

富木八幡祭礼

通称くじり祭りという奇祭。旧暦の八月朔日に祭礼が執り行われていたことがこの名の由来となっています。昔、八幡神社のご神体が増穂浦に流れ着き、住吉神社の女神と夫婦になりました。しかし、荒波が怖くなり、八幡の神は里へ。以来、住吉神社の女神の元へ男神を御輿で賑々しく運ぶのがお祭りになったそうです。



INDEX

- 年金の受給資格期間が足りない!! 3
- まちかどルポ 10 ~ 11
- 西山台ニュータウン9月1日より受付開始!! 12 ~ 13
- 生涯学習だより 14 ~ 16
- 町臨時職員を募集します 24



2008
9月号
September
No. 37

やまびこ祭

西能登

西能登やっちゃん祭りが7月26日(土)、志賀町柴木総合公園で行われました。

芝生の広場では、中学生のブラスバンド演奏や小学生の鼓笛隊パレード、園児たちによる遊戯などが行われました。

また、エネルギーミュージアム志賀や青年団によるアイムレスリング大会、商工会青年部による地元企業の展示会もありました。

そして、夕方からは山本譲二さんや山本あきさんらの歌謡ステージが始まると会場の熱気は最高潮に達しました。

中学生ブラスバンド部の迫力ある演奏で会場が湧き上がりました。



富来中ブラスバンド部



志賀中ブラスバンド部



志賀町女性団体協議会による輪踊り

総勢300人の大きな輪踊りで会場が夏祭りのムードに染まりました。



きらら華小町によるよさこい

きらら華小町の美しいよさこいの舞にみんなが魅了されました。



すばる幼稚園によるよさこい



町立保育園によるよさこい

園児達のよさこいにはご家族の皆さんからの声援が飛び交いました。



高浜小学校による鼓笛隊パレード

凛々しい姿を披露した鼓笛隊パレード



富来民謡保存会・勝栄会による民謡・民舞

素晴らしい歌声と舞に感動！



富来健康クラブによる輪踊り

周りを圧倒するパワーで踊ってくださいました。

年金の受給資格 **期間が足りない!!**
年金を満額に近づきたい方 **任意加入**をお勧めします。

◆ **"任意加入"**は、市町村の国民年金窓口で届出を ◆

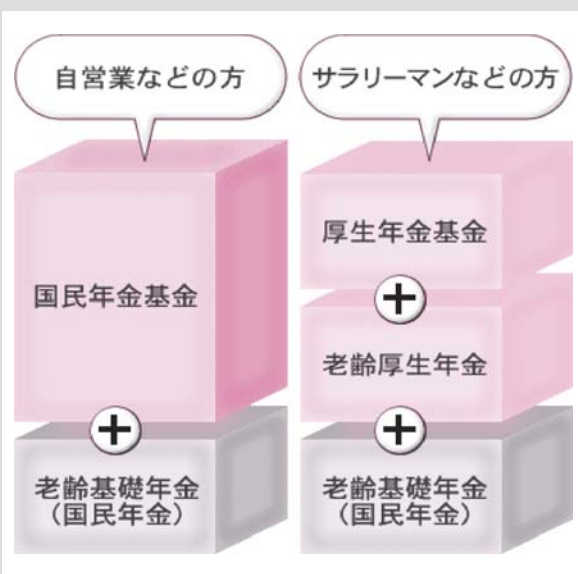
60歳に達しても老齢基礎年金の受給資格期間（25年（300月））が満たせない方や、年金額を満額に近づきたい方は65歳まで、希望すれば任意加入することができます。

65歳に達しても、老齢基礎年金の受給資格 期間が足りない方

70歳になるまでの期間で受給資格が満たせる場合は、**加入期間を延長**することができます。

国民年金基金に加入できます。

国民年金基金は、第1号被保険者（自営業者など）の方々がゆとりある老後を過ごすことができるように、**老齢基礎年金に上乗せ**する給付を行う**公的な年金制度**です。（ご加入は任意です。）



