

作って・食べてみよう！能登町ふるさと自慢料理（毎月19日は家族団らん食育の日）

【レシピ17】みょうが寿司

ショウガ科ショウガ属の多年草で、北海道から沖縄まで日本全国で幅広く栽培され、山地にも自生しています。みょうがは特有の香りとさわやかな辛さ、それに薄い紅色を生かして酢の物、薬味、味噌汁、天ぷら、漬物など様々な料理に利用されています。

| 材料 | 作り方 |
|---|---|
| みょうが 200g らっきょう酢 70cc 酒 小さじ1 すし飯 米 1升 酢 120cc 砂糖 大さじ1 塩 ひとつまみ ※白ごま 大さじ2 | ①みょうがをよく洗う。水気を切り熱湯でさっとゆでて、ザルに広げそのまま冷ます。 ②保存ビンにみょうがをいれ、酢と酒を加え漬け込む（3日程で食べごろになる）。 ③すし飯をつくる。 ④みょうがを細かく切り、白ごまと一緒にすし飯にさっと混ぜて出来上がり。 |

【レシピ提供】 不動寺地区食生活改善推進員



【インフルエンザ予防接種】

11月に予診票を添付したチラシを全戸配布

今年もインフルエンザ予防接種が始まります。お急ぎでない場合は、11月に全戸配布するチラシに添付された予診票をご利用ください。

10月中旬に早めの接種を希望される場合は、役場窓口で予診票の交付を受けてください。その後、ワクチン接種が可能か各自で医療機関に問い合わせをし、接種可能な医療機関へ受診してください。よろしくお願ひします。

〈助成対象〉 予診票を送付します。

- ① 65歳以上の人
- ② 60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能障害により、日常生活が著しく制限される人
- ③ 1歳～高校3年生相当の年齢の人（予診票を送付しますので、それを使ってください）

〈自己負担〉 1回あたり 1,500円

※詳細は11月の全戸配布チラシをご参照ください。

能登北部医師会 休日当番医（10月）【受付 9:00～12:00】 都合により当番医が変更になる場合がありますので、あらかじめ電話してから受診してください。

| 2日(日) | 9日(日) | 10日(月) | 16日(日) | 23日(日) | 30日(日) |
|-----------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------|
| 桶本眼科 ☎ 0768-22-4056 輪島市釜屋谷町 | 熊野内科医院 ☎ 0768-22-1100 輪島市鳳至町 | 大和医院 ☎ 0768-43-1323 輪島市門前町 | 白藤医院 ☎ 0768-52-0018 穴水町川島 | 宮丸医院 ☎ 0768-43-1331 輪島市門前町 | 北川内科クリニック ☎ 0768-52-3555 穴水町大町 |
| 直井医院 ☎ 62-0180 能登町宇出津 | みちした内科クリニック ☎ 82-0877 珠州市飯田町 | 升谷医院 ☎ 72-1151 能登町松波 | なかたに医院 ☎ 82-8333 珠州市上戸町 | 小木診療所 ☎ 74-0100 能登町小木 | 大貫眼科医院 ☎ 82-0017 珠州市上戸町 |

特定健診 は受診しましたか？

国民健康保険にご加入の人へ

9月下旬、未受診の人に案内ハガキを送付しましたので、ご確認のうえ10月中旬に町内医療機関、または集団健診会場で受診してください。



◆乳児健診・BCG接種

〈日時〉 10月6日(木) 〈受付時間〉 12:45～13:00

〈対象〉 平成23年5月5日～7月6日生まれ

〈場所〉 能都庁舎 1階集会室

〈持ち物〉 母子健康手帳、健診おたずね票、BCG予診票、バスタオル1枚

◆1歳6カ月児健診

〈日時〉 11月24日(木) 〈受付時間〉 13:00～13:15

〈対象〉 平成22年3月13日～5月23日生まれ

〈場所〉 能都庁舎 1階集会室

〈持ち物〉 母子健康手帳、健診おたずね票

◆3歳児健診

〈日時〉 10月27日(木) 〈受付時間〉 13:00～13:15

〈対象〉 平成20年6月14日～8月9日生まれ

〈場所〉 能都庁舎 4階大集会場

〈持ち物〉 母子健康手帳、健診おたずね票①②、採尿容器

◆離乳食教室 ～3回食から幼児食に向けて編～

3回食から離乳完了（9カ月ごろから1歳5カ月ごろ）までの教室です。参加を希望する人は、10月11日までに役場健康福祉課までお申し込みください。参加費は無料です。身体計測もできますので、ぜひ参加してください。

