

店頭・アパート配布号はA5タブレットサイズ

無料 Take Free

FM かほく

ラジオ78.7MHz

かほく市
津幡町
内灘町

店頭
アパート **配布**

月刊かほくマガジン2015年12月号 Vol.131

平成27年11月30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 magazine@kahoku.com

©WAVENET 2003-2015
本誌掲載の写真、イラスト等の内容を無断で転載することを禁じます。
一般第二種電気通信事業(届出番号D-14-267)



お節料理・忘新年会

かほく市の NEW OPEN

- リラクゼーション 楽楽 →P7へ
- リラクゼーション まる →P7へ
- 鉄板本舗 阿づき →P5へ

求人コーナー P6

スマホでアクセス!

最新情報を詳しく紹介!



かほくマガジン
ネットサイト



津幡町
おでかけ情報



第26回 FMかほく

婚活パーティ

2016年1月31日(日)



男性・女性ともに
40歳以下の方

18:00(受付開始) 18:20~20:30(飲み食べ放題)
会場 やまじゅうコンベンションホール海宝
参加費 男性 6,000円
女性 1,000円
詳細・お申込みはホームページへ



今月のラジオプレゼント



(農事組合法人) 大崎甘藤生産組合

かほっくり(株) フリーサイズ 3kg
12月31日締切 5名様

店頭ラックの応募BOXに投函してください。
投函日OX設置場所はP15をご覧ください。
※当選の発表はラジオ番組「サンセットクルージング」にてお知らせします。

よく聞く番組、または関心のある番組にすべてOをお願いいたします。(いくつでも可)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
サンセットクルージング	サンセットクルージング	サンセットクルージング	サンセットクルージング	サンセットクルージング
かたりの窓	スポーツアスリート	経営法則	そんいろの恋がけ	ザッパル男子
パソコン相談	雑談ラジオ	近畿和地の一糸一	おしらせトーク	トータルビューティー
エコみらい河北	職人の話	ぶくがかるの巻物話	なごみ魂!	ヘルシーライフ
VOICE RADIO	とまき婚活活食	言っほびエイット	MUSIC LOVE	NPOよもやま話
ラジオフレイク	子育ては楽しい日	ハッピーハード	こんなに頑張れがけ	パーソナルライフ
幸せ健康講座	グッジョブの巻	元気であいら!	Music Poke!	グッチのよもやま話
数と色別川が一本橋	ビューティータイム	アパワースタディ	あなほどはまいる!	健康一本橋ラジオ
@フォーウ	California East Soek	元気にTOMMYショー	節税あれこれ	幸せはみわがライフ
ちよい恵オヤジ	あなごに会って	旅のうまい話	taste of funky	ゆるゆる感し感し
出演FAB豊カフェ	[Thanks! Radio]	高専'sライフ	燃える体づくり	美肌サロン
ラブラブかほくがた	しあわせ直線!	シャンガリアGO!	住まい大好き	いろいろ話
Cloud 9 music	ココロのサプリ	トークスバイラル	朝日を夢みて	食育レシピ
Chocolate syrup		iPhone見知り!	It's So-Music	Night Flight

名前

〒

Tel.

男・女

年齢

歳

学生・社会人・専業主婦・無職、その他()

番組へのお便りは→ホームページ <http://fm.kahoku.net> または メール fm@kahoku.net FAX 076-283-6667



幹事の皆さん、ご予約お早めに!

魚料理・民宿

やまじゅう便り



カニ解禁! カニ宴会で忘年会



お早めにご予約ください!

かにづくしコース
8,000円～ (税別)

かに中心コース
6,000円～ (税別)

会席宴会コース
3,000円～ (税別)

要予約 2名様以上

お歳暮・ご贈答に

大根寿し

大根と脂ののったサバが、
麴でじっくり熟成され美味。

人気
No.1
商品



樽詰 3,800円 (税込)
パック詰 1,200円 (税込)

町内会・同窓会にも

バス送迎有

営業ナンバー
マイクロバス3台保有



お昼の
宴会も大歓迎

少人数でも
個室でゆっくり
ご宴会

大人数での
ご宴会もOK!

最大
100名様

豪華海鮮!

満腹保証 あわびも **欲張りコース**

予想をはるかに上回る
豪華さとおいしさをボリューム!

のどぐろも 全部ついて 計14品

舟盛りも

お一人様 1泊2食	11,000円	税別
お一人様 日帰り	6,000円	税別

第26回 FMかほく・やまじゅう
婚活パーティ

2016年 定員男女各30名
1月31日(日)

婚活パーティ(飲み食べ放題)
(受付18:00~18:20~20:30)

前回は、4組カップルが成立!
昨年9月のカップル成立者が、
めでたく結婚されました。

参加費 男性 6,000円 女性 1,000円
かほく市に在住又は勤務の男性 1,000円
(かほく市スポーツ婚活出会いサポート支援事業補助)

年齢 男性女性ともに 40歳以下

参加資格 結婚をまじめに考えている方
(初婚・再婚は問いません。)

詳細はHPで

法事会席 テーブル宴会も好評!

法事料理 (税別)
5,000円~8,000円
※季節により変更がございます。

パート・アルバイト募集

★未経験 ★週1日勤務 ★土・日勤務
★学生さん ★主婦 ★Wワーク ★60歳以上

マイクロバス運転手も募集中
(要大型2種免許)
※お気軽に、お電話ください。



かほく市浜北八20-1 〒929-1174
営業 / 11:30~14:00 (ラストオーダー)
17:00~21:30 (ラストオーダー)
座席 / 80名様まで 宿泊 / 80名様まで
休日 / 不定休(月1回程度) P/100台
宴会 / 2~100名様 個室25室有

http://yama-10.com

詳細は
スマホで
チェック

魚料理・民宿 やまじゅう ☎ 076-283-3455



5~6人前
(縦19×横19×高さ4.5(1段)cm)

福 **17,500円**
(消費税込)

【一の重】 数の子、宇きんとん、栗、伊達巻き、かまぼこ、黒豆、海老煮、いくら、たたきごぼう、他
 【二の重】 プリ煎り昆布、刺葱ごうじ焼き、煎ごだ、昆布巻き、さより若草巻、納豆り焼き、他
 【三の重】 蕨根、竹の子、ぜんまい、梅干、花人參、他

3~4人前
(縦30×横30×高さ5cm)

寿 **11,500円**
(消費税込)

海老煮、ぜんまい、竹の子、蕨根、梅干、花人參、ふき、手鞠こんにやく、信田巻、くわい六方、田作り、まつぶ貝、あずき貝、棒なら、昆布巻き、松笠、伊達巻き、プリ煎り焼き、かまぼこ、黒豆、数の子、他

おせち料理

字ノ氣給食センターの

今年も給食センターならではの選び抜かれた素材、豊かな風味、香りを大切に、真心をこめてお届けいたします。豊かな品数と吟味した海の幸・山の幸の味わいが毎年好評な、手作りのおせちでございます。

ご予約承り中

ご予約締め切り日
12月23日(水)

お受け渡し日
12月31日(木)

配達、お持ち帰りを選択できます。

お持ち帰り特典 粗品(ティッシュ5箱)を差し上げます。

宇ノ氣給食センター

かほく市森か37-1 〒929-1123
FAX: 076-283-0191 詳細は
http://unokekyuusyoku.com

お問合せ・ご注文はお気軽に

076-283-0082

☎ 076-285-2812

やきとり とんがらし



あなただけのコース料理

あなたに合わせ
コース料理を作ります。
わがまま大歓迎!!

