珠洲

広報すず
6
No.778
June 2019

子どもも、保護者も大満足！

すずキッズランド

◆ 今月の主な内容 ◆

・表紙のはなし「ぴこちゃん広場」
・特定健診を実施します
・今月のお知らせ

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
2030年に向けて
世界が合意した
「持続可能な開発目標」です

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
イベント情報

開館時間 9時～18時30分　**休館日** 月曜日・祝日・年末年始
☎(82)3377　Fax(82)0675

楽しみたい！

01 キャラバンカーが新図書館へ！「本とあそぼう全国訪問おはなし隊」

たくさんの絵本を乗せて全国をまわっているキャラバンカーが、珠洲市民図書館にやってきます。最初から最後まで参加してくれた子には、おはなし隊から「おみやげ」もあるよ！

■**日時**　6月15日(土)10時30分～11時35分(受付10時～)
■**内容**　○キャラバンカー見学(雨天時：館内で絵本見学)
○おはなし会(2～8歳向け絵本の読み聞かせ・参加には年齢制限はありません)
■**申し込み**　図書館カウンターまたは電話で上記へ申し込みください

知りたい！ 学びたい！

02 法改正に乗り遅れない！「これからの相続と遺言のはなし」

相続は誰にでも起こる、身近で大きな問題。今回は、弁護士の中上勇輔さんに、さまざまな事例や、遺言書の書き方・相続の注意点などをお話いただき、図書館で利用できる法情報データベース「D1-Law.com」の使い方を学びます。

■**日時**　6月22日(土)13時30分～15時30分
■**講師**　中上勇輔さん(おくのと法律事務所弁護士・金沢弁護士会所属)、岡直人さん(第一法規)
■**申し込み**　6月14日(金)までに上記へ

○法情報データベース「D1-Law.com」
法律の本文や裁判所の判決事例を調べることができます。弁護士に相談する前の予習や、過去の似た判例を探すのに役立ちます。珠洲市民図書館の貸出用ノートパソコンで利用可能。ぜひご活用ください。

楽しみたい！ 学びたい！

03 英語の絵本読み聞かせ「hocus pocus!」

図書館ボランティアの協力をいただいて、幼児から小学生向けの英語の絵本読み聞かせ「hocus pocus!」(ホーカスポーカス！)を月1回開催中。どなたでも自由に参加できます。

■**日時**　6月22日(土)14時

直小学校6年生が図書館PRのために発行してくださっている『直っ子毎月図書館だより』。館内のチラシ・パンフレットコーナーにあります！

すずキッズランドは、トランポリンや遊具のあるプレイルーム、赤ちゃんにも安心のおやこのへやなど、いつでも気軽に利用できる子育て支援施設。子育てに関する悩みや相談も随時受け付けていますので、お気軽に職員にお声かけください。

また、ぴこちゃん広場の他にも、小学生対象のキッズ広場や、国際交流教室、育児講座などたくさんのイベントを開催中。

詳しくは、「すずキッズランド便り」または広報すず折り込みの「くらしのガイド」をご覧ください。

■**すずキッズランド**
開館時間　8時30分～17時
休館日　日曜日・祝日・年末年始
☎・Fax(82)5479

表紙のはなし

みんなでわいわい！笑顔あふれる出会いの場

すずキッズランド

3月に珠洲市民図書館内にオープンしたすずキッズランド。毎月さまざまな企画を開催しているのをご存知ですか？5月14日は乳幼児親子対象の講座「ぴこちゃん広場」を行い、親子約20人が「うたあそび」で楽しい時間を過ごしました。

はじめに歌ったのは「せんせいとおともだち」。「ぎゅっぎゅっぎゅっ」の歌詞に合わせて、センター職員が握手をしていくと、子どもたちもにっこり。家では「せんせい」を「おかあさん」や「おとうさん」に替えて歌ってみると良いとアドバイスも。

他にも、季節の歌や、子どもを膝にのせて歌う「だるまさん」など、子どもたちが喜ぶ手遊び歌・ふれあい遊びがいっぱい。「実際にやってみると、家でもやりやすくなります」と参加したお母さんの一人は話しました。

また、「子育ての悩みや不安を相談できて、子どもはもちろん親にとっても、良い出会いの場になっています」と話すお母さんも。

雨の日が増え、外で遊べなくなるこれからの季節。ぜひ、すずキッズランドで親子一緒に、楽しい時間を過ごしてみませんか。

すずキッズランドで本格的な人形劇を！

◎人形劇ぶんぶく茶がま

日本昔話でおなじみの「ぶんぶく茶がま」を人形劇で楽しみませんか。人と動物の心温まる交わりをとおして、優しい気持ちになれること間違いなし。小さな子どもたちも、最後までしっかり見ることができる人形劇です。

■日時　6月30日(日)
【1回目】10時30分～11時15分
【2回目】13時30分～14時15分
■場所　すずキッズランド　プレイルーム
■申し込み　左記までご連絡ください。各回定員60人で先着順になります。保護者同伴で観劇してください。

国民健康保険加入者のみなさん

特定健診を実施します

40歳から74歳までの国民健康保険に加入している人に、特定健診の受診券を5月下旬に送付しました。

みなさんに気軽に受診していただけるよう、健診時の自己負担はありません。

年に1回の健診で、健康チェックをしましょう。

問い合わせ　■市民課医療保険・年金係　☎(82)7741　■健康増進センター　☎(82)7742

■対象者

40歳～74歳までの珠洲市国民健康保険加入者

※受診券が届いても、健診受診時に他の健康保険に変わった場合は対象外になりますので、ご注意ください。

■検査内容

身体計測、血圧測定、診察、肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査、尿検査、貧血検査、心電図検査

受診方法　確認しましょう ☑

①　日程を確認します

自宅に届いた受診券に同封されている日程表または広報すず6月号と同時に配布する冊子「みんなで受けよう！健診・がん検診のお知らせ」を確認して都合の良い日を選びます。受診は、集団健診（健康増進センター・公民館）か個別健診（医療機関）のどちらか1回です。人間ドック・脳ドックを受診する人は、検査項目が重複するため特定健診は受診しないでください。

※特定健診と人間ドック・脳ドックの両方を受診した場合は、どちらか一方の健診費用を全額負担していただくことになりますので、ご注意ください

※がん検診については、冊子「健診・がん検診のお知らせ」をご覧ください

②　予約します

■**集団健診**　「みんなで受けよう！健診・がん検診のお知らせ」についている申し込みハガキで予約してください。

■**個別健診**　定期的に通院されている人は、受診日にあわせて健診を受診することもできます。詳しくは主治医とご相談ください。

※珠洲市総合病院　☎(82)1181　を希望する人は、健診室に予約してください

③　受診します

受診の際は、下記のものが必要です。忘れずにお持ちください。

●**特定健康診査受診券**（再発行可・紛失した場合は市民課まで連絡してください）
●**質問票**（集団健診希望者は予約後に送られてくる健診票に記入してください）
●**健康保険証**　●**前年度の受診結果**（持っている人）

④　結果を確認します

■**集団健診**　健診結果学習会で結果を1人ずつお渡しします。

■**個別健診**　受診した医療機関で健診結果の説明を受けます。

⑤　特定保健指導を受けます

健診の結果によって保健指導を行います。保健師や栄養士から、生活習慣の改善や健康づくりのためのアドバイスを受けられます。

平成30年度国民健康保険加入者 特定健診結果について

10人に3人が肥満！

健診結果のBMI（ビーエムアイ）は肥満度ともいい、体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）で計算します。受診者全体の29・1パーセントが肥満という結果でした。

脂肪細胞（特に内臓脂肪）が増えすぎると、血圧や血糖値を上げるホルモンが放出され、生活習慣病を進行させるといわれています。日頃から体重を計測し、適切に保つことが大切です。

BMI	体型
18.5未満	やせ型
18.5～25未満	普　通
25以上	肥　満

受診者のうち29.1パーセントが**「肥満」**に該当

4人に1人が高血圧

血圧の分類は下記のとおりです。「高血圧」と言われるⅠ度高血圧以上の人は全体の25・4パーセント。そのうち、Ⅱ度高血圧以上で治療をしていない人は59パーセントでした。

