

FM KAHOKU 78.7MHz

2012 5月号

かほく市・津幡町 住宅街配布
内灘町 店頭配布

月刊かほくマガジン 5月号 Vol.88

求人コーナー無料掲載

平成24年4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 kahoku@wavenet.jp
一般第三種電気通信事業(届出番号D-14-267)

©WAVENET2012
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。

薄着の季節! Let'sダイエット!!

巻頭 ダイエット特集



増える!
夏までになんとかしたい!!



お得な
クーポン情報!

健康・美容・グルメ・住まい・暮らし etc.

どんたく かほく店
9月中旬OPEN!
スタッフ募集 P5

地域パーソナリティ 70 PROGRAMS カーラジオ・ご自宅で
FMラジオ78.7MHzでお聴きください!!!

ON AIR

ネットラジオ SHOUTcast Radio / USTREAM / STICKAM
HP <http://fm.kahoku.net> E-mail fm@kahoku.net
Tel.076-283-6660 Fax.076-283-6667

非常時には▶津幡町防災ラジオ
かほく市も決定・内灘町に提案中

今月のプレゼント
はちみつ 3名様



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。

大地のアカシヤ
1,350g

5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。

協力:みつばちの詩工房(内灘町)

5月ラジオアンケートプレゼント

1. 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
2. どこで聴きますか?
通勤中・職場・家庭・外回り中・その他()
3. 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()		

ダイエット特集

体重が増える...
これから薄着になっていくし、体型は気になるわよね

ダイエット
始めてみようかしら

YouTube かほく.net TV
スマートフォン対応
ビューティーおしゃれCH

春・夏・秋・冬号 かほく市・津幡町全戸配布
その他の月も住宅街に配布

意痛からだ 整体 回復処
なごみや **和屋**

女性磨き始めませんか
ジェルネイル
1回 ¥3,000~
担当: 西田通江

かほく市下山田本15 Map E-2
☎午前9時~午後10時(不定休)
☎076-283-3848
予約制 ✉na538@live.jp
https://sites.google.com/site/karadakaifu7538

症例 頭痛、首痛、40歳、ギックリ腰、更年期、自律神経失調症など

☎090-9449-2985 (川口)

カイロプラクティック ベリーベリー

その痛み、あきらめていませんか
痛みの原因は骨盤の歪みから

つらい症状でいらした患者さんが健康になられていく姿を見るとやりがいと共に喜びを感じます。出会いを大切に愛と感謝で頑張っています。
カイロプラクター 川口美夏子



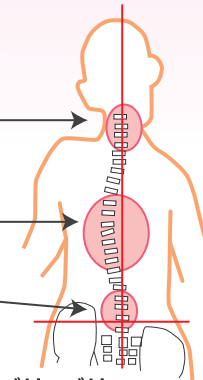
女性カイロプラクターなので安心。お気軽にご相談ください!

姿勢は健康のバロメーター

【お知らせ】
カイロの先生になりませんか!
6月金沢に施術院が開いたします。

骨盤・背骨がゆがむと...

1. 頭痛・耳鳴り・肩こり・不眠・手のしびれ...
2. 肩こり・猫背・内臓障害...
3. 生理痛・腰痛・ヘルニア・冷え性・足のしびれ



クーポン
初診料
5,000円 → 3,000円
24年5月末まで有効



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
困不定休 (出張施術有)
FMかほく「カイロでベリーハッピー」
毎週金曜10:00~10:24生放送
Map E-2

カイロプラクティック なごみ整体院

Chiropractic Nagomi Seitain

- 頭痛
 - 肩こり
 - 腰痛
 - 生理痛
 - 生理不順
 - むくみ、冷え性
 - 股関節痛
 - 育児の疲れ
 - など
- お気軽にご相談下さい

骨盤調整でスッキリ!!
疲れ、痛みの出ない体は整った骨盤から
代謝が上がり**ダイエット**にも効果的!

お徳なクーポン差し上げます。
初診料 4500円 → 3000円

予約制 ☎076-283-7731
石川県かほく市白尾14-7
営業時間 9:00~20:00
定休日: 水曜日

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トモ
- イオンかほく 中央口・センター北入口
- メルシー高松店
- チュールップ内灘店
- 東京ストア内灘店

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。

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	これが言いたい	美肌サロン
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	カラセラビー	カイロでベリーハッピー
VOICE RADIO	近藤和也	耳つぼイエット	MUSIC LOVE	NPOよもやま話
咲いた。咲いた	フライダル×ライフ	好き好きわんにゃん	高橋しげのり	風案内はまなずさん
環境のお話	燃える体づくり	元気でいこう!	ハーブでエンジョイ	かおりの部屋
意外と知らないハッピー雑語	ビューティータイム	アバウトスタディ	あなたと住まいル	NPO活動とライフスタイル
釣りの話	Californid Easy Speak	元氣にTOMMYショー	防犯あれこれ	きららならいぶ
ちょい悪オヤジ	おしゃれにフレンチ	旅のうまい話	保険相談室	内灘飲食青年部
歌謡バラエティー	ラジオブレイク	高専'sライフ	たかしさんの朗読惑	コーヒータイム
ラブラブかほくがた	町づくり実験	シャングリラへGO!	かみやりプロジェクト	いろいろ話
店長の新鮮気分	シネマタイム	トークスパイラル	住まい大好き	いい部屋ねっと
Chocolate syrup	It's So-Music		○○あゝ逆にな	Night Flight

ダイエット特集



YouTube かほく.net TV
スマートフォン対応
ビューティーおしゃれCH

春・夏・秋・冬号 かほく市・津幡町全戸配布
その他の月も住宅街に配布

KAA TSU TRAINING 加圧トレーニングで ダイエット・筋力アップ!!

加圧トレーニング

血流を制限し軽い負荷で簡単筋力アップ

TRXトレーニング

自分の体重を利用しバランス力アップ

肩こり・腰痛の 改善と予防に

コア・コンディショニング

ストレッチボールを使ったトレーニングで
姿勢改善・インナーマッスルを強化



うれしい効果が続々!

料金 ※チケット制

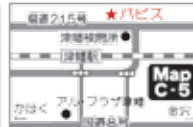
1回券(30分)	¥2,500
5回券	¥12,000
10回券	¥22,000
15回券	¥31,500
体験コース(40分)	¥2,500

*トレーニングは組み合わせてできます
(通常60分 2回分です)

あなたに合わせてマンツーマン指導

- ・運動したいけど時間がない方
 - ・大勢いるスポーツクラブに通うのが苦手な方
 - ・トータルレッスンを受たい方
- 多くの芸能人も行っている
「加圧トレーニング」を体験してみませんか!

クーポン
体験コース
1,000円
24年5月末まで有効



加圧トレーニングスタジオ パビスCLUB
津幡町太田井260-1 〒929-0345 完全予約制
営業時間: 10:00~21:00 休日曜・祝日 <http://www.pabisu.com>
インストラクター 戸田賢治 電話: 076-289-4545
F.Mかほく78.7「燃える体づくり」毎週火曜 11:30~11:54放送

今日から始める! 「脂肪燃焼」の3箇条!! 正しいダイエットのしくみがわかれば、いらぬ脂肪はドンドン燃える!!

その1 脂肪分解の救世主「リパーゼ」

いらぬ脂肪を体内で使えるエネルギーに分解する

体内のエネルギーが不足してくると...



エネルギー補充成功!!
体脂肪が燃焼
エネルギーが不足すると「リパーゼ」が
働いてドンドン脂肪が燃焼する

その2 つまり!! 体のエネルギーが少ない方がよいなら 食べない方がいいの?

