



# 石川県 健民運動

# 6月号

《26. 6. 30第218号》

# かわら版



ナツツバキ 6月15日金沢市

毎月第3日曜日は「家庭の日」です  
～ 家族とのふれあいを大切にしましょう ～

**鼓動** 子どもたちの豊かな心を育むために

石川県児童文化協会副理事長 豎畑 政行

**特集** 第47回健康クラブ交歓大会・普及育成研修会  
健康づくりの推進

平成26年度健民運動「健康わくわく出前講座」開催  
第12回石川県加賀地区健康クラブ交歓大会加賀大会

**子ども・若者活動の推進**

平成26年度「石川県青少年育成推進指導員研修会」開催  
平成26年度「少年の主張大会」地区大会 発表者募集

**健民運動活動紹介・奨励コーナー**

第23回石川県民スポーツ・レクリエーション祭

7・8月の健民運動カレンダー

「あいむ」だより

**薫風** 94歳 元気にはつらつとプレー

石川県グラウンド・ゴルフ協会事務局長 山越 眞一

**健民運動** 入場無料

## 50周年記念大会

美しい郷土と豊かな暮らしの実現のために、県民一人ひとりが自らの意志で、  
できることから実践することが「健民運動」です。  
気持ちを新たに、ふるさと石川の未来を築いていきましょう。

平成26年7月27日(日)13:30～16:35  
(開場 12:00)

石川県立音楽堂コンサートホール  
金沢市昭和町20-1(金沢駅東口徒歩1分) TEL 076-232-8111(代)

■1 記念表彰式  
・オープニングコンサート  
・記念表彰

■2 ツバメフォーラムinいしかわ  
・ウェルカムアトラクション  
・ツバメ調査報告会  
・子どもツバメサミット  
・ツバメの歌をうたおう

■3 講演会  
すべての世代がいきいきと輝く石川県  
～50周年からの健民運動～  
講師 ころ元気研究所 鎌田 敏氏

問合せ先 石川県健民運動推進本部  
金沢市野月1-1 石川県庁県民交流館内 電話076-225-1365

## 子どもたちの豊かな心を育むために

「あめんぼう初夏の光と遊んでる」

この句は今年の「北枝忌子ども俳句大会」の入選句です。初夏の光が注ぐ池でゆったりと泳いでいるアメンボウの様子を、子どもらしい感性で捉えて表現しています。

石川県児童文化協会は、子どもたちの豊かな心を育むために、このような俳句大会をはじめ様々な事業を行っています。今回はその一端をご紹介します。

### (1) 北枝忌子ども俳句大会

蕉門の十哲である立花北枝の遺徳を偲んで開かれる子どもの俳句会です。北枝のお墓のある寺院「心蓮社」で毎年5月に開催しています。第1回が昭和26年に開かれ、今年で64回の歴史を刻んでいます。

### (2) 童話発表会

お話や読み聞かせを聞く機会は少なくありませんが、子どもたち自身が童話を語る機会はあまりありません。童話発表会は子どもたちが童話を覚え、表現力豊かに発表する数少ない大会で、今年の秋の発表会で53回目を迎えることになります。

### (3) 演劇活動

子ども劇団「さくらんぼ」は昭和47年に産声をあげました。これまでの総公演回数は150回、総観客数は7万人に達するはずです。団員たちは芝居を通して表現力を磨き、仲間と力を合わせる喜びを感じています。俳優の田中美里さんや脚本家の水橋文美江さんといった各氏もかつては「さくらんぼ」の一員でした。

### (4) 創作童話

子どもたちに面白い童話をとということで、童話集「ふるさとの風」を発行し続けています。毎号創作童話を3編ずつ掲載する、つつましい小冊子ですが、金沢市内の全小学校へ届けており、楽しみにして待っている子どもも多いようです。

### (5) その他

人形劇の公演、吹奏楽の発表、児童文化講座の開催など多岐にわたって活動しています。「加賀能登の民話と伝説」や「こども石川県史」の発行も本会の事業です。現在書籍の発行は休止していますが、「昔話がいっぱいだよ」の事業を通して、子どもたちがふるさとの民話に触れる機会を提供しています。