〈日時〉 10月18日(火) (受付) 10:00～10:20

〈場所〉 こどもみらいセンター

〈持ち物〉 母子手帳、母子手帳、大人用エプロン、子ども用エプロンとスプーン

◆ポリオ生ワクチン投与

〈日時〉 10月13日(木) 〈受付時間〉 14:00～14:30

〈対象〉 生後3カ月～90カ月未満でポリオワクチンを2回投与していないお子さん

〈場所〉 能都庁舎 1階集会室 〈担当〉 武田医師

〈持ち物〉 母子健康手帳、予診票

公立宇出津総合病院

だより

☎ 62-1311
http://www.hospitalnet.jp/
診療情報は、病院ホームページで確認できます。

■糖尿病・内分泌外来診察日の案内

糖尿病のコントロール・治療が必要と判断された人、高脂血症などの人を対象に専門の医師が精密検査や治療を行います。内科までお越しください。

診察：太田医師 10月の診察日：3日(月)、24日(月)

【10月1日から】

能登町

住宅用太陽光発電システム 設置費補助金制度 が始まります！

能登町は、環境への負荷が少ない循環型社会の構築に向け、町が定める条件を満たす住宅用太陽光発電システムの設置費を補助します。

町民のクリーンエネルギーに対する意識高揚と住宅用太陽光発電システムの普及を図ります。

■補助金額

1kwあたり5万円（上限20万円）

■補助金の交付対象者

- ① 町内に住所を有する人
- ② 自己、配偶者または2親等以内の親族が所有し、自ら居住する町内の戸建ての住宅（店舗、事務所等の併用住宅を含む）に対象システムを新たに設置した人、または建売住宅供給者などから町内に対象システム付住宅を新たに購入した人
- ③ 町税の滞納がない人
- ④ 過去にこの要綱の補助金の交付を受けたことがない人

■補助金の対象となる設備、必要な書類など詳しくは、役場環境対策課までお問い合わせください。

■問い合わせ先 環境対策課 ☎ 62-8507

LED防犯灯の設置を補助します

町民の自主的な省エネ推進を図るため、町内会などが管理する防犯灯のLED化を助成します。

■補助対象

町内会などが新設または交換するLED防犯灯

■補助金額

工事費の10分の9（一つの設備に上限3万円、一つの町内会などに年度上限10万円）

※補助金申請に必要な書類など詳しくは役場総務課までお問い合わせください。

■問い合わせ先 総務課 ☎ 62-8510

くらしの掲示板

お知らせ

環境にやさしい買い物をしよう

10月は「3R（リデュース・リユース・リサイクル）推進月間」です。
 ・レジ袋をやめてマイバックを活用しよう。
 ・量り売りなどを利用して必要な分だけ購入しよう。
 ・地域で生産された商品を買きましょう。
 町環境対策課 ☎ 62-8507

オータムジャンボ宝くじ販売中

オータムジャンボ宝くじの売上げは、当選金の払い戻しはもちろん、公共施設の建設、災害対策、少子高齢化に対応するための事業など、住みよい環境づくりに役立てられます。
 ○発売期間 10月14日(金)まで
 ○抽せん日 10月21日(金)

浄化槽の法定検査普及員が訪問

浄化槽は保守点検・清掃（汚泥抜き取り）のほかに、年1回の法定検査が義務付けられています。
 法定検査普及員のため、「浄化槽法定検査普及員」がご家庭を訪問し、直接説明します。ご理解とご協力をお願いします。
 〈訪問期間〉平成24年3月までの平日9:00～16:00
 石川県浄化槽協会 ☎ 076-241-7781

第3回林業まつりを開催します

〈日時〉10月22日(土)・23日(日)
 8:30～16:00
 〈場所〉能登森林組合本所（穴水町）

〈内容〉庭木・果樹・花類即売、林業機械器具展示即売、造林資材展示即売、地場野菜・果物即売、きのこ展示即売、木工品・家具展示即売、餅つき実演販売、軽食コーナー
 能登森林組合 ☎ 0768-52-0316

ご存じですか。建設リサイクル

建設産業では、建設リサイクル法に基づき特定の建設廃棄物の「分別」と「リサイクル」を積極的に推進しています。しかし一方では、依然として建設廃棄物の不法投棄が見受けられます。
 家屋の解体などの際には、業者に適正な廃棄処理を促すなど、建設リサイクルの推進にご理解とご協力をお願いします。
 北陸地方建設副産物対策連絡協議会 ☎ 025-280-8880

