

情報パーク



町内交通事故・火災発生状況 (令和5年2月28日現在)

		令和5年1月からの累計	前年比
交 通 事 故	件 数	2件	2
	負傷者数	3人	3
	死者数	1人	1
火 災	建 物	1件	1
	林 野	0件	0
	そ の 他	0件	△1
	負傷者数	0人	△1

火災などの問い合わせは…☎22-2999

納 税

納期限：5月1日(月)

- ・固定資産税(1期)
- ・後期高齢者医療保険料(1期)

はな
華だより 日野敦子
志賀町華道協会 【古流】



素材：
もくれん
木蓮
べにみょうれんじ
紅妙蓮寺

お知らせ

【令和5年度】固定資産税の納期

	納期限
1期	令和5年5月1日(月)
2期	令和5年7月31日(月)
3期	令和5年12月25日(月)
4期	令和6年2月29日(木)

納税通知書は4月中旬に
発送予定です。

※口座振替の人は、納期限に引き落としとなるので、納税通知書に記載の口座番号などを確認の上、残高確認をお願いします。

※すでに口座振替を登録している場合でも、前年中に所有者・納税義務者の変更があった場合(共有名義で持分および構成員の変更があった場合も含む)、新たに口座登録が必要です。

※同封の課税明細書は、再発行できません。大切に保管してください。

☎ 税務課 ☎ 32-9141

土地・家屋価格等縦覧帳簿の 縦覧について

令和5年度の縦覧帳簿について、固定資産税の納税者を対象に、次のとおり縦覧できます。

◆期 間 4月3日(月)～5月1日(月)
8:30～17:15 ※土・日・祝除く

◆場 所 志賀町役場 税務課

◆記載項目
土地価格等縦覧帳簿：所在・地番・
現況地目・現況地積・評価額
家屋価格等縦覧帳簿：所在・家屋
番号・種類・構造・床面積・評価額

※なお、閲覧については、固定資産の価格などを固定資産課税台帳に登録し、公示した日から可能です。

☎ 税務課 ☎ 32-9141

テント市

◆日 時 4月25日(火)
8:30～11:00

◆場 所 みちのえき
「旬菜館」

☎ 農林水産課
☎ 32-9290



水道メーター検針員(若干名) 募集

◆職務内容 水道メーターの検針業務

◆担当地区 高浜地区(1,000件程度)

◆検針作業日と時間帯

毎月1日から5日の日の出から日没の間(この期間内での検針が必要)

◆委託料 1件 65円

◆委託期間 1年間(継続あり)

◆募集期限 令和5年4月28日

◆資格要件 町内在住で、体力・視力に支障のない人

◆採用方法 書類審査後面接で決定

◆申込方法 履歴書を提出(郵送可)

☎ 申 問 まち整備課上下水道室料金担当
☎ 32-9533

富来放牧場 臨時職員募集

◆募集職種

牛の飼育補助(マニュアルに沿った給餌とその準備、牛舎内通路、飼槽の清掃、牛舎パドックのふん尿除去助手)

◆勤務地 富来放牧場(和田15-1)

◆勤務時間 土・日・祝日、月曜日
(月8日間まで)

(半日勤務) 8:00～11:00 または
13:00～16:00(3時間)

(1日勤務) 8:00～16:00
(7時間 休憩1時間)

◆給与・待遇 時給1,039円

※賞与・手当なし、社会保険なし、
労災保険あり

☎ 申 問 (一社)石川県農業開発公社
富来放牧場 ☎ 42-2624

花のミュージアム フローリィからのお知らせ

2023年4月19日(日) OPEN!

スタッフ一同、みなさまのお越しを
お待ちしております!

- ◆開館時間：10:00～16:00(入館無料) \インスタ、LINE やってます♪/
- ◆休館日：月・火曜日(祝日の場合は翌平日)
冬期休館(12月～4月下旬)
- ◆電話：0767-32-8787
- ◆HP：https://www.fleurii.jp



花のミュージアム
フローリィ

のとキリシマツツジ オープンガーデン 2023

4月中旬から5月中旬まで、輪島市、珠洲市、穴水町、能登町の62カ所と志賀町「土田の郷」で、のとキリシマツツジがある個人のお庭などが公開されます。花の見頃は7～10日間と短いですが、満開になると遠くからも存在がわかるほどに深紅に色づく花びらが特徴的です。百聞は一見にしかず。「能登の天花」と称されるのとキリシマツツジをぜひ見に来てみませんか。