忘・新年会
コース予約がお得です。

家族連れ歓迎!

サラダも充実(7種)

女性満足度 99%



ファミリーマート 国道159号
● 河北合中 ● のとしん七塚支店
● とんがらし ●
太瀬自動車学校

とんがらし

かほく市遠塚イ7-13
〒929-1173
☎ 17:00~23:00
休 火曜日 定 40席
☎ 12台

飲食代 10%OFF

※当店会員様はクーポン併用不可。

お節料理・グルメ

かほく クーポン **検索**

かほくマガジンWEBサイトもご覧ください。
全店FMかほく20秒CM放送中!

さんまる
あったか寄せ鍋 詳細は↓
始めました。
忘・新年会ご予約受付中! 選べる3つの味!!

☎076-255-3130 かほく市白尾二10-18

かほく市・津幡町・内灘町・宝達志水町・森本・粟崎
ご注文は**1,500円以上**の
配送無料!

☎10:30~20:30(L.O 19:45) ☎076-283-7787

クーポン **全品10%OFF**
27年12月未まで有効

☎076-289-1527

野菜のサブウェイ



イオンモール
かほく店

★ **期間限定** ★
American Star Sandwich
好評販売中!

Big★ミートボール
490円

アメリカン★ポークリブ
490円

スープがさらに美味しく!
3種類になって、グレードUP!

クーポン **540円以上お買い上げの方 100円引き**

※イオンモールかほく店でのご利用可。
※日替わりセットA、B、Cは対象外。
※他のクーポンとの併用はできません。
※モーニング等タイムサービスは対象外。
27年12月未まで有効

スタッフ募集!
1日3時間から週2日からでもOK。学歴、年齢不問、未経験の方大歓迎。みんな仲良く、明るい職場です。一緒に楽しみませんか?

イオンモールかほく2F

サブウェイ イオンモールかほく店
かほく市内日角夕25
☎10:00~22:00
(ラストオーダー21:30)
※当店でサブセットの販売を終了いたしました。

鉄板本舗 **阿づき**
cocomme-azuki

1,000円以上お買い上げで 宅配致します!
(宅配エリアのお客様に限ります)

トマト 国造159号 秋保 高松
らくつほ 大浜駅前
宇野駅前 **阿づき** P.F.U.

たい焼き&たこ焼き 専門店
鉄板本舗 阿づき
かほく市宇野気又186-5
☎11:00~19:00 困日曜日
☎080-5856-1100

←スマホでチェック
クーポン持参でお買い上げの方
デニッシュたい焼き 一尾プレゼント!
27年12月未まで

□当たりふわふわ♡スポンジ生地の中に甘さ控えめの小豆がたっぷり!新感覚のデニッシュたい焼きなどご賞味ください。手土産にも好評です!

menu

- たい焼き
つぶあん 150円
カスタード 150円
抹茶黒ゴマ 180円
- デニッシュたい焼き
つぶあん 200円
カスタード 200円
チョコレート 200円
アップル 200円
- たこ焼き(6玉入) 420円
※すべて税込価格となります

電話注文承ります!!

キッチンドリンクー らくつほ

宴会プラン

料理8品 + 飲み放題2時間
男性4,500円 女性3,800円

メニュー詳細は →

忘新年会・女子会に!
ホールスタッフ募集
☎076-283-5906

忘・新年会 ご予約承り中!

飲食代10%OFF
※飲み放題除く 27年12月末まで有効

17:30~翌2:00 20名様まで宴会可
☎076-283-4290

スマホでチェック ↓

わかな

ACOP Aコープ

おせち料理 ご予約承り中!

スマホでチェック ↓

Aコープ かほく店 ☎076-283-5222
Aコープ つばた店 ☎076-289-8600

9:30~22:00 9:30~22:00

どんたく スタッフ募集

かほく店

鮮魚担当 勤務時間/8時~17時 休日/月8回
精肉担当 時給/750円~、17時以降850円~
★経験者、土日祝日勤務可能な方歓迎 ★日曜時給割増し

☎076-285-2712 かほく市木津ハ5-1

月刊 かほくマガジン

グルメ・健康

かほくクーポン 検索

かほくマガジンWEBサイトもご覧ください。
全店FMかほく20秒CM放送中!

西整体

首の痛み ムチ打ち痛
肩の痛み 肘の痛み
膝の痛み 捻挫
ヘルニア 座骨神経痛

1~2回で痛みが楽になると評判!

☎076-260-1087(金沢)
☎076-288-3824(津幡)

とっても受講しやすい価格です!!

ガラス教室

開催予定 ↓

エコみらい河北
http://clean.kahoku.net
TEL.076-288-4545

詳細は、河北郡市広域組合HPにて!

