

地域の人々と一緒に楽しく元気に！＼(^▽^)/

無料  
Take Free

# FM KAHOKU 78.7MHz

## 2013 春号

かほく市・津幡町 全戸配布  
内灘町 店頭配布

月刊かほくマガジン 3月号 Vol.98 求人コーナー無料掲載



平成25年2月28日発行 編集・発行 株式会社ウェブネット 新江克之  
〒929-1177 石川県かほく市白尾ル88番地

Tel.076-283-1139 Fax.076-283-1299 joho@wavenet.jp  
一般第三種電気通信事業(届出番号D-14-267)

©WAVENET 2003-2013

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。

## 巻頭 新入学・新生活特集



春からの新しい生活に役立つ  
お得情報がいっぱい♪

### 第13回 FMかほく

### 婚活パーティ



4月7日(日)開催

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 7,000円 女性 1,000円

男性: 30歳~45歳  
女性: 年齢フリー  
(初婚・再婚問わず)  
※詳細はP12



### ★FMかほく公開生放送★

### みんなの青春ライブ

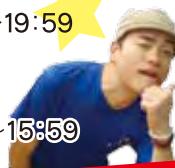
3月10日(日)  
14:00~14:59  
アル・プラザ津幡  
1Fワンダフル前



### 気分はサイコー!

3月30日(土) 19:00~19:59  
イオンモールかほく  
2Fダイニングパーク

【番宣ライブ】15:30~15:59  
※詳細はP14



### スマホでクーポン!

人気のスマートフォン!  
画面提示でお手軽クーポン!!



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](mailto:fm@kahoku.net)  
Tel.076-283-6660 Fax.076-283-6667

災害に備え、ラジオを準備  
緊急割込放送 津幡町・かほく市

### 今月のプレゼント

アサヒドライゼロ(ノンアルコール) 3名様

350ml缶 24缶入りケース

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。

3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:アサヒビール(株)

### 3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、工作中、家庭、買物・送迎中、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( )		

# 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!

## 新築 ラ クラージュII 1F

**1LDK 4.4万円**  
かほく市横山  
敷 2ヵ月 礼 なし  
共 2,500円  
駐 2,625円  
町内会費 / 1,000円  
■交通 / 七尾線横山駅 徒歩4分  
■築年 / 2013年3月 2013年3月下旬入居可  
■設備 / TVドアホン、追焚機能、ウォークインクローゼット、温水洗浄便座、暖房便座、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン2台、洗面化粧台、サニタール、クローゼット、メモリーキー、CATV、他



## 新築 プラージュ 1F

**1LDK 4.7万円**  
かほく市白尾  
敷 2ヵ月 共 2,500円  
礼 なし 駐 2,625円~  
町内会費 / 500円  
■交通 / 七尾線宇野気駅 徒歩27分  
■築年 / 2013年2月 2013年2月下旬入居可  
■設備 / TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、バスタイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、暖房便座、エアコン2台、カウンターキッチン、ウォークインクローゼット、クローゼット、メモリーキー、他



## 新築 アルファンファレ 1F

**1LDK 4.8万円**  
津幡町庄  
敷 2ヵ月 共 2,500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10分  
■築年 / 2013年1月 2013年1月下旬入居可  
■設備 / 浴室乾燥機、TVドアホン、追焚機能、温水洗浄・暖房便座、バスタイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン2台、洗面化粧台、ウォークインクローゼット、メモリーキー、CATV、フローリング、駐輪場、他



## 新築 トルドニードV 2F

**1LDK 5.5万円**  
かほく市学園台  
敷 2ヵ月 共 3,000円  
礼 なし 駐 3,150円  
町内会費 / 1,000円  
■交通 / 七尾線高松駅 徒歩20分  
■築年 / 2013年1月 2013年1月下旬入居可  
■設備 / 浴室乾燥機、TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、BSアンテナ、暖房便座、エアコン、洗面化粧台、クローゼット、メモリーキー、CATV、フローリング、駐輪場、浄水器、CSアンテナ、給湯、シャワー、他



## 新築 ボーコリーヌ 2F

**2LDK 5.6万円**  
かほく市白尾  
敷 2ヵ月 礼 なし  
共 2,500円  
駐 3,150円~  
町内会費 / 500円  
■交通 / 七尾線宇野気駅 徒歩9分  
■築年 / 2013年1月 2013年1月下旬入居可  
■設備 / 浴室乾燥機、TVドアホン、追焚機能、温水洗浄・暖房便座、バスタイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン2台、洗面化粧台、クローゼット、メモリーキー、CATV、フローリング、駐輪場、浄水器、給湯、他



## 新築 シエスタ 2F

**2LDK 5.9万円**  
津幡町清水  
敷 2ヵ月 共 2,500円  
礼 なし 駐 3,150円  
町内会費 / 800円  
■交通 / 七尾線本津幡駅 徒歩5分  
■築年 / 2013年3月 2013年3月下旬入居可  
■設備 / 浴室乾燥機、TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、バスタイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン、カウンターキッチン、クローゼット、メモリーキー、CATV、フローリング、駐輪場、浄水器、洗面化粧台、給湯、シャワー、ドラックルーム、下駄箱、台所、浴室



全国200拠点でネットワーク URL <http://e-heyakentaku.net>

お部屋さがしは **いい部屋ネット**  
全国賃貸建物管理戸数 75万戸

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 / 10:00~18:00  
土・日・祝も営業中!  
Tel.076-289-0704

全国賃貸建物管理戸数 75万戸。\*2012.10月現在 国土交通大臣免許(8)第3293号 東証1部上場

# 新生活



住宅  
引越し  
リフォーム

車

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

めざせ!アフターサービスかほく1番店  
**にしだ自動車**  
<http://www.nishida-jsk.net>  
☎076-283-2567  
かほく市秋浜155-1  
〒929-1175  
休 日曜、祝日  
<平日> ⑨9:00~19:00  
<土曜> ⑨9:00~17:30  
サービス工場 ⑨9:00~17:30

また、クルマに乗り込むときに静電気が起こります。これは歩いたり動いたりするだけでも体と衣服が擦れて静電気が発生し、体に帯電した静電気がクルマに触れることで放電するからです。  
クルマに乗り込むときに静電気を予防するには、キーでクルマのボディに触つてからドアノブに手をかけるようにします。また、少し濡ったハンカチなどでドアを開けるのも効果的です。

【静電気でバチッ!】  
クルマに乗り込むときにドアノブを握った瞬間に「バチッ!」。誰もがイヤな現象、静電気です。  
静電気が起こりやすいタイミングといえば、クルマから降りるときです。シートから衣服や体が離れるときに静電気が発生し、体に帯電します。  
また、運転中にもハンドルを操作するなど体を動かすことで、静電気が発生しています。そして、体に帯電した静電気が一気に放電されるのが、クルマを降りてドアを閉める瞬間なのです。  
クルマから降りるときに静電気を防ぐ方法は、クルマのボディの金属部を触りながらクルマから降りるようにします。これで体に帯電した静電気を「バチッ」となる前に放電できます。

**きんちゃんのワンポイントカーライフ**

**FM78.7MHz** KAHOKU  
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  
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	ショッピングプラザアイ
アル・プラザ 津幡(銀だこ)	ショッピングプラザトマト
カジマートみなみ店・太田店	イオンモールかほく 中央口・センター北入口
ビックママ	チューリップ内灘店
Aコープ 津幡店・かほく店	

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(4分番組)のリクエスト曲を記入して下さい。

今週の思い出リクエスト ( )  
リクエスト曲 ( )  
歌手名 ( )

よく聴く番組、または気になる番組(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	ねここ通信	美肌サロン
パソコン相談	TOMAHAPI	雨にも負けず	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	カイトペリッピー
VOICE RADIO	ときめき婚活定食	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Xライフ	好き好きわんにゃん	高橋しげのり	メタボロムと代謝
幸せ健康講座	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ITの知識	ビューティータイム	アパトスタディ	あなたと住みいル	NPO活動とライフスタイル
釣りの話	California Easy Speak	元気にTOMMYショー	防犯あれこれ	きららならいぶ
ちよい悪オヤジ	ラジオブレイク	旅のうまい話	はちみつのある暮らし	内灘飲食青年部
歌謡バラエティー	Thanks!! Radio!	高専's ライフ	かみやちラジオ	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GO!	住まい大好き	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	000あぁ…逆にな	いい部屋ねっと
Chocolate syrup	It's So-Music			Night Flight

**民間車検工場** 自社で車検が完了するので早い対応ができます。



お車の事お気軽にご相談ください。

- ☆新車販売 ☆自動車修理
- ☆中古車販売 ☆板金塗装
- ☆自動車保険

☎ 076-283-1233

**株式会社 河北モーターズ**

あなたのカーライフを安全にサポート

当社独自のお得なポイントカードを採用しております。

車検・修理等に利用できお得です。

株式会社 河北モーターズ

かほく市遠塚162 〒929-1173  
TEL.076-283-1233(代)  
FAX.076-283-1232  
☎ 平日8:30~19:00  
土曜8:30~18:00 休日曜、祝日

☎ 076-283-1163 <http://www.isun.co.jp>

**Taiyo DRIVING SCHOOL**

毎日入校受付 ※ただし、日曜・祝日を除きます。

応援します、あなたのいきいきライフ!!

