

広報のしろ

NOSHIRO

11
2025
vol. 426

みんなでつくる“わ”のまち能代

｜巻頭特集｜

鶴形そばー地域に受け継がれる味と絆ー

豊かな自然に育まれ、古くから地域内外で愛されてきた鶴形そば。受け継がれる伝統の味と、それを守り続ける人々の想い。地域の誇りとして、これからも未来へとつないでいきます。



鶴形そば食堂

鶴形地域拠点施設に併設された「鶴形そば食堂」。そばを味わい、交流を深める場として、多くの人に親しまれています。鶴形そば食堂の小林加奈子さんに食堂への想いを伺いました。



地域内外の人々でにぎわう鶴形そば食堂。
香り豊かなそばが、日常の楽しみとなっています。

鶴形そば食堂の誕生

平成30年度の旧鶴形小学校の閉校に伴い、市と地域で校舎の利活用について話し合い、地域センターを移転して令和4年に鶴形地域拠点施設として生まれ変わることにになりました。その新たな取り組みとして開設されたのが鶴形そば食堂です。

「イベントで鶴形そばを出したとき、お客さんから『食べられる場所があればいいのに』とよく言われていたこともあり、食堂のオープンが夢でした」と加奈子さんは振り返ります。お客さんから「おいしい、また来たい」と言ってもらえるのがやりがいだそうです。

食堂では、そば粉100%で豆乳をつなぎに使う、地域へ伝わる作り方を守っています。そばうや人参、しいたけなど地元の素材をたっぷり使ったつゆは、先輩たちから受け継いだ味で、何度食べても飽きないと評判です。「横浜からわざわざ訪れてくださった方もいて、本当にうれしかったです」と言います。

交流の場としての役割

一方で、今年4月に発生した加工所の火災では、食堂の営業継続も危ぶまれました。それでも「やめるという選択はなかった」とのことでした。製粉を外部に委託しながら、そば食堂の営業を続けています。新しい加工所の完成が間近に迫っており、そば祭りや年越しそばの予約なども受け付けています。

「食堂では、普段とは違う自分になれて、お客さんや仲間と触れ合うことで、私も元気をもらっています。これから地域のコミュニケーションの場であり続けてほしい」と語ってくれました。



鶴形そば食堂の皆さん
(前列右から2人目が小林加奈子さん)

鶴形そばの歴史

鶴形そばを語るうえでは欠かせない鶴形そば製造加工株式会社。小林秀彦社長に鶴形そばの歴史やこれからのについてお話を伺いました。

鶴形そばの歴史

鶴形地域でのそば栽培は約300年前に始まりました。江戸時代の末期には、旧鶴形村当主・小林七右衛門さんが金比羅神社を建立し、祭りの際には境内にそば店が並んで

いたそうです。戦後、この風習は途絶えましたが、米の転作物としてそばの栽培は続けられてきました。「子どもの頃は、そばもちがおやつでした」と小林社長は笑います。30年ほど前には、笠井京子さん(故人)ら地元的女性た

ちが、特産品としての鶴形そば作りを始めました。笠井さんたちからの助言も受けながら、平成16年に「鶴形地区そば製造加工組合」を設立。当時、高台の転作田ではそばを捨て作りしていましたが、行政から「助成金を受けるには収穫が必要」と指摘があり、収量を確保する必要性に迫られたのです。さらに、高齢化やクマなどの被害で耕作放棄地も増えており、「耕作放棄地をなくしたい」という思いも強かった」と小林社長は語ります。汎用コンバインや乾燥調整施設を導入し、安定した収量と品質を確保できるようになりました。平成20年には、収穫から加工まで一貫して取り組むため「鶴形そば製造加工株式会社」を設立。安全・安心な栽培にこだわり、農薬や除草剤は使わず、受粉には養蜂園のミツバチの力を借りています。「去

年初めて畑に養蜂箱を設置したら、収穫量がぐんと増えました」と小林社長は笑顔で話します。

再建を経て歩み続ける鶴形そば

しかし、今年4月に加工所が全焼し、製粉機や製麺機など全てを失い、スーパリーなどへの出荷もできなくなりました。周囲の励ましもあり再建を決意。もうすぐ新しい加工所も稼働します。

鶴形そばは、伝統を守りながらも、商品開発やPRを通じて、地域の顔として力強く育っています。「関わってくれる皆さんが喜んでくれるのが何よりうれしいです」と小林社長。最後にこう語ります。「鶴形そばは私の人生そのもの。そばをとったら、何も残らないくらい大切な存在です」



鶴形そば食堂で好きなメニューは温かい「鶴形そば」という小林秀彦社長。鶴形そばの歴史と今後への想いを話ってくれました。



←昨年のそば祭り会場。新そばを味わう来場者と、それを支える地域の皆さんの温かい交流があふれていました。

鶴形そば祭りの始まり

鶴形そば祭りは、平成16年に鶴形地域まちづくり協議会前会長・小林吉郎さんが、「地域にある鶴形そばを生かして、つながりを深めよう」と、当時の鶴形小学校を会場に始

めたイベントです。そばのふるまいやそば打ち体験、芸能発表などが行われ、地域の温かな交流の場として現在まで、親しまれてきました。まちづくり協議会や、鶴形地区そば生産組合や鶴形地区自治会連合会、市などが加わった

鶴形そば祭り、人がつなぐ地域の味

秋の恒例行事「鶴形そば祭り」。香り豊かな新そばを味わい、地域の魅力と人の温かさに触れる、笑顔あふれるイベントです。運営する鶴形地域まちづくり協議会の渡辺和吉会長にお話を伺いました。

実行委員会で祭りを企画し、地域外にも参加の輪を広げ、「鶴形そばを味わう」という原点を大切にしながら今も続いています。

「祭りでは毎回1000食ほどのそばを準備しますが、売り切れてしまうこともあります。お客さんに満足して帰ってもらえるよう準備を重ねています」と渡辺会長。

地域に根づく支援の輪

祭りの企画は、実行委員会で前年の反省をもとに話し合いながら練り上げられます。婦人会をはじめ地域の方々が準備に自然と手を貸してくれるのが鶴形の強みです。「動けるうちは手伝うよ」と声をかけてくれる仲間も多く、こうした人々の思いが地域のまとまりを支えています。

若い世代は仕事で準備からの参加が難しい面もありますが、当日は多くの協力が集ま

次世代へつなぐ鶴形そば

コロナ禍では一度中止となりましたが、その後は規模を縮小して再開。感染対策を徹底しながら続けてきた祭りでも、現在は通常規模で開催できるようになり、会場に笑顔が戻りました。こうして地域の伝統が再び息づく一方で、担い手不足への危機感もあります。「自分たちがいなくなれば、鶴形そばはなくなってしまう」と渡辺会長。第五小学校では、地域学習で鶴形そばを学び、子どもたちは祭りにも

積極的に参加しています。渡辺会長は「子どもたちが鶴形そばの魅力を感じ、地域を支える存在になってくれたらうれしい」と語ってくれました。受け継がれてきた鶴形そばの味と地域の人々の想いは、これからも未来へとつながっていくでしょう。

そば祭り会場で食べられる新そばは格別の味わいです。ご家族や友人と一緒に、鶴形の秋の味覚と温かな雰囲気を楽しんでみませんか。

※開催日程については、左記をご覧ください。

あなたの「そば」で祭りだ！ ワッショイ! in 鶴形パート20

新そばの季節になりました。おいしい「鶴形そば」をご用意しておりますので、皆様のご来場をお待ちしています。今年では記念すべき20回目の開催となります。ぜひお越しください。

日時 11月2日(日)10時～14時
場所 鶴形地域拠点施設
内容 そば食堂、産地直売コーナー、お楽しみガラポン抽選会、東中コーナー
問合せ 鶴形そば祭り実行委員会(鶴形地域拠点施設内) TEL 58-3211



ります。子どもたちも菜種油の販売などを手伝い、世代を超えた交流が生まれています。「関わってくれる人たちが頑張ってくれているうちは、私も頑張りたい」と渡辺会長は語ります。



古布類（古着・古布）を資源として回収します

燃えるごみの減量とリサイクルの推進を目的にごみの減量化・リサイクルを推進するため、不要となった衣類などの古布類を回収します。回収した古布類は、リサイクル事業者へ引き渡し、海外へ中古衣料として輸出され、リサイクルされます。ご家庭で不要となった古布類をお持ちください。

▶回収日時 11月9日(日)8時～11時

▶場所 能代球場駐車場、二ツ井町庁舎駐車場
※能代球場には、国道101号側からの一方向進入とします。

※雨天が見込まれる場合は翌週16日(日)に延期します。延期した日も雨天の見込みの場合は中止します。延期・中止のお知らせは市ホームページにて開催日の前日までに行います。

※回収量がトラックの容量を大幅に上回る場合、終了時間を繰り上げることがあります。

■古布類の出し方

古布類は、透明または半透明の袋（能代市指定ゴミ袋以外でも可）に入れてください。

※濡れるとリサイクルができなくなります。雨天でも濡れないように袋の口をしっかりと縛って、お持ちください。



アンケートに答えて 能代の商品をゲットしよう

能代市の若者に関するアンケート（所要時間約5分）を実施しています。二次元コードからお答えください。回答者の中から抽選で60人の方に、能代市に関する商品をプレゼントします。



▶回答期限 11月30日(日)

▶対象 能代市に在住・在勤の39歳以下の方

▶問合せ 地域おこし協力隊・江南綾絃

メール ayato.enami@gmail.com

＼こんな商品を抽選でプレゼント！／

- なべや製麺「白神の森乳酸菌入りうどん」
- 木能実「ミニサイズ3個セット」
- 古着屋GARAGE DIGRU「2,000円割引券」
- 秋田杉の芳香蒸留水20ml（非売品）

※当選者の方には11月30日以降ご連絡します。

■出す際の注意点

- ①出す前に必ず洗濯をお願いします（クリーニングは不要です）。
- ②ボタンや金具は取り外さないでください。
- ③社名や氏名が書かれているものは切り取ったりしないでください。
- ④古布類以外のものは入れないでください。
- ⑤袋に氏名などの記入は不要です。

■古布類として回収するもの

洋服・着物・帯・セーター・男女下着類・体育着・スーツ・制服・ズボン類、ジャンパー・コート（毛皮・ダウンも可）・子ども服・タオル・タオルケット・ハンカチ・毛布・風呂敷・シーツなど家庭から出される衣料品全般

※木綿・化学繊維などもリサイクルできます。

■古布類として回収しないもの

ペットに使用したもの全般・カーテン・布団・座布団・糸くず・枕・毛糸・紙おむつ・濡れているもの・汚れているものなど

- 能代市に住所がある方が持ち込み可能です。
- 事業所からの古布類は対象外です。



「のしろ子育てガイドめんchoco」 を発行しました

このたび、子育てに役立つ最新の情報を掲載した「のしろ子育てガイド めんchoco」を作成しました。このガイドブックは、昨年まで発行していた「のしろ子育てエンジョイ！マップ」をリニューアルしたもので、内容を充実させて発行するものです。教育・保育施設入園中の園児全員に配布するほか、子育て支援課や市内の施設などに設置していますので、お気軽に手に取ってご覧ください。子育て中の方は、手元に置いてご活用ください。



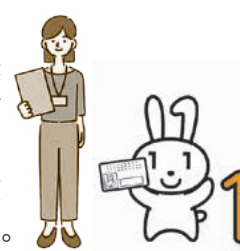
▶問合せ 子育て支援センター TEL52-8115

※本事業は能代市と株式会社サイネックスとの官民協働事業です。



マイナンバーカードの出張申請を受け付けています

市ではマイナンバーカードをより手軽に取得できるよう、職員が施設や事業所、ご自宅などを訪問し、顔写真撮影を含めたマイナンバーカードの申請・交付手続きをサポートしています。一度も市役所窓口に来ることなくカードを受け取ることができるため、ぜひご利用ください。