求人コーナー

職種 給与 休日 勤務時間
勤務場所 その他 問合せ先

かほくマガジン 広告掲載店の情報です。



株)電機社 SUBWAY

働 サンドイッチの製造販売
場 イオンモールかほく店
給 時給850円(研修期間あり)
時 9時~22時30分
休 シフト制による
他 土日祝は、時給50円UP
☎076-289-1527

魚料理・民宿 やまじゅう

働 接客配膳
場 かほく市浜北ハ20-1
給 時給750円~900円
時 9時~15時 18時~22時
休 応相談
他 未経験、60歳以上の方歓迎
☎076-283-3455

食楽庵 かほく さんまる

働 フロア・厨房補助
場 かほく市白尾二10-18
給 850円~(研修期間820円~)
時 17時~24時(シフト制)
休 応相談
他 明るく元気でやる気のある方
☎076-255-3130

キッチンドリンクー らくつほ

働 ホールスタッフ(高校生不可)
場 かほく市宇野気ヌ245-2
給 応相談
時 16:00~24:00
休 応相談
他 土・日曜日勤務可能な方歓迎
☎076-283-5906

美容室レイ

働 美容師(正社員・パート)
場 津幡町庄ト1-28
給 18万円~ 時900円~(+能力給)
時 9時~17時半の間で応相談
休 第1・3月曜、日曜、祝日
他 土曜出勤可能な方、試用期間あり、見学OK
☎090-7740-3730

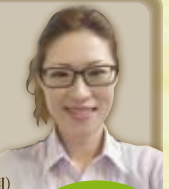
求人広告 募集! お問合せ (株)ウェーブネット Tel.076-283-1139

リラクゼーション 楽楽



お買い物のついでに
肩こり・腰痛・むくみ…
日頃の疲れを癒しませんか

- ＊ボディケアマッサージ45分 **2,900円**
- ＊タイ古式マッサージ65分 **5,500円**
- ＊足ツボマッサージ45分 **3,600円**
- ＊おなかダイエットマッサージ(女性専用)30分 **3,000円**
- ＊アロマリンパマッサージ(女性専用)60分 **5,800円**



初めてご来店のお客様には
20%OFF

※価格はすべて税込です



リラクゼーション 楽楽

かほく市白尾二 9-1 〒929-1127 圏 10:00~19:00
(七塚ショッピングプラザトマト 1F) (予約は18時迄)
☎ 090-8969-7501 水曜日 予約優先



詳細はこちら！



出張もみほぐし

コリ＆張りをほぐして新陳代謝UP

新規オープン!



オールハンドによる
リラクゼーション

足つぼ

ツボを刺激して
細胞を活性化!!

メニュー例

- もみほぐし 40分 2,000円
- もみほぐし & 足つぼ 40分 2,200円

☎ 090-7744-4959

リラクゼーション

まる

ご自宅へ 職場へ

ご訪問させていただきます。

※出張料はいただきません。

スマホで
チェック!

リラクゼーションまる

圏 11:00 ~ 困不定休
※施術中及び運転中は電話に出ることが
できません。後ほどおかけ直し致します。



高血圧の漢方薬

降圧剤だけを服用されている方へ

うちでは、高血圧を血管の老化と捉えています。
血管をホースに、血液を水に、置き換えて想像してみてください。
新品のホースは弾力もあり、内部も汚れていないので水もスムーズに流れます。
これを何十年も使うと……弾力がなくなり(動脈硬化)、内部も水あか(コレステロール)で詰まってきます。
その状態では、蛇口をめいっぱい回して水を出す必要があり水圧も高くなる訳です。これが高血圧です。



降圧剤だけでなく
もっと根本的に
治したいなあ…

ですから、ホースつまり血管の内部を掃除する必要がありますのですね!!
そこで血管を強化し、かつ内部を掃除してくれる頼もしい漢方薬があります。
どうか、体中に栄養を酸素を運んでくれている血液と血管に思いを巡らせ、今年も元気に働いてくれた体に感謝して、新年を迎えましょう。
今年もありがとうございます。



薬剤師 今村美貴子

相談できる薬屋さん!

今村薬局

かほく市宇野気チ76
圏 9:00~19:00
休日曜日・祝日 裏側に駐車場有。
☎ 076-283-0108

スマホで
チェック!



今だけ お得キャンペーン実施中!!

お客様全員に次回使える割引券が当たる!!



美容室 **Rey**

丁寧なカウンセリングで
お客様の「キレイ」が実現

うるおいパーマ
S B ¥9,000

デジタルパーマ
S B ¥12,600

サラサラ縮毛矯正
S B ¥16,000

ツヤツヤ縮毛矯正
S B ¥17,000

プレミアム縮毛矯正
S B ¥18,000

プチヘッドスパ
¥1,500

プレミアムヘッドスパ
¥2,800 ~

炭酸シャンプー + ¥500

毛髪整形

S B C 7,000円

普通の縮毛矯正と違った
クセを伸ばしすぎない、
美しい毛の流れの
ナチュラルなストレートに!

通常カラー料金 (5,700円) に各カラーの料金をプラスして
ご利用いただけます。クーポン券をご利用の方もOK!

モロッカカラー + ¥1,300 サラサラカラー + ¥1,000

モロッカオイルも同時に サラサラ・ツヤツヤで美しい髪を
入れるのでよりツヤめく髪に。 よみがえらせたい方に。

ハーブカラー + ¥1,500 コラーゲンカラー + ¥2,000

天然ハーブを使い、髪に優しく コラーゲンたっぷり入った
なめらかな手触り感。 上質感あふれるカラー。

*すべてのメニューロング料金なし。 **スタッフ募集!**
早めのご予約お待ちしております。

月曜日
営業しています。
(第2・4・5月曜日)

メニュー	シャンプーカット... ¥4,000
	パーマ..... ¥8,400
	学生カット..... ¥2,900
	カラー..... ¥5,700



プラント3近く



津幡町庄ト1-28 〒929-0327

受付 カット 9:30~17:30

カラー 9:30~17:00

矯正・パーマ 9:30~16:00

休 毎週日曜、第1・3月曜日、祝日

年末年始のお休み 12月31日~1月4日

TEL.076-288-7217



スマホで
チェック!



カット+ カラー

通常料金 ¥8,850

¥6,800

土曜日 ¥7,800

ロング料金なし S B 込み

Rey 有効期限
2016.1月末まで

カット+ デジタルパーマ

通常料金 ¥12,600

¥9,000

土曜日 ¥9,500

ロング料金なし S B 込み

Rey 有効期限
2016.1月末まで

カット+ 縮毛矯正

通常料金 ¥15,750

¥9,000

土曜日 ¥10,000

ロング料金なし S B 込み

Rey 有効期限
2016.1月末まで

カット+ ツヤツヤ縮毛矯正

通常料金 ¥17,000

¥14,000

土曜日 ¥15,000

ロング料金なし S B 込み

Rey 有効期限
2016.1月末まで

カット+ リタッチカラー (根元3cm)

¥5,500

土曜日 ¥5,800

ロング料金なし S B 込み

Rey 有効期限
2016.1月末まで

美容



かほく クーポン

検索



かほくマガジンWEBサイトもご覧ください。
全店FMかほく20秒CM放送中!



ZAU^さ HAIR

図 9:30~18:00
休 毎週月曜日、第1、第3日曜日

☎ 076-256-1389 かほく市浜北イ19-11

成人式着付け、
セット、メイク、
予約受付中!