どの事業もすべて「手弁当」での活動であることが私たちの誇りです。



北枝忌こども俳句大会



昔話がいっぱいだよ

# 特集

# 第47回石川県健康クラブ交歓大会 普及育成研修会

平成26年度・第47回 健康クラブ交歓大会 普及育成研修会



6月17日(火)、今年度の健康クラブ交歓大会普及育成研修会が金沢市稚日野町のいしかわ総合スポーツセンターメインアリーナで開催されました。この研修会は今年10月14日(火)に「太陽と緑に親しむ健民祭」の一環として約2千人が参加して開催される「第47回石川県健康クラブ交歓大会」のための指導者講習会として、石川県健康クラブ協議会が開催したもので、県内全域から42クラブの指導的な立場の方約350名が参加されました。

午後1時からの開会式では国歌斉唱に続き、田川会長が、「10月の大会のため、しっかり覚えて帰り、クラブの皆さんに伝達してほしい。」と皆さんを激励されました。1時20分から研修に入り、野々市若葉健康クラブの小倉紀代子先生他のご指導で準備体操に「健民さわやか体操」を行い、全体歌唱の「柔」と「365歩のマーチ」を練習しました。ご指導は加賀健康クラブ株田馥先生。続いて、全体演技「リズムダンス365歩のマーチ」の伝達が行われました。今回のダンスは県リズムダンス協会会長太田章子先生の新しい振り付けで、足、腰、大腿筋のストレッチを取り入れ、ロコモティブ予防をねらいとしています。また、膝を正面に向け、視線を常に正面にキープすることで美しく踊ることができることを教えていただきました。今回の研修会ではクラブの皆さんに同行した各市町の担当者が熱心にメモを取ったりビデオを撮ったり、また、ダンスをマスターしようと一緒に踊る姿が印象的で、10月の大会が大いに期待できそうに思われました。



開会式は全員で国歌斉唱



田川会長の挨拶



株田先生の歌唱指導

# 健康づくりの推進

平成26年度 健民運動「健康わくわく出前講座」 開催



新庄5・6丁目 憩いのクラブ

健康わくわく出前講座



4月13日(日)、野々市市新庄の新庄会館において新庄5・6丁目憩いのクラブ(小坂洋子代表)の健康わくわく出前講座が開催されました。参加した30名の皆さんは畠紀子先生のご指導で、大声で笑いながらの体操や旗源平を大いに楽しみました。



スポーツクラブ エルスピリッツ

健康わくわく出前講座



5月28日(水)9:30、白山市千代野体育館においてスポーツクラブエルスピリッツ(東真弓代表)の健康わくわく出前講座が開催されました。参加した34名の皆さんは、利岡理香先生のご指導で、普段とはひと味違う体験ができ大満足でした。



イキイキサロン ハッ矢

健康わくわく出前講座



6月4日(水)13:00、白山市ハッ矢町公民館においてイキイキハッ矢(井波外良代表)の健康わくわく出前講座が開催されました。参加したのは32名の皆さんで、ご指導は利岡理香先生。充実した内容で実施され、高齢者の皆様にも大変ご好評をいただき、これからも是非利用したいとの声が沢山ありました。

## 平成26年度・第12回 石川県加賀地区健康クラブ交歓大会加賀大会

5月28日(水)、加賀市スポーツセンターにおいて、金沢市から加賀市までの18の健康クラブから約930名の元気な皆さんが参加して、第12回加賀地区健康クラブ交歓大会加賀大会が開催されました。昨年から開催準備を進め、大会を主管したのは加賀健康クラブ(滝野松雄会長)。

10時30分から開催された開会式では、最初に国旗が掲揚され、全員で国歌を斉唱しました。次いで加賀健康クラブの滝野会長、県健康クラブ協議会の田川会長があいさつされ、滝野会長が中学時代の恩師という宮元陸加賀市長が歓迎の言葉を述べられました。11時からは準備運動として歌唱「湯の町エレジー」と「これから音頭」が株田馥先生、「健民さわやか体操」が坂本美和子先生のご指導で、参加者全員が体育館のフロア全体に広がって実施されました。次に、全体演技として「これから音頭」の舞踊を参加者全体を2班に分け約450人ずつがそれぞれ4重の輪になって踊り、午前の部を終了しました。12時20分から午後の部が開始され、1クラブ1曲で各クラブの発表が行われました。14時30分からは閉会式が行われ、加賀地区大会の大会旗が加賀市から再来年度開催の能美市へ引き継がれました。最後に加賀市の山下修平教育長のご講評と万歳で、元気一杯で大きな盛り上がりを見せた「加賀地区健康クラブ交歓大会」は大成功裏に大会の幕を閉じました。



7月27日(日) 健民運動50周年記念大会 に参加しましょう!

