

広報うちなだ

UCHINADA

2026
No.763 8

主な内容

日本スポーツマstars2026石川大会のお知らせ.....3

ひとり親家庭等の皆さんへ.....4～5

今月の表紙: 第50回内灘町民夏まつり 花火の祭典 (写真: 総務課・能澤)

7月25日(土)、内灘町民夏まつりが3年ぶりに開催されました。

フィナーレを飾った花火の祭典では、美しい光の大輪が夜空を鮮やかに彩り、会場は歓声に包まれました。

(詳細は2ページ)

第50回内灘町民夏まつり

7月25日(土)に蓮湖渚公園を会場に内灘町民夏まつりを開催しました。
当日は天候にも恵まれ、会場は、はまなす歌謡祭や花火の祭典を楽しみにしてきた来場者で賑わっていました。
また、今回は、石川プロレスによるプロレス体験や試合、電動ミニカー「みにくる」の体験、石川ミリオンスタースによるバント教室など、多彩な内容で実施し、多くの方に楽しんでいただきました。



黒川 紀久子
針谷 紀久子



マーチン RYO



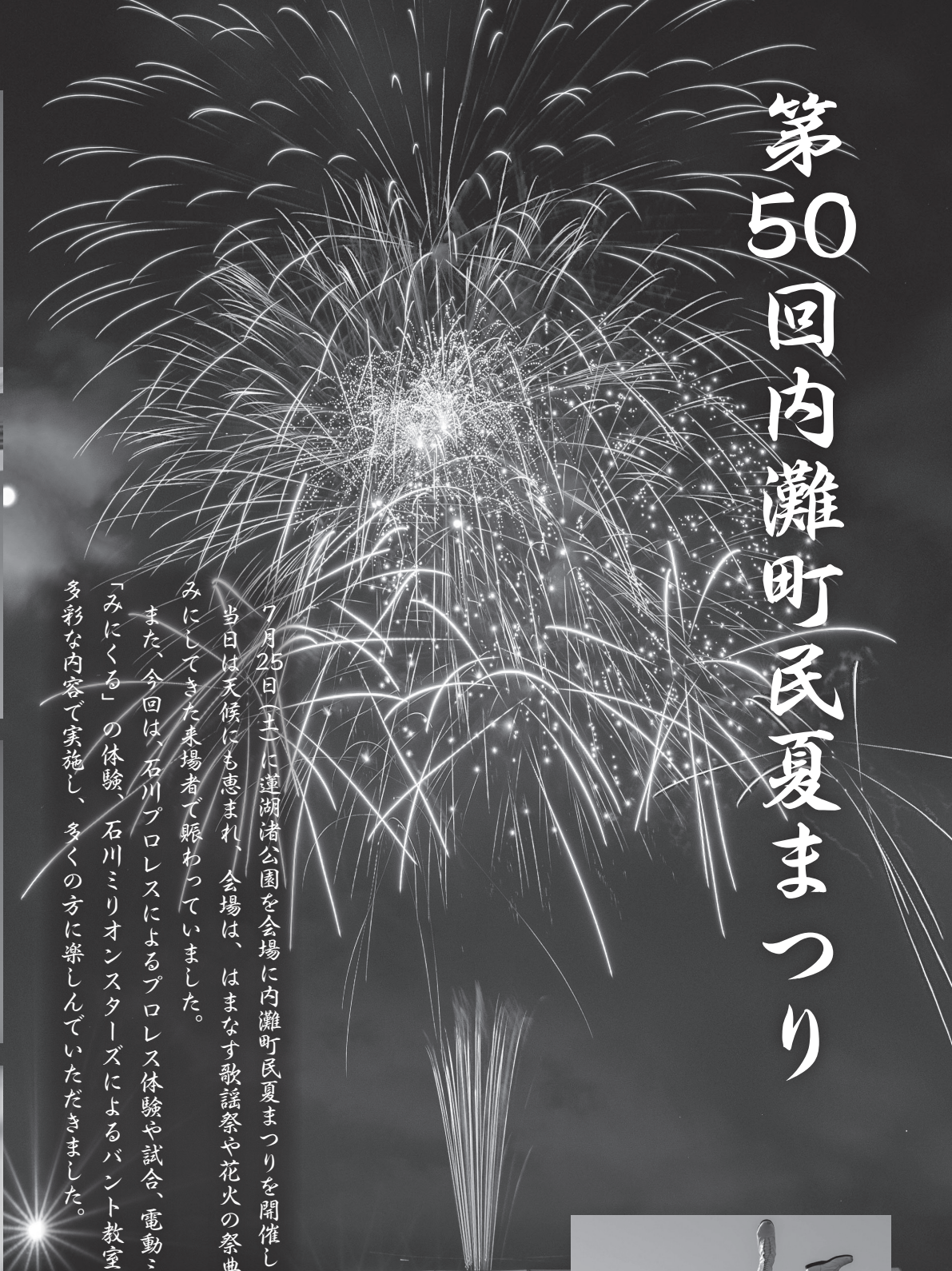
MIHO



クミシヤ



エイト MAN





JAPAN GAMES MASTERS 2026 ISHIKAWA

日本スポーツマスターズ 2026 石川大会

9.18 FRI ▶▶ 22 TUE

白熱のトラックレース

【自転車競技(トラック)】

■会場 石川県立自転車競技場

(内灘町字宮坂に460)

■競技日程(予定)

開始式 9月19日(土) 12:30 ~
開始式終了後、競技開始

閉会式 9月20日(日) 15:00 ~

※写真は昨年度2025愛媛大会自転車競技
(ロード・レース)のものです。



ピックアップ①:内灘町で風と一体になる、
自転車競技が自転車競技場で開催!

© JSPO (日本スポーツ協会)

ピックアップ②:燃えあがれ内灘魂、内灘町民も様々な種目に出場します!

～ VOICE ～ CHALLENGER INTERVIEW

日本スポーツマスターズ2026石川大会 水泳競技に出場される
南 加代子 さんと高西 司津子 さんにお話をうかがいました!

●出場種目を教えてください。

⇒南さん:50m背泳ぎと100m背泳ぎに出場します。

高西さん:私は50m平泳ぎと50m自由形です。

●競技歴は何年になりますか?

⇒二人:約30年です。子どもの頃からやっていた訳でなく、
大人になり、子育てが落ち着いた頃から始めました。

●今回のマスターズへの意気込みを教えてください。

⇒南さん:今の自己ベストを1秒でも縮められるよう力を尽
くしたい。

高西さん:地元開催ということもあり、出場を決めた。

精一杯楽しんで挑みたい。

みなさんの応援で、地元選手の背中を後押ししましょう!



楽しみながら練習に励むお二人

© JSPO (日本スポーツ協会)



昨年度(愛媛大会)の様子



←詳しい大会情報は、日本スポーツマスターズ2026
石川大会ホームページをご覧ください。

問い合わせ先 文化スポーツ課

☎(076) 286-6716

ひとり親家庭等の皆さんへ

申請・問い合わせ先 子育て支援課 ☎(076)286-6726

児童扶養手当

次のいずれかにあてはまる18歳になつて最初の3月31日までの児童(中程度の障がいのある児童は20歳未満について、その児童を監護している父または母および養育している方に手当が支給されます。〔所得制限あり〕

支給対象児童

1. 父母が婚姻解消した児童
 2. 父または母が死亡した児童
 3. 父または母が重度の障害(国民年金の障害等級1級程度)にある児童
 4. 父または母の生死が明らかでない児童
 5. 父または母に引き続き1年以上遺棄されている児童
 6. 父または母が裁判所からのDVによる保護命令を受けた児童
 7. 父または母が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童
 8. 母が婚姻によらないで懐胎した児童
 9. 父・母がともに不明である児童
- 注意**
- 右記事項が解消された場合や事実上の婚姻関係がある場合等は手当を受けることができません。

支給額

児童数や所得に応じて変わります。
(令和8年4月から)

	全部支給	一部支給
児童1人のとき	月額48,050円	月額48,040円 ～ 11,340円
児童2人以上のとき (2人目から1人につき)	加算額 11,350円	加算額 11,340円 ～ 5,680円

児童扶養手当 現況届の

手続きはお早めに・・・

対象の方に通知を送付します。期限までにご提出をお願いします。

提出期限 8月31日(月) ※土日祝日除く

注意

- 期限までに手続きしない場合は、支払時期に手当が受けられなくなります。
- 2年間手続きしない場合は、受給資格が消滅します。

広告

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
広告を載せませんか！

広報うちなだ

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

内灘町ホームページ ※バナー広告で、1か月を単位とし毎月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/1月

広告料は6か月以上連続掲載申込で1割、
12か月連続申込で2割が割引され、断然お得になっています。

問い合わせ先：総務部 総務課

AUTOBACS/CARS 車買取・販売

「そろそろ、車検か。」

車検通す?  買い替える?

ご相談だけでも、もちろんOK!

石川内灘店(内灘SS内)
内灘町向薬崎5-16
☎076-238-5655
営業時間7:30~19:30(水曜休み)



LINEもしくは電話にて
ご相談予約受付中!