■成人における血圧値の分類（診察室血圧）（単位：mm Hg）

分類	収縮期（上）血圧		拡張期（下）血圧
正常血圧	120未満	かつ	80未満
正常高値血圧	120～129	かつ	80未満
高値血圧	130～139	かつ／または	80～89
Ⅰ度高血圧	140～159	かつ／または	90～99
Ⅱ度高血圧	160～179	かつ／または	100～109
Ⅲ度高血圧	180以上	かつ／または	110以上

↓ 高血圧

日本高血圧学会　高血圧治療ガイドライン2019

糖尿病の疑いがあっても3割が未治療！

糖尿病域と言われる、HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）が6・5以上の人は全体の11・7パーセントであり、そのうちの3割は治療をしていない人でした。

■**糖尿病域の数値**

①空腹時の血糖値が126mg/dl以上
②随時血糖値が200mg/dl以上
③HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）が6・5以上

また、HbA1cが7以上（空腹時血糖では130mg/dl以上）の場合は、糖尿病合併症（腎症、網膜症、神経障害など）の危険性が高くなります。

血液、サラサラですか？

LDLコレステロールおよび中性脂肪が高いほど、またHDLコレステロールが低いほど冠動脈（心臓に酸素やエネルギーを送る動脈）の疾患の発生頻度は高くなるといわれています。

それぞれ基準値以上の人は、LDLコレステロールで全体の45・1パーセント、中性脂肪で全体の26・8パーセントでした。また、HDLが基準値以下であった人は全体の6・5パーセントでした。

■**脂質異常症診断基準（空腹時採血）**

	単位：mg/dl
LDLコレステロール	140以上
HDLコレステロール	40未満
中性脂肪	150以上
non-HDLコレステロール	170以上

日本動脈硬化学会：動脈硬化性疾患予防のための脂質異常症診療ガイド2018年版

健診で予防・早期治療に

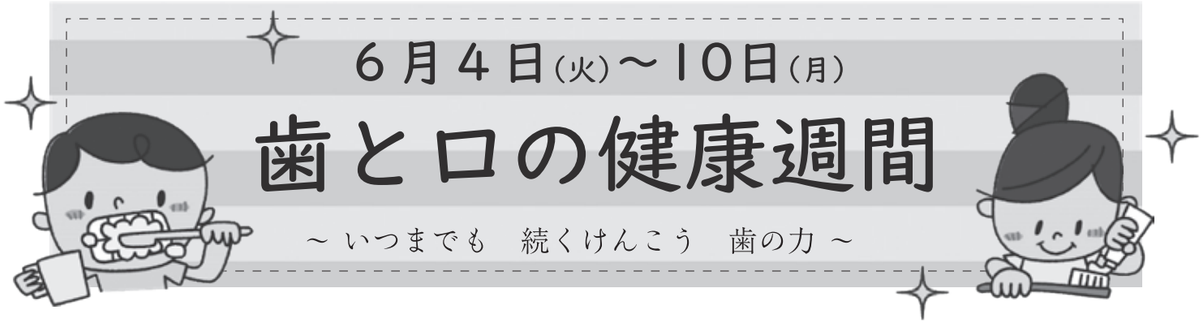
ここまで紹介してきた「高血圧」「高血糖」「高脂血症」はどれも動脈硬化を進行させ、脳梗塞などの脳血管疾患、狭心症や心筋梗塞などの心疾患を引き起こしてしまいます。

こうした生活習慣病は、自覚症状がほとんどないままに進行します。毎年必ず健診を受診し自らの健康状態を確認して、予防・早期治療につなげましょう。

◎通院中のみなさん

治療に伴う検査は、「病気の治療」を目的としているため、治療中の病気以外の検査をしない場合があります。

そのため、日頃から通院している人も、ぜひ特定健診を受診しましょう。



6月4日(火)～10日(月)

歯と口の健康週間

～ いつまでも　続くけんこう　歯の力 ～

歯の健康をいつまでも保つことは、からだ全体の健康を守ることにつながります。歯を失う原因の約7割は、むし歯や歯周病によるもの。中でも歯周病は、糖尿病や心臓病をはじめ、全身の健康に悪影響を及ぼします。

この機会に歯の健康管理を見直し、むし歯や歯周病の予防に努めましょう。

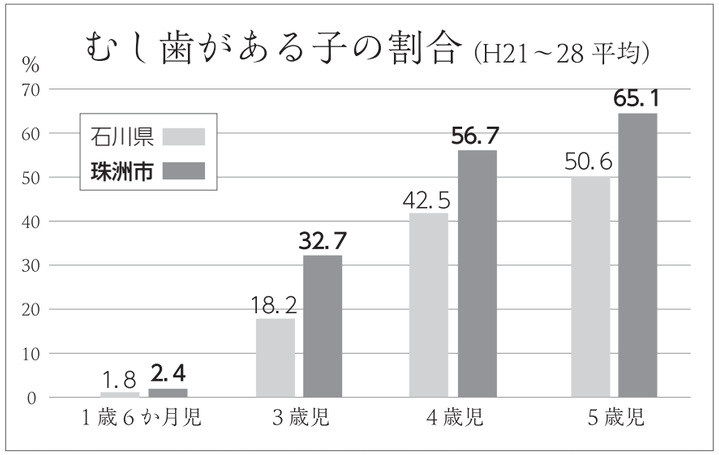
お子さんのフッ素塗布が、無料で受けられます

珠洲市の子どもたちのむし歯がある割合は、県内の平均と比べて高い傾向にあります。むし歯を予防するためには、フッ素で歯の質を高めることが大切。そこで、市では歯科医院でのフッ素塗布を無料で実施します。ぜひ、フッ素塗布で歯の健康を守りましょう。

■**対象者**　市内に住所がある9か月～就学前のお子さん。対象者には市内5か所の歯科医院でフッ素塗布が無料で受けられるカードを送付します

■**内容**　歯科検診、フッ素塗布

■**問い合わせ**　**健康増進センター**　☎(82)7742



▲珠洲市は県平均を大きく上回る結果に！「生え変わるから」といって乳歯の虫歯を放っておくのは間違いです。永久歯が虫歯になりやすくなり、歯並びや口臭にも悪影響を与えます

▲スタンプカードになっているので、お子さんと楽しみながら受診できます(年齢によって利用できる回数は異なります)

「無料歯科検診のお知らせ」

歯の衛生週間にあたり、歯科検診・相談会を行います。お子さんからお年寄りまで、みんなで歯の検診をしましょう。(参加者には歯ブラシ進呈)

■**日時**　6月2日（日）　10時～12時

■**場所**　能登町「コンセールのと」

■**内容**　歯科検診、歯磨き指導、フッ素塗布、歯科相談

■**料金**　無料

■**問い合わせ**　**珠洲鳳珠歯科医師会**　☎(84)1417

お子さんからお年寄りまで
みんなで受けよう！

中学生以下のお子さんを養育するみなさん

児童手当を受けるには

6月28日(金)までに

現況届の提出が必要です

問い合わせ　■福祉課子育て支援係（市役所1階5番窓口）　☎(82)7747

児童手当制度について

児童手当は、「父母やそのほかの保護者が子育てについての第一義的責任を有する」という基本的認識の下、児童を養育する人に支給されます。次代の社会を担う児童の生活の安定、健やかな成長を支えることを目的としています。

手当を受給する人は、この趣旨に従い、手当を使わなければならない義務が法律上定められています。

■**支給対象者**　市内に居住し、0歳～中学校修了(15歳到達後の最初の3月31日)前の児童を養育している人。

☆支給額(支給対象児童1人あたりの月額)

年齢要件など		支給月額
3歳未満(一律)		15,000円
3歳以上小学生修了前	第1、2子	10,000円
	第3子以降	15,000円
中学生(一律)		10,000円
所得制限対象者(一律)		5,000円