お庭の場所・開花情報は

うえるかむ奥能登 検索



石川県奥能登総合事務所企画振興課
☎0768-26-2303

石川県最低賃金の改正

石川県内の事業者には適用される最低賃金より低い賃金で労働者を雇用することはできません。

●地域別最低賃金（県内全ての労働者に適用）

最低賃金の名称	時間額	改正発効
石川県最低賃金	891円	令和4年10月8日

詳しくは… 石川県最低賃金 検索

石川県労働局労働基準部賃金室
☎076-265-4425

シンガーソングライター YAMATO さんが町に寄附

シンガーソングライターのYAMATOさんから、昨年9月に開催したさくら貝・長田萬燈祭支援チャリティコンサートの売上の一部65,000円を、さくら貝資料館の運営に役立ててと、寄附をいただきました。



国立能登青少年交流の家 「桜まつり」

さまざまなイベントブースを当施設自慢の「桜の森」を舞台に展開します。当施設でお花見してみませんか。

◆日時 4月8日(土)～9日(日)
10:00～14:00

◆内容

生バンド演奏、キッチンカー出店、ユニバーサルスポーツ体験、青空クラフトなど



国立能登青少年交流の家(羽咋市柴垣町)
(担当: 恩田・郷原) ☎0767-22-3121

につぼん縦断こころ旅 お手紙募集

NHK-BSプレミアムで放送予定の「につぼん縦断こころ旅(2023春の旅)」。4月3日、沖縄県をスタート。沖縄、宮崎、大分から、兵庫、大阪、京都をめぐる、福井、石川、富山を北上し新潟から山形を目指します。番組では、皆さんからのお手紙で旅のルートを決定するため、町内の「忘れられない場所、風景」にまつわる手紙を募集します。

◆石川県の放送予定

6月26日(月)～30日(金)

◆応募期限

5月8日(日) 必着

◆応募内容

住所、氏名、電話番号、性別、年齢、思い出の場所、風景にまつわるエピソード

◆応募は、番組ホームページ、FAX・郵送で受付



国立NHKふれあいセンター

☎0570-066-066 ☎050-3786-5000
FAX03-3465-1327

(〒150-8001 NHK「こころ旅」係)



【令和5年度】 ひとり親家庭等児童入学支度金

ひとり親家庭などの児童の福祉向上のため、入学支度金を支給します。

(1)支給対象者

小学校または中学校に入学する児童を養育するひとり親家庭などの母、父または養育者で、志賀町に住所を有する人

(2)支給額

児童1人につき 30,000円

(3)必要書類

①志賀町ひとり親家庭等児童入学支度金支給申請書(請求書)

②振込先の分かる通帳や

キャッシュカードの写し

(4)申請期間

小学校または中学校に入学した日
～令和5年5月31日

(5)申請窓口 子育て支援課

志賀町のひとり親手当などを受給している人で該当する人には、子育て支援課より案内通知を送付します。申請書は志賀町ホームページからダウンロードできます。

子育て支援課 ☎32-9122

志賀町土地改良区からの お知らせ

令和3年度一般会計および特別会計の決算書、ならびに令和5年度配水計画を土地改良区事務所に掲示しています。閲覧希望者は事務所までお願いします。

◆場所 志賀町役場2階8番窓口

◆時間 4月3日(月)～28日(金)
9:00～17:00 ※(土)(日)除く

志賀町土地改良区

☎32-3851
FAX 32-4545



高齢者活躍人材確保育成

人生100年時代

60歳以上
シニアの新しい働き方

志賀町
シルバー人材センター

志賀町富来領家町甲10
☎42-2170

詳しくは 志賀町シルバー 検索

石川県シルバー人材センター連合会

剪定講習

受講料 無料!