**太陽自動車学校**

広～いコースでのびのび教習。

各大学・高校 無料送迎致します

**春** 卒業予定の高校生の方 学割キャンペーン実施中!

短期コースを希望される方は、早めにお問合せ下さい。その他、各種教習プラン(別料金)も有ります。

AT車 ¥270,900 (通常¥278,460)

MT車 ¥280,410 (通常¥294,210)

普通免許を所有されている方 自動二輪 ¥73,500 (通常¥116,025)

※割引、キャンペーンなどの併用は出来ません。

・延長教習、補修教習、自由教習、再検定料など別途料金が必要です。  
・お客様の都合で退校される場合は、当校の規程により清算させていただきます。  
※価格は予告なく変更する場合がございますので、当校までご確認ください。

**太陽自動車学校**

かほく市七窪3F 〒929-1122

ネット・携帯からの申込で割引サービス!

**ARENA 河北** スズキアリーナ河北

楽しさいっぱいコンパクトカー スズキ ソリオ

詳しくは <http://www.uchikata.co.jp>

**Uchikata Motor Oasis**

専門スタッフがあなたの愛車をトータルサポート!

スズキアリーナ河北 かほく市秋浜ハ12-3  
☎ 076-283-7500  
☎ 平日9:00~19:00、日曜9:00~18:00  
☎ 第2・第4日曜、第1・第3月曜、祝日

(株)内湯自動車 かほく市秋浜ハ84  
☎ 076-283-2844 休日曜・祝日

きれいな地球と 快適なおうちで すすすす子育て

マイカーローン

自然にやさしいローンです!  
カーライフプラン エコカー一購入の方に0.3%金利を引下げていただきます!

住宅ローン 子育て支援 0.2%引下げ

住宅ローン エコ住宅 0.1%引下げ

対象となる方  
●22歳未満の未婚のお子様3人以上いらっしゃる方。

対象となる方  
●住宅ローンをご利用されるお住まいに、オール電化設備(HIクッキングヒーター&エコキュート)、ガス住宅設備、太陽光発電設備、燃料電池化住宅設備のいずれかを設置される方。または、所定の石川県産材使用住宅を新築される方。

<http://www.shinkin.co.jp/kanazawa>

**きんしん**

きんしんでは、お客さまの目的にあわせた様々な運用商品を取り揃えております。ぜひ、ご活用ください。  
また、お客さまの夢と豊かな暮らしを実現するローンなどについても、お気軽にご相談ください。

**2世帯でも住めます!**

売家 中古 6LDK

かほく市指江 2,080万円

228.97㎡ (69.26坪) 60% 100%

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)

市バス「指江」バス停 徒歩約3分  
宇ノ気小学校、宇ノ気中学校  
内装・外装リフォーム済み

**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  
<http://mindhome.jp>

随時内見可能。お気軽にご連絡ください。☎ 076-266-2626

**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

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

石川エリアで強い! 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!

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。強引な勧誘は一切いたしません!お気軽に安心してご見学ください。

安心の月会費制 2,100円~  
新規ご来店の方にプレゼント  
プライバシー完全厳守

ほだいじゅかなざわ 検索

**菩提樹かなざわ**

☎ 076-287-3300

金沢市泉本町7-7-1  
ジャンボボールオフィス棟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

# 祝ご入学

ミヤノDGスタジオ  
MIYANO DG STUDIO

## 記念写真

早く撮ると  
大変おトクです!

前撮り  
受付中

前撮り特別価格  
**撮影料半額!!**  
¥2,500(税別)

当日は混みますので前撮りだと待たずに  
ゆっくり撮影できます。

**大人気 前撮り特典**  
★写真付きストラップ or キーホルダー  
プレゼント!!  
★キャビネ額入り写真プレゼント!!

入学式当日予約受付中

予約特典 キャビネ額入り写真  
プレゼント!!

大切な記念日  
ずっと残しておきたいね



紅葉ちゃん・柚葉ちゃん



蓮くん



ミヤノDGスタジオ

津幡町津幡ハ96-1 (パピィ1通り)  
平日/9:00~19:00  
土・日・祝/9:00~18:00  
<http://www.miyanophotostudio.com>

0120-00-2013 ☎ 076-289-4181

便利で安心  
その場で撮ったお写真を  
モニターで見て選べるシステム

月刊 かほくマガジン

# 新入学



お祝い



記念写真

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

## ご入学のお祝いに逸品の味を

春は期待と希望に胸ふくらむ時。  
ご結婚、ご入学、ご誕生、ご就職など  
お慶びの内祝いには、たかからの  
「友禊セット」をご用意下さい。

友禊セット  
千寿・赤飯など  
2,850円～



☎ 076-289-2030 アルバイト募集  
<http://www.kagahan.com>

桜上用  
3月・4月限定販売  
6個入り(1,260円)～

津幡本店 クーポン  
ドレミファスタンプ  
ポイント2倍進呈  
お買い求めで本券持参の方に限り  
25年4月20日まで有効

イオンモールかほく店 アル・プラザ津幡店 クーポン  
5%引き  
本券持参の方に限ります  
25年4月20日まで有効

津幡本店  
津幡町加賀川二52(津幡町役場跡)  
☎ 8:30~20:00(日祝~19:00)

ランチエスター経営を学ぶ!  
西田哲学に触れる!  
自己啓発に人脈づくり、  
昼食時間を  
楽しく有意義に活用!

毎週水曜日12:00~順次食事開始  
点鐘12:30(合計 約1時間)  
例会場 かほく市七塚生涯学習センター  
ふれあい館(かほく市遠塚口57番地6)

若手経営者、女性経営者の方お待ちしています。  
経営を考える 河北ロータリークラブ  
☎ 076-285-2611

## 七塚女性会貸衣裳室

平成25年  
入学式  
訪問着  
付下げセット  
1万円~3万5千円

着物・帯・長襦袢・  
伊達袴・帯揚・帯巾・  
腰ひも・ぞうり・バッグ

ブライダル衣裳  
2万円  
ドレス登場!

結婚式・披露宴  
二次会に最適

かほく市七塚女性会貸衣裳室  
かほく市遠塚口52-10  
七塚健康福祉センター2F  
〒929-1173  
☎ 9時~17時  
休 月曜・祝日

内灘大橋  
中央図書館  
ファミリー  
マート 高松  
国道159号  
河北台中

## 各種新作ぞくぞく入荷!

平成26年成人式  
振袖・羽織袴セット  
※かほく市内外問わず  
お貸ししております。

随時予約承り中!

振袖レンタルセット  
20,000円~60,000円  
着物・帯・伊達袴・帯巾・帯揚  
長襦袢・腰ひも・ぞうり・バッグ

☎ 076-285-1658 ☎ 050-3345-2095  
ホームページ [kahoku7jyousei.jp](http://kahoku7jyousei.jp)  
facebookはじめました。

最新情報掲載!  
衣裳の写真も見れます。

## FMかほく「畑の会」楽園応援計画 畑づくりに参加しませんか!

1,000坪の土地で一緒に  
畑を楽しみましょう!

場所:心の市場農場  
(かほく市内高松  
河北縦断道路沿い)

畑づくり体験などを通して、  
栽培法も学びましょう。

春にはわらび採り、たけのこ掘りも計画しています。

お問合せ (社) 社会人教育研究所  
☎ 076-283-2299 「畑の会」係

才能が目覚める場所。

右脳教育の七田チャイルドアカデミー。  
ここで学んだ5年間で、  
彼女の夢を支えています。

選ばれて25年。全国450の幼児教室。  
**25th Anniversary** **七田チャイルドアカデミー**

http://www.shichida.ne.jp 七田チャイルド

**体験レッスン実施中!**

**かほく教室 ☎ 076-283-7947**

かほく市外日角二36-4 ☎929-1176



私も  
通っていました  
本田望結

☎ 076-289-2398

**ナカイフォトスタジオ**

一級写真技能士が撮影します。

**おめでとう ご入学**

確かな技術とセンスで思い出の一枚を



基本撮影代金  
**5,200円**  
(15~20ポーズ)

予約制 **早期予約割引**  
撮影料金が **半額**  
(5,200円)  
25年3月末日まで有効

撮影した写真から  
お気に入りを選んで  
**4切カレンダー**  
プレゼント!

〒740-0808 津幡町横浜に74-11 ☎929-0341  
☎9:00~20:30  
☎第2・4水曜日  
国家資格一級写真技能士

☎ 076-288-7999 要予約

Hair & Make  
**おきみ**

フレンチカットگران認定店

menu

- \* フレンチカットگران... ¥4,500
- \* カラー... ¥3,000~
- \* パーマ... ¥8,000~
- \* トリートメント... ¥6,000~

ヘア&メイクおきみ  
津幡町太田は136-4  
(糸南小学校近く)  
☎8:30~18:00  
休月曜、第1・第3日曜

卒業式・入学式の着付け承ります。

**フレンチカットگران**を  
ぜひご体験ください。 **今、話題!**

髪が、  
**多い!  
太い!  
硬い!**

とご悩みの方必見!

カットだけで  
この違い!!!



BEFORE

AFTER

特別なカット技術で、ポリウ  
ムダウン! まとまりが出来ます。  
“うねり”や“くせ”がおさまり、  
お手入れがラクになります。

新規の方  
フレンチカットگران  
**¥500 OFF**  
25年3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。

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~
- \* デットクストリートメント... ¥3,150

卒業式・入学式の  
着付け承ります。

サラヘア  
津幡町庄木46-1 ☎929-0327  
☎9:00~19:00  
休月曜日、第1火曜日、第3日曜日  
スタイリスト募集中!

