

すてきな毎日を、いつまでも

# もっといしかわ

さあ、  
わたしたちの  
ミライの話を  
しよう。







石川の空に羽ばたく  
ときになりたい!



ダイヤモンド産業  
をつくる!



「私」を更新  
しつづけて!



誰からも必要  
とされる人になる!!



第二の地元の羽咋  
で農業を成す。



I R  
愛のある鉄道  
会社を作っていく!



日本と海外の  
かけ橋になる!



みんなを笑顔にする  
ものをつくりたい!



一人前の漁師  
になる



いつでも多くの  
命を救いたい!



音楽で世界の人を  
感動させたい!



世界中を  
飛びまわる!



さつまいもから  
世界中に笑顔を!



不安のない街  
に住みたい



世界のトップ  
選手になる



尊敬される  
人になる!



地域の課題  
を解決す!



毎日笑顔で  
光輝いていた!

ご協力いただいた  
みなさんはこちら



やりたいこと、なりたい自分は人それぞれ。石川に住むみなさん、あ

なたの夢はなんですか？

想像して  
みよう、

10年後のじぶん、10年後のしあわせ。



# わたしはこうしてミライを描く。

夢と希望を胸に、  
未来に向かってチャレンジしている  
3人の方にインタビューしました。



2 | 働きやすい石川県へ

Theme.

産業

ドローンに  
夢と情熱を  
乗せて飛ばす  
起業家。

株式会社ドローンショー・ジャパン  
代表取締役

山本 雄貴 さん

国内のドローンショー業界のトップランナーとして知られる(株)ドローンショー・ジャパン。代表取締役の山本雄貴さんは、東京での起業家生活を経て地元石川にUターンし、石川県産業創出支援機構(ISICO)のサポートを受けながら石川県での起業を実現させました。



1 | 住みやすい石川県へ

Theme.

子育て

女性の一生に  
寄りそい、  
地域を支える  
助産師。

助産院 Fumiyo midwifery

谷本 文葉 さん

県立看護大学を卒業し、金沢大学大学院(助産学分野)で学んだ谷本文葉さん。大阪母子医療センター、金大附属病院で経験を積み、現在は県助産師会の一員として、また開業助産師として地域で活躍しています。語学力を強みに、外国人妊産婦さんにも頼りにされています。



石川県の起業支援事業  
TOPICS

スタートアップビジネス  
プランコンテストいしかわ

革新的な技術やアイデアからなるビジネスプランにより県内産業をけん引しうる企業等を募集・発掘する、ISICO主催の公開コンテストです。優秀なプランに対しては、集中的な育成支援を行います。



Web

成長戦略ファンド

令和5年度に「いしかわ次世代産業創出ファンド」「いしかわ中小企業チャレンジ支援ファンド」を統合し、700億円規模の「成長戦略ファンド」としてリニューアル。新商品・サービス開発支援、研究開発支援、スタートアップ創出支援等のメニューで、研究、商品開発から事業化、販路開拓まで一貫して支援します。



Web

## 石川県をドローン産業の聖地に。

起業家コンテストで  
最優秀賞に輝く

大手銀行を退社後、ITベンチャー設立、会社の売却、上場経験などを経て石川にUターンしました。石川から新しい産業を生み出したいと模索する中で行き着いたのがドローンショーで、2019年に現在の会社を設立しました。

事業展開の足掛かりになったのは、ISICO主催のビジネスプランコンテストです。最優秀起業家賞を受賞し、受賞特典として、野々市市内の産学連携拠点iIBIRDに開発拠点を設置しました。その後も

地域で活躍する  
開業助産師に

高校時代、「助産師さんってかっこいいね」という友人の言葉に影響されこの道を選んだ私ですが、いつの間にかお母さんと赤ちゃんの2つの命を預かる専門職の奥深さに夢中に。県内外の病院で経験を積み、自分の妊娠・出産を経て、開業助産師として一歩を踏み出しました。地域に出ればいろんな方に出会えますし、一人一人に寄り添って産前から産後まで継続したサポートを提供できます。ご存じない方が多いかもしれませんが、石川ではベテランから若