※第3子以降とは、高校卒業まで(18歳の誕生日後の最初の3月31日まで)養育している児童のうち、3番目以降のことをいいます

☆児童手当支給月

支給月	支給対象月
6月	2月分～5月分
10月	6月分～9月分
令和2年2月	10月分～令和2年1月分

【ご注意】出生・転入から15日以内に申請をお願いします。申請が遅れると、遅れた月分の手当を受給できなくなる場合があります。

現況届をお忘れなく！

現在、中学3年生以下のお子さんを養育し、児童手当を受給している人は、令和元年6月1日時点の状況を記載した「現況届」を**6月28日(金)**までに福祉課へ提出してください。**対象となる家庭には現況届の用紙を送付します。**

現況届は、手当を引き続き受給する要件があるかどうかを確認するためのものです。この届け出がない場合、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

6月14日(金)までは下記のとおり受付時間を18時30分まで延長します。申請はお早めにお願いします。

■届け出に必要なもの

○印鑑(シャチハタ印不可・朱肉を使うもの・認印可)

○手当受給者の健康保険証の写し

○受給者名義の通帳の写し(変更する場合のみ)

■受付時間(土日を除く)

○6月3日(月)～14日(金)
⇒8時30分～18時30分

○6月17日(月)～28日(金)
⇒8時30分～17時15分

※手当は6月、10月、2月の年3回に分けて、前4か月分が支給されます。詳しくは上記まで問い合わせください

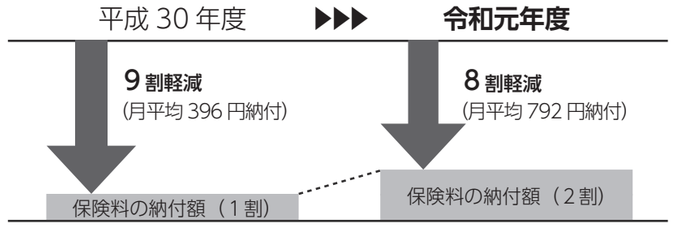
75歳以上(※)で、医療保険料の均等割が９割軽減のみなさんへ

(※)65歳以上で障害認定を受けて後期高齢者医療制度に加入している人も対象

◎高齢者医療保険料の均等割について、これまで９割軽減となっていた人は、今年度から８割軽減に変わります

◎所得の低い年金受給者の人へは、今年10月から、年金生活者支援給付金(基準額月5,000円)が支給されます

(例)年金収入80万円以下の人



▷老齢年金生活者支援給付金(補足的な給付を含む)の場合、支給要件(65歳以上で老齢基礎年金を受給中、世帯全員の住民税が非課税、前年の年金収入額と所得額の合計が879,300円以下)を全て満たす必要があります

▷金額は保険料を納めた期間などにより異なり、基本的に10、11月分を12月(年金の支払日と同日)に振込みます

▷医療保険料を年金からの引き落としで納めている場合、引き落とし額への影響は10月からです

<問い合わせ先>

●後期高齢者医療制度について ····· 市民課医療保険・年金係　☎(82)7744

●年金生活者支援給付金について ··· ねんきんダイヤル　☎0570(05)1165

プレミアム付・福祉商品券事業

市では、10月1日に予定されている消費税率の引上げに伴う影響緩和の対策として、「プレミアム付福祉商品券事業」を実施します。また、市内の事業所などを対象に、商品券加盟店を募集します。

1.商品券の概要(予定)

■発行総額　1億1,250万円分を予定

■商品券　1セット5,000円(500円券×10枚)を4,000円で販売

※対象者1人につき5セットまで販売

※たばこ、商品券やプリペイドカードなど換金性の高いもの、地方公共団体への支払いなどには商品券は利用できません

■購入対象者　①令和元年度の住民税が非課税であり、平成31年1月1日時点において珠洲市の住民である人

②平成28年4月2日以降に生まれた子が属する世帯で、世帯主が国の示す基準日時点(制度が決まり次第お知らせします)において珠洲市の住民である人

■販売期間(予定)　10月1日(火)～令和2年2月28日(金)

■利用期間(予定)　10月1日(火)～令和2年3月10日(火)

2.加盟店募集について

■募集期間　7月31日(水)まで

■申請方法　申請書兼誓約書を下記まで提出してください

※申請書兼請求書は下記のほか、珠洲市ホームページからもダウンロードできます　※受付は平日のみです

■換金期間(予定)　11月1日(金)～令和2年3月31日(火)

■換金方法　下記まで申請してください。支払いは、指定した金融機関の口座へ振り込む予定です

■その他　加盟店に換金手数料などの負担はありません

■申し込み、お問い合せ
福祉課生活支援係(市役所1階・4番窓口)
☎(82)7748

あなたの力が必要です！

市職員(医療職)を募集します

職種	募集人数	受験資格
看護師	5人程度	いずれも昭和44年4月2日以降に生まれた人で、現に免許を有する人または令和2年3月までに免許取得見込みの人
助産師	1人程度	
薬剤師	2人程度	
臨床検査技師	2人程度	
臨床工学技士	1人程度	昭和44年4月2日以降に生まれた人で、現に免許を有し、臨床工学技士の経験を有する人
理学療法士	1人程度	いずれも昭和54年4月2日以降に生まれた人で、現に免許を有する人または令和2年3月までに免許取得見込みの人
管理栄養士	1人程度	

※次のいずれかに該当する人は、受験できません
1、日本国籍を有しない人　2、地方公務員法第16条に規定する欠格条項に該当する人

■受付期間
6月3日(月)～7月26日(金)

■受付時間
平日8時30分～17時15分
(土・日・祝日は受付を行っていません)

■問い合わせ・書類提出先
〒927-1295
珠洲市上戸町北方1字6番地の2
珠洲市役所総務課行政管理係
☎(82)7711

■採用予定日　令和2年4月1日

■試験日・場所　令和元年8月21日(水)・珠洲市総合病院

■試　　験　作文試験と口述試験(面接)

■応募方法　下記の書類を持参または郵送してください
●申込書(顔写真を貼ってください)●履歴書(顔写真を貼ってください)●受験資格に必要な免許、資格証明書の写し

【注意事項】
※郵送の場合は書留にて7月26日(金)必着のこと
※受験申込書・履歴書は、市役所総務課または珠洲市総合病院事務局でお渡しするほか、ホームページからもダウンロードできます
※顔写真は3か月以内に撮影したものを添付すること
(縦4cm、横3cm、脱帽、正面向き、上半身像)

「シェイクアウトいしかわ」

県民一斉防災訓練

登録締め切り　7月5日(金)
実施日　7月10日(水)11時～

※訓練当日は、県から送信される訓練開始合図のメールなどにあわせて、安全行動を約1分間実施してください。

「シェイクアウトいしかわ」は、地震が発生したときに、揺れから身を守るため「①しゃがむ」「②隠れる」「③じっとする」という「安全行動」をとったり、各自がどう行動したらよいかを考える訓練です。

携帯電話・スマートフォンで右記のQRコードを読み取るか、「シェイクアウトいしかわ」で検索し、空メールを送信して、参加登録してください。

■珠洲市危機管理室　☎(82)7725
■石川県危機対策課　☎076(225)1482

◀参加登録して、忘れずに実施しよう！

1

2

3

4

5

1．前さんのお宅にて。令和元年を表すパネルで記念撮影　2～3．櫻井さん宅のお茶会。令和の由来となった万葉集の一節が短冊に　4．池上さん宅での民謡と踊り
5．雅楽とキリシマの共演

5/4 → 5/12 市内彩るのとキリシマツツジ関連イベントも多数

「のとキリシマツツジ」を奥能登に残る地域の「宝」として公開する「のとキリシマツツジオープンガーデン」が市内各地で行われたほか、関連したイベントが開催されました。

４日は正院町岡田の櫻井尊保邸で、５日は大谷町の池上権八邸でキリシマ茶会が開催され、多くの人が美しい花を愛でながらお茶を楽しみました。また、珠洲ウォーキング協会主催のキリシマウォークでは参加者約 30 人が、正院町平床の前惣四郎邸をはじめ８キロの道のりでのとキリシマを探し歩きました。

また、12 日にはのとキリシマとともに雅楽や民謡を楽しむ会が、同池上邸で開催。地域のみなさんや観光客約 70 人が集まり、満開のキリシマのもと情緒あふれる演奏に聞き入りました。

