

# FM KAHOKU 78.7MHz

## 2011 7月号

かほく市・津幡町・内灘町  
店頭配布

月刊かほくマガジン 7月号 Vol.78

求人コーナー無料掲載

平成23年6月30日発行 編集・発行 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 kahoku@wavenet.jp  
一般第三種電気通信事業(届出番号D-14-267)

©WAVENET2011

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。

がんばろう日本!

FMかほく開局3周年  
震災復興チャリティー事業

FMかほく  
生中継 P14に詳細

## 海の日まつり

7月18日(月・祝) **入場無料**

能登有料道路白尾IC周辺(石川県かほく市白尾)

石川県漁協南浦支所(JF南浦) 10:00~15:00  
フリーマーケット・ライブ演奏・ワークショップ

ビーチハウス友楽荘

18:00~20:30

夕日のディナーステージ  
(フラダンス・ファイヤーダンス)



主催/NPO法人 FMかほく 共催/JF南浦・ビーチハウス友楽荘

協力/金沢海上保安部・白尾区・キリンビール・アクアクララ・コーシン



岩ガキ料理  
試食・即売



白尾灯台  
一般公開



河北潟農業  
生産者直売

ぶどう  
スイカ  
桃



FMかほく4時間生中継  
(10:00~11:54, 13:00~14:54)

かほく四季まつり

7月30日(土)・31日(日)

## サマーフェスタ in かほく

ラジオを聴きながら  
花火見物



30日(土) FMかほく生中継!

リバーフェスタ 放送時間 10:00 ~ 11:54  
(大海川河川敷 夏葉橋周辺)

花火大会 放送時間 20:00 ~ 21:00 頃  
(宇ノ気野球場)



お得なクーポン情報!

グルメ・美容・整体・  
住まい・暮らし etc.

**FMラジオ78.7MHzでお聴きください!!**

HP <http://fm.kahoku.net>

E-mail [fm@kahoku.net](mailto:fm@kahoku.net)

Tel.076-283-6660 Fax.076-283-6667

サンセットクルージング 平日 16:30 ~ 17:24  
24分間 地域応援番組 / 音楽番組  
4分間 インフォメーション / オールナイト MUSIC

**ON AIR**

パソコン・スマートフォン  
ネットラジオ

SHOUTcast Radio

ホップ・ステップ・ジャンプ!  
FMかほく開局3周年



今月のプレゼント  
ファミリーセット

5組様



番組内で紹介する  
キーワードを書いて  
店頭ラックの  
応募BOXに  
投函して下さい。

7月25日締切

※当選の発表はプレゼントの発送を  
もってかえさせていただきます。

※写真はイメージです。

協力:焼肉 五臓六腑(内灘町)

7月ラジオアンケートプレゼント

- ラジオを1日どれ位聴きますか?  を付けて下さい。  
聴かない・1時間以内・1時間~3時間・3時間以上
- どこで聴きますか?  
通勤中・職場・家庭・外回り中・その他( )
- 普段お聴きになるラジオ局は?(いくつでも)  
FMかほく・NHK・MRO・エフエム石川・ラジオかなざわ  
その他( )

今月のキーワード

ラジオ番組で随時キーワードを放送します。

名前			
住所 〒			
Tel.			
性別	男・女	年齢	歳
職業	学生・社会人・専業主婦・無職・その他( )		



# 焼肉・グルメ gourmet

「焼肉を食べよう！」  
「だって焼肉を食べたい！」  
「毎日買って夏バテしちゃうよ…」

「かほくマカジンに載ってるお店ならクーポンが使えるわよ」  
「そうだなー！この店にしよう！」

**焼肉を食べてスタミナをつけよう！**

# やきとり とんがらし

■コース予約は値段以上の料理が出ます。  
■女性、男性、家族用の価格コースをご用意します。ご相談下さい。

**クーポン** 飲食代 **10%OFF**  
※当店会員様はクーポン併用不可。

水曜日は **やきとり5種半額!**

☎ 076-285-2812



他店で食べられない当店しかない とんがらし料理  
女性達が集まるおしゃれな やきとり屋さん  
いろりを囲んだ宴会も出来ます。

ファミリーマート 国道159号  
のとしん 七ヶ支店  
とんがらし  
かほく市遠塚イ7-13 〒929-1173  
☎ 17:00~23:00  
🗓️ 火曜日 40席 🗓️ 12台  
📧 tongarashi@m7.dion.ne.jp

# 新鮮焼肉 昭和ホルモン館

その場で注文OK!! **食べ放題コース!!**

**お手軽食べ放題コース**  
100分以内 **1,890円(税込)**  
※小学生 1,280円(税込)

**満足食べ放題コース**  
150分以内 **2,280円(税込)**  
※小学生 1,480円(税込)

**文豪食べ放題コース**  
時間制限なし **2,580円(税込)**  
※小学生 1,680円(税込)

**全品10%OFF**  
他券との併用不可。  
注文時に提示下さい。  
23年7月末日まで有効

☎ 076-289-7161 津幡町庄ホ44-1  
年中無休 17:00~翌1:00(L.O.24:00) <http://www.sanpati.com>

**キッチンドリンクー**  
店主 架谷哲也

かほく市宇野気又245-2  
☎ 090-2093-5906  
🗓️ 11:30~14:00 困り曜 予約可  
🗓️ 17:00~23:00 (ラストオーダー)  
お客様の頑張りしだいですが最長2時まで

**クーポン** **10%OFF**  
宴会プランは除く  
23年7月末日まで有効

**洋風居酒屋 Cipolla**

津幡町庄ホ47-1 〒929-0327  
☎ 076-255-3130  
🗓️ 11時~15時 困り曜  
🗓️ 17時~23時 **MapD-3**  
<http://www.cipolla310.com>

**クーポン** **ランチ 5%  
ディナー 10%  
OFF**  
23年7月末日まで有効

和風煮込み **八講屋**  
お中元、お盆のお土産に。

**クーポン** にゃんたろうカード **ポイント5倍**  
23年7月末日まで有効

若あゆ インターネットでご注文できます。  
<http://hakkouya.com>

かほく市宇野気子19 ☎ 0120-83-0394 🗓️ 8:30~19:30  
旧河北ショッピングセンター内 ☎ 076-283-0394 困り曜

**クーポン** 飲食代 **10%OFF**  
※飲み放題は除く  
23年7月末日まで有効

かほく市白尾又67 (白尾インター入口)  
午後5時~午前2時  
20名様まで宴会OK  
☎ 076-283-4290

板長 坂野

**ACOOP Aコープ**  
生鮮野菜・精肉国産  
こだわり宣言!

Aコープ かほく店 ☎ 076-283-5222 🗓️ 10:00~22:00  
Aコープ つばた店 ☎ 076-289-8600 🗓️ 9:30~22:00

かほく市・津幡町・内灘町・宝達志水町へ  
**1,500円以上から宅配**  
前日予約で握り・ちらし寿司、お重1人前につき  
**茶碗蒸し1個プレゼント!**  
※ランチ・鮎舟セット・御膳は除く

宅配寿司 **魚舟**  
🗓️ 9:00~20:00

**クーポン** **全品10%OFF**  
23年7月末日まで有効

☎ 076-283-7787

レストラン **Chez Mizouku**  
シェ・ミノール

丘の上のお洒落なレストラン 困り曜(祝日の場合は翌日振替)  
☎ 076-283-7566 かほく市白尾タ19-6

SHOPPING RESORT **COMFOMALL UCHINADA**

コンフォモール内灘  
内灘町千鳥台4丁目1番地、2番地、千鳥台5丁目1番地  
内灘海水浴場 隣接 <http://comfomall.com>

# FM78.7MHz

番組へのお便り・ご感想をお送り下さい。

ホームページ・FAXから

H P → <http://fm.kahoku.net>  
FAX → 076-283-6667

よく聴く番組アンケートにもご協力をお願いします。

# FMかほく応募BOX 設置場所

- プラント3 津幡店  
アルプラザ 津幡(銀だこ)  
カジマートみなみ店・太田店  
ビックママ  
Aコープ 津幡店・かほく店
- ショッピングプラザアイ  
ショッピングプラザタモト  
チューリップ内灘店  
イオンかほく 中央口・センター北入口  
メルシー高松店

お便りを送る番組 ( )

お名前紹介 可・不可・ラジオネーム ( )  
○を付けて下さい。メッセージを記入して下さい。

今週の思い出 リクエスト曲 ( )  
リクエスト 歌手名 ( )

今週の思い出リクエスト(4分番組)のリクエスト曲を記入して下さい。

よく聴く番組、または関心のあがる番組(リクエスト)をお願いします。(5分以内)

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	えんじょらいらひ	ジャングルアホGO!	環境のお話
パソコン相談	HAPPY 産業★	元気で健康!	おしゃれトーク	笑顔でヨガライフ
エコみらい河北	だれでも開運!	はっぴい子育て	カラーセラピー	カイロペーパーハッピー
レンタルランキング	近藤和也	国政・県政報告	MUSIC LOVE	NPOよもやま話
咲いた。咲いた	アルパジオとストローク	好き好きわんにゃん	高橋しげのり	風案内はまなすさん
ハーブでエンジョイ	たかしんさんの朗読塾	元気でいこう!	ラジオブレイク	法律であそぼう
コート・ド・マリアージュ	ビューティータイム	アバウトスタディ	あなたと住まい	NPO活動とライフスタイル
耳つぼダイエット	あいこでしよ	Music Happiness	MUSIC FACTORY	美肌サロン
ちよい悪オヤジ	California Easy Speak	"本"は友だち	エイジنگケア講座	きららならいふ
ラブラブかほくがた	おしゃれにランチ	旅のうまい話	保険相談室・勝犯あれこれ	内灘飲食青年部
「くるま」な気分	街づくり実験	高専'sライフ	住まい大好き	月と季節の暦
Chocolate syrup	シネマタイム	トークスパイラル	〇〇あぁ…逆にね	現代高校生語り
	It's So-Music			



# 法事会席

49日、1周忌、  
3回忌、50回忌



■ 法事料理 (季節により変更がございます。)  
5,250円～8,400円

好評!  
テーブル  
宴会

ご法事のご相談はお気軽にどうぞ。

- ◆ テーブル席 8名様～120名様
- ◆ お座敷席 2名様～100名様

※バス送迎・引き出物・席次・案内状  
などご用意させていただきます。

# 地産池消

おいしい かほくの  
海の幸・山の幸をゆずってください

■ 釣りの白ギス 800円～1500円/kg

■ お家の畑の野菜  
ナス・キュウリ・トマトなど



魚料理・民宿

# やまじゅう



<http://yama-10.com>

同窓会 幹事さん  
らくらくプラン



やまじゅうが発送・事務  
手続きを代行します。

クラス会・部活の仲間・仲良しグループ  
でのプチ同窓会也大歓迎!

