

地域の人々と一緒に楽しく元気に！＼(^▽^)/

無料  
Take  
Free

# FMかほく Community Radio



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 2013年5月号 Vol.100 求人コーナー無料掲載

平成25年4月30日発行 編集・発行 株式会社ウェーブネット 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 jcho@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事を禁じます。



お得なクーポン情報

美容・グルメ・  
住まい・暮らし

薄着になり、体型が気になる季節！

いつ始めるの？  
今でしょ！

## ダイエット



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!!



### FMかほくの公開生放送LIVE!

無料で  
ご覧いただけます

5月12日(日) 14:00~14:59

#### みんなの青春ライブ

アル・プラザ津幡1F 正面入り口そば



拓朗



Sumi



大島 優

※詳細はP14

5月25日(土) 19:00~19:59

#### FMかほくエンターテイメントライブ 気分はサイコー!



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  
イオンモールかほく 1F  
グリーンコート

民宿やまじゅう カラオケDAM 第一興商協賛  
コンベンションホール海宝 謝恩企画

#### 第1回 カラオケ紅白歌合戦

5月12日(日) 18:30~20:30

やまじゅう  
コンベンションホール海宝

参加費(出場者及び観客の方)

飲み食べ放題 お一人様/2,000円

当日飛入り参加枠あり!



※詳細はP6

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 / [radio.kahoku.net](http://radio.kahoku.net):8000  
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

はちみつ 3名様



大地のアカシヤ  
1,350g

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。

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

- 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、仕事中、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( )		

# ダイエット・美容



YouTube スマートフォン対応 **かほく.net TV**

**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

☎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!**

料金は3,200円~5,200円  
(高校生以下は1,000円~)で  
様々な不調やご要望にお応えします。

**お得な回数券もありますよ!**  
(カイロ整体コースは除く)

体の歪みて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。



1回の施術で  
ウエスト-3cm

**能登カイロ整体院 予約制**  
津幡町湯端467-17 〒929-0346  
☎9:00~21:00  
休 不定休 園有り  
http://notokairo.web.fc2.com

【高浜店】高浜バスターミナルすぐ前  
羽咋郡志賀町高浜ク-60-19  
☎土曜日 9:00~19:00  
(しばらくは第1,3,5土曜日に営業します)  
**予約制 090-3885-8598**

☎076-283-0108

相談できる薬屋さん!

## 今村薬局

薄着になるこの季節

**疲れやすく太りやすいカラダから  
元気で太りにくいカラダへ!**



よい方法があります。ご相談ください。

**今村薬局**  
かほく市宇野気チ76  
☎9:00~19:00  
休 日曜日・祝日  
裏側に駐車場有。 薬剤師 今村美貴子



もっと美しく...  
ずっと美しく...

**フェアスキン(美白化粧水) 80ml 6,825円**

春の温度差に毎日が悲鳴をあげそうですが、お肌も乾燥  
と紫外線で悲鳴をあげています。  
某メーカーが「美白美容液を化粧水のようにタップリ  
使いたかった!」とコマーシャルで流しています。  
当店の「フェアスキン」は、同じ考えのもとに出来た商品  
です。くすみをとるには、お肌にムラなくフェアスキンを浸透  
吸収させたいので量にこだわりました。

# 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です!**

- ★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、  
あなたならどのくらいの**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。



山室 美津子



津幡町湯浜29番地5 横浜ビル2F 〒929-0341  
☎9:00~21:00 休 日曜日・祝日  
FMかほく「耳つぼダイエット」毎週水曜10:30~10:54放送



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  
☎987/99-¥99,800

ダイエット  
成功事例を  
チェック!



**完全予約制 ☎0120-332-159**

耳つぼ白書 検索 姉妹店募集中!

## 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      | 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、または聴きたい番組(5分番組) (可)の○を添えて下さい。

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	ねここ通信	美肌サロン
パソコン相談	HAPPY産業	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	ヘルシーライフ
VOICE RADIO	ときめき婚活定食	耳つぼダイエット	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	美肌ライフ
難外と知らないワイド映画	ビューティータイム	アパウトスタディ	あなたと住みいル	NPO活動とライフスタイル
釣りの話	Californid Easy Speak	元気にTOMMYショー	防犯あれこれ	きららならい☆
ちよい悪オヤジ	taste of funky	旅のうまい話	ピラティスタイム	内灘飲食青年部
Chocolate syrup	Thanks!! Radio♪	高専's ライフ	It's So-Music	たかしんさんの読感感
ラブラブかほくがた	しあわせー直線!	シャングリラHGO!	住まい大好き	いろり話
Cloud 9 music	店長の新鮮気分	トークスパイラル	000あぁ...逆にな	シネマタイム
				Night Flight

北陸地方初出店!

1,000円  
脱毛

あなたの肌  
「モデル級」  
に変身です!!

