

7月 は 熱中症予防強化月間

油断大敵！みんなで熱中症を予防しよう！

7月に入り暑い日が続き熱中症の発生率が高まります。熱中症は屋外だけではなく屋内や夜間でも発生しますので日頃から注意しましょう。特にお子さんや高齢者の方は注意が必要です。みんなで熱中症を予防しましょう。

こんな日は熱中症にご注意！

- ①気温が高い日
- ②湿度が高い日
- ③風が弱い日
- ④急に暑くなった日

もしも熱中症になってしまったら・・・

- ①涼しい場所へ移動
 - ②衣服を脱がせ身体を冷やす
 - ③水分・塩分の補給
- ★自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう！



予防のポイント

- ・飲み物を持ち歩こう
こまめな補給が大切。のどの渇きを感じる前に補給しましょう。
- ・温度に気をくばろう
日傘や帽子、通気性の良い衣服の着用、扇風機やエアコンを使った温度調節
- ・休息をとろう
暑い夏の日、疲れた時は無理せず休息をとりましょう。
- ・栄養をとろう
日頃からしっかり食事をとって体力をつけましょう。
- ・声をかけ合おう
お互いに気をつけるよう声をかけ合しましょう。

暑くなるこの季節

蚊にご注意ください

デング熱やジカ熱は、ウイルスをもった蚊を介して感染します。蚊が発生しやすい場所で活動したり、デング熱やジカ熱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。

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。

蚊を減らすポイント

蚊の幼虫（ボウフラ）は、雨水マスや植木鉢の受け皿、古タイヤなど比較的少量の水たまりに発生しますので、水たまりができないように注意しましょう。

参加者募集！～「夏のふるさと自慢料理講座」のご案内～

| | | | |
|----|--|------|----------------------------|
| 日時 | 7月28日⑧ 9:30～13:00 | 対象 | ふるさと料理を家庭や地域において伝承する意欲のある方 |
| 場所 | コンセルのど | 定員 | 20人 |
| 内容 | 調理実習と郷土料理に関する学習 (メニュー:さざえめし、いもだこ、 金糸瓜の酢の物、すり割り汁) | 参加費 | 250円 |
| 講師 | 能登町食生活改善推進員等 | 申込締切 | 7月18日⑧ |
| | | 申込先 | 健康福祉課 ☎72-2504 |

乳児健診

日時 7月9日⑧ 受付 12:30～12:45
 対象 平成31年2月16日～3月31日生
 場所 役場能都庁舎 1階集会室
 持ち物 母子健康手帳、健診おたずね票、バスタオル1枚

1歳6カ月児健診

日時 7月2日⑧ 受付 12:30～12:45
 対象 平成29年11月1日～12月31日生
 場所 役場能都庁舎 4階大集会場
 持ち物 母子健康手帳、健診おたずね票

離乳食教室～スタート編～

これから離乳食をはじめる頃から、7カ月ごろまでのお子さんと保護者を対象とした教室です。
 日時 7月18日⑧ 受付 10:00～10:15
 参加無料。身体計測もできます。申込が必要ですので、参加を希望する場合は健康福祉課にご連絡ください。
 場所 こどもみらいセンター
 担当 保健師・栄養士
 持ち物 母子健康手帳、大人用エプロン、子ども用エプロンとスプーン、おむつなど
 連絡先 健康福祉課☎72-2504

奥能登地区聞こえの相談会・生活教室

聞こえに不便を感じている方 いらっしゃいませんか？

対象者 能登町、珠洲市、輪島市、穴水町に在住の聞こえに不便を感じている人とその家族
 参加費 無料
 申込み 各回開催の1週間前まで
 ※会場までの送迎希望があればご相談ください。

