレ妊活健診申請書」を記入し、健康増進センターまで提出してください。申請書は市ホームページや健康増進センター窓口にも備えてあるほか、電子申請も可能です。

受診可能な医療機関や詳しい検査内容については、「いしかわプレ妊活健診について（石川県ホームページ）」をご覧ください。

電子申請は  
こちら



■問い合わせ 健康増進センター ☎0768(82)7742

## 今月のお知らせ

今月の納期  
3月31日(火)

国民健康保険税第8期  
後期高齢者医療保険料第12期

### 講座・教室

**珠洲焼の  
「コーヒーカーップ&  
ソーサー」作り**

陶芸センターでは、珠洲焼の「コーヒーカーップ&ソーサー」作りの参加者を募集します。

▽日時 3月15日(日)

9時~12時

▽場所 陶芸センター

▽参加費 1,500円

▽定員 24名

▽申込期間 3月1日(日)~14日(土)

▽その他 ●汚れてもいい服装またはエプロンを着用し、手拭きタオルを持ってきてください。

【申し込み・問い合わせ】

■陶芸センター

☎0768(82)3221

### 珠洲焼基礎研修課程 研修生を募集

陶芸センターでは、珠洲焼の振興を図るため、令和8年度の研修生を募集します。

▽研修期間 令和8年5月~令和10年4月

▽定員 4人

▽受講資格 基礎研修課程修了後、将来、市内で珠洲焼の陶工を志す方

▽研修内容

【1年目】

基礎技術習得に向けた講義実習、教養講座

【2年目】

技術向上に向けた講義・実習、商品企画

▽受講料 月額5,500円

▽受講審査

面接および適性試験(令和8年4月上旬に実施予定。別途ご案内します。)

▽申し込み

3月20日(金)までに左記へ申し込みしてください。

※奨学金制度あり。

【申し込み・問い合わせ】

■陶芸センター

☎0768(82)3221

### 募集

**ポリテクカレッジ石川  
オープンキャンパス**

石川職業能力開発短期大学校(ポリテクカレッジ石川)では、企業で即戦力となるテクノニシャン・エンジニアを育成しています。学生たちは多くの県内優良企業に就職し、ものづくり産業を支えています。オープンキャンパスでは、魅力をお伝えするプログラムを用意しております。この機会に、ぜひ参加ください!

今月の納期

3月31日(火)

国民健康保険税第8期  
後期高齢者医療保険料第12期

▽日時

○3月22日(日)

午前の部 9時30分~12時

午後の部 13時~15時30分

▽場所

北陸職業能力開発大学校(富山県魚津市)

▽内容

学校説明(詳しくはこちら)施設見学、体験授業など



【問い合わせ】

■ポリテクカレッジ石川学務援助課

☎0765(23)0169

「海を愛し、海を守る」  
海上保安官募集!

●海上保安学校学生(特別)高卒程度

▽受験資格 高校卒業後13年未満の者または卒業見込みの者など

▽申込期間 3月2日(月)~3月23日(月)

▽1次試験 5月10日(日)

▽2次試験 6月3日(水)~24日(水)のうち1日

●海上保安官(大卒程度)

▽受験資格 平成8年4月2日以降生まれの大卒者または卒業見込みの者など

▽申込期間 2月19日(木)~3月23日(月)

▽1次試験 5月24日(日)

▽2次試験 7月7日(火)~14日(火)のうち1日

▽申し込み

【専用アドレス】<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

詳しくは左記まで。

【人事院ホームページ】<https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

【第九管区海上保安本部総務部人事課】  
☎0120(444)576

ご厚志ありがとうございます  
2月16日 受付分まで (敬称略)

■学校法人 マーガレット  
学園 理事長 大森康正  
(珠洲市民図書館費)  
39,736円

退職(失業)  
された  
みなさん

## 国民年金保険料の納付が困難な場合 免除・納付猶予制度をご利用ください

■市民課医療保険・年金係 ☎0768(82)7744  
■七尾年金事務所 ☎0767(53)6511



### 知っていますか？国民年金の免除制度

保険料は毎月納めていただきますが、収入の減少や失業等により保険料を納めることが難しくなることもあります。保険料を未納のままにしておくと、将来の「老齢基礎年金」や、障害・死亡といった不測の事態が生じたときの「障害基礎年金」・「遺族基礎年金」を受け取ることができない場合があります。そのような状況を防ぐため、本人からの申請により、保険料が「免除」または「納付猶予」される制度があります。

#### ■免除（全額免除・一部免除）制度

本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、保険料の全額または一部の納付が免除されます。

#### ■納付猶予制度

50歳未満の方で、本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予されます。

### 退職（失業等）により納付が困難な方は、特例免除を申請できます

所得の審査対象となる退職（失業等）された方の前年所得をゼロとして審査します。

失業の事実が確認できる証明書類の写し（雇用保険受給資格者証、雇用保険受給資格通知、雇用保険被保険者離職票、雇用保険被保険者資格喪失確認通知書など）を添付してください。

### マイナポータルを利用した電子申請で簡単に手続きができます

マイナポータルを利用した電子申請で24時間365日、どこからでも簡単に保険料の免除・納付猶予の申請ができます。マイナンバーカードとその受け取り時に設定したパスワードをご準備いただき、マイナポータルの利用者登録をしてください。利用者登録が完了すると、申請手続きができます。