- ドクターサポート 完備
- 相談・販売 一切ナシ
- 予約優先
- カードOK
- 個室
- 肌にやさしい 脱毛

# 脱毛シーズン到来!!

「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。

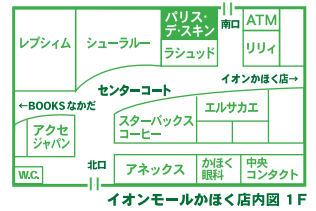
**新規限定** 脱毛コース 何ヶ所でも **20%OFF** 他券併用不可 25年5月末まで有効

**母の日企画** 光フォト (30分) ¥5,000 → **¥3,500**  
光フェイシャルエステ (60分) ¥10,000 → **¥7,000** 他券併用不可 ~25年5月12日までの限定

☎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。



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!

リジュケア  
**Riju care**

リジュとは  
『若返り』

リジュヘッドセラピー

★抜け毛予防効果あり!  
★体調の優れない方、頭痛のある方に特にオススメです!

リフトアップ効果 ヘッドSPAを超えた究極体験!  
(カットと同時で) 通常価格 4,200円 → **3,150円**

頭皮とツボをマッサージ

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

オープン15周年記念キャンペーン!

**ヴェリテ** クーポン

ヘアー 新規の方 **¥3,000割引**  
※ただしカットのみは除く。  
※他サービスとの併用は不可。  
25年5月末まで有効

津幡町横浜へ37-1  
http://www.verite-be.com

ヘア ☎076-288-6220 エス ☎076-288-6600

**Ai esthe**

アイエステ  
津幡町北中条2丁目5番地  
平日・土曜日  
9:00~18:00  
日・祝日(日曜日他相談)

☎076-289-6259

確かな技術で  
キレイに変身

全メニュー **500円OFF**  
※他券との併用は不可  
25年5月末まで有効

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**

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

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

豊富なカラー剤の中より  
ピッタリの色を選びます。

新メニュー

- サラサラ縮毛矯正 ⑤⑧ ¥16,000  
サラッとした手触りが最高です。
- サラサラトリートメント ⑤⑧ ¥1,000  
セラミドをしっかりと入れたトリートメント。
- プレミアム縮毛矯正 ⑤⑧ ¥18,000  
高純度の内部補修剤が入ります。
- カラーгентトリートメント ⑤⑧ ¥4,000  
カラーゲンを主に入れ、うるおいを出します。
- うるおいパーマ ⑤⑧ ¥9,000  
スーパーヒアルロン酸がしっかりと入っています。
- プレミアムトリートメント ⑤⑧ ¥5,000  
高純度のトリートメントを内部までしっかりと入れ込みます。  
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\*

NEW カット+サラサラカラー+トリートメント  
通常料金 ¥13,000  
**¥7,800**  
土曜日 ¥8,800  
ロング料金なし ⑤⑧ 込み  
有効期限 2013.6月末まで

Rey

カット+カラー+トリートメント  
通常料金 ¥12,000  
**¥6,800**  
土曜日 ¥7,800  
ロング料金なし ⑤⑧ 込み  
有効期限 2013.6月末まで

Rey

NEW カット+サラサラ縮毛矯正  
通常料金 ¥16,000  
**¥13,000**  
土曜日 ¥14,000  
ロング料金なし ⑤⑧ 込み  
有効期限 2013.6月末まで

Rey

カット+縮毛矯正  
通常料金 ¥15,750  
**¥9,000**  
土曜日 ¥10,000  
ロング料金なし ⑤⑧ 込み  
有効期限 2013.6月末まで

Rey

NEW カット+うるおいパーマ  
通常料金 ¥9,000  
**¥8,000**  
土曜日 ¥8,500  
ロング料金なし ⑤⑧ 込み  
有効期限 2013.6月末まで

Rey

メニュー

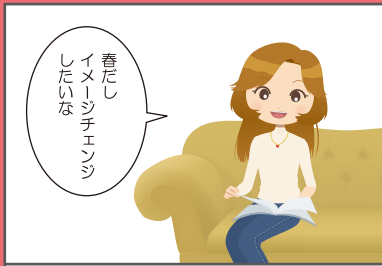
- カラーシャンプーセット ¥4,000
- デジタルパーマ ¥12,000
- 縮毛矯正 ¥2,000
- カラー ¥3,000

スタッフ募集  
早めのご予約お待ちしております。

ブランド3近く  
津幡町庄1-28 〒929-0327  
☎ 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、祝日

TEL.076-288-7217

# 美容



You Tube 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

☎ 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♪)

25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  
困月曜日、第1火曜日、第3日曜日  
9:00~19:00

スタイリスト  
募集中!

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



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。

☎ 076-288-3391

## 美容室 SaraHair

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~  
\*デトックストリートメント...¥3,150



サラヘア  
津幡町庄ホ46-1 〒929-0327  
9:00~19:00  
困月曜日、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  
◎◎◎ 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5月末まで有効

縮毛矯正 ◎◎◎ 込 長さ一律  
10,290円→9,500円  
※他券併用不可 25年5月末まで有効

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5月末まで有効

## HAIR STUDIO SUGIMURA

### タイムサービスキャンペーン!!

5月8日(水)~31日(金)まで

平日 9:00~16:00 までに ご予約来店 された方のみ

平日限定 ALL MENU ※エクステは除く

女性限定 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 困毎週月曜、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 Map D-2

## 大人気!! 自分に褒めよう!

# 2,100円エステ

### 若返りましょう!

シミ・しわ・ニキビ・乾燥

ぴかぴかコース 予約制 事前にお電話下さい!