大人気! 昼定食 1,050円

ジャンボエビフライ定食  
やまじゅう定食  
寿し定食 海鮮丼定食



ジャンボエビフライ定食



寿し定食

第6回 やまじゅう海宝で  
婚活パーティー

日時 9月25日(日) 18:30～20:30

参加資格 結婚をまじめに考えている男女  
(初婚・再婚は問わず)



魚料理・民宿 やまじゅう ☎076-283-3455

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) P/100台

座席/80名様まで 宴会/2～120名様 個室25室有

宿泊/80名様まで 休日/不定休(月1回程度)

ホームページ <http://yama-10.com>



Map E-1

バス送迎承ります。





**KCLUB**  
GUT&COLOR

送迎致します!

**カット アンド カラー ケークラブ**

かほく市高松ヲ37-2 (定休日 毎週月曜、第1火曜、第3日曜)

平日 AM 9:00~ 日祝 AM 9:00~  
 パーマ・カラー PM 6:00 パーマ・カラー PM 4:30  
 カット PM 6:30 カット PM 5:30

TEL/FAX **076-282-5250**



**new パーマ**


ダメージ知らずのクリーブパーマを導入しました。カラーと併用してパーマをかける方は、是非一度ためす価値あり!

**ネイルは予約制です。**

**まつ毛のエクステ  
まつ毛のカール も大人気**



**美容  
beauty**



あれ? なんかにキレイになっただね

そうかな

これに載ったの、お店に行ったの

クーポンもあるから、とってもお得だったよ

私もへ、行くのかな

かほくマガジ



持続性が抜群のゆるふわカール♪  
デジタルカールで朝のお手入れが超簡単です!

**縮毛矯正 9,500円**  
(カット、ブロー込 長さ一律)  
23年7月末まで有効

クーポン

☎ **076-288-3391**

美容室 サラヘア *Sara Hair*

**人に温かく・髪に優しいSALON**

MENU

- \*カット.....¥2,940
- \*カラー.....¥4,095~
- \*パーマ.....¥6,090~
- \*デジタルカール.....¥9,500
- \*デトックストリートメント.....¥3,150

**サラヘア** 着付け承ります!

津幡町庄ホ46-1 〒929-0327  
 図 AM9:00~PM7:00  
 因月曜日、第1火曜日、第3日曜日



**11周年記念! 長く愛され続けてきたサロン『4cm』**



高い技術と豊富なデザイン力で支持を集める注目のサロン。特に女性からの人気が高い!! その秘訣は自宅でも簡単にできるスタイリング。髪が伸びてきても崩れず、思い通りのスタイルが作れます。11周年記念につき、初めての方に、お試し価格ができました。まだ試したことがない人は、ぜひ『4cm』で思い通りのスタイルを手に入れてみては!?

**【Menu】** 【土日祝日 +500】

カット	通常 4,000円 → <b>2,900円</b> (税別)
グレーカラー (白髪)	通常 5,000円 → <b>3,500円</b> (税別)
カット&カラー or パーマ	通常 8,500円 → カット込 <b>6,500円</b> (税別)
縮毛矯正	通常 12,000円 → カット込 <b>8,900円</b> (税別)
デジタルパーマ	通常 12,000円 → <b>8,900円</b> (税別)

※電話でご予約時に「かほくマガジン見た」とお伝え下さい!

**4cm** 4cm 検索

共同大駐車場完備

ヘア・メイク・着付けなど美容のことならおまかせください。

**全店 スタイリスト、アシスタント募集しております!**

**HIROSAKA** ☎076-232-5736  
 金沢市広坂 1-1-50  
 ステアーズイン広坂 3F  
 火~土 10:00~20:00  
 日・祝 10:00~19:00  
 ㊿月曜

**TATEMACHI** ☎076-232-0051  
 金沢市油車 41  
 新野町ビル 2F  
 火・金 11:00~21:00  
 水・木・土 10:00~20:00  
 日・祝 10:00~19:00  
 ㊿月曜



**MOROE** ☎076-223-3800  
 金沢市駅西新町 2-15-37  
 コワビル 1F  
 火~木・土 10:00~20:00  
 金 11:00~21:00  
 日・祝 10:00~19:00  
 ㊿月曜



**NONOICHI** ☎076-201-8480  
 石川郡野々市町粟田 82-6  
 火・水・木・土 10:00~20:00  
 金 11:00~21:00  
 日・祝 10:00~19:00  
 ㊿月曜




http://www.4cm.jp





☎ 076-283-7715

# nene's hair

Create Beauty  
イオンかほくSC向かい

**大好評! 酸性縮毛矯正 8,500円**  
(カット、ブロー込 長さ一律)  
※他券併用不可 7月未まで  
髪の状態に合わせた丁寧な施術でサラ・つやストレートが実現します! 髪にやさしい縮毛矯正でナチュラルな仕上がりに!

**nene's 7月未まで 得々キャンペーン**

■大好評メニュー  
酸性縮毛矯正.....8,500円  
デジタルカール.....9,500円

■お得なセットメニュー  
(長さ一律、平日のみ・土日祝は+500円)  
カット+ファッションカラー+トリートメント.....6,500円  
カット+グレーカラー+トリートメント.....5,800円



**ネネズヘア**  
かほく市内日角4丁目84番地3  
月曜日、第1火曜日、第3日曜日  
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。

**menu**  
カット.....2,940円  
スタイリングパーマ.....7,140円~  
デトックス.....3,150円

着付け承ります。

☎ 090-6276-0313

# アロマテラピー&ピアノサロン リンデン

**アロマテラピーサロン**  
~芳香療法~  
100%天然オーガニックオイルとオールハンドのマッサージで心と身体のバランスを取り戻します。

・心身疲労・不定愁訴  
・血行促進・代謝促進  
・デトックス・美肌

**夏季限定!**  
疲労スッキリ!デトックス!  
**45分コース 3,000円**  
(フットバス・脚後・背中) 23年8月未まで

**大人ののためのピアノ教室**  
ピアノを始めてみませんか?  
月2回 4,000円  
(ハンドマッサージ付)  
体験レッスン受付中!

**アロマテラピー&ピアノサロンリンデン**  
かほく市大崎北144-2 1F  
〒929-1127 駐あり  
営業 11:00~22:00 休不定休  
☎ 090-6276-0313 完全予約制  
http://aroma-linden.com

**ツヤツヤ縮毛矯正 キャンペーン 7月31日(日)まで**

**縮毛矯正 + コラーゲントリートメント**  
通常価格 ¥12,600 ▶ **キャンペーン価格 ¥10,500**  
※長さ一律料金です。※カット代別。

**ヘアースタジオ 杉村** **ホガラカ**  
かほく市大崎ル4 内灘町大学2-194  
営業 9:00~19:00 営業 9:00~19:00  
ナイター・DAY 水曜 13:00~22:00 ナイター・DAY 水曜 13:00~22:00  
休 毎週月曜、第1月・火曜、第3日・月曜 休 毎週月曜、第1月・火曜、第3日・月曜  
☎ 076-283-7374 ☎ 076-286-4438

**Ai esthe**  
アイエステ  
津幡町北中条2丁目5番地  
営業 平日・土曜日 9:00~18:00  
休日・祝日(日曜日応相談)  
☎ 076-289-6259

**おかげさまで 6周年ありがとう キャンペーン!**  
光フラッシュ脱毛 (永久脱毛)  
2ヶ月に1回で12回  
全箇所15~20%OFF  
23年7月未まで有効

**オーラソーマプラクেশナ** 松井和代による  
癒しの隠れ家  
~BLUE MOON~  
♥ オーラソーマコンサルテーション 60分 各5,250円  
♥ DNAアクティベーションヒーリング 初回60分(アンチエイジング2本付) 各16,000円  
☎ 086-1954-0308 完全予約制/女性専用 MapD-1

**美容室 Rey レイ**  
女性スタッフだけのお店は思わずのんびり  
**髪にやさしいヘアサロン**  
自分の魅力を再発見

高品質の縮毛矯正やカラーパーマが評判のサロン

- \* 1人1人に丁寧なカウンセリングでお客様のご希望を聞きながらスタイルを提案します。
- \* 人気の縮毛矯正は誰もが憧れるサラサラなまっすぐな髪に...
- \* 傷めないデジタルパーマはどんな髪にもふんわりカールが楽しめます。
- \* Reyのトリートメントは髪に「スーパーヒアルロン酸・セラミド・水分・栄養等」を補給し、髪を芯から元気にして、キューティクルをつくってくれるんです。
- \* レイのカラーはカラー剤の中に栄養分がしっかりと入っているので仕上がりにツヤが出ます。
- \* レイのパーマにはセラミドを中心にトリートメント剤がしっかりと入っているので痛んだ髪も修復しながらかけます。仕上がりにハリ、ツヤが出てお手入れの楽なパーマが楽しめます。

可愛らしいもゴージャスもふわふわ髪も!

