

(や): やすらぎテレビ (か): かがやきテレビ  
 (う): うるおいテレビ (い): いきおいテレビ  
 (ふ): ふれあいテレビ (み): みらいテレビ

# しかチャンネル 番組ガイド11月

アナログ 5ch  
 デジタル 9ch  
 STB 038ch

曜日	月・水・金	火・木	土・日
時間	番組内容	番組内容	番組内容
6:00	(や)児童館だより・図書館だより	(い)志賀大陸 「室谷加代子」(再)	(かA)第5回 志賀町駅伝競走大会
7:00	(み)しかチャンニュース	(ふ)ぶらり志賀町の旅	(かB)青春全開 志賀校!
8:00	(かA)第5回 志賀町駅伝競走大会	(み)しかチャンニュース	(ふ)ぶらり志賀町の旅
9:00	北國新聞ニュース	北國新聞ニュース	土日特番 「第30回記念志賀町学童新人相撲大会」
10:00	(かB)青春全開 志賀校!	(や)児童館だより・図書館だより	
11:00	(い)志賀大陸 「室谷加代子」(再)	(かA)第5回 志賀町駅伝競走大会	
12:00	(ふ)ぶらり志賀町の旅	(かB)青春全開 志賀校!	(い)志賀大陸 「室谷加代子」(再)
13:00	北國新聞ニュース	北國新聞ニュース	北國新聞ニュース
14:00	(み)しかチャンニュース	(み)しかチャンニュース	(み)しかチャンニュース
14:45	北陸電力志賀原だより	北陸電力志賀原だより	北陸電力志賀原だより
15:00	(や)児童館だより・図書館だより	(い)志賀大陸 「室谷加代子」(再)	(かA)第5回 志賀町駅伝競走大会
16:00	(かB)青春全開 志賀校!	(ふ)ぶらり志賀町の旅	(や)児童館だより・図書館だより
17:00	(い)志賀大陸 「室谷加代子」(再)	(や)児童館だより・図書館だより	(み)しかチャンニュース
17:45	北陸電力志賀原だより	北陸電力志賀原だより	北陸電力志賀原だより
18:00	(かA)第5回 志賀町駅伝競走大会	(かB)青春全開 志賀校!	(ふ)ぶらり志賀町の旅
19:00	(み)しかチャンニュース	(み)しかチャンニュース	(み)しかチャンニュース
19:30	北國新聞ニュース	北國新聞ニュース	北國新聞ニュース
20:45	北陸電力志賀原だより	北陸電力志賀原だより	北陸電力志賀原だより
21:00	(ふ)ぶらり志賀町の旅	(かA)第5回 志賀町駅伝競走大会	土日特番 「第30回記念志賀町学童新人相撲大会」
22:00	(み)しかチャンニュース	(い)志賀大陸 「室谷加代子」(再)	
23:00	(や)児童館だより・図書館だより	(み)しかチャンニュース	
24:00	北國新聞ニュース	北國新聞ニュース	北國新聞ニュース
25:00	終了	終了	終了

※都合により、放送内容を一部変更することがあります。地上デジタル放送(091ch)のEPGでもご覧いただけます。

### ■ かがやきテレビA

#### 「第5回志賀町駅伝競走大会」

10月11日(体育の日)に、志賀町駅伝競走大会が行われました。

役場富来支所をスタートし、志賀町陸上競技場のゴールまで、14区間24.9Kmを各地区の代表選手がタスキをつなぎました。

### ■ 土日特番

#### 「第30回記念志賀町学童新人相撲大会」

10月3日(日)、土田小学校相撲場で行われた大会の様子をお伝えします。

STB TZ-DCH2000は、製造中止に伴い販売を終了します。  
 今後は後継機種として、TZ-HDW600Pを販売します。



申込・お問い合わせ 志賀町保健福祉センター ☎32-0339

実施会場 町内 IP 8-32-0339

◎…志賀町保健福祉センター (富)…富来保健福祉センター

◎…とき地域福祉センター

## 予防接種

【受付時間】13:30～14:30

内容	実施日	対象	場所
BCG 予防接種	11月4日(木)	4カ月健診受診時～ 生後6カ月未満	◎
ポリオ	11月17日(水)	4カ月健診受診後～ 7歳6カ月未満	

## 乳幼児健康診査

【受付時間】13:30～14:00

内容	実施日	対象	場所
4カ月児健診	11月4日(木)	平成22年7月生まれ	◎
1歳6カ月児健診	11月18日(木)	平成21年3月～ 4月生まれ	
1歳6カ月児健診	11月26日(金)	平成21年3月～ 5月生まれ	(富)
3歳児健診		平成19年4月～ 6月生まれ	

