

すてきな毎日を、いつまでも

もっといしかわ



街を元気に!

今をつなぐ、
ミライを彩る。

県公式note
毎週更新中!



note

ひろがる石川



2025年は復興元年。県では、能登の復興と石川の成長に向けて、地域と人をつなぐ**関係人口**と**交流人口**を創り出し、広げていく取り組みを進めています。

詳しくは次のページへ!

復興と成長のミライへ

地元の門前町を人が集まるまちに!

輪島市 総持寺通り協同組合 | 宮下杏里さん ☎0768-42-3550



まちづくりワークショップでは、街の人やお寺の人、老若男女が垣根を越えて集まり、地域のミライについて話し合われています。

地 元・門前町の魅力を発信しようとして、動画配信やマルシェの開催など、総持寺通り商店街の活性化に取り組んできた宮下杏里さん。震災後は、地域のなりわい再建に向けたワークショップを定期的に開催し、店主や住民とともに復興への道を模索しています。「空き地や住居の活用を検討しながら、新しい人や若者も地域に関わりやすい循環型のまちづくりを目指したい」と宮下さん。現在は、働ける場と集える場を兼ね備えた「ランドリーカフェ」の年内開業に向けて、着々と準備を進めています。



▶動画
県広報番組でも紹介中!
いしかわワン!!ダフルジャーナル
QRコード

能登かきで穴水町を元気に!

穴水町 カキ料理『コーステーブル』 | 齋藤義己さん・祥江さん ☎080-1966-1761



ぱりっと肉厚な身と、濃厚なうまみ特徴の能登かき。お店ではシンプルな炭火焼きやアレンジ満載のコース料理などが楽しめます。

穴 水町の中居湾で「能登かき」のお店を営む齋藤さん夫妻。震災の影響により養殖用のイカダが流れ、建物が海側に傾くなど大きな被害を受ける中、2024年3月に営業を再開。少しずつ環境を整えながら、自慢のカキ料理をふるまっています。「こんな遠い場所まで、食べて応援しに来てくれるのがありがたい」とご主人の義己さん。今後はオープン直前の被災により営業を断念していた、1日1組限定の宿泊所「コーステーブルハナレ」の再建に向けて、準備を進めていくそうです。



穴水町の魅力はP12・13でも紹介しています
QRコード

自慢の料理で人と街をつなぐ!

七尾市 レストラン『ブロッサム』 | 黒川恭平さん ☎0767-62-2410



地元農家とのつながりから生まれた「能登の農園サラダ」。新鮮な地元食材を生かした一皿で、能登の魅力を発信し続けています。

元 の街に戻すのではなく、今まで以上に魅力ある温泉地にした」と話すのは、壊滅的な被害を受けた和倉温泉で、老舗レストラン『ブロッサム』を切り盛りする黒川恭平シエフ。建物の内外壁が剥がれ落ちるなど、自身のお店も被災する中、震災後は料理人仲間とともに避難所で炊き出しを続けてきました。2024年3月には、自ら立ち上げたクラウドファンディングの支援もあり、無事に営業を再開。現在は、地域イベントを企画・運営しながら、和倉温泉の復興にも積極的に取り組んでいます。



県広報noteでも紹介中!
黒川さんの記事を見る
QRコード

なりわいの再建に向けて

つながる能登



地震・豪雨と、立て続けに大きな被害に見舞われた能登。それでも諦めず、なりわいを再建しようと歩み続ける人たちの想いが、このまちに新たな魅力を生み出し、人と人をつなげていくはず。



もともとつながる、もともとひろがる。

地震・豪雨からの歩みを進める中で、能登では多くの人たちがなりわいの再建に取り組んでいます。

でも、本当の復興にはもともと多くの人の力が必要。

観光で訪れる人、仕事で関わる人、なにかの縁で地域とつながる人も。

そのすべてが、復興を支える大きな力になります。

今こそ、人と人とのつながりを力に。笑顔ひろがる石川のミライに向かって――。

また来たい!と
思える場所に



PROFILE
元岩手県議。政界引退後、食と地域をつなぐ「ポケットマルシェ」などを立ち上げ、関係人口の拡大に取り組んでいる。

「関係人口」と 能登のこれから

●株式会社「雨風太陽」高橋博之さん

人口のシェアが復興の力になる!? 関係人口の提唱者であり、能登の復興にも取り組む高橋さんが素朴な疑問に答えます。

京で販売する」といった形で、継続的に地域と深く関わる人のことを指します。最近では、都市と地方を行き来しながら暮らす「二地域居住」のスタイルで関わる人も増えていきます。

石川県には住んでいないけど、「毎年能登に稲刈りを手伝いに来る」「金沢のPRのために特産品を東

地域に「人手」が増えて、



能登の復興との 関係性は?