石川県国民年金基金 TEL:(076)224-5551
〒920-0853 金沢市本町1-5-2 リファール8F

海外へ留学などで転出するときは

市町村の国民年金窓口で届出を

- 海外へ転出される方は、転出に伴い国民年金の加入資格が無くなります。
- 引き続き任意加入するか選択の届出が必要です。

任意加入期間中の病気やけがで障害（1級・2級）になったときは、一定の要件を満たしていれば障害基礎年金の対象となります。

●国民年金に任意加入する場合

保険料の納付などのために、家族等の協力者が必要です。
協力者がいない場合は、下記協会に代行を依頼することになります。

(社)日本国民年金協会 電話 03 - 3265 - 2885
〒120-0099 東京都千代田区平河町2-5-5
全国旅館会館ビル3階

◆国民年金に関するお問い合わせ・相談は
七尾社会保険事務所（0767-53-6511）又は役場国民年金係（0767-32-9121）へ

けんこう ニュース

No. 7

健康福祉課

9月は「健康増進普及月間」です。

平成二十年度全国統一テーマ

「1に運動 2に食事

」しっかり禁煙 最後にクスリ

」良い健康習慣は、

「気持ちがいい」

平均寿命の著しい伸張に見られるように、近年、健康水準の向上にはめざましいものがありますが、一方において、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中等に代表される「生活習慣病」の増加等が大きな問題となっています。生活習慣病は、日常生活のあり方と深く関連しており、健康の保持・増進を図るためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要です。

この健康増進普及月間中、もう一度、自分自身の生活習慣を見つめなおし、健康管理に心がけましょう。



☆あなたは大丈夫？

- ① 忙しく、少しでも寝てほしいので朝食は食べないことが多い。
 - ② 昼ごはんは、丼ものや麺類ですますことが多い。
 - ③ 最近、30分以上の運動をしたことがない。
 - ④ 睡眠時間があまりとれないので、いつも眠たい。
- ①～④の中で、ひとつでも思い当たることがある人は要注意！
- このような毎日の生活習慣の積み重ねが、生活習慣病へとつながります。生活習慣病は、「食生活」「運動」「休養」と生活習慣が密接に関係しています。生活習慣の見直しは、病気予防の第一歩につながるのです。いちばん身近な「食生活」について考えてみましょう。

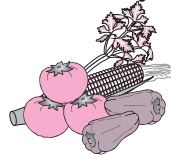
「バランスの良い食事」とよく耳にと思いますが、食事

のバランスってどういう状態かとれているということになると思いませんか？

そこで、役に立つのが

朝・昼・夕の「三色」
赤・黄・緑の「三色」

この「三色」「三色」を意識してみましよう。彩りの良い食事をすると、バランスがとりやすいものです。色合い豊かな、四季を感じる食事を心がけましよう。



『食生活改善基礎コース セミナー』受講生募集!!

『私達の健康は私達の手で』を合い言葉に、地域で活動を行っている『食生活改善推進員』を養成する講座を下記のとおり開催いたします。



会員の皆さんのトレードマークは「ピンクのエプロン」です

回	会場	日時	内容
1	志賀	10月8日(水) 10:00~13:00	◇開講式 ◇町民の健康の現状について(講義)
	富来	10月10日(金) 10:00~13:00	◇調理実習
2	志賀	10月29日(水) 10:00~13:00	◇食事バランスガイドの活用について(講義)
	富来	10月31日(金) 10:00~13:00	◇調理実習
3	富来	11月5日(水) 10:00~12:30	◇食品の安全性について(講義)
4	志賀	11月12日(水) 10:00~12:00	◇運動を取り入れた生活について(実技指導)
5	志賀	11月19日(水) 10:00~13:00	◇開講式
	富来	11月21日(金) 10:00~13:00	◇食生活改善推進員の活動について(講義) ◇調理実習

◆全日回コース ※一回この参加はできません

《会場》

【志賀】志賀町保健福祉センター
【富来】富来活性化センター
《対象者》志賀町在住の女性
《受講料》無料
《申込方法》9月末までに、志賀町保健福祉センターまで、お電話にて申し込みしてください。
☎ 32-0339

