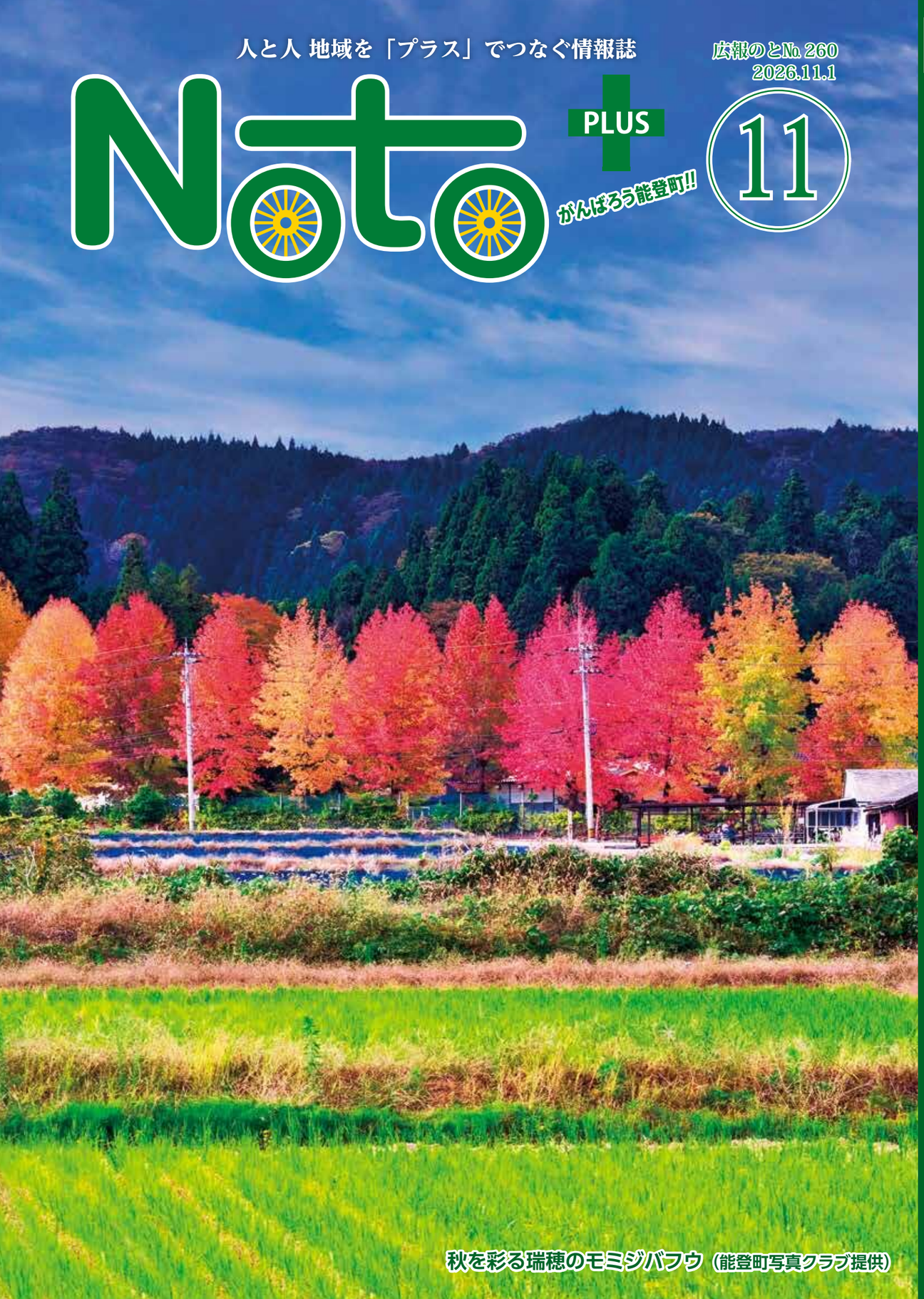
人と人 地域を「プラス」でつなぐ情報誌

# Noto PLUS 11

がんばろう能登町!!

広報のとNo.260
2026.11.1



秋を彩る瑞穂のモミジバフウ（能登町写真クラブ提供）


広報のと 第260号
令和8年11月1日発行

■発行：能登町 ■編集：総務課 CATV 放送室
〒927-0492
石川県鳳珠郡能登町字宇出津ト字50番地1

☎：0768-62-1000㈹
能登町 URL：https://www.town.noto.lg.jp
E-メール：info@town.noto.lg.jp


## 古代エチオピアの物語

## 続☆星のささやき

宇宙の人気者 まんてん仮面

問 星の観察館「満天星」☎ 76-0101

秋に見える6つの星座はギリシア神話の1つの物語で繋がっています。

昔々、エチオピアの国にケフェウス王とカシオペヤ王妃、アンドロメダ姫が暮らしておりました。カシオペア王妃は、「私の娘は海の妖精ネレイドたちよりも美しい」と言い、海の神ポセイドンを怒らせてしまいました。そして、アンドロメダ姫を化け物クジラの生け贄にしなくてはならなくなったのです。その時に助けに来たのが、天馬ペガサスに乗った勇者ペルセウスです。助けられたアンドロメダ姫とペルセウスは、結婚して仲良く暮らしました。

物語に登場する6つの星座の内、見つけやすいのはカシオペヤ座です。アルファベットのWやMのような星並びが目印です。日本では、この形からイカリボシ（錨星）やヤマガタボシ（山形星）と呼んでいた地域があります。11月の日没後ではカシオペヤ座は北の空に輝いています。その他の星座はスマートフォンの星座アプリで探すのがおススメです。

季節はすっかり秋になって夜になる時間が早くなってきました。晴れた夜には星空を眺めて古代エチオピアの物語を思い出してみましょう。




### 満天星のイベント

**★熟睡プラ寝たリウム**

プラネタリウムでぐっすり眠りましょう。秋と冬の星空をたっぷり解説します。

- **日　時**：11月23日㈪㊗　15:00～15:50
- **場　所**：星の観察館「満天星」
- **参加費**：無料（予約不要）



VEGETABLE OIL INK

## 令和９年１月10日㊐開催　二十歳のつどいのご案内を送付しています

１月 10 日㊐に開催される二十歳のつどいのご案内ハガキを９月下旬以降に送付しています。対象者で案内ハガキがお手元に届いていない方は、お手数ですがお問い合わせください。

対象者：平成 18 年４月２日～平成 19 年４月１日生まれの町立中学校卒業生及び在町者

問 教育委員会事務局　☎ 62-8537



## 議会　令和８年第７回９月定例会議

第７回能登町議会９月定例会議が、９月３日に開会し、一般会計補正予算のほか、令和７年度の各会計の決算認定等を上程し、いずれも可決されました。議案の詳細は、町ホームページを参照ください。

## マイナンバーカード休日臨時窓口

**日時** 11 月 14 日㊏　９：00 ～ 12：00　　**場所** 役場１階　住民課窓口

毎月第二土曜日にマイナンバーカードのお手続きができる休日臨時窓口を開設しています。

マイナンバーカードの受け取りや、マイナンバーカード申請用の顔写真撮影、暗証番号の再設定など、マイナンバーカードの各種お手続きを受付しています。

仕事などで平日に来庁が困難な方はぜひご利用ください。

※戸籍や住民票の交付などの通常業務は取り扱っていません。

問 住民課　☎ 62-8510

## STAND TOGETHER in 能登町

能登の復興を願うアーティストが集結し、希望の歌を熱唱します。

**日時**　令和８年 11 月 21 日㊏
　　午後１時開場　午後１時 30 分開演

**場所**　コンセールのと（入場無料）

**申込**　事前に申込が必要です。
　　メール（prayforalljapn@gmail.com）または
　　電話（080-6076-6687　嶋木）まで







この教室は、能登町と（株）アイ・ビ・ケアマーケティングとの共同事業として開催します





## 町営住宅入居者募集

■**募集期間**　11 月２日㊊～ 11 月 16 日㊊まで

■**対象住宅**　◇公営住宅　**桜木住宅**　能登町字鵜川 30 字１番地
　・２号棟234号・235号　３ＤＫ
　家賃：月額18,700円～27,900円（裁量世帯は～49,700円）

■**入居可能日**　令和８年 12 月１日㊋

■**入居資格**　①町に住所を有する者（予定者を含む）
　②住宅に困窮していることが明らかな者
　③町税などの滞納がない者
　④入居者の所得基準が次の基準内
　・公営住宅……158,000 円以下（※裁量世帯は 259,000 円以下）
　⑤入居者全員が暴力団員でないこと。
　⑥単身の方よりも複数世帯を優先
　※**裁量世帯**…「身体１級～４級、精神１級～３級、知的 A または B と認定された障がい者がいる世帯」「申し込み者が 60 歳以上で、かつ同居者のいずれもが 60 歳以上、または 18 歳未満である世帯」「小学校就学前の子どもがいる世帯」のいずれかに該当する世帯

