



いっしょに
ごはんを
ま〜す

ごはんは
ぼくらの
元気のもと



特集 食から始まる 健幸づくり

カブッキーランドのクッキングスタジオで、子供たちが料理作りに挑戦しました。自分で作った料理は、お母さんに負けないくらいおいしかったのではないのでしょうか。



おいしい情報カンヅメ
「広報こまつ」
つつてご活用ください。

2019年2月1日発行(毎月1日発行) ■発行・編集:小松市広報秘書課
〒923-8650 石川県小松市小松出町91
☎0761-24-8016 FAX0761-24-5563 (広報広聴担当直通)

■Eメール koho@city.komatsu.jp
■ホームページ komatsu.jp https://www.city.komatsu.jp/
■小松市役所問合わせ ☎0761-20-0404



特別ゲスト



©松竹(株)

歌舞伎俳優
中村虎之介
(中村扇雀長男、成駒家)
舞踊 長唄「供 奴」

小松市 子供歌舞伎「勸進帳」実行委員会
「歌舞伎十八番の内勸進帳」



松尾塾伝統芸能 舞踊「越後獅子」



埼玉県小鹿野町 小鹿野子ども歌舞伎
「義経千本桜 伏見稲荷鳥居前の場」
※写真の演目は「寿曾我対面工藤館之場」です。

日本こども 歌舞伎まつり in 小松

第21回

とき 5月5日(日)祝・6日(月)休
ところ こまつ芸術劇場うらら大ホール
12時30分開場 13時開演

歌舞伎のまち小松の魅力を国内外へ広く発信するため「全国子供歌舞伎フェスティバル in 小松」の名称を「日本こども歌舞伎まつり in 小松」に改めました。子供役者の迫真の演技をお楽しみください。

チケット販売情報

料金

栈敷席(1マス2席)	7,000円(当日8,000円)
SS席(1階)	2,500円(当日3,000円)
S席(1階)	2,000円(当日2,500円)
自由席(2階・一般)	1,500円(当日2,000円)
自由席(2階・高校生以下)	500円(当日 500円)

※当日券は残席がある場合のみ取り扱います。3歳以上はチケットが必要です。3歳未満は事前予約、保護者同伴の上、親子席での観覧となります(うらら窓口で受け付け)。

取り扱い

電話先行予約 3月7日(木)10時~18時
こまつ芸術劇場うらら ☎20・5501
※先行予約では座席を選ぶことはできません。

窓口販売 3月8日(金)~
こまつ芸術劇場うらら ☎20・5501(水曜日休館)
チケットぴあ ☎0570・02・9999
Pコード491-300(セブンイレブン)

問い合わせ 日本こども歌舞伎まつりin小松実行委員会(観光文化課内) ☎24・8177



頼れる“食改さん”^{しょっかい}

市では、様々な世代の人に食を通じた健康づくりを広めるため、講座や料理教室を行っています。「食改さん」の愛称で親しまれる食生活改善推進協議会の皆さんがその中心的な役割を担っています。現在109人の会員が、各地域でバランスのとれた食生活の普及のため活動しています。

1月12日、公立小松大学の学生を対象にした料理教室を初めて開催。参加者の声を聞きました。



▲栄養バランスについての講義の後、調理実習を開始。3品を作りました。



大学に入り自炊するようになりました。今日のレシピを参考に健康的な料理を作りたいです。

公立小松大学
保健医療学部臨床工学科1年
橋谷颯真さん

食生活を考えるきっかけになりました。意外と簡単に調理できたので、またチャレンジしたいです♪

調理を学べたほか食改さんとの会話も弾み、改めて食事の楽しさを感じました。

公立小松大学
国際文化交流学部
国際文化交流学科1年
(左)大御悠瑠花さん
(右)山越風紗さん



教室では、塩分を抑えてもダシを使うことでおいしく食べる方法や、野菜を上手にたくさん使うメニューなどを伝えています。食事に気をつけたいという人は多いと思いますが、なかなか実践できないもの。教室に参加して食生活を見直す機会にしませんか。

小松市食生活改善推進協議会
会長 町出知子さん

食の大切さを伝える 取り組み

中学生が献立作り

食について学ぶ新たな取り組みとして、芦城・丸内・松陽・御幸・南部中学校で「生徒と考える献立」を行いました。生徒が考えた献立の一つが、各学校の給食でオリジナルメニューとして出されました。

▶丸内中学校では「トマトからまる麻婆はるさめ」など、地元の食材をふんだんに使ったメニューが給食に並びました。



男性のための料理教室

男性を対象にした料理教室を開催。料理は手だけでなく、メニューを決めたり調理手順を考えたりと、頭もしっかり使います。趣味の一つに料理作りを楽しみませんか。



▲「来年も参加したい」という感想が多く寄せられます。

めざせ！
厨房男子

特集

食

から始まる

健

幸

づくり



特集に関する問い合わせ いきいき健康課 ☎24・8161 長寿介護課 ☎24・8168

栄養バランス

食は命の源。バランスのとれた食事を1日3回
しっかり食べましょう。

皆さんは、毎日3度の食事をおいしく、楽しく食べていますか？近年、高齢者や単独世帯、共働きの増加といった社会構造やライフスタイルの変化などにより、食を取り巻く環境は大きく変わってきています。

今回は、健康で豊かな生活を送るために欠かせない「食」に関する取り組みを紹介します。

野菜をもう1品
増やしましょう

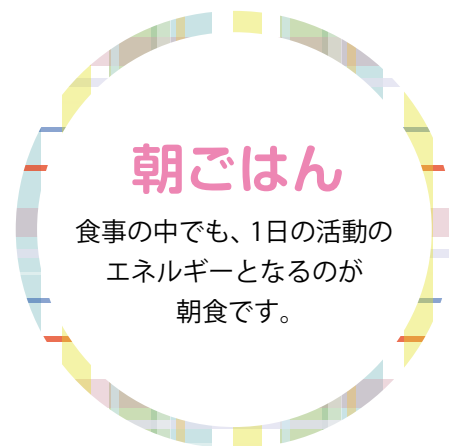
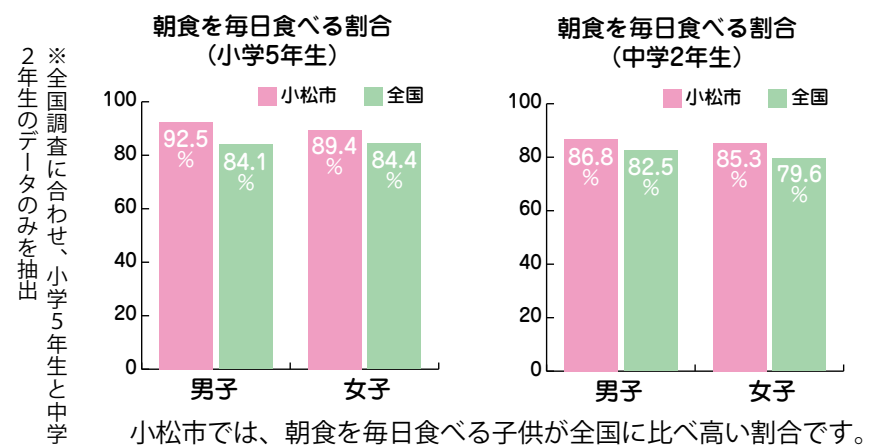


米 やパンなどの主食、魚や肉などの主菜、野菜などの副菜をバランス良く組み合わせ、食べることは、健康を保つ上でとても大切です。

特に病気の予防などには、野菜の摂取が重要です。野菜は、糖尿病などの生活習慣病やがんの予防と関連が深いとされる抗酸化ビタミンや食物繊維といった栄養素を含み、成人で1日350グラム以上摂取することが推奨されています。しかし、石川県民の平均摂取量は316グラムと、3人に

2人が野菜不足となっています。また、年をとるにつれ、食べる量が減ったり、あつさりしたものを好むようになったりするため、必要な栄養が十分に摂れない低栄養に陥りやすくなります。

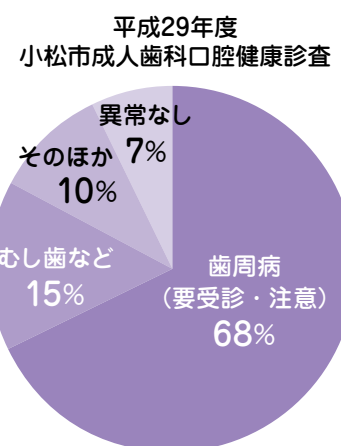
特に、魚や肉、卵、大豆製品といったタンパク質が不足すると、免疫の低下や代謝異常を起こす原因となります。



