

# UCHINADA

2019  
No.678

7



## 主な内容

- 第43回内灘町民夏まつり…………… 2～3
- 第25回参議院議員通常選挙…………… 4
- 防災情報の伝え方が変わります…………… 10

## 今月の表紙：消防署見学

内灘町の安全を守る消防本部に、この日はかわいい来訪者が。消防署見学に訪れた保育所の子どもたちです。消防車のホースを構えたり、救急車に乗せてもらったりする子どもたちの目はとてもキラキラ。見守る職員たちも自然と笑顔になっていました。ここから未来の消防士が誕生するかもしれませんね。(写真：総務課 長田 英樹)



# 7月28日(日) 第43回内灘町民夏まつり

会場 蓮湖渚公園  
時間 午後3時30分〜

タイムテーブル

●午後3時30分〜

アトラクション

●午後5時〜

はまなす歌謡祭

※荒天の場合は内灘町

総合体育館にて

●午後7時〜

おどりの夕べ

●午後8時〜

花火の祭典

※開始時間については  
多少前後する場合がございます。

今年もやります！

北海道 羽幌町&猿払村 特産品 試食・販売



羽幌町・めん羊肉



猿払村・ホタテ

ぜひ北海道の美味を味わってください!!



# はまなす歌謡祭出演者



みほ  
**MIHO** (相川 美保)

地元内灘町出身で西田佐知子の名曲「香林坊ブルース」のカバーをリリース。2000年のデビュー以来、地元出身歌手として愛されている。



いのうえ  
**井上 あずみ**

金沢市出身。スタジオジブリ・宮崎駿監督作品「天空の城ラピュタ」「となりのトトロ」の主題歌などを数多く歌い、老若男女問わず幅広い世代に支持を受けている。



おおい すすむ    しまの たかこ  
**大井 進 & 島野 孝子**

大井進  
内灘町出身、在住で「第2回石川歌謡グランプリ大会」でグランプリを受賞。  
島野孝子  
MRO「乙田修三の勝ち抜き歌謡道場」で10週勝ち抜きチャンピオンとなる。二人は、大井進歌謡教室の師弟関係にあり、平成29年に「金沢ええところ」でCDデビュー。



ちず  
**千寿**

地元内灘町出身。シンガーソングライターとしてピアノの弾き語りで、石川県を中心に県外・海外などでも精力的な活動を展開している。



すぎもと かずや  
**杉本 和也**

かほく市出身。「サザンクロス～星の十字架～」[「しょっぱい夜は」]で2009年にデビュー。コンサートやディナーショーなど精力的に活動を続け、甘いマスクと美声で、会場を魅了。



## ■ご来場の際のお願い

車でご来場の方は、内灘町役場及び金沢医科大学病院駐車場の一部を臨時駐車場として開放していますので、ご利用ください。(会場駐車場は、許可証をお持ちの関係者以外駐車できません。)

臨時駐車場からは会場行きのシャトルバスが運行しております。また、会場付近や臨時駐車場は大変込み合いますので、徒歩や公共交通機関でのご来場にご協力をお願いします。

投票で かならず届く 君の声

# 第25回 参議院議員通常選挙

投票日 7月21日(日) 午前7時～午後8時

問い合わせ先

内灘町選挙管理委員会

☎286-6720

## ■投票日当日に内灘町で投票できる方

### 年齢要件

平成13年7月22日以前に生まれた方

### 住所要件

●平成31年4月3日以前に内灘町に転入届出をし、引き続き3か月間住所を有する方

●内灘町の選挙人名簿に登録されている人で平成31年3月21日以降に転出された方(ただし、他市町村に4月3日まで転入届出をされた方は新住所地で投票。)

## ■不在者投票について

投票日に都合が悪く、内灘町の投票所で投票することができない方は、一定の条件を満たす場合、不在者投票をすることができます。

①滞在地における不在者投票

②郵便等による不在者投票

③指定病院等における不在者投票

不在者投票を行う場合、①②については町選挙管理委員会、③は施設(管理者)へお問い合わせください。

## ■投票方法について

投票は、選挙区選挙と比例代表選挙の2種類があります。投票用紙には、それぞれ次のとおり記載してください。

### 選挙区

候補者の個人名

### 比例代表

候補者の個人名または政党等の名称

## ～ 投票日当日の投票所 ～

住所地によって投票所が異なりますので、郵送した投票所入場券(はがき)をご確認いただくか、町選挙管理委員会へお尋ねください。

今回の選挙では**第10投票区(宮坂、白帆台)**の投票所が**白帆台公民館**に変更されています。ご注意ください。

投票区	対象地区	投票所
第1投票区	向栗崎、旭ヶ丘	向栗崎公民館
第2投票区	アカシア、向陽台	内灘町働く女性の家
第3投票区	緑台	内灘町南部地域防災センター
第4投票区	千鳥台	千鳥台公民館
第5投票区	鶴ヶ丘1～3丁目	鶴ヶ丘東公民館
第6投票区	鶴ヶ丘4丁目	鶴ヶ丘西公民館
第7投票区	鶴ヶ丘5丁目、大根布と	鶴ヶ丘北公民館
第8投票区	大根布1～9丁目	内灘町地域防災センター
第9投票区	大清水、大学、ハマナス	ハマナス公民館
第10投票区	宮坂、白帆台	白帆台公民館
第11投票区	西荒屋、室、湖西	西荒屋公民館

## ■期日前投票をご利用ください

投票日に投票へ行けない方は、期日前投票制度をご利用ください。

### 期間

7月5日(金)～7月20日(土)

### 時間

午前8時30分～午後8時

### 場所

内灘町役場1階会議室

**7月20日(土) 午前10時～午後8時、ほのぼの湯 1階 展示スペースにも期日前投票所を開設します!**

お立ち寄りの際に、ぜひご利用ください。





# 石川県後期高齢者医療

## 広域連合からのお知らせ

### 【後期高齢者医療被保険者証】

#### 保険証 表面

後期高齢者医療被保険者証	有効期限	令和 2年 7月 31日
	交付年月日	令和 元年 8月 1日
被保険者番号	0 1 2 3 4 5 6 7	
住所	金沢市幸町12番1号	
氏名	広域 太郎	
生年月日	昭和 5年 11月 1日	性別 男
資格取得年月日	平成 20年 4月 1日	
発効期日	平成 20年 4月 1日	
一部負担率	X割	
保険者番号	3 9 1 7 2 0 1 0	
保険者名	石川県後期高齢者医療広域連合	

#### 保険証 裏面

注意事項	保険医療機関等において診療を受けようとするときには、必ずこの証をその窓口で渡してください。
	特別の事情がないのに保険料を滞納した場合、被保険者証を返還していたことがあります。
※	以下の欄に記入することにより、臓器提供に関する意思表示をすることができます。記入する場合は、1から3までのいずれかの番号を○で囲んでください。
1.	私は、脳死後及び心臓が停止した死後のいずれでも、移植の為に臓器を提供します。
2.	私は、心臓が停止した死後に限り、移植の為に臓器を提供します。
3.	私は、臓器を提供しません。 (1又は2を選んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください。) 【心臓・肺・肝臓・腎臓・膵臓・小腸・眼球】 特記欄:
署名年月日:	年 月 日
本人署名(自筆):	家族署名(自筆):

### ■新しい保険証の送付について

令和元年度の新しい保険証は、これまでの緑色から、**オレンジ色**に変わります。新しい保険証を7月中旬に簡易書留郵便でお送りしますので、8月以降に病院等を受診する際は、オレンジ色の保険証を提示してください。

●使用できるのは**令和元年8月1日**からです。

●現在お持ちの保険証は、7月31日で期限切れとなります。8月1日以降は使用できませんので、裁断するなご自身で廃棄してください。

医療機関での一部負担金の割合(1割または3割)は、前年中の所得をもとに決定されます。

※有効期限内であっても、世帯構成の変更や所得更正等により自己負担割合等に変更があった場合は、新しい保険証が交付されます。それまでお持ちの保険証は、役場1階保険年金課へ速やかに返還してください。

※新しい保険証の裏面に「臓器提供に関する意思表示欄」が設けられています。その欄に貼るための目隠しシールについては、保険年金課でお渡ししておりますので、ご希望の方はお問い合わせください。

### ■保険料額決定通知書等の送付について

保険料は、前年中の所得をもとに決定し、7月中旬に、今年度の保険料額決定通知書等をお送りします。

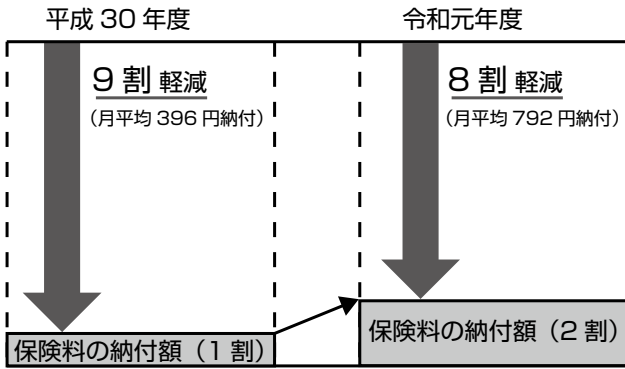
### これまで、均等割9割軽減の方へ

所得の低い高齢者に対する軽減特例の見直しに伴い、今まで9割軽減となっていた方は、今年度より8割軽減に変わります。

詳細は保険証に同封のリーフレットをご覧ください。石川県後期高齢者医療広域連合へお問い合わせください。

### これまで均等割9割軽減の方へ

(例) 年金収入 80万円以下の方



### ■限度額適用・標準負担額減額認定書の申請について

世帯全員が住民税非課税の場合は、病院等を受診する際の自己負担限度額や食事代などが軽減されます。

該当する方は、保険年金課へ申請をしてください。

### ■限度額適用認定書の申請について

現役並み所得の方は、課税所得の金額にかかわらず、適用区分がⅢとなつてしまいます。課税所得が690万円未満の方(Ⅰに該当する方は、保険年金課へ申請してください。詳細は保険証に同封のパンフレットをご覧ください。

#### 申請に必要な物

- 後期高齢者被保険者証
- 印鑑

※なお、現在「限度額適用・標準負担額減額認定証」や「限度額適用認定証」をお持ちで、8月以降も認定要件に当てはまる方には、保険証と一緒に新たな認定証をお送りしますので、再度の申請は必要ありません。

#### 制度に関する問い合わせ先

石川県後期高齢者医療広域連合

☎ 223・0140

申請に関する問い合わせ先

保険年金課

☎ 286・6702



# 介護保険料のお知らせ

## 今年度の介護保険料

段階区分	対象者	保険料率	保険料	
			月額	年額(※)
第1段階	◆生活保護の方 ◆世帯全員が町民税非課税の老齢福祉年金受給者 ◆世帯全員が町民税非課税かつ本人の年金収入等が80万円以下の方	基準額×0.375	2,175円	26,100円
第2段階	世帯全員が町民税非課税かつ本人の年金収入等が80万円超120万円以下の方	基準額×0.625	3,625円	43,500円
第3段階	世帯全員が町民税非課税かつ本人の年金収入等が120万円超の方	基準額×0.725	4,205円	50,460円
第4段階	本人が町民税非課税(世帯に課税者がいる)かつ本人の年金収入等が80万円以下の方	基準額×0.90	5,220円	62,640円
第5段階	本人が町民税非課税(世帯に課税者がいる)かつ本人の年金収入等が80万円超の方	<b>基準額</b>	<b>5,800円</b>	<b>69,600円</b>
第6段階	本人が町民税課税かつ合計所得金額が120万円未満の方	基準額×1.20	6,960円	83,520円
第7段階	本人が町民税課税かつ合計所得金額が120万円以上160万円未満の方	基準額×1.30	7,540円	90,480円
第8段階	本人が町民税課税かつ合計所得金額が160万円以上190万円未満の方	基準額×1.40	8,120円	97,440円
第9段階	本人が町民税課税かつ合計所得金額が190万円以上290万円未満の方	基準額×1.50	8,700円	104,400円
第10段階	本人が町民税課税かつ合計所得金額が290万円以上400万円未満の方	基準額×1.70	9,860円	118,320円
第11段階	本人が町民税課税かつ合計所得金額が400万円以上500万円未満の方	基準額×1.80	10,440円	125,280円
第12段階	本人が町民税課税かつ合計所得金額が500万円以上の方	基準額×1.90	11,020円	132,240円

※年度途中で資格取得(65歳到達)及び転入された方等は、月割りとなります。

介護保険料は、基準額をもとに、所得に応じて段階的に決められています。(上の表を「参照ください」)

