

このコーナーでは、催しや募集情報など、市に関わるさまざまな情報を掲載しています。

貸衣装臨時営業のお知らせ

知

貸衣装展示会が中止のため、代替として臨時営業いたします。予約制です。
 期 8月13日(木)～8月16日(日) 9時～12時 所 貸衣装室(寺井地区公民館2階) 寺井校下婦人会(☎57-3451)



子育ての悩み・不安 専門教育相談(要予約)

知

市内小中学生の保護者を対象に、子どもの教育・発達など子育て全般の悩みや不安に専門スタッフ(スクールカウンセラー、臨床心理士)が相談に応じます。7月6日(月)までに予約をしてください。先着順に受け付けます。
 期 7月11日(土) 9時～12時 所 教育センター 教育センター(☎58-7867)



自衛官募集のお知らせ

募

募集種目	資格	受付期間	試験期日
航空学生	海:高卒(見込含)23歳未満の者	7月1日～9月10日	1次 9月22日
	空:高卒(見込含)21歳未満の者		2次 10月17～22日 3次 11月14日～12月17日
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用試験受付時にご確認ください)	7月1日～9月10日	1次 9月18～20日 2次 10月9日～14日
自衛官候補生		年間を通じて行っています。	受付時にお知らせします。

募集種目	資格	受付期間	試験期日
防衛大学校学生	推薦 高卒(見込含)21歳未満の者(高等学校長の推薦が別途必要です。)	9月5日～9月11日	9月26・27日
	総合選抜 高卒(見込含)21歳未満の者	9月5日～9月11日	1次 9月26日 2次 10月31日・11月1日
	一般 高卒(見込含)21歳未満の者	7月1日～10月22日	1次 11月7・8日 2次 12月8～12日
防衛医科大学校医学科学生	高卒(見込含)21歳未満の者	7月1日～10月7日	1次 10月24・25日 2次 12月9～11日
防衛医科大学校看護学科学生	高卒(見込含)21歳未満の者	7月1日～10月1日	1次 10月17日 2次 11月28・29日

※記載内容については変更する場合があります。変更事項については、自衛官募集ホームページ等で確認ください。
 ※合格発表日など試験に関する詳細はホームページをご覧ください。

応募・問い合わせ先

自衛隊石川地方協力本部 小松地域事務所(☎24-5180)
 ホームページ <http://www.mod.go.jp/pco/ishikawa>

さらいギャラリー情報

知

能美市美術作家協会による作品を展示しています。(敬称略)

陶芸	書
南繁正	細川南嶺 北村啓華

期 ふるさと交流研修センター「さらい」(☎57-1212)

水道メーター検針のお知らせ

知

7月は水道メーターの検針月です。15日～末日の間に検針員が検針に伺いますので、検針期間中はメーターボックスの上に物を置いたり、駐車しないようご協力をお願いします。
 期 上下水道課(☎58-2260) FAX 58-2296)

目が不自由な方のための福祉相談会

知

目が見えない、見えにくくなって困っている人のためのなんでも相談会を開催します。期 7月16日(木) 10時～15時 所 辰口福祉会館 交流ホール 内容 生活相談、福祉制度の紹介、便利な道具(音声の出る時計・体温計・体重計、拡大鏡、音声パソコンなど)の体験など
 期 福祉課(☎58-2230 FAX 58-2294) 石川県視覚障害者協会(☎076-222-8781)

下水道排水設備工事責任技術者認定試験のお知らせ

募

期 10月26日(月) 13時30分～15時45分 所 石川県地場産業振興センター(金沢市鞍月2丁目1番地)
 願書配布期間 7月1日(水)～8月7日(金)
 申込受付期間 7月27日(月)～8月7日(金)
 実施機関 石川県下水道協会 期 上下水道課(☎58-2261 FAX 58-2296)
 郵送での受付も可能です。
 郵送先 〒920-0031 金沢市広岡3丁目3番30号 金沢市企業局 企業総務課内 石川県下水道協会

お知らせ

新型コロナウイルス感染状況を考慮し、内容に変更が生じる場合があります。最新の情報については、ホームページをご覧ください。最新の情報については、ホームページをご覧ください。最新の情報については、ホームページをご覧ください。最新の情報については、ホームページをご覧ください。

