

藤尾 乃里江さん(太 田)からのご紹介!

## 中村 由布子さん(北中条)

### 夢中になって6年目

息子の小学校入学を機に津幡町へ移り住み、多くの方に支えられながら日々を過ごしています。中でも、親子で所属している和太鼓チームは、私にとって大切な場所の一つです。太鼓や篠笛の音色は身体中に響き、仲間と打ち込めば仕事の疲れも吹き飛びます。仲間に教わりながら何度も動画を見て曲を覚えめました。こんなにも夢中になれるものに出会えたのは、人生で初めてかもしれません。普段は息子に口うるさい私ですが、太鼓になると息子からアドバイス(ダメ出し)をもらうこともあり、悔しい反面、成長の喜びも感じています。演奏を通して、俱利伽羅峠の歴史や祭り、曲目にもある八重桜など、町の魅力を知ることができました。自然の恵みや人の温かさに感謝しながら、今日もみんなと汗を流します。

349



みんな大好きキンシュール合宿では太鼓も遊びも全力!(本人前列中央)

HAPPY TSUBATA  
 幸せつなごう  
**友だちリレー**

このコーナーは、町民の皆さまをリレー方式で紹介していきます。

# Cook Do

## どう?



クックドゥ どう? ~今月の料理~  
 AYT(朝に野菜を食べよう)推進レシピ  
**キャベツののり和え**

#### 1人分栄養価

エネルギー	29kcal	たんぱく質	2.0g
脂質	0.4g	食塩相当量	0.2g
食物繊維	0.9g		

#### 【材料 2人分】

- キャベツ……………大きめ2枚
- ちくわ……………1本
- 焼きのり……………1枚
- いりごま……………小さじ1
- A 酢……………小さじ2
- 砂糖……………小さじ1

#### 【作り方】



① キャベツはざく切り、ちくわは輪切りにする。耐熱容器に入れ、ふんわりラップをかけて電子レンジ(500W)で約3分加熱する。



② 粗熱が取れたらAを加えて和える。仕上げに焼きのりをちぎって加え、さっと混ぜる。

※写真は1人分

町管理栄養士の  
一口メモ

キャベツにはビタミン類や食物繊維などが豊富に含まれています。のりとごまを加えることで少ない調味料でも美味しく仕上がります。

過去のレシピはこちら



# 図書館へおいでよ

文化会館「シグナス」内 ☎ 288-2126  
デジタルライブラリーでは、電子書籍が借りられます



図書館ホームページ



デジタルライブラリー



## 今月のカレンダー ○は休館日

日	月	火	水	木	金	土
						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	5/1	2
3	4	5	6	⑦	8	9

開館時間 火曜日～金曜日 10時～19時  
土・日・祝日 10時～18時

## 今月の行事

行事	日時
詩をたのしむ	4月 9日(木) 13時30分
えほんのじかん	4月15日(水) 11時
アリシャと英語で話そう for kids!	4月15日(水) 16時30分
古典をたのしむ	4月16日(木) 13時30分
町史をよむ	4月18日(土) 10時30分
のまひょうしぎ in 津幡	4月18日(土) 14時



## こどもの読書週間 - ことばがきみのはねになる - 4月23日(木)～5月12日(火)

読書週間中は、えほんの読みきかせや紙芝居、楽しいおはなしなどがいっぱいです。家族やお友だちと一緒にご来館ください。

### ミニおはなし会リレー

日時 4月25日(土)・26日(日)、  
5月2日(土)～4日(祝)・  
6日(振休)・9日(土)  
各日 11時～  
場所 ちいさなへや



### わくわく・ドキドキ映画会「日本の昔ばなし」

日時 4月29日(祝)、5月10日(日) 各日 11時～  
場所 視聴覚ホール

### おはなし会スペシャル

パネルシアター、絵本、紙芝居、おはなしなど、盛りだくさんのおはなし会です。  
日時 5月5日(祝) 11時～  
場所 ちいさなへや



## 第14回手づくり絵本教室 受講生募集

みんなで楽しく絵本をつくってみませんか。  
初回は5月23日に開催します。

日時 5月～8月  
土曜10時～12時  
毎月1～2回(全7回)

