

# かわら版



- 鼓動 探鳥会へのお誘い  
日本野鳥の会石川 代表 青山 輝久
- 石川県健民運動青少年ボランティア賞表彰式
- ふるさとづくり推進事業実施報告
- 第19回子どもドリームフェスティバル
- 健民運動カレンダー
- 薫風 地域とのつながり 今、私たちに出来る事から…  
JA石川県女性組織協議会 JA白山手取支部 浦 久美子
- 「あいむ」だより

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

日本野鳥の会石川  
代表 青山 輝久

## 探鳥会へのお誘い

みなさんは探鳥会と聞いて、なにをイメージしますか？「探検に鳥の会？わかったようで分からんなあ」こんな感じでしょうか。「探鳥会」は日本野鳥の会の創設者の中西悟堂（金沢出身）の造語です。それまで鳥といえば輸入したカナリヤなどやカスミ網で捕まえたメジロ、ウグイスなどの飼鳥のことでした。「野の鳥は野に」と主張し、当時の文化人を誘い富士山ろくで最初の探鳥会（1934年6月）を開いたのが始まりで、今まで連綿として全国津々浦々で開催されています。仲間たちと集い、野鳥の姿・行動などを見たり、囀りなどを聞いて楽しむ会です。



サンコウチョウ(普正寺)

日本野鳥の会石川の探鳥会を紹介します。定例探鳥会（毎月同じ場所）は第2日曜日に金沢犀川下流の「普正寺の森」です。集合場所は健民プール横の駐車場で、時間は9時（ただし6～8月はその手前の駐車場で、時間は6時）です。県内各地で行う探鳥会も月に1、2回あります。（ホームページで公開しているのでご確認ください）

私は30数年前、初めて探鳥会に参加しました。季節は春、場所は兼六園・金沢城跡でした。ベテランの巧みな説明と見つけるのが早いことに驚き、見る鳥見る鳥が生まれて初めてで、姿の美しさと歌声に魅了されました。家に帰って図鑑を調べ「あの鳥は東南アジアから渡ってきたばかりなんや」と親近感がわきます。あの小さな体でよくぞここまで、それも毎年行き来するとはすごいと感心しました。以来、出来るだけ参加するとともに、自宅近くの公園・川をマイフィールドとして年中楽しんでます。

「探鳥会」では、野鳥はもちろん、鳥が食べている木の実や花の名前を知るのも楽しく、私はベテラン会員になんでも聞くようにしています。風や臭いを感じ、思わずタヌキやウサギ等に出会うこともある探鳥会が大好きです。

今は情報と物があふれ、なんでも簡単に手に入る時代になりました。私の子どものころは、なんでも手作りして遊び、マイカーもほとんどない時代でした。友達と暗くなるまで外遊びしたものです。生き物もたくさんいてメダカ取りや昆虫採集にうつつを抜かしたのも思い出です。物はなかったが、子ども時代のこんな体験こそが重要ではないかと思うのです。

今は当時ほどの自然は減ったかもしれませんが、ちょっと足を延ばせば、ほどほどの自然体験は可能です。ぜひ探鳥会にご家族とお越しください。



クロツラヘラサギ(手取川河口)



普正寺の森探鳥会(5月8日)

## 表彰式・懇談会

# ◇ 青少年ボランティア賞

1月13日(金)に、平成28年度「青少年ボランティア賞」表彰式が行われ、本部長の谷本知事が9団体・2個人に表彰状を授与しました。平成7年度から始まったこの賞は今年度で22回目となり、これまでに延べ177団体、44個人が表彰されました。

今年度の受賞者も、地域における清掃活動や地域行事への協力、保育園や福祉施設での活動、高齢者の方々のための除雪活動、子ども会行事への支援など、幅広い分野で地道に社会貢献を行っており、青少年のボランティアの輪が年々広がっています。

### 【団体表彰】

- 能美市立辰口中学校生徒会
- 七尾市立田鶴浜中学校生徒会
- 能登町立松波中学校生徒会
- 大実触れ合い隊（石川県立大聖寺実業高等学校）
- 石川県立工業高等学校
- 金沢医科大学健康推進委員会
- 金沢中央わかばLEOクラブ（金沢福祉専門学校）
- 金沢市子ども会連合会リーダー委員会
- 三琴会 刈安子供民謡（津幡町）