健民運動50周年記念大会プログラム 13時30分から  
平成26年7月27日(日) 石川県立音楽堂コンサートホール 3部構成で開催

### 第1部 記念表彰式 13:30-14:15



オープニングコンサート(協力:石川県音楽文化協会)  
健民運動について(紹介)  
記念表彰(特別功労、優秀実践活動、感謝状、特別感謝状)

### 第2部 ツバメフォーラムinいしかわ 14:15-15:15



ウェルカムアトラクション(協力:石川県リズムダンス協会)  
ツバメ調査報告会(石川県、韓国、台湾の事例発表)  
子どもツバメサミット  
ツバメの歌をうたおう

第3部は次ページに

# 子ども・若者活動の推進

平成26年度 石川県青少年育成推進指導員研修会 開催



県子ども政策課の岡譲課長のあいさつ



開会あいさつをする下出博明会長



元いしかわ子ども交流センター長 谷内厚子氏

5月24日（土）、金沢市常盤町の石川県青少年総合研修センターホールにおいて、石川県と石川県青少年育成推進指導員連絡会が主催して推進指導員のための研修会が開催されました。開会式では県子ども政策課の岡譲課長があいさつに立たれ、次いで推進指導員連絡会の下出博明会長が「子どもたちに思いやりの心の大切さを伝えてほしい」とあいさつを述べられました。その後は、県警本部少年課、健民運動推進本部、県教委の学校指導課及び生涯学習課から、それぞれ、青少年を取り巻く環境や非行・少年犯罪の現状と分析や対策について説明が行われ、少子化対策監室の事務局からは、平成26年度の主要事業についての説明がありました。健民運動推進本部からは、今年度実施する「少年の主張大会」や「青少年ボランティア賞」などについての説明に加え、7月27日に県立音楽堂コンサートホールで開催する「50周年記念大会」への参加をお願いいたしました。

14時30分からは、元いしかわ子ども交流センター長の谷内厚子氏による講演「子どもが育つ大人の働きかけ」が行われました。子どもの社会力が育ちにくい現代社会の状況を背景に、成功体験や失敗体験の上に自己肯定感を伸ばし、将来の夢や希望を育むことの大切さが話され、参加した皆さんは最後まで熱心に聴講されました。その後16時30分までブロック別討議や自由討議が行われ、最後に討議の報告が行われて充実した研修会を終了しました。

7月27日(日) 健民運動50周年記念大会 第3部・講演会！

第3部 講演会 15:20-16:35



すべての世代がいきいきと輝く石川県 ～50周年からの健民運動～  
講師：こころ元気研究所 所長 鎌田 敏 氏

昭和43年生まれ。大取育ち。平成17年3月「こころ元気研究所」を設立。こころ元気配達人として講演活動を始める。出会いに感謝の日々。現在、毎年2万人以上の方々へ元気講演を配達している。産業カウンセラー、日本メンタルヘルス協会基礎カウンセラー、心理相談員、認定コーチなどの資格をもつ。日本選択理論心理学会正会員、日本フアンシリテーション協会正会員。

## 「少年の主張大会」 各地区大会 発表者募集

**地域や社会への参加意識を高め、自分の体験や考えを発表し合おう！**

中学生が日常生活での体験や考えを自分自身の言葉でまとめ、それを広く発表する機会を提供することにより、中学生世代における社会参加意識の醸成を図るとともに、多くの大人に現代の中学生への理解と関心を深めてもらうことをねらいとして、今年9月27日(土)に「平成26年度 少年の主張大会」を開催します。この県大会へは県内4地区大会で選ばれた代表16名が参加する予定です。各地区大会は8月24日を皮切りに次のとおり順次開催されます。発表する中学生の皆さんの応募をお待ちします。また、地域の皆様には会場に赴き、成長著しい中学生の率直な思いや意見を聴取いただくとともに、応援をお願いいたしたいと存じます。