場所 創作室2  
講師 沢田奈美枝さん  
(絵本作家)

対象 小学5年生以上～大人  
※5年生未満は保護者の  
付き添いが必要

参加費 300円 ※初回に集めます

持ち物 手ふき、作品を入れる袋など

定員 先着12人

申込 4月30日(木)～



## 図書館サポートクラブ 募集

図書館行事のお手伝いや書架の整理などを行う、サポートクラブのメンバーを募集します。

図書館を支えるボランティアとして、より良い図書館にするために職員と一緒にがんばりましょう。

日時 6月～3月の第2土曜日 10時～  
※8月、1月は休み

対象 小学4年生以上  
※活動日の3週間前までに  
申込が必要

定員 先着8人程度



## めざせ!“としょかんキッズ”

### 年間スタンプラリー

図書館で行われる「おはなし会」などの対象イベントに参加すると、スタンプがもらえます。

参加した日から1年間でスタンプを10個集めた方に「つばたとしょかんキッズ」の認定証とプレゼントを差し上げます。

お友だちと一緒に、認定を目指してみませんか？



※写真は以前のプレゼントです

## 図書館ボランティア 募集

図書館では、利用者の方にとってより利用しやすく、より身近な図書館になることを目指し、その活動を支えていただくボランティアを募集しています。

読み聞かせや書架の整理など、できる範囲で活動することができます。

ボランティアに興味のある方は、図書館カウンターまでお気軽にお問い合わせください。

世界への玄関口

**つばた空港**  
Tsubata International Airport

# Angelo Raffaelli

アンジェロ 入団!!





つばた空港執筆者  
(町CIR・ALT)製作!  
つばたイングリッシュ  
チャンネル



氏名 アンジェロ・ラファエリ  
Angelo Raffaelli  
誕生日 1998年9月15日  
出身 アメリカ カリフォルニア州  
趣味 登山、体を動かすこと、読書  
E-mail gakkoukyouiku@town.tsubata.lg.jp

## 卒業シーズン

津幡町のみなさん、こんにちは! やっと春が来ました。つまり、日本の新学年の始まりですね。数週間前に津幡中学校の卒業式があり、僕が初めて津幡町に来たときに1年生だった生徒たちが卒業し、高校に進学することになりました。卒業までの数か月間、生徒たちは一生懸命高校を選び、入学試験の準備をしていました。アメリカとは全然違うので、その違いについて話したいと思います。

アメリカでは、中学校(またはミドル・スクール)を卒業することは大きなイベントではありません。生徒たちは8年生を終えて、次の学年から高校が始まります。僕のミドル・スクールでは、小さなお祝いと発表会がありましたが、式や卒業証書はありませんでした。

アメリカの高校は合計4年間で、日本の中学校の最後の学年と高校3年間で合わせたようなイメージです。ふつう、アメリカの高校に入るときは入学試験はなく、家から一番近い学校に通うことになります。学年の始まりは8月末で、終わりは6月の初めです。その間の約2か月半が夏休みです。

高校の卒業はもっと大きなイベントで、式では生徒たちは伝統的な外套を着て、キャップをかぶり、卒業証書をもらうときにステージに上がって校長先生や先生と握手をします。生徒全

員が証書をもった後、新しい旅の始まりを表すためにキャップのタッセルを右から左に動かし、お祝いの気持ちでキャップを空に投げます!

卒業生が大学での勉強を続けたい場合、そのプロセスも日本とは大きく異なります。各大学が別々の入学試験を行うわけではなく、学生が受けることができる適性検査は2つあり、大学はそのどちらかを受け入れます。

生徒は高校の成績やそのほかのレポートとともに、自分の検査の結果を1つのパッケージにまとめ、希望する数の大学に送ります。これはすべて高校の最終学年である4年生の前半に行われます。なので、冬休みが終わり2学期が始まる頃には、すでに大学に合格している学生も多いです。

そのため、大学進学が決まると、高校最後の学期は友達と遊びたいだけで、学業への意欲が全くなってしまふ「senioritis(シニオリティス)」という状態になる生徒も少なくありません。そして、信じてください。この「状態」はとても伝染性があります。