### 【個人表彰】

- 坂井昌美（金沢市子ども会連合会シニア委員会）
- 中村拓都（金沢市子ども会連合会シニア委員会）



表彰式の後、谷本知事を囲んで、受賞者や関係の皆さんとの懇談会が行われ、活動の内容やボランティアの楽しさや難しさ、その中で感じたこと・学んだこと、これからの活動のあり方などについての発表が行われ、谷本知事から感想やアドバイスが寄せられました。以下はその要旨の抜粋です。

### ○能美市立辰口中学校生徒会 村井さん・炭谷さん

辰口中学校生徒会は、毎日のあいさつ運動やプルタブなどの回収活動、募金活動、地域貢献活動など様々なボランティア活動を行い、毎回全校生徒の3分の1程度の参加があります。

地域貢献活動では、毎年夏休みに手取川清掃を行っています。自分のふるさとや地域を大切に守るため、今後もこの活動を継続させていきたいと思います。

東日本大震災復興支援のための「閑上ひまわりプロジェクト」に特に力を入れています。津波被害からの復興を願い、宮城県名取市閑上で育ったひまわりの種でひまわりを育て、収穫した種を多くの方に配り、復興の願いを全国に広げる活動です。この活動を通して、自分たちにできることから行動する大切さを学びました。「困っている方の力になりたい」という思いを大切に、これからも様々なボランティア活動を充実させていきたいと思っています。



### ○七尾市立田鶴浜中学校生徒会 水野さん・谷渡さん

田鶴浜中学校では、「心の響き合い」を大切にす学校をめざし、生徒会を中心に「1人1ボランティア活動」を16年間継続し、地域の方との「心のふれあい」を学んできました。全校生徒が夏休み期間や休日を利用してボランティアに参加し、図書館での書庫整理、保育園での保育補助、地区運動会での運営補助など20箇所の施設や活動に出向き、地域の方とふれあいながら、いろいろなことを体験しました。参加者は、活動の充実感や達成感、楽しさを感じ、自分の将来に生かしていきたいと考えるようになります。

生徒会では、あいさつや温もりのある「ありがとう」の言葉が行き交う学校を願って、活動を実施しています。田鶴浜中学校は今年度末で閉校を迎えますが、新しい統合中学校でも「ありがとう」の言葉が行き交い、地域の方とのつながりをいつまでも大切する「ボランティア活動」が受け継がれることを願っています。



### ○能登町立松波中学校生徒会 千司さん・加賀さん

松波中学校生徒会は、15年前から隣接する特別養護老人ホーム第2長寿園に訪問し、またお年寄りを学校に招待する交流活動を行っています。

全校生徒が、自作したカードで暑中見舞いやクリスマスカード、年賀状を贈ります。毎年夏に開催される長寿園の盆踊り大会の準備には、部活動単位で参加し、職員の方やお年寄りの皆さんと一緒に準備をします。夜の盆踊り大会に自主的に参加する生徒もたくさんいて、交流が深まります。敬老の日には、前期生徒会長が1日施設長に就任します。

松波中学校を会場にした石川県松波相撲大会には、毎年、お年寄りを招待しています。また、体育祭や文化祭では長寿園席を設け、皆さんを招待しています。

ちょうど私たちが生まれた年から、このような活動がずっと続いていることに誇りを感じます。この先もこの活動が続くように生徒会でしっかりとバトンをつなげていきたいです。



## 【知事の感想とアドバイス】



東日本大震災の被災地  
関東地区を訪問したこ  
とがあるが、実際の津波被  
害のすさまじさを知ること  
ができた。被災地域を  
訪問し、実際の姿を見る  
ことも大切だ。

