

児童館は、
こどもたちの
パワースポット♡



※教室の予約は、
志賀町公式 LINE
からも受け付け
しています。



4/9(木) 10:30 ~

親子でバランスボール♪

体を動かしてリフレッシュしませんか？
パパの参加も増えています！



定員 13組

対 象：乳幼児親子

持ち物：水分・汗拭きタオル・動き
やすい服装(ジーパン・タイツはNG)

講 師：西部 真美 先生

要予約

4/15(水) 10:30 ~

親子リトミック遊び

親子で体全体を動かし音楽を楽しみ
ます♪子どもと笑顔の時間を過しま
しょう！



定員 15組

対 象：乳幼児親子

講 師：松本 有美 先生

要予約

4/22(水) 10:30 ~

親子ベビーマッサージ

ベビーマッサージは赤ちゃん和妈妈・
パパを繋ぐボディコミュニケーション
です。赤ちゃんとの絆を深め、よ
り育児を楽しみましょう♪



定員 13組

対 象：乳児親子(2カ月~)

持ち物：バスタオル、着替え、
赤ちゃんの飲み物

講 師：安中 智恵 先生

要予約

4/14・21(火) 10:30 ~

J(jidoukan)・salon

皆さんでお話したり、子どもを囲
んで楽しい時間を過ごしませんか？



【令和8年4月~】毎週月曜日も休館日となります

これまでの休館日は「第3日曜日、国民の祝日、年末年始」でしたが、
令和8年4月から追加で「毎週月曜日」も休館日となります。
利用者の皆さまにはご理解をよろしくお願い致します。

● 4月の休館日：6日(月)・13日(月)・19日(日)・20日(月)・27日(月)・29日(水祝)

☎ 志賀町児童館 ☎ 32-1724 ● 開館時間：9:00 ~ 17:30

はな
華だより

志賀町華道協会

片山 愛【池坊】



花材：
レンギョウ
オレンジカーネーション
雪冠杉

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！

志っ賀りフィットネス

【ミズノスポーツサービス(株) 監修】

内もも、横腹の ストレッチ



膝立ちした状態で右足を横に伸ばします。
右手は右足太ももの横、左手は頭の後ろ
に添えます。



右に曲げて
20秒キープ

そのまま右に身体を曲げて20秒キープ
しましょう。
反対も同じように行いましょう。

【注意点】

- 正しいフォームで、無理のない範囲で行いましょう。
- なるべく呼吸を止めないで行いましょう。



◆仕事をお探しの人へ

ハローワークで雇用保険失業給付の手続きや、公開されている求人に応募するには、仕事探しの申込み(求職申込み)が必要です。

◆自宅のパソコンやスマートフォンからの「事前の求職申込み」をオススメします。

自宅のパソコンやタブレット、スマートフォンから、事前の求職申込み(オンライン登録)ができます。

事前にオンライン登録することで、ハローワークに来た際に、よりスムーズに手続きができますので、待ち時間解消のためにも、ぜひ事前のオンライン登録をお願いします。

求職申込みはこちらからできます →

ハローワーク
インターネットサービス



◆事前の「求職申込み」の方法

自宅のパソコンやスマートフォンから「ハローワークインターネットサービス(厚生労働省サイト)」にアクセスして、「マイページを開設して求職申込み」を選択してください。

- ステップ1 メールアドレスの登録
- ステップ2 パスワードの登録
メール配信から50分以内
- ステップ3 求職者マイページアカウント登録完了
- ステップ4 求職情報の登録
アカウント登録完了後14日以内
- ステップ5 求職者マイページの開設

※ハローワークに来所したら、「インターネットで事前
に求職申込みをした」ことを受付でお知らせください。
窓口で、登録した内容や希望条件の詳細を確認します。

法律
相談

・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「あすなる法律事務所」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や篤志面接委員も務めています。