北陸電力送配電公式ツイッター 停電情報が確認できます

知

災害発生時の注意喚起や町域単位での停電戸数、復旧見込時間が確認できる北陸電力送配電ホームページ「停電情報」へのリンクが案内されています。災害時に備えてフォローしておくと便利です。

フォローはこちらから



<https://twitter.com/rikudennw>

期 北陸電力送配電株式会社 ネットワークサービスセンター(☎0120-837119)

働きたい若者をサポート

知

若者サポートステーション石川では、専門の相談員が「働く自信が持てない」「自分に向いている仕事が見つからない」「コミュニケーションが苦手…」など働くことに悩みを抱える15～49歳までの方とご家族の相談を受け付けています。相談は無料で、事前の予約が必要です。
 期 月～金曜日、第2、第4土曜日 9時～18時(土曜日は40歳以上優先)
 所 石川県本多の森庁舎1階(金沢市石引4丁目17-1)
 期 若者サポートステーション石川(☎076-235-3060 FAX 076-235-4520)

のみ商業協同組合加盟店募集中

募

のみ商業協同組合は現在95店舗が加盟しており、加盟店で利用できる「のみ共通商品券」と「のみカード」を発行しています。「のみ共通商品券」は市内各団体や能美市にも多くご活用いただいています。また、「のみカード」は行政や町会と連携しており、「能美市健診・がん検診の受診」や賛同いただいた町会の「自主防災訓練」の参加者にポイントを進呈するなどカードの利用促進を通じて地域貢献を目指しています。加盟店の募集は随時行っています。
 期 のみ商業協同組合(☎FAX 58-6330)

有料広告

有料広告

有料広告

有料広告

九谷焼探訪

今月から九谷焼の作品や催しの紹介コーナーがスタート!

今月の九谷焼作品介绍



まつやまがま かぶ ゆうきん す ひらはち
松山窯「蕪に遊禽の図平鉢」江戸末期

さいこうくたによろ だいしようじはん
再興九谷窯のひとつで大聖寺藩前田家の御
用窯「松山窯」の青手様式の作品。緑釉で囲
む見込みに蕪の上で戯れる小禽（雀などの小
さな鳥）を写実的に描いています。

こちらの作品は、今年の九谷ぬり絵コンテ
ストの題材にも選ばれました。応募用紙等
については当館にお問い合わせいただくかウル
トラアートのホームページ等をご覧ください。

今月の資料館 催し

◆コレクションⅠ

「九谷女流作家作陶展」
期間 ～8月9日(日)
場所 紫の間

昭和57年の開館以来、ご本人からの寄贈などによって収蔵
されてきた九谷焼コレクションの中から、女流作家の作品を
中心に、約20点を展示します。

◆コレクションⅡ

「現代九谷名工遺作展」
会期 ～8月9日(日)
場所 緑の間

当館コレクションの中から現代九谷の名工と謳われた作家の作
品を選びすぎり、約30点を展示します。

常設企画展「紺青の間」の「色絵九谷の系譜展」、「朱赤の間」
の「赤絵九谷の系譜展」は、あわせてご覧になれます。2階
「黄色の間」(資料室)は当面、閉室とします。

入館料 一般430円・75歳以上320円・高校生以下無料
(資料館と浅蔵五十吉美術館の共通券です)