昔は中学校でのボランティア活動はなかったと思うが、今は盛んになって、辰口中学校や田鶴浜中学校、松波中学校では15年以上前から行っており、県内の中学校では何らかの形で活動に取り組んでいるようだが、ボランティア活動はとても大切なことだ。特にお年寄りの支援については、具体的なお世話による活動や地域全体での支援が、お年寄りの楽しみや生きがいにもなるので、ぜひ継続してほしい。

### ○大実触れ合い隊（石川県立大聖寺実業高等学校） 岩倉さん・松下さん

社会に最も近い実業高校として、『大実触れ合い隊』という形で地域貢献を中心に様々なボランティアを行っています。生徒会執行部を中心に、全校生徒を会員としていて、個人の自発的な参加と部活動単位の参加があります。

地域清掃、福祉施設行事、児童センター行事、加賀市で行われる国際大会や各地域のお祭りのお手伝いなど、年間約20回、様々なボランティアに参加しています。「ありがとう」や「助かった」と言われることも多く、やりがいを感じました。

「ボランティア活動をしている人は、みんな笑顔だった」という印象が強く残っています。みんな生き生きとしていました。ボランティア活動は、「自分を活かせる場所」、「自分自身が成長できる場所」だと感じています。ボランティア活動は「してあげる」ものではなく「させていただく」ものという思いを胸に、これからも『大実触れ合い隊』の活動を通して、社会に最も近い学校としての誇りを持ち、地域の活性化に貢献したいと思っています。



### ○石川県立工業高等学校 土田さん・中村さん

本校が本多町に校舎を移転したのは、115年前の明治34年です。それ以来本校を見守っていただいている地域の環境維持と発展のため、学校全体で「学校周辺美化活動」と「冬季除雪活動」に取り組んでいます。

「学校周辺美化活動」は、週に1回放課後、10人ずつ4コースに分かれて学校周辺のゴミ拾いや清掃活動を行います。1・2年生は、4月から12月にかけて1回参加します。

本多町を含めた新竪町小学校校下は、高齢化が進み、住民は冬季の除雪に苦勞しています。雪道での転倒などの危険もあり、バス停留所付近や小学生の通学路の安全確保が必要になっています。本校運動部員は、積雪のある通学路や周辺道路、地下道入口などの除雪を行います。

美化活動や除雪活動という小さなボランティア活動を継続して行い、地域と交流し、地域との連帯感を感じることができました。今後も、地域に貢献したいと思います。



## ○金沢医科大学健康推進委員会 鈴木さん・森河さん

金沢医科大学健康推進委員会では、園児に公衆衛生指導を行う『ぬいぐるみ病院』、小・中学生に喫煙・薬物乱用防止教育を行う『禁煙隊』、付属病院内で児童の家庭教師を行う『しろくま』、北陸の大学間で勉強会を行う『北陸合宿』という4つの活動を行っています。

禁煙隊では、将来、医師や看護師となる者として、「最初の1本を吸わないために」をテーマに、喫煙が体に及ぼす害を小・中学生にわかりやすく伝えていきます。間違った情報を伝えてしまうことは健康教育で最もやってはいけないことですので、メンバーは、より深く煙草が及ぼす害についての勉強を重ねてきました。

『ぬいぐるみ病院』では、園児や幼児の衛生指導と病院嫌いの克服を目的にしていますが、それ以上に私達が園児や幼児との関わり方や伝え方を学びました。子どもたちに「今日楽しかった!」とか「もう一回やりたい」と言われ、その素直な一言で、私達は元気をもらい、活動を行って来て本当によかった!!と思いました。今後も活動を通じて、地域の方々との交流を深めていきたいと思えます。



## ○金沢中央わかばLEOクラブ（金沢福祉専門学校） 福田さん・伊藤さん

金沢中央わかばLEOクラブは、地域の方々とのふれあいを大切にし、年間を通じて様々な活動を行っています。学校の近くの公園の草むしりや学校周辺でのゴミ拾い、障害者ふれあい運動会のお手伝い、献血奉仕活動などに参加しています。4月に校内で熊本地震復興支援義援金活動、10月に今年度から新たにクリーンビーチ石川に参加し、12月に犀川クリーンウォークを行いました。