## 3月8日は「国際女性デー」～すべての女性たちが自分らしく活躍できる社会を目指して～

3月8日は「国際女性デー」として、女性の権利を守りジェンダー平等の実現を目指すため、昭和50年に国連で制定されました。

この機会に、組織やコミュニティにおけるジェンダー平等について考えてみませんか。市では3月9日まで、市民課窓口にもモザの花を展示していますので、ご覧ください。

#### ○国際女性デーの由来

明治37年3月8日、アメリカのニューヨークで女性労働者が婦人参政権を求めてデモを起こしたことに由来します。

#### ○国際女性デーの過ごし方

別名「ミモザの日」とも呼ばれる国際女性デーですが、男性から女性にミモザの花を贈るイタリアの習慣から命名されたと伝えられています。身近でお世話になっている女性に感謝を伝えるため、ミモザを贈ってみませんか。



# かけがえのない命を大切に ひとりで悩まずお話を聴かせてください

～ 3月は「自殺対策強化月間」～



## ～ こころのサインを見逃さないで ～

病気などの健康問題、失業や借金などの経済問題など過度のストレスが、心身にさまざまな影響を及ぼし、うつ病などのこころの病気を引き起こすといわれており、自殺を図った人の多くがこころの病気を抱えています。こころの病気は誰にでも起こりうるものです。こころの不調やストレス症状が長く続いたり、日常生活に支障が出ている場合は、早めに、専門機関に相談することをお勧めします。

周りの人が身近な人の様子を気かけ、こころの不調サインに気づくことが命を守る第一歩です。

### ・こころの不調サイン

(眠れない・食欲がなくなった・集中力の低下、仕事の能率が悪くなった・表情が暗く、ぼんやりとしていることが多い・飲酒量が増えたなど)

## ～ こころの癒し広場 ～

珠洲市民図書館では、「こころの健康コーナー」でこころの健康に関する図書を設置しています。ぜひ利用して、リラックスしてください。

■ 3月の開館時間 9時～18時30分  
(3月の休館日：月曜・祝日)



## ～ ゲートキーパー養成講座～

### 自分や大切な人のこころを守るためにできること

悩みや不安を抱える人のサインに気づき、声をかけ、話を聴き、支援につなぐ方法を学びます。周囲の人を支えるだけでなく、自分自身のこころを守る力を高める内容です。

■日時 令和8年3月4日(水) 14時～15時

■会場 珠洲市健康増進センター 2階 健康増進室

■定員 30名(3月2日(月)までに下記連絡先へ申込み)

■講師 角田 雅彦先生(石川県こころの健康センター所長)

■申込・問い合わせ 健康増進センター ☎0768(82)7742

## ～ こころの耳～

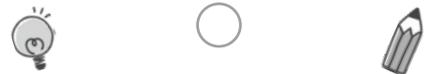
### 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト(厚生労働省)

「こころの耳」は、働く方やそのご家族、職場のメンタルヘルス対策に取り組む事業者の方などに向けて、メンタルヘルスケアに関するさまざまな情報や相談窓口を提供している、働く人のメンタルヘルス・ポータルサイトです。あなたのこころと体はSOSを出していませんか?あなたの辛さを軽くするためのヒントや相談窓口(電話・メール・SNS)があります。「こころの耳」で検索! <https://kokoro.mhlw.go.jp/>

各種相談機関(相談内容などプライバシーは守られます)

## こころの健康に関する相談

相談機関	連絡先・時間	
珠洲市健康増進センター	☎0768(82)7742	平日8時30分～17時15分
能登北部保健福祉センター	☎0768(22)2012	平日8時30分～17時45分
石川県こころの健康センター	☎076(238)5750	平日8時30分～17時15分
石川こころのケアセンター	☎0120(333)247	平日9時～17時
こころの相談ダイヤル	☎076(237)2700	平日9時～17時
	☎0570(783)780	平日17時～翌日9時/0～24時
生きづらびっと(LINE相談)	ID検索 @yorisoi-chat	毎日8時～22時



# 珠洲市民図書館

知りたい！ 学びたい！  
楽しみたい！ に、こたえます！

## ～ 珠洲市民図書館 ～

開館時間：午前9時～午後6時30分  
休館日：月曜日・祝日・年末年始  
☎0768(82)3377

珠洲市民図書館では、さまざまな企画を準備中。講座やイベント情報は、図書館だよりや館内のデジタル掲示板でお知らせしています。

すべて「参加無料」「申し込み不要」

### おはなし会

読み聞かせボランティアによるおはなし会。経験豊富な読み手による絵本の読み聞かせに、ひきこまれること間違いなし！

▽日時 3月7日(土)  
10時30分～

▽読み手 『じんぐろの会』のみなさん

### えほんとかみしばいのよみかせ

幼児から就学前のお子さんにおすすめ！参加したお子さんには、カードにスタンプを押します。たくさん集めるといいことがあるかも?!

▽日時 3月14日(土)  
10時～

▽テーマ 『たべもの』

### やさやかな朗読会

小説や詩を耳から味わう朗読会。「静かに読書」とは一味違う、本の楽しみ方を体感しませんか？

▽日時 3月21日(土)  
14時～

▽読み手 すぐ朗読文芸ラドリオのみなさん

▽朗読作品  
新美南吉 「うた時計」  
夏目漱石 「夢十夜」より

### 上映会 「シアター図書館」

土曜日は子ども向け、日曜日は大人向けを上映します。

### 子ども向け

▽日時 3月28日(土)

① 10時30分～

② 13時～

③ 15時～

▽内容 『ぶしゅほっぺにゅうワールド』 (50分)

ぶしゅぶしゅ星で暮らす、ぶしゅぶしゅ。□の周りをタオルで拭いていると、にゅうくと可愛い生命体「にゅう」が登場!?