◎エゾヤマツツジも満開、看板も新しく

19 年前に江差町から送られたエゾヤマツツジも満開に（蛸島町鉢ヶ崎地内）。また、長きにわたり珠洲市と江差町の友好に尽力いただいている、元江差追分会珠洲支部長の小山英明さん（宝立町）や中島敬志さん（宝立町）ら有志により、エゾヤマツツジと両市町の友好を示す看板を新しくしていただきました。中島さんは「これからも珠洲市と江差町が末永く友好を深めてほしい」と語りました。

江差 213 大勢から祝福

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。

５月３日に江差町のいにしえ街道で「第 27 回春の江差いにしえ夢開道」が開催され、恒例の花嫁行列が行われました。今年は江差町と北斗市から２組のカップルが大勢の住民・観光客に祝福され、長持唄に合わせて、東本願寺江差別院をスタートし、国の重要文化財旧中村家住宅で嫁取りの儀式を経て、姥神大神宮を参拝しました。

また、姥神広場等で新鮮な地場産品や工芸品のほか、屋台では江差産ニシンの三平汁や焼き魚が振る舞われ、吹奏楽演奏や民謡ショーなどが行われました。

優雅に歩く花嫁行列

（写真上）鯉恋結婚式での記念撮影。真ん中はお手伝いしてくれた大谷保育所の國友晃我くんと中島杏桜ちゃん
（写真下）子どもの成長を喜ぶたくさんの家族連れの姿が見られました

カメラニュース CAMERA NEWS

5/3 令和元年の大型連休を彩る 第 35 回大谷川鯉のぼりフェスティバル

５月３・４日の２日間、奥能登のゴールデンウィークを代表するイベント「大谷川鯉のぼりフェスティバル」が大谷川河川敷で開催されました。

大谷小中学校鼓笛隊の演奏や大谷保育所児童によるダンスなど、会場を大いに盛り上げたステージイベントのほか、たべもん広場やちびっこ天国（丸太切り競争や金魚すくいなど）で、多くの家族連れが楽しみました。

また、３日に行われた鯉恋結婚式では、新幸恭さん・冴華さん夫婦が鯉のぼりを身にまとって登場。大勢の来場者から祝福を受けました。

初夏の青空を悠々と泳ぐ色とりどりの鯉のぼりのもと、令和元年を迎えた超大型連休となったこともあり、会場は途切れることなく多くの人でにぎわいました。

35 年前、子どもたちの健やかな成長を願って十数匹の鯉のぼりを掲げることから始まったこのイベント。地元のみなさんが一丸となって地域を盛り上げる精神が脈々と受け継がれています

5/9 学校教育の向上・発展に尽力 退職校長・教職員感謝状贈呈式

退職校長・教職員感謝状贈呈式が珠洲市民図書館で行われました。式では泉谷市長が一人ひとりに感謝状を手渡し「今後も豊かな識見と経験を活かされ、教育の向上と発展のためにご指導・ご支援を賜りますようお願い申し上げます」と式辞を述べました。

平成 30 年度まで緑丘中学校の校長を務めた吉木充弘さんが「これまで皆様からいただいたご恩を大切に、一市民として地域のために少しでもお役に立てるよう過ごしてまいりたいと考えています」とお礼の言葉を述べました。

退職された校長・教職員のみなさん

カメラニュース CAMERA NEWS

出動宣言をする濱野交通推進隊長（左）

懸命に手を挙げ横断する児童たち

5/11 交通事故死ゼロの社会へ 春の全国交通安全運動はじまる

11日からの「春の全国交通安全運動」に合わせ、市内各地で関連行事が開催されました。

10日、市役所前では珠洲市交通推進隊・珠洲能登安全運転管理者協議会・珠洲交通安全協会の合同出動式が行われ、約30人が参加。濱野交通推進隊長が「交通事故のない明るい珠洲市実現のため、先頭に立って交通安全の推進活動に寄与します」と出動宣言をした後、市内各地に分かれて交通パトロールを実施しました。

また、13日には大谷小中学校で防犯教室・交通安全教室が行われました。珠洲警察署員と交通推進隊大谷班長の櫻ケ平さんの指導のもと、1・2年生の児童は正しい歩行や横断歩道の渡り方を、3～6年生は交通ルールや自転車の乗り方を学びました。

「自分の命は自分で守る」と真剣に交通ルールを学んだ児童たち。一方で、この春、自転車や歩行者を巻き込む悲惨な事故が全国で相次ぎ、あらためてドライバーの安全運転への意識が問われています。

交通安全運動期間を問わず、ドライバー・歩行者それぞれが常に、命の危険と隣り合わせているという気持ちで行動し、交通事故防止に努めましょう。

5/26 1部で飯田青年団が王座奪還 珠洲市一周青年駅伝競走大会

「第73回珠洲市一周青年駅伝競走大会」が開催され、参加した20チームが10区間の合計タイムを競いました。選手たちは見付園地駐車場前を一斉にスタート。海岸沿いのコースを駆け抜け、ゴールの市役所前を目指してたすきをつなぎました。結果、1部で飯田青年団が3年ぶりの王座に。2部は珠洲鉄人会が制しました。上位の結果は次のとおりです。

●**1部**　1位　飯田青年団（4時間14分00秒）　2位　三崎青年団（4時間16分35秒）　3位　直青年団（4時間34分24秒）　●**2部**　1位　珠洲鉄人会（3時間49分41秒）　2位　チーム鳳珠郡（3時間50分59秒）　3位　珠洲警察署（4時間24分57秒）

1部優勝の飯田青年団

もっとたくさんの、カメラニュースの写真が見れます！

広報すず デジタルブック配信中！

～ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める～

○QRコードを読み取りアクセス→
　または「カタポケ」で検索

○またはカタポケアプリ内で「珠洲」と検索（右のウサギのアイコン）

無料　FREE APP

▲このアイコンが目印

決意を述べる受講生のみなさん

40周年 & 30周年

今年は節目の年です！ 珠洲焼 Suzu Ware 2019

珠洲焼プロジェクト2019

今年度は、珠洲焼復興40周年、珠洲焼資料館開館30周年の節目の年。珠洲焼は珠洲市を代表する伝統工芸であり、現在17の窯元、約50人の陶工が創作に励まれています。

今後、9月から11月にかけて、珠洲焼資料館やラポルトすず、さらには東京の渋谷ヒカリエなどで企画展やイベントを実施していきます。詳細は広報すずなどでお伝えしますので、お楽しみに！

5/10 3人が珠洲焼の陶工を目指す 珠洲焼基礎研修課程開講式

珠洲焼基礎研修課程開講式が陶芸センターで行われました。受講するのは、小崎貴志さん（蛸島町）、三ノ上暁さん（金沢市鈴見台）、湯川みち子さん（蛸島町）の3人。

開講式では、泉谷市長が式辞を述べた後、受講生がそれぞれ珠洲焼への思いを述べました。受講生は2年かけて原土採取や土練り、成形、窯焚きなど一連の作業を学び、作陶技術の全般的な知識や技能を習得します。

5/10 丹保嫩（しゅく）さん、100歳の誕生日 泉谷市長が長寿を祝う

100歳の誕生日を迎えた丹保嫩（しゅく）さん（片岩町）を泉谷市長が訪問し、長寿を祝いました。泉谷市長が「100歳おめでとうございます」と花束や賞状を渡すと、丹保さんは涙ぐみながら「ありがとうございます」と受け取りました。

話をすることが大好きで、泉谷市長と話すことを楽しみにしていた丹保さん。長生きの秘訣を尋ねられると「好き嫌いせず食べること」とはっきり答え、「魚が大好きです」と話しました。

丹保さん、100歳おめでとうございます。いつまでもお元気で。

ご家族、市長、施設のみなさんに囲まれ記念撮影

辞令を受け取る寺井さん（右）

5/13 新たな監査委員 寺井さんに辞令交付

監査委員辞令交付式が市役所で行われ、寺井秀樹さん（宝立町）に辞令が交付されました。寺井さんは「厳正に中立の立場で務めさせていただきます」と辞令を受け取り、泉谷市長は「予算の執行状況や収支決算など厳正に監査いただくことが、市民のみなさまの行政に対する信頼につながります。何卒よろしくお願いします」と述べました。