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

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!  
☆ノウハウは、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  
津幡町庄ホ1-38  
9:00~18:00 スタッフ募集

クーポン  
ひかひかコース  
500yen OFF (初回の方のみ)  
25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  
25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

## 初夏まで!! フェイシャル専門店

# 集中美肌トリートメント キャンペーン

## エステルーム 一花

### 毛穴・たるみ スッキリ っやつや

初めてご来店の方に限ります。 クーポン  
通常2回 ¥6,300を  
2回 ¥3,150  
25年6月末まで有効

①Wクレンジング ②酵素パック(古い角質を取り除きます) ③毛穴吸引  
④アミノビタミンマッサージ(アミノ酸・ビタミンをたっぷり補給) ⑤ホットタオル  
⑥小顔リンパマッサージ(むくみスッキリ小顔に) ⑦お仕上げ

★今だけ限定10名様!! さらに小顔リンパマッサージ1回プレゼント!

エステルーム 一花 Map D-4  
津幡町横浜に82-6 〒929-0341  
☎ 076-289-7083 ☎ 090-2377-3205  
10:00~18:00 困 第2・4日曜日  
FMかほく78.7「美肌サロン」毎週金曜 8:00~

アットホームで隠れ家的なサロンです。お気軽にお電話ください!

# グルメ

「って、言っただけでいいかな？」  
「うーん、一緒にご飯食へに行こうよ！」

かほくマガジンなら、地域のお店も載ってるし、クーポンも付いてお得♪

かほくマガジン

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

### 本格焼肉 カルビ大将

クーポン  
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  
25年5月まで有効

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

### 和風菓子 八講屋

クーポン  
にゃんたろうカード **ポイント5倍**  
25年5月まで有効

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>

かほく市宇野気字19 ☎0120-83-0394 圖8:30~19:30  
旧河北ジョインセンター向い ☎076-283-0394 園木曜日

### 各種ご宴会 ご予約承り中

クーポン  
飲食代 **10%OFF**  
※飲み放題は除く  
25年5月まで有効

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

わかな

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

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**

魚舟 宅配寿司

クーポン  
全品**10%OFF**  
25年5月まで有効

圖10:30~20:30 (L.O.19:45) ☎076-283-7787

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

### 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>

### どんたく かほく店

スタッフ募集

青果部門	9時~17時	1名
精肉部門	8時~17時	1名
レジ部門夜間	17時~21時	若干名
惣菜部門	8時~14時	1名
	13時~19時	1名

時給/750円~  
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

### 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。どことよりお得なカードです。

☎076-281-3741 かほく市高松ア7-2 圖10時~22時

## 求人コーナー

パソコン・スマホからでもご覧いただけます。

<b>HOGARAKA</b> 職 理・美容師(幹務募集) 場 内灘町大字2-194 給 スタイル17万5千円~ 時 9時~19時まで 休 定休日以外応相談 他 企業拡大のため幹務募集 圖 ☎076-286-4438	<b>ヘアスタジオ杉村</b> 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 福祉施設等出張カット 圖 ☎076-283-7374	<b>美容室レイ</b> 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 圖 ☎090-7740-3730
<b>エステスタジオ プレミア</b> 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・祝日、応相談 他 未経験者歓迎 圖 ☎076-214-5539	<b>心なごみ料理かたほみ</b> 職 ホール・調理師(経験者) 場 かほく市宇野気又175-4 給 時給750円~ 時 17~24時内 休 シフト制 他 元気で明るい方 圖 ☎076-283-2753	

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

### カジマート みなみ店

営業時間/AM9:30~PM10:00

クーポン  
中華調味料 表示価格の **2割引**  
※お一人様2点限り ※広告の品、割引商品は除く  
25年5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

クーポン  
カットフルーツ各種 **各1点2割引**  
※1家族2点限り ※広告の品、割引商品は除く  
25年5月1日~31日まで有効

☎076-288-3600 津幡町太田は101-1

## 5月 FMかほく主催・後援イベント

月	火	水	木	金	土	日
		1	2 新番組 ピラティスタイム	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
6 振替休日	7 新番組 taste of funky	8	9	10 新番組 美肌ライブ	11	12 <b>みんなの青春ライブ</b> カラオケ紅白歌合戦 inやまじゅう海宝
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25 <b>エンターテインメントライブ</b> 気分はサイコー!	26
27	28	29	30	31	<b>後援事業募集</b> FMかほく番組内やインフォメーション、ホームページ、かほくマガジンで随時紹介します。	

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！



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。

## 大好評

です。ジャンボエビフライ定食  
やまじゅう定食  
寿し定食(平日のみ)  
海鮮丼定食  
その他、色々

## ランチ 各1,050円



ジャンボエビフライ定食



寿し定食

カラオケDAM  
第一興商協賛

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

ご予約受付中

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  
(ご予約の方は優先的に前方テーブルへご案内します)

参加費(出場者及び観客の方) お1様 2,000円 飲み食べ放題!



