



かわら版



- 鼓動 正しい食生活の実践に向けて
石川県食生活改善推進協議会 会長 塚原 幸子
- 平成30年度ふるさとづくり推進事業実施報告
- 平成31年度健民運動主要事業（案）
- お知らせ
- 健民運動活動紹介・カレンダー
- 薫風 石川県民体育大会について
公益財団法人石川県体育協会 専務理事 向田 和義
- 「あいむ」だより

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 ～

正しい食生活の実践に向けて

食生活改善推進協議会は、市町が開催する養成講座を修了し、食生活改善推進員として住民の食生活改善を地域でサポートするボランティア団体で、各市町単位、保健所単位、県単位、全国単位で組織化されています。

石川県食生活改善推進協議会は、昭和46年に設立し、2,000名を超える会員がいます。食生活改善推進員はヘルスメイトの愛称で、「私たちの健康は私達の手で」のスローガンのもと、幅広い世代を対象に地域の食生活改善活動に取り組んでいます。

年長や小学生の子どもとその親を対象とした「おやこの食育教室」では、栄養バランスの偏りや朝食の欠食が将来の健康に影響することが懸念されていることから、親子の調理体験をとおして、食べることの大切さや料理を作ることの楽しさなどを伝えています。若者世代を対象とした講習会では、高校生や大学生に将来、自立した大人になってもらうため、「朝食欠食の解消」と「食事バランスの必要性」を重点に、健康づくりのためには食事が大切であることを伝えています。働き世代を対象とした講習会では、「減塩」と「野菜350g摂取の普及」を重点に講話や調理実習をとおして、規則正しい生活習慣と食生活の重要性を普及啓発しています。高齢世代に対しては、5～10人くらいの小さなグループで、簡単な調理実習を行い、一緒に食べる機会を作ることで、低栄養予防や閉じこもりによる孤立を防ぐ取り組みを行っています。スクワットなどの軽い運動も取り入れており、加齢とともに衰える筋力を強化することで、転倒による骨折を予防したいと思っています。

私達の体は、毎日の食事で作られています。日常生活を自立して元気に過ごせる期間である健康寿命をのばすために、組織力を生かした食育活動を行っていききたいと思っています。



【高校生を対象にした講習会】



【保育園の年長児を対象にした教室】
野菜たっぷりの米粉蒸しパン作り

◇ ふるさとづくり推進事業実施報告

山島夏祭りと地区伝統の継承事業（山島夏祭り実行委員会・白山市）

伝統行事である山島夏祭りを次世代に伝承するため、地元青年団が中心になって、菜種の播種から刈り取り、乾燥、編み上げまで、松明の作製をすべて行いました。また、子どもたちが参加できるように輪踊りやカンテラ行列を実施し、年配の方々も参加できるように地区全体を通して盆踊りの練習会を開催しました。本事業により、若手の後継者育成、伝統文化の保存と継承、地域文化への誇りの醸成へとつなげることができました。



【青空の下で出番を待つ超特大松明】



【子どもたちも松明を担ぎました】



【燃え盛る超特大松明は迫力満点】



【子どもたちのカンテラ行列】



【盆踊りも唄と踊りで盛り上がりました】



のと又次節の継承（のと又次節の会・志賀町）

戦後、八木節からヒントを得て地元青年団が踊りや歌詞を創作し、演芸会や敬老会などで踊り継がれてきたのと又次節の保存と継承を図りました。本事業により、月1回の練習会で舞踏愛好家を講師に招いて専門的な指導を受けることができました。また、各イベントに積極的に出演し、又次節の普及と周知を図りました。さらに、この発表時の映像をDVD媒体等に記録して、会員の技術の向上や又次節の保存・継承に役立てることができました。



【練習風景】



【老人ホーム慰問で披露】



【上 石川県女性県政会議で披露】

【左 西海地区敬老会】



【上 のと又次節保存会の皆さん】

【左 大漁起舟祭】

◇平成31年度健民運動主要事業（案）

1 健康づくり

◇第46回太陽と緑に親しむ健民祭

8月31日（土）から10月20日（日）にかけて、西部緑地公園陸上競技場などを会場に、総合開会式を含めて14種目の大会を実施します。期間中、約6千人の参加者を予定しています。