公立小松大学保健医療学部看護学科 日下純子准教授

朝食は、栄養バランスや生活リズムだけでなく、心の健康や学力、体力にも関係しています。しかし、忙しさのあまり食べられない日もあると思います。そんなときは、バナナやゆで卵など栄養価の高い食品に、牛乳や糖を抑えた野菜ジュースなどの飲み物を組み合わせてみてはいかがでしょうか。まずは、何かを食べることから始めて、いきいきとした1日をスタートしましょう。

朝 ごはんは、寝ている間に低下した体温を上昇させ、1日の活動の準備を整えます。市内の小学4年生、中学3年生を対象とした調査(平成29年度で、朝食を毎日食べる子供は約9割でした。しかし、20代では63%(平成27年度食に関する県民意識調査)と低い割合となっています。整ったリズムで1日を過ごすためにも、早寝、早起きを習慣づけ、余裕をもって朝ごはんを食べるようにしましょう。



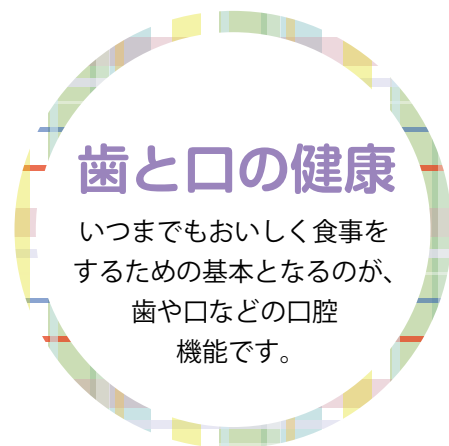
成人の約7割が、歯周病の受診や注意が必要です。



いつまでも健康な歯を「8020運動」

市では、80歳以上で自分の歯が20本以上残っている人を表彰しています。

小 さいころはむし歯の予防、成人期はむし歯に加え歯周病の予防、高齢期は歯と口の機能を維持していくことが大切です。歯周病については、近年、糖尿病や循環器疾患と密接な関連性があると報告されています。また、よく噛むことで、唾液の分泌が促進されむし歯の予防になるほか、満腹中枢が刺激され食べ過ぎによる肥満の防止につながります。一口30回以上噛むことを目標に、小さいころからよく噛んで食べる習慣をつけましょう。



菟輪町のいきいきサロンでは、健脚体操だけでなく健口体操も取り入れています。簡単な口の運動なので、自宅でも取り組んでほしいと思います。



▶大きな声で「ば・ぴ・ぷ・べ・ぼー」



健脚推進ボランティア 高島徹雄さん(菟輪町)

けんこう掲示板

予防先進のまちをめざして

はつらつ健幸推進大会

と き 2月23日(土)13時30分～15時25分
ところ 市民センター大ホール

○第1部 はつらつ健康講演「認知症予防～今わたしたちにできること～」

時間 13時30分～
講師 金沢医科大学病院 認知症センター副センター長 入谷敦さん



地域で「健康講座」を開催できます

町内や校下で、健康をテーマに講座を開きませんか。講師料は不要です。

- テーマ
- ①健康管理
 - ②ウォーキング
 - ③食生活・栄養
 - ④休養・こころの健康
 - ⑤介護予防
 - ⑥認知症サポーター養成

申し込み ①～④いきいき健康課 ☎24・8161

⑤⑥長寿介護課 ☎24・8168



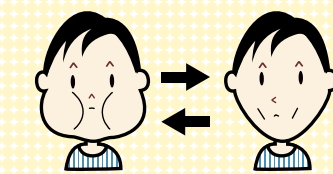
健口 けんくち 体操

飲み込みなどの口腔機能を良好に保つ体操です。



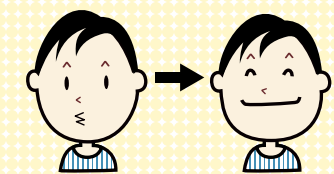
START 初めにストレッチを行います(各5回)
①肩の上げ下げ
②首を前後、左右にゆっくり倒す
③首を大きく回す
④深呼吸(鼻から吸って口をすぼめて吐く)

⑤ほっぺたの運動(各5回)



口を閉じたまま、頬をふくませたり緩めたりする

⑥唇の運動(各5回)



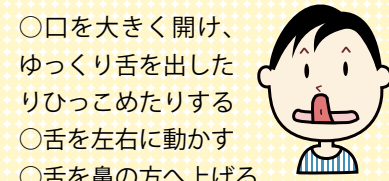
○唇をしっかりと前に突き出す
○突き出した唇を横に引く
○上下の唇を互いに左右に引く
○唇を引き締め、笑顔を作る

⑦噛み噛み運動(各5回)



○カチカチと奥歯を噛み合わせる
○口をゆっくり大きく開けて止め、ゆっくり閉じる
※無理をしないでいきます

⑧舌の運動(各5回)



○口を大きく開け、ゆっくり舌を出したりひっこめたりする
○舌を左右に動かす
○舌を鼻の方へ上げる
○舌尖を歯と唇の間に沿って左右に動かす(上下とも)

⑨嚥下運動(5回)



口を閉じたまま、唾液を意識して飲み込む

⑩発声練習(各3回)



大きな声でゆっくり確実に発音する
「ば・ぴ・ぷ・べ・ぼ」→「ら・ら・ら」「た・た・た」「か・か・か」→「あー・あー・あー」→「パンダのたからもの」

最後に ⑪頬を軽く指先でたたく
⑫最後に、口をとがらせてゆっくり深呼吸(5回)



東京オリンピック・パラリンピックを未来へつなごう

vol.2

知ろう、学ぼう、

問い合わせ

スポーツ育成課 電話 24・8139

オリンピックの歴史

世界的なスポーツの祭典・オリンピックは、来年の東京大会で32回目を数えます。今月号では、大会創設の歴史や、54年前の前回東京オリンピックを振り返ります。

近代オリンピックのはじまり

19世紀の後半、欧州各国やアメリカでスポーツ競技大会が盛んに開かれるようになりました。フランス人のピエール・ド・クーベルタン男爵（1863〜1937）は、若者が健康な肉体と健全な精神を持つことが社会の発展を促すとの信念を固め、古代ギリシャのオリンピック（紀元前776〜紀元393）を再興した近代オリンピックの創設に乗り出します。各国が文化の違いを越え、友好を深め、世界平和にもつながると信じ、1894年に国際オリンピック委員会（IOC）を設立。2年後にはギリシャの首都アテネで第1回近代オリンピックが開催されました。

日本の初参加は1912年

1909年、講道館柔道の創始者である嘉納治五郎（1860〜1938）が、クーベルタンの依頼によりアジア初のIOC委員に就任。「精力」は善い行為として発揮されるべきであり、他者とともに向上を目指す「自他共栄」こそ肝要であるという理念を掲げ、1911年には、オリンピック参加の母体として大日本体育協会を設立しました。

悲願の1964年東京大会

平和の祭典であるオリンピックですが、世界大戦などが勃発した激動の

時代の中で、その大きな波に揺れます。日本でも、決定していた1940年第12回東京大会が中止になったほか、出場を認められなかった大会もありました。

戦後から19年が経った1964年10月、悲願の東京オリンピックが開催。関係者が総力を挙げて選手と指導者の育成強化を進めてきた結果、日本選手団は、金16個を含む計29個のメダルを獲得し、日本中が熱狂しました。大会の成功は、国民の大きな自信となりました。

東京五輪がもたらしたもの

東京オリンピックは日本のスポーツ界に大きな財産を残しました。サッカーやバレーボールなどの日本リーグ誕生のほか、水泳や体操を中心としたスポーツのクラブが全国に波及。多く



▲沿道の声援を受け、小松市内を駆け抜ける聖火ランナー



◀▼東京オリンピック開会式(1964年)

小松出身のオリンピック出場選手

これまでの大会に小松からも多くの選手が出場し、世界の舞台で活躍しました。

- ◆1968年・メキシコシティー
村井富雄選手(ボート)
- ◆1988年・ソウル
坂田昌弘選手(ボート)
- ◆1992年・バルセロナ
坂田昌弘選手(ボート)
- ◆1996年・アトランタ
赤城千恵子選手(カヌー)
- ◆2000年・シドニー
村井啓介選手(ボート)
- ◆2008年・北京
豊田陽平選手(サッカー)
中川真依選手(水泳・飛込)
- ◆2012年・ロンドン
松下桃太郎選手(カヌー)
岸彩乃選手(トランポリン)
中川真依選手(水泳・飛込)