**デジタルカール**

◎B◎込 長さ一律  
12,000円  
**9,500円**

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!  
※他券併用不可 25年3月末日まで有効

**縮毛矯正** ◎B◎込 長さ一律  
10,290円 → **9,500円**  
※他券併用不可 25年3月末日まで有効

**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 25年3月末日まで有効

ご入学・ご就職のお祝いに  
**八講屋**

にゃんたろうカード  
ポイント5倍  
25年3月末日まで有効

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

かほく市宇野気字19 ☎0120-83-0394 ☎8:30~19:30  
旧河北ショッピングセンター向い ☎076-283-0394 休木曜日

**うのけ幼稚園**

まなびの一步  
それは 幼稚園

http://www.5.ocn.ne.jp/~unoke-kg  
☎076-283-7111  
かほく市宇野気二15番地



☎ 076-283-7715

**nene's hair**  
Create Beauty  
イオンモールかほく向かい

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♪)

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 ■3月末日まで  
髪の状態に合わせた丁寧な施術でさら・  
ツヤストレートが実現します。髪に優しい  
縮毛矯正でナチュラルな仕上がりに!



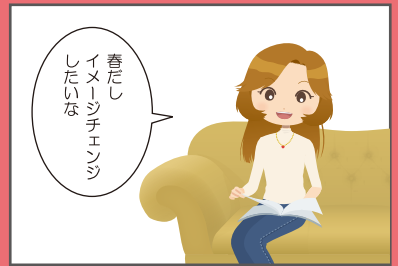
通常menu カット... 2,940円

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。

かほくマガジン 専用ラック設置場所

- |  |   |
|--|---|
| 津幡町<br>津幡町役場<br>津幡町文化会館 シグナス<br>道の駅 俱利伽羅源平の郷<br>Aコープ津幡店<br>アル・プラザ津幡店<br>(築地館だこ・<br>ハロー!パソコン教室)<br>プラント3津幡店<br>新鮮市場ビッグマ<br>カジマート南店<br>カジマート太田店<br>JAグリーンかほく | かほく市<br>かほく市役所<br>かほく市商工会<br>のとしん宇ノ気支店<br>イオンモールかほく<br>1F入口(北口・中央口)<br>2F(ハロー!パソコン教室)<br>Aコープかほく店<br>ショッピングプラザアイ<br>カジマート高松インター店<br>どんたく かほく店<br>コメヤ薬局 かほく店<br>ショッピングプラザト<br>デリーストア河北高松店<br>民宿 やまじゅう<br>ジョイフル高松店<br>メガトンかほく<br>心の市場 |
| 内灘町<br>内灘町役場<br>チュール内灘店<br>コンフォモール内灘   | 宝達志水町<br>メルシー押水店  |
|  | 金沢市<br>イオン金沢店(北側入口)   |

# 美容



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

ヘア ☎076-288-6220 エステ ☎076-288-6600

髪にやさしい・肌にやさしいヘアサロン

## verite オープン15周年 記念キャンペーン!

1日限定3名様

通常メニューから

**¥3,000 割引** ※ただし

カットのみは除く。  
必ずお電話にて「かほくマガジンを見た!」とお伝えください。  
このチケットをご持参ください。他サービスとの併用は不可。  
25年5月末まで有効

ヴェリテ ※詳しくはお電話、またはホームページをご覧ください。

津幡町横浜へ 37-1 毎週月曜・第3日曜  
営業 平日 9:30~19:00 土日祝 9:00~19:00  
エステ 平日 10:00~19:00 <http://www.verite-be.com>  
入学式 着付け、ヘア、メイク ご予約承り中!



ヴェリテでは、安心安全をお約束します。毛髪診断士がアレルギー症の敏感な肌の方に対応した天然薬剤や施術方法でカラー・パーマをしています。



天然100%の草木染

### ☆まつげエクステ☆キャンペーン

美容師免許を所有しているスタッフが施術。美容所登録。

国際特許を取ったまつげにやさしいエクステ

初回限定 完全予約制

60本(両目) 通常価格 ¥6,300(税込)  
**キャンペーン価格 ¥3,150(税込)**

## HAIR STUDIO SUGIMURA

2店合同 キャンペーン

## Cut & Enjoy HOUSE HOGARAKA

### 春ヘア&美髪UPキャンペーン 3月1日(金)~ 4月30日(火)まで

ウェーブが長持ち! トリートメント配合 キレイな髪は頭皮のケアから

## クリーブパーマ ヘッドスパ 20% OFF

※他の割引と併用不可 ※詳しくはスタッフまで

**ヘアースタジオ 杉村**  
かほく市大崎4 〒929-1127  
営業 9:00~19:00  
ナイト-DAY 水金曜 13:00~22:00  
休 毎週月曜、第1火曜、第3日曜  
☎076-283-7374

**ホガラカ**  
内灘大学2-194 〒920-0265  
営業 9:00~19:00  
ナイト-DAY 水曜 13:00~22:00  
休 毎週月曜、第1火曜、第3日曜  
☎076-286-4438

## 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。

TEL/FAX 076-282-5250 送迎致します!

※事前にお電話ください。[予約制] 表示価格はすべて税抜きです。  
**まつ毛** エクステ[つけ放題] ¥4,500  
カール ¥2,000

### 耳つぼ 美容と健康のために

1週間ごとの貼りかえで効果が持続

- 1週目 ¥1,500 ダイエット、
- 2週目 ¥1,350 肩こり、
- 3週目 ¥1,200 腰痛の方に
- 4週目 ¥1,000 オススメ!

ワンポイントにスワロフスキー(+300円)

**カットアンドカラー ケークラブ** かほく市高松37-2  
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  
休 毎週月曜、第1火曜、第3日曜

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  
幼児、小学生、中学生 日本サッカー協会公認B級コーチ

## Paris de skin

北陸地方初出店!

**1,000円 脱毛**

あなたの肌「モデル級」に变身です!!

- ドクターサポート 充実
- 予約・販売 一切カン
- 予約優先
- カードOK
- 個室
- 肌にやさしい 脱毛

## 春の脱毛キャンペーン

「かほくマガジンを見た!」  
または、クーポンご持参で

まずは、お電話にてご予約ください。

新規のお客様 **20% OFF**

脱毛コースに限りませ  
何箇所でもOK!

※他券併用不可  
25年3月末まで有効

**スタートセット**

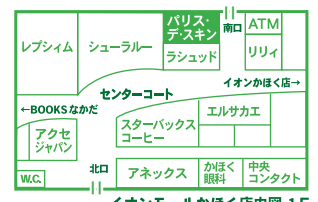
1,000・2,000・3,000円コースから  
お好きな箇所を1箇所ずつ選んで  
**3回セットで15% OFF**  
**6回セットで20% OFF**

※新規の方限定 ※他券併用不可  
25年3月末まで有効

☎0120-196-293

パリス・デ・スキン  
イオンモールかほく店  
<http://paris-de-skin.com>

女性専用のサロンで安心、  
もちろんスタッフも全員女性です。



# 運動不足解消！ 楽しみながらダイエット！



## 「ジルバ&ジャイブを踊ろう！」

ジルバは、どなたでもすぐに踊れる手軽なダンス。基本ステップから、多彩なバリエーションのステップを練習し、楽しく踊りましょう。他にも、ルンバ、チャチャチャ、サンバ、ワルツ、ウイナワルツ、タンゴ、スローフォックストロットなど、基本に則して練習します。

### 会員募集

#### まったくの初心者の方大歓迎！

金曜20:00~21:30(～22:00自由練習)  
月会費 2,000円(夫婦2人でも2,000円)  
※1ヶ月目はお試し入会無料  
社交ダンス用のシューズは、別途ご用意ください。



**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)  
滝シャルウィダンススタジオ  
練習会・ダンスシューズのお問合せ  
☎076-283-5738  
(アトリエ アヤ)

## 生まれ変わったReyで上質な美髪に

### 丁寧なカウンセリングで お客様の「キレイ」が実現

# 美容室 Rey

キレイな髪質にとことんこだわ。髪に負担のない超一流の化粧品登録の薬剤を使用。

ホームケアやスタイリングの仕方も教えてくれるので安心

豊富なカラー剤の申よりピッタリの色を選びます。

**新メニュー**

<b>サラサラ縮毛矯正</b> 9B ¥16,000 サラッとした手触りが最高です。	<b>サラサートリートメント</b> 9B ¥1,000 セラミドをしっかり入れたトリートメント。
<b>プレミアム縮毛矯正</b> 9B ¥18,000 高純度の内部補修剤が入ります。	<b>カラーгентトリートメント</b> 9B ¥4,000 カラーゲンを主に入れ、うるおいを出します。
<b>うるおいパーマ</b> 9B ¥9,000 スーパーヒアルロン酸がしっかり入っています。	<b>プレミアムトリートメント</b> 9B ¥5,000 高純度のトリートメントを内部までしっかり入れ込みます。お家で1ヶ月使えるトリートメント付き。 *すべてのメニューロング料金なし *早めのご予約お待ちしております。

**メニュー**

- シャンプーカット ¥4,000
- デジタルパーマ ¥12,000
- 学生カット ¥2,800
- カラー ¥5,900

**スタッフ募集!**

津幡町庄1-28 プラント3より車で1分  
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月曜・第3月曜・祝日  
月曜日営業しています。 (※2・4・5日曜日)  
TEL.076-288-7217

**NEW** カット+カラー+トリートメント  
通常料金 ¥13,000  
土曜日 ¥8,800  
ロング料金なし 5B込み  
有効期限 2013.4月まで

**NEW** カット+カラー+トリートメント  
通常料金 ¥12,000  
土曜日 ¥7,800  
ロング料金なし 5B込み  
有効期限 2013.4月まで

**NEW** カット+カラー+トリートメント  
通常料金 ¥13,000  
土曜日 ¥14,000  
ロング料金なし 5B込み  
有効期限 2013.4月まで

**NEW** カット+縮毛矯正  
通常料金 ¥12,750  
土曜日 ¥10,000  
ロング料金なし 5B込み  
有効期限 2013.4月まで

**NEW** カット+うるおいパーマ  
通常料金 ¥9,000  
土曜日 ¥8,500  
ロング料金なし 5B込み  
有効期限 2013.4月まで

# 耳つぼダイエットで健康的に無理なく3ヶ月で-10kg



**こんな方にオススメ!**

- ★生活習慣病を予防したい
- ★血液検査でひっかかった
- ★健康診断で注意をされた
- ★医者に痩せなさいと言われてる

## 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

まずは「**無料カウンセリング**」で体重や体脂肪率等を測定して、あなたなどのくらいの**目標体重が可能か**、プログラムの**提案と料金**をご説明させていただきます。



津幡町横浜29番地5 横浜ビル2F 〒929-0341  
☎9:00~21:00 休日曜・祝日  
FMかほく「耳つぼダイエット」毎週水曜10:30~10:54放送  
**完全予約制** ☎0120-332-159

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  
9800円 ¥99,800

ダイエット成功事例をチェック!