募集

能登高校を応援する会会員募集

能登高校の生徒が、勉強やスポーツに専念できるよう支援し、末永く存続と発展することを願って事業を実施します。
 〈年会費〉個人2,000円
 団体・企業5,000円～10,000円
 〈申込先〉能登高校 ☎ 62-0544
 役場能都・柳田・内浦サービス室

地域づくり支援講座は聴講無料

■「関東ツーリズム大学」の挑戦(仮)
 〈日時〉10月14日(金)18:20～19:50
 〈講師〉曾根原久司氏（NPO法人えがおつなげて代表理事）

■多様な人材を活かした産地づくりと販売戦略

〈日時〉10月28日(金)18:20～19:50
 〈講師〉黒澤賢治氏（NPO法人アグリネット代表理事）

〈場所〉能登空港ターミナルビル4階
 ※聴講無料、予約不要です。
 能登里山マイスター能登学舎 ☎ 88-2568

ヤドカリ学級、秋の海あそび!

〈内容〉タコの観察
 〈日時〉10月23日(日)10:00～12:00
 〈定員〉20人 〈参加費〉無料
 〈場所〉のと海洋ふれあいセンターに集合
 〈持ち物〉タオル、ぬれてもよい靴（長靴）、雨具や着替え（小雨決行）
 ※小学校低学年以下は保護者同伴
 のと海洋ふれあいセンター ☎ 74-1919

親のための就職セミナーを開催

〈対象〉平成25年卒業予定および既卒3年以内の新卒の子どもを持つ親
 〈日時〉11月12日(土)13:00～
 〈場所〉（セミナー）七尾サンライフプラザ2階 23会議室（企業見学）山成商事(株)スーパーどんたく
 ※企業見学はセミナー場所からバスで移動（往復）
 〈内容〉最新の就職情報をはじめ、子どもの就職活動をサポートするための情報収集。県内で活躍する採用担当者の話と現場見学。
 〈申し込み〉ジョブカフェ石川 ☎ 076-235-4513

要約筆記を学んでみませんか。

要約筆記とは、聞こえない、聞こえにくい人に話し手の言葉をその場で文字にして伝える筆記通訳です。
 この講座では、要約筆記の養成を目的に、「聴覚障害者の理解」と「要約筆記の技術」を学習します。
 お気軽に申し込みください。
 〈日時〉10月15日(土)～11月26日(土)13:30～16:30（全6回）
 〈場所〉奥能登行政センター
 〈対象〉奥能登在住・在勤の人
 〈受講料〉無料（別途、教材費2,300円）
 〈定員〉30人
 〈申し込み〉町健康福祉課 ☎ 72-2503 FAX72-8002

男女共同参画ミニセミナー開催

施策がすすめられて12年。男女共同参画意識や自分たちの周りは変わりましたか。楽しく話を聴き、みんなで考えてみましょう。
 〈講演〉「あらためて12年目の男女共同参画」〈講師〉常光利恵氏（NPO法人志ネット理事長）
 〈日時〉10月20日(木)13:30～
 〈場所〉役場能都庁舎3階 研修室
 町教育委員会事務局 ☎ 72-2509

相談

心配ごと相談をご利用ください

■能都庁舎 7日(金)10:00～12:00
 ■鶴川公民館 19日(水)10:00～12:00
 ■笹ゆり荘 11日(火)、25日(火)10:00～12:00
 ■内浦福祉センター 11日(火)13:30～15:30

■小木支所

20日(木)13:30～15:30
 社会福祉協議会 ☎ 72-2322

行列ができる無料相談会を開催

法律事務系10士業団体の専門家が、知恵を集めて皆さんの問題解決をお手伝いします。
 〈日時〉10月12日(水)10:00～16:00
 〈場所〉香林坊大和8階特設会場
 金沢弁護士会 ☎ 076-221-0242

行政相談委員にご相談ください

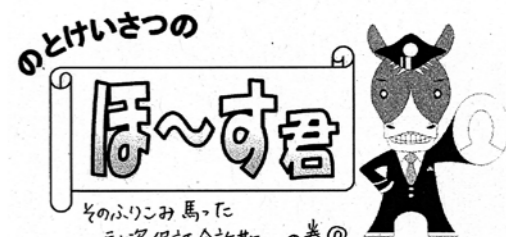
10月17日(月)から23日(日)は「行政相談週間」です。皆さんから行政全般についての苦情や意見を受け付け、公正・中立の立場からその解決を図り、より良い行政運営の改善に役立てます。気軽にご利用ください。
 〈相談時間〉10:00～12:00

| 会場 | 日程 | 相談委員 |
|-------|-----------|------|
| 鶴川公民館 | 10月19日(水) | 吉岡梅子 |
| 笹ゆり荘 | 10月18日(火) | 廣橋義男 |