皆様の今年度の介護保険料につきましては、本人および世帯の課税状況等に基づき決定し、7月中旬に納入通知書等を郵送いたしますので、納付にご理解とご協力をお願いします。

また、消費税引き上げに伴い、第1～3段階の保険料が軽減されています。

### ■納め方

保険料の納め方には、年金からの天引き(特別徴収)と、口座振替または納付書による納付(普通徴収)があります。

### ■特別徴収

年金受給額が年額18万円(月額1万5千円)以上の方は、2か月ごとに支払われる年金から原則2か月分の保険料が天引きされます。(4・6・8・10・12月の年6回)  
※老齢福祉年金、寡婦年金等については、年金からの天引き対象となりません。

### ■普通徴収

年金受給額が年額18万円(月額1万5千円)未満の方は、納期ごとに口座振替、または納付書により内灘町指定の金融機関に納めていただくこととなります。(年5回)

### 普通徴収の納期限

- 第1期 令和元年7月31日(水)
- 第2期 令和元年9月30日(月)
- 第3期 令和元年12月2日(月)
- 第4期 令和2年1月31日(金)
- 第5期 令和2年3月31日(火)

### 介護保険負担限度額認定証の申請について

次の対象者の方が介護保険施設(介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院)や短期入所を利用した際の食費、部屋代が軽減されます。該当する方には、申請に基づき、「認定証」を交付しております。

### 対象者

世帯全員(世帯を別にする配偶者含む)が市町村民税非課税であって、預貯金等の金額が単身で1,000万円、夫婦で2,000万円以下の方

※負担段階の判定には非課税年金収入(遺族年金と障害年金)も含まれます。

※預貯金等については、預貯金通帳の写し等の資料が確認できる書類の添付が必要です。

※原則、負担軽減の適用開始日は申請日の属する月の初日となります。

### 問い合わせ先

福祉課 ☎286・6703



# 国民健康保険に関するお知らせ

## ■国民健康保険税が

### 決定しました(本算定)

第1期～3期の保険税は、前年度の保険税を基礎に賦課していましたが、今年度の課税所得が確定したため、保険税の年税額を本算定します。

第4期以降は、年税額から暫定(仮徴収)分で納めた額を差し引いた残りの額を調整し納めていただきます。ご理解とご協力をお願いします。

## ■本算定の納付書は7月中旬に送付

納税通知書は、世帯主宛に送付します。世帯主が国保加入者でない場合でも納税義務者は世帯主になります。納税通知書内の納付方法を必ずご確認ください。

## ■8月1日から国民健康保険の

### 保険証が新しくなります

現在ご使用の保険証は7月31日で有効期限が切れます。新しい保険証は、7

月下旬に世帯主宛に簡易書留郵便で送付します。保険証が届きましたら、記載内容に誤りがないか、人数分あるかご確認のうえ、8月1日からご使用ください。なお、期限が切れた保険証は、役場に返却いただくか、裁断するなどご自身で破棄してください。

また、記載内容に誤りや変更等がある場合や、8月になっても新しい保険証が届かない場合は、保険年金課までお問い合わせください。

## ■健康保険に二重に

### 加入していませんか？

職場等の健康保険に加入しているのに、国保の保険証が送付された方は、「国保を脱退する手続き」が必要です。手続きをしないと健康保険に二重加入となり、保険税も課税されます。申請に必要な物

- 職場等の健康保険証
- 国民健康保険被保険者証
- 印鑑

## ■「限度額適用認定証」

### 「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請について

医療費の自己負担が高額になり限度額を超えたときは国保の窓口への申請により、後から高額療養費として支給されます。ただし、あらかじめ標記「認定証」を提示した場合は、医療機関の窓口での支払いが限度額までとなります。

入院・通院等で自己負担額が高額になることが見込まれる方には「認定証」を交付しますので、申請してください。

※すでに交付を受けている「認定証」は、7月31日までしか使用できません。引き続き適用を受けたい場合は、8月以降に再度申請してください。

※70歳以上75歳未満の方は所得区分により交付できない場合があります。

## 申請に必要な物

- 国民健康保険被保険者証
- 現在お持ちの「認定証」(所持している方)
- 印鑑

## 問い合わせ先

保険年金課 ☎286・6702

## 広告



**長寿のかがやき、  
全効サポート。**

**高齢者向け賃貸住宅**

**コミュニティーハウス**

**通所介護**

**デイサービスセンター**

**訪問介護/ケアマネ**

**ホームヘルプセンター**

☎286-8893  
内灘町大根布1丁目31-8

認知症対応型共同生活介護事業所

**グループホーム  
あかり**

ぬくもりがあり  
心のふれあいを大切にする  
その人らしい生活の提供



石川県河北郡内灘町千鳥台2丁目190  
有限会社 キコウベネッセし  
TEL 076-238-1152  
ホームページ：グループホームあかり



## 「内灘町プレミアム付商品券」を 発行・販売します！

内灘町では、本年10月1日に予定されている消費税の税率改正に伴う低所得者及び子育て世帯の消費に与える影響を緩和するとともに、地域における消費の喚起や活性化を図ることを目的として、プレミアム付商品券を発行・販売します。

### 購入対象者

- 平成31年度住民税非課税者(住民税課税者と生計同一の配偶者・扶養親族・生活保護受給者等を除く)
- 平成28年4月2日から令和元年9月30日までの間に生まれた子が属する世帯の世帯主

### 商品券概要

1枚の額面千円の商品券を5枚セット(5千円分)とし、4千円で販売します。  
1冊11,000円券×5枚綴り(販売額4千円)

### 購入限度額

- ①の該当者 一人5冊まで(2万5千円分)
- ②の該当者 該当する子の数×5冊まで

(該当する子の数×2万5千円分)

**販売期間** 10月1日～令和2年1月31日  
**使用可能期間** 10月1日～令和2年2月29日



商品券を購入できる場所や、商品券が使えるお店等の詳細については決定次第お知らせします。

## 「内灘町プレミアム付商品券」の 取扱店を募集します！

### 参加資格

内灘町内で営業している店舗・事業所

※一部の事業所を除く

詳細については、内灘町ホームページで確認ください。

### 申込方法

登録申込書を記入のうえ、地域振興課まで郵送または提出してください。

なお、内灘町商工会の会員は商工会でも申込を受付できます。

**申込期限** 7月31日(水)

※期限後も随時申込できますが、後日配布予定のチラシに店舗名が記載されない場合があります。

### 問い合わせ先

地域振興課 ☎286・6708

## 内灘海水浴場海開き

今年も町営の海水浴場を開設します。場内には、無料でご利用いただける駐車場や更衣室兼シャワー室に加え、今年には休憩所を設営します。

また、移動販売車による飲食物の販売も予定しています。(不定休)

今年の夏は、ぜひ、ご家族で内灘海水浴場に遊びに来てください。

**海開き** 7月13日(土)

### 開設期間・時間

7月13日(土)～8月18日(日)  
午前9時～午後5時

※開設時間中は監視員常駐

### 問い合わせ先

地域振興課 ☎286・6708



## 石川県立金沢産業技術専門学校 オープンキャンパス

訓練内容の案内や施設見学、製作体験(無料)などを行います。

**日時** 7月28日(日)午前10時～午後3時

**場所** 石川県立金沢産業技術専門学校

(金沢市観音堂町9)

**対象** 高校卒業・卒業見込みの方

### 製作体験(無料)

- 総合建築科 木製いす
- メカトロニクス科 ネームタグ
- 電気工学科 テーブルタップ

### 体験時間

- ①午前10時30分～
- ②午後1時30分～

※各科各回先着10名

### 申込・問い合わせ先

☎267・2221

## 石川県立九谷焼技術研修所

### オープンキャンパス

個別進学相談や、ロクロ、上絵付の体験などを実施。ものづくりの楽しさを体験しましょう。

**日時** 8月25日(日)午前10時～午後4時

**場所** 石川県立九谷焼技術研修所

(能美市泉台町南2 九谷陶芸村内)

※無料送迎バス有り(要予約)

### 予約・問い合わせ先

☎0761・57・3340





# 防災情報の伝え方が変わります

昨年の西日本豪雨等の被害を踏まえ、国は「避難勧告に関するガイドライン」を改訂し、気象庁や町が伝達する防災情報を5段階の「警戒レベル」により提供することになりました。特に警戒レベル4に避難勧告、避難指示(緊急)

を、警戒レベル5に災害発生情報を位置付け、住民のみなさんがとるべき避難行動を明確にしました。今後、町が避難情報を発令する際は、警戒レベルの数字を合わせて伝達することになります。

警戒レベル	避難行動等	避難情報等
警戒レベル5	既に災害が発生している状況です。 命を守るための最善の行動をとりましょう。	<b>災害発生情報</b> 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令(市町村が発令)
警戒レベル4 全員退避	速やかに避難先へ避難しましょう。 公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	<b>避難勧告 避難指示(緊急)</b> 地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促す場合に発令(市町村が発令)
警戒レベル3 高齢者等は避難	避難に時間を要する人(ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等)とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	<b>避難準備・ 高齢者等避難開始</b> (市町村が発令)
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。	<b>洪水注意報 大雨注意報等</b> (気象庁が発表)
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。	<b>早期注意情報等</b> (気象庁が発表)

## 令和元年度 自衛官募集案内

募集種目	年齢資格 (令和元年6月1日現在)	受付期間	試験期日
航空学生 (パイロット)	海上	7月1日(月)~9月6日(金) (締切日必着)	【1次】9月16日(月・祝)
	航空		【1次】9月中旬
一般曹候補生	18歳以上23歳未満の男女		
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の男女	下記の連絡先までお問い合わせ下さい	

詳細は自衛隊石川地方協力本部へ  
お問い合わせ下さい。

問い合わせ先 自衛隊石川地方協力本部 ☎291-6214  
金沢市新神田4-3-10 新神田合同庁舎3階

## 令和元年度 警察官B採用候補者試験

区分	受験資格	試験公告日	受付期間	試験期日
警察官B	大学卒業または卒業見込みの方以外の方で、昭和63年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方	7月9日(火)	8月5日(月) ~ 9月3日(火)	【1次】筆記試験 9月22日(日) 体力試験 9月28日(土)
警察官B (武道指導)				【2次】10月下旬
女性警察官B				

問い合わせ先 津幡警察署 ☎・FAX 289-0110



# 「みんなが元気！健康いきいきプロジェクト」

## ポイントをためて健康と商品をゲット！！ うちなだ健康ポイント実施中

「はかる」からはじめる健康づくり「うちなだタニタ健康いきいきクラブ」会員対象の健康ポイント制度です。「はかる」や「歩く」でポイントがたまり様々な商品と交換できます！



**【対象期間】 令和元年 5月1日（水）～ 11月15日（金）**

項目	たまるポイント
◆歩数	1日6,000歩以上で「10ポイント」 8,000歩以上でプラス「20ポイント」 1日最大「30ポイント」 ※活動量計に30日分の歩数が記録されます。
◆体組成計測定	1ヶ月に1回、体組成計測定につき、「40ポイント」 ※測定スポット：総合体育館、屋内温水プール、保健センター
◆健康診査受診	年に1回、健康診査を受診すると「300ポイント」 ※受診場所にデータ送信スポットがない場合は受診結果をプラッツ窓口にお持ち下さい。
◆イベント参加	「健康フェア」や「健康コンシェルジュ料理教室」などイベント参加で 「30～100ポイント」

### ポイント交換商品の一例

内灘町商工会共通商品券 1,000円分	1,000P	内灘町コミュニティバス回数券	1,000P
展望温泉ほのぼの湯町民 300円券回数券	3,000P	うちなだピーナツとぼ餅 (5枚入り)	600P

町内飲食店のみなさんへ

タニタ監修

## うちなだ健康メニューの提供店舗を募集

あなたのお店においしくヘルシーなオリジナルメニューを加えてみませんか？  
応募を希望される店舗の方は、ぜひ説明会にご参加下さい。

### ●説明会

【日時】 7月23日（火）午後3時～4時30分

【場所】 内灘町役場 4階会議室

【内容】 タニタ監修メニューの概要、条件などタニタ管理栄養士による説明等

【説明会申込締切】 7月19日（金）

### ●募集の詳細

【募集店舗数】 町内の飲食店3店舗

※応募多数の場合は書類選考で決定します。

【募集締切】 8月9日（金）午後5時までに必着

【応募方法】 申込書に必要事項を記入の上必要書類を添え、スポーツクラブプラッツうちなだに提出してください。  
(申込書はスポーツクラブプラッツうちなだで配布)

