

# 食生活改善推進員養成講座

## 受講生募集



食を通じた健康づくりボランティアとして地域活動を行っている「食生活改善推進員」を養成する講座です。自分自身や家族のために、「食」と「健康」について学び、健康づくりの環(わ)を広げませんか。

### 対象者

志賀町民  
(原則、全日程に参加できる人)

### 持ち物

筆記用具

### 申込先

志賀町保健福祉センター  
☎ 32-0339

回	日時	会場	内容
1	11月18日(金) 10:00～12:00	志賀町保健福祉センター	開講式・オリエンテーション 講義 *食生活改善推進員とは *町の健康状況 *生活習慣病の予防方法を学ぶ
2	11月29日(火) 10:00～12:00	富来活性化センター	講義 *調理の基本を一(いち)から学ぶ *食事をおいしく、バランスよく *あなたの塩分チェック(実技)
3	12月9日(金) 10:00～12:00	志賀町保健福祉センター	講義 *今日から実践しよう!食品ロス削減 *家庭のできる食中毒予防のポイント
4	12月～2月	*保健福祉センターが主催する教室、研修会などへの参加 (日程など詳しくは後日案内します)	
5			
6	3月7日(火) 10:00～14:00	志賀町保健福祉センター	講義 *世代別の食育～地域での食育活動～ *しっかり食べてフレイル予防 調理実習 「バランスのとれた食事」 閉講式

※11月14日(日)までに、電話で申し込んでください。

※新型コロナウイルスの感染状況などにより、内容を変更する場合や中止する場合があります。  
※感染症予防対策のため、講座当日は来所前の検温、マスク着用、手指消毒にご協力ください。

## 志賀消防署



令和4年度秋季火災予防運動ポスター

# 令和4年 秋季火災予防運動

実施期間：11/9(水)～11/15(火)

## 「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

11月9日から15日までの1週間「秋の火災予防運動」を実施します。火災が発生しやすい時季を迎え、火災予防意識を持ち、火災の発生を防止し、高齢者を中心とした死者の減少、財産の損失を防ぐことが目的です。

### 防火(防災)ポスターを掲示 11/16(水)まで

羽咋郡市防火協会では、火災予防思想の普及啓発のため、郡市内の小中学校を対象に、防火(防災)ポスターを募集しています。今年度も多くの作品が提出されました。どなたも高浜店と増穂浦ショッピングモールアスクで11月16日(水)まで掲示します。買い物の際、ぜひご覧ください。



▲令和3年度のどんたく高浜店(左)と増穂浦ショッピングモールアスク(右)の掲示状況

火災・救急・救助は119番!

☎ 志賀消防署 ☎ 32-1776

☎ 志賀消防署富来分署 ☎ 42-1211



◆定期的に「会社説明会」を開催しています。

ハローワーク羽咋では、求人を出している事業所が求人内容や会社概要などについて説明する「会社説明会」を開催しています。

「採用担当者に、しっかり勤務条件を確認したい」「仕事の内容」だけでなく、「会社のポリシー」や「会社の雰囲気」なども聞いてみたい

とお悩みなら、「会社説明会」に参加してみませんか?

「まずは説明を聞くだけ」でも構いません。

会社の採用担当者と、直接お話ができる良い機会です。お気軽に参加してみてください。

「会社説明会」の情報については、

- ハローワーク羽咋の掲示板に掲載してあります。
- 週刊求人情報(木曜日発行)に記載してあります。
- 石川労働局ホームページから確認できます。
- お電話からの問い合わせも可能です。

◆他にも、いろいろな説明会・相談会を開催

相談会	日時	主催
福祉・介護の仕事セミナー & 個別相談	原則毎月第4木曜日 (祝日の場合は変更) セミナー (10:00~10:45) 個別相談 (10:50~11:30)	石川県福祉の仕事マッチングサポートセンター (福サポ石川) ☎ 076-234-1151
看護職の就業支援相談	原則偶数月第3木曜日 (祝日の場合は変更) 10:00~12:00 (要事前申込)	石川県看護協会 石川県ナースセンター ☎ 076-225-7771
サポステ出張相談 対象：未就職の15歳~49歳の人	原則奇数月第3火曜日 (祝日の場合は変更) 13:30~16:30 (要事前申込)	若者サポートステーション石川 ☎ 076-235-3060

※いずれの相談会も開催日時のご確認をお願いします。

相法  
談律

・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「あすなろ法律事務所」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。



