

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19】ふきの青汁

身近にある材料で作る青汁風ジュースです。ふきの葉には、栄養素が多く独特の香りとおほろ苦さがあり、消化を助けたり、咳止めになるといわれています。今から30年程前、松波公民館栄養教室で「九州地方から伝わった脳卒中で倒れない飲み物（一生に一度飲むだけで良い）」として紹介されたそうです。

材料
 ふきの葉の汁 小さじ3
 （ふきの葉の生を3～4枚刻んですりつぶし、こしたものを。つわぶきは不可）
 卵白 1個
 清酒 小さじ3
 （焼酎などほかのお酒では不可）
 梅干し 1個
 （土用干ししていない塩漬けした柔らかい梅干し）

○作り方

- ①卵白をよく混ぜる。
- ②ふきの葉を、すり鉢やミキサーなどでつぶし、ふきんなどでこして汁をつくる。
- ③卵白とふきの汁を混ぜ合わせ、お酒を加える。
- ④最後につぶした梅を加え、混ぜてできあがり。



年末年始小児科救急当番医

年末年始の長い休み中に、小さなお子さんが安心して過ごせるよう小児科救急当番医を下記のとおり実施することとなりました。救急診療時間は午前9時から12時までとなります。（受診する場合、事前連絡が必要です）

当番医 / 日	12/29	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3
市立輪島病院 ☎ 0768-22-2222			救急		救急	
珠洲市総合病院 ☎ 82-1181			救急		救急	
公立宇出津総合病院 ☎ 62-1311	×	救急	×	×	×	救急
まるおかクリニック ☎ 0768-52-8228	通常診療	救急		救急		救急

※都合により担当が変更になる場合がありますので、上記医療機関に確認の上、受診してください。
 公立宇出津総合病院では、上記日程以外の小児科受け付けはできません。ご了承ください。

能登北部医師会 休日当番医（12月・1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。

4日(日)	11日(日)	18日(日)	23日(金)	25日(日)	30日(金)	31日(土)	1月1日(日)
直井医院 ☎ 62-0180 能登町宇出津	田中クリニック ☎ 82-0500 珠洲市野々江町	生垣医院 ☎ 76-0001 能登町柳田	大貫眼科医院 ☎ 82-0017 珠洲市上戸町	升谷医院 ☎ 72-1151 能登町松波	小西医院 ☎ 82-6800 珠洲市正院町	小木診療所 ☎ 74-0100 能登町小木	井端内科医院 ☎ 84-2535 珠洲市宝立町
栗倉医院 ☎ 0768-32-0018 輪島市町野町	輪島診療所 ☎ 0768-23-8686 輪島市堀町	尾張内科クリニック ☎ 0768-52-1515 穴水町此木	大和医院 ☎ 0768-43-1323 輪島市門前町	伊藤医院(英) ☎ 0768-22-2313 輪島市水守町	まるおかクリニック ☎ 0768-52-8228 穴水町川島	永井医院 ☎ 0768-22-0032 輪島市鳳至町	北川内科クリニック ☎ 0768-52-3555 穴水町大町
2日(月)	3日(火)	8日(日)	9日(月)	15日(日)	22日(日)	29日(日)	
あいずみクリニック ☎ 82-0002 珠洲市飯田町	持木メディカルクリニック ☎ 62-1210 能登町宇出津	なかにに医院 ☎ 82-8333 珠洲市上戸町	はしもとクリニック ☎ 62-8300 能登町崎山	みちした内科クリニック ☎ 82-0877 珠洲市飯田町	千間内科クリニック ☎ 62-1001 能登町宇出津	田中クリニック ☎ 82-0500 珠洲市野々江町	
永井医院 ☎ 0768-22-0032 輪島市鳳至町	まるおかクリニック ☎ 0768-52-8228 穴水町川島	永井医院 ☎ 0768-22-0032 輪島市鳳至町	大和医院 ☎ 0768-43-1323 輪島市門前町	船木クリニック ☎ 0768-23-0866 輪島市釜屋谷町	宮下医院 ☎ 0768-26-1311 輪島市三井町	栗倉医院 ☎ 0768-32-0018 輪島市町野町	