世界へのプレゼントになろう

毎週水曜日 12:30~13:30

例会場 かほく市七塚

生涯学習センター ふれあい館



異業種の交流

河北ロータリークラブ

☎ 076-285-2611

詳細は→
コチラ



☎ 076-254-0770

hair*ヘア

レギュラーカット ¥4,200

カラー/パーマ ¥6,000

カラーコース/
パーマコース ¥10,500

(カット・トリートメント込み)

無農薬、無化学肥料でつくりあげた植物から生まれたオーガニックオイルを使用。

お好きなエッセンシャルオイルを使って、オールハンドで全身トリートメント

お好きな箇所1部分 30分 ¥2,625

全身 60分 ¥5,040 90分 ¥7,350

最初から最後まで
1人のスタッフが担当

女性セラピストによる
完全個室アロマセラピー併設



aroma*アロマ



プールトゥジュール 予約優先

かほく市学園台4丁目35番地

図 9:00~19:00

休 月曜、第1火曜、第3日曜

休 毎週火・木曜(アロマメニューのみ)



初めてのお客様
ヘアメニュー
20%OFF
27年12月末まで有効

初めてのお客様
アロマメニュー
20%OFF
27年12月末まで有効

New イオンミストで 潤い 艶やか サラサラ ヘア



- ◆ イオンミストO₂が髪の内層まで浸透。水分バランスを整え、髪を健康に保ちます。
- ◆ マイナスイオンミストで失われがちな水分を補い、サラサラに仕上がります。
- ◆ 髪1本1本がパサつきなく、カラーやパーマをした髪もしっとりツヤツヤ!

イオンミスト

+500円

(どのメニューでもOK)

※詳しくはスタッフまで

HAIR STUDIO SUGIMURA

ヘアースタジオ 杉村



かほく市大崎ル4 〒929-1127

図 9:00~19:00 ナイター・DAY 水金曜 13:00~22:00

休 毎週月曜、第1月・火曜、第3日・月曜

☎ 076-283-7374

↓詳細は





学生さんからシニアの方まで
幅広い年齢層に支持されています。

☎ 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 ③込
通常価格 14,900円(M) ▶ **8,740円**
■土日祝は+540円

お薦め! カット+グレーカラー ③④込
通常価格 7,770円(M) ▶ **5,800円**

お薦め! カット+デジタルパーマ ③込
通常価格 12,790円 ▶ **9,000円**
■土日祝は+540円

カット+ファッションカラー ③④込
通常価格 8,850円(M) ▶ **6,280円**

カット+パーマ ③込
通常価格 10,900円(M) ▶ **7,610円**

全クーポン【長さ一律♪】 ※他券併用不可



ネネズヘア

※このクーポンをご持参下さい。27年12月末日まで有効

スマホでチェック!

かほく市内日角4丁目84番地3
☎9:00~18:00 ④第1,3月曜日
12月は第3日曜日営業します。
年末は30日まで営業します。

予約のお客様優先
となりますので、
早めの予約を
お勧めします。

月曜日
(第2・4・5)
営業してます!!

通常menu
カット
3,020円



美容室・フォトスタジオ一体化サロン



成人式、ご卒業・ご入学の
ご予約&撮影承ります!!

レトロヴィンテージ感漂うヘアサロン
かほく市白尾にオープン★★



コスミックヘア

かほく市白尾二10-2 〒929-1177

予約優先制

☎火・水・金 9:00~19:00/土・日・祝 9:00~18:00
☆ナイト営業☆(前日までに予約) 木曜のみ 13:00~21:00
④毎週月曜日、第1・第3日曜日 ※クレジットカード可

☎ 076-213-5394

スマホでチェック!



menu
●cut ¥4,000
●color ¥5,500~
●perm ¥8,500~

カット カラー ケークラブ
cut & color K-CLUB

トリートメント
キャンペーン

憧れのヘアスタイルに
＜予約不要＞

5種類のトリートメントから、お客様の
髪の状態に合わせてチョイスします。

サロンで失敗した・・・。

思い通りにならなかった・・・。

そんな経験はありませんか?

そんな人達は、ぜひK-CLUBへ

雑誌やヘアカタログなど希望のスタイル写真持参で
思い通りのスタイルをあなたに似合わせます。

TEL/FAX 076-282-5250 送迎致します!

クーポン
トリートメント
通常3,000円
のところ(税別)
2,000円(税別)
27年12月末日まで有効

カットアンドカラー ケークラブ
かほく市高松37-2

スマホで
チェック



Open 9:00~
Close パーマ/カラー カット
平日 18:00 18:30
日祝 16:30 17:30
④毎週月曜、第1火曜、第3日曜

美容



かほく クーポン

検索

かほくマガジンWEBサイトもご覧ください。
全店FMかほく20秒CM放送中!

社交ダンスを始めませんか 毎週金曜午後8時集合

初心者歓迎

夫婦で始めませんか!

運動不足の方
生活習慣を見直そう
社交ダンス用のシューズまたは
内履きをお持ち下さい。

パーティ
デモ出演可

会費募集
金曜20:00~22:00
月会費 2,000円
(夫婦は2人で2,000円)
※1ヶ月目はお試し入会無料

国道159号
河北台中 高松
太陽自動車学校
海シャルウィ
ダンススタジオ

社交ダンスを楽しむ会

かほく市宇気子40-7
(太陽自動車学校の北並び)
海シャルウィダンススタジオ
☎076-283-5738 (アトリエ アヤ)

☎076-283-3707 <http://anchouchou.info>

hair atelier
an.chouchou
ヘア・アトリエ アンシュシュ



キッズルーム
お子様連れのお客様も安心して
ご来店いただけます。

成人式
着付け・セット・メイク
予約受付中!

高濃度炭酸泉と癒し空間で髪も心もリフレッシュしませんか?

予約優先制 かほく市宇野気ト67-1
☎平日9:00~19:00 土日祝8:30~18:00

12月の定休日/毎週月曜日・第1火曜日
12月の第3日曜日は休まず営業いたします。
年末は12月31日まで、年始は1月5日から
営業いたします。 ※クレジットカード可

クーポン

新メニュー おしやれ増毛 Felmo(フェルモ)
初回お試し価格 7,020円~ 完全予約制
見た目、手触り、扱いやすさ、
どれをとってもご自分の毛に近い感覚です。詳しくはホームページ!!