☎健康福祉課（障害福祉係）☎72-2503

人生の途中で、病気や何らかの原因で聞こえが悪くなった方、聞こえの問題を理解し、コミュニケーションについて一緒に考えませんか。
 聞こえに関する福祉相談や、生活に必要な情報の提供・学習を行います。話の内容を文字でスクリーンに映し出しますので、聞こえなくても心配はいりません。

| 日程 (時間 10:00～15:00) | 会場 |
|------------------------|--------------|
| ① 7月23日⑧ | 能登空港 |
| ② 8月8日⑧ | 能登空港 |
| ③ 8月27日⑧ | 輪島市文化会館 |
| ④ 9月19日⑧ | やなぎだハウス（能登町） |
| ⑤ 10月29日⑧ | 金沢市内 |
| ⑥ 11月14日⑧ | 能登空港 |

女性がん検診について

6月1日から町内・県内医療機関で女性がん検診が始まっています。いくつかの実施医療機関の変更がありましたので、ホームページをご確認の上ご予約ください。

能登北部医師会7月の 休日当番医

【受付時間 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。

| 7日⑧ | 14日⑧ | 15日⑧・⑨ | 21日⑧ | 28日⑧ |
|--------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 北川内科クリニック ☎(0768)52-3555 穴水町大町 | 船木クリニック ☎(0768)23-0866 輪島市釜屋谷町 | 大和医院 ☎(0768)43-1323 輪島市門前町 | 粟倉医院 ☎(0768)32-0018 輪島市町野町 | 山岸医院 ☎(0768)42-1565 輪島市門前町 |
| 小木クリニック ☎74-1711 能登町小木 | なかたに医院 ☎82-8333 珠洲市上戸町 | はしもとクリニック ☎62-8300 能登町字崎山3 | 大貫眼科医院 ☎82-0017 珠洲市上戸町 | 千間内科クリニック ☎62-1001 能登町字宇出津 |



藤岡伍希 孝充・彩
 島中瑠花 和久・茜
 新崎弥斗 竜大・優子
 蓮池陽太 嘉成・美譽子
 波佐谷侑季 真充・優美
 二橋奏介 和哉・綾香
 大松布崎重 大阪府
 箱波浦山年

出生児 両親の名前 住所

いぶき

| | | |
|------|---|------|
| こ | せ | き |
| の | ま | ど |
| 5/15 | ～ | 6/14 |

敬称略。個人情報保護のため希望のあった人のみ掲載しています

野村稔 89歳 鳴川
 薬師信子 91歳 矢波
 池岸美和子 87歳 宇出津
 河田俊雄 83歳 松波
 千場きり 91歳 藤波
 中野良作 89歳 松波
 藤野慶之助 96歳 宇出津
 西脇二三子 86歳 五十里
 湯元修弘 84歳 藤波
 立岡壽美子 84歳 宇出津
 浜高妙子 68歳 新保

氏名 年齢 住所

おくやみ

井上嘉輝 清真 宇出津
 山本侑花 宇出津
 田中宏樹 宇出津
 小関里佳子 小 金沢市
 濱下翔吾 新 保
 堀畑伽奈 金沢市
 田端秀夫 松 波
 田端未央子 松 波
 布 浦

氏名 本籍 住所

高砂や

山田とし 87歳 小 浦
 山崎としえ 91歳 羽 生
 山 芳明 88歳 松 波
 向 正英 64歳 姫
 落合すきの 89歳 神 和住
 安田省三 89歳 鶴 町
 倉 フサ 93歳 藤 ノ 瀬
 中 敏和 55歳 小 浦
 川上好太郎 88歳 鶴 川
 菊田信子 93歳 布 浦
 細口深雪 90歳 矢 波
 脇田なつ 92歳 松 波
 鍛冶谷笑子 93歳 宇 出津
 上野政次 76歳 宇 出津
 高野よし系 95歳 宮 上 地

◎人口・世帯数 6月1日現在 (前月比)

| | | |
|--------|--------|------|
| 人口(人) | 17,191 | - 27 |
| 男 | 8,173 | 0 |
| 女 | 9,018 | - 27 |
| 世帯数(戸) | 7,610 | 0 |

善意の窓

能登町社会福祉協議会へ
 政田成利さん(石井) 10万円
 ご寄付ありがとうございました

事業者の皆様! / 2019年10月1日から消費税・地方消費税の**軽減税率制度**がスタート。仕入税額控除の方式が変わります!

