

FMかほく

ラジオ&ネット 24時間!



あなたの夢をあなたの声で!



お仕事情報コーナー P3

2万部
発行

かほく市・津幡町
全域北國新聞折込

無料
Take Free

月刊かほくマガジン 2021年3月号 Vol.194

<https://kahoku.net>

かほくマガジン 検索



令和3年2月28日発行 編集・発行 株式会社ウェブネット 新江克之
〒929-1177 石川県かほく市白尾ル88番地 Tel.076-283-1139 Fax.076-283-1299 kahokumaga@gmail.com

©WAVENET 2003-2021
本誌掲載の写真、イラスト等の内容を無断で転載する事を禁じます。 一般第二種電気通信事業(届出番号D-14-267)

「卒業の日・河北台中学校」高井洋 <http://akiyou.info>



FMかほく 行かせ
Exe



2/2 発行(改訂版)
生の年金・死の年金



ラジオ番組
「よくわかる人の
雇用の話」
三村正夫

スマホで簡単! ホームページ開設サービス

お知らせドットコム



文字数無制限!
写真は5点まで簡単掲載!
Googleドライブと組み合わせると、
写真やPDF資料も制限なく
掲載できます。

You Tube映像やツイッター埋込に対応
Google地図、問合せ・受付フォーム、
QRコードも自動作成!

右記の企画以外の業種の方、こんなに便利で、
月額110円(税込)だけです。

お問合せ・お申込み 月刊かほくマガジン
(株)ウェブネット Tel.076-283-1139



新型コロナ取組宣言!

かほくマガジン 飲食お得クーポン

月刊かほくマガジン誌面とネットサイト
(お知らせドットコム)でご紹介
誌面を切り抜くか、ネットサイトの画面提示で、
お客様はウハウハ! 地域のお店も元気モリモリ!!



食楽庵かほく さんまる



ソフトドリンク
1杯サービス
2021年3月末まで有効
かほく市 ☎255-3130



魚料理・民宿 やまじゅう



ランチライス
おかわり1杯無料
2021年3月末まで有効
かほく市 ☎283-3455



刺身と創作料理の店 わかな



刺盛(さしもり)
500円引き
2021年3月末まで有効
かほく市 ☎283-4290



串なごみや 高松店



テイクアウト
8%OFF
※他券併用不可 ※カード決済不可
2021年3月末まで有効
かほく市 ☎281-2355



切り取ってご使用ください。
スマホ画面提示もOKです。
詳細・使用条件はお店で
ご確認ください。



飲食店 無料掲載!

<2021年12月まで>

新型コロナ対策に取り組まれているお店の「お得」提供サービスを、
無料で掲載します。毎月の「お得」をお知らせください。
発行月の誌面の状況により、掲載内容・体裁等は変更となります。

お問合せ・お申込み

月刊かほくマガジン (株)ウェブネット Tel.076-283-1139

<ネットで申込できます> <https://kahoku.net/clipmail.html>

店名、住所、電話番号、写真・文字原稿を申込フォームに入力してください



CINEMA SUNSHINE シネマサンシャインかほく 上映情報

3/5 金 公開

太陽は動かない



©吉田修一/幻冬舎 ©2020 映画「太陽は動かない」製作委員会

3/5 金 公開

ラーヤと龍の王国【吹替版】



©2021 Disney. All Rights Reserved. ©2021 Disney and its related entities

24時間上映時間案内 ☎076-289-1511 ※上映作品は変更になる場合がございます。

今月のラジオプレゼント



料亭・ビジネスホテル 河北亭
河北亭 幕の内弁当
+ 引換券

シネマサンシャインかほく
映画招待券

セットで 5名様

右記の応募用紙に記入して、店頭ラックの応募BOXに
投函してください。
投函BOX設置場所はP5をご覧ください。

3月25日締切

※当選の発表はホームページ
及び番組「なるほどインタ
ビュー」にて案内。

2021年3月号応募用紙

よく聴く番組、または関心のある番組にすべて○を
お願いします。(いくつでも可)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
なるほどインタビュー	なるほどインタビュー	なるほどインタビュー	なるほどインタビュー	なるほどインタビュー
健康ラジオ	スポーツアスリート	近藤和也の道	健康ラジオ	健康ラジオ
パソコン相談	ラジオブレイク	よくわかる雇用の話	こころの相談の時間	NPOもやま話
エコみらい河北	ときめき婚活定食	しあわせもくもく	元気なこころ	あんじゅ日和
サムソング	エンジョイゴルフ	ミュージック・ハンター	防犯あれこれ	ビッグパン
僕たちの思い出	クワッシュ内灘	サンクスラジオ	テストアップファンキ	シーサイドラジオ
アットフォーク	ビューティタイム	アフターコロナ	しあわせ一直線!	おとな子供委員会
ちよいちオヤジ	イーストスピーク		ハッピースマイル	食育レシピ
チョコレートアップ	美肌サロン		明日を夢みて	
遠くに船	幸せジャンジャン			
ラブラブかほくがた	元気が出るラジオ			
ジャングルジャム				

番組へのお便りは → <https://fm.kahoku.net> メール fm@kahoku.net FAX 076-283-6667

名前	ラジオネーム
住所 〒	※採用リクエストはラジオネームと一緒に各番組で紹介いたします
Tel.	番号名
性別 男・女	思い出リクエスト(4月放送分)
年齢 歳	リクエスト曲
職業 学生・社会人・専業主婦・無職・その他()	歌手・アーティスト名
番組へのメッセージ	

■BOXの本用紙は月末に回収しますので、4月放送曲をリクエストください。■思い出リクエストは、他番組でも紹介します。

引越の際に出る不用になった家具などの 粗大ゴミを運搬処分 いたします。

ベッド、ソファ、ダンス、自転車などの
粗大ごみを1点からでも収集!