食べないと栄養が足りなくて「リパーゼ」が働けなくなります。だから脂肪は
燃焼しにくくなり筋肉も落ちてしまいます。

その3 それでは!! ドンドン「脂肪」を燃焼するために 「リパーゼ」に必要なものは?

「リパーゼ」がたくさん働くためには、バランス良く「1日3食」の食事をとり、
常に栄養不足にならないようにすることが大切です。

ということは...

「脂肪」を燃やすためには常に十分な栄養が必要です!!

*一般的な食事では1日の摂取カロリーが1200kcalを下回ると
栄養不足になると言われています

今度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。



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

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 休日曜・祝日
F.Mかほく「耳つぼダイエット」
毎週水曜10:30~10:54放送

0120-332-159



ハーブテント
1回2,800円、お試し
2,000円で行っています。

完全予約制



ダイエット特集



お得な回数券もありますよ！
(カイロ整体コースは除く)

ホームページに詳しい説明が載っています。
<http://notokairo.web.fc2.com>

能登カイロ整体院
津幡町湯端467-17
〒929-0346
○ 9:00~21:00
● 不定休
■ 有り

Map C-3

予約制

☎076-289-5611 090-3885-8598

能登カイロ整体院

ダイエットの近道は歪みの改善から！

体の歪みでかたくなった筋肉では日常で消費するエネルギーに大きな違いがでます。また、血行不良は冷え、セルライトの原因となります。オススメはカイロ整体コース、ダイエットサポートコースです。

ダイエットサポートコース 約50分 4,200円

主に骨盤まわりの矯正とトレーニングでダイエットをサポート。運動しているのに痩せない方にピッタリ。

顔の歪み改善コース 約40分 6,500円

顔の歪みの改善によりバランスを整えます。小顔効果も期待できます。(個人差アリ)

デトックスコース 約50分 4,200円

リンパや血液の流れの滞り、解毒作用の低下を身体の内側から体質改善。

カイロ整体コース 約50分 3,200円

肩こり腰痛をはじめとした様々な身体の不調でお困りの方にオススメ。

高校生以下ショートコース 約30分 1,000円

高校生以下のため歪みを簡単施術。運動能力UPの声も多数！+500円で筋肉調整によりさらに運動をサポート。

※全コース 初回+300円

YouTube かほく.net TV
スマートフォン対応
ビューティーおしゃれCH

春・夏・秋・冬号 かほく市・津幡町全戸配布
その他の月も住宅街に配布

得クーポン情報

平成24年5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 太田店

営業時間 / AM10:00 ~ PM10:00

クーポン

各産地 バナナ各種 2割引

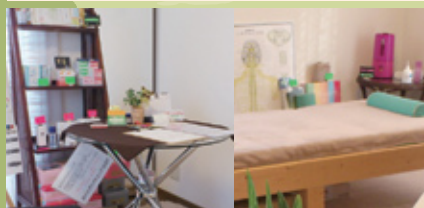
※広告の品、割引商品は除く ※お一人様2点限り
24年5月1日~31日まで有効

☎076-288-3600 津幡町太田は101-1

内灘に整体新規OPEN!!

肩こり・腰痛・関節痛・手足のしびれ

などでお困りの方、カイロプラクティック技術で痛みとなる原因を根本から改善します。骨盤調整で**ダイエット**にも効果的!



新規オープン記念料金 5月末まで

初診料 4500円 → 2500円

カイロプラクティック C3
Chiropractic シーズリー

予約制 ☎076-286-5869 3/3±
〒920-0271 石川県河北郡内灘町鶴ヶ丘1-367-4
営業時間 9:00~19:00 定休日 不定休 オープン!

色々試して効果がなかった方一度ご来院ください。

院長 佐々木先生

Map A+2

カジマート 高松インター店

営業時間 / AM10:00 ~ PM10:00

クーポン

加工品 (ハム、ウィンナー、ベーコンなど) 10%引

お一人様2点限り 広告の品、割引商品は除く
24年5月1日~31日まで有効

☎076-281-3741 かほく市高松ア7-2

カジマート みなみ店

営業時間 / AM9:30 ~ PM10:00

クーポン

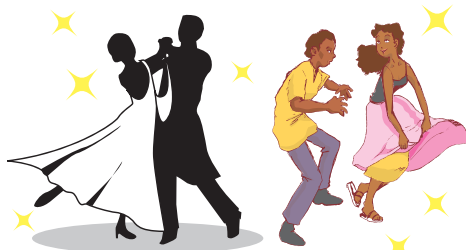
カジマートオリジナル 低温殺菌牛乳 1ℓ 188円

お一人様2点限り 広告の品、割引商品は除く
24年5月1日~31日まで有効

☎076-288-3980 津幡町加賀爪ホ218

あなたも Shall we Dance?

シャル ウィ ダンス



社交ダンスを楽しむ会

美と健康 10歳若く
いつまでも輝く

津幡 国道159号
デライヤ 河北台中 高松
太陽自動車学校
Map E-1 電シャトルウィダンススタジオ

会員募集! 初心者・見学歓迎!
毎週金曜日 20:00~22:00
月会費 2,000円 (夫婦2人で2,000円)
※1ヶ月目はお試し入会無料

ダンスドレスの オーダーメイド *Atelier Aya*

かほく市白尾ル88番地 月曜日13:00~17:00
※土・日・祝日は事前にご予約ください。

☎076-283-5738

Map D-1

能登から金沢、そしてかほくへ。
躍進し続けるスーパー「どんたく」

毎日が
優しく、**楽しく**、
優しく、**嬉**しく、
感動と親しみのあるお店!!

どんたく かほく店

9月中旬 **OPEN**

CS(お客様のご満足)はES(社員の満足)から—どんたくはこうした理念を大切にしています。
経験者優遇

オープニングスタッフさん
(正社員、パート・アルバイトさん)

総勢

30名

大募集!!

オープニングスタッフ募集面接会開催

日時 5/20 日 会場 かほく市 高松産業文化センター (かほく市高松ク42-1)

応募方法 まずはお電話でお申し込みください。
☎ 0120-44-2728
※電話受付/9:00~17:00 担当/野沢・受川

●面接日当日に履歴書(写真貼付)をお持ちください。※お預かりした履歴書はお返しできませんので、ご了承ください。
●面接終了後に簡単な筆記試験を行いますので、電卓をお持ちください。●当日ご都合の悪い方もお気軽にご相談ください。改めて面接日を設定します。●その他応募に関する質問などお気軽にお問い合わせ下さい。



暮らし新鮮、イキイキ笑顔

どんたく かほく店

かほく市木津ハ5-1 外3筆

ホームページ: www.dontaku.co.jp

50代・60代にも大人気!!

2,100円エステ

改善しましょう!
シミ・しわ・ニキビ・乾燥

クーポン
びかびかコース
500yen OFF
(初回の方のみ)
24年6月末まで有効

お好きなパック
*美白 *ハリ・弾力
通常2,100円
20%OFF
24年6月末まで有効

薬用・天然系の無添加化粧品でお手入します

びかびかコース 予約制 事前にお電話下さい!

募集中!

研修生(サロンオーナー)
ご自宅でジュピランサロンを開きませんか?
☆未経験・低資金でできます!
☆ノルマは、ありません
☆お気軽にお問合せ下さい!