### 大人向け

▽日時 3月29日(日)

① 10時30分～

② 13時～

③ 15時～

▽内容 『世界でいちばんのイチゴミルクのつくりかた』 (83分)

・・・6人のやんちゃな4歳児は幼稚園を脱走し、ホームに閉じ込められた大好きな祖父母を救い出す計画を実行する!

### 今月のトピック展示

上旬…「女の子」  
下旬…「病院」  
をテーマに本を集めました。

### 図書館ボランティア 募集中!

知りたい! 学びたい! 楽しみたい! をかなえるために「市民とともに歩む図書館」を目指しています。

ボランティアの内容は、本の整理整頓・館内清掃・本の整備など様々な活動があります。

ちょっとした空き時間を利用して市民が集う図書館づくりにご協力をお願いいたします。

詳しくは図書館受付カウンターまでお尋ねください。



3月20日(金)～26日(木)は

# 春の火災予防週間

🔥 急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし

3月20日(金)から26日(木)までの7日間、石川県内で春の火災予防運動が行われます。



**住宅用火災警報器は設置しましたか？**

消防法により全ての住宅に住宅用火災警報器(住警器)の設置が義務化されていますが、市内にはまだ設置されていない住宅があります。

「逃げ遅れ」により毎年多くの方が住宅火災で亡くなっています。住警器を寝室や階段などに取り付けることで、いち早く火災の発生に気付くことができます。また、住警器は、古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで、火災を感じしなくなる場合があります。10年を目安に交換してください。安全・安心な暮らしのために早めの設置を！

**住宅用火災警報器の設置状況を調査します**

珠洲市内で無作為に抽出した世帯に伺い、住宅用火災警報器が正しく設置されているか調査を行いますので、ご協力をお願いします。



問い合わせ

■ 珠洲消防署

☎0768(82)0247

献血にご協力をお願いします！



■ 日時 3月17日(火)  
12時30分～16時

■ 場所 市役所 1階市民ホール

※献血 Web サービス「ラブラッド」で予約できます。

■ 福祉課高齢者支援係  
☎0768(82)7749

## オヤジお楽しみ会

要介護認定を受けていない65歳以上の男性が対象

■ 日時 3月13日(金) 10時～11時30分

■ 場所 健民体育館

■ 内容 軽スポーツ

(卓球、フレッシュテニス など)

■ 持ち物 内履き用の運動靴、飲み物、タオル

■ 参加費 無料

■ 定員 15人

■ 申込締切 3月6日(金)

\*参加者には元気ポイント10ポイントを進呈します。

■ 申し込み・問い合わせ先

地域包括ケア推進室 ☎0768(82)7746

小さな掛け金で大きな補償！  
「スポーツ安全保険」  
加入しませんか

スポーツをする前に、加入をオススメするのが「スポーツ安全保険」です。

スポーツを含め、文化・ボランティア・地域活動などを行う団体（4人以上）が保険に加入できます。

往復途中も含めた活動中の傷害事故（熱中症、食中毒も対象）、賠償責任を負う事故を補償するなど、団体に加入しているみなさんが安心して活動できるような保険になっています。

保険期間は今年の4月1日から1年間（4月1日以降の申し込みは、加入手続きをした翌日から令和9年3月31日までの期間、保険が適用されます）。

もしもに備えて加入を検討してみてくださいいかがですか。



【問い合わせ】

■教育委員会事務局スポーツ推進係（健民体育館内）

☎0768(82)5100



加入区分・掛金・補償額



●加入対象者 子ども（中学生以下）

加入区分	補償対象となる団体活動	年間掛金 1人あたり 【円】	傷害保険金額 死亡・後遺障害【万円】 入院・通院（日額）【円】				賠償責任保険支払限度額 （免責金額なし）	突然死葬祭費用 保険支払限度額 【万円】
			死亡	後遺障害	入院	通院		
A1	スポーツ活動・文化ボランティア・地域活動	800	3,000	4,500	4,000	1,500	対人・対物賠償合算1事故5億円 ただし、対人賠償は1人2億円	180
AW (ワイド)	A1区分の補償となる団体活動に加え 個人活動（学校管理下を除く）も対象 上段：団体活動中 下段：上記以外（個人活動等）	1,450	3,100	4,650	5,000	2,000	対人・対物賠償合算1事故5億500万円 ただし、対人賠償は1人2億500万円	180
			100	150	1,000	500	対人・対物賠償合算1事故500万円	対象外