一般ゴミ、廃家電製品、繊維くず、
ゴムくず、廃プラ、金属くず、ガラ
スクず等産業廃棄物の運搬処分も
承ります。



トイレづまり・資源物回収などきめ細やかなサービスを提供いたします。

宅内排水管洗浄一式

基本料金 **8,000円~**



住まいの悩みを
解決します!

まずは
ご相談下さい。

その他

- トイレの詰り直し
- 蛇口の水漏れ修理、取替え等々
- グリストラップ清掃
- 溜桝清掃 ● 側溝清掃
- 浄化槽清掃 ● 浄化槽保守点検等。

資源物ステーション 実施中!!

年中
無休

取扱品目(すべて無料)

- 空缶(アルミ・スチール)
- ダンボール ● 雑誌・雑紙
- 新聞紙

大切な資源です!
リサイクル回収に
ご協力ください。



その他11ヶ所でステーション実施

お気軽にお電話でご相談ください。見積もりにお伺い致します。



河北郡衛生(株)

かほく市高松丁90番地1

当社はエコアクション21認証登録企業です。

HPは
こちら



お問合せは

0120-381-222

TEL 076-281-0678

受付時間 8:00~17:00 / 土曜8:00~12:00 ※日曜・祝日を除く

生活



かほくマガジン 検索



「かほくマガジン」ネットサイト
広告掲載店のクーポン・地図など
便利でお得な情報をご利用ください。

かほく市木津 分譲住宅

体験予約 受付中!

寒い今!体験でしょ!
あった
エアコン1台で暖か!
新しい生活スタイルに対応した間取りを採用

●七塚小学校まで 徒歩12分
●河北台中学校まで 徒歩15分

建築条件付き
上下水道引込加入金を価格に含む
売主物件につき仲介手数料不要

区画	面積	坪数	坪単価	総額
A号地	177.00㎡	53.69坪	105,000円	6,088,000円
B号地	177.50㎡	53.69坪	105,000円	6,088,000円
C号地	177.50㎡	53.69坪	105,000円	6,088,000円
D号地	178.60㎡	54.02坪	105,000円	6,122,000円
E号地	198.00㎡	59.89坪	105,000円	6,738,000円
F号地	*御成約御礼*			
G号地	160.00㎡	48.61坪	105,000円	5,554,000円
H号地	160.70㎡	48.61坪	105,000円	5,554,000円
I号地	*御成約御礼*			

かほく市マイホーム取得支援 **最大200万円の支援金! 無料相談**
かほく市内で新築を考えている方(株)さくらのHPから『かほくギャラリー来店予約』
株式会社さくら(売主) かほくギャラリー
石川県かほく市七塚ハ20-4 圏10~19時
国土交通大臣免許(3)第7489号 水曜日
076-213-5205

☎076-283-1163 http://www.isun.co.jp

Taiyo DRIVING SCHOOL

毎日入校受付
※ただし、日曜・祝日を除きます。

応援します、あなたのいきいきライフ!!
太陽自動車学校
広~いコースでのびのび教習。

各大学・高校 無料送迎致します

学割キャンペーン実施中!
スピードプランご希望の方は、早めにお問合せ下さい。

スタンダードプラン
AT車 MT車
準中型免許 普通二輪
18歳以上・MT車 普通免許を所有されている方

*割引、キャンペーンなどの併用は出来ません。
*延長教習、補習教習、自由教習、再検定料など別途料金が必要です。
*お客様の都合で退校される場合は、当校の規程により清算させていただきます。
*価格は予告なく変更する場合がございますので、当社までご確認ください。

教習指導員見習い募集

太陽自動車学校
かほく市七塚ウ3
☎076-283-1163
ネット・携帯からの申込で割引サービス!
※他の割引との併用不可

スマホでチェック

お仕事情報

※かほくマガジン広告掲載店の求人です

職種 勤務場所 給与 勤務時間 休日 他 その他 問合せ先

一般社団法人 SANPO(さんぽう)加工部
内職(製品の検品、袋詰め、等)
かほく市高松ケ56-1
平均2~3万円(頑張り次第でUP)
弊社まで資材を引取・納品に来られる方
通い内職さん大歓迎!
年齢、性別は問いません
☎076-201-8076

串なごみや
ホールスタッフ・キッチンスタッフ
宇野気店(宇野気駅西口)
900円~
17時~24時の間で
3時間~6時間程度
初心者にも優しく指導
☎076-299-8653

太陽自動車学校
教習指導員見習い
かほく市七塚ウ3
教習指導員見習い/17万円~
8時~17時(繁忙期)、9時~18時半
会社カレンダーによる
大学・短大卒 28歳以下
(長期勤務によるキャリア形成のため)
☎076-283-1163

さんまる
フロア・厨房補助
かほく市白尾2-10-18
時給950円 22時以降1,187円~
15:00~24:00の内
2~6時間 応相談
交通費支給・車通勤OK・まかない有り
☎076-255-3130

津幡町緑が丘 売土地

価格 **300万円**
坪単価 **3.89万円**
土地面積 254.81㎡
土地坪数 77.08坪

角地の77坪です! *建築条件付き

所在地 津幡町緑が丘4丁目20 土地権利 所有権
学区 太白台小学校、津幡中学校 建ぺい率 60%
交通 七尾線「中津幡駅」から徒歩19分 容積率 80%
用途地域 第一種低層住居専用地域