【監修費】 無料 ※完成（試食含む）までの原材料費は店舗負担



お問い合わせ：スポーツクラブ プラッツうちなだ TEL 076-286-1231



お問い合わせ  
 役場代表 **TEL 286-1111**  
**FAX 286-0617**

- 総務部**  
 総務課(危機管理室) ☎ 286-6720  
 財政課 ☎ 286-6723  
 税務課(総合収納室) ☎ 286-6706
- 町民福祉部**  
 住民課(環境管理室) ☎ 286-6701  
 子育て支援課 ☎ 286-6726  
 保険年金課 ☎ 286-6702  
 福祉課 ☎ 286-6703
- 都市整備部**  
 企画課 ☎ 286-6727  
 地域振興課(観光振興室) ☎ 286-6708  
 都市建設課(北部開発推進室) ☎ 286-6710  
 上下水道課 上水 ☎ 286-1115  
 下水 ☎ 286-6718
- 教育部**  
 学校教育課 ☎ 286-6717  
 教育センター ☎ 286-5481  
 生涯学習課(男女共同参画室) ☎ 286-6716
- 会計課 ☎ 286-6707  
 監査委員事務局 ☎ 286-6730  
 選挙管理委員会 ☎ 286-6720  
 議会事務局 ☎ 286-6715

- 保健センター ☎ 286-6101  
 地域包括支援センター ☎ 286-6750  
 消防本部 ☎ 286-0119  
 図書館 ☎ 286-1930  
 文化会館 ☎ 286-1123  
 子育て支援センター ☎ 238-3233  
 働く女性の家 ☎ 237-6440  
 シルバー人材センター ☎ 286-2992  
 学校給食共同調理場 ☎ 286-0212  
 屋内温水プール ☎ 286-1800  
 (一財)内灘町公共施設管理公社 ☎ 286-3766  
 社会福祉協議会 ☎ 286-6953  
 夕陽ヶ丘苑 ☎ 286-9911  
 展望温泉ほのぼの湯 ☎ 286-3100

## 募集 内灘町新規採用職員



君の情熱が  
 うちなだの  
 未来をつくる

**応募期限** 7月31日(水)

**試験期日及び方法**  
 1次試験(一般教養、作文) 9月22日(日)  
 2次試験(面接) 10月下旬予定  
 ※1次試験合格者に対して実施

**採用予定日** 令和2年4月1日(水)

**提出書類**  
 左記の書類を応募期限までに提出してください。(郵送不可・代理可)

- 町指定の試験申込書等、受験票(総務課で交付、または町ホームページからモダウダウンロードできます)
- 卒業(見込)証明書

※試験区分AとBの併願はできません。  
 ※その他、詳しい受験資格等は、町ホームページの試験要項でご確認ください。

**申込書等提出・問い合わせ先**  
 総務課 ☎ 2866・6720

試験区分	採用予定人数	受験資格
A 一般行政事務	若干名	<ul style="list-style-type: none"> <li>●平成2年4月2日以降に生まれた方</li> <li>●大学同等以上の学校を卒業または令和2年3月31日までに卒業見込みの方</li> </ul>
B 一般行政事務(職務経験者)	若干名	<ul style="list-style-type: none"> <li>●昭和49年4月2日以降に生まれた方</li> <li>●職務経験が5年以上ある方</li> <li>●高等学校同等以上の学校を卒業した方</li> </ul>

### 募集 内灘町嘱託員

#### 職種及び採用人員

- ① 看護師(保育所勤務) 1名
- ② 図書館司書 1名

#### 応募資格

● 満年齢67歳(平成31年3月31日現在)までの健康な方で、普通自動車運転免許を保有している方

① 看護師資格保有者(准看護師も可)

② 図書館司書資格保有者

#### 勤務条件

- 1 賃金 ①月額184,000円(准看護師) 月額204,000円(正看護師)
- ②月額174,600円

#### 勤務日及び時間

- ① 月～土曜日(日曜を含めて週休2日) 午前7時～午後7時のうち7時間
- ② 火～日曜日(月曜を含めて週休2日) 午前10時～午後6時のうち7時間

#### 3 その他



● 年次休暇あり  
 ● 通勤手当相当分支給制度あり  
 ● 賞与・諸手当・退職手当なし  
 ● 健康保険、厚生年金保険、雇用保険あり、その他町規定による

**採用予定日** 8月1日(木)  
**任用期間**  
 採用日から令和2年3月31日(火)  
 ※再度の任用の可能性あり

**応募期限** 7月19日(金)  
**応募要領**  
 総務課で交付する願書、履歴書等(ホームページからもダウンロード可)を期限までに提出してください。※郵送不可

**選考方法** ①面接試験  
 ②面接・パソコン試験

**試験日** ①7月25日(木)予定  
 ②7月23日(火)予定

**願書提出・問い合わせ先**  
 総務課 ☎286・6720

**募集 内灘町パート職員**

**職種及び採用人員**  
 看護師(保育所勤務) 1名程度

**応募資格**  
 満年齢69歳平成31年3月31日現在までの健康な方で、看護師免許及び普通自動車運転免許を保有する方

**勤務条件**

**1賃金** 時給 1,050円  
**2勤務日・勤務時間**  
 原則、1日4時間、月～土曜日のうち週4日勤務  
**3その他** 賞与・諸手当・退職手当なし  
**採用予定日** 8月1日(木)  
**応募期限** 7月19日(金)  
**応募要領**  
 子育て支援課で交付する願書、履歴書を期限までに提出してください。※郵送不可

**面接試験** 後日連絡します。  
**願書提出・問い合わせ先**  
 子育て支援課 ☎286・6726

**募集 夕陽ヶ丘苑職員**

**職種及び採用人員**  
 ①介護職員(随時採用) 2名  
 ②看護職員 1名  
 ③機能訓練指導員 1名  
 ④パート介護職員 若干名  
 ⑤用務員(洗濯・施設内清掃業務) 1名  
 ⑥障害をお持ちの方 1名  
 ⑦一般の方 1名  
 ⑧用務員(浴場清掃等) 2名

**応募資格**  
 ①介護職員初任者研修修了(ホームヘルパー2級相当以上の資格を有する方(取得見込可)、無資格者は応相談)  
 ②看護師又は准看護師資格を有する方

③看護師、准看護師、柔道整復師、理学療法士又は作業療法士資格を有する方  
 ④③ 満年齢64歳まで⑤⑥年齢不問

**勤務条件**  
**1賃金**  
 ①178,500円～250,300円  
 (夜勤手当等含む、年齢、経験等勘案)  
 賞与年2回 4.5か月  
 ②③当法人規程による(年齢、経験等勘案)  
 賞与年2回 4.5か月  
 ④時給 950円 早遅 1,050円  
 日祝 1,000円

**2勤務日・勤務時間**

①交代制(日勤早出・遅出夜勤週40時間)  
 ②3交替制(夜間拘束有)  
 (日勤早出・遅出週40時間勤務)  
 ③週5日勤務(午前8時30分～午後5時30分)  
 ④週2日以上勤務(午前7時～午後8時までの間で3時間以上勤務、時間応相談)  
 ⑤①週5日勤務(午前8時30分～午後5時30分)  
 ②月～金曜日(午前9時～午後1時と午後1時～午後5時の各4時間、交替勤務)  
 土曜日(午前9時～午後1時、隔週交替勤務)  
 ⑥週4日(月、火、木、金)  
 (午後4時30分～6時30分)

**応募・問い合わせ先**  
 夕陽ヶ丘苑 ☎286・9911

**催し 親子収穫体験ツアー in 河北潟**

河北潟の農産物や地域の魅力を再発見してもらうため、親子による収穫体験ツアーを開催します。(参加費無料)

**日時** 8月4日(日)午前9時30分～正午  
**場所** 河北潟干拓地内農園  
**集合場所** 石川県農林総合研究センター農業試験場内ふれあいのいえ金沢市才田町戊295・1

**対象** 親子(小学生とその保護者) 18組36名程度

**内容** スイカ、ぶどうの収穫体験

**申込方法**  
 往復はがきに①住所②参加者氏名③お子様の学年④電話番号を明記し、内灘町地域振興課(〒920・0292内灘町字大学1丁目2番地1)宛て郵送  
 ※7月12日(金)消印有効、応募者多数時は抽選  
 ※荒天の際は、中止する場合があります。

●参加者には、アンケートの回答にご協力いただきます。  
 ●ツアー時に撮影する写真は、「河北潟カタダカラ」のホームページ等に掲載させていただきます。

**主催** 河北潟農産物ブランド化推進連絡会  
**申込・問い合わせ先**  
 地域振興課 ☎286・6708

# 各種無料相談(秘密厳守)のご案内

ひとりで悩んでいませんか？

## 無料法律相談(秘密厳守)

相続、不動産関係、親族関係、損害賠償、DV等に関すること  
相談時間は30分間となります。

※完全予約制

**日時** 7月25日(木)  
13:30~16:00

**場所** 内灘町役場 第3相談室  
(内灘町字大学1-2-1)

**申込・問い合わせ先**  
内灘町社会福祉協議会  
☎286-6953

## 人権・行政・消費生活相談(秘密厳守)

相隣関係、相続、行政に対する苦情、架空請求、契約トラブルに関する相談など  
※事前予約不要

**日時** 7月19日(金) 13:00~16:00  
**場所** 内灘町役場3階 301会議室  
(内灘町字大学1-2-1)

**問い合わせ先**  
申し込み不要。直接、内灘町役場までお越しください。  
住民課 ☎286-6701

## 行政書士無料相談(秘密厳守)

相続、遺言、成年後見、離婚、契約、贈与に関する事など  
相談時間は30分間となります。  
※完全予約制ですので前日の正午までにご予約ください。

**日時** 7月16日(火)  
13:00~16:00  
**場所** 内灘町役場1階 第1相談室  
(内灘町字大学1-2-1)

**申込・問い合わせ先**  
住民課 ☎286-6701

## 手話サロン

手話で相談・生活支援を行っています。  
※事前予約不要

**日時** 7月10日(水)、7月24日(水)  
8月14日(水)、8月28日(水)  
10:00~12:00

**場所** 内灘町役場1階 第1相談室  
**問い合わせ先**  
福祉課 ☎286-6703  
FAX286-6704

**手話通訳者の配置**  
毎週金曜日(9:30~12:30)福祉課に手話通訳者を配置いたします。

## 消費生活相談窓口から

### 子どもの消費者トラブル！

もうすぐ夏休みが始まりますが、子どもが契約の当事者となるトラブルの相談が寄せられることがあります

### 事例

◆クレジット会社からの連絡で、小学生の息子がオンラインゲームで約50万円の課金をしていることを知った。どうしたらよいか。

◆高校生の娘がメッセージアプリで知り合った個人から、コンサートチケットを買い代金を振り込んだが、詐欺らしい。

◆高校生の娘がスマートフォンでスムーズに注文し商品が届いたが、後から定期購入コースと分かった。解約させたい。

子どもにもインターネットの利用が広がっており、スマートフォン等でさまざまなサイトにアクセスする機会が増えています。大人は、子どもが利用するオンラインゲームの仕組みや通信販売の利用実態を把握し、クレジットカードの管理にも責任を持ちましょう。

**問い合わせ先** 住民課消費生活相談窓口  
☎286・6701

相談は☎1888(イヤヤ)でもつながります

6月号で「こころの健康相談」とひきこもり家族交流会の内容に誤りがありました。お詫びし訂正いたします。

### 催し 専門医師による『こころの健康相談』

精神科医師が相談にのります。一人で悩まないで相談してみませんか。きっと心が軽くなるはずです。

**場所・日時**※①②どちらも要予約

①河北地域センター(津幡町字中橋口1-1) 午後2時~4時

実施日
7月25日(木)
8月27日(火)
9月26日(木)
12月24日(火)
1月23日(木)
2月25日(火)
3月26日(木)

②石川中央保健福祉センター(白山市馬場2丁目7番地)

毎月第1~4水曜日、午後2時~4時  
**申込・問い合わせ先**

石川中央保健福祉センター健康推進課  
☎275・2250

### 催し ひきこもり家族交流会

『ひきこもり』とは社会的参加を回避し、原則6か月以上概ね家庭内にとどまり続けている状態を指します。

### 日時・場所

●石川中央保健福祉センター(白山市馬場2丁目7番地)

毎月第2金曜日、午後2時~3時30分

※10月は第3日曜、11月は第2日曜に実施

●河北地域センター(津幡町字中橋口1-1)  
奇数月第3金曜日、午後2時~3時30分

※3月は第3木曜日に実施

**内容** 座談会・学習会・個別相談・講演会  
研修会など

研究会など

**申込・問い合わせ先**

石川中央保健福祉センター健康推進課  
☎275・2250

### 催し 目が見えない方、見えにくい方のための福祉相談会

日常生活において、目のことで悩んだり困ったりしていませんか？そんな方を対象に福祉相談会を開催します。視覚障がいの方のための福祉用具を手にとって体験することもできます。この機会にお気軽にご参加ください。