種目別大会日程一覧

月日	曜	大会名	場所
8月31日	土	石川県スポーツ少年団サッカー交流大会	内灘町サッカー競技場他
9月1日	日	石川県スポーツ少年団サッカー交流大会	内灘町サッカー競技場他
9月16日	月・祝	【敬老の日】 マラソンに挑戦する会2019 石川県スポーツ少年団サッカー交流大会	西部緑地公園陸上競技場 内灘町サッカー競技場他
9月23日	月・祝	【秋分の日】 総合開会式	西部緑地公園陸上競技場
		健民ゲートボール大会、 健民ペタンク大会 健民グラウンド・ゴルフ大会 健民マレットゴルフ大会	西部緑地公園陸上競技場 " 投てき場 " 補助競技場 専光寺ふれあいの森ふれあいゴルフ広場
9月25日	水	リズムダンス講習会	小松市民センター
9月29日	日	ニュースポーツふれあい体験	いしかわ子ども交流センター
10月6日	日	健民野球大会（日曜野球、早朝野球）	石川県立野球場
10月10日	木	石川県健康クラブ交歓大会（予定）	いしかわ総合スポーツセンター
10月13日	日	おはようサイクリング石川健民大会	大豆田大橋上流広場
10月14日	月・祝	【体育の日】 健民オリエンテーリング大会	石川県森林公園インフォメーションセンター
10月20日	日	健民歩こう会（健民祭ウォーク）	中能登町

※日程・会場は予定です



谷本本部長開会挨拶



総合開会式の様子（西部緑地公園陸上競技場）

◇健康習慣づくり事業

毎月7日を健康の日とし、あらゆる世代が健康づくりを日常的に実践するための事業を推進します。

○ 歩こう走ろう運動

運動の普及を図るため、それぞれ精勤賞等（オリジナルバッジ、メダル）を交付します。

○ スポーツ普及推進

各種スポーツ大会、研修会、講習会等の共催・後援等を行い、また、オリエンテーリングコースの維持管理を行います。

「健康の日」について

昭和39年4月22日に石川県健民運動推進協議会が結成され、5月7日に「健康の日」がスタートしました。

県民の健康増進の意識と実践の高揚充実をはかるため、毎月7日を「健康の日」に定め、健康増進運動を展開することとしたものです。

○ 高齢者健康づくり

能登地区健康クラブ交歓大会(5/22)、県健康クラブ普及育成研修会(6/13)、県健康クラブ交歓大会(10/10)を開催します。



昨年の県健康クラブ交歓大会では、普及・育成研修会で練習した課題曲「美しい十代」のリズムダンスが2グループに分かれて、全体演技として披露されました。(H30.10.11)

○ 健康わくわく出前講座

子どもから大人まで、体を動かすことの楽しさを体験できる出前講座を年間50回開催します。



H30年の出前講座の様子

○ 健康づくりリーダー研修会

健康寿命を延ばし、いつまでも健康な暮らしができるように、地域で活動するリーダーを養成するための研修会を開催します。(2月下旬から3月上旬に2会場で開催予定)



【左：七尾会場（H31.2.27）



右：金沢会場（H31.3.8）】

◇ スポーツ少年団活動推進事業

石川県スポーツ少年団が実施する各種大会を助成し、少年スポーツを推進します。

◇ 美しい石川を歩く

「美しい石川を歩くコースマップ」を活用して、ふるさとの豊かな自然や歴史・文化に親しみながら、仲間と一緒に歩くウォーキングイベントを開催します。今年度は小松市の「前川白山眺望コース」を予定しています。



輪島崎の北前船の名残巡り（H30.10.24）

2 ふるさとづくり

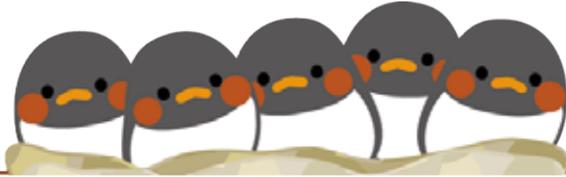
◇ 花いっぱいコンクール

第55回花いっぱいコンクールを実施し、手作りの花づくりを推奨して、豊かな生活環境づくりを推進します。応募締切は8月26日です。また、11月17日に「花いっぱいのつどい」を開き、表彰式を行います。