開会式で響かせたファンファーレ

当時、陸上自衛隊中央音楽隊に所属しており、東京五輪の開会式でファンファーレを演奏する貴重な経験をさせていただきました。30秒ほどの吹奏のためにトランペットの練習を重ね、本番では、とにかく緊張したことを覚えています。マラソンの表彰式や閉会式でも演奏する機会があり、感動の瞬間は今も心に残っています。2020年大会の開会式会場に行くことができれば、今度は楽しみながら観覧したいですね。

川越 英清さん(打越町)



▲開会式に臨む川越さん(前列中央)

シンボルマーク「5つの輪」の意味は？

オリンピックシンボルのデザインは、クーベルタンが考えたものです。青、黄、黒、緑、赤の色は、地色の白を加えると、世界の国旗のほとんどを描くことができるという理由で選んだそうです。また、5つの輪はアジア、ヨーロッパ、アフリカ、南北アメリカ、オセアニアの5大陸の結合を表しています。

オリ・パラ豆知識

「オリンピズム」って何だろう？

オリンピック創設者のクーベルタンが唱えた理念を「オリンピズム(=オリンピック精神)」と言い、今も受け継がれています。「スポーツを通して心身を向上させ、文化・国籍などさまざまな違いを乗り越え、友情・連帯感、フェアプレーの精神をもって、平和でよりよい世界の実現に貢献すること」

～世界のいろいろな食文化を知ろう～

ハラール(ハラル)

ハラールとは、イスラム教の教えにおいて「許されている」という意味です。口にできない食材として豚肉やアルコールなどがあります。

主な国・地域 アジア、北アフリカ、中東諸国



コーシェル(コーシャ)

ユダヤ教の食事規定「カシュルート」において食べて良いものを「コーシェル」と呼びます。豚肉、乳製品と肉料理の組み合わせなどを食べてはいけません。

主な国・地域 イスラエル、アメリカ、ロシア



※宗派、国および地域、個人によって定義の解釈が異なります。

ベジタリアン

一般的に「菜食主義者」と言われ、肉や魚などを食べません。中には、卵や乳製品も食べない人もいます。ベジタリアンの種類は多岐に渡ります。

主な国・地域 インド、アメリカ、ヨーロッパ



ヴィーガン

「完全菜食主義」で、一切の動物性食品(肉、卵、乳製品など)を食べず、動物製品(革製品、シルクなど)も身に着けません。

※最も厳格なベジタリアンとも言われます。



食材を買うときや外食をする際は、原材料や調理方法などを確認し、ハラールかどうかを判断しています。友人やインターネットから情報を得ていますが、県内では外食できる場所がまだ少ないので、ムスリム対応のお店が今後もっと増えたらいいと思います。

ご覧ください。



市では、食の多様性を推進するとともにインバウンド誘客を図るため、ムスリムに対してお店が対応できるサービスを分かりやすく開示する取り組みを行っています。

例えばノンポーク・ノンアルコールの調味料のみを使った料理を提供しているなど、出来る範囲内で配慮・対応している店舗などを、「ムスリムフレンドリーKOMATSU宣言店」として認定し、ムスリム向けグルメ情報サイト「ハラールグルメジャパン」で発信しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲ムスリム・ヴィーガン対応の白ゴマスパイシーラーメン(よっしー製作所)

▼ムスリムフレンドリーKOMATSU宣言書。お店に掲示することで、ムスリムの人のお店選びに役立ててもらいます。



ムスリムフレンドリー KOMATSU



▲ベジタリアン対応のスパイシーカレー(瀬々らぎの森 ラブティトゥポルト)

2020年東京オリンピック・パラリンピック開催、2023年北陸新幹線金沢敦賀間開業など、今後ますます様々な食文化を持つ人が小松市にも訪れることが予想されます。

こうした外国人旅行者の増加に備え、訪れる人々が安心して食を楽しむことができるよう、まずは世界の多様な食文化を知り、おもてなしの輪を広げていきたいと思います。

日本を訪れる外国人にとつての楽しみの一つが「食事」ですが、世界には文化や宗教の違いにより、旅行先においても食事に關して制限がある人が多くいます。例えば、ムスリム(イスラム教徒)の人は、豚肉やアルコールはもちろん、しょうゆや味噌など発酵過程で自然にアルコールが醸造される食品についても食べることができません。

にあり、2017年には前年の約2.6倍にあたる2万3千人を超えました。

問い合わせ

農林水産課

☎24・8078

国際都市
こまつ

食の多様性について

理解しよう



平成30年度

未来を担う私たちの主張

最優秀賞

「未来を担う」

「私たちができること」

航空自衛隊小松基地 坂本 里菜さん



私たち若者の評判は、自分以外に無関心、消極的だと言われています。またインターネットを見ると、若者に未来を任せるのは不安だと、シニア世代の4割が回答したという調査結果もありました。しかしながら、私たちは間違いなく日本の行く末を担う世代でもあります。そこで、この機会を活用して、私たちが日本の将来のためにできることは何かを改めて考えました。

初めて選挙に参加したのは、2年前の夏でした。若者の意見を国政に

反映するために、選挙権年齢が18歳に引き下げられ、高校3年生の私も、選挙権を有することとなりました。間もなくして参議院選挙が行われたのですが、部活動に没頭していたこともあり、選挙に関する知識が乏しく、選挙制度はおろか投票の仕方さえ十分理解しないまま投票所へ行きました。投票用紙を前にした私は、候補者名が並んでいるだけで、何を判断材料にして選ぶべきか分からず悩んでいるうちに、どうせ名前を書いたところで何も変わらないという気持ちで湧き、白紙のまま投票箱に投じようかと思っていました。

社会人になると、周りを取り巻く人や生活環境が一変し、考え方や言動も、社会人に見合った教養が求められるようになりました。学生時代には無関心だった政治や社会情勢についても例外はなく、無知な自分が恥ずかしくなりました。それからは、時間を見つけて新聞に目を通すように心掛けました。

とりわけ記憶に新しい出来事は、消費税増税です。増税という言葉

耳にした当初は、単純に支出が増えるとしか考えませんでした。私たちの生活に還元されていること、増税の背景には国の借金や少子高齢化によって起きる社会保障費の増大などの問題が堆積していること、またこれらが勤労世代の生活を圧迫しないように社会全体で負担するための仕組みであることが分かったと増税に納得することができました。

らない近年、私たち若者の一票の重さは計り知れません。来年度には統一地方選挙があり、衆議院選挙や改憲に伴う国民投票も噂されています。今度こそ白紙で投じようかと思っただけではなく、次の選挙までに政治について学び、理解を深めて臨みたいと思います。そして、知り得た知識や情報を自分だけのものにせず、友人や後輩にしっかりと伝え、選挙に参加することの意義や一票の重みについて、多くの人達につなげていくことが、未来を担う私たち若者が日本の将来のために出来ることだと信じて、行動していこうと思います。

そのほかの入賞者の皆さん

(敬称略)

○優秀賞

政治への参加

十八歳から始める国政参加

富塚龍之介(航空自衛隊小松基地)

中村 海斗(航空自衛隊小松基地)

○小松ライオンズクラブ会長賞

十八歳選挙権に対する私の考え

私たちの政治

若年層の投票率の低下について

政治と選挙

初めての投票

河原 貴弥(航空自衛隊小松基地)

岡田 康汰(航空自衛隊小松基地)

佐藤 小粋(航空自衛隊小松基地)

藤田 祥伍(航空自衛隊小松基地)

垣貫 康司(航空自衛隊小松基地)



小松市立博物館 企画展

しらべてみよう!むかしのくらし

懐かしい昭和時代を、見て、触って、雰囲気を感じながら学ぶことができる企画展です。

主な展示内容

- ・くらしの道具 電化製品、食事や洗濯道具、衣服、米作りの道具など
- ・昭和の様子を再現 昭和初期の台所、昭和40年代の茶の間
- ・むかしの道具体験コーナー 履物・衣服の試着など



会期 3月10日国
まで

開館時間 9時～17時
(入館は16時30分まで)

休館日 月曜日、祝日の翌日

観覧料 一般300円、高校生以下無料

※こまつミュージアム・パス利用可能

※障害者手帳をお持ちの人とその介助者1人は無料

平成の思い出募集

平成時代の小松の町の様子、出来事などを写した写真や皆さんの思い出をつづった文章を募集します。採用作品は3月30日(土)から開催される特別展「人・モノ・写真でふり返る昭和・平成のこまつ」で掲示します。