日時 5月30日(火)・31日(水)
6月1日(木)の3日間 9:00～

会場 七尾市勤労者総合福祉センター
七尾市小島町西部1番3

対象 60歳以上の方(定員10名)
受講後シルバー会員として就業を希望される方

締切 5月16日(火)

※申し込み・問合せは
志賀町シルバー人材センター
TEL 42-2170まで

資格取得講習会案内

七尾会場 [実施・月/日]

◆フルハーネス特別教育	[4/25]
◆フォークリフト運転技能講習	[5/19～]
◆特定化学物質等作業主任者技能講習	[5/24～]
◆職長・安全衛生責任者教育	[5/30～]
◆ガス溶接技能講習	[5/22～]
◆アーク溶接特別教育	[5/29～]
◆小型移動式クレーン運転技能講習	6月実施
◆玉掛け技能講習	6月実施

★労災・雇用保険の手続きは事業者の義務です!
事業主・ご家族・一人親方様の特別加入も即手続きします。

(一社)七尾労働基準協会 ☎0767-52-5343
申込書など詳しくは当協会ホームページで!年間計画も掲載しています。

国民年金保険料を納めましょう

【国民年金保険料は納付期限までに納めましょう】

令和5年4月分から令和6年3月分までの保険料は、月額16,520円です。保険料の納付期限は翌月末(例えば4月分は5月末まで)です。未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金が課されるだけでなく、納付義務のある人※の財産が差し押さえられる場合がありますので、納付期限までに納付をお願いします。

※納付義務者は被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者および世帯主です。

「口座振替」申込方法

「国民年金保険料口座振替納付(変更)申出書」に必要な事項を記入・押印(金融機関への届出印)し、お近くの年金事務所へ郵送、または年金事務所の窓口や口座振替を行う口座のある金融機関・郵便局の窓口へ提出してください。保険料の納付期限は翌月末です。口座振替日が土・日・祝日の場合は、翌営業日に引き落としされます。口座振替申出の開始時期などは、手続き完了後に通知します。通知が届くまでの間は、納付書を大切に保管してください。

※「国民年金保険料口座振替納付(変更)申出書」は年金事務所の窓口、日本年金機構ホームページにあります。申し込み前に、必ず提出期限を確認してください。

「クレジットカード納付」申込方法

保険料の納め忘れ防止に、クレジットカード納付を利用してください。利用には「国民年金保険料クレジットカード納付(変更)申出書」の提出が必要です。お近くの年金事務所の窓口へ提出してください。また、郵送による手続きも行っています。国民年金保険料の支払いに利用できるクレジットカードは、次のいずれかの国際ブランドのマークが付いたクレジットカードです。

<支払いに使用可能なカード>

VISA、Mastercard、ダイナースクラブ、JCB、アメリカンエキスプレス

※カード利用について、必ずしもポイントが付与されるわけではないので、ポイントの付与についてはカード会社に問い合わせてください。

☎ 住民課 ☎ 32-9121 ☎ 七尾年金事務所 ☎ 0767-53-6511

石川県広報コンクールで「広報しか7月号」最優秀賞受賞しました

広報しか7月号が石川県広報コンクールの広報紙部門・町の部で最優秀賞を受賞しました。羽咋郡市消防本部の協力のもと、羽咋市・宝達志水町と合同で羽咋郡市広域圏事務組合 組合消防50周年を特集しています。今後も皆さんに町の情報をわかりやすくお届けしていきます。



☎ デジタル情報課 ☎ 32-9261

狂犬病の予防注射を受けましょう

狂犬病予防注射の集合接種を実施します。どこの注射会場でも都合のよい日時で接種することができます。3月中に郵送された案内ハガキの裏面の問診票を記入の上、必ず持参してください。

登録している犬が死亡している場合や、飼い主の変更などがあった場合は、環境安全課または富来支所窓口へ届け出をお願いします。



【予防注射料金・・・3,500円】

新しく犬を飼った人は、登録が必要です。注射会場でも登録手続きができるので、直接会場に来てください。

【登録手数料金・・・3,000円】

実施日	会場	時間
4/2 ㊤	笹波集会所前	10:00～10:10
	旧西浦農協支所前	10:20～10:40
	赤崎漁港前	10:50～11:00
	西海高齢者活性化センター前	11:15～11:30
	酒見構造改善センター前	11:40～11:50
	七海会館前	13:15～13:25
4/12 ㊶	役場富来支所(車庫側)	13:35～14:45
	大福寺能登富士ふれあい文化センター駐車場	10:00～10:10
	稲敷クラブ前	10:20～10:30
	東増穂公民館前	10:40～10:55
	旧富来川農協支所前	11:10～11:20
	今田集会所前	11:30～11:40
	熊野多目的集会所前	13:10～13:20
	町居集会所前	13:30～13:40
	熊野交流センター駐車場(旧熊野小学校)	13:50～14:00
	福浦港漁協前	14:15～14:25
4/13 ㊷	土田公民館前	10:00～10:25
	仏木集会所前	10:35～10:50
	上熊野公民館前	11:00～11:10
	米町自転車道路休憩所前	11:20～11:35
	堀松公民館前	11:50～12:00
	末吉集会所前	13:15～13:25
	出雲バス停前	13:35～13:45
	加茂公民館前	13:55～14:05
	矢駄集会所前	14:15～14:25
4/16 ㊸	赤住公民館前	10:00～10:10
	百浦集会所前	10:20～10:30
	志加浦公民館前	10:40～10:55
	大島集会所前	11:05～11:25
	甘田集会所前	11:35～11:45
	下甘田公民館前	13:05～13:20
	中甘田公民館前	13:30～13:40
志賀町役場裏車庫前	13:50～15:00	