美肌マッサージ教室生徒
★初級編 3回 3,150円
★中級編 6回 10,500円
(日程・時間帯等は、お問合せ下さい)

エステ・プレミア
☎076-214-5539
津幡町庄ト1-38 (予約制)
図9:00~18:00
休日・祝

メニュー:
クレンジング
洗顔
酵素パック
マッサージ
吸引
ホットタオル
お仕上げ

Map D-3

カット カラー ケークラブ

cut&color K-CLUB

憧れのヘアスタイルに
≪予約不要≫

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。

送迎致します!

Map G-1

TEL/FAX 076-282-5250

予約制 事前にお電話ください!

素敵な目元を演出 華やかな手元美人に

・まつ毛のエクステ
・まつ毛のカール
・ネイルアート
・ネイルケア

カットアンドカラー ケークラブ

かほく市高松ヲ37-2
◆平日AM9:00~
パーマ・カラー PM6:00
カット PM6:30
◆祝日 AM9:00~
パーマ・カラー PM4:30
カット PM5:30

TEL/FAX 076-282-5250

☎076-283-7715

nene's hair

Create Beauty
イオンかほくSC向かい

スタイリングパーマ ●●●込
7,140円(S)~
(M+525円、L+1,050円)

デジタルカール ●●●込
12,000円~9,500円
(長さ一律♪)

ファッションカラー ●●●●込
8,085円→6,500円
■土日祝は+500円(長さ一律♪)

グレーカラー ●●●●込
7,035円→5,800円
■土日祝は+500円(長さ一律♪)

24年5月末日まで ※他券併用不可

ネネズヘア ※このクーポンをご持参下さい。

かほく市内日角4丁目84番地3
図9:00~19:00 図月曜日、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。

Map D-2

大好評! 酸性縮毛矯正

通常 10,290円 → 8,500円!

●●●込 ■土日祝は+500円
(長さ一律♪) ■他券併用不可 ■5月末まで

髪の状態に合わせた丁寧な施術でさら・ツヤストリートが実現します。髪に優しい縮毛矯正でナチュラルな仕上がりに!

通常menu カット……2,940円

月刊 かほくマガジン

YouTube かほく.net TV
スマートフォン対応

ビューティーおしゃれCH

あれ? なんかキレイになっただね

そっかな

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

私もへへ 行くのかな

春・夏・秋・冬号 かほく市・津幡町全戸配布
その他の月も住宅街に配布

☎076-288-3391

美容室 SaraHair

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。

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

5月・6月 期間限定 梅雨を乗り切れ!!
縮毛矯正キャンペーン
10,290円 → 9,500円 ●●●込 長さ一律
※他券併用不可 24年5月末まで有効
オーガニック植物成分配合のスタイリング剤をプレゼントしちやいます。(※ポイント矯正は除く)

パーマ・カラー 500円OFF
(デジタルカールは除く)
※他券併用不可 24年5月末まで有効

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!

サラヘアー
津幡町庄ホ46-1 〒929-0327
図AM9:00~PM7:00
図月曜日、第1火曜日、第3日曜日

Map D-3

クーポン@かほくマガジン 今月のお得店

【グルメ】
鮎舟 かほく店
キッチンドリンクー らくつぽ
刺身と創作料理の店 わかな
河北亭
カルビ大将 津幡店

【美容・エステ】
美容室 Rey
美容室 サラヘアー
nene's hair
エステルームー花
アイエステ
エステ・プレミア

【健康】
ベリーベリー
バビスCLUB

参加加盟店募集中!

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。
あなたのメールアドレスを登録して、お得な割引情報などをGET!

QRコード

花粉症の漢方

今村薬局自慢の
花粉症の漢方は、
口が渇きにいく、体にやさしく
とてもご好評です!!



眠くなりにくい。鼻かぜ・アレルギー性鼻炎もOK。

お手頃価格 1ヶ月 4,725円



女性の痔の漢方もご好評です。
お気軽にお電話下さいませ!

☎076-283-0108

今村薬局

医学が発達した現代ですが、逆に体の治す力は弱まっているように感じます。
漢方はそんな時、頼りになる療法のひとつです。
長い間、鼻炎のクスリを飲んでいるのに満足がいかない方は、漢方の体質改善をやりながらの療法がおすすめです。

さあ、薫風の5月。ゴールデンウィークを楽しみましょう!!



今村薬局

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



HAIR STUDIO SUGIMURA

タイムサービス
キャンペーン!!

5月1日(火)
5月31日(木)

平日9:00~16:00 までにご予約来店 された方のみ

平日限定
女性限定
カット・カラー・パーマ
10%OFF

★土・日・祝は通常料金となります。★他の割引サービスと併用不可。

ヘアースタジオ 杉村 ※詳しくはスタッフまで

かほく市大崎4 4 毎週月曜、第1月・火曜、第3日・月曜
☎9:00~19:00 ナイター・DAY水・金曜 13:00~22:00

☎076-283-7374



初夏の ビューティキャンペーン!



安心と信頼で全国に広がる
ビューティークラブ
ジュビラン

エステルーム 一花

A. 紫外線バリアコース

Wクレンジング→栄養たっぷりハンドマッサージ
→吸引→パック→お仕上げ

B. 潤い美白コース

Wクレンジング→スクワランマッサージ
→吸引→潤い美白パック→お仕上げ

新規様限定

通常価格
¥4,200

A,Bコース

各¥3,150

※A,Bコース各1回ずつ
お試しいただけます。

エステルーム 一花 MapD-4

☎076-289-7083
☎090-2377-3205

FMかほく78.7「美肌サロン」毎週金曜 8:00~8:24放送

津幡町横浜に82-6
〒929-0341
☎10:00~18:00
☎ 第1・3日曜日

※研修などで平日お休みを
頂くことがあります。



美容室 Rey

レイ

Reyに待望の新メニュー

あなたの髪に奇跡を起こす

今までになかった
極上メニュー

トリートメントに
さらにこだわりました

カウンセリングの中で
似合うスタイルを提案

＊プレミアム縮毛矯正 ¥18,000

スーパーヒアルロン酸・コラーゲン・
マジックウォーター・高純度のトリ
ートメントを閉じ込めながらクセを
しっかり伸ばすので、ダメージを与え
ません! しなやかで、サラサラで自然
なストレートは、絶対おすすめです。

＊プレミアムトリートメント ¥5,000

ケラチン・スーパーヒアルロン酸・プ
ラチナコラーゲン・超微粒子の栄養剤
等しっかり入れ込み、髪にツヤ潤い
を出し、健康毛にします。メニューの後
にプレミアムトリートメントをするこ
とでキレイが1ヶ月持続。

＊プレミアムストレート ¥12,000

「ボリュームダウンしたい・クセが気になる・
髪がまとまらない・サラサラな髪にしたい・
髪にツヤを出したい・10歳若く見せたい」
そんな方におすすめです。ショート・セミ
ロングの方にも!

＊エステカラー (白髪染め) ¥6,000 (ファッションカラー) ¥6,500

高純度トリートメント・タンパク質を補い
ながら、ダメージを補修します。弱った髪にも
ハリ・コシ・潤いを出し、艶やかな上質の髪
へと改善します。

＊トリートメントパーマ ¥10,000

髪に優しい・化粧品でかけるので艶やかな弾力
のあるカールに仕上がります。「ボリュームがほ
しい・髪もキレイにしたい。」そんな方におす
めです。

プレミアムトリートメントされた方
お家で使えるトリートメントプレゼント!

