



Anamizu

● 広報 あなみず

3

Public Relations Town Anamizu Since 1955

Mar. 2021
Vol. 736

あ
た
っ
て
い
か
ん
か
い
ね。

Photo

あえのこと

【2月9日／藤巻】



鍬を手に田の神を送り出す森川さん
＝ 2月9日／藤巻

まちの話題ぶらす

あえのこと

【2月9日／藤巻】

国連教育科学文化機関（ユネスコ）の無形文化遺産で、国の重要無形民俗文化財に指定され、奥能登各地で古くから受け継がれてきた農耕儀礼「あえのこと」。

町内では唯一、森川祐征さん（藤巻）のお宅で営まれています。昨年12月5日に家へ迎え入れ、越年した田の神を風呂や山海の幸がふんだんに盛り付けられた御膳でもてなしました。その後、目が悪いとされる田の神をゆっくりと田んぼへ送り出し、今年の五穀豊穡を祈願しました。



広報 **あなみず**

3月号もくじ

Public Relations Town Anamizu Contents

- 2 【まちの話題プラス】 あえのこと
- 6 【まちの話題プラス】 立志のつどい
- 8 【お知らせ】 つくりませんか マイナンバーカード
- 10 【お知らせ】 新型コロナワクチンのご案内
- 14 暮らしの情報
- 21 Let's 穴高 ほか
- 24 公立穴水総合病院だより

※巻頭コラム「一筆啓上」は、
お休みさせていただきます。



07



06



01. 田の神にあいさつ 02. 時折、お酌しながらのもてなし 03. 朱塗りの御膳に盛り付けられた料理の説明 04. 紋付袴の上に羽織るみのとかさ 05. 床の間に据えられた種もみの俵 06. 案内し終わると、田に鍬を入れました 07. 自宅から田へとゆっくりと案内しました

立志のつどい





まちの話題ぶらす

立志のつどい

【2月5日 / 穴水中学校】

01. 小口貴子さんの記念講演 02. 小口さんの話に聞き入る生徒 03.04. 将来の夢や目標を自分の言葉で発表する生徒代表 05. 新型コロナウイルス感染拡大防止の各種対策が施された会場 06. 過去の大会で獲得したメダルを見せてもらう生徒達。07. 会場には、オリンピック出場の際使用したソリやユニフォームなど貴重な品々が展示された

夢をあきらめない

古来、元服の儀にちなみ、数え年で15歳になる中学2年生を対象に行われている立志のつどい。今年は58人が将来の目標を明らかにし、大人になる自覚を深めました。

町と穴水ロータリークラブから記念品が贈呈された後、生徒を代表して黒田莉央さんと小泉陽菜さんが意見発表しました。

記念講演では、2018年の平昌冬季五輪にスケルトンの代表として出場した、輪島市出身の小口貴子さんが登壇。五輪という夢の舞台に立つため苦難を乗り越え努力し続けた経験を語り、「夢を見つけ、どんどんチャレンジすることが大事」と生徒らに伝えました。

交付手数料は、**無料**です。



くらしをもっと便利に！

つくりませんか マイナンバーカード

マイナンバー PR キャラクター
マイナちゃん

問マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

問役場・住民課 ☎52-3640



そもそも「マイナンバーカード」ってなんなん？

マイナンバーカードは、申請することで取得できる顔写真付きのプラスチック製のカードです。

マイナンバーの他に、氏名・住所・生年月日・性別が記載されており、対面（おもて面）でもオンライン（うら面）でも使える「公的な身分証明書」です。

今後は「健康保険証」としても利用できるようになるなど、使い道が広がる予定です。

あなたの顔写真入り
なので“なりすまし”
はできません。



あなた本人であることを証明する“電子
証明書”が入っています。



「マイナンバーカード」どうやって申請するん？

まだマイナンバーカードをお持ちではない人に令和3年1月から3月にかけて、地方公共団体情報システム機構(※)より「**交付申請書(QRコード付き)**」が簡易書留で送付されます。

送られてきた交付申請書を使って、スマートフォンやパソコン、証明用写真機や郵送で申請をすることができます。ただし、次の①～③の人には別の機会に送付している(送付する予定)ので対象となりません。

- ① 75歳以上の人 (後期高齢者医療制度の保険証を更新する時に送付)
- ② 令和2年1月1日以降に出生、国外から転入された人 (出生時、転入時に個人番号通知書と一緒に送付)
- ③ 在留期間の定めのある外国人住民の人 (地方出入国在留管理局でお知らせ)

(※) 地方公共団体情報システム機構は、全国の都道府県・市区町村が共同して運営する組織です。

【交付申請書】

スマートフォン



■必要なもの

交付申請書／スマートフォン／顔写真データ

■申請方法

- ① スマホで顔写真を撮影
- ② スマホで交付申請書の「**オンライン申請用 QRコード**」【申請書②】を読み取る
- ③ 表示された申請用 WEB サイトでメールアドレスなどを登録
- ④ 申請者専用 WEB サイトの URL が届いたら顔写真を登録、必要事項を入力して申請完了

パソコン



■必要なもの

交付申請書／パソコン／顔写真データ

■申請方法

- ① 6ヶ月以内に撮影した顔写真データを用意
- ② 申請用 WEB サイトで「**申請書 ID (23桁)**」【申請書①】を入力し、メールアドレスなどを登録
- ③ 申請者専用 WEB サイトの URL が届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して申請完了

マイナンバーカード パソコン

検索



証明用写真機(※)

このマーク
が目印!



■必要なもの

交付申請書／利用料金

■申請方法

- ① 「個人番号カード申請」を選択
- ② 利用料金を投入して、「**オンライン申請用 QRコード**」【申請書②】をバーコードリーダーにかざす
- ③ 画面の案内にしたがって、必要事項を入力
- ④ 画面の案内にしたがって、顔写真を撮影し送信して申請完了

郵送

■必要なもの

交付申請書／顔写真／返信用封筒

■申請方法

- ① 交付申請書に必要事項を記入し、6ヶ月以内に撮影した顔写真【縦4.5センチ×横3.5センチ／正面・無帽・無背景／裏面に氏名・生年月日を記入してください】を貼付
- ② 交付申請書と一緒に送られて来た「返信用封筒」に入れて郵送(切手はいりません)して申請完了

※穴水ショッピングセンターパルス内(此木)に設置してあります。

新型コロナウイルス感染症

ワクチン接種の ごあんない



■ 穴水コロナワクチン接種相談センター（令和3年3月11日 開設）

☎ 52-0086

「新型コロナワクチン」の接種がはじまります

新型コロナワクチンは、感染症の発症や重症化することを抑え、まん延を防止するために令和3年4月以降、**65歳以上の人（昭和32年4月1日以前生まれの人）**から接種がはじまります。（※1）