耳つぼ白書 検索 姉妹店募集中!

山室 美津子

## 九星による3月の運勢

2013年3月5日(啓蟄)~4月4日まで

雑祭りやホワイトデーと、三月は女性の運を上げる月! 昼と夜の長さが同じになる、お彼岸は陰陽のバランスのとれた運のいい日です。

- 一白水星** 行動しても結果は不調に終わり、器量と立場の自覚が必要です! 情報や知識を集め、内部の充実を図り、地盤固めに専念して吉。
- 二黒土星** 滞っていたことの解決、進展が望めそうです。実益はまだ乏しく、来月以降のお楽しみに! 何事も奉仕の精神が吉を呼びます。
- 三碧木星** 社交運好調。行動半径拡大の楽しい月で、異文化交流が活力源! 口は災いの元。財布の紐は固く締め、腹八分目に控えれば無難。

- 四緑木星** 物事が順調に進展しないなら、今までの環境や考え方の総点検を身辺強化に努め、社交辞令や、多少の嘘も方便は誤解を招きます。
- 五黄土星** 向上心が高まり、興味のある分野には可能性の自覚がアリ! 離合集散、嫌な人間関係は絶つことが後の幸運に繋がります。
- 六白金星** 自分は大丈夫の油断が健康を損ねることに、足元の安全確認を! 何事も感傷が外れ、真目に出やすい月。慎重に対処し現状維持。
- 七赤金星** お世話事や厄介なことは、笑顔と柔軟さで切り抜けて下さい。欲張らずに誠意を尽くせば、次第に開運に向かいます。
- 八白土星** 春の訪れと共に運氣は右肩上がりに! 自分を信じて、重責にも果敢に取り組んで吉。責任感のある姿勢に評価が高まります。
- 九紫火星** 自分のことより、人を思いやる言動で人気がさらに上昇します。社交面・縁談も好調。強い意志と目的意識で実績を得られる月。

### 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	1927年・36・45・54・63・72・81・90・99	2008年
二黒土星	1935年・44・53・62・71・80・89・98	2007年
三碧木星	1934年・43・52・61・70・79・88・97	2006年
四緑木星	1933年・42・51・60・69・78・87・96	2005年
五黄土星	1932年・41・50・59・68・77・86・95	2004年・13
六白金星	1931年・40・49・58・67・76・85・94	2003年・12
七赤金星	1930年・39・48・57・66・75・84・93	2002年・11
八白土星	1929年・38・47・56・65・74・83・92	2001年・10
九紫火星	1928年・37・46・55・64・73・82・91	2000年・09

**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)

# 美容



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

**大人気!! 自分にご褒美!**  
**2,100円エステ**  
若返りましょう!  
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)  
25年4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**  
25年4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

**ぴかぴかコース** 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)  
ご自宅でジュビ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 (予約制)**  
☎076-214-5539  
津幡町庄ト1-38  
営業 9:00~18:00  
休日・祝

スタッフ募集

**kokomo nail ココモネイル**

☆ハンド☆(Aコース)  
マニキュア.....¥1,500  
シェラック.....¥3,150  
ジェル.....¥4,500

☆フット☆(Aコース)  
マニキュア.....¥2,100  
シェラック.....¥3,675  
ジェル.....¥5,250

卒業式・入学式ネイルのご予約が待ちしております。  
※サンプルの中からお選びいただけます。(カラーチェンジOK!)  
※上記以外にBコース・Cコースもあります。

初回限定! ALL 20%OFF ※キャンペーン・定額コース併用不可

予約制 ☎070-5639-5560

キャンペーン情報/定休日はこちらから!  
かほく市外日角ハ71-1 圏有り  
営業 10:00~19:00 不定休  
ご予約 ☎  
kokomonail@willcom.com

**アイ エステ**

確かな技術のアイエステでキレイに変身  
家庭的な癒し空間で顔のキレイを追求する究極の専門サロン。3月・4月は新しい門出! 結果の出る最新機器の光フェイシャル、脱毛で美の追求。最高の自分を演出しましょう。

落ちないメイク(眉、アイライン)

オーダー脱毛 10%~20%OFF 25年3月末まで有効  
P-フェイシャル お試し価格 9,800円 25年3月末まで有効

☎076-289-6259

**アイ エステ**

津幡町北中条2丁目5番地  
〒929-0342  
営業 平日・土曜日 9:00~18:00  
休日・祝日(日曜日応相談)

**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  
河北モーターズ  
工一自動車  
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  
ホンダカーズかほく南

**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  
ネットトヨタ石川津幡店  
ロードスター

チューニング協力店募集  
FMかほく  
☎076-283-6660

**ぬるサプリメント**  
¥3,675~

**レームドヌイ 80g 6,300円**

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

**今村薬局**

相談できる薬屋さん!  
早いもので、もう3月ですね。  
春は何かとお出掛けの多い季節ですが、春色の明るい洋服が似合うお肌の準備はできていますか?  
今年は雪こそ少なかったものの、寒さが殊の外厳しく、体もお肌も冷えと乾燥でツツパリ、今までに経験したことのない状態ではありませんか?  
そんな時には、お風呂上がりに時間を置かずに、すぐにレームドヌイでのお手入れをおすすめします。この一時間で、違いがグーッとわかると思います。  
暖かい春が待たれます。3月も元気に楽しみたいですね。

薬剤師 今村美貴子

**NPO認定 10周年記念 2013 北陸きものBIGショー**

**出演モデル大募集**

モデル特典  
メーカー新作着物プレゼント!  
(加工代は自費負担)  
応募者特典...数々のお得な特典あり

応募締切 4月10日(水) ※消印有効  
応募資格 17歳~70歳までの方 ※プロのモデルはご遠慮ください。

開催日 7月13日(土)・14日(日) ※登場ステージはいずれか1日  
会場 石川県立音楽堂 交流ホール  
応募方法 ハガキまたは、FAX、QRコード(下記) MROホームページでご応募ください。  
面接/説明会 4月26日(金)・27日(土)・28日(日) 詳しい案内をさしあげます。

NPO法人(非営利法人) **日本きもの文化振興会**  
TEL&FAX **076-237-3630**  
〒920-8761 郵便事業会社金沢支店 私書箱第106号 北陸きものBIGショー行  
後援 / MRO北陸放送・北国新聞社・フジカラー北陸・FMかほく  
MRO北陸放送 検索



近くて  
便利な

挫折しない!安心の個別学習★選べる受講日時★質問しやすい雰囲気

# パソコン教室

初めての方でも  
安心して学べる教室です!

40・50・60・70歳以上  
の方に大人気!

「電源の入れ方」から始めます。



役員になったので、  
町内会のお知らせ  
を作りたい。



インターネットを  
使いたい。  
孫とメールしたい。

その他、デジカメ、ホームページ、ネットショッピングなど



趣味

趣味として  
パソコンを楽しみたい!

仕事

就職・転職や人材派遣など  
事務の仕事をしたい!

就職・転職に有利な  
資格に挑戦!



マイクロソフトオフィススペシャリスト

## MOS資格

ワード  
エクセル  
パワーポイント  
その他

当教室生徒様  
合格率  
**95%**

履歴書に  
書くと  
評価が高い!



ぞくぞく合格!

MOS試験体験記をホームページにて公開。

<http://hello.kahoku.net>

いつも勉強している教室が試験会場! 安心して受験できます!