■市内の団体に向けた出張申請受付

▶対象団体

●能代市内に事業所をおく高齢者介護施設、障害者支援施設

●能代市内に事業所をおく企業

●能代市内の地域団体（町内会など）

▶対象者 対象団体に所属・入所しており、能代市に住民登録がある方



能代市男女共同参画推進講座 考えてみよう

わたし・家族・暮らしのあれこれ

自分のこと、家族のことを見つめ直し、日々の暮らしをアップデートしませんか。

▶日時 11月8日(土)9時30分～12時

▶場所 本庁舎大会議室

▶内容／講師

①9時30分～ 広げよう ジェンダーの視点で考える地域づくり

講師：あきた未来創造部次世代・女性活躍支援課

②10時～ 今、“はたらく”で生かされる、子育てのちから

講師：utena works（株式会社ウエダ本社）

③10時～ 特殊詐欺・悪質商法とその対策

講師：市消費生活センター

④10時～ いざ介護が必要になったら？

講師：長寿いきがい課

⑤11時10分～ 〔グループワーク〕そのときを考える 人生のエンディング講座
カードゲームをしながら自分の大切なものについて考え、ミニエンディングノートの書き方を学びます。

▶申し込み ②～④は選択制ですので、11月4日(火)までに希望のコースを電話かメール(katsuryoku@city.noshiro.lg.jp)で

▶問合せ 市民活力推進課 TEL89-2212



▶申し込み

希望日の2週間前までに電話またはメールで

■個人宅への戸別訪問

▶対象者 市内に住所登録があり、下記の理由により市役所へ来庁することが困難な方

●高齢の方

●介護を受けられている方

●心身に障がいのある方

●小さなお子さんがある家庭の方 など

▶申し込み 希望日の3日前までに電話またはメールでご連絡ください。

≫いずれも

▶問合せ 市民保険課 TEL89-2133

メール shiminhoken@city.noshiro.lg.jp



空き家バンクツアー 「能代市のおうち探訪」

能代市空き家バンクに登録されている物件の一部（能代地域2件、二ツ井地域1件を予定）を半日で見学できるツアーです。

能代市内に住まいを探している方、能代市内に空き家をお持ちでこれから登録を検討されている方などのご参加をお待ちしています。それぞれの物件の取扱事業者も同行します。お問い合わせは、電話またはライン（@noshiroclass）で受け付けています。

▶日時 11月8日(土)13時～16時

▶集合場所 本庁舎市民交流スペース

▶申し込み 11月3日（月・祝）までに、氏名と参加人数を電話かメール（iju@city.noshiro.lg.jp）で

▶問合せ 移住定住推進課 TEL74-6767



空き家バンクの詳細は市ホームページでご確認ください。



暮らしの情報

Information



お知らせ

木々の恩恵に感謝して
落ち葉清掃にご協力を

11月の1カ月間を「秋の落ち葉清掃月間」とし、自治会や各団体が実施する街路樹・公園などの落ち葉清掃を支援します。日時を決めて行う一斉清掃は行いませんので、落ち葉の状況や天候などを考慮して実施をお願いします。

自治会等が使用する、街路樹や公園などの落ち葉を入れる袋は無料で提供します。落ち葉を入れた袋の回収も行いますので、分かりやすい場所に置いて、ご連絡ください。※落ち葉の回収は、袋に入られていて、袋の口を縛ったものに限ります。

▼問合せ 環境衛生課

街路樹の落葉：道路河川課
Tel 89・2172
公園の落葉：都市整備課
Tel 89・2193
Tel 89・2197

議会報告会

昨年度の議会の活動状況や予算、決算などの審議概要についてお伝えします。また、市議会に対する意見や要望を伺い、今後の議会活動につなげていきます。どなたでもお気軽にご参加ください。

▼日時 11月20日(木)18時～19時30分頃

▼場所／出席議員

●南部公民館／安井英章、阿部誠、鍋谷暁、小野立、落合範良、安岡明雄、後藤健

●向能代公民館／菊地時子、今野孝嶺、藤田拓翔、畠貞一郎、渡辺優子、武田正廣
●中央公民館／相場未来子、渡邊正人、大高翔、針金勝彦、藤田克美、菅原隆文
※安井和則議長は3会場を巡回します。

▼問合せ 議会事務局

Tel 89・2923

使用済み乾電池の収集日
10月31日(金)8時まで

使用済み乾電池を透明な袋に入れて、ごみステーションに出してください。以前配布

した乾電池専用袋も使用できます。

▼注意事項

ボタン電池・コイン電池も収集します。

※リチウムイオン電池などの充電式電池、モバイルバッテリーなどは収集できません。購入した販売店などに引き取ってもらうようにしてください。膨張・液漏れなどしているものは、環境衛生課で回収しています。

▼問合せ

能代地域：環境衛生課

Tel 89・2176

二ツ井地域：地域局環境産業課
Tel 73・5579

大雨被害の災害復旧
工事に関する費用助成

県では、8月5日からの大雨被害の災害復旧工事に要する費用を助成しています。半壊以上または床上浸水以上の被災があった住家が対象です。詳細はお問い合わせください。▼補助額 工事費の10%（最大8万円）

▼問合せ 県山本地域振興局建築課

Tel 52・6103

農業用軽油引取税免税証
交付申請

▼期日

能代地域：11月26日(水)・27日(木)

二ツ井地域：11月28日(金)
時間 10時～11時30分、13時～14時30分

▼場所 県山本地域振興局

▼問合せ 県総合県税事務所
Tel 018・860・3341

詳細は県ホームページをご確認ください。

パブリックコメントを
募集しています

■能代市新型インフルエンザ等対策行動計画（素案）皆さんからのご意見を広く募集しています。

▼募集期限 11月21日(金)まで



▼資料の閲覧場所 本庁舎行政情報コーナー、保健セン

ター、二ツ井町庁舎市民フロア、各地域センター、富根出張所

▼提出できる方

●能代市に在住・在勤・在学の方

●能代市に事務所または事業

所を有する個人や団体
●その他利害関係がある個人や団体市内に在住または在勤している方

▼意見書の提出方法 閲覧場

所に備える意見提出用紙(市ホームページからもダウンロード可)に記入し健康づくり課窓口へ提出するか郵送、ファクス(58・2930)、メール(kenkou@city.noshiro.jp)で

▼宛先・問合せ 〒016・

0157 能代市字腹鞍ノ沢19-3 健康づくり課

Tel 58・2838

雪捨て場として提供された空き地の固定資産税の一部を免除します

市では、地域での雪捨て場の確保を支援するため、住宅地などにある空き地を地域住民の雪捨て場として自治会・町内会に無償で貸し付けた場合に、その土地の固定資産税の一部を免除します。条件など詳細はご相談ください。

▼問合せ 市民活力推進課

Tel 89・2212

二ツ井町庁舎の
大規模改修工事について

本工事に伴い、10月から市民福祉課の戸籍・証明窓口を市民フロアへ移動し、二ツ井図書館も一時的に規模を縮小し、伝承ホール洋室研修室へ移動しています。また、庁舎北側厚生棟1階の休憩スペースは12月末まで一時的に閉鎖しています。ご来庁の皆様にはご不便・ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

▼問合せ 地域局総務企画課

Tel 73・2112

二ツ井図書館

Tel 88・8853

農振整備計画変更の
申し出を受け付けます

能代農業振興地域整備計画（農振整備計画）で指定されている農用地を他の用途に利用したい方は、本計画変更の手続きを行ってください。

▼受付期間 11月4日(火)～28

日(金)（閉庁日除く）

※変更手続き完了まで、おお



◀能代市ホームページ



市政
トピックス



9月26日、NODENアリーナ（能代市総合体育館）で、国民スポーツ大会と全国障害者スポーツ大会に出場する選手の壮行会が行われました。齊藤市長は「今までの努力は間違いないと信じて全身全霊で大会に立ち向かってほしい」と選手らを激励しました。

区分	項目	件数	金額
会合	会費	2	17,605円
	寸志	1	5,000円
弔慰	死亡広告	1	19,800円
合計		4	42,405円

▶問合せ 総務課 Tel 89-2112

9月市長交際費

11月は納税強調月間です

税務課（24番窓口）では、毎週金曜日の17時15分～19時に延長窓口を開設しています。

■口座振替をお勧めします

納税は、納め忘れや納期限ごとに納税する手間のない口座振替がお勧めです。

■納付書での

便利な納税方法のご紹介

コンビニやスマートフォン決済、地方税統一2次元コードを使い、24時間いつでも納付可能です（システムメンテナンス時間を除く）。

また、市民サービスセンター（イオン能代店3階）では年末年始を除く平日11時～18時30分、土・日曜日、祝日9時30分～17時に納税できます。納付書をお持ちになりご利用ください。

▼問合せ 税務課

Tel 89・2128
地域局総務企画課
Tel 73・2112

コンポスト機器購入費の一部補助

家庭から出る生ごみの減量化などを促進するため、コン

ポスト機器の購入費への補助を行っています（ディスプレイやガーデンシユレッダーは対象外です）。

▼対象 市内に住所がある方（過去5年間に補助を受けた方は対象外）

▼補助額 今年度中に購入したコンポスト機器本体の購入費の1/2（上限額3000円、100円未満切り捨て）

※購入時の領収書が必要です。レシートは不可。

※先着順とし、年度途中でも既定の予算に達した時点で締め切ります。

▼申し込み 電話で

▼問合せ 環境衛生課
Tel 89・2173

環境大学講座（コンポスト）

コンポスト機器や段ボール箱を活用した生ごみ堆肥化などによるごみの減量化を学び、実践を目指します。参加者には、段ボールコンポスト資材を無料で提供します。

▼日時／会場

11月12日（水）14時～15時30分
／二ツ井公民館
11月13日（木）14時～15時30分

女性に対する暴力をなくす運動

毎年11月12日～25日は、女性に対する暴力をなくす運動の実施期間です。期間中は、女性に対する暴力をなくすための意識啓発、相談機関の周知のほか、全国各地にあるランドマークを紫色にライトアップする「パープル・ライトアップ」などを実施します。