6 June 今月のお知らせ

案内・お知らせ

年1回必ず接種を！狂犬病予防注射

狂犬病予防注射を左記のとおり実施します。まだ予防注射を接種していない犬の飼い主の人は、お忘れなく。

▽**日時** 6月2日(日)9時～12時
▽**場所** 珠洲市役所 駐車場
▽**接種費用** 3、100円
▽**その他** 新たに犬を飼う場合は登録料が別途3、000円必要です

■**生活環境課環境係** ☎(82)7743

農業用廃プラスチック類回収を行います

▽**日時** 6月3日(月)9時～15時
▽**収集場所** JAすずし出田集出荷場奥(米倉庫前)
▽**処理負担金** 1キログラムあたり75円(税込)
▽**注意事項** ●ビニールとポリエチレンは必ず分類 ●フィルム類は「つづら折り」にたたむ ●農薬容器は洗浄してキャップを外す(容器内は必ず空にしてください) ●空袋は折りたたんで詰め込むか重ねて両側を結束 ●泥や金属などの不純物を取り除く ●1梱包は20キログラム以内で束ねる

当日は必ず印鑑(シャチハタを除く)をお持ちください。

■**珠洲地区農業用廃プラスチック対策協議会(JAすずし営農課)** ☎(82)7505

バイオマス肥料「為五郎」無料で配付します

珠洲市浄化センターでは、「為五郎」を無料でお渡ししています。1袋15キロ入り。成分分析を行い安全性を確認しています。

▽**受け渡し時間** 平日9時～17時、土曜日9時～12時(日曜除く)
※1回に30袋以上注文される人(ご近所でまとめての注文も可能)には無料で配達も(配達場所は1か所になります)

申し込みは左記まで。

■**生活環境課上下水道係** ☎(82)7786

防災行政無線を使った緊急地震速報訓練

災害発生時、J-ALERT(ジェイアラート)から送られてくる国の緊急情報を確実に市民のみなさんに伝えるため、左記のとおり防災行政無線を使って緊急地震速報の訓練放送を行います。みなさんのご理解とご協力をお願いします。

▽**日時** 6月18日(火)10時～
▽**放送内容** 「こちらは防災すずです。ただいまから訓練放送を行います」(緊急地震速報チャイム音)「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です」※3回繰り返し「これで訓練放送を終わります。」(チャイム音)

■**危機管理室** ☎(82)7725

講座・教室

珠洲焼の「中皿作り」

陶芸センターでは珠洲焼の「中皿作り」の参加者を募集しています。

▽**日時** 6月9日(日)9時～12時
▽**場所** 陶芸センター
▽**参加費** 1、500円
▽**申し込み期間** 6月1日(土)～8日(土)

申し込みは左記まで。

■**陶芸センター** ☎(82)3221

日を除く9時～18時30分 ②緑丘中学校(平日9時～16時)

■**教育委員会事務局** ☎(82)7816

介護予防のための足もみ健康教室を開催

いきいきとした毎日を過ごすため、健康体操・フットケアに参加して「元気貯筋」しませんか。

▽**対象** 介護保険サービス(デイサービスやホームヘルプサービスなど)を受けていない65歳以上の人
▽**日時・場所**
●6月1日(土)10時～ 仁江生活改善センター
●6月14日(金)13時30分～ 森腰集会所
●6月20日(木)10時～ 鵜島生活改善センター
●6月21日(金)14時30分～ 高屋集会所

※参加を希望される人は開催日の5日前までに左記まで申し込みください

▽**持ち物** タオル、飲み物
▽**定員** 各20人(要予約)

申し込み・問い合わせ

■**福祉課地域包括ケア推進室** ☎(82)7746

市議会6月定例会

会期 6/18(火)～7/3(水)

令和元年第3回珠洲市議会6月定例会は、6月18日(火)から7月3日(水)までの16日間の会期で開かれます。

本会議は公開され、市議会傍聴規則に基づき自由に傍聴できます。傍聴を希望する人は、本会議当日に市役所西側5階の傍聴者受付で手続きを行ってください。

受付は開会の約30分前から。市のホームページからも議会中継をご覧いただけます。

珠洲市議会 検索

■**議会事務局** ☎(82)7797

本会議日時	議事内容
18日(火) 15時～	開会、市長提出議案等一括上程・説明、請願常任委員会付託
25日(火) 10時～	質疑・一般質問、議案等常任委員会付託
3日(水) 15時～	各常任委員会審査結果報告、質疑・討論、議案・請願等採決、閉会

「ヘルプマーク」を見かけたら、「援助」や「配慮」をお願いします。

「ヘルプマーク」は、外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を受けやすくなるよう作成されたマークです。ヘルプマークを持っている方を見かけた場合は、電車やバス内で席を譲るなど、援助や配慮、支援をお願いします。

なお、ヘルプマークは石川県や市町の窓口などで無料交付しています。

■**珠洲市内の交付場所** 珠洲市役所福祉課、健康増進センター、珠洲市社会福祉協議会
■**対象者** 義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としている方
■**必要な書類** 本人確認書類(免許証・保険証など)
■**問い合わせ** 福祉課生活支援係 ☎(82)7748 FAX(82)8138

今月の納期

市・県民税 第1期
固定資産税 第2期
後期高齢者医療保険料 第3期
納期 7月1日(月)

相談

旧本小学校で毎月開催「珠洲カフェ」

発達障害、不登校、ひきこもりなどで生きづらさを感じている人やご家族の居場所「珠洲カフェ」を開催しています。誰にも言えずにいる人、思いを共有したい人など、どなたでもお気軽にお越しください。

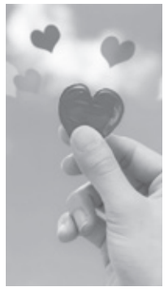
▽**日時** 6月15日(土)10時～14時 ※原則、毎月第3土曜日開催

▽**場所** 旧本小学校 1階空き教室(本人用・家族用と2部屋あり)

▽**その他** 申込不要。匿名での参加も可能で、出入り自由です。

問い合わせ

■**ボランティアしおり(全国ひきこもり家族連合会協力員・精神保健福祉士など)事務局・本間さん** ☎090(9760)2135



保育のしごと出張相談inハローワーク

保育士経験者が、業務内容や働き方、復帰への不安などさまざまな相談に応じます。

▽**日時** 7月8日(月)13時30分～15時

▽**場所** ハローワーク輪島

相談無料、事前に左記まで申し込みください

申し込み・問い合わせ

■**石川県福祉の仕事マッチングサポートセンター** ☎076(234)1151

福祉・介護の就職フェア

福祉・介護の仕事について、複数の施設の採用担当者と一度に面談できる、合同就職面談会を開催します。

▽**対象** 福祉・介護分野への就職を希望する人、興味のある人(一般・学生)

【県全域】

▽**日時** 6月16日(日)12時30分～16時

▽**場所** 県地場産業振興センター 本館

【能登】

▽**日時** 7月21日(日)13時～16時

▽**場所** 七尾サンライフプラザ

参加費無料、事前申込・履歴書不要

問い合わせ

■**石川県福祉の仕事マッチングサポートセンター** ☎076(234)1151

募集

放送大学10月生募集

放送大学では10月入学生を募集しています。放送大学は、テレビ、インターネットを通して学ぶ通信制の大学です。心理学・福祉・経済など多くの分野を学ぶことができ、さまざまな目的で幅広い世代の人が学んでいます。

▽**申込締切** 【第1回】8月31日(土)【第2回】9月20日(金)

詳しくは左記まで。

■**放送大学石川学習センター** ☎076(246)4029

食生活改善実践基礎コース開講

市では、「食」をとおして健康づくりを応援する食生活改善推進員ボランティア育成講座「食生活改善実践基礎コース」を開講します。

食生活改善推進員は「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、地域での生涯における健康づくりに取り組んでいます。食生活に関心がある、地域との交流を持ちたい、料理が好き。そんな人はぜひ食生活改善推進員になりませんか。まずは食生活を中心とした健康づくりについて学びましょう。男性も大歓迎です。

■**講座期間** 7月～10月 ■**定員** 20人

■**申込締切** 6月28日(金)