## 健康相談

【対象者】どなたでも

内容	実施日	時間	場所
いきいき健康相談	毎週金曜日	10:00～11:30	◎
こころの健康相談	11月19日(金)	13:00～14:00	

※こころの健康相談は、1週間前までに予約が必要です。

## 介護予防

【対象者】65歳以上の人

内容	実施日	時間	場所
鶴亀 おたっしや教室	11月11日(木)	10:00～ 11:00	やすらぎ荘
	11月25日(木)		
志賀町健幸教室	11月12日(金)	13:30～ 15:00	志賀町サービスセンター 介護予防教室
	11月19日(金)		

※鶴亀おたっしや教室は、ストレッチ体操や健康相談をします。  
※志賀町健幸教室参加を希望する人は、事前にご連絡ください。  
日程表を送付します。

## すくすく子育て

内容	実施日	対象	時間	場所
すくすく 子育て相談	11月4日(木)	乳幼児のお 子さんとお 母さんどな たでも	15:30～ 16:00	◎
	11月18日(木)			(富)
	11月26日(金)			(志)
げんキッズ広場	毎週火・金曜日 (祝日は除く)	乳幼児のお 子さんとお 母さんどな たでも	10:00～ 11:30	(志)
ゆう遊クラブ	11月9日(火)			(志)
	11月30日(火)			(富)
モグモグ教室	11月16日(火)			(志)

※すくすく子育て相談を希望の人は、事前に相談内容をご連絡ください。

※ゆう遊クラブ：9日は「ファーストサイン」で事前に予約が必要です。  
30日は「お話し会」です。

※モグモグ教室に参加希望の人は、事前に保健福祉センターまで申し  
込みください。

## 機能訓練

【対象者】脳卒中後遺症などで日常生活  
がおおむね自立している人

内容	実施日	時間	場所
リハビリ教室	毎週月曜日 (祝日は除く)	10:00～13:00	◎
	毎週金曜日 (祝日は除く)	10:00～13:00	(志)

※介護認定を受けている人は対象外です。

※初めての人は、事前に保健福祉センターまで相談してください。

## がん検診

内容	実施日	受付時間	場所
胃・肺・大腸・前立腺 ・肝炎ウイルス検診	11月21日(日)	8:30～10:00	(富)
女性がん検診 (子宮がん検診、乳・甲状腺がん検診、 骨粗しょう症検診)		13:00～14:00 女性がん検診のみ実施	

対象

- 胃、肺、大腸：40歳以上
- 前立腺：50、55、60、65歳の特定年齢
- 肝炎ウイルス：40歳

女性がん検診対象

- 子宮がん検診（20歳以上の女性）
- 乳・甲状腺がん検診（30歳以上、マンモグラフィーは40歳以上）
- 骨粗しょう症検診は20～70歳までの5歳刻みの年齢

大腸がん検体が未提出の人は12月17日(金)までに提出してください。  
検体提出しない人は早めに容器を返却してください。

提出、返却場所：保健福祉センター、富来支所  
子宮頸がん個別検診の希望者は11月30日(火)までに保健福祉セン  
ターへ申し込みしてください。

## 健康教育

【対象者】どなたでも

内容	実施日	時間	場所
「知っておきたい 肝臓のはなし」講演会	11月14日(日)	13:00～15:00	志賀町 文化 ホール
「糖尿病が怖い」講演会	11月24日(水)	13:00～15:00	

講師：14日は恵寿総合病院副院長 宮森弘幸 先生

講師：24日は志賀クリニック院長 中野 茂 先生



### 休館日のご案内

## 11月

1日(月)・8日(月)・15日(月)  
・22日(月)・29日(月)

#### 開館時間

平日 9:30～18:00  
土・日・祝 9:30～17:00

#### お問い合わせ

志賀町立図書館 ☎32-1740  
町内 IP8-32-1740  
志賀町立富来図書館 ☎42-2777  
町内 IP8-42-2777

#### 志賀町携帯サイト



QRコード

## 今年国民読書年です!!

新聞やニュースで見かけたことがある人も多いかと思えます。2010年は政府が制定した「国民読書年」です。活字離れが進んでいるといわれて等しい昨今ですが、久しぶりに読書はいかがですか?図書館にはおすすめの本や話題になった本も取り揃えております。たまには時間を忘れて読書にはまるのもいいものですよ!