■**必要書類**　①入居者全員の住民票・所得証明書・納税証明書
　②連帯保証人の住民票・所得証明書・納税証明書

■**敷　　金**　家賃の３か月分

問 復興住宅課　☎ 62-4704

## 全国瞬時警報システム（Jアラート）による情報伝達訓練のお知らせ

国からの緊急情報を確実に皆様へお伝えするため、下記のとおり緊急地震速報訓練 と情報伝達訓練を実施します。

当日は、宅内告知機および屋外スピーカーから最大音量で放送されますので、あらかじめご承知おきください。なお、放送が流れない・聞こえないなどの不具合がありましたら、下記までお問い合わせください。

◇**訓練日時・内容**

**【緊急地震速報訓練】**令和８年 11 月５日㊍　10：00

放送内容：「訓練放送を行います。（警報音）緊急地震速報。大地震です。大地震です。これで訓練放送を終わります。」

**【情報伝達訓練】**令和８年 11 月 11 日㊌　11：00

放送内容：「（チャイム）これは、Ｊアラートのテストです。」

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

問 危機管理室　☎ 62-8533

## スマートフォンを安心・安全に使うために 情報セキュリティ対策をしましょう

スマートフォンに実在する宅配事業者や銀行、通販事業者などをかたって送られてきたメッセージのリンク（URL）を安易にクリックすると、お金や個人情報を盗まれるおそれがあります。まずは、犯罪手口を知ることや、スマートフォンのセキュリティ対策をしっかり行うことで未然に防止することができます。

### スマートフォンのセキュリティ対策できていますか？４つのポイント

1. セキュリティアプリや携帯電話会社が提供するセキュリティサービスなどを活用する。
2. OS セキュリティアプリなど全てのアプリは常に最新のものに更新する。
3. 不審なメールを開かない、返信しない。リンクをクリックしない。
4. 警告画面に安易に従わない。アプリは原則、公式ストア以外からインストールしない。

出典：政府広報オンライン「情報セキュリティ対策」

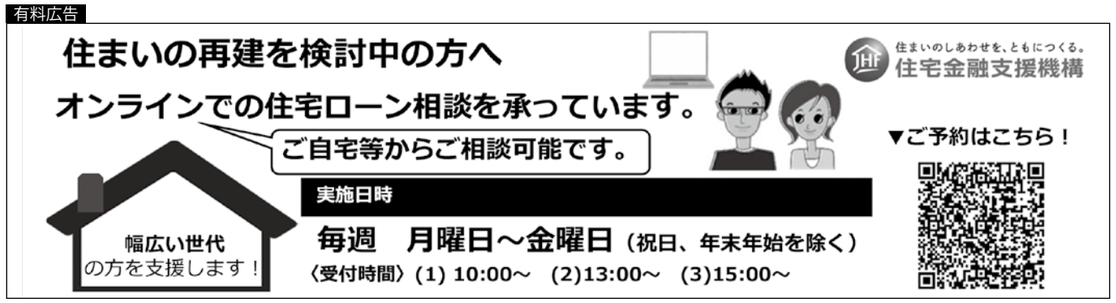
# 入札結果 9月1日～9月30日

問 企画財政課 ☎62-8535

契約金額500万円以上の入札結果です。全入札結果は町ホームページに掲載しています。

| 件名 | 場所 | 担当課 | 契約額 | 落札者 |
|---|---|---|---|---|
| 令和８年度６災5527号 町道２級寺分曽又１号線 道路災害復旧工事（１工区） | 寺分 | 建設水道課 | 169,290,000 | 寺西建設㈱ |
| 令和８年度　６災5848号　町道１級当目鶴町１号線　道路災害復旧工事（その1） | 鶴町～宮地 | 建設水道課 | 116,160,000 | 丸建道路㈱ |
| 令和８年度　６災5553号　町道１級当目鶴町１号線　道路災害復旧工事（その1） | 鮭尾～宮地 | 建設水道課 | 93,852,000 | ㈱ソテック |
| 令和７年度　林地崩壊防止事業　上町地区復旧工事 | 上町 | 農林水産課 | 17,072,000 | 花井建設 |
| 令和８年度　能登半島地震復旧事業能登町立岩井戸公民館　災害復旧工事 | 黒川 | 教育委員会事務局 | 7,370,000 | 柳田建設㈱ |
| 令和８年度　学校施設環境改善交付金事業　能登町立能都中学校　屋内運動場空調設備整備実施設計業務 | 藤波 | 教育委員会事務局 | 9,405,000 | ㈱浦環境研究所 |
| 令和８年度　能登町立不動寺公民館取付道路整備工事 | 不動寺 | 教育委員会事務局 | 16,280,000 | ㈱サンテック |
| 令和６年発生災害復旧事業 4630/6323　内浦パイプライン（布浦工区）災害復旧工事 | 布浦 | 農林水産課 | 446,787,000 | ㈱サンテック |
| 令和６年発生災害復旧事業 4630/6655・6656 あらけ池関連施設災害復旧工事 | 鴨川 | 農林水産課 | 124,080,000 | ㈲干場重機建設 |
| 令和６年発生災害復旧事業 4630/6028・6247　施設災害復旧工事 | 柳田 | 農林水産課 | 20,900,000 | 北能産業㈱ |
| 令和８年度（令和６年発生）林道災害復旧事業　上河内線1号箇所　復旧工事 | 北河内 | 農林水産課 | 19,338,000 | 寺西建設㈱ |
| 令和８年度（令和６年発生）林道災害復旧事業　赤坂線1号箇所　復旧工事 | 上 | 農林水産課 | 40,073,000 | ㈱サンテック |

有料広告






## 新人消防士紹介

４月に採用された新人消防士が、半年間にわたる消防学校での厳しい初任教育を終え、10 月から能登消防署に着任しました。消防学校で学んだことを活かし、住民の方々がより安心かつ安全に生活できるように頑張ります。皆様、よろしくお願いします。


伊澤（いざわ）　恋々（こここ）


長谷川（はせがわ）　天吾（てんご）


北濱（きたはま）　海翔（かいと）


藤岡（ふじおか）　蓮（れん）

## 秋の全国火災予防運動

『火の確認　いい日を支える　いい習慣』

（2026 年度全国統一防火標語）

これからの季節は気温が低くなり、ストーブやファンヒーターなど暖房器具を使う機会が増えます。火気の取り扱いには十分注意しましょう。

火災予防運動にあわせ、11 月８日㊏に能登町消防団による防火パレードを行います。消防車がサイレンを吹鳴しながら走行します。ご理解とご協力をよろしくお願いします。




## 宝くじ助成金で消防団活動備品を購入




このたび、一般財団法人自治総合センターが行う「令和８年度コミュニティ助成事業（地域防災組織育成助成事業）」の助成を受けて、能登町消防団に角型組立水槽１基およびトランシーバー 32 台が配備されました。

これは、地域コミュニティ活動の充実・強化を図ることを目的とした宝くじの社会貢献広報事業の一つとして、能登町消防団の日頃の地域防災活動が認められ実現したものです。


トランシーバー 32 台



角型組立水槽

## 100歳 おめでとうございます！

９月 10 日、川原きくゑさん（宇出津山分）が 100 歳を迎えられ、町長から長寿祝い状と花束を受け取りました。

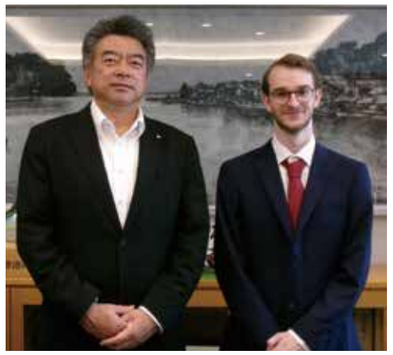
川原さんは、施設での布団あげや着替え、洗濯物をたたんだりなど身の回りのことは自分で行い、毎日欠かさず新聞に目を通されているそうです。

100 歳を迎えられての感想をお聞きしたところ、「100 年も生きてきたとは驚きや、ここまでよう生きて来られたと自分ながらに感心する。」とお話しされていました。

当日は、長男さんと長女さん、入居者・施設職員に囲まれて 100 歳のお誕生日を祝福され、とても嬉しそうなご様子でした。




## ようこそ能登町へ！



新任の外国語指導助手（ALT）であるルード・イーライ・ザビエルさん（24 歳）が、８月 25 日㈫に能登町役場を訪れ、能登町長へ挨拶をしました。

町長は、イーライさんの着任を歓迎するとともに、子どもたちとの交流や英語指導をとおしての今後の活躍に期待を寄せました。

アメリカ合衆国テネシー州出身のイーライさんは、笑顔で日本語を交えながら ALT としての仕事の抱負や、これから始まる能登町での生活で楽しみにしていることなどを話し、９月から宇出津小学校、鵜川小学校、松波小学校、松波中学校で英語の授業を担当しています。