応募内容 写真または文章(作文、エッセイなど)

応募規格 ○写真: 現像されたもの(データ取り込み後に返却します)、または3メガバイトまでの画像データ ○文章: 400字以内

応募方法 氏名(ふりがな)、住所、電話番号を記載し、下記の応募先へ郵送、持参またはEメールでご応募ください(1人につき1点)。思い出の「品物」など、現物での応募はご遠慮ください。

応募期間 2月1日(金)～3月10日(日) ※当日消印有効

応募先 〒923-0903 丸の内公園町19番地 博物館 ✉museum@city.komatsu.lg.jp

問い合わせ 博物館 ☎22・0714

東京オリンピック・パラリンピック開催まで

あと 1年 5ヵ月



▲研修会でパラカヌーについて学ぶサポーターの皆さん

ボランティアを通して、スポーツを盛り上げよう！



東京オリンピック・パラリンピックまであと500日余りとなりました。組織委員会が募集した大会ボランティアは、目標としていた8万人を超え、国内外から18万人の応募がありました。選手が大会でベストを尽くすことができるのは、本当に多くの人の支えがあるからこそだと改めて思いました。

さて、皆さんは小松市でもスポーツボランティアを募集していることをご存じですか。地元出身選手をはじめ、国内外のアスリートを支援する「小松市スポーツ市民サポーター」です。現在44人が登録し、昨年は、小松に滞在したニュージーランドやカナダの選手のほか、イギリス視察団への通訳などで活躍したそうです。2020年に向けて、今後小松に来る選手が更に増えると思います。通訳だけでなく、医療、パラリンピック選手への練習支援、また市内のスポーツイベントでの運営補助など、様々なサポーターを引き続き募集しています。

皆さんの得意分野を生かして、小松に訪れる選手たちを応援しましょう。

問い合わせ スポーツ育成課 ☎24・8139



～国際交流員キンバリーのこまつ新発見～

実はいろいろある!? 中国語

中華系の民族にとって一番大事な行事である太陰暦の旧正月。今年は2月5日から始まり、実家に帰って贅^{ぜいたく}沢な料理を食べたり、親戚や友人の家を訪問したりします。どんな中華系の人に聞いてもその習慣は同じなので、文化も同じだと考えられがちですが、実は地域によって食事や建築様式、言語などが異なります。

例えば、香港で使われている「広東語」の文法や単語は、北京で使用する「北京語(※マンダリン)」とは異なります。発音が似ているものもありますが、同じ意味でも使っている漢字が異なっていたり、文法の順番が違ったりと、お互いに通じない場面も結構あります。

「Teo(ティオ)」の名字を持つ私は「名前を聞いても、中華系だと全く分からなかった」と言われます。でも、「張」という漢字で表記するとすぐ分かりますよね！そうです、ティオは別の方言の発音です。私の家族は元々中国の南^{なん}にある潮州地域の出身で、何代も前にシンガポールに移り住んだ祖先から受け継いだ潮州文化や言語は、まだ私にも残っています。

最後に中国語を少し紹介します。方言の違いを感じてもらえればと思います。

※マンダリン：中国の標準語



様々な中国語の例			
日本語	北京語	広東語	潮州語
一	イ	ヤト	チェク
二	アル	イ	ンオル
三	サン	サーム	サー
日本	レーペン	ヤトブン	ジップン
ありがとう	シェシエ(謝謝)	ドルジェー(多謝)	ガムシア(感謝)

問い合わせ 観光文化課 ☎24・8039

多様なニーズに即した観光ができる社会に

大学卒業後、ソ連に1年留学し、その間にソ連が崩壊、ロシアになるという貴重な経験をしました。留学後、東京にあるロシア専門の旅行や国際交流を行う会社で14年間働き、その後NPOでも活動しました。研究の世界に入ったのは、自分が経験した業界の問題点や仕組みを変えたい、地域や社会に役立てる活動を、という気持ちからでした。

一口に「観光研究」と言っても幅広いのですが、私は「地域」に焦点を当てています。「着地型観光」から始まり、現在は「バリアフリー(ユニバーサル)ツーリズム」や「フードツーリズム」を主な研究分野としています。このようなニューツーリズムは、地域の人のボランティア(自発的)な活動、精神があつてこそ成立しているものです。そのため、研究のもう一つの大きなテーマとして、NPOや市民団体などへのインタビューを重ねています。「障がい者、高齢者」「地域」と言ってもその内容やそれぞれのニーズは多様です。多様なニーズを反映できる地域の観光がどのようなものか考えています。

外に出ることが好きで、担当する授業では、なるべく学生とまちなかに出る工夫をしています。大学の基礎教育に加えて「自分の目でみて考える力」を得てほしいと思っています。北陸に住むのは初めてなので、私も学生と一緒に地域のことを学び、小松の良さをたくさん見つけていきたいですね。



国際文化交流学科
中子 富貴子 准教授
研究分野／観光社会学、地域観光

開け!研究室のとびら

国際文化交流学部編

公立小松大学には、様々な専門分野の教員が在籍しています。どのような研究をしているのか紹介します。

問い合わせ 公立小松大学 ☎23・6600



国際文化交流学科
千葉 悠志 准教授
研究分野／中東地域研究、メディア研究

中東とメディアの視点から世界を眺める

「中東のことを研究しています」というと、「考古学者ですか」や「危なくないですか」などと聞かれることがあります。私が研究しているのは、20世紀以降の中東の政治や社会なので、残念ながら発掘調査の経験はありません。現在、中東には20以上の国があり、大部分は安定しています。どの国にも客人保護を重んじる気風が残りに、人々が身の回りのことを気遣ってくれるという側面も見られます。

専門は、地域研究とメディア研究です。特に、中東の政治社会とメディア(情報通信技術)との関係を調べています。例えば、中東は世界で最も衛星放送が発達している地域ですが、それはなぜなのでしょう。また、衛星放送やインターネットの普及は、現地の政治や社会をいかに変えたのでしょうか。メディアは情報化した現代社会を読み解くための「鍵」となります。そして、中東(より広くはイスラーム世界)についての知識は、これからのグローバル時代の「新たな教養」となるでしょう。講義を通じて、学生には変わりゆく世界を見通すための「鳥の目」を養ってほしいと考えています。

最後に、豆知識を一つ。コーヒーの語源がアラビア語の「カフワ」というのをご存じですか？中東にはいたるところに喫茶店があり、人々が新聞片手に、あるいは水煙草をふかしつつ、ゆったりとした時間を楽しんでいます。なかにはおしゃべりに興じる人たちもいます。そうした人々の日常を垣間見、時折そこに実際に身を置いてみることを、現地調査の楽しみとしています。

スプレー缶・カセットボンベの 取り扱い・処分にご注意ください！

私たちが日常生活で使用しているスプレー缶やカセットボンベは、使用方法や廃棄方法を誤ると火災などが起こる危険性があります。製品に記載された使用方法の注意などをよく読み、今一度ご確認ください。

●保管について

- ①直射日光が当たる場所や車内など高温になる場所には置かない。
- ②暖房器具や熱源の近くには置かない。

●廃棄について

- ①中身を使い切る（噴射音が消えるまで）
缶を振り、中身の有無を確認する（シャカシャカ・チャプチャプと音がする場合は、中身が残っている）。
 - ②作業は屋外で
必ず風通しが良く、火の気のない屋外で行う。
中身がある場合は、ガス抜きキャップを使用したり、スプレーボタンを押し続けたりし、完全に出し切ってから穴を開ける。
 - ③「空缶」の日に出す
上記の処理が終わったものを、透明または半透明のごみ袋に入れて「空缶」として出す（キャップは取りはずして「プラスチック製容器包装」として出す）。
- ☎ エコロジー推進課 ☎24・8069 消防本部予防課 ☎20・2706



南加賀福祉交流セミナー

障がい者のいる家族の防災への心構えや、災害発生時に起こり得る具体的な課題・対応を、体験を交えて楽しく学んでみませんか。

とき 3月23日(土)9時30分～12時
ところ 能美市防災センター(能美市寺井町ク9番地1)

内容 ○第1部(9時30分～10時30分)講演会「インクルーシブ防災と地域の助け合い」水谷真 ○第2部(10時40分～12時) 体験学習(選択制) Aコース(定員40人)：非常食体験、Bコース(定員30人)：3Dシアター鑑賞・災害疑似体験、Cコース(定員36人)：3Dシアター鑑賞・簡易トイレ制作

参加費 無料

そのほか 託児あり(定員5人)