あなたの「キレイ」をかなえます

**menu** メニュー  
カット.....¥3,465  
パーマ.....¥8,400~  
美色カラー.....¥5,775  
人毛エクステ.....¥400(1本) ¥10,000(30本)  
縮毛矯正+デジタルパーマ(根元が矯正、毛先がカール).....¥16,800

**Rey**

**カット**  
通常料金 ¥3,465  
**¥2,400**  
有効期限 2011. 8月未まで

**カット+カラー+トリートメント**  
通常料金 ¥12,075  
**¥6,800**  
土・祝日 ¥7,800  
ロング料金なし  
90分込み  
有効期限 2011. 8月未まで

**カット+縮毛矯正+トリートメント**  
通常料金 ¥18,900  
**¥9,000**  
土・祝日 ¥10,000  
ロング料金なし  
90分込み  
有効期限 2011. 8月未まで

**カット+デジタルパーマ+トリートメント**  
電気でかける形状記憶パーマ  
通常料金 ¥15,750  
**¥9,000**  
土・祝日 ¥10,000  
ロング料金なし  
90分込み  
有効期限 2011. 8月未まで



**月曜日営業 しています。**  
(第2・4・5月曜日)



津幡町庄ト1-28 プラント3より車で1分  
受 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

**TEL.076-288-7217 プラント3近く**  
早めのご予約 お待ちしております。



**アロマリフレクソロジー** 30min ¥3,675  
 心くらはぎから足裏、足先まで丹念にマッサージ

**ネックマッサージ**  
 背中、首のこりにおすすめ  
 20min ¥2,940  
 ネック+ハンド or リフレク 40min ¥4,725

☎ 076-286-2128

ヘア&リラックス

**KiRaKu**

あなたに優しく、豊かに気持ちよく…

**アジアヒーリング** 当店オススメ!  
 ゆったりとしたオイルマッサージ  
 足湯付き 50min ¥5,250 80min ¥7,350

**3Dボディマッサージ** 当店オススメ!  
 足湯付き 50min ¥5,775 80min ¥7,875

**フィットセラピー** 下半身の疲れ、ひざの痛みの軽減  
 足湯付き 45min ¥4,200 60min ¥5,250

左記リラクスマニュー **20%引き!!**  
 23年7月末まで有効

男性女性 承ります

能登有料道路 内灘町鶴ヶ丘3-157-16  
 〒920-0271  
 9:00~20:00  
 毎月曜、第1・3火曜日

**美容・健康**  
 beauty・health

ぬる“サプリメント”

☎ 076-283-0108

**今村薬局**  
 あなたはもっと美しくなるのに!!

只今ブレイク中!!

お悩みの方 結果の出る商品が 届きました!!

サマーセール開催中  
 ステキな景品をご用意してお待ちしております。  
 7月末日まで

「年齢より若く見える人は元気で長寿です!」  
 統計で結果が出ています。

ならば、元気で若いを手に入れるため、見た目年齢を若く保ちましょう…。

今村薬局は7月も元気でキレイをお届けします。

薬剤師 今村美貴子

今村薬局  
 かほく市宇野気字76  
 9:00~19:00  
 日曜日・祝日 裏側に駐車場有。

**社交ダンスを楽しむ会**  
 美と健康 10歳若く!  
 初心者歓迎! 会員募集!

社交ダンスを通して、運動不足解消、ダンス技術習得、そして親睦をはかります。

月会費 2,000円 (夫婦でも2,000円)  
 ※1ヶ月目はお試し入会無料

社交ダンスを楽しむ会  
 かほく市宇野気字40-7 (太陽自動車学校の北並び)  
 滝シャルウィダンススタジオ  
 ☎ 076-283-5738 (アトリエ・アヤ)

**ヘルシー耳つぼダイエットで健康的に無理なく3ヶ月で-10kg**

今年の夏こそ  
**あなたのオシャレ魂を再燃してみませんか?!**

貴方はどちらを選びますか?

- お電話で無料カウンセリングの予約を!
- 体重・体脂肪率など必要事項の測定
- ダイエット内容・料金システムの提示
- いよいよ施術スタート!!
- 目標体重達成!!!

今年こそ痩せたいと思っているあなた! まずは無料カウンセリングでご相談下さい。 山室 美津子

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

日時など、くわしい内容やご相談はお電話にてお気軽にお問合せください。  
 資格取得料 ¥89,800

日本瘦身医学協会会員 (日本最大級の耳つぼ瘦身グループ)

**スリムアイランド・つばた店**

津幡町横浜ほ29番地5 横浜ビル2F 〒929-0341  
 営業時間/9:00~21:00  
 定休日/日曜・祝日

ハーブテントはじめました。  
 1回2,800円、お試し2,000円で行っています。

☎ 0120-332-159

完全予約制



# 女性のための女性による フィットネスクラブ



**女性に欠かせない3つの運動**  
 ◆有酸素運動 ◆筋力トレーニング ◆ストレッチ(柔軟運動)  
 女性に必要な全ての運動ができるのが  
 カーブスのサーキットトレーニングです。

**入会金  
50%OFF!!**  
 初回来店時にご入会の方のみ  
 23年7月末まで有効

**テレビ・ラジオで  
話題沸騰!!**

☎ 076-289-3100 <http://www.curves.co.jp>

# Curves 7月12日(火) OPEN!!

イオンかほく店 **無料体験受付中!**

## ～カーブス話題の3つのポイント～

- 1.忙しい女性のために『1回たったの30分』
- 2.あなたの時間にあわせて好きなときに行ける
- 3.運動が嫌い、苦手な方でも大丈夫。楽しく続けられる工夫がいっぱい!



**カーブス イオンかほく店**  
 かほく市内日角タ25 〒929-1198  
 イオンかほくSC内2F  
 (ソフトバンクさんお隣)  
 月～金/10:00～13:00 15:00～19:00  
 土 /10:00～13:00

# 琉球少林流空手道 月心会

## 親子空手教室

宇ノ気体育館柔道場  
 (かほく市森し1番地)  
 日曜日 PM1:30～

お子さんが入会した場合  
 ご両親の月謝は無料です。  
 3歳くらいのお子さんか  
 どなたでも参加できます。

見学お待ちしております。



<http://gesshinkaihokuriku.web.fc2.com>

指導員 中橋一彰 ☎ 090-9371-7960 Map E-2

☎ 090-9449-2985 (川口)

## カイロプラクティック

# ベリーベリー

## 肩・腰、あなたは大丈夫?

痛みの80%は骨盤の歪みが原因です。カイロプラクティックとは骨盤と背骨の歪みを徒手によって矯正する手技療法です。歪む原因はズバリ生活習慣!! カイロプラクティックでは技術と生活習慣の改善により、健康へと導きます。

キレイと健康を手に入れましょう  
**Welcomeキャンペーン**  
 初回 4,000円 → 2,500円  
 23年7月末まで有効



## カイロプラクティック無料説明会開催

日時 7月8日(木) 電話にてお申込ください  
 場所 カイロプラクティック ベリーベリー  
 時間 10:00～、13:00～ ※先着各5名様  
 内容 ・カイロプラクティックの説明  
 ・ご自分の体がどれだけ歪んでいるか検査  
 (ほとんどの方が体の歪みにびっくりされます)

カイロプラクターの育成・指導も行っています。独立開業をお考えの方、当グループの施術技術ノウハウと一緒に学んでみませんか?



## カイロプラクティック ベリーベリー

かほく市七窪14-12 〒929-1122  
 日曜日、祝日  
 完全予約制(出張施術有)  
 女性限定

## 東儀中国整体院

肩こり、腰痛、頭痛など  
 コース料金 受付  
 30分…2,000円 月～土:8時～19時  
 45分…3,000円 日曜日:8時～12時  
 60分…4,000円 ※予約制  
 TEL.076-281-2251  
 かほく市内高松平17-1



肩の治療  
 初回1,000円  
 割引チケット  
 23年7月末まで有効

## 姿勢美人!! WAONカード使えます。

今こそ正しい姿勢で  
 歪み・痛みのない  
 健康で若々しい  
 ボディにリセット!!  
 かほく市下山田ホ15  
 午前9時～午後10時(不定休)  
 TEL.076-283-3848  
 予約制 ☎ na538@live.jp  
<https://sites.google.com/site/karadakaifuku7538>

# カイロプラクティック なごみ整体院

## 肩こり・腰痛・関節痛 手足のしびれ

女性の先生もいるから安心!  
 土日祝も営業しています。定休日水曜

☎ 076-283-7731 予約制  
 営業時間 9:00～19:00 かほく市白尾八6-7

初診料  
**2800円**  
 さらにクーポン券贈呈  
 7月末まで

施術料  
 2回目以降 4000円  
 65歳以上・中学生以下 3500円



なごみ整体院 大川院長

## 技術習得説明会 & 1000円施術会開催

日時:7月3日(日)14時  
 持ち物:タオル・筆記用具  
 会場:なごみ整体院 要予約



※資格を取得して先生になりたい方はぜひ!