お一人遺産について

Q…亡くなった後、相続人がいない場合に亡くなった人の財産はどうなるのでしょうか。

A…最高裁判所によると「相続人が不存在」という理由から国に入った財産額は、令和6年度は前年度比32%増の1,015億5027万円で、記録に残る平成25年度の336億1,189万円から10年間で3倍超となったとのこと。法律では、亡くなった人(被相続人)といいますが、財産は、法定相続人が相続します。配偶者は、常に相続人となり、①子ども②父母③兄弟姉妹の順で相続する順番が決まっています。つまり子どもが相続すれば、父母や兄弟姉妹には相続権はなくなります。しかし、独身を貫き、親も兄弟姉妹も亡くなっていると兄弟姉妹の子にあたる「甥」「姪」に相続権が移ります。

それでは、相続人は全くおらず、遺言書もない場合は、どうなるかです。そのような状態を「相続人の不存在」といい、法律は相続財産を法人と擬制し、相続財産の管理人を置いてその管理・清算をしてもらうことになり(民法951条)。言い換えれば、相続人が不在の場合、国(検察官)または利害関係人(相続債権者、相続債務者、特別縁故者など)が、家庭裁判所に相続財産清算人(相続財産管理人)の選任の申し立てを行い、相続財産管理人に選任された人に、財産の管理の整理を任せるといことです。相続財産管理人に選任される人は、主に弁護士や司法書士などの専門職の人が選ばれ、故人(被相続人)と特別の関係があった「特別縁故者」がいなければ、調査・確認します。「特別縁故者」とは、被相続人と生計

を同じくしていた人(内縁の配偶者など)または被相続人の療養看護に努めた人です。法定相続人でなくても、生前、被相続人のために尽くした特別縁故者が、家庭裁判所に申し立て、それが認められれば、相続財産の全部または一部を与えることができます(民法958条の2)。その他、相続財産管理人は、被相続人に未払いの負債や税金、公共料金などがあればその支払い手続きも行います。その上で残りの財産があれば「国庫」に納められるということになります(なお、相続財産管理人には被相続人の財産から報酬が払われるのでその分も引かれます)。

近時、高齢化社会の進行、生涯未婚率の増加などから身寄りのない高齢者が増加し、相続財産管理人の申立てが著しく増加しています。それに伴って、自分は、生前の被相続人の為に色々世話をしたから、相続財産の一部を貰う権利があると主張する特別縁故者の申立の件数も多くなっています。

相続財産管理人に選任された弁護士が一人暮らしの70代女性の遺産整理を行ったところ、7千万円が残ったというケースがあり、結局、その金額の財産は、国庫に納められましたが、それが故人の遺志に沿うかどうか疑問です。このような場合、生前に遺言書で信頼するNPO法人に寄付すると書いておけば、故人の遺志に沿った遺産の残し方になるのではないかと思います。因みに、国に納付された財産ですが、財務省主計局によると、何らかの歳出にあてられるが、特定財源ではないので使途が特定されているものではないとのこと。それは、故人にとって、不本意であれば、生前に使途を明確にした遺言書を残しておくことをお勧めします。



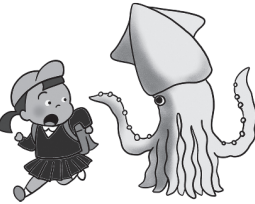
地域安全ニュース



子どもたちを不審者から守りましょう!

「いかのおすし」を教えましょう!

- ・知らない人についていかない
- ・知らない人の車にのらない
- ・「助けて」とおおきな声を出す
- ・大人のいる方にすぐ逃げる
- ・家の人にしらせる



「子ども110番の家」を知っていますか?

通学路近辺にある「子ども110番の家」をお子さんと一緒に確認するなどして、緊急の時に避難できるよう教えましょう。

子どもの安全のために地域で見守りを!