■パープル・ライトアップ

▼場所 能代火力発電所煙突、芝童森交差点七タモニュメント、JRR能代駅前モニュメント

▼日時 11月12日（水）～25日（火）18時～22時（芝童森交差点七タモニュメントは16時～）

■パープルボンツリー
本庁舎入口に、パープルボンツリーを設置します。パープルボンで白いツリーを飾りましょう。

▼研修「あなたもわたしも尊重できるバウンダリーを学ぼう」
▼日時 11月9日（日）13時～15時30分
▼場所・問合せ 秋田県北部男女共同参画センター（大

館市）

Tel 0186・49・8552

■一人で悩まず相談を

市ホームページに相談先の情報を掲載しています。もしも暴力を受け、悩みを抱えている方は、一人で悩まずご相談ください。



▼問合せ 子育て支援課

Tel 89・2947



移住相談会

能代市での生活に関する情報提供、移住定住に関する各種助成金やサポート体制についてご案内します。

■JOIN移住・交流&地域

おこしフェア2025

▼日時 11月22日（土）11時～17時、23日（日）10時～16時

▼場所 東京ビッグサイト（東京都）

■のしろ暮らし

オンライン相談会
ウェブ会議システムZOO



ご支援ありがとうございます

企業版ふるさと納税

ご寄附をいただいた企業様（令和7年5～8月）
※寄附年月日順

●フタバ株式会社（愛知県名古屋市）

代表取締役 市川宗一郎 様

【企業概要】 年賀状のデザイン・印刷など

●株式会社ナカショク（新潟県新発田市）

代表取締役 本間友生 様

【企業概要】 養豚・養鶏・加工販売、環境事業

●株式会社和廣（東京都港区）

代表取締役 山田 保 様

【企業概要】 飲食店の経営

●株式会社スタークラフト（東京都豊島区）

代表取締役 中倉大吾 様

【企業概要】 webサイトの企画制作など

●中国木材株式会社（広島県呉市）

代表取締役 堀川保彦 様

【企業概要】 木材の製材・加工・流通、山林経営事業、木質バイオマス発電事業

●ペントルフ/株式会社ウッドノース（東京都大田区）

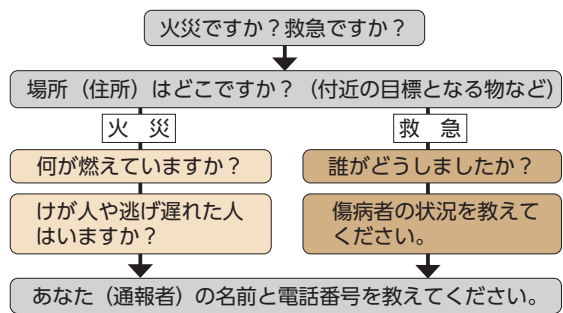
代表取締役 北林 治 様

【企業概要】 自動車の整備・販売など

▶問合せ 総合政策課 Tel89-2209

11月9日は「119番の日」

119番通報の流れ
～いざというとき慌てないために～



スマートフォンが衝撃を受けると、緊急通報機能により意図せず119番につながるケースが増えています。消防署から折り返しの電話をかけますので、誤って緊急通報となった場合は、救急・救助などが必要ではない旨をお伝えください。

▶問合せ 能代山本広域消防本部 Tel52-3311

11月2日（日）～8日（土）は 秋の火災予防運動期間です

防火標語 「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

■期間中の主な行事

①防災行政無線による広報

【能代消防署・二ツ井消防署】

▶日時 11月2日（日）・5日（水）10時に1回ずつ

②訓練

【能代市消防団】消防団ポンプ運用訓練会

▶日時 11月2日（日）9時～

▶場所 能代消防署内

③防火広報巡回

【能代消防署・二ツ井消防署】

消防車が日中に広報巡回します。

【能代消防署】

各地区の女性防火クラブ員が夕方に広報巡回します。

▶問合せ 能代山本広域消防本部 Tel52-3311



消費一口メモ 197

停電復旧後の通電火災に注意！

停電の復旧後、電熱器具が意図せず作動し、発生する火災を通電火災といいます。通電火災を予防するため、次の点に注意しましょう。

災害による停電発生時

- 電熱器具の電源プラグをコンセントから抜く。
- 避難する際は分電盤のブレーカーを切る。

停電復旧時

- 電気機器を使う際は、外観や電源プラグに異常がないか確認してからブレーカーを入れ、1台ずつコンセントに差し込み、様子を見る。

日頃からの備え

- 電熱器具の周りに可燃物を置かない。
- 地震などに備え家具は固定する。

▶問合せ 市消費生活センター Tel89-2939
能代山本広域消防本部 Tel52-3311

お知らせ

子育て・教育

高齢者

健康・福祉

催し・講座

みんなで止めよう 国際電話詐欺

特殊詐欺の被害に遭わないためには、犯人からの電話を直接受けないための対策「国際電話の着信ブロック」が特に有効です。国際電話の発信・着信は、必要な申込みをすれば無償で休止することができます。詳細は、能代警察署か最寄りの交番・駐在所にお問い合わせください。

▼問合せ 能代警察署
Tel 52・4311

健康・福祉

健康フリースロー大会

▼日時 11月6日(木)18時30分～20時30分
▼場所 アリナス
▼参加費 1チーム(3人)600円
▼定員 10チーム30人
▼申し込み 11月4日(火)までにチーム名、参加者名、連絡先を電話かファクス(89・1770)、メール(katsuryoku@city.noshiro.lg.jp)で
▼問合せ バスケアポーター

ズのしろ(市民活力推進課内)
Tel 89・2148

フレイルチェック測定会

▼東部公民館
▼日時 11月12日(水)10時～11時30分
▼受付場所 東部公民館
▼申し込み 11月11日(火)までに電話で
▼特養しのめ
▼日時 11月13日(木)10時～11時30分
▼受付場所 特養しのめ
▼申し込み 11月12日(水)までに電話で
▼いずれも
▼定員 各日先着12人
▼問合せ 市民保険課
Tel 89・2159

健康運動教室(チャレンジ☆フィットネス)

能代地域
▼第6回「青竹」Wの刺激
▼日時 11月14日(金)19時～20時
▼講師 保坂公美さん
▼場所 アリナス
▼申し込み 11月7日(金)までに電話で
▼第7回「太極拳(初心者向け)」
▼日時 11月25日(火)14時～15時

▼講師 丸橋多美子さん
▼場所 NODENアリーナ(能代市総合体育館)
▼申し込み 11月18日(火)までに電話で

第8回「フィットネスダンス・ZUMBA」

▼日時 12月3日(水)19時～20時
▼講師 大瀧賢一さん
▼場所 NODENアリーナ
▼申し込み 11月26日(水)までに電話で
二ツ井地域
▼第2回「腹筋ヨガトレ」
▼日時 11月20日(木)14時～15時
▼講師 佐藤香蓮さん
▼場所 ニツ井総合体育館
▼申し込み 11月13日(木)までに電話で
▼いずれも
▼対象 各15人
▼問合せ 健康づくり課
Tel 58・2838



のしろ健康体操で楽しく健康づくりを

のしろ健康体操は、能代市民歌に合わせて体を動かす体操です。能代市出身で理学療法士の野呂田秀夫さん監修のもと、生活習慣病の発症や重症化を予防するために身体活動の増加を目的として作られました。バスケットボールや能代ねぎ、檜山納豆などの能代らしさも盛り込まれています。室内でも手軽に行えるので、皆さんも楽しく体を動かしてみてください。

ポスターやCDを希望者に配布しています。また、動画(YouTube配信、DVD)もあるので映像を見ながら自分のペースで動きを確認することができます。

※体操によって足・腰などの痛みが生じた場合は無理せず休みましょう。

▼問合せ 健康づくり課 Tel 58-2838



健康チャレンジポイント

運動や健診受診でポイントが貯まる健康チャレンジポイント事業に参加しませんか。貯まったポイントは、もっくんカード1,000ポイント分が全国共通商品券1,000円分に交換できます。詳細は本庁舎やニツ井町庁舎などに備えるパンフレットか市ホームページでご確認ください。

▼問合せ 健康づくり課 Tel 58-2838

毎朝のウォーキングで5ポイント
習慣改善ポイント(最大 600 ポイント)

がん検診を受けて1項目 200 ポイント
健診受診ポイント(最大 600 ポイント)

ウォーキングイベントに参加して
1回 200 ポイント
健康イベント&健康相談ポイント
(最大 400 ポイント)

健康推進員協議会研修会

健康づくりの推進に関する地区の代表として協力いただいている健康推進員の研修会が開催されます。どなたでも参加できます。

▼日時 11月11日(火)14時30分～16時(開場13時45分)

▼場所 能代市文化会館

▼内容 心臓の病気について

▼講師 能代厚生医療センター 副院長 木村孝さん

▼申し込み 11月4日(火)までに電話かメール(kenkou@city.noshiro.lg.jp)で

※ニツ井地域の方は、13時40分にニツ井町庁舎前発の送迎バスが出ます。要予約。

▼問合せ 健康づくり課
Tel 58・2838

能代市 障がい者スポーツ・ レクリエーション大会

障がいのある方が交流し、ユニカールや綱引きなどを楽しむ大会です。参加者とボランティアを募集しています。詳細はお問い合わせください。

▼日時 11月30日(日)10時～12時
▼場所 アリナス

▼申し込み 11月14日(金)までに電話またはファクス(89・1771)で

▼問合せ 福祉課
Tel 89・2152

能代市障がい者 ふれあい作品展

障がい者の芸術活動の発表の場として、本人やその家族の作品を展示します。
▼日時 11月15日(土)・16日(日)10時～16時
▼場所 トラいあんぐる
▼問合せ 福祉課
Tel 89・2152

能代山本障がい福祉 協議会会員事業所紹介

能代山本の障がい者事業所が相互に連携を図り、障がい者支援事業の発展と地域福祉の推進に寄与する能代山本障がい福祉協議会の事業所を紹介します。
▼日時 11月4日(火)～14日(金)8時30分～17時15分
▼場所 本庁舎市民ギャラリー
▼問合せ 能代山本障がい福祉協議会事務局
Tel 080・1811・3939

困り事・お悩み相談 ～おしゃべりしませんか～

傾聴サロン

誰でも気軽に立ち寄り、悩みなどを語ることができます。心を休養させる場所としてご利用ください。

▶場所について…問合せ 健康づくり課 Tel 58-2838

名称／団体名	日 時	場 所
お茶っこサロン 絆の会	5日(水) 13時～15時	長崎集会所
おひさまサロン あったかい“わ”	2日(日) 13時～15時	のしろ交流プラザ Coco Wa
かいわば かいわば	8日(土) 14時～16時	広域交流センター
かだって、かだるべ 「交流サロン」 萌の会	13日(木) 13時～15時	サンピノ
コーヒーサロン ひと やすみ ひとやすみ	15日(土) 13時～15時	サンピノ
ごっこサロン ゴッコの会	21日(金) 13時30分～15時30分	保坂福祉会館
サロン アロハ サロン アロハ	12日(水) 13時～15時	中央公民館
サロン さんぽ道 らく・楽	27日(木) 13時30分～15時30分	やさしい風「健康館」
サロン「リラタイム」 和絆	5日(水)、15日(土)、25日(火) 14時～16時	浄徳寺
話っこサロン つながる♡輪	10日(月) 13時～15時	のしろ交流プラザ Coco Wa
ほっと・サロン ふれあいのWA	10日(月) 9時～12時 18日(火) 13時～15時	ニツ井公民館 のしろ交流プラザ Coco Wa

ピアカウンセリング

障害のある方がピアカウンセラーです。当事者同士にしか分からない痛みやつらさに親身になって寄り添います。聴覚障がいの方はファクス(89-6335)で事前に連絡をお願いします。

▶日時 8日(土)13時30分～15時
▶場所・問合せ トラいあんぐる
Tel 89-6333

まるっとステーション

丸ごと相談員が生活上の困り事・悩み事などお聞きます。

▶問合せ 市社会福祉協議会 Tel 89-6000

場 所	日 時
まるっとステーションまちなか(柳町)	祝日を除く月～金曜日、10時～17時
特養しのめ 交流室(向能代地区)	10日(月)、17日(月)
向能代公民館	25日(火)
南部公民館	7日(金)、21日(金)、28日(金)
東部公民館	12日(水)、19日(水)、26日(水)
檜山公民館	4日(火)、18日(火)、25日(火)
鶴形公民館	12日(水)、19日(水)、26日(水)
常盤公民館	4日(火)、10日(月)、18日(火)
※特養しのめと各公民館は10時～15時	

Echoes of Time

景 色 が 受 け 継 ぐ 能 代

15～18ページは、能代市市制20周年記念事業の一環で実施する
秋田公立美術大学と能代市の連携による特集ページです。

vol. 01

November, 2025

未来を照射する

(次ページ) 有機的な水、背景にぼんやりと浮かぶ幾何学的模様。対照的な両者が、実はともにオレンジ色の光に輪郭を与える存在であることに気づく。これは水ではなく光を捉えた写真なのだと腑に落ちた時、写真から受ける柔らかな印象の正体がわかった気がして、嬉しくなった一枚。
(撮影場所：能代エナジウムパーク)