申し込み ■健康増進センター ☎(82)7742

献血にご協力お願いします

■**日時** 6月27日(木)

9時～11時45分、13時～15時

■**場所** 市役所1階市民ホール

献血カードをお持ちの人は、献血可能日を確認してください。

■**福祉課高齢者支援係** ☎(82)7749

珠洲市消防団訓練大会

6月30日(日) 7時00分～

ラポルトすず駐車場

市内11分団が日ごろの訓練の成果を競う、珠洲市消防団訓練大会。地域を災害から守る消防団に、**みなさんの声援をお願いします！**

県大会出場！

消防救助石川県大会出場選考会

5月13日(月)消防救助県大会出場選考会が奥能登広域圏事務組合消防本部(輪島市)で開催されました。珠洲消防署隊員の成績は次のとおりです。

●**引揚救助**	2位	珠洲
●**ロープブリッジ救出**	2位	珠洲A
●**ロープブリッジ渡過**	1位	比古咲 季
	3位	徳力 隆靖

※以上のチームおよび選手は6月4日(火)の石川県消防救助技術訓練大会(金沢市:石川県消防学校)に出場します。

赤ちゃんがうまれました。

(赤ちゃん)	(性別)	(両親)	(住所)
後谷 斗喜(とき)	(男)	真弘・愛子	高屋町

このほか3件の出生届がありました。

すえながくおしあわせに♥

梧	顕彰	(蛸島町)	松田	華澄	(三崎町)
西谷	直樹	(能登町)	孫田	華代	(蛸島町)
橋本	侑太郎(加賀市)		濱野	友子	(飯田町)

このほか1件の婚姻届がありました。

(4月26日～5月17日届出分・敬称略)

の動き(4月30日現在)

4月の動き

		前月比		
世帯数	6,157世帯	(－ 4)	転入	25人
人口	14,259人	(－ 43)	転出	47人
男性	6,577人	(－ 22)	出生	2人
女性	7,682人	(－ 21)	死亡	23人

(住民基本台帳人口)

編集後記

すずキッズランドには、工作や料理ができるアトリエもあり、今後の体験教室も楽しみです。6月は小学生向けの「父の日プレゼントづくり」があるので、お父さんを感動させるチャンスかも！

また、今年度は珠洲焼復興40周年・珠洲焼資料館開館30周年、トライアスロンも30周年など、なにかと節目の年。関連イベントやさまざまな企画が予定されており、こちらも楽しみです。

(総務課 小澤友貴哉)

募集

金沢城鼠多門寄進事業 募集のお知らせ

金沢城では、明治17年に焼失した鼠多門の復元整備工事を進めています。鼠多門の復元にあたり、1口5千円を寄進していただき、鼠多門に使用する「壁板」や海鼠壁の「平瓦」の裏面に、お名前や記念のメッセージを未来に残しませんか。

お申し込み方法など、詳しくは左記まで。

鼠多門寄進事業

■石川県土木部公園緑地課 ☎076(225)1772

イベント

第33回若山庭まつり

▽**日時** 6月9日(日)10時～13時

▽**場所** 寄り道パーキング若山の庄

▽**内容** 酒屋唄、ちょんがり庭おどり、農耕の唄・農作業実演、子どもキリコ、若山小学校児童・保育所児童おどり、御神事太鼓など

お茶席や地酒のふるまいもあります。詳しくは左記まで。

■若山公民館 ☎(82)6153

のと里山空港 6月のイベント

■憧れの旧車、名車、スポーツカーがやってくる

憧れの名車ほか、懐かしいバイク、スポーツカーなどが大集合！ ガレージセールや飲食ブースなどお楽しみに！

▽**日時** 6月2日(日)10時～13時

▽**場所** のと里山空港 第2駐車場

▽**主催** 輪島オートモービルミーティング実行委員会

■のっぴーグラスづくり

6月は「のっぴーの雨宿り」

▽**日時** 6月9日(日)10時～12時、13時～15時

▽**場所** 能登の旅情報センター(1階)

▽**参加費** 無料 ※限定50個

■おらが故郷 お国自慢

七尾市「なぎの浦子ども太鼓」の演奏

▽**日時** 6月23日(日)15時～

▽**場所** のと里山空港2階ロビー

詳しくは左記まで。

■奥能登総合事務所企画振興課 ☎0768(26)2303

旧本小学校活用イベント 「里山一休の宴」

旧本小学校を活用した、地域を元気にするイベントを開催。当日は、馬緤キリコ太鼓やすず吹奏楽団の演奏会、フリーマーケットや飲食ブースなど内容盛りだくさん。ぜひお越しください。

▽**日時** 6月16日(日)10時～12時30分

▽**場所** 旧本小学校

問い合わせ

■本小学校の活用を考える会(北野さん) ☎090(4688)3071

体力に自信がない人にもおすすめ！

クアの道を歩く！毎週ウォーキング

地形や気候条件をうまく活かし、足腰に優しく、かつ筋力をバランスよく鍛える効果が期待できる「クアの道」を歩きます。ガイドと一緒に、一人一人の体力に合わせてご案内しますのでお気軽にご参加ください。

■**日程** 6月17日から9月23日までの毎週月曜日

■**時間** 午前6時から(1時間程度)

■**集合場所** ①珠洲ビーチホテル前(クアの道・鉢ヶ崎) ②木ノ浦ビレッジ駐車場(クアの道・木ノ浦) ③見附茶屋前(クアの道・見附《仮称》)

■**そのほか** 参加費は無料で、申込も不要です。飲み物をお持ちください。

※雨天決行。荒天時は中止しますが、事前案内はいたしませんのでご了承ください。

■**クアの道・毎週ウォーキング日程（毎週月曜日）**

6月17日	①クアの道・鉢ヶ崎	7月22日	③クアの道・見附(仮称)	8月26日	②クアの道・木ノ浦
24日	②クアの道・木ノ浦	29日	①クアの道・鉢ヶ崎	9月 2日	③クアの道・見附(仮称)
7月 1日	③クアの道・見附(仮称)	8月 5日	②クアの道・木ノ浦	9日	①クアの道・鉢ヶ崎
8日	①クアの道・鉢ヶ崎	12日	③クアの道・見附(仮称)	16日	②クアの道・木ノ浦
15日	②クアの道・木ノ浦	19日	①クアの道・鉢ヶ崎	23日	③クアの道・見附(仮称)

■問い合わせ ■観光交流課 ☎(82)7776

令和元年度
市民スポーツフェスティバル

グラウンド・ゴルフ大会

世代や体力の差を問わず、誰もが楽しめるグラウンド・ゴルフにチャレンジしませんか。

■**日時** 6月29日(土) 9時～(受付8時～)

■**場所** 蛸島町鉢ヶ崎 市グラウンド・ゴルフ場

■**参加費** 無料

■**申し込み** 一般の部は1チーム5人、ファミリーの部(小学生1人以上)は1チーム3人で編成し、6月21日(金)までに各公民館、鉢ヶ崎テニスコートまたは下記まで申し込みください(ファックス可)。

■**持ち物** クラブ、ボール(貸し出し可能)

申し込み・問い合わせ

■**健民体育館** ☎(82)5100 (82)7100

鉢ヶ崎

ヘルスウォーキング

朝日を浴び潮の香りを感じながら鉢ヶ崎の松林と砂浜を歩く、運動効果の高いヘルスウォーキングです。当日はガイドの案内を受けながら、血圧や体表面の温度変化を実感し歩きます。

■**日時** 6月2日(日) 6時30分～

■**集合場所** 珠洲ビーチホテル前

■**コース** 珠洲ビーチホテル周辺5キロ

■**参加料** 300円（飲み物代・保険料）

■**その他** ◎前日の天候により足元が悪い場合がありますので歩きやすい服装でお越しください ◎当日参加も可能です ◎少雨決行

申し込み・問い合わせ

■**珠洲ウォーキング協会事務局（観光交流課内）** ☎(82)7776

遊々能登 EnjoyNoto

奥能登イベント情報

輪島市

門前モータースポーツ公園

●ダートスプリント in 門前
6月16日(日)8時25分～

全日本ダートトライアル選手権の第5戦として全国の実力者たちがスピードを競います。前売券は1,200円、当日券は1,500円(中学生以下無料)。

■**市地域振興課** ☎0768(42)1111

穴水町

町内11加盟店

●穴水まいもんまつり「夏の陣」さざえまつり
6月15日(土)～7月15日(月・祝)