昨年度の金沢中央わかばLEOクラブ設立10周年記念アクティビティーでは、三馬小学校学童クラブの親子活動で人形劇・バルーンアートを行い、子どもたちと一緒に楽しい時間を過ごすことができました。

ボランティア活動の中で出会った方々の笑顔が私達の活動の励みになっています。またボランティア活動を通してしか学べないこともたくさんあります。ボランティア活動の大切さ、素晴らしさ、楽しさを一人でも多くの人に伝え、ボランティアの輪を広げていきたいと思っています。



### 【知事の感想とアドバイス】

各学校では組織を作ってボランティア活動を開始しているが、継続して行くことが大切だ。活動で得た力を今後にかかしてほしい。

新竪町小学校校下は高齢化が進んでいる。お年寄りのためには、除雪活動は最大のボランティア活動なので、今後もずっと継続して行ってほしい。子どもたちへの禁煙の指導では、受動喫煙の害について、子どもが親に意見するように指導すればもっと効果があがる。子どもの言葉には親も聞いてくれる。石川県は献血する人の割合が高い。県民がお互い様の精神で献血を行うことは大切で、活動を今後も継続してほしい。



### ○金沢市子ども会連合会リーダー委員会 瀬戸さん

リーダー委員会では、金沢市子ども会連合会の3大行事である「子ども提灯太鼓行列」「グラウンド・ゴルフ大会」「金沢市子ども会大会」の企画・運営・後片付けに参加しています。また、いしかわ子ども交流センターや児童館、各地域の子ども会活動からの派遣要請に積極的に応えています。小学生を対象にした1泊2日の合宿「わくわくフェスティバル」の企画・運営を通して、将来のリーダーの育成を行っています。子どもたちの笑顔を見た時の喜びや達成感を味わい、仲間との絆も深まりました。

リーダー委員会での経験は、様々な場で「リーダー」として活躍するのに役立ちます。自分自身のスキルアップにつながるこの活動を継続し、子どもたちの活動に貢献したいと思っています。



### ○三琴会 刈安子供民謡（津幡町） 折戸さん

津幡町の刈安地区で、毎週金曜日の夕方になると小学生、中学生、高校生が刈安コミュニティプラザに集まり、三味線にあわせて民謡の練習をします。その歌を地域の皆様へ届けるために施設訪問や地域のお祭りなどで活動しています。

三琴会の活動は、約30年前に倶利伽羅地区の独り暮らしの老人を上げます会に協力したことから始まります。その後「チビっ子民謡」が誕生し、さらに「子供民謡」として継続しています。現在は、県内外の高齢者施設を訪問し、お年寄りの方とのふれあいを大切にしながら、民謡を通して交流を深めています。また、地域の活性化を願い、「倶利伽羅ござっさい祭り」などのステージに立ち、地域の皆さんに喜んでもらっています。自分自身が役に立っている喜びを味わいながら、地域住民とのふれあいを大切に頑張っています。

倶利伽羅地区では少子高齢化が進み、民謡を歌ってくれる子どもたちが新しく入ってこないことが悩みですが、この賞をきっかけにして、民謡を歌ってくれる子どもたちが増えてほしいと思っています。



### ○坂井昌美さん・中村拓都さん（金沢市子ども会連合会シニア委員会）

金沢市子ども会連合会シニア委員会で、主に子ども会における活動に参加しています。

金沢市子ども会連合会の活動である6月の「提灯太鼓行列」は長く続く活動となっており、その伝統的な行事に携われることを誇りに思っています。このほかにも、クリーンビーチや地域のイベントに参加することで、地域活動への貢献を行っています。

私たちの役割の1つに、後輩の育成があります。最近、子ども会活動に関して、高校生たちが集まって行う研修活動が減ってきており、レクリエーションの仕方や子ども会活動についてお互いに考える場が減っています。シニア委員会では、メンバーが話し合い、事務局の協力のもと、中学生・高校生リーダーを対象とした研修活動を行いました。