能登町では、小中学生の英語力や英会話力の向上を主な目的として、外国語指導助手（ALT：Assistant Language Teacher）を招へいしています。

## 学校給食を通して学ぶ、災害への備え



９月１日の「防災の日」に合わせ、町内の全小中学校で「防災給食」を実施しました。

この日のメニューは、救給（きゅうきゅう）カレー、ポトフ、牛乳、バナナ。救給カレーは、災害などで給食が提供できない場合に備え、学校に備蓄している非常食です。食物アレルギーにも対応しており、今回は賞味期限が近づいたものを給食として活用しました。災害への備えでは、非常食や飲料水などを備蓄するだけでなく、普段から使いながら買い足していく「ローリングストック」も大切です。日ごろから備蓄品を確認し、無理なく備えを続けることが、いざというときの安心につながります。

今回は、普段とは少し違う給食を味わいながら、災害時や日ごろの備えについて考える機会となりました。

## 社標と手水舎を再建




９月 23 日、八王子神社（鈴ヶ嶺）で地区住民が集まり、社標と手水舎の再建を祝いました。

鈴ヶ嶺地区では、以前から地域で町花の「のとキリシマツツジ」を植栽するなどしてきており、八王子神社境内でも参道の修繕を機に石段の両脇に「のとキリシマツツジ」を植栽するなど、地域のシンボルとして親しんできました。

能登半島地震により、神殿をはじめ鳥居や社標が倒壊するなどの被害がありましたが、地区住民の熱い思いによって修繕や再建に取り組み、今回の社標等の再建で一とおりの復旧が完了となりました。

今回、再建された社標は、のとキリシマツツジの赤色をイメージしたインド産の赤御影石を使用しており、八王子神社の愛称の「のとキリシマ神社」と文字が刻まれています。小谷政幸区長は、より多くの人に親しんでもらえるような場所にしていきたいと話していました。

## 「のと里山・ポケモン・ウィズ・ユー空港」社会科見学

９月１日㈫に小木小学校（全校児童）と、９月２日㈬に宇出津小学校（５年生）が、７月にリニューアルオープンした「のと里山・ポケモン・ウィズ・ユー空港」の社会科見学を実施しました。

児童たちは空港担当者の説明を受けながら、全面的にポケモンで装飾された空港内や普段は立入ることができない滑走路をバスで見学するなどし、熱心にメモを取ったり質問をしていました。この社会科見学は、子どもたちに地元の空港をより身近に感じてもらおうと企画されたもので、能登９市町の小学校を対象に令和９年３月末まで順次実施される予定です。


説明を受ける小木小学校全校児童


熱心にメモを取る宇出津小学校５年生

## ALT による保育所で英語レッスン！



８月 19 日㈬、うしつ保育所で外国語指導助手（ALT）による英語レッスンが開催されました。小中学校で ALT を務めるアレクサ先生を講師に迎え、園児たちが遊びを通して英語に親しみました。

レッスンでは、はじめに英語での自己紹介や挨拶を交わしたあと、絵本「はらぺこあおむし」の読み聞かせを行いました。フルーツバスケットなどのミニゲームでは、「Apple」「Grape」など園児たちの元気な声が響きました。子どもたちは、楽しみながら英語の音や表現に触れ、夢中になってレッスンを楽しんでいました。

## 事業者支援サイト「能登百業録」を公開しました

能登町では、町内事業者の皆さまが、事業を続ける中で抱える「困りごと」や「やりたいこと」に応じて、利用できる支援制度を探すことができるウェブサイト「能登百業録」を公開しました。

「新しいことに挑戦したい」「設備を整えたい」「人材を確保したい」など、事業者のさまざまな課題や希望を入口に、国・県・町・関係機関などが実施する支援制度を分かりやすく整理しています。

また、実際に町内事業者が支援制度を活用した事例も掲載。「なぜ制度を利用したのか」「活用したことでどんな変化があったか」を知ることで、自分の事業にも活用できる支援につながるきっかけになる事を目指しています。

必要な情報を知り、支援につながり、次の一歩を踏み出すための「道しるべ」として、ぜひご活用ください。




能登百業録サイト→

サイトに関するご意見・アンケート→

※掲載している支援制度の内容や募集期間等は変更される場合があります。
利用を検討する際は、各制度の公式サイトや問い合わせ先へご確認ください。
※能登百業録は能登町公式ホームページにあるリンクからもご覧になれます。

問 復興推進課　☎ 62-8529

## 令和8年度地区別住民懇談会を開催します

主要な道路や公共施設等のインフラ復旧の見通しを説明するとともに、行政と町民が一丸となって復旧・復興に向けたまちづくりに取り組むため、下記テーマについて、町長・副町長・教育長・関係課長が町民の皆様から直接ご意見を伺います。

テーマ　①インフラの復旧・復興見通しについて
②町復興計画における復旧期の進捗について
③地区別復興まちづくり計画　主要事業の進捗について

ホームページ

【実施スケジュール】

| 月　日 | 開始時間 | 小学校区 | 会　場 |
|---|---|---|---|
| 11月25日㈫ | 午後６時30分 | 柳　田 | 柳田小学校　ランチルーム |
| 11月30日㈰ | | 松　波 | 内浦総合支所　ホール |
| 12月１日㈪ | | 鵜　川 | 鵜川小学校　ランチルーム |
| 12月２日㈫ | | 小　木 | 小木地域交流センター大会議室 |
| 12月３日㈬ | | 宇出津 | 役場　大集会場 |

※申込み不要です。多数のご参加をお願いいたします。
※会議資料は能登町ホームページにあるリンクからもご覧になれます。

問 復興推進課　☎ 62-8529



復興まちづくりだより Vol.18

## 建築士による無料訪問相談を行います　要予約
### ～お家のことを相談してみませんか～

■対 象 者　住まいの再建でお困りの方
・限られた資金の中で、どこを直したらよいか教えてほしい。
・リフォームをしたいので、業者にわかるような平面図を作成してほしい。
・修繕が手付かず。お金の面も含め修繕計画を立てたい。　など

■訪 問 者　建築士（１～２名）

■訪問日時　下記日程表から、ご希望の日にちと時間を選択してください

| 日　程 | | 時　間 |
|---|---|---|
| 11月25日㈫ | 12月５日㈮ | ①午前10時00分<br>②午後１時30分 |
| 26日㈬ | ６日㈯ | |
| 28日㈮ | 12日㈮ | |
| 29日㈯ | 13日㈯ | |

■申込方法　電話または右記申込みフォーム（11/20締切）
・お名前、住所、電話番号、相談内容などをお伺いします。

申込みフォーム

問 復興推進課　☎62-8529

## 住まいの再建相談会のお知らせ　無料・予約不要

■このようなお困りごとはありませんか？
・被災した家の修理や宅地の復旧などの支援金について教えてほしい。
・土地、建物の登記手続や相続手続が知りたい。
・業者とトラブルになり困っている。など
※住宅の写真など参考になる資料があれば、ご持参ください。

■開催日時　**11 月 14 日㈮　10 時 00 分～ 12 時 00 分**

■開催場所　**能登七見健康福祉の郷 なごみ**

問 復興推進課　☎ 62-8529

## 復旧・復興状況をホームページで公開中

令和６年能登半島地震の発生から２年 10 カ月、また令和６年９月の奥能登豪雨から２年１カ月が経過いたしました。被災された皆様には、改めて心よりお見舞い申し上げますとともに、これまでの長期にわたるご苦労に深く敬意を表します。

現在、町では官民一体となって復旧作業を進めており、インフラや生活関連施設においても少しずつ復旧・復興の兆しが見え始めております。

令和８年 10 月現在における、各施設の復旧状況と今後の見通しについてホームページにて公開しています。

ホームページはこちら

問 復興推進課　☎ 62-8529

# 健康生活・健診情報

## 能登北部医師会 11 月の 休日当番医

**【受付時間】9 時～ 12 時**

都合により当番医が変更になる可能性がありますので、あらかじめ電話確認のうえ受診してください。

| 1 日㊐ | 3 日㊋・㊗ | 8 日㊐ | 15 日㊐ | 22 日㊐ | 23 日㊊・㊗ | 29 日㊐ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **輪島診療所**<br>輪島市堀町<br>☎(0768) 23-8686 | **嘉門内科クリニック**<br>輪島市杉平町<br>☎(0768) 22-6776 | **大和医院**<br>輪島市門前町<br>☎(0768) 43-1323 | **輪島診療所**<br>輪島市堀町<br>☎(0768) 23-8686 | **桶本眼科**<br>輪島市釜屋谷町<br>☎(0768) 22-4056 | **瀬戸医院**<br>輪島市門前町<br>☎(0768) 42-0023 | **きのしたクリニック**<br>輪島市釜屋谷町<br>☎(0768) 23-0866 |
| **小西医院**<br>珠洲市正院町<br>☎82-6800 | **升谷医院**<br>能登町松波<br>☎72-1151 | **田中クリニック**<br>珠洲市野々江町<br>☎82-0500 | **千間内科クリニック**<br>能登町宇出津山分<br>☎62-1001 | **なかたに医院**<br>珠洲市上戸町<br>☎82-8333 | **生垣医院**<br>能登町柳田<br>☎76-0001 | **小木クリニック**<br>能登町小木<br>☎74-1711 |