アクセス ▶ <http://kohoku.kahoku.net>

サッカー好き集まれ!!

河北エリアのクラブチーム

# FC 湖北



**会員募集**  
 連絡先 090-1635-4316  
 指導者 横田真人  
 日本サッカー協会公認B級コーチ

# お得クーポン情報

平成23年7月1日から有効

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 / AM9:30～PM10:00

## 中華調味料各種 2割引

お一人様2点限り 広告の品、割引商品は除く  
 23年7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 太田店

営業時間 / AM10:00～PM10:00

各産地 デラウェア・桃 各種 2割引  
 ※お一人様2点限り ※広告の品、割引商品、ギフトは除く  
 23年7月1日～31日まで有効

☎ 076-288-3600 津幡町太田は101-1

## カジマート 高松インター店

営業時間 / AM10:00～PM10:00

## とり肉全品 2割引

お一人様何点でも可 広告の品、割引商品は除く  
 23年7月1日～31日まで有効

☎ 076-281-3741 かほく市高松ア7-2



# 救急/防災マップ

## 緊急ダイヤル (24時間)

警察	110	北陸電力	0120-776-453
海の事件・事故	118	かほく市役所	076-283-1111
火事・救急車	119	津幡町役場	076-288-2121
災害用伝言ダイヤル	171	内灘町役場	076-286-1111

休日当番医	7月3日(日)	たにぐち整形外科クリニック 角田医院	津幡町太田は 110-1 かほく市高松ナ 15-1	076-289-0011 076-283-0103
	7月10日(日)	宮崎耳鼻咽喉科医院 浅野医院	内灘町ハマナス 2-7 かほく市宇野気 135	076-237-6923 076-283-0002
	7月17日(日)	山田耳鼻咽喉科医院 紺谷医院	津幡町津幡口 5-10 かほく市木津 12-1	076-288-2084 076-285-0020
	7月18日(月・祝)	上島クリニック カセノ内科医院	津幡町清水ア 25 かほく市木津二 140-4	076-289-2233 076-285-0008
	7月24日(日)	かねだ医院 二宮内科医院	かほく市高松 2-6 津幡町潟端 70-8	076-281-1164 076-288-3188
7月31日(日)	山崎耳鼻咽喉科クリニック さかきばら内科医院	かほく市白尾イ 44-2 津幡町庄 1-15	076-283-7070 076-288-7770	
上記内容に一部変更がある場合もあります。受診される場合は直接医療機関へご確認ください。(6月20日調)				

# 津幡町の緊急放送決定!

災害発生時には、FMかほくの通常番組の途中でも津幡町役場からの緊急放送に自動的に切り換えることとなります。



- 災害に備えて 用意しておきましょう**
- ・水(ペットボトル)
  - ・ビスケット・ラジオ
  - ・懐中電灯
  - ・予備の電池
  - ・医薬品
  - ・その他

**FMかほく 78.7MHz**  
かほく市役所・内灘役場・津幡町役場と防災協定  
災害時には、各市町からの災害情報をお知らせします。

## 内灘町指定避難所・避難場所

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

## 津幡町指定避難場所

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

## かほく市指定避難場所

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



あなたのメールアドレスを登録して下さい!  
**クーポン@かほくマガジン受付中!**

お得なクーポンメールがあなたのケータイに月末に届きます。

かほくマガジン掲載店の割引情報などのお知らせがメールマガジンで届きます。クーポン@かほくマガジンでお知らせするページをプリントアウトまたはケータイ画面をお店に提示すると割引サービスを受けることができます。

参加加盟店

- 【グルメ】 鮎舟 河北本店 刺身と創作料理の店 わかな 洋風居酒屋 Cipolla キッチンドリンクーらくつぽ 昭和ホルモン館 やきとり とんがらし
- 【健康】 東信中国整体院 カイロプラクティック ベリーベリー カープス
- 【レジャー】 河北潟農園モアイ 今本ぶどう園 浜茶屋ささ舟
- 【美容・エステ】 美容室Rey サラヘアー nene's hair ヘア&リラククスKiRaKu YOSAPARK ガナーシャ アイエステ エステルムー花 エミースタジオ金沢店 源薬局 出張フェイシャルエステ 雅 アロマセラピー&ピエサロン リンデン
- 【暮らし】 シネマサンシャインかほく

(株)ウェブネット Tel.076-283-1139

**海の日まつり 7月18日(月・祝)**

FMかほく送信所 ●内灘町 風力発電所

FM78.7MHz

交通安全・防災 キャンペーン中

放送中にお子様の声で、メッセージを読みあげています。

地図表示は住宅地域を拡大しており 実際の距離感とは異なります。

076-283-2932  
http://blog.kahoku.net/yurakuso

**ビーチハウス 友楽荘**

**YuuRaKuSou**

手ぶらでOK!ビーチバーベキュー

波の音を聞きながらビーチバーベキューはいかが。「よしす」屋根が直射日光をさえぎり快適。めんどろな準備や後片付けも不要でラクチン!ご家族、カップル、グループでどうぞ。

駐車料: 1日500円 ※地引網は、ご予約下さい。  
休憩料: 大人800円・小人300円  
温水シャワー・コインロッカー・水洗トイレ

白尾海水浴場

**FM78.7MHz** KAHOKU

**78.7無料チューニング**

FMかほくの78.7MHzヘルツをご自身で設定できない方は、下記カーショップ、ガソリンスタンドで無料で設定させていただきます。

クリーンカー石川 ☎ 237-8222

オートプラザ青木 ☎ 289-0009

酒井自動車 ☎ 289-3178

タニイ自動車 ☎ 288-3832

ネットヨタ石川津幡 ☎ 289-0555

ロードスター ☎ 288-7870

**FMかほくネットラジオ 無料設定!**

ラジオの電波が届きにくい所でも自宅のパソコンで聴けます。金丸(タイオーテック) ☎ 076-285-0553

**78.7無料チューニング、協力店募集中!**

内灘町・津幡町のカーショップ・GSの方、ご協力をお願いします。ラジオの放送中に、店名を紹介致します。

FMかほく ☎ 076-283-6660

**第5回 夕日のディナーステージ**

7月18日(月・祝)  
18:00~20:30

18:00開場 18:30開演  
FMかほく開局3周年海の日まつり 共催  
入場無料

フラダンス (タ・レイ・ブリアニ・フラスタジオ)

ファイヤーダンス (TOMOPON)

夕日をバックにフラダンス。星空の下でファイヤーダンスをお楽しみ下さい。

焼鳥、焼イカ、焼そば、ビール、ソフトドリンクなどは別途ご注文ください。 ※当日夕方の駐車料も無料です。

日本海 能登有料道路 ★ビーチハウス友楽荘

かほく市白尾海岸 予約受付中  
Tel.090-3762-6914 圏100台

**アルバイト募集!!**  
ビーチハウススタッフ

山側環状線・鈴見信号(金沢市)から20分!





# うのけ幼稚園

http://www5.ocn.ne.jp/~unoke-kg

まなびの一步 それは 幼稚園

## 7月の園活動

- 4日(月) プール開き
- 6日(水) セタ集会
- 16日(土) なつまつり
- 20日(水) 交通安全教室
- 22日(金) 誕生会
- 30日(土) かほく四季まつり出演(年長)

## 親子のつどい 毎週月曜10:30~11:30

- 4日 セタかざりをつくろう
- 11日 おふねをつくろう
- 25日 みずあそび

ぶちおはなし会(毎週木曜 10:30~11:30)  
リフレッシュルーム(第1・3火曜 10:30~11:30)

国道159号 高松  
JR宇野気  
かほく市役所  
うのけ幼稚園

☎076-283-7111  
かほく市宇野気二15番地 Map E-2  
〒929-1125  
時間…7:30~16:00  
延長保育…16:00~19:00  
休日・祝、第2、3、4土曜日  
預かり保育 夜7:00まで

# 暮らし living

かほくマガジンは  
地域のお店の  
お得情報が載って  
るわね

これは  
いいわね

## 買取価格 10% UP 券

金・プラチナ製品 お売り下さい!!  
ジュエリー・宝石  
壊れていても、石が取れていても、黒ずんでいても、デザインが古くてもOK!

18金 石が取れてしまった 18金のリング	18金 取れてしまった金歯	18金 糸のついた 真珠のネックレス	24金 買ったけど使わない コインボジダット
プラチナ850 プレゼントで買った 使わないプレズレット	プラチナ900 切れたネックレス	プラチナ1000 もう使えなくなった プラチナの指輪	ダイヤモンド ダイヤモンド 買取致します!