**日時** 8月1日(木)午後2時~4時

**場所** 内灘町役場町民ホール

**申込・問い合わせ先**

(社福)石川県視覚障害者協会  
☎222・8781

福祉課 ☎286・6703



催し 福祉の広場

◆内灘町の会(難聴者の集い)

最近、聴こえにくさで困っている、または、不安に感じている、いろいろな悩みや不安を感じながら、同じ思いを共有できたらと思っています。

日時 7月21日(日)午後2時～4時

場所 内灘町大清水公民館

内容 耳寄りな話「聞こえと補聴器について」&情報交換

講師 理研産業補聴器センター

徳野 広康氏

参加費 無料(申込み不要)

◆とまり木〜心のサロン〜のご案内

心の病気やひきこもり等でお悩みの方やご家族の方、お話をしながら一緒に悩みを分かち合いませんか。

カラフル金沢当事者の集まり(見学)

日時 7月13日(土)午前10時～正午

※午前9時15分 文化会館集合

とまり木〜心のサロン〜

日時 7月27日(土)午後2時～4時

場所 内灘町社会福祉協議会

参加費 無料(申込み不要)

福祉の広場の申込・問い合わせ先

内灘町社会福祉協議会

☎286・6953

催し 石川県こがまん中コンサート2019

出演団体

●デキシーユニオンジャズバンド(金沢市)

●スタンダードの花束(金沢市)

●キャメルバード(内灘町) 他

日時 7月14日(日)午後1時～3時

会場 役場1階町民ホール

入場料 無料

主催 石川県こがまん中コンサート実行委員会

後援 内灘町教育委員会

問い合わせ先

石川県こがまん中コンサート実行委員会

☎238・6990(柳瀬)

お知らせ 内灘町屋内温水プール 臨時休館のお知らせ

2階トレーニングルームのマシン移設のため、臨時休館となります。

臨時休館日 8月14日(水)

振替営業日 8月6日(火)

問い合わせ先

内灘町屋内温水プール

☎286・1800

お知らせ HELPPカードの対象を拡大します

7月から内灘町ではHELPPカードの対象者を援助や配慮が必要な方であれば、身体障害者手帳等の要件に問わず、配布することになります。

5月から交付しているヘルプマークの対象者に合わせるものです。

対象

障がいのある方(難病患者等含む)や高齢者、妊娠中の方など心身の状況により、援助や配慮を必要としている方

※代理の方でも配布できます。



右記の対象の方が、災害時や緊急時、日常生活の中で困ったときに、必要な支援や配慮を周囲の人をお願いするカード。連絡先や障害名、常備薬、病院名などが記載できます。

内灘町内の配布場所・問い合わせ先

福祉課 ☎286・6703

保健センター ☎286・6101

内灘町社会福祉協議会

☎286・6953

お知らせ 「障害者虐待防止法」について

障害のある人への虐待は法律で禁止されています。虐待を発見した人には通報する義務があります。もしかして?と思ったら通報ください。

問い合わせ先

福祉課(障がい者虐待防止センター)

☎286・6703

お知らせ いしかわ移住支援事業

石川県内における移住・定住の促進及び中小企業等における人手不足の解消を目的として、東京23区に5年以上在住もしくは通勤された後、いしかわ就職・定住総合サポートセンター(A・C)のマッチング支援を受けて平成31年4月1日以降に内灘町へ移住し、就業された方に移住支援金を支給します。

支給額 複数世帯の場合 100万円

単身世帯の場合 60万円

対象要件等、詳しくは町ホームページをご覧ください。

申請・問い合わせ先

企画課 ☎286・6727

☎286・6953

**お知らせ**  
雨水を有効活用しましょう

雨水の流出抑制を図ることを目的に、内灘町では雨水浸透ます及び雨水貯留槽の設置にかかる費用の3分の2以内(限度額あり)を助成しています。



貯留タンクに貯めた雨水は、家庭菜園や庭木の水やり等に活用できます。詳しくは町ホームページの「雨水浸透施設等設置費補助金制度のお知らせ」をご覧ください。

※工事着手の前に申請が必要です。  
問い合わせ先

上下水道課 ☎286・6718

**お知らせ**  
石川県下水道協会  
下水道排水設備工事責任技術者  
認定試験の開催について

日時 10月23日(水)

午後1時30分～3時45分

会場 石川県地場産業振興センター

(金沢市鞍月2丁目1番地)

願書配布期間

7月1日(月)～8月2日(金)

申込受付期間

7月22日(月)～8月2日(金)

願書配布・申込・問い合わせ先

上下水道課 ☎286・6718

**お知らせ**  
ナダスタ夏休み企画  
親子サッカー教室開催

夏休み企画「ナダスタ」では親子で楽しむサッカー教室を開催します。サッカーボールに触ったことのない子ども大丈夫！お父さんやお母さんと一緒に楽しめる内容です。走って蹴って跳んで、たくさん体を動かして親子の絆を深めよう。当日は景品が当たるゲームも用意しております。

日時 8月24日(土)

午前10時～11時45分

※9時30分より受付

場所 内灘町屋内多目的広場

定員 先着10組

対象 年長児から小学3年生

参加費 お子様一人につき500円

※当日の飲み物とレストラン500円分の利用券も含んでいます。

持ち物 内ばき、タオル、水筒

申込方法 電話またはウェブサイトで

<http://nadasta.com>

申込・問い合わせ先

内灘町屋内多目的広場

☎225・7800



**お知らせ**  
内灘町シルバー人材センターからのお知らせ

◆よってこか〜新鮮野菜市

今日は、7月16日(火)の午前9時から新鮮野菜市を開催致します。安心で新鮮な野菜をお買い求めください。(同時に包丁研ぎもしております。)

場所 シルバー事務所前(中学校校横)

◆シルバー料理教室

「昔ながらの味を守ろう」と町民の方(60歳以上を対象に毎月1回料理教室を開催致します。7月は、祇園祭りに食する「京料理(他5品)」です。

・ごぼうの炊き込みご飯・鶏肉のサラダ

・卵豆腐・素麺・水ようかん・果物

日時 7月24日(水)午前9時30分～

場所 旭ヶ丘公民館 調理室

定員 先着12名

持ち物 エプロン、頭巾、タオル

材料費1,000円

申込締切 7月19日(金)

問い合わせ先

内灘町シルバー人材センター

☎286・2992

広告

民家を改修した定員10名の地域密着型通所介護施設



我が家のように温かく  
ほっと一息できる  
空間を提供します

無料おためし体験受付中!



ほっとデイサービス内灘 TEL(076)255-1669  
〒920-0272 内灘町向陽台1-315

有料広告募集のお知らせ

広報うちなだ、内灘町ホームページに  
広告を載せてみませんか!

広報うちなだ ※発行日の2ヶ月前までにお申し込みしてください。

■ 8分の1ページ相当(縦58mm×横89mm) 10,000円/月  
■ 4分の1ページ相当(縦58mm×横180mm) 20,000円/月

内灘町ホームページ ※バナー広告で、1ヶ月を単位とし毎月1日を基準日とします。

■ 1枠(縦50ピクセル×横125ピクセル) 5,000円/月

長期の連続掲載申し込みは、広告料が割引されるため、お得になっています。  
問い合わせ先 総務課 ☎076-286-6720



**お知らせ**  
ハチマルニイマル表彰

80歳以上で20本以上自分の歯がある方で、健康的な10名の方に、河北歯科医師会から表彰状・記念品を贈呈します。

対象 ①～④全てに該当する方

- ①内灘町にお住まいの方
- ②昭和14年4月1日以前に生まれた方
- ③自分の歯が20本以上ある方

※治療済みの歯があってもかまいません。

④表彰式当日にご本人が出席できる方  
※過去に表彰を受けた方は申込みできません。

**募集期間** 7月25日(木)～8月31日(土)  
**表彰式** 9月16日(月)午前10時

※敬老の日の式典後に表彰式を執り行う予定です。

**申込方法**

左記歯科医院で80200検診とお伝えになり、検診(無料)をお受けください。

**検診実施歯科医院・問い合わせ先**

○中本歯科医院アカシア1・2(8)

☎238・5888

○小島歯科医院アカシア2・5

☎238・1388

○粟倉歯科医院緑台1・245・3

☎238・5055

○北歯科医院鶴ヶ丘4・1・311

☎286・4088

○白石歯科医院(向栗崎5・31)

☎238・4188

○ふなもと歯科医院(大根布1・101)

☎286・8121

○なかみち歯科クリニック(旭ヶ丘1-1)

☎238・8148

○よしだ歯科医院(天清台329)

☎286・0858

福祉課 ☎286・6703

**お知らせ**  
『令和改元記念特別企画』  
能登羽田便往復利用で助成

のと里山空港利用促進同盟会は、期間限定で能登羽田便の搭乗助成を左記のとおり実施します。

**期間** 7月20日～令和2年3月31日

**内容**

**A**羽田乗継で全国へ旅行された方に1人当り9千円の助成

**B**旅行日程に東京ディズニーリゾートの利用があり、1dayパスポート以上のチケットを購入した方に1人当り6千円を助成

**対象(4歳以上に限る)**

宿泊費、航空運賃、パスポート代等すべてを、同盟会に加盟する旅行会社いづれか1店舗で手配した内灘町以北の住民

※修学旅行参加者及び公務出張は対象外

※本同盟会の他助成金と併用不可

**問い合わせ先**

のと里山空港利用促進同盟会

☎0768・26・2366

**お知らせ**  
クールシェア&省エネ  
節電アクションプラン  
9月30日まで実施中!

**いしかわクールシェア**

クールシェアとは、ご家庭のエアコンなどを消して、図書館や飲食店などの涼しい場所に出かけることにより、節電につながる取り組みです。ご家族、ご近所、お友達と声をかけあって、クールシェアスポットに出かけてみませんか。

**内灘町内のクールシェアスポット**

- ・内灘町役場
- ・内灘町歴史民俗資料館 風と砂の館
- ・内灘町立図書館
- ・道の駅 内灘サンセットパーク
- ・内灘町屋内温水プール
- ・展望温泉ほのぼの湯
- ・子育て支援センター

**みんなで省エネ・節電**

**アクションプランにチャレンジ!**

7月1日(月)～9月30日(月)の取組強化期間中、省エネ・節電の取組をはじめとする地球温暖化防止の取組にチャレンジしてみませんか?

**参加の仕方**

**①取組シートを準備**

住民課窓口で配布、または県ホームページからもダウンロードできます。

- ②プラン(計画)を立てる
- ③プランにチャレンジ!
- ④取り組んだ成果を報告

7月～9月の3か月間のうち、8月に取り組んだ成果を報告してください。

⑤家庭版環境ISOエコファミリーに認定の申し込み

省エネ・節電アクションプランに、取り組まれたご家庭には、協賛企業の商品券を抽選でプレゼントいたします。ぜひご参加ください。めざせエコファミリー!!

**問い合わせ先**

石川県生活環境部温暖化・里山対策室

☎225・1462

住民課 ☎286・6701

**お知らせ**  
今月の納税

**納期限** 7月31日(水)

固定資産税・都市計画税 第2期

国民健康保険税(本算定) 第4期

**問い合わせ先**

税務課 ☎286・6706

保険年金課 ☎286・6702

# たうん

## フォーカス

Uchinada Town Focus



お問い合わせ

総務部  
総務課

TEL 286-6720

FAX 286-0617

### 第38回内灘海浜美化清掃実施

内灘海浜美化清掃が5月26日(日)に実施されました。当日は天候にも恵まれ、町民のみなさんや各種団体・企業から約1,000名が参加されました。集められたゴミは約30tあまりで、きれいな砂浜を取り戻せました。美しい内灘海岸は、町の財産です。きれいな砂浜をこれからも大切にしていきたいと思います。

大勢のご参加  
ありがとうございました



### 内灘民生児童委員協議会 見守り訪問

町民生児童委員協議会では、年3回定期的に75歳以上一人暮らしの方々の見守り訪問を行っています。普段の生活状況についてお話を聞きし、困りごとの相談に応じるなど、日頃から地域の身近な相談者として、お互いの顔の見える関係づくりにつとめています。

6月は指定ごみ袋をプレゼント。会話の糸口に♪



### 内灘サイクルロードレース

6月23日(日)、河北潟干拓地内において第37回となる内灘サイクルロードレースが開催され、県内外から約500名のサイクリストが集まり、白熱したレースを繰り広げました。タイムトライアルが続いて行われた、メイイベントであるロードレースでは、集団での高速走行が観客を圧倒していました。

コーナリングは  
迫力満点!



