

2月15日～3月3日 月の行事予定

期日	行事予定等
15	 実験教室 … ①10:00～②13:30～（科学館）
16	 金浦体育館無料開放日 … 9:00～17:00
17	
18	 コーヒーサロン … 10:00～11:30（象潟構造改善センター） 貯蓄体操 … 13:30～（金浦保健センター） 金浦地域行政相談 … 14:00～16:00（元気百歳館）
19	 コーヒーサロン … 9:30～11:00（仁賀保勤労青少年ホーム）
20	 にかほ市議会3月定例会本会議市政報告ほか … 10:00～（象潟庁舎） おもちゃライブラリー … 10:00～（科学館） BSリフレッシュヨガ … 10:30～11:30（仁賀保公民館） 男性の貯筋体操 … 13:30～15:00（スマイル）
21	
22	 お話し会：朗読ボランティアいずみ … 10:00～（象潟公民館） 遊ぼうよ！かざぐるま … 10:00～（科学館） 実験教室 … ①10:00～②13:30～（科学館） BSオープン「スポーツ吹矢」 … 13:00～16:00（金浦公民館）
23	 天皇誕生日 キッズスポーツスクール … 10:00～11:00（象潟体育館）
24	 振替休日 実験教室 … ①10:00～②13:30～（科学館）
25	 貯蓄体操 … 13:30～（金浦保健センター）
26	 仁賀保地域行政相談 … 9:30～11:30（スマイル） 体組成測定日 … 13:00～15:00（スマイル）
27	 男性の貯筋体操 … 13:30～15:00（スマイル）
28	 象潟地域行政相談 … 10:00～12:00（象潟公民館） ラート競技体験教室 … 17:00～19:00（都市農村交流センター）
29	 ロボット教室 … ①9:30～②13:30～（科学館） ※要予約 室内ウォーキング教室 … 10:00～12:00（象潟公民館集合）
1	
2	 登校時一斉「あったか声かけ運動」 … 7:20～8:00 にかほ市議会3月定例会本会議会派代表質問 … 10:00～（象潟庁舎）※予定 貯蓄体操 … 13:30～（金浦保健センター） 固定資産税・国民健康保険税（普通徴収）・後期高齢者医療保険料（普通徴収）納期限
3	 にかほ市議会3月定例会本会議一般質問 … 10:00～（象潟庁舎）※予定 コーヒーサロン … 10:00～11:30（象潟構造改善センター）




カタログポケット
Catalog Pocket

無料 FREE

Available on the App Store

▶ iPhone

ANDROID APP ON Google play

▶ android

人口・世帯の動き （ ）内は前月比 1月31日現在

世帯数	9,371 戸	（0）
人 口	24,272 人	（-19）
男	11,601 人	（-13）
女	12,671 人	（-6）



BOOKS

 市立図書館こぴあ ☎ 32-4100／象潟分館 ☎ 43-2229／仁賀保分館 ☎ 35-4711

今月のオススメ！

『子どもと食べたい強いからだを作る！おいしいおかず』

田島 恵/著

切って重ねて煮るだけだから、料理が苦手でも大丈夫！子どもの免疫力を高め、からだを整える“重ね煮”レシピをメインからサブ、汁物、ごはんまで紹介する。重ね煮調理の3つのポイント、月齢に合わせた調理法なども収録。



こ 般 書 び あ 児 童 書	一 般 書	medium【メディウム】霊媒探偵 城塚翡翠	相沢 沙呼	象 潟 分 館	カッティング・エッジ	江ノりディーヴァー
		毒牙 義昭と光秀	吉川 永青		明日の僕に風が吹く	乾 ルカ
		人生ムダなことはひとつもなかった 私の履歴書	橋田壽賀子		奔る男 小説金栗四三	堂場 瞬一
		41歳の東大生	小川 和人		国宝ロストワールド	岡塚 章子
		考える力と情報力が身につく 新聞の読み方	池上 彰		〈危機〉の正体	佐藤 優
	児 童 書	おばあちゃんが教えてくれた とても、とても、大事なこと	吉井 鈴		森のクリーニング店シラギクさん	高森美由紀
		1兆ドルコーチ	――		楽しく作って、おいしく食べよ！だいすき♥おやつ	阪下 千恵
		反日種族主義 日韓危機の根源	李 栄薫		こうさくはっちゃん おすしやさん	ひらぎみつえ
		見てわかる！ おひとり様の老後	木谷 倫之		十三の海鳴り	安部龍太郎
		「頭がいい」の正体は読解力	樋口 裕一		ひとり旅日和	秋川 滝美
こ 般 書 び あ 児 童 書	一 般 書	ももちゃん	さとうめぐみ	仁 賀 保 分 館	暗約領域	大沢 在昌
		すみっコぐらしをさがせ♪2	主婦と生活社/編者		働く人のこころのケア・ガイドブック	福田 真也
		ぼく、仮面ライダーになる！ ゼロワン編	のぶみ		世界のスーパ図鑑	佐藤 政人
		きみが いないと	デイヴィッド・ウォーカー		ながーい5ふんみじかい5ふん	オリヴィエ・タレック
		あらいぐまのせんたくもの	大久保雨咲		かいけつゾロリスターたんじょう	原 ゆたか
	児 童 書	親子で遊べる のりもの知育ぶっく	小賀野実/監修		小学校では学べない一生役立つ整理力	齋藤 孝

ここに紹介した新刊図書は一部です。他にも多くの新刊図書がありますので、お気軽に職員にお尋ねください。各館、各公民館には全新刊図書リストを置いています。



副市長コラム 「行動できる人になるために」

通勤を自家用車に換えてから、便利さゆえ止められなくなってしまいました。その結果、運動不足と健康診断結果の悪化という代償に見舞われています。

ネット通販は、夜中でもトイレでもポチポチ出来てとても便利です。多くの事業者も販路拡大に向けてその活用を試みており、高齢者など買い物難民にとってもメリットのある仕組みだと思います。しかしその反面、地元商店街の衰退に拍車を掛けている面も否めません。

毎日の暮らしも、一人一台と言われる自家用車、長時間営業のお店など便利さに溢れています。その反面、エネルギー使用の増大に伴い地球は気候変動に脅かされており、特に今冬の雪の少なさには多くの人が異変を感じていることと思います。

便利さや手軽さには代償が付き物です。それに気付いたら、それぞれの立場で対応行動をとるのが、私たち現代人の務めなのかもしれません。

最近は24時間営業の見直しや食品ロス削減の取り組みのほか、健康志向の高まりに伴う市民ランナーの増加、さらにはわざわざ不便さを楽しもうとする生活様式も広がり始めていると聞きます。

自分自身の健康増進、商店街の活性化、地球温暖化対策など、動機はさまざまでも、まずは気付いたことから少しずつ行動できる人になれるよう、今年も努力してまいります。



副市長
本田 雅之