今の能登にとって関係人口の創出は復興そのもの。もともと人口減少と高齢化が進む中、震災でさらに人手が不足してしまっただけで、そこで大切になってくるのが「人口のシェア」という考えです。移住はしなくても、定期的を訪れて地域を支える人が増えれば、復興のスピードも上がります。

関係人口を 増やすには?

受け入れ環境の整備が必要で、滞在先を増やすのはもちろん、農業や漁業の手伝い、特産品の販路拡大など、スキルや興味に応じた関わり方を見える化し、マッチングの仕組みを整えることが大切。ボランティアも単発で終わらず、「また来たい」と思える仕組みを作ること、復興後も能登を支えてくれるはず。

石川県の 関係人口の 創出・拡大



能登の創造的復興に向け、関係人口の「見える化」と「関係性の持続化」、地域と関わる「ごちゃ混ぜ化」を推進します。令和7年度には官民連携の協議体を設置し、関係人口を把握する登録システムを構築。さらに、副業人材として事業者を支援する「能登応援副業社員」を創出し、事業者の課題解決につなげるとともに、関係人口の増加を目指します。

関係人口って なんだろう?

観光でもない、移住でもない、新しい地域との関わり方。実際に地域とつながる人たちの声を聞きながら、石川県のミライを考えてみましょう。

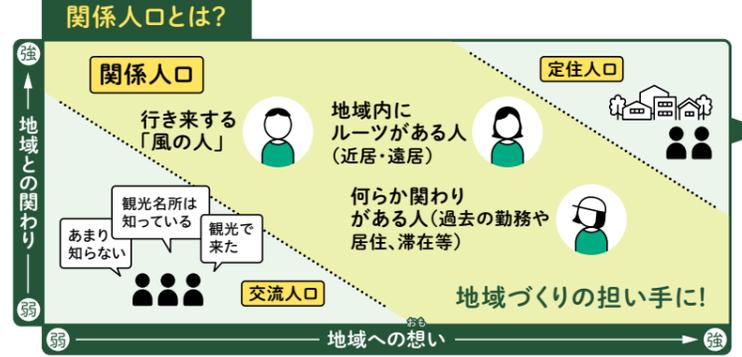


能登に来て
本当に良かった

学生と一緒に 能登の未来を考える

●いしかわサテライトキャンパス参加学生

いしかわサテライトキャンパス
創造的復興プランのリーディングプロジェクトにも位置付けされる留学プログラム。加賀では、自然や文化をテーマにしたフィールドワークの場が提供されています。



明日は
東京です(笑)

東京ときどき珠洲 二地域居住は面白い!

●株式会社「CONFULL」工藤翔太さん

工藤さんの能登との出会いは2022年、観光事業者の支援がきっかけ。現在は東京と珠洲を月に1〜2回ほど行き来しながら、珠洲市の「奥能登ブリッジ」をはじめとする奥能登事業者の関係人口との連携や、なりわいづくりのための資金計画や事業設計などをサポートしています。そんな工藤さんが大切にしているのは、能登に関わり続けること。「最初は観光として訪れる人も、関わりを深めるうちになりわいを持ち、暮らしを考えるとつながり、移住や定住へとつながっていく」という考えのもと、地域と人をつなぐ仕組みづくりを実践しています。「新しい事業の後押しをすることで、能登全体が持続可能な形で発展していくことを期待しています」と工藤さん。

二地域居住の実践者として地域資源を生かしたビジネス支援やコミュニケーションづくりを注ぐ姿勢は、多くの人にとって新しい地域との関わり方のヒントになるのではないのでしょうか。

能登デスクの



Instagramはこちら



能登と観光客の橋渡し役に。

金沢駅観光案内所にある『能登デスク』で、能登の魅力を発信している中山智恵子さん。震災後は自らの足で何度も能登を訪れ、「観光客の方々に、能登の現状を伝えていきたい」と話します。そんな中山さんが今おすすめするのは、3月に完全再開した『のどじま水族館』。能登を代表する観光地の復活により、復興の後押しとなることが期待されています。



能登へGO!

