

シルバーリハビリ体操3級指導士養成講座を開講します

介護予防のための体操を普及してみませんか？

震災の影響で「不活発」な状況にある高齢者が増えています。そこで町では仮設住宅の集会所などで「シルバーリハビリ体操」を実施しています。体操を指導しているのは昨年度、町で養成したシルバーリハビリ体操3級指導士です。興味のある方、ぜひご参加ください。

シルバーリハビリ体操って？

リハビリのプロが治療に使う動作学・障害学に準拠した運動を体操化したものです。いつでも、どこでも、ひとりでもできる介護予防の体操で、座る、立つ、歩くといった「生活動作が楽になる」「転倒を予防できる」などの効果が期待できます。

シルバーリハビリ体操 3 級指導士って？

シルバーリハビリ体操の普及を通して、地域の介護予防を推進するボランティアです。高齢者交流会など高齢者が集まる場において、体操指導などを行います。

週に2時間程度のボランティア活動に参加している人はそうでない人に比べて体が不自由になる割合が低く、幸福感も増加すると言われています。（ハーバード大学院「健康と退職に関する調査」2020年より）
みなさんも、地域のボランティア活動に参加して心も体も健康に過ごしましょう！

- 内容
シルバーリハビリ体操の実技、体操に関わる体の仕組みの講義
- 日程
11月1日^⑤、11月8日^⑤、11月15日^⑤、11月16日^④、11月22日^⑤、11月29日^⑤
全日10：00～16：00
- 会場 能登町役場 2階 大集会場
- 受講資格
 - ・能登町に居住していること
 - ・地域で体操普及のボランティア活動ができること
 - ・講座の全日程に参加できること（補習可）
- 受講料 無料 ＊テキスト代1,430円は自己負担
- 定員 30人
- 申し込み
10月18日^⑤までに下記まで電話でお申込みください。
能登町地域包括支援センター ☎62-8516



R5年度の養成講座の様子

有料広告

お申込み・お問い合わせは
TEL 62-4688 FAX 62-4689

地域の事業所、ご家庭の皆様へ
シルバー人材センターにおまかせください！

お申込み・お問い合わせはお気軽にお電話ください

お申込み・お問い合わせは
TEL 62-4688 FAX 62-4689

地域で…

- ◆草むしり・草刈
- ◆庭木の剪定
- ◆屋内外の清掃
- ◆子育て支援
- ◆留守番
- ◆宛名書き
- ◆除雪

◆簡単な大作業

- ◆不用品処分
- ◆入院中の洗濯
- ◆農作業
- ◆ペンキ塗り
- ◆雪囲い
- ◆墓そうじ

◆障子・網戸の張替え

- ◆引っ越しのお手伝い

◆イベント・催事設営等

◆自動車の運転

- ◆賞状・宛名書き
- ◆袋詰め・梱包
- ◆配達手伝い
- ◆血洗い
- ◆封入作業
- ◆倉庫整理

◆施設内外清掃

- ◆店舗内清掃
- ◆施設の受付
- ◆チラシ配布
- ◆樹木管理
- ◆各種内職
- ◆その他…

超低温冷凍庫等の無償譲渡について

新型コロナウイルスワクチンの特例臨時接種が令和6年3月31日をもって終了したことに伴い、ワクチンの保管に使用していた冷凍庫等の使用も終了することになりました。
国からの通知に基づき、冷凍庫の有効活用を図るため、町内施設や事業所等へ無償譲渡することになりましたので、希望される場合は以下の内容をご確認いただき申込みください。

1. 冷凍庫のメーカー及び品番、台数
 - ・株式会社カノウ冷機・LAB8sc 1台
 - ・株式会社EBAC・ECVDー24W70 1台
 - ※冷凍庫等の仕様については町ホームページで確認ください。
2. 譲渡の条件・注意事項
 - ①譲渡先は、町内の医療機関や福祉施設、教育機関、研究機関、一般企業等を対象とします。（公的・民間は問いません。）※特殊な冷凍庫のため、個人への譲渡は行いません。
 - ②譲渡は無償で行い、譲渡時期は能登町健康福祉課と調整のうえ、決定します。
 - ③譲渡にあたり、搬出・輸送等に係る経費は譲渡先の負担となります。
 - ④申し込み多数の場合は、抽選とします。
 - ⑤メンテナンス等については、譲渡先での負担とし、譲渡後の返却は不可とします。廃棄が必要となった場合は、譲渡先にて適切に廃棄してください。
3. 申込方法・期限について
申込書に必要事項をご記入の上、健康福祉課まで提出ください。
※申込書は町ホームページからダウンロードするか健康福祉課までとりにきてください。提出は、窓口、郵送、メールのいずれかの方法により提出ください。
4. 申込期限 令和6年10月21日^⑤必着