H30年の入賞花壇（鳥越中学校）

◇ ツバメ Welcome(ウェルカム) キャンペーン



エサとなる虫が豊富で、巣材の泥が取れる場所、そして温かく受け入れてくれる人が住む場所にツバメは巣を作ります。近年、ツバメを受け入れてくれるお家が少なくなるなど、巣を作る場所が減りツバメは困っています。

温かい心で受け入れをおねがいします

◇ ふるさとのツバメ総調査

ふるさとのツバメ総調査、ツバメ総調査に関する作品募集・表彰、ツバメ学習会を行い、野鳥の観察を通して地域の大人と交流し、ふるさとの自然を大切にする心を育みます。調査は、5月の愛鳥週間に合わせて行います。表彰式は11月17日に実施します。



◇ ツバメキャンプ

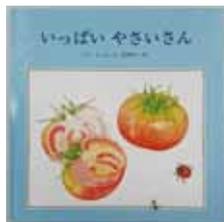
韓国で開催される小学生ツバメ国際キャンプ（8/19～23）に参加し、日本・韓国・台湾の小学生等によるツバメ調査を通しての国際交流を行います。



小学生ツバメ国際キャンプ in 台湾 (H30. 8. 22)

◇ 絵本センターのつどい

親子のふれあう時間を充実させ、子どもの豊かな心を育むため、絵本の「読み聞かせ」やわらべうた等についての知識や技能を高めるための研修会を開催します。



◇ 「家庭の日」作品コンクール

毎月第3日曜日の「家庭の日」を啓発し、家族のだんらんを大切にする意識を醸成するため、川柳作品を募集し、優秀作品を表彰します。応募期間は、6月～9月です。表彰式は11月17日に実施します。

3 子ども・若者活動

◇ 少年の主張大会

中学生による意見発表会を県内4地区で開催し、中学生の社会参加意識の醸成を図るとともに、多くの大人に中学生への理解を深めてもらうことを目的に実施します。8月中に地区大会があり、県大会は8月31日（土）に開催します。



H30年石川県大会 出場者と大会役員の皆さん

◇ 青少年ボランティア活動推進事業

自主的な他の模範となる優れた活動を実践し、ひたむきに努力する青少年、または青少年団体の功績を表彰します。表彰式は11月19日に行います。

また、小冊子「広めよう！ふれあいの輪」によって、受賞団体・個人の活動の他、県内の青少年ボランティアグループの活動も掲載し紹介します。



左：H30年受賞者の皆さん 右：取組例（諸江地区子ども会連合会ジュニアリーダー会）

◇ 子どもの夢実現サポート事業

未来を担う子どもたちが日頃抱いている「夢」を募集し、仲間とともに地域の人々の協力を得ながら、子どもたちが主体となって「夢」を実現できるよう支援するとともに、それぞれの地域において発表会を開催することで、子どもたちの自発的で創造性豊かな心を育み、社会への参加意欲を高めることを目指します。



H30年の取組例（石引ドリーム実行委員会）

◇ 子ども会運動推進事業

子ども会が、花づくりやクリーン活動などの社会参加活動を実践するために必要な安全教育や指導者講習会に対して助成を行います。

お知らせ

平成31年度の事業について、
下記の通り募集しています。

★ツバメ Welcome(ウェルカム) キャンペーン

- 期間中応募のあった先着200名様に「オリジナルファン受け」をプレゼントします。
- 応募期間：4月1日～5月31日
- 応募方法：郵便番号、住所、氏名、ツバメの営巣場所を詳しく記入したものを郵送にて健民運動推進本部まで送付してください。
※応募者のお家に来たツバメについてのアンケートに任意で協力してもらいます。



「オリジナルファン受け」の設置例
(実物のデザインは異なります)

★ 第55回花いっぱいコンクール

- 県民の手づくりによる花いっぱい運動が全県くまなく広がることを願い、花いっぱいコンクールを実施します。対象花壇は、夏秋花壇（プランターや鉢を使った移動花壇を含む）で、どのような形式の花壇であっても、行き交う人々の心をなごませてくれる「花いっぱい」であるものを6月より募集します。
- 応募締切は、平成31年8月26日（必着）です。
- 募集部門等の詳細は下記にお問い合わせください。



★ 「家庭の日」川柳コンクール

- 「家族」をテーマに、川柳を募集します。
- 募集は、小学生の部、中学生の部、一般の部で行います。
- 応募期間は、平成31年6月～9月です。
- 詳しくは、学校や公民館等に配付する要領をご覧ください。