媒介 マイナドホーム 土地の詳細は→
石川県知事(4)第3747号
☎076-266-2626 金沢市金石本町027-1

《エコみらい河北》

再生品抽選会開催

展示・申込み期間
令和3年 3月9日(火)~
3月21日(日)午前10時

抽選日時
令和3年 3月21日(日) 午前10時30分

ぜひ展示品をご覧ください。

☎076-283-0643 年中無休

松野佛壇店

仏壇・仏具・神棚・神具・掛軸販売
お仏壇洗修理・修復・お仏壇のお預り

掛軸・表具・輪軸・三具足・フツ加工・金メッキなどします

身近な店!アフターサービス万全
お見積もり無料 (お仏壇はそれぞれ状態が異なりますので
1本1本きちんとお見積もりいたします)

オリジナル家具調仏壇 25,000円~
掛軸 15,000円~
30,000円
25,000円

松野佛壇店
かほく市宇野気ト二112
朝9:00~夜7:00
仏壇洗すくつかがいます

ガラス教室も好評開催中!

モザイクアート 500円 サンドブラスト 500円
パーナーワーク 1,000円 吹きガラス 2,000円

詳しくは、組合ホームページにて!!

※開催日の2日前までに電話または
ホームページでご予約ください。

河北郡市広域事務組合
☎076-288-4545 http://clean.kahoku.net

子供の才能を引き出す 七田式教室

イードアワード2020
No.1 認定

3月 4月 5月
入室金無料
キャンペーン

2021年4月、5月にプログラミングコースを新規受講された方が対象

特典1 2021年4月、5月に新規受講を開始された方は
初月の月謝が半額

特典2 KOOV®&専用バッグ
通常価格 60,621円(税込)
特別価格 39,800円(税込)
※2021年4~5月限定

特典3 『5分で論理的
思考力ドリル』を
プレゼント!

3月 4月 お試し入室キャンペーン

全コース対象
1か月分の月謝で、実際のレッスンを2~4回体験できます。
※プログラミングコースは4月からの実施で、最大2回です

まずは体験レッスンへ

かほく教室
かほく市外日角二36-4 〒929-1176
☎076-283-7947
https://www.shichida.jp/kahoku/

内職さん募集中!!

あいている時間を有効に
活用してみませんか?

仕事内容
●手芸用品(ゴム等)の袋詰め ●製品の検品
●簡単な本縫いミシン業務 ●その他軽作業
その方に合ったお仕事をお渡しするようにしています。

応募資格
●弊社まで資材を引取・納品に来られる方
●通い内職さん大歓迎!
●年齢、性別は問いません。

収入
平均2~3万円。5万円以上の方もいらっしゃいます。
頑張り次第で収入UP!

一般社団法人 SANPO(さんぽう)加工部
かほく市高松ケ56-1
☎076-201-8076
担当/猪谷(いのたに)

定年退職して 家事の合間に お子さんが学校へ行っている間に

☎076-283-7715

nene's hair Create Beauty

スタッフは女性ONLY!
経験豊富で気さくな女性スタイリストが
旬のスタイルを提案します。

イオンモールかほく向かい

大好評! **カット+縮毛矯正** ⑩⑪⑫

通常価格 14,900円(M)▼
8,900円

髪の状態に合わせた丁寧な施術でサラ・ツヤ・ストレートが実現します。髪に優しい縮毛矯正でナチュラルな仕上げに♪



お薦め! **カット+ファッションカラー** ⑩⑪⑫

通常価格 8,850円(M)▶ **6,400円**

カット+デジタルパーマ ⑩⑪⑫
通常価格 12,790円▶ **9,200円**

お薦め! **カット+グレーカラー** ⑩⑪⑫

通常価格 7,770円(M)▶ **6,100円**

カット+パーマ ⑩⑪⑫
通常価格 10,900円(M)▶ **7,750円**

上記クーポン長さ一律♪ 土日祝は+550円 ※他券併用不可
●2021年3月末まで有効 ●※料金は全て税込です ※このクーポンをご持参下さい。 ※土日祝は混み合いますので、平日のご来店がお勧めです。

通常menu
カット
3,080円

ネネズヘア スタッフ募集中です、お気軽にお電話ください!
かほく市内日角4丁目84番地3 ※発熱やのどの痛み、咳、倦怠感などの症状がある方はご利用をお控え頂きますようお願い致します。
営業時間等を変更する場合があります。



月刊 かほくマガジン

美容



「かほくマガジン」ネットサイト 広告掲載店のクーポン・地図など
便利でお得な情報をご利用ください。

かほくマガジン 検索



☎076-254-0770
プールのトウジュール
Pour Toujours

当店のヘアカラーは、イタリアのオーガニックヘアケアブランド「Villa Lodola(ヴィラロドロー)」を使用しています



Villa Lodola お客様の声

- においが少ない
- ツヤが出てきた
- 痛まなくなった
- 地肌にしみない

Menu

- レギュラーカット ¥4,500
- メンズカット ¥3,700
- カラー or パーマコース (カット・トリートメント込) ... ¥11,000
- カラー or パーマ+トリートメント ¥8,000
- アップスタイル ¥4,000

初めてのお客様
ヘアメニュー
10%OFF
2021年3月末まで有効

マンツーマン施術。プライベートサロンなので
周りの目を気にせずリラックスして頂けます

24時間インターネット
でのご予約受付中!

