

りを呼びかけました。 行われ安全で安心な明るい社会づく らは法務大臣のメッセージ伝達式が 中に広報車で町内を巡回し、午後か の強調月間でした。7月1日の午前 7月は「社会を明るくする運動

皆さんの温かいご理解とご協力をお くする運動」に対して、地域住民の ため、今後とも、この「社会を明る 願いします。 犯罪や非行の防止と更生の援助の



町内3小学校の4年生8名を対象に 河川公園(水辺の楽校西部拠点)で、 水防学習が行われました。 7月2日に朝日地区河川敷にある

当たりにしていました。 防が崩れないのか意見を出し合い、 あり、水防の難しさと大切さを目の て堤防の補強をしました。水の威力 ブロックやシートなどの道具を使っ その後、各グループでどうすれば堤 で補強した道具が流されたところも で、侵食される様子を見学しました。 児童たちは、土の堤防が水の威力







日に町内全域で行われました。 中学校生徒会とPTA、そして壮 清掃ボランティア活動が、7月4

リーン大作戦」が行われました。 参加し河川敷を清掃する「手取川ク となって、多くのボランティアが そして、商工会青年部が運営の中心 中心とした「クリーンアップ川北」 年団連合会による各地区の通学路を 加した皆さん、本当にお疲れさまで 内はとてもきれいになりました。参 善意ある皆さんの活動により、 ⊞J



流しそうめん

が、はし作りと流しそうめんを体験 毎年小竹幹春さん(橘)の協力を得 て行われています。 しました。これは課外授業の一環で、 7月9日に、橘小学校6年生33名

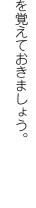
うめんを堪能していました。 た。その後、作ったはしで冷たいそ 使って、慣れない手つきで自分達の はし作りに一生懸命挑戦していまし 初めに、小竹さんが準備した竹を



加しました。 域の方などたくさんの人が訓練に参 され、町内の小中学校や保育所、地 (シェイクアウトいしかわ)が実施 7月10日に県民一斉防災訓練

に校内放送で地震発生が伝えられる 「じっとする」の安全行動を行いま と、すぐに「しゃがむ」、「隠れる」、 川北小学校の4年生は、午前11時

行動を覚えておきましょう。 地震が発生した時のために、安全

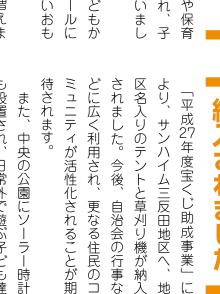




ども達は満面の笑顔で喜んでいまし 所で次々とプール開きが行われ、子 7月になると町内の小学校や保育

入り、水てっぽうなどでおもいおも ら順番に所庭に用意されたプールに いに楽しんでいました。 川北保育所では、小さい子どもか

しょう。 す。必ず大人の人と一緒に行きま 夏は海や川で遊ぶ機会が増えま



の時間管理に役立てられます。 も設置され、日常外で遊ぶ子ども達 また、中央の公園にソーラー時計







となっており、7月19日を中心に町 内各地区の道路清掃が行われまし 毎年8月は「道路ふれあい月間

てもきれいになりました。参加した 刈りをしていただいたおかげでとっ メートルを、各地区ごとに定められ 加し、町内道路清掃延長約36キロ た範囲にわけ、沿道のゴミ拾いや草 皆さん、本当にお疲れさまでした。 早朝よりたくさんの町民の方が参

てくれました。消防団および、ご家 注目する中、すばらしい勇姿を見せ 消防団はトップで出場し、みんなが 練の成果を競い合いました。川北町 団連合会代表として出場しました。 の石川県消防操法大会に、能美消防 おいて、川北町消防団がポンプ車操 族の方々本当にお疲れ様でした。 法で見事2連覇を果たし、7月25日 県内から18の消防団が集結し、訓 6月の能美消防団連合訓練大会に

【消防ポンプ車操法要員】

指揮者 4番員 3番員 2番員 1番員 村上 寅若 吉田 雄一(壱ツ屋) 允哉 (下先出) 慎弥(壱ツ屋) 稔(橘新) 崇(下土室)



佳

作

小西

萌加(けやきタウン)

北村

和久(下先出)

吉田

愛香(ひばりタウン)

仲林

飛登(グリーンタウン)

あみ(下田子島

愛奈(舟場島)

実行委員長賞

宏孝(中島)

北國新聞社長賞

松浦

悠拳(ひばりタウン)





北國新聞社長賞の作品



実行委員長賞の作品



大会長賞の作品

大会長賞

山森 奏奈(なでしこタウン)

る歳児検診で



台 結人くん (与九郎島)



土田 恭平 <ん (下土室)



水谷内 璃乃 ちゃん (ひばりタウン)



車谷樹くん (ひばりタウン)



宮西 清羽ちゃん (草深)



西田賢将くん (上先出)



松村 美咲 ちゃん (与九郎島)



茂角 和花ちゃん (ひばりタウン)



果穂ちゃん 窪田



玲翔 <ん 縄 (草深)



上田 萌衣ちゃん (サンハイム中島)



谷口 真央ちゃん (ひばりタウン)



むこう **向** 寿史くん (けやきタウン)



大谷・美優ちゃん (草深)



かざあな **風穴** 陽斗くん (サンハイム川北)



藤森 慶くん (ひばりタウン)



島崎 晟くん (サンハイム橘)



根津 歩加ちゃん (ひばりタウン)



_{はまい} **濱井** 琉偉くん (上田子島)

|推進員ってご存じですか?

食生活改善推進員 代表 茂藤

美保子さん(下先出)





欲がわかないといった身体の身体の疲れが抜けにくい、食 ます。そして、暑さが続くと、 不調が続きます。 いものばかりを食べてしまい 屋から出なくなったり、冷た き、ついつい冷房の効いた部 8月になると、暑い日が続

でご紹介します。 ために、食生活改善推進員の 方に、お話しを伺いましたの そんな夏を健康に乗り切る

生活習慣病予防の事業に協力して 活改善の啓発をはじめ、研修会や リシャスメニューの実習など、食生 親子の食育教室や、ヘルシー&デ クッキング、3歳児のおやつ作り、ます。調理実習を中心に生涯骨太 を身につけ、健康な生活を送られ間、そして地域がよりよい食習慣 食生活の定着を目的に、家族や仲 るようにと、活動の輪を広げてい 私達の健康は私達の手で」をス ·ガンとして、バランスのとれた



けてほしいことは? ていること、 **夏バテしないために気をつけ**

水分補給と睡眠。そして、三水分補給と睡眠。そして、三

高齢者は感覚が鈍くなるので、高齢者は感覚が鈍くなるので、消化の良いがあります。こまめに水分をとがあります。こまめに水分をとがあります。こまめに水分をとがあります。こまめに水分をとがあります。こまめに水分をと

夏に食べると良い食材は?

芽玄米。酢を利用すると、殺菌ビタミンやミネラルが豊富な発 オクラや納豆のネバネバ系。

活動を通して 地域を元気に!

食生活改善推進委員 新宅 千里さん (上田子島)

•



今年度から新しくメンバーに加わり、 現在は加賀市の診療所で、管理栄養士と して働いている新宅さんにいろいろ聞い てみました。

◆食生活改善推進員に興味をもった きっかけはなんですか?