提出先・問い合わせ先 〒927-0492 能登町字宇出津ト字50番地1 健康福祉課 健康推進係 ☎62-8514
メールアドレス kenkousuishin@town.noto.lg.jp

教室のご案内

適塩でおいしく高血圧予防

食改さんによる料理教室に参加しませんか？
高血圧予防をテーマに健康な食生活について、講話と調理実習から学びます。
当日は、町保健師、管理栄養士による健康相談を行います。気軽にご参加ください。

日付	時間	場所
11月1日 ^⑤	9：30～13：30	柳田公民館（1階研修室、調理実習室）
12月11日 ^⑥		コンセルのと（2階会議室、調理実習室）

- 内容：9：30～ ①講話「隠れ塩分にも要注意！～減塩でおいしく高血圧予防～」
【講師】能登町健康福祉課 管理栄養士
- 10：15～ ②調理実習「簡単減塩レシピクッキング」
【講師】食生活改善推進員
- 13：00頃～ ③健康相談（町保健師・管理栄養士による）

対象：能登町住民
参加費：無料
定員：15名程度
持ち物：エプロン、三角巾、マスク、飲み物
申込締切：実施日の10日前まで
申込先：能登町健康福祉課 ☎62-8514（健康推進係）



知っていますか？「中退共制度」 10月は加入促進強化月間です！

中小企業退職金共済制度とは

中小企業退職金共済制度（以下、中退共制度）は、独力では退職金制度を設けることが難しい中小企業について、事業主の相互共済の仕組みと国の援助によって退職金制度を設け、中小企業で働く方々の福祉の増進を図り、中小企業の振興に寄与することを目的としています。中退共制度のしくみは次のとおりです。

- ・事業主が中退共と退職金共済契約を結びます
- ・事業主は毎月の掛金を、金融機関を通じて納付します
- ・従業員が退職したときは、その従業員に中退共から退職金が直接支払われます

加入のメリット

- ①掛金の一部を国が助成
- ②掛金月額の選択 …… 従業員ごとに 16 種類から選択が可能
- ③簡単な管理 …… 口座振替で手間がかからない
- ④短時間労働者の特典 …… 一般の従業員より低い特例掛金月額も用意
- ⑤掛金は非課税 …… 法人企業の場合は損金、個人事業主の場合は必要経費として全額非課税
- ⑥ポータビリティ …… 退職時に退職金を引き継ぐことが可能

〈お問い合わせ先〉独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 ☎ 03-6907-1234

【令和 6 年度 町中小企業退職金共済掛金補助金制度】

町では、中小企業退職金共済制度へ新しく加入した事業主に対し、支払った掛金の一部を補助します。国からの助成金と併用して受けられます。

■対象となる事業者 町内に事業所を有する事業者で、次のいずれにも該当するもの

- (1) 1 年以上同一事業を営んでいること
- (2) 新たに退職金共済制度に加入し 12 ヶ月分の掛金を支払っていること
- (3) 町税を滞納していないこと

■対象となる掛金 退職金共済に加入後、1 か月目から 12 か月目までに支払った掛金
(令和 6 年度：令和 5 年 1 月～令和 6 年 12 月の間に支払った掛金のうち 12 カ月分の掛金)

■補助率 対象掛金の 20/100 以内（従業員 1 人につき 12,000 円 / 年が上限）
※対象となる事業者には、町から 1 月下旬に申請書類一式を郵送します。

〈お問い合わせ先〉ふるさと振興課 ☎ 62-8526

石川県最低賃金の改正のお知らせ

時間額 984円（改正発効日 令和 6 年 10 月 5 日）

石川県最低賃金は、パートタイマー・アルバイト等雇用形態を問わず、石川県内で働くすべての労働者に適用されます。

使用者は、これより低い賃金で労働者を使用することはできません。

詳細は石川労働局（TEL076-265-4425）又は最寄りの労働基準監督署にお尋ねください。

なお、産業によっては、これより金額の高い特定（産業別）最低賃金が適用されますので、ご注意ください。

また、石川労働局のホームページ <http://jsite.mhlw.go.jp/ishikawa-roudoukyoku/> もご覧ください。

ハロウィンジャンボ宝くじ発売！

■ハロウィンジャンボは、

- 1 等・前後賞合わせて 5 億円！
- 1 等 3 億円、前後賞各 1 億円

■同時発売のハロウィンジャンボミニは、

- 1 等・前後賞合わせて 5,000 万円！

ハロウィンジャンボは、パソコンやスマホからもネット購入できます！

【発売期間】 9 月 17 日(火)～ 10 月 17 日(木)