町内11の加盟店で、さざえのお造り・さざえご飯などのフルコースが一律3、800円(税抜き／全店統一)でご堪能いただけます。

■**町観光物産協会** ☎0768(52)3790

能登町

平等寺

●あじさい花灯り回廊
6月29日(土)18時～

能登のあじさい寺「平等寺」がろうそくの灯りに浮かびます。開花期間中は、アジサイの観賞も楽しめます。

■**平等寺** ☎0768(76)1311

国際交流員　ハンソン・ロバート・デービッドさんのお話 ⑨

最近、随分と夏っぽくなりましたね。暖かくて、外に出かけたくなります！　６月といえば、実はアメリカの学校の年末です(日本と違いますね)。６月から９月までの長い夏休みがあり、子どもの頃の一番好きな季節でした。

その長い休みを使って、友達といつも新しい遊びを作っていました。７歳のころの夏休みには、とても面白い「部族」というロールプレイングゲームをしました。実家の隣にある池で、その周りに住んでいた友達と一緒に、いくつかの部族のグループを作って、木の枝や葉などを使い、小さな家を建てました。まだ幼い私にとって、その家は結構広くて本物っぽい作りに思えましたが、今考えるとそうではなかったかもしれませんね。

その部族グループの中で、さまざまな役目を決めて、他のグループと戦いました。枝で作った弓や剣で子供っぽく遊びました。もし相手を捕まえたら、足まで池に入らせたりしました。どうしてそういう変な遊びを始めたかよく覚えていませんが、本当に楽しい休みでした。

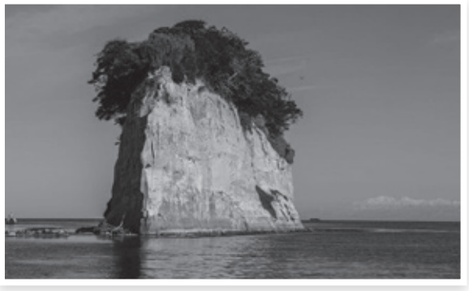
私の地元はアメリカの中西部の田舎で、自由に家の近くの林や池を友達と探検していたことが忘れられず、今でも夏になったら無意識に外に出て、珠洲市の色々な所を探検したくなります。大人になった私は、今ではさすがに変な遊びはしませんが、最近は一眼レフのカメラを持ちながら能登半島を巡っています。

地元のミネソタ州は田舎といっても、日本で想像する田舎とは全く違うかもしれません。アメリカの中西部は比較的に平坦で、森のたくさんあるところです。山や海がなく、畑や植物の種類も違うので、何となく変わった雰囲気です。

そんな風景の中で育った私にとって、珠洲市の「里山里海」は見慣れた景色でないからこそ、とても好きです。珠洲市に生まれ育った人々にとって見慣れた景色が、アメリカ人である僕にはすごく感動的に映ります。

例えば、市役所から車で大谷方面に行くと「大谷峠」を越えることになりますが、すごく綺麗な山に上って、下りはだんだん海が見えてくるところがすごく素敵だなと思います。また、蛸島から帰る時には、山の上にある風車の後ろに綺麗な夕焼けも見えます。一週間に何回も「珠洲きれいやね」と思ってしまいます。珠洲では、絶景が楽しめる海岸線沿いの道を「奥能登絶景海道」と呼んでいますが、本当に息をのむほど景色が良いところが多いですね。

◀ミネソタノースフィールド町の豊かな自然


◀珠洲市の代表的なスポット、見附島もよく写真を撮りに行きます！

★今月の国際交流サロン★

ギターナイトを行います！初心者から経験者、誰でも大歓迎です！弾いたり聞いたり、一緒に音楽を楽しみましょう。

■日時　6月19日(水)　19時～20時
■集合場所　ラポルトすず
■問い合わせ　観光交流課 ☎(82)7776

奥能登国際芸術祭 珠洲

芸術祭新聞

飯田高校ゆめかなプロジェクト 芸術祭作品めぐり

5月17日（金）飯田高校1年生30名が奥能登国際芸術祭常設作品の鑑賞を行いました。

飯田高校の授業の一環として行われている「ゆめかなプロジェクト」では、1年次にさまざまな素材に触れ、探求テーマを見つけ出し、2年次からテーマについての学びを深めるプロジェクトとなっています。今回テーマ素材の1つとして芸術祭が取り上げられました。

現在貸し館として利用されているさいはてのキャバレーに集まり、芸術祭の概要を説明後、2台の車に分かれ、飯田町商店街の古民家（写真右）にある作品、旧蛸島駅周辺の作品（写真左）をめぐりました。鑑賞後は飯田高校に戻り、『奥能登国際芸術祭から自分の未来と珠洲市を考えよう』というテーマのもと振り返りを行いました。熱心にパンフレットを眺めている姿、いつも見ていたものが芸術祭の作品だったことに驚いている姿などが見られました。

△「Something Else is Possible/ なにか他にできる」
トビアス・レーベルガー（ドイツ）

△静かな海流をめぐって
スズプロ（金沢美術工芸大学プロジェクトチーム）

候補地現地確認

9月に行われる公募ツアー（芸術祭参加希望作家に向けて行っているもの）のため、作品展開地を探し、現地確認を行っています。

現在候補地として休耕地、空き家、蔵、旧工場、採掘所などが市民のみなさんから寄せられています。候補地は随時募集していますので、お問い合わせをお待ちしています。

△若山町地内

△大谷町地内

ひびのこづえ × スズズカ 2019 秋

今年もスズズカを舞台に、ひびのこづえの衣装をまとったパフォーマンス公演が決定しました。スズズカ初公演となる「piece to peace」に加え、ちいさな生きものブローチ作りワークショップも開催予定です。

【WONDER WATER】
出演：ホワイトアスパラガス（谷口界、ハチロウ）
10月12日（土）16:30-17:10
10月13日（日）11:00-11:40
【piece to peace】
出演：Altneu（島地保武、酒井はな）
10月13日（日）14:00-14:40
10月14日（月・祝）11:00-11:40
＊チケット販売については今後お知らせします。

△ひびのこづえ × スズズカ 2018 秋『Rinne スズズカ ver.』より

観光キャラバン

旅行会社に向けて行っている観光キャラバン。今年は大阪、名古屋、東京の三大都市圏全34企業を回り、珠洲のPR活動を行いました。

奥能登国際芸術祭のこと、珠洲の食や観光地についてお話してきました。今後も誘客促進に向けてPRしていきます。

■奥能登国際芸術祭実行委員会事務局（奥能登国際芸術祭推進室）　☎(82) 7720　FAX (82) 7727

今月のタニタおすすめ 定食レシピ

※分量、カロリー、塩分はすべて一人分です。

さわらの焼き浸し

なすの煮物
くらげのごま酢和え／ごぼうのみそ汁

502kcal　塩分 2.5g
（ごはん100g／エネルギー160kcal含む）

焼いたさわらにビタミンやミネラルが豊富な小松菜を添えた焼き浸しです。お好みでさんしょうをふっても美味しく召し上がれます。小松菜はシャキシャキ感を残すようにさっと茹でましょう。旬の夏野菜であるナスですが、特に皮の部分には抗酸化物質が多く、夏バテ予防や生活習慣病予防にも効果的です。

さわらの焼き浸し
203kcal／塩分 0.8g

さわら … 100g
小松菜 … 1/4束
酒 … 小さじ1/5

A
- だし汁 … 40cc
- しょうゆ … 小さじ1弱
- みりん … 小さじ1
- 酒 … 小さじ1/3

さんしょう（粉） … 少々

≪作り方≫

① さわらは酒をふる。
② 小松菜はざく切りにしてさっとゆで、水にとって絞る。
③ さわらをオーブントースターで５～８分焼く。
④ 器に③と小松菜を盛り、鍋で温めた調味料Aをかける。
⑤ さわらにさんしょう（粉）をかける。