大学の授業で「食改」について講義を 受けたことがきっかけです。そして、広 報かわきたで食生活改善推進員を募集し ている記事を読み、参加することで「食」 について学び、考える機会ができると思 いました。

◆夏バテしないために何か気をつけ ていますか?

窓を開けて風を通したり、扇風機を使 うようにしています。冷房は身体を冷や すのでなるべく使わないようにし、外出 の時も羽織るものを持っていきます。

◆若い人たちに夏バテしないよう気を つけて欲しいことはなんですか?

暑くなるとアイスや冷たい飲み物が欲 しくなりますが、とりすぎると食欲が低 下し、食事がかたよります。食欲がわく 香辛料や、お酢を使ってさっぱりしとし た食事を意識して選んでみてください。

赤ちゃんの場合、 76%が水分! からだの部位の 水分量の割合 ₩ 76% -日の水分摂取量 関膜 92% 血液 83% **⊉** 22% 1.00 約60% 本内で作られるス 0.98 0.32 1.62 一日の水分の出入り 2.50

参考/協会けんぽホームページ

テを招く恐れがありますので、 飲み過ぎると食欲不振になり夏バ 飲んだり、ジュースは糖分が多く お茶などをこまめに飲みましょ ただし、冷たい水をがぶがぶ

5型の水分が身体から失われてい で、さらに水分が必要になります。 ます。夏場は、大量の汗をかくの そして、普通の生活でも、毎日2. (赤ちゃんの場合は70%が水分) 水分を補給しないと、 八間の身体は、00%が水分です 血液がド

 \bigcirc

せん ビールなどのアルコール飲料は 尿作用があり水分補給にはなりま

利

体調管理に注意しましょう。

ですが、

がうまく使えなくなります。水や

ロドロになり、身体のエネルギー

 \bigcirc

高齢者は、 つきにくい場合があるので、 的に水分を補給しましょう 脱水症状に自分で気が 定期

 \bigcirc

起床時や、 特に水分補給を心がけましょう 入浴後、 スポーツ時は

わ経

夏

バテの原因としては、

自律

関 神

っています。日常の生活習慣を の乱れによることが大きく

糖質の多い清涼飲料水の飲み過ぎ に注意しましょう

い夏は、冷えたビールがおいし整えることが必要不可欠です。

、くれぐれも暴飲暴食は避、冷えたビールがおいしいことが必要不可欠です。暑

 \bigcirc

活改善推進員の活動に参加して、 本格的な夏の 訪れを前に、

はいかがですか?食生活の見直しの参考にしてみ 元気で健やかに夏を乗り切り いかがですか? 食生 ŧ

ます。 季大会が8月8日 (土)、9日 (日) らは20競技に選手団を派遣します。 の両日を中心に、七尾市と中能登町を 王会場として開催されます。川北町か スポーツの祭典、石川県民体育大会夏 選手の皆さんのご健闘をお祈りし 各選手が真剣にそして楽しく戦う

9日(日) 陸上競技

総監督 監 七尾市城山陸上競技場 今村浩規 北 清弘

葛城光輔 山田真輔 濱 由高 今村浩規 能村和靖 川上真幸

奥村栄一 西村仁美

水泳(競泳)

寅若雄一 西野昇吾

山岡正見

室谷敏彦 哲雄

選手 七尾市城山水泳プール 9日(日) 西

軟式野球

◎□(土)、9□(□)

七尾市城山野球場

選

窪田恵美

青木祐里邪

総監督 務

> 作田良一 山先守夫

北次 﨑田 聖 充 山岸

中村英登 作田悟 佐田雄幸 佐々木真澄 中村勝巳 苗代実

西田 山先謙二郎

勘田英子 宗田外志樹

竹田 新谷恭平 山本陽斗 純 彦田 宮西 中島喜弘 剛究猛

喜多槙哉

西田武史

河村知宏

◎□(十)、◎□(□) 七尾市和倉温泉運動公園テニスコート 北野由美子 山本藤乃 森田久恵

壮年女子テニス

丸山桂子 南洋美 中村由貴枝 中村静代 矢野 薫

∞□(十)、の□(□) 女子バレーボール

マネージャー コーチ 監督 七尾市立山王小学校体育館 笠間正弘 室谷天意 東俊幸

土田礼 山田麻愛 松田知子 鵜城春妃 中川結理 北知世

中島俊一 佐野正一 西田和範 福田航平 中田侑秀 北川大喜 河野恭平 西田智一

男子テニス

∞□(土)、の□(□ 七尾市和倉温泉運動公園テニスコート 中村泰彦 山本昌毅 山谷健太

矢野 茂 山本昌孝 平 井 深堀潤治 前田峰綱 野口研一

男子卓球

9日(日)

監 七尾総合市民体育館 中島元紀 松下敬一

喜多たか子

魚尾晃生 坂下正人 上條俊昭 有涼 吉田 野屋孝太郎 吉田龍晃 剛

9日(日) 男子剣道

監 中能登町立中能登中学校体育館 上登正人

曽良衡人 金村正 作田忠康 山本大貴 本多拓真 上本英樹 金村 藤本哲朗 松田勇誠

◎□(十)、◎□(□ 男子バスケットボール

マネージャー コーチ 七尾市中島体育館 門田吉裕 山崎康宏

宮本貴行 原田勇太 坂井亮| 小野拓郎 田西秀紀 山崎康宏

西村主税 亀田 集 林幸四郎 岩間海斗 入場光也 作田 山村俊行 中村祐介 新谷祐一 吉野裕司

∞□(十)、9□(□) 壮年男子ソフトボール

監 七尾市二枚田運動場 堂七広治 西野出 西田政弘 佐田雄幸

今村元継 中川宏樹 鍛治隆之 板倉真一 龍角優二 本野邦男 中谷圭介 善田伊二郎

内記 野屋勝浩 堀田哲史 安沢直樹

女子ソフトボール

◎□(十)、◎□(□)

七尾市立朝日中学校グラウンド 監 池田和行 佐戸美沙子 留田直子

中島智美 土田弘子 石井晴菜 平野奈緒美 小池菜摘 小西美嘉 久田晴香 川江泰子

男子ソフトボール

監 中能登町旧鳥屋中学校グラウンド ◎□(十)、◎□(□) 米田淳一 佐々木康幸

佐野文哉 塚田靖憲 東田正和 森 大輔 中島敬士 門田隆志 西田誠也 高田隆太 佐々木修平 島本孝良

米田清人 佐々木康幸 米田淳一

サッカー

◎□(土)、◎□(□) 多目的グラウンド 能登島マリンパーク海族公園 宮川雅和 小竹淳志 村田均 沢田百

別宗麻人 青木 充 狩谷健次 山上道雄 長谷田光保 小西清降 入口和史 宇野 宮川雅和 丸開邦節 原田充慧 武田拓也 高橋政明 ф

監督 中村英登 ィング

館で開催されました。 (7月12日、和倉温泉観光会 手 濱本洋志 中島俊幸 竹田昌彦 中村英登

9日(日) 男子ボウリング

クァトロブーム鹿島ボウリング場 小島利正 小竹定雄 窪田和浩 小島利正 地頭所清 中出 保

男子トランポリン

七尾市みなとふれあいスポーツセンター 西田崇生 西村裕之 西田崇生 大山寛人 平田諒也 勘田健一 西田雄亮

女子トランポリン

9日(日)