石川県の子育て支援事業  
TOPICS

いしかわ妊娠・出産  
サポートセンター

里帰り出産のために帰省された妊婦さんが、県内で安心して出産していただけるよう、助産師によるサポートを行っています。



Web

プレミアム・パスポート

子育てを社会全体で支えることを目的に、妊娠中の子を含め2人以上の子ども(満18歳未満)がいるご家族を協賛企業が支援する制度です。プレバスを協賛企業の店舗で提示すると、割引やプレゼントなどの特典が受けられます。



Web

## 人の輪、支援の輪をつなぐ助産師に。

手まで、さまざまな「得意」を持った助産師が地域で活躍しているんですよ。

自治体と連携し  
妊産婦さんを支援

現在は、自治体の委託を受け、母子訪問を中心に活動しており、特に外国人妊産婦さんのサポートで自分の強みを活かしています。県や各市町には、里帰り妊婦さんを対象とした妊娠・出産サポートセンターの事業を含め、妊娠・出産に関する充実したサポート制度があります。妊産婦さんは安心して出産や育児に臨めますし、私たち助産師も「自分のスキルを活かして、

こんなケアを提供したい」という願いをかなえることができます。人の思いをつなぎ、必要な人に必要なケアを届けられたとき、大きな充実感を感じます。

私自身、3歳と1歳の子どもがおり、夫や両実家の力、子ども園の力を借りて、仕事と育児を両立させています。今の時代、周囲に頼れず、ひとり不安や悩みを抱え込む人は少なくありません。これから子どもを産み育てる方には、周りを「頼る力」を発揮してほしい。そして頼り先の選択肢の中に、ぜひ地域の助産師も入れてほしいですね。

※複数の機械を1つのソフトウェアで制御するシステム





10年後、誰もが「しあわせ」を感じるいしかわを目指します。

成長戦略の詳細はこちら  
  
 本号とコラボした成長戦略の紹介動画を作成中です。完成後、同ページで公開予定です。お楽しみに！

2023年9月、「石川県成長戦略」を策定しました。あらゆる場面でデジタル化が進展し、脱炭素社会への移行が急務となるなど、私たちが取り巻く環境は大きく変化しています。こうした中、石川県では各界の代表者からなる石川県成長戦略会議などで議論を重ね、また県民の皆さんのご意見もふまえて、2023年9月に「石川県成長戦略」を策定しました。本成長戦略を羅針盤として、今後10年で「住みやすい石川県」「働きやすい石川県」「活力あふれる石川県」を実現し、県民の幸福度の最大化を図ります。県民一人一人の「10年後はこうなっていたい」という思いと行動が、誰もが未来に向けてチャレンジでき、健やかに安心して暮らせる「幸福度日本一の石川県」をつくる原動力になります。



### 3 | 活力あふれる石川県へ

Theme.

## スポーツ

いしかわから  
世界に  
飛び出す  
B-Girl。

B-Girl/金沢桜丘高校3年  
村上 結菜 さん

全国的にもブレイキン(ブレイクダンス)が盛んで、国内外のバトルやコンテストで好成績を収めるB-Boy、B-Girl(※)が多い石川県。2023年2月に全日本選手権でベスト8となり、全日本指定強化選手に選出された村上結菜さんは、世界のブレイキンシーンに向かって走り出しています。

※ブレイキンを踊っている人たちのこと



自分らしい踊りで、世界一を目指す。  
 技を決めたときの達成感が魅力  
 5歳からヒップホップを習い、小学6年で本格的にブレイキンを始めました。ダンスの先生から「ちよっと踊ってみない？」と声をかけられたのがきっかけです。ブレイキンはスピニングや逆立ちなど床を使ったアクロバティックな動きが多いのですが、技を決めたときの達成感が大きく、すっかりハマってしまいました。  
 ブレイキンは2024年パリ五輪の正式種目に採用されましたが、一般的な認知度はまだ低いかもしれませぬ。石川県ではブレイキンを

はじめ、BMX、スケボー、パルクールなどのアーバンスポーツを体験できるイベントを実施しています。私も参加しましたが、新しいスポーツからはいろんな刺激をもらえます。  
**言葉は通じなくても踊りで交流できる**  
 今年はRed Bull BC Oneの日本大会2位、全日本選手権でベスト8となり、日本の強化選手に選ばれました。北米、ヨーロッパ、中国と、海外の大会に出場する機会も増えていきます。踊りを通じて世界各国の人と交流する感覚は、新鮮でとても楽しいです。