セットメニュー ※長さすべて一律

- ①カット+炭酸カラー+トリートメント... 6,480円
- ②カット+炭酸パーマ+トリートメント... 7,776円
- ③カット+炭酸カラー+炭酸パーマ+トリートメント... 11,880円

※②③弱酸性パーマ+3,240円 ※①③弱酸性カラー+1,080円

炭酸縮毛矯正 +トリートメント... 8,640円

New オイルinストレート +トリートメント... 10,800円
※長さすべて一律 ※カット +2,160円

カット

- 一般... 3,780円 中学生... 2,160円
- 高校生... 2,700円 小学生・幼児... 1,836円

ヘッドスパ... 3,240円~ 27年12月末日まで有効

☎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。
成人式の着付け承ります。

メニュー

- カット... 3,020円
- カラー... 4,210円~
- パーマ... 6,260円~

サラヘア

津幡町庄ホ46-1 〒929-0327
☎9:00~19:00 毎月曜日
12月は第1火曜日、第3日曜日営業します。
年末は31日17時まで、年始は6日から営業します。

スマホで
チェック!

デジタルカール
9,770円

◎◎ 込長さ一律
※他券併用不可
27年12月まで有効

持続性抜群のデジタルカール。朝のお手入れが超簡単です!

縮毛矯正 9,800円 ◎◎ 込
長さ一律
※他券併用不可 27年12月まで有効

パーマ 500円OFF
(デジタルカールは除く)
※他券併用不可
27年12月まで有効

カラー + カット 500円OFF
※他券併用不可
27年12月まで有効

「結果」にこだわった施術!
エステ・痩身専門店
Beauty Salon
ラ・パール かほく店



※冬の乾燥肌や長年悩み続けているシミ、シワ、たるみに「ビタミンA」で終止符を!!

白尾IC1	199
★ラ・パール	199
8番らーめん	199
イオンモールかほく	199
ACオーブ	199
しづく	199

ラ・パール かほく店

かほく市大崎15-1 〒929-1127 Ayu姉妹店
 図 9:30~19:30 困不定休 ※駐車場有 ※カード可

☎ 0120-332-560 完全予約制

東カ店もあります。
金沢市東カ町イ19-3

ラパール

検索

詳細はこちら



毛穴・シミ・シワ・たるみに!!

【ビタミンAフェイシャルエステ】

超音波&イオン導入でビタミンA・Cを肌深部へ40倍浸透

定価10,380円を“ご新規様”特別価格 **90分** カウンセリング込

初回 **3,780円** (税込)

2回コース **6,780円** (税込)

今だけ! 上記に1回あたり+1,980円(通常3,980円)で
 プルプルヒアルロン酸導入ができます。

耳つぼダイエットで無理なく健康的に痩せてみませんか?

日本痩身医学協会会員

(日本最大級の耳つぼ痩身グループ)

スリムアイランド・つばた店



ダイエットを目指している貴方、まだまだ間に合いますよ!
 3ヶ月後の自分らしい自分を想像してみてください。

12月限定! カウンセリングの
 予約の方にプレゼントを
 差し上げます。

耳つぼダイエットカウンセラー
 1日資格取得講座実施中
 資格取得料 ¥89,800



山室 美津子



津幡町横浜ほ29番地5 横浜ビル2F 〒929-0341

図 9:00~21:00 困日曜・祝日
<http://mimitsubo-tsubata.com>

☎ 0120-332-159 完全予約制

耳つぼ白書

検索

姉妹店
募集中!

FMかほく「耳つぼダイエット」
 毎週水曜10:30~10:54放送
 ダイエット成功
 事例をチェック!



もうすぐ

成人式!!

記念撮影は
前撮りがおすすめ

予約
受付中!

前撮りだとゆっ〜くり写せて「見て選べる」システム

特
典

- 予約された方に**キャビネ**額入りのプレゼント
- 写された全ての方に**携帯ストラップ** or **キーホルダー**プレゼント
- 前撮り2万円以上お買い上げの方に「**ミニアルバム**」プレゼント



津幡町津幡196-1 〒929-0323 (パピイ1通り)

図 平日/9:00~19:00 詳細はこちら↓
 土・祝/9:00~18:00
<http://www.miyanophotostudio.com>

☎ 076-289-4181



美容・生活



かほく クーポン

検索

かほくマガジンWEBサイトもご覧ください。
全店FMかほく20秒CM放送中!

スマホ対応 ホームページで集客!

市町名 + 商品名 で検索表示!



こんな方をお手伝い!!

ITが苦手!

忙しくて対応できない!

ブログ感覚で
ご自身でも更新!

ホームページ制作費
50,000円~

(株) ウェーブネット

制作実績: 宇ノ気給食センター様 ☎076-283-1139

婚活は早いほうが有利!



地元で婚活

女性半額キャンペーン
カウンセリング・お見合い料
初回月会費無料!

安心の月会費制 2,000円~
(税抜き)

新規ご来店の方にプレゼント

プライバシー完全厳守

98%が北陸在住なので、地元での出会いが可能!全データの中から納得した相手とだけお見合いする、成婚率の高いシステム。親の代理入会ではなくご本人のみの登録。強引な勧誘は一切いたしません。安心してまずは無料でご見学から!お気軽にご来店下さい。HPも見てね!

毎月変わる!お得なWEB限定クーポンもチェック!

ぼだいじゅかなざわ 検索

菩提樹かなざわ

☎076-287-3300



金沢市泉本町7-7-1
ジャンボホールオフィス棟2F
営業時間◆10:30~19:00
(土日祝10:00~18:00)
定休日◆金曜、年末年始
大型駐車場あり

←詳しい情報はこちら

FMかほくで「ときめき婚活定食」毎週火曜10:30~放送中

家女性会貸衣裳室

卒業式・入学式・ブライダル衣裳

平成29年成人式

1月5日9時から電話予約開始!

かほく市内外問わずお貸しします。

☎076-285-1658

図9時~17時 図月曜・祝日



完全個別トレーニング指導

ReAct リアクト

おなが割りませんか?

クーポン

体組成測定
(部位別筋肉量や体脂肪量)

500円 → 無料

27年12月未まで

かほく市白尾又14-16

米沢産業ビル2F

セブンイレブンかほく白尾店そば

☎076-213-5588



松野佛壇店

仏壇・仏具・神棚
神具・掛軸販売

小物1つでも配達します

詳細は
↓



修理・修繕(佛壇洗い)

☎076-283-0643 かほく市宇野気二112

Taiyo 太陽自動車学校

広~いコースでのびのび教習。

選べる5つの教習プラン
学割キャンペーン実施中

各大学・高校
無料送迎致します

☎076-283-1163

←スマホ・ネット申込で
普通免許が割引!