プールのトウジュール
かほく市学園台4丁目35番地
9:00~19:00
毎月、第1火曜、第3日曜
予約優先

ヒーリングルーム ムーンストーン
Healingroom Moonstone. 安心安全の国際資格会員サロン

『腹式呼吸とゆらぎのエステティック』

つばた町の大人のエステティックサロン
ムーンストーンです。
吸って吐いてゆらゆらの施術で
めぐりの良い姿勢とフェイスラインを
手に入れることができます。
エステが初めての方も
お気軽にご相談ください♥



初めての方はまずご体験から♥(初回1回のみ)

- シミ・シワ ★フェイシャル たるみ ★美容整体(顔)
¥10,450(60分) → **¥5,500** ¥8,800(40分) → **¥5,500**
- ★エイジング脱毛 (介護が必要になった時ムダ毛がないと快適です♥)
ワキ **¥3,300** VIO **¥7,700**
ワキの黒ずみもキレイに! 40~70代の方に絶対おすすめ!

1かほく市 ムーンストーン
津幡町中須加25-4 ☎929-0332 詳しくは検索!
9時~19時 毎月、第3日曜 **完全予約制** ムーンストーンつばた 検索

☎090-2125-0276 (坂井) ファミリーマート中須加店さん隣
(施術中でお電話に出られない時は折り返します)

☎076-288-3391
美容室 **Sara Hair** サラヘア
親切丁寧なカウンセリングで
髪の悩み解消します。

女性スタッフONLYの
あったか癒し系
人気サロン。

持続性抜群
デジタルカール
9,900円
◎⑩⑪⑫長さ一律
朝のお手入れが
超簡単♪ ※他券併用不可
2021年3月末まで有効

縮毛矯正 10,000円 ◎⑩⑪⑫長さ一律
※他券併用不可 2021年3月末まで有効

パーマ 500円OFF (デジタルカールは除く)
※他券併用不可 2021年3月末まで有効

カラー+カット 500円OFF
※他券併用不可 2021年3月末まで有効

サラヘア スタッフ募集中です、お気軽にお電話ください!
津幡町庄木46-1 ☎929-0327
9時~18時 毎月、第1火曜、第3日曜
※発熱やのどの痛み、咳、倦怠感などの症状がある方は
ご利用をお控え頂きますようお願い致します。
※新型コロナウイルス対策により営業時間等を変更する場合があります。

いい病院 2018に紹介されました!

キャリア32年の院長が責任を持って担当します!

おかげ様で開院27年

毛髪再生認定施設 HARG療法

発毛・薄毛治療
最先端の毛髪再生治療

医療機関でしか受けられないグロースファクター(成長因子)を用いた毛髪の再生医療です。
毛髪再生に欠かせない細胞成長因子に各種ビタミンや血行促進剤を配合した薬剤(HARGカクテル)を頭皮に注入することで、育毛・増毛効果が期待できます。

自分の髪が生えてくる!!

毛髪診断士が対応します。

24週間後 (50代男性) →

24週間後 (40代女性) →

ザカロのジェネリック薬品 1箱あたり **6,000円**
デュステリド (3箱 **18,000円**)
*プロペリア 8,000円 *プロペリアのジェネリック 7,000円 *ミノキシジル 5,000円

ハーグ1/3 (1回の施術) **8万円** ハーグ2/3 (1回の施術) **10万円**

包茎治療 30分の日帰り治療! 仮性包茎(抜糸なし) 亀頭直下埋没法 **7万円**

増大・早漏治療 治療時間10分で見違える効果に! ヒアルロン酸 1本(1cc) **10万円~**

コンジローム・亀頭プツツ **5万円~** シリコンボール **3万円~**

パイプカット **20万円** 長茎手術 **25万円~**

低衝撃波で血管再生!!

ED(勃起不全)の根本治療『ED-MAX』

中央クリニックグループ 技術指導医 院長 小神博文

1回 **8万円** [推奨回数] 1クール6回 **35万円**

過去に他のクリニックにてED治療の受診歴がある方は **初診料無料!** ED治療薬 院内処方 **900円~**

※料金は全て消費税別です。

金沢中央クリニック 検索 www.kanazawa-chuoh-clinic.com/urology

金沢中央クリニック カウンセリング・相談は無料です。

相談受付 **0120-088-731**

●相談受付/AM9:30~PM7:00 ●完全予約制 ●無料駐車場 ●土・日・祭日も診療

ファミリーマート 50m 道路
メグナのアイビー 広中
オリックスレンタカー TRLビル3F
タイムスカー レンタル
JR金沢駅金沢港口(西口)より歩いて1分
金沢市広岡 1-1-26 TRLビル3F

生活・グルメ



かほくマガジン 検索

「かほくマガジン」ネットサイト
広告掲載店のクーポン・地図など
便利でお得な情報をご利用ください。



GO TO Eat キャンペーン
プレミアム商品券ご利用ください

オードブル承ります



5,000円～
(税別・応相談)
※3日前までに
ご予約下さい。



☎076-255-3130

食楽庵かほくさんまる

スタッフ募集! フロア・厨房補助

時給/950円 時間/15時～24時の内
22時以降1,187円～ 2～6時間 応相談
(研修期間約2ヶ月)

交通費支給・車通勤OK・まかない有り
・制服貸与・福利厚生充実

食楽庵かほくさんまる

かほく市白尾二10-18

☎17:00～23:00

(L.O. 22:30)

休月曜日



Aコープ



産直会員
募集中!

春の旬の味覚を楽しもう!!

新鮮・美味しさとともにお届けしたいのは「安全と安心」です。それがわたしたちの出発点であり目的地です。

私たち石川県Aコープグループでは生鮮野菜・精肉は国産品にこだわって取り扱いする事を宣言いたします。能登・加賀の大地で育った新鮮で美味しい生鮮野菜と安全な国産精肉を食卓へお届けし、健康な食生活を応援します。

スマホでチェック



Aコープ かほく店
かほく市内日角1丁目 24番1
〒929-1126
☎9:30～21:00
☎076-283-5222

Aコープ つばた店
津幡町字加賀爪ハ99
〒929-0325
☎9:30～21:00
☎076-289-8600

平日限定 90分
飲み放題 1,000円
ソフトドリンク 500円
小学生未満はソフトドリンク飲み放題無料

串焼き・串揚げ
全品1本 100円 (5本で450円)
テイクアウト ご家庭で!