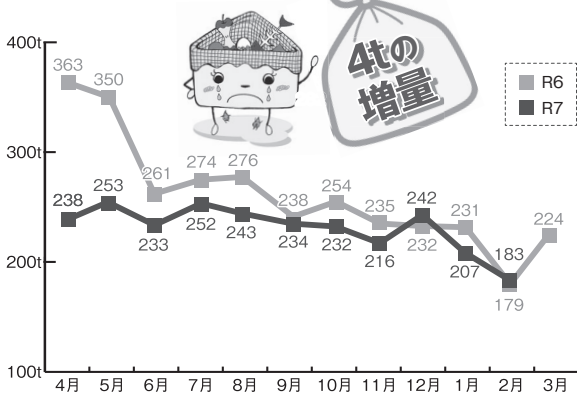
子どもたちの登下校時間に合わせて、ウォーキング、ジョギング、買い物、犬の散歩、花の水やり、自転車のカゴに「防犯パトロール中」のプレートを付けるなどの「ながら見守り」で、子どもが安心できる地域をつくりましょう。

羽咋警察署 ☎ 22-0110
羽咋郡市防犯協会連合会 ☎ 22-4970

ゴミメーター

(家庭から収集した燃えるごみの量)

生活環境課 ☎ 32-1111



林野火災に注意してください! かけがえのない森林を火災から 守りましょう!!

林野火災の出火原因

林野火災の出火原因の多くは人の手によるものです。主に、たき火の不始末や農作業に伴う火入れ作業中の延焼、野焼きやゴミ焼きの火の粉の飛散、たばこのポイ捨てなどが挙げられます。また、バーベキューなどのレジャー活動で使用する炭や花火の管理不足や、放火も原因の一つとされています。日常生活における火の取り扱いに十分な注意を払うことが、発生防止において重要です。

林野火災を未然に防ぐための

「5つのポイント」

- 1 枯れ草などがある場所では、たき火をしない。
- 2 強風時・乾燥時には、たき火や火入れをしない。
- 3 火入れを行う際、消防署に届出を行う。
※許可ではありません。
- 4 たばこの吸いがらは投げ捨てない。
指定された喫煙所で処理する。
- 5 火遊びは絶対しない。

令和8年1月1日から運用開始

火災予防上注意を要する気象状況の場合は、「林野火災注意報」または「林野火災警報」を発令し、「火の使用を制限」することになります。

- 林野火災注意報** 前3日間の合計降水量が1mm以下かつ乾燥注意報
- 林野火災警報** 林野火災注意報発令基準+強風注意報

※林野火災警報発令中に火の使用の制限に違反した人は、30万円以下の罰金または拘留に処される場合があります。

志賀消防署 ☎ 32-1776 富来分署 ☎ 42-1211

高齢者活躍人材確保育成事業
能登復興推進特例分

ともに能登の明日へ

刈払機取扱い安全講習

日時 6月2日(火) 9:30~17:00 (受講料 無料!)

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12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 (七尾会場【実施・月/日】) 案内!

- ◆フォークリフト運転技能講習……………【5/15~】
(能登地域の事業場(労働者)は受講料無料)
 - ◆ガス・アーク溶接特別教育……………【5月中・下旬】
 - ◆玉掛・職長教育・車両系建機技能講習…【6月実施】
 - ◆高所作業車技能講習 ◆刈払機講習……【7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 即日手続きします。
- (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。



俳句・吹奏楽などの文化的活動で活躍

文化賞・文化奨励賞を6人・1団体が受賞

2月27日(金)、令和7年度文化賞・文化奨励賞の表彰式が役場本庁舎で行われ、文化的活動の分野で著しい成績を収めた6人・1団体が文化賞および文化奨励賞を受賞しました。

文化賞は、全国規模のコンクールで優秀な成績を収めた1人・1団体が選考され、また文化奨励賞には県内のコンクールなどで最高賞を収めた5人が選考され、表彰状と楯を手渡しました。

【文化賞】 志賀小学校4年 富樫 奏太(俳句)
志賀中学校吹奏楽部(吹奏楽)

【文化奨励賞】 志賀小学校1年 上尾 珀月(感想画)
志賀小学校1年 山科 海晴(絵画)
志賀小学校4年 川瀬 明奈(書)
富来小学校5年 大庭 華乃(書)
志賀中学校3年 宮本 大希(手紙)



(前方左から) 富樫さん、間嶋教育長、上尾さん、山科さん
(後方左から) 志賀中吹奏楽部代表麦谷美織さん、大庭さん、川瀬さん、宮本さん



(中央左から) 雲井さん、北野さん、狩野さん、田村さん

Japan Wagamama Awards 2026グランプリ受賞!