平成26年度

### 少年の主張石川県大会

中学生のみならず！保護者のみなさん！中学生がどんなことを考え、どんなことを思い、みんなに何を伝えたいのか、聞いてみませんか。

家庭や学校、地域など身の回りで感じたこと

テレビや新聞、雑誌の記事等で感じたこと

どなたでも観覧できます！五人、ご家族でご来場下さい！

同世代の青少年や大人の活動で感じたこと

社会や世界に向けての道程や未来への希望や提案

日 時：平成26年9月27日(土) 13:30～  
会 場：石川県青少年総合研修センター 金沢市常盤町 212-1

H26年度少年の主張石川県大会ポスターより

(1) 能登地区〔七尾市、羽咋市、輪島市、珠洲市、羽咋郡、鹿島郡、鳳珠郡、地区内特別支援学校〕  
**第46回全能登私の主張発表大会**

- ・日 時 8月24日(日) 9:00～
- ・会 場 七尾市サンライフプラザ 大ホール
- ・申込先 七尾市教育委員会事務局文化課
- ・締 切 8月11日(月)
- ・電 話 0767-53-8437

(3) 金沢市〔金沢市〕

**第67回金沢市「中学生からのメッセージ」発表会**

- ・日 時 8月31日(日) 9:00～
- ・会 場 金沢市教育プラザ富樫
- ・申込先 金沢市立北鳴中学校
- ・締 切 8月25日(月)
- ・電 話 076-251-7540

(2) 加賀地区大会〔加賀市、小松市、能美市、能美郡、地区内特別支援学校〕

**第33回加賀地区中学生意見発表大会**

- ・日 時 8月30日(土) 13:30～
- ・会 場 能美市根上総合文化会館小ホール
- ・申込先 能美市教育委員会事務局生涯学習課
- ・締 切 8月1日(金)
- ・電 話 0761-58-2272

(4) 石川中央地区大会〔かほく市、白山市、野々市市、河北郡、県内少年団体、金沢市内及び地区内特別支援学校〕

**第24回少年の主張石川中央地区大会**

- ・日 時 9月13日(土) 14:30～
- ・会 場 かほく市七塚生涯学習センター
- ・申込先 石川県健民運動推進本部
- ・締 切 8月27日(水)
- ・電 話 076-225-1365

## 「少年の主張大会」の打合会を開催しました。

5月20日(火)午前10時から県庁10階打合室において、今年度の「少年の主張大会」の関係者による打合会が開催されました。参加者は本部及び能美市教委、七尾市教委、金沢市立北鳴中学校の担当者5名。会では各地区大会や9月27日の県大会の概要や審査基準などが話されました。また、全国大会の発表が身振りや小物を用いたプレゼンテーションの形式で効果的に行われ、参考にすべき点が多いことなどが話し合われました。



5.20 県庁での打合会

# 健民運動活動紹介・奨励コーナー

## 第32回 健康体づくりゲートボール大会 兼 第30回 全日本ゲートボール選手権大会石川県予選会

選手宣誓 辰口レディース 南戸選手



5月25日(日)、中能登町アッピー広場多目的広場において、石川県ゲートボール協会の第32回健康体づくりゲートボール大会兼第30回全日本ゲートボール選手権大会石川県予選会が開催されました。当日は天候にも恵まれ、試合コートは手入れの行き届いた芝コートで、参加者は22チームの約150人。小学生から87歳の高齢の選手が参加しました。今回は全国選手権の予選とあって、30代の若手のチームも目立ちました。9時からの開会式では、大会委員長のあいさつに続いて、昨年優勝の辰口レディースの南戸登美子選手が選手宣誓を行い、熱戦が開始されました。この大会で優勝したのは「ザ・松任(橋本広昭、三村喜夫、江村昌彦、上田紀彦、上田哲治)」。ザ・松任は10月25、26日に三重県四日市市で開催される全日本選手権大会への出場が決定しました。2位は能美シティ、3位は辰口レディース、サントウンでした。

## 石川県中央歩こう会の月例会「七日会」を訪問しました。



9時20分石川門を出発

参加証にスタンプを押印します

6月7日(土)、石川県中央歩こう会(小西優会長)の月例会「七日会」が金沢城石川門入口休憩所を集合場所として開催されましたのでお尋ねしました。県中央歩こう会は、健民運動と同じく今年50周年を迎えようとしている団体で、「七日会」は昭和39年から、県が定めた毎月7日の「健康の日」に合わせて実施されて当時の伝統を守り続けています。以前は自宅から広坂の県庁に歩いて集合して参加スタンプを押し、県庁の談話室で仲間と話し合い、仲間同士の絆を確認して自宅に帰るのが伝統でしたが、県庁移転後は石川門が集合場所となっているそうです。