不正競争防止法違反について

Q…回転ずし大手「かつば寿司」の運営会社の社長が、競合大手の「はま寿司」の仕入れ情報が記録されたデータを持ち出したことで不正競争防止法違反の容疑で逮捕されましたが、「不正競争防止法違反」とはどのような法律なのでしょうか。

A…営業の秘密の侵害や他社製品の模倣などがあつた場合、被害を受けた企業に大きな損失が生じます。また、企業間で健全な競争が維持されていなければ、経済全体に悪影響を及ぼす恐れもあります。不正競争防止法はこのような問題に対応するための法律です。

回転ずし業界では、競争が激しく、いかに原価率を下げて儲けを大きくするかです。マグロ、鯛、エビ、アワビなどの魚貝類は、原価率が5割以上と高く、野菜は原価率が1割程度です。こうしたことから、業界では、可能な限り原価率の低い仕入れ先を見つけ、交渉します。ですから、各会社は、仕入れ先や食材の原価を記載したデータは、「秘中の秘」で、見ることが出来る人は、限られた社員だけで、かつ開示には「パスワード」を必要とします。そこで、容疑者は、はま寿司の経営企画部長からパスワードを教えるもらい、データを閲覧したのです。

「営業秘密の秘密」に該当するためには、当該情報が以下の3つの性質を備えていく必要があります。

i 秘密の管理性 (従業員からみて、企業が秘密にしたい情報であることがわかる程度に管理されていること。本件のようにパスワードなどを必要とするなどの対応を企業が取っていること)、ii 有用性 (事業活動の上で役に立つ情報であること)、iii 非公知性 (一般的に入手できず、情報を管理している者以外が容易に入手できないこと)。通常、顧客名簿、顧客対応マニュアル、新規事業計画、製造ノウハウ、設計図などがあげられますが、はま寿司の仕入れ先情報もこれに該当し、ライバル会社のものを知ることができれば営業戦略の参考となり、仕入れ先の交渉を有利に進めることができます。

その他の不正行為として①「周知表示混同惹起行為」(例えば、ルイ・ヴィトンの商標と似た商標のバックを売るなど)、②著名表示冒用行為、③限定データの不正取得などがあります。罰則ですが、「営業秘密の侵害」の罰則は特に重く、10年以下の懲役、もしくは2000万円以下の罰金、またはその両方です(その他の不正行為は、5年以下の懲役、もしくは500万円以下の罰金)。そして、法人も処罰され(これを両罰規定といいます)、罰金は5億円以下となります。また、営業秘密を侵害して得た利益も没収されます。

さらに、民事的措置として、差止請求、損害賠償請求、信用回復請求などの措置があります。近時、競合他社から転職した社員が営業秘密を持ち出すケースが多くなっています。



# 志っ祭り フィットネス

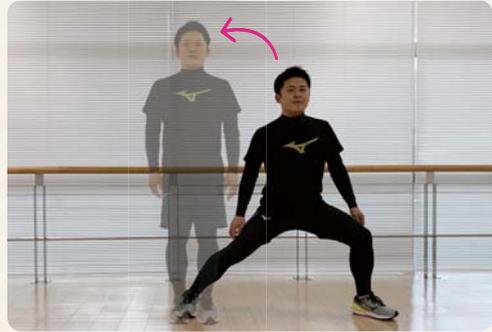


— 健康や体力の維持・向上を目指した運動やストレッチを紹介します —

## サイドランジ



① 立った状態から、大きく横に脚を出す。  
つま先は斜め45度外側に向ける。



② かかとで地面を蹴って元の位置に戻り、交互に行く。



ミズノスポーツサービス(株)  
インストラクター 西 紘希

### POINT

上体は傾けないように気をつけましょう。

- 【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



### 不審なメールに連絡しない!

実在する携帯電話会社をかたった  
「携帯電話料金の確認が取れていません」  
「本日中にサポートセンターまでご連絡ください」  
との身に覚えのないメールが届いてもすぐにメールに記載の連絡先に電話をかけたり、メールに返信したりせず、家族や警察に相談してください。  
「未払い料金がある、債務の期限が今日までです」  
などと料金を請求され、お金をだまし取られてしまいます。

実在する会社からの連絡であっても、身に覚えのないものは連絡しないでください。

○身に覚えのないメールには、電話や返信をしない!

○メールや電話でお金の話は、家族や警察に相談を!

