

2月の

# しかチャンネル 番組ガイド

デジタル:9ch STB:038ch



曜日	月・火・水・木・金	土・日
時間	番組内容	
7:00	📺 おくやみ情報	
7:03	📺 しかチャンネルニュース・行政情報・まちかど巡り・ 📺 みんなでやらんけ! 志賀人体操 (志賀高校生)	
7:55	北陸電力文字情報	
8:00	志っ賀りフィットネス & 志っ賀り体操足若体操 ver.・尿もれん体操	
8:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
9:00	【～15日】高浜保育園発表会リハーサル 【16日～】とぎ保育園発表会リハーサル	
9:55	北陸電力文字情報	
10:00	図書館だより・児童館だより・行政情報	
10:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
11:00	北國新聞ニュース・プラス(金沢ケーブル)	
12:00	【～15日】高浜保育園発表会リハーサル 【16日～】とぎ保育園発表会リハーサル	
13:00	📺 おくやみ情報	
13:03	📺 今月のお料理レシピ & 志っ賀りフィットネス・認知症予防Ver.	
13:28	📺 志っ賀り体操 足若体操ver.	
13:55	北陸電力文字情報	
14:00	📺 しかチャンネルニュース・行政情報・まちかど巡り	
14:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
15:00	北國新聞ニュース・プラス 【金沢楽座・まちすた330】 (金沢ケーブル)	【～15日】土田保育園発表会リハーサル 【16日～】高浜保育園発表会リハーサル 📺 富来病院健康講座ほか
16:00		
17:00	📺 今月のお料理レシピ & 志っ賀りフィットネス・認知症予防Ver.	
17:23	図書館だより・児童館だより	
17:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
18:00	【～15日】富来小学校運動会 【16日～】令和3年志賀町成人式	
18:55	北陸電力文字情報	
19:00	📺 しかチャンネルニュース・まちかど巡り・行政情報	
19:55	北陸電力文字情報	
20:00	【～15日】令和3年成人式 【16日～】志賀小学校 志賀っ子学習フェスティバル	
20:50	北陸電力志賀原だより	
21:00	【～15日】土田保育園発表会リハーサル 【16日～】高浜保育園発表会リハーサル	
21:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
22:00	【～15日】富来病院健康講座「前立腺がん」・土田保育園発表会リハーサル 【16日～】高浜保育園発表会リハーサル	
22:55	北陸電力文字情報	
23:00	📺 おくやみ情報	
23:03	終了	

## 今月の番組

### 企画番組・再放送番組

(番組内容はテレビの番組表でご確認ください)

令和3年志賀町成人式

📺 富来病院健康講座⑤

「前立腺がんについて」

金大附属病院泌尿器科 岩本大旭 先生

尿もれん体操の紹介(富来病院排尿委員会)

📺 志賀大陸「佐田秀造 No.1・2」

鼠多門の総棟梁 佐田秀造さん(尊保)特集

【～15日】

富来小学校運動会

No.1 鼓笛演奏・応援合戦

No.2 大玉運び・リレーほか

【16日～】

志賀小学校 志賀っ子学習フェスティバル

保育園発表会リハーサル

土田保育園 (～15日)

高浜保育園

とぎ保育園 (16日～)

📺 しかチャンネル放送予定

・加能作次郎文学賞表彰式

・令和2年度石川県原子力防災訓練

・志賀町サッカー育成大会を開催

・東増穂分団新消防ポンプ車を配備

まちかど巡り

・JA志賀「ころ柿」出荷

& ころ柿づくり

ケーブルテレビに関するお問い合わせは  
志賀町ケーブルテレビ(情報推進課)

☎ 32-9999

E-mail jyouhou@town.shika.lg.jp

📺 一部または全部に字幕入り  
※都合により、放送内容を一部変更することがあります。番組表は地上デジタル放送の電子番組表(EPG)でもご覧いただけます。

🔄 再放送

👤 一部または全部に手話入り

有料広告欄

**WEBで  
楽しく学ぼう!**  
みんな遊びに来てね!

# りくこの部屋

りくこコンテンツが盛りだくさん!

のんびり  
してまわ〜

**りくこミュージック**  
オリジナルソング  
「りくこはホクリクコ!」  
公開中!

**りくこの本棚**  
エネルギーまんが  
「なんなん?エネルギー」  
バックナンバー公開中!

**りくこてれび**  
エネファイブムービー  
スペシャルアニメ  
全14編  
WEB限定配信中!

アクセスはコチラから!

りくこの部屋  検索

www.rikuden.co.jp/rikukonoheya/

こたえていく。かなえていく。

# 戸籍の窓



黒萩 幸生	前田 夏穂	井上 真毅	宮原 里実	山根 功大	氏名	川谷 一颯	中川 琴羽	中島 燈士	氏名	赤ちゃん
史織	八幡	徳田	新潟県	七尾市	本籍	日翔和	美紗子	智正世	保護者名	3名
金沢市	八幡	徳田	新潟県	かほく市	新本籍	高浜町	高浜町	大佛寺	本籍または住所	3名

### 町の人口

(令和2年12月末現在)

	1月	前月比
総人口	19,550人	△44人
男	9,316人	△7人
女	10,234人	△37人
転入	30人	3人
転出	42人	13人
出生	3人	△2人
死亡	35人	10人
世帯数	8,003世帯	△4世帯

