

いっぺん
来てみまっし！

コミュニティカフェで
集まろう、つながろう。

[特集] コミュニティカフェ ー地域の縁側ー
野々市中央地区整備事業
[トピックス] 本町秋祭り4町“合わせ”



広報写真アルバム
2次元バーコード

11 月号

2015年(平成27年)

広報No.728

憩

作

学

市内に続々OPEN!

コミュニティカフェ — 地域の縁側 —

最近じわじわと増えてきている、ウワサの『コミュニティカフェ』。
名前は耳にするけど、一体どういう場所なの？どんな風に利用できるの？
そんな疑問を解決すべく、市内のコミュニティカフェを調査してきました！

ギモン

①

『コミュニティカフェ』
ってそもそも何？

近

年、少子高齢化が進み、地域で暮らす人々の連帯や連携がより一段と求められるようになってきました。そんな動きの中で、地域住民が気軽に立ち寄り、住民同士で新しいつながりを生みだせるような居心地の良い場所を作ろう、という動きが各地で急速に高まっています。

こうして生まれたのが、コミュニティカフェです。高齢者間の出会いの助け、子育てママの交流、障害者の協働など、コミュニティカフェはいろいろな思いで始められています。

ギモン

②

市内にはいくつの、
どんなカフェがあるの？

現

在市内には市と協働するコミュニティカフェが合計10カ所あります。市では昨年度、コミュニティカフェ開設

に向けた取り組みを応援しようと5回にわたってコミュニティカフェ開設支援講座を実施しました。すると多くの参加があり、講座をきっかけに6つのコミュニティカフェが市内に誕生しました。
他にも講座を受講する前から取り組んでいたもの（太平寺カフェ、イエローカフェ）や、提案型協働事業によって市民と行政が一緒に作り上げたもの（六日町かふえ、カフェあやめ）もあります。

カ

フェの特徴や活動内容は、場所や日にちによってさまざまです。コーヒーとお菓子を片手に憩い、町内の出来事について話し合う日もあれば、絵手紙や折り紙作品を制作したり、読み聞かせを習ったり、足腰を鍛える運動をする日もあったりと、思い思いの楽しみ方を見つけています。

←会費は100円が主流。会費のないところもあります！

インタビュー
Interview 2

お寺でカフェ！？

お寺を利用して、なにかできることはないかと考え、始めたのがこのカフェ寺スです。子どもからお年寄りまで幅広い年代の人に利用してもらいたいと思い、ここでは茶話会のほかに、ヨガ講座を開設しています。また、本堂を子どもたちが遊べる場所としても提供しているんですよ。今後はほかにはない何か新しいことを考えつつ、皆さんに喜んでもらえるような空間を提供していきたいと思っています。ぜひ一度遊びにきてください。



カフェ寺ス
藤場 一澄さん

インタビュー
Interview 1

平成26年度石川地域づくり表彰 団体部門 優秀賞を受賞

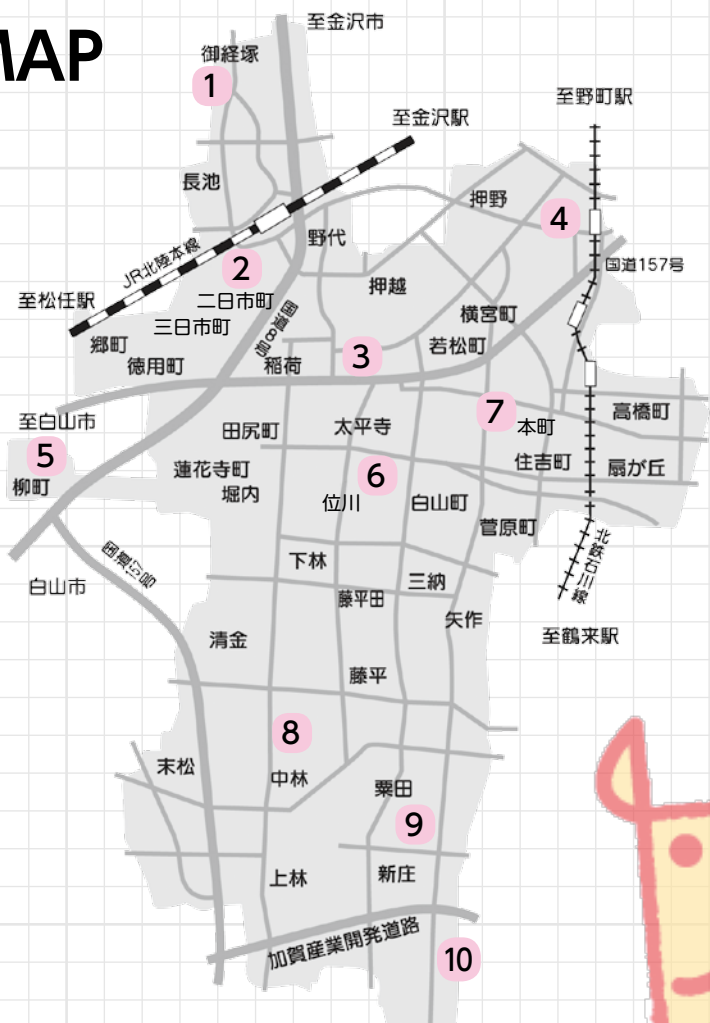
高齢者を元気にしたい、地域のコミュニケーションを作りたいと考えていたところ、提案型協働事業の話があがり、やってみようと思えました。今では情報収集にも、地域の結束力を高めるのにも役立つ便利な場所になり、嬉しく思います。集まってくる皆さんが、人が喜ぶこと、自分ができることを自由に考えて、自主的に運営してくれているんですよ。



カフェあやめ
藤田 雅顕さん

市と協働するコミュニティカフェ一覧

MAP



- 1 カフェあやめ
- 2 ほっとホットカフェ
- 3 こんこんカフェ
- 4 カフェまるき「輝」
- 5 イエローカフェ
- 6 太平寺カフェ
- 7 六日町かふえ
- 8 カフェ寺ス
- 9 憩いのカフェ
- 10 いこいの家