●加入対象者 64歳以下の大人（高校生以上）

加入区分	補償対象となる団体活動	年間掛金 1人あたり 【円】	傷害保険金額 死亡・後遺障害【万円】 入院・通院（日額）【円】				賠償責任保険支払限度額 （免責金額なし）	突然死葬祭費用 保険支払限度額 【万円】
			死亡	後遺障害	入院	通院		
A2	文化・ボランティア・地域活動 ※スポーツ活動中の事故は対象外	800	2,000	3,000	4,000	1,500	対人・対物賠償合算1事故5億円 ただし、対人賠償は1人2億円	180
C	スポーツ活動（指導・審判を含む） ※A2区分で対象となる活動も対象	2,000	2,000	3,000	4,000	1,500	対人・対物賠償合算1事故5億円 ただし、対人賠償は1人2億円	180
CW (ワイド)	C区分の補償となる団体活動に加え 個人活動（学校管理下を除く）も対象 上段：団体活動中 下段：上記以外（個人活動等）	5,000	2,100	3,150	5,000	2,000	対人・対物賠償合算1事故5億500万円 ただし、対人賠償は1人2億500万円	180
			100	150	1,000	500	対人・対物賠償合算1事故500万円	対象外

●加入対象者 65歳以上の方

加入区分	補償対象となる団体活動	年間掛金 1人あたり 【円】	傷害保険金額 死亡・後遺障害【万円】 入院・通院（日額）【円】				賠償責任保険支払限度額 （免責金額なし）	突然死葬祭費用 保険支払限度額 【万円】
			死亡	後遺障害	入院	通院		
B	スポーツ活動（指導・審判を含む） ※A2区分で対象となる活動も対象	1,200	600	900	1,800	1,000	対人・対物賠償合算1事故5億円 ただし、対人賠償は1人2億円	180
BW (ワイド)	B区分の補償となる団体活動に加え 個人活動（学校管理下を除く）も対象 上段：団体活動中 下段：上記以外（個人活動等）	5,000	700	1,050	2,800	1,500	対人・対物賠償合算1事故5億500万円 ただし、対人賠償は1人2億500万円	180
			100	150	1,000	500	対人・対物賠償合算1事故500万円	対象外

●加入対象者 全年齢

加入区分	補償対象となる団体活動	年間掛金 1人あたり 【円】	傷害保険金額 死亡・後遺障害【万円】 入院・通院（日額）【円】				賠償責任保険支払限度額 （免責金額なし）	突然死葬祭費用 保険支払限度額 【万円】
			死亡	後遺障害	入院	通院		
D	危険度の高いスポーツ活動 （指導・審判を含む）	11,000	500	750	1,800	1,000	対人・対物賠償合算1事故5億円 ただし、対人賠償は1人2億円	180

# 議会報告

令和8年第1回珠洲市議会2月臨時会

## ■可決された議案

### ●議案件名（議案第1号～第7号）

	補正額	累計
令和7年度珠洲市一般会計補正予算（第6号）	3億1,863万2千円	1,133億794万4千円
令和7年度珠洲市国民健康保険特別会計補正予算（第3号）	50万4千円	21億8,662万3千円
令和7年度珠洲市介護保険特別会計補正予算（第3号）	42万3千円	32億6,290万9千円
令和7年度珠洲市後期高齢者医療特別会計補正予算（第3号）	4万円	3億7,052万4千円
令和7年度珠洲市病院事業会計補正予算（第2号）	2,106万1千円	46億5,913万8千円
令和7年度珠洲市水道事業会計補正予算（第4号）	400万1千円	33億7,429万6千円
令和7年度珠洲市下水道事業会計補正予算（第4号）	60万9千円	46億276万円

### ●議案件名（議案第8号～第14号）

議会議員等の議員報酬、期末手当及び費用弁償に関する条例の一部を改正する条例について  
市長、副市長及び教育長の給与に関する条例の一部を改正する条例について

国の特別職の職員の給与に関する法律の一部改正に準じて議会議員および市長、副市長、教育長の期末手当の支給月数を引き上げました。

一般職の職員の給与に関する条例及び珠洲市一般職の任期付き職員の採用時に関する条例の一部を改正する条例について  
人事院勧告に準じて一般職の給料月額を引き上げたほか、必要な規定を改正しました。

職員の特殊勤務手当に関する条例の一部を改正する条例について

業務の特殊性や困難度を鑑み、要請に基づき本市以外の地方自治体に派遣され、災害応急作業に従事した職員に対する災害応急作業等手当を新たに設けました。

財産の取得について

予定価格2,000万円以上の財産の取得（馬線町における買取型の復興公営住宅および液晶テレビほか8点）について、議決を得ました。

令和6年能登半島地震鉢ヶ崎ケビン解体工事の請負契約について

予定価格1億5,000万円以上の工事請負契約について、議決を得ました。

## ■承認された報告

### ●専決処分の報告について（令和7年度珠洲市一般会計補正予算（第5号））

[内容]

衆議院議員総選挙費 1,902万9千円

## 市議会3月定例会

■会期 3月4日(水)～3月19日(木)

■場所 市庁舎5階 議場

傍聴を希望する方は、本会議当日に市庁舎5階の傍聴者受付で手続きを行ってください。

開会の約30分前から受付しています。

YouTubeやケーブルテレビでも議会中継をご覧ください。



本会議日時	議事内容
3月4日(水) 15時～	開会、 市長提出議案等一括上程・説明
3月12日(木) 10時～	質疑・一般質問、 議案等常任委員会付託
3月19日(木) 15時～	各常任委員会審査結果報告、 質疑・討論、議案等採決、閉会