申し込み 小松市手をつなぐ育成会
☎21・8553 ☎21・8559

☎ ふれあい福祉課 ☎24・8052



医療・福祉

認知症について考えよう！ ～2つの講座を同時開催～

とき 2月9日(土)
ところ 市民センターセミナールーム
内容 ①10時～11時30分：認知症サポーター養成講座、②13時30分～16時30分：認知症ゴールドサポーター養成講座

定員 各60人(先着順)

参加費 無料

そのほか 2講座同時申し込み可能

申し込み 長寿介護課 ☎24・8168
☎23・3243



自動車の検査・登録申請 は3月期を避けてお早めに

毎年3月は自動車の検査・登録が集中し、窓口が大変混雑します。

継続検査(車検)は、有効期間の満了する日の1カ月前から受検できる制度を利用して、比較的空いている2月中旬までに受検し、名義変更や廃車の手続きなどは3月上旬までに済まされますよう、ご理解とご協力をお願いします。

☎ 北陸信越運輸局 石川運輸支局
☎050・5540・2045 税務課税総合窓口グループ ☎24・8029

全国一斉情報伝達試験

地震・津波や武力攻撃などの災害時に「全国瞬時警報システム(Jアラート)」を通じて送られてくる国からの緊急情報を確実に伝えられるよう、防災行政無線を用いた情報伝達試験を行います。
とき 2月20日(水)11時
放送内容 「これはJアラートのテストです」(3回繰り返し)→「こちらはぼうさい小松です」
放送範囲 市内52カ所の屋外拡声子局、戸別受信機、有線放送が設置されている世帯

☎ 防災安全センター ☎24・8150

マイナンバー記載住民票が コンビニ等で取得できます

1月26日(土)から、マイナンバー記載の住民票が、コンビニなどに設置してある行政サービス対応可能なマルチコピー機で取得できるようになりました。

コンビニ利用可能時間 6時30分～23時(12月29日～1月3日除く)

利用できる店舗 セブンイレブン、ローソン、ファミリーマート、イオン、平和堂、市役所本庁

取得できる証明 住民票、印鑑証明書、所得課税証明書(現年分)、戸籍謄本・抄本、附票(本籍地が小松市以外の人には本籍地の自治体にお問い合わせください)

☎ 市民サービス課 ☎24・8064

平成30年分確定申告

受付期間 所得税及び復興特別所得税：2月18日(月)～3月15日(金) 消費税・地方消費税：4月1日(月)まで(土・日曜日、祝日は除く)

受付場所 小松税務署(簡易な所得税及び復興特別所得税の申告は市役所税務課でも2月13日(水)から受け付けます。日程は広報こまつ1月号または市ホームページをご覧ください)

◎申告書の作成は国税庁ホームページで
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、所得税及び復興特別所得税の申告書を作成することができます。作成した申告書(データ)は、印刷して郵送などにより税務署へ提出することができるほか、同コーナーの画面上からそのままe-Taxを利用して税務署に送信することもできます。
※事前準備として、電子証明書が搭載されたマイナンバー(個人番号)カードが必要です。

◎確定申告書への個人番号記載について
申請書にはマイナンバー(個人番号)の記載が必要です。申告書の提出時に本人確認(番号確認と身元確認)が必要となります。詳細は国税庁ホームページ(https://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/mynumberinfo/index.htm)をご覧ください。

☎ 小松税務署 ☎22・1171 税務課
市民税・国保税グループ ☎24・8030



くらし

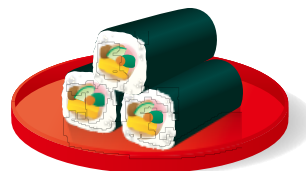
軽自動車税の手続きは お済みですか

軽自動車税は、4月1日現在の原動機付自転車や軽自動車などの所有(登録)者に課税されます。既に所有していないにもかかわらず、廃車や譲渡の申告をまだ済ませていない人は、3月末までに手続きをしてください。

手続きをしないと今後も引き続き課税されますので、ご注意ください。

車 種	届け出先
原動機付自転車 (125cc以下)	市役所税務課 南部行政サービスセンター 駅前行政サービスセンター
ミニカー・ 小型特殊自動車 (農耕用、フォーク リフトなど)	軽自動車検査協会 石川事務所 ☎050・3816・1853 (休業日:土・日・祝日)
軽自動車 (三輪・四輪)	北陸信越運輸局 石川運輸支局 ☎050・5540・2045 (休業日:土・日・祝日)
軽二輪 二輪の小型自動車	

☎ 税務課税総合窓口グループ ☎24・8029



医療費控除の特例(セルフメディケーション税制)の 確定申告用証明書を交付します

対象者 ①市国民健康保険のはつらつ健診(特定健診) ②市国民健康保険の人間・脳・ミニドック ③後期高齢者医療の長寿健診、脳ドック } いずれかを受診した人で結果通知をお持ちでない人

※ただし、予防接種の領収書または接種済証、市がん検診の領収書または結果通知、職場で受けた定期健康診断の結果通知をお持ちの人は、この証明書の必要はありません。いずれかの書類で制度の適用を受けてください。

交付申請先 いきいき健康課

※③の証明書については交付まで3～4日程度掛かります。

必要なもの 申請者の印鑑、申請者本人確認書類(免許証、保険証など)

☎ いきいき健康課 ☎24・8056

セルフメディケーション税制について：税務課 ☎24・8030



人のうごき

平成31年1月1日現在

人口 108,721人(－62)
男 53,341人(－30)
女 55,380人(－32)
世帯 43,492世帯(＋5)
()は対前月の増減

今月の税・料金の納期

	国保税	市・県民税	固定都計税	軽自動車税	介護保険料	後期保険料	下水道負担金	上下水道料金
2月	●		●		●	●		

納付期限●2月28日(木)



ごみナビ 破碎ごみって どんなごみ?

主に家電製品(家電リサイクル法対象品除く)や、傘、スコップ、電池で動くおもちゃなど、金属と他のものが一緒にになっている「複合製品」が対象となります。

出す際に気をつけること

1 製品に入っている電池、照明器具の蛍光管は、必ず抜き取る→「有害ごみ」で出しましょう

2 簡単に外せるものは、分別する→プラスチックなどは「可燃ごみ」、金属は「金物」で出しましょう

☎ エコロジー推進課 ☎24・8069



市民センター主催教室(4月～9月期)

教室名	定員	曜日	回数	時間	受講料
太極拳	30人	火曜日	15回	10：00～11：30	4,500円
カラオケ	72人	第2・4火曜日	12回	10：15～11：45	5,000円
謡曲	20人	第1・3火曜日	12回	13：30～15：00	3,500円
茶道	20人	第1・3水曜日	12回	13：30～15：30	4,000円
リズムダンス	20人	水曜日	18回	19：30～21：00	6,000円
健康体操	110人	木曜日	15回	10：00～11：15	4,000円
ソフトヨガB	12人	第1・3木曜日	12回	9：30～10：45	4,000円
編み物	25人	木曜日	18回	10：00～12：00	4,000円
総合書道A	30人	第2・4金曜日	12回	13：30～15：30	3,500円
総合書道B	30人	第1・3金曜日	12回	13：30～15：30	3,500円
ソフトヨガA	12人	第1・3土曜日	12回	13：30～14：45	4,000円

申し込み いずれも先着順。窓口受付：3月9日(土)9時30分～(電話受付：10時30分～)。申込書に必要事項を記入し、受講料を添えて3月22日(金)までに市民センター窓口まで。

問 市民センター ☎24・6101

フローラルこまつ花楽校(はながっこう)

教室名	開催日	時間	場所	参加費
ガーデニングワークショップ 「球根植物の寄せ植えづくり」	2月8日 (金)	10時～ 11時30分	木場潟公園 西園地展望 休憩所	3,000円
花の育て方基礎講座「冬春花壇 の一年草の手入れ」	2月15日 (金)	10時～11時	市役所7階	無料
園芸まなび会「バラとクリスマス ローズの育て方(後編)」	2月20日 (水)		木場潟公園 西園地展望 休憩所	

定員 いずれも20人

申し込み いずれも開催前日までに緑花公園センター ☎24・8102

第16回 春を呼ぶフェスティバル

とき 3月2日(土)10時～12時

ところ 市民センター大ホール

内容 各種教室の発表会、お楽しみ抽選会、作品展示

参加費 無料

問 市民センター ☎24・6101

せせらぎの郷 ふれあい農園利用者募集

募集区画 6区画(1区画13～28坪程、先着順)

利用期間 4月1日～2020年3月31日(継続可能)