近くのカフェに
行ってみよう！

	名前	活動日	時間	場所	活動内容	連絡先
1	カフェあやめ	毎週 (月)・(水)・(金)	10:00～17:00	御経塚3丁目259 (あやめ会館)	毎月「あやめ便り」を発行 飲み物や軽食の販売 イベント開催	藤田 ☎248-6982
2	ほっとホットカフェ	毎月 2の付く日	10:00～15:00	二日市町57-2 (旧北村酒店)	茶話会、折紙教室など (参加費100円)	北村 ☎248-0256
3	こんこんカフェ	毎月第1(土) または第3(土)	13:00～16:00	稲荷1丁目58 (フォルムののシティ内)	茶話会、イベント開催	稲荷町集会所 ☎246-7552
4	カフェまるき「輝」	毎月第1(水)	13:00～16:00	押野5丁目285 (丸木会館)	茶話会、イベント開催	吉岡 ☎248-5177
5	イエローカフェ	毎月第2(土)	14:00～16:00	柳町36番2 (イエローガーデン金沢白山)	認知症の相談など (参加費200円)	大野 ☎275-9771
6	太平寺カフェ	毎月第1(月)	13:30～16:00	太平寺1丁目251-1 (太平寺会館)	茶話会、講演会・展示会 (参加費100円)	橋爪 ☎246-1696
7	六日町かふえ	毎週(土)・(日)	10:00～16:00	本町3-19-24 (郷土資料館内)	飲み物や軽食の販売 イベント開催	田中 ☎090-3159-3538
8	カフェ寺ス	毎週(月)・(水)	(月)10:00～12:00 (水)13:00～15:00	中林3丁目95 (聖覚寺)	ヨガ、手芸、茶話会、絵本の 読み聞かせ(参加費100円、 ヨガの場合700円)	藤場 ☎246-4501
9	憩いのカフェ	毎月第2(月)	13:00～15:30	新庄5丁目17 (新庄5丁目町内会館)	茶話会、イベント開催	越田 ☎248-6253
10	いこいの家	毎月 第1、3(金)	13:00～16:30	新庄1丁目244 (新庄1丁目公民館)	茶話会、イベント開催 (参加費100円)	岡本 ☎246-5750

※開催日時や内容などについては、各コミュニティカフェの都合により随時変更になる可能性があります

※ 9 憩いのカフェ、10 いこいの家は町内会に加入する住民のみ参加可能

コミュニティカフェの様子



インタビュー
Interview 4



加茂谷 慎治 氏
株式会社エイチツーオー代表取締役
総務省 地域力創造アドバイザー

今 後、自分の地域でもコミュニティカフェをやってみたいと思った時、どのようにして作り上げていけばいいのでしょうか？また、企画を進めるにあたってどんなポイントがあるのでしょうか？昨年コミュニティカフェ開設支援講座の講師を務め、総務省地域力創造アドバイザーでもある加茂谷 慎治氏に話を聞きました。

ギモン
③
コミュニティ
カフェを
始めるには？

開業プロセスで大切なこと

開業に向けて、まず仲間を見つけることが重要です。運営する側はもちろん、集まってくれる人にも同じことが言えます。コミュニティカフェは大々的な宣伝ではなくクチコミなどで広がっていくものなので、「一緒にやらない？ やったら来てくれる？」と声掛けをしておきます。

次に、仲間と一緒にカフェのテーマを絞ります。地域のためにやるのか、手芸好き同士の交流のためにやるのか、認知症の相談の場にするのか：1つだけに絞る必要はありません。そこが決まって初めて、どういうスタイルで運営するのかを検討します。代金はどうするのか、内容は、スタッフは、場所は：仲間という話し合います。

そして忘れてはいけないのが、事業計画を立てることです。何もかも1人でやっては

長続きしません。仲間との無理のない協力体制を作ることが必要です。

人が集い、交流する場

居心地良い空間作りのために必要な要素は5つあります。①人に出会える②文化に出会える③開放的である④安心感がある⑤リーダーの資質があるの5つです。例えば、そこに行くこと知らないことを知ることができる（ヨガを習えるなど）と、井戸端会議より1歩進んだ場所になりますね。また、好きな時に入り、好きな時に離れられる『ゆるやかなつながり』を持つことができるという点も、コミュニティカフェには求められています。

楽しむことが大事

運営する側も参加する側も、楽しみながら輪が広がるのが理想です。肩に力を入らず、でも覚悟と信念は持つて。頑張ってください！

NEW!

10/17(土)
こんこんカフェ
始動!



1. 和気あいあいとにぎわうカフェ
2. 初めのお客さんが来店！ 3. フォルムののシティの利用者と、稲荷町内会の人との交流が生まれました 4. この日飲み物やケーキの提供をしていたのは、(左から) フォルムののシティ職員の山内さん、稲荷町内会の大村さん、水間さん

10月17日(土)、稲荷に新たなコミュニティカフェが誕生しました！名前は「こんこんカフェ」。人が集い、情報の交換・共有をし合いながら、人と人とが絆でつながる場となるように。そんな願いを込めて、稲荷町内会とフォルムののシティ(福祉サービス事業所)が共同で運営を始めました。

町

内会と福祉事業所とのコミュニティカフェ共同運営は、市内初の試みです。稲荷町内会では、高齢者のみの世帯が増えてきて、配慮する仕組みを作る必要があると考えていました。一方フォルムののシティでは、もっといろいろな人が気軽に利用してほしい、地域との交流を深めたいという思いがありました。そんな両者の気持ちが一つになり、今回オープンを迎えました。

フ

フォルムののシティではもともとこの木というカフェを運営しており、閉所日にそのスペースをこんこんカフェとして開放。町内会とフォルムののシティ職員と一緒にサービスを提供します。安価なメニュー(飲み物100円など)を販売するほか、今後はイベントも企画。この日来た利用者に「何かしてみたいことある？ あったら教えて」と声を掛けていました。どのように活動が広がるのか、今後が楽しみです。