七尾市みなとふれあいスポーツセンター 奥山雅代 西田梅子 山橋莉奈 市田未希 中田葉月 前田舞姫 藤田真衣子

男子ゲートボール

9回(回)

七尾市立田鶴浜小中学校グラウンド 佐野 巌 林幸雄 寅若市雄 元谷秀行

寅若正二 寅若雄一 湊充子呂 亀田智典

9日(日) 壮年男子ゲートボール

監

監督 帯同審判 七尾市立田鶴浜小中学校グラウンド 日向邦夫 大寺恒雄 橋場市朗 山代 守 中田 三島三朗 多賀信一 宏

9日(日) 壮年女子ゲートボール

日向久尚

監督 七尾市立田鶴浜小中学校グラウンド 作田隆常 作田梅子 吉野健 丸一学 中田紀美 野口公代

村田光枝

7日(金)

監 能登島ゴルフアンドカントリークラブ 田中豊彦 深元錦成 山田重宏

壮年男子ゴルフ

7日(金)

監 ザ・カントリークラブ・能登 小竹 稔 西尚喜 高野耕一 西 尚喜

(十)日8 男子グラウンドゴルフ 能登国分寺公園

橋場智敏 山田行夫 山村秀峯 土田外幸 村田信次 室谷久美夫

8日(土) 壮年男子グラウンドゴルフ 能登国分寺公園

中川安仁 元谷重朗 北村卓雄 村田正邦 出口幹雄 吉田政敏 谷正夫

8日(土) 女子グラウンドゴルフ 能登国分寺公園

監 村田友子 久保静枝 東田美栄子 本田洋子 真砂正子 田中百合子 南武子

男子ゴルフ

山村五大 北嶋直人 高鍬友

男子マレットゴルフ

20(日)

2日(日) 女子マレットゴルフ

能登フラワーパークマレット及びパークゴルフ場 手 松田美智子 東美千子 本田喜美代 二木美和子

男子パークゴルフ

8日(土)

能登フラワーパークマレット及びパークゴルフ場 東茂樹 澤田一秋 広瀬幸博 宮西 茂藤健治

新宅和幸

8日(土) 壮年男子パークゴルフ

能登フラワーパークマレット及びパークゴルフ場 舟田 澤田一次 澤田外喜男 福島武夫 紺谷 進

8日(十) 壮年女子グラウンドゴルフ 能登国分寺公園

監 松下タズ子 西田みき子

室谷芳枝 山本弘子 山田範子 山本ちよ子 福島淳子

壮年女子武術太極拳

9回(回) 池田信子 酒井あけみ 酒井幸子 和倉温泉観光会館

能登フラワーパークマレット及びパークゴルフ場 野村康宏 東 坂井 達 東 芳男

男子バウンドテニス

9日(日)

監 中能登町旧鳥屋中学校体育館 原田光夫

塚原 中田 滝川拓明 中田利明

9日(日) 女子バウンドテニス

監 中能登町旧鳥屋中学校体育館 中島一子

手 中島一子 屋宜愛子 宮下祥子 中田香菜子 塚原久美 白浜美由紀

※大会当日までに若干の選手 変更があります。

※詳しい競技時間、対戦相手を までお問合せ下さい。 お知りになりたい方は、競技 役員、選手または教育委員会

女子パークゴルフ

8日(土)

能登フラワーパークマレット及びパークゴルフ場 中村喜代美

手 澤田寿子 新宅和江 北野明美 広瀬志津子 茂藤美保子

壮年女子パークゴルフ

能登フラワーパークマレット及びパークゴルフ場 8日(土)

監

茂藤 寛

能村みち子 澤田満子 茂藤洋子 舟田君栄 梅田春枝

原田光夫 喜多政尚

長杯パークゴルフ大会

君栄(上田子島)

第3位 準優勝 澤田 一次(橋新)

第 4 位 澤田 一秋(上田子島 宏(上田子島

第5位 茂藤 健治(下先出)

西 外喜夫(木呂場)

☆予選リーグ 全日本小学生バレボール石川県予選 6 14 第2町民体育館他)

2 樫 川 北 0-2

美

川北リバース 14-2 7 津幡スターズ 金沢エースクラブ

6 石川マスターズ陸上競技選手権大会 21 金沢市)

M 70 M 70 4 0 0 m 200m 第2位 優勝 安田 賢次(壱ツ屋

碁大会(6/27

第2位 山岡外喜男(中島

8 0 0 m

卓雄(橘)

第3位 西田 一郎(橘)

わんぱく相撲石川ブロック大会 能登町

☆団体

第3位 小松(坂髙健太、志賀、竹田)

(全国大会出場)

☆個人

3年生以下

第2位 木原 康生(グリーンタウン)

6年生

第2位 坂 髙 健太(なでしこタウン)

郡市対抗少年剣道大会

☆団体戦 (小学生の部)

準優勝 能美郡市A

(角 惇生、高本智朗、末政尚志)

決 勝 1—2 羽咋郡市A

石川県小学生陸上競技大会兼全国小学生 陸上競技交流大会石川県予選会 7/5

☆男子走幅跳

優勝。佐々木奈琉(草深)

☆女子走幅跳

第6位 善田 暖乃(サンハイム川北) 3m9

|川北町サッカー協会長杯フットサル春季リーグ 17~7/5 サンアリーナ川北)

準優勝 第3位 今江サッカークラブB(4勝3敗1分) 今江サッカークラブA(4勝2敗2分)

山上 道雄(パパソニック)

パパソニック(5勝2敗1分)

アシスト王 1

優秀選手賞 (パパソニック)

(パパソニック)

11 道雄 (今江サッカークラブA) (パパソニック)

朝之 (今江サッカークラブB)

11

貴由(リバーディオ) (GHO)

若葉旗・ひまわりほーむカップ争奪

川北FCジュニア 8-0 4 鹿西 東和

(ベスト16 中日本招待大会出場) 0-3 森本

☆U -11

川北FCジュニア 0-0 (PK 2-3) T O N

|全日本ジュニアテニス選手権石川県大会 6

☆U-14女子シングルス

4 m 47

第3位 岩山 南美(グリーンタウン)

(北信越大会出場)

☆U - 14女子ダブルス

(北信越大会出場)

第3位 岩山 南美(含->含>)・関野ペア

☆U - 12女子ダブルス ☆U - 12男子ダブルス ベスト16 永井蒼士 (ダーション)・中村世那 (下先出)ペア

ベストの鵜川紅葉(登多)・樋口さくら(芸和)ペア

☆団体戦 6

勝 川北中学校(北信越大会出場)

[岩山南美、永井葉菜、高橋優奈、 鵜川優夕、 北野水晶、 佐々木結衣、番匠海遊 川北玲奈、村上未実)





中牟田杯U - 15全国選抜ジュニアテニス 7 4 小松市

準優勝

岩山

☆女子シングルス

第3位 南美(グリーンタウン)

(北信越大会出場)

ベスト16 永井 葉菜(グリーンタウン)