町から「接種券」と「予診票」などをお送りしますので、接種できる医療機関へ直接予約してください。予約していない人は、接種できませんのでご注意ください。

対象者：65歳以上の人（昭和32年4月1日以前に生まれた人）

費用：無料

期間：令和3年4月から接種予定【2回接種（3週間～4週間ほど経ってからもう1度接種します）】

場所：穴水町内の医療機関（※2）

持ち物：新型コロナワクチン接種券／予診票（※3）／本人確認書類（免許証・健康保険証など）

（※1）新型コロナワクチンの接種は、強制ではありません。同意する人にだけ接種されます。

（※2）原則、住民票がある市区町村内の医療機関で接種することになります。ご不明な点やご相談などは、穴水コロナワクチン接種相談センター（☎ 52-0086）までお問合せください。

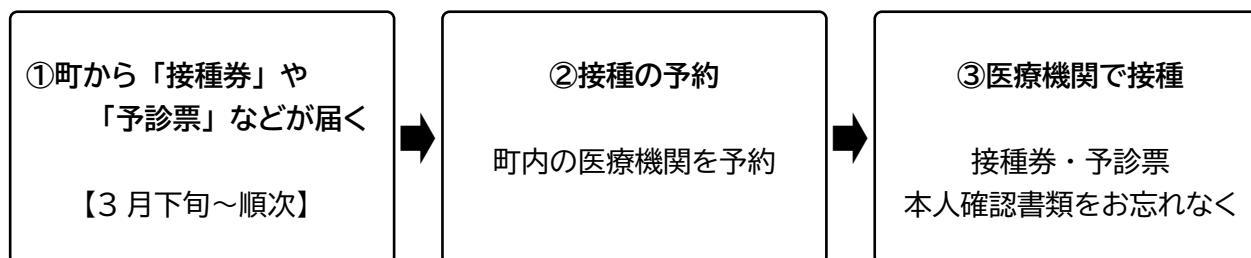
（※3）「予診票」は必ず事前に記入し、忘れずに医療機関に持参してください。スムーズに接種を行うために、ご協力をお願いします。

— 穴水町内で新型コロナワクチンを接種できる医療機関／接種予約の開始日 —

医療機関名	住所	電話番号	接種予約の開始日
公立穴水総合病院	川島	52-3560（専用電話）	3月22日（月） から
尾張循環器・糖尿病内科クリニック	此木	52-1515	
北川内科クリニック	大町	52-3555	
まるおかクリニック	川島	52-8228	

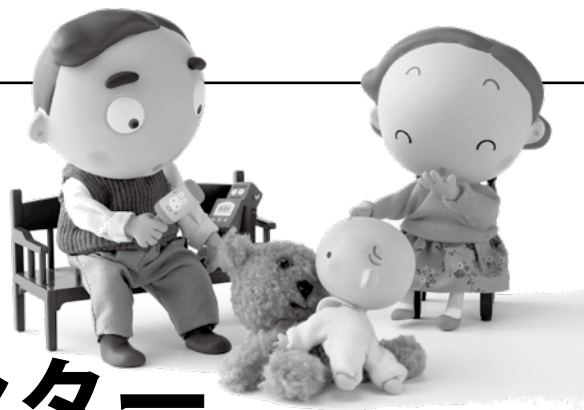
貴重なワクチンを無駄にしないため、予約日の変更・キャンセルなどは、早めに連絡してください。

「新型コロナワクチン」の接種の流れ



令和3年4月 開設

子育て世代 包括支援センター



☎ 52-3650 問ふれあい福祉課

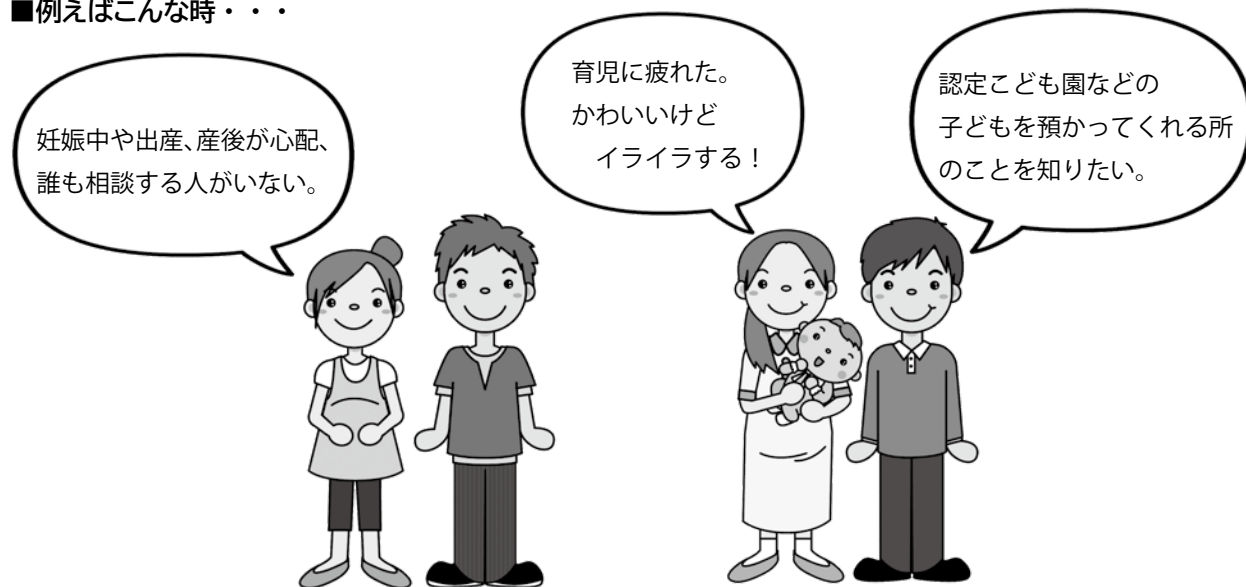
「子育て世代包括支援センター」って何するところ？

妊娠期から子育て期までを安心して過ごせるよう、切れ目のない支援を行う総合的な窓口です。

保健師や保育士などの専門職を配置し、さまざまな不安や疑問などの相談に応じ、アドバイスや関係機関と連携をとりながら、1人ひとりに寄り添った子育てをサポートします。

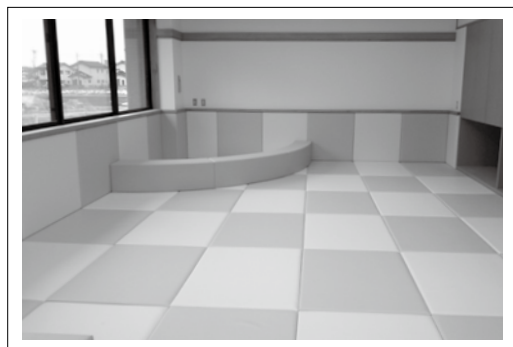


■例えばこんな時・・・



■こんなサポートします！

不妊や不育治療費の助成／母子手帳の交付／妊娠中や産後の心と体の相談／妊娠中や産後に受けられるサービスの情報提供／子育ての不安や悩み／心配事の相談／発達相談／子育て支援情報の提供 など