### UTAUMI 2019

6月9日(日)、内灘海水浴場において「UTAUMI 2019」が開催され、県内外から約200人が参加しました。主催の北方寛文氏(ひろふた)の作曲家が作曲した「ゴミ拾い音頭」が流れる中、参加者は海岸の清掃を行い、清掃後には、その曲に合わせて全員で輪になって踊りました。最後は、海岸に向かい、美しい海への想いを込めて「平和の祈り」を歌いました。

歌で海を美しく!



優雅なフラも披露されました!







# 第65回内灘町民体育祭

6月2日(日)蓮湖渚公園

## 成績結果

- 優勝 向粟崎チーム
- 準優勝 向陽台チーム
- 第3位 自帆台チーム





# 学びの風

Wind of Learning

## たのしい砂絵づくり「風と砂の館」

内灘砂丘をテーマに夏休みの宿題や自由研究に役立つ体験学習を開催します。砂(茶色)、砂鉄(黒色)、貝(白色)の3色をつかい内灘にちなんだ砂絵や砂ぬりえをつくりまします。

参加者には、砂について絵と文でわかりやすく説明したオリジナル冊子をプレゼントします。

**日時** 8月3日(土)午前10時～12時30分

**対象** 小学校3～6年生

**講師** 矢部 史朗氏(美術家)

**場所** 歴史民俗資料館「風と砂の館」

**定員** 先着20名

**受講料** 3,000円(教材料費含む)

**持ち物** 筆記用具、絵の具セット

**申込・問い合わせ先**  
歴史民俗資料館

☎286・1189

お問い合わせ

教育部 生涯学習課

TEL 286-6716

働く女性の家

TEL 237-6440

第3日曜日は家庭の日  
家族と共に過ごし、絆を深めましょう。

## 「エコみらい河北」 体験教室のご案内

(開催日の2日前までに要予約)

手作りガラスビーズ(とんぼ玉作り)

受講料:1,000円

7/20(土)・8/3(土)・8/31(土)

吹きガラス中級コース(吹きガラス体験教室経験者対象)

受講料:2,000円

7/28(日)・8/10(日)・8/25(日)

ネームプレートを作ろう(ピンのかげら工作)

受講料:500円

8/6(火)・8/7(水)・8/8(木)

ガラスに絵を描こう(サンドブラスト体験教室)

受講料:500円

7/13(土)

オリジナルコップを作ろう(吹きガラス体験教室)

受講料:2,000円

7/28(日)・8/10(日)・8/25(日)

親子リサイクル工作

空きびんに絵を描こう(サンドブラスト体験教室)

受講料:500円

8/14(水)

問い合わせ・ご予約先  
河北郡市広域事務組合「エコみらい河北」  
☎288-4545

## 働く女性の家8月開講講座

### 骨盤・体幹ストレッチ講座(全8回)

骨盤の歪みを整えながら、ゆる筋トで体幹を鍛えます。肩こり、腰痛、下腹やお尻のたるみ等、悩み別にアプローチし、美姿勢・美スタイルを目指します。

**日程** 8月22日～10月17日の毎週木曜日

午後7時30分～8時30分

**講師** 藤井隆伸 先生

(カイロプラティック HARU 院長)

**受講料** 3,000円(全8回分)

**定員** 20名(応募多数の場合抽選)

**締切** 7月31日(水)午後5時まで

**対象** 内灘町在住・在勤の一般女性

**場所** 内灘町役場3階301会議室

**申込・問い合わせ先**

働く女性の家

☎FAX 237・6440

jyosei@town.uchinada.ishikawa.jp

※メール・FAXの際は、件名に「〇〇講座受講申し込み」と記載、氏名・住所・電話・年齢・職業を添えてお申込みください。

## 国際交流の未来をつくる

### 若者フォーラム

石川中央都市圏・国際交流連絡会では、国際交流に関心をもつ若者が集い、意見交換や交流を行うことで、将来の国際交流を担う若者を育成するため、フォーラムを開催します。(参加費無料)

**日時** 7月27日(土)

午後1時30分～4時30分

**場所** 金沢市文化ホール

(金沢市高岡町15・1)

**対象** どなたでも(※要申込)

**申込・問い合わせ先**

石川中央都市圏・国際交流連絡会事務局

(金沢市国際交流課内)

☎220・2075

## 内灘町総合美術展2019作品募集

内灘町総合美術展2019の開催にあたり、出展作品を募集します。たくさんのご応募をお待ちしております。詳細は各家庭に回覧するチラシをご覧ください。

**募集作品** 一般 絵画・工芸・書・写真

ジュニア 絵画・書

**作品受付** 11月7日(木)

午前10時～午後7時

**受付場所** 内灘町役場1階町民ホール

**展示期間** 11月28日(木)～

12月1日(日)

**問い合わせ先** 生涯学習課

☎286・6716







## デートDV って知ってますか？

DVとは、相手を思いどおりにする(支配する)ことを目的に、親密な間柄の相手から振られるさまざまな暴力のことを言います。

※DV(ドメスティック・バイオレンス)は、直訳すると「家庭内の暴力」となりますが、ここでは結婚している相手や生活の本拠を共にする交際相手など親密な関係にある者から振られる暴力をさしています。未婚の男女の間に起こる同じような暴力を「デートDV」と言います。

### 相談窓口

#### 石川県女性相談支援センター

☎076・223・8655

利用時間 月～金 8:30～17:15

#### 石川県こころの健康センター

☎076・238・5750

利用時間 月～金 8:30～17:15

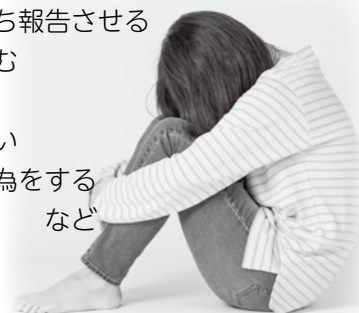
#### 緊急の場合 警察(緊急電話)

☎110

### あなたや周りの人は悩んでいない？

恋人が

- 「バカ」「ブサイク」など、イヤな呼び方をする
- 行動をいちいち報告させる
- 殴る、蹴る、噛む
- 貸したお金を返してくれない
- 無理やり性行為をするなど



相手の心や体を傷つける行為はすべて暴力です。

デートDVの被害が続くと、心はいつも不安で、おびえています。

その不安から外出が怖くなる、怪我をされるといった変化が心や体に出てきます。

もし、「つらい」とか「怖い」と感じたら、ひとりで悩まないで誰かに相談してみましよう。

身近な人に相談したくない時は生涯学習課のほか、上記の窓口があります。秘密は守られます。

### 内灘町ALTからのお別れコメント

内灘町に住んだ3年間が楽しかったです。とくに、たくさんの元気な中学生と英語で会話することが面白かったです。毎日起きて、河北潟を見ることもとてもいい思い出になりました。とても感謝しています。私はいつか内灘町に戻ることができれば嬉しいです。内灘町の皆さん、お世話になりました。この三年間、ありがとうございました！



ボルトン・トーマス  
イギリス

### 内灘町 新ALTのご紹介

7月31日にアメリカから内灘まで引っ越してくる新しい内灘町中学校英語指導助手のマンガリット・ベンジャミンさん(27才)はアメリカのイリノイ出身、アリゾナ州立大学の日本語学部の卒業生(2019年7月)です。詳しい自己紹介は広報うちなだの8月号に書いていただく予定です。お楽しみに！



マンガリット・ベンジャミン  
アメリカ

Global Talk Corner

You Only Live Once

人生は一度だけ

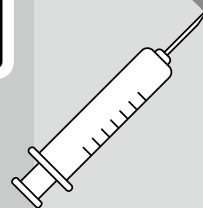
Y O L O しゅく

国際交流員  
小河 ベンジャミン

お問い合わせ  
教育部 生涯学習課  
TEL 286-6716

# 保健センター

からのお知らせ



Information from Public Health Center

## 蚊媒介感染症にご注意ください

デング熱やジカウイルス感染症等の蚊媒介感染症は、人から人へ直接感染することはありませんが、ウイルスをもった蚊に刺されることによって感染します。これらの感染症は主に熱帯、亜熱帯地域で流行し、日本では日本脳炎以外は海外からの輸入感染症で、デング熱に関しては平成26年に国内感染例が報告されました。普段から、蚊が発生しやすい場所で活動する際は、蚊に刺されないように注意しましょう。

**予防のポイント**

- 長袖シャツ、長ズボンなどを着用し、肌の露出を避けましょう。
- 素足やサンダル履きはできるだけ避けましょう。
- 必要に応じて虫よけ剤などを使用しましょう。

お問い合わせ

保健センター

TEL 286-6101

住所 河北郡内灘町字鶴ヶ丘2丁目161番地1

## 乳幼児健診

場所 保健センター

	実施日(受付時間)	対象(平成)
4か月児健診	7月16日 火 13:00~13:30	31年3月生
	8月27日 火 13:00~13:30	31年4月生
1歳6か月児健診	7月9日 火 13:00~13:30	29年12月生
	8月20日 火 13:00~13:30	30年1月生
3歳児健診	8月6日 火 12:45~13:15	28年4月生
	9月3日 火 12:45~13:15	28年5月生
5歳児健診	7月19日 金 12:45~13:15	白帆台保育園
	8月9日 金 12:45~13:15	内灘はまなす保育園
	8月23日 金 12:45~13:15	鶴ヶ丘保育園・町外保育園・幼稚園

また、蚊の幼虫(ボウフラ)は、植木鉢や古タイヤなどに溜まった小さな水たまりに発生しますので、水たまりがでさないように注意し、蚊の発生を減らしましょう。

## 肺炎重症化予防のため、高齢者用肺炎球菌予防接種を受けましょう

対象の方へは6月下旬に「接種券等診票」をお送りしています。(過去に町の助成で肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けている方には接種券はお送りしていません。)この機会にぜひ予防接種を受けましょう。

### 令和元年度対象者(年度到達年齢)

- 65歳…昭和29年4月2日～
- 70歳…昭和30年4月1日生まれの方
- 75歳…昭和24年4月2日～
- 昭和25年4月1日生まれの方
- 昭和19年4月2日～
- 昭和20年4月1日生まれの方

80歳…昭和14年4月2日～

85歳…昭和9年4月2日～

90歳…昭和4年4月2日～

95歳…大正13年4月2日～

100歳以上…大正9年4月1日以前

対象の方

※60歳以上64歳以下の方で、心臓、腎臓若しくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する身体障害者手帳1級の方も対象となります。

接種期間 令和元年7月1日～

自己負担額 2,000円

※生活保護を受けている方の自己負担は免除されます。6月以降に生活保護になった方は、お手数ですがお申し出ください。

## ひよこっこサークル

「楽しく作って、おいしく食べる♪」をテーマに、離乳食について考えてみましょう！

対象 生後5～6か月児(要予約)

日時 8月7日(水) 午後1時30分～3時(受付午後1時～)

## ベビーマッサージクラス

対象 生後2か月頃～ハイハイ時期まで

定員 先着10組(要予約)

定日 7月18日(木) 8月22日(木)

時間 午前10時～正午(受付時間午前10時～10時15分)

※ベビーマッサージ後は、お母さんたちの交流会をしています。

## すこやかホール開放

対象 乳幼児・親子

日時 月～金曜日 午前9時～正午 午後1時～3時

※室内での飲食はご遠慮ください。  
※健診等がある時間帯は使用できません。

場所・申込・問い合わせ先：保健センター



# 食中毒予防の3原則

## 気をしげきょー！食中毒

日本の夏は高温多湿で食中毒が多く発生します。もともと抵抗力の弱いお子さんや高齢者の方は体調の悪い時には感染しやすく、症状も重くなりやすいので気を付けましょう。そして、口頃から栄養・運動・休養のバランスを取り、食中毒の感染しにくい体づくりをめざしましょう。