【抽選日】 10 月 25 日(金)

★この宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

☎ (公財) 石川県市町村振興協会 ☎ 076-220-2072



のと里山空港「空の日」フェスタ2024

日時：10月13日(日) 9:30～15:00

場所：のと里山空港（輪島市三井町洲衛10-11-1）

のと里山空港往復航空機利用券が当たる「紙飛行機の入れゲーム」、普段は入ることができない滑走路から見学できる「のと里山空港バスツアー」など多彩なイベントを開催します。（イベント用 無料駐車場あり）

◇事前応募制イベント◇

見てみよう！！「空港お仕事見学」（対象：小学生以上のお子様とご家族）

○ 9:00 開始 約 120 分 定員：5 家族（20 名程度）

＜申込方法＞ 希望回（時間）・参加希望者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入のうえ、9 月 27 日(金)までに下記へ E メールにてお申し込みください。notoapo@hokumei.jp
1 家族最大 4 名まで申し込み可。応募多数の場合は抽選になります。

◇出店者募集中◇ のっぴーフリマ＆クラフトマーケット

インターネット (Pass Market) ・ F A X ・ E メールで 9 月 25 日(木)までにお申し込みください。

◇イベント内容◇

- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| ① 東京に行こう！紙飛行機 的入れゲーム | ⑦ のっぴーグラス作り |
| ② のと里山空港じゃんけん大会 | ⑧ まいもん市 |
| ③ ブラバン（のっぴー、いぬわし君）キーホルダー作成 | ⑨ 歌謡ステージミニライブ |
| ④ 海上保安庁ヘリコプター・県防災ヘリコプター | ⑩ 「空の日」絵画コンクール（作品展示・表彰式） |
| ⑤ 空港化学消防放水アーチ | |
| ⑥ のと里山空港バスツアー | ほか |

◇お問い合わせ先◇

〒 929-2392 石川県輪島市三井町洲衛 10 部 11 番 1
のと里山空港「空の日」実行委員会（石川県能登空港管理事務所 内）
☎ 0768-26-2100 FAX：0768-26-2102
※詳しくはのと里山空港ホームページ【<https://www.noto-airport.jp>】をご覧ください。



のと里山空港
ホームページ QR コード



パラオ国際サンゴ礁センターのスタッフとともに
(筆者右端)

7月末に能登里海教育研究所に着任した研究員の佐藤崇範(さとうたかのり)です。山形県鶴岡市の小さな漁村の出身です。2019年7月に珠洲市で開催された研究会に参加した際、初めて能登地方を訪れましたが、どことなく地元・鶴岡の海岸にも似た懐かしさを感じる風景とともに、その夜に見た宇出津のあばれ祭の沸き立つパワーに圧倒されたことを今でも強く覚えています。

里海研に新たな研究員が加わりました



■サンゴの海から資料の海へ

以前は沖縄や小笠原などの海に潜り、サンゴの生態やサンゴ礁の地形について勉強していましたが、沖縄、東京、和歌山、高知、パラオ、大阪と渡り歩くにつれて研究内容も次第に変わっていき、現在はアーカイブズ学を専門分野としています。アーカイブズ学は、組織や個人の活動によって生み出された多様な記録を長期的に保存・管理し、活用できるようにしていくための研究をする学問分野です。その中で私は、研究者、とくに野外調査を行う研究者が残した研究の記録(例えばフィールドノートや写真など)を研究対象としてきました。研究者は研究のためにたくさんの記録・資料を作成したり収集したりして論文や本を書きますが、その大半は日の目を見ることなく研究室や自宅で保管され、いつしか消え去ってしまっています。このような記録の中には、科学的・歴史的に重要な情報だけでなく、調査地となった地域にとっても



今もパラオ熱帯生物研究所跡地に残る当時の門

野外調査を行う研究者は、地域に住んでいる人にとっては日常的過ぎてはつきりと記録してこなかった出来事や風景を、外からの視点でノートやカメラに記録します。それらが時間の経過とともに二度と得ることのできない貴重な地域の記録になることもあるのです。たとえば、戦前に日本の統治下あったパラオには、サンゴをはじめとする熱帯の海洋生物などを研究するための施設、パラオ熱帯生物研究所がありました。こ