インタビュー
Interview 3

長く続いていくカフェにしたい



こんこんカフェ
北村 繁さん

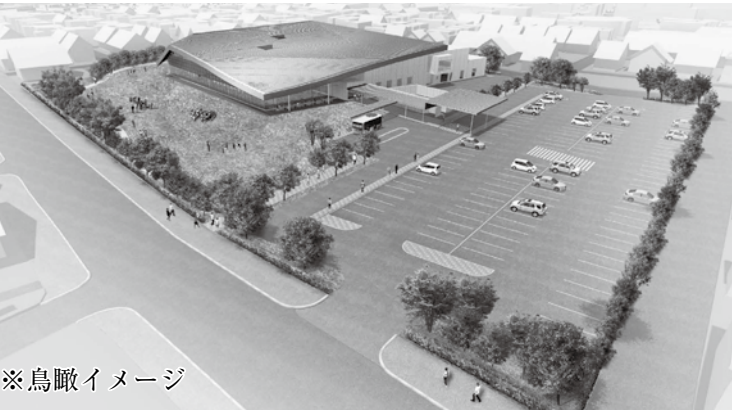
今の時代は家庭内でも個人の部屋を持ち、リビングに集まらず、またセキュリティの問題で隣の家に入って話すようなことも減りました。まちの情報や出来事を共有する場があればと去年あたりから考えていて、フォルムののシティからの声掛けもあり、「とりあえずやってみよう」という話になりました。堅くならず、人が気軽に来てくれるように。そうでないと長続きしないと思うので、楽なスタイルで臨機応変にやっていきたいです。



人が集まる、交流する、つながる。
地域の縁側のような、あたたかい心地よさがそこにはあります。

時代とともに薄れつつある地域とのつながりを
あなたも今一度、大切にしてみませんか。

文化交流拠点施設



※鳥瞰イメージ

場 所 太平寺4丁目164番地ほか（旧県立養護学校跡地）
建物規模 地上2階 鉄筋コンクリート造一部鉄骨造
延床面積 5,625平方メートル（予定）
施設構成 図書館機能…閲覧室、学習室、おはなし会コーナー
市民学習機能…スタジオ、工房、陶芸室、調理室、
企画展示室 など
カフェ
憩いのひろば
駐車場（約100台）

芸術・文化に親しむ

文化交流拠点施設には、新市立図書館、市民学習センター、憩いの広場を整備します。

生涯学習の新たな拠点

文化交流拠点施設は、全市域を対象とした生涯学習の新たな拠点とし、市民の学びと文化・芸術・創造、市民協働におけるシンボルとして位置付けます。

生涯学習活動の活発化

新市立図書館と企画展示室などが入る市民学習センター機能を一体的に捉え、それぞれの機能を連携させ、市民による生涯学習活動の活発化を目指します。

効果的な運営を行う環境

文化交流拠点施設だけでなく、地域中心交流拠点施設や大学、公民館、生涯学習施設などとの協力・支援・連携を行い、それぞれの機能を活かして効果的な運営を行う環境づくりをします。

野々市中央地区整備事業

― にぎわいの創出を目指して ―

市は、中心市街地として多くの文化的・歴史的資源を有する「野々市中央地区」の都市再生整備を通じて、市民協働によるまちづくりを推進し、地域におけるさまざまな市民活動の振興を図り、ヒト・モノが出会い、交流し、にぎわいを創出することを目指しています。

9月30日(水)には、野々市中央まちづくり株式会社と事業契約を締結し、いよいよ市の新たなまちづくりに向けての一步を踏み出しました。

※ここで紹介する事業概要は、事業者から提案のあった計画段階のものであり、今後変更になる可能性があります

計画敷地

現在の市立図書館の移転、中央公民館などの建て替えおよびこれらの施設の機能拡充を図ることにより、“芸術・文化に親しむ”「文化交流拠点」（旧県立養護学校跡地周辺）と“にぎわい創出”の「地域中心交流拠点」（現在の市立図書館・中央公民館周辺）の2つの拠点を形成し、その間に位置する旧北国街道のにぎわいを創出する環境整備を行います。