※メニュー全てにロング料金なし

通常メニュー クーポン

<p>通常料金 ¥3,465</p> <p>¥2,400</p> <p>有効期限 2012. 6月末まで</p>
<p>通常料金 ¥12,075</p> <p>¥6,800</p> <p>土・祝日 ¥7,800</p> <p>ロング料金なし ◎◎込み</p> <p>有効期限 2012. 6月末まで</p>
<p>通常料金 ¥18,900</p> <p>¥9,000</p> <p>土・祝日 ¥10,000</p> <p>ロング料金なし ◎◎込み</p> <p>有効期限 2012. 6月末まで</p>
<p>通常料金 ¥11,500</p> <p>¥8,000</p> <p>土・祝日 ¥9,000</p> <p>ロング料金なし ◎◎込み</p> <p>有効期限 2012. 6月末まで</p>

menu	
カット	¥3,465
パーマ	¥8,400
カラー	¥5,775
デジタルパーマ	¥12,600

月曜日営業
しています。
(第2・4・5月曜日)
早めのご予約お待ちしております。



津幡町任ト1-28
☎カット 9:30~17:30
カラー 9:30~17:00
矯正・パーマ 9:30~16:00
☎ 毎週日曜、第1・3月曜日
TEL.076-288-7217

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	076-288-1111

5月3日(木・祝)	みずほ病院 きた眼科クリニック	津幡町越中坂ハ90 かほく市白尾イ 50-1	076-288-1013 076-283-1515
5月4日(金・祝)	たにくち整形外科クリニック 浅野医院	津幡町太田は 110-1 かほく市宇野気リ 135	076-289-0011 076-283-0002
5月5日(土・祝)	酒井医院 山崎耳鼻咽喉科クリニック	津幡町加賀爪ホ 30 かほく市白尾イ 44-2	076-289-2006 076-283-7070
5月6日(日)	宗平内科医院 藤田整形外科クリニック	津幡町井上の荘 2丁目 1-1 かほく市内日角 4-1	076-288-7600 076-283-7177
5月13日(日)	土島整形外科医院 松岡医院	河北郡内灘町旭ヶ丘 148 津幡町越中坂ハ90	076-238-4858 076-288-1013
5月20日(日)	らいふクリニック おたクリニック	かほく市白尾口 32-1 津幡町太田は 112-3	076-283-6200 076-288-6000
5月27日(日)	ニツ屋病院 サンクリニックやまだ	かほく市ニツ屋ノ 72 津幡町湯端 461-10	076-281-0172 076-289-3929

津幡町で緊急割込放送!

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わります。
防災行政無線だけでは不十分! かほく市も緊急割込放送決定!

災害に備えて用意しましょう
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

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、各市町村からの災害情報をお知らせします。
FMかほく 78.7MHz
☎076-283-6660

休日当番医

上記内容に一部変更がある場合もあります。受信される場合は直接医療機関へご確認ください。(4月20日調)

- ### 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 宮坂公民館
 - 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・大清台公園
 - 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 向栗崎東集会所
 - 29 内灘高等学校
 - 30 向栗崎小学校
 - 31 向栗崎小学校
 - 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 向栗崎都市緑地
 - 38 少年の家
 - 39 向栗崎体育館・向栗崎運動公園
 - 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 太白台小学校
 - 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 英田小学校
 - 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 七塚健康福祉センター
 - 13 七塚生涯学習センター
 - 14 七塚武道館
 - 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 大崎区民会館
 - 30 宇ノ気南体育館
 - 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



はまなすチャリティー茶会

どなたでもゲストとして気軽に例会に参加できます。
河北ロータリークラブ(かほく市・津幡町・内灘町地域) 毎週水曜日12:30~13:30
例会場はかほく市七塚生涯学習センターです。ふれあい館(かほく市遠塚口57番地6)

5月の卓話(約30分)
5月30日(水) 12:30~ 昼食付き 2,000円

会員募集中!
意欲的な若手・女性経営者の方、支店管理者の方、お気軽に!

お気軽にご予約ください 河北ロータリークラブ ☎076-285-2611

FM78.7MHz KAHOKU

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。

月刊かほくマガジン

毎月前月末発行

次回は **美容特集!!**
美容室・エステ・レジャー・整体・グルメ・暮らし・求人 etc.

次回広告掲載募集
河北都市域にしぼった広告だから効率的です。

巻頭美容特集 **6月号** **7月号・8月号**
全戸配布 **住宅街配布**
3万部発行 **1万部発行**
原稿締切 5月10日 7月号原稿締切 6月10日

問合せ (株)ウェブネット ☎076-283-1139 <http://kahoku.net>

FMかほくカーラジオ無料設定

FMかほくの78.7メガ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。

かほく市 オイルプラザD1 河北モータース イー自動車 コスモ自動車 白江自動車 杉本自動車サービス スズキアリーナ河北 トシキ自動車 富澤自動車 西田自動車 北国オート	内灘町 クリーンカー石川 津幡町 オートプラザ青木 酒井自動車 タニイ自動車 ネットヨタ石川津幡店 ロードスター
---	---

会員募集 幼児、小学生、中学生
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

チューニング協力店募集
FMかほく ☎076-283-6660
ホンダカースかほく南

FMかほく ネットアンケート実験

地域におけるホームページによる調査についての研究実験です。
実験結果は、一定の期間、件数、結果を評価した後に公開する予定です。

5月 政党支持率アンケート
アンケート(無記名)にご協力ください。
<http://kahoku.com/ankeito>

企画・調査 (社) 社会人教育研究所 ☎076-283-2299

原発 景気 年金 防災 行革 税金

FC 湖北

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

会員募集 幼児、小学生、中学生
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

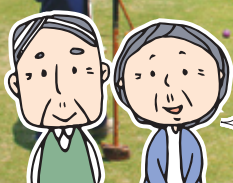
魚料理・民宿

やまじゅう



<http://yama-10.com>

新緑の季節、グラウンドゴルフで汗をかこう！ 汗をかいた後は、やまじゅうで懇親会！



やまじゅうでも
行ってこんなか。

プレーの後の 1杯は格別！

幹事様へ！

懇親会でやまじゅうから
ゴルフの賞品プレゼントいたします。



法事会席

49日、1周忌、
3回忌、50回忌



かいほう
海宝
コンベンションホール

故人を偲び
親族の絆を
つなぐ語らい

好評！
テーブル
宴会



法事料理
5,250円～8,400円
(季節により変更がございます。)

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。

第10回 やまじゅう海宝

お1人でも安心
お気軽に参加してね！

婚活パーティ

7月8日(日)開催

締切：7月2日(月)
(女性早期予約 6月25日(月))

定員の半数を新規申込者受付枠とさせていただきます。

時間 18:30～20:30 (受付開始 18:00)
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
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。)
※男性は30歳～45歳、女性はフリーとさせていただきます。



早期予約
特典 6月25日(月)までにお申込の女性参加者に
女子力アップセミナー利用券(千円)進呈

申込はやまじゅうホームページまたはお電話で！
※男女各予定人数に
達し次第締切ります。

婚活で成功するためのセミナー開催！

FMかほくパーティセンター 16:00～受付
婚活直前 (社) 社会人教育研究所
女子力UPセミナー 男子必勝セミナー

16:30～ 17:00～メイクアップ術 500円 17:00～17:30 受講料 500円
骨盤美ヨガ 500円 占い相談 1,000円、整体 500円 婚活で女性の心をつかむためのセミナーです。

同窓会予約受付中

幹事さんらくらくプラン

やまじゅうが幹事様の発送・事務手続きを代行します。

同窓会・同期会・クラス会・OB会・部活の仲間・
各趣味の会・仲よしグループでのプチ同窓会も **大歓迎!**

やまじゅう



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)

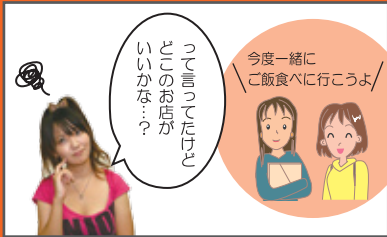
ホームページ <http://yama-10.com>

かほくTV
放映中!