■研究室に残された地域の記録に光を

貴重な情報が残されていることが多いため、適切に保存・管理して「資源化」し、必要な方が必要な時に活用できる仕組みづくりが大切だと考えて取り組んでいます。

■地域の記録の未来を考える

このような資料は、記録をとった研究者だけのものではなく、対象となった地域とも共有されるべきものだとは考えています。地域に残されてきた記録は当然のこと、地域の外で人知れず保管されてきた記録にも眼を向けることで、多角的な視点からより深くその地域を知ることができのではないのでしょうか。

「地域の記録」が大切、といっても何が大切かは人それぞれでしょう。唯一の正解はないと思います。それではどのような記録をどのように残していけばいいのでしょうか? 里海研での活動を通して、能登の文化やアイデンティティの基盤となる記録や記憶を将来に向けてどのように残し活かしていくか、地域の皆さんと考えていくための研究に取り組んでいきたいと思っています。

(能登里海教育研究所・佐藤崇範)

能登町復興

スコップ三味線と民謡のつどい

能登町を元気に! 青森発「スコップ三味線」と地元民謡歌手の
コラボをお楽しみください。入場無料です。

日時・場所 10月5日⑤ 16:00 白丸公民館、
18:00 小木地域交流センター2階大会議室
無料シャトルバス(内浦総合支所前17:30発)
10月6日⑥ 11:00 鶴川小学校体育館
13:00 のとスポーツピアツツア(ステージ)
15:00 柳田小学校体育館

ご注意

白丸公民館、のとスポーツピアツツアに来場者用駐車場はありません。

お車でのご来場はご遠慮ください。

問「能登町復興スコップ三味線と民謡の集い」実行委員会運営事務局

E-mail: sukoppu.minyou@gmail.com



「創業塾」開催のご案内

創業する方や創業して間もない方などにとって、経営ビジョンや戦略を明確にすることは、事業の成功率を高めます。

創業塾では、創業開始に向けての心構えや手続きなどをわかりやすく解説するとともに、経営戦略やマーケティング、労務・財務の基礎知識および創業の成功ポイントなどを紹介する講座を開催します。受講は無料です。

【対象者】創業予定の方、創業して間もない方、既に創業している方で基礎知識を習得したい方など

【日時・内容】

開催日	講座内容
10月22日(火) 14:00~16:00	「経営」 経営計画の立て方
10月29日(火) 14:00~16:00	「販路開拓」 マーケティング戦略
11月5日(火) 14:00~16:00	「人材育成」 人材育成の基礎知識
11月12日(火) 14:00~16:00	「財務」 決算書の基礎知識

【会場】能登町商工会 本所

【申込み・問合せ先】能登町商工会 ☎ 62-0181

2024 能登里山里海創業塾

起業・創業したい方、悩んでいる方、迷っている方、ぜひ受講してみませんか。※受講料無料

第3回「販路開拓」

日時 11月9日⑤ 16:45~18:15

会場 金沢大学能登学舎(珠洲市) 〒927-1462 珠洲市三崎町小泊33-7

〈申込み・問合せ先〉金沢大学能登学舎 ☎ 88-2568 FAX: 88-2899

「能登里山里海創業塾」とは?

金沢大学 能登里山里海創業 SDGs マイスタープログラムと興能信用金庫が開催する創業支援プログラムです。能登での創業(事業化)に必要な知識をシリーズの講義で学びます。

能登高校中3保護者向け説明会

能登高校への入学を検討している中3生のご家庭向けに、保護者説明会が行われました。（主催：能登高校を応援する会）能登高校の先生方だけでなく、町役場職員・能登高校魅力化プロジェクトスタッフも参加し、保護者の皆様に能登高校での学校生活や学びについてお話をしました。全体での教育内容や学校説明の後、先生と保護者が各テーブルに分かれ、少人数の対話形式での質疑応答や相談も行われました。中には笑い声が聞こえてくるテーブルも。学校からの一方的な情報伝達の場になりがちな学校説明会ですが、能登高校は違います。日々生徒と接している先生方から、生の話を直接伝えられる良い機会になりました。



▲能登高校魅力化プロジェクトスタッフからの説明



▲保護者説明会の様子

夏休みのまちなか鳳雛塾

まちなか鳳雛塾の夏休み中の様子をご報告します。能登高校の夏休み期間に合わせて、まちなか鳳雛塾では開塾時間を早めて対応していました。

夏休みは学校生活を離れて、比較的自由に時間を使える期間です。塾生の中には志望校の受験に向けた対策問題集に取り組んだり、実際に進学先の大学のキャンパス見学に行った生徒もいます。また、ある生徒は夏休みを活用して探究学習を進めているメンバーとのミーティングを行っていました。他の生徒は部活動に熱心に取り組む、大会へ向けた追い込みをしていました。