吉村 次男	上尾ちよ子	長峯 花子	上田二三男	大瀧フサ子	半中 とみ	大森とみ子	金田 久子	田島 静枝	向しげの	越後ナミ子	向田 義昌	岩見 哲	青山 杉利	氏名
89歳	95歳	94歳	91歳	87歳	86歳	93歳	100歳	96歳	94歳	91歳	87歳	84歳	99歳	年齢
富来領家町	安津見	赤住	笹波	三火打谷	館開	富来高田	徳田	荒屋	矢駄	甘田	草木	福野	本籍または住所	

【お断り】  
このコーナーは、当町で届け出をした希望者のみ掲載しています。また、他市町村での届け出を予定し、掲載希望の場合は申請が必要です。住民課 ☎ 32-9121 まで

**発熱**などの症状がある人は、まずは**身近な医療機関**に電話で相談してください。

相談する医療機関に迷う場合は

**石川県発熱患者等受診相談センター**

**☎ 0120-540-004**

(フリーダイヤル・24時間受付)

福島 順子	山崎 幸子	小門前助一	河村チヨ子	石田弥壽雄	瀬戸 静子	稲岡 春男	谷口 政次	石見 正雄	嶽下 政治	長根尾カノ	屋敷 慶一	蒲田くさ子	角谷 政子	葛浦 久子	氏名
70歳	87歳	94歳	96歳	92歳	89歳	95歳	73歳	88歳	85歳	90歳	81歳	89歳	89歳	96歳	年齢
仏木	安津見	徳田	富来地頭町	徳田	赤住	徳田	酒見	西海風戸	米町	東小室	富来七海	笹波	長沢	和田	本籍または住所

+	2月	休日当番医 (9:00 ~ 12:00)		小児当番医 (9:00 ~ 12:00)		当番薬局 (9:00 ~ 13:00)	
		診療機関	住所・電話番号	診療機関	住所・電話番号	薬局名	住所
今月の休日医療情報	7日 (日)	岡田医院(内)	富来領家町 ☎42-1921	国立病院機構 七尾病院	七尾市松百町 ☎0767-53-1890	笠原健招堂薬局	富来領家町
		いけの整形外科	羽咋市南中央町 ☎22-0254	七尾病院			
	11日 (木・祝)	池野整形外科耳鼻咽喉科医院	高浜町 ☎32-0040	公立能登総合病院	七尾市藤橋町 ☎0767-52-6611	プリスケア薬局	高浜町
		前川医院(内)	羽咋市酒井町 ☎26-0210				
	14日 (日)	ひよりクリニック(内・外)	富来地頭町 ☎42-2300	公立羽咋病院	羽咋市的場町 ☎0767-22-1220	はくい薬局	羽咋市的場町
		西村内科胃腸科クリニック	宝達志水町今浜 ☎28-2033				
	21日 (日)	疋島クリニック(外・胃腸・内)	羽咋市旭町 ☎22-1205	恵寿総合病院	七尾市富岡町 ☎0767-52-3211	さくら薬局 羽咋的場店	羽咋市的場町
		松江産婦人科内科医院	羽咋市島出町 ☎22-2479				
	23日 (火・祝)	おおの整形外科クリニック	羽咋市鶴多町 ☎22-8858	志賀クリニック	高浜町 ☎0767-32-5307	押水瑠璃光薬局	宝達志水町門前
		羽咋診療所(内)	羽咋市柳橋町 ☎22-5652				
	28日 (日)	森田クリニック(形成・皮膚)	羽咋市鶴多町 ☎23-4775	公立能登総合病院	七尾市藤橋町 ☎0767-52-6611	志雄瑠璃光薬局	宝達志水町荻市
		松沼医院(内・小児)	宝達志水町敷波 ☎29-3188				

※受診の際は、事前に電話してください。



# 虫歯のない子 集まれ〜♪



1月14日の3歳児健診分



末吉  
れい  
甲野 鈴依 ちゃん



北吉田  
りお  
高田 莉緒 ちゃん



里本江  
しんのすけ  
青木 慎之介 くん



赤住  
ななこ  
谷出 菜々子 ちゃん



酒見  
ひなた  
砂走 陽咲 ちゃん



高浜町  
ゆあ  
加世多 結愛 ちゃん



西山台  
けいほ  
余海 慶歩 くん



館 開  
あやな  
平野 絢柳 ちゃん



西山台  
あんじゅ  
向出 安寿 ちゃん



米 町  
るい  
狭間 瑠衣 ちゃん



福 野  
りお  
細川 莉緒 ちゃん



西山台  
みなと  
村山 湊士 くん



高浜町  
ゆま  
養川 結愛 ちゃん



～学校給食の人気レシピ②～

## ハムと春雨のあえもの



64kcal  
塩分 0.7g  
【1人分】



キュウリは加熱せずに、  
塩もみしてあえても  
よいです。

保健福祉センター  
橋本 智恵子 栄養士

### 材料・2人分

ロースハム	20g
春雨	14g
キュウリ	36g
ニンジン	12g
調味料	
砂糖	大さじ1/2
酢	小さじ1
うす口しょうゆ	小さじ1
ごま油	小さじ1/5

### 作り方

- ① ハムは短冊切り、キュウリは輪切り、ニンジンは細切り、春雨は5cmの長さに切る。
- ② キュウリ、ニンジン、春雨をゆでて、水気をしぼる。
- ③ 調味料であえる