“キッズスペース（写真左）”もあります。
親子で遊びに来た時など、気軽にご相談ください。

場 所 穴水町保健センター内（川島タ 38）
受付時間 8:30 ～ 17:00
【土・日・祝日・年末年始は休みます】

3月1日（月）から運用開始！

デジタル 防災行政無線



■管理課・危機対策室 ☎52-3770

町民のみなさんに防災情報や各種お知らせを伝える仕組み「防災行政無線」。これまでのアナログ方式からデジタル方式へと移行が終了し、3月1日（月）から運用を開始しました。

■古い戸別受信機は、“ラジオ”として使えます

新しく始まったデジタル防災行政無線の放送は、これまで使っていた戸別受信機（写真右）では受信することができません。

※通常の「AM・FMラジオ」として使用できます



■廃棄する場合

- ①内蔵されている「乾電池」をはずす
- ②各地区の資源ゴミの日に、一般家庭ゴミ「金属ゴミ」として廃棄

■AM・FMラジオ／懐中電灯として使う場合

- ①ACアダプタ・乾電池を電源に、ラジオ・懐中電灯としてお使いください

※ラジオは、災害時の情報収集手段として非常に役立ちます。“防災グッズ”のひとつとしてご活用ください

■戸別受信機“受信できない”“使い方がわからない”そんな時はご連絡ください



町民のみなさんに無償で貸与しているデジタル戸別受信機。置き場所を変えてもうまく受信できない場合は、屋外に「専用アンテナ（写真左）」の取付けをご検討ください。

戸別受信機のご不明な点や不具合、専用アンテナの取付けをご希望などは「株式会社ほくつう」までお問合せください。

【株式会社 ほくつう ☎0768-23-4564】



取付け業者やその作業員を装った詐欺にご注意ください

「戸別受信機の貸与」や「専用アンテナの取付け」は、一切 **無料** です。

自宅を訪問、または電話で施工業者が金銭を要求することはゼッタイにありません。訪問する作業員は、必ず「作業員証明書」と「作業員腕章」を身につけ、工事に関する証明書を持っています。

■転出・転居・家にだれもいなくなった時は、ご連絡ください

デジタル戸別受信機は、町内の各地域ごとに受信できるように設定してあります。町内から町内への転居でも受信できなくなってしまうます。

また、家にだれもいなくなった場合、届け出が必要になりますので、役場・管理課までご連絡ください。

あなたの健康生活応援します

問い合わせ健康課 ☎ 5 2 - 3 5 8 9

高血圧0（ゼロ）プロジェクト／あなみず健康マイレージ

高血圧0（ゼロ）プロジェクト

■シリーズ「高血圧を知ろう」⑧ — 薬は一生飲まんとダメなん？ —

高血圧の原因（ストレス・体重増加・塩分の過剰摂取）などが取り除かれ、生活習慣の乱れが修正されれば、血圧を上昇させる要因がなくなり血圧が下がるため、降圧薬をやめることができる場合があります。

血圧をあげる原因がその人の身体や生活習慣にあり続けると、薬は飲み続けなければならないことになります。

血圧を正常な状態に保つことで、脳、心臓、腎臓などの血管の障害を減らすことができます。高血圧の原因を減らす方法、薬の効用を知っておくことが重要です。



■あなみず健康マイレージ — 「あなみず健康マイレージ抽選会」無観客で開催します —

コロナ禍の中でも、あなみず健康マイレージ事業にご参加いただきありがとうございました。

3月中旬に「あなみず健康マイレージ抽選会」を無観客で開催します。当選者のみなさんにはあらためてご連絡しますので、どうぞお楽しみに。

申告・納付期限の延長です

輪島税務署 ☎ 2 2 - 2 2 4 1

申告所得税／贈与税／個人事業者の消費税 申告・納付期限の延長

■申告・納付期限が4月15日（木）まで延長されます【※町での受付は、3月15日（月）で終了です】

新型コロナウイルスの感染拡大による緊急事態宣言の期間が、所得税の確定申告期間と重なることを踏まえ、十分な申告期間を確保して確定申告会場の混雑回避の徹底を図るため、**申告所得税（および復興特別所得税）、贈与税および個人事業者の消費税（および地方消費税）**の申告期限・納付期限について、全国一律で令和3年4月15日（木）まで延長されます。

これに伴って、申告所得税および個人事業者の消費税の振替納税をご利用されている人の振替日についても、延長されます。

税目	申告・納付期限【延長後】	振替日【延長後】
申告所得税	令和3年4月15日（木）	令和3年5月31日（月）
個人事業者の消費税		令和3年5月24日（月）
贈与税		—

各申告や相談は、ご自宅から「e-Tax（イータックス）」や「電話相談」「チャットボット」をご利用いただけます。ぜひご利用ください。

暮らしの情報

3月20日(土)から26日(金)は

「春季火災予防運動」です

「その火事を防ぐあなたに金メダル」(全国統一防火標語)

空気が乾燥し、風の強い日が多いこの季節。一度火災が発生すると被害が大きくなる危険性がありますので、火の取扱いには十分ご注意ください。

■停電時の緊急通報(119番)は携帯電話から！

停電すると発信できなくなる固定電話やIP電話があります。火災や救急など119番通報する時は、落ち着いて携帯電話(スマートフォン)から通報してください。

■火気の使用にご注意！

停電中は、電子レンジなどの家電のスイッチを切り、コンセントを抜くようにしましょう。

■穴水消防署 ☎52-2011

合図！退避！基礎しっかりで安全！

3月15日から4月14日は「奥能登林業労働災害防止取組強化月間」です。

基礎に立ち返り安全な現場作業で労働災害ゼロをめざしましょう。

■穴水労働基準監督署

☎52-1140

「能登井2021」

新規参加店募集

募集期間：4月15日(木) 必着

参加資格：①奥能登地域(輪島市・珠洲市・穴水町・能登町)内に

ること。②飲食店の営業許可を受けていること。③「能登井事業協同組合」に加入し、出資金および会費を納めること。

遵守要件：①能登井の定義を遵守し、提供する。②「おもてなし」

の心を大切にし、何よりお客様に喜んでもらうことを最優先に努力すること。③提供店を明示するの

ぼり旗を店頭に掲示すること。

提供期間：7月1日～令和4年6月30日

その他詳細、お申し込み、お問い合わせは左記まで。

■能登井事業協同組合(島田)