当日飛入り  
参加枠あり

第14回 FMかほく

七夕婚活

## 婚活パーティ

早期予約特典  
女子力UPセミナー  
利用券(千円)進呈

### 7月7日(日)開催

女性早期予約：6月24日(月)  
申込締切：7月1日(日)

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 初めての友達と一緒に参加の1ピーターの方に、やまじゅうランチ券プレゼント!

お電話、ホームページ、QRコードより  
お申し込みいただけます。

婚活で成功するためのセミナー

女子力UPセミナー 16時30分~受付  
17時~ 骨盤美ヨガ/500円、占い相談/1,000円  
婚活前編 メイクアップ術/500円

男子必勝セミナー 17時~17時30分 (500円)

※男女各予定人数に達し次第締切ります。



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

かほく  
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。

法事 5,250円~8,400円  
料理 (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。

# 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

結婚お見合い相談所キラク

## KiRaKu



まじめに結婚を考えている方お待ちしております。

初回登録料10,000円

7月末まで女性の登録料 **0円**

・月会費  
 ・サイト使用料  
 ・成婚料

**0円**

お見合いセッティング料  
 男性6,000円 女性2,000円

キラクでは独身証明書のご提出をお願いしておりますので、本当に真剣な恋愛を望んでいる方が集まっています。  
 気に入ったお相手を探し、お見合いの合意があればこちらで食事のセッティングをしますのでお気軽に真剣な恋愛を望んでいる方をお待ちしています。

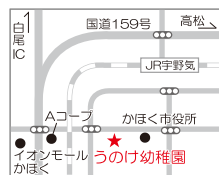


結婚お見合い相談所 キラク

内灘町鶴ヶ丘3-157-16 〒920-0271

登録・お問合せ

<http://wedding.kiraku01.com>



☎076-283-7111

かほく市宇野気二15番地 〒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

## 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

- 8日(水) クッキーづくり
- 10日(金) 親子バス遠足
- 24日(金) 誕生会



### 5月 プレ教室『いちご組』

毎週月曜日 10:30~12:00

- 13日 はじめましての会
- 20日 いちご摘み
- 27日 春の制作、外遊び



## 石川エリアで強い! 地元で婚活

34歳以下の方、入金額1万円引!! 5月末まで



**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



ぼだいじゅかなざわ 検索

## 菩提樹かなざわ

☎076-287-3300

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



FMかほくで「ときめき婚活定食」毎週火曜10:30~放送中!

## お宮参り・百日記念

## ミヤノDGスタジオ



大切な記念日を  
 写真に残しませんか??

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/96-1 (パピィ1通り)  
 園 平日/9:00~19:00  
 土・日・祝/9:00~18:00

☎0120-00-2013  
 ☎076-289-4181  
<http://www.miyanophotostudio.com>



## トリミングの店 Pom pon

### フィラリアの予防はじめていますか?

フィラリアは別名「犬糸状虫」とよばれ、蚊に移される寄生虫です。感染すると心臓に寄生して、いろんな病気を引き起こすとても恐ろしい病気です。きちんと予防すれば、感染は防げる病気です。成虫は豆腐めんのよう

☆ お手入れコース (1ヶ所)  
 4ヶ所 1,500円 (各500円)  
 爪切り、耳掃除、足裏カット、肛門絞り

☆ 歯みがき 500円  
 ☆ 泥パック 1,000円~  
 他、エステメニュー取りそろえております。



※電子マネー使えます。WAON(ワオン)、nanaco(ナナコ)、Ecy(エディ)、iD(アイディ)



トリミングの店 Pom pon (ポンポン) Map F-1

トリミング予約受付中  
 ☎076-285-1210  
 ✉pompon@sky.plala.or.jp

かほく市木津二28 〒929-1171  
 園 9時~19時(予約優先) 困水曜  
 送迎無料<羽咋~金沢北>  
 ブログ <http://kanazawa.areablog.jp/blog/1000020928/pc.html>



FMかほく 毎週水曜11時~  
 「あけのほき好きひわんにゃん」

<b>緊急ダイヤル (24時間)</b>	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	
<b>休日当番医</b>	5月3日(祝・金)	紺谷医院 宮崎耳鼻咽喉科医院	かほく市木津へ12-1 内灘町ハマナス2-7	076-285-0020 076-286-3387	
	5月4日(祝・土)	久保医院 さいとうクリニック	かほく市宇野気ヌ167 津幡町湖端371-1	076-283-0017 076-288-4540	
	5月5日(祝・日)	はせがわクリニック 上島クリニック	かほく市内日角4丁目12番 津幡町清水ア25	076-283-6611 076-289-2233	
	5月6日(祝・月)	ニツ屋病院 松岡医院	かほく市ニツ屋ノ72 津幡町越中坂90	076-281-0172 076-288-1013	
	5月12日(日)	いこま眼科医院 政岡医院	津幡町津幡ニ522 内灘町鶴ヶ丘4丁目1-265	076-289-4175 076-286-1766	
	5月19日(日)	石倉クリニック 村田医院	津幡町北中条6丁目73番地 内灘町鶴ヶ丘2丁目8	076-289-7767 076-286-0300	
	5月26日(日)	二宮内科医院 山崎耳鼻咽喉科クリニック	津幡町湖端ト70-8 かほく市白尾イ44-2	076-288-3188 076-283-7070	
	上記内容の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。(4月20日調)				

