



| 月   | 火 | 水 | 木  | 金 | 土   | 日 |  |  |  |  |  |  |
|---|---|---|--|---|---|---|--|--|--|--|--|--|
| <p>木の葉が色づき始め、いよいよ秋本番を迎える。芸術・スポーツ、食欲の秋という言葉があるように、様々なイベントや味覚を楽しめる季節。下旬の霜降（23日）より、冬の訪れを感じる事も。</p> |   |   | <p>旬を食べよう！<br/>                     野菜：にんじん・まつたけ・ごぼう・ぶなしめじ・まいたけ<br/>                     果物：ぶどう・りんご・なし・柿・いちじく<br/>                     旬魚：さんま・かつお・さば・いわし・鮭</p> |   | 4   | 5 | 6  |  |  |  |  |  |
| <p>こ：衣替え<br/>小：全校集会・ICT来校<br/>中：教育相談</p>  |   |   | <p>小：連合運動会(6年)<br/>中：中間テスト</p>   |   | <p>小：もこもこの会(3年)<br/>中：英検・教育相談</p>                           |   | <p>モザイクガラスWS10：00-<br/>民児協定期例会13：30-<br/>中：全能登新人(野球・卓球・バレー・バド)</p> |  | <p>休館日<br/>中：全能登新人(バレー・バド)</p>               |  |  |  |
| <p>いわなの日 </p>   |   |   | <p>アメリカンドッグの日 </p>   |   | <p>イワシの日 <br/>カラオケサークル</p>                                  |   | <p>レモンの日 <br/>生花教室</p>   |  | <p>メロンの日 </p>                                |  |  |  |
| <p>こ：キッズダンス<br/>小：給食巡回指導・SC来校<br/>中：中間テスト・教育相談・SC来校</p>   |   |   | <p>本とも号来校(4・5・6年)<br/>中：生徒会一斉委員会</p>   |   | <p>小：もこもこの会(4年)<br/>中：運動会リハ・ICT/SC来校</p>                    |   | <p>休館日<br/>中：全能登新人(バスケ・テニス)</p>                                    |  | <p>七尾市はたちのつどい10：30-<br/>中：全能登新人(バスケ・テニス)</p> |  |  |  |
| <p>ようかんの日 </p>  |   |   | <p>お好み焼きの日 <br/>ビートコアウォーキング</p>  |   | <p>めんの日 <br/>カラオケサークル</p>                                   |   | <p>豆乳の日 </p>   |  | <p>さつまいもの日 <br/>健康マージャン</p>                  |  |  |  |
| <p>こ：キッズダンス・安全教室<br/>小：ICT来校・安全点検<br/>中：合唱リハ</p>  |   |   | <p>カフェミがしみなど10：00-※裏面<br/>身近な何でも相談窓口10：00-※裏面<br/>こ：秋の遠足<br/>小：JFA復興支援夢の教室(5年)</p>   |   | <p>小：就学時健康診断<br/>中：飛翔祭</p>                                  |   | <p>こ：高齢者と子どものスポーツ大会<br/>中：飛翔祭</p>                                  |  | <p>中：全能登新人(陸上)</p>                           |  | <p>休館日</p>                                       |  |
| <p>焼うどんの日 </p>  |   |   | <p>きのこの日 <br/>国消国産の日 </p>  |   | <p>いなりの日 <br/>ビートコアウォーキング</p>                               |   | <p>天津飯の日 <br/>カラオケサークル</p>   |  | <p>いか塩辛の日 <br/>生花教室</p>                      |  | <p>発芽野菜の日 </p>                                   |  |
| <p>こ：身体計測・避難訓練・かきかた教室<br/>小：水墨画教室(6年)・巡視艇乗船(2年)<br/>中：人権教室</p>                                  |   |   | <p>老連スカットボール大会<br/>こ：祖父母ふれあいパーティー<br/>小：器械運動交歓会(3年)<br/>中：Tobu's Talk</p>  |   | <p>こ：おにぎりにぎにぎパーティー<br/>小：秋みつけ(1年)・ALT来校</p>                 |   | <p>こ：お茶会<br/>小：東湊音楽祭13：30-<br/>中：県技術家庭大会・漢字検定・SC</p>               |  | <p>休館日<br/>健康まちづくりウォーキング※裏面</p>              |  | <p>七尾市長選挙<br/>投票は7：00-20：00<br/>中：復興祭(育友会行事)</p> |  |
| <p>漬物の日 </p>  |   |   | <p>天ぷらの日 <br/>太鼓サークル</p>   |   | <p>マーガリンの日 </p>   |   | <p>プリンの日 <br/>カラオケサークル</p>   |  | <p>柿の日 </p>                                  |  | <p>ツナの日 </p>                                     |  |
| <p>こ：Kao歯みがき講座<br/>中：避難訓練</p>   |   |   | <p>こ：たまごっこクラブ<br/>小：クラブ活動</p>  |   | <p>こ：誕生会(ハロウィンパーティ)<br/>小：劇団四季(6年)・ALT来校<br/>中：生徒会一斉委員会</p> |   | <p>小：マラソン大会(予定)</p>  |  | <p>休館日</p>                                   |  | <p>文化の日</p>                                      |  |
| <p>おだしの日 </p>   |   |   | <p>炭酸ソーダの日 <br/>太鼓サークル</p>   |   | <p>ハロウィン <br/>ビートコアウォーキング</p>                               |   | <p>紅茶の日 </p>   |  | <p>北海道たまねぎの日 </p>                            |  | <p>サンドウィッチの日 </p>                                |  |