バス送迎承ります。

You Tube かほく.net TV スマートフォン対応 食いしん坊CH



春・夏・秋・冬号 かほく市・津幡町全戸配布
その他の月も住宅街に配布

花嫁のれん 展示中



皆様から募集した花嫁のれんを多数展示しております。お気軽にお越しください。
6月中旬まで開催

料亭・ビジネスホテル

河北亭

ととどりの魚介類を
潮騒の聞こえるお部屋で味わう

高松IC 能登有料道路 かほく市 高松支所 JR高松駅 河北縦断道路	北陸銀行 河北亭 国道159号 国道159号 県立高松病院	料亭・ビジネスホテル 河北亭 いろいろ割烹 芳 かほく市高松ナ13 圃36台 圃 11:30~13:30 17:00~23:00 困 芳は火曜日(祝日の場合営業) 圃 30名様宿泊可 芳 36席
---	---	---

バス送迎有り

新鮮焼肉 昭和ホルモン館



お一人様でもOK!
その場で注文OK!
100分 食べ放題
100品以上から選べる大満足の
1,800円 (税込1,890円)
※小学生以下は半額。幼児は無料。

100分 飲み放題 50品以上から **ソフトドリンク 飲み放題 380円** (税込399円)
(税込1,260円)

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

各種ご宴会
ご予約承り中

飲食代 **10%OFF**
*飲み放題は除く
24年5月末日まで有効

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

キッチンドリンク
深夜2時まで営業!!
20名様までのパーティールーム完備

飲食代 **10%OFF**
但し飲み放題コースのそく
24年5月末まで有効

☎076-283-5906
☎090-2093-5906

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

和風菓子 八講屋

にゃんたろうカード
ポイント5倍
24年5月末まで有効

かしわ餅
こし/つぶ/みそ
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 圃8:30~19:30
旧河北ジョイングセンター向い ☎076-283-0394 困木曜日

かほく市・津幡町・内灘町・宇達志水町・金沢市森本・粟崎へ
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!
※ワンチ・龍舟セカンド・刺身・単品メニューは除く
※GW期間中(5月3日~5日)は除く

圃10:30~20:30(L.O.19:45)
☎076-283-7787

全品10%OFF
24年5月末まで有効

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 圃10:00~22:00
Aコープ つばた店 ☎076-289-8600 圃9:30~22:00

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 困月曜日(祝日の場合は翌日振替)
☎076-283-7566 かほく市白尾タ19-6

本格焼肉 **カルビ大将**

お会計から **10%OFF**
他券との併用不可
ランチ、コース、食べ放題 使用不可
割引の上限5,000円まで
24年5月31日まで有効

津幡町北中条1-6 ☎076-289-0577
(アル・プラザ津幡敷地内) 圃11:30~翌1:00 年中無休

九星による5月の運勢

五月五日五日(立夏)~六月四日まで

新緑が目まぶしく、夏の気配も感じられる爽やかな季節になりました。それでは、九星による5月の運勢をご案内します。

- 一白水星** 風薫る5月にふさわしく、人との交流が活発になります。努力も報われ好調な月です。誠意を持って事に対処しましょう。
- 二黒土星** 前進するより、足元を固めることが大切です。過去を振り返り、新たなプランを立てるのにはいい時期で、自己過信は禁物です。
- 三碧木星** 仕事や社会的活動に発展の月で、全力を尽くしましょう。経験豊富でも目上や先輩の助言を受け、協力を得れば評価は上昇!

- 四緑木星** 楽しい交流が活発になる月です。不平不満は控えましょう。気配りを発揮し、周囲との関係を深め将来の基盤づくりをして吉。
- 五黄土星** 明暗の格差が大きく出る月。目先の利益よりも将来を見据え、原点に戻りましょう。基本を忠実に守る謙虚な姿勢を忘れず。
- 六白金星** 才能や特技が脚光を浴びる月です。裏方や苦手な分野のことを向上心を持って励むと飛躍が望めます。他に先んじる気力を!
- 七赤金星** 体調が今一つパツとしない月。成功の陰には、苦労はつきもの。自分の限度を知り余計な仕事は控えましょう。御身大切に!
- 八白土星** 身内や親族の世話事がありそうです。誠意を尽くしてあたれば信頼されます。焦らず、じっくり時間をかけることで安泰です。
- 九紫火星** 新しい環境や人の縁に恵まれる月です。難しいことも尻込みせずチャレンジして吉。周囲の状況も察して判断しましょう。

九星早見表 1月1日から2月3日迄に生まれた人は前年の干支、前年の星になります。

一白水星	昭和2・11・20・29・38・47・56 平成2・11・20
二黒土星	昭和元・10・19・28・37・46・55 平成元・10・19
三碧木星	昭和9・18・27・36・45・54・63 平成9・18
四緑木星	昭和8・17・26・35・44・53・62 平成8・17
五黄土星	昭和7・16・25・34・43・52・61 平成7・16
六白金星	昭和6・15・24・33・42・51・60 平成6・15・24
七赤金星	昭和5・14・23・32・41・50・59 平成5・14・23
八白土星	昭和4・13・22・31・40・49・58 平成4・13・22
九紫火星	昭和3・12・21・30・39・48・57 平成3・12・21

ミチコの誰でも開運!
FMかほく 毎週火曜10:00~生放送
占い鑑定ご希望の方
☎090-3885-4272(室石通子)

YouTube かほく.net TV
スマートフォン対応

役に立つ暮らしCH



春・夏・秋・冬号 かほく市・津幡町全戸配布
その他の月も住宅街に配布

割得キャンペーン 実施中!!

春キャンペーン

このチラシをご持参の方に、粗品プレゼントいたします!

ブランリュエルI 1F 1K 4.8万円 内灘町鶴ヶ丘 敷 1ヵ月 共 2,000円 礼なし 駐 3,150円~ 町内会費 / 200円 ■交通 / 北陸鉄道浅野川線内灘駅バス4分 内灘中学校前下車 徒歩3分 ■築年 / 2010年3月 即入居可 ■設備 / 浴室乾燥機、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、ウォークインクローゼット、メモリーキー、CATV、駐輪場、フローリング、洗面化粧台、給湯、シャワー、他	ベル・ネージュ 1F 1K 4.5万円 津幡町中須加 敷 1ヵ月 共 2,000円 礼なし 駐 3,150円 町内会費 / 500円 ■交通 / 北陸本線津幡駅 徒歩18分 ■築年 / 2008年2月 即入居可 ■設備 / 浴室乾燥機、TVドアホン、温水洗浄便座、追焚機能、パストイレ別、エアコン、CATV、室内洗濯機置場、メモリーキー、フローリング、浄水器、給湯、シャワー、台所、浴室、駐輪場、サンルーム、対面キッチン、ウォークインクローゼット	ポヌールMI 2F 2DK 5.2万円 津幡町庄 敷 1ヵ月 共 2,000円 礼なし 駐 3,150円 町内会費 / 500円 ■交通 / 七尾線本津幡駅 徒歩15分 ■築年 / 2003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、クローゼット、メモリーキー、駐輪場、浄水器、洗面化粧台、給湯、シャワー、トランクルーム、下駄箱、他
グルンバルト 2F 2LDK 5.9万円 津幡町清水 敷 1ヵ月 共 2,000円 礼なし 駐 3,150円 町内会費 / 800円 ■交通 / 七尾線中津幡駅 徒歩2分 ■築年 / 2007年9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、エアコン、カウンターキッチン、サンルーム、駐輪場、トランクルーム、メモリーキー、CATV、給湯、シャワー、台所、浴室	クレストール翔II 1F 2DK 4.3万円 かほく市七窪 敷 2ヵ月 共 2,000円 礼なし 駐 3,150円 町内会費 / 900円 ■交通 / 七尾線宇野気駅 徒歩15分 ■築年 / 2009年2月 即入居可 ■設備 / エアコン2台、追焚機能、浴室乾燥機、BSアンテナ、CATV、暖房洗浄便座、TVドアホン、ペアガラス、駐輪場、トランクルーム、洗面化粧台、パストイレ別、ウォークインクローゼット、バルコニー、給湯、シャワー	フィオーレS.I 2F 2LDK 5.8万円 かほく市外日角 敷 1ヵ月 礼なし 共 2,000円 駐 2,100円~ 町内会費 / 225円 ■交通 / 七尾線宇野気駅 徒歩5分 ■築年 / 2005年3月 即入居可 ■設備 / TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、エアコン、パストイレ別、BSアンテナ、室内洗濯機置場、メモリーキー、浄水器、カウンターキッチン、バルコニー、給湯、他

