



### ◆ 「応募するチャンス」を逃さないために 事前に準備をしておきましょう

就職活動では、企業からの求人を見て「自分の希望の仕事」を探すと同時に、さまざまなことを事前に準備しておくことが必要です。

### ◆ 履歴書や職務経歴書を 作成しておきましょう

自分の希望に合う求人が、企業からいつ提出されるか分かりません。また、応募者多数の求人などは早めに応募しないと、あっという間に締め切られることがあります。履歴書などの応募書類を作成するのに手間取っていると、応募するチャンスを逃してしまうこともあります。



事前に余裕をもって作成しておくことをおすすめします。

### ◆ 応募する企業の情報をチェック!

応募する企業が決まったら、面接前に企業の情報を収集しておきましょう。

「当社のことはどの程度知っていますか」という質問に「あまりよく知りません…」では、「なぜ入社したいのか」という気持ちが伝わりません。

求人以外で情報を収集する方法としては、企業のホームページの閲覧が挙げられます。また、ハローワーク羽咋では各企業の画像を求人検索パソコンで公開しているほか、「企業情報コーナー」には、企業パンフレットなどの情報を掲示しています。

いろいろな情報をチェックし検討することで、応募に向かって、自信を持ってしっかり進めるはずですよ。

企業情報の把握、応募書類の作成ポイントの説明や点検など、応募に関することは、お気軽にハローワークの窓口へ相談してください。

## 相談律

### 漁業権について

・弁護士 國田 武二郎 (堀松出身)

東京地検、名古屋地検、横浜地検、仙台高等検察庁検事等を歴任。現在は「あすなる法律事務所」を開設し弁護士として活動しています。愛知学院大学の特別教授も務めています。



**Q** 釣りに来たら、海中にナマコやサザエを見つければ、網ですくって採ったとして、釣り人の男性が漁業法違反の容疑で検挙された事案がありました。漁業権とはどういうものですか。違反した場合の罰則はどうなっていますか。

**A** 漁業権とは、「漁業法」という法律に規定されている権利で、「一定の水面において特定の漁場を一定の期間排他的に営む権利」のことをいいます。都道府県知事の免許を受けて、一定の水面に排他的に特定の漁業ができます。特定の漁業を他の者が侵害した場合、漁業権侵害として、妨害を排除・予防する権利が与えられています。つまり、日本各地の漁港などには、漁業組合や漁師さんたちが一定の範囲の海面に独占的に漁場を持ち、それを無断で侵害した場合、「密漁」として、処罰されます。

漁業権には、①共同漁業権（地元漁民が一定の水面で、共同して漁業をする権利）、②区画漁業権（一定の場所で養殖できる権利）、③定置漁業権（一定の場所で定置網を営む権利）の3種類があります。特に一般の人に関わりあるのは「共同漁業権」です。共同漁業権は、5種類に分けることができますが、特に重要なのは「第1種共同漁業権」です。第1種とは、ウニ、アワビ、サザエ、アサリなどの貝類やワカメなどの海藻類やナマコ、タコなどの定着性の水産動植物が対象です。そして「第1種共同漁業権」が設定されている場所で、無断でウニ・ナマコ・アワビなど対象の水産物を

を取ってしまったと、漁業権侵害、いわゆる密漁行為となり漁業法違反で罰せられます。潮干狩りでシジミやアサリなどの貝は第1種共同漁業権の対象で、無断で取った場合は、罰せられます。

漁業法は、令和2年の改正で処罰が厳しくなり、密漁した者に対し百万円以下（改正前は、20万円以下）の罰金に処すると規定しています。さらに、漁業法の改正で、「特定水産動植物」に指定されたものを密漁した場合、法定刑が極めて厳しくなりました。特定水産動植物とは、「財産上の不正な利益を得る目的で採取されるおそれの大きい水産動植物であって、当該目的による採取が当該水産動植物の生育または漁業の生産活動に深刻な影響をもたらすおそれの大きいもの」として農林水産省令で定めるものです。現在指定されている「特定水産動植物」は、アワビ、ナマコ、シラスウナギ（全長13センチ以下）..ただし3年間の猶予で令和5年12月1日から適用）。この特定水産動植物を採取した場合は、「3年以下の懲役または3千万円以下の罰金」です。3千万円という罰金額は、個人の罰金額として最高額です。

さらに密漁で採取された特定水産動植物を運搬・保管・有償が無償で取得・処分などしても同じく、「3年以下の懲役または3千万円以下の罰金」です。その背景には、近時、組織的かつ広域的に無秩序な採捕が繰り返されていて、漁場を荒らされ、漁民の生産活動や水産資源に深刻な影響を与えていることがあります。また、密漁した水産物を高値で買い取る業者がいることなどから、それを防ぐためにも罰則を厳しくしたのです。