☎090-3157-0113

「第21回石川県障害者スポーツ大会」出場選手募集

期間：5月23日～令和4年2月19日

場所：西部緑地公園陸上競技場・いしかわ総合スポーツセンター 他

対象者：県内在住、在勤、在学の

満13歳以上の障害のある人

競技：陸上、ボウリング、水泳、バレーボール、ボッチャ ほか

申し込み：3月19日(金)まで

お申し込み、その他詳細は左記までお問い合わせください。

■ふれあい福祉課

☎52-3650

FAX 52-4002

奥能登手話奉仕員養成講座

手話の基本的な技術を身につけ、聴覚障害への理解を深めてみませんか。初心者向けの講座です。

日時：4月19日(月)～11月1日(月)・全23回/9時半～11時半

場所：輪島市文化会館 3階

対象：奥能登(輪島市・珠洲市・穴水町・能登町)在住、在勤で

手話を学んだことがない人

受講料：無料(ただし、要教材費)

定員：30人程度

申込み：4月6日(火)まで

お申し込み、お問い合わせは左記まで。

■ふれあい福祉課 ☎52-3650

FAX 52-4002

「寄付ありがとうございます」

▼社会福祉協議会 受付

金100,000円

上 昌宏(川島)様

金24,105円

鳳珠郡カラオケ愛好会様

鳳珠郡カラオケ愛好会様



のと石の魅力発信中！

墓石・墓地のご用命は信頼の当店へ

のと石工房 加藤石材店

穴水町川島 ☎52-0476

notoishi@gmail.com

http://notoishi.web.fc2.com/



癒やしも痩身も体質改善も
自分専門の駆け込みサロンとして
ご利用ください

癒しサロン
サン ハンド
SunHand

穴水町旭ヶ丘(能登ワインさん近く)

☎090-7589-0366(山下)

営業時間 10時～22時/完全予約制

https://sunhand.jp/




能登の和風建築
匠の技を現代に

新築・リフォーム・修繕は

平石建築

一級技能士 平石 正美

県知事許可 第14263号

穴水町前波 ☎57-1229

(夜間) ☎57-1552

「女性県政学習バス」

参加団体募集

県や市町などの施設見学を通して県政などに対する理解を深め、社会参画意欲を高めていただくことを目的に開催しています。

対象：県政に対して学習意欲のある15～20人までの女性団体

期間：5月6日～11月30日

お申込み：3月12日（金）まで

参加申込み、お問合せは左記まで。

岡能登総合事務所 企画振興課
☎0768・26・2303

「六水町経営相談会」開催中

新型コロナウイルス感染拡大による経営のお悩みや、日頃からの経営に関する疑問など、お気軽にご相談ください。

日時：3月5日・12日・19日・26日／各日共通 9時～17時

場所：六水町役場

※相談無料・事前予約は不要

岡能登交流課 ☎52・3671

子どもの相談室「あすなろ」

0～18歳のお子さんのことで気になること（心や体の発達、不登校など）についてあすなろ子育て広場の相談支援員が対応します。

※無料／秘密厳守／当日の受付も可能ですが、お待たせしないた

めにも事前のご予約（電話・メール）をお願いします。

日時：3月6日（土）10時～12時
場所：町保健センター

対象者：0～18歳の子の保護者や養育者（祖父母ほか）など

岡能登子育て広場

☎52・4141

心のバリアフリー作品展

毎年4月2日は「世界自閉症啓発デー」、4月2日から8日は「発達障害啓発週間」です。

自閉症・発達障害児らの作品展を通じて個々の特性や障害を理解するきっかけにしませんか。

期間：3月25日～4月8日

場所：のり山空港 PRコーナー

岡能登北部保健福祉センター

☎0768・22・2012

司法書士

月イチ休日電話相談会

相続、遺言などさまざまなご相談に無料でお答えします。

日時：3月14日（日）13時～16時

電話相談

☎076・292・1088

（※開催日しかつながりません）

WEB相談（要予約）

予約電話番号（平日10時～17時）

☎076・291・7070

岡石川県司法書士会

☎076・291・7070

奥能登への想い 川柳にのせて

「奥能登川柳」募集中

コロナ禍でも奥能登に関心をもってもらいたい！「奥能登」をテーマにした川柳を募集しています。

募集内容：「奥能登」に沿った自作未発表の川柳（季語不要）

応募方法：ウェブまたは郵送

応募期間：3月8日（月）必着

各賞：①グランプリ「1人」②準

グランプリ「3人」③入選「10人

※応募用紙を郵送します。必要人は左記までご連絡ください。

岡能登WP推進協議会

☎0768・26・2303

大切な遺言書 法務局が守ります

自筆証書遺言書保管制度

令和2年7月にスタートした「自筆証書遺言書保管制度」。

ご自身の財産をご家族へ確実に託す方法のひとつとして活用してみませんか。

制度の詳細は、左記まで。

岡金沢地方事務局 輪島支局

☎0768・22・0426

「六水町卓球大会」

中止のご案内

例年開催しておりました「六水町卓球大会」は、新型コロナウイルスの感染が拡大している中、参加者のみなさんの健康と安全面を考慮し中止とさせていただきます。

「六水町卓球大会」

中止のご案内

例年開催しておりました「六水町卓球大会」は、新型コロナウイルスの感染が拡大している中、参加者のみなさんの健康と安全面を考慮し中止とさせていただきます。

「六水町卓球大会」

中止のご案内

例年開催しておりました「六水町卓球大会」は、新型コロナウイルスの感染が拡大している中、参加者のみなさんの健康と安全面を考慮し中止とさせていただきます。

「六水町卓球大会」

中止のご案内

例年開催しておりました「六水町卓球大会」は、新型コロナウイルスの感染が拡大している中、参加者のみなさんの健康と安全面を考慮し中止とさせていただきます。



2t ダンプ
6,000 円／台

定期的に成分検査を実施しています。

穴水町旭ヶ丘
小林牧場

☎56-1630

FAX56-2020

超高速インターネット登場！

プレミアムコース
120Mbps (下り最大速度)