世界大会参加でマサチューセッツへ

3月1日(日)、志賀町から羽咋高校へ通う1年生チーム「はくいっこ隊」の田村凜音さん、狩野杏奈さん、北野志帆さん、雲井あられさんの4人が、全国の高校生が挑戦したJapan Wagamama Awards 2026(東京)で最高賞のグランプリに輝きました。7月にはアメリカ・マサチューセッツ工科大学(MIT)で開催される世界大会に日本代表として出場します。

彼女たちの開発したアプリ「My Stick」は、神経疾患で突然足が不自由になった叔父のための支援アプリ。地域のバリアフリー情報を集め、杖生活の人でも安心して外出できる街づくりを目指しています。メンバーの「叔父さんへの思い」と地域の協力を活かしたチームワークが高く評価されました。

【宝くじコミュニティ助成事業】大西区のみこしを修繕

(一財)自治総合センターのコミュニティ助成事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に同センターが実施しています。



今回、大西区ではこの助成事業を活用し、地域の宝であるみこしの修繕を行いました。区では、歴史ある伝統行事の維持・継承に努め、地区住民が毎年楽しみにしている祭りを今後も大切に守り続けていきたいと考えています。



☎ 企画財政課 ☎ 32-9331

【お詫びと訂正】

広報しか令和8年3月号の掲載内容について一部誤りがありましたので、下記の通り訂正させていただくとともに、深くお詫び申し上げます。

- 訂正箇所：広報しか令和8年3月号20ページ「立志式で大人への自覚を新たに」掲載の道谷内 朋花さんの言葉
- 訂正内容：… 相談してよかったと思われる (誤)看護師になる → (正)助産師になる



石川県書きぞめ展覧会で「書研大賞」「優秀校」受賞

町内児童生徒4人と2校が受賞を報告

2月20日(金)、志賀町の小中学生4人と2校が石川県書きぞめ展覧会で素晴らしい成績を収め、稲岡町長と間嶋教育長に受賞を報告しました。

小学3年生から6年連続で大賞を受賞している大谷羽那さんは「7連覇を目指して来年も頑張りたい」と意気込みを語りました。

優秀な作品を多数出品したとして、富来小学校と志賀中学校が優秀校に選ばれ、富来小学校の松本安雄校長と志賀中学校の徳楽仁校長も出席しました。



(前方左から)大庭さん、川瀬さん、南さん、大谷さん、
(後方左から)稲岡町長、志賀中の徳楽校長、富来小の松本校長、
間嶋教育長



- 【書研大賞】 志賀小4年 川瀬 明奈さん
富来小5年 大庭 華乃さん
志賀中2年 南 裕登さん
富来中2年 大谷 羽那さん
- 【優秀校】 富来小学校 志賀中学校



交通安全祈願祭に出席した関係者の皆さん

志賀町交通安全協会

無事故を願う交通安全祈願祭

2月14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行われました。式には、志賀町交通安全協会の寺井康人会長、稲岡健太郎町長、石田章県議会議員、福田晃悦町議会議員、羽咋警察署の西川真一署長ら関係者25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「悲惨な事故が発生しないよう、積極的に活動に取り組む」と決意を述べました。