☎ 環境安全課 ☎ 32-9321

**やすらぎ荘・シルバーハウス・とき地域福祉センター
営業・入浴時間変更のお知らせ**

4月1日から社会福祉施設の営業時間・入浴時間を次のとおり変更します。

施設名	区分	現行	変更後
やすらぎ荘 シルバーハウス	営業時間	8:30～ 17:00	—
	入浴時間	9:00～ 16:00	10:00～ 15:00

施設名	区分	現行	変更後	
とき地域福祉 センター	通常 (夏季以外)	営業時間	9:00～ 21:00	9:30～ 20:30
		入浴時間 最終受付 20:30	10:00～ 21:00 最終受付 20:30	10:00～ 20:30 最終受付 20:00
	夏季 (7・8月)	営業時間	9:00～ 22:00	9:30～ 21:30
		入浴時間 最終受付 21:30	10:00～ 22:00 最終受付 21:30	10:00～ 21:30 最終受付 21:00

☎ 健康福祉課 ☎ 32-9131
☎ シルバー人材センター ☎ 42-2170

**語学・文化を学ぼう
オーストラリアでホームステイ**



町内在住の中・高校生を対象にした青少年海外派遣事業です。ホームステイをしながら、語学研修プログラムや現地の生徒との交流に参加してみませんか。

- ◆派遣先 オーストラリア連邦 ケアンズ市
- ◆派遣期間 7月23日(日)～8月1日(火) (10日間)
- ◆派遣人数 16人
- ◆個人負担 12万円 (パスポート取得手数料、海外旅行保険料、渡航手続き費用、小遣いなどは除く)

- ◆応募資格
 - ①町内在住の中学2、3年生および高校生
 - ②新型コロナワクチンを3回接種済である
 - ③健康で協調性があり、規律ある団体行動と積極的に活動へ参加ができる
 - ④研修会(事前・事後計5回程度)に参加できる
 - ⑤海外留学経験(6カ月以上)がなく、過去に行われたこの事業の派遣者でない
 - ⑥帰国後も志賀町の実施する国際交流事業などを深く理解し、協力できる
 - ⑦保護者の同意が得られる
 - ⑧応募者の属する世帯の町税納付状況調査に同意できる

- ◆申込締切 5月12日(金) 17時まで
- ◆派遣生徒選考会 5月20日(土)(作文で派遣生徒を決定)

※参加申込書は、町教育委員会学校教育課・富来支所のほか、町内各中学校と志賀高校に備えてあります。また、志賀町ホームページからもダウンロードできます。

☎☎志賀町青少年海外派遣事業実行委員会事務局
(学校教育課内) ☎32-9360

【志賀町交通安全協会】無事故を願う交通安全祈願祭

2月18日(土)、八幡の富木八幡神社で、志賀町交通安全協会による交通安全祈願祭がありました。

式には、志賀町交通安全協会の寺井康人会長、小泉勝町長、石田忠夫県議会議員、羽咋警察署の川本盛光署長ら関係者23人が出席し、1年間の交通安全を祈願しました。寺井会長は「事故のない安全で安心な町の実現へ積極的に活動する」と決意を述べました。



志賀町交通安全協会の皆さん(富木八幡神社前)

志賀消防署 火災・救急・救助は119番!

今年、石川県内で建物火災が多発!!

身近に潜む火災の危険から命を守るため、以下の10項目を普段から注意し、火災予防に努めましょう。

【住宅防火10の心得】

- | | |
|---------------------------|---|
| ①調理中は こんろ から離れない | ⑦ 住宅用火災警報器 を全ての居室・台所・階段に設置し、定期的に作動確認 |
| ② 寝たばこ は絶対にやめる | ⑧寝具類やエプロン・カーテンなどは防災品にする |
| ③ ストーブ の周りに、物を置かない | ⑨消火器を設置し、使い方を覚える |
| ④家の周りを整理整頓 | ⑩近所同士で声をかけ合い、火の用心に心がける |
| ⑤ライターやマッチを子どもの手の届く場所に置かない | |
| ⑥コンセントの掃除を心がける | |

枯草焼却や野焼きによる火災に注意!