いしかわ 高校観光特使



県の魅力を全国に発信する「いしかわ観光特使」の高校生版として、大聖寺実業、小松商業、金沢商業の3校が、修学旅行生への観光ガイドを実施。若い世代による県内外への観光PRを強化します。



意匠を凝らしています。「相手の立場になって考える」ことで、伝える力が身につきました」と松本さん。観光特使としてさらに成長

長した二人は、ともに観光の道に進むことが決まったそう。これからも、未来の観光を担う高校生たちへの期待が高まります！

修学旅行生を対象に観光ガイドに取り組んでいる金沢商業高校。令和6年度には初の「いしかわ高校観光特使」に認定され、若い世代ならではの視点で県の魅力を発信しています。「案内するのは兼六園・金沢城公園。どうしても興味を持ってもらえな

くを一番に考えています」と話すのは細川さん。金沢市のボランティアガイド「まいどさん」のアドバイスをもとに自分たちでコース



金沢商業高校 観光研究部

修学旅行生への 観光ガイドを実施！

松本暖さん



細川由樹さん

わたしたちが案内してます♪

開業から1年、ミライに向けて！

もっと ひろがる 交流人口

北陸新幹線の県内全線開業により、観光や仕事で石川県とつながる人が増え、関係を深めていく。その広

がりが、まちの活力へとつながっていきます。

行くぞっ



もっと便利に、つながる！

「IRいしかわ鉄道」長谷川亘さん

北陸新幹線の県内全線開業に伴い、同じく全線開業した「IRいしかわ鉄道」。2025年3月にはダイヤが改正され、大聖寺〜金沢間において22年ぶりに「快速列車」が復活したほか、通勤時間帯を中心に列車本数が増加しました。「地域間の移動がよりスムーズになったことで、新幹線で金沢や加賀に訪れた観光客が、北陸のほかの観光地にも気軽にアクセス



ダイヤ改正について



令和7年春のダイヤ改正により、大聖寺〜金沢間で快速含む7本が増便。通勤時間帯に快速列車を運行することで、加賀地区からの通勤・通学時間が最大16分短縮されることになりました。



観光業を盛り上げる 文化の担い手を支援！

山中温泉『無限庵』前端的り子さん

県では、文化観光を担う事業者を支援するためのファンドを全国で初めて創設。文化の担い手と観光事業者の連携を促し、専門家が計画づくりから実施まで一貫したサポートを行っています。その一つが、加賀温泉郷・山中温泉にたつた『無限庵』。県指定文化財にも登録される加賀藩家老・横山家ゆかりの武家書院では、格式

ある空間の中で茶道文化に触れることができます。「茶の湯文化を通して、山中漆器の魅力を発信したい」と語るのは、無限庵の歴史や茶道に精通し、いしかわ文化観光スペシャリストとしても活動する前端的り子さん。無限庵では前端的さんの案内のもと、文化財の中での茶会や漆器を用いた特別な体験プログラムを実施。県では、今後もこうした取り組みを積極的に支援し、新たな文化体験の機会を生み出していきます。



いしかわ文化観光 推進ファンド

北陸新幹線の県内全線開業による効果の最大化と持続に向けて、文化や観光業の担い手を支援する100億円のファンドを設立。運用益を活用し、観光資源の発掘や磨き上げ、販売促進などの取り組みを後押しします。

お茶と器で
おもてなし





地震・豪雨からの復旧・復興

このほか、住まいの再建・生活再建支援についてはP10・11、関係人口についてはP4・5で詳しく紹介しています。

チャレンジ支援補助金

人口や観光客の減少で経営環境が大きく変わる中、新たな分野にチャレンジする事業者を支援します。**対象となるのは能登3市3町の事業者。最大300万円を補助**し、客数が減少した飲食店が宿泊業に挑戦するなどの、新たなチャレンジを後押しします。



営農再開の支援

昨年9月の奥能登豪雨で農地に大きな被害が発生。復旧には数年を要する見込みです。そうした被災農業者のために、**水路や農業用機械・施設の修繕・再取得を促進**するなど、今春の営農再開に向けた支援や農地復旧までの経営支援を継続します。



県立学校体育館への空調設備の計画的な整備

近年の猛暑を踏まえた授業や部活動での熱中症対策に加え、**避難所としての環境改善が課題となる学校体育館の空調整備**を推進。令和7年度から計画的に整備を進め、令和10年度末までにすべての県立学校での整備完了を目指します。



トキ放鳥に向けた取り組み



令和8年度中の能登地域でのトキ放鳥が決定。モニタリング体制の構築や観察マナーの普及啓発に加え、放鳥決定記念イベントの開催、ロゴマーク・キャラクター、PR動画の制作など、能登復興のシンボルとなるトキ放鳥に向けて万全の態勢を整えます。