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 65万戸

全国200拠点でネットワーク

大東建託 アル・プラザ津幡店

津幡町北中条1丁目1番地1階
営業時間 / 9:30~18:30
土・日・祝も営業中!

Tel.076-289-0704

全国賃貸建物管理戸数65万戸。*2011.7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>

求人コーナー

Ai esthe エステティックサロン 津幡町北中条2-5 応相談 9:00~18:00 日・祝日 25歳までで美容に関心ある方 ☎076-289-6259	加賀藩 たかくら 和菓子販売員 アル・プラザ津幡店 時750円~ 平日18時~21時 応相談 お菓子の好きな方 ☎076-289-2030
焼肉レストラン丸信 ホールスタッフ かほく市白尾タ16-40 時給750円~ 17:00~21:00 勤務は土・日・祝日のみ 高校・大学生の男子希望 ☎076-283-0479	インテリアBOX(株) アパートのクリーニング 津幡町横浜171 当社規定に準ずる 8:30~17:30 日曜日 下請けさんも募集中! ☎090-3292-3033
稚小学館アカデミー北陸 英語/算国/幼児教育講師 津幡/内灘/金沢 900円~2,000円以上 希望により決定 日曜日他希望 子供が好きの方 ☎0120-415-861	㈱パートナー・クオリティスタッフ 携帯販売(派遣社員) かほく市内 時給1,200円~ 11:00~19:00 休 週休2日(シフト制) ☎076-232-2922

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

☎076-266-2626 <http://mindhome.jp>

賃貸から自己所有の夢への第一歩!!

売家情報

新築 かほく市高松
3LDK 1250万円

205.28㎡ (62.09坪)
建 60% 窓 200%
1F/LDK18.4 浴室 洗面 トイレ
2F/洋7.8 洋6.7 洋5.8
七尾線 高松駅下車 バス3分
高松小学校、高松中学校
★かほく市若年者マイホーム取得奨励金あり(45歳未満の方)
駐車場2台分、上下水道負担金50万円

マインドホーム
金沢市金石本町027-1 ☎920-0336
info@mindhome.jp
石川県知事(2)第3747号

コケで環境緑化と防草処理

麿香重機建設

<http://www.jako.jp>
かほく市白尾タ16-11
☎076-283-0363

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!
佛壇洗いきれいします。

☎076-283-0643 かほく市宇野気トニ112

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!

- 割高な昼間の電気代を太陽光発電でカバー
- 割安な夜間の電力利用で光熱費を節約
- 使わずに余った電気は電力会社が買い取り

光熱費を大幅にコストダウン

施工例(消費税率別) 合計184万円	システム本体	工事	売電メーター
3.072KW(192W×16枚) 設置面積22.2㎡(新築・切妻・30.7㎡屋根)	152万円	30万円	2万円

河北台電設株式会社 なぎさソーラーシステム
☎076-283-2145 Map E-1

パソコンラブル 安心サポート

出張料無料
見積診断無料
電話相談無料

どうしよう!? パソコンが動かない!

NTT西日本代理店
ダイオーテクノ 担当:金丸 ☎090-6274-0553

ご予算に応じて対応。
直らなかつた場合、
料金はかかりません。

YouTube かほく.net TV スマートフォン対応 役に立つ暮らしCH



春・夏・秋・冬号 かほく市・津幡町全戸配布
その他の月も住宅街に配布



☎076-283-7111
かほく市宇野気二15番地 〒929-1125 Map E-2
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

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

5月の園活動

- 1日(火) 田植え(年長)
- 9日(水) クッキー作り
- 11日(金) バス遠足
- 23日(水) 三国山オリエンテーリング(年長)
- 25日(金) 誕生会



プリ教室『いちご組』

いよいよ スタートします!!

- 7日 はじめましての会
- 14日 春の制作
- 21日 いちご摘み
- 28日 外遊び 4・5月誕生会



とっても受講しやすい価格です!!

ガラス教室

エコみらい河北
http://clean.kahoku.net
TEL.076-288-4545 Map D-2



詳細は、河北郡市広域組合HPにて!

お宮参り・百日記念

ミヤノDGスタジオ



5・6月限定 特別価格
撮影料 ¥3,000 (税込 ¥3,150円)
+ 御写真代



その場で「見て・選べる」システム
変身衣装も色々あるよ♪ 思い出の1枚に。

津幡町津幡ハ96-1 (パピィ通り)
☎0120-00-2013
☎076-289-4181 Map D-4

Taiyo 太陽自動車学校

学割キャンペーン中!!
毎日入校受付
※ただし、日曜・祝日を除きます。詳細はネットか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



北国オート

新車・中古車販売、車検などお気軽に相談下さい。

http://www.ikuchan.net

☎076-285-1424 かほく市横山タ13-21



健康 あいさつ お小遣い 地域の絆運動

健康のため、日々ウォーキングをされている方
かほくマガジンの 戸別配布
健康ポスティングで、お小遣いもいっしょにゲットしませんか!

月刊かほくマガジンをウォーキングしながら、各月上旬(配布時間帯は問いません)に配布(ポスティング)していただきます。運動不足対策の健康づくりが目的のため、1人500部に限定いたします。
配布地域は、かほく市、津幡町、内灘町の住宅地域の指定地区で、1部につき一軒家6円、アパート1室2円をお支払いします。

株式会社ウェブネット Tel.076-283-1139

配布しながら、街中で出会った方と明るく「こんにちは」のあいさつができる方を求めます。



個人差はありますが、1時間で100部~200部配布できます。

送る人の心を大切に...