午後9時～午後10時

保健センター

実施日 第3水曜日

申し込み 希望日の2週間前までに電話で(Tel 58・2838)

JCHO秋田病院

実施日 毎週金曜日

申し込み 希望日の1週間前までに電話で(Tel 52・3127)

認知症サポーター養成講座

認知症の症状や認知症の人への接し方、家族の支援方法などについて学びます。

日時 11月15日(土)10時～11時30分

場所 サンピノ

定員 10人

問合せ 長寿いきがい課 Tel 89・5355

能代市子ども民俗芸能発表会

日時 11月9日(日)10時～

場所 ニツ井伝承ホール

出演団体 富根報徳番楽保

存会・鍼灸音楽保存会・鶴形ささら保存会

問合せ 生涯学習・スポーツ振興課 Tel 74・6040

第18回未来を創る能代っ子ふるさと会議

市内の中学2年生と小学6年生が、ふるさと学習や職場体験などの活動を基に市への提言を行い、意見を交流します。入場無料です。ぜひ学習の成果をご覧ください。

日時 11月17日(月)13時～15時

場所 能代市文化会館

問合せ 教育研究所 Tel 73・5178

訂正

広報のしろ10月号に掲載した「令和7年度市民意識調査」の調査結果の記事において「災害などに普段から備えている人の年代別割合」のグラフに誤りがありました。正しい数値は、10・20代が46・5％、30代が50％、40代が46・2％、50代が41・5％、60代が43・8％、70代以上が52・7％です。お詫びして訂正します。

問合せ 地域情報課 Tel 89・2147

11月

Coco Waのイベント・講座案内

各講座の所要時間は2時間程度です。お気軽にお申し込みください。

問合せ・申し込みのしろ交流プラザ
Coco Wa Tel 89-1414

アート教室
年齢問わず気軽に参加できます。デッサン、水彩画、油絵などの基礎を学びます。

丹波望コレクションナイト
4,000枚を超えるCDコレクションから、選りすぐりのプログラムを楽しむ音楽会です。

段ボールを使った堆肥作り講座
生ごみを微生物の働きで減量・堆肥化します。リサイクルについて一緒に学びましょう。

種別	講座名	日時(開始時間)、費用、定員
食	塩こうじと健康講座	7日(金) 10:00、900円、5人
教養	アート教室「油絵、水彩画、デッサン」	8日(土) 13:30、1,000円、6人
	湊由美子先生と楽しく吹こうオカリナ教室	14日(金)・28日(金) 10:30、1,000円、各10人
	人生をもっと豊かにする開運タロット「タロットを体験してみよう」	15日(土)・25日(火) 13:30、2,000円、各4人
	池坊 佐藤静花先生のいけ花教室	19日(水)・26日(水) 10:00、2,500円、各10人
	段ボール箱を使った堆肥作り講座	20日(木)・25日(火) 10:00、市内在住の方各6人
ものづくり	手話サークル「はまなす」の手話教室	22日(土) 13:00、100円、10人
	いろがみあそび「透かし折り紙飾り」	5日(水) 10:00、1,000円、6人
	ディンプルアート(ガラス絵)教室	11日(火) 13:30、2,000円、10人
催し	#Ohanaマルシェ 2nd SEASON 19日(水)11:00～14:00 焼き菓子、タロット、あたまほぐし、ハンドメイド雑貨など	
	丹波望コレクション・ナイト「CD鑑賞会」24日(月・祝)18:00～20:00 (問合せ：080-6651-9634越後)	費用：無料



写真で切り取った
一瞬に潜む「創造の源」

能代市市制20周年記念事業の一環として、秋田公立美術大学と能代市の連携企画「Echoes of Time」が始まります。この企画は、能代の「何か」を対象とした写真に、文章を添えるかたちでお届けします。今号では、この企画に込めた私たちの思いをご紹介しますいただきます。

「Echoes of Time」は必ずしも「20年」という区切りに焦点を当てるものではありません。私たちが光を当てたいのは、この20年という歳月を可能にした長い歴史の流れ、この地に根ざした時間の積み重ねです。この歴史から、能代の未来を照射する資源を見出したいと考え、「写真」というメディアを用いることにしました。

本企画の狙いを端的に言えば、「写真の力で、新しい能代の魅力をも

創造する」ことです。重要なのは、魅力を「再発見する」ではなく「創造する」という点です。

本連載で写真を担当する草薨さんの作品は、写真によって初めて創造される世界があることを、私たちに教えてくれます。草薨さんは、雪や水といった自然物を、手ブレすら許さない1／8000秒という一瞬で切り取ります。すると、身近なはずの存在が、決して肉眼では捉えることのできない、全く異なる存在として立ち現れるのです。その写真は、私たちが知っている世界、経験してきた世界との接点を断ち切り、安易な連想を拒むものといえます。だからこそ、私たちは写真の前にただただ佇み、純粹に対峙することになるのです。この対峙こそが、日常に潜むまだ見ぬ豊潤な世界と出会う瞬間であり、写真によって創造された世界が私たちに響き始める瞬間でもあります。

どうも企画への思いが強すぎて、肩に力が入りすぎましたが、次号から草薨さんによる「能代の写真」に對して、私が文章を綴っていきます。それは解説や説明ではありません。私は、写真の専門家ではないので、そもそもそのようなことはできません。私ができることは、草薨さんの写真と対峙し、そこから感じたことを好き勝手に書き連ねていくことだけです。格好良く言えば、「積極的な誤読」とでも呼ぶべき試みです。

私の文章は、写真家によって鋭く「切り取られた」世界に呼応する一つの「こだま（echo）」です。それは、無数にある解釈の可能性の一つを示す、ささやかな試みです。私の「誤読」をきっかけとして、読者の皆様の中にも「こだま」が生まれれば、企画の発案者としてこれに勝る喜びはありません。「Echoes of Time」どうぞご期待ください。

（井上宗則）

●草薨 裕 Yu Kusanagi

写真家、秋田公立美術大学コミュニケーションデザイン専攻准教授
1982年秋田県仙北市生まれ。東北芸術工科大学大学院芸術工学研究科修了。生まれ育った秋田県内の自然や風土を、写真でしか捉えることのできない不可視の「瞬間と循環」を主題として撮影。秋田を拠点に国内外で多数の個展、グループ展に参加し作品を発表し続けている。

●井上宗則 Munenori Inoue

秋田公立美術大学景観デザイン専攻准教授
1980年鹿児島県生まれ。九州大学大学院博士前期課程修了、東北大学大学院博士後期課程修了。博士（工学）。専門は建築・歴史意匠。民間企業において携わった東日本大震災の復興計画等の実務経験を踏まえ、国内外の集落デザインに関する研究を行う。また、参加型のデザイン手法の在り方を模索し、サイン、建築、公園、散策路等の実践的な活動を行っている。

Echoes of Time

（エコーズ・オブ・タイム）
景色が受け継ぐ能代

vol.01 | November, 2025

写真 草薨 裕
執筆 井上宗則
デザイン 越後谷洋徳
編集 高橋ともみ
企画 秋田公立美術大学
制作 NPO法人アーツセンターあきた

能代市市制20周年記念事業業務委託

インフルエンザ・新型コロナの予防接種の費用を助成しています

予防接種を受けることで、発病・発症の可能性を減らすことができ、たとえかかっても症状が重くなることを予防できます。

▶実施期間 令和8年2月28日(土)まで

▶自己負担額 協力医療機関で接種をすると、接種費用から助成額を差し引いた額（自己負担額）が請求されます。ただし、生活保護受給者は無料で接種することができます。

区分	高齢者		任意（子ども、妊娠中の方）
	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症	インフルエンザ
助成対象ワクチン	インフルエンザHAワクチン（不活化ワクチン）	5種類 ※詳細は厚生労働省ホームページをご確認ください。	インフルエンザHAワクチン（不活化ワクチン）
対象者	●満65歳以上の方 ●満60～65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身体障害者手帳1級程度の方 ※誕生日の前日から対象		●生後6カ月以上高校生相当まで ●妊娠中の方
助成額	1,400円	7,800円	1,400円
助成回数	1回		●生後6カ月から13歳未満の方は2回まで ●13歳以上の方は1回
持ち物	●健康保険証や資格確認書、マイナンバーカードまたは介護保険被保険者証 ●身体障害者手帳をお持ちの方は手帳		母子（親子）健康手帳
問合せ	健康づくり課 TEL58-2838		子育て支援課 TEL89-2948

能代市山本郡内の予防接種協力医療機関

医療機関名	電話	インフルエンザ		コロナ
		高齢者	任意	
JCHO 秋田病院	52-3271	○	○※1	○
淡路医院	52-5015	○	○※2	○
石川こどもクリニック	52-8558	—	○	—
加賀医院	54-8080	○	○※2	○※3
金田医院	73-2511	○	○	○
木村医院	52-2500	○	○	○
京内科クリニック	52-1315	○	—	○
工藤泌尿器科医院	54-9055	○	—	—
小泉医院	52-2427	○	○※4	○
後藤内科医院	55-0500	○	○	○
さいとう医院	52-5131	○	○※2	○
さとう眼科	54-1854	○	○	—
白坂内科胃腸科医院	54-6624	○	○	○
瀬川医院	54-3322	○	○	○
関医院	73-2811	○	○	○
たかはしレディースクリニック	55-0033	○	○	—
たなか耳鼻咽喉科医院	53-3341	○	○	○
富町クリニック	52-9870	○	○	○
西塚医院	54-1670	○	○	—
のしろ眼科クリニック	89-1116	○	○	—
能代厚生医療センター	52-3111	○	○	—
能代市富根診療所	75-2222	○	○	—

医療機関名	電話	インフルエンザ		コロナ
		高齢者	任意	
能代循環器・呼吸器内科	52-7890	○	○※5	○
能代病院	52-6331	○	○※5	○
能代南内科内視鏡クリニック	54-9011	○	○※6	—
能代山本医師会病院	58-3311	○	—	○
平野医院	54-3181	○	○	○
藤原こども医院	52-7241	○	○※1	○
まついレディースクリニック	74-5851	○	○	—
三田医院	58-3858	○	○※6	○
山須田医院	54-3120	○	○※5	○
楊整形外科医院	89-7771	○	○※6	○
わたなべ耳鼻咽喉科	55-2352	○	○	○
わたなべ整形外科	52-8881	○	○	○
わたなべ内科医院	74-7333	○	○	○
鹿渡内科医院	87-3030	○	○	○
佐藤医院 ※3	83-2326	○	○	○
ドラゴンクリニック	85-4666	○	○	○
森岳温泉病院	83-5111	○	○	○
八峰町営診療所	76-3813	○	○	○
八峰町ハタハタの町診療所	70-4550	○	○	○

※1…子どものみ ※2…中学生のみ ※3…通院患者のみ
※4…13歳以上 ※5…小学生以上 ※6…小中高生のみ
予約の可否や接種費用、実施期間などは各医療機関へお問い合わせください。

令和6年度に取り組んだ主な事業

元気で魅力あるまち

移住定住環境整備事業費 ……2,972万円
移住定住推進事業費 ……1,101万円
恋文のまちづくり推進費 ……1,045万円
能代市総合体育館大規模改修事業費 ……4億2,860万円