ダンスを続ける上で、家族はもちろん、学校の先生、通っているダンススタジオの関係者の皆さんなど、地域のいろんな方に支えてもらっています。小中学生の子どもたちに、私が挑戦する姿を通じて夢や希望を持ってもらうことが、自分ができるお返しの一つだと思います。  
 ストリートカルチャーとして育ったブレイキンは、スポーツとして捉えられるようになっていきます。結果を出すことだけでなく、一人のB-Girlとして自分らしい踊りも大切に、世界一を目指したいです。

#### 石川県のスポーツ振興事業 TOPICS

##### アーバンスポーツをはじめとしたさまざまなスポーツの振興

近年、オリンピックの正式種目にも採用されているアーバンスポーツをはじめ、さまざまなスポーツの普及啓発を図るイベントを開催しています。

▶最新の県内スポーツ情報は「スポナビいしかわ」へ!



Web

いしかわスポーツマイレージ  
 スポーツを「する」「みる」「ささえる」活動をポイント化し、誰でも気軽にスポーツに参加できる県の公式アプリです。



App Store



Google Play



# いしかわ「最前線」

幸福度日本一の実現に向け、県ではさまざまな取り組みを推進中。その一部をご紹介します。

もっとくん  
生まれ育った石川県をこよなく愛するちびっこ小学生。

## TOPICS 1 A-1 石川県知事・デジヒロシが誕生

デジヒロシってなんやの？

デジヒロシは石川県の馳浩知事をモチーフにした広報キャラクターです。馳知事そっくりのキャラクターが、暮らしの情報や県の取り組み、地域の魅力などを伝えています。ポイントは生成AI（人工知能）の活用。文章を書くAIや動画を作るAIなど、複数のAIを組

み合わせて、ウェブ上から自動で収集されたイベントや気象などの情報、県から発表した資料など、多くの情報を基に、動画にまとめています。

毎日更新ってほんとう？

そうですね。現在、デジヒロシが活動する様子は、X（旧ツイッター）で「毎日」公開中。今、石川

県が何を考えて、何をしていて、何を目標しているのか。動画による日々の配信を通して、県民の皆さんにもっと石川県のことを知ってもらうことがデジヒロシの目標なんです。旬の魚の紹介やアニメの聖地巡礼といったポップな情報も満載。最大40以上の言語に対応可能なので、今後は、石川県の魅力を海外に発信するツールとしても期待されているんですよ。

デジタルってなんやの？

デジタルは石川県の馳浩知事をモチーフにした広報キャラクターです。馳知事そっくりのキャラクターが、暮らしの情報や県の取り組み、地域の魅力などを伝えています。ポイントは生成AI（人工知能）の活用。文章を書くAIや動画を作るAIなど、複数のAIを組

み合わせて、ウェブ上から自動で収集されたイベントや気象などの情報、県から発表した資料など、多くの情報を基に、動画にまとめています。



県の新たな広報ツールとして、さまざまな情報を「毎日」発信中。スポーツの試合やイベントなど、リアルな場にも活躍の場を拡大しています！

### 5分でできる！ X(旧Twitter)の登録方法

- 1 Xのアプリをインストールする
- 2 アプリを開いてアカウントを作成
- 3 名前、電話番号、生年月日を入力



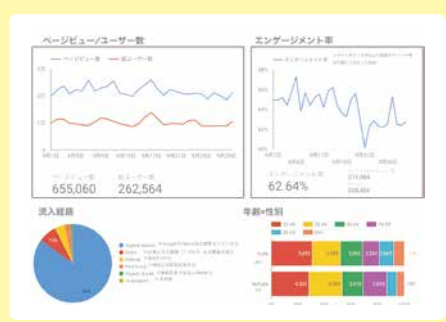
- 4 登録内容を確認し、認証する

登録が完了したら検索ボックスで「デジヒロシ」と入力。投稿が見つかったらプロフィールに飛んでフォローボタンをクリックしてね。



二次元コードを読み込んで直接フォローもできます。  
@Digi\_HIROSHI

## TOPICS 2 石川県の観光データをオープンデータで公開



アンケートでは訪問目的や交通手段のほか、細かな要望まで多くの情報が公開されている。

オープンデータってなんなん



オープンデータとは国や地方自治体、事業者が保有する官民データのうち、許可されたルールの範囲内であれば誰でも自由に複製や加工、頒布などができるデータのことで、石川県観光データ分析プラットフォーム「Milli（ミリ）」