いつまでもお元気でお過ごしください

田中の安井春子さんが100歳



施設で町長、家族から祝福を受ける春子さん

安井春子さん(田中)が3月1日(日)に100歳を迎えました。家族からは「若い時からとても元気で、働くのが大好きな人でした。勤めながら、畑や田んぼをし、春や秋には山に入って旬の味覚をたくさん採ってきてくれました。施設に入所後は、食事もおやつも好き嫌いなく食べ、頭もしっかりしていて元気です。これからも長生きして欲しいです」と話しました。稲岡町長は「今年度、14人目の100歳です。これからも体に気をつけ、健康で過ごしてください」とお祝いの言葉をかけました。

時間	番組内容
7:00	📺 おくやみ情報
7:03	📺 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
8:10	📺 dボタンの使い方
8:15	📺 志賀町からのお知らせ
8:20	📺 inakenTV・しかチャンニュース
9:00	今月の番組 ①
10:00	📺 志賀町からのお知らせ
10:05	志賀小学生考案♪「みんなで!健康体操」
10:10	図書館・児童館だより・まちかど巡り・行政情報
11:00	今月の番組 ②
11:55	📺 志賀町からのお知らせ
12:00	今月の番組 ③
	📺 しかチャンニュース
13:00	📺 おくやみ情報
13:03	📺 今月のお料理レシピ・志っ賀りフィットネス・ブレパサイズ体操
13:36	📺 シルバーリハビリ体操・尿もれん体操
	📺 志賀町からのお知らせ
14:00	📺 しかチャンニュース
15:00	今月の番組 ④
16:00	
17:00	📺 今月のお料理レシピ・志っ賀りフィットネス・認知症予防体操
17:23	📺 笑顔でつなぐ民生・児童委員活動紹介
	📺 志賀町からのお知らせ
18:00	今月の番組 ⑤
19:00	おやこでうんどう「しかっ子体操」
19:03	📺 inakenTV・しかチャンニュース
20:00	今月の番組 ⑥
21:00	今月の番組 ⑦
22:00	今月の番組 ⑧
23:00	📺 おくやみ情報

北陸電力からのお知らせ

志賀原だより	8:45	10:45	14:45	17:45	20:50	21:50
文字情報	7:55	8:55	9:55	10:55	13:55	14:55
	17:55	18:55	19:55	22:55		

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 (石野町バス停並び)

TEL (0767) 22-1537

http://www.mirai-toshi.jp



宅地建物取引業(石川県知事(4)3772号)
不動産コンサルティングマスター

しがチャンネル 番組ガイド 4月

デジタル:11ch
STB:038ch



稲岡健太郎町長が
町政運営の趣旨や
状況を分かりやすく
ご説明します!

1日2回放送しています。
ぜひご覧ください😊

今月の番組

	1日~15日	16日~月末
① 9:00	志賀町立志式 (志賀・富来中2年生)	志賀小学校 卒業式
② 11:00	志賀小学校 卒業を祝う会	富来小学校 卒業式
③ 12:00	富来小学校 卒業を祝う会	志賀高校 卒業式
④ 15:00~17:00	すばる幼稚園日常保育の様子 (前編/後編)	志賀小学校 卒業を祝う会 富来小学校 卒業を祝う会
⑤ 18:05	健康づくり講演会	志賀中学校 卒業式
⑥ 20:00	富来小学校 授業風景	富来中学校 卒業式
⑦ 21:00	すばる幼稚園日常保育の様子 (前編)	志賀小学校 卒業を祝う会
⑧ 22:00	すばる幼稚園日常保育の様子 (後編) 志賀町の海を守ろう! (富来小5年生)	富来小学校 卒業を祝う会

📺 志賀町からのお知らせ

8:15 ~ ・ 10:00 ~ ・ 11:55 ~ ・ 14:00 ~ ・ 18:00 ~

📺 しかチャンニュース (放送予定)

- ・ 志賀高生が総合的な探究の時間で学んだ成果を発表
- ・ 志賀小6年生が町内企業の脱炭素の取り組みを見学
- ・ 第21回志賀町スポーツ協会の功労賞授与式を開催
- ・ 県書きぞめ展覧会で小中学生6人が大賞受賞 町長に喜びを報告
- ・ 志賀小と富来小の4年生が初の交流授業
- ・ 自衛隊が志賀小に! 5年生が職業体験