なすの煮物
34kcal／塩分 0.6g

なす … 1本
オクラ … 2本
だし汁 … 30cc

A
- 酒 … 小さじ1/2
- しょうゆ … 小さじ1/2
- みりん … 小さじ1/3
- 塩 … 少々

水溶きかたくり粉 … 適宜

≪作り方≫

① なすは縦半分に切り、皮に斜めに５mm間隔の切り込みを入れ、３等分に切る。オクラはさっと茹で、小口切りにする。
② 鍋にだし汁と調味料Aを沸かし、なすを加えて落としぶたをする。やわらかくなるまで中火で煮たら、水溶きかたくり粉でとろみをつける。
③ 器になすを盛り、オクラを散らす。

くらげのごま酢和え
64kcal／塩分 0.5g

中華くらげ … 15g
ピーマン … 1/3個
大豆もやし … 1/8袋

A
- 白すりごま … 小さじ2
- 酢 … 小さじ1弱
- 砂糖 … 小さじ1弱
- しょうゆ … 小さじ1/2

≪作り方≫

① くらげは水に浸して塩抜きする。ピーマンは千切りにし、もやしとピーマンをさっと茹でる。
② ①と調味料Aを和える。

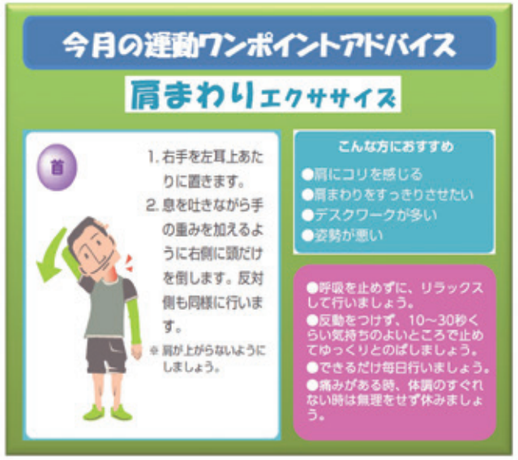
ごぼうのみそ汁
41kcal／塩分 0.6g

ごぼう … 1/8本
長ねぎ … 2.5cm
だし汁 … 150cc
減塩みそ … 小さじ1

≪作り方≫

① ごぼうは千切りに、長ねぎは斜め薄切りにする。
② 鍋にだし汁を沸かし、ごぼうと長ねぎを入れて火が通ったらみそを溶き入れる。

今月の運動ワンポイントアドバイス
肩まわりエクササイズ



Copyright (c) 2016TANITA Corporation. All Rights Reserved.　本情報の一部または全部を無断で転載及び複写することを禁止します。

金沢大学 能登学舎の窓から

「能登の里山里海」における鳥と人の関係

粟津地区に飛来したトキ（2016年5月 菊谷正好氏 撮影）

2011 年に世界農業遺産に認定された「能登の里山里海」では、農林水産業、食文化、伝統的な祭礼や工芸といった里山里海に関わる一体となった人々の暮らしが評価されました。加えて、それら人々の営みと密接に関係しながら生物多様性が守られていることも高く評価されています。今回はバードウォッチングが趣味の能登学舎スタッフの岸岡が、野鳥を例に挙げながら珠洲市の生き物と人々の暮らしの関わりについて紹介します。

■里山里海に育まれる多様な生き物

能登地域では 300 種以上の野鳥が記録されています。岩場や砂浜といった多様な海岸環境に加えて、棚田や谷間を利用した谷地田、能登全体 2,000 を超えるため池などがあります。また、製塩、炭焼き、能登瓦の生産のために利用されてきた里山林は、アカマツやコナラを中心にさまざまな樹種が生えています。さらにこれらの土地利用がモザイク状に入り組んでいることで、生き物の多様な生息環境が保たれています。写真は、珠洲市内で私が撮影したサシバという鳥です。サシバはカエルや昆虫など、里山に生息するさまざまな小動物を餌にしていることから、里山生態系の豊かさを知るものさしとなる「指標種」と言われています。

（写真）里山環境の豊かさがあってはじめて生息できるサシバ

■トキの飛来をきっかけとした環境配慮の取組み

鳥と人との関係についてひとつ、地域の取組みを紹介します。三崎町の粟津地区ではトキの飛来をきっかけとした環境保全型農業の取り組みがされています。粟津地区には 2011 年から昨年までに計７回トキが飛来しました。それをきっかけに粟津村おこし推進協議会ではトキが暮らしやすい農地環境を目指した、除草剤を使わないあぜの機械除草、農薬･化学肥料の軽減、トキのエサとなるドジョウを増やすためにビオトープの整備や魚道の増設などに取り組んできたそうです。そして昨年度からはブランド米として「奥能登 粟津のお米」の販売も開始し、売り上げは活動費に充てられるそうです。また、これらの取組みをウェブサイトで積極的に情報発信しています。

■暮らしと身近な鳥たち

珠洲市ではこの他にも、冬になるとコハクチョウやオオヒシクイなどの野鳥が田んぼやため池を利用しますし、夏にはツバメが軒先に巣を作り子育てします。私が珠洲に移住して３年間で約 100 種類の鳥を見ることができ、生き物の多様さを実感しています。里山里海での普段の暮らしが生き物の暮らしにも深く関係していることを知っていただき、鳥だけでなく生き物を身近に感じてもらえればと思います。

●岸岡智也【きしおかともや】
金沢大学先端科学･社会共創推進機構教務補佐。専門は農村計画学。マイスタープログラムのスタッフとして珠洲に移住して４年目です。

金沢大学公開講座

もっと知りたい！漢方医学シリーズ１
～医食同源で健康に～

■**日時**　６月**28**日（金）10時～12時
■**場所**　すず市民交流センター３階（市役所庁舎向かい）
■**講師**　小川恵子（附属病院漢方医学科長 臨床教授）、有光潤介（千里中央駅前クリニック 漢方医学センター長）

対象は高校生から一般。定員は各回 20 人です。申し込みや参加費は不要ですのでお気軽にお越しください。
詳しくは…**金沢大学能登学舎☎（８８）２５６８**まで。

広報すず 6月号（毎月1日発行）
〈編集・発行〉 珠洲市役所広報委員会
〈所在地〉 〒927-1295 石川県珠洲市上戸町北方1字6番地2
TEL 0768（82）2222 Fax 0768（82）5685
ホームページアドレス http://www.city.suzu.lg.jp/

うちのアイドル

3組の掲載がありました！

- 個人情報保護の観点からweb掲載は控えています
- 実際の紙面に掲載し、市内全戸配付していますので、みなさんも今しかないお子さんの姿を掲載してみませんか。下記の注意事項をご確認のうえ、お申込ください。

このコーナーでは市内に住む小学校入学前のお子さんの写真を募集しています。
お子さんの写真（データ推奨）に以下を添えて、ご応募ください。
①お子さんの氏名（ふりがな） ②誕生日 ③性別 ④住所 ⑤電話番号
⑥40字以内のコメント
※7月号には、6月10日（月）までにご応募ください ※現像写真の場合、写真の返却はできません ※応募多数の場合は掲載が次の号になることがあります

《メールでの申し込み》
✉ it@city.suzu.lg.jp
《郵送での申し込み》
〒927-1295
珠洲市役所総務課情報統計係
☎（82）7712

すずの美しい海岸を守る月間

美しいなぎさの環境保全を目的に、清掃活動を実施します。今年の重点活動日は7月7日（日）です。みなさんのご協力をお願いします。

■生活環境課 環境係 ☎（82）7743

◎海岸清掃時のお願い

市内の海岸には、5月中旬から7月に花が咲く「スナビキソウ」という植物が自生しており、南は台湾から北は北海道まで旅をする「アサギマダラ」の重要な中継点の1つとなっています。海岸清掃でこの植物を見かけたときは、旅するチョウの休息地を守るために、刈り取らずに残していただくよう、ご協力をお願いします。

■自然共生室 ☎（82）7716

▲開花しているスナビキソウ。海岸の草刈りでは、背の高い草が密に生える範囲だけを刈ると、スナビキソウを残すことができます

▲スナビキソウを残すと、早朝アサギマダラに出会えるかも