この日、参加したのは金沢市、野々市市、内灘町などの会員で60歳から80歳までの約40人。当日は参加スタンプを押し帰宅する人、歩く仲間同士で金沢市内の特色あるコースに別れて歩く人など、百万石行列当日の午前中、梅雨の晴れ間の楽しいウォーキングを満喫できたようでした。

毎月7日の「健康の日」の午前9時に石川門に行けば、誰でも「七日会」に参加でき、多くの県民の皆さんの参加をお待ちしていますとのことでした。



## 参加しましょう！ 第23回 石川県民スポーツ・レクリエーション祭

### ◇ 7・8月の開催市町・期日・大会名・会場・主管団体

開催市町	期日	大会名	会場	主管団体
金沢市	7月13日(日)	太極拳とカンフーの交流大会	シェア金沢Sスタジアム	西金沢スポーツクラブ
	8月3日(日)	クライミング大会	医王山スポーツセンタークライミングウオール	県山岳協会
七尾市	7月27日(日)	ふれ愛スポーツフェスティバル	田鶴浜体育館周辺	田鶴浜スポーツクラブ
	8月6日(水)	マリンスポーツを楽しもう!	能登島マリンパーク海族公園	NASPO(ナスポ)
輪島市	8月31日(日)	ふれあいドッジボール大会	輪島市一本松総合運動公園体育館	県ドッジボール協会
加賀市	7月6日(日)	バリアフリーディスクゴルフ大会	加賀市中央公園スポーツセンター横広場	県障害者フライングディスク協会
かほく市	7月6日(日)	ふれあいカヌー大会	宇ノ気水辺公園	県カヌー協会
白山市	7月27日(日)	カンフーフェスティバル2014	白山市一木公民館ホール	ぴいすく美川
	8月31日(日)	フライヤーフェスタ獅子吼	獅子吼高原フライトエリア	県フライヤー連盟
津幡町	8月23日(土)	ボートフェスティバル	県津幡漕艇競技場	サンズつばた

## 7・8月の健民運動カレンダー

H26.6.27現在

7/2(水) 平成26年日本海オープン全国親善ゲートボール大会  
~3(木) 会場:こまつドーム(小松市)  
主催:石川県ゲートボール協会

7/10(木) メイプルレディース・ヨガ健康体操教室  
・ 会場:那谷町会館(小松市)  
23(水) 主催:メイプルレディース

7/13(日) 第13回石川県会長旗争奪マレットゴルフ大会  
会場:専光寺ふれあいの森ふれあいゴルフ広場(金沢市)  
主催:石川県マレットゴルフ協会

7/19(土) 第50回石川県スポーツ少年大会  
~20(日) 会場:医王山スポーツセンター(金沢市)  
主催:石川県スポーツ少年団 石川県健民運動推進本部

7/26(土) 小学生ツバメ国際キャンプ in いしかわ  
~28(月) 内容:日韓台ツバメ調査発表、金沢市内ツバメ調査、ツバメのねぐら調査など  
主催:石川県 石川県健民運動推進本部 共催:慶尚南道ラムサール環境財団

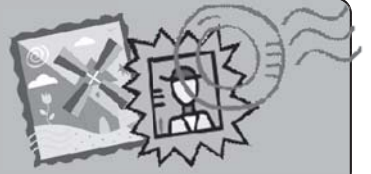
7/27(日) 石川県健民運動50周年記念大会  
会場:石川県立音楽堂コンサートホール(金沢市)  
主催:石川県 石川県健民運動推進本部

8/13(水) メイプルレディース・ヨガ健康体操教室  
23(土) 会場:那谷町会館(小松市)  
主催:メイプルレディース

8/24(日) 第26回石川県スポーツ少年団水泳交流大会  
会場:松任総合運動公園水泳プール(白山市)  
主催:石川県スポーツ少年団

8/24(日) 第26回石川県スポーツ少年団相撲交流大会  
会場:七尾市愛宕山相撲場(七尾市)  
主催:石川県スポーツ少年団

# 「あいむ」だより



## \* 収集物（6月分） \*

〈使用済み切手など〉

犀川河川愛護会、人事課福利厚生室、教職員互助会、少子化対策監室、統計情報室、石川県漁協金沢港支所、文化振興課、医療対策課、厚生政策課、匿名の方の計10件。ご協力ありがとうございました。ご提供いただきました使用済み切手、書き損じはがきにつきましては、さまざまな支援を必要としている人々に役立てていただいております。ぜひお寄せください。