高松店 (さぶろうべい隣)
かほく市高松丁43-5 〒929-1215
営業時間/17時～24時
休日/木曜日 駐車場/20台
個室/有 50名様まで
☎076-281-2355

宇野気店 (宇野気駅西口) **スタッフ募集**
かほく市宇野気48 〒929-1125
営業時間/17時～24時 休日/木曜日
駐車/10台 (隣サンエキ極含)
☎076-299-8653

社交ダンスのアンチエイジング効果

ダンスフィットネスでダイエット!!

自粛生活やテレワークで、
運動不足、猫背の姿勢、スマホ首に
なっていませんか?

運動不足の方、体全体を使う
ダンスフィットネスで
ダイエットと美姿勢づくり!



様々なスポーツで、シャドウ練習があります。
ボクシングのシャドーボクシングは、道具や広い場所を必要とせず、高いダイエット効果があります。

社交ダンスにも、シャドウダンスという練習方法があり、ラテンダンスのシャドウ練習は、自宅でもダイエットとダンスの上達をはかることができます。毎日の日課に取り入れましょう。



練習会の感染防止対策

- ①マスク着用の義務
- ②開始・終了・随時、手指の消毒の義務
- ③検温で体温37.5度以上の方参加不可
- ④練習場の換気徹底
- ⑤接触が少ないラテンダンスに絞って練習

見学自由!初めての方も丁寧に指導しますのでご安心ください。お気軽に!

指導: 石川県ダンス教師協会会員
新江克之・綾 (プロ登録選手)

ホームページで様子をご覧ください。
http://o-shirase.com/dance



社交ダンスを楽しむ会

- ・練習日: 金曜日 19:30～21:00
- ・練習場所: 滝シャルウイダンススタジオ
- ・会費: 月額2千円 (夫婦は2人で2千円)
- ※1か月目は、お試しで会費無料

お問合せ アトリエ アヤ
TEL.076-283-5738



パレット ジュニア&大人のラテンダンス教室

- ・練習日: 金曜日 18:00～19:00
- ・練習場所: 宇ノ気中学校構内
- ・会費: 1家族月額3千円 (親子で楽しめます)
- クラブパレット年会費・保険料別

お問合せ
認定NPO法人クラブパレット
TEL.076-283-4411



血圧が下がれば大丈夫って思っていますか?

～身体に合った血圧に～



サイロ
現在服用中の
降圧剤と一緒に
服用しても
大丈夫!!

年をとるほど血管は硬く、細くなります。そのような状態で、血液を全身にしっかりと巡らせるためには、血圧を高くする必要があります。これは健康に生きるためには当然の事なのです。しかし、血圧が高いと血管の老化(動脈硬化)が早まり、脳梗塞や心筋梗塞のリスクも高まります…。

そこで、「身体が必要としている血圧に調整する事」と、「年齢と共に高くなる血圧に耐えられる丈夫な血管を保つ事」が必要なのです!
高血圧症(軽症)・動悸・めまい・耳鳴り・頭痛・肩こり・不眠

薬は、まず相談から…

今村薬局

かほく市宇野気76
☎9:00～18:00(月～土)
休日曜日・祝日 裏側に駐車場有。
☎076-283-0108



頼ってみよう!結婚紹介所

- ✓ 自分からアプローチしてもいい
- ✓ 誰にも言えない悩みを聞いてくれる
- ✓ 自分のプロフィールを伏せて会える
- ✓ 相手の身元を確認してくれる
- ✓ 違うと思ったら、わかりやすく断ることができる



ひとりで悩みを抱えていますか?

専任のコーディネーターが対面でカウンセリングを行います。個人情報をネットに出さず、リアルな出会いだけを提供。地元会員99%。月会費制お見合い設定料0円。



スタッフのマスク着用を徹底しています
消毒を徹底しています
感染症対策を徹底しています
車に換気をおこなっています

金沢市泉が丘2-1-10
信開レジンスイン泉が丘
泉野図書館ななめ向かい
○金曜定休 ○駐車場有
○営業時間11時～19時
土日祝10時～18時
☎076-287-3300

ネット予約受付

FMかほくで「ときめき婚活定食」毎週火曜10:30～放送中

かほくマガジン配置場所

- かほく市**
★イオンモールかほく(北口・中央口)
★Aコープかほく店
カジマート高松インター店
どんたく かほく店
★ショッピングプラザトマト
道の駅 高松(のと里山道上下)
デイリストア河北高松店
- 津幡町**
津幡町文化会館 シグナス
★Aコープ津幡店
★アル・プラザ津幡店
★プラント3津幡店
★カジマート南店
どんたく津幡シグナス通り店
- 内灘町**
★アルビス内灘店
★コンフォモール内灘
- 金沢市** イオン金沢店

4月号かほくマガジン広告募集!



B4サイズ
北國新聞折込
アパート配布
ラック配置
掲載特典 単月契約でも
スマホで簡単入力
「お知らせドットコム」
1年間無料登録
申込締切 3月10日

詳細はかほくマガジンホームページで!
お問合せ (株)ウェブネット
☎076-283-1139 またはHP



限定10名様

通常 1万1千円 (税別)

2021年 3月31日(水)まで

3月 入会金半額 キャンペーン

※本キャンペーン適用は、新規にハロー!パソコン教室講座、まなご講座にご入会頂く生徒様限定。※本キャンペーンは、10レッスン以上のご予約に対してのみの適用とさせていただきます。その他は教室にお問合せください。

10代・20代・30代・40代の方 初心者から資格とれます!