議会中継は  
こちら



■ 議会事務局 ☎0768(82)7797

珠洲市議会

検索

# イーサンのお話 Story Time

国際交流員 テイラー・イーサンさんのお話 ⑥

厳冬期は家にこもって、ゆっくり休みながら肌寒い天気を凌ぎました。いよいよ春がやってきました。皆さん、こんにちは！国際交流員のイーサンです。以前、アメリカという自分の国について色々話しましたが、今回は祖父と祖母の地元を紹介します。実は、僕の祖父母は昔、カナダに住んでいて、母が生まれる前にアメリカに引っ越してきました。それで今日は、カナダの魅力や面白いところについて話します。

カナダは世界で二番目に大きい国です。南国の境線から最北端までは約9,000kmありますが、カナダ人の90%は南国境線の近く、160km以内に住んでいます。カナダは寒いですが、自然と文化の魅力があり、キャンプやハイキングなどの活動が好きな人にとって、カナダほど綺麗な場所は他にありません。カナダの気候では北部のインフラを維持するのが難しいため、北部に住んでいる人々は自分で薪を集めたり、動物を狩ったりしなければなりません。最北端では家を建てるための資材がほとんどないので、そこに住んでいる先住民は狩猟の旅で、「イグルー」と呼ばれる圧雪ブロックを使ったかまくらに住んでいます。中で焚き火をすると、とても暖かくなります。

南部に戻ると、カナダの魅力的な自然を体験できます。湖は約200万湖もあり、森林も広大で、砂糖楓というカナダならではの木が多くあります。砂糖楓の紅葉はとても綺麗ですが、砂糖楓から作られるメープルシロップはカナダの名産品です。実際、世界のメープルシロップのほとんど（約80%）はカナダで生産されています。もしメープルシロップを食べたことがあるなら、それはカナダ産のものだったかもしれません。カナダ国内では、ケベック州がメープルシロップの90%を生産しています。

北アメリカ（カナダとアメリカ）の中で、ケベック州だけは英語が母語ではない地域です。ケベックはもともと毛皮を貿易していたフランスの植民地だったため、現在でもフランス語が公用語として使われています。フランスの文化と言語を守るために1974年の法律によりフランス語は公用語に指定されました。その結果、ケベックの教育制度はフランス語と英語で行われています。

スポーツについて考えてみると、世界で一番人気なのはサッカーです。日本では野球、アメリカではアメリカンフットボールですが、カナダではアイスホッケーが人気です。雪がたくさん積ると外でスポーツをするのは難しくなりますが、凍った湖の上でアイスホッケーをすることができます。冬にカナダへ行くと、必ずアイスホッケーの試合を見ます。家族とプロのアイスホッケーの試合に行き、好きなチームを応援します。試合の展開が早いので、スタジアムはとても盛り上がります。皆さん、もしアイスホッケーを見たことがなければぜひ調べてみてください。興味を持つかもしれません。



カナダ出身の津幡町国際交流員アリシャさんが撮った写真

## ★今月の国際交流サロン★

「国際交流カフェ」

能登に住む外国人ゲストの自己紹介とやさしい英語で交流を深めるイベントです。

■日時 3月6日（金）18時～

■場所 ラポルトすず アトリエ工房

■問い合わせ 観光交流課交流促進係 ☎0768(82)7776

## 令和7年度

### 市民スポーツフェスティバルペタンク大会結果

1 開催日時 令和8年1月31日（土）

2 場所 珠州市健民体育館

3 参加者 32チーム 106名

4 結果 優勝 本チーム B（三崎地区）

準優勝 正院 B組（正院地区）

3 位 妙見 B（直地区）

4 位 長浜（三崎地区）



# 全国からの 応援職員 vol.18

よろしくお祈いします！

## 環境建設課

林道班



森さん  
（京都府）

1/26  
(月)

## 珠洲市復興公営住宅等の整備に向けた 万博大屋根リング木材の運搬管理・ 活用計画に関する事業連携協定の調印式

珠洲市復興公営住宅等の整備に向けた万博大屋根リング木材の運搬管理・活用計画に関する事業連携協定の調印式が行われました。

泉谷市長は『いま市民の皆さんが、最も必要としているのは希望であります。地域の誇りを取り戻し、魅力を高めることが、希望を創ることになると思います。また、魅力ある最先端の復興を成し遂げるために、まずは安定した住まいが重要です。こうした中、大阪万博の大屋根リングの木材を活用する復興公営住宅を建築することは、まさに復興への光となり、復興の希望となります。』とあいさつしました。

この取り組みは世界的建築家であり、珠洲市内の仮設住宅の設計にも携わった坂（ばん）氏の呼びかけで実現しました。坂氏は「ただ復興住宅を造るのではなく、住まれる方や珠洲市にとっても自慢になる、誇りになるような、新しい歴史になる復興の前例を作りたい。」と述べました。

木材の運搬管理を担当するファーストウッド株式会社の大河代表取締役社長は「大屋根リングに込められた世界中の人々の願いや復興への祈り、その重みをかみしめて、確実に丁寧に、未来に向けてリングを運びたい。」と述べ、一般社団法人関西イノベーションセンターの廣瀬専務理事は『今回の取り組みは、万博の象徴的な建築の木材を、新たに能登の復興住宅として、再び命を吹き込む取り組みだと考えています。』とあいさつしました。

今回の協定は、世界的に注目を集めた2025年大阪・関西万博の象徴である大屋根リングに使用された木材を、珠洲市復興公営住宅の整備事業等に再利用するために、相互に協力していくことを定め、万博のレガシーを継承するとともに、珠洲市復興事業の推進を図っていくことを目的としています。