☆女子ダブルス

第3位 岩山南美(グリーンタウン)・関野ペア

(北信越大会出場)

☆小学校対抗団体戦 7 町民相撲場

橘小学校

準優勝 川北小学校

第3位 中島小学校

☆男子個人戦

勝 門田田

準優勝 奈良崎日陽(壱ツ屋) 育知(下田子島)

準優勝 第3位 早瀬 山岸 遼真(ひばりタウン) 圭(中島)

2年生

第3位 亀田峻之介(けやきタウン 蓮(サンハイム橋)

3年生

藤森

悠(ひばりタウン)

第3位 準優勝 村上 木原 康生(グリーンタウン) 明斗(舟場島)

☆U-10グルー。

川北FCジュニア

3|

パテオFC

4年生

川北FCジュニア

4-0

中村·押野

和気FC

10手取カップトー

ナメント

0 0

F C 笠間

準優勝 山本 野崎 善友(与九郎島)

門田 吉平(不田子島)

5年生

準優勝 斉藤 颯太(なでしこタウン

第3位 坂髙 工藤蒼志郎(サンハイム中島 健太(なでしこタウン

6年生

準優勝 吉野 宏孝(中島)

第3位 佑介(グリーンタウン)

☆女子個人戦

1.2年生

勝

馬庭

菜月(けやきタウン)

(準優勝)

エスペリオスFC

修矢(下土室)

ほふく救出チーム全国大会出場 (屋名池則充 士長、中田侑秀 副士長 (川北中学校出身)、

6月2日に石川県消防学校で、消防救助技術訓練大会が開催さ 能美広域事務組合消防本部から出場した 全国大会出場の切符を手 ムの頂点に輝き、 チ うございます。 全国大会での活躍を期待 います。

※「ほふく救出」とは、空気呼吸器を 着装した隊員が指揮者と協力し、通 路(煙道)を検索して要救助者を安 全地帯に搬送する訓練です。

全国大会は8月29日(土)に神戸で 開催されます。それまでの間、 る訓練に励みます。



竹山隆馬 消防士)

大賞 (洋画) 能美市美術展

上登 圭子(下先出)

3年生 わんぱく大将 (5年生) 5.6年生 準優勝 第3位 準優勝 第3位 勝 泉 助田 木原 奥村 坂井 新井 中西 三谷世里愛(グリーンタウン 佳蓮(けやきタウン) 克来 (上先出) 未知(グリーンタウン) 杏吏(橘) 友梨(木呂場) 春愛(ひばりタウン) 恵(ひばりタウン)

んばっているみなさんの成績を掲載し、今後の活動を応援しています。「がんばるみんなを応援します」のコーナーでは、スポーツ・文化活動でが

総務課 և (277)1111

有線 2031まで

ひろば

催

探検ツアーの開催 手取川七ヶ用水

電所を巡る探検ツアーが行われます。 や再生可能エネルギーの七ヶ用水発 い施設遺産の大水門・給水口の見学 史や枝権兵衛の功績を知り、かんが ▽日時 白山管理センターで七ヶ用水の歴

8月22日(土) 午前8時から正午ごろ

▽集合場所 移動します) (雨天決行) 白山市役所前(バスで

▽ 行程 電所 給水口~獅子吼高原、七ヶ用水発 白山管理センター、大水門、

▽対象 小学生(保護者同伴)40名

▽申し込み方法 はがき、又はファ ▽**参加費** 無料 名、年齢、住所、電話番号」を明 クシミリ、 記の上お申し込みください。 ホームページにて、「氏

> ▽問合せ先 ▽締切り 定員になり次第締切り致します。 8月12日 (水)まで

http://www.shichika.or.jp ₩076(276)1167 T924-0871 手取川七ヶ用水土地改良区 **2076** (276) 1166 白山市西新町159-2

お知らせ

町民ゴルフ大会開催

心者及び女性の方も大歓迎いたしま り町民ゴルフ大会を開催します。初 川北町ゴルフ協会では、次のとお

日時 9月13日(日) 午前7時スタート

白山カントリー倶楽部 松風コース

参加資格 業所勤務者 町内在住者及び町内事

今月の納税

住民税

(普通徴収) 第2期 介護保険料

第5期

(普通徴収) 第2期 後期高齢者医療保険料

▽問合せ先 ▽**申込み期日** 9月4日(金)まで ▽参加人数 坂井(川北町商工会内) (普通徴収) 川北町ゴルフ協会事務局 20 組 80 名

電気使用安全月間です

2076 (277) 2133

使用安全月間です。 8月は経済産業省主唱による電気

昨年度は、北陸地区において感電死 た電気事故の発 気事故が発生しております。こうし 傷事故、電気火災事故など18件の電

安全に関するご め、電気使用の 生を防止するた 気の使用には十 理解をお願いし 分注意してくだ 各家庭での電

ます。

役場へのお問合せは… 277-1111代 277-2584

♦ 線

総

課…2031 務 ... 2 0 2 1

課…2052 税 務 課…2071 住 民 祉 課…2300 産業経済課…2061

課…2041 木 室…2051 教育委員会…2111

議会事務局…2081

通貨・証券などお返ししています

合せや返還請求をすることができま き揚げて来られた方々が、上陸地の 証券などの返還をしています。 税関又は海運局に預けられた通貨や 本人だけでなく、ご家族の方も問 大阪税関では、終戦後外地から引

いただけます。 大阪税関のホームページでもご覧

▽問合せ先 ▽受付時間 午前8時3分から午後5時 (土日、祝日及び年末年始を除く毎日)

· 大阪税関監視部取締総括部門

T552-0022 **2**06 (6576) 3115 大阪市港区海岸通2-1-4

osaka/ · 大阪税関金沢税関支署

T920-0211

http://www.customs.go.jp/

2076 (267) 4490 金沢市湊4-13金沢港湾合同庁舎内

ご案内

無料法律相談会 一斉司法書士

紛争の予防を図ります。 を受けることで、法的問題の解決 県内一斉に、司法書士が法律相談 9月6日(日)

▽最寄りの会場 、秘密厳守、

電話相談 面接相談

午後1時~4時 午前10時~午後4時 事前予約不要)

- イオン野々市南店(野々市市上林 イオン御経塚店(野々市市御経塚
- アピタ松任店(白山市幸明町)
- 小松市公会堂(小松市丸の内公園町
- ・イオン小松店(小松市平面町)
- ▽**相談内容** 不動産登記、商業登記: 消費者問題など 相続、遺言、成年後見、借金問題

▽臨時・相談専用ダイヤル

▽問合せ先 石川県司法書士会 **2076**(291)0099

291 7070 391

ハローワーク包括相談会

▽日時 9月7日(月)

日の出町1丁目120番地) ハローワーク小松(小松市 午後2時~4時

- ・司法書士による多重債務などの
- 精神保健福祉士によるこころと からだの相談
- ▽ 対象 どなたでも可

▽費用

- ▽申込期日 開催前日までに電話で お申込みください
- ▽問合せ先 石川県南加賀保健所健

うつ病家族教室の開催

▽日時

ター1階大会議室(小松市園町ヌ 石川県南加賀保健福祉セン

▽講演 「うつ病の理解と対応」質疑 応答・相談

▽講師

(精神科医)長谷川英裕氏

▽対象 うつ病患者などの家族

▽申込期日 8月27日までに電話で お申込みください

▽問合せ先 石川県南加賀保健所健

20761(22)0796

康推進課

20761(22)0796

9月3日(木)