地域中心交流拠点施設

にぎわい創出

地域中心交流拠点施設は、3つの機能を持ちます。

（1）公民館機能

現在の中央公民館で行っているいろいろな学習機会の提供を引き続き行い、市民サークル活動の拠点としての性能を備えます。

（2）市民連携拠点機能

市民と市内外の大学、企業などとの協働の拠点として、さまざまな人による交流、情報交換の場とします。

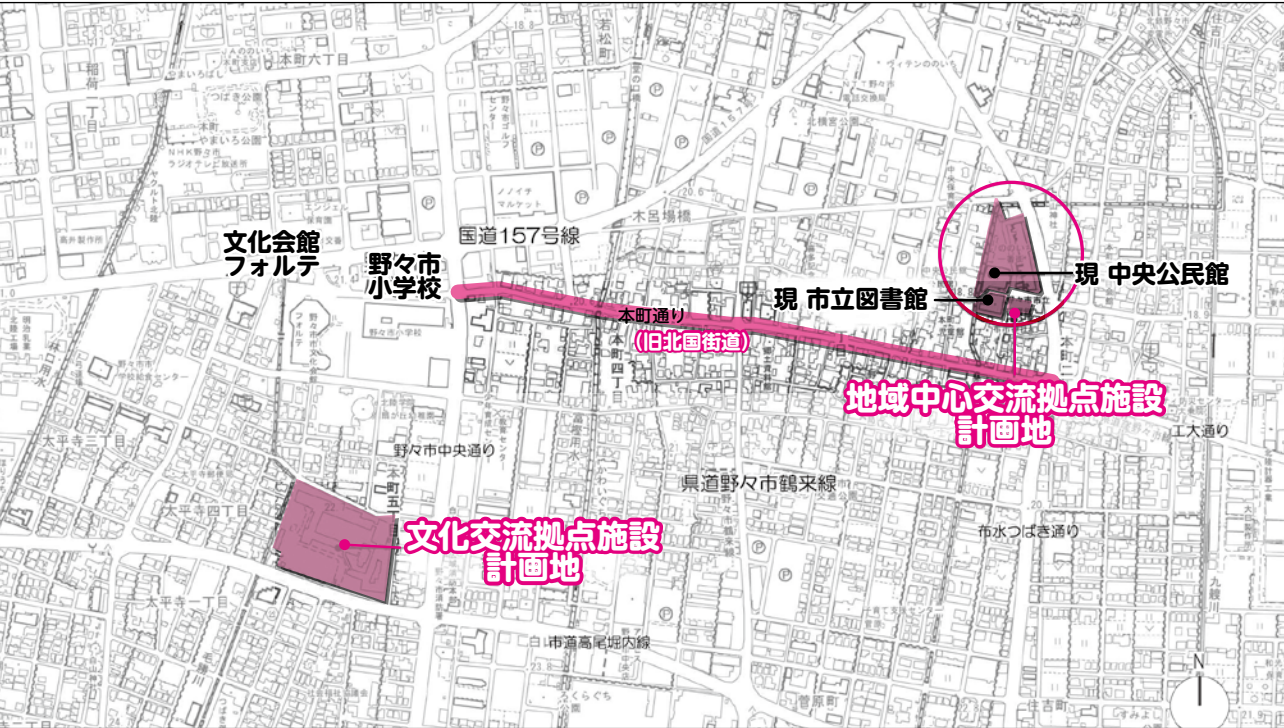
（3）民間商業施設機能

市の地場産品や、市で親しまれている食品・商品を集約し、販路および消費の拡大を図ります。



※外観イメージ

場 所 本町2丁目1番20号ほか（現市立図書館・中央公民館）
建物規模 地上3階 鉄骨造
延床面積 3,707平方メートル（予定）
施設構成 公民館機能…大ホール、多目的音楽・軽音楽室、調理室、工房、学習室、和室、図書コーナーなど
市民連携拠点機能…市民団体交流ゾーン・打ち合わせコーナー、会議スペース、面談室など
民間商業施設
駐車場



今後の事業スケジュール

	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	平成31年
文化交流拠点施設	設計期間		工事期間	10月竣工予定 11月供用開始予定	
地域中心交流拠点施設			設計期間	工事期間	3月竣工予定 4月供用開始予定



①一斉にスタート、勢よく走り出す
②選手宣誓をする野々市明倫高校の尾
櫃 和希さんと久木野 春奈さん ③見
事 1 位でゴールテープを切る瞬間 ④
秋晴れの下、市内を駆け抜ける ⑤沿
道からは多くの声援が ⑥野々市明倫
高校吹奏楽部が演奏で選手たちを激励

第 34 回 野々市じょんからの里マラソン大会

10/18(日)市民体育館前スタート

参加者 1,230 人

一般の部 10 キロ				一般の部 5 キロ				小学生男子の部 1.9 キロ				中学生男子の部 3 キロ			
	順位	氏名	市町		順位	氏名	市町		順位	氏名	所属		順位	氏名	所属
第 1 部 男子 29 歳 以下	1	尾櫃 和希	能美市	第 5 部 男子 39 歳 以下	1	小嶋 祥太	能美市	1	喜中 勇登	館野小学校		1	青柳 慶	布水バ'ス	
	2	小久保 拓実	金沢市		2	西山 司	能美市	2	奥田 一騎	菅原ミ'ス		2	西崎 唯斗	野々市バ'ス	
	3	中村 宥登	金沢市		3	宮坂 哲平	能美市	3	浅野 凜	御園ミ'ス		3	多々見 友也	野々市カ'カ	
	4	保坂 龍輝	白山市		4	南 貴裕	白山市	4	渡部 巧巳	御園ミ'ス		4	渡部 雄太	布水バ'ス	
	5	山田 遼央	金沢市		5	小林 真綺	金沢市	5	川崎 碧斗	野々市ミ'ス		5	雨池 陸大	野々市陸上	
	6	水野 智生	金沢市		6	堀尾 淳也	能美市	6	中谷 拳斗	菅原ミ'ス		6	宮岸 昂輝	野々市バ'ス	
第 2 部 男子 30 ～ 39 歳	1	和田 瞬	白山市	第 6 部 男子 40 ～ 59 歳	1	若林 貴規	小松市	7	若狭 来希	野々市ジュニア'ド		7	武居 倫生	野々市ソ'テニス	
	2	浜上 貴志	白山市		2	砂田 宏和	白山市	8	川島 寿輝	野々市ミ'ス		8	佐藤 心音	野々市カ'カ	
	3	ライトブレント	白山市		3	岡島 憲孝	金沢市	9	石田 悠斗	野々市ジュニア'ド		9	前坂 京亮	野々市ソ'テニス	
	4	永下 賢太	金沢市		4	永井 靖信	白山市	10	清水 愛葉	館野ミ'ス		10	村浜 怜	布水バ'ス	
	5	廣田 昌之	白山市		5	米谷 誠	金沢市	小学生女子の部 1.9 キロ				中学生女子の部 3 キロ			
	6	木下 吉伸	白山市		6	西村 裕之	野々市市		順位	氏名	所属		順位	氏名	所属
第 3 部 男子 40 歳 以上	1	西尾 正佳	金沢市	第 7 部 男子 60 歳 以上	1	南 且司	能美市	1	谷口 ゆき	野々市陸上教室		1	小野 琴美	野々市陸上	
	2	本間 貴幸	白山市		2	下川 総一郎	金沢市	2	小野 彩芽	野々市ミ'ス		2	谷口 さくら	野々市陸上	
	3	中村 洋幸	能美市		3	南 成人	能美市	3	近藤 美沙希	菅原ミ'ス		3	小西 若菜	野々市陸上	
	4	宮本 延明	能美市		4	宮島 和夫	七尾市	4	堂丈 真歩	菅原ミ'ス		4	喜中 ひなの	布水陸上	
	5	青木 崇	野々市市		5	山下 潔	小松市	5	松田 侑里香	野々市陸上教室		5	原 実優	布水陸上	
	6	荒木 研次	能美市		6	三宅 正憲	白山市	6	亀田 真夕	富陽小学校		6	基村 碧	野々市陸上	
第 4 部 女子 共通	1	若林 理子	小松市	第 8 部 女子 34 歳 以下	1	二口 琴美	金沢市	7	大野 沙弥	館野ミ'ス		7	石江 香乃	野々市陸上	
	2	高橋 貴絵	金沢市		2	鎌塚 稀菜	能美市	8	石江 奈琉	野々市ミ'ス		8	荒木 野乃可	野々市ソ'テニス	
	3	橋爪 麻里	白山市		3	山本 有紗	金沢市	9	定仙 千里	野々市陸上教室		9	上演 萌規	布水陸上	
	4	宗田 知恵	金沢市		4	中谷 蓮	内灘町	10	渡邊 華奈	野々市ミ'ス		10	平田 有梨奈	野々市ソ'テニス	
	5	栗生木 明美	野々市市		5	杉田 枝穂	野々市市	トリムジョギングの部 3.1 キロ							
	6	赤土 律子	金沢市		6	堂之前 優依	金沢市		順位	氏名	市町				
				第 9 部 女子 35 歳 以上	1	鈴木 千恵	金沢市	1	飛弾 勝廣	津幡町					
					2	吉田 詩子	白山市	2	中野渡 史郎	野々市市					
					3	島内 美由紀	白山市	3	崎山 寛之	野々市市					
					4	中野 由美子	野々市市	4	吉岡 庄治	津幡町					
					5	福田 ルミ子	金沢市	5	山際 美利奈	金沢市					
					6	大谷 茜	川北町	6	野口 泰一	野々市市					