ひとり親家庭等 医療費助成

ひとり親家庭等の父または母に対し、各月の医療費の合計から千円を差し引いた額を助成します。また、児童分については各月の医療費の全額を助成します。

ただし、保険適用分のみが対象となります。予防注射、健診など保険外診療の自費分については助成の対象となりません。

ひとり親家庭等医療費受給 資格現況届の提出について

対象の方に現況届の様式を送付します。期限までにご提出をお願いします。

提出期限 8月31日(月) ※土日・祝日除く



ひとり親家庭等 児童奨学金・就学援助金

ひとり親家庭等に奨学金および就学援助金を支給します。

支給額(児童1人あたり)

就学前児童	奨学金	2,000円/月
高 校 生	奨学金	2,500円/月
	就学援助金	2,500円/月

※高校などを中途退学された方はご連絡ください。

支給対象者

内灘町に住所を有し、次のいずれかに該当する者を監護している父または母および養育者

● 保育所等に入学している児童

● 高等学校等(ただし、通信制または定時制の過程に就学している児童のうち就職している児童を除く)に在学中の児童

支給月 10月・翌年度4月(計2回)

ひとり親家庭 学童保育クラブ利用助成

ひとり親家庭等に学童保育料の一部を助成します。

助成額(児童1人あたり)

1か月 3,000円

助成対象者

町内の学童保育クラブ在籍の小学生を養育しているひとり親家庭等の父または母および養育者

申請方法

各学童保育クラブまたは子育て支援課まで申請書をご提出ください。

※8月下旬から受付を開始します。

支給時期

学童保育料の納入を確認したうえで、4・9月分を11月に、10・3月分を翌年度5月に振り込みます。



広告

能登復興推進特例分

高齢者活躍人材確保育成事業



ともに能登の明日へ

クリーンスタッフ講習

プロに学ぶ ワクワク! お掃除!

受講料
無料!

日時 9月9日(水) 9:15~16:30

会場 内灘町文化会館 内灘町宇大清水 140

対象 60歳以上の方(定員10名)
受講後シルバー会員として就業を希望される方

締切 8月26日(水)

申し込み 内灘町シルバー人材センター まで
問合せは TEL 076-286-2992



「長寿祝券」の贈呈について

内灘町では「長寿お祝い」制度として、「節目の歳」の皆様に、長寿祝券を贈呈しております。お住まいの地区の民生委員児童委員を通じて9月中旬にお届けします。(申請の必要はありません)

9月末までに届かない場合は、福祉課までご連絡ください。

対象者・贈呈品

9月1日において、本町の住民基本台帳に1年以上登録されており、今年度で満75歳、満88歳の方に支給されます。

満88歳の方 昭和13年 4月 1日生から 昭和14年3月31日まで	祝券 30,000円分 内灘町商工会 共通商品券(30,000円)
満75歳の方 昭和26年 4月 1日生から 昭和27年3月31日まで	祝券 5,000円分 内灘町商工会 共通商品券(3,000円) 展望温泉ほのぼの湯 利用券(2,000円)

身体障害者補助犬(ほじょ犬)をご存じですか？



ほじょ犬は、目や耳、手足に障がいのある人のお手伝いをする犬のことで、ペットではありません。特別な訓練を受けているので、社会のマナーを守り、衛生面も管理されています。公共施設や交通機関、飲食店など、いろいろな場所に同伴できます。

盲導犬

目に障がいのある人と一緒に歩き、交差点や段差で止まったり、障害物や車の接近を知らせたりして、安全に歩けるようサポートします。体に白、または黄色のハーネス(胴輪)をつけています。

介助犬

体に障がいのある人の手足となり、落とした物を拾ったり、ドアの開閉をしたりするなど、日常生活をサポートします。外出時には介助犬と書かれた胴着をつけています。

聴導犬

耳に障がいのある人に、ブザー音や電話の呼び出し音など、生活上必要な音を知らせて行動をサポートします。外出時には、聴導犬と書かれた胴着をつけています。

問い合わせ先 福祉課

☎(076)286-6703

問い合わせ先 福祉課

☎(076)286-6703

入札契約一覧(令和8年6月執行分)

問い合わせ先 総務部 総務課 ☎(076)286-6720

制限付き一般競争入札: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	6月 4日	役場庁舎屋上防水改修工事(議会棟)	北川瀝青工業(株)	31,339,000	34,133,000	31,328,991	91.81
2	6月26日	庁内ネットワーク無線LAN環境構築工事	(株)石川コンピュータ・センター	33,869,000	35,652,100	32,713,035	95.00

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	6月12日	消防庁舎仮眠室改修工事	新谷建築	8,525,000	8,965,000	8,245,325	95.09
2	6月12日	内灘海水浴場公衆便所改修工事	新谷建築	2,024,000	2,178,000	2,003,358	92.93
3	6月12日	内灘町文化会館直流電源装置蓄電池取替工事	(有)東電気商会	5,694,700	5,995,000	5,509,884	94.99
4	6月12日	鶴ヶ丘排水機場仮設ポンプ設置工事(その2)	(株)柿本商会	17,050,000	18,733,000	16,834,706	91.02

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	6月10日	内灘海水浴場監視業務	日本海警備保障(株)	2,494,800
2	6月10日	雨水浸透施設清掃点検業務	(株)オレンジかほく	1,650,000
3	6月10日	除雪機械賃貸借	コマツ石川(株)	4,488,000
4	6月10日	除雪機械購入	コマツ石川(株)	11,517,000
5	6月10日	土地家屋台帳履歴管理システム用機器賃貸借/単位:1か月あたり	(株)石川コンピュータ・センター	52,700
6	6月10日	ウイルス対策ソフトウェア使用料	リコージャパン(株)デジタルサービス営業本部石川支社石川営業部	883,300
7	6月30日	高齢者新型コロナ予防接種券・高齢者インフルエンザ予防接種券作成、封入、封緘業務	ヨシダ印刷(株)	1,428,350

- 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3,000万円以上の(災害復旧工事を除く)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。
- 令和6年11月より開札直前にランダム係数を用いて決定する変動型最低価格制度を導入しました。
対象は、発注予定金額200万円を超える「建設工事」、発注予定金額100万円を超える「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。

内灘町における中学校部活動の「地域展開」について

■ 部活動の地域展開とは(文部科学省の方向性)

近年、急激な少子化の進展や学校における働き方改革の必要性が高まる中、将来にわたって生徒がスポーツ・文化芸術活動に継続して親しむ機会を確保・充実するためには、地域の実情等に応じて、地域資源を最大限活用しながら、生徒のニーズに応じた多様で豊かな活動を実現することが重要です。

部活動の地域展開等は、地域の様々な関係者が連携・協働し、生徒たちにとってより良いスポーツ・文化芸術環境を未来へ繋ぐ取り組みです。文部科学省ではガイドラインを策定し、令和8年度から13年度までの6カ年を「改革実行期間」とし、「改革実行期間内に、原則、全ての学校部活動において地域展開の実現」の方針を示しています。

■ 内灘町の方針

令和8年9月以降、休日の部活動を停止し、地域クラブとして活動できるよう地域展開を進めております。平日は、従来通り部活動を行っていきます。また、大会等に関しては、原則、部活動から出場することになります。

現在、休日部活動の受け皿となる地域クラブを設立するために、各スポーツ団体および文化団体との意見交換を重ねながら準備を進めているところです。体制が整った部活動から休日の活動を地域クラブに展開していく予定です。

また、地域クラブ活動で指導・補助してくださる指導者・指導補助の方々を募集しております。新しいスポーツ環境を整備するには多くの方々からのご協力が必要です。興味がある方は文化スポーツ課までお問い合わせください。

令和8年8月まで

月	火	水	木	金	土	日
○	○	×	○	○	○	×

○…学校部活動

×…休み

●…地域クラブ活動

令和8年9月から

月	火	水	木	金	土	日
○	○	×	○	○	●	×

問い合わせ先 文化スポーツ課 ☎(076) 286-6716

内灘町新型インフルエンザ等対策行動計画を改定しました

新型コロナウイルス感染症の経験を踏まえ、政府行動計画および県行動計画が改定されました。これを受け、町の行動計画を2026年6月に改定しました。

感染症危機に対応するためには、平時からの体制づくりや備えが重要です。町では、町行動計画に基づき、国や県等関係機関と相互に連携協力しながら新型インフルエンザ等対策の的確かつ迅速な実施に向けた備えを行って参ります。また、感染症の拡大を防ぐためには、町民1人1人の普段からの健康管理や基本的な感染対策などが大切です。町民の皆様も本計画にご理解、ご協力をお願いします。

町行動計画の目的	
●感染拡大を可能な限り抑制し、町民の生命および健康を保護する ●町民生活および経済に及ぼす影響が最小限となるようにする	
対象とする感染症	対策項目
●新型インフルエンザ等感染症 新型インフルエンザ 再興型インフルエンザ 新型コロナウイルス感染症 再興型新型コロナウイルス感染症	対策1 実施体制 対策2 情報提供・共有、リスクコミュニケーション 対策3 まん延防止 対策4 ワクチン
●指定感染症	対策5 保健
●新感染症	対策6 物資
	対策7 町民生活および地域経済の安定の確保



詳細はこちら
(町ホームページ)