48番地) 午後2時~4時

加賀温泉駅前こころクリニック院長

康推進課

☆航空学生

目衛官募集

▽ 資 格

高卒(見込含)から21歳未満の者

▽受付期間

8月1日(土)~9月8日(火)

☆一般曹候補生

▽1次試験期日

9月23日(水)

▽受付期間

▽ 資 格 18歳以上27歳未満の者

▽1次試験期日

8月1日(土)~9月8日(火)

※いずれか1日を指定されます。 9月18日(金)、19日(土)

☆自衛官候補生

▽資格 18歳以上27歳未満の者

▽受付期間

(女子)8月1日(土)~9月8日(火) (男子) 年間通じて行っています。

▽1次試験期日

※いずれか1日を指定されます。 (女子)9月25日(金)~29日(火) (男子) 受付時にお知らせします。

☆防衛大学校学生(推薦)

▽資格 高卒(見込含)から21歳未 必要です) 満の者(高等学校長の推薦が別途

▽受付期間

▽**試験期日** 9月20日(土)·27日(日) 9月5日(土)~9月9日(水)

☆防衛大学校学生(総合選抜)

▽受付期間 高卒(見込含)から21歳未満の者

9月5日(土)~9月9日(水)

☆防衛大学校学生(一般・前期) ▽**1次試験期日** 9月26日(土)

▽受付期間 9月5日(土)~9月3日(水) 高卒(見込含)から21歳未満の者

▽1次試験期日

☆防衛大学校学生(一般・後期) 11月7日(土)・8日(日)

▽資格 高卒(見込含)から21歳未満の者

▽受付期間

☆防衛医科大学校医学科学生 ▽1次試験期日平成28年2月20日(土) 平成28年1月20日(水)~1月29日(金)

▽受付期間 高卒(見込含)から21歳未満の者

9月5日(土)~9月3日(水)

▽1次試験期日 10月31日(土):11月1日(日)

▽資格

☆防衛医科大学看護学科学生

▽受付期間 高卒 (見込含)から21歳未満の者

9月5日(土)~9月3日(水)

▽問合せ先 自衛隊石川地方協力本 ▽**1次試験期日** 10月17日(土) 部小松地域事務所

20761(24)5180

青少年育成事業

めに、次代を担う人材を育み、 子ども達が、より大きく成長するた します。 への活力となることを願い開催いた は、未来への限りない可能性を持つ 夢に向かって動けば変わる!~ 出会い・発見・創造キャンパス~ 公益財団法人小松青年会議所で 未来

日時 小松市立芦城中学校グラウンド 9月5日(土) 午後1時30分~午後3時 雨天時は体育館)

在住または、勤務されている方 小松市、 体育館(講演会) 能美市、 川北町に

申込期日 (主に小・中学生の保護者) 8月10日

(1)ランニング教室 (元プロ陸上選手)

內容

特別講師

為末 大

(2) 講演会 (一般及び中学生を対象) (中学生を対象)

⑶夢へのキーワードシート 創造タイム(中学生を対象)

▽問合せ先 **2**0761 (22) 2743 公益社団法人小松青年会議所

1階で作品を展示しています。左記のとおり川北町文化センター 北町文化

8月3日~8月28日

書 道

県政学習バス参加者募集

▽対象 9月から11月にかけて県政学習バス 対する理解を深めていただくため ▽運航日 (個人) を次のとおり実施します 石川県では、 川北町にお住いの成人男女 9月~11月 (年4回) 県民の皆様に県政に

▽受付期間 ※運行日、 ▽参加費用 問合せ先 きましては後日お知らせします 日(木)(往復はがきでの申込みが必要) **3**076 (225) 1378 各コース45人 (申込み多数の場合は抽選です) 運行コースなど詳細につ (日帰り) 石川県男女共同参画課 コースにより異なります 8月6日 (木) ~8月27

県が行っている事業や取り組みについて、 県民の皆様の ところへ職員が出向いて説明します。「ここが知りたい」「こ れを聞きたい」など幅広いご要望におこたえするため、福 祉や環境、産業、教育など 136 のテーマを取りそろえま

講座の所要時間は1時間から1時間30分程度です。

- ・待ったなし!介護人材確保対策
- ・認知症対策
- ・子どもの携帯電話
- ・災害時のボランティア活動
- マイナンバー制度 ・親学び応援します

交通安全と交通マナー

- ·家庭における教育·
- ・生涯スポーツの普及、振興

申込み方法

- 申込書に必要事項を記入し、郵送、ファクシミリ、メール でお申込みください。
- 第3希望まで申込み可能で、日程調整した後に決定通知 書をお送り致します。

(土、日、祝日、夜間の開催も受付けています)

会場の用意、設営経費などは申込団体でご負担願います。 申込み先 石川県広報公聴室

郵 送… 〒920-8580(住所は不要です) FAX ... 076(225)1363 E-mail ··· e130500b@pref.ishikawa.lg.jp

子どもの医療費は、 町が保険診療の 自己負担分を助成しておりますが、 いったん自己負 では医療機関で、 担分を支払い、領収書を持って償還の 申請をすること で、助成を受けており ました。

現物給付開始後は、 自己負担分を別 途町が医療機関に支払うことで、窓口 負担無料でより安心して受診できるよ うになります。

詳しくは、広報9月号をご覧下さい!!

川北町役場 住民課 問合せ先

川北町職員採用候補者試験の

実施案内

川北町役場では、来年度採用の職員を次のとおり募集致します。

1. 採用予定人員及び職種 保育士 若干名

2. 受験資格

保育士	・昭和 61 年4月2日以降に生まれた者で、現に保育士として都道府県 知事の登録を受けている者又は、平成 28 年3月末までに登録を受け る見込みのある者
看護師 准看護師	・昭和 61 年4月2日以降に生まれた者で、現に看護師又は准看護師の 免許を有する者又は、平成 28 年3月末までに免許を取得する見込み のある者

※看護師・准看護師の資格を有して採用された方も、勤務内容は保育業務となります。

3. 試験日及び試験方法

第1次試験	平成 27 年 9 月 20 日 (日)	①教養試験(社会、国語、英語、理科、 判断推理、数的処理、資料解釈など) として一般的知識及び能力につい て、高校卒業程度の択一式による 筆記試験 ②作文
第2次試験	10 月中旬予定	①個別による試験

[※]第1次試験の試験会場及び時間については、試験申込者に通知致します。

4. 申込み方法

川北町職員採用候補者試験申込書(役場総務課にて交付)に、必要な事項を記入して川北町役場総務課へ提出してください。

5. 受付期間

平成27年8月10日(月)まで(郵送の場合は8月10日(月)の消印有効)

6. 問合せ先

川北町役場総務課 ☎076 (277) 1111 有線 2031

[※]第2次試験の詳細は、第1次試験合格通知にあわせて通知します。

平成27年8月より

● 一定以上の所得のある方は、 サービスを利用した時の負担割合が2割になります。

2割負担になる方 …… 65歳以上で、合計所得金額が160万円以上の方 (単身で年金収入のみの場合は、年収280万円以上の方)