使用料 1坪250円/年

申し込み 2月8日(金)10時から受け付け。里山健康学校せせらぎの郷にある申請書を提出(要印鑑)。

問 里山健康学校せせらぎの郷 ☎46・1919

障がい児親子水泳教室

とき 2月23日～3月23日の毎週土曜日 9時15分～10時(全5回)

ところ 小松屋内水泳プール(幼児プール)

対象 以下を全て満たす人 ○幼児(オムツをしていない)～小学生 ○保護者同伴で保護者も入水できる親子 ○障害者手帳またはそれに準じた証明書を持っている人 ○水泳教室参加について医師の承諾を受けた人

定員 15組(先着順)

参加費 2,000円(全5回分、プール入場料を含む)

持ち物 水着、キャップ

申し込み 2月12日(火)9時から小松市スポーツ協会 ☎23・5961(電話受付のみ)

木場潟環境フォーラム

とき 2月24日(日)13時30分～15時30分(13時開場)

ところ こまつドーム集会室

内容 ○総合的な学習の発表 蓮代寺小学校4年生 ○講演会「どうすれば木場潟の水はきれいになるのか？」長尾誠也(金沢大学教授)

参加費 無料

問 エコロジー推進課 ☎24・8069

第2回ライフデザインセミナー&プチ交流会

とき 2月24日(日)14時～17時30分

ところ 市民センター

内容 結婚と仕事の両立や出産、子育てなどライフデザインを考えるセミナーと交流会

定員 49歳までの独身男女各25人

参加費 無料

申し込み 2月22日(金)までにこまつNPOセンター こまつ結婚サポートセンターうるん倶楽部 <https://komatsu-wedding.jimdo.com/>

問 こまつNPOセンター ☎46・6661
はつらつ協働課 ☎24・8397

大杉みどりの里 雪広場無料開放デー

とき 2月17日(日)10時～15時

ところ 里山自然学校大杉みどりの里

内容 親子でクロスカントリースキー体験、エアチューブそり(貸し出し無料)、雪遊び(小学生)、軽食提供(有料)など。お風呂も利用できます。

対象 親子(年中児～小学生)、一般

参加費 無料

問 大杉みどりの里 ☎46・1812

ジュニアスポーツ セミナー

運動神経系が発達しやすい年齢である小学生を対象に、体を動かす能力を高める「動きづくり」や「速く走るコツ」などを学びます。

とき 2月16日(土)9時～12時

ところ こまつドームアリーナ

対象 市内の小学1～6年生

定員 300人(先着順)

参加費 無料

申し込み 2月12日(火)までに公益財団法人北陸体力科学研究所 ☎47・1214 ☎47・0656

問 小松市まちづくり市民財団 ☎23・5961

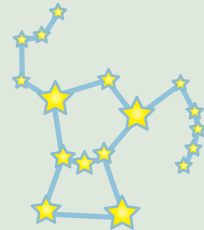
サイエンスヒルズこまつイベント情報

◆3Dスタジオ **定員** 各回120人 **観覧料** 一般600円、高校生400円、3歳～中学生200円

○プラネタリウム星めぐりスペシャル

とき 2月11日(月)祝15時50分～16時35分

内容 天文や宇宙に関する旬の話題、季節の星座など、解説員が自由に生解説。のんびり、楽しく星空の世界をご堪能ください。



○プラネタリウム 宇宙兄弟 一点のひかり

とき 3月31日(日)までの土・日曜日、祝日12時20分～、14時40分～

内容 宇宙へ行くことを誓った高台で、六太と日々人は1人の少女と出会う。やがて明らかになる少女の「願い」。果たして2人はその願いをかなえることができるのか!?



◆体験教室

参加には別途ワンダーランド観覧料が必要です。

①②⑥は小学4年生以下、③④⑤は小学3年生以下保護者同伴をお願いします。

	教室名	とき	対象・定員	参加費
①	ガラス管でつくるカラフルマドラーづくり	2月9日(土)、23日(土)いずれも10時30分～11時30分、13時10分～14時10分	小学生以上各10人	100円
②	トコトコザウルスをつくろう(ラプトル&トリケラ)	2月9日(土)10時～11時30分	幼児以上10人	500円
③	プチデコタルトを作って食べてみよう	2月10日(日)、11日(月)祝いずれも10時～11時、13時10分～14時10分、14時40分～15時40分	幼児以上各20人	100円
④	火起こしを体験しよう	2月16日(土)、17日(日)いずれも10時～11時、13時10分～14時10分、14時40分～15時40分	小学生以上各20人	無料
⑤	細胞って何だ?	2月24日(日)10時～11時、13時10分～14時10分、14時40分～15時40分	小学生以上各20人	無料
⑥	トコトコザウルスをつくろう(ブラキオ&ロフス)	2月24日(日)10時～11時30分、13時10分～14時40分	幼児以上各10人	500円

申し込み 当日先着順、③はヒルズホームページから

問 ひととものづくり科学館 ☎22・8610

賢い消費者になろう

消費せいかつ

VOL. 116

問い合わせ

あんしん相談センター ☎24・8071
消費者ホットライン ☎188

安い商品につられて行ったら…
高齢者を狙った「催眠商法」にご注意を！

こまちちゃん 第22回 絵:れん (※小松市立高校芸術コース美術専攻)

宮本さん、来るでしょ？

でも…何が高額なものを買わされそうだし……

お願いっ！あなたでちょうど5人目なのよ！

え？お店に行つて商品の説明を聞くだけでプレゼントがもらえるの？

そうなのよっ！

初めて来店した人は、おまけ物ももらえるわよ！

仲良くなった店員さんから5人誘つて貰うのよ！

おばあちゃんちょっと待って！それ…催眠商法ってやつじゃない？

やっぱ、催眠商法ね！

「商品の宣伝を聞いたら無料でお米がもらえる」と知人に誘われ、健康講座の店に通うように。店で姓名判断をしてもらうと、「このままでは高血圧で倒れ家族に迷惑が掛かる」と言われ、勧められるがままに象牙の印鑑3本を購入した。

- トラブル回避のポイント
- ◆無料や安価な日用品を目当てに出向き、最終的には次々と高額な商品を購入してしまうトラブルが増加。
 - ◆構築された店員との関係で、支払い能力を超える契約をしたり、同様の市販品と比べ高額であっても購入したりするケースが目立ちます。
 - ◆本人に被害者意識はなく、家族が頭ごなしに非難すると、店員をかばうこともあります。気配りしながら話し合うことが大切です。

市民相談

2/1 ▶ 3/10

※相談はすべて無料です。秘密は守られます。相談日はいずれも祝日を除きます。

	とき	ところ	問い合わせ
弁護士 (予約制1日5人) 同一案件 年1回限り	2/6,13,20,27,3/6 いずれも水曜日	13時～15時30分	あんしん相談センター (予約先) もしもしセンター ☎20・0404 ※相談日の1週間前から予約可
	2/28(木)		
	2/5,19,3/5 いずれも火曜日		
	2/12(火)		
くらし困りごと相談	2/7,21,3/7 いずれも木曜日	13時～15時	あんしん相談センター 南部行政サービスセンター 駅前行政サービスセンター
	2/12(火)		
	2/28(木)		
交通事故	次回は4/23(火)	13時～15時	あんしん相談センター
登記	2/8,3/8いずれも金曜日		
クレサラ・多重債務 (弁護士相談)	2/22,3/8いずれも金曜日※前日までに要予約	10時～12時	あんしん相談センター ☎24・8070
司法書士 (成年後見含む)	2/15(金)※当日9時から予約可	13時～16時	
社会保険労務士	2/22(金)	13時～15時	
公証人	2/19(火)	13時～14時30分	
行政書士	2/4,3/4 いずれも月曜日	13時～15時	
消費生活	月～金曜日	9時～17時	

	とき	ところ	問い合わせ
DV・性暴力	月～金曜日	9時～17時	あんしん相談センター
心配ごと	毎週土曜日	13時30分～15時30分	社会福祉協議会 ☎22・3354
結婚	毎週土曜日		
家族会介護	第3金曜日		
教育相談 不登校相談 発達相談	全般 月～金曜日	9時～17時	教育研究センター ☎24・8124
	発達 月～金曜日	9時～17時	発達支援センターえぶりい ☎24・8434
	教育 月～金曜日	9時～16時30分	小松みどり分校 ☎24・0103
	高校生 月～金曜日	9時～16時	やすらぎ小松教室(小松北高校横) ☎23・6669
小松こころの電話相談	毎日	13時～17時	小松こころの電話 ☎24・5556