Oil Plaza D1 45分 車検
 軽自動車から大型車 (エスティマ、エルグランドクラス) まで検査費用は **12,800円** 税別
 早期予約割引で さらに2,000円引!!
 特典① オイル交換2年間無料!!
 特典② 無料ロードサービス付き
 特典③ 整備補償付き

ご予約・ロードサービスはこちら
☎0120-283-844
 D1メンテ TEL.076-283-8383
 加賀谷商事株式会社 9時~20時
 かほく市内日角3-5-1 水曜日
<http://oil-plaza-d1.jp> **土・日・祝日 営業**

月刊 かほくマガジン

暮らし

かほくクーポン 検索

かほくマガジンWEBサイトもご覧ください。
 全店FMかほく20秒CM放送中!

津幡バイパス・のと里山海道アクセス良!

賃貸 店舗・事務所

かほく市内日角
 月額129,600円

☆会議室・応接室有り
 509.1㎡ (154坪) 敷 360,000円 礼 129,600円
 七尾線宇野気駅 バス10分 駐車10台 取 仲介
 給湯、プロパンガス、エアコン、トイレ2箇所、融雪装置
 宇ノ気小学校、宇ノ気中学校 ☆イオンモールかほくより150m

マインドホーム
 金沢市金石本町口27-1 〒920-0336
 info@mindhome.jp
 石川県知事(3) 第3747号
<http://mindhome.jp>
 随時内見可能。お気軽にご連絡ください。 ☎076-266-2626

オーダーメイド型 個別学習塾 **【中学部】 【小学部】**

創心ソウシン 秋浜教室

かほく市秋浜二-20
 月~土14:00~22:00
 詳細はこちら

冬期講習募集開始! ☎076-254-1920

河北郡市統一テストの目標点

泉丘 380点	二水 350点	桜丘 320点
七尾 320点	錦丘 300点	金沢西 270点
羽咋 290点	伏見 230点	金商 220点

Good Job! 進学塾
 〒929-0342 河北郡津幡町北中条8-66-3
 (アルプラのすぐ近く・中条小学校となり)
 グッジョブ 津幡校

絶対に諦めない君のための
 冬期講習あります!

ハロー!パソコン教室

冬休みがチャンス!

資格割

限定先着30名様 12/29火まで

※キャンペーンの詳細はHPで。

資格割で1時間なんと! 1,080円	Word2010対策講座 [通常] ¥38,880 ⇒ ¥32,400 (6,480円引き)	Excel2010対策講座 [通常] ¥41,472 ⇒ ¥34,560 (6,912円引き)
------------------------------	---	--

初心者の方、40・50・60・70歳以上の方も大歓迎!!

イオンモールかほく校 ☎076-289-1705 **アルプラザ津幡校** ☎076-288-6686

MOS パソコンのスキルを証明! 就職に有利な資格です。
 レッスン 無料体験

クーポン情報

平成27年12月から有効

対象商品などクーポン内容の詳細は各店にご確認下さい。クーポンのご提示がない場合、割引等提供されません。
※本クーポンは、お買い物の時のみ有効です。
他の割引、サービスとの併用は出来ません。

カジマート みなみ店

営業時間 / AM9:00 ~ PM9:30

クーポン

マルサン <各種> 表示価格の
鍋つゆ 600ml (3~4人前) **2割引**

※お一人様2点限り 27年12月1日~31日まで有効

☎076-288-3980 津幡町加賀爪ホ218

カジマート 高松インター店

My Card会員募集中! 発行費用は無料!

さらに60歳以上の新規会員様特典
S会員登録受付中! 50ポイント進呈!!

108円毎に1ポイント進呈。500ポイントで500円分の商品券を1枚差し上げます。

☎076-281-3741 9:00~21:30
かほく市高松ア7-2

カジマート 太田店

営業時間 / AM9:00 ~ PM8:00 定休日 / 日曜日

クーポン

みかん各種 各1点2割引

※1家族1点限り ※広告の品、割引商品は除く
27年12月1日~31日まで有効

☎076-288-3600 津幡町太田は101-1

かほく市避難場所 かほく市役所 ☎076-283-1111

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| ① 高松小学校 (校舎・体育館・運動場) | ⑩ 白尾しらゆり公園 |
| ② 高松中学校 (校舎・体育館・運動場) | ⑪ 指江コミュニティセンター |
| ③ 高松産業文化センター | ⑫ うのけ総合公園陸上競技場 |
| ④ アクロス高松 | ⑬ 宇ノ気野球場 |
| ⑤ 高松陸上競技場 | ⑭ 宇野気公民館 |
| ⑥ 高松野球場 | ⑮ 宇ノ気スポーツセンター |
| ⑦ 大海小学校 (校舎・運動場) | ⑯ 七窪体育館 |
| ⑧ 石川県立看護大学 (体育館・運動場) | ⑰ 宇ノ気小学校 (校舎・体育館・運動場) |
| ⑨ 高松グラウンド・ゴルフ場 | ⑱ 宇ノ気中学校 (校舎・体育館・運動場) |
| ⑩ 河北中学校 (校舎・体育館・運動場) | ⑲ 宇ノ気図書館 |
| ⑪ 七塚小学校運動場 | ⑳ 大崎区民会館 |
| ⑫ 木津公園 | ㉑ 宇ノ気南部体育館 |
| ⑬ 七塚生涯学習センター | ㉒ 潮見台公園 |
| ⑭ 七塚健康福祉センター | ㉓ よこやま研修館 |
| ⑮ 七塚中央公園 | ㉔ 金津小学校 (校舎・運動場) |
| ⑯ 七塚武道館 | ㉕ 金津体育館 |
| ⑰ 外日角小学校運動場 | ㉖ 谷公園 |
| ⑱ 七塚体育センター | ㉗ 藤が丘公園 |

津幡町避難場所 津幡町役場 ☎076-288-2121

- | | |
|--------------|----------------|
| ① 津幡小学校 | ⑭ 中条公園 |
| ② ふれあい広場 | ⑮ 条南コミュニティプラザ |
| ③ 中央公園 | ⑯ 井上小学校 |
| ④ しらとり児童公園 | ⑰ 井上保育園 |
| ⑤ つばた幼稚園 | ⑱ 井上コミュニティプラザ |
| ⑥ 住吉保育園 | ⑲ 笠野小学校 |
| ⑦ 住吉公園 | ⑳ 笠谷保育園 |
| ⑧ サンライフ津幡 | ㉑ 笠野公民館 |
| ⑨ 実生保育園 | ㉒ 英田小学校 |
| ⑩ 津幡公民館 | ㉓ 能瀬保育園 |
| ⑪ 津幡高等学校 | ㉔ 英田コミュニティプラザ |
| ⑫ 津幡中学校 | ㉕ 種保育園 |
| ⑬ 太白台小学校 | ㉖ 河合谷小学校 |
| ⑭ 太白台保育園 | ㉗ 河合谷ふれあいセンター |
| ⑮ 笠井会館 | ㉘ 刈安小学校 |
| ⑯ 津幡南中学校 | ㉙ 寺尾保育園 |
| ⑰ 文化会館シグナス | ㉚ 刈安コミュニティプラザ |
| ⑱ 中条小学校 | ㉛ 竹橋保育園 |
| ⑲ 中条東保育園 | ㉜ 萩野台小学校 |
| ㉑ 中条公民館 | ㉝ 萩坂保育園 |
| ㉒ 石川工業高等専門学校 | ㉞ 萩野台コミュニティプラザ |
| ㉓ 条南小学校 | ㉟ 俱利伽羅 源平の郷 |
| ㉔ 中条南保育園 | ㊱ 竹橋口芝生広場 |