これまでどおり1割負担になる方

年金収入 + その他の合計所得金額 の合計 = 280万円未満 単身の方

年金収入 + その他の合計所得金額 の合計 = 346万円未満 2人以上の世帯

※ 要介護認定を受けている方には、7月に「介護保険負担割合証」が交付されています。

)高額介護サービス費の上限額が変わります。

同一世帯内に課税所得が、 145万円以上の 65歳以上の方がいる場合

3万7.200円 → 4万4.400円

負担の上限が引き上げられます。

▶ 食事・部屋代の負担軽減の基準が変わります。

これまで負担軽減の申請をいただいた後に、本人及び同一世帯の方の、前年の所得を基に対象と なるか判断していましたが、8月からは、以下に該当する方は、負担軽減の対象外となります。

- ① 配偶者が町民税を課税されている場合
- ② 預貯金などの金額が、単身で1.000万円、夫婦で合計2.000万円を超える場合

● 部屋代の負担が変わります。

特別養護老人ホームの相部屋(多床室)に入所する方(ショートステイ利用者を含む)のうち、 町民税課税世帯の方などについては、新たに「室料相当」を負担していただくことになります。 ただし、食費・部屋代の負担軽減を受けている方については、これまで通り部屋代負担の変更は ありません。

【問合せ先】 川北町役場福祉課 ☎076 (277) 1111 有線 2300

児童扶養手当

《手続期間》 8月3日 (月) ~8月31日 (月)

《窓 □》 役場住民課

《必要なもの》 印鑑、手当証書、住民票謄本、養育費明細書、健康保険証

*期間中に手続きをしない場合は、支払期日に手当が受けられなくなりますので、ご注意下さい。

《問い合わせ》 役場住民課(有線)2071 石川県少子化対策監室(076-225-1421)

寺別児童扶養手当

《手続期間》

8月11日(火)~9月10日(木)

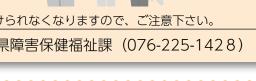
《窓 口》

役場住民課

《必要なもの》 印鑑、手当証書

*期間中に手続きをしない場合は、支払期日に手当が受けられなくなりますので、ご注意下さい。

《問い合わせ》 役場住民課 (有線) 2071 石川県障害保健福祉課(076-225-1428)



白山石川庭療企業団職員採用候補者試験

平成 28 年度採用に係る公立松任石川中央病院及び、 公立つるぎ病院職員採用候補者試験を次のとおり行います。

職種	採用予定人員	年齢要件	勤務要件	勤務病院
助産師又は看護師	10名程度	平成2年4月2日以降 に生まれた者	夜間・土日祝日 勤務が可能な者	公立松任石川中央病院
看護師	10名程度	昭和50年4月2日以降 に生まれた者	夜間・土日祝日 勤務が可能な者	公立つるぎ病院
診療放射線技師	2名程度	平成2年4月2日以降 に生まれた者	宿日直勤務が 可能な者	
言語聴覚士	1名程度	平成2年4月2日以降 に生まれた者	土日祝日勤務 が可能な者	 公立松任石川中央病院
薬剤師	6名程度	昭和50年4月2日以降 に生まれた者	宿日直勤務が 可能な者	又は公立つるぎ病院
管理栄養士	2名程度	平成2年4月2日以降 に生まれた者	土曜日勤務が 可能な者	

資格要件

それぞれの資格を有する者又は平成28年3月までに 行われる国家・資格試験に合格見込みの者

受付期間

8月24日(月)まで必着 午前8時30分から午後5時30分まで (土・日・祝日は受付を行いません)

「第1次試験日時)

8月30日(日) 午前8時30分から(専門試験、作文試験)

試験会場

公立松任石川中央病院

採用時期

平成28年4月1日以降

問合せ先

公立松任石川中央病院管理部総務課

〒924-8588 白山市倉光3丁目8番地 TEL076(275)2222

公立つるぎ病院管理部総務課

〒920-2134 白山市鶴来水戸町ノ1番地 TEL076(272)1250

- ●国勢調査は、平成 27 年 10 月 1 日現在、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。
- ●平成 27 年国勢調査は、少子高齢化社会における日本の未来を描く上で欠くことのできないデー 夕を得るために実施いたします。

調査結果は、さまざまな法令にその利用が定められているほか、社会福祉、雇用政策、生活環 境の整備、防災対策など、私たちの暮らしのために役立てられます。

●今回の調査では、先にインターネットでの回答ができます。 インターネットで回答されなかった世帯には紙の調査票を配布して調査を行います。紙の調査 票は、調査員に直接提出いただくか、郵送でも提出いただけます。

国勢調査



国勢調査については、「国勢調査 2015 キャンペーンサイト」をご覧ください。

http://kokusei2015.stat.go.jp/

国勢調査 2015



过 朝

深が

総務省・石川県・川北町

目の相談

●法律相談

▽日 時 8月11日(火) 午後1時30分~

▽場 所 役場2階応接室

▽相談者 長谷川法律事務所

▽その他 ご希望の方は前日までに

総務課にご予約下さい。

●人権相談

▽日 時 8月17日(月) 午後1時~

▽場所サンアリーナ川北

▽相談者 人権擁護委員

●行政相談

▽日 時 8月19日(水) 午前9時~

▽場 所 サンアリーナ川北

▽相談者 行政相談委員

●健康相談

▽日 時 8月3日~31日までの

毎週月曜日

午後1時30分~

▽場 所 町保健センター

▽相談者 町保健師

●心配ごと相談

▽日 時 8月4日~25日までの 每週火曜日

午前9時30分~

▽場 所 町保健センター ▽相談者 町民生児童委員

「朝が来る」

・抱く女

计村 深月

親子三人で穏やかに暮らす栗原家に、ある朝か かってきた一本の電話。電話口で「子どもを、返し てほしいんです」と言い募る女は、「片倉ひかり」 と名乗った。その名前は、栗原夫妻にとって忘れる ことのできない名前だった……。やがて明かされる、 まったく異なる環境を生きるふたりの女性の人生と葛藤。

・贖い /五十嵐貴久 ・つまをめとらば /青山 文平 /堂場 瞬一

・黄金の時

・十字路が見える /北方 謙三 ・スパイラル ハゲタカ外伝

・勁草 /黒川 博行 /真山 仁

/三津田信三

・屋上のウインドノーツ/額賀 澪 ・誰かの家

町ホームページにも新刊・新着案内が掲載されています。

/桐野 夏生

ほか多数

川北町立図書館(川北町ふれあい健康センター2階)