# こども科学館

文化会館シグナス内  
☎288-7146 FAX)288-7143

## 科学実験・工作[参加無料]

身の回りにある科学のふしぎや力を利用して実験や工作を行います。(内容により、対象年齢が異なります)

### 日時

- 4月11日(土) 14時～ ストローライダー1・2
- 4月18日(土) 14時～ お魚ういたりしずんだり
- 4月25日(土) 14時～ 水にうかせる実験
- 5月 2日(土) 14時～ かさぶくろロケット
- 5月 5日(祝) ①10時30分～ ②13時30分～ ③14時40分～  
スライム・スーパーボールをつくろう!
- 5月 9日(土) 14時～ 着せかえCDコマ

※イベント参加は科学館への予約が必要です。  
平日の火～金曜日 10時～17時に科学館へ連絡してください。

## 4月-5月 開館カレンダー

Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat

						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	5/1	2
3	4	5	6	7	8	9

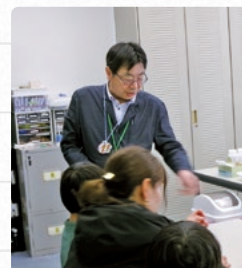
開館日・時間 ※12～13時は閉館

■ 10:00-16:00 ■ 14:00-16:30

## 小林館長 最後の科学工作はスライム

小林誠司館長が3月をもって、退任しました。平成25年度にまちなか科学館を立ち上げてから、現在のこども科学館に至るまでの13年間、数多くの科学活動を企画・運営し、科学の楽しさや不思議さを子どもたちはもちろん、幅広い世代に伝え続けてきました。

最後の科学工作は、人気のスライム!みんな大喜びで大満足の40分間でした。



- ・入場時間、人数を制限することがあります
- ・土日の12～13時は換気や清掃のため閉館します

チャンネルつばた

ケーブルテレビ

番組表



ケーブルテレビにご加入で、テレビリモコンの「11」を押してもチャンネルが変わらない場合は、テレビ本体の設定が必要です。詳しくはお問い合わせください。

4月更新分

問合せ 企画課 ☎288-2158

特別番組

新レギュラー×ぶんぶんボウル  
津幡町防災隊 ～ もしにも備えよう ～



近年、令和5年7月豪雨災害、令和6年能登半島地震など、多くの災害が発生していますが、災害には日頃からの備えが重要です。この番組では、「津幡町防災隊」に扮したレギュラーとぶんぶんボウルと一緒に、「適切な避難行動」や「5段階の『警戒レベル』の見方」、「避難所での生活体験」などを通して、いざというときのために知っておきたい情報を学びます。