問い合わせ先 保健センター ☎(076) 286-6101

暮らしの情報

電子申請はこちら



Information on living

募集 夕陽ヶ丘苑職員募集

職種および採用人員

- ①介護職員（正職員・非常勤嘱託職員・パート） 各1名
- ②介護支援専門員（在宅相談センター・正職員） 1名

応募資格

- ①資格不要
- ②介護支援専門員資格を有する居宅ケアマネ経験のある方

賃金

- ①②正職員 当法人規程による（年齢経験等勘案 ※諸手当有り）
- 賞与 年2回4・65か月
- ①嘱託職員 当法人規程による
- 賞与 年2回2か月

①パート 時給1,090円

勤務日・勤務時間等

- ①正職員 交替制1日8時間勤務（夜勤を除く）

お問い合わせ

役場代表 TEL (076) 286-1111
FAX (076) 286-0617

総務部

総務課（危機管理室・デジタル推進室） ☎ (076) 286-6720
財政課 ☎ (076) 286-6723
税務課（総合収納室） ☎ (076) 286-6706

町民福祉部

住民課（環境管理室） ☎ (076) 286-6701
子育て支援課 ☎ (076) 286-6726
保険年金課 ☎ (076) 286-6702
福祉課 ☎ (076) 286-6703

復旧復興推進部

復興まちづくり推進課 ☎ (076) 286-6753
地籍調査室 ☎ (076) 216-5730
地域再建整備課 ☎ (076) 286-6713

都市整備部

企画振興課 ☎ (076) 286-6727
都市建設課 営繕 ☎ (076) 286-6710
上水 ☎ (076) 286-1115
下水 ☎ (076) 286-6718

教育部

学校教育課 ☎ (076) 286-6717
教育センター ☎ (076) 286-5481
文化スポーツ課（男女共同参画室） ☎ (076) 286-6716

会計課 ☎ (076) 286-6707
監査委員事務局 ☎ (076) 286-6730
選挙管理委員会 ☎ (076) 286-6720
議会事務局 ☎ (076) 286-6715

保健センター ☎ (076) 286-6101
地域包括支援センター ☎ (076) 286-6750
消防本部 ☎ (076) 286-0119
図書館 ☎ (076) 286-1930
文化会館 ☎ (076) 286-1123
子育て支援センター ☎ (076) 238-3233
こども家庭センター ☎ (076) 286-5622
働く女性の家 ☎ (076) 237-6440
シルバー人材センター ☎ (076) 286-2992
学校給食共同調理場 ☎ (076) 286-0212
屋内温水プール ☎ (076) 286-1800
（一財）内灘町公共施設管理公社 ☎ (076) 286-3766
社会福祉協議会 ☎ (076) 286-6953
夕陽ヶ丘苑 ☎ (076) 286-9911
展望温泉ほのぼの湯 ☎ (076) 286-3100

お知らせ 今月の納税

納期限 8月31日（月）

町民税・県民税

国民健康保険税

※8月は町民税・県民税及び国民健康保険税の年金からの引き落とし（特別徴収）の月です。

※納期限内に納められない場合は、ご相談ください。

問い合わせ先

税務課

☎ (076) 286・6706

保険年金課

☎ (076) 286・6702

お知らせ 家屋を新築・増築された方へ 家屋調査ご協力をお願い

本年中に新築または増築された家屋の固定資産税評価額を決定するため、実地調査を行っています。

対象となる方には、事前にご案内します。

調査の時間帯等

- 毎週月曜日～金曜日（祝日を除く）
- 午前9時～午後4時30分
- 所要時間 30分～1時間程度

問い合わせ先

税務課 ☎ (076) 286・6706

お知らせ 内灘町シルバー人材センターからのお知らせ

空家管理 承ります！

遠方に住んでいてたびたびは来られない実家や所有地が、ご心配ではありませんか？定期的な点検報告、除草作業などのご依頼は年間40件以上あります。ご希望をお聞きして、無料でご相談・お見積りします。まずはご相談を。新規会員登録中！「六十歳からの自分探し」今までのキャリアを活かしたい。●新しいことに挑戦したい。●細く長く健康でいたい。60歳以上で働く意欲のある方を募集しています。

入会説明会

毎週木曜日午後2時～（要予約）

問い合わせ先

内灘町シルバー人材センター

☎ (076) 286・2992

お知らせ 介護保険施設等における 食費・居住費の負担額が 変わります

介護保険施設（介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院）やショートステイを利用する方の食費・居住費については、低所得の方への補助補足給付を行っています。令和8年8月から一部の方を対象に、食費の負担額が30円（60円月額）、居住費の負担額が100円（月額）引き上がります。

●補助給付を受けるには、限度額認定申請が必要です。（前年度に申請いただいている方には7月初めに申請書をお送りしています。）

●新たに申請が必要な方は、福祉課の窓口でお手続きをお願いします。

問い合わせ先

福祉課

☎(076)286・6703



詳細はこちら
(町ホームページ)

お知らせ こころの健康・ひきこもり 相談(予約制・秘密厳守)

福祉課では、こころの悩みやひきこもりに関する事などについての相談を受け付けております。ご希望の日時等を事前にご連絡ください。

予約・問い合わせ先

福祉課

☎(076)286・6703

お知らせ 令和8年度 ふるさと納税返礼品 提供事業者向け説明会

町では、ふるさと納税の寄附受付サイトにお礼の品返礼品を掲載していただける事業者を募集しています。ふるさと納税で、全国へ商品のPRをするとともに、内灘町の魅力発信にご協力をお願いします。

日時 8月25日（火）午後2時～3時

場所 内灘町役場1階101会議室

申込方法

町ホームページ掲載の参加申込書に必要事項を記載のうえ、メールまたはFAXでお申し込みください。

締切 8月21日（金）

申込・問い合わせ先 企画振興課

☎(076)286・6727

FAX (076)286・6709

✉furusato@town.uchinada.lg.jp



参加申込書など
詳細はこちら
(町ホームページ)

お知らせ 国民健康保険に加入の方の 第三者行為求償について

第三者行為（交通事故、他人が飼う犬に噛まれる、食中毒など、他者によって生じた行為）によつてけが等をした場合、役場に届出をすることにより、国保を使って医療機関等を受診することができます。

届出がなかった場合、本来加害者が支払うべき医療費を町が負担することになり、最終的には皆さまが支払う国保税の増加につながります。

受診される際には、必ず事前に保険年金課まで第三者行為による傷病届の提出をお願いします。



提出書類など
詳細はこちら
(町ホームページ)

問い合わせ先

保険年金課

☎(076)286・6702

お知らせ 敬老の日の案内

日時 9月13日（日）午前9時30分～

場所 内灘町文化会館 大ホール

内容 1部 敬老の日 式典

2部 御供田幸子ショー

なお、詳細は来月号にて掲載します。

問い合わせ先

福祉課

☎(076)286・6703

お知らせ 霊園のお盆案内

物品販売について

8月11日（火・祝）～15日（土）の期間、管理棟で、きりこ・花・線香・ろうそく等を販売します。

管理棟休憩室について

熱中症対策のため、冷房機を設置、および冷茶機を設置します。待ち合わせやお疲れの方は、お気軽に管理棟休憩室をご利用ください。

問い合わせ先 都市建設課

☎(076)286・6710

お知らせ スマホ個別相談会 8月の開催日程

日時 8月26日（水）

①午前9時～ ②午前10時～

③午前11時～ ④午後1時～

⑤午後2時～ ⑥午後3時～

※事前申込が必要です。（定員に達し次第、受付終了）

場所 内灘町役場1階第2相談室

定員 各回1名 ※同行者1名まで

申込方法 電話

申込期間 8月17日（月）～24日（月）

●初参加の方 8月17日（月）～

●それ以外の方 8月18日（火）～

問い合わせ先 総務課デジタル推進室

☎(076)286・6720

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等に関する事
相談時間は30分間となります。

※完全予約制

日時 8月27日(木)
13:30~16:00
場所 内灘町文化会館1階 会議室4
(内灘町字大清台140)
申込・問い合わせ先
内灘町社会福祉協議会
☎(076)286-6953

心配ごと相談(秘密厳守)

人権相談、行政に対する苦情、架空請求、契約トラブル、生活困窮に関する相談など

※事前予約不要

日時 8月21日(金)
13:30~15:30
場所 内灘町役場1階 101会議室
(内灘町字大学1-2-1)
問い合わせ先
住民課 ☎(076)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 8月18日(火)
13:00~16:00
場所 内灘町役場1階 第2相談室
(内灘町字大学1-2-1)
申込・問い合わせ先
住民課 ☎(076)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 8月26日(水)
10:00~11:00
場所 内灘町役場1階 101会議室
(内灘町字大学1-2-1)
問い合わせ先
福祉課 ☎(076)286-6703
FAX(076)286-6704

消費生活相談窓口から

訪問買い取りのトラブルを防ぐには

飛び込みで消費者宅を訪れ、不要品の売却を勧誘することは法律で禁止されていますが、ルールを守らない購入業者がいます。違法な勧誘で貴金属などを強引に買い取られる被害も発生しており、注意が必要です。

