

10月17日～11月3日 月の行事予定

期日	行事予定等
15 火	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)
16 水	就学時健康診断 (象潟地域) … 13:30～ (象潟構造改善センター) コーヒーサロン … 9:30～11:00 (仁賀保勤労青少年ホーム)
17 木	おもちゃライブラリー … 10:00～ (科学館) 出前商店街 … 10:00～13:00 (汐見町自治会館) BSリフレッシュヨガ … ①10:30～11:30②19:30～20:30 (仁賀保公民館)
18 金	行政相談週間巡回相談 … 13:00～15:00 (象潟公民館)
19 土	市民文化祭 2019 (市民芸能祭第1部) … 10:00～ (仁賀保勤労青少年ホーム) 実験教室 … 13:30～ (科学館) ※要予約
20 日	象潟体育館無料開放日 … 9:00～17:00 市民文化祭 2019 (市民芸能祭第2部) … 10:00～ (仁賀保勤労青少年ホーム)
21 月	
22 火	即位礼正殿の儀
23 水	
24 木	
25 金	
26 土	紅葉deトレッキング … 6:30～18:30 (仁賀保公民館) 市民文化祭 2019 (市民音楽祭) … 10:00～ (仁賀保勤労青少年ホーム) 遊ぼうよ! かざぐるま … 10:00～ (科学館) お話し会:朗読ボランティアいずみ … 10:00～ (象潟公民館) 実験教室 … ①10:00～②13:30～ (科学館)
27 日	
28 月	敬老式 (院内・小出・釜ヶ台地区) … 13:00～ (いち彙) 体組成計測定日 … 13:00～15:00 (スマイル) 貯蓄体操 … 13:30～ (金浦保健センター)
29 火	敬老式 (平沢地区) … 13:00～ (いち彙)
30 水	
31 木	トレーニングマシン教室 … 19:00～20:30 (仁賀保勤労青少年ホーム) 市県民税 (普通徴収)・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
1 金	
2 土	市民文化祭 2019 (展示部門) … (各公民館・体育館) ※4日まで
3 日	文化の日

にかほ市がもっと身近になる機能が盛りだくさん!

マチイロ

広報にかほ配信中

ダウンロードはこちらから

※アプリの使用は無料ですが、通信費は各回線ごとのご負担となります。
※広告が表示されますが、各自治体とは何ら関係ありません。

マチイロに関する問い合わせは 株式会社ホープ ☎092-716-1404まで

人口・世帯の動き

()内は前月比9月30日現在

世帯数	9,392戸	(+1)
人口	24,397人	(-32)
男	11,660人	(-11)
女	12,737人	(-21)



BOOKS

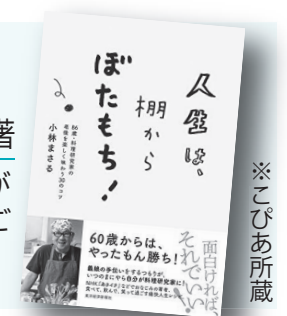
新刊情報

☎ 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!

『人生は、棚からぼたもち!』 86歳・料理研究家の老後を楽しく味わう30のコツ 小林まさる/著

60歳からは、やったもん勝ち! 義娘の手伝いをするつもりが、いつのまにやら自分が料理研究家に! NHK『あさイチ』などでおなじみの著者、食べて、飲んで、笑って過ごす痛快人生レシピ。



こ び あ	一 般 書	栄光へのノーサイド	増田 久雄
		犬ぞり隊、南極大陸横断す	舟津 圭三
		かわいい見聞録	益田 ミリ
		人生大逆転のヒントは「お札の中の人」に訊け	金運大吉・川上徹也
		会計と犯罪 郵便不正から日産ゴーン事件まで	細野 祐二
		入院・介護・認知症・・・親が倒れたら、まず読む本	渋谷 和世
		につぼん醤油蔵めぐり	高橋万太郎
		時局の花束 Bouquet du temps ブーケ デュタン (幸せな出逢いに包まれて)	三浦 百恵
		おうちで作る プレミアム食パン	高橋 雅子
		心を強くする	サーシャ・バイン
あ い ど	一 般 書	本の声を聞きました	ささきみお
		おばけの ぺろぺろ	乾 栄里子
		森のゲオルグ	ノーブスミー
		ミドリノミセ	やましたゆうこ
		ヤワな大人にならない! 生きかたルールブック	齋藤 孝
こ び あ	一 般 書	自分で考え、自分で書くための ゆかいな文章教室	今野 真二

象 潟 分 館	一 般 書	空と湖水 夭折の画家三橋節子	植松三十里
		レシビ泥棒	新宮 広明
		お江戸けもの医 毛玉堂	泉 ゆたか
		使える哲学	平原 卓
		戦略は日本史から学べ	橋場 日月
象 潟 分 館	一 般 書	らくごで故事成語笑辞典	齊藤 洋
		災害にあったペットを救え	高橋うらら
		ちいさな魔女とくろい森	岡田 千晶
仁 賀 保 分 館	一 般 書	剣樹抄	沖方 丁
		カザアナ	森 絵都
		一分	坂岡 真
		ニッポンどうなん?	千原せいじ
		ラブ・オブ・ライフ	桐島かれん
仁 賀 保 分 館	一 般 書	ハロウィンゴーゴー!	中垣ゆたか
		歴史人物ケンミンバトル	大宮 耕一
		はじめての万葉集 上・下	萩原 昌好

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、各公民館には全書目録を置いてあります。



部長コラム 「マジックアワー」

三谷幸喜監督の「ザ・マジックアワー」というコメディ映画があります。「マジックアワー」とは、日の出や日没の前後、ほんのわずかな時間だが空がオレンジや赤、ピンクに染まる幻想的で美しい時間帯のことを指しています。

私はアウトドア派でもないし、もちろん勤務中もそういった自然に目がいくこともありませんでした。会計課では毎日、事業等の進捗に伴って各部署からたくさんの伝票が届き、その内容が適正かを審査し請求先へ支払う、などが主な業務になります。

今年初めに体調をくずしてしまい、若い頃のように無理ができなくなっていることを痛感し、自分でできるウォーキングを始めることにしました。昔通っていた小学校までの道程を、日の出前の清々し

い空気の中、鳥海山を見ながら歩きます。日の出前はまだ空の色は薄く霞んでいて、時間とともに少しずつ変化していく・・・「マジックアワー」。日没の鮮やかさとは違い、日の出のはじまりは気持ちも爽快で、一日の気力も湧きウォーキングの励みにもなっています。

にかほ市をはじめ各自治体が、健康づくりのためのさまざまな取り組みを行っています。何かと忙しい日々の中、自然のつくりだす景色を体感しながら、皆さんも心や体の健康づくりを楽しんでみませんか。



会計管理者 伊和 憲夫