番組	4月16日～
つばたホットライン	・親子ふれあい科学教室 ・百年の一献 河合谷御酒誕生祭
津幡町防災隊	吉本芸人のレギュラーとぶんぶんボウルが「津幡町防災隊」に扮し、災害時の避難行動や警戒レベルの見方を学ぶほか、避難所での生活を体験します。
科学のまち つばたdeサイエンス	身近にある材料を使って、作って・遊んで・学ぶ科学番組。今回はシーズン5の第5弾「磁石のふしぎ」を再放送します。
困ったときは 津幡町消費生活センターに相談してください	クーリング・オフなどの消費者契約に関する基本的な知識や、よくある悪質商法の事例のほか、困ったときの相談先などを紹介します。
津幡町ウラガワ 探偵事務所	町内の施設や事業所の裏側に探偵が潜入し、みんなが知らない秘密を探る「津幡町ウラガワ探偵事務所」。今回は「便利伽羅塾編」を再放送します。
Cook! AYT	Cook Do どう?でおなじみのAYT(朝に野菜を食べよう)レシピ。今回は、1日に必要な野菜350gを無理なくとれるレシピを再放送します。
津幡町デジタル郵便 サービス	津幡町からの郵便がスマホに届く!簡単便利な「デジタル郵便サービス」。利用方法はもちろん、マイナンバーカードのよくある質問も紹介します。
移住定住促進 ～津幡Life.LOVE～ ※ダイジェスト版	移住・定住支援制度を活用して他市町から移住された方にインタビューしながら、津幡町に「住む」というテーマで津幡町の魅力を発信します。
イチオシ!つばたび ※ダイジェスト版	仲よし女性3人が津幡町の観光スポットや美食など、イチオシスポットを紹介する番組。「森であそぶ」「自然を満喫」「じわもん」の3部構成でお届けします。
つばたイングリッシュチャンネル	ネイティブの発音を聞いて、大人子どもも楽しくLet's learn English! いろいろなテーマで楽しく英語が学べる内容になっています。
くわいだん 一怪談 (島根県)	妖怪といえば水木しげる、怪談といえば小泉八雲。島根半島をぶらり旅しながら怪談と妖怪の不思議な世界を探ります。
爆旅道中記 (熊本県)	視聴者からのミッションをクリアするため、地元で人気の市民パーソナリティ3人が台本一切なしの波乱爆笑旅に挑みます。 ※原則、前編・後編構成
釣りバカZ (北海道)	函館の釣り好きコンビ、浜ちゃん&スーさんが過酷な釣りミッションや、巨大魚などのロマンを求める釣り番組。2人の珍道中をお楽しみください。
レッツゴー!まちっぴちゃん (長野県)	北陸新幹線飯山駅を中心とする長野県と新潟県9市町村で構成する「信越自然郷」の情報番組です。
地サン地ショー・クッキング (島根県)	調理師専門学校を卒業したフリーアナウンサーが、子どもから高齢者までしっかり食べられる料理を紹介します。
新THE COLORS～人生に彩りを～ (富山県)	富山県射水市で活躍するさまざまな人をゲストに迎え、活動に密着しながら「未来への想い」を向うインタビュードキュメンタリー番組です。

新規加入申込・お問い合わせ 金沢ケーブル 0120-751-114

チャンネルつばたでは、火災発生時や警報発令時、防災無線の放送内容も、文字で配信しています。

毎週水曜日の3時から30分間、機器メンテナンスのため放送を休止します。また、都合により番組タイトル・内容を変更する場合があります。

	00分～	30分～
6時	ホットライン	イングリッシュ・住宅防火・町歌体操
7時	消費生活・ウラガワ	COLORS・移住・つばたび
8時	釣りバカZ	爆旅道中記
9時	ホットライン	地サン地ショー・クッキング
10時	津幡町防災隊	レッツゴー!まちっぴちゃん
11時	サイエンス・くわいだん・デジタル郵便・AYT	
12時	ホットライン	北國新聞ニュース
13時	釣りバカZ	COLORS・移住・つばたび
14時	地サン地ショー・クッキング	爆旅道中記
15時	ホットライン	
16時	まちスタ330	
17時	津幡町防災隊	消費生活・ウラガワ
18時	ホットライン	釣りバカZ
19時	レッツゴー!まちっぴちゃん	COLORS・移住・つばたび
20時	サイエンス・くわいだん・デジタル郵便・介護予防体操	
21時	ホットライン	消費生活・ウラガワ
22時	津幡町防災隊	地サン地ショー・クッキング
23時	爆旅道中記	デジタル郵便・AYT
24時	ホットライン	レッツゴー!まちっぴちゃん
1時	消費生活・ウラガワ	釣りバカZ
2時	COLORS・移住・つばたび	地サン地ショー・クッキング
3時	ホットライン	爆旅道中記
4時	津幡町防災隊	レッツゴー!まちっぴちゃん
5時	サイエンス・くわいだん・デジタル郵便・AYT	

土・日・祝日は、「北國新聞ニュース」「まちスタ330」を休止し、別番組を放送します。詳細は、電子番組ガイド(EPG)をご覧ください。

チャンネルつばた 今月のイチオシ

新 いつまでも元気に自分らしく 介護予防体操



介護予防活動を行うボランティア「介護予防メイト」が、自宅简简单にできる10分程度の体操を紹介します。

あなたのご意見、お聞かせください!!