では、県内の各観光スポットを訪れた観光客が回答したアンケート結果や、観光サイトへのアクセスデータなどをリアルタイムで更新。これらのデータは、県内の観光事業者の方をはじめ、民間企業や大学等、さまざまな方に活用していただくことで、観光客にとってより魅力的な石川県をつくりあげる観光リソースとなることが期待されています。



## TOPICS 3 いしかわデジタル道路通報システム

道路に穴があいている

どうやって通報するん？



こんな不具合を見つけたら教えてね！

そんなときは今秋から運用が始まった『いしかわデジタル道路通報システム』をご利用ください。道路の穴ぼこだけでなく、路面標示の薄れやフタの壊れた側溝、点灯しない道路の照明灯など。寄せられた道路の不具合にまつわる情報を自治体や警察などと共有し、速やかに対応していきます。通報に手間がかからないシステムとなっ

ているので、何か見つけた時にはぜひご協力をお願いします。LINEのアプリ「LINE」から送信するだけで、位置情報をONにして撮影することで、不具合について電話や地図での詳しい説明が不要となります。石川の道路をみんなできれいにいきましょう！



こんな不具合を見つけたら教えてね！



北陸新幹線 県内全線 開業日が決定！  
2024年 3月16日 開業!!

待ちに待った北陸新幹線の県内全線開業まであと少し！このビッグウェーブに乗り遅れないように、一体何がかわるのか、もっとくんと一緒にのぞいてみましょう。

停車駅はどうなるの？

現在、北陸新幹線が停車する石川県内の駅は「金沢」のみですが、県内全線開業によって新たに「小松」「加賀温泉」の2つが停車駅に加わります。開業に向けて、小松駅では、新たな観光交流施設「komatsu九（コマツナイン）」が完成。加賀温泉駅も、温泉郷の風情と城下町の歴史を感じさせる駅へとリニューアルするなど、盛り上がりを見せています。今回の開業で、小松や加賀と首都圏が新幹線につながるだけでなく、大阪や名古屋との時間距離も短くなると思われるので、さらなる交流人口の拡大が期待されているんですよ。

ファンクラブがあるんや？



はい！石川県では来春の県内全線開業に向けて、ファンクラブを開業し、会員の皆さんと一緒に開業を盛り上げてきました。まだまだ募集中なので、ぜひ入会して、最新のイベント情報をいち早くゲットしよう。また、12月からは開業公式SNSで、4回目の投稿キャンペーン「バスコン」を開催！バスコン方には北陸新幹線をデザインしたオリジナルの九谷焼をプレゼント。詳しくは、ウェブサイトや公式SNSへ！





最近の  
能美市 注目情報はこちら!  
●問い合わせ(能美市市長室 TEL.0761-58-2202)



コラボ シナモロール  
サンリオの人気キャラクター「シナモロール」が能美市応援大使に就任!市章をモチーフにした水玉模様のスカーフを巻いて能美市をPRします!



情報 能美市大図鑑  
食や伝統文化など能美市の魅力をギュッと凝縮した特設サイトを開設。能美市に遊びに出かける際はぜひご活用ください。

能美市PR15秒CM  
松井秀喜さん声優デビュー

情報 能美市LINE公式アカウント  
いつでも、どこでも、誰でも、能美市の生活に役立つ情報やイベント情報などを受け取ることができます。



親子で伝統の加賀丸いもを栽培

「岡元農場」が生産するのは、独特の粘りと風味を持つ「加賀丸いも」。能美市と小松市の一部でしか栽培することのできない希少な伝統野菜です。栄養価が高く、生でも食べられるのが特徴。11~2月に旬を迎えますが、上手に保存すれば夏場もおいしいとろろが食べられるそうですよ。



岡元農場の加賀丸いもは、直売所やオンラインストアでも販売されている。  
能美市福岡町184-1 TEL.0761-55-0668



スタッフ 堀川祐喜さん  
自然の中で遊ぼう!

大自然に囲まれて アスレチック体験!