入館に際しては、基本的感染対策(マスクの着用・検温・手洗いなど)をとらせていただいています。ご理解、ご協力
をお願いします。

今月の手話



動画配信中

手話ページQRコード▶

『新しい生活様式』一緒にがんばりましょう! 手話表現: 副市長 番匠 啓介

【新しい】

- ①-1 指をつぼめた両手を並べる
- ①-2 前へ出すと同時に指を開く



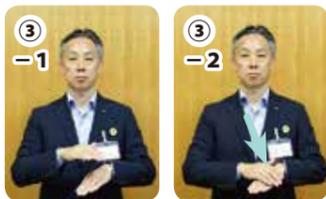
【生活・暮らし】

- ② 両手の親指と人差し指を「L字型」にし、向き合わせて胸の前で垂直の円を描く



【様式・方法・手段】

- ③-1、③-2 左手の甲を右手で2回軽くたたく



【一緒・共に】

- ④-1、④-2 指先を前に向けた両手人差し指を左右から引き寄せてつける



【頑張る・元気】

- ⑤-1、⑤-2 両手こぶしを胸の下あたりで2回上下に振る



【～しましょう・行こう】

- ⑥-1、⑥-2 人差し指で自分のみぞおちあたりを指してから手首を返すように前方を指す



問い合わせ 福祉課 (☎58-2230 ☎58-2294)

今月から博物館の情報コーナーがスタート!



能美ふるさとミュージアム広報室



イベント 特別デジタル企画展! 歴史民俗資料館のあゆみ

アクセス方法 能美市立博物館ホームページ「展示」タブをクリック!

昭和59年の開館以来、30年以上、地域の皆さまに愛されてきた能美市立歴史民俗資料館は「能美ふるさとミュージアム」の開館準備のため、展示観覧を終了いたします。

そこで、資料館のあゆみを振り返る特別デジタル企画展「歴史民俗資料館のあゆみ」を能美市立博物館ホームページで開催します。新型コロナウイルスへの配慮が必要とされる中、遠方の方にも、資料館の歴史を懐かしい写真資料で振り返っていただければと思います。



歴史民俗資料館

歴史民俗資料館 展示観覧終了のお知らせ

歴史民俗資料館は「能美ふるさとミュージアム」開館準備のため、展示観覧を終了いたします。
展示観覧終了日 令和2年7月10日(金)

のみふるコラム 守ろう! コアジサシの小さな命

石川県指定希少野生動物種に指定されているコアジサシをご存知でしょうか? コアジサシは国の絶滅危惧種にも指定されている貴重な海鳥です。小型のアジサシの仲間で、5月ごろにオーストラリアから渡来し、砂浜や砂礫地に浅くぼみのような巣を作って地面とよく似た模様の卵を産み、子育てを行います。

この貴重な海鳥が営巣地として選んだのが、根上の海岸です。今年も数十羽のコアジサシが子育てを始めました。

しかし、コアジサシたちの子育ては危険と隣り合わせです。コアジサシの巣は一見して巣とは分かりづらいため、気づかずに海岸に乗り入れた車にひかれてしまったり、散歩などで訪れた人たちに踏まれてしまったり…。また、心無いカメラマンが、ひなや親鳥を撮影しようと営巣地に入り込み、抱卵やエ

サヤリを邪魔することもあります。こうした野生生物に危害を加える行為は、法律によって厳しい罰則が科せられる場合があります。

貴重な小さな命が育まれる根上の海岸。この命を守るため、車の乗り入れは控え、大きく鳴いている海鳥の音が聞こえたら、むやみに近づかず、そっとその場を離れましょう。私たちのちょっとした心掛けで、コアジサシたちを絶滅から遠ざけることが出来るのです。



①親鳥とひな
②コアジサシの卵

撮影: 林宏初さん

「おうちで元気」生活ガイド 第2回 -食事編-

いつもより長時間おうちで過ごす生活が続いていますが、おうちの食事は3食しっかりとれていますか。加齢に伴って、そしゃく力、味覚、消化吸収機能などが低下していきます。

嗜好の変化、あるいは食欲不振、下痢、便秘なども起こりがちになります。しっかり食べて、心も身体も元気に過ごしましょう。

栄養のポイント♪

1

バランスのとれた食事を 1日3食規則正しく

主食・主菜・副菜をそろえた食生活を。規則正しい食事は、胃腸の負担を軽くします。

主菜
下表ア～オ

副菜
野菜・海藻・きのこ

主食
ご飯・パン・麺

+果物・水分



2

便秘と下痢、水分不足には特に注意

食物繊維の多い野菜、いも類、果物、海藻をとりましょう。お茶などで水分補給も十分に。軽い運動習慣もおすすめ。

3

塩辛い食事は控えて

味覚の低下でつい味付けの濃いものを好み、無意識に塩分のとりすぎになっていることがあります。おいしく減塩の工夫をしましょう！

市ホームページで減塩レシピ公開中♪
ホームページ「暮らし→健康・保健→健康づくり→おうちで健康クッキング」

4

毎食、魚・肉・卵・大豆製品のどれかを食べよう

少食になりやすく、たんぱく質が不足がちです。不足すると低栄養から免疫の低下や代謝異常を起こす原因に。

手軽にとれるたんぱく質 (主菜)