◆乳児健診・BCG接種

〈日時〉12月1日(木) 〈受付時間〉12:45～13:00
 〈対象〉平成23年7月7日～9月1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

◆1歳6カ月児健診

〈日時〉1月26日(木) 〈受付時間〉13:00～13:15
 〈対象〉平成22年5月24日～7月10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〉12月8日(木) 〈受付時間〉13:00～13:15
 〈対象〉平成20年8月10日～9月30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、採尿容器

◆ポリオ生ワクチン投与

〈日時〉12月15日(木) 〈受付時間〉14:00～14:30
 〈対象〉生後3カ月～90カ月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〉予診票・母子健康手帳

献血のお知らせ

〈期日〉12月22日(木)
 〈時間〉9:00～12:00、13:00～15:00
 〈場所〉能都庁舎

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。

■年末年始の診療のお知らせ

年末年始の休診期間は、12月29日(木)～翌年1月3日(火)までです。
 救急の場合は、いつでも受け付けします。

■インフルエンザ予防接種について

- 高校生未満※予約が必要です
 〈場所〉小児科外来(2階)
 〈受付時間〉
 火曜日(第4以外) 10:00～11:30、13:00～14:00
 火曜日(第4) 10:00～11:30、14:30～15:30
 金曜日 9:00～11:30、14:00～15:30

○高校生以上※予約は要りません

- 〈場所〉検診科(1階内科外来の隣)
 〈受付時間〉
 平日(月～金) 9:00～12:00
 ※予診票に記入の上、来院していただきますようお願いいたします。

■「いやしのキルト」が寄贈されました

11月1日、キルトリーダーズ石川の皆さんから、宇出津総合病院に「ヒーリング・ハート・キルト」が寄贈されました。横225㌢、縦158㌢の巨大なキルトは、会員の皆さんが約1年かけて制作したもので、ネクタイをイメージしたデザインで縫い合わされています。
 キルトリーダー石川委員長の中塚真弓さんから「少しでも患者さんの癒しになればと思います」とキルトを受け取った小森院長は「大切に飾らせてもらいます」とお礼を述べました。寄贈されたキルトは、県内の病院では県立中央病院など4件目になるということで、病院1階に飾られています。



飾られたキルトとキルトリーダーズ石川の皆さん

お知らせ

県道冬期閉鎖区間を増やします

石川県は、今年から交通量の少ない県道の冬期閉鎖区間を増やします。この区間の除雪にかかる時間を町道など生活道路の除雪にあてることができ、全体の除雪完了が早くなります。ご理解とご協力をお願いします。〈閉鎖開始時〉道路上での積雪確認時〈閉鎖終了時〉3月の春除雪まで、または道路上の積雪がなくなるまで〈冬期閉鎖箇所〉

○一般県道と呂見藤波線

当目～輪島市三井町と呂見

○一般県道鈴ヶ嶺矢波線

上町(万敷)～藤ノ瀬(下藤ノ瀬向山)

☎奥能登土木総合事務所

☎ 0768-26-2350

「うちエコ診断」始めませんか

家庭における地球温暖化防止活動を推進するため、いしかわ環境パートナーシップ県民会議では、「うちエコ診断事業」を始めています。

興味のある人は、一度お問い合わせください。

☎いしかわ環境パートナーシップ県民会議 ☎ 076-266-0881

北朝鮮による人権侵害を考える

12月10日から16日は、「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。

人権侵害問題に対して認識を深め、拉致問題などの人権侵害問題について監視を深めていくことが大切です。

☎能登警察署 ☎ 62-1334

役場町民課 ☎ 62-8500

守ってください！電波のルール

電波は、テレビ・ラジオや携帯電話、警察、消防、救急の無線など、さまざまなおとくで使われています。

電波の利用には、原則として無線局の免許が必要です。免許のない不法電波は、テレビやラジオの受信に障害を与え、暮らしに悪影響を及ぼします。北陸総合通信局では、不法電波などルール違反の取り締まりを行っています。