入会キャンペーン

通常 3,150円

入会金 **半額**

3月24日

限定  
先着 10名

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。

無料体験&説明会

10:30~、13:30~、15:30~ ※その他の時間も調整  
させていただきます。

あなたの目的やお困り事を伺います。

現状のパソコンカをアンケート。

レッスンを無料体験。

あなたに合った受講計画を作成します。

ハロー! パソコン教室

<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、土曜・日曜 ~17:00

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

## 3月の休日当番医

変更になる場合もあります。受信される場合は  
直接医療機関へご確認ください。

3日(日)	秋山クリニック 内灘町ハマナス 1-8-1 ☎076-286-8843	おおたクリニック 津幡町太田は 112-3 ☎076-288-6000
10日(日)	山田耳鼻咽喉科医院 津幡町津幡口 5-10 ☎076-288-2084	紺井医院 内灘町緑台 1-7 ☎076-238-1277
17日(日)	金原皮膚科医院 内灘町アシア 1丁目48 ☎076-237-7950	浅野医院 かほく市宇野気 135 ☎076-283-0002
20日(水祝)	わかまつ皮膚科クリニック かほく市宇野気 212-3 ☎076-283-1211	茶谷医院 内灘町西荒屋 52 ☎076-286-8478
24日(日)	おきの内科医院 かほく市遠塚口 54-9 ☎076-285-2552	木島脳神経外科クリニック 津幡町北中条 2丁目33番地 ☎076-289-7430
31日(日)	なかお医院 かほく市七窪ハ 17-6 ☎076-283-6655	かわむら整形外科クリニック 津幡町横浜ハ 35-3 ☎076-288-2555

## 内灘町指定避難所・避難場所

- |                                      |                      |
|--------------------------------------|----------------------|
| ① 室公民館                               | ②① 鶴ヶ丘中央公園           |
| ② 室児童公園                              | ②② 鶴ヶ丘小学校            |
| ③ 勤労青少年ホーム・西荒屋児童公園                   | ②③ 鶴ヶ丘東公民館・鶴ヶ丘東公園    |
| ④ 西荒屋小学校                             | ②④ 鶴ヶ丘西公民館・鶴ヶ丘第2児童公園 |
| ⑤ 宮坂公民館                              | ②⑤ 千鳥台第3公園           |
| ⑥ 内灘労働者体育センター                        | ②⑥ 鶴ヶ丘第1児童公園         |
| ⑦ 内灘町総合公園・屋内温水プール管理棟<br>・サイクリングターミナル | ②⑦ 清湖小学校             |
| ⑧ 福祉センター(憩)                          | ②⑧ 内灘崎東集会場           |
| ⑨ 大学公民館・大学第2児童公園                     | ②⑨ 内灘高等学校            |
| ⑩ ハマナス恐竜公園                           | ③① 働く婦人の家・向陽台公園      |
| ⑪ 内灘町民ホール                            | ③② 向粟崎小学校            |
| ⑫ 内灘中央公民館                            | ③③ アカシア公民館           |
| ⑬ 大根布児童公園                            | ③④ 千鳥台公民館            |
| ⑭ 内灘町文化会館・大清水公園                      | ③⑤ 千鳥台公園             |
| ⑮ 大根布小学校                             | ③⑥ 緑台公園              |
| ⑯ 鶴ヶ丘第3児童公園                          | ③⑦ 緑台公民館             |
| ⑰ 鶴ヶ丘北公民館                            | ③⑧ 向粟崎都市緑地           |
| ⑱ 内灘町武道館                             | ③⑨ 少年の家              |
| ⑲ 内灘総合グラウンド                          | ③⑩ 向粟崎体育館・向粟崎運動公園    |
| ⑳ 内灘中学校                              | ④① 旭ヶ丘公民館・旭ヶ丘公園      |

## 津幡町指定避難場所

地震など、大規模災害で被害が全町内に  
わたる場合は小学校のみ避難所を開設。

- |              |                 |
|--------------|-----------------|
| ① 津幡小学校      | ②④ 中条公園         |
| ② ふれあい広場     | ②⑤ 桑南コミュニティプラザ  |
| ③ 中央公園       | ②⑥ 井上小学校        |
| ④ しらとり児童公園   | ②⑦ 井上保育園        |
| ⑤ つばた幼稚園     | ②⑧ 井上コミュニティプラザ  |
| ⑥ 住吉保育園      | ②⑨ 笠野小学校        |
| ⑦ 住吉公園       | ②⑩ 笠谷保育園        |
| ⑧ サンライフ津幡    | ②⑪ 笠野公民館        |
| ⑨ 実生保育園      | ②⑫ 英田小学校        |
| ⑩ 津幡公民館      | ②⑬ 能瀬保育園        |
| ⑪ 津幡高等学校     | ②⑭ 英田コミュニティプラザ  |
| ⑫ 津幡中学校      | ②⑮ 種保育園         |
| ⑬ 太白台小学校     | ②⑯ 河合谷小学校       |
| ⑭ 太白台保育園     | ②⑰ 河合谷ふれあいセンター  |
| ⑮ 笠井会館       | ②⑱ 刈安小学校        |
| ⑯ 津幡南中学校     | ②⑲ 寺尾保育園        |
| ⑰ 文化会館シグナス   | ②⑳ 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       |
| ⑳ 中条公民館      | ③③ 萩坂保育園        |
| ㉑ 石川工業高等専門学校 | ③④ 萩野台コミュニティプラザ |
| ㉒ 桑南小学校      | ③⑤ 俱利伽羅 源平の郷    |
| ㉓ 中条南保育園     | ③⑥ 竹橋ひざ生広場      |

## かほく市指定避難場所

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| ① 高松小学校(校舎・体育館・運動場) | ⑩⑨ 白尾しらゆり公園           |
| ② 高松中学校(校舎・体育館・運動場) | ⑩⑩ 指江コミュニティセンター       |
| ③ 高松産業文化センター        | ⑩⑪ うのけ総合公園陸上競技場       |
| ④ アクロス高松            | ⑩⑫ 宇ノ気野球場             |
| ⑤ 高松陸上競技場           | ⑩⑬ 宇野気公民館             |
| ⑥ 高松野球場             | ⑩⑭ 宇ノ気スポーツセンター        |
| ⑦ 大海小学校(校舎・運動場)     | ⑩⑮ 七窪体育館              |
| ⑧ 石川県立看護大学(体育館・運動場) | ⑩⑯ 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      | ⑩⑰ 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) | ⑩⑱ 宇ノ気図書館             |
| ⑪ 七塚小学校運動場          | ⑩⑲ 大崎区民会館             |
| ⑫ 木津公園              | ⑩⑳ 宇ノ気南部体育館           |
| ⑬ 七塚生涯学習センター        | ⑩㉑ 潮見台公園              |
| ⑭ 七塚健康福祉センター        | ⑩㉒ よこやま研修館            |
| ⑮ 七塚中央公園            | ⑩㉓ 金津小学校(校舎・運動場)      |
| ⑯ 七塚武道館             | ⑩㉔ 金津体育館              |
| ⑰ 外日角小学校運動場         | ⑩㉕ 谷公園                |
| ⑱ 七塚体育センター          | ⑩㉖ 藤が丘公園              |

※今月の地図面はお休みいたします。

# エコみらい河北

## 平成25年 再生品抽選会開催

【展示・申込み期間】

3月5日(火)～3月17日(日) 午前10時まで

【抽選日時】

3月17日(日) 午前10時30分から

詳しくは組合HPにて!!  
展示品をぜひご覧に来てください。

### ガラス教室も好評開催中



河北都市広域事務組合 ☎076-288-4545  
津幡町領家ル9番地1 〒929-0318  
<http://clean.kahoku.net>

詳しくは組合HPにて!!

## トリミングの店 Pompon

おかげさまで10周年!

10周年キャンペーン  
当店をご利用のお客様に  
泥パック無料券  
1枚プレゼント  
期間:3月1日～3月31日まで  
FMかほく毎週水曜11時～  
「かほくの好き好きわんぱん」

その他、トリミングコース、シャンプーコース、  
エステメニュー取りそろえております。【電子マネー使用可】

〒710-0001 高松  
北園銀行 七塚支店  
〒710-0001 高松  
国道159号  
〒710-0001 本津  
JR福山  
☎076-285-1210  
pompon@sky.plala.or.jp  
かほく市木津二28 〒929-1171  
☎9時～19時(予約優先) 困水曜  
送迎無料(羽咋～金沢北)

## 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

施工例: 実費総額: 合計184万円	システム本体	工事	売電メーカー
3.072kW(192W×16枚) 設置面積22.2㎡(新築・既存・二枚パネル)	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

月刊 かほくマガジン

# 暮らし



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

どんたく かほく店  
スタッフ募集

レジ担当・  
フロア担当

時給/750円～  
時間/応相談  
休日/月8回

★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

## 求人コーナー

スマホもOK!

- 給与 勤務場所
- 職種 勤務時間
- 休日 問合せ先
- その他

ヘアスタジオ杉村  
職 理・美容師(正社員・パート)  
場 かほく市大崎ル4  
給 応相談  
時 9時～19時の間で応相談  
休 定休日以外応相談  
他 福祉施設等で出張カット  
☎076-283-7374

HOGARAKA  
職 理・美容師(幹部募集)  
場 内灘町大学2-194  
給 スタylist 17万5千円～  
時 9時～19時まで  
休 定休日以外応相談  
他 企業拡大のため幹部募集  
☎076-286-4438

美容室レイ  
職 美容師(正社員・パート)  
場 津幡町庄ト1-28  
給 18万円～時800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  
☎090-7740-3730

エステスタジオ プレミア  
職 エステティシャン  
場 津幡町  
給 800円  
時 3時間～応相談  
休 日・祝他、応相談  
他 未経験者歓迎  
☎076-214-5539

加賀藩 たかくら  
職 和菓子販売員  
場 本店、イオン、アル・プラザ  
給 時給750円～  
時 平日18時～21時  
休 応相談  
他 お菓子の好きな方  
☎076-289-2030



無料掲載! 求人コーナー募集 ホームページからの掲載申込み限定 <http://kahoku.net>  
毎月掲載枠数に達し次第締め切らせていただきます。締切:毎月15日 (株)ウェブネット ☎076-283-1139

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、 お小遣いも一緒にゲットしませんか!