## 乳がん検診・子宮頸がん検診を受けましょう！

医療機関にて 12 月診療最終日まで実施しています。
今年度、無料クーポン券対象の方は、医療機関でもクーポン券を利用できます。
受診を希望する場合は、各病院へ直接ご予約ください（医療機関に受診票があります）

| 医療機関名 | 電話番号 | 備考 |
|---|---|---|
| 公立宇出津総合病院 | ６２－１３１１<br>検診科へ予約 | 子宮：第３金曜の午前<br>乳　：月～金曜の午前 |
| 珠洲市総合病院 | ８２－１１８１<br>健診室へ予約 | 子宮：第１～４水曜の午後<br>乳　：月～金曜の午前 |
| 市立輪島病院 | (０７６８)２２－２２２２<br>婦人科へ予約 | 子宮頸がん検診のみ実施<br>子宮：月・木曜の午前 |
| 公立穴水総合病院 | (０７６８)５２－０５１１<br>健診科へ予約 | 子宮頸がん検診のみ実施<br>水曜・第２、４土曜の午前 |

※上記以外の県内医療機関でも女性がん検診を受診できます。
受診できる医療機関の確認、受診票の発行は、右の二次元コードから、
または健康福祉課（☎ 62-8514）までご連絡ください。

## ～がん検診受診PR・自殺予防キャンペーンを実施しました～

９月 12 日㊏ショッピングセンターアルプとホームセンタームサシ能登店のご協力を得て、ボランティアグループ健康づくり推進員６名が、がん検診の受診勧奨やこころの相談窓口の PR 活動を行いました。




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！

働く喜びと社会参加を！
会員募集中 !!

ご家庭で…
◆草むしり・草刈　◆簡単な大工作業　◆障子・網戸の張替え
◆庭木の剪定　◆不用品処分　◆引っ越しのお手伝い
◆屋内外の清掃　◆入院中の洗濯
◆子育て支援　◆農作業
◆留守番　◆ペンキ塗り
◆宛名書き　◆雪囲い
◆除雪　◆墓そうじ

事業所で…
◆イベント・催事設営等　◆自動車の運転　◆施設内外清掃
◆賞状・宛名書き　◆店舗内清掃
◆袋詰め・梱包　◆施設の受付
◆配達手伝い　◆チラシ配布
◆皿洗い　◆樹木管理
◆封入作業　◆各種内職
◆倉庫整理　その他…

お申込み・お問い合わせはお気軽にお電話ください




# 公立宇出津総合病院だより

☎ 62-1311　https://www.town.noto.lg.jp/kakuka/ushitsu-hospital/index.html

**■入院患者様との面会について（面会時間は 14 時～ 18 時まで）**

○当院は入院患者様の療養生活の質の向上、および安全確保のため、感染症発生状況や患者様の状態に応じて面会を制限、禁止する面会制限レベルの運用をしております。現在の面会制限レベルについては、当院ホームページや院内掲示をご覧いただくか、お電話にてお問い合わせください。

**■感染防止にご協力ください**

○発熱や咳などの症状がある方は、まずはお電話でご相談ください。
また、感染者との接触歴等がある場合はお申し出ください。
○来院時のマスク着用、手指消毒にご協力ください。

**■診療日のご案内**

○糖尿病・内分泌外来
２日㊊、16 日㊊、30 日㊊


# 健康生活・健診情報


### 乳児健診①

**日　時**　11月17日㊋（受付）12：30～12：45
**場　所**　能登町役場　２階大集会場（里山ホール）
**対象児**　令和８年６月28日～８月15日生まれ
**持ち物**　母子健康手帳、健診おたずね票、バスタオル

### 乳児健診②

**日　時**　12月８日㊋（受付）12：20～12：35
**場　所**　能登町役場　２階大集会場（里山ホール）
**対象児**　令和８年８月16日～９月５日生まれ
**持ち物**　母子健康手帳、健診おたずね票、バスタオル

### １歳６ヵ月児健診

**日　時**　12月８日㊋（受付）12：30～12：45
**場　所**　能登町役場　２階大集会場
**対象児**　令和７年３月１日～５月25日生まれ
**持ち物**　母子健康手帳、健診おたずね票



## 今年度最後のご案内です～みんなで受けよう健康診査～

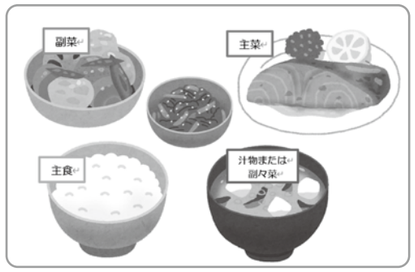
特定健診、19 ～ 39 歳健診、後期高齢者健診は 11 月 30 日で終了します。ご自分の健康状態を知る機会を逃さず、期限内に受診をお願いします。また、下記医療機関で普段から診療を受けている方は、受診券とマイナ保険証（資格確認書）を医療機関へ持参し、受付へご提示ください。

**＜健康診査が受けられる医療機関一覧＞**

| | 医療機関名 | 予約先の電話番号 |
|---|---|---|
| 町内 | 公立宇出津総合病院（検診科） | ６２－１３１１ |
| | 公立宇出津総合病院瑞穂診療所 | ６７－１６４７ |
| | 千間内科クリニック | ６２－１００１ |
| | はしもとクリニック | （胃カメラは要予約：６２－８３００） |
| | 持木メディカルクリニック | （胃カメラは要予約：６２－１２１０） |
| | 升谷医院 | ７２－１１５１ |
| | 小木クリニック | ７４－１７１１ |
| | 生垣医院 | ７６－０００１ |
| 町外 | みちした内科クリニック | 予約不要 |
| | なかたに医院 | ８２－８３３３ |
| | 珠洲市総合病院（健診室） | ８２－１１８１ |
| | 尾張循環器・糖尿病内科クリニック | 予約不要 |
| | 北川内科クリニック | 予約不要 |
| | ごちゃまるクリニック | （０７６８）２３－４２３４ |

※その他、胃がん・肺がん・大腸がん検診も 11 月末まで町内医療機関で実施しています。

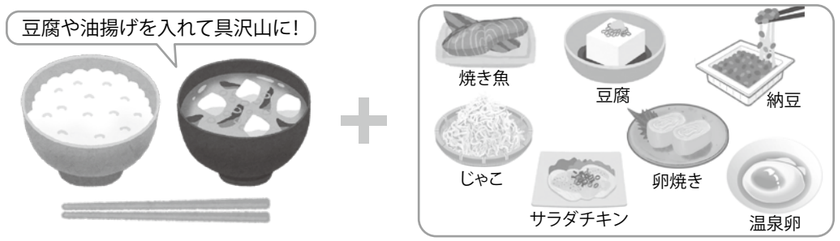
## 高齢者の糖尿病食について
### 血糖値を上げ過ぎない 食べ方のコツをつかんで健康長寿




**1．高齢者の糖尿病における食事のポイント**
１回の食事で主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう。
①毎日３食、主食、主菜、副菜のある食事
②主菜（たんぱく質源：魚、肉、大豆製品、卵）は
　毎食１品から１品半
③副菜（野菜）は１食に生なら両手１杯分、
　出来れば１食に２鉢（半分は緑黄色野菜）
④間食はできるだけ控える
　同じエネルギーでも糖質ばかりの食事と糖質や
たんぱく質、脂質、食物繊維を混ぜた食事では血糖値の上がり方が違います。

**2．おやつ（間食）を楽しむためのコツ**
お菓子類は砂糖を使っていることが多いので、血糖値が上がりやすいものが多いです。
時間と量を決めて食べることが大切です。
**約束！医師の指示エネルギーの範囲内で食べること**
①たんぱく質や脂質を取り入れる（ゆで卵、豆腐、乳製品、ナッツ類など）
②糖質＋たんぱく質や脂質の組み合わせにする
　・あんぱん→ソーセージパンなどの総菜パン
　・せんべい→豆入りせんべい、チーズおかき
　・チョコレートとヨーグルトの組み合わせなど
③果物を適量取り入れる（バナナなら１日１本）