消費者へのアドバイス

- 突然訪問し勧誘することは禁止行為です。そのような業者は対応しない。
- 突然の訪問で困った場合、一人で対応せず、家族などに同席してもらう。
- 購入業者名、所在地、連絡先を必ず確認する。
- 購入業者は、消費者が事前に承諾していない物品の売却を求めることはできません。売るつもりのない貴金属などの売却を迫られても、安易に見せず、きっぱり断わる。
- 売却する場合は物品の種類、特徴、購入価格、フリリング・オフについて記載された書面の交付を求める。
- 売却後も8日間物品の引き渡しを拒むことができます。その場ですぐに物品を引き渡す必要はありません。

問い合わせ先

住民課 消費生活相談窓口
☎(076)286・6701



ウッチー&ナディのワンポイント手話



人差し指と中指を立てて眉間に当てます



両手の人差し指を立てます



お辞儀をするように折り曲げます

今月の手話

「こんにちは」

手話を始めてみませんか？
まずは簡単なあいさつから！

手話協力 手話サークルWILL
毎週火曜日(第5週目・祝日はお休み)
19:30~21:00
内灘町文化会館にて活動中
初めての方も大歓迎です！

展望温泉 ほのぼの湯

- 8月の変わり湯
ハイビスカスの香湯

※変わり湯は、土日および祝日限定となります。

- 8月イベント情報

- ①「折り紙金魚釣り」(無料)

折り紙の金魚を、釣り竿で上手にキャッチ！小さなお子さまから大人の方まで、ご家族みなでお楽しみいただけます。

- ②「ほのぼの折り紙」コーナー(無料)

8月は「蝉」を作りましょう！
夏の空に響く「ミン、ミン」という鳴き声を聞くと、不思議と探したくなる蝉の姿を、折り紙で作って眺めると、夏の思い出がひとつ増えたような喜びを感じるでしょう。

直近の実施日

休館日	町民無料デー 第2・第4土曜日
	8月 8日(土) 8月22日(土)
9月 1日(火)	9月12日(土)
10月 6日(火)	9月26日(土)

※ご利用の際は、本人確認ができる身分証明書を提示してください。

問い合わせ先 展望温泉ほのぼの湯

☎(076)286・3100

お知らせ 福祉の広場

不登校の子どもに寄り添う親のサロン

+ 子どもサロン

不登校についてお茶をしながら、話をしたり、聴いたりしませんか。

子どもサロンは、宿題やゲーム等好きな時間を過ごせる居場所です。子ども達の参加も大丈夫です♪

日時 8月22日(土)午後2時～4時

場所 内灘町文化会館

内容 茶話会

参加費 無料(申込不要)

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と一緒に悩みを分かち合いませんか。

①日時 8月8日(土)午後2時～4時

場所 内灘町文化会館

参加費 無料(申込不要)

②日時 9月5日(土)午後2時～4時

場所 大湊公民館

参加費 無料(申込不要)

③日時 8月22日(金)午後6時～8時

場所 結力フェ(鶴ヶ丘3・1)

参加費 100円

(ソフトドリンク代、軽食付)



ヒーリング・コア
・とまり木

内灘町ボランティア講座

「マ」をつなぐ傾聴講座

～人と人との温かな寄り添いのために～

内容 傾聴スキルを学ぶ

日時 8月27日(木)午前10時～正午

場所 内灘町文化会館 多目的ホール

こころの支援員・講師

社会福祉士／精神保健福祉士

坂尻 他津子氏

申込締切 8月24日(月)

参加費 無料(要申込)



申込はこちら

福祉の広場 申込・問い合わせ先

内灘町社会福祉協議会

☎(076)286・6953

お知らせ マイナンバーカード 臨時窓口

マイナンバーカード申請・交付・暗証

番号変更・電子証明書の発行・更新のため

の臨時窓口を開設しています。

完全予約制です。(先着30名)

日時 9月13日(日)、10月4日(日)

午前9時～正午

場所 内灘町役場1階住民課

予約受付時間

平日 午前8時30分～午後5時15分

予約・問い合わせ先 住民課

☎(076)286・6701

お知らせ 就学時健康診断

来年度、小学校に入学予定のお子さま(令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ)の就学時健康診断を次のとおり実施します。

対象の方には、8月上旬にお知らせを郵送いたします。8月18日(火)を過ぎても届かない場合は、学校教育課までご連絡ください。

なお、指定受診日、受診場所は通知書に記載されている通学区の小学校になりますのでご注意ください。

※西荒屋小学校入学予定の方は鶴ヶ丘小学校での受診となります。

入学予定校	受診日	受付時間
向栗崎小学校	9月10日(木)	13:20～
清湖小学校	9月30日(水)	13:20～
鶴ヶ丘小学校	9月18日(金)	13:30～
大根布小学校	9月 8日(火)	13:10～
白帆台小学校	10月 6日(火)	12:50～
西荒屋小学校	9月 3日(木)	13:20～

問い合わせ先 学校教育課
☎(076)286・6717

お知らせ ナダスタでお得なランチ& 限定フレーバーのソフト クリームを楽しもう!

展望レストランでは、平日限定のお得なランチと期間限定フレーバーのソフトクリームを販売中です。

平日限定ランチはポリュウム満点の定食や丼物、麺類にソフトドリンクも付いてくるお得なランチです。

また、現在販売中のソフトクリームは期間限定フレーバー『ラムネ』味で、ひんやり夏らしくどこか懐かしさもある味わいとなっております。

この夏もぜひナダスタでお楽しみください。

料金

●平日限定ランチ

Aランチ(ご飯物・Bランチ(麺類)

各700円

●ソフトクリーム(バナナ、ミックス、ラムネ)

各400円

場所

内灘町総合公園内 展望レストラン

営業時間 午前11時～午後3時

※ラストオーダー 午後2時30分

定休日 毎週火曜

問い合わせ先

内灘町サイクリングターミナル

☎(076)286・3766



詳しくはこちら
「ナダスタ」
ホームページ)



お問い合わせ

総務部
総務課

TEL (076)286-6720

FAX (076)286-0617

故中村銑司氏(鶴ヶ丘)に

旭日単光章授与

昭和62年、内灘町議会議員に初当選後、平成15年までの4期15年9カ月の永きにわたりご活躍され、本町の地方自治振興に多大な貢献をされました。

このたび、それらの功績が認められ、令和8年2月19日の生前にさかのぼり旭日単光章が授与され、6月18日(木)、内灘町役場にて生田町長からご家族の中村秀樹氏へ伝達されました。

叙勲を囲み、記念撮影を行いました



河北潟・水辺の小学校

7月7日(火)、白帆台小学校の5年生が金沢市のこなん水辺公園で「水生生物の観察」、「水質調査」を行い、河北潟の環境について理解を深めました。河北潟をきれいにし、たくさん生きものが棲める環境を守るには、一人ひとりが何に気を付けなければいけないのか考える良い機会となりました。

どんな生き物が
棲んでいるかな？



全国少年補導功労者表彰 栄誉銅章

6月24日(水)に行われた全国少年補導功労者表彰伝達式において、中村勇氏(向粟崎)が栄誉銅章を受賞されました。

中村氏は、長年にわたり、小中学校のPTA活動や、青少年の健全育成活動に尽力されました。平成12年からは、石川県青少年育成推進指導員として活動され、また令和2年からは少年指導委員、令和4年からは河北郡市少年補導員連絡会の会長としても、青少年の健全育成および地域交流に貢献されております。

受賞された中村氏は、「今後とも頑張ります。」と意気込みを語りました。

表彰
おめでとうございます



PFUブルーキャッツ石川かほくと「フレンドリータウン協定」を締結

6月25日(木)、PFUブルーキャッツ石川かほくと「フレンドリータウン協定」を締結しました。

本協定はバレーボールを通して、地域振興を図ることを目的とするものです。今後は、本協定のもと、ホームゲームの町民無料招待をはじめ、選手との交流事業やイベントを行ってまいりますので、ぜひご参加ください。

内灘町の振興に
取り組みます



石川県視覚障害者福祉文化内灘大会に ボランティア倶楽部「ZERO」が 参加しました！

参加しました！

6月28日(日)の「第74回石川県視覚障害者福祉文化内灘大会」に内灘中学校の生徒で構成されるボランティア倶楽部「ZERO」のメンバーが参加しました。

メンバーは、視覚障害者の方の介助や大会運営補助を行い、みんなで助け合う優しい思いやりの気持ちを育みました。



お疲れ様でした♪



第76回社会を明るくする運動 「犯罪や非行を防止し、 立ち直りを支える地域のチカラ」

立ち直りを支える地域のチカラ

7月1日(水)、第76回社会を明るくする運動内閣総理大臣メッセージ伝達式が行われました。

この運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と立ち直りを支援する「更生保護」について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、明るい地域社会を築くための全国的な運動です。

今年は、「保護司」や「更生保護女性会」をはじめとする「更生保護ボランティア」を広く知ってもらおうという統一テーマのもと、内閣総理大臣メッセージが伝達されました。

伝達式後には、町の商業施設において、啓発キャンペーンを行いました。

内閣総理大臣
メッセージが
伝達されました



主任児童委員の学校訪問

6月22日(月)・23日(火)の2日間で、主任児童委員が町内の小中学校、教育センターおよびこども家庭センターを訪問し、子ども達の様子から支援状況や各組織の連携状況等を確認しました。主任児童委員・児童委員は、学校等とも連携し、子どもたちの地域生活を応援していきたいと考えています。