1. 監視人を必ず置く!
2. 火から離れるときは、完全に消火!
3. 消火に必要な器具などを必ず準備!
4. 強風や空気が乾燥している時の火入れはやめる!
5. 強風注意報や火災警報が発表されたら、火入れを中止!
6. 火入れをする時は、周囲の可燃物を除去し延焼を防ぐ!
7. 火入れをする時は、日の出から日没までに行う!
8. 緊急に備えて消防への連絡体制を確保しておく!

※火災とまぎらわしい煙・火災を発生する行為の際には、**最寄りの消防署(分署)に届出**を! (羽咋郡市広域圏事務組合火災予防条例第45条)

☎志賀消防署 ☎ 32-1776 ☎富来分署 ☎ 42-1211

健康カレンダー 掲示板

健康相談

申 保健福祉センター ☎ 32-0339

内容	実施日	時間	備考	場所
いきいき健康相談	毎週金曜日	10:00～11:30	事前に連絡して、健診結果か血液検査結果を持参してください	志
こころの健康相談	4月21日(金)	10:00～11:30	1週間前までに予約してください(時間が変更となる場合があります)	

乳幼児健康診査・すくすく子育て

申 子育て支援課 ☎ 32-9122

内容	実施日	時間	対象	備考	場所
4カ月児健診	4月20日(木)	【受付時間】 13:00～13:30	令和4年 12月生まれ	詳細は「健診案内」(個別に送付)を見てください	志
1歳6カ月児健診	4月20日(木)	【受付時間】 13:30～14:30	令和3年 9月～10月生まれ		
母子手帳交付・ 妊婦相談	毎週 火・水・木曜日	⑧⑧ 13:00～17:00 ⑧ 8:30～11:30	妊婦	事前予約すると手続きがスムーズです 他の曜日・時間の希望者は連絡してください	子
すくすく 子育て相談	4月20日(木)	15:00～15:30	乳幼児の子どもと 保護者	希望者は1週間前までに申し込んでください 事前に相談内容を連絡してください	志
ゆう遊クラブ	4月11日(火)	個別相談 9:30～10:30 ミニ講座 10:30～11:30	妊婦・産婦、 乳幼児の子どもと 保護者	個別相談希望者は、1週間前までに要申込 ミニ講座は「ママと赤ちゃんのサイン教室」 で、定員10組(先着順)	児
子育てファミリー まるごと相談	4月12日(水) 4月21日(金)	① 9:30～10:30 ② 10:40～11:40	子育てに関する 相談のある人	希望者は1週間前までに申し込んでください 事前に相談内容を連絡してください	児
オンライン相談	4月11日(火)	① 13:30～14:00 ② 14:30～15:00	18歳未満の子ども・ 妊産婦とその家族	ZOOMによるオンライン相談です 1週間前までに相談内容を連絡して申し込み願います	

介護予防

申 地域包括支援センター ☎ 32-9132

※対象：65歳以上の人

※アスク以外は入館料が必要です。

教室名	実施日	時間	内容	場所
ほがらか教室	4月13日(木) 4月27日(木)	10:30～ 11:30	ストレッチ 筋力強化運動	やすらぎ荘
ニコニコ教室	4月14日(金) 4月21日(金) 4月28日(金)	10:00～ 11:30	ストレッチ 筋力強化運動	と
貯筋サークル	毎週火曜日	13:30～ 14:30	いきいき 百歳体操	文化ホール 32研修室
いきいき 貯筋倶楽部	毎週月曜日	13:30～ 14:30	いきいき 百歳体操	と
	毎週金曜日	9:30～ 10:00		シルバーハウス
シルバーリハビリ 体操教室	4月12日(水) 4月26日(水)	10:00～ 11:00	シルバー リハビリ体操	シルバーハウス
シルバーリハビリ 体操体験会	4月7日(金)	10:00～ 10:30	シルバーリハビリ体操 +ブレパサイズ	アスクポピア前
	4月18日(火)			

《実施会場》 志：志賀町保健福祉センター 与：とぎ地域福祉センター
子：子育て支援課 児：児童館

通話録音警告機 無料で貸出中!