月刊かほくマガジンを各月  
月上旬に配布していただきます。  
(1人500部限定) 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 ☎076-283-1139



春のお彼岸セール 特価販売中



小スペース向仏壇唐木調 30,000円～  
58,000円～  
38,000円～  
25,000円～

☎076-283-0643

## 信用 松野佛壇店

仏壇・仏具・神棚・神具 小物一式販売  
仏壇・修復・修理一式(各部分直し、電気配線等もいたします)

仏様・掛軸の表層、三具足磨き、フッ素加工、金メッキ  
治し、仏具小物等修理。すべて当店にて修繕させていた  
だきます、御安心を。小物1つでも配達します。

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



松野佛壇店  
かほく市宇野気トニ112  
〒929-1125  
仏壇洗すく伺います。

**内臓の整体!!! 1周年記念**  
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!

**カイロプラクティック C3**  
Chiropractic ジョーズリー

予約制 ☎076-286-5869  
〒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 水曜日

初診料4,500円 → **3,000円**  
問診、検査、カイロ施術(全身)  
25年3月末まで有効

**やりがい、働いたのしさ。**  
**カイロプラクティック**  
**受講生募集** 整体技術ライセンス取得

骨格のゆがみを整えて、神経圧迫による体調不良を改善するアメリカ生まれの手技(整体)です。

ライセンス無料説明会  
**3月2日(土)・3日(日)**  
午後1時から2時まで  
一日技術習得体験会  
**3月10日(日)**  
午後9時半から5時まで  
(会費 一人1万円)

2日前まで要予約 **なごみ整体院**  
電話 **076-283-7731**  
※上記日程に参加できない方もお気軽にご連絡ください  
かほく市白尾16-7 営業時間 9:00~20:00 定休日:水曜

☎076-288-3824(津幡) ☎076-260-1087(金沢)

**西整体** 整体師 西 惇

坐骨神経痛、ヘルニア、股関節、五十肩、頭痛など。  
**「1回で痛みが楽になり、回数券がいらない!」と評判の整体院です。**

痛みは骨格の歪みが原因。西整体では骨格の位置を戻す痛みの無い治療で症状を改善します。高知県から来た人や病院での手術をしなくて良くなった人もいます。体質にもよりますがほとんどの方は1~2回で元のようにになります。

スポーツ選手からも支持されています!  
バレーボール部の監督さんより「足首、肩、腰、膝などの捻挫が1回で楽になったと選手が喜んでます。」という嬉しいお声を頂きました。

【金沢西整体】  
金沢市向中町12-35-5  
(長田オメガカウイ) 固有  
TEL/FAX 【予約制】  
076-260-1087  
⑨9時~12時、13時~19時

【津幡西整体-自宅】  
津幡町中須加に61  
〒929-0332  
TEL/FAX 【予約制】  
076-288-3824

電話連絡の上  
ご来院下さい。

西整体 検索

http://blog.kahoku.net/nishi

**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

インターネット接続設定  
パソコンの修理  
パソコンの特価販売  
無線LAN設定  
ウィルスの駆除

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。

大事なデータ  
バックアップします!

ダイオーテクノ 担当:金丸 ☎076-285-0553  
FMかほく「パソコンなんでも相談」月曜午前9時~

(第三回) 小さな会社の目指すもの②

前回、小さな会社が、「大企業の経営のやり方が正しく、そうしなければならぬ」と思ってしまうことに対し、疑問を投げかけました。

もちろん、経営の本質は大企業も小企業も変わらないでしょう。どちらも「顧客をつくる」活動に違いありません。しかし、大企業の縮小版が小企業かという点でもない気がします。大企業と小企業では担う役割、経営のやり方にも違いがあると思うのです。

大小の違いが出るのが組織です。大企業の組織体系は事業部制がとられ何階層にもなっています。一事業部でも小会社の数十倍の人数がいることも稀ではありません。事業部の規模がさらに大きくなると別会社に、分社化して従業員を社長にするケースもあります。また、事業会社がいくつもある場合、グループを統合する持ち株会社をつくりこくもありません。米国では、グループ内の会社がどれも大きく、その中のどの会社の社長がグループの最高権力をもっているかわからないためにCEO(チーフ・エグゼクティブ・オフィサー)という役職が由来上ありました。(たまたま、日本の中小企業の社長の名刺に書かれているのを見ることがありますが.....)

何千人を雇用する会社では、組織が大規模化してくる故の組織対策が大切な経営課題になってきます。部門などの内部の組織間に隔たりができること(セクシヨナリズム)と、経営の最も大切な要因である顧客との間に距離感が生まれることに原因があります。組織が本来の目的を忘れ、組織を維持すること自体が目的化してしまうのです。このようにして、経営(マネジメント)≡組織対策のイメージが出来上がっていきます。

かくして、書店のビジネス書のコーナーに組織関連の書籍が並び、中小企業の社長も手にとって見るようになります。(続く)

FMかほく 水曜8時「小さな会社の経営法則」でおなじみ

**ランチエスター**  
**経営雑誌**  
感 的

スモールシンキング  
の進め

【質問相談先】  
ランチエスター  
マネジメント金沢  
小嶋隆史  
☎076-255-1153

**有機物の効果**

① 効効は緩効的で持続性があり肥料焼けしません。  
② 葉は緑色あざやかで、小型化、厚みを増し、直立し受光能力が高まります。  
③ 果実の発育、色沢、芳香がよくなり、収量、糖度が上がり、貯蔵性も増大します。  
④ 耐病性が高まり、異常天候にも強くなります。  
⑤ 微量元素を供給し、株疲れもなく、果菜類の長期連続多収が可能になります。

**自家製「ほかし肥」の作り方**

ほかし肥の材料は米ぬかをベースに、窒素の多いナタネ油粕、ダイズ油粕や燐酸の多い骨粉、魚粕なども使います。それに発酵促進の微生物資材を添加します。

ほかし肥を作る手順は、材料+水をよく混合・堆積(水分は50%を目安:手で握ると割れる程度)→こまめよくを掛けて40~50℃の低温で発酵→50℃近くで切り返しを繰り返す。発酵期間は冬期で約2か月、春秋期で約15日です。あまり高温で発酵させると窒素の揮散(損失)を招きます。発酵温度は表面から10cmより深いところへ温度計を指し込んで監視します。

FMかほくサンセットクルージング  
火曜「園芸・農業相談」でおなじみ

**山辺先生の**  
**畑づくり**  
**アドバイス**

楽しい

有機物と土壌微生物の関係  
堆肥等の有機物を土壌に施すと有機物を栄養(餌)にする微生物が猛烈に繁殖し、その有機物を分解します。

最初に分解されるのは糖・澱粉・蛋白質で、次にセルロース、脂質です。そして、木質部のリグニンなどは分解されにくく、長期間蓄積したまま、褐色あるいは黒色化した腐植物質となつて残ります。完熟堆肥と言われるものは、そのような有機物の残渣と微生物菌体の死骸を中心にした混合物です。

作物の根の周囲には堆肥とともに多くの微生物が存在し、この根圏微生物は生死を繰り返しながら作物に影響を与える分泌液を出しています。アミノ酸、核酸、ビタミン、ホルモン等を分泌し、作物はそれらを直接、間接に吸収しています。

詳しいご質問は  
山辺守先生  
JAグリーンかほく  
☎076-288-8400

魚料理・民宿

# やまじゅう



<http://yama-10.com>

## 新企画

第1回 民宿やまじゅう・コンベンションホール海宝 謝恩企画

# カラオケ紅白歌合戦

## 出場者募集

日時 **5月12日(日)** 18:30～20:30 (開場 18:00～)  
会場 やまじゅうコンベンションホール海宝

謝恩  
価格

参加費 飲み食べ放題  
(出場者及び応援の方) お1様 2,000円

出場の方には、審査により景品プレゼント!

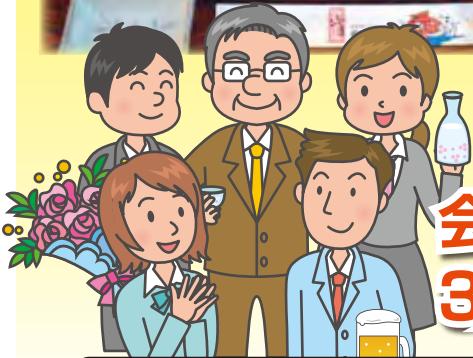
お申込は、やまじゅうまで。



当日の歌声は収録し、FMかほくで番組として放送します。  
放送日時: 5月15日(水)・16日(木) 21:00～22:59

主催: 民宿やまじゅう 共催: FMかほく 協力: 第一興商

# 送別会 歓迎会 ご予約受付中



## 会席コース 3,150円～

幹事さん! ご予約は、お早めに。

かいほう  
**海宝**  
コンベンションホール

# 法事会席

49日  
1周忌  
3回忌  
50回忌



好評!!  
テーブル  
宴会



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。

ご法事のご相談はお気軽にどうぞ。

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

# やまじゅう



魚料理・民宿 やまじゅう ☎ 076-283-3455

かほくTV  
放映中!