**3．後期高齢者（75 歳以上）やフレイル状態である場合**
体重減少を防ぐため、適切なエネルギー摂取と毎食のたんぱく質摂取を意識しましょう。
**いつもの食事にたんぱく質をプラスし、十分なたんぱく質をとりましょう**




食事で良好な血糖コントロールを保ち、健康な毎日を送りましょう。

## ～血糖値が気になる方、必見!～ ヘルスアップ食講座（糖尿病編）

糖尿病の発症・重症化予防に向けて、自身の食生活や健診結果から食の問題点を見つけ、個々に合った食品の適量を学びます。この講座で、健康なからだ作りにかかせない食事について学びましょう。

**日　　時**：11 月 25 日㈬　９時 30 分～ 12 時
**場　　所**：能登町役場　１階　第１．２研修室
**内　　容**：【講話】「高血糖改善に向けて、食のポイントを学ぼう」 講師　健康福祉課　管理栄養士
　　【実践】「糖尿病予防のための運動」 講師　健康運動指導士　三宅　直美氏
**対　　象**：能登町に住所を有し、糖尿病発症・重症化予防の為に食の改善を希望する方
　　（血糖値・HbA1c 高値の方等）
**持 ち 物**：健診結果または血糖値や HbA1c 値が分かるもの（あれば持ってきてください）筆記用具
**定　　員**：15 名程度
**参 加 費**：無料
**申込締切**：11 月 11 日㈬（申込先：健康福祉課　健康推進係　☎ 62-8514）



健康生活・健診情報

## 特定健診または後期高齢者健診を受けられた方へ
### ～健診結果説明会のご案内～

健診結果を日々の健康づくりにお役立てていただくために、下記日程で結果説明会を開催します。
「健診の結果が送られてきても、見方がよく分からない。」「なかなか数値が改善しない。どうすればいいのか？」などの疑問や気になる健診項目について、保健師・管理栄養士にご相談ください。

**＜対 象 者＞**　以下①、②の両方に該当する方
①特定健診及び後期高齢者健診の受診者で健診結果がある
②個人の生活習慣見直しのため健康相談を希望する

**＜内　　容＞**　健診結果の説明、健康相談

**＜日　　程＞**

| 回数 | 日　　程 | 会　　場 | 時　　間（要申込） | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 12月２日㈬ | 内浦総合支所 | 午前 | ９：30～10：00 | 10：00～10：30 |
| | | | | 10：30～11：00 | 11：00～11：30 |
| 2 | 12月14日㈪ | 柳田総合支所 | 午前 | ９：30～10：00 | 10：00～10：30 |
| | | | | 10：30～11：00 | 11：00～11：30 |
| 3 | 12月18日㈮ | 能登町役場 | 午前 | ９：30～10：00 | 10：00～10：30 |
| | | | | 10：30～11：00 | 11：00～11：30 |

**＜持 ち 物＞**　健診結果、メガネ（必要な方）
**＜参 加 費＞**　無料
**＜相談時間＞**　お一人当たり 10 分～ 20 分程度
**＜定　　員＞**　30 分枠に６名まで
**＜申込締切＞**　開催日の２週間前まで
**＜申 込 先＞**　健康福祉課　☎ 62-8514

## 糖尿病について知って予防しよう!
### 11月14日は世界糖尿病デーです



**〈全国糖尿病週間は11月９日（月）～11月15日（日）〉**
**～全国各地が青い光に包まれます。～**

「全国糖尿病週間」では、各地で講演会や健康相談、建造物をブルーにライトアップする等の糖尿病啓発活動を実施しています。この機会に糖尿病について考え、予防にむけた一歩を踏み出す機会にしましょう。
今年も公立宇出津総合病院にてブルーライトを実施します。

## 自死遺族交流会のご案内

石川県こころの健康センターでは、自らの命を絶たれた方の遺族の方々が、寄り添い、大切な思い出を語り合い、悲しみや苦しみを互いに共感することにより、こころが安らぐ時を過ごしていただく場として、交流会を開催しています。

| 開催日 | 時間 |
|---|---|
| R８年11月７日㈯ | 午後２～４時 |
| R９年１月９日㈯ | |
| R９年３月６日㈯ | |

**会　　場**：金沢市内（下記にお電話いただければお知らせします）
問 石川県こころの健康センター相談課　☎ 076（238）5750

【能登町役場】
〒927-0492
宇出津ト字50番地1
☎62-1000　FAX62-4506

4階
議会事務局　☎62-8540
3階
総務課　☎62-8532
危機管理室☎62-8533
秘書室　☎62-8534
企画財政課　☎62-8535
教育委員会事務局
☎62-8537
2階
建設水道課
建設　☎62-8523
上下水　☎62-4722
農林水産課　☎62-8524
農業委員会　☎62-8525
ふるさと振興課
☎62-8526
復興推進課　☎62-8529
復興住宅課　☎62-4704
1階
住民課　☎62-8510
会計課　☎62-8511
健康福祉課
医療　☎62-8512
児童福祉　☎62-8513
健康推進　☎62-8514
福祉　☎62-8515
包括支援センター
☎62-8516
介護保険　☎62-8517
税務課
納税　☎62-8518
収納　☎62-8519

■柳田総合支所☎76-8300
■情報ネットワークセンター
ＣＡＴＶ放送室☎76-8301
■内浦総合支所☎72-2500
■小木支所　☎74-1111
■鵜川支所　☎67-2221

**今月の納期　11月30日㈰**

| 税・料金 | 軽自動車税 | 固定資産(都市計画)税 | 町県民税 | 国民健康保険税 | 介護保険料 | 後期高齢保険料 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 4月 | | | | | | 1期 |
| 5月 | 全 | | | | | 2 |
| 6月 | | | 1 | | | 3 |
| 7月 | | 1 | | 1 | 1 | 4 |
| 8月 | | | 2 | 2 | 2 | 5 |
| 9月 | | 2 | | 3 | 3 | 6 |
| 10月 | | | 3 | 4 | 4 | 7 |
| 11月 | | | | 5 | 5 | 8 |
| 12月 | | 3 | | 6 | 6 | 9 |
| 1月 | | | 4 | 7 | 7 | 10 |
| 2月 | | 4 | | 8 | 8 | 11 |
| 3月 | | | | 9 | 9 | 12 |

### 行政相談

問 総務課　☎62-8532

| 日 | 時間 | 場所 | 行政相談委員 |
|---|---|---|---|
| 17日㈫ | 10:00～12:00 | 内浦総合支所第1会議室 | 宮谷内相談委員 |

**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。

### 法律相談（前日午後4時30分までに要予約）

問 金沢弁護士会　☎076-221-0242

| 日 | 時間 | 場所 | 予約・問い合わせ先 |
|---|---|---|---|
| 27日㈭ | 13:30～16:20 | 能登町役場<br>1階 相談室1・2 | 無料、30分以内、<br>先着5名まで<br>予約順に時間が決まります |

### 心配ごと相談

問 町社会福祉協議会　☎72-2322

| 日 | 時間 | 場　所 |
|---|---|---|
| 10日㈫ | 10:00～12:00 | 能登町役場1階　相談室1 |
| 17日㈫ | 10:00～12:00 | 内浦総合支所　会議室1 |
| 24日㈫ | 10:00～12:00 | 老人福祉センター　笹ゆり荘 |

**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。

### ひとり親家庭の相談

問 能登北部保健福祉センター　☎0768-22-4149

| 日 | 時間 | 場　所 |
|---|---|---|
| 11月11日㈬ | 10:00～12:00 | 役場1階　相談室1 |

**相談内容**　子育て、資格取得、貸付金、離婚前相談など、〝困ったこと〟や〝悩んでいること〟はありませんか？母子父子自立支援員が相談に応じます。

### 社労士による無料相談会（対面・電話）

働く人も事業主の方も職場でのお悩みや疑問を労働・年金の専門家である社労士に相談してみませんか？

○ハラスメント　○労働条件　○育児休業・介護休業
○健康保険・労災・雇用保険　○各種年金（老齢・障害・遺族）
○成年後見制度など
※予約不要です



**開催日時**　12月2日㈬ 10：00～17：00

**◎対面による無料相談**
場所 JA能登わかば本店　七尾市矢田新町イ部6番地7

**◎電話による無料相談**
専用ダイヤル　☎076-291-5418　または 090-3427-2257

問 石川県社会保険労務士会　☎076-291-5411



## 11月は児童虐待防止推進月間です

能登町では、毎年11月を「オレンジリボン運動」として啓発活動にとりくんでいます。（「オレンジリボン」は児童虐待防止のシンボルです）。

「オレンジリボン運動」は、子ども虐待防止のシンボルマークであるオレンジリボンを広めることで、一人でも多くの方々に児童虐待について関心を持ってもらい、子どもの虐待をなくすことを呼びかける運動です。