塾生と面談を通して話をしていると、生徒自身も自分の興味がよくわからないでいることが多いです。また、進路志望がはっきり定まっている生徒も、自分の進路について考えるようになったきっかけは様々です。YouTubeをみているとき、趣味に打ち込んでいるとき、本を読んでいるとき、音楽を聴いているとき、オープンキャンパスに参加したとき。どんなときに自分の興味に気づくかは分からないものですね。

勉強をして自分の進路を実現したいと思えるのは、その先の大学生活や学びに関心が持てるからです。しかし、自分の興味関心を知るのは簡単なことではありません。まちなか鳳雛塾では生徒への進学情報の共有や、進路について考えるための取り組みを随時行っています。大人が全く関知していない分野から、生徒の興味のタネが芽生えるかもしれません。

塾時間 平日 16:00~22:00

利用料：3,000円/月

※別途教材費がかかる場合があります。
※その他、能登町公営利用料徴収規則に基づき、各種減免措置があります。
詳しくはお問合せください。
※現在中学生クラスは定員に達しています。定員枠が空き次第ご案内いたしますので、入塾希望者をご連絡ください。なお、見学は可能です。

能登町営まちなか鳳雛塾

〒927-0433 石川県鳳珠郡能登町宇字出津タ-80

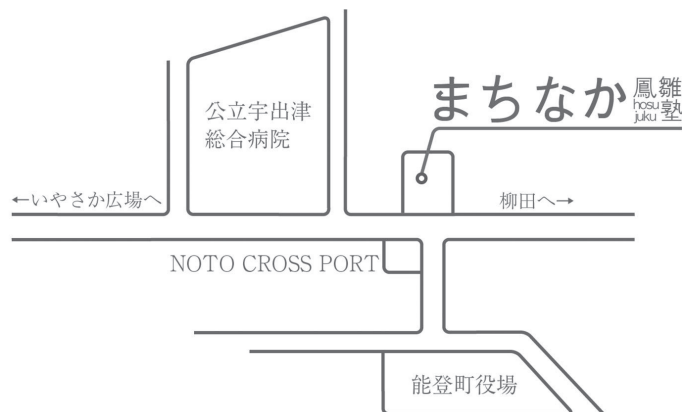
☎ 0768-84-5282（受付時間 平日 16:00～21:00）



machinakahousu



machinakahosu



能登高校の球技大会にトップアスリートが参加

7/18㊦能登高校の前期球技大会が開かれました。競技種目は生徒の投票で決定されますが、今回はバレーボールとフットサルが行われました。生徒たちは全力でスポーツに取り組み、プレイに応援、審判から司会まで幅広く活躍しました。当日はあいにくの猛暑日でしたが、生徒たちは体調不良者を出さずに球技大会を終えました。

特に決勝の試合は、出場者だけでなくクラスメイトの応援合戦も熱気に溢れていました。バレーボールコート脇には、クラスTシャツを着た友達がずらりと並んでいます。歌モノの応援から、ナイス！という歓声に続き、一部の生徒は「チョーサ！チョーサ！」とあばれ祭さながらの掛け声で大会を盛り上げていました。能登町ならではの光景ですね。

また、今回の球技大会にはトップアスリート等がゲストで参加しました。

藤井 美弥さん（バレーボール元日本代表選手）

浦田 景子さん（ビーチバレーボール選手）

本村 嘉菜さん（ビーチバレーボール選手）

本村 成優さん（ビーチバレーボール選手）

安田 理大さん（サッカー元日本代表選手）

巻 誠一郎さん（サッカー元日本代表選手）

GAKU-MC さん（ミュージシャン Mr.Children桜井和寿とのユニット「ウカスカジー」としても活動）

エキシビジョンマッチではトップアスリートと能登高生の試合も見られました。生徒たちはアスリートの華麗なプレイに歓声をあげていました。さらに、昼休みにはミュージシャンのGAKU-MCさんによるミニライブも行われました。生徒たちとのコールアンドレスポンスは、球技大会を彩る一幕となりました。能登高校魅力化プロジェクトからのお願いに快く応えてくださった日本財団・日本サッカー協会そしてアスリートの皆様、GAKU-MCさんと関係者各位、学校行事に上手くプログラムを組み込んでくださった能登高校の皆様、本当にありがとうございました！



▲フットサルに参加する元サッカー日本代表選手



▲バレーボール選手と教員の合同チーム



▲生徒たちにメッセージを送る選手団



▲GAKU-MCさんのライブ