まちかど巡り (放送予定)

- ・ 介護保険施設「楓の家リゾート」へ高岡工芸高校がプランター寄贈
- ・ 金沢美術工芸大学でデッサン教室 小中高生が参加

チャンネル再設定
ケーブルテレビに関する問い合わせは

金沢ケーブル フリーダイヤル 0120-751-114



チャンネル再設定手順

高速インターネット

第1位 GRAND PRIZE

ケーブル光

独自回線で安心快適

Wi-Fi6 最新ルータ 標準装備

サポートが超充実

ケーブル光「10ギガプラン」がこの価格で! ※3年契約の料金 (全て税込価格)

10ギガ 月額利用料 6,030円 → 月額 4,600円

「でんき&ケーブルまとも割」330円割引 + 「ケーブル光スマホセット割」1,100円割引を適用の場合

事業所でもお申し込み可能です!

金沢ケーブル 年中無休 土曜日もOK 0120-751-114

金沢スマイル 金沢市南町2番1号 北国新聞会館18階

有料広告欄

戸籍の窓

【2月受付分】

※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。詳細は住民課 ☎ 32-9121 まで

ご結婚

(1組)

夫(本籍) 妻(本籍) 婚姻後本籍

番匠 健人 細川 美侑 七尾市
(七尾市) (米浜)

おくやみ

(15人)

氏名 年齢 本籍または住所

中森 静子	96	宿 女
岡田 良子	87	西海風戸
寺井 えげ	92	富来領家町
奥野 淳子	86	鹿 頭
浦 智子	94	神 代
作田 愛子	77	二所宮
干場 邦男	94	五里峠
江川 正信	92	未 吉
大畑 利子	92	直 海
丹保 征一	87	町
島田 幸子	89	大 島
藤井 良子	100	穴 口
福山 清作	79	高浜町
池端 あさの	81	矢 駄
福田 美代子	88	印 内

4月の休日医療機関・薬局

日	休日当番医・小児当番医 (9:00 ~ 12:00)	当番薬局 (9:00 ~ 13:00)
5日 ㊤	平場内科クリニック(羽咋市中央町) ☎0767-22-0238	瑠璃光薬局基 石ヶ峰登り口店 (羽咋市大町) ☎0767-23-4368
	岡田医院(内)(富来領家町) ☎090-2521-3049	
12日 ㊤	小児 恵寿総合病院(七尾市富岡町) ☎0767-52-3211	さくら薬局 羽咋的場店 (羽咋市的場町) ☎0767-22-9383
	岩脇医院(耳鼻咽喉科)(羽咋市的場町) ☎0767-22-0131	
19日 ㊤	池野整形外科・耳鼻咽喉科医院(高浜町) ☎0767-32-0040	押水瑠璃光薬局 (宝達志水町門前) ☎0767-28-8585
	小児 公立能登総合病院(七尾市藤橋町) ☎0767-52-6611	
26日 ㊤	松沼医院(内・小児)(宝達志水町敷波) ☎0767-29-3188	羽咋菜の花薬局 (羽咋市柳橋町) ☎0767-22-7722
	四蔵医院(内)(仏木) ☎0767-37-1030	
29日 ㊤(水)	小児 志賀クリニック(高浜町) ☎0767-32-5307	富来あおぞら薬局 (富来地頭町) ☎0767-42-2224
	羽咋診療所(内)(羽咋市柳橋町) ☎0767-22-5652	
29日 ㊤(水)	森田クリニック(形成・皮膚)(羽咋市鶴多町) ☎0767-23-4775	富来あおぞら薬局 (富来地頭町) ☎0767-42-2224
	小児 恵寿総合病院(七尾市富岡町) ☎0767-52-3211	
29日 ㊤(水)	保志場内科クリニック(羽咋市的場町) ☎0767-22-0807	富来あおぞら薬局 (富来地頭町) ☎0767-42-2224
	松江クリニック(内・小児)(羽咋市松ヶ下町) ☎0767-22-7888	
29日 ㊤(水)	小児 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) ☎0767-42-2224
	保志場内科クリニック(羽咋市的場町) ☎0767-22-0807	