笑顔で人が輝くまち

子ども・子育て支援事業費
(施設型給付費・委託費) ……13億4,852万円
スクールDX推進事業費 ……5,770万円
向能代公民館改築事業費 ……1億6,265万円
学校給食費物価高騰対策支援事業費 ……2,578万円

豊かで活力あるまち

ねぎ産地持続発展対策事業費 ……3,240万円
森林・林業活性化総合支援事業費 ……6,103万円
企業誘致推進事業費 ……1億1,472万円
能代工業団地拡張事業費 ……3億4,275万円

安心で暮らしやすいまち

防災対策費 ……1,682万円
地域公共交通活性化事業費 ……6,404万円
市営万町住宅建替事業費 ……12億1,461万円
住宅リフォーム支援事業費 ……8,871万円



【一般会計（内訳は円グラフ）】

実質収支は約12億円の黒字となりました。

- ①歳入総額 ……369億 959万9千円
- ②歳出総額 ……356億5,795万8千円
- ③差引（①－②） ……12億5,164万1千円
- ④翌年度へ繰り越すべき財源 ……6,469万6千円
- ⑤実質収支（③－④） ……11億8,694万5千円
- ⑥前年度実質収支 ……12億4,004万円
- ⑦単年度収支（⑤－⑥） ……△5,309万5千円
- ⑧財政調整基金積立金 ……6億2,212万3千円
- ⑨繰上償還金 ……0千円
- ⑩財政調整基金取崩額 ……1億8,984万4千円
- ⑪実質単年度収支（⑦＋⑧＋⑨－⑩） ……3億7,918万4千円

【健全化判断比率】

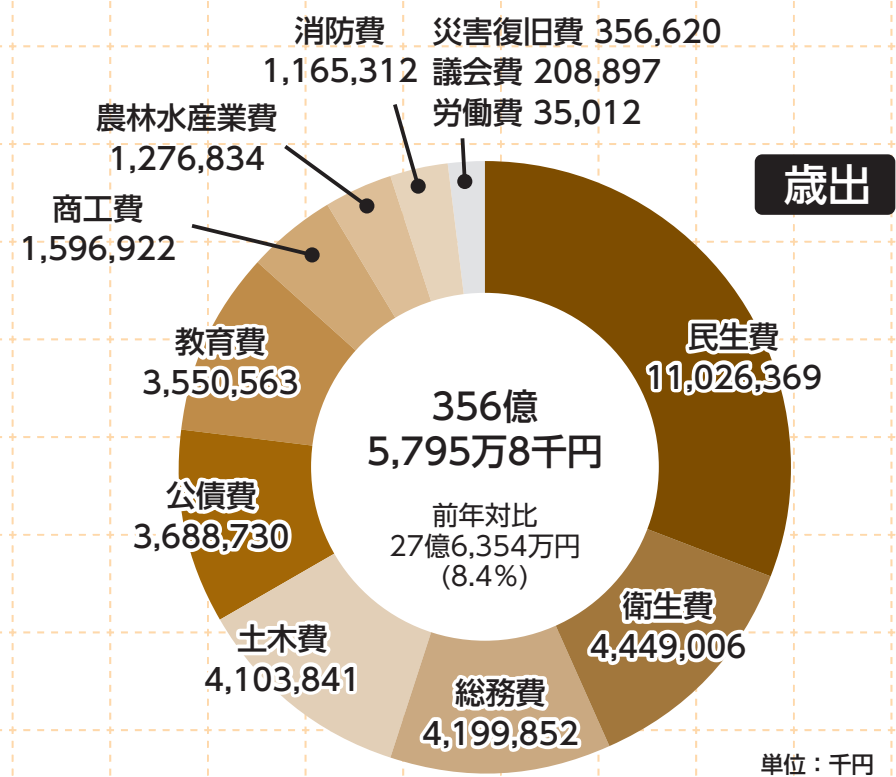
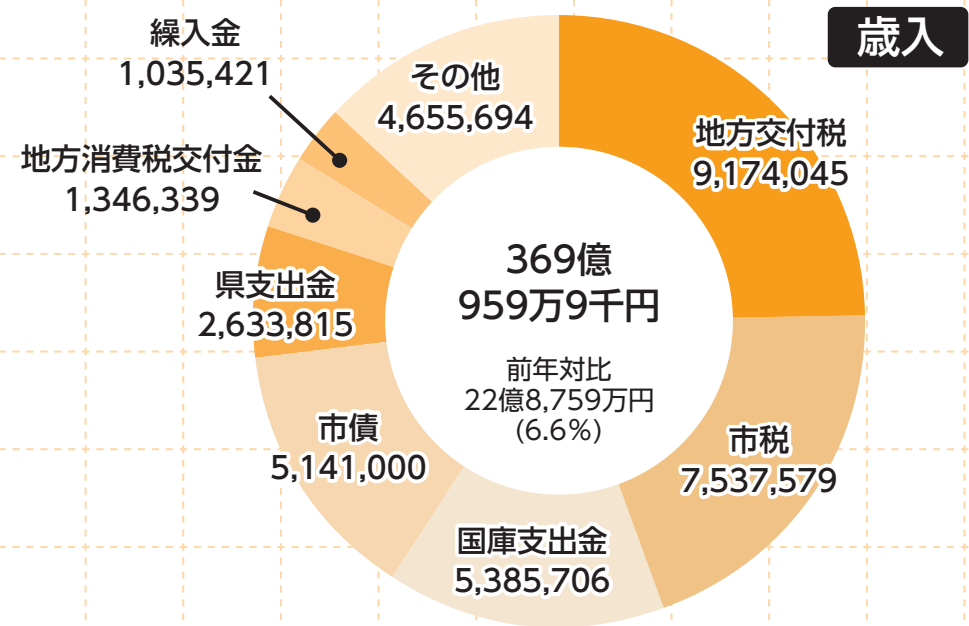
- 実質赤字比率 △ 7.03% (12.65%)
- 連結実質赤字比率 △ 23.45% (17.65%)
- 実質公債費比率 9.2% (25.0%)
- 将来負担比率 71.2% (350.0%)

※カッコ内は国が定めた早期健全化基準。能代市はいずれも適正な水準となっています。

特別会計決算の内訳 単位：千円

特別会計とは、一般会計とは別に特定の歳入と特定の歳出を区分して経理する会計です。

特別会計名	歳入	歳出
農業集落排水事業	16,623	16,363
浅内財産区	1,615	1,615
常盤財産区	1,198	1,198
鶴形財産区	914	914
檜山財産区	683	683
国民健康保険	5,298,668	5,269,770
後期高齢者医療	813,138	809,943
介護保険	8,028,535	7,572,099
合 計	14,161,374	13,672,585



令和6年度決算
市の財政状況
をお知らせします



過去最大の規模となりました

令和6年度一般会計

歳入 約369億円

6.6%増

歳出 約357億円

8.4%増

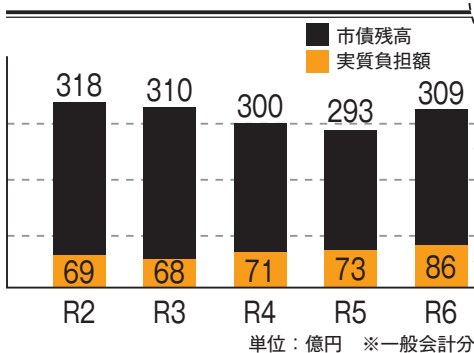
▼問合せ 財政課 TEL 89・2122

実質収支は約12億円の黒字で、財政調整基金より約2億円を繰り入れており、実質単年度収支は約3億800万円の黒字となりました。財政健全化法に基づく判断比率については、いずれも国の定める基準を下回っており、財政状況は「健全な範囲」となっています。

今後は、歳入では、人口減少などにより市税や地方交付税の減少が見込まれ、歳出では、老朽化した施設・設備の更新、防災・減災への対応、物価高騰に伴う物件費や人件費の増加など、新たな課題への対応が見込まれるため、さらに厳しい財政状況になると予想しています。

そのため、経費の節減に努めつつも、市の発展に必要な事業については、財政調整基金などを活用し、取り組んでいきます。

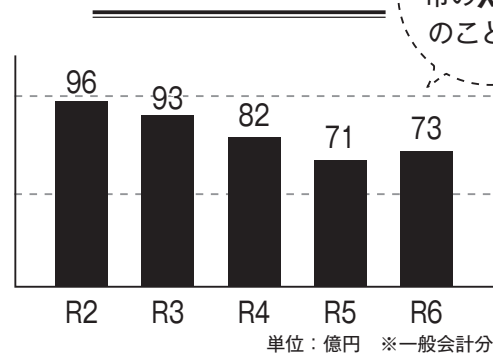
市債残高と実質負担額の推移



市債とは市の借金のことです

黒い部分は国が負担します
オレンジ部分が市が返済する額です

基金残高の推移



基金とは市の貯金のことです

いきいき暮らしGUIDE

ガイド

今日のトピックス

最期まで自分らしく生きるために

11月30日は「人生会議の日」です



知っていますか？ACP

厚生労働省は11月30日（いい看取り・看取られ）を「人生会議の日」とし、人生の最終段階の医療・ケアについて考える日としています。もしものときのために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、家族など信頼する人や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有することを「アドバンス・ケア・プランニング（ACP）」といいます。もしものときは誰にでも訪れます。人生会議をとおして、自分が望む医療やケアについて考えてみませんか。

問合せ 長寿いきがい課 Tel89-5355

人生会議では何を決めればいいのか？

人生会議は「決める」ことが目的ではありません。何度も繰り返し考え、たくさん話をする中で「自分らしい人生」についての想いが見えてきます。

何を話し合えばよいのか悩んでしまう

心が落ち着く場所（人）、好きな音楽や香り、最期の晩餐に食べたいもの。まずは自分の考え、何を大切にしているのかから話してみましょう。共有することで今後の人生を「どう生きたいか」、自分らしく生きることにつながります。

「大切なこと」をたくさん話しましょう

人生会議に関するパネル展示

11月18日(火)～28日(金)、本庁舎市民ギャラリーで人生会議に関するパネルを展示します。ぜひご覧ください。

11月の献血日程

9日(日)	10:00～12:00 13:30～16:00	ザ・ビッグ能代長崎店
11日(火)	10:00～11:15 13:15～16:00	木材高度加工研究所 ニツ井伝承ホール
25日(火)	10:00～11:30 13:15～14:00 15:00～16:00	能代河川国道事務所 JAあきた白神 JCHO秋田病院

問合せ 能代保健所 Tel52-4333
健康づくり課 Tel58-2838

11月の休日当番医

2日(日)	山須田医院 Tel54-3120
3日(月)	富町クリニック Tel52-9870
9日(日)	鹿渡内科医院(三種町) Tel87-3030
16日(日)	三田医院 Tel58-3858
23日(日)	能代南内科内視鏡クリニック Tel54-9011
24日(月)	わたなべ整形外科 Tel52-8881
30日(日)	加賀医院 Tel54-8080

必ず、事前に医療機関へ電話にて症状などをお知らせください。変更になる場合もありますので、北羽新報や電話で確認をお願いします。

問合せ〈平日〉能代市山本郡医師会 Tel58-2581
〈休日〉能代山本医師会病院 Tel58-3311

人生会議の進め方

Step 1 あなたが大切にしたいことを考えてみましょう

大切にしたいことは
してほしくないことは



Step 5 考えを書き留めましょう

話し合った内容を大切な人に伝えて想いを記録に残しておきましょう



「気持ちが変わること」はよくあることです。その都度、信頼できる家族や知人、医療・介護の専門職などと話し合いましょう。

Step 2 もしものとき、あなたの代わりに想いを伝えてくれる人を選びましょう



Step 3 健康について医師に相談することも大切です

今後予想される病気の経過は
必要な医療やケアは



Step 4 希望する医療・ケアなどの想いについて話し合いましょう

なぜそう思うのか
どこで過ごしたいか



高齢者のみの世帯（日中、高齢者のみの世帯も対象です）に「救急医療情報キット」を配布しています。今年度から「緊急医療情報記入シート」の裏面に「意思表示シート」が追加になりました。もしものときの医療・介護について、元気なうちからご家族など大切な方と話し合い、ぜひお気持ちをご記入ください。