### ① 細菌をつけない

**まずはしっかりと手洗いを！**

★手には様々な雑菌が付いています。手のひらだけでなく、手の甲、爪の間、指の間もしっかり洗いましょう。

★生の肉や魚などを調理した器具はきれいに洗いましょう。焼肉などで、生の肉をつかむ箸は別にしましょう。

### ② 細菌を増やさない

**冷蔵は10℃以下、冷凍は-15℃以下に保つ**

★夏場の冷蔵庫に物を詰めすぎると冷えにくくなります。細菌の多くは、10℃以下では増殖がゆっくりとなり、-15℃では増殖が停止します。

●生鮮食品やお惣菜などは、購入後できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。

### ③ 細菌をやっつける

**食品の中心部までしっかりと火を通す**

★ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。

●中心部85℃以上で1分間が目安

★調理器具なども定期的に消毒しましょう。

●ふきんやスポンジなどもよく洗い、熱湯をかけるなどして消毒をしましょう。

## 入札契約一覧(令和元年5月執行分)

問い合わせ先 総務部 総務課 ☎286 - 6720

指名競争入札:建設工事							単位:円(税込)
No.	入札月日	入札名	落札業者	契約金額	予定価格	最低制限価格	落札率(%)
1	5月20日	清湖小学校グラウンド散水設備改修工事	(有)中川設備	2,014,200	2,049,635	1,875,960	98.27
2	5月23日	浄化センター耐震補強工事(接触タンク)	(株)茶谷組	5,670,000	6,002,640	5,253,120	94.46
3	5月29日	鶴ヶ丘中央公園遊具更新工事	橋爪興業	2,422,396	2,633,040	2,329,560	92.00
4	5月29日	向陽台1号線側溝改修工事(その2)	橋爪興業	3,522,960	4,035,960	3,522,960	87.29
5	5月29日	向陽台1号線側溝改修工事(その3)	(株)中和建設	7,452,000	7,872,120	6,880,680	94.66

指名競争入札:測量・建設コンサルタント等							単位:円(税込)
No.	入札月日	入札名	落札業者	契約金額	予定価格	最低制限価格	落札率(%)
1	5月20日	内灘町総合公園駐車場整備測量業務委託	(株)生田測量	1,512,000	1,609,200	1,222,560	93.96
2	5月20日	向栗崎地内物件移転補償算定業務委託	(株)国土開発センター	1,587,600	1,695,600	1,356,480	93.63
3	5月20日	内灘町公共下水道事業計画変更業務委託	(株)NJS北陸事務所	6,710,000	7,997,000	6,364,600	83.91

指名競争入札:物品購入・委託業務等							単位:円(税込)
No.	入札月日	入札名	落札業者	契約金額			
1	5月20日	遊具定期点検業務委託	(株)コトブキ	487,080			
2	5月20日	海浜美化清掃に係るゴミ処分業務委託	氷見山産業	772,200			
3	5月20日	町立小中学校 校務・教育用パソコン借上業務	(株)石川コンピュータ・センター	152,010			
4	5月23日	高規格救急自動車購入業務	(株)日産プリンス金沢	32,417,000			
5	5月29日	第2期内灘町子ども・子育て支援事業計画策定業務	(株)サーベイリサーチセンター名古屋事務所	880,000			

●平成20年度より制限付き一般競争入札を導入しています。対象は発注予定金額1,000万円以上の建設工事です。  
 ●公平な入札・契約を推進するため、競争入札により契約を行う「建設工事」、「建設工事に係る委託業務」の入札予定価格を公表しています。  
 ●平成25年7月より低入札基準価格制度による入札を取りやめ、最低制限価格制度による入札を導入しました。  
 対象は、発注予定金額130万円を超える「建設工事」、発注予定価格50万円を超える「建設工事に係る委託業務」です。 ※入札結果は、総務課窓口にて閲覧できます。

# 地域包括

# 支援センター

からのお知らせ

Information from Community General Support Center

## 熱中症に注意しましょう

熱中症患者のおよそ半数は

65歳以上の高齢者

暑くなるこの季節、気をつけたいことは熱中症予防ですね。高齢者の方は特に熱中症になりやすいと言われていますが、それは次の理由があります。

### ①暑さを感じにくくなる

老化に伴い、皮膚の温度センサーの感度が鈍くなることで、暑さを感じにくくなってしまいます。

### ②熱を外に出しにくくなる

暑くなった時に、熱を体の外に出せず体内温度が上昇しやすくなります。

### ③体内の水分が減ってしまう

高齢者の体内水分の割合は、若年者よりも少なく、脱水になりやすいという特徴があります。また、のどの渇きを感じにくく、水分をあまりとらないことも熱中症の要因となっています。

お問い合わせ

地域包括支援センター

TEL 286-6750

住所 河北郡内灘町字  
鶴ヶ丘2丁目161番地1

では、熱中症にならないためには、どうすればいいのでしょうか？

### ①こまめに水分補給をする

のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分を補給しましょう。水分は一気にとるのではなく、少しの量を頻繁にとるようにしましょう。また、汗をたくさんかいた時には、水分と一緒に塩分もとるとよいです。

### ②部屋の温度をこまめに測る

夏季の高齢者の居室の温度は若年者より2度ほど高い31〜32度に達しているという報告があります。温度計を部屋において、こまめに温度をチェックし室温を28度前後に保ちましょう。

※高齢者の中には、自分で気づいたり気を付けることが難しい方もいます。家族やご近所の方など、周囲も以上のような視点で、高齢者の方を見守っていただきたいと思えます。

## 在宅医療・介護について

超高齢社会を反映し、長期の療養生活を送っている人が大勢います。病院等での療養生活を送る方がほとんどですが、在宅医療や看護・介護などさまざまなサービスを利用して、住み慣れた自宅で療養生活を送ることも可能です。自宅で安心して療養生活を送るには、「かかりつけ医」に、日常の診療・治療および健康管理を担ってもらい、些細なことでも相談できる関係をつくるのが大切です。

また、通院ができなくなったり、医療だけではなく、介護が必要となる時期もあります。

内灘町地域包括支援センターは、在宅療養を支える医療・介護などについても相談の窓口となっております。お気軽にご相談ください。

### フロンティア情報

#### 「訪問診療」と「往診」の違い

訪問診療は、定期的に訪問して行う医療処置です。

往診は、おもに急変時などに不定期に行う治療です。

訪問診療も往診も在宅医療です。

## 「認知症初期集中支援チーム」について

認知症の困りごとや相談に対応する専門家のチームです。40歳以上で自宅で生活している認知症の方や認知症の疑いのある方のうち

①認知症の診断を受けていない方や治療を中断している方

②適切な医療や介護サービスを受けていない方

③医療・介護のサービスを受けていても症状が悪化して対応に悩んでいる方などが対象です。

### 認知症は早めの対応が大切

認知症は年齢を重ねれば誰でもかかる可能性のある身近な病気です。完治が難しい病気ともされていますが、早期に発見して適切に対処すれば、その人らしい暮らしを続けることができます。

受診ができずお困りの方などに対し、認知症初期集中支援チーム員が訪問し、受診ができるようにご支援します。

認知症初期集中支援チームの問い合わせ先  
地域包括支援センター

☎286・6750



# 受講生大募集!!

子供から大人まで楽しく運動しませんか!? ※無料体験後入会される場合には、プラッツへの入会が必要になります。

## ヒップホップダンス

かっこいいダンスで楽しく運動!!  
リズム感や音感も養えます!  
男の子も女の子も、大歓迎!!!

**開催日** 毎週金曜日 午後6時~7時  
**場所** 内灘町総合体育館 2Fスタジオ  
**月会費** 3,500円  
**対象** 小学生男女  
**指導者** 山田 陽南子 氏



まずは  
無料体験から!!

## ヨガ

ヨガで心と体をほぐしてリラックス!  
体調を整えたりダイエット効果も!  
運動が苦手な人にもオススメ!!

**開催日** 毎週水曜日 午後8時~9時  
**場所** 内灘町総合体育館 2Fスタジオ  
**月会費** 3,500円  
**指導者** 竹田 朱美 氏



Welcome Platz

ウェルカム  
プラッツ

お問い合わせ

スポーツクラブ  
プラッツうちなだ事務局

TEL&FAX 286-1231

E-MAIL info@platz-uchi.jp

http://platz-uchi.jp

内灘町総合体育館内

月~金 午前9時~午後10時

土・日・祝 午前8時~午後10時

休館日 年末年始

## ノルディック・ウォーク ~初夏を爽やかに歩きませんか?~

**日時** 7月18日(木) 午前8時30分~午後2時(要昼食)  
「俱利伽羅峠~埴生(津幡町~小矢部市)」

**集合場所** 総合グラウンド駐車場

**参加費** 会員\*500円、非会員1,000円

※会員: プラッツ会員及び  
うちなだタニタ健康いきいきクラブ会員

**定員** 20名

**申込** プラッツうちなだ事務局

**その他** 少雨決行、スティック無料貸出有り



※うちなだタニタ健康いきいきクラブ会員にお送りした  
日程が変更になっておりますのでご注意ください。

## 健康セミナー

~運動&食事の面でサポートします!!~

**日時** 7月28日(日) 午前10時30分~11時30分

**内容** ①健康セミナー

②バレトンレッスン

**場所** 内灘町屋内温水プール 2階会議室

**定員** 10名

**参加費** 無料(健康レシピをプレゼント♪)

**申込** 内灘町屋内温水プール

☎286-1800

## タニタ料理教室

~親子クッキング~

タニタの健康ノウハウを学んだ、まちの健康コンシェルジュが  
実施する料理教室です。  
親子で一緒にクッキングをしましょう!!

**日時** 7月25日(木) 午前10時~午後1時

**場所** 内灘町保健センター

**定員** 20名 **参加費** 500円/人

**講師** うちなだタニタ健康コンシェルジュ

吉國 厚子 氏(管理栄養士)

**申込** プラッツうちなだ事務局

### 内灘町民体育施設 無料開放のお知らせ

●向粟崎体育館(原則第2日曜日) ●太極拳無料体験(原則第2火曜日)  
7月14日 7月9日、8月13日

※8月は無料開放はありません。

場所 向粟崎体育館

### プラッツ会員無料開放のお知らせ

●屋内温水プール(原則第1・3日曜日)  
7月21日

※8月は無料開放はありません。



お問い合わせ・予約

カンガールーム内灘

TEL&FAX 238-3233

住所 ●内灘町字向陽台1-97

開館時間 ●月～土曜日 第1・第3日曜日  
9時～17時

休館日 ●第2・第4・第5日曜日  
国民の休日・年末年始



【iPhoneの方】

【Androidの方】



いしかわ中央  
子育てアプリ

いしかわ子育てアプリ

検索

いしかわ中央子育てアプリ

このアプリでは、4市2町(金沢市、白山市、野々市市、かほく市、津幡町、内灘町)の子育て情報が検索できます。ぜひお子さんとの外出にお役立てください。

食育体験「ぶどう狩り」

7月18日(木) 10:00~11:30 ※ぶどう狩り料金必要

※現地集合・解散  
※竹森ぶどう園(かほく市中沼井2番地3)

ハッピーファミリー  
「知って安心パパとママのための産後ケア教室」

7月21日(日) 10:00~11:00 ※参加費 1家族500円

講師:おがわ 素子 氏 (一般社団法人体力メンテナンス協会 産後指導士)  
※H25.4~R1.6生のお子さんが含まれている家族が参加できます。  
※是非お父さんも一緒にご参加ください。

妊婦交流会「ハロー♡ベビーサロン」

7月22日(月) 13:30~15:00 ※参加費500円

※R1.8月~9月出産予定の妊婦さんが対象です。

みんななかよし「夏祭りを楽しもう!!」

8月14日(水) 10:00~11:00

※H28.4~H31.3生のお子さんが参加できます。

妊婦交流会「ハロー♡ベビーサロン」

8月19日(月) 13:30~15:00 ※参加費500円

※R1.9月~10月出産予定の妊婦さんが対象です。

※予約が必要なものは、2週間前より窓口にて受付いたします。

※催しは日程が変更になることもあります。詳細などは事前にお問い合わせください。

7月・8月の行事予定

年齢別の集い

お誕生会・リズム遊びなど  
“あっぶつぶう”(H30.4~H31.3生対象)  
7月17日(水) 10:00~  
※申込が必要です。

おいでおいで(8月の第3金曜日は避難訓練含む)

(第1・3金曜日)10:30~10:45、14:30~14:45)  
歌・手遊び・体操など  
7月19日、8月2日・16日

うさこちゃんルーム

(第2・4木曜日)10:30~  
絵本の読み聞かせ、わらべ歌など  
7月11日・25日、8月8日・22日

ブックスタート「ほほほほん」

1歳未満のお子さんをお持ちで絵本の引き換えをされていない方は、ご都合の良い日、良い時間にぜひお子様と一緒にお願いします。

身体計測

(第2・4金曜日)10:00~11:00  
7月12日・26日、8月9日・23日

子育てホットカフェ

(毎週火曜日)10:00~12:00、14:00~16:00  
美味しい飲み物を頂きながらリラックスタイム  
※ワンコイン(100円)でクッキー付の美味しいコーヒー。  
紅茶・ココアがいただけます。  
地域の方もぜひおいでください。  
※受付は終了10分前までです。



一時保育  
をしています

問い合わせ先  
カンガールーム内灘

通院やリフレッシュなど、お気軽にご利用ください。

時間 月~金曜日(祝日除く) 午前9時~午後5時のうち1回4時間以内

場所 カンガールーム内灘

対象 内灘町在住の約6か月~3歳の子ども(未就園児)