この広告をご持参  
いただくと査定金額  
より10%アップ  
して買取をさせて  
いただきます。

買取価格の目安  
はあくまで目安  
です。査定は  
無料です。

ジュエリー買取本舗 トマト七福店 かほく市白尾二9-1  
トマト七福ショッピングプラザ内  
TEL.076-283-6330  
[営業時間] 10:00~19:00 年中無休

## 太陽自動車学校

学生・高校生 短期集中コース  
DRIVING SCHOOL

毎日入校受付  
※ただし、日曜・祝日を除きます。  
詳細はネットが電話でおたずねください。

☎076-283-1163  
かほく市七窪73 〒929-1122  
http://www.isun.co.jp

各次学・高校  
無料送迎致します

## 北国オート

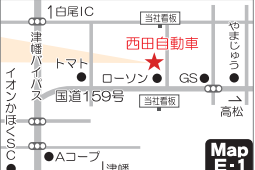
新車・中古車販売、車検など  
お気軽にご相談下さい。

http://www.ikuchan.net

☎076-285-1424 かほく市横山タ13-21

株式会社 西田自動車  
かほく市秋浜ハ55-1  
〒929-1175  
TEL.076-283-2567  
圏平日 9:00~19:00  
土曜 9:00~17:30  
サービスマン 9:00~17:30  
休日 日曜、祝日  
http://www.nishida-jsk.net

FMかほく78.7MHz  
きんちゃんの「くるま」な気分  
毎週火曜14:00~生放送



### きんちゃんのワンポイントカーライフ

「ルームミラーの使い方」  
ルームミラーはバックミラーとも言いますが、車の真後ろを確認するものですね。基本としましては、まっすぐ後ろに向けてリアウインドウの向こうがハッキリ見えるように調整します。その時はミラーは水平で、少し自分の方に向けている事になります。たまに、斜めに傾けてセットしているクルマを見かけますが、あまり意味は無さそうです。  
もし、ミラーの右端に自分の頭が映っているならば、さらに効果をあげるためにもう少しだけ左にミラーを向けてみましょう。もちろん、真後ろが全部映っている範囲です。この時、左後ろドアの外がちょっとだけ映っているはずですが、この場所は、左サイドミラーの死角になっています。この場所ですと、ルームミラーに映っていると安心が増えますね。市販のルームミラーはさらに広い範囲を映すものもありますので、死角がさらに無くなりましょう。  
もう一つ、意外と知られていないルームミラーの使い方があります。ミラーの下に、小さいレバーが付いていること、ご存知ですか? このレバーを動かしてみるとミラーが上に向きます。これは、夜間走行時に後ろのクルマのライトが眩しい時に使うものです。ルームミラーが上を向くと中が暗いミラーになっていて、ヘッドライトの光が見えるけど眩しくない程度に調節できます。ぜひ、お試しください。

送る人の心を大切に・・・

# セレモニーホール さくら

事前相談・お見積り等 お気軽に御相談下さい。

ご家族様だけのお葬式から社葬まで

JA石川かほく 葬祭部指定  
かほく市内日角カ7-1  
24時間受付  
総合葬祭(有)みやざき TEL 076-283-8886



# シニア肖像写真

ミヤノDGスタジオ



普段着のまま  
お気軽に

7月・8月  
限定 通常価格の  
2割引

何かの記念に正装された時でも良いでしょう。  
ステキな笑顔をぜひこの機会に…



津幡町津幡ハ96-1(パピィ1通り)  
平日 8:30~19:30 年中無休  
土・日・祝 8:30~19:00  
http://www.miyanophotostudio.com  
0120-00-2013  
076-289-4181

Map D-4

CINEMA  
SUNSHINE

イオンかほくショッピングセンター  
シネマサンシャインかほく

076-289-1511 http://www.cinemasunshine.co.jp

## 今月公開の映画

7月15日(金)~

### ハリー・ポッターと死の秘宝 PART2

© 2011 Warner Bros. Ent. Harry Potter Publishing Rights © J.K.R. Harry Potter Characters, names and related indicia are trademarks of and © Warner Bros. Ent. All Rights Reserved.

7月2日(土)~  
マイティ・ソー  
小川の辺  
星を追う子ども

7月8日(金)~  
アイ・アム・ナンバー4

7月9日(土)~  
劇場版 戦国BASARA-The Last Party-

7月16日(土)~  
ココリコ坂から  
劇場版ポットモンスター ベストウイッシュ  
ピチアととまげ様ピチコロム/ピチアととまげ様ピチコロム

7月23日(土)~  
ロック わんこの島

7月29日(金)~  
トランスフォーマー/ダークサイド・ムーン

7月30日(土)~  
カーズ2

※諸事情により、上映作品およびスケジュールは予告なく変更になる場合があります。あらかじめご了承下さい。

基本料金 一般 1,700円 大・高 1,500円  
中・小・幼・シニア 1,000円  
3D鑑賞料金 鑑賞料金 +400円 (3Dメガネ費 100円含む)  
割引料金 レイトショー 1,200円 誕生日割引 1,000円  
夫婦50割引 2,000円 高校生友情割引 1,000円

一般・大・高 200円割引  
中・小・幼 100円割引

※本券で4名様まで有効 ※他の割引、割引券との併用はできません。  
※本券は先行上映やオールナイトなどの特別興行にはご利用できません。  
23年7月末日まで有効

## 七塚女性会貸衣裳室

成人式

ブライダル情報

8月1日~31日  
ブライダルフェア

試着  
OK!

新作衣裳  
続々入荷!

打掛・ウェディングドレス・  
お引振袖・2次会用ドレス・  
花婿用紋付袴・タキシード



卒業式 平成24年

8月より衣裳予約開始

小振袖・袴セット  
+着付・メイク・ヘア } 3万円

セット内容 小振袖・袴・帯・長襦袢・伊達袴・そろり・巾着



平成24年  
振袖予約受付

※かほく市内外問わずお貸しております。

振袖セット 着物・帯・  
伊達袴・帯×  
帯揚・長襦袢  
腰ひも・そろり  
バッグ

かほく市七塚女性会貸衣裳室

かほく市遠塚口52-10 〒929-1173

七塚健康福祉  
センター2F  
9時~17時  
困月曜・祝日

076-285-1658 050-3345-2095

## 太陽光発電

家計に貢献、環境にやさしい  
エコ生活を始めよう!



京セラ独自の10年補償で設置後のアフターサービス体制も万全!!

施工例(消費税込)合計190万円	システム本体	工事	売電メーター
2,928KW(183W×16枚) 設置面積22.2㎡(新築・切妻・10・7層屋根)	158万円	30万円	2万円

## オール電化 + 太陽光

で、さらに快適な暮らしに。

メリット1 割高な昼間の電気代を太陽光発電でカバー

メリット2 割安な夜間の電力利用で光熱費を節約

メリット3 使わずに余った電気は電力会社が買い取り

メリット4 光熱費を大幅にコストダウン

河北台電設株式会社 なぎさソーラーシステム

FMかほく「ロジーとノミーの環境のお話」パーソナリティ 橋本昭紀

http://nagisa.kahoku.net 076-283-2145

## ガラス教室

とっても受講しやすい価格です!!  
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!

## コケで環境緑化と防草処理

麴香重機建設  
http://www.jako.jp  
かほく市白尾夕16-11  
076-283-0363

## 視力回復 UP!

無料 モニター募集  
お気軽にどうぞ。

## 2週間、自宅で試せます

視力ケアセンターの回復システムを試してみませんか? 今なら無料です。効果が認められ、25カ所の眼科で採用が決定! 1日10分。ご家族全員で体験できます。事前に詳しい資料をお送りしています。  
※体験器材の送料は往復お客様負担となります。  
※ご購入の義務はありませんので安心下さい。

メガネは、かけたくない!



うれしい!!  
40日後  
右0.5-1.5  
左0.5-1.5  
両目0.7-1.5



超音波治療器「アイパワー」は、厚生労働省に承認された眼科用の医療機器です。

お申込は 電話・ハガキ・fax で  
〒住所、氏名、年齢、電話、視力、連絡のとれる時間明記  
CG視力ケア (かほくマガジン係)  
TEL 0120-66-9523 (10時-18時/日祝休)  
Fax 075-212-1373 http://www.shiryoku-care.com/kyoto  
〒604-8162 京都府京都市中京区七観音町623

## 松野佛壇店

ご先祖への感謝をこめて  
子孫繁栄に。  
お佛壇の修理・修繕 見積無料!  
佛壇洗いですく伺います。  
076-283-0643 かほく市宇野気ト二112



## 河北ロータリークラブ

毎週水曜 12:30 ~ 13:30 例会  
金沢カントリー倶楽部に会場変更  
http://rotary.kahoku.net かほく市遠塚口 57-6  
メンバー募集中! 076-285-2611



# 住まい house



## 求人コーナー

給与 社名・店名 問合せ先  
職種 勤務時間 その他  
休日 勤務場所

### 魚料理・民宿やまじゅう

**職** 朝食の準備・配膳  
**場** かほく市浜北20-1  
**給** 時780円～  
**時** 6:00～10:10  
**休** 不定休  
**他** 土・日・祝 出られる方  
**問** ☎076-283-3455

### CUT&COLOR K CLUB

**職** パートまたはアルバイト  
**場** かほく市高松町37-2  
**給** 時給750円～  
**時** 9時～19時の間で応談  
**休** 毎週月、第1火、第3日  
**他** 土日どちらかでもOK  
**問** ☎076-282-5250

### キッチンドリンク らくつぽ

**職** ホールスタッフ  
**場** 宇野気ヌ245-2  
**給** 時750円～  
**時** 17:00～23:00  
**休** 応相談  
**他**  
**問** ☎090-2093-5906

### 道とん堀 津幡店

**職** ホール・キッチンスタッフ  
**場** 津幡町北中条4-82  
**給** 時給800円以上  
**時** 10:00～24:00  
**休** 年中無休  
**他** 未経験OK!  
**問** ☎076-288-6633

### ジョイフル高松店

**職** 調理、接客  
**場** ジョイフル高松店  
**給** 時1000～1063円  
**時** 0時～9時  
**休** 年中無休  
**他** 土日祝勤務出来る方大歓迎  
**問** ☎076-281-8833

### のぞみ歯科医院

**職** 歯科衛生士(正社員)  
**場** 津幡町湯端453-3  
**給** 月給17万～  
**時** 9:00～18:30  
**休** 日、月、祝 週休2日  
**他** パートも随時受付中  
**問** ☎076-289-0647

### 株式会社有川製作所

**職** 金属加工  
**場** 津幡町旭山  
**給** 時811円から  
**時** 8:25～17:25  
**休** 土日  
**他** やる気のある方大歓迎!  
**問** ☎076-263-6225

### 銀だごアル・プラザ津幡店

**職** たこ焼・たい焼の製造販売  
**場** アル・プラザ津幡1F  
**給** 時780円～  
**時** 10:00～21:00  
**休** 応相談  
**他** 土日祝勤務できる方大歓迎  
**問** ☎076-289-0235

## 無料掲載! 求人コーナー募集

毎月15日までに<http://kahoku.net>から登録してください。  
毎月掲載枠数に達し次第締め切らせていただきます。  
(株)ウェブネット ☎076-283-1139  
ホームページからの掲載申込み限定

# 夏キャンペーン

このチラシをご持参の方に、粗品プレゼントいたします!