★ 子どもの夢実現サポート事業

- 子ども達が主体となって「夢」を実現できるよう支援するとともに、それぞれの地域において発表会を開催する取組を応援します。
- 応募資格は、幼児から中学生までの3人以上のグループです。
- 応募締切は、平成31年5月31日（金）です。※消印有効
- 詳しくは、学校や公民館等に配付する要領をご覧ください。

【問い合わせ先】

石川県健民運動推進本部

〒920-8580 金沢市鞍月1丁目1番地 石川県県民交流課内

電話:076-225-1365・1366 FAX:076-225-1363

ホームページ:「健民運動」で検索してください。

◇ 健民運動活動紹介

平成30年度健民運動推進委員会

3月19日（火）と20日（水）、県庁行政庁舎会議室において、ふるさとづくり、健康づくり、子ども・若者活動の各推進委員会が開催されました。推進本部事務局から平成30年度の事業報告と決算見込み、及び平成31年度の事業計画案と予算案が報告・提案され、了承されました。



平成31年度石川県スポーツ少年団総合開会式

4月13日（土）、いしかわ総合スポーツセンターにおいて団員約1,300人が参加して開催されました。元気あふれる入場行進の後の開会式では、5人の団員代表が向田本部長に誓いの言葉を述べ、各市町代表団員には参加記念綬が贈呈されました。また、永年にわたりスポーツ少年団の発展に貢献し、特に顕著な功績の団体及び個人に対して、日本スポーツ少年団顕彰、石川県スポーツ少年団顕彰の受賞式が行われました。

開会式終了後には、運動適性テスト（立ち幅跳び、立ち3段跳び、腕立伏せ、50m走）も実施されました。

少年団の指導者には、子どもたちの正常な身体の発達と健全な心の成長に、細心の配慮がなされた指導が要求されております。

総合開会式は、これから始まる1年間の少年団活動の始まりとして、平素、技術の向上志向になりがちな団活動を補足し、競技種目を超え、他の地域の子どもたちとの幅広い交流の場を提供することを通して、豊かで活力ある団員の育成に役立ちたいと願って開催するものです。



【参加した少年団員たち】



【青木事務局長（県民交流課長）挨拶】



【団員代表による誓いの言葉】



【参加記念綬の贈呈】



【授賞式の様子】



◇ 5・6月の健民運動カレンダー

H31.4.20 現在

5/ 9 (木) ～ 17 (金)	ふるさとのツバメ総調査「お宿シール原画展」 会場：石川県行政庁舎19階展望ロビー（金沢市） 主催：石川県健民運動推進本部
5/ 10 (木) ～ 16 (水)	第48回ふるさとのツバメ総調査・第73回愛鳥週間 会場：県内全域 主催：石川県健民運動推進本部・石川県
5/ 22 (水)	第21回能登地区健康クラブ交歓大会 会場：内浦体育館（能都町） 主催：石川県健康クラブ協議会・石川県健民運動推進本部
5/ 13 (月)	石川県健民運動推進本部長表彰式・本部会 会場：石川県行政庁舎 11階1105会議室 主催：石川県健民運動推進本部
6/ 13 (木)	第51回石川県健康クラブ普及育成研修会 会場：いしかわ総合スポーツセンター（金沢市） 主催：石川県健康クラブ協議会・石川県健民運動推進本部
6/ 16 (日)	第37回健康体づくりゲートボール大会 会場：中能登町スポーツセンターろくせい 主催：石川県ゲートボール協会

■参加しましょう！

第28回いしかわスポーツ・レクリエーション交流大会 開催予定(4～6月分)