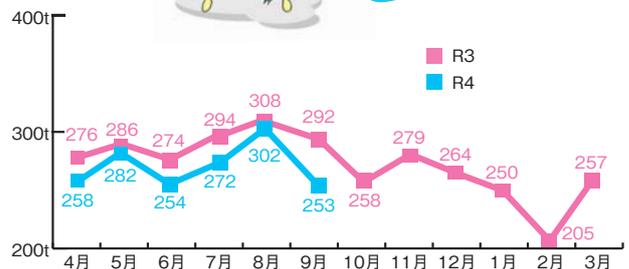


羽咋警察署 ☎ 22-0110・羽咋都市防犯協会連合会 ☎ 22-4970

## ゴミメーター

(家庭から収集した燃えるごみの量)

環境安全課  
☎ 32-9321



# しかチャンネル 番組ガイド

デジタル:9ch STB:038ch

## 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確認してください)

#### 宇 志賀町からのお知らせ

7:03～・9:00～・14:00～・18:00～・19:00～

#### 運動会リハーサル

- 中甘田保育園 【1日～】
- とぎ保育園 【～15日】
- すばる幼稚園 【16日～】
- 高浜保育園 【12月1日～】

#### 宇 日本遺産「福浦港」～北前船寄港地・船主～

体育協会 & 文化協会だよ！  
各教室・協会

【～15日】

志賀小・富来小3年生器械運動交歓会

#### 宇 しかチャンネルニュース放送予定

- ・馳浩石川県知事が志賀町を視察
- ・羽咋消防本部と能登金剛遊覧船が水難救助訓練
- ・角出さん能瀬さん全国高校レスリングの成績報告
- ・少林寺拳法教室が県大会の成績報告
- ・健康づくり講演会を開催
- ・全日本パークゴルフ大会への初出場を報告
- ・富来小3・4年が老人クラブとベタンク交流

ほか

- 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

曜日	月・火・水・木・金	土・日
時間	番組内容	
7:00	宇 おくやみ情報	
7:03	宇 志賀町からのお知らせ 宇 しかチャンネルニュース	
7:41	宇 みんなでやらんけ！志賀体操（志賀高校生）	
7:55	北陸電力文字情報	
8:00	宇 志っ賀りフィットネス & 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	宇 志賀町からのお知らせ 【～15日】志賀小・富来小3年生器械運動交歓会 【16日～】中甘田保育園運動会リハーサル	
9:55	北陸電力文字情報	
10:00	図書館だより・児童館だより・まちかど巡り・行政情報 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)	
13:00	宇 おくやみ情報	
13:03	宇 今月のお料理レシピ & 志っ賀りフィットネス・プレバサイズ体操	
13:34	宇 シルバーリハビリ体操	
13:55	北陸電力文字情報	
14:00	宇 志賀町からのお知らせ 宇 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	保育園・幼稚園運動会リハーサル
16:00	【金沢楽座・まちすた330】(金沢ケーブル)	再放送 など
17:00	宇 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.	
17:24	図書館だより・行政情報	
17:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
18:00	宇 志賀町からのお知らせ 【～15日】とぎ保育園運動会リハーサル 【16日～】宇 日本遺産「福浦港」・児童館だより ほか	
18:55	北陸電力文字情報	
19:00	宇 志賀町からのお知らせ 宇 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】児童館だより・中甘田保育園運動会リハーサル 【16日～】すばる幼稚園運動会リハーサル(前半)	
20:50	北陸電力志賀原だより	
21:00	【～15日】図書館だより・お料理レシピ ほか 【16日～】すばる幼稚園運動会リハーサル(後半)	
21:50	北陸電力志賀原だより	
22:00	【～15日】体育協会 & 文化協会だよ！・再放送 【16日～】宇 日本遺産「福浦港」	
22:55	北陸電力文字情報	
23:00	宇 おくやみ情報	
23:03	終了	

宇…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。

## 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

好評  
受付中

## ケーブルプラス電話

(KDDIとケーブルが提携した電話サービス)

「8番電話」の  
代わりになります!

特徴  
1

ケーブルプラス電話®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  
スマイル

金沢ケーブル株式会社  
金沢市南町2番1号 北國新聞会館18階

年中無休  
土日祝も受付

0120-751-114

有料  
広告  
欄

# 戸籍の窓



福井 稲岡	東馬殿	林市	氏名
沙貴 馬世	世莉樹	本三	
七尾市 徳田	内灘町 百浦	大阪府 酒見	本籍
七尾市	金沢市	大阪府	

**ご結婚**

3組

白山 遥基	中島 大士	氏名
のぞ美	智正	
矢 駄	大福寺	保護者名

**赤ちゃん**

2名

### 町の人口

(令和4年9月末現在)