セレモニーホール

さくら



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
総合葬祭(有)みやざき

かほく市内日角カ7-1
24時間受付
TEL 076-283-8886

ラジオアンケートプレゼント プレゼント協力店募集

・総額1万円相当で2~5名程度にプレゼント。
・かほくマガジンの表紙に掲載、ラジオで毎日放送します。

NPO法人FMかほく ☎076-283-6660

ジョブカフェ石川

就職活動に取組む学生・若者の皆様をサポート

FMかほくにて就職支援情報を放送(4分間)
月・水・金・日 18:25 ~ 火・木・土 11:55 ~

☎076-235-4513

FMかほく 安全安心放送

危機管理の知識と意識を高めましょう。

防災



緊急割込放送

緊急時には、役場からの放送に切り換ります。

津幡町試験の予定放送時間
第1・3水曜 11:55 ~ 11:59

防火



消防署から

かほく市・津幡町・内灘町

火災予防について随時4分間放送

防犯

警察署・海上保安部から

津幡警察署 随時4分間放送
金沢海上保安部 随時4分間放送

FMかほく 公開生放送 内灘道の駅LIVE

毎週日曜 14:00 ~ 14:54
再放送 23:00 ~ 23:54

6日



松下しげき
「約1時間歌い倒します!」

13日



デブクロ

「おやしからの贈り物」

まり〜んず

「まりの宅急便」

20日



HITOSHI

「吟届けたい唄がある…」

27日



イベント主催者の皆様! FMかほくが
イベントを中継します!

夏祭り、花火大会など

道の駅 内灘サンセットパーク
(内灘サンセットブリッジ橋詰)

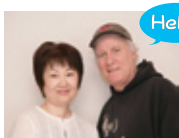


無料でご覧いただけますので
誘い合わせの上、お越しください。
当日のライブ演奏をFMかほくで、
生中継します。

FMかほく ☎076-283-6660

FMかほく 4分英会話

Real English for Real People



Hello!

放送時間

月・水・金・日
14:55 ~ 14:59

火・木・土
10:25 ~ 10:29

FMかほくを聴いて、英語の発音に慣れ親し
みましょう。ホームページで復習もできます。

英会話
番組

California Easy Speak

毎週火曜 14:00 ~ 14:24 (生放送)

英会話に関する
お問合せ

☎080-4252-5749 (上田)

✉a25wyeda@gmail.com

ラジオ番組・ホームページ企画 (社) 社会人教育研究所

FMかほく 婚活応援事業

登録無料!
お見合い婚活
登録者募集

お見合い
婚活の
流れ

- ① 無料で登録
ホームページからご登録いただけます。
 - ② お見合いコンシェルジュと面談
 - ③ 希望条件をマッチング
 - ④ お見合い
 - ⑤ ご結婚
- ※ 個人情報については、厳重に
お取り扱いさせていただきます。



担当のコンシェルジュが、
あなたの婚活をお世話いたします。

(社) 社会人教育研究所 地域課題調査・研究と交流活動

<http://kahoku.com/konkatsu>

ご登録は、ホームページおよび婚活パーティ会場で受付致します。

FMかほく 「畑の会」楽園計画 事前アンケート

参加の目的は人それぞれ! アンケートにご協力ください!

- ▶ 例えば、定年後に畑づくりを始めてみたい方
- ▶ 余っている土地の提供に協力して下さる方
- ▶ 土地はないけど、一緒に畑を楽しみたい方

趣味として畑づくりを
一緒に楽しみましょう!

獲れた作物は地元の飲食店・生鮮食品店にて
お買い上げいただく計画です。

収益金は肥料、苗、種などの購入にあてます。
参加者・協力者で作物を分け合います。

関心度調査のアンケート(無記名)にご協力ください。

<http://kahoku.com/hatake>

企画・
調査

(社) 社会人教育研究所

☎076-283-2299 「畑の会」係



	月 (Mon)	火 (Tue)	水 (Wed)	木 (Thu)	金 (Fri)
55	インフォメーション				
00	コーヒータイトム (再)	歌謡バラエティー (再)	ラジオブレイク (再)	高専's ライフ (再)	かみやちプロジェクト (再)
30	風案内はまなずさん (再)	咲いた。咲いた (再)	プライダル×ライフ (再)	あけみの好き好き わんにゃん (再)	こんにち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	小さな会社の経営法則	これが言いたい	美肌サロン
8	民話	スポーツ	企業経営	政治	エステ
	塩谷はるみ (かほく)	高井篤志 (かほく)	小嶋隆史	岡田直樹	和田聖子 (津幡)
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)	元気に TOMMY ショー (再)	コジローさんの防犯あれこれ (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	ファイヤードン	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 中京節子 (かほく)	高岡留美 (かほく)
30	玄じいさんのいろいろ話 (再)	ラブラブかほくがた (再)	おさるの町づくり実験 (再)	シャングリラへGO! (再)	テリーの住まい大好き (再)
00	エコみらい河北NEWS	ミチコの誰でも関連!	いっしょにはっぴい子育て	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	VOICE RADIO	こんにちは近藤和也です	耳つぼダイエット	MUSIC LOVE	NPO よもやま話
11	会話教室	政治	痩身	音楽	NPO
	田中雅恵	近藤和也	山室美津子 (津幡)	宮越真沙美 (内灘・津幡出身)	青海康男
00	咲いた。咲いた	プライダル×ライフ	あけみの好き好き わんにゃん	こんにちは高橋しげのりです	風案内はまなずさん
12	花	結婚	ペット	政治	観光
	架谷和美 (かほく)	原拓也 (かほく)	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 (肉連)
30	ロージーとミーの環境のお話	燃える体づくり	げんちゃん元気どう!	ハーブでエンジョイ	かおりの部屋
13	エコ	トレーニング	元気	ハーブ	お買物
	桶作昭紀 (かほく)	戸田賢治 (津幡)	喜多村けん	俵朝子 (津幡)	勢登香理 (津幡)
00	意外と知らないハッピー映画	ビューティータイム	アバウトスタディ	あなたと住まい	NPO活動とライフスタイル
14	映画	美容	受験	不動産	NPO
	山内崇寛	醒井秀和 (かほく)	多々見りか	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)
15	いい部屋ねっと (再)	店長の新鮮気分 (再)	シネマタイム (再)	らせんの脱線トークスライル (再)	音子の○○○あぁ...逆にな!! (再)
30	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)	これが言いたい (再)	美肌サロン (再)
00	クマさんの"釣りの話"	California Easy Speak	元気に TOMMY ショー	コジローさんの防犯あれこれ	☆きららならいぶ☆
16	釣り	英会話	マジック	防犯	音楽
	熊谷隆 (かほく)	上田敦子 スタッフマイケル (内灘)	TOMMY	村中高次郎 (津幡)	きらら (津幡)
30	VOICE RADIO (再)	こんにちは近藤和也です (再)	耳つぼダイエット (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グルメ	旅のうまい話	行列のできる たかさん 保険相談室の朗読	内灘飲食青年部
17	理容	旅行	旅行	家計改善	グルメ
	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) 高田伸一	佐々木茂 松浦光男 川島仙史 (肉連)
30	ロージーとミーの環境のお話 (再)	燃える体づくり (再)	げんちゃん元気どう! (再)	ハーブでエンジョイ (再)	かおりの部屋 (再)
00	エコみらい河北NEWS (再)	ミチコの誰でも関連! (再)	いっしょにはっぴい子育て (再)	癒しとカラーセラピー (再)	カイロでベリーハッピー (再)
30	サンセットクルージング				
18	今日のお買い得情報 週末イベント情報 新聞拾い読み				
	河端紀和子 (かほく)	橋藤尾 (かほく)	松木舞 (津幡)	三シヤスコ	藤田すみこ (かほく)
00	歌謡バラエティー	ラジオブレイク	高専's ライフ	かみやちプロジェクト	コーヒータイトム
19	歌謡曲	局の話題	音楽	音楽	珈琲と音楽
	加藤満 (津幡)	新江克之 (かほく)	キャンパスライフ 石川高専 (津幡)	チャーリー	上野雅司 (津幡)
55	内灘潮騒だより				
00	ラブラブかほくがた	おさるの町づくり実験	シャングリラへGO!	テリーの住まい大好き	玄じいさんのいろいろ話
20	農業	町づくり	旅	住宅	New
	金田直樹 (津幡)	加茂修 (津幡)	伊丹えつ子 (内灘)	中宮輝男 (津幡)	朗読 きみこ
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 / 朗読 (再)	内灘飲食青年部 (再)
00	店長の新鮮気分	シネマタイム	らせんの脱線トークスライル	音子の○○○あぁ...逆にな!!	いい部屋ねっと
21	野菜	映画	音楽	音楽	不動産
	坂尾勉 (かほく)	川村久志 (津幡)	松田造 表誠治 (津幡出身)	谷政毅 数野佳代 (肉連) 金村俊宏	藤田智史 北山健一 (津幡)
30	意外と知らないハッピー映画 (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)
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	Night Flight
22	ゲスト	音楽	オールナイト 民謡	オールナイト インディーズ	洋楽
	AYU acchan (内灘)	大場慎介	災害・緊急時には、全番組 役場からの割込放送に切換!		Nighthawk
30	オールナイト 吹奏楽	オールナイト 唱歌			オールナイト プロモ曲