本協定に示す連携事項として、「万博会場からの木材の運搬管理と活用計画」、およびそれに係る「事業費の調達」、そしてこれら「事業の全体調整」についての役割を定めており、珠洲市で整備する復興公営住宅等に大屋根リング木材を再利用するために、必要な連携を図っていくための協定となります。



▲左から  
大河代表取締役社長、泉谷市長、坂氏、廣瀬専務理事

## 江差

288

### 江差の冬を満喫！ 第26回冬江差“美味百彩”なべまつり開催！

珠洲市と友好都市提携を結んでいる  
北海道江差町の話題を紹介します。

2月7日・8日、江差の冬のメイン行事である「冬江差“美味百彩”なべまつり」が江差町文化会館で開催され、町内及び近隣町から出店した15店舗が提供する道南の郷土鍋や自慢の創作鍋に、大勢の来場者が舌鼓を打ちました。

会場内ステージでは、第29回江差追分全国大会優勝者「木村 香澄」さんによる江差追分やライブ、お笑いステージ、ダンス、中学校吹奏楽演奏、江差町郷土芸能などが行われました。

また、ステージ以外にも、子ども達が楽しめる「あそびの広場」や、毎年人気の「じゃがいも詰め放題」などが催され、老若男女問わず多くの方が江差の冬を堪能しました。



▲大勢の方で賑わった会場内の様子

認知症になってからも、  
住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるまちをめざして

## 認知症と食事

脳のはたらきを保つためには食事が大切です。「これを食べれば認知症を予防できる！」という特別な食べ物はありませんが、いろいろな食品を食べている人ほど、認知機能の低下を抑えることができたという報告があります。

認知症予防に良い食品には、魚、野菜、大豆製品、ナッツ類、海藻など色々ありますが、今回はDHA(ディ-エイチ-イー) (ドコサヘキサエン酸) という栄養素についてご紹介します。

### DHA とは

DHA は神経細胞の材料であり、脳の情報伝達をスムーズにしたり、記憶力や判断力の向上、認知機能低下の予防につながると言われています。加えて、DHA は抗酸化作用があり、脳のストレスを軽減させ、アルツハイマー型認知症の発症リスクを下げる効果も期待されています。

### DHA は体に必要なのに、体内で作ることができない

DHA は必須脂肪酸と言われ、体に必要な栄養素ですが、人の体内ではほとんど作ることができないため、食品から摂取する必要があります。



### DHA は青魚に多く含まれる

DHA はイワシやサンマ、アジといった青魚の脂に多く含まれています。効率良く DHA を摂取するポイントは脂を逃がさないことです。お刺身は調理の手間が少なく、魚の脂を丸ごと食べることができますし、焼くときはホイル焼きにするとよいでしょう。

### 魚の缶詰もおすすめ

DHA の摂取量の目安は、一日に 1 ~ 1.5g で、焼いたイワシなら小さめ 2 尾、お刺身であれば、ブリで 4 ~ 5 切れです。

また、手軽に摂取できる魚の缶詰もおすすめです。中でも、「サバ缶」「サンマ缶」「イワシ缶」などは、原料そのものに DHA が多く含まれ、缶詰の汁の中にも DHA が含まれているので、汁ごと全て利用するとよいです。

■ 問い合わせ 地域包括ケア推進室 ☎ 0768(82)7746

## 【サバ缶レシピをご紹介します】

### サバ缶トマトカレー

【材料】 (4人分)

- ・サバの水煮缶…… 1缶 (200g)
- ・カットトマト…… 1パック (400g)
- ・玉ねぎ…… 1/2 個
- ・じゃがいも…… 2 個
- ・おろしにんにく… 小さじ 1/2
- ・サラダ油…… 大さじ 1
- ・カレールウ…… 1/2 箱
- ・水…… 500 ml
- ・ご飯…… お好みの量



カレー粉に含まれるウコンも認知症予防に良いと言われています。

【1】玉ねぎは薄切りに、じゃがいもは食べやすい大きさに切って水にさらす。

【2】鍋にサラダ油を熱し、玉ねぎ、にんにくを入れ中火で炒める。玉ねぎが透き通ってきたら、じゃがいもを加えて炒め、水、サバ缶の汁を加える。沸騰したらアクを取り除き、火を少し弱めて 10 分程度煮る。じゃがいもに火が通ったら、カットトマトを加え、さらに 5 分程度煮る。

【3】サバの身を粗くほぐして【2】に加え、ひと煮立ちしたら火を止め、カレールウを入れて混ぜる。再び弱火にかけ、とろみが出るまで煮込む。

【4】ご飯にカレーをかけて、できあがり。



## ゴスペラーズ橋ツアー 2026

■日 時 令和8年6月13日(土) 開場 16時15分 開演 17時00分

■会場 ラポルトすず 大ホール(珠洲市飯田町1-1-8)

■出演者 ゴスペラーズ

■料金 全席指定 3,000円(税込) ※100枚限定

珠洲市、輪島市、能登町、穴水町、七尾市、志賀町、中能登町の  
7市町在住者限定

詳細は3月1日にラポルトすずホームページ内にて発表。

先着100名様のお申込みで定員に達し次第終了いたします。

※チケットの引き換え方法は応募者にメールにてご案内致します。

引き換えはラポルトすず事務所窓口。

ご来館の際はお名前、ご住所の確認できる身分証明書をお持ちください。

※おひとり様4枚までのお申込みとなります。

一般チケット：7,500円

(ローソンチケット、チケットぴあ、eプラス、サウンドソニック)