	10月	前月比
総人口	18,885人	△23人
男	9,026人	△16人
女	9,885人	△7人
転入	42人	△24人
転出	38人	△3人
出生	2人	△1人
死亡	28人	6人
世帯数	7,998世帯	4世帯

本保 昌平	谷本 廣志	磯 伸一	谷 キクエ	上出 紀子	安田 實	田畑 芳比古	寺谷 春夫	山寺 正寛	穴田 正寛	表 よし子	小松 繁	谷口 泉	橋本 喜昭	今川 タミ	氏名
89歳	88歳	73歳	101歳	81歳	91歳	88歳	67歳	95歳	74歳	101歳	81歳	94歳	83歳	96歳	
安部屋	徳田	富来高田	矢 駄	西海千浦	地 保	相 神	高浜町	笹 波	大 笹	富来地頭	東小室	大福寺	倉 垣	年齢	

**おくやみ**

25名

**【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

**志賀町民限定！** **12/28(水)まで！**  
現金 5,000円もらえるのは マイナンバーカード申請期限日

「志賀町マイナンバーカード普及促進事業」の対象となるカードの申請期限日を令和4年12月28日(水)まで延長します。役場本庁舎、富来支所、町内10郵便局では、顔写真を撮影し(無料)、マイナンバーカードの申請をお手伝いしています。どうぞお気軽にお越しください。



☎ 住民課 ☎ 32-9121

雄谷 一枝	今本アサノ	藤田 敬	若狭須磨子	加藤 敬治	政氏とし子	石田のぶ子	高島 安子	川岸 きよ	岡田 禮子	氏名
104歳	94歳	69歳	96歳	73歳	100歳	94歳	86歳	98歳	83歳	
福野	大福寺	鵜野屋	赤崎	福浦港	二所宮	徳田	西海千浦	鹿頭	福井	年齢

11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)	
	3日 (水)	ひよりクリニック(内・外)	富来地頭町	☎ 42-2300	国立病院機構七尾病院	七尾市 松百町	☎ 0767-53-1890	羽咋菜の花薬局
6日 (日)	保志場内科クリニック	羽咋市的場町	☎ 22-0807	さはらファミリークリニック	七尾市 石崎町	☎ 0767-62-3765	薬局マツモトキヨシ 高浜店	高浜町
13日 (日)	岡田医院(内)	富来領家町	☎ 42-1921	公立能登総合病院	七尾市 藤橋町	☎ 0767-52-6611	富来 あおぞら薬局	富来地頭町
20日 (日)	岩脇医院(耳鼻咽喉科)	羽咋市的場町	☎ 22-0131	恵寿総合病院	七尾市 富岡町	☎ 0767-52-3211	笠原健招堂薬局	富来領家町
23日 (水)	いがわ内科クリニック	羽咋市鶴多町	☎ 22-7800	志賀クリニック	高浜町	☎ 0767-32-5307	さくら薬局 羽咋的場店	羽咋市 的場町
27日 (日)	志賀クリニック(内)	高浜町	☎ 32-5307	恵寿総合病院	七尾市 富岡町	☎ 0767-52-3211	志賀 プリスケア薬局	高浜町

# 虫歯のない子 集まれ〜♪

9月15日の3歳児健診分



## 野菜たっぷりレシピ①

### 豚肉のロール巻き



205kcal  
塩分 1.0g  
【1人分】

#### 材料・2人分

豚ロース薄切り肉	8枚	◎たれ	
エリンギ	50g	しょうゆ	大さじ1/2
にんじん	40g	みりん	大さじ1/2
かいわれ大根	20g	砂糖	小さじ1
塩こしょう	少々	しょうが(すりおろし)	小さじ1
白菜	100g	コチュジャン	小さじ1/2

#### 作り方

- ①エリンギは縦半分に切り、5mm幅に切る。にんじんは千切りにする。かいわれ大根は長さを半分に切る。白菜は1cm幅に切る。
- ②豚肉を広げ、塩こしょうをふる。エリンギ、にんじん、かいわれ大根をのせて巻く。巻き終わりを下にして耐熱皿にのせる。ラップをかけて電子レンジで3分加熱する。
- ③別の耐熱皿に白菜をのせ、ラップをかけて電子レンジで3分加熱する。
- ④皿に白菜、豚肉を盛り、たれをかける。

豚肉はしゃぶしゃぶ用を使ったり、白菜やキャベツを巻いてもいいですよ。たれに、玉ねぎ、ごまなどを入れるのもおすすめです。



保健福祉センター  
福田 むつ美 栄養士