子どもたちの
地域生活を
応援します！



声掛け訪問

7月1日～7月末にかけて、民生委員が、75歳以上の一人暮らしの方のお宅に声掛け訪問を行いました。定期的な訪問活動の一環であり、今回は熱中症予防の注意喚起と「救急車を呼ぶか迷ったときに相談する電話番号マグネット」をお渡ししました。

訪問先の方からは「民生委員に道で会っても、公民館で会っても一声かけてもらえて嬉しいし、担当の委員の顔を見ていつも安心します。いくら子供が近所においても、民生委員の存在が嬉しく思っています」との声をいただき、民生委員からも「訪問を続けるうちに、近隣のつながりや情報を教えてもらい、民生委員活動にご協力いただけて助かっています」とお互いに協力し合う姿が印象的でした。

今後皆さんの気持ちに寄り添いながら、見守り活動を通して地域の皆様との相談役として活動します。

暑さに
気を付けて



内灘町健康づくり推進事業

～おいしく食べて健康になろう～

いしかわヘルシー&デリシャスメニュー クッキング

日時 8月28日(金) 午前10時～12時30分

場所 保健センター調理室

参加費 200円/人

持ち物 エプロン、手拭き、タオル
三角巾(バンダナ等)、飲み物

定員 10名※先着順、定員になり次第締切

対象 18歳以上の方(託児はありません)

募集期間 8月17日(月)～8月20日(木)

申込・問い合わせ先 保健センター

☎(076)286-6101

～メニュー～

- 油で揚げないカツとじ風
- 切り干し大根の香り和我
- 小松菜の中華スープ
- ごはん

いしかわヘルシー&デリシャスメニューとは？

健康寿命延伸のためには、生活習慣病を予防することが重要です。

そのためには適切な食生活が欠かせません。石川県では、エネルギーと塩分、野菜量に配慮した体にやさしく、おいしいメニューの開発を行い、レシピの普及事業を行っています。

できないように注意
しましょう。



詳しくはこちら
(県ホームページ)

蚊を減らすポイント

●必要に応じ、虫よけ剤を使用する。

●素足やサンダル履きは、できるだけ避ける。

●長袖シャツ、長ズボンなどを着用し、肌の露出を避ける。

●素足やサンダル履きは、できるだけ避ける。

●長袖シャツ、長ズボンなどを着用し、肌の露出を避ける。

予防のポイント

注意しましょう。

航行する際には、蚊に刺されないように注意しましょう。

やぶなど蚊が発生しやすい場所で活動する際や、デング熱などの流行地に渡航する際には、蚊に刺されないように注意しましょう。

やぶなど蚊が発生しやすい場所で活動する際や、デング熱などの流行地に渡航する際には、蚊に刺されないように注意しましょう。

やぶなど蚊が発生しやすい場所で活動する際や、デング熱などの流行地に渡航する際には、蚊に刺されないように注意しましょう。

やぶなど蚊が発生しやすい場所で活動する際や、デング熱などの流行地に渡航する際には、蚊に刺されないように注意しましょう。

やぶなど蚊が発生しやすい場所で活動する際や、デング熱などの流行地に渡航する際には、蚊に刺されないように注意しましょう。

蚊媒介感染症について

●●●乳幼児健診・教室のお知らせ●●●

8月	実施日	対象
4か月児健診	18日火	令和8年4月生
1歳6か月児健診	25日火	令和7年1月生
3歳児健診	6日木	令和5年4月生
5歳児健診 (受付) 12:45～13:15	7日金	白帆台保育園
	21日金	内灘はまなすこども園
ベビーマッサージ 10:00～11:45	20日木	生後2か月頃～ ハイハイ時期 (要予約・先着10組)
9月	実施日	対象
4か月児健診	8日火	令和8年5月生
1歳6か月児健診	15日火	令和7年2月生
3歳児健診	3日木	令和5年5月生
5歳児健診 (受付) 12:45～13:15	4日金	鶴ヶ丘こども園
	18日金	千鳥台幼稚園
(離乳食教室) ひよこごさーフル 13:30～15:00	16日水	生後7か月～ 8か月 (離乳食中期頃) (要予約)
ベビーマッサージ 10:00～11:45	17日木	生後2か月頃～ ハイハイ時期 (要予約・先着10組)

※乳幼児健診は個別にご案内します。

ウィメンズヘルスケアサービス「ルナルナ」有料プランの無償提供開始のお知らせ

石川県では、思春期を含む若い世代への性や健康に関する正しい知識の普及啓発をはじめ、妊娠を希望される方々への妊活等の支援を行うため、今回、ウィメンズヘルスケアサービス「ルナルナ」を運営する株式会社エムティーアイと連携協定を締結しました。これにより石川県にお住まいの方は、通常有料の「ルナルナ プレミアムコース」を無料でご利用いただけます。妊娠・出産を考えている方をはじめ、ヘルスケアに関心のある方におすすめです。ぜひご利用ください。

提供期間 令和10年6月30日まで

※期間終了後は、自動的に無料プランに切り替わります。

利用方法

左記の内灘町特設ページにアクセスして利用登録をしてください。

問い合わせ先

石川県健康福祉部少子化対策監室
子育て支援課

☎(076)225-1424



内灘町特設ページ

内灘町の健康課題の解決に向けて～ STOP！糖尿病～

内灘町国民健康保険加入者の健診結果をみると、約7割の方のHbA1cの値が「正常高値」以上に該当しています。これは石川県全体と比較すると多く、内灘町の健康課題として保健指導などの取り組みに力を入れています。糖尿病は予防がとても大切です。そこで、今月から3回シリーズで糖尿病についてお伝えしていきます。

まずは、ご自分のHbA1cの値を知り、どの段階にいるのか確認してみましょう

HbA1cとは・・・赤血球中のヘモグロビンと糖がくっついたもので、過去1～2か月間の平均血糖値を表します。食事時間に影響されません。糖尿病の診断に用いられる検査です。

特定健診(内灘町国民健康保険加入者)の結果より

HbA1cの値	5.6%未満	5.6～6%未満	6～6.5%未満	6.5～7%未満	7%以上
	正常型	正常高値	境界型	糖尿病型	
石川県(R6)	41.7%	35.4%	12.4%	5.4%	5.1%
内灘町(R6)	30.1%	40.7%	18.1%	5.1%	6.0%

この段階で気付いた時が あなたの行動の分かれ道です！ 境界線型Aさんを例に 見てみましょう。	将来糖尿病になる 可能性が大きい	糖尿病の 可能性がある	糖尿病の治療を検討する	合併症を起こす 可能性が大きい
	軽度時から血管が傷み始めます (動脈硬化の始まり)			

令和4年健診	令和4年 内科で	令和7年健診
空腹時血糖 108		空腹時血糖 281
HbAc(JDS値) 6.1		HbAc(JDS値) 10.1
～保健指導時～ 「HbA1c 6.1」は「糖尿病の可能性がある」に入ります。詳しい検査をしておきましょう。 保健師	「境界型糖尿病」です。今はまだ薬は飲む段階ではありませんが、「食事療法と運動療法」が必要です。2か月に1回は定期的に血液検査をしましょう。 生活習慣を変えずに3年後…	合併症の危険のある重症な糖尿病 糖尿病治療とは「薬を飲むこと」だと思っていませんか？
保健師の説明を聞いたら糖尿病かもしれない。早めに病院に行って、詳しい検査をしてもらおう。 Aさん	な～んだ、薬飲まなくていいなら大丈夫だな！ 保健師はすぐ脅かすんだから・・・ 朝ごはんは簡単に菓子パン。ジュース大好き♡	気をつけていれば良かった・・・

「食事療法」も「運動療法」も大事な治療です！

HbA1cの値が高いまま持続すると、心臓や脳、腎臓や目など、全身のあらゆる場所で合併症を一気に起こしてしまいます。これらを防ぐために、定期的に健診を受診し、早くに自身の段階に気づくことが大切です。できるところから食事の見直しや運動に取り組むことで、正常型の方に戻していくことも可能です。次号では、食事療法、運動療法について詳しくご紹介します。

この特集に関する問い合わせ先 保健センター ☎(076) 286-6101



お問い合わせ・予約

カンガルーム内灘

TEL&FAX (076) 238-3233

住所 内灘町字
向陽台1丁目97番地開館時間 ●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

いしかわ中央子育てアプリ



【iPhoneの方】 【Androidの方】



いしかわ子育てアプリ

検索

8月の
催し

妊婦交流会「ハロー♡ベビーサロン」

8月17日(月) 13:30～15:00 ※参加費:無料

※母子手帳交付時から、おおむね1歳までのお子さんがいるお母さんが対象です。
※育児体験などもあります。要予約
(託児有)9月の
催し

妊婦交流会「ハロー♡ベビーサロン」

9月14日(月) 13:30～15:00 ※参加費:無料

※母子手帳交付時から、おおむね1歳までのお子さんがいるお母さんが対象です。
※育児体験などもあります。要予約
(託児有)

