



# 食生活改善推進員養成講座

## 受講生募集



健康や食生活に興味があり、受講後に推進員（食改さん）としてボランティア活動ができる人を募集します。楽しく栄養について学び、一緒に活動しませんか。

**とき・内容** いずれも9時30分から

7月7日(木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開講式、オリエンテーション</li> <li>・食改さんの活動紹介</li> <li>・小松市の健康づくり</li> <li>・国民の健康状態と食生活現状</li> </ul>	9月22日(木)	年代別の食育ポイント ～食育アドバイザーへの第一歩～
7月28日(木)	栄養と調理の基本について	10月6日(木)	生涯骨太～ロコモ予防～
8月4日(木)	意外と知らない食品衛生について	10月27日(木)	知っておきたい！ 生活習慣病予防のいろは
9月1日(木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メタボ予防のために自分の体に必要なカロリーを知ろう</li> <li>・食事バランスガイドって？</li> <li>・食品表示について</li> </ul>	11月4日(金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こころの健康の大切さ</li> <li>・修了式、懇談会</li> </ul>

**ところ** すこやかセンター

**対象** 20歳～おおむね70歳の人

**定員** 20人(先着順)

**持ち物** 筆記用具

**受講料** 3,000円(全8回分、テキスト代含む)※受講後、推進員(食改さん)となった人は全額補助

**申し込み** 6月30日(木)までにいきいき健康課(すこやかセンター内) ☎24・8161



# 新指定 小松市指定文化財

小松市指定文化財として、新たに2件が指定されました。

**問い合わせ**

文化振興課 ☎24・8130

## 前田利常書状「前田家跡目相続の書状」(古文書)

この書状は、老中酒井讃岐守忠勝と松平伊豆守信綱を上司として、嫡男光高の跡職が犬千代(綱紀)に決定したと知らせてきたことを、前田利常が生島玄蕃頭に伝えたものです。生島玄蕃頭は利常の娘である富姫付の家老で、八条宮智忠親王に嫁いだ富姫にも利常が伝えたものと考えられます。利常が小松城居城時に光高の死にあり、孫綱紀の家督相続を統括したことを示しており、まさにその時を実証する価値を持つ文書といえます。

## 河田山1号墳・9号墳 附12号墳石室(史跡)

河田山古墳群は、総数65基からなる県内最大級の古墳群です。

3世紀後半に造られたと推定される1号墳は、梯川流域を一望する丘陵の最高所に位置しており、首長がモノメントとして古墳を築造するのに絶好の立地といえます。7世紀後半に築造された12号墳は、朝鮮半島とのつながりが考えられる横穴式石室を持ち、9号墳も同様の構造を持つと推定されます。ともに南加賀地域の有力氏族に連なる人物の墓とみられます。

古墳時代初期と終末期における梯川流域の社会様相を伝える重要な記念碑的史跡であり、12号墳石室はそのまま移設し復元整備を行い、1号墳と9号墳は現状のまま国府台にある古墳公園内に保存されています。



▶12号墳石室



▶前田利常書状