<p><b>新築 サンセレーノ 2F</b></p> <p><b>1DK 5.0万円</b></p> <p>津幡町横浜</p> <p>敷 2ヵ月 共 3,000円</p> <p>礼 なし 駐 3,150円</p> <p>町内会費/未定</p> <p>■交通/北陸本線津幡駅 徒歩15分 ■築年/2011年5月 即入居可 ■設備/TVドアホン、浴室乾燥機、追焚機能、温水洗浄便座、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、CATV、エアコン、クロゼット、メモリーキー、サンルーム、ペアガラス、他</p>	<p><b>新築 ロズレイ 2F</b></p> <p><b>2LDK 6.1万円</b></p> <p>津幡町津幡</p> <p>敷 2ヵ月 共 2,500円</p> <p>礼 なし 駐 3,150円</p> <p>町内会費/500円</p> <p>■交通/七尾線津幡駅 徒歩5分 ■築年/2011年3月 即入居可 ■設備/TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン2台、クロゼット、ペアガラス、メモリーキー、サンルーム、CATV、他</p>	<p><b>新築 セルバ 1F</b></p> <p><b>2DK 5.0万円</b></p> <p>津幡町太田</p> <p>敷 2ヵ月 共 4,000円</p> <p>礼 なし 駐 3,150円</p> <p>町内会費/500円</p> <p>■交通/北陸本線津幡駅 徒歩25分 ■築年/2011年3月 即入居可 ■設備/TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン、クロゼット、メモリーキー、ペアガラス、CATV、給湯、サンルーム、他</p>	<p><b>メゾンYUMISA メゾネットタイプ</b></p> <p><b>2LDK 5.6万円</b></p> <p>内灘町向陽台</p> <p>敷 1ヵ月 共 2,000円</p> <p>礼 なし 駐 3,150円</p> <p>町内会費/400円</p> <p>■交通/浅野川線内灘駅 徒歩10分 ■築年/2010年9月 即入居可 ■設備/TVドアホン、浴室乾燥機、追焚機能、温水洗浄便座、パストイレ別、室内洗濯機置場、照明、BSアンテナ、CATV、エアコン、クロゼット、メモリーキー、サンルーム、ペアガラス、他</p>
---	--	---	--

<p><b>サンヒルズ 1F</b></p> <p><b>1LDK 4.4万円</b></p> <p>かほく市遠塚</p> <p>敷 1ヵ月 共 2,000円</p> <p>礼 なし 駐 2,100円</p> <p>町内会費/700円</p> <p>■交通/七尾線宇野気駅 徒歩44分 ■築年/2006年3月 即入居可 ■設備/TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン、ウォークインクロゼット、バルコニー、メモリーキー、床下収納、浄水器、他</p>	<p><b>メール 2F</b></p> <p><b>2DK 4.8万円</b></p> <p>かほく市高松</p> <p>敷 2ヵ月 共 2,000円</p> <p>礼 なし 駐 3,150円</p> <p>町内会費/1,000円</p> <p>■交通/七尾線高松山駅 徒歩28分 ■築年/2006年3月 即入居可 ■設備/TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン、バルコニー、メモリーキー、浄水器、給湯、シャワー、台所、トランクルーム、他</p>	<p><b>新築 プレアデスⅢ 2F</b></p> <p><b>2LDK 5.5万円</b></p> <p>羽咋市三ツ屋町</p> <p>敷 2ヵ月 共 2,500円</p> <p>礼 なし 駐 3,150円</p> <p>町内会費/500円</p> <p>■交通/マックスバリューバス停 徒歩2分 ■築年/2011年3月 即入居可 ■設備/TVドアホン、浴室乾燥機、追焚機能、温水洗浄便座、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、CATV、エアコン2台、サンルーム、クロゼット、他</p>	<p><b>ハミングハイツI 2F</b></p> <p><b>2DK 4.8万円</b></p> <p>羽咋市石野町</p> <p>敷 1ヵ月 共 1,900円</p> <p>礼 なし 駐 3,150円</p> <p>町内会費/600円</p> <p>■交通/七尾線羽咋駅 徒歩19分 ■築年/2002年3月 即入居可 ■設備/TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、暖房便座、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン、バルコニー、クロゼット、メモリーキー、駐輪所、他</p>
---	--	--	--

アパート お部屋さがしは マンション

## いい部屋ネット

e-heya.kentaku.net

全国賃貸建物管理戸数50万戸

全国賃貸建物管理戸数50万戸。\*2007.8月現在 国土交通大臣免許(7)第3293号 東証1部上場 URL <http://e-heya.kentaku.net>

大東建託 かほく店

かほく市秋浜20-1  
営業時間/10:00～19:00 年中無休  
FAX/076-283-6573  
Tel.076-283-6571

敷金 礼金 仲介料 0円

賃貸マンション KAURIハイツ かほく市森

初期費用を抑えたい方におすすめ!  
※当プランを利用の場合、指定の保証会社を利用して頂きます。(保証料別途)

家賃 2LDK/49,000円 1LDK/42,000円  
共益費 2,000円  
駐車料 2,500円/台(2台可)  
設備 オール電化、ウォシュレット、TVモニター付インターホン、パストイレ別、エアコン、バルコニー、室内洗濯機置場、インターネット無料(フリースポットの無線LAN導入)

最寄の施設までの距離  
宇/気小学校 400m 宇野気駅 700m  
宇/気中学校 800m Aコープ 500m  
かほく市役所 450m 森平和堂 200m

貸主 石川県知事(2)第3747号 金沢市金石本町027-1  
マインドホーム ☎076-266-2626

あり続家百か  
り由げづ年ほ  
ますがてく以く  
すいり上で  
るを

<http://www.omotegumi.com>

OMOTE 株式会社表組

〒929-1176 石川県かほく市外日角160  
TEL: 076-283-1101 FAX: 076-283-1190

## かほくマガジン 専用ラック設置場所

<p><b>津幡町</b></p> <p>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 (築地銀だご・ハロー!パソコン教室) プラント3津幡店 新鮮市場ビッグママ カジマート南店 カジマート太田店 ケースデンキ津幡パワフル館 TSUTAYA津幡店</p>	<p><b>かほく市</b></p> <p>かほく市役所本庁舎 かほく市役所高松庁舎 かほく市役所七塚庁舎 かほく市商工会 のとしん宇ノ気支店 イオンかほくSC1F入口(北口・中央口) 2F(ハロー!パソコン教室)</p> <p>Aコープかほく店 ショッピングプラザアイ カジマート高松インター店 メルシー高松店 七塚ショッピングプラザトマト デイリーストア河北高松店 民宿 やまじゅう ジョイフル高松店 メガトンかほく セレモニーステーションさくら</p>	<p><b>金沢市</b></p> <p>イオン金沢店 (北側・東側)</p> <p><b>宝達志水町</b></p> <p>メルシー押水店</p>
---	---	--



## イベント生中継募集!

FMかほくでは、スーパー・ショッピングセンター催事、住宅・自動車の展示会・駅伝中継など、様々なイベントをラジオで生中継します。(事前告知CMも行います)

《中継実績》  
かほく四季まつり  
桜まつり  
サマーフェスタ  
かにカニ合戦  
河北湖一周駅伝競走大会  
など

## 生中継!

7月30日(土)

かほく四季まつり  
サマーフェスタ in かほく

生中継放送時間

リバーフェスタ 10:00~11:54  
花火大会 20:00~21:00頃



## 公開生放送 アル・プラザ津幡 LIVE中継

14:00~14:54 アル・プラザ津幡1F  
再放送 23:00~23:54 (スイートガーデン前)

7月3日(日) マリの宅急便



無料でご覧いただけますのでお誘いあわせの上、お越しください。当日のライブ演奏をFMかほくで生中継します。

アル・プラザ津幡ライブ参加アーティスト募集中!  
希望者の方はFMかほくまでお問合せください。

FM78.7MHz KAHOKU FMかほく  
☎076-283-6660

# h. ハロー! パソコン教室



電源の入れ方から始めます。

40・50・60・70歳  
以上大歓迎!

この夏 ハロー! で  
パソコンができるようになる!

## 夏のご入会キャンペーン

通常 3,150円  
入会金 半額

7月末日まで キャンペーン期間  
限定 30名様 先着

●キャンペーンの詳細については、教室までお気軽にお問い合わせください

## お仕事帰りに資格に挑戦!

Microsoft Office Specialist  
転職・キャリアアップに  
マイクロソフト認定資格  
MOSが有利!