■ 種目別大会

月日	曜	種目別大会名	開催市町	会 場	主 管 団 体
4/27	土		小松市	木場潟公園特設会場	
4/28	日	グラウンド・ゴルフ大会	白山市	松任海浜公園	県グラウンド・ゴルフ協会
			金沢市	大和町芸術村	
			内灘町	蓮湖渚公園GG場	
			志賀町	荒木ヶ丘GG場	
			能登町	柳田植物公園GG場	
		トリムバレーボール大会	金沢市	いしかわ総合スポーツセンター	県トリムバレーボール連盟
		3B体操 石川大会	金沢市	いしかわ総合スポーツセンター	日本3B体操協会石川県支部
5/12	日	スイミングフェスタ	金沢市	いしかわ総合スポーツセンター	県水泳協会
		武術太極拳大会	白山市	白山市立松任公民館	県武術太極拳連盟
5/16	木	パドルテニス大会	金沢市	いしかわ総合スポーツセンター	県パドルテニス協会
5/18	土	パウンドテニス大会	金沢市	いしかわ総合スポーツセンター	県パウンドテニス協会
		たのしいリズムダンスの集い	金沢市	金沢勤労者プラザ	県リズムダンス協会
5/19	日	石川マスターズ陸上競技大会兼小学生陸上記録会	金沢市	金沢市営陸上競技場	石川マスターズ陸上競技連盟
		年齢別バドミントン大会	金沢市	金沢市城東市民体育館	県バドミントン協会
		交流インディアカ大会	かほく市	河北台健民体育館	県インディアカ協会
		エアロビック大会	野々市市	野々市市スポーツセンター	県エアロビック連盟
		グラウンド大会	金沢市	金沢市総合体育館	日本グラウンドヤード協会
		体にやさしいボールウォーキング	金沢市	大聖寺丘陵公園	県ボールウォーキング連絡協議会
		宝達志水ウォークラリー	宝達志水町	宝達志水町周辺	県レクリエーション協会
5/26	日	ビリヤード大会	野々市市	ビリヤードVIVA2 他	県ビリヤード協会
		トランポリン・シャトル大会	野々市市	野々市市民体育館	県体操協会トランポリン委員会
		ふれあいオリエンテーリング大会	金沢市	奥卯辰山健民公園	県オリエンテーリング協会
		マレットゴルフ大会	金沢市	専光寺ふれあいの森ふれあいゴルフ広場	県マレットゴルフ協会
		クライミング大会	金沢市	医王山スポーツセンタークライミングウォール	県山岳協会
6/1	土	キンボールスポーツ交流大会	内灘町	内灘町総合体育館	県キンボールスポーツ連盟
		さわやか県民パークゴルフ大会	小松市	木場潟公園中央園地PG場	県パークゴルフ協会連合会
6/2	日	壮年サッカー大会	小松市	木場潟公園中央園地多目的グラウンド	県サッカー協会
		ビーチボール交流大会	能美市	根上体育館	県ビーチボール協会
6/5	水	中高年フォークダンス・フェスティバル	金沢市	いしかわ総合スポーツセンター	県フォークダンス連盟
6/8	土	ペタンク大会	金沢市	北部公園イベント広場	県ペタンク・ブール協会
6/9	日	ラージボール卓球大会	かほく市	河北台健民体育館	県卓球連盟
		ターゲット・バードゴルフ大会	金沢市	医王山スポーツセンターTBG場	県ターゲット・バードゴルフ協会
		シニアボウリング大会	金沢市	レジャーランボウル	県ボウリング連盟
		フライヤーフェスタ獅子吼	白山市	獅子吼高原フライトエリア	県フライヤー連盟
		さわやかウォーキング大会	金沢市	四高記念公園	県歩こう会連絡協議会
6/12	水	石川老童ソフトテニス大会	金沢市	西部緑地公園テニスコート	県ソフトテニス連盟
6/23	日	レディースソフトボール大会	珠洲市	珠洲市ソフトボール場	県ソフトボール協会
		ネオホッケー大会	志賀町	志賀町総合体育館	県フロアボール連盟
6/29	土	バリアフリーディスクゴルフ大会	加賀市	加賀市中央公園スポーツセンター横芝生広場	県障害者フライングディスク協会
6/30	日	男女混合綱引大会	野々市市	野々市市民体育館	県綱引連盟

■ ニュースポーツ体験広場

月日	曜	「体験広場」の開催される大会名	主催市町	会 場	種目内容
6/2, 9	日	さわやかスポーツフェスティバル2019	野々市市	野々市市民体育館	ドッジビー、ディスクゲッター、ラダーゲッター、デカスポテニス 等

■ 総合型地域スポーツクラブ協賛大会

月日	曜	協賛大会名	開催市町	会 場	主催団体
6/9	日	UFOはくいウォークラリー	羽咋市	羽咋すこやかセンター前広場	NPO法人パモスはくいスポーツクラブ
		エンジョイ！車椅子バスケ	金沢市	金沢市障害者高齢者体育館	NPO法人FC. TON