## 津幡町・かほく市で緊急放送!

災害発生時には、FMかほくの通常番組の途中でも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!内灘町にも提案中です。

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・医薬品等

**行方不明者の捜査に協力**  
認知症などを患われているご家族の方が行方不明になった場合は、すぐにご連絡ください。

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

- ### 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 ハマナス憩園
  - 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 向栗崎東集会所
  - 29 内灘高等学校
  - 30 備く婦人の家・向陽台公園
  - 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 津幡中学校
  - 12 津幡南中学校
  - 13 文化会館シグナス
  - 14 中条小学校
  - 15 中条東保育園
  - 16 萩野小学校
  - 17 萩野保育園
  - 18 萩野台小学校
  - 19 萩野台公民館
  - 20 萩野台公民館
  - 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 笠野小学校
  - 30 笠野保育園
  - 31 笠野公民館
  - 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 種保保育園
  - 36 河合谷小学校
  - 37 河合谷ふれあいセンター
  - 38 刈井会館
  - 39 津幡南中学校
  - 40 刈安コミュニティプラザ
  - 41 萩野保育園
  - 42 萩野小学校
  - 43 萩野保育園
  - 44 萩野台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 七塚生涯学習センター
  - 13 七塚健康福祉センター
  - 14 七塚中央公園
  - 15 七塚武道館
  - 16 外日角小学校運動場
  - 17 七塚体育センター
  - 18 白尾しらゆり公園
  - 19 指江コミュニティセンター
  - 20 うのけ総合公園陸上競技場
  - 21 宇ノ気野球場
  - 22 宇野気公民館
  - 23 宇ノ気スポーツセンター
  - 24 七窪体育館
  - 25 宇ノ気小学校(校舎・体育館・運動場)
  - 26 宇ノ気中学校(校舎・体育館・運動場)
  - 27 宇ノ気図書館
  - 28 宇ノ気図書館
  - 29 大崎区民会館
  - 30 宇ノ気南部体育館
  - 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



## 慈善晩さん会

ダンスを披露される天皇、皇后両陛下

## ノーベル賞授賞式晩さん会

スウェーデンのマデレーン王女をエスコートする山中伸弥京都大教授

## 運動不足解消! 楽しみながらダイエット!

### 花の金曜20時! 美しく変身。

ジルパは、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、ウインナワルツ、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**  
かほく市宇野気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)

## かほくマガジン 専用ラック設置場所

**津幡町**  
津幡町役場  
津幡町文化会館 シグナス  
道の駅 俱利伽羅源平の郷  
Aコープ津幡店  
アル・プラザ津幡店  
アル・プラザ津幡店  
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  
JAグリーンかほく

**かほく市**  
かほく市役所  
かほく市商工会  
のとしん宇ノ気支店  
イオンモールかほく  
1F入口(北口・中央口)  
2F(ハロー!パソコン教室)  
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  
どんたく かほく店  
コメヤ薬局 かほく店  
ショッピングプラザト  
デイリーストア河北高松店  
民宿 やまじゅう  
メガトンかほく  
心の市場

**金沢市**  
イオン金沢店(北側入口)

**宝達志水町**  
メルシー押水店

## 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  
エー自動車  
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  
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

## クーポン@かほくマガジン 今月のお得店

**【美容・エステ】**  
美容室 Rey  
美容室 サラヘア  
nene's hair  
Verite  
アイエステ  
エステ・プレミア  
エステルーム 一花  
パリス・デ・スキン

**【グルメ】**  
鮎舟 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

**【健康】**  
なごみ整体院

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!