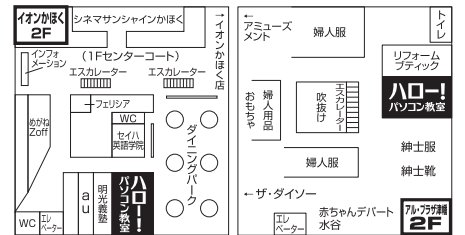
イオンかほく校は、夜21:10までレッスンしています。

イオンかほく校 アル・プラザ津幡校

☎076-289-1705 ☎076-288-6686

電話受付 9:30~21:00 電話受付 9:30~17:00

かほく市内日角25番 イオンかほくショッピングセンター2F  
津幡町北中条1丁目1番地 アル・プラザ津幡2F



# 月刊 かほくマガジン

毎月前月末発行

## 次回広告掲載募集

河北郡市地域にしほったの広告だから効率的です。

巻頭お盆特集 8月号 お祝い特集 9月号

店頭配布 戸別配布

1万部発行 3万部発行

原稿締切 7月15日 原稿締切 8月10日

問合せ (株)ウェブネット ☎076-283-1139

## 次号は お盆特集!!



## パソコントラブル 安心サポート

### 出張料無料! 見積診断無料! 電話相談無料!

《依頼したいのですが値段が心配》  
ご予算に応じて、対応します。  
料金が上がる場合、事前にお客様にご連絡致します。

《あくまで、成功報酬です》  
直らなかつた場合、料金は一切発生しません。

《一週間以内で再クレームの場合》  
同じトラブルであれば、再訪問しても料金は掛りません。

あらゆるトラブルに対応します  
インターネットがつかない  
最近パソコンの動きが悪い  
ウイルスによる不具合  
パソコン設定全般 等々

FMかほく  
ネットラジオ無料設定  
自宅のパソコンで聴けます。

パソコンなんでも相談 FMかほく78.7 毎週月曜9時~生放送

トラブルの連絡先は ☎076-285-0553 留守の場合は ☎090-6274-0553  
ダイオータクノ かほく市本津口82-6 〒929-1717 担当/金丸 お気軽にお電話下さい。



## パソコンなんでも相談



日時 毎月 第1・第3月曜日  
18:00~19:30まで受付

場所 ハロー!パソコン教室 アル・プラザ津幡校

お問合せ ☎076-288-6686  
ハロー!パソコン教室 アル・プラザ津幡校



# 海の日まつり

7月18日(月・祝) **入場無料**

ホップ・ステップ・ジャンプ!  
FMかほく開局3周年

能登有料道路白尾IC周辺

(石川県かほく市白尾)

石川県漁協南浦支所(JF南浦) 10:00~15:00

ビーチハウス友楽荘 18:00~20:30



- 10:00 海の日まつりスタート  
FMかほく生中継  
フリーマーケット  
ワークショップ
- 11:00 ヨガ体験教室
- 11:30 加賀豊年太鼓
- 13:00 まり〜んず LIVE
- 14:00 志水ハル美と  
素敵な仲間たち LIVE

平成25年4月能登有料道路の無料化、  
平成26年北陸新幹線の金沢開業を見据えて  
全国に向けて「地域」を発信する元気おこしプロジェクト

### 東日本大震災チャリティー募金

東日本大震災で被災された方への募金と当地域に避難されている方のご招待も  
計画しています。日本の復興のため、いっしょに力をあわせ行動しましょう。



### 白尾灯台一般公開

10:00~15:00



岩ガキ料理試食・即売

海岸侵食対策の人回りフに  
繁殖した天然岩ガキ

## フリーマーケット

河北潟農業生産者直売!



ぶどう

桃

スイカ

ハーブ製品



[刺身と創作料理の店 わかな] カキ料理

[ベザン] 特製オープンサンド

[やきとり とんがらし] 焼鳥

[中野玩具] ガラポン

## 音楽演奏・体験教室



11:00  
ヨガ体験教室  
笑顔でヨガライフ  
高岡留美

11:30  
加賀豊年太鼓  
沖町保存会

13:00  
まり〜んず  
懐かしいオールデイズ  
サウンド

14:00  
志水ハル美と  
素敵な仲間たち  
ジャズから昭和歌謡曲

主催/NPO法人 FMかほく  
共催/石川県漁業協同組合南浦支所(JF南浦)  
ビーチハウス友楽荘  
協力/金沢海上保安部・白尾区・麒麟ビール  
アクアクララ・コーシン

問合せ FMかほく ☎076-283-6660

日本海	
能登有料道路	★ビーチハウス友楽荘
白尾IC	★JF南浦 白尾IC
サンクス	★JF南浦 白尾IC
イオン	★JF南浦 白尾IC
かほくSSC	★JF南浦 白尾IC

## FMかほく 4時間生中継!!

午前 10:00~11:54  
午後 13:00~14:54



## 番組パーソナリティ ワークショップ体験コーナー

10:00~15:00

### キレイになりたい方!

エステ  
美肌サロン  
和田聖子

エステ  
エイジング講座  
嶋奈津美

### 痩せたい方!

耳つぼダイエット  
耳つぼダイエット  
山室美津子

### 体が痛い方!

整体  
元気で健康!しあわせ一番  
古田カズヒロ

カイロプラティック  
カイロでベリ〜ハッピー  
川口美夏子

### 悩みを相談したい方!

占い  
ミチコの誰でも開運!  
室石通子

オーラソーマ  
癒しとカラーセラピー  
松井和代

### パソコンのことで困っている方!

パソコン相談  
パソコンなんでも相談  
金丸弘人

### お花が好きな方!

フラワーアレンジメント  
咲いた。咲いた  
架谷和美

### お子様も大喜び!

脳トレ体験  
いっしょにはっぴい子育て  
河内敏子

## 第5回 夕日のフィナーレステージ

ビーチハウス友楽荘

18:00~入場・駐車場無料(夕方)

(ビーチハウス友楽荘の駐車場は日本の駐車料金はかかりません。)