※事前に医療機関へ連絡してください。(発熱症状のある人は必須)
※変更する場合があります。当日の新聞や町ホームページなどで確認してください。

【志賀町連携】誰でも使えるスマホ教室！

(株)アイ・ビ・ケアマーケティングが、町公式LINEの登録や基本操作、PayPayなど便利アプリの活用法まで紹介します。どなたでも参加OK！
家族・友人とお気軽にどうぞ。
(無料・要予約・各回定員10人)

◆日時・場所

4月8日㊤・志賀町立図書館
4月10日㊤・富来活性化センター
【初心者向け】10:00 ~ 11:30
【中上級者向け】13:00 ~ 14:30



申込 (株)アイ・ビ・ケアマーケティング ☎ 080-8992-4206



公益社団法人 志賀町シルバー人材センター 会員募集

● 仕事を依頼したい

「人を雇うまでもなく、専門業者に頼むほどでもないが、誰かに頼むあてがない」…

● 仕事をしてみたい

町内に住む健康で働く意欲のある60歳以上の方なら、誰でも会員になれます 町ホームページ

まずは、お電話ください!!

☎(0767) 42-2170 (富来行政センター内)



シルバー人材センターマスコット
キャラクター「チエフクロー」

志賀町公式ホームページ / リニューアルしました!



スマホでも**快適**に
閲覧できるデザインに刷新!



検索機能が充実
キーワード検索に加えページID検索が新設!



**必要な情報がすぐに
見つかります!**



令和8年
3月10日から
リニューアル!

※リニューアル直後は、検索エンジン(Googleなど)の影響で古いページが表示される場合がありますのでご了承ください。

問 デジタル情報課 ☎ 32-9261



朝ごはんレシピ①

ほうれん草とじゃこのふんわり卵炒め



【一人分】
185kcal
塩分 :0.8g

材料・2人分

卵	2個	ミニトマト	6個
サラダ油	大さじ1	ごま油	大さじ1
ちりめんじゃこ	15g	醤油	小さじ1
ほうれん草(冷凍)	100g		

作り方

- ① ミニトマトは、縦半分切る。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、溶き卵を回し入れ、大きくかき混ぜる。半熟状になったら皿に取り出しておく。
- ③ フライパンに、ごま油を熱し、ちりめんじゃこ、ほうれん草、ミニトマトを入れて炒める。
- ④ 全体に火が通ったら、醤油を加える。
- ⑤ ②を戻し入れ、軽く混ぜ合わせる。

手軽にたんぱく質、ビタミン、ミネラルがとれる栄養満点のメニューです。冷凍のカット野菜は、下処理が不要なので、調理時間を短縮できます。

保健福祉センター 升田 佳織 栄養士

相手の同意のない性的な行為は性暴力です。

性暴力の悩み、ひとりで抱え込まないで。性別・年齢を問わず、相談できます。

電話で
相談

性犯罪・性暴力被害者のための
ワンストップ支援センター

はやくワンストップ
#8891

性犯罪被害相談電話(警察)

ホットライン
#8103

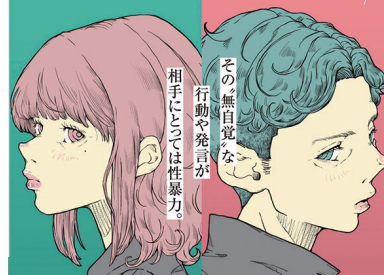
SNSで
相談

Cure time(キュアタイム)



4月は若年層の性暴力被害予防月間 内閣府/警察庁/消費者庁/こども家庭庁/総務省/法務省/文部科学省/厚生労働省

「何も言わないから、
いいのかと思った。」



その無自覚な
行動や発言が
相手にとっては性暴力。