KAHOKU FM78.7MHz

2012年5月番組表

	土 (Sat)	日 (Sun)
25	土・日曜は平日の番組を再放送でお送りします。	
55	インフォメーション	
7	パソコンなんでも相談 (再)	元気で健康! しあわせ一番 (再)
30	かおりの部屋 (再)	笑顔でヨガライフ (再)
8	VOICE RADIO (再)	小さな会社の経営法則 (再)
25	内灘潮騒だより	
30	がんばれ! スポーツアスリート (再)	これが言いたい (再)
9	HAPPY産業★ (再)	いっしょにはっぴい子育て (再)
00	エコみらい河北NEWS (再)	癒しとカラーセラピー (再)
10	ミチコの誰でも関連! (再)	ハーブでエンジョイ (再)
30	耳つぼダイエット (再)	美肌サロン (再)
11	燃える体づくり (再)	NPO よもやま話 (再)
30	げんちゃん元気どう! (再)	かたりの窓 (再)
12	意外と知らないハッピー映画 (再)	MUSIC LOVE (再)
30	こんにちは近藤和也です (再)	カイロでベリーハッピー (再)
13	おしゃれにフレンチ (再)	風案内はまなずさん (再)
30	あけみの好き好き わんにゃん (再)	内灘道の駅 LIVE中継
14	ビューティータイム (再)	6日 松下しげき 13日 テブクロ 20日 HITOSHI 27日 まりへんず
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)
15	California Easy Speak (再)	It's So-Music
30	元気に TOMMY ショー (再)	NPO活動とライフスタイル (再)
00	たけしのちよい悪オヤジ (再)	コジローさんの防犯あれこれ (再)
16	おしゃれにフレンチ (再)	☆きららならいぶ☆
30	旅のうまい話 (再)	保険相談室 / 朗読 (再)
17	ロージーとミーの環境のお話 (再)	内灘飲食青年部 (再)
00	歌謡バラエティー (再)	かみやちプロジェクト (再)
30	ラジオブレイク (再)	コーヒータイトム (再)
18	高専's ライフ (再)	テリーの住まい大好き (再)
00	ラブラブかほくがた (再)	らせんの脱線トークスライル (再)
19	Chocorate syrup (再)	音子の○○○あぁ...逆にな!! (再)
30	おさるの町づくり実験 (再)	玄じいさんのいろいろ話 (再)
20	シャングリラへGO! (再)	いい部屋ねっと (再)
21	店長の新鮮気分 (再)	内灘道の駅 LIVE中継 (再)
22	シネマタイム (再)	オールナイト プロモ曲
23	Night Flight (再)	
24	オールナイト プロモ曲	

■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。

■地域トク番組、音楽番組は各24分です。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。

※祝日(5月3日・4日)、年末年始、お盆期間の生放送は、お休みいたします。

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 ■ 津コファエ石川 ■ 4分英会話

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 & 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
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 スマートフォン・パソコンOK!
シャットキャスト ユーストリーム スティックAM
SHOUTcast、USTREAM、STICKAM から配信

20秒CM	毎週1回×4~5週	毎日1回×1ヶ月
Aタイム	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 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

月刊かほくマガジンだけの特典

新規ご入会で10回以上ご予約の方に

レッスン 1回無料券

2012年5月末まで有効

※本券をご持参の方に
限らせていただきます。

パソコンや機械が苦手というアナタをトコトン応援する仕組みが詰まった



パソコン教室

生徒募集!! 無料体験 & 説明会実施!!

好評
グループレッスン
デジカメでミニアルバム作成



今回は、「ワードでうちわ作り」

ご入会キャンペーン

通常 ~~3,150円~~
入会金 半額

キャンペーン期間2012年
5月末迄 限定 **10** 名様

●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

MOS試験	試験日	申込締切
イオンモールかほく校	5月12日(土)	5月2日(水)
アル・プラザ津幡校	5月27日(日)	5月18日(金)

えっ!? 私が、パソコン!? 絶対無理。

と思っていた方が

どんどん、インターネットを楽しんでいらっっしゃいます。

特に 初心者の方に指示される7つの理由

① 挫折しない! 安心個別学習

個別に仕切られたブースで他の人を気にせず自分のペースで、自分の学びたいことを学べる「個別学習」です。初心者の方も安心して学んでいただけます。

② 選べる受講日時

忙しいあなたにうれしい自由予約制。決められた曜日、時間に固定せず、毎月、あなたのご都合に合わせて受講日時や回数を自由に設定できます。

③ どこよりも、わかりやすい教材

“わかりやすさ”を追求するため、教材は全て自社開発。わかりやすさが認められ、全国発売のパソコン雑誌への寄稿もしています。

お1人ずつ、やりたいことを

④ じっくり相談、カリキュラムづくり

カウンセリングで、あなたの目的やレベルに合わせて、最適な受講計画を個別にご用意します。

⑤ 年齢制限なし

年齢に関係なく、どなたでも学んでいただける教室です。

⑥ 質問しやすい雰囲気

個別に学ぶので、他の人を気にすることなく遠慮せずにどんどんご質問いただけます。

⑦ うれしい月謝制の価格設定

授業料 **1回** 税込 **1,260円** 未満

●入会金3,150円 ●月会費2,100円(割引有り) ●テキスト代 ※一部資格対策講座のみ1回あたり1,575円

パソコントラブル無料相談

第2・4土曜日

アル・プラザ津幡
1Fフロア

第2・4日曜日

イオンモールかほく
センターコート2F

開催時間

13:00~16:00

※都合により休む場合あり。

FMかほく
月曜9時~生放送



http://www.hello-pc.net

全国200校の安心ブランド

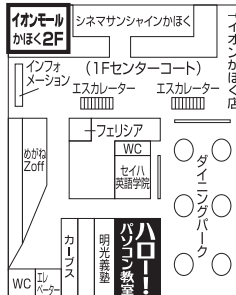
40・50・60・70歳以上大歓迎!

イオンモールかほく校

☎076-289-1705

受付時間 **9:30~21:00**
日曜 ~17:00

かほく市内日角タ25番
イオンモールかほく 2F



アル・プラザ津幡校

☎076-288-6686

受付時間 **9:30~21:00**
火曜・木曜以外 ~17:00

河北郡津幡町北中条1丁目1番地
アル・プラザ津幡 2F