能登駅伝の復活

スポーツの力で能登を元気にするため、昭和43～52年に開催された「能登駅伝」を復活。令和7年度は、コースや大会規模のほか、開催への期待を高める計画づくりに着手。さらに専門家を交えた議論の場を設け、**記録より記憶に残る大会を目指します**。



成長戦略の具現化

プレミアム・パスポートの拡大

協賛店舗での提示で、割引や特典などが受けられる**プレミアム・パスポートの対象を第1子まで拡大**。すべての子育て世帯が対象になります。年内の運用開始に向け、準備を進めます。



学生の県内就職の促進

石川愛の強い県内学生が主体となり、学生目線で魅力的なイベントや情報発信を行うとともに、奨学金返還助成制度の拡充など学生への経済的支援の充実により、**学生の県内就職を促進します**。



金沢城 二の丸御殿の復元整備



モニター設置イメージ

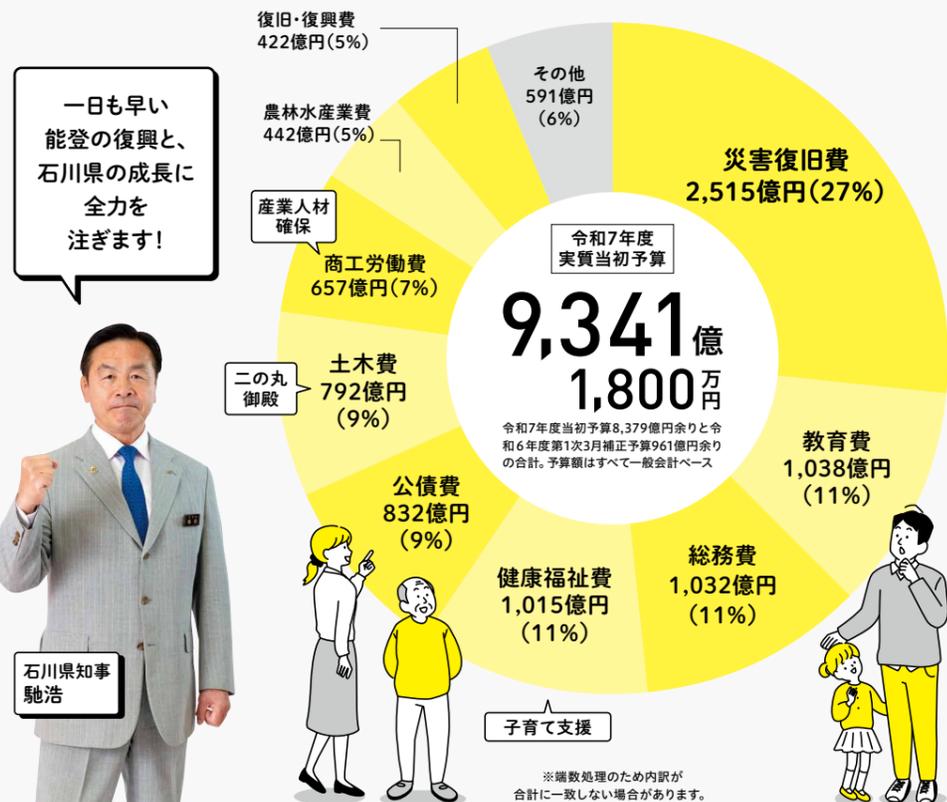
御殿復元に向け、3月には工事現場を覆う素屋根の建設を開始。完成後、御殿本体の建築に着手します。復元工事の様子を映すモニターや地震で被災した石垣復旧の見学ルートを整備し、復元や復旧の様子を「見える金沢城」として発信することで、**文化観光の推進**につなげます。

当初予算とは、「新年度に実施する事業の予算計画」のこと。復興元年となる令和7年度実質当初予算額が9,341億円余りに決定し、生活やなりわいの再建支援など、能登の復旧・復興に向けて全体の4割近くとなる3,251億円余りを確保しました。「幸福度日本一」の実現に向けた成長戦略の一環としては、産業を支える人材の確保・育成や子育て支援に関する予算も拡充。金沢城二の丸御殿の復元工事も本格始動しました。移住促進策の強化や、サテライトキャンパス、二地域居住者を含む関係人口の拡大に向けた取り組みも。これらの施策を通じて、石川県はより豊かで活気ある未来へと歩みを進めていきます。