# 志っ祭り フィットネス



— 健康や体力の維持・向上を目指した運動やストレッチを紹介します —

## 肩 & 肩甲骨のストレッチ

### POINT

- (1) 肩のストレッチを行う際は、肩甲骨から背中全体を意識して、さらに胸を広げて回しましょう。
- (2) 肩甲骨のストレッチを行う際、難しい場合は肩を抱えるだけでもOK。

### 肩のストレッチ



① 肩に手をあて、大きく回す。



② 肘で大きな円を描くイメージで行う。反対回しも行う。

### 肩甲骨のストレッチ



① 両手を交差して、肩に手をおく。



② 腕を絡ませていく。腕を入れ替え、反対も行う。



ミズノスポーツサービス(株)  
インストラクター 山根 佑斗

【注意】・体調が悪い日は、無理せずしっかり休養をとりましょう。  
・治療中の病気がある場合は、主治医に相談のうえ、始めましょう。

## 地域安全ニュース

ハク太郎



## 6月9日はロックの日!

令和3年中に羽咋郡市内で侵入窃盗が21件、自転車盗が7件発生しました。盗難被害の多くは無施錠でした。鍵かけは最も有効な防犯対策です。鍵かけを徹底し、盗難被害を防止しましょう。防犯カメラやセンサーライトなどの盗難防止機器を配置すると防犯効果が高くなります。

### ○ 自宅など

短時間の外出でも「鍵かけ」の習慣をつけましょう。  
全てのドア・窓の鍵をかけましょう。  
玄関や窓に補助錠を付けましょう。



### ○ 自転車

ツーロックを習慣化しましょう。  
自転車の防犯登録をすると、盗まれたとき早期発見につながります。



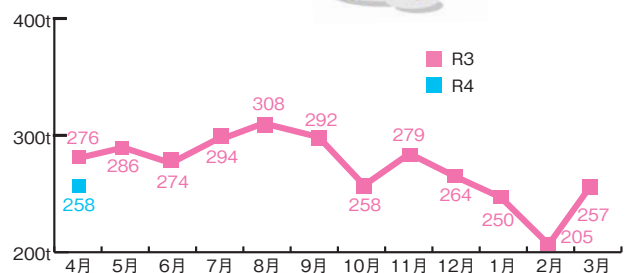
羽咋警察署 ☎ 22-0110・羽咋郡市防犯協会連合会 ☎ 22-4970

## ゴミメーター

環境安全課

☎ 32-9321

(家庭から収集した燃えるごみの量)





6月の



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	📺 志賀町からのお知らせ	📺 しかチャンネルニュース
7:41	📺 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	志っ張りフィットネス & シルバーリハビリ体操・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	📺 志賀町からのお知らせ 【～15日】富来病院健康講座「排尿障害について」 【16日～】志賀高校「総合的な探求の時間」研究発表会	
9:55	北陸電力文字情報	
10:00	図書館だより・児童館だより ほか	
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		
13:00	📺 おくやみ情報	
13:03	📺 今月のお料理レシピ & 志っ張りフィットネス・認知症予防ver.	📺 志賀町からのお知らせ
13:34	📺 シルバーリハビリ体操	
13:55	北陸電力文字情報	
14:00	📺 志賀町からのお知らせ	📺 しかチャンネルニュース
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	富来病院健康講座「排尿障害について」・
16:00	【金沢楽座・まちすた330】(金沢ケーブル)	🔄再放送 ほか
17:00	📺 今月のお料理レシピ & 志っ張りフィットネス・認知症予防ver.	
17:25	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	📺 志賀町からのお知らせ 【～15日】まちかど巡り のとキリシマツツジ・行政情報ほか 【16日～】🔄再放送	
18:55	北陸電力文字情報	
19:00	📺 志賀町からのお知らせ	📺 しかチャンネルニュース
19:55	北陸電力文字情報	
20:00	【～15日】富来病院健康講座「排尿障害について」 【16日～】まちかど巡り のとキリシマツツジ・ とぎ海さくら貝展・行政情報	
20:50	北陸電力志賀原だより	
21:00	【～15日】🔄再放送 【16日～】富来病院健康講座「排尿障害について」	
21:50	北陸電力志賀原だより	
22:00	【～15日】🔄再放送 【16日～】志賀高校「総合的な探求の時間」研究発表会	
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)