みんななかよし「季節の遊びを楽しもう！」

9月16日(水) 10:30～11:30

※R5.4～R8.3生のお子さんが参加できます。

要予約
40人

保育施設見学

※来春、保育施設に入園予定の町内在住の親子が対象です。

要予約

千鳥台幼稚園	9月 9日(水) 10:00～11:00	10組
誠美幼稚園	9月10日(木) 10:00～11:00	10組
大根布保育園	9月11日(金) 10:00～11:00	10組
向陽台保育園	9月15日(火) 10:00～11:00	10組
内灘はまなすこども園	9月24日(木) 10:00～11:00	10組
鶴が丘こども園	9月29日(火) 10:00～11:00	10組

8月・9月の行事予定

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
8月13日・27日、9月10日・24日

おいでおいで(第1・3金曜日10:30～)

歌・手遊び・体操など
8月7日・21日、9月4日・18日
※第3金曜日は避難訓練も行います。

ブックスタート「ほほほほん」

※1歳未満のお子さんには絵本の引き換えを
行っております。まだ受け取っていない方は、
ご都合の良い日にお子さんと一緒に越し
ください。

身体計測(第2・4金曜日9:30～11:30)

8月14日・28日、9月11日・25日

一時保育
をしています問い合わせ先
カンガルーム内灘

通院やりフレッシュなど、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4時間以内

場所 カンガルーム内灘

対象 内灘町在住のおおむね6か月(要相談)～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4時問い合わせ先
河北都市医師会
☎(076)285-2770

8月

9 (日)	いこま眼科医院 河北郡津幡町津幡2-522 ☎(076)289-4175	23 (日)	はまなすクリニック(耳鼻咽喉科) 河北郡内灘町字ハマネス2-7 ☎(076)286-3387
11 (火・祝)	秋山クリニック(胃腸・内・肛門) 河北郡内灘町字ハマネス1-8-1 ☎(076)286-8843	30 (日)	おくやま内科クリニック(内・腎・糖尿病) 河北郡津幡町北中条2-31 ☎(076)254-5711
16 (日)	政岡医院(内・小) 河北郡内灘町字鶴ヶ丘4-1-265 ☎(076)286-1766		らいふクリニック(内) かほく市白尾口32-1 ☎(076)283-6200
	北谷クリニック(消・外・小・内) かほく市高松ア1-1 ☎(076)281-8801		松岡医院(内・小) 河北郡津幡町越中坂90 ☎(076)288-1013
	藤田整形外科クリニック かほく市内日角4-1 ☎(076)283-7177		
	紺谷医院(内・小) かほく市木津へ12-1 ☎(076)285-0020		

9月

6 (日)	望月眼科医院 河北郡内灘町字旭ヶ丘142 ☎(076)239-1515	22 (火・祝)	たにぐち整形外科クリニック 河北郡津幡町太田は110-1 ☎(076)289-0011
13 (日)	なかお医院(内) かほく市七窪ハ17-6 ☎(076)283-6655	23 (水・祝)	みずほ病院(内) 河北郡津幡町字湯端422-1 ☎(076)255-3008
20 (日)	たなべ眼科医院 河北郡津幡町北中条8-57-1 ☎(076)289-6340		久保医院(内・小) かほく市宇野気ヌ183-1 ☎(076)283-0017
	保志場医院(内) かほく市高松ノ90甲2 ☎(076)281-0069		由雄クリニック(内・循) 河北郡津幡町横沢は50-6 ☎(076)288-8584
	まきの皮ふ科 河北郡津幡町中須加ろ52-1 ☎(076)288-2095		石倉クリニック(形成外科・皮) 河北郡津幡町北中条6-73 ☎(076)289-7767
	かくだメディカルクリニック(内) かほく市高松ム69-2 ☎(076)281-0012	27 (日)	おきの内科医院(内・神内) かほく市遠塚口54-9 ☎(076)285-2552
21 (月・祝)	しばた眼科クリニック かほく市高松ム60-14 ☎(076)204-6355		
	あがた内科クリニック(内・循) 河北郡津幡町字御門い14-3 ☎(076)254-6655		

学びの風

Wind of Learning

お問い合わせ

教育部 文化スポーツ課

TEL (076)286-6716

働く女性の家

TEL (076)237-6440

歴史民俗資料館「風と砂の館」

TEL (076)286-1189

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。

第29回

チャリティー内灘民謡まつり

毎年、大好評のチャリティー内灘民謡まつりを今年も開催します。長い歴史の中で唄い踊り継がれ、郷土の歴史と風土を継承してきた民謡の魅力を存分に感じることが出来ます。皆さまのご来場をぜひお待ちしております。

日時 9月6日(日)正午 開演

場所 内灘町文化会館 大ホール

入場料 無料

共催 内灘町教育委員会

後援 内灘町文化協会

北國新聞社

問い合わせ先 内灘町民謡協会 北川 きたがわ

☎090・1639・7668

英会話教室 (受講料無料)

●オープンコース

日時 8月19日(水)午後7時～8時

8月26日(水)午後7時～8時

場所 内灘町役場3階301会議室

内容 テーマに沿って、アメリカのことわざやスラングを学びながら楽しく会話します。

Let's have fun with English!

●上級コース

日時 ①8月22日(土)午後1時～2時

②8月29日(土)午後1時～2時

場所 ①内灘町役場4階406会議室

②内灘町役場3階301会議室

内容 教科書に載っていないネイティブの会話表現を学んで会話します。

Let's level up your English!

※はじめて参加される方は事前にご連絡ください。

問い合わせ先 文化スポーツ課

☎(076)286・6716

内灘町総合美術展2026

作品募集

内灘町総合美術展2026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います。

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 10月15日(木)

午前10時～午後7時

受付場所

内灘町文化会館 3階 多目的ホール

展示期間 11月14日(土)～18日(水)

問い合わせ先 文化スポーツ課

☎(076)286・6716



働く女性の家9月開講講座

『季節の花あしらひ講座(全4回)』

季節の花を使って、素敵なフラワーアレンジメントを楽しみましょう。

日時 9月～12月 火曜日 月1回

午後1時30分～3時

9月1日 グリーンアレンジフラワー

10月6日 三日月形オブジェ

11月10日 自立式ブーケ

12月1日 お楽しみクリスマスフラワー

講師 内淵真希子 うちがなまきこ 先生

(花の家COCO代表)

受講料 2,000円(4回分)

材料費 毎回2,000円

持ち物 花きりハサミ、持ち帰り用袋

定員 15名(定員を超える場合は抽選)

対象 内灘町在住・在勤の一般女性

会場 働く女性の家

締切 8月18日(火)

申込・問い合わせ先

働く女性の家 平日午前9時～午後5時

☎・FAX (076)237・6440

✉ yosai@town.uchinada.lg.jp

メール・FAXの際は、件名に講座名、本文に氏名・住所・電話・年齢・職業を記入し送信ください。



「SOGI」ご存じですか？



「SOGI」という言葉を聞いたことはありますか？

昨今よく耳にする「LGBT」が特定の性的マイノリティの属性を指す一方、

「SOGI」とはそれらも含めた性的指向 (Sexual Orientation) と

性自認 (Gender Identity) という、すべての人が持つ概念を指す言葉です。

男性が好き、女性が好き、恋愛感情を持たない、自分は男性だ、自分は女性だ、など、

「SOGI」の在り方は人それぞれです。

そのため理解を得られず生きづらさを抱えていたり、多様性を認識しているからこそ自分の言動への戸惑いを感じていたり、様々な不安を抱え生活する人もいます。

誰もが持つ「SOGI」は、等しく尊重され大切にされるべきものです。

その多様性について認識し理解することは、無意識の偏見や思い込みを解消し、

相手を大切にすることにも繋がります。

誰もが安心して暮らせる社会のため、「SOGI」の多様性について

理解を深めませんか？

内閣府 性的指向・ジェンダーアイデンティティ理解増進

検索



<https://www8.cao.go.jp/rikaizoshin/index.html>



お問い合わせ

教育部 文化スポーツ課
男女共同参画室

TEL (076) 286-6716



サンフランシスコの砂丘

私が内灘町に住んでもうすぐ1年半になります。その間、内灘町と私の出身地であるサンフランシスコの間にさまざまな共通点が見つかりました。特に砂丘については、内灘と同じようにサンフランシスコにも砂丘を切り拓いた歴史があります。

その昔、都市が誕生する前、サンフランシスコの3分の1の地域(約34平方キロメートル)は砂丘でした。これらの砂丘は30メートル以上の高さで、西の浜辺から現在の都市の中心部まで伸びていました。砂丘はスペイン帝国の植民地時代からカリフォルニア州が成立するまであり、歴史的にサンフランシスコへの入植はかなり困難でした。入植者が、地域の西部に家や畑を建設すると、すぐに砂丘に飲み込まれました。さらに、中部に山があるため、建物の基礎もうまく整備できませんでした。東部にも沼地が広がっており、整備した建物が沈むこともありました。

しかし、次第にサンフランシスコは地域の砂丘などを克服していきました。例えば、蒸気重機の発明以降、砂の移設工事で沼地を埋め立て、砂丘を縮小して、居住可能な土地を拡大することができました。その後、サンフランシスコは徐々に大きくなり、大都市へと発展しました。

現在、サンフランシスコの砂丘は、ほとんどがコンクリートやアスファルトに置き換えられ、都市の西部の浜辺沿いにわずかに残るだけです。立派な公園として保存されています。

時折、内灘町の砂浜を歩きながら砂丘を眺めっていると、出身地のサンフランシスコの風景が思い浮かびます。



サンフランシスコの
「Sunset Dunes・サンセット砂丘」公園

A Chance
to
Experience
English &
the World!