「能登の復興」と「石川県の成長」

石川県の令和7年度当初予算が決定！ここにはその内訳やポイントとともに、どのような取り組みが進められるのかをお伝えします。

「能登の復興」と「石川県の成長」の取り組み



POINT 1 「能登の復興」と「石川県の成長」の2本柱

能登半島地震と奥能登豪雨からの復旧・復興と、幸福度日本一の実現に向けた石川県成長戦略の具現化を目指します。
 2本の柱に基づく主な取り組みは次のページへ！

POINT 2 令和6年度に次ぐ過去2番目の規模で編成

令和7年度の当初予算は一般会計の総額で8,379億円余り。能登半島地震の発生により過去最大となった令和6年度の当初予算の1兆1,101億円余りに次ぐ規模となっています。

そもそも
予算ってなんなん？



県の予算にまつわる話を、石川の方で親しみやすく説明します！

令和6年能登半島地震で住まいが被害にあわれた方へ

「恒久的な住まい」の再建を支援します

県 県が申請窓口 市町 市町が申請窓口

自宅再建 希望世帯

半壊以上 市町

①被災者生活再建支援金(※1) 最大**300万円**

基礎支援金 最大100万円
加算支援金 最大200万円
補修は最大100万円/賃借(※2)は最大50万円
※1…一部市町は独自制度あり ※2…公営住宅は対象外

民間賃貸住宅 希望世帯

半壊以上 仮設住宅 県

②自宅再建利子助成 最大**300万円**

新規住宅ローンの利子の一部を助成

公営住宅 希望世帯

半壊以上 能登6市町 県

③地域福祉推進支援臨時特例給付金 最大**300万円**

家財等給付金 最大**100万円**
(家財50万円+自動車50万円)
住宅再建給付金 最大**200万円**
(賃借(※)は最大100万円)
※公営住宅は対象外

罹災証明 県

④二重ローンの負担軽減 最大**50万円**

既存住宅ローンの利子の一部を助成

半壊以上 仮設住宅 市町

⑤入居費を助成 一律**20万円**

初期契約費用

半壊以上 仮設住宅 市町

⑥入居費を助成 一律**10万円**

初期設備費用

半壊以上 仮設住宅 市町

⑦引っ越し時の転居費用を助成 一律**10万円**

各種支援策の詳細はこちら



自宅再建
(建設・購入・修繕)
に使える!!

高齢者向け住宅ローンをご存知ですか?

～災害復興住宅融資(高齢者向け返済特例)のご案内～
リバースモーゲージ型住宅ローンの3つの特徴

リバース
モーゲージ型
住宅ローン

毎月の返済額は利息だけ
ご自宅と土地を担保に融資

元金の返済方法が3通りから選べます

- 申込人死亡後に土地・建物を売却して返済
- 申込人死亡後に相続人が一括返済
- ご存命中に返済

例えば…建設費2,000万円でご自宅を建設する場合

自己資金800万円
+
融資額1,200万円

最大で建設費と土地評価額の60%融資可能

利息のみを月々約2.2万円を支払い
融資利率2.18% ※令和7年3月時点



お問い合わせ

詳細は住宅金融支援機構(災害専用ダイヤル)
0120-086-353



こちらによくある質問を
まとめています



お問い合わせ 生活再建支援課 TEL:076(225)1962



復興に向けた活動の記録。

株式会社アントール
1996年に七尾市で創業した住宅メーカー。現在では金沢や富山にも拠点を展開し、価格はもちろん、設備や建材など細部の品質にもこだわった、ゆとりのある住まいを提案している。



営業部 石川麻衣さん

営業部 中道由紀さん

住宅イメージ

地域に寄り添う家づくりのプロ。ともに震災後から被災者の住宅再建支援に取り組んできた。

「いしかわ型復興住宅」で被災地の未来を築く。

TOPICS



「いしかわ型復興住宅」モデルプラン集

夫婦・単身向け28プラン、ファミリー向け27プランのほか、各種支援・融資制度、耐震改修の事例等を掲載。県ホームページで公開しているほか、市町窓口や住宅相談会等で配布します。



「いしかわ型復興住宅」とは、「地域とつながる新たな能登暮らし」をテーマとした、地震に強く、能登の景観やコストに配慮した住宅です。県が中心となり、県内に拠点を置く各メーカーから提案をいただき、モデルプラン集を作成しました。七尾市の住宅メーカー「アントール」では「とにかく早く家を建てて、仮設住宅の窮屈な生活から解放された」という被災者の声のもと、コンパクトながらも開放感のあるプランを提案。県産材を積極的に活用するなど地域に根差した住まいづくりを進めています。一人でも多くの方が安心して暮らせるよう、官民が連携した取り組みが進められています。