標準税率 **10%** と、
 ・飲食料品(酒類・外食を除く)
 ・新聞(定期購読契約された週2回以上発行されるもの)
 に係る軽減税率 **8%** について

帳簿・請求書・レシート等の記載を複数税率に対応させる必要があります。
 全ての事業者の方に関係があります!
 飲食料品等の仕入れがあれば、対応が必要に。

レジや受発注・請求書管理システムの導入・改修が必要となることがあります。
 中小企業・小規模事業者等の方向けに軽減税率対策補助金が拡充されました!

制度についてのお問い合わせ
 ●消費税軽減税率相談センター (フリーダイヤル) ☎ 0120-205-553
 受付時間は平日午前9時から午後5時まで。
 ※ナビダイヤル0570-030-456(通話料がかかります)もご利用いただけます。

補助金についてのお問い合わせ
 ●軽減税率対策補助金事務局 (フリーダイヤル) ☎ 0120-398-111
 受付時間は平日午前9時から午後5時まで。

有料広告

まわる寿し **能登総本店**
寿司職人・パート・アルバイト募集!

ホールスタッフ : 平日 900円 土日祝日 1000円
 キッチンスタッフ : 平日 830円 土日祝日 930円
 寿司職人は経験・技能により応相談 ※研修期間有り

未経験・他業種からの転職も大歓迎!
 高校生も大歓迎! (時給830円) 詳しくはお店へお問い合わせ下さい!
 ☎ 84-5133



公立宇出津総合病院だより
 ☎ 62-1311 http://www.hospitalnet.jp/

■看護師研究メンバー(4名)が石川県病院協会「研究奨励賞」を受賞



平成29年度5階病棟研究「より良いベッドサイド表示への取り組み-新しい表示札を作成して-」が平成30年度の石川県病院協会研究奨励賞を受賞しました。
 【研究メンバー】
 上谷律子さん、尾上法恵さん、平野多恵子さん、奥谷栞さん

■診療日のご案内

- ・糖尿病
- ・内分泌外来の診療日

8日(月)、22日(月)

7月糖尿病教室の予定

糖尿病が気になる方の参加をお待ちしています。

時間 14:00 ~ 14:50 (参加無料)
 場所 公立宇出津総合病院3階 中会議室

| 日 | 担当 | 内容 |
|--------|---------------|-----------------------|
| 5日(金) | 塩谷医師 | 糖尿病について |
| 11日(木) | 管理栄養士 | 食事療法について |
| 18日(木) | 薬剤師 臨床検査技師 | 薬物療法について 検査の見方について |
| 25日(木) | 理学療法士 看護師 | 運動療法について 日常生活の過ごし方 |

目が見えない、見えにくい人の福祉相談会

目のことでご家庭や職場、外出先で、一人で悩んだり困ったりしていませんか。そんな人のための福祉相談会を開きます。見えにくい人にも使いやすい便利な道具など、いろいろ手にとって体験もできます。ご家族の方もどうぞ。

日時 7月25日(木) 10:00 ~ 15:00
 場所 珠洲市健康増進センター(珠洲市飯田町)
 内容 生活相談、各種用具や福祉制度紹介、音声パソコン体験ほか
 申込締切 7月18日(木)
 ※個別に相談が受けられます。当日は希望により送迎します。

問い合わせ・申込 健康福祉課 ☎ 72-2503、県視覚障害者協会 ☎ 076-222-8781

まほろば成人式を開催します

人生の充実期にある満50歳を、人生第2の節目と捉え、みんなが能登町に集い、自分のルーツやふるさつを見つめ直し、友と語り交流を深めることで、町を活性化しましょう。

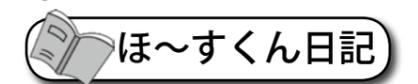
日時 8月12日(日) 13時(受付12時30分から)
 場所 国民宿舎能登うつつ荘ホール
 会費 男性 4,000円 女性 3,000円
 対象者 昭和43年4月2日から昭和44年4月1日生まれの方で町内居住者および能登町出身者
 ☎教育委員会事務局 ☎ 72-2509