市民相談年間カレンダーを市ホームページに掲載しています。

子育て&健康づくり

今月の Happy Smile
ハッピースマイル

南浅井町
かんべい
西官兵衛くん
(7カ月)



健康づくりの相談・教室 予約制

いきいき健康課 ☎24・8161
●保健師・管理栄養士による健康相談
とき 月・水・金曜日(祝日除く)13時15分～15時15分
ところ 市役所1階
●心理相談員によるこころの相談
とき 2月14日(木)、3月14日(木)いずれも13時～または14時40分～

ところ 市役所1階
●血管若返り運動教室
とき 2月20日(水)13時30分～15時
期間 6カ月(月1回)
ところ 第一コミセン
内容 自宅でできる筋力運動、有酸素運動、健診結果・運動効果の説明
対象 40～74歳で、平成28年度以降の健診結果が要指導、要医療の人
持ち物 健診結果、運動靴、飲み物、タオル、運動できる服装

母子の相談・教室

すこやかセンター 予約☎21・8118
●育児相談
とき 2月4日(月)、3月4日(月)いずれも9時30分～11時
ところ すこやかセンター



育児相談ダイヤル ☎21・0101
月～金曜日(祝日除く)8時30分～17時

休日・夜間医療情報

南加賀急病センター(小松市民病院南館1階併設) 【小児科・内科】 ☎23・0099
月～土曜日: 19時～22時30分 日曜日・祝日: 9時～12時(受付は11時30分まで)、13時～22時30分

Woman's フォーラム

とき 3月3日(日)13時～16時30分
ところ ヒルズわくわくホール
内容 第一線で活躍する女性経営者の講演やパネルディスカッション、経営や創業に関する相談コーナー
定員 100人(先着順)
参加費 無料
申し込み 件名を「フォーラム申し込み」とし、氏名、住所、職業、連絡先を記載。(株)ジーアンドエス ☎076・222・7245 ㊚fumi@g-and-s.co.jp
㊚ 商工労働課 ☎24・8074

第39回将棋大会

とき 3月13日(水)13時30分～16時
ところ 市民センターはつづルーム
対象 60歳以上の人
定員 A級戦(有段者)・B級戦計30人(先着順)
参加費 無料(ただし、はつづセンター利用料100円が必要)
申し込み 2月13日(水)から、市民センター ☎24・6101

そのほか

12月の寄附(敬称略)

▽社会福祉へ 石崎和枝(河田町)、三洋自動車(株)(北浅井町)、連合石川かが地域協議会、小松市グラウンドゴルフ協会
▽こども福祉基金へ (有)吉田運輸建設(島田町)、三洋自動車(株)(北浅井町)



企画展

食の工芸を楽しむ

和食など豊かな食文化を育んできた日本では、食を彩る器もバラエティに富んでいます。

本展では普段使いの器からおしゃれなもの、お茶の道具までを楽しくセッティングしました。

会期

3月10日回まで

※2月5日(火)から後期展示(一部作品を入れ替え)

ところ

本陣記念美術館



▲北大路魯山人《いとまき平向》(陶磁)



▲初代徳田八十吉《華鳥葉様奈良茶碗》(陶磁)

◆学芸員によるギャラリートーク

とき 2月16日(土)、3月2日(土)いずれも11時～、14時～

入館料 一般300円、高校生以下無料

休館日 月曜日、祝日の翌日



▲13代中里太郎右衛門《唐津絵高麗皿》(陶磁)

問い合わせ

本陣記念美術館

☎22・3384

観光文化課

☎24・8130

◎こまつ曳山&歌舞伎ッズ倶楽部会員募集

「歌舞伎のまち小松」の伝統文化を守り受け継ぎ、全国や世界にPRしていくために、資金や活動の支援をしていただけの会員を募集します。

対象 個人、企業、団体

寄附金額 弁慶会員(個人)：5,000円以上、義経会員(企業・団体)：50,000円以上

会員特典 日本こども歌舞伎まつりin小松のチケット優先先行予約や自由席引換券の進呈、うららで開催の大歌舞伎のチケット優先予約ほか

※詳細は市ホームページをご覧ください。

こまつ曳山交流館みよっさ

八日市町72-3 ☎23・3413

◎ほくろく道 能楽の里in小松

能楽に親しめる講座です。気軽にご参加ください。

とき 2月16日(土)11時30分～12時

出演 小松能楽会

演目 安宅(変更になる場合あり)

参加費 無料

◎春の寄せ植え

春を彩る寄せ植えを作ってみませんか。

とき 3月2日(土)13時30分～14時30分

講師 合場加代子(こまつ市民博士)

定員 10人(先着順)

参加費 2,000円

申し込み 2月9日(土)から

錦窯展示館

大文字町95-1 ☎23・2668

◎常設展「歴代徳田八十吉名品展」

とき 3月3日(日)まで

登窯展示館

八幡己20-2 ☎47・2898

◎企画展「やわたの匠展」

八幡の伝統工芸士たちの作品をご覧ください。

とき 5月19日(日)まで

宮本三郎美術館

小馬出町5 ☎20・3600

◎企画展「それから～宮本三郎の挑戦～」

とき 3月10日(日)まで

◎学芸員によるギャラリートーク

とき 2月17日(日)14時～



◀1969年《浴女》個人蔵

宮本三郎ふるさと館

松崎町16-1 ☎43・3032

◎企画展「宮本三郎のアトリエによるこそ！」

とき 3月10日(日)まで



▲1970年《百花繚乱》

図書館

丸の内公園町19 ☎24・5311

◎おはなし玉手箱

とき 2月10日(日)14時30分～

担当 小松おはなしの会

参加費 無料

◎展示「リアルに感じる！文豪の身長」

文豪の身長や人柄の分かるエピソードをパネル展示し、著作や関連本を紹介します。

とき 2月28日(木)まで

南部図書館

島町ヌ43 ☎43・1222

◎わくわくえほんタイム

とき 2月1日(金)、15日(金)いずれも10時30分～17時

内容 職員による絵本の読み聞かせ

◎切り紙しおりを作ろう

読書に彩りを添えるすてきなしおりを作りませんか。

とき 2月23日(土)14時～15時30分

対象 中学生以上

定員 15人(先着順、要申し込み)

持ち物 カッター

◎サンタママによるおはなしの扉

とき 2月24日(日)14時30分～

参加費 いずれも無料

市史編纂事務局

丸の内公園町19 ☎24・5315

◎古文書講座(全3回)

公文書、町方・地方文書などを読み解くだけでなく、その時代の諸相も探ります(要申し込み)。

とき 2月16日(土)、24日(日)、3月3日(日)いずれも14時～16時

ところ 公会堂1階 第1、2会議室

講師 袖吉正樹(金沢市立玉川図書館担当館長補佐)

参加費 無料

博物館

丸の内公園町19 ☎22・0714

◎企画展「しらべてみよう！むかしのくらし」

とき 3月10日(日)まで

空とこども絵本館

小馬出町10-3 ☎23・0033

◎2月の松居直コレクション

こどものとも22号「すねこ・たんばこ」を紹介します。

◎ほっとおはなし会

1日に5回、職員おすすめの絵本の内容を変えて紹介します(20分程度)。

とき 2月11日(月)祝10時30分～、11時30分～、14時～、15時～、16時～

◎講演会「絵本づくりの現場から」

「こどものとも」の編集長・関根里江さんに絵本作りへの思いや作家との関わりなどを話していただきます。

とき 2月14日(木)12時45分～14時15分

◎よんでよんで

とき 2月23日(土)10時～16時

◎おはなし会「とおい国のはなし」

とき 2月23日(土)10時30分～10時50分

◎日曜あさのおはなし会

とき 3月3日(日)10時30分～10時50分

参加費 いずれも無料

◎2019年度ボランティア募集

絵本の補修や読み聞かせなど絵本館ボランティアとして活動しませんか。

応募期限 2月24日(日)

説明会 2月28日(木)11時～

埋蔵文化財センター

古代体験春まつり参加者募集

出土品整理体験、古代のものづくり体験、古代食の試食などができる体験型イベントです。

とき 3月10日(日)

9時30分～12時、13時30分～16時

対象 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

定員 各100人(先着順、要申し込み)

参加費 無料

申し込み 2月9日(土)9時から

勾玉づくり体験の様子▶



冬季限定「鑄造体験 操業開始！」

とき 2月3日(日)、9日(土)、16日(土)

いずれも10時～11時、14時～15時

対象 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

定員 各6人(先着順、要申し込み)