ケーブルテレビ アンケート

4月更新分のチャンネルつばた放送番組について、アンケートを実施します。

「町電子申請サービス」から回答ください。

抽選で1人に1,000円分のドレミファお買物券を進呈します。

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

申込

4月16日(休)～5月15日(金)

応募・問合せ

津幡町役場企画課  
☎288-2158



町電子申請サービス



# 公立 河北中央病院

# 赤ひげ通信

## 骨粗鬆症の予防のための食生活

管理栄養士 山原 和子

骨粗鬆症とは、骨の量が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。日本では約1,248万人の患者がいるとされ、高齢者が気を付けなければいけない病気として大きな問題となっています。

骨粗鬆症を予防するためには、さまざまな栄養素をバランスよくとることが大切です。偏った食事では栄養のバランスが崩れ、体がうまく働かなくなることがあります。栄養バランスが偏らないように、いろいろな食品を食べ、骨の健康に役立つ栄養素を積極的にとりましょう。

骨の健康のために、特に大切な栄養素は次の4つです。

### ① カルシウム

カルシウムは骨の主な成分であり、欠かすことのできない栄養素です。しかし、国民健康・栄養調査では、男女とも多くの年代でカルシウムが不足していることが報告されています。骨粗鬆症の予防や治療の観点から、一日700〜800mgの摂取が必要とされています。カルシウムを多く含む食品には、骨ごと食べられる魚介類や乳製品などがあります。

### ② ビタミンD

ビタミンDは、腸からのカルシウムの吸収を促進し、血液中のカルシウム

を骨まで運ぶ働きがあります。また、骨を作る骨芽細胞の働きを促進して骨の形成を助けたり、転倒を抑制する作用があるという報告もされています。カルシウムは吸収されにくい栄養素のため、ビタミンDと一緒にとることが大切です。多く含まれる食品には、魚介類や干ししいたけなどのきのこ類があります。

### ③ ビタミンK

ビタミンKは、骨にカルシウムが取り込まれるのを促し、骨の破壊を防ぐ働きがあります。納豆やパセリ、ほうれん草などに多く含まれています。

### ④ マグネシウム

マグネシウムは骨を作る骨芽細胞に働きかけ、骨に取り込まれるカルシウム量を調整します。不足すると、摂取したカルシウムが骨の形成に十分活用されません。あおさ、ごま、アーモンドなどに多く含まれています。

一方で、リン・食塩・カフェイン・アルコールをとりすぎると、カルシウムの吸収を妨げることがあります。骨粗鬆症の検査は整形外科で骨密度測定をご希望ください。医師・看護師・理学療法士・作業療法士・管理栄養士などの医療専門職が連携し、皆さんの健康づくりを支援します。

## 俳句「早春（春浅し）」

- ・ 早春や磯に打ち寄す歌仙貝
- ・ 手庇で眺むる山や春浅し
- ・ 早春や田畑の土はまだ覚めず
- ・ 職場にも新人来たる春浅し
- ・ 春浅し街路の木の葉は萌黄色

太田 前山優美子  
牛首 永多 澄枝  
太田 加藤 定雄  
太田 畠山 智子  
北中条 鈴木 準一

## 川柳「表」

- ・ 意表つく勝負手決めて勝ちとなる
- ・ 表より裏道にある物語
- ・ 物事に表裏あり要注意
- ・ 表裏無い人皆に慕われる
- ・ 表道恋はうら道まわり道

坂戸 永下 茂和  
太田 洞庭 撰従  
領家 堂川 武久  
川尻 吉田 順子  
庄 木村 博美

## 短歌

- ・ 正月に畑の水仙かなしみて今雪かぶる仏焰菖は
  - ・ 孫二十歳我傘の祝い酒おんぶ好きであり何時おんぶされん
  - ・ 観音をすつる海辺に尋ね来つ海鳴り聞こゆ水仙花揺る
- 中須加 松本 公江  
清水 久世 真弓  
太田 前山優美子