介護予防教室や認知症カフェのご案内

本庁地域包括支援センター Tel74-7156
Tel080-6448-3804

講座	期日
一般介護予防教室	毎週木曜日（11月27日除く） 9:30～11:30／サンピノ 11月25日(火)10:00～11:30 ／豊祥岱自治会館
家族介護者の集い	11月12日(水)10:00～12:00 ／JCHO秋田病院

南地域包括支援センター Tel74-6700

講座	期日
一般介護予防教室	11月20日(木)10:00～11:30 ／南部公民館 11月27日(木)10:00～11:30 ／東部公民館 11月28日(金)13:30～15:00 ／桧山公民館
家族介護者の集い	11月6日(木)10:00～11:30 ／南部公民館

北地域包括支援センター Tel74-7730

講座	期日
一般介護予防教室	毎週水曜日10:00～11:30 ／特養しのめ
家族介護者の集い	11月13日(木)13:30～15:00 ／特養しのめ

ニツ井地域包括支援センター Tel73-6662

講座	期日
家族介護者の集い	11月13日(木)10:00～11:00 ／ニツ井公民館

長寿いきがい課 Tel89-5355

講座	期日
認知症家族介護の交流会	11月11日(火)13:00～15:00 ／やさしい風「健康館」
認知症カフェほっとカフェ	11月19日(水)10:00～12:00 ／杉ホールひびき

子ども館からのお知らせ

—- Kodomokan News —-

休館日 11月4日(火)、10日(月)、17日(月)、25日(火)、28日(金) 問合せ TEL52-1277

プラネタリウム特別放映

●VTuber宙彩しろんのプラネタリウム宇宙旅行+星時間
～秋の星座と神話～

日時 11月1日(土)11時～(約30分) 定員 100人
※10時30分から、1階受付で無料観覧券を配布します。
※11時からの「ドラえもん」はお休みします。

プラネタリウム臨時放映

●はじめてのプラネタリウム「はるちゃんとほしのどうぶつえん」

日時 11月2日(日)13時30分～(約30分)
※途中の入退場もできます。
※中学生以上の方のみでの入場はできません。

●かぐやとKAGUYA～月が地球にくれた贈り物～

日時 11月5日(火)15時～(約30分)
≫いずれも
定員・費用 先着100人・高校生以上1回340円
※11月2日(日)13時30分からと5日(火)15時からの「COSMIC
CRUISE (コズミッククルーズ)」はお休みします。

星空のプラネタリウム♪「全国一斉 熟睡プラ寝たリウム」
～心地よい音色ハンドパンの生演奏とともに癒されてみませんか?～

日時 11月22日(土)、23日(日)両日ともに14時30分～(約45分)
定員 各回当日先着50人
※当日14時から、1階受付で無料観覧券を配布します。
※ゆったりと快眠していただくためのプログラムです。ほか
のお客様の迷惑になる場合、退室をお願いします。あ
らかじめご了承ください。
※11月22日(土)、23日(日)両日の13時30分からの番組は「ド
ラえもん」に変更します。

㊤…あきたサイエンスクラブ推奨講座

ロボット・プログラミング講座 ㊤

●「センサーを使って自動運転」
日時 ①11月9日(日)②11月29日(土)
両日ともに9時30分～11時30分、13時30分～15時30分(計4回開催)
申し込み ①10月28日(火)9時から11月7日(金)12時まで
②10月28日(火)9時から11月26日(水)12時までに電話で
●「わのまち能代 宅配ロボット2 (応用編)」
日時 ①12月7日(日)②12月14日(日)
両日ともに9時30分～11時30分、13時30分～15時30分(計4回開催)
申し込み ①11月26日(水)9時から12月5日(金)12時まで
②11月26日(水)9時から12月12日(金)12時までに電話で
≫いずれも
定員 小・中学生各回5人(小学3年生以下は保護者同伴)
※教材の持ち帰りはできません。
※参加は1人各1回となります。

かがくあそび「磁石でかがく」 ㊤

～磁石で動くおもちゃを作ろう～
日時 11月16日(日)13時30分～15時
定員 小・中学生10人(小学3年生以下は保護者同伴)
申し込み 11月5日(火)9時から14日(金)12時までに電話で

スペースラボ「星はなぜ丸いの?」 ㊤

～実験を通してそのナゾにせまります～
日時 11月24日(月・祝)①9時30分～11時30分、②13時30分～15時30分
定員 小・中学生各回10人(小学3年生以下は保護者同伴)
申し込み 11月11日(火)9時から22日(土)12時までに電話で

わくわくミニ工作「作ってかざろう! クリスマスツリー」

日時 11月30日(日)9時30分～12時
定員 幼児とその保護者当日先着15人

図書館からのお知らせ

—- Library News —-

問合せ 能代図書館 TEL54-1114 ニツ井図書館 TEL73-5312

能代図書館

休館日 毎週月曜日

図書館映画上映会

日時 11月16日(日)
11時～「ムーミンパペットアニメーション 魔法の巻
～飛行おにの魔法～」全10話
原作：トーベ・ヤンソン
声の出演：松たか子、段田安則
(ポーランド/日本放送2012～2013年/人形アニメ/100分)
14時～「遠い夜明け」
監督：リチャード・アッテンボロー
原作：ドナルド・ウッズ
出演：ケビン・クライン、デンゼル・ワシントンほか
(イギリス/1987年/カラー/158分)

おはなし会(ホワイトブックス)

日時 11月22日(土)10時30分～

11月のテーマ展示

一般 「雑誌スポンサー展」
児童 「はたらくひとにありがとう！」

新着図書 『ルルとララのふわふわオムレット』



作・絵 あんびるやすこ 出版者 岩崎書店
あなぐまのリラとベスはマナー教室の先生・モリーへ手作りの誕生日プレゼントを準備しますが、間に合わなさそうで…。ルルとララはそんな2匹を「オムレット」で励まします。オムレットの簡単レシピをもりこんだ楽しいお話。

ニツ井図書館

休館日 毎週火曜日、11月8日(土)、9日(日)

ニツ井町庁舎の大規模改修工事に伴い、ニツ井図書館をニツ井伝承ホールへ移転しています。開館時間も変更しています。

移転期間 令和8年3月頃まで

移転先 ニツ井伝承ホール 洋室研修室

開館時間 9時～17時

秋のブックバック貸出

期間 11月7日(金)まで

図書館講座「ニツ井と白神山地～太良鉱山と加護山製錬所を通じて～」

日時 11月16日(日)13時～
会場 ニツ井伝承ホール 和室研修室
講師 環白神エコツーリズム推進協議会 佐藤和明さん
定員 中学生以上30人
申し込み 窓口に直接か電話で

おはなし会

●さんぽえむ「えほんたのしいね」
日時 11月20日(木)11時～
会場 ニツ井伝承ホール 和室研修室

11月のテーマ展示

一般 「丁寧な暮らし」
児童 「いろんな秋みつけた」



アリナスからのお知らせ

—- Arinasu News —-

問合せ TEL54-9200

アクア体操(水中運動)

・火曜コース(12月9日、16日、23日)
・金曜コース(12月12日、19日、26日)
13時30分～14時20分または14時30分～15時20分
定員 各成人18人 費用 1,000円
申し込み 11月1日(土)～20日(木)にフロントへ

ミニテニス教室

日時 12月2日(火)、5日(金)、12日(金)、16日(火)、26日(金)
13時30分～15時30分
定員 成人16人 費用 1,100円
申し込み 11月1日(土)～30日(日)にフロントへ

バランスボールエクササイズ

・木曜コース(12月4日、18日、25日)
13時30分～14時30分
・金曜コース(12月5日、19日、26日)
10時30分～11時30分
定員 各成人20人
費用 1,000円
申し込み 11月1日(土)～20日(木)にフロントへ

読んでみて!わたしの推し本

能代市立第四小学校 教諭 石井瑛畝 さん

心に寄り添うあったか絵本!

宮西達也さんの大人気恐竜シリーズのうちの一つです。誰から見ても悪者のティラノサウルスがエラスモサウルスとの出会いをきっかけに変わっていきます。

◎ここがおすすめ!

日々の生活の中で、「本当の自分ってなんだろう」と自分が分からなくなったり自信をなくしてしまったりすることはないですか。この本は、「本当の自分は大切な誰かが見つけてくれるかも」「本当の自分は自分次第で変えられるのかも」と、そっと心に寄り添ってくれます。頑張っているあなたに読んでほしい、そんな1冊です。
問合せ 生涯学習・スポーツ振興課 TEL73-5285



きみはほんとうにステキだね

作・絵 宮西達也
出版年 2004年
出版者 ポプラ社
市立図書館 所蔵あり

費用の記載が無いイベント・講座などは無料です。

ニツ井公民館からのお知らせ

館内ワックス清掃に伴い、下記の日程にわたり休館しますので、ご理解とご協力をお願いします。

休館日時
ニツ井公民館 11月19日(木)12時～21日(金)12時
ニツ井分館 11月20日(木)12時～22日(土)12時

ニツ井公民館市民学校講座

●メنزヨガ教室
ヨガを通じて、心身の健康維持を図り、地域交流できる場を提供します。

日時 11月27日(木)、12月4日(木)19時～20時
講師 能代市地域おこし協力隊 金谷歩実さん
定員 成人男性先着10人
費用 全2回500円
持ち物 運動しやすい服装、タオル、飲み物（ヨガマットは貸出できます）
申し込み 11月13日(木)までに窓口で直接または電話で
●1年中飾れるかわいいしめ縄リースづくり
季節を問わず飾れる、しめ縄リースを自由にデザインし、作成します。

日時 12月7日(日)9時30分～11時30分
講師 花工房shanti（シャンティ） 佐藤房江さん
定員 小学生～成人先着10人（小学3年生以下は保護者同伴）
費用 1,000円
申し込み 11月27日(木)までに窓口で直接または電話で
≫いずれも
場所・問合せ ニツ井公民館 TEL73-2590

中央公民館ひまわり教室
オンライン「簡単ストレッチ＆トレーニング」

日時 12月2日(火)10時30分～11時30分
場所 能代市文化会館
定員 障がいをお持ちの方とご家族、一般および福祉関係者など15人
申し込み 11月11日(火)9時から電話で
問合せ 中央公民館 TEL54-8141

働く婦人の家講座
食卓を彩るおもてなしエコクッキング

たらこスパゲティ・生春巻き・ホワイトソースがけのロールキャベツ・簡単ポークスライス・キッシュ・ニンジンラペの6品を調理します。試食・片付けをして終了となります。
日時 12月3日(水)10時～12時30分
場所 働く婦人の家
講師 秋田県地球温暖化活動推進員 栄養士 佐藤郁子さん
定員 成人先着12人（市内在住・勤務の方優先）
費用 2,500円
持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・飲み物・持ち帰り容器
申し込み 11月12日(水)9時から電話で
問合せ 中央公民館 TEL54-8141
※託児あり（要相談）