大自然の中でさまざまなアクティビティが体験できる「アドベンチャーガーデン能美」。森林の地形や樹木を自然のまま活用したフィールドアスレチックでは、子どもから大人まで楽しめる2つのコースが用意され、ジップラインやバーベキューなども楽しむことができます。

能美市和気町90 こそぞう里山公園内  
TEL.0761-58-0923

職人工房に入居する絵付け作家の西野美香さん。モノトーンを基調としたシックな作風が特徴的。

九谷焼の絵付けしてます

九谷焼の多様性を見て、触れて、学ぶ!

江戸時代から続く数々の名品の展示から、絵付けやろくろなどの作陶体験まで、日本を代表する伝統工芸「九谷焼」の魅力が堪能できる「KAM能美市九谷焼美術館」。併設する職人工房では、若き作家の作業風景を見ることが出来ます。お土産選びはぜひショールームが軒を連ねる九谷陶芸村で。

能美市泉台町南56 TEL.0761-58-6100



「こんにちは」

海あり山ありの美しい自然に囲まれた能美市。九谷焼の産地としても知られる伝統文化が息づくまちから、この土地ならではの魅力をお届けします。

アートが広がる繊維のテーマパーク!

化学素材の分野で全国トップクラスのシェアを誇る小松マテール。その敷地内にある「fa-bo」では、約5万点の生地サンプルが並ぶアーカイブや繊維の歴史、製造工程などを紹介。繊維の世界を楽しく学べるワークショップも行われています。世界的建築家の隈研吾さんが設計した建物にも注目! ※来館には予約が必要です。  
能美市浜町又167 小松マテール本社工場内 TEL.0761-58-0374



総務部 阿部優里香さん

アルバムも出してるよ



悠々自適な里山暮らしを満喫

「能美市は田舎と都会のバランスが良くて暮らしやすい」と話すのは、移住アンバサダーとして能美市の魅力を発信しているケイシー・ビーンさん。海と山に囲まれた自然豊かな環境でありながら、金沢市内まで車で30分というアクセスの良さを魅力に感じているそうです。

自宅の庭では野菜や果物のほかに鳥骨鶏なども育てている。



飼育員 中本梓さん

「いしかわ動物園」の最大の魅力は、自然の地形を生かした広大な敷地内で、動物本来の生育環境を再現していること。それでいて動物との距離が近く、世界三大珍獣のコビトカバやホホワイトタイガーなどの希少動物を目の前で見ることができます。ふれあい体験館はファミリーに大人気!

能美市徳山町600 TEL.0761-51-8500

人と動物と環境に優しい、石川唯一の動物園

能美市石子町ハ147-1  
TEL.0761-57-1212



地元農家から仕入れた野菜をふんだんに使用したSARAI定食が人気。

九谷焼の器でいただく

VOLUME 02

県内の各市町を順にご紹介。「人」を通じて、地域の魅力をもっとお届けします!

能美市からこんにちは

皆さんからの一言メッセージ



動画

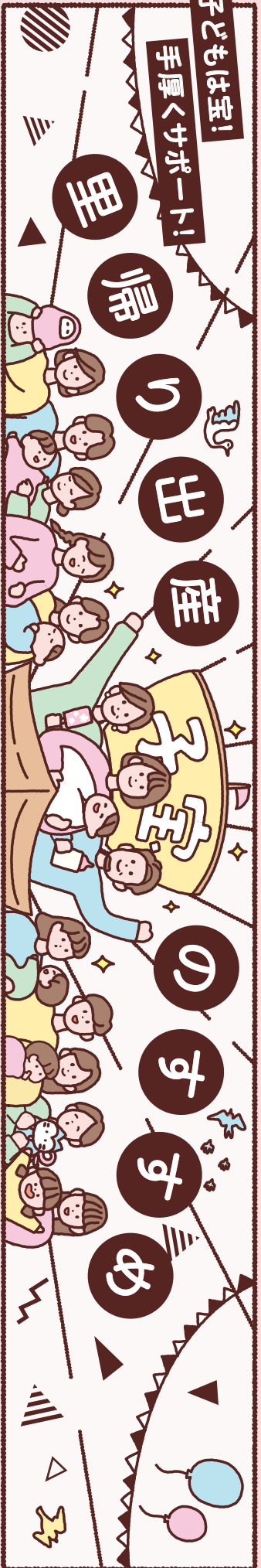


「県は今、どんな取り組みをしているの？」  
その疑問、チャット形式でもっと身近にお答えします。

Tips

横に回転して読んでみて！

90°



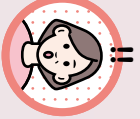
日本では里帰り出産をする方も多いですが、どこで出産するとしても、妊婦さんが安心できる環境が大切です。石川県ではさまざまな妊婦さんを支援できるよう、新たな取り組みを始めています。