■年齢制限 ※就学児童はチケットが必要です。

未就学児童は保護者1名につき1名のみ膝上鑑賞可能。

ただし、未就学児童も座席が必要な場合はチケット必要。

■チケット発売日 令和8年4月5日(日) 10時

▶主催 珠洲市、サウンドソニック

▶後援 珠洲市音楽文化協会

▶企画・制作 グラシラス

▶お問合せ サウンドソニック ☎076(291)7800

(平日10:00~18:00) <http://www.soundsonic.jp>

ラポルトすず ☎0768(82)8200

(午前9時から午後5時半まで 火曜休館日)



竹あかりプロジェクト  
**Ray of HOPE**  
 日本 全国学生協創企画

全国の若者から能登へ  
 希望の灯を想いと共に届けたい

# 心の復興

～夢の灯～

【公式】  
 Instagram



Super Givers

最新情報はSNSを  
 ご確認ください

【主催】  
 一般社団法人 Super Givers  
 【後援】

珠洲市、石川県教育委員会、珠洲商工会議所青年部、珠洲青年会議所、NPO法人能登すずなり



2026年 3月25日(水) ~ 4月4日(土)

| 入場料・参加無料 |

会場 野々江総合公園 (雨天時: 珠洲市立健民体育館)  
 〒927-1213 石川県珠洲市野々江町6-1

【3月28日: 日没前】点灯式スタート

【3月25日】  
 珠洲にて制作ワークショップ  
 会場: 石川県立飯田高等学校

【3月29日から4月4日まで】  
 のと里山空港での映像放映

- ・竹あかり点灯式
- ・竹あかり制作ワークショップ  
 (学生含む地域団体と埼玉、千葉、大阪、石川にて実施)
- ・珠洲をテーマにした物語のアニメーションマッピング
- ・芸能人や全国参加者からのメッセージ放映

お問い合わせ 一般社団法人 Super Givers 【MAIL】 [supergivers.association@gmail.com](mailto:supergivers.association@gmail.com) / 担当: 星咲

# 金沢大学 能登学舎の窓から

## ゆく川の流れば

こんにちは。金沢大学能登学舎の中村です。

今年の立春は2月4日、そこから四季が始まります。周りでは雪解けが進み、少しずつ明るさを感じるようになってきました。土や落ち葉の中も少しずつ暖かくなってきて、冬の間じっとしていたものが動き出し、3月5日から啓蟄です。平地ではすっかり雪が溶けても、山にはまだ雪が残って地面を覆っていますが、その下では、少しずつ水が、生き物が動き出していきます。

雪と同じように、空に浮かぶ雲は白く見えます。空気中には水（水蒸気）が含まれていますが、何かの粒に着いて集まると氷になります。それが集まると雲に見えるようになります。氷が寄り集まって地上に向かって落ちてくるものが雨や雪です。水は高いところから低い方へ流れていき、海へ向かいます。地球の水の多くは海にあります。地上にある水は河川、池や沼、また、地面の中で地下水となっています。地球の「水」は量が変わるのではなく、太陽の熱や気温の変化によって水蒸気、氷、雪などと姿を変えて移動します。熱をはじめ多くのものを



▲どんな大河も最初の一滴から（紀の川の河口）

運んで物質循環を支えています。雪や氷は水に浮きます。水よりも個体の氷が軽いからですが、これは変わった性質です。そのため、湖や海が凍るときには表面から凍っていき、深いところは水のままとなります。寒い場所でも雪や氷の下には多くの生物がいることができます。

さて、地面に積もった雪は、少しずつ溶けていき、その水は落ち葉の下へ染みこんでいきます。そしてその後は？・落ち葉の下には土があります。土の下には岩（基岩）があります。また、植物の根などを伝って水は染みこんでいきます。そのとき、落ち葉が分解されたふかふかの土があると、その土が水を受け止めて、ゆっくりと移動させてくれます。地面の中には岩や硬い土の場所があって、水を通しません。その層の上を下の方へ水は伝わっていきます。そして、湧き水など、どこかで地表面に姿を現します。さらに下に向かって流れていった水は、いつかは海へ出て、地球上を巡っていきます。

雪が溶け、様々なところで水の音が聞こえてくるこの季節、地面の下で動き始める、めくるめく水の冒険、地球の壮大な営みに思いをはせて頂くのもよいかもしれません。

### ●中村華子【なかむらはなこ】

金沢大学先端科学・社会共創推進機構特任准教授。専門は森林科学（造林学・治山緑化工学）。2024年9月から金沢大学能登学舎。雪解けを待って山や海へ探索に行きます！よかったら一緒にしましょう。



マイスタープログラム 2025年度は修了式を迎えます  
珠洲市のみなさまにご協力いただいで実施している能登里山里海 SDGs マイスタープログラムは、3月7日に2025年度修了式を予定しています。今年も充実した学びを続けることができていることをご報告申し上げ、受講生と共に御礼申し上げます。