**●児童虐待とは…？**

**身体的虐待**
殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる　など

**性的虐待**
子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする　など

**ネグレクト**
家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない　など

**心理的虐待**
言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう（DV）など

児童虐待は、社会全体でかかわり解決していくべき問題です。
「あれ？虐待かも…。」と感じたら、情報提供をお願いいたします。
また、下記の相談窓口は、子育てや親子関係に悩んだ時にもご利用できます。ぜひご連絡ください。

**相談窓口一覧**

| | |
|---|---|
| 能登町こども家庭センター | ☎62-8513（平日8:30～17:15）<br>上記以外の時間は、役場日直・宿直☎62-1000へお願いいたします。 |
| 児童相談所全国共通ダイヤル | ☎189（いちはやく）24時間365日対応 |
| 親子のお悩みを匿名相談<br>「親子のための相談LINE」こども家庭庁 | LINEアプリのコードリーダーでスキャンするとLINE友だちに追加されます |

## 11月30日（いいみらい）は「年金の日」です!!

厚生労働省では、「国民お一人お一人、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11月30日（いいみらい）を「年金の日」としています。

この機会に、「ねんきんネット」でご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」では、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、ご自身の年金記録からさまざまな条件を設定した上で、年金見込額の試算をすることもできます。

また、持ち主不明記録検索では、現在持ち主が分からなくなっている年金記録を「ねんきんネット」上で検索できます。詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧下さい。

○日本年金機構ホームページ（ねんきんネット）
http://www.nenkin.go.jp/denshibenri_kojin/n_net/

問七尾年金事務所　☎0767-53-6511

## 石川県立生涯学習センター能登分室「あすなろ悠々塾 in能登」

**講座名**：あすなろ悠々塾 in 能登
**演　題**：能登半島で 56 年ぶりのトキ放鳥　復活を祈る
**講　師**：西屋　馨氏
**日　時**：11 月 18 日㈬ 13:30 ～ 15:00
**会　場**：のと里山ポケモン・ウィズ・ユー空港４階　講義室
**受講者**：32 名 ( 先着順　受講無料 )
**申　込**：８月 10 日㈪～　石川県電子申請システムで申込

申込フォーム

問石川県立生涯学習センター能登分室　☎ 0768-26-2360

## ポリテクカレッジ石川 令和 9 年度入校生募集開始！

石川職業能力開発短期大学校（愛称：ポリテクカレッジ石川）は、企業で即戦力となるテクニシャン・エンジニアを育成し、石川県のものづくり産業を支えています。学生たちは、ものづくりの技能・技術を学び、多くの県内優良企業に就職しています。

就業経験があり、ものづくりに対して強い関心と技術を習得する意思のある方の社会人推薦、事業主の推薦する在職者の方の事業主推薦も随時募集していますのでお問合せ下さい。

＊北陸職業能力開発大学校 ( 富山県魚津市 ) のキャンパスに一時移転して授業を行っておりますが、2027 年（令和９年）４月からは穴水キャンパスが再始動し、新科「デジタル創造技術科」が誕生します。

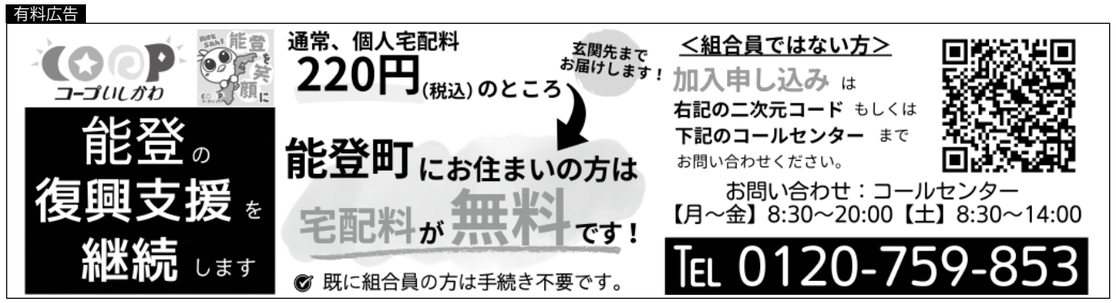
**自己推薦 B 日程**
**募集コース名：デジタル創造技術科　機械コース、電子情報コース**
出願期間：11 月 25 日㈬～ 12 月９日㈬
選 考 日：12 月 19 日㈯
合格発表：12 月 24 日㈬

入試情報

**オープンキャンパス**
日　　時：12 月６日㈰
10：00 ～ 14：10（1 日タイプ）
10：00 ～ 12：00（午前半日タイプ）
12：10 ～ 14：10（午後半日タイプ）
場　　所：北陸職業能力開発大学校 ( 富山県魚津市川縁 1289-1)
内　　容：大学校説明、施設見学、体験授業（3DCAD による設計、電子回路 CAD）など
その他の詳細は公式サイトで！

オープン
キャンパス情報

問ポリテクカレッジ石川 学務援助課　☎ 0765-23-0169

有料広告





## 【輪島税務署からのお知らせ】

「税を考える週間」とは、皆様に税の仕組み、使い道や必要性について考えていただき、税金に対する理解を一層深めていただくことを目的として設けられた週間です。

この「税を考える週間」に併せて、小中学生から応募があった税に関する作品の展示（書道・ポスター・作文）を予定しておりますので、是非ご覧いただき、私たちにとって身近で大切な税金について一緒に考えてみませんか。




**【税に関する作品展】**
◆展示期間：11 月 11 日㈬～ 11 月 17 日㈫まで
◆展示場所：コンセールのと　１階ロビー

**【奥能登地区入賞作品展】**
◆展示期間：11 月 19 日㈬～ 30 日㈪午前まで
◆展示場所：のと空港ターミナルビル３階　展望ロビー

問輪島税務署 総務課　☎ 0768-22-2242

## 女性に対する暴力 不安を感じたら相談を

**11 月 12 日から 11 月 25 日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。**
「その不安を話すだけでもいいんです。」DV なのか、性暴力なのか、分からなくても不安な気持ちを抱えたら、相談窓口に話してみませんか？

各種相談窓口については、リンク先をご参照ください。
https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/vaw/consult.html




## 犯罪被害にあわれた方、ご家族、ご遺族の支援窓口のご案内

**11 月 25 日から 12 月 1 日は**
**「犯罪被害を考える週間」です。**



犯罪被害者等支援シンボルマーク
「ギュっとちゃん」

**支援を希望される方は**
**「総合的対応窓口」へ**
**ご相談ください**

**犯罪被害にあうと**

犯罪行為による直接的被害だけではなく、その後も心身や生活に影響を生じる二次的被害に長く苦しめられることがあります。

**直接的被害**　加害者から心身を傷付けられたりすることをいいます。

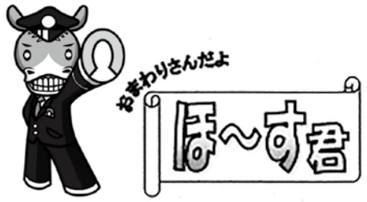
**二次的被害**　加害者ではない周囲の人たちの言動に傷付けられることなどをいいます。

**心身への影響**　怪我やショック、配慮のない言動などにより心身に不調が生じる場合があります。

**生活への影響**　住居、家事、育児、仕事、お金、手続きなど様々な困難が生じる場合があります。

**総合的対応窓口**
能登町　総務課　☎ 62-8532（月～金 8:30 ～ 17:15）
または石川県生活環境部生活安全課　☎ 076-225-1387（月～金 8:30 ～ 17:45）

**最寄りの警察署、石川県警察本部県民支援相談課被害者支援室 (076-225-0110（代）)、（公社）石川被害者サポートセンター（076-226-7830）でもご相談いただけます。**




## 特殊詐欺
## SNS 型投資詐欺
## ロマンス詐欺に注意！




**還付金詐欺**




**オレオレ詐欺**



**SNS型投資詐欺**




**ロマンス詐欺**

まだまだ、たくさんの詐欺があります。
「自分は大丈夫！」と思っていませんか？
被害者は、高齢者だけではありません。
いつ自分が被害に遭うかわかりません。

**常に「警戒心」と「冷静な判断」を！**



うしっこちゃん

ひとりで抱え込まず
警察に相談してね！
**相談専用電話**
**＃９１１０**

問 珠洲警察署　☎ 82-0110
能登庁舎　☎ 62-1334

# 児童館だより

★子育て支援ルームの行事　小小学生対象　申要申込

## こどもみらいセンター　☎ 62-1503

◆開館　月～金曜日　9：15～17：00
　　土曜日　9：15～16：00
◆休館日　日曜日・祝日

| | | |
|---|---|---|
| 6日㊎ | 10：00～ | ★身体測定＆ミニミニ運動会 申<br>持ち物：母子手帳 |
| | 16：00～ | ごいたの集い |
| 13日㊎ | 15：30～ | みんなで遊ぼう！「ドッジボール大会第２弾！」小 |
| 18日㊌ | 10：30～ | ★ベビーノーム『ママのハンドトリートメント』申<br>定員５名 |
| 19日㊍ | 15：30～ | 食育クッキング「かぼちゃプリン」小申 |
| 27日㊎ | 16：00～ | ごいたの集い 申 |
| 28日㊏ | 10：00～ | ★ミニ運動会 |