〈一日合同行政相談所〉香林坊大和
 10月21日(金)10:00～15:30
 総務省石川行政評価事務所 ☎ 076-222-5232

能登法律相談センターの相談日

〈10月〉6日、13日、20日、27日(木)
 〈時間〉13:45～16:15（要予約）
 〈場所〉穴水町保健センター
 〈申し込み〉相談日前日の午後5時までに電話で予約ください。
 〈相談料〉30分以内：5,000円
 ※法律援助資力基準に該当すれば1回のみ無料。クレサラ相談は初回無料。
 金沢弁護士会 ☎ 076-221-0242



町能登警察署・能登防犯協会 ☎ 62-1334

有料広告

能都体育館が住まいのショールームに!

日時 10/29(土) 30(日)

会場 能都体育館 鳳珠郡能登町崎山1-1

スタンプラリー抽選会で
 エンテンドー3DSをあてよう

詳しくは10/28折込チラシで

★輪島和太鼓 虎之介 来場
 ★沖繩物産展 販売
 ★POLA化粧品ハンドマッサージ
 ★オリジナルバスルプレゼント
 など楽しいイベント満載!!

(株)サンユーワークス (HCMサンFC珠洲店グループ会社) 珠洲市飯田町7番地 TEL 0768-82-2118 http://www.sunyou-works.jp e-mail info@sunyou-works.jp

有料広告

スピード給付の 県民共済

こども型 総合保障型
 熟年型 新型火災共済

お問い合わせと資料のご請求は 共済取扱団体 石川県民共済生活協同組合 石川県認可

☎ 0120-63-5011 ☎ 076(263)5011(代) ☎ 076(263)5107
 〒920-0901 金沢市彦三町2-1-10 貴和ビル3F

ホームページ http://www.ishikawa-kyosai.or.jp/ 携帯電話からはこちらへ▶http://kyo-sai.jp/

有料広告

四明ヶ丘ニュータウン
 建築条件なし分譲地

ご購入希望者 受付中!

☆高台に広がる緑に囲まれた分譲地☆
 毎日のお買い物や、小・中学校も徒歩圏内

仲介 能登不動産 〒927-0433 能登町字宇津字 38-4 ☎ 0768-62-2022

宅地建物取引業免許/石川県知事免許 (2) 第3737号
 ●(社)石川県宅地建物取引業協会会員 ●北陸不動産公正取引協議会加盟

能登空港 10/9日 空の日フェスタ

【10:00～16:30】

- 県消防防災ヘリコプター「はくさん」救助訓練デモンストレーション
- 空港内バスツアー
- 東京へ行こう!!紙飛行機入れゲーム
- 能登空港ウルトラクイズ
- 空港用除雪車両の展示

- よさこい祭り
- 県警音楽隊による演奏会
- かわいい風船バルーンアート
- のっぴーグラス作り
- 空港消防放水訓練
- 空の日絵画展 ほか

【同日開催 日本航空学園「航空祭」】

能登空港「空の日」実行委員会
☎ 0768-26-2100

■能登空港 10月のイベント

- 2日⑩ 10:00～16:00 花とお茶でのおもてなし
場所：1階能登の旅情報センター（無料）
- 16日⑩ 14:30～ おらが故郷お国自慢
きらきら kids チアダンス（志賀町）
- 16日⑩ 第1回能登空港囲碁祭り（個人戦）
- 25日⑩ 第12回能登空港杯高齢者スポーツ大会

能登空港賑わい創出実行委員会
☎ 0768-26-2303



| | | |
|------|---|------|
| こ | せ | き |
| の | ま | ど |
| 8/15 | ～ | 9/14 |

個人情報保護のため、本人・ご家族の希望があったものを掲載しています。

うぶづい

出生児 両親の名前 住所
すこやかにすくすくと

府中優佳 一也・英子 宇出津
大平志歩 均・麻美 藤ノ瀬
秋脇小巻 元・章子 真脇
浦下華暖 誠也・直美 小木
谷内口結衣 良克・綾子 柳田
櫻井晴空 一裕・美希 藤波

高砂や

氏名 本籍 住所
いつまでもお幸せに

坂口翔太 四方山 松波
佐渡舞 輪島市
山崎陽一 笹川 愛知県
木村亜美 愛知県
酒本武治 金沢市
村中一美 当目 金沢市
水元清也 崎山 金沢市
砂山未侑 金沢市