就職・転職・再就職に有利!

＼超初心者の方から／

マイクロソフト認定試験校 **MOS資格**

親御様からもお薦めください。

ハロー!の合格率 **99%**

無料体験 受付中!

初心者の方にも支持される7つの理由

- 挫折しない! 安心の個別学習
 - 選べる受講日時
 - どこよりも、わかりやすい教材
 - 年齢制限なし
 - じっくり相談、カリキュラムづくり
 - 質問しやすい雰囲気
 - うれしい月謝制の価格設定
- 授業料 1時間 **1,320円**
- 月会費 2,200円 ●テキスト代別 ※価格は税込
※各種割引あります

まずは問合せ・予約 → 無料体験レッスン → 無料カウンセリング → レッスン開始!

来校・電話・WEB

実際の受講を体験してみよう!

目的・費用などご相談

無料カウンセリングで疑問を解決!

「パソコンやスマホなんて、難しすぎる」と決めつけていませんか?

やりたいことができるようになるのかな?

どのくらい期間がかかるのかな?

どのくらい費用がかかるのかな?

もっと早く来ていたら良かった! 生徒さんの声

転職を希望の方
販売店で働いていましたが、転職したいので、パソコン資格をとっておきたいと思いました。

小学3年生
コンピューターに興味があり、お母さんからも勧められたので習ってみようと思いました。

資格をとれるか不安でしたが、MOS資格に見事合格。希望の事務職に転職ができました。

ゲームを作りながら、プログラムができるようになりました。

DAIEI 資格スクール大栄

就職・転職に資格を役立てよう!

公務員受験対策講座

公務員の仕事は市民や社会の利益に直接つながっており、だからこそ「やりがい」があると言えます。特に勉強をしてこなかった方でも十分資格合格へのチャンスあり!!

祝 本教室の生徒 2020年 石川県庁、かほく市役所 2名合格 (再就職)

簿記講座 事務職を目指す方に!

年間およそ50万人が受講する人気の高い資格試験。多くの企業が簿記の資格取得を奨励しています。

宅地建物取引士講座 ビジネスエリートを目指す方に!

「不動産」での仲介業務だけでなく、「建築業」であれば建築物件の販売に「金融業」であれば不動産の担保評価に、様々なビジネスシーンで活躍する資格です。

レッスンスタイル オンデマンド講座

一人ひとりに対応できる柔軟な個別学習

ご自分の都合に合わせた日時に予約し、通学受講する学習スタイルです。映像講座用に収録した単元ごとのデジタルコンテンツを見ながら学習します。

かほく教室で受講できる資格講座等

簿記	宅地建物取引士	社会保険労務士	公務員	IT
ファイナンシャル・プランナー	マンション管理士・管理業務主任者	行政書士	司法書士	

資格スクール大栄に関する問合せ **資格の大栄** 検索

0120-002-166 資格スクール大栄かほく教室

仕事に役立つスキルが身につく! 運営/社会人カレッジ合同会社

ゲームをつくりながら学ぶ まなご小学生プログラミング

無料体験受付中!

問題解決するための能力をやしないます!

楽しんで!

パソコン教室が指導するので総合的なパソコンスキルが身につきます

★Scratch講座
世界中で使われている、子ども向けのビジュアルプログラミング言語です。

★アート×プログラミング講座

★IT基礎講座
タイピング練習、インターネット講座

★ジュニア・プログラミング検定対策講座

1ヵ月	月会費	2,200円
3回レッスン	1時間/回	1,320円

まなご限定 1時間/回990円 下記割引時間 平日16:10~17:10(応相談)

小学生3年生~ 対象講座
歩いて、外日角小から8分
宇ノ気小から15分

新型コロナ対策取組宣言 私たちは、感染予防対策に取り組んでいます。

安心して、パソコン学習ができるよう

- ①受講各ブースに仕切り、さらに各ブースを1つあげ、人と人との距離を確保、定期換気
- ②手を触れるドアノブ、パソコンマウス・キーボードなど消毒、除菌
- ③換気扇の常時稼働、入口に手指の消毒液、トイレの便座除菌液、手洗い蛇口センサー、液体石鹸、ペーパータオル設置、スリッパ殺菌棚
- ④スタッフ・生徒のマスク義務付け (忘れた方に低価格で販売)
- ⑤スタッフ・生徒の検温。発熱など感染症状態で受講不可
- ⑥カウンセル席に、飛沫防止用のアクリル板

経営: 社会人カレッジ合同会社
社会で働くためのスキルを資格学習を通して、楽しく身につけよう。
提携: (株)イー・トラックス、(株)CBT-Solutions
資格スクール大栄・(株)リンクアカデミー

☎076-283-2299
電話受付 10:00~17:00(水・金~20:30 木~12:00)
月0~2回休業 http://hello.kahoku.net

〒929-1177 かほく市白尾ル88番地

思い出リクエスト募集

4月に聴きたい曲をお寄せください
リクエストは、全番組で対応します!