## まつなみキッズセンター　☎ 72-0269

◆開館　10：00～18：00
◆休館日　日曜日・月曜日

| | | |
|---|---|---|
| ４日㊌ | 15：00～ | おはなしボランティアひまわり |
| 11日㊌ | 15：00～ | もみじミニお茶会 |
| 13日㊎ | 16：00～ | 体育教室 |
| 18日㊌ | 15：30～ | あっぷるたいむ「モルック大会」 |
| 19日㊍ | 16：00～ | キッズ食育の日「きのこのみそ汁を味わおう！」 |
| 21日㊏ | 12：00～ | こども食堂おむすび ※牛丼予定 申 |
| | 13：00～ | おはなしボランティアひまわり |
| 27日㊎ | 16：00～ | 文化庁の茶道体験教室 |
| 28日㊏ | 13：00～ | （お点前からお茶を点てる他、日本文化に触れてみよう！） |

## 11月のふれあい保育

どなたでも参加できます！
各保育所に申し込み後、ご参加ください。

| 公立保育所（認定こども園） | 日　時 | 内　容 |
|---|---|---|
| 鵜川保育所 | 11月10日㊋<br>午前 10:00～11:00 | 戸外で楽しもう |
| うしつ保育所 | 11月19日㊍<br>午前 10:00～11:00 | ままごと遊びを楽しもう |
| 柳田保育所 | 11月12日㊌<br>午前 10:00～11:00 | 遊戯室で遊ぼう！<br>育児相談・情報交換 |

# 図書館へおいでよ

**■展示コーナー（上半期ベスト 100）**

10 月より引き続き展開中！読書の秋☆
たくさん読んでくださいね♪





**■お宝本市**

地域の皆さまから提供された古本を無償でお譲りします。
**日　程** 11 月７日㊏　９時～　無くなり次第終了です。
**対象館**　中央図書館
※エコバックなどをお持ちください。



## 中央図書館の新刊




**ギャルにひかれて寺マルシェ**
宮島未奈／著
父親の酒屋を継いだ 30 歳の英介は、子どもの頃に近所の陵泉寺に埋めた高価なカードを掘り出すことに。偵察のため、〈寺マルシェ〉を訪れると、ギャルメイクで法話を行う元同級生の姿が…。

**縁切りの宿**
川越 宗一／著
江戸時代、夫からしか出せなかった離縁状。徳川家ゆかりの縁切り寺の寺役宿を務める桂屋は、訴えに嘘がないかなど関係者を呼び集め調べを行う。すると、さまざまな男女の事情が浮かび上がり…。




- **縁結び**　斉砂波人／著
- **たすけ鍼　深川かたぎ**　山本一力／著
- **先生が終わらない**　額賀澪／著
- **あいつも誰かに殺される**　下村敦史／著
- **84 歳、現役、女医のひとり暮らし**　天野恵子／著
- **買わない生活**　稲垣えみ子／著
- **目にやさしい　まちがいさがし**　篠原 菊紀／監修
- **ターゲット別　釣れる仕掛けガイド**　英和出版社／出版

## 11 月のカレンダー

**中央図書館**
☎62-8520
**開館** 9：00～18：00
（㊏・㊐は17：00まで）
**休館**㊊・祝

**松波図書館（分館）**
☎72-1819
**開館** 9：00～17：00
**休館**㊐・㊊・祝

**柳田教養文化館**
☎76-1585
**開館**10：30～18：30
**休館**㊐・祝

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 休松柳 | 2 休申松 | 3 休申松柳 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 休松柳 | 9 休申松 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 申10：30～加夢加夢おはなし会 |
| 15 休松柳 | 16 休申松 | 17 | 18 申13：30～あゆみ読書会 | 19 | 20 | 21 |
| 22 休松柳 | 23 休申松柳 | 24 | 25 申館内整理休館 | 26 | 27 | 28 柳館内整理休館 |
| 29 休松柳 | 30 休申松 | | | | | |

㊡＝休館日　申＝中央図書館　松＝松波図書館（分館）　柳＝柳田教養文化館

## 再告知！総合的な探究の時間 中間相談会を開催します

**【日時】11 月 2 日（月）9:00 ～ 12:30　【会場】能登高校**

生徒たちが探究しているテーマや活動内容を地域の皆さまへ発表します。ご感想やアドバイスをいただき、今後の協力や支援につなげるための場です。

「今年の能登高生はどんな探究をしているのだろう」「生徒たちのテーマを一緒に考えてみたい」という皆さま、ぜひお気軽に「中間相談会」へお越しください！

# 能登高校生がルクセンブルクへ「行動した先で、きっと自分の考え方や世界が大きく変わるはず」

能登高校 3 年生の生徒 1 名が「令和 8 年度石川・ルクセンブルク青少年交流事業」に選抜され、7 月 26 日～ 8 月 4 日にルクセンブルクやドイツを訪れました。現地では大使館訪問やヴィアンデン城の見学、中世祭りの体験など充実した時間を過ごしています。

滞在中は、能登高校で培った経験も大きく役立ちました。高校生活を通じて地域など多様な人と関わるなかで身につけた「笑顔とうなずき」を実践し、言葉の壁を越えて現地の人々と心を通わせることができたと振り返ります。

これから海外へ一歩を踏み出したい人たちに向けて、彼は「あれこれ深く考え込まず、『大抵のことはどうにかなる』という気持ちでまずは飛び込んでみてほしい。行動した先で、きっと自分の考え方や世界が大きく変わるはず」と語りました。



**能登高校普通科 3 年　境谷健太郎さん**

**● 初めての海外（ルクセンブルク）で不安はありませんでしたか？**

正直､緊張や不安は全然なかったです。｢翻訳ツールもあるし何とかなる｣｢治安も悪くないだろう」と気楽に考えていました。

**● 実際に行ってみて感じたカルチャーショックや実体験の価値は？**

主食が米ではなく小麦粉だったり、宗教をとても大切にしていたりする違いに驚きました。ネットの情報を見るだけでは実感が湧きませんが、現地で肌で感じることで「自分たちの当たり前」との違いや、言葉を学ぶ重要性に本気で気づくことができました。

**● 海外に興味を持った原点はどこですか？**

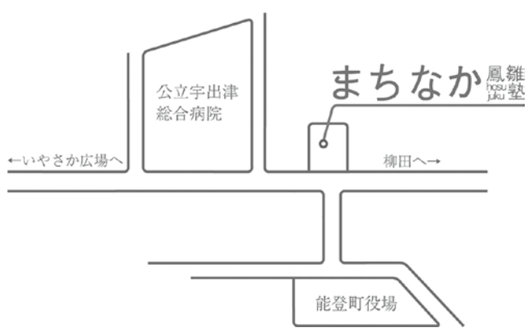
中 3 の時に宮崎県へ行き、現地の人々と深く関わったことがきっかけです。同じ日本でも能登とは価値観や習慣が全然違っていて、「外の世界は面白い」と気づきました。国内を巡るうちに「世界はもっと面白いはず」と思い、そこから海外に興味を持ち始めました。

**● 留学を通して自身の価値観はどう変わりましたか？**

「豊かさ」の捉え方が変わりました。以前はお金ばかり気にしていましたが、現地の人たちは「家族や友人と過ごす時間」を最優先にしていました。お金の有無よりも「大切な人とどう過ごすか」が人生の幸せなんだと気づき、視野が広がりました。

**開塾時間　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、能登町公営塾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。




**能登町営まちなか鳳雛塾**
〒 927-0433　石川県鳳珠郡能登町字宇出津タ-80
☎ 0768-84-5282（受付時間 平日 16:00 ~ 22:00 ）
machinakahousu　machinakahosu



# 【地域みらい留学合同説明会】7 月を上回る来場者数＆制服コンテスト第 1 位を獲得！

7 月の説明会に続き、8 月 22 日・23 日に東京で開催され「地域みらい留学 日本まるごと高校フェス（学校合同説明会）」へ再び出展しました！

今回は、能登高校に 3 年間留学中の現役生 2 名と、高校 2 年時の 1 年間を能登で過ごした OG1 名が参加しました。能登町役場、能登高校の教員、留学コーディネーターとともにブースに立ち、能登高校と能登町の魅力を来場者の皆さまへ全力で届けました！