料金 1人 300円/1時間

※事前申込が必要です。詳細はお問合せください。

休日  
当番医

診療時間  
午前9時~午後5時30分

問い合わせ先  
河北都市医師会  
☎285-2770

7月

7 (日)	かわむら整形外科クリニック 河北郡津幡町横濱へ35-3 ☎288-2555	21 (日)	望月眼科医院 河北郡内灘町字旭ヶ丘142 ☎239-1515
14 (日)	宇野気医院(内・小) かほく市宇野気字33-16 ☎283-0103	28 (日)	おおたクリニック(内・小) 河北郡津幡町太田112 ☎288-6000
15 (月・祝)	たにぐち整形外科クリニック 河北郡津幡町太田110-1 ☎289-0011		さいとうクリニック(皮・形成) 河北郡津幡町湯端371-1 ☎288-4540
	紺谷医院(内・小) かほく市木津へ12-1 ☎285-0020		紺井医院(内・小) 河北郡内灘町字緑台1-7 ☎238-1277
	はまなすクリニック(耳鼻咽喉科) 河北郡内灘町字ハマナス2-7 ☎286-3387		
	らいふクリニック(内) かほく市白尾口32-1 ☎283-6200		

8月

4 (日)	山田耳鼻咽喉科医院 河北郡津幡町津幡口5-10 ☎288-2084	18 (日)	かねだ医院(内・神経内) かほく市高松エ2-6 ☎281-1164
11 (日)	茶谷医院(内・小) 河北郡内灘町字西荒屋52 ☎286-8478	25 (日)	さかきばら内科医院(内・小) 河北郡津幡町庄ト1-15 ☎288-7770
12 (月・振)	たなべ眼科医院 河北郡津幡町北中条8-57-1 ☎289-6340		由雄クリニック(内・循) 河北郡津幡町横濱は50-6 ☎288-8584
	はせがわクリニック(内・消・肛門) かほく市内日角4-12 ☎283-6611		北谷クリニック(消・外・小・内) かほく市高松ア1-1 ☎281-8801
	上島クリニック(婦・産・内) 河北郡津幡町清水ア25 ☎289-2233		
	なかお医院(内) かほく市七窪ハ17-6 ☎283-6655		



# 内灘町ファミリー・サポート・センター (通称:ファミサポ)

子どもをもつ家庭を地域で支援することを目的とし、育児援助を受けたい人、育児援助を行いたい人が会員となり相互援助活動を行う組織です。

## 依頼会員(援助して欲しい方)

- 生後2か月～小学6年生の子どもと同居する親
- 居住地が勤務先が内灘町である。

↓ 会員登録

## 内灘町子育て支援センター

↑ 会員登録

## 提供会員(援助できる方)

- 内灘町に住んでいる方
- 20歳以上の健康な方
- 自宅で子どもを預かることができる方
- 内灘町の養成講座を受講された方

## ◎保育援助内容

- 保育施設等の保育開始前・終了後の子どもの預かり
- 保育施設・クラブ活動施設までの送迎
- 放課後、児童クラブ終了後の子どもの預かり
- 冠婚葬祭、学校行事、保育施設行事の場合の子どもの預かり
- 買い物、通院等外出の際の子どもの預かり
- 病児、病後児の預かり

・・・など

## ◎利用料金・時間帯

	月～金曜日	土・日・祝日
午前6時30分～午後7時	700円	800円
午後7時～午後10時	800円	800円

## 会員募集

提供会員が不足しています。少しの空いた時間を利用して子育て世帯のお手伝いをしてみませんか?養成講座へのご参加をお待ちしています。

依頼会員 180人  
提供会員 56人  
(H31年3月末現在)

## ファミリー・サポート・センター提供会員養成講座

日時	9月2日(月)	午前9時～午後4時
	9月3日(火)	午前9時～午後4時
	9月4日(水)	午前9時～午後4時
	9月5日(木)	午前9時～午後4時

場所 子育て支援センター・カンガルーム内灘

申込締切 8月26日(月)

※託児を希望される方は申し込みの際ご予約ください。

### 申込・問い合わせ先

子育て支援センター・カンガルーム内灘

TEL・FAX 238-3233

E-mail kosodatec@town.uchinada.ishikawa.jp

最新の情報はホームページで確認できます。登録情報(譲ります)に写真(1枚を添付できます)ので、ぜひご利用ください。

**登録できる品物**  
家具、電気製品、乗り物、日用雑貨、音楽用品、ベビー用品、制服

**その他**  
● タオル(使用済可) ● 自転車

**ベビー・子供・制服**  
● 体操服(上下、120cm、誠美幼稚園) ● お昼寝布団 ● 白帆台小学校女児制服夏スカート(140～150cm)

譲ってください

Recycle Information



知っ得

情報

お問い合わせ・登録

町民福祉部  
住民課 (環境管理室)

TEL 286-6701

譲ります

**ベビー・子供・制服**  
● 内灘中学校男子ズボン(W70cm) ● 内灘中学校黒靴 ● 五月人形 ● 内灘中学校女子制服 ● 小学校高学年用自転車

**その他**  
● インクカートリッジ(エプソン) ● 洗濯機 ● 灯油ポリタンク ● ブラウン管テレビ ● こたつテーブル ● ゴルフセット ● 振袖一式 ● 扇風機 ● 羽毛ふとん

掲載されている品物を「譲ってほしい」「譲りたい」方は住民課までお問い合わせください。登録者の連絡先をお伝えしますので、こちらへ連絡し、当事者間で直接取引をしてください。

# 消防

## だより

Fire Department News



### 海水浴シーズンに備え

#### 水難救助合同訓練実施！

海水浴シーズンを前に、6月27日(木)内灘海水浴場において、内灘町消防本部、金沢海上保安部、第9管区海上保安本部及び津幡警察署、金沢医科大学病院救命救急科、金沢市消防局などの機関から約70名が参加して、水難救助合同訓練を実施しました。

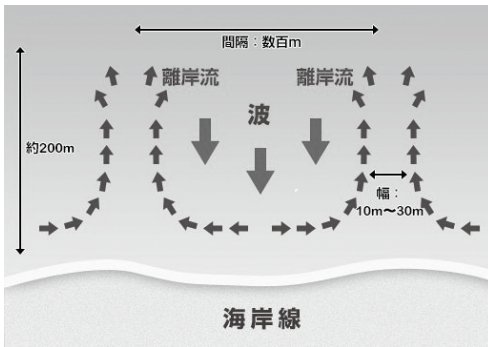
訓練は、海水浴中の男性が高波にさらわれ行方不明になったとの想定で、巡視艇「かがゆき」、医科大ドクターカー、海上保安本部のヘリ「らいちょう」が出勤して、災害時に迅速な活動が行えるよう初動体制の確立と関係機関の連携強化を図りました。



### 『離岸流』に注意！

離岸流とは、岸から沖へ流れる強く速い海水の流れです。発生しやすい場所は、海岸線や陸上地形が凹凸している場所で、内灘町の海岸でも発生する恐れがあります。

離岸流の幅は、概ね10〜30メートルで、沖合まで数十メートル程続いています。離岸流に巻き込まれた場合の対処方法として、慌てず落ち着いて、岸と平行に泳ぐことで、離岸流から抜け出すことが可能です。



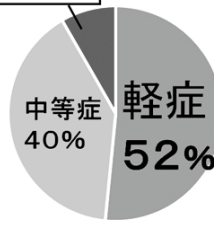
お問い合わせ  
 内灘町消防本部  
**TEL 286-0119**  
**住所** 河北郡内灘町白帆台  
 1丁目1番地1

災害テレホンガイド  
**0180-99-7890**  
 災害情報及び消防隊等の出動状況を  
 確認できます。

火災を  
 早期に発見！  
**住宅用火災警報器**

### 救急車の適正利用にご協力ください

近年、酒酔いや便秘、擦り傷、捻挫、救急車の予約など、緊急性がないのに救急車を要請する



ケースが増えており、救急車で搬送した傷病者のうち、入院や応急処置の必要がない軽症者の割合は約50%にも上ります。不適正な救急車の利用は、緊急性のある傷病者への対応が遅れてしまい、救える命が救えなくなるおそれがあります。

緊急性がなく、自分で病院に行ける場合、家族が病院へ連れて行ける場合は、自家用車やタクシーなどの交通機関を利用し医療機関を受診して下さい。

なお、消防本部ではAEDの取扱いを含めた救命講習を行っています。受講希望の場合は、消防本部まで連絡をお願い致します。

わが町を守る 誇りを胸に  
**内灘町消防団**  
 「ふるさとの 未来を守る 消防団」  
 石川県消防団入団促進統一標語  
 大切な町をこの手で守りたい！  
 そんな熱い志を持った方を歓迎します。  
 災害から地域を守る主役となって活躍してみませんか？  
 お問い合わせ先  
 消防本部 消防課庶務担当  
**電話：286-0119**  
**MAIL: shobo@town.uchinada.lg.jp**

### 内灘高校からのお知らせ

#### 内灘高校体験入学

内灘高校では今年度、左記の要領で体験入学を行います。内灘中学校三年生の皆さん！この夏、進路選択の参考に高校生活を一日体験しませんか？  
 たくさんの方の参加をお待ちします！

**日時** 8月5日(月)  
 午前9時30分〜12時30分  
 (受付9時〜)

**対象** 中学校3年生および保護者・中学校教諭

**申込** 中学校を通じてお申し込み下さい。詳細は本校ホームページにも掲載しております。毎日更新している『内高ダイアリー』もぜひご覧下さい！  
<http://cms1.ishikawa-c.ed.jp/~uchinh/NC2/htdocs/>

地域から信頼され  
 必要とされる  
**内灘高校**  
 体験入学！  
 ぜひ一度学校へ！  
 令和元年8月5日(月)  
 9:30~12:30  
 授業体験  
 在校生による学校紹介  
 校舎見学  
 部活動体験





## 新しく入った本の中から

日本の城下町を愉しむ 黒田 涼  
 本当の翻訳の話をしよう 村上 春樹、柴田 元幸  
 動乱の刑事 堂場 瞬一  
 彼女たちの場合は 江國 香織  
 孤独という道づれ 岸 恵子  
 暁天の星 葉室 麟

## 今月の オススメ本

『語彙トレ』

思っていることがうまく言葉にできずモヤモヤしたり、誤解されてしまったことはありませんか。語彙力とは「難しい言葉を知っていること」ではなく、「自分の考えを適切に表現できる言葉選びができること」であるという本質をとらえた手軽な語彙力磨きの方法を紹介しています。

齋藤 孝 / 著  
角川書店 / 刊

## 今月の 特設展示

## 『ほんとうにあったおはなし』

伝記や実際に起きたおはなしの絵本を展示します。困難があっても少しずつ夢をかなえた人や、大好きなことを一生続けた人、奇跡的なできごとなど、いきるヒントが見つかるかもしれないおはなしを集めてみました。

## 『夏を楽しく！』

暑い夏、皆さんはどのように過ごしますか？夏を楽しく過ごすために、夏のレジャーに関すること、夏バテ予防の本などを特設展示します。

今月はさらに…「戦争と平和を考える本」「夏休み課題図書」「自由研究に役立つ本」を7月20日(土)より特設展示します。

## 今月の お知らせ

## 図書館改修工事のお知らせ

改修工事のため休館となる期間があります。本の予約や貸出はご利用いただけます。詳細は8月号の広報や図書館内でお知らせいたします。ご不便をおかけいたしますが、皆様のご協力をお願いいたします。

内灘町立図書館  
モバイルページ携帯からも  
蔵書検索可  
能です

## ◆おんもっしげん◆

あなたの「おんもしかった」(おもしろかった)本をご紹介ください。「コメントと本の紹介」を広報に掲載します。メール・電話・投書、手段は色々。ニックネームOK。おんもっし連絡お待ちします！



## 今月の おはなし会

絵本や紙芝居・手遊び等に、親子で参加しませんか？  
 場所 絵本のおへや「キッズーナ」

	日時	対象
English Time	7月13日(土) 午前10時30分～	幼児から小学校低学年
English Time for babies	7月18日(木) 午前10時30分～	乳児(0～2才)
がらがらどんおはなし会	7月20日(土) 午前10時30分～	幼児から小学校低学年
うきうきおはなし会	7月27日(土) 午前10時30分～	幼児から小学校低学年
ふあふあおはなし会	8月 1日(木) 午前10時30分～	乳児(0～2才)
かみしばいのおはなし会	8月 3日(土) 午前10時30分～	幼児から小学校低学年