FMかほくホームページや
ショッピングセンター内
リクエストBOXで
ご応募ください。



採用は、FMかほく保管(約6万曲)の曲とします。

毎月ラジオのプレゼントを同時に
応募する方は、宛先住所のご記入を
お願いします



リクエストはこちらから →

リクエストありがとうございます!
リクエストご紹介(2月の例)

タイトル	アーティスト	リクエスト者
サクラ咲け	嵐	さくら
涙よ	吉幾三	ちーちゃん
輝く地球	松田聖子	せーちゃん
春が来る前	坂本九	けんちゃん
津軽海峡冬景色	石川さゆり	びよこ
A・RA・SHI	嵐	
青春時代	森田公一とトップギャラン	ノン太
季節の中で	松山千春	まりもさん
愛	美空ひばり	
田舎	玉置浩二	よーちゃん
香水	浜人	まあちゃん
ミス・ブランニュー・デイ	サザンオールスターズ	かほくりマン
春一番	キャンディーズ	みっちゃん
すきま風	杉良太郎	メロンパンマン
涙のリクエスト	チェッカーズ	まるふ
現朝けのMEW	小泉今日子	ミーコ
スノーマジックファンタジー	SEKAI NO OWARI	しゅうしゅう
愛	LISA	momoko
遠くなる恋人へ	西條寿樹	コボスケくん
ありがとう	JUJU	もろ

【HP】<http://fm.kahoku.net> 【メール】fm@kahoku.net

問合せ: FMかほく ☎076-283-6660

FMかほく ラジオ番組 「アフターコロナ・ウィズコロナ」

生放送
水 18:00~18:54
再放送
水 19:00~19:54
日 17:00~17:54

亀山真理 新江克之

インタビュー「教えて先生」今後の予定
国会議員、石川県議会議員の「先生」ご出演!
3月3日 米澤 賢司 (石川県議会議員)
3月10日 紐野 義昭 (石川県議会議員)
3月17日 下沢 佳亮 (石川県議会議員)
3月24日 安実 隆直 (石川県議会議員)
3月31日 石坂 修一 (石川県議会議員)
4月7日 安居 知世 (石川県議会議員)

詳しくは → <https://o-shirase.com/corona/>

YouTube
映像(1月~分)はFMかほく
ホームページから
ご覧いただけます

番組リクエスト曲募集
生放送中に電話しますので、受話いたくと
シネマサンシャインかほくさんの映画招待券が
当たります。

応募はこちら →

協賛: シネマサンシャインかほく

FMかほく 2021年3月番組表 あなたの夢をあなたの「声」で!

22 6	月 (Mon)	火 (Tue)	水 (Wed)	木 (Thu)	金 (Fri)	土 (Sat)	日 (Sun)	
00	オールナイト SOUND	※ 災害・緊急時には、全時間帯からの放送に切換えます。				土・日曜は平日の番組を再放送でお送りします。		
30	思い出リクエスト					思い出リクエスト	思い出リクエスト	
7	00	渡りに船 (再)	美肌サロン (再)	Thanks!! Radio♪ (再)	しあわせ直線! (再)	00	月曜なるほどインタビュー (再)	
30	なるほどインタビュー (再)	なるほどインタビュー (再)	アバウト エンジョイゴルフ (再)	思い出リクエスト	こんにちは高橋しげのりです (再)	00	火曜なるほどインタビュー (再)	
8	00	会議ファシリテーション	がんばれ! スポーツアスリート	近藤和也の 一歩一	思い出リクエスト	健康ラジオくん	00	水曜なるほどインタビュー (再)
30	岡野利明	高井篤志	近藤和也	思い出リクエスト	岡田太一	00	木曜なるほどインタビュー (再)	
30	矢蔵谷セッションズ	高井接骨院	こんどう和也事務所		整体院じゅらく	00	金曜なるほどインタビュー (再)	
9	30	あんにゅ日和 (再)	@フォーク (再)	California Easy Speak (再)	なるほどインタビュー (再)	00	パソコンなんでも相談 (再)	
00	パソコン なんでも相談	ラジオブレイク	なるほどインタビュー (再)	思い出リクエスト	なるほどインタビュー (再)	00	会議ファシリテーション (再)	
30	金丸弘人 (YouTube)	新江克之 (YouTube)	前日放送分		前日放送分	00	美肌サロン (再)	
30	ダイオテクノ	藤チューエツ				00	がんばれ! スポーツアスリート (再)	
10	00	おとな子供委員会 (再)	ラブラブかほくがた (再)	幸せジャンジャン (再)	思い出リクエスト	00	グッジョブ内灘 (再)	
00	エコみらい河北 NEWS	思い出リクエスト	よくわかる人の 雇用の話	笑顔コミュニ ケーション	思い出リクエスト	00	エコみらい河北NEWS (再)	
30	上野谷剛	思い出リクエスト	三村正夫	杉本崇龍		00	復せたい知りたい (再)	
30	河北都市事務組合		三村社会保険労務士事務所	演じできる		00	アバウトエンジョイゴルフ (再)	
11	00		ときめき 婚活定食	しあわせ もくもく		00	ミュージック・バンジー (再)	
30	思い出リクエスト		坂田裕香	おしこしよびみ	思い出リクエスト	00	サムシングフォーユー (再)	
00			結婚相談所・菩提樹	番組スポンサー募集		00	サマシングフォーユー (再)	
30	思い出リクエスト		アバウトエン ジョイゴルフ	思い出リクエスト	こんにちは 高橋しげのりです	00	Thanks!! Radio♪ (再)	
00			おかつ	G S A	高橋しげのり	00	ラブラブかほくがた (再)	
12	00		癒せたい 知りたい	ビューティー タイム	思い出リクエスト	00	ジャングルジャム (再)	
30	2020.9~		流香有里	多々見りか (YouTube)	思い出リクエスト	00	渡りに船 (再)	
13	00			Binocot ゆり	思い出リクエスト	00	近藤和也の 一歩一	
30	パソコンなんでも相談 (再)	ラジオブレイク (再)	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	青年部の元気になるラジオ (再)	
00	食育レシビ (再)	ジャングルジャム (再)	先気が出るラジオ (再)	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	アバウトエンジョイゴルフ (再)	
30	会議ファシリテーション (再)	がんばれ!スポーツアスリート (再)	近藤和也の 一歩一 (再)	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	おとな子供委員会 (再)	
14	00	@フォーク	California Easy Speak	思い出リクエスト	防犯あれこれ	00	ビューティータイム (再)	
30	坂室英仁	上田敦子	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	ミュージック・バンジー (再)	
00	羽作設備 株式会社	ECCベスト1内灘校	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	サムシングフォーユー (再)	
30	思い出リクエスト	ときめき婚活定食 (再)	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	サマシングフォーユー (再)	
15	00	ちょい悪オヤジ	思い出リクエスト	思い出リクエスト	taste of funky	00	Chocolate syrup (再)	
30	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	AYU-acchan	
00	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	プロダクションBABY+HIPS	
30	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	エコみらい河北NEWS (再)	
16	00	癒せたい 知りたい	ビューティー タイム	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	聴いてよかった! FMかほく なるほどインタビュー	
30	2020.9~		流香有里	多々見りか (YouTube)	思い出リクエスト	00	新番組! 北陸新聞、北陸中日新聞	
17	00					00	インタビュー協力	
30	渡りに船	美肌サロン	Thanks!! Radio♪	しあわせ直線!	From the seaside radio	00	インタビューにより YouTube 配信	
00	渡利久規	和田聖子	拓朗	金治正樹	ノグ・ イスケ・サキ	00	ラブラブ かほくがた	
30	番組会員	エステティックジュビラン	ファンクラブ	駆け込み寺子屋	かなざわメディアアザシ	00	金田直樹	
18	00	ラブラブ かほくがた	幸せジャンジャン	アフターコロナ・ ウィズコロナ	ハッピーマイルラジオ	00	加茂修	
30	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	NPOしあわせの輪	
00	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	思い出リクエスト	
30	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	思い出リクエスト	
19	00	ジャングル ジャム	元気になるラジオ	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	思い出リクエスト	
30	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	思い出リクエスト	
00	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	思い出リクエスト	
30	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	思い出リクエスト	
20	00	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	思い出リクエスト	
30	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	思い出リクエスト	00	思い出リクエスト	
21	00	オールナイトSOUND	朗読(オリジナル作品)、講演、インディーズ音楽をCD、mp3でお送りください。					