未成年者の飲酒・喫煙は未発達な心身の成長を阻害します



各地区で祭りが行われる季節になりました。「祭りがいいね!」などと言って未成年者にお酒やたばこをすすめることは絶対にやめましょう。未成年者の飲酒・喫煙を制止しなかった親権者や監督者は罰せられますし、酒類・たばこを販売、供与した営業者・関係者は50万円以下の罰金です。



ロックの日にちなんでカギかけキャンペーンを柳田中学校生徒会役員と合同で行いました



カギかけしよう 家も車も自転車も 珠洲警察署 ☎ 82-0110 能登庁舎 ☎ 62-1334

くらしの掲示板

令和元年度「調理師試験」合格対策講座（講習会）

日程 7月22日④、29日④の2日間
会場 羽咋勤労者総合福祉センター（羽咋市千里浜町カ1-20）
料金 33,500円
対象者 県調理師試験を受験される方
申込期間 7月20日④17時まで
☎県調理師会羽咋支部
担当 山田 ☎ 080-2957-5550

HOTな夏祭り in 穴水ライフ

日程 7月27日④
時間 17:30～19:30
場所 穴水ライフサポートセンター前駐車場※雨天時：屋内多目的ホール（穴水町麦ヶ浦15-39-12）
内容 模擬店、ゲーム、お楽しみ抽選会など
出演 穴水高校書道ガールズ、穴水町連合婦人会、輪島和太鼓虎之助、鹿波青年団獅子舞
☎青山彩光苑穴水ライフサポートセンター ☎ 0768-52-2550

福祉・介護のしごと出張相談

「石川県福祉の仕事マッチングサポートセンター」は、ハローワーク能登で、福祉の仕事や資格の取得、職場体験などの相談に応じます。
日時 7月18日④10:00～11:30
場所 ハローワーク能登
※他のハローワークでも、別の日時で出張相談を開設しています。
☎石川県福祉の仕事マッチングサポートセンター（福サぽいしかわ） ☎ 076-234-1151

警察官B採用候補者試験

区分 警察官B、女性警察官B
受験資格 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
大学卒及び令和2年3月までに大学卒見込みの者（石川県人事委員会が同等の資格があると認める者を含む）を除く。

試験公告日 7月9日④
受付期間 8月5日④～9月3日④
試験日程

第1次試験（筆記試験）…9月22日④
（体力試験）…9月28日④

第2次試験…10月下旬

※試験区分、採用予定人員、実施方法等は「試験公告日」に発表されます。願書の交付は、試験公告日より前にはできません。

☎珠洲警察署警務課 ☎ 82-0110
願書の交付は各駐在所、能登庁舎でも行います。

船員になる。海で働く。 目指せ船長・機関長!

国立清水海上技術短期大学校 オープンキャンパス
対象 高校生、一般
日時（体験型）7月13日④、27日④
内容 学校・入試説明会、キャンパスツアー、体験航海、操船シミュレーター体験、機関実技体験
11月9日④は見学型を開催します。
場所 静岡県静岡市清水区折戸3-18-1
☎国立清水海上技術短期大学校教務課 ☎ 054-334-0922

行政相談 ☎総務課 ☎ 62-8510

| 日 | 時間 | 場所 | 行政相談委員 |
|------|-------------|------|---------|
| 10日④ | 13:30～15:30 | 内浦庁舎 | 宮谷内相談委員 |
| 16日④ | 10:00～12:00 | 笹ゆり荘 | 廣橋相談委員 |

相談内容 行政サービスに関する苦情、行政の仕組みや手続きに関する相談などに応じます。

心配ごと相談 ☎町社会福祉協議会 ☎ 72-2322

| 日 | 時間 | 場所 |
|-----------|-------------|-----------|
| 9日④・23日④ | 10:00～12:00 | 笹ゆり荘 |
| 10日④ | 13:30～15:30 | 内浦庁舎 |
| 11日④・25日④ | 10:00～12:00 | 能都社会福祉会館 |
| 22日④ | 13:30～15:30 | 小木活性化センター |