後輩を育成し交流することは、自分たち自身の成長にもつながっています。中学1年生か



ら継続して参加してくれている子が今では高校生リーダーとして頑張っている姿は、自分たちの励みとなっています。こうした活動をこの先も長く続けていきたいと思えます。

### 【知事の感想とアドバイス】



子ども民謡については、現在の地域で活動する子ども達が減少しているならば、募集する地域を広げて子どもたちに参加を呼びかけ、お年寄りに喜んでもらえる活動を続けてほしい。金沢市子ども会連合会のリーダー委員会とシニア委員会では、自身の子ども会活動の後、子ども会の活動を支える役割を担っている。子ども会でグラウンドゴルフの大会を開催し、競技人口の拡大に貢献している。今後も子ども会活動の発展と地域社会への貢献に頑張してほしい。

## ◇ ふるさとづくり推進事業実施報告

きば ふれあい まつり

- 主催 木場町町内会（小松市）
- 開催日 平成28年8月14日（日）
- 場所 木場町集落センター駐車場
- 参加者 220人

地域の文化や歴史の継承を目的に制作された「木場音頭」を中心に実施し、多くの町民に参加していただきました。

木場こども園の園児による「木場湖龍太鼓」の披露等を通じて、ふるさと

に対する想いを見直す機会にもなり、今後も木場町の伝統文化を次世代に継承していこうという決意が町民に生まれました。

事業実施に向けての練習風景も含め、地元報道機関に取り上げていただき、町民の郷土愛を広く発信することができました。



## ◇第19回子どもドリームフェスティバル

1月15日(日)に県立音楽堂邦楽ホールで「第19回子どもドリームフェスティバル」が開催されました。

今年度は、県内各地から38件の夢の応募がありましたが、その中から選ばれ実現した5つの夢の発表が行われました。

ご家族や関係者の皆さんでいっぱいになった会場で、まず、谷本知事とともに記念撮影を行い、開会式では、三浦靖子副本部長から温かな励ましの言葉がありました。子どもたちは笑顔で元気いっぱい発表を行い、最後に正木明副本部長から、子どもたちのさらなる成長を期待する旨のお話をいただきました。

地域の人々や専門家の支援を受けながら、自分達自身の力で夢を実現させた子どもたちの喜びが会場全体に伝わり、喜びと感動を共感しました。



矢田野小学校6年生(小松市)の皆さん



庄小けん玉ドリームチーム(加賀市)・輝く18(金沢市)・日置子ども会(珠洲市)  
さよなら校舎特別企画実行委員会(白山市)の皆さん(左から)



開会挨拶(三浦靖子副本部長)



客席の皆さん



閉会挨拶(正木明副本部長)

**みんなでモニュメントを作って地域を盛り上げたい  
日置子ども会（珠洲市）**

私たちの珠洲市日置地区は、10数年前に学校が閉校し、今では子どもの人数も少ないですが、みんなが集まり、地域の中心となる場所にひとつのものを作って、地域の方々と一緒に地区を盛り上げたいと思いました。地域のみなさんの協力により、素敵なモニュメントができました。



**けん玉の技や自分たちで作ったミュージカルを披露したい  
庄小けん玉ドリームチーム（加賀市）**

私たち庄小学校の4年生13人は、クラス全員でけん玉の技やミュージカルを披露したいという「夢」に向かってみんなで頑張ってきました。たくさん練習して身につけたけん玉の技や、自分たちで企画したミュージカルです。この夢の舞台での発表を楽しみにして、たくさん練習してきました。



自分たちでデザインしたオリジナルTシャツを着て、老人ホームで歌を歌いたい  
輝く18 (エイティーン) (金沢市)

学童教室に通う16人の仲間と地域の子もたちも交え、みんなでデザインを考え制作したTシャツを着て、地域のお年寄りや子どもたちに歌や合奏を披露することで、地域の方々も一緒に楽しんでもらいたいと思いました。



思い出のつまった校舎と歌い継がれてきた曲を映像として残したい  
さよなら校舎特別企画実行委員会 (白山市)

私たちが通う河内小学校の現校舎とは今春でお別れです。地域の方々や卒業生といっしょに校歌と同小オリジナル曲を合唱する様子を収録しました。歴史を刻んだ校舎の姿を映像に残すとともに、感謝の気持ちを込めての発表です。