## はまなす大学

## 7月のはまなす大学(第4回)

日時 7月19日(金) 午後1時30分～

場所 内灘町文化会館3階 視聴覚室

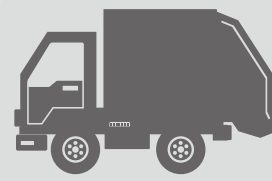
講座 「介護予防について」

- 健康長寿の鍵「フレイル」を予防しよう
- 笑って楽しく脳活性化トレーニング

問い合わせ先 文化会館 ☎286・1123



# ゴミ収集



お問い合わせ

町民福祉部  
住民課（環境管理室）  
TEL 286-6701

## 古着・古紙類の無料回収（予約不要）

時間 午前9時～正午（雨天決行）  
場所 河北郡市  
リサイクルプラザ

7/21（日）・8/4（日）

問い合わせ先  
河北郡市広域事務組合  
津幡町字領家ル9番地1  
☎288-4545

## ごみ収集カレンダー

地区	町会リサイクル	もえるごみ ※1	もえないごみ	古紙4品目 (新聞・雑誌・雑がみ、ダンボール、紙パック)	粗大ごみ ※2
向粟崎 1・3・4丁目	18:30~19:30	7/16(火) 8/20(火)	毎週 火・金	7/10(水) 8/14(水)	7/22(月) 8/26(月)
旭ヶ丘	4月~10月 18:30~19:30 11月~3月 18:00~19:00				
千鳥台	19:00~19:45				
緑台	4月~10月 19:00~19:50 11月~3月 18:30~19:20				
向粟崎 2・5丁目	18:30~19:30	7/16(火) 8/20(火)	毎週 月・木	7/12(金) 8/9(金)	7/23(火) 8/27(火)
向陽台	19:00~20:00				
アカシア	19:00~19:45				
鶴ヶ丘4丁目	4月~11月 6:30~7:30 12月~3月 7:00~7:30				
鶴ヶ丘 1・2・3丁目	6:30~7:30	7/17(水) 8/21(水)	毎週 月・木	7/5(金) 8/2(金)	7/24(水) 8/28(水)
鶴ヶ丘5丁目	7:00~8:00				
大清水	19:00~19:30				
ハマナス	8:00~8:30				
大学1丁目	-				
大学2丁目	19:00~19:30	7/16(火) 8/20(火)	毎週 火・金	7/3(水) 8/7(水)	7/25(木) 8/22(木)
大根布	18:00~19:00				
宮坂	19:00~19:45				
白帆台	19:00~20:00				
西荒屋	19:00~19:30				
室	4月~11月 18:30~19:30 12月~3月 18:00~19:00				
湖西	11:30~12:00及び 18:30~19:30				

※1 祝日、振替休日も収集します。ただし、5月3日～5月5日、1月1日～1月3日の収集はお休みです。  
※2 収集日の1週間前までにお申し込みが必要です。 戸別収集受付センター ☎0120-538-557

## ごみ搬出量

	令和元年5月分 ( )は対前年同月比
もえるごみ	574.68t(18.43t)
もえないごみ	69.68t(45.74t)
粗大ごみ	24.58t(1.66t)
計	668.94t(65.83t)
町民1人当り(kg)	25.12kg(2.57kg)
容器・資源物	72.68t(2.63t)

## エコみらい河北 再生品抽選会

搬入された家具や自転車などを修理し、低価格で抽選にて販売します。

### 展示申込期間

7月17日(水)～28日(日)午前10時

### 抽選日時

7月28日(日)午前10時30分から

### 展示・申込・抽選場所

河北郡市広域事務組合「エコみらい河北」  
☎288-4545

## 古紙類などの持込収集

時間 午前7時30分～9時(時間厳守・雨天決行)

回収日	回収場所
7/17(水)	●向粟崎保育所 ●白帆台保育園
8/21(水)	●北部保育所 ●向陽台保育園
	●千鳥台幼稚園(びんの収集なし)
	●大根布保育園

## 河北郡市広域事務組合からのお知らせ

### ◆エコみらい河北親子体験ツアー

家庭から出されたごみが、どのように処理、またはリサイクルされているのかを学んでみませんか。

日時 8月13日(火)

午前9時～午後3時

対象 河北郡市在住の小・中学生とその保護者

参加費 1人200円(昼食込み)

定員 先着30人

申込期限 8月5日(月)

### ◆「エコみらい河北」環境標語募集

ごみの減量・リサイクルの促進を広くPRする「標語」を募集します。

### テーマ

ごみを減らす工夫・心がけ・リサイクル

応募資格 河北郡市在住、在勤、在学の方

応募締切 7月31日(水) ※当日消印有効

選考結果は、河北郡市広域事務組合ホームページにおいて発表し、入賞された方には表彰状と副賞を呈呈します。

### 申込・応募・問い合わせ先

河北郡市広域事務組合

☎288-4545



# 戸籍

# 窓



お問い合わせ  
 町民福祉部 住民課  
**TEL 286-6701**

令和元年6月3日届出まで

プライバシー保護のため、当町に住所を有する方で、本人またはご家族の要望があった方のみ掲載しています。

五十嵐 道世	黒田 優貴	安達 七恵	梶原 智彦	石田 美佳	津幡 久	山森 美穂	村田 将基
金沢市	宮坂	七尾市	鶴ヶ丘4	西尾屋		千鳥台1	金沢市

川島 一枝	藤本 一子	上野 祥子	升谷 あさ子	高本 昭男	干元 愛弓	荒木 保	中左 良二	上端 花子	北川 和喜雄	出川 藤子	浅野 満雄
向粟崎1	緑台1	ハマナス2	向陽台2	鶴ヶ丘4	ハマナス2	旭ヶ丘	西尾屋	向粟崎4	向陽台2	大根布7	鶴ヶ丘4
102歳	88歳	80歳	96歳	76歳	62歳	84歳	82歳	93歳	67歳	86歳	82歳

## おくやみ

### 子どもの人権110番強化週間

「いじめ」や体罰、不登校や虐待といった、子どもをめぐる人権問題は周囲の目につきにくいところで生じていることが多く、被害者である子ども自身も、自ら訴えるだけの力が未完成であったり、身近に相談できる大人がいなかったりする場合が少なくありません。「子どもの人権110番」は、このような子どもの発する信号をいち早くキャッチし、解決に導くための相談窓口です。相談は無料、秘密厳守で対応します。

全国共通フリーダイヤル(無料)  
 ☎120・007・110

#### 受付時間

- 8月29日(木)、30日(金)  
午前8時30分～午後7時
  - 8月31日(土)、9月1日(日)  
午前10時～午後5時
  - 9月2日(月)～4日(水)  
午前8時30分～午後7時
- 問い合わせ先  
 住民課  
 ☎286・6701

## 7月の行事カレンダー

日 曜日	主な行事やお知らせの内容
7/5 金	5歳児健診(12:45、保健センター)
6 土	かみしばいのおはなし会(10:30、図書館(キッズーナ))
7 日	
8 月	
9 火	1歳6か月児健診(13:00、保健センター)
10 水	手話サロン(10:00、役場1階 第1相談室)
11 木	特定健診・がん検診(8:00～10:00、向陽台公民館)
12 金	
13 土	English Time(10:30、図書館(キッズーナ)) 内灘海水浴場開設【～8/18まで】
14 日	
15 月	
16 火	4か月児健診(13:00、保健センター) 行政書士無料相談(13:00、役場1階 第1相談室)★
17 水	特定健診・がん検診(8:00～10:00、保健センター)
18 木	ベビーマッサージクラス(10:00、保健センター)★ English Time for babies(10:30、図書館(キッズーナ)) 5歳児健診(12:45、保健センター)
19 金	人権・行政・消費生活相談(心配ごとなんでも)(13:00、役場3階 301会議室) はまなす大学(13:30、文化会館3階視聴覚室)★
20 土	生ゴミ発酵用ボカシの配布(9:00、役場正面入口そばATMコーナー付近) がらがらどんおはなし会(10:30、図書館(キッズーナ))
21 日	
22 月	
23 火	
24 水	手話サロン(10:00、役場1階 第1相談室)
25 木	無料法律相談(13:30、内灘町役場 第3相談室)★
26 金	
27 土	うきうきおはなし会(10:30、図書館(キッズーナ))
28 日	第43回内灘町民夏まつり(15:30、蓮湖渚公園)
29 月	
30 火	
31 水	
8/1 木	特定健診・がん検診(8:00～10:00、保健センター) いあふあおはなし会(10:30、図書館(キッズーナ))
2 金	
3 土	たのしい砂絵づくり(10:00～12:30、歴史民俗資料館) かみしばいのおはなし会(10:30、図書館(キッズーナ))
4 日	
5 月	

★マークの行事は、事前の予約・申し込みが必要です

### うまれたよ

城田 笑那	俊平・梓	緑台1
西木 康太	久史・京香	白帆台2
藤田 一心	省一郎・稜	鶴ヶ丘1
七澤 侗果	良太・歩美	鶴ヶ丘4
畑中 咲助	昌桃子	千鳥台1

### 結婚しました

中山 正淑	金沢市
片山 美可子	向粟崎1
荒谷 明史	新潟県
竹本 千恵	鶴ヶ丘2
新木 雅登	鶴ヶ丘5
村田 優佳	小松市
後藤 宗一郎	鶴ヶ丘1
森吉 可菜恵	金沢市

# スクスク 元気 1歳のうちなだっこ



くの ななみ  
**久野 七海**ちゃん  
(白帆台)

食べるのが大好き！これからも  
元気いっぱい大きくなってね！



よこやま わかば  
**横山 新葉**くん  
(大清台)

姉2人のように優しく、  
勇敢で頼もしい男の子になってね☆



やました ゆな  
**山下 結菜**ちゃん  
(向栗崎)

1歳のお誕生日おめでとう！  
これからもすくすく元気に育ってね！



もと ゆめ  
**本 唯愛**ちゃん  
(白帆台)

ニコニコ笑顔がかわいいよ！  
元気いっぱい明るい子に育ってね☆



さきはら うみか  
**笹原 海花**ちゃん  
(大根布)

好奇心旺盛でわんぱくな海ちゃん。  
元気にすくすく育ってね！



きのした なのは  
**木下 愛乃華**ちゃん  
(鶴ヶ丘)

毎日、笑顔&元気な子に育ってね！  
なのはお誕生日おめでとう♡



むろだ ゆうま  
**室田 祐舞**くん  
(大学)

歌が大好きなゆうちゃん♡すくすく  
元気に育ってね★おめでとう！



しょうじ なぎ  
**東海林 凧**ちゃん  
(白帆台)

ニコニコ元気いっぱいの凧☆  
お姉ちゃんと仲良く大きくなってね！

## お子さまの写真を広報に掲載しませんか？

発行月に1歳になるお子さまの写真を募集しています。お子さまの写真(データ推奨)に、お名前(ふりがな)・生年月日・性別・住所・コメント(30文字以内)・電話番号を添えてお寄せください。メールでのお申し込みの場合は件名に「うちなだっこ応募」とご記載ください。データで送付される際は、データのサイズが5MBを超えると正確に受信されない場合がありますのでご注意ください。

### 8月生まれのお子さまの締切日:7月19日(金)

(締切後、掲載の可否についてメール等でご連絡します)  
※応募多数の場合は抽選となります。  
※お申し込みにあたり、PDF版のホームページへの掲載にご同意いただけたものとします。

## 応募・問い合わせ先

〒920-0292 内灘町字大学1丁目2番地1

総務部 総務課 ☎ 286-6720

mail : soumu@town.uchinada.lg.jp



## 内灘町の人口と世帯数

令和元年5月末日			前月比			地区名称			人口			世帯数							
人口	26,626人	-27	5月中の人口動態			出生	9人	向栗崎	3,210	1,344	鶴ヶ丘1,2,3	2,863	1,216	宮坂	686	277			
男性	12,941人	-20	死亡	16人	アカシア	885	396	鶴ヶ丘4	1,661	714	西荒屋	876	341	室	369	153			
女性	13,685人	-7	転入	50人	旭ヶ丘	767	318	鶴ヶ丘5	1,010	448	湖西	167	59	ハマネス	811	312			
世帯数	10,912世帯	8	転出	70人	緑台	1,614	690	大根布	3,199	1,276	白帆台	2,363	719	千鳥台	2,940	1,095	大清台	781	397
					向陽台	1,533	649	大学	891	508									

※外国人住民数も含まれています。

- 広報に掲載された写真を差し上げます。  
ご希望の方は広報担当まで TEL : 076-286-6720
- 今月の1部あたりの単価は 31.3円です。

内灘町公式 Facebook ページ

<https://www.facebook.com/uchinadatown>