おくやみ

氏名 年齢 住所
ご冥福をお祈りします

浪元健司 恋路
笠森留美子 金沢市
平田行宏 姫
村井佳奈 白山市
院瀬見文宏 富山県
向千紘 市之瀬
空林聖 宇出津
小路夕紀子 輪島市
袴のぶ子 小島
太田みよ子 崎山
谷川タニ 松波
面屋三三夫 柳田
埴文 松丸
懸場和子 白丸
山田佐一 小波
中瀬治作 波並
濱二昭雄 波並
山栗久萬吉 藤ノ瀬
川島源一 宇出津
玉木春樹 鶴町
室谷清司 宇出津
北野俊弘 宇出津
四洲みさの 鹿目
倉あさの 合鹿

佐野喜美子 宇出津
寺下ひさ子 鶴川
谷内昌次 市之瀬
袴のぶ子 小島
太田みよ子 崎山
谷川タニ 松波
面屋三三夫 柳田
埴文 松丸
懸場和子 白丸
山田佐一 小波
中瀬治作 波並
濱二昭雄 波並
山栗久萬吉 藤ノ瀬
川島源一 宇出津
玉木春樹 鶴町
室谷清司 宇出津
北野俊弘 宇出津
四洲みさの 鹿目
倉あさの 合鹿

寄付御礼

中橋宇機雄さん（久田） 10万円
行谷百合子さん（時長） 10万円
佐野勝二さん（宇出津） 10万円
太田均さん（小島） 10万円
山岸修さん（藤ノ瀬） 10万円
匿名 10万円
以上、能登町社会福祉協議会へ

中斉建一さん（大箱） 10万円
能登町へ

ふるさと納税寄附者
干場三郎さん（野々市町）

編集後記

ずっと目標にしてきた広報紙が合併のために最終号を迎えた。過疎に苦しんだその町は、地域を再生するために「住民自治」を選択。地域のことを一番知っている住民が、自分たちの地域の未来図を描いた。

美化活動から自主防災まで、住民が主体的に取り組む住民力を引き出し、背中を押し続けたのはその町の広報紙。6年間、自分がずっと追いつけてきた背中だ。町がなくなっても広報紙は色あせない。これからもその背中を追いつけていきたい。

政

●人口・世帯数 平成23年9月1日現在（前月比）

| | | |
|-----------|--------|------|
| 人口(人) | 20,669 | - 11 |
| 男 | 9,722 | - 7 |
| 女 | 10,947 | - 4 |
| 世帯数(戸) | 8,037 | + 6 |
| 外国人登録者(人) | 204 | |
| 男 | 144 | |
| 女 | 60 | |

神和住純杯エンジョイテニスフェスティバル2011
 〈日時〉10月22日⑩23日⑩ 8:30 受付
 〈会場〉能都健民テニスコート
 〈招待選手〉神和住純、平井健一、平木理化、小畑沙織
 〈参加料〉一人8,000円（宿泊13,000円）
 〈締め切り〉10月10日⑩（先着40ペア）
 〈申込先〉藤波運動公園 ☎ 62-3884

有料広告
平成23年度
「金沢能登町会」総会・懇親会を開催します。
 日時：2011年11月11日（金）18:30～
 会場：金沢都ホテル 5階「能登の間」
 お問い合わせ先 ☎ 076-242-5712
 金沢能登町会 役員氏名（出身地）
 【顧問】從二喜一（宇出津） 池端 達（宇出津）
 【会長】中田邦雄（宮地）
 【幹事長】小原哲夫（本木） 【副幹事長】山田誠一（宇出津）
 【幹事】坂口正一（宮地） 中谷松雄（宮犬） 小谷 実（合鹿）

有料広告
ろうきんフリーローン
『く・ら・ら』
暮らしに関わる様々な費用にご利用できる便利なローンです！
今なら【特別金利キャンペーン】実施中！
2011年8月1日～2011年12月31日
詳しくは北陸ろうきん 珠洲支店 0768-82-6111

有料広告
相続・不動産登記・会社登記等について
お気軽にご相談ください。
司法書士 川村伸一事務所
事務所 能登町字宇出津新1字176番地2 ☎ 62-8777
自宅 能登町字松波14字38番地1 ☎ 72-1603

有料広告
瓦の修理・葺き替え
見積無料 お気軽にご相談下さい。
司瓦店 市之瀬1-86 Tel (0768) 74-1512
（小路伸司）携帯 090-5685-6656