中央公民館主催講座

●地元探訪まちあるき「キョーリン製薬グループ工場(株)能代工場見学」
日時 11月26日(水)9時35分集合、11時55分散会予定
場所 中央公民館集合
定員 市内在住・在勤の成人の方先着18人
申し込み 11月5日(水)9時から電話で
●知って得する「知って得講座」
脳トレ、ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動などの健康体操を行います。①②どちらかのみ参加も可能です。
①あきた元氣アップ健康体操（運動強度：普通）
日時 11月29日(土)10時～11時30分
場所 勤労青少年ホーム 定員 成人先着25人
②あきた元氣アップ円熟塾（運動強度：軽め）
日時 12月5日(金)10時～11時30分
場所 中央公民館 定員 成人先着15人
申し込み ①②いずれも11月8日(土)9時から電話で
●「子ども料理教室」
クリスマスパーティーメニュー（メイン・サイドメニュー・デザート）を作ります。試食・片付けをして終了です。試食の際は保護者も入室が可能です。
日時 11月29日(土)10時～12時30分
場所 働く婦人の家
講師 料理研究家 渡部恵美さん
定員 市内在住の年長児～小学3年生先着12人
費用 700円
持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・台ふきん・持ち帰り容器・箸・飲み物
申し込み 11月8日(土)9時から電話で
≫いずれも
問合せ 中央公民館 TEL54-8141

木の学校 11月木工教室

クリスマスツリーを作ります。(LED照明は付きません)
日時 11月20日(木)・21日(金)9時～12時
定員 各日15人（申し込み多数の場合抽選）
費用 1,500円
申し込み 11月6日(水)（必着）までに往復はがきまたは木の学校ホームページの「11月木工教室応募はこちらから」に作品名、製作希望日（いずれか1日）、郵便番号、住所、氏名、電話番号を記入

送り先 〒016-0171能代市戸川字南西山18-19 能代市木の学校
場所・問合せ 能代市木の学校 高さ：34cm
TEL52-5249 幅：21.5cm

市民おもしろ塾 11月講座
「故郷・陸前高田と移住先・能代」～被災が私に残したもの～
日時 11月22日(土)13時30分～15時30分
場所 中央公民館
講師 中根紗希さん（東日本大震災の被災者で移住者）
費用 会員200円 非会員300円
問合せ 事務局 TEL090-7792-1293

恋文すぽっと きみまち 11月きみ恋講座

●書道教室講座
書道を学びます。(初めての方や久しぶりの方も大歓迎)
日時 11月8日(土)10時～11時30分
定員 8人 費用 初回500円、2回目以降1,000円
持ち物 書道具（無い方は予約時にお知らせください）
●糸かけ曼茶羅講座
板に釘を打ち、素数の順番に糸をかけていくと綺麗な曼茶羅模様が出来上がる手芸です。

日時 11月10日(月)13時30分～16時
定員 5人 費用 1,000円
●ECCシニア講座（いきいき脳活とわくわく英語）
簡単な英語とクイズ形式の脳活で楽しく学べます。英検にも対応できます。
日時 11月12日(水)10時～11時
定員 4人

●時報堂さんによるブローチ講座
天然石や淡水パールを使用したブローチを作ります。放置アクセサリお直し相談付。材料費のみで直せます。
日時 11月15日(土)13時30分～15時30分
定員 6人 費用 1,600円
●公証人の遺言講座
遺言制度の仕組みなどを学びます。個別相談の方は予約時にお申込みください。

日時 11月19日(水)13時30分～15時
定員 10人
●ハーバリウム講座
プリザーブドフラワーやドライフラワーを使い、ガラスのボトルに入れ、専用オイル液で作ります。
日時 11月28日(金)13時30分～16時
定員 5人 費用 1,400円
●和みアート講座
指でくるくる描いていく優しいアートです。
日時 11月29日(土)13時～15時
定員 5人 費用 1,500円
≫いずれも
場所・問合せ 恋文すぽっと きみまち TEL88-8407

「私たちが望む未来=The future we want=キリバスと地球温暖化」

在日本キリバス共和国名誉領事のケンタロ・オノさんを講師に招き、講演会を開催します。世界で最初に地球温暖化の影響を受けて沈む島といわれる「キリバス共和国」。そこに暮らす人々の生活や文化、そして直面している環境問題を知り、私たちにできることは何かを一緒に考えてみませんか。
日時 11月14日(金)14時～16時
場所 本庁舎大会議室
定員 50人程度
申し込み 11月7日(金)までに窓口で直接または電話で
問合せ 環境衛生課 TEL89-2173

木都のしろ おもしろフェスタ

日時 11月1日(土)10時～15時
内容 ◇研修棟／木のおもちゃ広場、ミニ住宅など
◇工作室／木工体験（定員：当日受付で午前、午後の部合わせて各作品30人まで）
※木工体験作品…スマイルボックス、木の電車、秋田犬のキーホルダー、ミニサンタのオブジェ、木のうちわ、ミニチュアハウス、木のコースターなど
場所・問合せ 能代市木の学校 TEL52-5249

能代エナジウムパークイベント

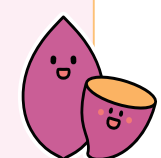
●「秋季盆栽展」
黒松・モミジ・真柏など秋の盆栽やサンザシ・ヒメリンゴなど実のなる盆栽約18鉢を展示します。
日時 11月1日(土)～3日(月・祝) 9時30分～16時30分
※3日(月・祝)は16時まで
●「MOA美術館 能代・山本児童作品展」
MOA美術館児童作品展に応募があった能代山本地域の児童の作品を展示します。
日時 11月8日(土)10時～16時30分、9日(日)9時30分～15時
●能代水彩画クラブ「能代水彩画展」
能代水彩画クラブ会員の水彩画約30点を展示します。
日時 11月14日(金)～16日(日)9時30分～16時30分
※16日(日)は15時まで
●「秋の洋らん展」
カトレア・デンドロビウム・オンシジウムなど、多種多様な洋らんを展示します。
日時 11月22日(土)～24日(月・祝) 9時30分～16時30分
※24日(月・祝)は16時まで
≫いずれも
場所・問合せ 能代エナジウムパーク TEL52-2955

天神工房 11月木工教室

焼杉・作業用イスを作ります。
日時 11月8日(土)9時～12時頃
定員 10人（申し込み多数の場合抽選）
費用 3,000円(材料費、傷害保険料込み)
申し込み 10月31日(金)（必着）までに往復はがきかファクス（88-8814）またはメール（Futatsui-kankou3@shirakami.or.jp）に郵便番号、住所、氏名、生年月日、電話番号、作品名を記入
送り先 〒018-3102能代市ニツ井町小繫字天神道上38-1 天神工房
場所・問合せ 天神工房 TEL88-8815

とっておきの能代ミュージックフェスティバル

障がいのある人もない人も、老若男女みんなで音楽を楽しみましょう！県立能代支援学校の生徒をはじめ、能代にゆかりのあるプロのミュージシャンが出演します。多国籍料理や郷土料理ブースが楽しめます。
日時 11月8日(土)10時30分～18時
場所 サンピノおよび近隣会場（サンピノへの入場の際は1,000円の協賛金へのご協力をお願いします）
問合せ 実行委員会（能登） TEL090-2279-4492

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
休日当番医 (小児科) 平野医院 Tel.54-3181		0歳6カ月未満ひろば(発育測定・親子ふれあい遊び) ▶場所 サンピノ 高齢者友愛センター	0歳6カ月以上ひろば(発育測定・親子ふれあい遊び) ▶場所 サンピノ 高齢者友愛センター (予約制)2歳児すこやか教室 Ⓜ	子育て支援講座(簡単手作りおやつ) ▶定員 5組 ▶場所 ニツ井 公民館 ※電子申請でも申し込みできます	1歳以上ひろば(楽器遊びを楽しもう!) ▶場所 NODE Nアリーナ(能代市総合体育館)格技場 3歳児健診	
9	10	11	12	13	14	15
休日当番医 (小児科) 石川こどもクリニック Tel.52-8558 子育てフェスティバル「あそびのレシピ!」 ▶時間 10:00～11:30 ▶場所 NODENアリーナメインアリーナ	子育て支援講座「離乳中・後期食」 ▶定員 9組 ▶場所 働く人の家 ※託児あり ※電子申請でも申し込みできます	「いっしょにべったん」 3歳児健診	0歳ひろば(身体測定・保健師ミニ学習会) ▶場所 さんばえむ	5歳児親子相談 ▶時間 13:25～ ▶場所 保健センター ▶対象 令和2年10月生 ▶問合せ 学校教育課 Tel.73-5281		
16	17	18	19	20	21	22
休日当番医 (小児科) 平野医院 Tel.54-3181		子育て支援講座(子育てについて) ▶場所 さんばえむ ※電子申請でも申し込みできます 1歳6カ月児健診	おしゃべりサロン(栄養士に聞いてみよう!) ▶場所 子育て支援センター ※電子申請でも申し込みできます だまご鍋をつくらう(ぱれっと) ▶時間 10:00～ ▶場所 能代山本広域交流センター ▶対象 乳幼児と保護者	子育て支援講座「認定こども園・保育所入園説明会」 ▶定員 10組 ▶場所 サンピノ 集会交流室 ※託児あり ※電子申請でも申し込みできます えほん楽しいね!(はらぺこあむしさんの絵本デー) ▶場所 ニツ井伝承ホール和室	誕生会(11月生まれのお友達をみんなでお祝いしよう!) ▶場所 NODE Nアリーナ格技場 おはなしぱけっと「ホワイトボックス」 ▶時間 11:00～ 10カ月児健診	おはなし会(ホワイトボックス) ▶時間 10:30～ ▶場所・問合せ 能代図書館 Tel.54-1114
23	24	25	26	27	28	29
休日当番医 (小児科) 石川こどもクリニック Tel.52-8558		「いっしょにべったん」	おでかけひろば(キッズコーナーで遊ぼう!) ▶場所 道の駅 ※いずれも ▶場所 道の駅ふたつ ※電子申請でも申し込みできます サンピノ さんばえむ 4カ月児健診	ちびちゃんひろば(園開放) ▶場所 第一保育所 誕生会(身体測定・お楽しみ劇場) ▶場所 さんばえむ 5歳児親子相談 ▶時間 13:25～ ▶場所 保健センター ▶対象 令和2年11月生 ▶問合せ 学校教育課 Tel.73-5281	ちびちゃんひろば(子ども園で遊ぼう!) ▶場所 ニツ井・きみまち子ども園 (予約制)7カ月児育児相談 Ⓜ	
30						
休日当番医 (小児科) 藤原こども医院 Tel.52-7241						

※状況により内容が変更または中止となる場合があります。
※Ⓜのあるイベントは申し込みが必要です。

子育てに関する相談

- 妊娠中の相談、離乳食、育児相談、発達相談、養育相談などに応じています。
- 母子健康手帳交付も予約制で行います。
- ▶受付日時 祝日を除く月～金曜日の8時30分～17時15分
- ▶問合せ こども家庭センター Tel.89-2948

●お子さんとの遊びや育児相談に応じています。

- ▶受付日時 祝日を除く月～土曜日の8時30分～17時
- ▶問合せ 子育て支援センター(サンピノ) Tel.52-8115
子育て支援センター(さんばえむ) Tel.73-3111

アイコン説明

- 
すくすくひろば(サンピノ)
 ▶時間 10時～11時30分
 ▶問合せ 子育て支援センター(サンピノ) Tel.52-8115
- 
すくすくひろば(さんばえむ)
 ▶時間 10時～11時30分
 ▶問合せ 子育て支援センター(さんばえむ) Tel.73-3111
- 
つどいの広場「ばけっと」(無料の遊び場)
 ▶時間 9時30分～12時、13時～17時
 水曜定休日
 ▶場所 イオン能代店3階
 ▶問合せ Tel.080-3206-1299

アプリで便利!