力走後は毎年恒例の女性協議会によるじょんから鍋でほっと一息

第 19 回 小学生すもう大会

9 月 26 日(土)、市すもう場で第 19 回小学生すもう大会が開催されました。今年は過去最多となる、223 人の児童が出場しました。

小さな力士たちは、寄り切り、下手投げ、押出しなどさまざまな技で勝負。負けそうになっても踏ん張り、最後まであきらめずに粘り強く戦いました。観客席には多くの家族や友人が応援に駆け付け、会場内には声援や歓声が響いていました。



見合って見合って～、はっけよい、のこった！

大会結果 ※敬称略、() 内は小学校名

	1 年生		2 年生		3 年生		4 年生		5 年生		6 年生	
	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子
優勝	松本 優希 (御園)	小竹 勘太郎 (富陽)	中西 湖香葉 (富陽)	進村 虎太郎 (富陽)	西 結穂 (菅原)	松本 侑悟 (御園)	今村 涼香 (野々市)	大場 淳史 (富陽)	道井 侑里 (富陽)	松田 啓睦 (野々市)	亀田 真夕 (富陽)	安田 琢磨 (御園)
第 2 位	長 結暖 (富陽)	中村 謙心 (野々市)	福田 真唯 (富陽)	山本 忠仁 (御園)	進村 美結 (富陽)	蒲田 瑛士 (富陽)	柿沼 由佳梨 (館野)	橋本 結太 (館野)	吉田 麻珠 (御園)	藤井 和樹 (富陽)	皆田 ひかり (富陽)	篠田 弦空 (野々市)
第 3 位	畠中 利央 (御園)	栗山 大志 (富陽)	北本 珠己 (富陽)	石川 稜大 (菅原)	松本 和心 (御園)	吉田 絆人 (富陽)	相川 七葉 (富陽)	池下 巨紀 (富陽)	中江 幸子 (御園)	鈴木 宏周 (館野)	北村 梨彩 (館野)	朝倉 大貴 (館野)
敢闘賞	大石橋 乃羽 (御園)	小澤 裕典 (富陽)	竹田 媛翔 (富陽)	戸澤 蓮 (富陽)	中村 瑠菜 (御園)	宮西 岳昂 (御園)	中瀬 桜妃 (御園)	荒川 雄牙 (御園)	川上 胡葉 (御園)	皆田 豊成 (富陽)	村井 和香 (御園)	西藤 剛虎 (御園)

10/4(日) 町内対抗！地区運動会

富奥地区

【優 勝】 下林

【準優勝】 矢作

【第 3 位】 藤平田・藤平

郷地区 【優勝】 稲荷

【準優勝】 堀内 【第 3 位】 二日市・長池

4 地区合計で約 6,000 人の参加がありました！



こどもリレー



綱引き



親子 2 人 3 脚



借り者競走

本町地区

【優 勝】 扇が丘

【準優勝】 若松町

【第 3 位】 本町 4 丁目

押野地区 【優勝】 丸木

【準優勝】 あすなろ 【第 3 位】 御経塚

委員長に 松野氏 職務代理者に 荻野氏 を再任

市教育委員会の組織会が10月1日に開催され、委員長に松野勝夫氏を、職務代理者に荻野直子氏を選出しました。また、徳田寿秋氏の退任にともない、松本哲幸氏が新しく委員に就任しました。