● 復旧・復興の主な客観指標

創造的復興プランの進捗管理のため、地震・豪雨からの復旧・復興の客観指標を定期的に把握・公開し、復興のプロセスを発信していきます。



インフラ等の復旧	事業者の再建	暮らしと住まいの再建
<p>■ 道路の通行止め解除率 (県管理道路)</p> <p>通行止め解除箇所数 116 箇所 通行止め箇所数 135 箇所 解除率 約86%</p> <p>■ 公費解体の解体率</p> <p>解体完了棟数 18,944 棟 解体見込棟数 39,235 棟 解体率 約48%</p> <p><small>※解体完了目標 令和7年10月末</small></p>	<p>■ 事業者の営業再開率 (能登6市町)</p> <p>営業再開会員数 約4,300 会員 商工会・商工会議所会員数 約5,200 会員 再開率 約82%</p> <p>■ 宿泊施設営業稼働率 (定員ベース/能登6市町)</p> <p>営業稼働定員数 5,154 人/日 <small>※支援者のみ受入施設除く</small> 定員数 15,019 人/日 稼働率 約34%</p> <p><small>※令和7年1月末現在</small></p>	<p>■ 仮設住宅 (建設型) 完成率</p> <p>完成戸数 6,934 戸 建設要望戸数 7,168 戸 完成率 約97%</p> <p><small>※完成予定 令和7年3月下旬</small></p> <p>■ 県立学校施設の復旧率</p> <p>復旧済施設数 17 校 被災施設数 55 校 復旧率 約31%</p> <p><small>※令和7(2025)年2月末現在</small></p>

最近の
穴水町 注目情報はこちら!



イベント 冬の陣・かきまつり

穴水町内の飲食店や旅館が地元産の能登かきを使った料理を提供。カキのフルコースやフライ定食など、趣向を凝らしたオリジナルメニューが堪能できます。5月6日まで。



スポット あなみずスマイルマルシェ

のと鉄道・穴水駅前では仮設商店街が元気に営業中!老舗料亭から釣具店まで、さまざまなジャンルの店舗が入居し、地域の人々の憩いの場としてにぎわいを見せています。



☎ 鳳珠郡穴水町大町285
☎ 0768-52-3790 (穴水町観光交流課)



スポット 能登鹿島駅

“能登さくら駅”の愛称で親しまれる小さな無人駅。春には、ホームの両側にある約100本のソメイヨシノが見事な桜並木を作ります。

☎ 鳳珠郡穴水町曾福イ-1

NEW SERVICE /



鉄道のあまちは
ふるさと納税で応援!

「Tetsufuru」は、鉄道のある町を訪れて使えるデジタル商品券を返礼品にした、新しいふるさと納税のカたち。寄付すると、3割相当のデジタル商品券がスマホで受け取り、現地の加盟店で利用できるほか、特別な鉄道体験も楽しめます。寄付して、訪れて、穴水町を応援しましょう!

Webサイトを見る



仕上げが大事!



穴水の伝統工芸を未来につなぐ

📍 けやき芸 谷口

古くから林業の盛んな穴水町では、木工芸が町の文化として息づいています。中でも基石を入れる碁笥の生産で全国シェアの半分以上を占める『谷口』では、日本の銘木を使ったオリジナルティーあふれるアイテムを製作。工場では木工職人の寺田和樹さんらが原木の剪定から仕上げまでを一貫して行い、木の特性を生かしたもののづくりに取り組んでいます。

縫える木で製作したバッグや財布をはじめ、時代のニーズに寄り添ったアイテムが数多く生産されています。



「こんにちは」

能登の里山里海に抱かれた穴水町。震災地域の魅力を生かした新たな取り組みがそして前を向く人々の姿が、この町に希望

からの復興が進む中、広がっています。受け継がれる技や自然の恵み、の光を灯しています。

絶景の
オーシャンビュー



雄大な自然を
SUP(サップ)で体験!