県外に  
娘がいる  
お母さん

今度、県外に住む娘が「出産するために帰ってくるんやけど。うちの子は初めての出産やし、何かと不安やわ。

お孫さんが生まれるんですね、それはおめでとございます！実は、石川県では、今年7月に『いしかわ妊娠・出産サポートセンター』を立ち上げて、里帰り出産の方をサポートしてるんですよ。



へ～そうなんや。具体的にはどんなサポートがあるんけ？

里帰り中はご実家にいるので、離れたお住まいの自治体には相談しにくかったりしますよね。そこでセンターでは、登録いただいた妊婦さんに **助産師がご希望に応じて訪問などで相談に対応**するほか、**電話やメールによる相談窓口**も設けています。

また、**同じ里帰り出産の方とのオンライン交流会**も開催してるんですよ。ご家族は心強い存在ですが、妊娠・出産について専門的な知識を持つ助産師や同じ立場の妊婦さん同士だからこそ話しやすいこともあります。



- 体調面の心配事
- 出産準備の困り事
- パートナーや家族との関係性の悩み



- 助産師訪問で負担なく細かい体調を相談できる
- 同じ境遇の方と共感しあったり情報を交換したりできる



私らの頃とは時代も変わってるし、いろんな人に相談できるのは親としても助かるわいね。

石川県出身の方が、安心して出産をむかえられるようしっかりとサポートします。**費用はかからない**ので、娘さんにもぜひ登録を勧めてくださいいね。



さっそく紹介してみるわ～ この機会に石川に住んでくれてもいいんやけどねえ。

石川は子どもの医療費や保育料の軽減制度もありますし、子育てがしやすい県なんです。都市部でお困りの待機児童もゼロ(※)。全国学力調査では、継続して全国トップクラスの水準を維持するなど、教育熱心な面もあるんです。 ※令和5年4月1日現在(ご家庭行動へ)



ほんとやね～ 石川は自然も豊かで住みよいとこやしね。

● 石川県の多彩な子育て支援は  
こちらからご覧いただけます

おやこミニnet  
(いしかわ結婚・子育て支援財団)  
県内の子育てに関するさまざまな  
情報を提供しています。

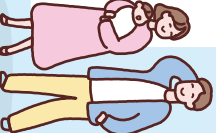


● この機会に移住も考えてみませんか？

■ 移住者の声・子育ての声  
実際に移住した方々の声はこちら。  
いしかわ就職・定住総合サポートセンター  
(I-LAC:フアラック)  
移住に関するさまざまなニーズに合わせてサポートをしてくれます。



いろんな制度があるね



友だちにおしよ



## 助産師さんに聞く サポートのサレコト。

INTERVIEW!



(一社)石川県助産師会 会長/  
めたか助産院 院長

吉田 みち代 さん

今年7月にスタートした「いしかわ妊娠・出産サポートセンター」事業を通じ、実際に妊婦さんのサポートを行う助産師さんにお話を聞きました。

Q **里帰り出産、どんな悩みやニーズがあるの？**

体調にお悩みがある方もいれば、里帰り先の病院の情報や行政のサポートなど、どこでどんな支援を受けられるのか教えて欲しい、という方もいらっしやいます。希望する方に希望するサポートの情報をお届け

Q **どんな人がサポートしてくれるの？**

石川県助産師会の助産師です。小さな組織ですが、メンバーの人間力が大きな強みです。経験豊富で知識の引き出しが多い助産師が多く、みな妊婦さんや赤ちゃんのことになると目が輝きます。

Q **妊婦さんに応援メッセージをお願いします！**

本事業はスタートしたばかりですが、助産師会ではそれ以前から県内の自治体や病院を対象にアンケート調査を実施するなどして、里帰り出産に関する情報を収集してきました。安心して何でも相談してください！