### 5月の課題

俳句「風光る」

川柳「道」

締切日 4月15日(水)必着

選者

俳句 藤江 紫虹氏  
川柳 洞庭 泰氏  
短歌 秋葉 四郎氏

### 投句先

俳句と川柳

〒929-1039 3

津幡町字加賀爪ニ3番地

企画課広報統計係

### 短歌

〒929-1032 6

津幡町字清水リ123番地3

津幡地域交流センター



心を伝える

## 手話で話そう

手話は、手指の動きや表情などを使って相手に思いを伝える「言語」です。

手話を身近に感じてもらうため、日常で使える手話を紹介します。

### こんにちは、はじめまして

町YouTubeでも紹介しています



こんにちは



向かい合わせで立てた両手の人差し指を同時に曲げます。

はじめまして



手の甲の上に反対の手を置きます。手を引き上げながら、人差し指は残して閉じます。



下に置いた手の人差し指を立てて握り、両手を合わせます。

手話表現:津幡町手話奉仕員養成講座講師 真弘 一騎さん

Point

正しく表現しようと萎縮せず、相手の目を見て、笑顔で、少し大ききなくらいの動作で表現することがポイントです。

## 津幡町住吉公園屋内温水プール アザレア



## おうちでフィットネス

健康や体力の維持向上に役立つ運動やストレッチを紹介します。

※無理のない範囲で行いましょう  
※病气やけががある場合は、主治医に相談しましょう

### 肩甲骨のストレッチ

町YouTubeでも紹介しています



握りやすく、十分な長さのタオルを準備し、両手で端を持ちます。



息を吸いながら、両腕を頭の上に伸ばします。



息を吐きながら、肩甲骨を中央に寄せるようにして、タオルを首の後ろまで下げます。

榎エイム アザレア店監修 運動紹介:アザレアインストラクター

Point

タオルを引き下げるとき、頭を下げてしまうと背中が曲がり、肩甲骨が十分に動かせなくなります。姿勢が崩れないように注意しましょう。

## 頭の体操にいかが？

## QUIZ [クイズ] ホンナガヤ

答えは広報紙の中に必ず出ています。住所・氏名・答え・感想を書いて、ハガキや電子メール・FAXでお送りください。[町電子申請サービス]で簡単に回答できます。

全問正解者から抽選で3人に1,000円分のドレミファお買物券を進呈します。

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

- ① 河合谷産の米を使用した日本酒。「●●●●」
- ② まちづくりの方向を定め、それに向かって取り組む指針とするもの。「●●●●●」
- ③ 紙文書の郵送に変えてスマホに送信します。「●●●●●●サービス」
- ④ 4月から定期予防接種になりました。「●●●●●●ワクチン」
- ⑤ 骨芽細胞に働きかけ、骨に取り込むカルシウム量を調整します。「●●●●●●」

受付 4月30日(木)まで  
応募先 929-0393 加賀爪ニ3 津幡町役場企画課  
FAX 288-6358

✉ kikaku@town.tsubata.lg.jp

町電子申請サービスでの回答はこちらから→



## キャッチボール(あとがき)

4月になり新年度が始まりました。この節目に1年間の目標を立ててみませんか？目標を立てるときは、長期・中期・短期に分けて考えると取り組みやすくなります。まず、1年後にどうなりたいか決め、その目標に近づくための中期目標を設定します。さらに、日々の行動として短期目標を決めると実践しやすくなります。まずは、できることから始めてみましょう。(北方)

# 慶 弔 だ よ り

2月  
受付分

このコーナーに掲載を希望される方は、町民課までお申し出ください。

プライバシー保護のため、当町に住所を有する(有した方で、本人またはご家族の申し出があった方のみ掲載しています。

## すこやかに

中村	植田	舟見	西谷	北畠	池田	大門	前田	森林	子どもの名	親の名	住所
鳳梨	陽琉	伶翔	曆	侑詩	羽希	実橙	理玖	千琉	永吉	星吉	能瀬
美邦	真雄	奈将	穂晴	久拓	千計	恵正	裕貴	星吉	子史	井上	庄
帆彦	白輝	津香	乃香	瑠美	尋太	里幸	加賀爪	能瀬	井上	庄	能瀬

## おしあわせに

山本	砂山	南出	横山	山口	シャハザード	ネンタラド	山田	宮本	森田	奥野	館村	門村	米田	加茂川	山本	笹嶋	道村	越野	西村	日向
春來	想空	純花	伊織	愛菜	麗舞	奈也	隆	加代子	静枝	梅子	文次	文子	健人	武	春夫	邦子	幸子	雅人	紀代	菊野
優直	萌雄	侑春	垂淳	伊平	奈也	横	庄	井上	清水	鳥屋	津幡	太田	南中	横	山	興	渦	大	川	井上
子樹	夏大	香樹	伊平	南中	奈也	横	庄	井上	清水	鳥屋	津幡	太田	南中	横	山	興	渦	大	川	井上