相談内容 日常生活の困りごとや悩みなどにお応えします。

こころの健康相談（要予約） ☎能登北部保健福祉センター ☎ 0768-22-2011

| 相談名・内容 | 日時 | 場所・問い合わせ先 |
|---|-----------------------------|--|
| 家庭や職場、学校におけるこころ（精神）の不安や悩みに専門医が応じます。 ※保健師や相談員による相談 平日 8:30～17:45 （珠洲地域センターは 17:15 まで） | 12日④ 19日④ 14:00～16:00 | 能登北部保健福祉センター 輪島市鳳至町畠田102-4 ☎ 0768-22-2011 ※予約は開催日の前日、午前まで |

法律相談 ☎金沢弁護士会 ☎ 076-221-0242 相談前日午後5時までに要予約

| 日 | 時間 | 場所 | 予約・相談料 |
|------|-------------|--------|---------------------------------------|
| 26日④ | 13:30～16:00 | 役場能都庁舎 | 予約制、無料（30分以内）。 先着5名まで予約順に時間が決まります。 |

なんでも相談「カナリア」（電話相談）

| 日 | 時間 | 相談電話番号 |
|-------|-------------|-----------------|
| 毎週④・⑤ | 10:00～14:00 | ☎ 76-2874 ※⑥は休み |

相談内容 親子・夫婦・家族問題や日常生活の悩み、DVなどに電話で相談に応じます。



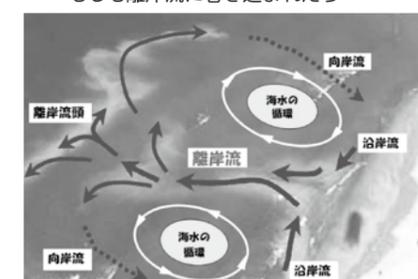
もうすぐ楽しい海水浴シーズンですが、海水浴の際は以下のことに注意して安全に楽しみましょう

- ①海水浴場以外の場所で泳がない!
- ②一人で泳がない!
- ③風が強い日、波が高い日は泳がない!
- ④飲酒したら泳がない!

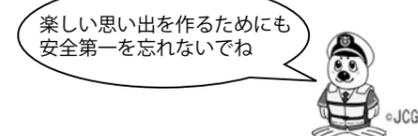


他にも気をつけること… 海浜では、沖に流される「離岸流」が発生することがあります。

もしも離岸流に巻き込まれたら…



- 1 落ち着くこと!
泳げない人は無理せず、浮いたまま!平常心を心がけ、助けを待ちましょう!
- 2 岸と平行に泳ぐこと!
離岸流の幅は10m～30mです。慌てて流れに逆らってはいけません。岸と平行に泳ぎ、離岸流から抜け出しましょう。
- 3 離岸流を抜け出したら岸に向かって泳ぐこと!
離岸流から抜け出したら、岸に向かいましょう。



☎能登海上保安署 ☎ 74-8118

有料広告

お手伝いします 素敵な暮らし
ホームセンタームサシ FC能登店
営業時間 AM9:00～PM7:00
☎ 62-3634 (宇出津新港2丁目24番地1)
いつでもご満足頂ける品揃えで、お客様のご来店をお待ちしています。
私たちの目指す店創り
一、豊富な品揃え
一、最新の品揃え
一、地域に合わせた品揃え
一、いつでも安心価格
一、明るく元気で笑顔の接客

有料広告

シルバー人材センター シニアフェスタ 2019in 輪島
会場までの無料送迎バスを運行します!
第一部 ◆シルバー人材センターのご案内
第二部 ◆ばあちゃんコントでおなじみの御供田幸子一座による爆笑コント、ステージ演舞
入場無料! 事前申込要!
日時 7月25日④ 13:30～15:30
場所 輪島市文化会館
締切 7月10日④まで
対象 60歳以上の方、お連れ様は年齢不問(3名まで)
詳しくは事務局までお問い合わせください。
宇出津八字128番地 (公社)能登町シルバー人材センター
☎62-4688 FAX 62-4689