入札結果

1000万円以上（税込み） 9月分入札	
（街路）扇が丘中央線整備事業 消雪配管工事	予定価格 1355万4千円 落札価格 1285万2千円 落札者 ㈱河合組
公共下水道事業汚水管布設工事 末松処理区分 第13工区	予定価格 1494万7200円 落札価格 1425万6千円 落札者 ㈱堀建設
公共下水道事業汚水管布設工事 押越処理区分 第62工区	予定価格 1834万9200円 落札価格 1728万円 落札者 みのり建設㈱
下水道管渠耐震化工事 押野第三 処理区分 第1工区	予定価格 1260万3600円 落札価格 1191万2400円 落札者 ㈱升方工務店
下水道管渠耐震化工事 押野第四 処理区分 第2工区	予定価格 1292万7600円 落札価格 1227万9600円 落札者 北興建設㈱
（街路）扇が丘中央線整備事業 道路照明灯設置工事	予定価格 1815万4800円 落札価格 1706万4千円 落札者 ㈱北越ディーテック
27-21 東部配水区配水管更新 （耐震化）工事 第4工区	予定価格 2667万6千円 落札価格 2494万8千円 落札者 山崎商事㈱
27-24 高橋川河川改修工事に伴 う配水管移設（耐震化）工事 第 1工区	予定価格 1895万4千円 落札価格 1778万7600円 落札者 石川環境設備㈱
本町新庄線舗装修繕工事 第1工区	予定価格 2997万円 落札価格 2808万円 落札者 沢田工業㈱

第3コミュニティ消防防災セン
ター新築工事
予定価格 6256万4400円
落札価格 6048万円
落札者 ㈱河合組

表彰状

全国公民館連合会
功労者表彰



田多野 和彦 氏
（本町2）

多年にわたり、公民館長とし
て地域の発展に貢献される。

ご寄附

ありがとうございます

社会福祉協議会基金へ
▽御経塚町内会から 1万6千円
▽直喜 節子様から 1万円
▽市立図書館 子どもの本リサイク
ル市収益金 3548円

大会結果

平成27年度 囲碁タイトル戦
9月6日(日) 中央公民館
▽名人位 澤本 翔(津幡町)
▽準名人位 西永 正雄(栗田)
▽金杯位 上島 功(中林)
▽準金杯位 魚 章(太平寺)
▽銀杯位 山内 正憲(押野)
▽準銀杯位 中井 清志(金沢市)

宝くじ普及広報事業

（一財）自治総合センターの
助成が決定し、太鼓一式が整備
されました。



市内で太鼓の演奏活動を行っ
ている「野々市太鼓 結」は、
太鼓一式を購入し、8月に行わ
れた野々市じょんからまつり
において演奏を披露しました。今
後は、市内イベント・地域行事
への積極的な参加と伝統文化を
継承していく演奏者の育成を期
待しています。

気を付けよう!!

お風呂のヒートショック

問い合わせ
◆健康推進課
☎248-3511

ヒートショックとは

急激な温度変化によって、血圧が
急に上昇したり下降したりして、体
が不調になることをヒートショック
といいます。ヒートショックを起こ
すと、心筋梗塞や脳血管障害を起こ
す危険があります。

特に冬の浴室では、暖かい居間
から寒い風呂場へ移動するため、体
の表面の温度が下がり、血圧は上昇
します。しかし、お湯に入ると逆に
体は暖められ、血圧は低下します。

このように、血圧
が何度も変動すると、
ヒートショックを起こ
しやすくなるのです。

健康通信



どんな人がヒートショックを 起こしやすいの？

高血圧症、動脈硬化症の方や肥満
の人、高齢者は特に注意しましょう。
体調がすぐれない、血圧が安定しな
い、熱があるような時は、入浴を控
えましょう。

寒くなる時期は特に注意し、安全
な入浴を心がけてください。

予防するには？

気温が低い時期には、入浴前や
入浴中の工夫で、ヒートショック
を防ぎましょう。

◆浴室・脱衣所を暖める



居間との室温の変化を少なくす
ることで、脱衣後やお湯から出た
直後の血圧の急上昇を避け、ヒー
トショックによる事故を予防でき
ます。

脱衣所に暖房器具を設置する以
外にも、高い位置からシャワーで
浴槽にお湯を張ると、脱衣所と浴
室を効率良く暖められます。

シャワーでお湯を張る場合は、
空気で熱が奪われるので、お湯を
張るときより3度ほど高い温度に
するとよいでしょう。

◆かけ湯をする

いきなりお湯に入ると、血圧が
急上昇するので注意が必要です。

かけ湯は、手や足などの心臓か
ら遠い部分から行うと、体が徐々
に温められていくので血圧の変化
が緩やかになります。かけ湯の回
数は、5回程度でも十分効果があ
ります。



◆熱いお湯は避ける

お湯の温度が体温に近いほど血
圧の変動は小さくなるので、38度
〜41度程の温度が適しています。
お湯につかるのは、10〜15分程
度にするとういでしょう。浴室に
時計を置いて時間を計るのもおす
めです。

◆最初にためるお湯の水位はみぞ おちまでにする

肩まで入浴すると、温度変化と
水圧の影響で血圧は大きく下が
りますが、半身浴だと、血圧の低下
は小さくなります。
半身浴を3〜5分間行い、お湯
の温度に慣れたら足し湯をすると
よいでしょう。

おすすめの本

BOOK REVIEW



● 児童向け

ちゅうしゃなんかこわくない

穂高 順也／作 長谷川義史／絵
岩崎書店

ちゅうしゃはいたい、こわい、にげだしたい！それでちゅうしゃがいたくない国に行っちゃった男の子のお話。ちゅうしゃがきらいな友達たちがたくさん集まって…。

図書館お役立ち情報：乳幼児がリラックスして絵本を読むカーペットスペース、おむつ替えのできるトイレ（男女兼用）があります。



● 一般向け

天皇陛下のパン職人

渡辺 藤吉／著
サンケイ出版

戦前戦後に宮内庁でパン職人を務めた著者が語る皇室のお食事にまつわる興味深いエピソードの数々。ともに働いた“天皇の料理番”として名高い秋山徳蔵氏の人柄も浮かび上がる。

● 今月のおはなし会

と き：11月14日(土)、28日(土)