## やすらかに

成田	得能	西田	高木	吉池	石庫	香林	泉	中田	西田	山中	長谷川	氏名	年齢	住所
鈴子	英樹	つや	孝一	一男	クニ子	一男	一男	ミサヲ	スミ子	徳姫	進	76	76	能瀬
94	88	74	76	101	96	81	86	101	80	84	76	76	76	能瀬
五反田	下河	中橋	太田	津幡	津幡	清幡	清水	材木	加賀爪	太田	能瀬	能瀬	能瀬	能瀬

### 広報紙を電子配信

### 「マチイロ」で広報紙をスマートに読む

スマートフォンに「マチイロ」アプリを入れ、画面の指示に従って簡単な登録を行うと、毎月発刊日に「広報つばた」が電子配信されます。



#### ■アプリの仕様変更について

アプリの仕様変更により、4月から最新号のみの閲覧となります。(バックナンバーの閲覧はできなくなります)

▶ 問合先 企画課 ☎288-2158

山田	宮本	森田	奥野	館村	門村	米田	加茂川	山本	笹嶋	道村	越野	西村	日向
隆	加代子	静枝	梅子	文次	文子	健人	武	春夫	邦子	幸子	雅人	紀代	菊野
72	87	80	82	59	81	29	83	87	97	78	73	85	101
山北	興	渦	大	川	井上	清水	鳥屋	津幡	太田	南中	横	山	興
北	津	端	坪	尻	庄	水	尾	幡	田	条	浜	山	興

### ご寄附ありがとうございます

- ◎津幡町へ
  - 一、金8万円
  - 石川かほく農業協同組合(清水)
  - ◎津幡町立図書館へ
    - 一、金15万円
    - 児童図書(電子図書含む)購入費
    - 公益社団法人金沢法人会(金沢市)
- ◎津幡町社会福祉協議会へ
  - 一、食品、日用品
- ◎日本赤十字社石川県支部
  - 津幡町分区分へ
  - 一、金30万円 勝泉 完(庄)
  - 一、金30万円 匿名(庄)
- ◎日本赤十字社
  - 令和6年能登半島地震災害義援金
  - 一、金776円
- ◎日本赤十字社
  - 令和6年9月能登半島大雨災害義援金
  - 一、金776円 刈安公民館
- ◎社会福祉法人やまびこへ
  - 一、金1千円 匿名
  - 一、菓子・ジュース計400点 匿名
  - タニイ自動車(浅田)



### 防災行政無線が聞き取りにくいときに 防災行政無線テレフォンガイド ☎076-289-3150

地震などの緊急時や各種警報の発令時に、防災行政無線の屋外スピーカーから町内全域に情報を放送していますが、同じ内容を電話で確認することができます。

混み合っている場合は、しばらくたってからおかけ直してください。

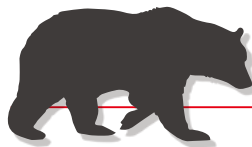
### 令和6年能登半島地震災害 災害支援金

(2月20日~3月18日申し出確定分)

皆さまのご支援・ご協力  
ありがとうございます

個人

匿名4人



### 昨年は春に多数目撃!! 春先もクマ出没に注意

問合先 農林振興課 ☎288-6704  
石川県自然環境課 ☎225-1477

全国的にクマの生息地が市街地に近づいている傾向にあり、1年を通して警戒が必要です。

クマを市街地に寄せ付けないため、また人身被害を防止するための対策を徹底しましょう。もしもクマに遭遇した場合は、刺激しないように静かに走らず立ち去りましょう。

#### 私たちができるクマ対策

- ・集落に接する草むら进行り払う
- ・野菜や果実は早めに収穫し、生ごみやペットフードを放置しない
- ・山林近くでは早朝や夕方、夜間の散歩・ジョギングを控える
- ・山に入る際は2人以上で行動し、鈴やラジオを携帯する
- ・林道などで車から降りる際は、クラクションを数回鳴らす