### ◆おすすめの本◆

#### ○本を読むってけっこういいかも

香山 リカ

腰をすえて一冊の本を読むことは、心をさまざまなおところに誘いながら、ストレスや欲求不満などを解放し、硬くなっている部分をやわらかくほぐしてくれる。精神科医・香山リカが勧めるこころを癒す読書術です。

#### ○犬と猫と人間と

飯田 基晴

年間30万匹の犬・猫が殺処分されている現実をご存知ですか?犬猫への愛情とその命を救えないことへの葛藤…。つらい心境を乗り越えて、現実と向き合い、戦い続ける人びとの姿がそこには描かれています。ドキュメンタリー映画「犬と猫と人間と」の監督が繰り広げる、いのちを巡る旅のお話です。

### ◆新着の本◆

- 通りゃんせ 宇江佐真理
- 暗殺者の森 逢坂 剛
- 優しいおとな 桐野 夏生
- カウントダウン 佐々木 譲
- 輝跡 柴田よしき
- 砂の上のあなた 白石 一文
- エウスカディ 上・下 馳 星周
- 毎日新聞連載もしもし下北沢 よしもとばなな
- 孤舟 渡辺 淳一

### 志賀町立図書館

#### ●おはなし会

日時 11月3日(水)・17日(水) 16時から  
場所 1階・絵本コーナー

#### ●ボランティアおはなし会

日時 11月13日(土)・27日(土) 14時から  
場所 1階・絵本コーナー

おはなし会・ボランティアおはなし会では、紙芝居や絵本の読み聞かせを行っています。リクエストもできますので親子でお気軽にご参加ください。お待ちしております。

### 富来図書館

#### ●ハウルのおはなし宅急便

日時 11月24日(水) 15時30分から  
場所 富来放課後児童クラブ

#### ■志賀町立図書館からのお知らせ

1階展示コーナーのお知らせ  
11月2日(火)～11月30日(火)まで『いもとようこの世界』と題して展示を行います。

繊細でかわいらしい絵に特徴のあるいもとようこさん。あの絵はなんと貼り絵なんです!!ご存知でしたか?そんないもとようこさんが手がけた絵本を集めてみました。どこかつかいやすい気分をあじわえますよ!!貸し出しできますので、ぜひご利用ください!!





●志賀町児童館

☎ 32-1724

町内 IP 8-32-1724

休館日



3日(祝)、21日(日)、23日(祝)

バドミントンクラブ



バドミントンクラブ2回目は、サーブ、スマッシュの打ち方を中心に練習しました。先生の「シャトルに体重をのせて打ってね」というアドバイスに、子どもたちは根気よくコートの左右にサーブやスマッシュを打

手形・足形づくり(壁かけ)

ち込みます。さらに、ダブルスを組んで試合にも挑戦。ナイスプレーに歓声をあげながら、バドミントンを楽しみました。

10月6日(水)、わが子の成長の記念に、乳児の手形・足形つ



くりを行いました。乳児たちは、直径20cmほどに伸ばした粘土板に可愛らしい手足をべったん。粘土板に鮮明についた手形・足形にママも思わずにっこり。「いい記念になると、日付けや名前も掘り込みます。児童館に乳児の笑顔と育児の輪が広がりました。」

キーホルダーづくり



アイロンビーズを使って、キーホルダーづくりに取り組みました。子どもたちは、色とりどりのビーズをプレートに並べ、創意工夫して、花やキャラクターの絵柄を制作。アイロン

にもトライし、「もうちよっと、力を入れて押し込め」と、高学年が低学年を上手にサポートして作品を完成させます。可愛いキーホルダーの仕上がりにどの子も嬉しそうでした。

サツマイモ掘り

秋晴れのもと、児童館の畑でサツマイモ掘りを体験しました。子どもたちはわくわくしてツルの回りの土を素手で掘り起こします。ゴロゴロと顔を出したのは紅色の長いイモや丸いイモ。長さ20cmを越すイモも顔を出し「うわあ。でっかいおイモや」とあちこちで歓声があがります。収穫したイモはふかしイモに。あつあつをみんなでおいしく味わいました。



移動児童館

今月の移動児童館は上熊野地区です。11月13日(土)、10時から上熊野公民館で行います。くるくる回すと、本物のシャボン玉のような「シャボン玉ステッキ」を作ります。ご参加をお待ちしております。

お知らせ

県民大学チャレンジ志賀

県民大学チャレンジ志賀教室が11月7日(日)、13時30分から開催され、万華鏡作りを行います。対象は小学生。材料費は1人200円です。ご参加をお待ちしております。

★11月行事予定★

- 7日(日) 県民大学チャレンジ志賀 13:30～
- 13日(土) 移動児童館(上熊野公民館) 10:00～
- 17日(水) 親子ふれあい(絵本で遊ぼう) 10:00～
- 28日(日) バトンキッズ 13:30～

★申し込み、お問い合わせは  
志賀町児童館 まで ☎ 32-1724  
IP 8-32-1724