いしかわ妊娠・出産サポートセンターの  
詳細はこちら



LINEで  
家族や  
友だちに教える

二次元コードを読み込むと「いしかわ妊娠・出産サポートセンター」のご案内ページを友だちに共有することができます。

● 問い合わせ/少子化対策監室 子育て支援課  
TEL.076-225-1424



# つるつるいっばい

## はせ浩の一句

石川県  
知事が  
日々の  
一コマを  
詠む。



新嘗祭  
田の神さまに  
ありがとう

**解説** 献穀田。春に御田植式。秋に御抜穂式。耕作者の気の遣いよう、緊張感は格別。今年は線状降水帯の被害もありました。だからこそ、刈女の少女たちがていねいに稲穂を抜く姿に感動しました。神さまに、ありがとう。

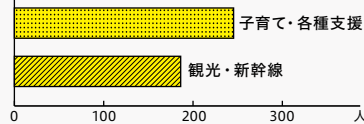
### 読者アンケート

■アンケート回答数 / 2,297人  
■回答期間 / 令和5年8月31日～9月29日  
前号のアンケート協力ありがとうございました。  
創刊以来、初のリニューアルとなった前号ですが、多くの方から「わかりやすい」と回答いただくことができました。

#### 内容はわかりやすかったですか

わかりやすい ..... 98%  
わかりにくい ..... 2%  
みなさんからのアンケート結果を踏まえ、本号では「子育て」や「観光」「新幹線」に関する内容を取り上げました。  
『もっといしかわ』では、みなさんが知りたいことを引き続き募集中! みなさんの貴重な声、お待ちしております!

#### 果に聞きたいこと、わかりやすく解説してほしいこと



## 今を輝くアスリートに直撃! 20の質問。



回答: 左が谷内さん、右が瀬戸さん

Q1.バレーはいつから始めましたか? 中学1年/中学1年。Q2.バレーボールのどんなところが好き? 仲間とボールをつないで攻撃をするところ/得点を決めた時にチーム全員で喜び合える。Q3.試合当日や前日に必ず行なうルーティンは? 試合前日に長めの入浴、当日はラムネを食べる/試合前に大音量でテンポの良い音楽を聴く。Q4.将来の目標は? しっかりとけがを治してVリーグで活躍したい/チームに貢献できる選手になって日本一に。Q5.趣味はありますか? ♪

続きは右上の二次元コードへ!



女子バレーボール PFUブルーキャッツ  
谷内美紅さん(左) 瀬戸杏華さん(右)  
金沢市出身のミドルブロッカー。筑波大を経て、2022年PFUに入団。高さを生かしたブロックやクイック攻撃を得意とする。  
内灘町出身のミドルブロッカー。金沢商、順天堂大を経て、2020年PFUに入団。得意プレーはサーブとクイック攻撃。K-POPが好き。



越後龍一さん 東京都出身。デジタルの分野で幅広い活動をする中、コロナ禍を機に金沢市に移住。移住後も芸術家支援やセミナー開催など、ジャンルを問わない活動を続けている。いしかわ移住応援大使として、県の移住セミナーに協力。

ハーレーに乗ってます



ライダーズハウス経営  
大場小都美さん(63)  
金沢市出身。2016年に能登町へ移住し、海沿いの町でバイク向けに宿とカフェを経営している。開業後、ISICOの活性化ファンド助成金も活用。

人生は何歳からでも再スタートできる!  
私がライダーズハウスを開いたのは今から7年前。移住先に能登を選んだのは、海のそばで暮らしたかったからです。能登の海を眺めていると力がみなぎってくるんですね。そんな私の毎朝のルーティンは、全国から泊まりにくるライダーを見送ること。海から昇る朝日や立山連峰を撮影しながら、のんびりと能登の自然を楽しんでいます。人生は何歳からでも再スタートできる。「ずっと苦勞してきたんだから、これからは好きなことをしたら?」と言って、背中を押してくれた子どもたちに感謝です!



石川県のどんなところが好きですか?  
金沢に来て感動したのが「用水」。何百年も前から人々の営みを支えてきた用水が、今の時代も人の手によって大切に残されているなんてすてきですね。それとアートが盛んで、街の小さなギャラリーが作家さんをもり立てている。そんな風習が根付いているところにも魅力を感じます。  
子育てはうまくいっていますか?  
保育園探しは他の地域よりも楽でした。犀川のほとりを子どもと散歩するのも好き。自然や歴史が暮らしと密接な関係にある石川県の環境は、子どもの興味の幅を広げてくれる気がします。  
これから石川県でやりたいことは?  
働き方が多様化する中、さまざまな人が気軽に集まって相乗効果が生まれるような場をつくり、次の世代にもつなげていきたいと思っています。