# 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！

月刊 かほくマガジン

# 住まい・暮らし

<p><b>新築</b> ラ クラージュ II 2F</p> <p>2LDK   5.0万円</p> <p>かほく市横山</p> <p>敷 2ヵ月 札 なし 共 2,500円</p> <p>駐 2,625円</p> <p>町内会費 / 1,000円</p> <p>■交通 / 七尾線横山駅 徒歩4分 ■築年 / 2013年3月 即入居可 ■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、ドラム乾燥機、エアコン2台、洗面化粧台、サニタリー、クローゼット、メモリーキー、CATV、他</p>	<p>カーサ プラシード T II 2F</p> <p>2LDK   5.5万円</p> <p>かほく市高松</p> <p>敷 なし 共 2,000円</p> <p>札 なし 駐 なし</p> <p>町内会費 / 500円</p> <p>■交通 / 七尾線高松駅 徒歩14分 ■築年 / 2012年7月 5月上旬入居可 ■設備 / 浴室乾燥機、TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、パストイレ別、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、ウォークインクローゼット、メモリーキー、フローリング、駐輪場、洗面化粧台、給湯ドラム乾燥機、下駄箱、専用ゴミ置場、台所、浴室</p>	<p>ジョイハウス B 1F</p> <p>1LDK   4.5万円</p> <p>かほく市浜北</p> <p>敷 なし 共 2,500円</p> <p>札 なし 駐 なし</p> <p>町内会費 / 800円</p> <p>■交通 / 七尾線宇野駅 徒歩15分 ■築年 / 2012年8月4月中旬入居可 ■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、クローゼット、メモリーキー、CATV、フローリング、駐輪場、洗面化粧台、給湯、シャワー、床下収納、ドラム乾燥機、他</p>
<p><b>新築</b> トルドニード V 2F</p> <p>1LDK   5.5万円</p> <p>かほく市学園台</p> <p>敷 2ヵ月 共 3,000円</p> <p>札 なし 駐 3,150円</p> <p>町内会費 / 1,000円</p> <p>■交通 / 七尾線高松駅 徒歩20分 ■築年 / 2013年1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、BSアンテナ、暖房便座、エアコン、洗濯洗面台、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</p>	<p><b>新築</b> レザン コート 2F</p> <p>2LDK   5.5万円</p> <p>かほく市学園台</p> <p>敷 2ヵ月 札 なし 共 2,000円</p> <p>駐 3,150円</p> <p>町内会費 / 1,000円</p> <p>■交通 / 七尾線高松駅 徒歩20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、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、暖房便座、エアコン2台、洗濯洗面台、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</p>	<p><b>新築</b> シエスタ 1F</p> <p>1LDK   5.2万円</p> <p>津幡町清水</p> <p>敷 2ヵ月 共 2,500円</p> <p>札 なし 駐 3,150円</p> <p>町内会費 / 500円</p> <p>■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、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン2台、洗面化粧台、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、給湯、シャワー、ドラム乾燥機、サニタリー、他</p>



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

お部屋がしは **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

076-282-5510

定期巡回であなたの不安を解消します

一人暮らし 高齢者

学園台警備保障では、アパートや一戸建て居住者の皆様への訪問や巡回を行い、周辺の安全や高齢者の安否確認などを行っています。(要実費)

契約者さまの皆様には暴力問題やストーカー、交通事故など、安全・安心に関係する相談に応じ、解決への道すじをサポートしています。企業恐喝に対応する顧問制度もあります。

定期巡回をご希望の方はご連絡ください。

**学園台警備保障**

かほく市高松ウ75番地 代表 山口一夫 Fax.076-282-5739

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!

※当チラシを利用した場合、指定の保証会社を利用して頂きます。(保証料別途)

インターネット常時接続無料

家賃	2LDK / 50,000円	最寄の施設までの距離
共益費	2,000円	宇ノ気小学校 400m 宇野駅 700m
駐車料	2,500円/台	宇ノ気中学校 800m Aコープ 500m
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	かほく市役所 450m 森平和堂 200m

貸主 石川県知事(2)第3747号 金沢市金石本町口27-1

マイナビホーム ☎076-266-2626



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

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: 実業団地	合計184万円	システム本体	工事	売電メーカー
3.072kW(192W×16枚)		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

コケで環境緑化と防草処理

麝香重機建設

<http://www.jako.jp>

かほく市白尾夕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! 佛壇洗いますぐ伺います。

☎076-283-0643 かほく市宇野気二112

カイロプラクティック  
**なごみ整体院**  
Chiropractic Nagomi Seitain



**肩こり**  
**腰痛**  
**骨盤調整**

おかげさまで  
3周年!

**初診料 3000円**  
通常4500円(約45分) 25年5月末まで

クーポン

**カイロプラクティック**  
一日技術習得体験会

**やりがい、働きたのしさ**  
人から感謝され、やりがいのある仕事をしませんか?

腰痛・肩こり・骨盤矯正の技術が学べます。  
資格を取得したい方には入門編です。

【日時】5月12日(日)  
9時半~17時  
【会場】金沢勤労者プラザ  
【会費】1万円、ペアで1万5千円  
※3日前までにご予約ください

水曜定休 予約制 **076-283-7731**  
営業時間 9:00~19:00 かほく市白尾ハ6-7 Map E-1

**となりのももえさん**  
作: ゆき



ももえさん くりやさん ゆすくん いちごちゃん

**ダイエット**

あれ? お母さんはプリン食べないの? あれ? お母さんはプリン食べないの?

いいのよ、お母さんはダイエット中だから

おー

やっ! やっ!

目標達成!

数日後

また数ヶ月後にダイエットしたらうっな...

頑張ったってプリン食べよった

**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~

「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)

自宅であちこ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。

こんな方に  
おすすめ  
です!