☎北陸総合通信局 ☎ 076-233-4441

募集

地域づくり支援講座は聴講無料

■「能登の里山里海復権に向けた人材養成と GIAHS（仮）」

〈日時〉12月2日(金) 18:20～19:50

〈講師〉中村浩二氏(金沢大学長補佐)

■「地域づくり支援講座5年間のあゆみ(仮)」

〈日時〉12月9日(金) 18:20～19:50

〈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

海洋ふれあいセンターに行こう

いしかわ自然学校 海のまなび舎講座

川にのぼるサケを観察します。動きやすい服装で参加しましょう。

〈日時〉12月10日(土) 13:00～16:00

〈場所〉のと海洋ふれあいセンター

〈定員〉20人(小学生低学年以下の方は、保護者同伴をお願いします)

〈参加費〉無料(高校生以上は、入館

料200円が必要)

☎のと海洋ふれあいセンター ☎ 74-1919

ボランティアを支援しませんか

ボランティア活動の調整を行う「災害ボランティアコーディネーター」養成研修会が開かれます。

〈日時〉①1月8日(日)～9日(月)または

②2月18日(土)～19日(日)

〈場所〉県消防学校(金沢市東蚊爪町)

〈受講料〉無料 〈定員〉各回50人

〈申し込み〉12月21日(水)まで

☎県民交流課 ☎ 076-225-1365

奥能登ウェルカムプロジェクト

奥能登ウェルカムプロジェクトでは、奥能登地域の活性化と交流人口の拡大を図るため「体験観光プログラム」を実施している事業者を募集します。「能登井」をはじめとした、同プロジェクトで実施している取り組みと連携して、県内外に広く情報発信します。

また、毎年開催している「のとクリスマスツツジオープンガーデン2012」に参加し、お庭を公開していただける人も募集しています。

■体験観光プログラム

〈参加対象〉奥能登で体験観光プログラムを実施しており、専門的指導ができる有資格者などがいる事業者(参加メリット)

①プログラムを県内外に情報発信

・ホームページでPR

・宿泊施設などでの紹介

・旅行会社などにPR

②各種研修会の案内

③モニターツアーなどの受け入れ

〈申し込み〉12月26日(月)まで

■のとクリスマスツツジオープンガーデン(参加対象)のとクリスマスツツジの庭木(鉢植え不可)があり、共通の看板を設置し、来訪者を歓迎できる人(公開期間)4月下旬～5月中旬(予定)〈申し込み〉12月28日(水)まで

☎奥能登ウェルカムプロジェクト推進協議会事務局(県奥能登総合事務所企画振興課内)

☎ 0768-26-2303 FAX 0768-26-2305

能登町社会福祉協議会職員募集

【職種】一般職員 1人

〈免許〉社会福祉士、普通自動車免許(年齢)昭和51年4月2日以降に生まれた人

【職種】臨時職員(事務員) 1人

〈免許〉普通自動車免許(年齢)昭和46年4月2日以降に生まれた人

【職種】臨時職員(用務員) 1人

〈勤務場所〉笹ゆり荘(免許)8トン限定なしの中型免許(年齢)昭和21年4月2日以降に生まれた人

〈勤務場所〉一般職員・事務員は本所、用務員は笹ゆり荘

〈試験期日〉平成24年1月16日(月)

〈受付期間〉12月15日(水)から平成24年1月11日(水)まで ※必着

☎社会福祉協議会 ☎ 72-2322

相談

心配ごと相談をご利用ください

■能都庁舎

9日(金)、19日(月) 10:00～12:00

■笹ゆり荘

13日(火)、27日(火) 10:00～12:00

■内浦福祉センター

12日(月) 13:30～15:30

■小木支所

20日(火) 13:30～15:30

☎社会福祉協議会 ☎ 72-2322

行政相談委員にご相談ください

行政全般に対する苦情や意見を受け付け、関係行政機関などと連携して、その解決を図ります。皆さんからの苦情や意見を行政に反映させ、よりよい行政運営を目指します。お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
能都庁舎	12月19日(月)	吉岡梅子
笹ゆり荘	12月20日(火)	廣橋義男