ケーブルテレビ加入者なら
月額 5,616 円

インターネットをご利用の方
変更手数料 無料！

詳しくはお問い合わせください！

能越ケーブルネット
0120-528-072

「地元に貢献」をモットーに
身近な税金の相談所

所得稅 法人稅 消費稅 などの「決算」と「確定申告書」の作成。引き受けます！
お気軽にお問い合わせください。

濱田税理士事務所
税理士 濱田 芳雄
穴水町大町 ☎・FAX 兼用
(来迎寺さん近く) 52-3455

介護の合間に癒やしのひとときを — 赤い羽根共同募金助成事業 —

要介護4・5の認定を受けている人を、在宅で介護している家族のみなさんへ「かあさんの学校食堂」の手作り弁当を届けました。

この取組みは、日頃の介護疲れを癒やしていただこうと毎年行っており、今回は2月10日、17日そして24日の計3回、かあさんの学校食堂のスタッフと社会福祉協議会職員らが一軒ずつ訪問し、お弁当を手渡しました。

“手から手へと伝わる心”を大切にしてきた取組みで、回を重ねるにつれ、介護するご家族から介護の大変さなど、普段から心に抱えている悩みを打ち明けてもらえるようになりました。また、「お弁当を心待ちにしている」といった嬉しい言葉もいただいています。

これからもこの取組みを続けることで、より多くの介護する家族のみなさんの心を癒やし、作る人、配る人との心のつながりを築いていけたらと考えています。



各団体の会員を募集しています

悩みごとの共有、情報交換、イベントへの参加など、みなさんの交流の場となっている各団体では、会員を募集しています。みなさんのお申し込み、お待ちしております。

老人クラブ連合会 / ボランティア連絡協議会 / 身体障害者福祉協会 / 母子寡婦福祉協会

“結婚の悩み” ご相談ください

結婚したい人やその家族のみなさんのご相談を受付けています。結婚の悩みや、出会いの場探しなどをサポートする「縁結びist (エンムスビスト)」もあります。お気軽にご相談ください。

開催日/時間/場所：毎月1日・20日 / 10:00～14:00 / 町さわやか交流館プルート

無料体験レッスンやっています！

Life English

Winter is almost over!

A レッスンは月4回！
(月謝5,000円～、年会費・教材費2,000円)
月曜日・金曜日・土曜日の午後

B 少人数制！
対象は、4歳～高校生

C 会話中心のレッスン！
NEW 「Zoom レッスン」もスタート
英検 Jr. / 英検 / TOEIC / 大学共通テストにも対応
毎週60分
英語を話そう！

こども英語教室
栗林 潤

☎080-6639-9576
jun.kuribayashi@gmail.com

**安心してお薬を
お受け取りいただくために**

穴水あおば薬局では新型コロナウイルス感染拡大防止に取り組んでいます。

— 換気 —
1時間に2回、二酸化炭素濃度を測定しながら空気の入替えをしています。

— 消毒 —
ドアノブ・手すりなど、適正濃度70%以上のアルコールで適宜消毒をしています。

— 密 —
待合室には基本的に1組のみ。可能な限りお車でお待ちいただいています。

どちらの医療機関の
処方せんも受付いたします。

穴水あおば薬局
anamizu-aoba pharmacy
TEL 52-1413
FAX 52-1425

令和3年度
**新入生4月入塾
受付中**

“スタートが大切です”
“楽しく勉強する”がモットー

■小学部 3年生～6年生
(算/国/英)
■中学部 1年生～3年生
(英/数/理/社/国)
■高校部 1年生～3年生
(英/数)

お申し込み、お問い合わせは
進学教室 **吉田学園**
穴水町大町
☎52-3080

今月の在宅当番医



3月7日(日)	瀬戸医院 42-0023 (輪島市)	はしもとクリニック 62-8300 (能登町)
3月14日(日)	船木クリニック 23-0866 (輪島市)	あいずみクリニック 82-0002 (珠洲市)
3月20日(土)	嘉門内科クリニック 22-6776 (輪島市)	生垣医院 76-0001 (能登町)
3月21日(日)	北川内科クリニック 52-3555 (穴水町)	大貫眼科医院 82-0017 (珠洲市)
3月28日(日)	尾張内科クリニック 52-1515 (穴水町)	千間内科クリニック 62-1001 (能登町)

市外局番▶0768

診療時間▶9:00～12:00

※受診の際は、
“事前連絡”が必要です。

※担当医が変更になる場合があります。事前に医療機関に確認してから受診してください。

今月の納期

国民健康保険税／介護保険料
後期高齢者医療保険料(12期)
3月31日(水)

消防団は、それぞれの地域に密着し、災害が発生した時にはいち早く駆けつける“地域防災”にとっては欠かすことのできない存在です。

消防団に入団することで、仲間づくりやコミュニティの輪が広がり、防災や応急手当の知識や技術を習得できるなど、数えきれない程の魅力があります。あなたも消防団員として活動してみませんか？



☎穴水町消防団事務局(穴水消防署内) ☎52-2011



みんなでエコ はじめませんか？

いしかわECOアプリ

— ダウンロードはこちらから —



iPhone



Android

いしかわ家庭版環境ISO(通称：エコファミリー)として、日々の暮らしの中で、省エネ・節電活動に取り組む人を応援するアプリです。

①省エネ・節電アクションプランに参加しよう！

実践する省エネ・節電活動を5つ選択して実践した日を記録しよう

②活動の成果は「活動実績シート」に反映されます！

活動の成果が具体的な数字になって見えます

③アプリ登録者全員の活動成果が分かる！

CO2削減量が増えると地球の色やシロクマの表情が変わります

④毎週日曜日石川県や環境にちなんだクイズが出題！

解答は、翌週に掲載されます

☎石川県 温暖化・里山対策室 ☎076-225-1462

「子育て講座」などの各種行事は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
当面の間休止とさせていただきます。
どうぞご了承ください。

児童館の行事

★ 児童館ダンスクラブ ★

日 時：3月3日（水） 16:00～
6日（土） 14:00～
場 所：プルート 多目的ホール1・2
講 師：田辺 明美
内 容：仲間とダンスの練習



★ おはなし会 ★

日 時：3月6日（土） 10:00～
場 所：こようくらぶ
講 師：えんなかのみなさん
内 容：絵本・紙芝居 など



★ てづくり教室 ★

日 時：3月13日（土） 13:30～
場 所：こようくらぶ
講 師：大橋 美紀枝 / 大森 ゆきみ
内 容：かんたんな工作

子育て支援の行事

☆ 児童館であそぼう（親子対象） ☆

日 時：3月2日（火）・9日（火）・12日（金）
各日共通 10:00～
内 容：子育て支援サポーターが
幼児の遊びをサポート



☆ 子育て教室（町内の親子対象） ☆

日 時：3月2日（火） 10:30～
講 師：湯口 里香（あすなろ子育て広場 相談員）
内 容：「楽しく子育て」
備 考：託児あります（4人まで／要予約）



☆ 親子体操教室（町内の親子対象） ☆

日 時：3月12日（金） 10:30～
講 師：田辺 明美
内 容：幼児のリトミックダンスと
子育てママのリフレッシュダンス

※「児童館であそぼう（親子対象）」など子育て支援の行事は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
5組までとさせていただきます。参加を希望する人は、事前に予約をお願いします。
※新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止となる場合があります。事前にご確認ください。