焼貝、焼イカ、焼そば、その他料理、  
ビール、ソフトドリンクなどは別途料金。



毎年50人超フラ出演  
フラダンス  
(ザ・レイ・ブライアニー・フラスタジオ)  
18:30~19:00頃



ファイヤーダンス  
(NOMOPON 西島智子)  
19:30~20:00頃



2011年7月 番組表

55	インフォメーション				
00	現代高校生語り(再)	きんちゃんの「くるま」な気分(再)	シネマタイム(再)	らせんの脱線トークスバイラル(再)	音子の○○○あぁ…逆にな!!(再)
30	風案内はまなすさん(再)	咲いた。咲いた(再)	アルベジオとストローク(再)	あけみの好き好き わんにゃん(再)	こんには高橋しげのりです(再)
00	かたりの窓	がんばれ!スポーツアスリート	フジコのえんじょいらいふ!	シャングリラへGO!	ロジーとノミーの環境のお話
8	民話	スポーツ	Life	旅	エコ
	塩谷はるみ(かほく)	高井篤志(かほく)	フジコ(津幡)	伊丹えつ子(内灘)	橋作昭紀(かほく)
25	内灘潮騒だより				
30	☆きららならいぶ☆(再)	クマさんの「釣りの話」(再)	California Easy Speak(再)	ヒロリンの「本」は友だち(再)	エイジングケア講座(再)
00	パソコンなんでも相談	HAPPY産業★	元気で健康!しあわせ一番	おしゃれトーク	笑顔でヨガライフ
9	パソコン	ファイヤードグス	健康	ファッション	ヨガ
	金丸弘人(かほく)	TOMOPON	吉田カズヒロ(津幡)	網本真由美(かほく)	高岡留美(かほく)
30	月と季節の暦(再)	ラブラブかほくがた(再)	おさるの町づくり実験(再)	高専's ライフ(再)	テリーの住まい大好き(再)
00	エコみらい河北NEWS	ミチコの誰でも開運!	いしよにはっぴい子育て	癒しとカラーセラピー	カイロでベリーハッピー
10	環境	占い	育児	オーラソーマ	骨盤矯正
	上野谷剛(津幡)	室石通子(かほく)	河内敏子(かほく)	松井和代(かほく)	川口美夏子(かほく)
30	ツタヤレンタルランキング	こんには近藤和也です	国政・県政報告	MUSIC LOVE	NPO よもやま話
	音楽	政治	政治	音楽	NPO
	北村拓也(津幡)	近藤和也	北村茂男 木本利夫(かほく)	宮越真沙美(内灘・津幡出身)	青海康男
00	咲いた。咲いた	アルベジオとストローク	あけみの好き好き わんにゃん	こんには高橋しげのりです	風案内はまなすさん
11	花	音楽	ペット	政治	観光
	架谷和美(かほく)	東いさお(津幡)	元女明美(かほく)	高橋しげのり(かほく)	観光ボランティアガイド(肉親)
30	ハーブでエンジョイ(再)	たかしさんの朗読惑	げんちゃんの元気でいこう!	ラジオブレイク	法律であそぼう
	ハーブ	朗読	元気	局の話	法律
	俵朝子	高田伸一	喜多村けん	新江克之(かほく)	皆川谷徳 斉藤隆志
00	幸せになるよ!コート・ド・マリアージュ	ビューティータイム	アバウトスタディ	あなたと住まい	NPO活動とライフスタイル
12	結婚	美容	受験	不動産	NPO
	日高優子(内灘)	多々見りか(かほく)	竹内祐介(かほく)	小林絹代 和晃(かほく)	大館小夜子(内灘)
30	パソコンなんでも相談(再)	HAPPY産業★(再)	元気で健康!しあわせ一番(再)	おしゃれトーク(再)	笑顔でヨガライフ(再)
00	耳つぼダイエット	あいこのあいこでしょ	Music Happiness	みきのMUSIC FACTORY	美肌サロン
13	痩身	生活	音楽	音楽	エステ
	山室美津子(津幡)	あいこ(かほく)	つくみ(かほく) ちあき(内灘)	みき	和田聖子(津幡)
30	かたりの窓(再)	がんばれ!スポーツアスリート(再)	フジコのえんじょいらいふ(再)	シャングリラへGO!(再)	ロジーとノミーの環境のお話(再)
00	クマさんの「釣りの話」	California Easy Speak	ヒロリンの「本」は友だち	エイジングケア講座	☆きららならいぶ☆
14	釣り	英会話	BOOK	美容健康	音楽
	熊谷隆(かほく)	上田敦子 スタッフマイケル(内灘)	森博美(かほく)	嶋奈津美	きらら(津幡)
30	ツタヤレンタルランキング(再)	こんには近藤和也です(再)	国政・県政報告(再)	MUSIC LOVE(再)	NPOよもやま話(再)
00	たけしのちよい悪オヤジ	おしゃれにフレンチ	旅のうまい話	行列のできる 保険相談室	内灘飲食青年部
15	理容	グルメ	旅行	家計改善	防犯
	杉村武志(かほく)	中村稔(かほく)	酒井孝一(かほく)	酒井博(かほく) 村中次郎(津幡)	佐々木茂 松浦光男 川島仙史(内灘)
30	ハーブでエンジョイ(再)	たかしさんの朗読惑(再)	げんちゃんの元気でいこう!(再)	ラジオブレイク(再)	法律であそぼう(再)
00	エコみらい河北NEWS(再)	ミチコの誰でも開運!(再)	いしよにはっぴい子育て(再)	癒しとカラーセラピー(再)	カイロでベリーハッピー(再)
16	30	サンセットクルージング	今日のお買い得情報	イオンかほく店、プラント3、ビッグママ、アル・プラザ津幡	
	月「健康相談」金沢医科大学病院	火「園芸・農業相談」JAグリーン・山辺守	水「商工会りレポート」かほく市・内灘町・津幡町各会員	木「ペット相談」ペットビジネス学院・岡村知可子	金「役場インタビュー」かほく市役所・津幡町役場・内灘町役場
17	30	耳つぼダイエット(再)	あいこのあいこでしょ(再)	Music Happiness(再)	みきのMUSIC FACTORY(再)
18	00	ラブラブかほくがた	おさるの町づくり実験	高専's ライフ	テリーの住まい大好き
	農業	町づくり	キャンパスライフ	住宅	月の話
	金田直樹(津幡)	加茂修(津幡)	石川高専(津幡)	中宮輝男(津幡)	岡田良治(津幡)
30	たけしのちよい悪オヤジ(再)	おしゃれにフレンチ(再)	旅のうまい話(再)	保険相談室/ 防犯あれこれ(再)	内灘飲食青年部(再)
00	きんちゃんの「くるま」な気分	シネマタイム	らせんの脱線トークスバイラル	音子の○○○あぁ…逆にな!!	現代高校生語り
19	自動車	映画	音楽	音楽	高校生活
	西田錦矢(かほく)	川村久志(津幡)	松田造 表誠治(津幡出身)	金村俊宏 谷政敏(かほく)	和仁匡希(津幡)
30	コート・ド・マリアージュ(再)	ビューティータイム(再)	アバウトスタディ(再)	あなたと住まい(再)	NPO活動とライフスタイル(再)
20	00	Chocorate syrup(再)	It's So-Music(再)	オールナイト 民謡	オールナイト インディーズ
21	00	ゲスト	音楽	オールナイト イベント	
	AYU acchan(内灘)	大場慎介			
30	オールナイト 朗読	オールナイト 唱歌			

土 (Sat) 日 (Sun)

土・日曜は平日の番組を再放送でお送りします。

22	55	インフォメーション	
7	00	パソコンなんでも相談(再)	元気で健康!しあわせ一番(再)
30	かたりの窓(再)	笑顔でヨガライフ(再)	
8	25	内灘潮騒だより	
30	ツタヤレンタルランキング(再)	シャングリラへGO!(再)	
9	00	かたりの窓(再)	ロジーとノミーの環境のお話(再)
30	フジコのえんじょいらいふ(再)	いしよにはっぴい子育て(再)	
10	00	エコみらい河北NEWS(再)	ハーブでエンジョイ(生)
30	ミチコの誰でも開運!(再)	癒しとカラーセラピー(再)	
11	00	たかしさんの朗読惑(再)	NPO よもやま話(再)
30	げんちゃんの元気でいこう!(再)	法律であそぼう(再)	
12	00	コート・ド・マリアージュ(再)	MUSIC LOVE(再)
30	こんには近藤和也です(再)	カイロでベリーハッピー(再)	
13	00	咲いた。咲いた(再)	こんには高橋しげのりです(再)
30	アルベジオとストローク(再)	風案内はまなすさん(再)	
14	00	あけみの好き好き わんにゃん(再)	アル・プラザ津幡LIVE中継 FMかほく 公開生放送
30	ビューティータイム(再)	7/3 まりの宅急便	
15	00	アバウトスタディ(再)	おしゃれトーク(再)
30	クマさんの「釣りの話」(再)	あなたと住まい(再)	
16	00	California Easy Speak(再)	It's So-Music
30	ヒロリンの「本」は友だち(再)	NPO活動とライフスタイル(再)	
17	00	たけしのちよい悪オヤジ(再)	エイジングケア講座(再)
30	おしゃれにフレンチ(再)	☆きららならいぶ☆(再)	
18	00	旅のうまい話(再)	保険相談室/ 防犯あれこれ(再)
30	あいこのあいこでしょ(再)	内灘飲食青年部(再)	
19	00	MUSIC Happiness(再)	みきのMUSIC FACTORY(再)
30	ラブラブかほくがた(再)	美肌サロン(再)	
20	00	おさるの町づくり実験(再)	テリーの住まい大好き(再)
30	高専's ライフ(再)	月と季節の暦(再)	
21	00	Chocorate syrup(再)	Chocorate syrup(再)
30	きんちゃんの「くるま」な気分(再)	らせんの脱線トークスバイラル(再)	
22	00	HAPPY産業★(再)	音子の○○○あぁ…逆にな!!(再)
30	シネマタイム(再)	現代高校生語り(再)	
23	00	国政・県政報告(再)	
30	オールナイトイベント		

■土・日曜の再放送番組・音楽番組の時間は、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。

■地域応援番組、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・シングルHit MUSIC・今週の思い出リクエスト、CMをお送りしています。

\*7/18(祝・月)7/30(土)生中継番組のため各番組放送時間が変更となります。

■生放送 ■録音放送 ■随時

議員の方の番組は選挙期間中はお休みいたします。

パーソナリティの都合により音楽番組となる場合があります。

北国新聞・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 毎日 8:25~ 8:29、17:55~17:59

- 津幡警察署、消防署(かほく市・津幡町・内灘町)
- 内灘文化協会・風と砂の館 四季のお菓子
- 特選中古車情報 ■ 税務相談

WANTED

FMかほく後援事業募集

番組内やインフォメーション、ホームページで、随時紹介します。ホームページからお申込下さい。事業のポスター、チラシなどの印刷物には「後援 FMかほく」と必ず明記をお願いします。

AREA MAP

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カー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 ホームページ・スマートフォンOK!

SHOUTcast Radio

CM PRICE LIST

■20秒CM

Aタイム	毎週1回×4~5週で	毎日1回×1ヶ月
	月額2,100円	月額9,450円

■4分間インフォメーション

Aタイム	毎週1回×4~5週で	月額5,250円
------	------------	----------

※CM・インフォメーションは3ヶ月単位で契約(制作料別)

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 http://fm.kahoku.net

ボランティアパーソナリティ募集 (Pro bono)

がんばる日本! 防災にラジオ



かわあそび

# 夏休み 親子川遊び体験



生物多様性を体験!

7月31日(日)  
11:00~14:00

入場無料

アユ、イワナつかみどり体験

子供たちに日頃できない自然体験をさせてあげてください。



大水槽!  
川の生きもの観察



イワナ

ホンモロコ

カワモツ

アユ

ご招待

石川県に避難されている  
東日本大震災被災者の皆様

無料 アユの塩焼+おにぎりセット進呈

バス送迎します

JR 金沢駅、JR 津幡駅、  
内灘サンセットパークを経由します。  
(内灘大橋詰)

お申込は、☎090-6812-4561 (江上)

ご来園の方全員に無料でアユの塩焼進呈いたします。

場所：希望の庭

かほく市内高松末100-1

主催 NPO水環境を守る会

後援 FMかほく



かほく市石川県の中心

江上豊勝

私は大阪で生まれ今年で70年です。その間、3歳で母親と死に別れ5歳で終戦、父親の古里に住んで65年です。今回の震災の子供たちに心の傷を少なく、と思い今回のイベントを思いついた者です。

4月10日から20日までのイベントで頂いた、義援金でもう一度イベントを開催したいと思います。募金により頂いたお金で被災地の子供たちに夢と希望を与えさせてください。お願いします。前回のイベントに協力して頂いた方々に心からお礼申し上げます。今回もご協力の程お願い申し上げます。

4月17日 里山の花と生きもの園遊会