子育て応援アプリめんchoco(母子モ)

- 妊娠から出産、育児までをサポートする子育て支援アプリです。

- 健診のスケジュール管理
- 妊娠中の健康管理
- オンライン相談
- 地域の育児情報入手
- 成長記録作成

※紙の母子健康手帳と併せてお使いください。

あそびのチカラプロジェクト。

能代市は、遊びの重要性を伝える活動や遊びの環境づくりに取り組んでいます。乳幼児期の豊かな遊びや体験は、生涯にわたる生きる力の源です。

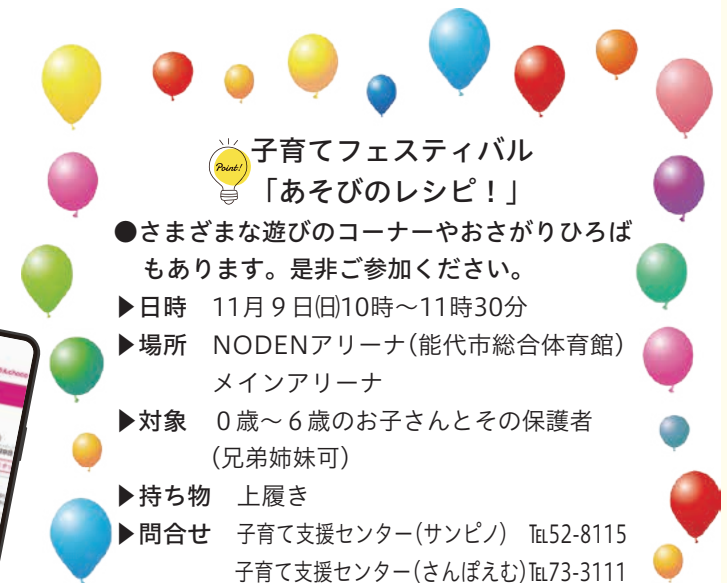
すまいる♡めんchoco定期便

- 0歳児を育児中のご家庭を対象に、定期的な見守りを行い、育児用品などをお届けします。訪問時に保護者と赤ちゃんにお会いさせていただきます。
- ▶対象者 能代市に住所のある0歳児のお子さんがいるご家庭
- ▶配達時期 生後3カ月～満1歳のお誕生日まで2カ月ごと(最大5回)
- ▶提供内容 おむつ、おしりふき、ミルクなどの育児用品、誕生記念品(1回のみ・木製品、絵本から1品)
- ▶申し込み 出生届時にご案内します。
- ▶問合せ 子ども家庭センター Tel.89-2948



- 
あそびのひろば ぱれっと
 ▶問合せ Tel.090-5832-0303(菊池)

- 
乳幼児健康診査
 ▶受付時間 12時30分～13時
 ▶場所 保健センター
 ▶申し込み・問合せ こども家庭センター Tel.89-2948




子育てフェスティバル「あそびのレシピ!」

- さまざまな遊びのコーナーやおさがりひろばもあります。是非ご参加ください。
- ▶日時 11月9日(日)10時～11時30分
- ▶場所 NODENアリーナ(能代市総合体育館)メインアリーナ
- ▶対象 0歳～6歳のお子さんとその保護者(兄弟姉妹可)
- ▶持ち物 上履き
- ▶問合せ 子育て支援センター(サンピノ) Tel.52-8115
子育て支援センター(さんばえむ) Tel.73-3111

わがやのめんちょこちゃん



きそら
佐藤希宙ちゃん
令和6年2月11日生
これからもすくすく
おおきくなってね!



えな
畑山英那ちゃん
令和6年9月4日生
とても元気で健康に育
ってくれてありがとう。



つむぎ
大高紘麦ちゃん
令和7年3月13日生
人とのつながりを大切に
できますように。

写真募集中!

能代市在住で、0歳から未就学児のお子さんの氏名、生年月日、保護者氏名、住所、お子さんへのメッセージ(20字以内)を本文に記載し、写真データを添付してメールで応募してください。掲載月の指定はできません。

- ▶応募先・問合せ
地域情報課 Tel.89-2147
メール kouhou@city.noshiro.lg.jp
※電子申請でも応募できます



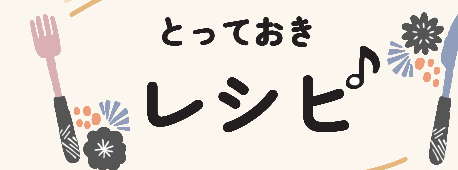
第3回移住交流サロン なべっこ遠足

移住交流サロンとしては初めてのなべっこ遠足がけやき公園で開催されました。地元食材を使用したきりたんぽ鍋を作って食べることで、これから訪れる冬を楽しく過ごせるようにと企画。関東や関西から5年以内に移住した方やスタッフを含む23人が参加し、きりたんぽ鍋を囲みました。自身も移住者であるひとみさんの琴の演奏もあり、終始和やかな雰囲気で行われました。

東京都から8月末に移住した小森さんは「母が藤里町出身のため、きりたんぽにはなじみはあったが、屋外で食べるのは初めて。だしが非常においしかった」と話していました。



9/27



グラタン第2弾

鮭とじゃがいもの和風グラタン

材料（2人前）

生鮭切り身（骨皮なし）… 2切れ
ジャガイモ…………… 200g
玉ネギ…………… 100g
シメジ…………… 40g
春菊…………… 20g
だし昆布…………… 5cm 1片
ピザ用チーズ…………… 30g

A 牛乳…………… 150ml
白味噌…………… 大さじ2
B 片栗粉…………… 大さじ1
水…………… 大さじ2

作り方

- ①鮭は1切れを3等分に切り、約1分お湯でゆでる。ジャガイモ、玉ネギは1.5cm角に切り、シメジは石づきを取り、小房に分ける。春菊は2cmの長さに切る。オーブンを200度に予熱しておく。
- ②鍋にジャガイモ、玉ネギ、水150ml、だし昆布を入れて火にかけ、軟らかくなるまで煮る。シメジと鮭を加えて煮立ったら、弱火にし、Aを加えて約2分煮る。
- ③②にBを加えてとろみがついたら春菊を入れて軽く混ぜる。
- ④③をグラタン皿に入れ、ピザ用チーズをかける。オーブンで約10分焼く（オーブントースターの場合は、約10～15分、焼き色がつくまで焼く）。

ここがみそ！

味噌を使った和風グラタンです。味噌には体を温める効果があるといわれています。熱々グラタンで心も体もぽかぽかに。



協力／能代市食生活改善推進協議会

のしろフォトニュース

最近の主な出来事を写真とともに紹介します。

のしろフォトニュースは、企業委託型地域おこし協力隊であるジーアイトレース株式会社のみなさんと共同で取材しています。運営しているYouTubeチャンネル「みんなのテレビ・能代」に取材動画を掲載しており、それぞれの記事近くにある二次元コードから動画を視聴できます。そちらもぜひご覧ください。



9/11



日本ナシ収穫体験

淳城南小学校の5年生47人がナシの収穫作業を体験しました。収穫したのは7月に袋掛け作業をした「幸水」で、収穫のこつを聞いた後、それぞれ自分が袋掛けをしたナシを探して収穫しました。

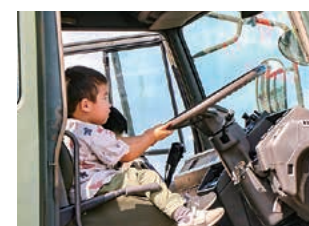
収穫体験に参加した山須田さんは「袋掛けをした時には小さかったナシが大きくよい色に成長していた。収穫まで育てる人の大変さも分かった。持ち帰って家族に食べてもらいたい」と笑顔で話していました。



のしろみなと祭り2025

能代港大森ふ頭用地でのしろみなと祭り2025が開催され、はたらく車の乗車体験やムエタイ・キックボクシング体験、能代山本地区吹奏楽連盟創立70周年記念事業やダンスパフォーマンスなどのステージイベントが行われ、大勢の来場者でにぎわいました。

参加した子どもたちは「はたらく車に乗って、いつもと違う気分が楽しかった」「お祭りで遊べてうれしかった！毎年楽しみにしていて、また来たい」とうれしそうに話していました。



9/21



P R

広報のしろの広告を募集しています

【中ページ（カラー）】

3号 タテ 6.0cm×ヨコ 8.3cm…20,000円

4号 タテ 6.0cm×ヨコ 17.0cm…40,000円

掲載受付号 1月号（12月25日配布）

5月号（4月24日配布）

発行日の前の月の10日頃まで、郵送またはメールで申し込みを受け付けています。詳細は市ホームページを確認するかお問い合わせください。

問合せ 地域情報課 Tel89-2147



相続の手続は、お任せください

法務局で認証を受ける法定相続情報一覧図の作成と申請代行、手続きに必要な戸籍の収集、銀行口座の名義変更等、お気軽にお問合せください。初回相談無料で対応させていただきます。

- 相続登記も、司法書士と連携して完結します
- 空き家活用の提案 など承っております

まつはし行政書士事務所

行政書士 松橋 優悦

登録番号：23021765

☎070-7778-0284



のしろ 輝き人

老舗店主、新カフェオーナー、県内外で活躍するスポーツマンなど、能代でキラリと輝く皆さんをご紹介します。



グルック
GLUC
うえち ちほ
代表 上地千穂さん

『楽しいこと』を求めてすぐ行動

沖縄県出身の夫と3匹の犬と一緒に昨年12月、東京から地元の能代へと移住しました。せっかく地元に戻ったから何か新しいことに挑戦したい。そう思い立って始めたのが、沖縄の郷土菓子・サーターアングギーの露店業でした。初めは思い付きだったかもしれない(笑)。とはいえ、本場の味と食感を求めて何度も試作を繰り返し、自信の味に仕上がりました。ありがたいことに、完売することも増えました。

生活の中心と言えるくらい犬が大好きで、犬専門の絵描き屋さんとしても活動しています。思い立ったらすぐ行動に移すタイプ。自分ができることであればどんな挑戦し、これからも『楽しいこと』をつくっていききたいです。

P R

家族葬向け専用シティホール能代 GRAND OPEN

ベルコ

急な時！ 会員になっていないお宅でもご利用になれる
GRAND OPEN特別プランをお問い合わせください。
※随時 ご見学・ご相談も承っております

ベルコ会員募集中！

MGコース 2,000円×120回 MJコース 4,000円×60回

ごあんない図

ベルコシティホール能代
軽研車専門店 フラット7 様 ●
牛角 様 ●

1 至 能代市役所

芝童森交差点から北へ250メートルです！

シャトレーゼ能代店 様 ●
幸楽苑 様 ●

●MEGA DRUG 様

2nd STREET 様 ●

●芝童森

**ご見学・ご相談の方に
生活応援品を
プレゼント！**
※画像はイメージです。

〒016-0872 能代市字芝童森12-1 ベルコシティホール能代
ご見学・ご相談 ☎0185-74-9210 / 熊谷宛て
E-mail : akita@bellco.co.jp

2025-09-

私たちが 働きます 正社員募集

入社祝い金 5万円！

業務拡大につき、交通誘導・施設警備増員募集！
未経験者歓迎(在籍スタッフ9割が未経験スタート)

給与	20万円以上/月	勤務時間	8:00~17:00(直行直帰)
休日	週休2日制	資格	18歳以上(警備業法)60~70代も活躍中!
場所	秋田県内(居住地考慮)	福利厚生	社保完・賞与・交通費(規定あり) 資格・家族・習得手当等

東アジア警備保障有限会社 能代営業所
能代市字仁井田白山95-3
0185-74-9040(採用担当)

BLUE PRICE
TBK GROUP