インフォメーション

問さわやか交流館プルート ☎52-1800
穴水公民館 ☎52-2951

今月の休館日

- 全館【プルート・児童館・図書館】
- 図書館のみ【図書整理日／蔵書点検 他】

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

図書館【開館時間 9:30～17:00】

■ ブックスタート ※絵本のプレゼントのみになります
日時／場所：3月5日（金）・13:30～／町保健センター

■ あかちゃんおはなし会
日時／場所：3月23日（火） 10:30～／絵本コーナー

「あかちゃんおはなし会」／「ブックスタート」などの催しは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合があります。
参加を希望される人は、事前にご確認ください。

駅前 Books - おすすめの新刊 -

みなさんから“読みたい本”のリクエストを受け付けています！ 問図書館 ☎52-2952

【一般】

①デルタの羊

塩田 武士

②日曜日は青い蜥蜴

恩田 陸

③相談の森

④考えごとしたい旅



燃え殻

益田 ミリ

【児童】

①どろぼうねこのおやぶんさん

かのう かりん

②ドラゴンの来襲

S.A. パトリック

③もののけ屋

④ねこはるすばん



廣瀬 玲子

町田 尚子

文芸あなみず 短歌

— 真名井短歌会 —

庭に生ふドウダンツツジやカエデの葉
入陽にぐれない華やきており

毛利 本一

蝶ひくく飛ぶ冬畑の日溜りに
みづから爆ぜし白菜残る

若林美恵子

雪に明け雪に暮れたり今日ひと日
心にひとり言葉をつむぐ

菅原 淑子

師走来て雪呼ぶ雷の轟きと
光る稲妻伏して聞きをり

中田信次郎

密という心の絆大切と
清水寺の貫首の言葉

菅谷 勝枝

ハヤブサ2五十億キロの夢を乗せ
光芒まぶしくカプセル還る

西川 英輝

ものづくりの未来をデザイン

—2021 ポリテクビジョン in 穴水—

3 密検知器

しました。発表後、エントランスホールでは、制作作品のデモンストレーションを交えた学生によるコンセプトや制作秘話などの説明をしました。

午後からは、職業能力開発総合大学校 高橋 宏治教授より、「第4次産業革命がもたらす生産現場」と題し、VTR 講演およびオンラインによる質疑が行われ、新たな時代を想起させる内容に学生達の眼差しも輝いていました。

最後に、研究発表の表彰があり、栄えある校長賞「AR（拡張現実）を使った作業支援システムの構築」、各科優秀賞に「薪割り機的设计・製作」、「コロナ対策システムの製作」のテーマが受賞しました。

2年生は、3月の修了式に向けて最後のまとめの時期に入ります。1年生は、本格的に就職活動がスタートします。

1月30日、のとふれあい文化センターを会場に、「2021 ポリテクビジョン in 穴水」を開催しました。メインテーマに「ものづくりの未来をデザイン」を掲げ、学生達がこれまで学んだ専門知識、技術やそれらを具現化する技能を最大限発揮した企画、開発、設計、制作の取組みを広く地域や企業のみならずなどに発表しました。

コロナ禍という新たな日常の中、3密検知器やAR（拡張現実）の利用、スマートフォンを活用したリモコンなど、新テーマを含めて、電子情報技術科5テーマ、生産技術科4テーマの取組みを発表



新高校3年生対象 オープンキャンパス

IPC 各科の紹介、卒業後の進路、学費や学生生活をご紹介します。他にも、体験授業や学食体験で普段の学校の雰囲気を感じることができます。参加お待ちしております。

開催日／開催時間：3月20日（土）／10:45～15:00

能越ケーブルネット(株)穴水放送センター ☎52-8070

穴水チャンネル 番組情報

今月の穴水スペシャル 放送予定

最新情報は電子番組表（EPG）

または、ホームページで

【3月 1日～3月 7日】穴水公民館 ふるさと教育講座

【3月 8日～3月14日】令和2年度 向洋小学校 6年生を送る会

【3月15日～3月21日】令和2年度 穴水小学校 6年生を送る会

【3月22日～3月28日】穴水町議会 3月定例会<<前編>>

【3月29日～4月 4日】穴水町議会 3月定例会<<後編>>

放送時間

週刊

あなみずアーカイブス…7時/12時/18時/22時

トキメキ☆チャンネル…8時半/13時/19時半

穴水スペシャル…9時/13時半/20時

ケーブルテレビ熱血教室…【数学】19時（1回/日）

まちスタ330…15時半【月曜日～金曜日】

※番組は都合により

変更する場合があります。

生徒達の努力が実を結び

過去最高額 119,200 円

ー能登原木しいたけ「のとてまり」収穫・初競りー

昨年5月、原木に植菌し、12月下旬からはビニールハウスで栽培管理してきた能登原木しいたけ「のと115」。

1月29日に、2年生の「のとてまり」委員が収穫しました。今年は1月に入り雪が多く、生育状況が心配されましたが、直径8センチ、厚さ3センチ、巻き幅1センチの基準を満たす特秀品「のとてまり」8個を含むたくさんの原木しいたけを収穫することができました。

1月30日早朝、金沢市中央卸売市場で行われた初競りでは、生徒らが直接競りに参加せずに、学校からリモートでの参加となりました。前日に収穫した8個入りの「のとてまり」は、学校で代表生徒が見守る中、過去最高額の11万9,200円【いいくに(国)の語呂合わせ】の高値で仲卸業者の柿市商店に競り落とされ、料理旅館「金沢茶屋(金沢市)」様に納入されました。



リモートでの参加

リモート参加した生徒会長の黒田達哉さん(2年)は、「今までで一番高い価格がつくとは思わなかったので、すごくうれしいです。寒い中みんなががんばってきて本当によかった。みんなの思いも込めて美味しく料理していただければ」と笑顔で答えてくれました。