<u>☎277-8700 M277-8701</u>

開館時間 午前10時~午後6時

閉館 日 毎週火曜日(火曜日が祝日の場合は翌水曜日)年末年始

石川県警察官B(高校卒業程度) 採用候補者試験の受験者募集

石川県警察では、警察官B・女性警察官B採用候補者試験の受験者の募集を行います。

○受験資格

昭和59年4月2日から平成10年4月1日までに生れた方で、 大卒者(見込みを含む)を除く方

○受付期間

8月3日(月)~9月1日(火)まで

○第1次試験

筆記試験 9月20日(日) 10月3日(土) 体力試験

○第2次試験

10月下旬予定

○合格発表

11月中旬予定

石川県警察では、将来を担う優秀な人材を募集しています。 お問い合わせは、壱ツ屋駐在所・木呂場駐在所、寺井警察署までお願いします。

▶寺 井 警 察 署 ☎0761-57-0110 ●壱ツ屋駐在所☎277-1744 有線4185 ●木呂場駐在所☎277-0061 有線5821



フロスワード

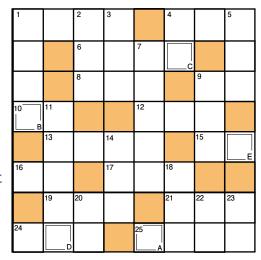
次の問題の答えを枠の中に入れて、A~Eの文字を順番に並べてください。 正解者の中から抽選で図書カードをプレゼントします。

【タテのカギ】

- ①屋根にある煙を出す筒状のものを なんといいますか?
- ②「火薬」この漢字はなんと読みますか? ③赤ちゃんなどの世話をすることをなんと
- いいますか? 4 草をかる時に手に持って使う道具は
- なんですか?
- ⑤川北まつりで老人クラブ連合会の 皆さんが作っているものはなんですか?
- ⑦特別に選ばれることです「○○○○が 立つし
- 9中高生の時期にでる青春のシンボルと いえばなんですか?
- ①学校で授業をうける部屋をなんと いいますか?
- ④見習うべき手本のことです「○○○解答 | 18帽子などに付いている飾りといえば
- なんですか?「○○○」 ②むやみに出費をおさえる人をなんと
- いいますか? ②「鳥羽」この漢字はなんと読みますか?
- ②小麦粉をバターなどの食用油脂でいため て調理したものです「カレーの○○」

【ヨコのカギ】

- ①お酒を飲んで歌や踊りを楽しむ集まりを なんといいますか?
- 4物事をさけてぶつからないように することをなんといいますか?
- ⑥鹿児島県にあり縄文杉で有名な 世界遺産はどこですか?
- ⑧背中の穴からしおを吹き上げる動物は なんですか?
- ⑨雨あがりに見える7色のものは なんですか?
- ⑩英語で「ムーン」といえばなんの ことですか?
- ⑫[絵○○○][往復○○○] [官製○○○]
- ③催し物で最も人気を集める出し物の ことをなんといいますか?
- 15一番最後のことをいいます
- 16お酒を飲んだ時や乗り物に揺られた時に なります
- ⑰「流行」この漢字を3文字でなんと いいますか?
- (9)「入学()()() 「入社()()()」 「資格()()()
- ②洋酒などの瓶のことをいいます $\lceil \gamma \rangle + 000$
- ❷火をつける道具です「○○○棒」 ②車に付いています「○○○○プレート」



※先月号の答えは「サルスベリ」でした。

【応募方法】

はがき、FAXまたは電子メールに、①**クイズの答え** ②**住所、氏名、年齢、電話番号**

をお書きの上、広報誌記事の感想もありましたら、下記までお送りください。 ■あて先 〒923-1295 川北町字壱ツ屋174 川北町役場総務課

e-mailアドレス kouhou-kawakita@town.kawakita.lg.jp FAX076 (277) 1748

19 広報 かわきた●平成27年8月

■締切り 8月21日(金)

たくさんの方のご応募をお待ちしています。

アーウィン

皆さんこんにちは。この夏の暑い中、元気に過ごしていますか?

このような蒸し暑い日々は大変ですが、幸か不幸か、ビールが一段と美味しく飲めますよね。 そう思えば僕は頑張れます。今回はオーストラリアの料理について書きたいと思います。

オーストラリアは元々イギリスの植民地でしたから、料理はイギリスの料理文化に大きな 影響を受けています。牛肉と鶏肉、小麦、芋が主食となっています。日曜日の夕食で伝統的 なローストビーフと、ロースト芋はとても人気があります。また、オーストラリアは多文化的な



国であるため、海外料理(特に東アジアと西欧州の料理)が人気です。ヴィクトリア州の州都であるメルボルンには、歩ける距 離に、中国やタイ、日本、イタリア、インド、ドイツなどのレストランが山ほどあります。この豊かな料理の種類の中に、オースト ラリアの象徴的な食べ物が三つあります。それはベジマイト(Vegemite)、パブロバ(pavlova)とミートパイです。





パブロバ



ミートパイ

ベジマイトは、ビールを作った後に残ったイースト酵母でできています。パンに塗って食べる、塩辛く濃い茶色のペースト状 の食品です。味が濃いので、慣れていない人には美味しくないという印象が多いですが、オーストラリア人にとって、なくては ならないものです。パブロバは、アンナ・パブロバ(Anna Pavlova)というロシア人のバレエダンサーにちなんで名付けられ た、クリームと果物がいっぱいのったメレンゲのケーキです。そして、ミートパイは手のひらサイズのミンチとグレービー スが入ったパイのことです。テイクアウトやフードスナックとしてよく食べられています。

それでは、皆さんまた来月。

その一人にも足りぬこの頃畑仕事二人で一人と思ひしに 白き肌みせ我が手に舞えり実家より継ぎしラッキョウ洗 の海短歌会詠草 キョウ洗い (ワ月分) 古屋 おれば 元子

佐々木真澄

子

子の顔 挑戦の試着鏡がダメと言う アユ解禁太公望の騒ぎぶり 豪雨続き河童の皿もあふれ出す ロンパス貼って子守をする手足広瀬 が少しもボクに似ていない 吉田えいこ 酒井あきこ 米田とよみ 茂子 みこ

どんどんと向日葵天に乱れ咲く 柳かわらなでしこ会 (7月分)

充輝

結納を終へし二人に青田風 老いもまだ願ひごとあり星祭 鮎捿めぬ濁りの続く手取川 滴りや苔より落つる水の綺羅 閏秒入れ七月の始まれり それとなく言葉を探す蛍の夜 東 北田 大口 寺岡美和子 谷 きみ子 洸陽 譲治 洋子 冷子 正 昭

竹人形造る工房百合の花 川北町句会(7月分)

蛙の水をふるはす鳴き袋

舞田

セツ子

戸

之

子



卓 梅上 ジューンブライド 薄暗き薮抜け おばあちゃんきょうはステキ! 風知草のそよぎも夕光まこうのなべてとどまらざるや楓葉もののなべてとどまらざるや楓葉も 独りの山路木立透りは 背戸の飲雨晴れの いづくに聴こゆ河鹿鳴天の星輝やかす夏の夜 取川夜来の雨の悪戯か こんなところに小さな幸 社の森の静かなる昼れやかなみどりの風の過ぎ行きて 「ラブラドール」は黒き尾を)なき世辞も言わずにすり寄り 小刘 稿まとめをり資料の数多を 捨離とふ世情儚なし焦るがに 親友あればこそ心ほぐるる。わいなき会話なれども訪いくれ 生かされている喜びを知るみ月の茅の輪くぐりにめぐりあ 濁りて流る能美の平野に 歓声も遥か幼らも嫗に 九 気機に (雨のしどどに濃き紅)の鏡に映す今朝の顔 十二歳の母と侍 でよく倒れし遠き 3に一と薙ぎ払えば芒々の草中川 笹の青 葉ゆらして入りくる7田を渡り吹く風の 「泳」に北川 かこみ華やぐ祝筵に いて憩える は黒き尾を振 と孫の言う 増田 村 藤原千佳 寺岡美和子 苗代あけ 鍬 田 田 田 井キヨ 私美智栄 一貴代美 美樹 淑子 芳子 艷子 譲治 澄子 幾美 敏