チャーハン、パスタ、ラーメンなど主食だけで済ませてはいませんか？
1日で下表ア～オを各1品ずつ摂取すると、成人に必要なたんぱく質を満たすことができます。

ア 牛乳・乳製品	イ 卵	ウ 魚・魚介類	エ 肉類	オ 大豆・大豆製品
 牛乳 200ml スライスチーズ 1～2枚 ヨーグルト 250g なるべく無糖	 ゆで卵または半熟卵 1個 卵豆腐 小1パック 茶碗蒸し 1個	 魚の缶詰 1/2缶 ツナ (水煮) 80g (油漬) 30g ※1缶約70g 魚肉ソーセージ 1本	 サラダチキン 1/2～2/3量 ミートボール 6個入り1袋 鶏唐揚げ 2～3個	 3P豆腐1パック (冷奴や湯豆腐に) 揚げ出し豆腐(惣菜) <u>大根おろしやきのこのるともっとgood!</u> 納豆 40g 1パック

※加工品や惣菜には塩分が多く含まれます。とりすぎには注意しましょう。腎機能低下等でたんぱく質制限が必要な場合は、主治医の指示に従ってください。



いしかわ動物園にズームイン!

Zoo

文：いしかわ動物園

■ 誤認保護にご注意ください

いしかわ動物園では、園内の動物の健康管理だけではなく、野生傷病鳥獣の保護、治療も行っています。年間では、400件以上の保護依頼が舞い込むことも。これらの中には、本当に治療が必要な動物だけではなく、誤認保護と思われる例も数多く含まれます。

とくに、野鳥のひなが巣立つ春から夏は、地面に下りている幼鳥を親と離ればなれになった迷子と勘違いして、親切心から動物園へ連れてこられる例が見受けられます。多くの場合、近くに親鳥がいて、ちゃんと飛べるまでエサを運んできたりしますので、車道に落ちているなど危険な状況でなければ、そっとしておくのが正しい対処方法です。

誤認保護でやってきた幼鳥は、おもに獣医が飼育にあたります。ケガをしているわけではないので、それらの多くは野生復帰を果たしますが、このような個体は人への警戒心が薄くなり、結果として不幸を招くこともあるのです。

鳥だけではなく、ノウサギやニホンジカなどの草食動物も幼獣を草陰に隠して、親がエサ探しに出かける習性があります。このような幼獣を連れてくるのも、やはり誤認保護です。判断が難しいときは、現場から動物園にご一報ください。



▲ムクドリの子を世話する獣医

みんなの図書館

おすすめの一般書



結婚させる家
かつら のぞみ 桂望実 [著] 光文社

カリスマ結婚相談員が企画したプレ夫婦生活。中高年の彼らは、深刻な過去、家族の存在、健康不安と、様々な問題を抱えているが…。人生のパートナーを求める50代男女の滋味あふれる婚活物語。

おすすめの児童書



ぼくたちの緑の星
こでまり 小手鞠 るい [作] 片山若子 [絵] 童心社

木々は消え、音楽や本もなくなり、名前ではなく番号で呼ばれる灰色の社会。いったい、この星で何が起きているのか？ストーリーを通して、戦争と環境問題はひとつにつながったものであることを伝えるSF小説。

おすすめの絵本



クラックのりゅう
ポーランドの昔話
アンヴィル 奈宝子 [文・絵] 偕成社

お城の地下にすむりゅうを退治するため、強そうな男たちが集まりました。しかし、りゅうのあまりの恐ろしさに男たちは逃げ出してしまいます。それを見ていた靴職人のドゥラテフカは頭を使って、りゅう退治のりだし…。

※開館時間、休館日については、ホームページ、各図書館だよりをご覧ください。