☎役場総務課 ☎ 62-8510

能登法律相談センターの相談日

〈12月〉1日、8日、15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

出張年金相談をご利用ください

社会保険労務士が年金相談を受け付けます。お気軽にご利用ください。

〈日時〉12月21日(水) 10:00～16:00

〈場所〉能都庁舎1階

☎七尾年金事務所 ☎ 0767-53-6511



☎能登警察署・能登防犯協会 ☎ 62-1334

警察相談窓口

名称	電話番号	受付時間	内容
能登警察署	62-1334	24時間	警察業務
警察安全相談室	076-225-9110 # 9110	24時間	警察業務
レディース 通話110番	076-225-0281	月～金 9:00～17:00	性犯罪被害等
ヤングテレホン	0120-497-556 076-225-0330	月～金 9:00～17:45	少年非行
Police Help Line	076-225-0555	月～金 9:00～17:00	外国人のための被害相談
暴走族相談	076-225-0400	月～金 9:00～17:45	暴走族

有料広告

体験型ショールーム



見て、聴いて、体感できます。お気軽にご来店ください。

お手伝いします
素敵な暮らし



☎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部76番地 TEL 0768-82-2118 http://www.sunyou-works.jp e-mail info@sunyou-works.jp

能登空港 12月のイベント

☆23日(祝) 能登空港クリスマスイベント開催!

〈時間〉9:30～14:30 〈場所〉能登空港ターミナルビル

〈内容〉のっぴーグラス作り、クリスマスコンサートほか

☆11日(日) のっぴーグラス作り

〈時間〉10:00～12:00、13:00～15:00

〈場所〉能登空港1F能登の旅情報センター

〈対象〉幼児から小学生以下優先【限定50人】

〈参加費〉無料



谷口諒真くん

たにぐち・りょうま (柳田小6年)



ラケットからの初速が世界最速のスポーツ、バドミントン。気軽な生涯スポーツという面もあるが、競技としてのバドミントンはスピード、体力、瞬発力、判断力が要求されるハードなスポーツだ。平成21年に能都と柳田のバドミントンスポーツ少年団が一つになり誕生した『能登町ジュニア』が2年前、4年生男子団体で石川を制して北信越大会出場を果たした。その時の団体メンバーで、県の強化選手にも選ばれていた選手の一人が谷口諒真くん(柳田小6年)。

間、県のダブルスのナンバーワン。シングルスとダブルスの両方で、結果を残すことができる数少ない選手だ。6年生となった今年、夏の全国大会『若葉カップ』に団体出場。その後も9月の北信越県予選で2位、10月の北信越大会で3位となり、12月23日から北海道釧路市で開催される第20回全国小学生バドミントン選手権大会への出場を決めた。全国大会では個人戦と石川県チームとして団体戦に出場する。

「目標はベスト4。ミスしないでつなげていくプレーをしたい」と意気込みを見せる。谷口くんは周囲の誰もが認める努力家。練習は週6日で、そのうち4日間は柳田から宇出津に通い、中学生らに混じって2時間みっちり汗を流す。指導する干場和規コーチは「夏の全国大会では3試合負けなければ結果はついてくる。石川県の代表ということを忘れずに、しっかりと戦ってきてほしい」と期待を込める。誰よりも努力を重ね、全国の切符を手に入れた谷口くん。その強い意志をラケットに込め、北海道の大舞台で力強いシャトルを打ち込む。

TANIGUCHI
RYOMA

き	せ	こ
ど	ま	の
11/14	～	10/15

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。

うぶづえ

出生児 両親の名前 住所
 高田楓斗 銚司・明香 金沢市
 中森 誠 宏・千恵 鶴川
 川崎菜依 和哉・祐希子 黒川
 富田暖子 成輝・江美子 宇出津
 森下由夢 満・彩 野々市市
 森下由愛 満・彩 野々市市
 新谷珠莉 豊・千秋 松波