俳句協会 孝洋さん(壱ツ屋衛4173) 川柳かわらなでしこ会 広瀬茂子さん(上田子島衛5327) 「文芸の窓」へのお問合せは、 野の海短歌会 山先春枝さん (中島衛2773) まで



日曜日	まちの行事	保 健 行 事
1 ±	交通安全の日 川北まつり:手取川簡易グラウンド	
2 🖯		
3 月		健康相談(PM1:30):保
4 火	心配ごと相談(AM9:30):保 いきいき体験ウィーク (中・高学年)	母子手帳交付・妊婦相談(PM1:30):保
5 水	いきいき体験ウィーク(高学年)	どんぐりひろば(AM10:30):保
6 木		母親教室(AM10:00):保
7 金	欅光学級(PM1:30):文 手取川いきいき教室「星空観察」	1歳6か月児健診(PM1:00):保
8 土	石川県民体育大会夏季大会(~9日)	
9 日		両親学級(AM9:30):保
10 月		健康相談(PM1:30):保
11 火	心配ごと相談(AM9:30):保 法律相談(PM1:30):役 手取川いきいき教室「化石博士」 資源ごみの日	7か月児相談(AM10:00):保 母子手帳交付・妊婦相談(PM1:30):保
12 水		
13 木		
14 金		
15 土	交通安全の日	
16 ⊟		
17 月	人権相談(PM1:00):サ	健康相談(PM1:30):保
18 火	心配ごと相談(AM9:30):保 手取川いきいき教室「故郷めぐり」	わくわく子育て教室(PM1:30):保 母子手帳交付・妊婦相談(PM1:30):保
19 水	行政相談(AM9:00):サ 手取川いきいき教室「アユつかみ」	どんぐりひろば(AM10:30):保
20 木		
21 金	農業委員会(PM1:30):役	2歳児健診(PM1:00):保
22 土		
23 🖯		
24 月		健康相談(PM1:30):保
25 火	心配ごと相談(AM9:30):保	2か月児相談(PM1:30):保 母子手帳交付・妊婦相談(PM1:30):保
26 水		親子ふれあいサロン(AM10:30):保
27 木		
28 金		4·12か月児健診(PM1:00):保
29 土		
30 ⊟		
31 月		健康相談(PM1:30):保

役…川北町役場 文…川北町文化センター 保…保健センター 百…百寿会館 総…総合体育館 サ…サンアリーナ川北 図…川北町図書館 武…武道館 児…川北町児童館 西児…西部地区児童館 東児…東部地区児童館 橘…橘構造改善センター 西…西部学供 東…東部学供

コ…川北町コミュニティー&スポーツ公園

<u>ر"،</u>	み集と	めの変更	のお知らせ
種類	В	付→変更日付	変更地区名
			下土室・ひばりタウン・グリーンタウン・

可燃物 8月15日(土)→8月17日(月) サンハイム川北・下田子島・木呂場・

木呂場新町・サンハイム橘・なでしこタウン



の窓

7月1日現在 人 🗆 6,286 (前月対比) -1人 男 3,084人 3,202人 女 世帯数 1,888戸

(6月分)

(住 所) (保護者) 伊嶋優里空 健 造・真理子 サンハイム三反田 池上 琴音 孝作・美智子 草深

(氏 名) (住 所) 広瀬 紀明 紺谷 中島 舞

(氏 名)	(年 齢)	(住 所)
苗代 清見	95 才	壱ツ屋
東 昭次	85 才	壱ツ屋
江野 力夫	84 才	草深
東 外茂雄	91 才	朝日
中庄 久子	98 才	中島
内田 久子	94 才	木呂場





にした 陽希<ん 西田 西田 葵 ちゃん

平成20年10月31日生

平成23年7月5日生

父:崇生 母:あゆみ(三反田)

負けず嫌いでがんばり屋の陽希と感情豊かで しっかり者の葵。いっぱいケンカもしてるけ ど、いつも仲良く遊んでいます。 健やかに大きくなってね。



釜野 陽向くん

平成25年2月5日生

父:太志 母:ひかり(下田子島)

いつも元気に走りまわっている陽向。

歌が好きで、よく口ずさんでいる姿がとても微笑ましいです。 最近はお話しをするのが上手になってきました。これからパ パとママと、たくさんお話ししようね。 これからの陽向の成長がとても楽しみです。

このコーナーでは『わが家のアイドル』を募集しています。くわしくは、総務課まで。

ほうれん草力 主菜 ほうれん草カレー

栄養成分(1人分)

Tネルギー 596kcal

塩分

野菜量

3.0g

243g

調理時間 35 分



主食 ライス 主菜 ほうれん草カレー 副菜 豆腐入りポテトサラダ 汁物 トマトと卵のスープ

材料(2人分) 鶏ひき肉

・ほうれんそう (みじん切り) 1/2束 (150g) ・たまねぎ (みじん切り) ·にんにく (みじん切り) ・しょうが (みじん切り)

完熟トマト (小さめのざく切り) プレーンヨーグルト ・アーモンドスライス

·油 ・カレー粉 (お好みで調節) ・カレールウ

1/3個 (65g) 1片 (3g) 薄切り1枚 (3g)

中1個 (165g) 20 g 小さじ1 小さじ1強(4g) 30g

50ml

作り方

- ほうれんそうはゆで、水にさらして水気を絞り、みじ ん切り、たまねぎ、にんにく、しょうがもみじん切り にする。トマトは小さめのざく切り、アーモンドスラ イスはフライパンでからいりする。
- 2 鍋に油を熱し、鶏ひき肉、たまねぎ、にんにく、しょう がを炒め、全体に火が通ったらカレー粉を加え、香り が出るまで炒める。
- 3 水 50ml とトマトを加え、煮立ってきたらカレール ウを入れて溶かし、とろみがついてきたら、最後に11 のほうれんそうとヨーグルトを加えて軽く煮る。
- △器にごはんを盛り、カレーをかけて、アーモンドスラ イスを散らす。

トマトのうま味、にんにくやしょうがの風味を生かし、カレー粉を加えることでカレールウを減らしても香り高いカレーになります。 カレールウを減らすことで、脂肪、塩分を減らせます。また鶏ひき肉を使うことで動物性の脂肪も減らすことが出来ます。

広報かわきた8月号

発 行 日 平成27年8月1日 編集•発行 川北町役場総務課

> TEL (076) 277-1111 代 FAX (076) 277-1748

ホームページ http://www.town.kawakita.lg.jp e-mail kouhou-kawakita@town.kawakita.lg.ip



毎日暑い日が続き夏バテになっていませんか?そんな方 は、ぜひ特集コーナーを読んで参考にしてください。

こんなに暑い日が続くと、冷房の効いた部屋から出たく なくなりますね。しかし、それを許してくれないのが子ど も達です。暑い日でも外へ遊びに行こうと誘ってくれます。 (泣) (k!k)