## お知らせ

### あいむのパネル展示コーナーで 日頃の活動をアピールしてみませんか？

石川県NPO活動支援センター「あいむ」では、県内でさまざまなボランティア活動を行っているみなさんの活動内容をパネルやポスター、写真などで紹介するパネル展示コーナーを設けています。

みなさんの活躍されている姿をいろんな方に見て知っていただくことで、ボランティア活動に関心を持っていただいたり、また、仲間を増やし活動の場を広げるチャンスにもなります。自分たちの活動をもっと知って欲しいという団体はぜひご利用ください。

#### 利用できる方

県内で活躍されているNPO・ボランティア団体

#### 展示期間

原則2週間

※ 各団体で展示作業を行ってください。

#### パネル利用

最大5枚まで利用できます。

※ パネルの大きさ：A1サイズ 594mm×841mm  
テーブルを利用したい場合はご相談ください。

#### 展示内容

NPO・ボランティア活動の広報及び周知に関する内容

#### 使用料

無料

〈問合せ先〉 石川県NPO活動支援センター「あいむ」までお問合せください。

## 関係図書貸出

当センターでは、図書の貸し出しを行っています。（一部閲覧資料を除く。）

3冊まで2週間借りられます。どうぞご利用ください。

## 石川県NPO活動支援センター（あいむ）

〒920-0961 金沢市香林坊2丁目4番30号 香林坊ラモーダ7階  
TEL:076-223-9558 FAX:076-223-9559 <http://www.ishikawa-npo.jp>

会議・打合せ等に「あいむ」をご利用ください！（会議室使用料 無料）  
お問合せ、ご予約は上記「石川県NPO活動支援センター（あいむ）」まで、  
お気軽にどうぞ。

香林坊地下駐車場をご利用ください。駐車料金を助成しています。



## 94歳 元気にはつらつとプレー

毎年開催されるゆーりんピックグラウンド・ゴルフ大会は、今年は白山市、かほく市、七尾市の3会場において、例年よりも多い総計1,180名の参加選手を迎え、5月17、18日の2日間にわたって盛大に開催されました。

天候にも恵まれた大会で、参加選手中の最高齢者は94歳の男性でした。この方は毎年欠かさず参加しており、今回も最高齢者参加賞を授与されて大変喜んでおられ、健康な限りは何歳になっても出場し、ホールインワンを目指してプレーしたいと大変元気なところをみせていました。また、この大会は優秀者が10月上旬栃木県で開催される全国健康福祉祭に県代表として派遣されることになっているので、普段の大会よりも一段と熱の入ったプレーが繰り広げられました。

グラウンド・ゴルフは子どもから高齢者まで、誰もがいつでもどこでも楽しめるスポーツとして創設され、昨年には日本グラウンド・ゴルフ協会が創立30周年を迎えました。そして、来年3月には石川県協会が創立25周年を迎えることとなります。記念行事として式典、大会の開催等を検討しているところであり、これを契機になお一層県協会の発展を図っていく所存であります。

グラウンド・ゴルフの愛好者は全国で200万人とも言われ、会員数は約19万人となっております。また、今年の石川県協会の会員数は約6千人で、人口比率からみてもグラウンド・ゴルフの大変盛んな県となっており、全国大会等においても優秀な成績を収めております。

グラウンド・ゴルフは高齢者が主体となっておりますが、少子高齢化がますます進むなか、今後は子ども、若者にも一層の普及を図り、年齢に関係のない幅の広いスポーツにしなければならないと思っております。

また、大変うれしいことに、来年の第70回わかやま国民体育大会から、グラウンド・ゴルフが公開競技の一つとして参加することになりました。これまでの健康増進を目的とした遊びから、スポーツとしての位置づけがなされたことを意味しており、喜ばしい限りであります。県協会の使命として、早急に一般競技に格上げされることを目指して若年層にも積極的に普及を図っていきたいと考えております。



毎月7日は「健康の日」です。  
～ 歩くことから健康づくり、運動することを習慣にしましょう ～



毎月第3日曜日は「家庭の日」です  
～ 家族とのふれあいを大切にしましょう ～

発行：石川県健民運動推進本部

〒920-8580 金沢市鞍月1丁目1番地 TEL 076-225-1366  
石川県県民交流課内健民運動推進本部 FAX 076-225-1363

インターネット



QRコード

E-mail [kenmin-i@pref.ishikawa.lg.jp](mailto:kenmin-i@pref.ishikawa.lg.jp)

 @kenmin\_undou