※ 祝日、年末年始、お盆期間の生放送はお休みします。
生中継時間の週末再放送番組は放送時間を変更します。
■ 土・日曜の再放送番組の時間は、月ごとに予告なく随時
変更となります。予めご了承ください。
■ トーク番組、音楽番組は各24分間です。24分番組の後
からは、4分間のインフォメーション、CMをお送りし
ています。
■ パーソナリティの都合で番組がお休みの場合は、音楽
番組を放送します。

生放送 録音放送 スポンサー
編成の方の番組は選挙期間中はお休みいたします。
北陸新聞・北陸中日新聞・読売新聞に番組表掲載

インフォメーション

天気・防災・防犯 行政情報

■ 天気・防災・防犯情報
お天気情報、火事、地震、行方不明、獣の出没、詐欺、不審者、
など随時お知らせいたします。
■ 内灘溺斃だより 10:55~、15:55~

78.7MHz ラジオ電波エリア
かほく市、津幡町、内灘町及び周辺
カーラジオでお楽しみいただけます。

ネットラジオ
FMかほくホームページ及びスマホアプリで受信
(kahokuまたはかほくと検索)

YouTube FMかほくホームページ
からアクセス!
レギュラー番組(一部)ライブ・オンデマンド配信
(メジャー曲など配信カットし番組の一部を配信)
深夜のオールナイトサウンド Indies Live 24時間配信

地域を支えるパーソナリティ募集
未経験の方も簡単な研修により、番組パーソ
ナリティとして活躍できます。
1年間(体験期間)無料で番組を放送!
2年目~設備の維持のため月額費2,000円を
負担してください。

NPO法人FMかほく <http://fm.kahoku.net>
〒929-1177 かほく市白尾尾88番地
Tel.076-283-6660
Fax.076-283-6667
E-mail fm@kahoku.net

目次

ホーム リクエスト 番組へのリクエスト、プレゼント応募お待ちします
番組情報 各番組の枠を押すと番組ページへ
番組運営 各種申込、番組制作に関する案内、番組データの送信など
各種案内 放送および法人案内など

NET Radio

YouTube

Live Chat

ホームページ
リニューアル!
<https://fm.kahoku.net>

D1

オイルプラザ
D-1 かほく店
カーメンテナンス
D-1 アル・プラザ津幡店

Go To D1

プレミアム商品券 ご利用ください

ガソリン、車検など



かほく市商工会 プレミアム付商品券

※「重量税、自賠責保険料等のご利用できません」

お知らせ  スズキ車のリコールも D-1におまかせ！
ご予約受付中!!
土日祝日OK! 代車無料!

車検 地域No.1 年間1,500台の実績!!

45分 車検 受付中

オイル交換 2年間無料!!

軽自動車から大型車 (エアスマ、エルクランパワース)まで

検査費用 **12,800円** (税別)

まずは事前の無料見積もり!



カーメンテナンス・車検・ロードサービスは

Oil Plaza D1
GAS & CAR MAINTENANCE
オイルプラザD1 **水曜日定休**
☎ **0120-283-844**



かほく市内日角3-5-1 ☎929-1126
D1メンテ TEL.076-283-8383

CAR MAINTENANCE D1
AL-PLAZA TSUBATA
カーメンテナンスD-1 アル・プラザ津幡店 **年中無休**
☎ **0120-650-088**



河北郡津幡町北中条 1-55 ☎929-0342
TEL: 076-208-6844