**志賀町からのお知らせ**  
7:03～・9:00～・14:00～・18:00～・19:00～

志っ張りヘルスの体操が新しくなりました！  
📺 「シルバーリハビリ体操」を始めましょう

📺 富来病院健康講座「排尿障害について」  
金沢大学附属病院泌尿器科 門本 卓医師

【16日～】  
志賀高校「総合的な探求の時間」研究発表会  
令和3年度活動 ほか

📺 マイナンバーカードをつくりましょう(住民課)

📺 しかチャンネルニュース放送予定

- ・上田鍍金(株)が車いす4台を町に寄贈
- ・志賀高校入学式
- ・新社会人歓迎の集い
- ・志賀町商工会優良従業員表彰式・総代会
- ・志賀小3・4年人権教室
- ・甘田保育園いちご狩り

**まちかど巡り**

- ・のとキリシマツツジ土田の郷
- ・とぎ海さくら貝展(ギャラリーうもん)

📺 令和4年第2回志賀町議会定例会  
(放送時間は変更になる場合があります)

【生放送】 6月7日(火)10時～ 25日(土)・26日(日)  
14日(火)10時～ 29日(水)・30日(木)  
21日(火)14時～

※ 字…一部または全部に字幕入り  
再…再放送  
手…一部または全部に手話入り  
※ 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。

● ケーブルテレビに関するお問い合わせは  
**金沢ケーブル**  
フリーダイヤル **0120-751-114**

● しかチャンネルに関するお問い合わせは  
**デジタル情報課**  
TEL **32-9261**  
E-mail jyouhou@town.shika.lg.jp

**全品お買得売りつくしセール**  
ご来店の方に粗品プレゼント

**最大70%割引特価で放出!!**  
(3,000円で10,000円分の買物)

**金物のナカシマ暮らしの店**  
志賀町高浜町ホ-10 TEL (0767) 32-0726

好評受付中 **ケーブルプラス電話** 「8番電話」の代わりに！

(KDDIとケーブルが提携した電話サービス)

**特徴1** ケーブルプラス電話どうしなら、**通話無料!**  
志賀町内24時間

**特徴2** NTTの加入電話より年間**3,564円おトク!**  
乗り換えると

※ 住宅用1.2級取扱局のプッシュ回線料金。NTT 東日本・NTT 西日本の@ビリング、Myビリングの場合、121円/月が減額されます(お客様の支払方法やご利用の回線種別・取扱局によっては対象外となります)。別途ユニバーサルサービス料、電話リレーサービス料が必要となります。  
◎ ケーブルプラス電話にご加入の際は、別途工事費がかかる場合があります。◎ 表記の金額は税込価格です。

**金沢スマ本** **金沢ケーブル株式会社** 年中無休 土日祝も営業 **0120-751-114**  
金沢市南町2番1号 北國新聞会館18階

有料広告欄

# 戸籍の窓



小林なゆた	今岡 雅	倉橋 禄	重谷 珠寿	堀 陽向	白山 愛紡	氏名
千一 明斗	優政 嘉光	信舞 栄	悠梓 司	美祐 沙貴	敏兼 惠次	保護者名
安部屋	竊業領家町	高浜町	赤住	酒見	高浜町	本籍または住所

赤ちゃん

7名

定谷内 達郎	山本 千聖	若宮 大輔	山口 桃莉	上杉 智	河野 大介	坂井 大介	氏名
愛	北吉田 相神	滋賀県	金沢市	倉垣 金沢市	末吉 坂	大坂	本籍
富山県	金沢市	大阪府	金沢市	金沢市	大坂	大坂	新本籍

結婚

5組

池田 侑叶	氏名
佑篤 史	保護者名
徳田	本籍または住所

### 町の人口

(令和4年4月末現在)

	5月	前月比
総人口	18,963人	△37人
男	9,061人	△12人
女	9,902人	△25人
転入	56人	14人
転出	68人	△26人
出生	5人	0人
死亡	31人	△7人
世帯数	7,952世帯	△6世帯

#### 【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

古戸 進	山本 勇	竹田 惠美子	高 京子	板倉 勝	松村 初代	小寺 弥一	仙崎 秀一	山口 うめの	寺尾 キミ枝	鍋岡 武	池田 友栄	上田 文	高橋 梶子	室谷 欣吾	石坂 秀夫	山本 温美	森岡 ひで子	岩 とよ子	坂井 外志子	大野 康子	松田 あつ子	奥村 利吉	數馬 幸枝	大灘 一枝	松山 ハナ	氏名
79歳	81歳	92歳	94歳	74歳	77歳	66歳	95歳	92歳	90歳	90歳	94歳	91歳	74歳	80歳	82歳	86歳	97歳	97歳	86歳	67歳	90歳	89歳	84歳	89歳	100歳	年齢
北吉田	給分	西海久喜	貝田	倉垣	里本江	直海	福野	百浦	相神	高浜町	上棚	笹波	高浜町	徳田	福浦港	末吉	西海風戸	貝田	大坂	堀松	鶴野屋	徳田	和田	徳田	笹波	本籍または住所