このイベントをお世話してくださった奥能登原木しいたけ活性化協議会や全農いしかわのみなさまには厚くお礼を申し上げます。



のと里山空港イベント情報

<https://www.noto-airport.jp/info/>

☎のと里山空港賑わい創出実行委員会 26-2303

四季折々の“のっぴーグラス”で食卓を彩りませんか？

のっぴーグラスづくり — “アマビエのっぴー”と12種類の絵柄 —

日時▶ 3月14日(日) 10:00～12:00 / 13:00～15:00

場所▶ のと里山空港ビル 4階 生涯学習センター能登分室

参加費▶ 無料。ただし予約が必要です。詳しくは、お問合せください。

【子ども連れの人には、子どもの数。小学生以下を優先。／ 限定 50 個】

アマビエ



のっぴー

— 新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力をお願いします —

ご来場のみなさんに安全に楽しんでいただくために、事前の「検温」と「マスクの着用」「手指の消毒」をお願いします。

体調の悪い人は、日を改めてご来場ください。



私たちの便利は 犯罪者にも便利です。

気をつけて！ “ ネット犯罪 ”

— ネットトラブル・犯罪から子ども達を守りましょう —

／ 楽しさや便利さの裏側に “危険” が潜んでいます

今年も卒業シーズンを迎えました。子ども達に「パソコン」や「スマートフォン」を贈る保護者のみなさんが増えると思います。この機会にご家庭でインターネットとの関わり方やその危険性について話し合ってみませんか。

同時に、保護者のみなさん。必ず “フィルタリングサービス (※)” のご利用をお願いします。

— インターネットに関連したトラブル例 —

■ インターネットでお金のトラブルに!?

ゲームアプリなどの課金トラブル／ネット広告のワンクリック詐欺の高額請求 など

■ 自分の個人情報が流出!?

個人情報が流出して悪用される／画像や内容から特定されストーカー被害 など

■ 性的やお金目的の人が近づいてくる!? 実際に会ってみたら年齢も性別も違うまったくの別人かも

強制わいせつ／性被害／金品略奪／誘拐／リベンジポルノ など

■ ネット上の言葉は思った以上に人を傷つけ、怒らせることも!?

いじめ／デマ／名誉棄損／威力業務妨害／著作権侵害 など

(※) フィルタリングサービス

子ども達を違法・有害情報との接触から守り、安心して安全にインターネットを利用する手助けをするサービス。

携帯電話事業者をはじめ各社が提供しており、年齢や家庭のルールに応じてカスタマイズすることが可能なものもあります。

輪島警察署管内 交通事故発生状況 (1 月)

	発生数	前年 同月比	年累計	累計 前年比
人身事故	0	- 1	0	- 1
死 者	0	± 0	0	± 0
負傷者	0	- 1	0	- 1
物損事故	4 3	- 2	4 3	- 2

NTT光ケーブル新設工事のご案内

穴水町内において、光ケーブルによる超高速通信基盤を整備する「穴水町高度無線環境整備推進事業」がNTTを事業主体として、3月下旬からはじまります。

光ケーブルを新設するに伴い現場周辺の通行、騒音など何かとご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。なお、工事についてのお問い合わせ、お気付きの点などありましたら、ご連絡ください。

工事期間：令和3年3月下旬～8月下旬（予定）

工事場所：住吉地区

工事内容：光ケーブルの新設・接続

※穴水地区の未整備地域・甲地区・諸橋地区も、順次着工します。

■ NTT 西日本 北陸事業本部 設備部（担当：北村 和弘）

☎ 0 7 6 - 2 2 0 - 4 9 7 0

浄化槽の
悪臭に困って
いませんか？

マルホ・
サン
燦 オフィス

水処理ドクター / 浄化槽管理士
堀岡 徳光

穴水町川島キ 143 番地
(いろはストアさん近く)

ヨロシクネ!
電話 / FAX 0 7 6 8 - 5 2 - 4 6 4 9
携帯 0 9 0 - 2 1 2 6 - 4 6 4 9

浄化槽保守点検業【県知事登録第 280174 号】



保険料は納付期限までに納めてください――

国民年金保険料

令和3年度の国民年金保険料は、月額 16,610 円。(令和3年4月分から令和4年3月分まで／前年度より70円引き上げ)
納付期限は、法令で「納付対象月の翌月末日」と定められおり、納付期限までに保険料を納めないと障害基礎年金や遺族基礎年金を受給できない場合がありますので、忘れずに納めてください。

保険料の納付方法

「口座振替」での支払い

口座振替で納めると手間がかからず、納め忘れを防ぐこともできます。
また、口座振替での納付には、当月分保険料を当月末に振替納付することで月々の保険料が割引される「早割制度」や、一定期間の保険料をまとめて納めることにより保険料が割引となる「前納制度」などのお得な制度があります。なお、ご利用には申請書の提出が必要となります。

「納付書」での支払い

納付書を使用し、納付期限または使用期限までに金融機関、郵便局、コンビニエンスストアなどで現金納付します。来年度(令和3年度)の納付書は、日本年金機構から4月上旬に送付されます。

「クレジットカード」での支払い

クレジットカードから継続的にお支払いいただく方法で、前納(6ヶ月／1年／2年)も可能です。ご利用には申請書の提出が必要となります。

戸籍の窓【1月受付分】

おたんじょう			おくやみ		
氏名	年齢	住所	氏名	年齢	住所
當新 多一	93歳	沖波	山浦 ゆきの	94歳	桂谷
森川 健次	69歳	比良	後藤 幸子	90歳	中居
菅原 稔夫	93歳	根木	畑中 光子	81歳	此木
木几 郁子	93歳	沖波	河上 よしの	93歳	大町
			中道 優	46歳	此木

おたんじょう		
氏名	保護者	住所
宮森 陽愛	千 一	大町
佐道 暁斗	翔太	川島
諸橋 龍仁	悠有	志ヶ浦
	愛実	

広報「あなみず」令和3年4月号の発行日は、3月31日（水）とさせていただきます。

広報あなみず 発行日のご案内

町の人口		人口 7,878 人	男	3,789 人	(1 人 減)
(住民基本台帳人口)			女	4,089 人	(6 人 減)
令和 3 年 1 月末日	現在		世帯数	3,652 世帯	(6 世帯 増)
() 前月比		(7 人 減)			

島中病院長のこぼれ話



【桜咲く／ある新型コロナ患者の苦悩】

— 桜咲く —

めでたいことを“桜咲く”といいます。1月25日現在、穴水総合病院では3月下旬以降に、医療従事者から新型コロナワクチンの接種が開始される予定です。

ファイザー社製のワクチンは、アメリカで約1万人の高齢者が、みずからボランティアとして治験に参加しました。いわば自分の体を“ワクチンの実験台”として捧げたのです。半数は本物のワクチンを、他半数は効果のない食塩水を注射されました。どちらを投与されるかは誰も分かりません。指定もできません。ワクチンの副反応があまりわかっていない時に「自分がやります」と自発的に参加したのです。怖くなかったのでしょうか？ある方は、「自分の子孫のため、世界の人のためになるなら」と話していました。この勇敢な姿をみてぼくは涙がでました。新型コロナワクチンは、このような犠牲のもとに贈られてくるわけです。われわれ穴水総合病院は、国の政策に従い1本も無駄にすることなく、全力で対応してまいります。