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>



バス送迎承ります。

第13回 FMかほく

# 婚活パーティー

早期予約特典  
女子力UPセミナー  
利用券(千円)呈呈

## 4月7日(日)開催

女性早期予約: 3月25日(月)  
申込締切: 4月1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 7,000円 女性 1,000円

参加資格 結婚をまじめに考えている男女  
男性: 30歳～45歳 / 女性: 年齢フリー (初婚・再婚問わず。)

**女性限定** 初めての交友達と一緒に参加のリーダーの方に、  
やまじゅうランク券プレゼント!

お電話、ホームページ、QRコードよりお申込いただけます。  
※男女各予定人数に達し次第締切ります。

☎ 076-283-3455 <http://yama-10.com>



婚活で成功  
するための  
セミナー 女子力UPセミナー 16時～受付 16時30分～(骨盤美ヨガ/500円)  
17時～(メイクアップ術/500円、整体/500円、占い相談/1,000円)  
男子婚活直前必勝セミナー 17時～17時30分

主催: NPO法人FMかほく 共催: やまじゅう 後援: (財)いしかわ子育て支援財団

# グルメ

送迎会のお店  
きまっちゃったか？

まだです、  
予算のことも  
考えないといけませんし...  
とこがいいですかね

かほくマガジンの  
近くのお店が載っているから  
探してみよう

クーポンも  
付いていて  
お得ですね！

YouTube 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

中陰料理、法事、  
総合仕出し承ります。

さどさどの魚介類を  
潮騒の聞こえるお部屋で味わう

# 河北亭

料亭・ビジネスホテル

## 花嫁のれん 4月中旬 展示

のれんを貸して  
いただける方募集  
先着10名様に  
お食事券進呈



## 歓送迎会予約受付中!

旬のお料理いろいろ御用意いたします。

いろいろ割烹 芳

■いろいろ会席コース	■ランチタイムメニュー
雪 2,100円	日替わり定食 680円
月 3,150円	てんぷら定食 1,050円
花 4,200円	造り定食 1,260円
■鍋料理コース	わいわい御膳 2,100円
すっぽん鍋(要予約)	にぎわい御膳 2,620円
	うどん、そば、他

料亭・ビジネスホテル 河北亭/いろいろ割烹 芳

高松IC 能登有料道路 かほく市 高松支所	北陸銀行 ★河北亭 国道159号	かほく市高松ナ13 11:30~13:30 17:00~23:00 休 芳は火曜日(祝日の場合営業) 30名様宿泊可/芳 36席 36台 宇高松駅 河北縦断道路	バス送迎有り かほく.net TV も放映中!
--------------------------------	------------------------	--	-------------------------------



生ビール、  
ドリンク  
1杯サービス  
25年5月末まで有効

レストラン  
**Chez Mizouka**  
シェ・ミノール

丘の上のお洒落なレストラン 毎月曜日(祝日の場合は翌日振替)  
☎076-283-7566 かほく市白尾夕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

## 歓送迎会予約受付中!

お客様のおしを心よりお待ち申し上げます。

宴会コース 2,500円~  
会席コース 3,000円~

飲み放題 90分 お料理+1,500円  
120分 お料理+2,000円

二次会にもご利用ください。

板長:坂野

新日本料理に  
挑戦中

刺身と創作料理の店 わかな

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

刺身と創作料理の店  
**わかな**

白尾IC. のと里山海道  
サックス ★わかな  
西田幾多郎  
哲学館  
津幡 津野5割

## クーポン@かほくマガジン 今月のお得店

<b>【グルメ】</b> 船舟 かほく店 刺身と創作料理の店 わかな カルビ大将 津幡店 河北亭 加賀藩たから	<b>【美容・エステ】</b> 美容室 Rey 美容室 サラヘア nene's hair Hair&Make おきみ Verite アイエステ エステ・プレミア パリス・デ・スキン カナナ
--	---

**【暮らし】**  
Pom pon  
ナカイフォスタジオ

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!

## 卒業・入学祝いのホームパーティ!

はな 花の宴

二人前 4,800円  
四人前 6,300円  
五人前 7,800円

大人気  
いろど  
彩りランチ

全24品の中から2品または  
4品をご自由にご選択できます。

お好きな2品 780円  
お好きな4品 1,280円

※印刷・器代は、100円 ※10:30~14:00まで

☎076-283-7787

かほく市・津幡町・内灘町・  
宝達志水町・金沢市利屋・粟崎へ  
1,500円以上から宅配いたします。

船舟 宅配寿司

全品10%OFF  
※船舟専用車可  
25年3月末まで有効

※ご注文をお受けしてからのお届け  
いたしますので、40分~1時間  
程度のお時間をいただきます。

船舟 かほく店  
かほく市宇野気子21  
〒929-1125  
開10:30~20:30  
電話受付 9:00~19:45 (L.O.)

# グルメ

またです、予算のことも考えないといけないし...どこがいいですかね

送迎会のお店、きまっちゃったか?

かほくマガジンなら、近くのお店が載ってるから探しやすいよ

クーポンも付いててお得ですね!

YouTube 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

## キッチンドリッカー

# らくつぼ

### 歓送迎会プラン

料理8品 男性...4,500円  
女性...3,500円  
飲み放題2時間 ハンドル...2,800円  
キーパーさん (ソフトドリンク飲み放題付)

ご予約お待ちしております。  
☎076-283-5906  
☎090-2093-5906

ご予約、相談に応じます。予約時にお伝えください。

架谷哲也

## 女性同士でも気軽に入れる 創作洋風ダイニング

女子会での人気メニュー!

駐車場増設 (12台可)

らくつぼ  
かほく市宇野気又245-2  
☎17:00~マスターが帰るまで (最長翌2時まで)

困 月曜(予約可)

## 焼肉 食べ放題コース

### 120分食べ放題

2名様から受付

各コースに合わせてお客様がすぐに召し上げられるよう  
最初に★ヤングカルビ、★豚カルビ、★若鶏、★豚ロースをお持ち致します!!

本格焼肉 カルビ大将 津幡店

クーポン  
食べ放題コース  
大人1名様につき  
**300円 OFF**  
割引上限5,000円まで  
他券との併用不可  
25年2月28日(木)まで有効

☎076-289-0577 カルビ大将 津幡店  
津幡町北中条1-6  
アル・プラザ津幡敷地内  
☎11:30~翌1:00 年中無休  
http://www.atom-corp.co.jp

●グループ全員が同じコースでご注文いただけます。●お持ち帰りはご遠慮下さい。●食べ残しは追加料金をいただきます。

## FMかほく ライブ番組

公開生放送 無料でご覧いただけます。

ハンバーガーのワンダフル協賛

### みんなの青春ライブ

3月10日(日) 14:00~14:59  
再放送 3月17日(日) 14:00~14:59  
場所: アル・プラザ津幡1F ワンダフル前

ソファコロのカバーデュオ デブクロ 拓朗 ノブ

## ACOOP Aコープ

産直会員募集中!

### 生鮮野菜・精肉国産こだわり宣言!

新鮮・美味しさともにお届けしたいのは「安全と安心」です。それがわたしたちの出発点であり目的です。私たちが石川県Aコープグループでは生鮮野菜・精肉は国産品にこだわって取り扱っている事を宣言いたします。能登・加賀の大地で育った新鮮で美味しい生鮮野菜と安全な国産精肉を食卓へお届けし、健康な食生活を応援します。

白尾101 国道159号 高松  
8番 ラーメン ●かほく 市役所  
消防室 ●Aコープかほく店  
イオンモール ●かほく 津幡

Aコープ かほく店  
かほく市内日角1丁目24番1  
〒929-1126  
☎10:00~22:00  
☎076-283-5222

金沢 国道8号 高松市 津幡  
●アル・プラザ津幡 ●Aコープ つばた店  
津幡町役場 ●かほく市 津幡

Aコープ つばた店  
河北郡津幡町字加賀爪1-99  
〒929-0325  
☎9:30~22:00  
☎076-289-8600

## FMかほく エンターテインメントライブ

### 気分はサイコー!

3月30日(日) 19:00~19:59  
再放送 3月31日(日) 14:00~14:59  
イントロあてクイズも開催

両ライブとも イオンモールかほく2F ダイニングパーク

イオンモールかほく 収録番組  
番宣ライブ 15:30~15:59  
放送日 4月7日(日) 14:00~14:59  
松田道(みち) MI-YU  
千寿 クラブ CoCo チームマイケル

## 得クーポン情報

平成25年3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(店頭表示) いちご各種 2割引  
\*広告の品、割引商品は除く \*1家族様2点限り  
25年3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

My Card会員募集中! 発行費用は無料!

新規会員様募集 キャンペーン 新規会員様特典 50ポイント進呈!!

105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。どこよりお得なカードです。

☎076-281-3741 かほく市高松A7-2 10時~22時

## カジマート みなみ店

営業時間 / AM9:30 ~ PM10:00

クーポン  
お茶(煎茶・番茶・昆布茶)各種 2割引  
ウーロン茶  
お一人様2点限り \*ペットボトル、広告の品、割引商品は除く  
25年3月1日~31日まで有効