かほくマガジン ラック配布場所

かほく市

かほく市役所
かほく市商工会
のとしん宇ノ気支店
★イオンモールかほく
1F入口 (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
コメヤ薬局 かほく店
★ショッピングプラザトマト
デリヤリストア河北高松店
民宿 やまじゅう
富士通ITプロダクト
クラブラレット
河北台健民体育館

津幡町

津幡町役場
津幡町文化会館 シグナス
道の駅 俱利伽羅源平の郷
★Aコープ津幡店
★アル・プラザ津幡店 (食品レジ前)
★ブランド3津幡店
★カジマート南店
★カジマート太田店
どんたく津幡シグナス通り店

内灘町

内灘町役場
★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 (フードコート)

★赤文字のお店はFMかほく応募BOX設置場所です★

内灘町避難場所 内灘町役場 ☎076-286-1111

- | | |
|-------------------------------------|---------------------|
| ① 室公民館 | ⑳ 鶴ヶ丘中央公園 |
| ② 室児童公園 | ㉑ 鶴ヶ丘小学校 |
| ③ 勤労青少年ホーム・西栗屋児童公園 | ㉒ 鶴ヶ丘東公民館・鶴ヶ丘東公園 |
| ④ 西栗屋小学校 | ㉓ 鶴ヶ丘西公民館・鶴ヶ丘第2児童公園 |
| ⑤ 宮坂公民館 | ㉔ 千鳥台第3公園 |
| ⑥ 内灘勤労者体育センター | ㉕ 鶴ヶ丘第1児童公園 |
| ⑦ 内灘総合公園・屋内温水プール管理棟
・サイクリングターミナル | ㉖ 清湖小学校 |
| ⑧ 福祉センター (憩) | ㉗ 向栗崎東集会場 |
| ⑨ 大学公民館・大学第2児童公園 | ㉘ 内灘高等学校 |
| ⑩ ハマナス恐竜公園 | ㉙ 向栗崎の家・向陽台公園 |
| ⑪ 内灘町民ホール | ㉚ 向栗崎小学校 |
| ⑫ 内灘中央公民館 | ㉛ アカシア公民館 |
| ⑬ 大根布児童公園 | ㉜ 千鳥台公民館 |
| ⑭ 内灘町文化会館・大清水公園 | ㉝ 千鳥台公園 |
| ⑮ 大根布小学校 | ㉞ 緑台公園 |
| ⑯ 鶴ヶ丘第3児童公園 | ㉟ 緑台公民館 |
| ⑰ 鶴ヶ丘北公民館 | ㊱ 向栗崎都市緑地 |
| ⑱ 内灘町武道館 | ㊲ 少年の家 |
| ⑲ 内灘総合グラウンド | ㊳ 向栗崎体育館・向栗崎運動公園 |
| ⑳ 内灘中学校 | ㊴ 旭ヶ丘公民館・旭ヶ丘公園 |

	月 (Mon)	火 (Tue)	水 (Wed)	木 (Thu)	金 (Fri)
25	インフォメーション ※災害・緊急時には、全時間投稿からの対面放送に切換えます。				
6	音楽 美肌サロン (再)	出張FAB屋のカフェ (再)	Thanks!! Radio♪ (再)	高専's ライフ (再)	燃える体づくり (再)
7	00 Happyパーソナリティ (再)	ラジオブレイク (再)	子育ては楽しいヨ (再)	ハッピーハーブ (再)	心にも高橋しげりです (再)
8	00 かたりの窓	がんばれ! スポーツアスリート	小さな会社の経営法則	そろしがるのおんがくの魔法	サブカル男子
9	民話 塩谷治美 (かほく)	スポーツ 高井篤志 (かほく)	企業経営 小嶋隆史	音楽 you & shinsuke	ガールチャージャー 森下貴仁 (かほく)
10	30 幸せほんわかライブ (再)	英ちゃんののフォーク (再)	California Easy Speak (再)	元気にTOMMYショー (再)	コソらさんの防犯あれこれ
11	00 パソコンなんでも相談 (再)	雑談ラジオ	近藤和也の 一糸 (再)	おしゃれトーク	トータルビューティー
12	00 パソコン	中国 新番組 山崎翠	政治 近藤和也	ファッション 網本由美 (かほく)	エステ 復身
13	00 金丸弘人 (かほく)	マツコ盛	近藤和也	網本由美 (かほく)	清井萌葉子 (かほく)
14	00 玄いさんのいろり話 (再)	ラブラブかほくがた	しあわせ一直線! (再)	シャングリラへGO! (再)	テリーの住まい大好き (再)
15	00 エコマらい河北NEWS	職人の話	よくわかる人の雇用の話	なぎみろ!	ヘルシーライフ
16	環境 上野谷剛 (津幡)	工芸 塚本守利 (津幡)	労務年金 三村正夫 (津幡)	音楽 杉本和也 (かほく)	健康 北山理津子 (かほく)
17	30 VOICE RADIO	ときめき婚活活食	耳つぼダイエット	MUSIC LOVE	NPO よもやま話
18	00 パソコンなんでも相談 (再)	婚活 田中雅志	瘦身美人 山宮美津子 (津幡)	音楽 宮越真沙美 (内灘・津幡出身)	NPO 青海康男
19	00 ラジオブレイク	子育ては楽しいヨ 幼児教育 星名紀之 (かほく)	ハッピーハーブ	こんにはは高橋しげりです	Happyパーソナリティ
20	00 局の話 新江克之 (かほく)	グッちゃん内灘	元気 上田智子 (津幡)	政治 高橋しげり (かほく)	トータルビューティー ニニング 安達淳郎 (かほく)
21	30 幸せ健康講座	グッちゃん内灘	けんちゃんの元気いらい	Music Poke!	グッチのよもやま話
22	00 津方健史	ボランティア 中村敏男 前河政秀 (内灘)	元気 喜多村げん	音楽 もりとしまさ	歴史文化 寺口学 (かほく)
23	00 意外と知らないワイド映画	ビューティータイム	アバウトスタディ	あなたと住まい	健康一番 元気あとのヒビ 健康ラジオ
24	00 映画 藤井秀和 (かほく)	美容 多々見りか (かほく)	受験 竹内祐 (かほく)	不動産 小林綿哉、和泉ゆんこ	整体 中村高次郎、和田夫一 (津幡)
25	30 パソコンなんでも相談 (再)	雑談ラジオ (再)	近藤和也の 一糸 (再)	おしゃれトーク (再)	トータルビューティー (再)
26	00 食育レシピ (再)	Cloud 9 music (再)	ココロのサプリ (再)	みんなの健康トークバラエ (再)	明日を夢みて (再)
27	00 かたりの窓 (再)	がんばれ! スポーツアスリート (再)	小さな会社の経営法則 (再)	そろしがるのおんがくの魔法 (再)	サブカル男子 (再)
28	00 英ちゃんののフォーク	California Easy Speak 英会話	元気にTOMMYショー	コソらさんの防犯あれこれ	幸せほんわかライブ
29	00 音楽 柳聖英、沼田禮彦 (内灘)	上田敦子、スターみかお (津幡)	マジック	防犯 村中高次郎 (津幡)	ライブ 木根茂樹 (津幡)
30	00 VOICE RADIO (再)	ときめき婚活活食 (再)	耳つぼダイエット (再)	MUSIC LOVE (再)	NPO よもやま話 (再)
31	00 だけしのちよいと悪オヤジ	あなたに会えてよかった	旅のうまい話	taste of funky	ゆるゆる癒し感 リズムゼーション ねごろみゆき (津幡)
32	00 理容 杉村武志 (かほく)	ジャズ 前川真喜子	旅行 酒井孝一 (かほく)	HipHop funky-nana (津幡)	グッチのよもやま話 (再) ヘルシーライフ (再)
33	30 幸せ健康講座 (再)	グッちゃん内灘 (再)	けんちゃんの元気いらい (再)	Music Poke! (再)	グッチのよもやま話 (再)
34	00 エコマらい河北NEWS	職人の話 (再)	よくわかる人の雇用の話 (再)	なぎみろ! (再)	ヘルシーライフ (再)