## 六十歳から始まる青春

人生百年時代を豊かに生きる



お腹を元気に♪  
料理クリエイター  
小紺有花 先生  
石川県在住。発酵食大学教授。発酵食文化の素晴らしさを伝えるため料理教室やワークショップなど、さまざまな活動を精力的に行っている。

「大根だけずし」  
今回のじわもんを使った発酵食レシピは、今が旬の加賀野菜「源助大根」を使って、石川県の郷土料理「大根ずし」を現代風にアレンジしてみました。甘みが強くて煮崩れしにくいことから、おでんや煮物によく使われる源助大根。漬物にしても歯応えが良く、とってもしューシーなんです。本漬け用の糀甘酒との相性も抜群! 日々味わいに変化していく様子が楽しめます。冬の常備菜におすすめです。手間なし簡単アイデアも満載なので、ぜひお試しください!

- 材料 (作りやすい分量)
- 下漬け用  
源助大根 (加賀野菜) 普通の大根でも可... 500グラム (1/2本)  
塩..... 15グラム
  - 本漬け用  
米..... 150グラム  
生糀..... 100グラム  
水..... 90ミリリットル  
刻み昆布..... 3グラム  
ゆず皮..... 1/4~1/2個分  
鷹(たか)の爪..... 1本
- 作り方
- 源助大根を大き目にカット。粗塩をまぶし、重しを乗せて一晩漬ける
  - Aを使って本漬け用の糀甘酒を仕込む(詳細は動画で紹介)
  - 塩漬けた大根の水気をしっかり切って②の半分の量(200~250グラム)とBと一緒に保存袋に入れる(空気をしっかり抜くのがポイント)
  - 冷蔵庫で一晩かかせたものをお皿に盛り付けて完成!



意味 つるつるいっばい... 石川弁で、表面張力によってコップ一杯に水が入っている状態を表す言葉。



アンケートに答えて、すてきなプレゼントを手に入れよう

## PRESENTS!!



応募締切

12月31日

〔日曜日〕

### 能美市特産品詰め合わせ 15名様

石川県の特産品を抽選でプレゼント。今回は「能美市からこんにちは」で紹介した能美市から、おいしい詰め合わせをお届けします。応募方法は下記の二次元コードを読み取ってアンケートに答えるだけ。広報誌『もっといしかわ』の誌面づくりに、あなたの声を活かします！

商品協力:JAグリーン能美 能美の市 TEL.0761-57-4831  
詰め合わせ(例) 画像はイメージです。実際とは異なる場合があります。  
※当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。

Webフォームから応募する(5分程度)

石川県電子申請システムにアクセスし、  
必要事項を記入ください。



こちらぜひご覧ください

テレビ 県の施策や事業、旬のスポットなどを、  
楽しく・わかりやすくご紹介しします。



ラジオ 県からのお知らせを、アナウンサーや  
県の担当者がご紹介しします。



新聞 県からのお知らせを、新聞に掲載して  
ご紹介しします。



デジヒロシ 馳浩知事をモチーフにした広報キャラク  
ター。X(旧Twitter)にて毎日更新中!



県公式SNS イベントや講演会、観光情報など  
県のタイムリーな情報を広く発信しています。



LINE



X(旧Twitter)



Instagram



YouTube

「イシカワイブックス」にて「もっといしかわ」の  
最新号をデジタルブックでご覧いただけます。



リコール商品回収のお願い

1996年~2002年の

積水製品を今も

保管されていませんか?

積水製ポータブルトイレをお持ちの方は  
無料で改良品と交換します



対象品の一例



約10cmのすき間に  
首などを挟まれる危険あり

発見例



☑ 押入れ

☑ 倉庫

☑ 車庫

お問合せは  
こちら



0120-011-578

受付時間/9:00~17:00(土・日・祝日・年末年始除く)

積水化学工業株式会社  
東京都港区虎ノ門2-10-4

積水ポータブルトイレ

検索



UD FONT

本文には見やすいユニバーサル  
デザインフォントを使用しています。



再生可能な環境にやさしい植物油を主体とした  
ベジタブルインクを使用しています。



動画

誌面で紹介した人や物をショート動画で「もっ」とご紹介しします。ぜひご覧ください。