📍 龍屋

波穏やかで美しい景観が広がる穴水湾。築130年の古民家を改装した宿『龍屋』では、そんな雄大な自然をSUPなどのマリナクティビティーで体験できます。併設するカフェレストランには、自慢の牡蠣ピザをはじめ地元食材を生かしたメニューがずらり。空間デザイナーとしても活躍する店主・東野龍也さんが手がけた、和モダンな建物も見どころのひとつとなっています。

☎ 鳳珠郡穴水町曾福ハ49
☎ 090-2370-0801



「海から昇ってくる朝日もキレイなんです」と東野さん。これからの季節は早朝のSUP体験も人気なのだとか。



ごっちゃん
です



心技体を
鍛えよう

小向さん自身もこの教室の出身。先輩たちが築き上げた伝統が代々受け継がれています。

目指せ横綱!未来の力士たち

📍 穴水少年相撲教室

相撲界で活躍する人材を数多く輩出する穴水町。幕内・遠藤関も通った『穴水少年相撲教室』では、全国大会に向けて今も元気に次世代の力士たちが汗を流しています。「厳しい相撲の稽古を通して、社会でも通用する忍耐力や精神力を養ってほしい」と話すのは、指導者の小向健太さん。土表の上で努力を重ねた日々は、彼らにとって一生の財産となるはず!



坂本さんのおすすめは、桜の名所として知られる「能登鹿島駅」。開花時期にはライトアップした夜桜も楽しめます。



意味 つるつるいっぱい...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。

「人」が主役の石川人コラム いしかわがもっと楽しくなる! あふれんばかりの情報をお届けします

つるつるいっぱい

はせ浩の一句。



春だから
別れと出逢いに
ありがたう

解説 卒業式、謝恩会、送別会、入学式、入社式、新人歓迎会、転校、転入、そして日常。友だちや家族との間で、何年かに一度は訪れる人生の節目と儀式。その度に感情がゆれる。今は亡き中村勲県議はこう詠んだ。『大みそか 沈む夕陽に ありがとう』。ありがとうの気持ちで自然に向き合い、ありがとうの気持ちでゆれる感情につつまを合わせていきたい。人生はそのくり返し。

Q1.野球はいつから始めた?幼稚園の年長さん。Q2.野球のどんなところが好き?チームワーク!Q3.健康を保つための秘訣は?サウナに行く。Q4.食事や睡眠へのこだわりは?タンパク質多めの食事と7時間以上睡眠。Q5.将来の目標は?NPB(日本野球機構)で一流と呼ばれる選手に。Q6.好きな言葉は?耐えて勝つ。Q7.好きな音楽は?

続きは右下の二次元コードへ!▶

試合情報

プロ野球 日本海リーグは5月5日(月・祝)に開幕!

詳しい日程はこちら



連覇を目指す!

石川ミリオンスターズ 倉知 由幸さん

津幡町出身。2003年生まれ。攻守のバランスに優れた内野手として期待を集める若手有望株。昨シーズンは、巧みなバットコントロールと堅実な守備でチームを支え、リーグ優勝に貢献した。

今を輝くアスリートに直撃!

20の質問。

動画



すべての回答と動画を見る

材料(2人分)

- 車麩 25グラム
- 卵 1個
- モヤシ 1袋
- ニラ(ざく切り) 1/2束
- 豚肉(バラ薄切り) 100グラム
- 塩麩 小さじ2
- いしる 小さじ1/2
- しょうゆ 小さじ1
- 粗塩、黒こしょう 少々
- 菜種油 大さじ1

作り方

- ①水に浸して戻した車麩を一口大にちぎり、水気をしっかりと絞る。ボウルに卵、塩麩を入れてよく溶き混ぜ、車麩を加えて卵液を染み込ませる。
- ②モヤシを1分ほど水に浸し、水気を切る。豚肉は食べやすい大きさに刻み、いしるとしょうゆをなじませておく。
- ③中火で熱したフライパンに菜種油をなじませ、①を並べて焼く。車麩の表面に香ばしい焼き色がついたらボウルに取り出す。
- ④豚肉はフタをして弱火で3~4分蒸し焼きにしたらボウルに取り出す。モヤシは粗塩を入れ、フタをして強火で1~2分蒸し焼きにする。
- ⑤④に車麩と豚肉を戻し入れ、全体を手早く混ぜ合わせる。火を止めてニラを加えてひと混ぜして完成。仕上げに黒こしょうをふる。

常備菜にもおすすめ!

元祖麺料理研究家 小紺有花先生



石川県在住。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。



動画



詳しい作り方をみる



石川県の移住情報はこちら

瀬尾裕樹子さん

神奈川県出身。在都中はWEBマガジン「ビール女子」を立ち上げるなど食の分野で活躍。2018年に小松市に移住以降は、主に地域産業のブランディングを手がけている。

た。でも今はこの気候にも慣れて、雪が降る静かな時間や、厚い雲に包まれる感覚が心地良いです。東京の冬より石川の冬の方が暖かいと感じることも。

●石川県の面白いところは?