おくやみ

26名

+	6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)	
		5日	疋島クリニック (外・胃腸・内)	羽咋市旭町 ☎22-1205	国立病院機構 七尾病院	七尾市松百町 ☎0767-53-1890	薬局 マツモトキヨシ 高浜店
12日	加藤病院 (内)	高浜町 ☎32-1251	公立能登総合病院	七尾市藤橋町 ☎0767-52-6611	富来 富地頭町	富来 富地頭町	
19日	保志場内科クリニック	羽咋市市場町 ☎22-0807	さはらファミリークリニック	七尾市石崎町 ☎0767-62-3765	笠原健招堂薬局	富来 富領家町	
26日	志賀クリニック (内)	高浜町 ☎32-5307	とどろき医院	羽咋市鶴多町 ☎0767-22-7855	志賀プリス ケア薬局	高浜町	

蜂の巣駆除は 猫の手本舗

☎ 0767-38-1612

ご自身での駆除は大変危険な行為です!

ハチのプロが迅速に対応します

(志賀町小室ニノ6番地6) 田淵 誠

## 住まいと土地の総合案内所

不動産のことなら何でもご相談下さい 一料金不要—  
県外在住の方もお気軽にお電話下さい

心の通うまちづくり

### みらい都志開発(有)

羽咋市石野町二 107 (coco 壱番屋さん向かい)  
TEL (0767) 22-1537  
http://www.mirai-toshi.jp

宅地建物取引業石川県知事(3)3772号  
不動産コンサルティングマスター

志賀町民  
限定!

# マイナンバーカード をつくと

## 現金 5,000円 がもらえる!

- 条件1** 令和4年4月1日時点で志賀町に住所があり、すでに有効なマイナンバーカードを持っている人
- 条件2** 令和4年9月30日までに志賀町でマイナンバーカードを申請し令和5年1月31日までにカードを受け取った人  
(4月以降に住民となった人も対象)

### ●5,000円の受取方法

給付金申請書を書いて期限までに提出してください。  
指定の口座に5,000円が振り込まれます。

- ・カードを令和4年3月31日までに受け取った人  
→5月に、郵便で給付金申請書を送付済
- ・上記期間以外に受け取った人  
→カードの手続きで来庁した際に給付金申請書を渡します。(または送付)



給付金申請期限：令和5年2月28日(当日消印有効)

### ●マイナンバーカード専用窓口を開設!

「申請方法が分からない」「難しくてできない」という人には、職員が顔写真を撮影し、オンラインで申請をお手伝いしています。  
役場と富来支所に「専用窓口」を開設しているので、気軽にお越しください。

問 住民課 ☎ 32-9121

5/9~

町内郵便局で



## マイナンバーカード 申請サポート開始

町内の郵便局で、顔写真を撮影し(無料)、申請書の書き方を教える「マイナンバーカード申請サポート」を開始しました。  
気軽に利用してください。

申請書の書き方  
教えます!



顔写真を無料で  
撮影します!



取扱郵便局

高浜、土田、下甘田、  
上熊野、福浦、三明、  
富来、西増穂、西海、  
西浦郵便局



### 減塩レシピ②

## しらす入り酢の物



78kcal  
塩分 0.5g  
【1人分】

#### 材料・2人分

キャベツ	50g	◎調味料	
もやし	30g	穀物酢	大さじ1
にんじん	20g	砂糖	小さじ2
油揚げ	20g	しょうゆ	小さじ1/2
しらす干し	10g	炒りごま	小さじ1/2

#### 作り方

- ① しらす干しは熱湯をかけてしばらく置き、水気をきる。  
油揚げは熱湯をかけて油抜きし、細切りにする。  
キャベツは5mm幅の細切りにし、にんじんは千切りにする。
- ② 野菜はゆでて、水気をしぼる。
- ③ 調味料を混ぜ合わせ、野菜、油揚げ、しらす、ごまとあえる。

しらす干しの塩抜きをすることで、  
塩分を減らすことができます。

保健福祉センター  
福田 むつ美 栄養士