さよなら校舎特別企画実行委員会  
(10/30 第12回河内文化祭にて)



矢田野小学校6年生  
(11/24・25 同校体育館にて)

☆これまでの活動の様子を会場のロビーに展示して紹介しました。



## ◇ 2・3月の健民運動カレンダー

H29.1.20現在

2 / 8 (水)	健康わくわく出前講座 会場：内灘町旭ヶ丘公民館ホール 主催：サロン「あさひ」
2 / 20 (月)	健康わくわく出前講座 会場：安原公民館 1 F 講堂 (金沢市) 主催：みどり健康教室
3 / 3 (金)	健康わくわく出前講座 会場：ホテルウエルネス能登路 (宝達志水町) 主催：宝達志水町老人クラブ連合会
3 / 27 (月)	健康わくわく出前講座 会場：加賀市スポーツセンター 主催：あゆみの会 (加賀市学童保育指導員会)

# 薫風

J A石川県女性組織協議会

JA白山手取支部 浦 久美子

## 地域とのつながり

### 今、私たちに出来る事から…

平成28年の私達JA白山手取支部女性部の活動もアツという間に師走が過ぎ、そして、平成29年を迎えました。

昨年も、仲間と学び、ふれあい、楽しみ、そして地域の人達と交流し活動した1年でありました。12月10日、私達手取支部女性部は地域にある特別養護老人ホーム「大門園」へ訪問し、「愛の一握り募金」とタオルを贈呈し、その後、障害者支援施設「青い鳥」にも贈呈しました。毎年皆様に喜んでいただき、ありがたいと思いました。

大門園では年末には地域ボランティアとして施設内のガラス磨きを行っております。この日もJAの職員と女性部30名が3班に分かれ、高い所は男性にお願いし助かりました。部屋にいる方や広場で休んでいる方々には「こんにちは」と声を掛けながら、ふれあいながら作業することができました。



その後、大門園の医務室の方から『終末における体の変化』と題して講演をいただきました。参加した私達女性部は「とても参考になり良かった」と声を合せました。

これからも地域と色々な形でつながり、食と農を基本とし、地産地消、福祉、健康、仲間づくりと幅広くJA白山と共に身近に感じてもらえるような活動を目指したいと思います。

# 『あいむ』だより



## 収集物(1月分)＜使用済み切手など＞

ことぶき 13 期会、文化振興課、男女共同参画課、厚生政策課、長寿社会課、医療対策課、薬事衛生課、水産課、監理課、建築住宅課、金沢城・兼六園管理事務所、匿名の方、の計 12 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、書き損じハガキにつきましては、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。

## 会議・打ち合わせ等に 『あいむ』をご利用ください！ (使用料無料)

○会議室 (20 名程度・週 2 回まで)

ご利用の際は『会議室利用申込書』をご提出ください。予約は利用日の 3 ヶ月前から受け付けます。

## 新たに『ミーティングルーム』 を設置しました！

○ミーティングルーム (6~8 名程度)

電話予約のほか、空きがあれば当日利用も可能！  
パーティションを使用した簡易スペースです。

NEW!

## NPO・ボランティア関連書籍 の貸出を行っています

1人3冊まで、2週間借りることができます。  
(閲覧資料は除く。)



## 『チラシコーナー』をご活用ください！

あいむホームページの「チラシコーナー」では、NPO・ボランティア関係団体のみなさんからいただいたチラシを掲載しております！

イベントやボランティア募集など皆さんからの「チラシ・パンフレット」をお待ちしております！

<http://www.ishikawa-npo.jp/chirasi/kaisaiannai.htm>

## 企業×NPO物品マッチングシステム 『NPOさんこれDO?』

NPO、ボランティア団体に備品を提供しませんか？ NPOが求める備品について企業の皆さんから提供を受け、「あいむ」がその仲介を行うことにより、NPOの公益活動と企業の皆さんの社会貢献活動を支援します！

<http://www.ishikawa-npo.jp/koredo/>

## 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。《夜10時まで開館(火~金曜日)、月曜日は休館》

・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。



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](https://twitter.com/kenmin_undou)