午前11時から

場 所：図書館1階

児童図書コーナー

楽しい絵本や紙芝居の読み聞かせです。
誰でも自由に
参加できます。

● 今月の展示図書

『幕末・明治を読む』をテーマに、図書や絵本を集め、展示します。展示中の図書も貸し出します。どうぞ利用してください。

かがやく瞳

KAGAYAKU HITOMI



おじいちゃん、おばあちゃん “ありがとう” 『大好きカード作り』

子育て支援センターはくさん

子育て支援センターはくさんでは、敬老の日に向けて『大好きカード』作りを2歳児、1歳児、0歳児と3日間行いました。

カラフルな台紙の上に、子どもたちがポン！ポン！とオクラでスタンプ。ピンク、青、黄色の花が咲きました。「オクラってかわいいね！」「久しぶりに制作するわ」とお母さんたちもリフレッシュでき、親子ともに楽しめたようです。ハートのカードには「また遊んでね、大好き」「オモチャありがとう。元気でね。」と親子の思いが盛



り込まれたメッセージが書かれました。「先生、おじいちゃんもおばあちゃんも毎年どんなカードが送られてくるか楽しみにしているんです。」「去年のも飾ってあるわ」と嬉しい声も聞かれました。

制作の間は主任児童員の人や友達のお母さんが、交代で子どもたちを見守り、遊んでくれるなどの協力もあり、3日間たくさんの人に喜んでもらい、大盛況でした。

今後も家庭ではなかなかできない季節の制作など、親子で楽しんでもらいたいと思っています。

トピックス TOPICS

本町秋祭り 4町“合わせ”

本町秋祭りが10月11日(日)に開催され、本町1、3、4丁目の獅子舞と2丁目の野菜みこしが地域を練り歩きました。午後1時ごろには市立図書館前で、3年ぶりに獅子舞と野菜みこしが集結。4町の“合わせ”を一目見ようと、多くの観客が集まりました。

当日は吹き付けるような激しい雨が降る悪天候。しかし、男たちはおかまいなしに「雨吹き飛ばせやー！！」と叫び、気合い満点。気持ちが届いたのか、“合わせ”の間は雨がぴたりと止まりました。

獅子とみこしは威勢の良い掛け声とともにあばれ、獅子殺しの剣舞を演じる剣士たちは負けじと飛び回る。演舞終了後には大きな拍手が沸き起こり、4町の頭が中央で握手を交わしました。



56 野々市検定

正解は
18
ページ

新しい発見があるかも!? 野々市のことをどれくらい知っていますか？

第1問

現在市内で開かれている、市と協働するコミュニティカフェは全部で何軒？

A 4軒 B 6軒
C 8軒 D 10軒

第2問

野々市中央地区整備事業により今後建設される、文化交流拠点施設のもつ機能は？

A 公民館機能 B 市民連携拠点機能
C 図書館機能 D 民間商業施設機能

第3問

野々市を知ろう!! 【野々市の地名読めますか？】

市内の地名「矢作」

A やつくり B やはぎ
C やざく D やさ

ぼくの夢わたしの夢 DREAMS

アイドルになりたい
中山 柚乃さん 富陽小学校2年生



サッカー選手になりたい
高瀬 怜桜くん 野々市小学校1年生



広告募集中

1 枠：5.6cm×5.6cm
掲載料：月額2万円（税込）
※6カ月連続掲載で10万円（1カ月無料）
入稿方法：完成原稿
問い合わせ
秘書広報課（☎227-6056）

今さら聞けない!!

不動産投資だけではない生命保険を使った 3つの相続対策

要予約
8組限定

日時：11月23日(月・祝)

13:30~15:30

会場：野々市市情報交流館カメリア

※あなたにも必ず起こる相続について知っておきましょう。

※節税、生前贈与、納税資金対策 個別相談承ります。

第11回

『石川 相続 学びの学校』

日時：11月29日(日)

13:10~ エンディングノート

13:50~ 遺言

14:30~ 終活全般

15:10~ 相続税

15:50~ 空室対策

※年内最終開催です!

参加
相談
無料

相続トータルサポート石川

☎0120-46-0269

公立保育園非常勤職員募集

勤務地：市内公立保育園
資格：保育士資格
勤務時間：8:30~17:15(休憩1時間)
※シフト有、7:15~19:00の間
実働7時間45分
給与：月給153,300円
※最初の1カ月間は時間給979円
待遇：賞与、通勤手当、健康保険、雇用保険
勤務日：週休2日制
隔週月2回土曜日勤務
☎子育て支援課 ☎227-6076



昭和57年~昭和59年製の
トヨミ石油ファンヒーターを探しています

上記期間に製造された製品には、現在、取り付けが義務化されている安全装置が装着されておりません。誤った使用方法により、事故が起こる可能性があるため、1986年(昭和61年)より自主交換を行っております。

対象機種
LCR-3・LCR-3-1
LS-3・LS-3-1・LS-6
LCR-3タイプ LS系タイプ



型番表示部

ご連絡先

〒467-0055
名古屋市瑞穂区桃園町5番17号

株式会社 トヨミ
フリーコール
0120-104-154

(お客様よりお知らせ頂きました。個人情報(商品の交換目的以外)には使用いたしません。)

現在の石油ファンヒーターはPSCで定められた安全装置が全機種についております

『もしも』の時の安心と信頼

フューネラル倶楽部

J A指定ホール 会員募集中

フューネラルホール

野々市天祥閣

野々市市矢作2丁目111番地 電話(076)294-4141

豊富な経験をもとに社葬から小規模葬、家族葬まであらゆるご葬儀に対応します。

☎0120-800-448

URL http://www.tensyoukaku.co.jp

広告欄



毎年人気のオリジナル竹とんぼ作り！子どもたちは興味津々

防災の第一歩は地域の住民が仲良くなること 市防災講演会

10月8日(木)、文化会館フォルテで市防災講演会を開催しました。東日本大震災での避難所運営を経験した菅井茂氏（宮城県仙台市南材地区町内会連合会長）を講師に招き、当時の様子を講演。「自主防災組織を作るうえで、重要なことは？」という参加者からの質問に対し、菅井氏は「まずは町内で仲良くなり、顔をつながることが大切」などと答えました。講演後は市職員から今年8月に行った市総合防災訓練についての報告や、今後の防災活動についての説明をしました。