河北台中学校 旧七塚診療所  
国道159号 旧七塚庁舎  
〒920-162号  
●名塚浦仏壇

かほく市浜北2-2-7(旧七塚町役場裏)  
http://kahoku41.com Map E-1

ご見学  
無料体験  
も可能!

〈1階〉かほくケアセンター ☎076-283-9220  
〈2階〉かほくの郷 ☎076-283-3922

**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

**七塚女性会貸衣裳室**

成人式・ブライダル  
入学式・卒業式衣裳

かほく市内外問わずお貸します。

予約承り中! ☎076-285-1658  
9時~17時 困月曜・祝日 Map E-1

**Taiyo 太陽自動車学校**

学割キャンペーン中!!

各種教習プラン(別料金)有

各大学・高校  
無料送迎致します

※短期コースを希望される方は  
早めにお申込み下さい。

☎076-283-1163  
かほく市七窪ヲ3 〒929-1122  
http://www.isun.co.jp

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!

**河北ロータリークラブからのお知らせ**

**経営を学び考える! ランチエスター戦略経営ゼミ**  
**西田哲学に触れる! 30分でわかる幾多郎講座ほか**  
**自己啓発に人脈づくり、昼食時間を楽しく有意義に活用!**

アベノミクスの  
影響は?  
明るさが  
見えるね

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12:00~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(かほく市遠藤057番地6)

若手経営者、女性経営者の方お待ちしております。

経営を考える 河北ロータリークラブ ☎076-285-2611

**ランチエスター 経営雑感**  
 スマ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

(第五回) 小さな会社の目指すもの ④

これまで、大企業と中小零細企業では、組織の作り方、社長の役目は違ってくることをお話してきました。もっとも、私は、経営のやり方・考え方自体そのものを考えたほうが良いと思っています。

経営には「競争」という側面があります。商店街が郊外に出来たショッピングセンターに顧客を奪われ衰退する、というのもその現象の一つでしょう。競争を考えると、企業規模の違いや資本力の違いを意識しておかなければなりません。なぜなら、同じような商品を扱い、同じような地域の、同じような客層に、同じような売り方をした場合、当り前かもしれないが資本力がある方が必ず勝つからです。

競争市場は、資本力のある規模の大きな企業に有利にできています。少し発展的に言えば、市場は時間とともに特定の大企業によって支配される方向に進んでいきます。これはここ二十年くらいの家電販売店やコンビニエンスストアの状況を思い出していただければ分かることだと思えます。

経済全体が成長している段階では、あまり競争を意識する必要はありませんでした。大企業といえども市場全体をカバーすることはできないので、中小零細企業の生き残る領域があったのです。しかし、経済成長が止まり、市場が縮小へ向かいますと、その領域はどんどん小さくなっていきます。

規模の小さな会社が生き残っていくには、経営の差別化を考えなければなりません。大企業と同じような経営をして、まともに戦うと負けてしまうからです。経営の根幹は社長の考え方が大きく作用します。中小零細企業の社長は、経営に対する発想そのものを大企業と違わせておかなければなりません。

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 楽しい 畑づくり アドバイス**

山辺守先生  
 JAグリーンかほく  
 ☎076-288-8400

畑の準備の順番は？

雨の多い日本の土壌は慢性的な酸性土壌です。そこで、畑の準備には作付けの二週間前から土壌酸度の矯正に石灰資材を散布して土壌によく混和します。そして、一週間後に堆肥と肥料を施します。一週間ずらすのは、同時に施用すると石灰資材と堆肥や肥料の窒素分が反応してアンモニアガスになって抜けると同時に、作物の発芽や苗がガス障害を受けるからです。

石灰資材の種類と施し方？

アルカリ分の多い消石灰(七〇%)は散布後よく混和し、必ず二週間はあけて作付けします。炭カルや苦土石灰はアルカリ分が少ない(五〇%)もの肥料との施用時期はあけた方がいいです。貝化石などの有機石灰は四〇%で肥料との同時施用が可能です。

堆肥の選び方？

堆肥には繊維の多いふかふか堆肥と肥料分の多い栄養堆肥があります。落葉、もみ殻、ワラ、パークなどを一年以上かけてじっくり発酵させた「ふかふか堆肥」は、肥料効果は少ないが土壌有機物を増やし、土壌微生物の棲家となります。通気性排水性がよくなり、保肥・保水性も向上します。施用量は㎡当たり二〜三kgです。

家畜フンや油かすなどの肥料を多く含んだ材料を発酵させた「栄養堆肥」は肥料効果が早く出ます。家畜フンにもみ殻やおが屑、パーク等を敷料に家畜フンを加えて腐熟させたもので、土壌改良効果も兼ね備えています。家畜フンには鶏・豚・牛があり、含まれる肥料分や繊維分が違います。鶏フンは繊維分が少なく速効的な化成肥料並みの肥効を示し、堆肥といたより有機質材料です。したがって、施用量は㎡当たり五〇〇g、肥料分の少ない牛フン堆肥は二kg、豚フン堆肥は1kgを目安にします。いずれも堆肥は土の機能をパワーアップします。