「餅は餅屋」の文化が根付いているところ。とくに私が暮らす小松市は、古くから商人文化が発展している街で、大手チェーン店が参入してもそうはやらなかったり。その考えはビジネスシーンにも浸透していて、「商売は助け合い」の精神から、地域間での取引が活発なところも面白いですね。

●移住して驚いたこと

どんよりとした冬の空には驚きまし

●石川県に移住して良かったこと

子どもをのびのびと育てられる! 街・海・山がコンパクトにまとまっていて、東京では「遊ぶためにどこかに出かけていた」のが、ここでは「日常の中に遊びがある」感覚に変わりました。

●移住者から見た石川県の印象とは?

移住者から見た石川県の印象とは?

移住者から見た石川県の印象とは?

移住者から見た石川県の印象とは?

植物性タンパク質が豊富で、精進料理として発展したお麩。石川県では「加賀麩」と呼ばれ、すだれ麩、車麩、生麩が伝統料理や和菓子に取り入れられるなど、幅広い世代に親しまれています。そこで今回は沖繩の定番料理「フーチャンプルー」をアレンジしたレシピをご紹介します! 味付けには、国指定無形民俗文化財にも登録される魚醤「いしる」を使用し、料理全体のうまみを引き立てました。車麩のふわっとした食感と、モヤシのシャキシャキ感が織りなす絶妙なコントラストを、ぜひお試しあれ!

車麩とモヤシのうまみたっぷり炒め

広告

広告

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

4月30日

[水曜日]

焼き菓子 詰め合わせセット 10名様

石川県の特産品を抽選でプレゼント。今回は「穴水町からこんにちは」で紹介した穴水町から、地元食材を使ったクッキーなどの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、あなたの声を生かします！

商品協力:お菓子工房 Hanon TEL.0768-23-4998

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。 ※住所は番地、建物名、部屋番号まで正確にご記入ください。記入漏れ等がある場合、プレゼントをお届けできない場合がございますのであらかじめご了承ください。

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。



皆さまのご協力をお願いします

令和6年能登半島地震アーカイブ

震災の記憶 復興の記録



提供例 一次避難所の様子

発災当時・発災直後の写真や映像を集めています

県では地震・豪雨の記録・記憶を未来に継承するため、写真や映像を集めています。あの日起きたことを後世に伝えていくために、災害発生時や避難生活、復旧・復興の様子がわかる写真や映像を、下の二次元コードからぜひご提供ください。

ご提供はこちらから

これまで集まった資料は2万点以上であり、順次、アーカイブで公開し、今後の災害対策や防災教育に生かしていきます。



県のしごとって どうなん?

現役職員の
本音を
直撃!

能登の
インフラを
守る!



所属 > 奥能登土木総合事務所分室 維持管理課

Q どんな仕事をしていますか?

維持管理課の仕事は、道路や河川などの既存の施設を健全な状態に維持することです。私は、道路を安全で快適に利用していただけるよう、毎日行う道路パトロールの結果を確認し、補修が必要な箇所があれば、工業者に依頼する業務を行っています。

Q 震災後の役割は?

発災直後は、早期に通行止めを解除するための応急工事を行いました。現在は被災前の状態に戻すための復旧工事を職員一丸となって進めており、私は、工事を行うために必要な図面の作成や

工事費の算出を行っています。

Q 仕事をする上で大切なものは?

行動力と積極性です。図面や書類だけでは分からないことも、現場の状況を目で見たり、関係者に話を聞いたりすると、簡単に解決できることがあります。

Q 県職員を目指す人へ、メッセージをお願いします。

この仕事の魅力は、自分の関わったものが形として残り、地域の暮らしに役立っていると実感できることです。能登の復興に向けて土木職のニーズは高まっているので、石川の未来を支えたい方は、ぜひ挑戦してみてください!

とある仕事の風景



コンクリートや機器類の定期点検を行い、ダム安全稳定運用と維持管理にも努めています。

県職員採用試験がさらに受験しやすく!

一部の採用試験では、1次試験が全国で受験可能になりました。とくに総合土木職は大学3年時の受験や、大学4年時に合格→大学院修了後の採用も可能で、幅広く募集しています。



詳細を見る

こちらもぜひご覧ください。

テレビ



新聞



ラジオ



県公式SNS



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。



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



「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。