新型コロナ収束のため、人口の約7割以上の人たちにワクチンを打つことが必要といわれています。もちろん何らかの事情で希望しても打てない人もいます。これからの生活そして命を守るために、有効性の高いワクチンを1人でも多く接種していただきたいと思います。院長として、ワクチン接種後の穴水町が新型コロナ収束となり、“桜咲く”ことを切に願っています。

春がくる頃には何かが変わっている、良い方向に向かっていることを信じています。

追記

WHO（世界保健機関）は2月5日、世界の新型コロナワクチン接種数が、およそ1億500万人を上回ったことを明らかにしました。重篤な副反応は少なく、現在のところ安全性が高いワクチンといえます。



— ある新型コロナ患者の苦悩 —

ある日の夕方、喉の違和感と37.4度の発熱。思い当たる節はなかったが、念のため別室で1人で過ごし、翌朝仕事を休んで病院に電話をかけ発熱外来を受診、PCR検査を受けた。翌日、電話があり結果は陽性。頭が真っ白になった。

すぐに職場と家族に連絡。妻と母は仕事を切り上げ、子ども達も学校を早退し、同僚は自宅待機。迷惑をかけたと自分を責めた。PCR検査を受けた同僚や家族が皆、陰性だったと聞いた時には、涙が流れた。上司が病院の駐車場まで来て、大きく手を振りながら携帯電話で励ましてくれ、それを窓から見てまた泣いた。

病院のスタッフは本当に親切で、携帯電話に家族や友人、同僚から励ましメールが届き、ものすごく支えられた。

「こんなに辛い思いは、誰にもしてほしくない」と、この男性は語りました。

（質問）コロナから回復し退院・療養解除となった人から感染することはないのか？

（答え）退院基準を満たした人はすでに感染性がなくなっているため、周囲の人に感染することはありません。したがって、就業再開のためにPCR検査をして陰性を確認する必要もなく、治癒証明書も必要ありません。（※厚生労働省から通知が出ています）

お知らせ【診療日程／へき地巡回診療 ほか】

診療日程【3月】

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

■ 全日休診 ▲ 午後休診

★スポット人間ドック（予約制）

「へき地巡回診療」 ※保険証を持参ください

診療日	地区	診療科
2日（火）	上 中	眼科
9日（火）	木 原	内科／循環器
18日（木）	岩 車	内科／循環器
24日（水）	伊久留	内科／循環器

診療日のお知らせ（泌尿器科）

宮澤 克人 教授（金沢医科大学病院 泌尿器科）
の診療日のご案内。

診療日▶3月11日（木）

私にとって、子どもの頃に住んでいた穴水はふるさとのような場所であり、地域のつながりが強い、いい人が多い、牡蠣がおいしいなど知っていた部分がある一方で、子どもの頃とは違った視点で穴水を見つめなおした時に、新しく学ぶこと、知ること、変化していることが多くありました。

金沢の研修病院ではガイドラインに沿った方法で全力救命し、治療が終わると退院していく、ということを繰り返し行ってきた、それが医療業界での当たり前だと思っていました。しかし、ここで学んだことはそうした当たり前が存在しない、あてにならないということです。ここでは1人の患者さんに対してその人の経済状況、年齢、住んでいる地域、周りの家族、何を幸せに感じるかなど、ガイドラインに載っていないことを考慮し、個々に合わせたオーダーメイドの治療をしている場面を多く経験しました。場合によっては治療しないという選択肢もありました。最初はこれでいいのかなと思った時もありましたが、これこそがこの場所にいたい、家族といたい、この場所で死にたいといった患者さん本人の幸せにつながった

金沢医科大学

能登北部地域医療研究所からのお知らせ

— 若い研修医が穴水総合病院にやってきた —



永嶋 朋恵
（石川県立中央病院）

ていると感じました。

1ヶ月穴水で暮らしてみても気付いたことですが、存在することが当たり前だと思っていたもの（物・お店・サービスなど）でも、この地域にはないものも多くありました。このような地域偏在、格差といった中で、もともとある大切な地域のつながりを壊さないように、格差なく医療、サービス、教育などが受けられるようなシステムづくりをしていくことがこれからの課題でもあると感じ、これから自分がやりたい予防医療や地域のシステムづくりに関することとして重要な経験となりました。

最後になりますが、多くのことを教えてくれ、刺激を与えてくださった先生方、優しく笑顔で接してくださったコメディカル、事務、穴水のみなさま、コロナ禍であるにも関わらず、温かく迎え入れて研修させてくださり、本当に本当にありがとうございました。

STOP COVID-19

引き続き感染拡大防止にご協力ください。

ウイルスに負けない体づくり

新型コロナウイルスの感染予防には、マスクの着用、密閉・密集・密接の“3密”を避け、こまめな手洗い・消毒が推奨されています。これらに加え、栄養・運動・睡眠の生活習慣を整えて健康な体をつくり、免疫力を高めることも大切です。

ここでは、免疫力を高めるためのポイントをご紹介します。



めんえきくん

— 免疫力アップ3箇条 —

其の1 バランスのとれた規則正しい食事

其の2 適度な運動

其の3 十分な休養

これらをバランス良く取り組むことで免疫力アップに繋がります。今月は「①バランスのとれた規則正しい食事」についてワンポイントアドバイスします。

① 1日3食、さまざまな栄養素をバランスよく摂る。

特にタンパク質（肉・魚・卵・大豆）や、ビタミン（緑黄色野菜・果物など）をしっかりと。



② 発酵食品（納豆・ヨーグルト）や食物繊維が多い食品（海藻・きのこ）など腸に良い食品を摂る。

③ よく噛んで食べる。

よく噛むことで、満腹中枢を刺激して、食べ過ぎを防ぎます。

※お口の清潔も大切です。食後の口腔ケアもお忘れなく！



ちょっと耳より掲示板【ストップ新型コロナウイルス ウイルスに負けない体づくり】

すくすく育て1歳児

— お誕生日おめでとう —



こやま はるき
小山 遥希ちゃん（乙ケ崎）

お誕生日おめでとう。
毎日少しずつ成長していく姿
がとてうれしいよ。
これからも遥希の笑顔と元氣
でたくさんの人を幸せにして
ね。生まれてきてくれて、あ
りがとう。

「すくすく育て1歳児」では、誕生月を問わず
1歳のお子さんの写真を募集中です。

掲載希望月の前月10日頃までに企画課まで
☎52-3625 お寄せください。