ブースには 7 月を上回る、2 日間で計 44 組もの方々にお越しいただきました。留学コーディネーターからは「これまでに比べて中学 2 年生以下の早い段階から関心を持つご家庭も多く、都市部から地方への進学に対する注目の高まりを実感した」と手応えを語りました。

さらに、会場で行われた制服コンテストでは、来場者の投票により能登高校が見事 1 位を獲得しました！里山里海をフィールドにした探究的な学びや地域での活躍はもちろん、毎日身につける制服の魅力も多くの方に届いた、嬉しい結果となりました。

ご協力いただいた皆さま、本当にありがとうございました！







**地域みらい留学生（全国募集）来年度も引き続き募集！**

令和 9 年度より、地域産業科に加え普通科でも地域みらい留学生の受け入れが始まります。
皆さんのご親戚やお知り合いで、県外から能登高校への進学を検討中の中学生がいましたら、ぜひご紹介ください！

詳しくはこちらから→

# 【総合的な探究の時間】２学期開始！１年生は「振り返り」に注目



9 月 2 日、2 学期最初の「総合的な探究の時間」が始まりました！

1 学期に基礎を学び、鵜川地区フィールドワークを経験した 1 年生は、いよいよ「自ら課題を発見し､主体的に取り組む実践段階」へと移行します。関心のある 2 年生チームへの合流、または 1 年生独自のチーム結成を選び、本格的な活動が始まります。

これからの試行錯誤に備え、今回は振り返りの手法「KPT 法（Keep：継続 / Problem：課題 / Try：挑戦）」を学び､学年目標である「他者に敬意を持って接すること」「自分の成長のために行動すること」を題材にワークを実施しました。

身近なテーマということもあり、分析は順調に進みました。「思いやりが足りない」という課題に対し、根本原因をコミュニケーション不足と捉え､「単に話すだけでなく、互いの距離感を察すること」と本質に踏み込んで次のアクション（Try）へ落とし込む姿も見られました。

1 学期を経て、課題発見力や分析力の成長を実感した初回授業。今学期、生徒たちの探究がどこまで深まるのか、今後の展開がとても楽しみです！




## 南の島の学芸員の奥能登探訪

今回は鹿児島県の与論町教育委員会の学芸員である南勇輔さんに、能登を訪ねた印象を寄稿していただきました。

### ■来訪の目的

私の勤める与論町は鹿児島県の最南端に位置し、人口が約4800人、山が無いため標高も100mに満たない、周囲24kmの低く小さな島（自治体）です。能登までは島の空港から那覇、羽田、小松空港を経由して、小松からはレンタカーで来ました。能登を訪れた目的のひとつは、大学以来の友人である能登里海教育研究所の小林さんに会うことです。また、能登には学生時代から勉強していた考古学や歴史学で著名な遺跡や港、珠洲焼などの窯跡が多くあり、長年来訪してみたいと思っていました。震災もありタイミングを見計らっていましたが、今回ようやく実現することができました。

### ■能登で感じたこと

今回の旅では、能登の史跡、民俗、自然を知ることができました。特に、偶然にも「キリコ祭り」と時期が重なり、能登町の宇出津や珠洲市の寺家で、実際にキリコを動かしている様子を見られたのは幸運でした。各集落や神社・仏閣と「キリコ祭り」との関わりや、祭りにかける地元の人の思いに触れることができ、大きな経験となりました。おかげで、能登の「里山・里海」では、土地と人、歴史と民俗が相互に関わり合っていることを学べたと思っています。


与論島の北側の海、沖永良部島方面を望む

自然と人との関わりについては、私の住む与論島にはきれいなサンゴ礁がありますが、この海も長い年月にわたって人の手が入ってきたものです。一方、同じ奄美群島で豊かな自然が評価され世界自然遺産になっている奄美大島や徳之島の山には、人々が信仰の対象として「残してきた・手を付けなかった」場所があります。与論島にもそのような海辺や集落にも通じるものがあると思いました。

また、今回はうっすらとしか北アルプスの山々を見ることができませんでしたが、その景観には、私の島から見える沖縄本島北部の山々と近しいものを感じました。山々や能登の岬を見ながら、かつてこの海を船や人が行き交い、モノや情報が運ばれ、さらに南の琉球まで昆布などの産品がつながっていたことに思いを馳せました。そう考えると、今回この目で見ることができた様々な景観そのものがこの旅の最大の成果だったと感じています。

### ■最後に

今回の能登の旅では震災や豪雨災害の爪痕と復興を目指す地域の取り組みも見ることができました。特に今回訪れた各地の博物館・資料館、道の駅や地域のコミュニティスペースでは、地域の記録を残すことで地域コミュニティの結束や次世代へ引き継いでいこうとする取り組みを知ることもでき、私の業務にとっても大きな刺激となりました。

結びになりますが、一日でも早い復興を祈念するとともに、今回の縁が今後も続くことを願って筆をおきたいと思います。

ミッシーク トートゥガナシ（ありがとうございました）！

（与論町教育委員会
主査（学芸員）　南勇輔）


稲穂実る能登の水田



## きせまこのうぶごえ

9/1 ～ 9/30

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

・・・すこやかにすくすくと

出生児　両親の名前　住所

西中（にしなか）　春馬（はるま）　竜馬・夕紀恵　松波
野口（のぐち）　讃麗（さらら）　響・百香　藤波
石倉（いしくら）　秋帆（あきほ）　敬秋・真帆　小木
町分（まちぶん）　蒼茉（そうま）　勇気・茉莉亜　宇出津
重間（じゅうま）　奈乃果（なのか）　瑞羽・奈央　崎山

### ●お詫びと訂正

広報のと NO.259 令和8年10月号において、お名前の漢字に誤りがありました。

訂正して深くお詫びいたします。

角口（かどくち）　実澄（みと）　魁良・万智　明野

## 高砂や

・・・いつまでもお幸せに

氏名　本籍　住所

山下康輔　七見　金沢市
（道下真優　宇出津新港）

## おくやみ

・・・ご冥福をお祈りします

氏名　年齢　住所

室谷一男　82歳　内浦長尾
（室谷一柊）　※8月29日届出
坂下秋子　87歳　小木
川原佐知子　55歳　白丸
小間義昭　91歳　鵜川
馬場祥子　74歳　鵜川
猪口はな　98歳　上町
下畠てる子　86歳　瑞穂
角口静枝　97歳　市之瀬
新橋秀雄　80歳　瑞穂
清水巧　96歳　柿生
朝倉寛　67歳　崎山
竹内房子　97歳　柳田
杉田善造　94歳　上長尾
佐賀巖　84歳　崎山
平澤美昌　88歳　宇出津
奥野壽美子　86歳　布浦
持平アサコ　91歳　小木
海老名悦子　93歳　布浦
（下坂元佑基　愛知県
濵谷穂乃香　宇出津山分　愛知県）



## たくさんのご支援ありがとうございます

## 善意の窓

9/1 ～ 9/30（敬称略）

### ご寄附ありがとうございます

**能登町へ**

3社共同企画
「石川県能登えがおプロジェクト」
町内認定こども園5園へ希望する図書を寄附
一般財団法人 Tom&Risa
株式会社マルエー
北陸放送

認定こども園　鵜川保育所へ
「真柄まごころ文庫」図書購入費　10万円
一般財団法人　真柄教育振興財団

**令和6年能登半島地震及び能登豪雨に対する支援金・物資等**

七夕灯篭祭り 実行委員会（神奈川県）
老松公園夏祭り実行委員会（名古屋市）
家垣達成（大阪府）



### ◉人口・世帯数

10月1日現在（前月比）

| | | |
|---|---|---|
| 人口（人） | 13,413 | -6 |
| 男 | 6,492 | -4 |
| 女 | 6,921 | -2 |
| 世帯数（戸） | 6,728 | 5 |

有料広告




令和6年1月1日以降に 能登半島地震・豪雨 により離職された方へ
シルバー人材センターを活用しませんか
シルバー人材センターは、60歳以上の方に週20時間未満の働く機会を提供し、会員の生きがいと地域のニーズを結ぶ事業を実施しています。
仕事内容　除草、建物の清掃、施設の調理補助・食器洗浄・洗濯
自動車運転による送迎、工場での軽作業
その他にも様々な仕事があります。
能登町シルバー人材センター
鳳珠郡能登町字宇出津ハ字128　（TEL 62-4688）