世代を超えてふれあうまつり

お年寄りと子どものフェスティバル

9月27日(日)、老人福祉センター椿荘の周辺で、市社会福祉協議会が主催するフェスティバルが開催されました。会場にはふれあい・あそび・縁日コーナーや福祉ショップなどが並び、多くの親子連れやお年寄りが訪れました。竹とんぼや万華鏡などの手作り工作では、地域のボランティアらが作り方を教えました。竹とんぼの羽を作る作業では、ボランティアと子どもが一緒に羽を持ち、竹を火であぶって曲げ、「離したらダメだよ」などとふれあいながら楽しんでいました。



トイレ設置場所の反省点など、貴重な経験談が満載の講演



講師の動きをまねて、身体を動かす参加者たち

スポーツの秋、爽やかに汗を流そう

らくらくエアロビクス教室

10月15日から11月19日までの毎週木曜日、全6回のらくらくエアロビクス教室がスポーツセンターで開催されています。初回には25人が参加し、曲に合わせてステップを踏んだりストレッチをしたりと、楽しみながら汗を流しました。

途中休憩では、参加者たちから「意外に暑い！」との声も。思った以上に運動によって身体が温まっているようでした。エアロビクス中は笑顔もたくさん見られ、リフレッシュの時間となりました。

食事とアトラクションで楽しいひととき ひとり暮らし高齢者会食会

市内で一人暮らしをする65歳以上の人を対象とした会食会が10月15日(木)、老人福祉センター椿荘で行われ、50人が参加しました。この日の献立は季節のキノコをたっぷり使った弁当と、豚汁、たくあん。健康に気遣ったやさしい味付けの食事が提供されました。

また認定子ども園和光の園児によるプレゼント渡し、一円玉の会による寸劇、警察による防犯についての話、コールあいのコーラス、消費生活教室、野菊の会による踊りなども行われ、会場には笑顔があふれました。



会話を楽しみながら、美味しい弁当に舌鼓

まちの話題 Focus

皆さんの周りの楽しい話題やイベントなどの情報を教えてください。
秘書広報課 ☎ 227-6056

開館 10 周年記念！

第6回 カメリアまつり

情報交流館カメリア・あらみや公園などで10月3日(土)、カメリアまつりが開催されました。訪れた約800人の参加者たちは、折り紙教室や野々市の歴史を学ぶスタンプラリーなど、さまざまなコーナーを楽しみました。

今年は開館10周年を記念し、市出身のバイオリニストである坂口昌優氏が満を持して登場。市役所中庭に美しいバイオリンの音色が響きわたりました。また「野々市デジタル万華鏡」と題した金沢工業大学の学生によるプロジェクションマッピングも行われ、多くの人が映像に見入っていました。



身体の動きに合わせて映像が変化する、参加型のプロジェクションマッピング



人権擁護委員の皆さんの話を熱心に聞き入る児童

人を思いやる気持ちを育もう

読み聞かせとやさしい人権のお話し会

9月28日(月)、市で活動する人権擁護委員による読み聞かせ会が放課後児童クラブ「きのこクラブ」で行われ、御園小学校の児童約60人が参加しました。会では委員3人が詩や紙芝居、絵本を朗読し、外見の違いなどで相手を仲間外れにしないことやお互いを思いやる気持ちの大切さを伝えました。

このほか法務省の人権イメージキャラクター「人KEN まもる君」のアニメ上映や着ぐるみと触れ合う機会も設けられ、集まった児童らを楽しませていました。

断水に備え、自治体の枠を超えて連携

野々市市と金沢市の災害時相互給水訓練

野々市市と金沢市は平成25年に災害時相互給水協定を結び、水道水をお互いに供給できる環境を整備しています。10月1日(木)には、両市と地元住民が合同で相互給水訓練を行い、合計約30人が参加しました。

訓練は地震により金沢市南部で断水が発生し、野々市市から金沢市へ水道水を供給するという想定で実施。市職員が水道連絡管の使用手順を確認したのち、大額1丁目公園（金沢市）では地元住民が非常用給水袋に水を入れる応急給水訓練を行いました。



災害時には、水をビニールバッグに入れて給水します

コミュニティバス「のっティ」に乗って、ぶらり市内探訪。



田中八幡神社（郷町）

田中八幡神社は、郷町のほぼ中央に鎮座します。神社には江戸時代初頭の「天下一 藤原吉長」の銘が刻まれた御神鏡が伝わっています。（バス停「郷町」から徒歩3分）



逆立ちの格好をしたこまいぬ狛犬



バス停は美郷保育園の目の前

郷町 （西部ルート⑦）

郷町の前身は下田中と呼ばれ、上田中と呼ばれた地域と合わせて「田中村」となっていました。下田中には八幡社があり、上田中には慶長5年（1600）に前田利長と丹羽長重が人質を交換したとき、神前で契りを結んだといわれる天満宮がありました。江戸時代末期に両社は合祀したものの、明治時代初頭の紛争でもとの社地に戻り、下田中には八幡社が再び鎮座しました。その後、名前を田中八幡神社と改称し、現在に至ります。

田中八幡神社の境内に入っていくと、大きな馬の銅像や狛犬が置いてあります。2体の狛犬のうち1体は、後ろ足を高く上げて逆立ちをしており、この形は金沢市とその近郊で見られる全国的にも珍しい形です。

総代の鍋島さんに神社での思い出を聞きました。「平成23年の秋祭りから子どもみこしを始め、多くの人が祭りに来てくれるようになりました。若いお母さん達も、はっぴの手配を手伝ってくれるんですよ」

案内人

鍋島 静雄さん



郷町にはここ数年で目まぐるしく人が増え、今はまちのあり方が変わる過渡期です。青年団を作りたいという声も出ています。子どもみこしを中心に、昔からの住民も新しく入ってきた人も、にぎやかに楽しくまとまっていけばいいですね。