～石川県民体育大会について～

石川県民体育大会は、ひろく県民のスポーツを振興し、スポーツ精神を高揚して健全明朗な県民性の育成を図ることを目的に行っています。昭和24年の第1回大会以来、昨年、第70回となる記念大会を、輪島市を中心とした県内7市7町で開催することができました。今年、第71回冬季大会を2月に白山市で終え、8月には小松市を中心とする6市4町で第71回夏季大会を開催する予定です。

「石川県体育大会」の名称でスタートした第1回大会は、第1部は郡市対抗9競技、第2部は第1部以外の15競技で行われ、約4,500人の参加者がありました。第2回からは総合開会式が行われ、年々白熱し盛り上がりを見せていく県体でしたが、総合優勝の固定化から、昭和48年度の第25回大会では、種目別優勝制に切り替えて実施されました。昭和49年度の第26回大会から、現在の「石川県民体育大会」へと名称を変え、高校生の参加を認めず、第1部を市対抗、第2部を町村対抗とし、オープン参加や各競技の非登録者の参加を認めるなど、広く県民が参加できるものにして再出発しました。



さらに、平成17年の第57回大会から、市町村合併により、全ての市町が一同に競い合う形に変化しました。また、幅広い年齢層が県体に参加できるように壮年の部を新設したり、総合成績だけでなく、スポーツの振興につながるように特別賞を設けたりしました。特別賞は、各市町のエントリー競技数が前回大会と同じか多いことで表彰するスポーツ奨励賞、獲得点数を各市町の人口一人あたりの点数で表彰するスポーツ振興賞、前回大会より獲得点数と順位が上回ったことで表彰するスポーツ躍進賞を設けました。

長い歴史を誇る県民体育大会は、市町当局の支援のもと、市町体育・スポーツ協会、市町各競技団体、そして選手達が一致団結して競技力の向上とスポーツの振興に取り組み、郷土の代表として堂々とその力と技を競い合う素晴らしい大会であり、地域スポーツ振興に果たす役割が極めて大きい大会といえます。今では49競技、約13,000人の選手・監督・役員が参加し熱戦が繰り広げられるとともに選手間の交流の場となっています。本大会が今後も本県のスポーツの振興に大きく貢献し、さらなる発展を目指していけるよう努力していきたいと考えています。



『あいむ』だより



収集物（4月分）＜使用済み切手など＞

管財課、税務課、地域振興課、空港企画課、統計情報室、農業政策課、監理課、河川課、砂防課、計量検定所、文化財課、匿名の方 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。

チラシや資料を印刷するならあいむの『作業室』で！



- ・**高速で両面印刷も可能**な輪転機(両面でも 1 製版100円)があります！
- ・手間のかかる資料の仕分けや紙折り作業は、**丁合機と紙折り機**におまかせ！
- ・椅子や広い作業台があるので、仲間で集まって作業するのに便利です！



- ★**輪転機**…1 製版100円で何枚でも刷れます ※用紙はご持参下さい ※A4 以下は両面でも100円
- ★**丁合機**…種類の多い資料も簡単に
- ★**紙折り機**…大量の用紙も高速で三つ折等に折れます
- ★**裁断機** ★**紙そろえ機** ★**大型ホッチキス・パンチ**

・コピー機 ・パソコン ・プリンタ etc.

作業に便利な設備が揃っています！



**作業室の利用は
無料です(要予約)**

ミーティングルーム

ミーティングルームをご利用ください！！

○ミーティングルーム（6～8 名程度利用可）

電話予約のほか、空きがあれば当日利用も可能です！

パーティションを使用した簡易スペースです。

展示コーナー

NPO・ボランティア団体の皆さんの活動を紹介するスペース(パネル展示コーナー)をご利用ください。

「自分たちの活動内容を知ってほしい、見てほしい！」という団体がありましたら、お気軽にお申し出ください！

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

《9:00～22:00(土、日曜日は17:00まで、月曜日・祝日は休館)》

・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 ～



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 ～



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
石川県県民交流課内 健民運動推進本部

TEL 076-225-1366

FAX 076-225-1363

インターネット

健民運動

検索

E-mail

 twitter



kenmin-i @pref.ishikawa.lg.j

kenmin_undou

Facebook @kenminundou



QR コード