参加費 無料

問い合わせ 埋蔵文化財センター ☎47・5713

文化ガイド



カブツキーポイント対象施設：博物館、本陣記念美術館、宮本三郎美術館、埋蔵文化財センター

埋蔵文化財センター

原町ト77-8 ☎47・5713

◎「新指定！考古資料お披露目展」

とき 2月11日(月)祝まで

観覧料 無料

◎春季企画展「校下別代表遺跡で語る！こまつ歴史年表2019」

市内のそれぞれの校下にある代表的な遺跡を紹介し、その特徴などを解説します。

とき 2月23日(土)～6月23日(日)

観覧料 100円、高校生以下無料

すばらしき仲間たち

強い絆で生まれる和のハーモニー

白山民謡会



発足から約50年もの歴史がある「白山民謡会」。メンバーは入会して10年以上となる人がほとんどで、現在17人が所属しています。今は、発表会に向けて唄や三味線の練習に余念がありません。

「三味線の音色に魅了され、民謡を始めてはや数十年。長い間続けていられるのは、三味線を弾くことが楽しいからだけでなく、すばらしい仲間がいるからです」と米沢和美さんと谷口三枝子さんは口を揃えて言います。長年の付き合いで気心が知れたメンバーが多いので、仲間と会って何気ない会話をするのも教室に来る楽しみの一つとなっているようです。

発足当初からのメンバーである北口紀代男さんも「白山民謡会の良さは、仲間との絆が強いこと。みんなで唄い、演奏するときの喜びもひとしおです」と笑顔で話してくれました。

今月、白山民謡会はこまつ芸術劇場うららで発表会を開催します。会長であり20年以上民謡の指導をしている岸清美さんは「大きな舞台で日頃の成果を披露できるのは、多くの人の支えがあるからこそ。来場の皆様に、楽しめと感動を与える発表会にしたい」と意気込みを語ってくれました。

今回は白山民謡会だけでなく、友情出演として、市内の各種文化団体も多数参加し、他団体との共演も見どころとのこと。数十年ぶりに開催される大舞台に、皆さんも足を運んでみてはいかがでしょうか。



白山民謡会発表会 夢・絆・喜び
とき 2月16日(土)12時30分開場、13時開演
ところ こまつ芸術劇場うらら小ホール
入場料 無料
問い合わせ 岸清美 ☎47・2213



▲練習は主に毎週水曜日9時30分～11時30分、第一地区コミュニティセンターで行っています。

●ほっと温まる冷え取り温活ヨガ!!

初めての方!運動嫌いの方!!体が重くだるい方におすすめ!楽しく健康的な体づくり始めませんか? **時**2月23日(土)15時30分～16時15分 **場**芦城センター **費**1,000円 **問**打田 ☎090・9440・7201

●第17回ゆるママフェスタ

いつも頑張っているママを癒したい♡子供も一緒に楽しめます。キッズコンサートもあります♪ **時**2月27日(水)10時～16時 **場**アルプラザ小松2階 **費**入場無料各ブース有料 **問**奥村 ☎080・3044・1515

●加賀地区リウマチ講演会

「知っておきたい足のこと」足の疾患の治療、靴の選び方等 講師:芳珠記念病院整形外科 小川泰弘先生 **時**3月2日(土)13時30分～ **場**第一コミセン **問**リウマチ友の会石川支部 高谷 ☎076・261・7914

●小松准看護学院二次入試募集案内

准看護師免許を取得しませんか!小松准看護学院では二次入試募集を行います。**時**入試日:3月9日(土)12時～ **場**小松准看護学院(本町2-12) **費**12,000円 **問**小松准看護学院 谷保 ☎22・2714

●木曽町寺子屋手習い塾

お試し受講もできます。お気軽に、ご参加ください。 **時**毎月第1・第3(土)●韓国講座10時30分～12時 ●書道13時～14時30分 ●英会話14時～15時 **費**750～1,000円/回 **問**木曽町会館 小林 ☎46・6676



『市民ポータルサイト勧進帳』もご利用ください
<http://kanjincho.jp/>

※しみの広場は営利・宗教・政治を目的としない市内の団体に紙面を提供するもので文責は各団体にあります。

●第3回得する街のゼミナール開催♪

市内27店の店主が講師となり、専門的な知識や情報を無料で伝えるお得なゼミです。 **時**2月15日(金)～3月17日(日) **費**受講料無料 **問**こまつまちゼミ(実)竹本 ☎21・3121 詳細は小松商工会議所HP掲載

●多肉植物モリモリ寄せ植え

時2月16日(土)10時～ **場**しあわせのいえ **定**5名 **費**2,500円 **問**しあわせのいえ ☎47・0309

●小松市スキー協会関係行事

①ちびっ子スキースクール **時**2月17日(日)
 ②小松市長杯争奪スキー選手権大会 **時**3月3日(日) **問**小松市スキー協会 ☎21・1371

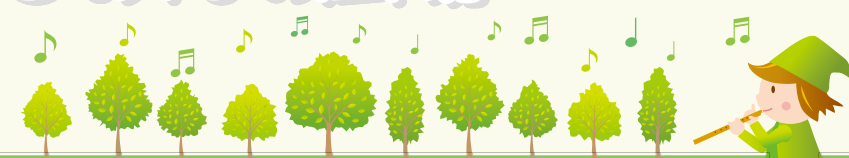
●こまつの杜 理科&ものづくり教室

理科教室『光の3原色＝色の不思議を体験しよう＝』 **時**2月23日(土)9時30分～11時45分 **場**こまつの杜2階教室 **対**小学3～6年生 **定**24名(先着順) **費**無料 **問**伊藤 ☎24・2154 ☎24・2164

●グリーフシェアリング小松特別講演

「死別を支える」を当たり前に～英国グリーフケアに学ぶ～ 講師 尾角光美(おかくてるみ) **時**2月23日(土)13時30分～ **場**東町・勝光寺 **費**無料 **問**ノムラ ☎22・0797

しみの広場



市民の皆さんによる催しや活動を紹介するコーナーです。
 イベント募集や仲間づくりなどにご活用ください。

掲載希望の人は「広報こまつ しみの広場掲載ガイドライン」を確認の上、掲載月の前月1日(閉庁の場合は前日)までに広報秘書課に申請書を提出してください(郵送・FAX・Eメール可)。ガイドライン及び申請書は市ホームページからダウンロードできます。

●しあわせのいえ

◎おうちやおや教室『チョコブラウニー』
時2月13日(水)10時～12時 **費**500円 ◎水引講座～祝の季節のミニ水引づくり
時2月27日(水)10時30分～12時 **費**800円 **問**しあわせのいえ ☎47・0309

●色彩脳トレ体験会

「元気カラーを見つけよう」講師 涌波理絵 **時**2月13日(水)、3月13日(水)14時～と19時～ **場**駅前コミュニティサロン友 **定**12名(要予約) **費**1,500円 **問**涌波 ☎090・2037・8973

●小松歴活塾・大聖寺藩の歴史

小松歴活塾 講師金沢歴活 安藤竜先生
 テーマ大聖寺藩の歴史 **時**2月15日(金)13時30分～ **費**2,000円(お菓子付) **場**・**問**駅前コミュニティサロン友 ☎090・1390・4027 ※3月は29日(金)開催予定

●串町大雛人形展・明治大正の雛人形

県内外から譲り受けた数々の雛人形を一同に展示。おっちゃんらの解説、フォトコンテストもあります **時**2月11日(月)祝、3月3日(日)10時～17時 **場**串町芸遊塾・串町ヌ42 **問**北川 ☎090・1319・5295

●テーマで学ぶ健康セミナー(2月)

今月のテーマ「患者力」 **時**2月12日(火)19時～ **定**15名 **費**1,000円 **持**筆記用具 **場**・**問**駅前コミュニティサロン友 島田 ☎090・1390・4027 ※3月は26日(火)開催予定

●コリ楽ヨガ

寒さで凝りかたまった体を、ほぐしましょう。床暖房の温かいお部屋でヨガを **時**2月13日、20日いずれも水曜日9時45分～10時45分 **費**800円 **場**・**問**しあわせのいえ ☎47・0309

学びたい!を応援「こまつ市民博士」

市では、様々な分野で知識・特技を持つ人を「こまつ市民博士」として登録しています。町内会や地域の活動で講習会などを開くときは、希望に合った人を紹介します(日程調整・費用負担・実施場所の準備等は申込団体でお願いします)。詳しくは市ホームページをご覧ください。



「こまつ市民博士」募集中

知識・特技を生かしたい人、市民の活動を支援したい人を随時募集しています。



こまつ将棋教室



健康ヨーガ教室

問い合わせ はつらつ協働課 ☎24・8397