# 七尾市長選挙



## その一票 あらたなみらいの みちしるべ

日時：10月27日(日)  
午前7時から午後8時まで  
場所：東湊地区コミュニティセンター

■年齢 平成18年10月28日以前に生まれた人

■住所 令和6年7月19日以前から引き続き七尾市内に住所及び住民登録がある方

☆入場券を郵送します

告示日の後、投票所名や投票時間などを記載した「投票所入場券」を世帯主の方に郵送します。同一世帯内に4人の選挙人がいる場合は1枚、5人以上の場合は人数に応じて複数枚ハガキが届きます。万一、投票所入場券が投票日までに届かないときや紛失した場合でも、投票所で選挙人名簿を確認の上、投票することができます。



### 期日前投票・不在者投票はお早めに

| 投票場所              | 投票期間                | 投票時間          |
|-------------------|---------------------|---------------|
| 七尾市役所(本庁舎)        | 10月21日(月)~10月26日(土) | 午前8時30分~午後8時  |
| 七尾サンライフプラザ(検診ルーム) | 10月24日(木)~10月26日(土) | 午前8時30分~午後8時  |
| 仮設住宅 万行第1・2団地     | 10月23日(水)           | 午前9時30分~午前11時 |

大雨や台風の気象情報に注意して 早めに防災対策・避難行動を行いましょう!

初夏から秋にかけては、台風や前線の影響で、大雨、洪水、暴風、高潮等による自然災害が発生しやすい季節です。

「記録的短時間大雨情報」  
これだけは

災害時、まず自分が無事であることが最も重要です!!!

災害が起きる一歩手前か  
すでに起きている  
可能性があります

危険な雨が降っています! 猶予はありません  
すぐに身の安全を確保して下さい



## 「東湊地区健康まちづくり推進連絡会」からのご案内

### 東湊地区 秋 のウォーキング

日時 10月26日(土) 受付：9時 出発：9時15分

小雨決行

集合場所 能登島大橋 駐車場

※車のない方、当日の8時30分までに東湊地区コミュニティセンターに集合してください。乗り合わせて能登島大橋駐車場まで移動します。

コース 能登島大橋を歩いて往復します

潮風を感じながら、秋のウォーキング!ぜひ、ご参加ください!



### カフェひがしみなと & 身近な何でも相談窓口

開催日：10月16日(水)

時間：10時~11時30分

場所：東湊地区コミュニティセンター



カフェひがしみなとは…

お茶を飲んでおしゃべりしたり、塗り絵やクロスワードパズル、マージャン、時には先生を招いて何かを作ったりと楽しく時間を過ごし、みなさんの憩いの場になることを目的としています。



身近な何でも相談窓口とは…

本人、家族、地域住民から生活の中で困っていることや心配に思っていることなどの相談に七尾市地域包括支援センター職員が応じます。

予約は不要!相談は無料!

◇介護・介護予防のことなど

◇日常生活での困りごとのことなど



令和7年 七尾市はたちのつどい

対象：平成16年4月2日~平成17年4月1日生まれの方

案内：七尾市に住民票がある方には11月初旬に案内状を送付します。