## 【重要】高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種

令和8年4月1日（水曜日）から使用するワクチンが変更になります

国の方針により、令和8年4月1日から成人用肺炎球菌ワクチン定期接種に使用するワクチンが現在の23価肺炎球菌ワクチン（ニューモバックス）から、20価肺炎球菌ワクチン（プレベナー20）に変更される予定です。使用するワクチンの変更に伴い、ワクチン単価が上昇することから個人負担額も増額となる見込みです。

現在使用している23価肺炎球菌ワクチン（ニューモバックス）の接種を希望される方は、令和8年3月31日までに接種を済ませるようお願いします。

詳細が決まり次第、ホームページでお知らせします。

■問い合わせ 健康増進センター ☎0768(82)7742



## #9 毎年4月の恒例・校門横の桜の前で集合！ 正院小学校

【コーナー説明】市内の小・中・義務教育学校では、北國新聞社・珠洲支局の方から、新聞・記事の読み方や伝わりやすい書き方を学んでいます。「小中学生がつなぐ連載コーナー」では、学んだことを生かして作成した学校紹介（全11校分）を掲載します。

### 「心を繋ぐ正院町」

私達は、正院町第一団地の集会所に行き、地域の方々との交流をたくさんしています。例えば地域の方たちに歌を届けたり、昔遊びを一緒にしたりしました。他にも行事があると仮設住宅にチラシを配り学校に招待しています。地域の方々は、たくさん見に来てくれます。

通学の時、いつも「おはよう！今日も頑張ってるね。」「おかえり。」と言ってくれます。正院町は、優しい人、面白い人がたくさんいる温かい町です。

### 「笑顔沢山、連合運動会！」

今年十月に初めて市内の小中学生が集まって「連合運動会」が行われました。その時に、心に残ったことが三つあります。それは、市内の小中学生みんなとの交流が深まったこと、参加したみんながすてきな笑顔になっていたこと、誰とでも協力して最後までできたことです。

六年生になっても、中学生になっても、市内のみんなと交流を深めていけたらいいです。

### 「ふれあい集会、皆のふれあい」

正院小では、毎年十一月にふれあい集会を行います。ふれあい集会は、地域の方や家族の人に感謝を伝える大切な発表会です。昨年度までは学年ごとに劇などをしていましたが、今年度は「特技じまん」をしました。特技じまんでは、一人一人の得意なことや好きなことについて発表しました。本番では一輪車やフラフープ、コマ撮りアニメやなわとび、バスケなど様々な特技を紹介しました。また、全校合唱で感謝の気持ちを伝えました。みんなの心が一つになり、温かい雰囲気の中、沢山の拍手や笑顔があふれる、ふれあいの時間になりました。

### 「笑顔を届ける伝統」

正院小で今まで続けて来た大切な伝統を二つ紹介します。一つ目は八幡太鼓・龍笛です。毎年、ふれあい集会で上級生が正院町の伝統芸能である八幡太鼓・龍笛を披露しています。クラブ活動ではたくさん練習をして本番にのぞみます。この練習を通して、太鼓と笛を合わせて演奏する楽しさ、なかなかうまくできない難しさ、法螺貝など初めて

の貴重な体験ができたことが心に残っています。

二つ目は、鼓笛パレードです。正院小の鼓笛パレードは、随分前からあったことを写真を見て知りました。本校の大切な伝統の一つです。今、私達は「校歌」「負けないで」「世界に一つだけの花」という3曲を演奏して行進しています。みんな、地域の方たちに笑顔をお届けられるように、また、「人数は減っても、わたしたちが伝統を大切に受け継いでいる」ということを伝えて、地域の皆さんに安心してもらえるように、これからも地域の皆さんに、笑顔をお届けられるよう取り組みます。



## お出かけでポイントがたまる「のとピット」開始！ 初回登録で2000ポイントプレゼント！

商業施設や公共施設など、様々な場所に設置された二次元コードを「ピット」と読み取るとポイントがたまるサービス「のとピット」。初回利用でPayPay 地域商品券・いしかわトチポに交換できる2000ポイントをプレゼント！ぜひ登録・利用をお願いします。

### ■対象者

- ・能登6市町の住民（15歳以上）
- ・マイナンバーカードを所持している方
- ・スマートフォンをお持ちの方

### ■機能

- ・お出かけ先の二次元コード読み込みで毎日ポイントが貯まる！
- ・毎日のウォーキングでポイントが貯まる！
- ・貯めたポイントを交換して、お買い物！

### ■登録

→詳細は二次元コードから！  
(準備するもの)

- ・マイナンバーカード ・スマートフォン
- ・署名用電子証明書暗証番号



■のとピット問い合わせ窓口 ☎ 050-5538-0867

能登空港市民助成と併用できる！

## 往復利用でお得なキャンペーン 申請期限は、3月末まで！

のと里山空港利用促進珠洲市協議会



- ▶期 間 令和8年2月1日(日)～2月28日(土)
- ▶対 象 者 搭乗日において珠洲市に住民票があり、期間中に往復利用された方(満3歳以上)
- ▶申 請 期 限 搭乗日から1か月(令和8年3月30日(月)まで) ※申請が100名分に達し次第終了
- ▶助 成 内 容 2,000円分の「市内共通商品券」または「珠洲トチポ」を助成
- ▶必 要 書 類 ・搭乗券または搭乗証明書 ・本人確認書類(免許証・マイナンバーカードなど)
- ▶問 い 合 わ せ 観光交流課(すず市民交流センター1階) ☎ 0768(82)7776 (平日8時30分～18時30分)