世界と英語体験の
チャンス!

町公式
YouTube



国際交流員
ウェン・シェンヨウ・チャンス

お問い合わせ

教育部 文化スポーツ課

TEL (076) 286-6716

CIR、ALTへのメッセージや
質問などを募集しております。

お気軽にメールください。

✉ kokusai@town.uchinada.lg.jp

親子トランポリンを体験しよう！

日時 8月23日(日) 午前10時～11時30分

場所 内灘町勤労者体育センター(宮坂6-1-1)

対象 幼児、小学生の親子

※小学校3年生までは親子での参加をお願いします。

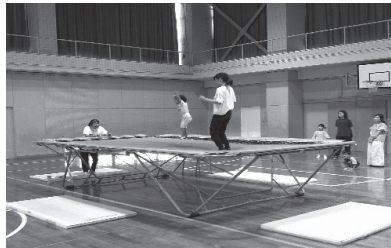
参加費 一家族 500円(保険料含む)

講師 内灘町トランポリン協会

申込 プラッツうちなだ事務局まで

※必ず靴下着用、内履き、水分補給のできるものをお持ちください。

親子で楽しくトランポリンを
とんでみよう！



ベビー体操教室(今回のみ無料)

日程 8月25日(火) 午前10時～11時

場所 内灘総合体育館内2階スタジオ

対象 ハイハイができる子～3歳までの赤ちゃんとお母さん

持ち物 汗拭きタオル、飲み物、赤ちゃんのお出かけセット

申込 プラッツうちなだ事務所

※予防接種24時間以内、体調が優れない方はお控ください。

赤ちゃん体操で
体と心の発達を促そう！



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) ●太極拳無料体験は下記に変更
- 8月の無料開放はありません 8月は毎週日曜日6時30分から
- 9月13日 向陽台芝生公園で開催

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)
- 8月の無料開放はありません
- 9月1日～7日 臨時休館

「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

8/22(土)・9/12(土)・9/27(日)

ガラスのモザイクアート(ピンのかけら工作)

受講料:500円

8/12(水)・8/19(水)・9/5(土)

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※ガラス製品持参

8/12(水)・8/19(水)・9/19(土)

オリジナルコップ作り(吹きガラス体験教室)

受講料:2,000円

9/6(日)

ガラスで巻き貝作り(ガラス細工体験教室)

受講料:2,000円

8/11(火)

問い合わせ・ご予約先
河北都市広域事務組合
「エコみらい河北」
☎(076)288-4545



詳細はこちら

譲ってください

- 着物
- ベビーカー(双子用)
- 鶴ヶ丘小学校制服(女子用120cm以上)
- 使用済タオル

譲ります

- ドラム
- 事務机(2台)
- トレーニングウェア(女性用)
- スラックス(女性用)
- ベビーラック

この制度の利用は町内在住・在勤・在学で、
無料での提供、営利を目的としない方に
限ります。(登録期間は6か月です)

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、
当事者間で直接取引をしてください。

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

(076) 286-1231

MAIL

sports.club@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



ホームページ
リニューアルしました



Instagram

Recycle Information

不用品
リサイクル
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 (076) 286-6701

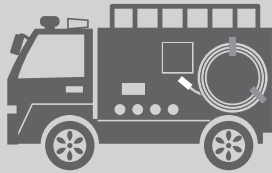
登録できる品物

家具、電気製品、
日用雑貨、音楽用品、
ベビー・子ども用品

消防

だより

Fire Department News



お問い合わせ

内灘町消防本部

TEL (076)286-0119

住所 内灘町
白帆台1丁目1番地1

災害テレホンガイド
0570-099-789

災害情報及び消防隊等の出動状況を確認できます。

内灘町消防本部【公式】
Instagram



uchinada_shobo

令和8年
2月1日
スタート

いしかわ救急安心センター事業

病院へ行く?
救急車を呼ぶ?

#7119に
相談を!

119番
救急車を呼ぶ
救急車を呼ぶ
救急車を呼ぶ

お問い合わせ
石川県危機管理部消防保安課
076-225-1481

水難事故に備え

水難救助合同訓練を実施

7月3日(金)、内灘海水浴場において、金沢海上保安部、津幡警察署内灘交番、石川県消防防災航空隊、金沢市消防局、内灘町消防本部合同の水難救助訓練を実施しました。

訓練は海水浴中の男性3名が高波にさらわれて行方不明になった想定で、水難救助隊による検索活動やヘリコプターによる救出活動など、水難事故発生時に迅速な活動が行えるよう関係機関の連携強化を図りました。



消防防災フェアを開催



7月25日(土)、内灘町民夏まつりの会場で消防防災フェアを開催しました。

当日は、多くの来場者が会場を訪れ、子どもから大人まで幅広い年代の方々が地震車による地震体験を通して、地震の怖さを体感するとともに身の守り方を学んだほか、心臓マッサージや消火器の取り扱い、防火服の着装などを行いました。

参加者は実際に体験しながら、防災や応急手当の重要性について学び、防災意識の向上につながる有意義な機会となりました。

女性防火クラブ

防災ヨガ教室を開催

大規模な災害が発生すると避難所などでの生活を余儀なくされ、持病の悪化や精神状態が不安定になるなど、心身の健康を保つことが難しくなっています。

6月27日(土)、町内女性防火クラブ員を対象に「防災ヨガ教室」を開催しました。防災ヨガは、道具がなくても畳一畳ほどのスペースがあれば一人でリフレッシュできます。万が一、大規模な災害が発生した場合には女性防火クラブ員から各避難所などで伝達されます。



消防団で活躍しませんか?

消防団員として地域の災害対応、防火指導、広報活動、応急手当の啓発等の消防団活動をしてみませんか? 町民の安全・安心を守るため消防団活動に積極的に参加していただける元気な方を募集します!

募集人員 7名(定員に達し次第、終了)

募集資格

- 18歳以上で、2つの条件に該当する方
- 内灘町内に居住または勤務、もしくは通学している方
- 健康で防災やボランティア活動に興味のある方

主な活動

- 火災予防の普及啓発
- 応急手当の普及指導
- 高齢者宅の防火訪問
- 住宅用火災警報器の設置普及促進
- 災害時の後方支援活動 等

男女問わず興味のある方、入団を希望するという方は、左記までご連絡をお願いします。

内灘町消防本部 消防課 庶務担当
☎(076)286・0119

新しく入った本の中から

幸福人生まっしぐら 宇野 千代
 幻影の都市 むろ う さいせい 室生 犀星
 二月に憂鬱な君へ さいじょう な か 西條 奈加
 1行でわかるIT用語図鑑428 や な い まさかず 柳井 政和
 図解でスッと頭に入る令和の物価高騰 ほらぐち かつひと 洞口 勝人／監修
 ぼくらがやりたい10のこと く どう じゅんこ 工藤 純子
 おべんとうバスのころころりん しんじゅ まりこ 真珠 まりこ

今月の オススメ本

『まけたって、いい。』

クラス一番ののんびり屋のとらと負けず嫌いのきつねと一緒に自由研究をすることに。初めは「最悪だー」と思っていたきつねの心にもやがて変化が訪れて…。



お子さんはもちろん大人が読んでも心温まる、夏休みにお薦めの1冊です。
 いそ 儀 みゆき／作 はた こうしろう／絵 ポプラ社

今月の 特設展示

「戦争と平和を考える本」「読書感想文課題図書」「自由研究や調べる学習に役立つ本」を特設展示します。

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』 ※状況により開催中止となる場合があります。

	日時		対象
わくわくおはなし会	8月22日(土)	午前10時30分～	幼児から小学校低学年
English Time for babies	9月 3日(木)	午前10時30分～	乳児(0～2才)

※8月のEnglish Timeはお休みします。

今月の お知らせ

夏休み期間の自習室開放について

7月23日(木)から8月30日(日)まで、文化会館 1 階会議室2を自習室として開放しています。

どうぞ、ご利用ください。(イベント開催時、月曜休館日除く)

開放時間 午前10時～午後5時30分

はまなす大学

8月のはまなす大学(第3回)