2015年12月番組表

土 (Sat) 日 (Sun)

	土 (Sat)	日 (Sun)
25	インフォメーション	
26	00 パソコンなんでも相談 (再)	00 パソコンなんでも相談 (再)
27	00 かたりの窓 (再)	00 サブカル男子 (再)
28	00 VOICE RADIO (再)	00 小さな会社の経営法則 (再)
29	00 グッちゃん内灘 (再)	00 California Easy Speak (再)
30	00 エコマらい河北NEWS (再)	00 なぎみろ! (再)
31	00 職人の話 (再)	00 健康一番・健康ラジオ (再)
32	00 耳つぼダイエット (再)	00 iPhone知りた! (再)
33	00 美ちゃんののフォーク (再)	00 Chocolate syrup (再)
34	00 げんちゃんの元気いらい (再)	00 あなたと住まい (再)
35	00 意外と知らないワイド映画 (再)	00 MUSIC LOVE (再)
36	00 近藤和也の 一糸 (再)	00 ヘルシーライフ (再)
37	00 雑談ラジオ (再)	00 心にも高橋しげりです (再)
38	00 子育ては楽しいヨ (再)	00 幸せほんわかライブ (再)
39	00 よくわかる人の雇用の話 (再)	00 Music Poke! (再)
40	00 アバウトスタディ (再)	00 トータルビューティー (再)
41	00 幸せ健康講座 (再)	00 旅のうまい話 (再)
42	00 Happyパーソナリティ (再)	00 taste of funky (再)
43	00 iPhone知りた! (再)	00 ハッピーハーブ (再)
44	00 だけしのちよいと悪オヤジ (再)	00 コソらさんの防犯あれこれ (再)
45	00 ときめき婚活活食 (再)	00 Happyパーソナリティ (再)
46	00 ラブラブかほくがた (再)	00 燃える体づくり (再)
47	00 しあわせ一直線! (再)	00 NPO よもやま話 (再)
48	00 みんなの健康トークバラエ (再)	00 テリーの住まい大好き (再)
49	00 あなたに会えてよかった (再)	00 シャングリラへGO! (再)
50	00 Cloud 9 music (再)	00 明日を夢みて (再)
51	00 ココロのサプリ (再)	00 美肌サロン (再)
52	00 Chocolate syrup (再)	00 グッチのよもやま話 (再)
53	00 出張FAB屋のカフェ (再)	00 高専's ライフ (再)
54	00 元気にTOMMYショー (再)	00 ゆるゆる癒し感 (再)
55	00 ラジオブレイク (再)	00 玄いさんのいろり話 (再)
56	00 Night Flight (再)	00 食育レシピ (再)

※祝日(12月23日)、年末年始(12月29日~1月4日)、お盆期間の生放送はお休みします。生中継を行う時間の遅延・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。

■地域トーク番組、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・音楽・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、防災番組・音楽番組などを放送します。

生放送	録音放送
議員の方の番組は選挙期間中はお休みいたします。	
北國新聞・北陸中日新聞・読売新聞に番組表掲載	

INFORMATION

4分間のお知らせを随時お送りしています。

内灘潮騒だより 津幡町シゲタ情報

■津幡警察署、消防署 (かほく市・津幡町・内灘町)
■内灘今昔物語 ■4分英会話

AREA MAP & CM

■かほく市、津幡町、内灘町及び周辺
金沢市と能登地区との交通移動時間にラジオでお楽しみいただけます。能登有料道路 海岸沿い一帯で聴取可能

■ネットラジオ スマートフォン・パソコンOK!
シャウトキャスト
SHOUTCAST (http://radio.kahoku.net:8000)から配信
TuneIn Radio, RadioN, Radio Free HQ, シンプルラジオなどのアプリで「fmkahoku」と検索してください。

■CM料金、後援事業申請はホームページをご覧ください。
<http://fm.kahoku.net>

NPO法人FMかほく
〒929-1177 かほく市白尾ル88番地
Tel.076-283-6660 Fax.076-283-6667
E-mail fm@kahoku.net

パーソナリティ募集!

お仕事や趣味の話をラジオで放送してみませんか!
初心者も研修でボランティアパーソナリティに!

※Night Flightは59分番組です。