☆食生活改善推進員の紹介☆

現在、志賀地区に75名、富来地区に53名の会員があり、計138名の方が食生活改善推進員として活動を行っています。主な活動として、子供達への食育・高齢者への食事アドバイスなど、地域の方とふれあい様々な活動を行っています。あなたも、養成講座を受けて、食生活改善推進員の仲間入りをしませんか？

❖ 女性がん検診のご案内 ❖

◆個別検診◆

- ※検診期間 平成20年9月1日～11月30日
- ※指定医療機関 松江産婦人科医院、公立羽咋病院、町立富来病院、恵寿総合病院、山田産婦人科医院、桑原母と子クリニック、公立能登総合病院
- ※受診方法 個別検診を希望する方は、11月20日頃までに保健福祉センターに申込みしてください。後日『受診票』を送りますので、医療機関に持参してください。

検診項目	検診内容	対象者
子宮がん検診	子宮頸部細胞診 (医師が必要と認めた方に体部がん検診も実施)	20歳以上

子宮がん検診前の注意事項

- ◎ 検診日の前日の性生活は避けてください。
- ◎ 生理中は受診できません。
- ◎ 妊娠中及び妊娠していると思われる方は、主治医と相談のうえ受診してください。

9月から11月まで、女性がん検診を実施します。自覚症状が無くても、1年に1回は検診を受けましょう。

◆集団検診◆

- ※検診期間 平成20年9月14日(日)～11月9日(日)
- ※検診会場 地区公民館、集会施設
- ※受診方法 『受診券』を持って検診会場へ来てください。

検診項目	検診内容	対象者
子宮がん検診	子宮頸部細胞診	20歳以上(平成元年3月31日以前生まれ)
乳がん検診 (甲状腺がん検診)	視触診	30～39歳(昭和44年4月1日～昭和54年3月31日)
	視触診 乳房X線撮影(マンモグラフィ)	40歳以上(昭和44年3月31日以前生まれ)
骨粗鬆症検診	骨密度測定	20歳(昭和63年4月1日～平成元年3月31日) 25歳(昭和58年4月1日～昭和59年3月31日) 30歳(昭和53年4月1日～昭和54年3月31日) 35歳(昭和48年4月1日～昭和49年3月31日) 40歳(昭和43年4月1日～昭和44年3月31日) 45歳(昭和38年4月1日～昭和39年3月31日) 50歳(昭和33年4月1日～昭和34年3月31日) 55歳(昭和28年4月1日～昭和29年3月31日) 60歳(昭和23年4月1日～昭和24年3月31日) 65歳(昭和18年4月1日～昭和19年3月31日) 70歳(昭和13年4月1日～昭和14年3月31日)

個別歯科検診を受けましょう

歯周病は「歯の生活習慣病」とも呼ばれ、歯を失う原因の第一位です。上手に予防すれば、年を取ってから自分の歯で食べる事ができます。今年度より左記のとおり個別歯科検診を実施します。是非この機会に検診を受けて、口腔内の健康状態をチェックしておきましょう。

記

- 《対象者》 平成21年3月31日までに、40歳・50歳・60歳を迎える方(但し、歯科医院で治療管理中でない方)
- 《受診期間》 平成20年9月1日から10月31日
- 《実施医療機関》 町内歯科医療機関
- 《内容》 問診及び口腔内検診
- 《費用》 無料
- 《その他》 個別に案内された受診券と問診票を持参し、電話予約の上受診ください

《お問い合わせ先》
保健福祉センター
☎32-0339



高浜町 古谷 朋樹くん

堀松 橋本 郁菜ちゃん

赤住 館 隆世くん

甘田 向田紗亜弥ちゃん

高浜町 藏本 七海ちゃん

富来地頭町 川端 莉夢ちゃん

富来高田 森下 幹太くん



富来地頭町 河村 妃那ちゃん



ボつたち
ワタシたち
あし歯が
ないんだよ。

平成20年5月22日、6月19日
健診分
21人受診中 虫歯のない子は16人でした。



高浜町 井上 颯乙くん



久喜 有山 仁太くん



代田 野崎 詩乃ちゃん



上榎 貞 柚希ちゃん



印内 辻口こころちゃん



風無 中島圭一朗くん



堀松 山端 来夢くん



富来領家町 寺井 美優ちゃん