日時 8月21日(金) 午後1時30分～

場所 内灘町文化会館 1階 大ホール

演題 「音楽で心をつなぐ

ピアノ弾き語りセラピーコンサート」

講師 ミュージックセラピスト 角谷 晋平 氏

問い合わせ先 文化会館 ☎(076)286-1123

*はまなす大学学級生限定の講座ですので、一般の方の入場はできません。当日入会も可能です。

お問い合わせ・予約

内灘町立図書館

TEL (076)286-1930

FAX (076)286-1931

住所 内灘町字
大清台140番地

図書館に対するご意見
ご感想をお寄せください。

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



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
向栗崎 1・3・4丁目	18:30~19:00	8/18(火) 9/15(火) 毎週 火・金	8/12(水) 9/9(水)	8/24(月) 9/28(月)	9/14(月) 10/12(月)
旭ヶ丘	18:30~19:00				
千鳥台	19:00~19:30				
緑台	19:00~19:30				
向栗崎 2・5丁目	18:30~19:00	8/18(火) 9/15(火) 毎週 月・木	8/14(金) 9/11(金)	8/25(火) 9/22(火)	9/8(火) 10/13(火)
向陽台	19:00~19:30				
アカシア	13:00~18:00				
鶴ヶ丘4丁目	4月~11月 6:30~7:00 12月~3月 7:00~7:30				
鶴ヶ丘 1・2・3丁目	7:00~7:30	8/19(水) 9/16(水) 毎週 月・木	9/4(金) 10/2(金)	8/26(水) 9/23(水)	9/1(火) 10/6(火)
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	—	8/18(火) 9/15(火) 毎週 火・金	9/2(水) 10/7(水)	8/27(木) 9/24(木)	9/7(月) 10/5(月)
大学2丁目	19:00~19:30				
大根布	18:00~19:00				
宮坂	19:00~19:30				
白帆台	19:00~20:00	8/18(火) 9/15(火) 毎週 火・金	9/2(水) 10/7(水)	8/27(木) 9/24(木)	9/7(月) 10/5(月)
西荒屋	19:00~19:30				
室	18:00~19:00				
湖西	11:30~12:00 18:30~19:30				

※1 祝日、振替休日も収集します。ただし、12月31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。粗大ごみ受付センター ☎0120-538-557 (平日 午前9時~午後5時)

Garbage Collection



お問い合わせ

町民福祉部
住民課 (環境管理室)

TEL (076) 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

8/16(日)

9/6(日)、9/20(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

☎ (076) 288-4545

乾電池・ボタン電池の捨て方

乾電池・ボタン電池は公民館等に設置されている収集容器に出してしてください(常設リサイクルステーションでは収集を行っていません)。

また火災の原因になりますので、もえるごみやもえないごみには絶対に出さないでください。

家電リサイクル対象4品目の処分方法

テレビ、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・乾燥機は家電リサイクル法によりリサイクル料金を支払って、適切に処分する必要があります。リサイクル料金はメーカーによって異なります。詳しくは、家電リサイクル券センターへ。

午前9時~午後6時 日曜・祝日は休み

家電リサイクル券センター

☎0120-319640

保育所などでのリサイクル

回収日 8/19(水)、9/16(水)

時間 午前7時30分~午前9時
(時間厳守・雨天決行)

回収場所 向栗崎保育所、
向陽台保育園、
大根布保育園

品目 アルミ缶、古紙類等



6月10日(水)、本校卒業生をお招きし、現在就かれているお仕事や社会生活について生徒と対談を行いました。講師の皆様からは「学ぶ姿勢溢れる多くの質問が飛び交い、逆に元気をもらった」「一人一人が思いを投げかけてくれ、意識が高かった」と、ありがたい言葉もいただきました。生徒も「今できることを全力でこなし、夢に向かって進みたい」「自分が知らない仕事の話を聴け、世界観が広がった」「挑戦することの大切さを知った」など、将来への前向きな思いを抱いたようです。感銘を受けた言葉をびっしりとメモにとっている生徒の姿も多数見られました。このように、本校では地域に貢献できる人材育成のため、職業観の育成に力を入れております。

内灘高校から

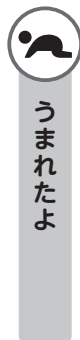
「社会人講話」内灘高校卒業生より
社会人としての心構えを伝授

8月の行事カレンダー

日 曜日	主な行事やお知らせの内容
8/5 水	
6 木	3歳児健診(12:45、保健センター)
7 金	5歳児健診(12:45、保健センター)
8 土	
9 日	マイナパーカード臨時窓口(9:00~12:00、役場1階 住民課)★
10 月	
11 火	
12 水	
13 木	
14 金	
15 土	
16 日	
17 月	
18 火	行政書士無料相談(13:00、役場1階 第2相談室)★ 4か月児健診(13:00、保健センター)
19 水	
20 木	ベビーマッサージクラス(10:00、保健センター)★
21 金	心配ごと相談(人権・行政・消費生活)(13:30、役場1階 101会議室) 5歳児健診(12:45、保健センター)
22 土	
23 日	
24 月	
25 火	1歳6か月児健診(12:45、保健センター)
26 水	手話サロン(10:00、役場1階 101相談室)
27 木	無料法律相談(13:30、文化会館1階 会議室4)★
28 金	
29 土	
30 日	
31 月	
9/1 火	内灘町議会9月会議(13:00、議場)
2 水	
3 木	内灘町議会本会議(町政一般質問)(10:00、議場) 3歳児健診(12:45、保健センター)
4 金	内灘町議会本会議(町政一般質問)(10:00、議場) 5歳児健診(12:45、保健センター)
5 土	

★マークの行事は、事前の予約・申し込みが必要です

初道 衣葉 友貴・早紀子 千鳥台2
森井 千蒼 蒼太・真穂 向栗崎2
吉野 光織 敏矢・里美 向栗崎3
木谷 快 昂志・桃子 アカシア2
寺西 千楓 優斗・風香 白帆台2
渡辺 翠 一輝・千夏 大清台



堀みき子 旭ヶ丘 96歳
上野 馨 千鳥台1 55歳
中村 郁子 宮坂 48歳
出川 巴 大根布1 96歳



岡野 泰己 西元屋
田所 希 富山県



有沢 公乃 大根布7 66歳
橋本 光市 宮坂 53歳
山田 満 旭ヶ丘 82歳
古田 隆 向栗崎5 87歳
高瀬 外喜男 向栗崎5 82歳
荒井 明子 向栗崎5 70歳
今村 克博 鶴ヶ丘2 83歳
重吉 明彦 鶴ヶ丘4 81歳
岩崎 正徳 室 81歳
中山 廣子 向栗崎4 75歳
中村 初夫 西元屋 86歳
堀内 栄美子 向栗崎2 88歳
篠田 雪乃 千鳥台1 53歳



防災行政無線が聞き取れなかった時は？
専用WEBサイト「アラートQ」から、過去24時間以内に行われた放送内容を、音声情報や文字情報で確認できます。

お気に入り登録してください！
アラートQ



石川県選挙管理委員会連合会
感謝状贈呈
選挙管理委員を3期12年務められ、本年6月20日に退職された吉村 洋子氏(天根布)に永年の功績を称え、石川県選挙管理委員会連合会感謝状が贈呈され、7月28日(火)、内灘町役場において、生田町長より伝達されました。

戸籍の窓
Census Registration
お問い合わせ
町民福祉部 住民課
TEL (076) 286-6701
令和8年6月30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。

スクスク 元気 1歳のうちなだっこ



こばやし いちか
古林 初彩ちゃん

(向栗崎)

いつも笑顔でおしゃべりも大好き♡
元気いっぱい育ててね!



なかの みどり
中野 翠里くん

(ハマナス)

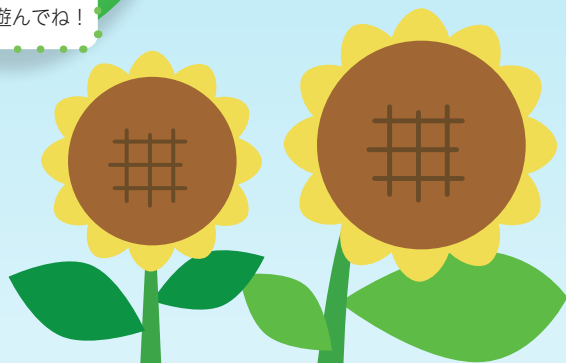
1歳の誕生日おめでとう!
お兄ちゃんと一緒に仲良く遊んでね!



たけなか ひなた
竹中 陽奏くん

(白帆台)

産まれてきてくれてありがとう♡
毎日笑顔で健やかに育ててね!



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。

9月生まれのお子さまの締切日 8月20日(木)

(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 ☎ (076) 286-6720 mail: soumu@town.uchinada.lg.jp



内灘町の人口と世帯数

	令和8年6月末日	前月比
人 口	25,191人	-23
男 性	12,163人	-12
女 性	13,028人	-11
世帯数	11,462世帯	-2

※外国人住民数も含まれています。

〈6月中の人口動態〉

出生／ 8人
死亡／ 26人
転入／ 44人
転出／ 49人

地区名称	人口	世帯数	地区名称	人口	世帯数	地区名称	人口	世帯数
向栗崎	3,046	1,412	鶴ヶ丘1,2,3	2,561	1,219	宮坂	531	240
アカシア	871	408	鶴ヶ丘4	1,414	668	西荒屋	553	261
旭ヶ丘	731	368	鶴ヶ丘5	959	497	室	255	124
緑台	1,641	743	大根布	2,973	1,356	湖西	154	71
千鳥台	2,732	1,170	大清台	759	435	ハマナス	789	375
向陽台	1,424	661	大学	737	448	白帆台	3,061	1,006

内灘町公式
ホームページ
・SNS

ホームページ



Facebook



YouTube



LINE



●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