この電話は、振り込め詐欺
などの犯罪被害防止のため、
会話内容が自動録音されます。



通話録音警告機

まずい、
録音される
のか…切ろう



【対象者】
町内在住の高齢者(65歳以上)の
みの世帯など

【申請方法】
申請書を商工観光課へ提出(随時)

【貸出期間】6カ月間
※申請書は商工観光課、支所、町ホーム
ページで入手可能。

商工観光課 ☎ 32-9341

相談・お知らせ

相談内容	日 時	場所・応対先	問い合わせ先	備考	
ひとり親家庭相談 相談員：自立支援員	4月27日(木)	10:00～15:00	役場本庁舎 相談室	子育て支援課 ☎ 32-9122	就職・貸付金のことなど、 なんでも
福祉・介護の仕事 セミナー&個別相談	4月13日(木)	【セミナー】 10:00～10:45 【個別相談】 10:50～11:30	ハローワーク 羽咋相談室2階	石川県福祉の仕事 マッチング サポートセンター ☎ 076-234-1151	介護の仕事・資格について 知りたい人へのセミナー、 介護の資格取得・仕事をし たい人の相談に応じます
総合相談 相談員：行政相談委員、 人権擁護委員、 民生委員・児童 委員、司法書士、 生活相談支援員	< 富来地域 > 4月10日(月) (司法書士:午前のみ)	10:00～15:00	富来行政センター 2階	志賀町社会 福祉協議会 ☎ 42-2545	日常生活の困りごとや、相 談先が分からない場合など 気軽に相談してください ※志賀地域の行政相談委員 は奇数月のみです ※今月の司法書士は富来地 域のみです
	< 志賀地域 > 4月14日(金)		志賀町文化ホール 2階21・23 研修室	志賀町社会福祉 協議会志賀支所 ☎ 32-5003	
障がい者福祉相談	4月12日(水)	13:30～15:30	役場本庁舎 相談室	健康福祉課 ☎ 32-9131 FAX 32-0288	障がい者福祉相談支援事業 所の相談員が応じます
要約筆記・ 手話通訳の案内	毎週月～金曜日	8:30～17:15	役場本庁舎	健康福祉課 ☎ 32-9132	要約筆記(文字で書いて伝 える通訳)や手話で、行政 手続きをお手伝いします
介護・もの忘れ相談			役場本庁舎 (自宅に伺うことも できます・要相談)		
七尾法律相談センター (要予約・先着5人) 相談員：弁護士	4月6日(木) 4月13日(木) 4月20日(木) 4月27日(木)	13:30～16:20 間の30分以内	七尾駅前 パトリア5階 フォーラム七尾	金沢弁護士会 ☎ 076-221-0242	相談料：5,500円 クレサラ相談は初回無料 負担困難で法律援助資力基準 に該当すれば無料(回数制限有)

information park

■ 窓口延長業務

☎ 住民課 ☎ 32-9121

日 時	内 容
4月1日(土)・8日(土) ・15日(土)・22日(土)	9:00～12:30 住民票・戸籍・印鑑証 明などの発行・マイナ ンバーカード業務

■ 町長談話室

☎ 総務課 ☎ 32-9311

今月は他の公務により開催できませんので、ご了承ください。



何から始める？新習慣 未来の“日常”になる何かを始めよう

あなたの健康に
役立つ情報を
提供します

「いしかわスポーツマイレージ」というアプリをご存知ですか？このアプリは、スポーツを「する」「みる」「ささえる」の3つの活動をポイント化し、誰でも気軽にスポーツに参加できるきっかけをつくる石川県の公式アプリです。日々の健康管理をしたり、県内各地のウォーキングコースを歩いたりするとポイントを獲得でき、貯まったポイント数に応じて、石川県の特産品や協賛企業の商品が当たる抽選に応募できます。

また、健診を受けただけになっている人は、**健診データ** **しっとくナビ**を使って、将来心筋梗塞や脳卒中を発症する可能性を調べてみましょう。健診結果を放置せず、健診結果から自分の体を知り、予防につなげることが大切です。将来の健康障害をイメージした上で、どのような生活が異常値の原因になっているのか、どのような生活改善が必要なのかを考えてみましょう。

しっとくナビ <http://www.shittoku-navi.com/>



▲いしかわスポーツマイレージアプリ

☎ 保健福祉センター ☎ 32-0339