高砂や

氏名 本籍 住所
 仁張裕介 京都府 神奈川県
 出口幸恵 松波
 二谷祐介 崎山 小松市
 橋場美加 加賀市
 青木岳晴 鶴川 鶴川
 荒野恵美 珠洲市
 珠洲市
 國吉悠達 珠洲市
 宇出津
 安宅都友季 金沢市

おくやみ

氏名 年齢 住所
 豊原一枝 81歳 小松市
 上野正一 86歳 松波
 松村とよ 91歳 宇出津
 石平すゝこ 88歳 小松市
 谷内祥郎 72歳 真脇
 竹口 章 82歳 宇出津
 小林ハギ 81歳 白丸
 新出マスイ 96歳 松波
 西 良作 91歳 五十里
 宮崎 賢 80歳 藤波
 藪下正夫 77歳 白丸
 島田一二三 92歳 立壁
 川端忠義 82歳 河ヶ谷
 神田直志 60歳 宇出津
 信田宇緩 14歳 柳田
 酒谷隆公男 60歳 鶴川
 中谷 赶 80歳 九里川尻
 坂本はるえ 88歳 恋路
 畠中みつ 97歳 武連
 山城幸男 82歳 小松市
 武田正子 59歳 布浦
 福島辰雄 71歳 宇出津
 田中政夫 86歳 宇加塚
 小池花子 82歳 石井
 黒川とき 84歳 小松市
 保田秋子 90歳 宇加塚
 蒲田政由 72歳 松波
 宮下アキ 83歳 武連

寄付御礼

宮下宗岳さん(宇出津) 10万円
 上野孝守さん(松波) 10万円
 石橋敏郎さん(松波) 10万円
 小林利男さん(白丸) 10万円
 長坂 博さん(武連) 10万円
 神田英之さん(宇出津) 10万円
 木下翔太さん(笹川) 10万円
 西尾政博さん(内漕長尾) 10万円
 橋唄う会 6万374円
 (株)サンユーワークス(珠洲市) 4万4460円
 以上、能登町社会福祉協議会へ
 宮崎行伸さん(藤波) 10万円
 公立宇出津総合病院へ
 平野 勉さん(東京都) 文具一式
 能登町(小・中学校)へ

●人口・世帯数 平成23年11月1日現在(前月比)

人口(人)	20,586	- 44
男	9,685	- 16
女	10,901	- 28
世帯数(戸)	8,019	- 4
外国人登録者(人)	202	
男	145	
女	57	

ふるさと納税寄附者
 平野 勉さん(東京都)
 丹保勝利さん(金沢市)
 遠藤芳子さん(山梨県)
 山瀬昌紀さん(金沢市)

編集後記

画家の岡本太郎氏は、東京国立博物館に展示されていた縄文土器を見て「芸術は爆発だ」と叫んだという。見れば見るほど分からなくなる不思議な縄文の文様。縄文人は何を思い、感じながら真脇の地で暮らしていたのだろう。復元された環状木柱列の真真中で空を見上げてその答えは見つからない。ただ、同じ場所に真脇縄文人が立っていたことは紛れもない事実だ。能登町が全国に誇る真脇遺跡。その価値をもう一度見つめ直すことで、新しい「縄文の風」が吹かせよう。

有料広告

カゼの予防にこの1本!
 今年の冬はこれで乗り切ろう!!

いざというときのこの一本
源液ドリンク

くすりの中谷 宇出津新町ポスト前 Tel 62-0057

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

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 石川県認可 石川県民共済生活協同組合
 ☎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/>

弁護士が解決します お気軽にお電話ください

借金・離婚・相続・交通事故 など
 相談予約 TEL: 0768-23-1545
 一般相談 30分 5,250円 借金の相談、法テラス利用の相談は 無料 です。(平日9:30～17:00) ※夜間・早朝・休日の相談は、お問い合わせください。

輪島ひまわり基金法律事務所
 金沢弁護士会所属 弁護士 杉森芳博
 輪島市河井町15部1番地 NTT輪島ビル1階