☎076-288-3980 津幡町加賀爪ホ218

22 6	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、全時間役場からの割込放送に切替えます。					
30	音楽	歌謡バラエティー (再)	Thanks!! Radio♪ (再)	高専's ライフ	かみやちラジオ (再)	
7	00	コーヒータム (再)	メタボロームと代謝 (再)	咲いた。咲いた (再)	咲いた。咲いた (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	ねこごと通信	
8	00	民話	スポーツ	企業経営	ネット	
8	00	塩谷治美 (かほく)	高井篤志 (かほく)	小嶋隆史	木下勇一	
8	00	和ら	和ら	和ら	和ら	
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)	
9	00	パソコンなんでも相談	TOMAHAPI	雨にも負けず風にも負けず	おしゃれトーク	
9	00	パソコン	Happy	政治	フアッシュ	
9	00	金丸弘人 (かほく)	大場真理亜 TOMOPON	近藤和也	網本真由美 中泉節子 (かほく)	
9	00	玄じいさんのいろり話 (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)	
9	00	エコみらい河北 NEWS	ミチコのだれでも関連!	いっしょにはついで子育て	癒しとカラーセラピー	
9	00	環境	占い	育児	オーソマ	
9	00	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)	
10	30	VOICE RADIO	ときめき婚活定食	耳つぼダイエット	MUSIC LOVE	
10	30	会話教室	婚活	瘦身	音楽	
10	30	田中雅恵	坂田裕香	山室美津子 (津幡)	宮越真沙美 (内灘・津幡出身)	
10	00	咲いた。咲いた	ブライダル×ライフ	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	
10	00	花	結婚	ペット	政治	
10	00	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)	
10	30	幸せ健康講座	燃える体づくり	げんちゃんの元気ていこう!	ハーブでエンジョイ	
10	30	漢方鍼灸	トレーニング	元気	ハーブ	
10	30	飯田千香子	戸田賢治 (津幡)	喜多村げん	俵朝子 (津幡)	
11	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	
11	00	映画	美容	受験	不動産	
11	00	山内崇寛 (かほく)	多々見りか (かほく)	竹内祐介 (かほく)	小林絹代、和晃 (かほく)	
11	30	パソコンなんでも相談 (再)	TOMAHAPI (再)	雨にも負けず風にも負けず (再)	おしゃれトーク (再)	
11	30	いい部屋ねっと (再)	店長の新鮮気分 (再)	シネマタイム (再)	らせんの脱線トクスパイラル (再)	
11	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)	ねこごと通信 (再)	
11	00	クマさんの"釣りの話"	California Easy Speak 英会話	元気にTOMMYショー	コジローさんの防犯あれこれ	
11	00	釣り	英語	マジック	防犯	
11	00	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)	
11	30	VOICE RADIO (再)	ときめき婚活定食 (再)	耳つぼダイエット (再)	MUSIC LOVE (再)	
11	00	たけしのちよい悪オヤジ	ラジオブレイク	旅のうまい話	はちみつのある楽しい生活	
11	00	理容	局の話題	旅行	健康	
11	00	杉村武志 (かほく)	新江克之 (かほく)	酒井孝一 (かほく)	澤田貴志 (内灘)	
11	30	幸せ健康講座 (再)	燃える体づくり (再)	げんちゃんの元気ていこう! (再)	ハーブでエンジョイ (再)	
11	30	エコみらい河北NEWS (再)	ミチコのだれでも関連! (再)	いっしょにはついで子育て (再)	癒しとカラーセラピー (再)	
12	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、アル・プラザ津幡、どんたくかほく店 週末イベント情報 イオンモールかほく、アル・プラザ津幡 新聞拾い読み 北国新聞、北陸中日新聞				
12	30	月	火	水	木	
12	30	寺西志津代	橋藤尾 (かほく)	松木舞 (津幡)	ニシヤスコ 藤田すみこ (かほく)	
12	30	歌謡バラエティー	Thanks!! Radio♪	高専's ライフ	かみやちラジオ	
12	30	歌謡曲	音楽	音楽	音楽	
12	30	加藤満 (津幡)	拓朗	石川高専 (津幡)	チャーリー	
12	55	内灘潮騒だより				
12	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	
12	00	農業	町づくり	旅	住宅	
12	00	金田直樹 (津幡)	加茂修 (津幡)	伊丹えつ子 (内灘)	中宮輝男 (津幡)	
12	30	たけしのちよい悪オヤジ (再)	ラジオブレイク (再)	旅のうまい話 (再)	はちみつのある楽しい生活 (再)	
12	30	店長の新鮮気分	シネマタイム	らせんの脱線トクスパイラル	音子の○○○あぁ逆にな!!	
12	30	野菜	映画	音楽	音楽	
12	30	坂尾勉 (かほく)	川村久志 (津幡)	松田造 表誠治 (津幡)	谷政毅 (津幡) 飯下佳代 (津幡) 金村俊宏	
12	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)	
12	00	サンセットクルージング (再)	It's So-Music (再)	オールナイト SOUND	Night Flight	
12	00	Chocolate syrup (再)	音楽	FMかほくの番組やライブに出演しているアーティストやFMかほくに宛てたCDを週替わりで放送します。	洋楽 (英語放送) Nighthawk	
12	30	AYU acchan (内灘)	大場慎介			
12	30	第1週:らせん、第2週:音子、第3週:ギター NOTE (リブけん)、第4週:宮越真沙美、MI-YU				

# FM78.7MHz KAHOKU

## 2013年3月番組表

**土 (Sat)**

土・日曜は平日の番組を再放送でお送りします。

25  
5  
6  
25  
30  
音楽

7  
00  
パソコンなんでも相談 (再)

7  
30  
かおりの部屋 (再)

8  
00  
VOICE RADIO (再)

8  
25  
内灘潮騒だより

8  
30  
がんばれ! スポーツアスリート (再)

9  
00  
TOMAHAPI

9  
30  
エコみらい河北NEWS (再)

10  
00  
ミチコのだれでも関連! (再)

10  
00  
耳つぼダイエット (再)

10  
00  
燃える体づくり (再)

10  
30  
げんちゃんの元気ていこう! (再)

10  
30  
意外と知らないハッピー映画 (再)

10  
30  
咲いた。咲いた (再)

10  
30  
ブライダル×ライフ (再)

10  
30  
あけみの好き好き♡わんにゃん (再)

10  
30  
ビューティータイム (再)

10  
30  
アバウトスタディ (再)

10  
30  
クマさんの"釣りの話" (再)

10  
30  
It's So-Music

10  
30  
元気にTOMMYショー (再)

10  
30  
たけしのちよい悪オヤジ (再)

10  
30  
ときめき婚活定食 (再)

11  
55  
内灘潮騒だより

11  
00  
旅のうまい話 (再)

11  
30  
歌謡バラエティー (再)

11  
30  
らせんの脱線トクスパイラル (再)

11  
30  
ラジオブレイク (再)

11  
30  
幸せ健康講座 (再)

11  
30  
ラブラブかほくがた (再)

11  
30  
Chocolate syrup

11  
30  
おさるの町づくり実験 (再)

11  
30  
店長の新鮮気分 (再)

11  
30  
シネマタイム (再)

11  
30  
Night Flight (再)

12  
00  
オールナイト SOUND

**日 (Sun)**

Thanks!! Radio♪ (再)

笑顔でヨガライフ (再)

小さな会社の経営法則 (再)

ねこごと通信 (再)

いっしょにはついで子育て (再)

癒しとカラーセラピー (再)

ハーブでエンジョイ (再)

美肌サロン (再)

NPO よもやま話 (再)

おしゃれトーク (再)

あなたと住まい (再)

California Easy Speak (再)

NPO活動とライフスタイル (再)

コジローさんの防犯あれこれ (再)

おしゃれトーク (再)

はちみつのある楽しい生活 (再)

内灘飲食青年部 (再)

かみやちラジオ (再)

高専's ライフ (再)

テリーの住まい大好き (再)

シャングリラへGO! (再)

Chocolate syrup (再)

音子の○○○あぁ逆にな!! (再)

玄じいさんのいろり話 (再)

いい部屋ねっと (再)

コーヒータム (再)

### 3月の生中継、ライブ、再放送番組

3/3 (日) 14:00~14:29 番宣ライブ (2/23の録音)

3/10 (日) 14:00~14:59 アコースティックライブ

3/17 (日) 14:00~14:59 アコースティックライブ (再)

3/30 (土) 19:00~19:59 気分はサイコー!

24:00~24:24 らせんの脱線トクスパイラル (再)

24:30~24:54 ラジオブレイク (再)

3/31 (日) 14:00~14:59 気分はサイコー! (再)

■ 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。

※祝日、年末年始、お盆期間の生放送は、お休みします。

### 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 ■ 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!

シャウトキャスト ユーストリーム スティックカム

SHOUTcast、USTREAM、STICKAM から配信

■ CM等の料金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](mailto:fm@kahoku.net)



「通うほど元気になる介護施設」

# かほくケアセンター (デイサービス) のご案内!

かほくケアは、  
こんな方におすすめです!

- 自宅でちよくちよく転倒して不安。
- 退院したけど、リハビリは続けたい。
- 運動がしたいけど一人では不安。
- 時間が長いと疲れる。
- あまり、費用の掛からない方がいい。

## かほくケアに通うお客様の声

今まで、トイレに行けなんだけどお、  
一人で行けるようになったわいね。  
ここのおかげや…。

(かほく市、90歳♀)



ここは、若いもんもたくさんおるし、  
いろんな機械があるさけ退屈せんで  
いわ。

(かほく市、70歳♂)



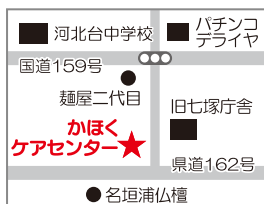
他、続々とお褒めの言葉を頂いております。  
ありがとうございます!

● 利用時間は10:00～14:00までの4時間。従来のデイサービスよりも時間を短くすることによって、自分の時間を大切にできるようになります。

● 短い時間でも、送迎、入浴、食事といった基本サービスも忘れてはいけません。あなたに合ったプログラムを提案させていただきます。

● リハビリだけが目的ではありません。リハ後のアフターケア（ウォーターベッドやマッサージ）、疲れの治療に関しても専門家が最新の医療知識をもって対応いたしております。

**豊富なメニューが満載!**



かほくケアセンター [HP http://kahoku41.com](http://kahoku41.com)

かほく市浜北 2-2-7 (旧七塚町役場裏)  
 ※随時、見学 無料体験も行ってあります。  
 他、かほく接骨院 (午後 3:00～)、  
 小規模多機能ホームかほくの郷 (お泊り、訪問、通い)  
 もやっております。ぜひHPをご覧ください。



お気軽に  
ご相談ください。

(株)エムプロジェクト代表取締役 丸井一範  
(柔道整復師、介護支援専門員)

1975年、かほく市生まれ。整骨院、介護施設を経て、2004年かほく市で接骨院、介護施設を起業。介護の世界に整体を取り入れた「触れ愛介護」を実施。高齢者の心と身体をケアする。BSフジTV「社長24時」タイフーンFM「池端塾」出演。執筆協力「図解デイサービス開業と経営実践ガイド」(辻川泰史、誠文堂新光社)などメディアにも多数出演。



お問合せ  
相談無料 **TEL.076-283-9220**