**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)

**九星による5月の運勢**  
 2013年5月5日(立夏・端午)~6月4日まで

里の桜がピンクの絨毯を敷き詰めるころになると、妖艶な濃いピンクの八重桜が咲き出します。躑躅燃え、藤の花は風にそよぎ百花繚乱の五月です。

- 一白水星** 公私共、社交面が活発で新たな人脈が広がる楽しい月になります。前向きな計画は良好! レジャーで想定外の出費に泣くことも。
- 二黒土星** 運気が急変しがちな月です。手慣れたことでも慎重にケガに注意。冒険や挑戦は控え、思い悩むことは時間が解決してくれます。
- 三碧木星** 思い立ったが吉日! 仲間の情報交換や、異業種交流にツキがあり人の世話や、金銭の貸借は情が過ぎると自らの首を絞めることに!
- 四緑木星** 黙して語らず姿勢を保ち、何事も自重が大切な停滞の月。不調の運気は英気を養う時と心得、情報収集や勉強に励んで吉。
- 五黄土星** 自己過信は後悔の元です。慣れたことでも用心一番、油断大敵。人に花を持たせることで、信頼関係が深まります。
- 六白金星** 前向きな行動力が注目を集めます。公私共に色々な所に参加し情報収集・人脈の拡大を! 何事も協調体制で上手な妥協で発展!
- 七赤金星** 善意で進めば良い交流が生まれ、目標に専念すれば成就します。たまには、息抜きも必要です。心に潤いを持ちましょう。
- 八白土星** 自画自賛をすると、思わぬところで足元を取られます。当面の滞滞事や煩雑なことを処理し、来月に備えましょう!
- 九紫火星** 目上への反目は成果が遠のきます。勤が芽え、自信が湧く月です。積極的に動いて指導力を発揮すれば、実績は向上します。

**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。

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

**FMかほく 4分英会話**  
 Real English for Real People

Hello! 放送時間

月・水・金 14:55~14:59  
 火・木・土 10:25~10:29  
 日 13:55~13:59

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。

California Easy Speak 火曜 14:00~14:24  
 Night Flight 金曜 21:00~21:59

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

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

# ★ 地域のみみんなと一緒に楽しく元気に! ★

スマホ対応クーポンとかほく.netTV  
**月刊 かほくマガジン** 毎月前月末発行  
**広告掲載募集**



**6月号 3万部発行**  
**美容特集**  
**全戸配布** 申込締切 5月10日  
 かほく市・津幡町全戸に配布、内灘町では店頭配布



美容室 エステ

**7月号 1万部発行**  
**夏バテ解消スタミナ特集**  
**住宅街配布** 申込締切 6月10日  
 かほく市・津幡町・内灘町 順次拡大  
 ショッピングセンターなどの店頭配布

今なら **無料** キャンペーン

かほくマガジン広告スポンサーにかほく.net「お店情報発信システム」を無料提供(お店ブログ・メルマガ・伝言板)

スマホをみせて  
**お得クーポン**

**スマホクーポン登録店募集!**

FMかほくで参加店名をラジオ放送

無料のクーポンメールで効果的な販売促進  
 かほくマガジンでは、毎月メールマガジンを発行しております。  
 クーポン情報として、広告に掲載されたクーポンをインターネットや携帯電話でも無料で活用できます。  
 かほくマガジン掲載店は、  
**スマホクーポン**  
**無料で登録**



スマホクーポンのみのお申込は、年間6,300円(1ヶ月換算525円)

**YouTube かほく.net TV**  
 スマートフォン対応

お店の様子、商品を映像で分かりやすく紹介します。  
<http://tv.kahoku.net>

スマートフォン対応  
 YouTube映像  
 (3分程度)  
 制作(撮影・編集)  
 1本 31,500円



**無料掲載の求人コーナー**

かほく市・津幡町・内灘町が勤務地の求人情報を1社(店)につき無料で1件掲載、毎月15日までに<http://kahoku.net>から登録してください。

季節に合わせて、巻頭に特集を組んでいきます。お店の販促にお役立てください!

8月号	お盆特集(帰省)	1月号	新年スタート・習い事特集
9月号	秋祭り特集	2月号	学習塾特集
10月号	整体特集	3月号	新生活・新入学特集
11月号	宴会特集	4月号	ゴールデンウィーク特集
12月号	Xマス・お節特集	5月号	ダイエット特集

## 簡単にできる Jimdo のホームページ スマートフォンもOK! ウェブネットが支援します。

ホームページで  
 お店・団体をPRしたい!

学びたい!  
 ホームページ作りを

Jimdoを使った  
 ホームページ  
 作成講座でレッスン  
 ※詳細はP16

日々、自分で  
 ホームページの  
 更新ができます!

ウェブネットでページデザイン、  
 システム設定などを代行致します。  
 さらにウェブネットでは、より広告効果を上げるための設定も!

設定が  
 よく分らない

簡単にホームページを作成できる  
 ジンドゥー  
**Jimdo**  
<http://jp.jimdo.com>

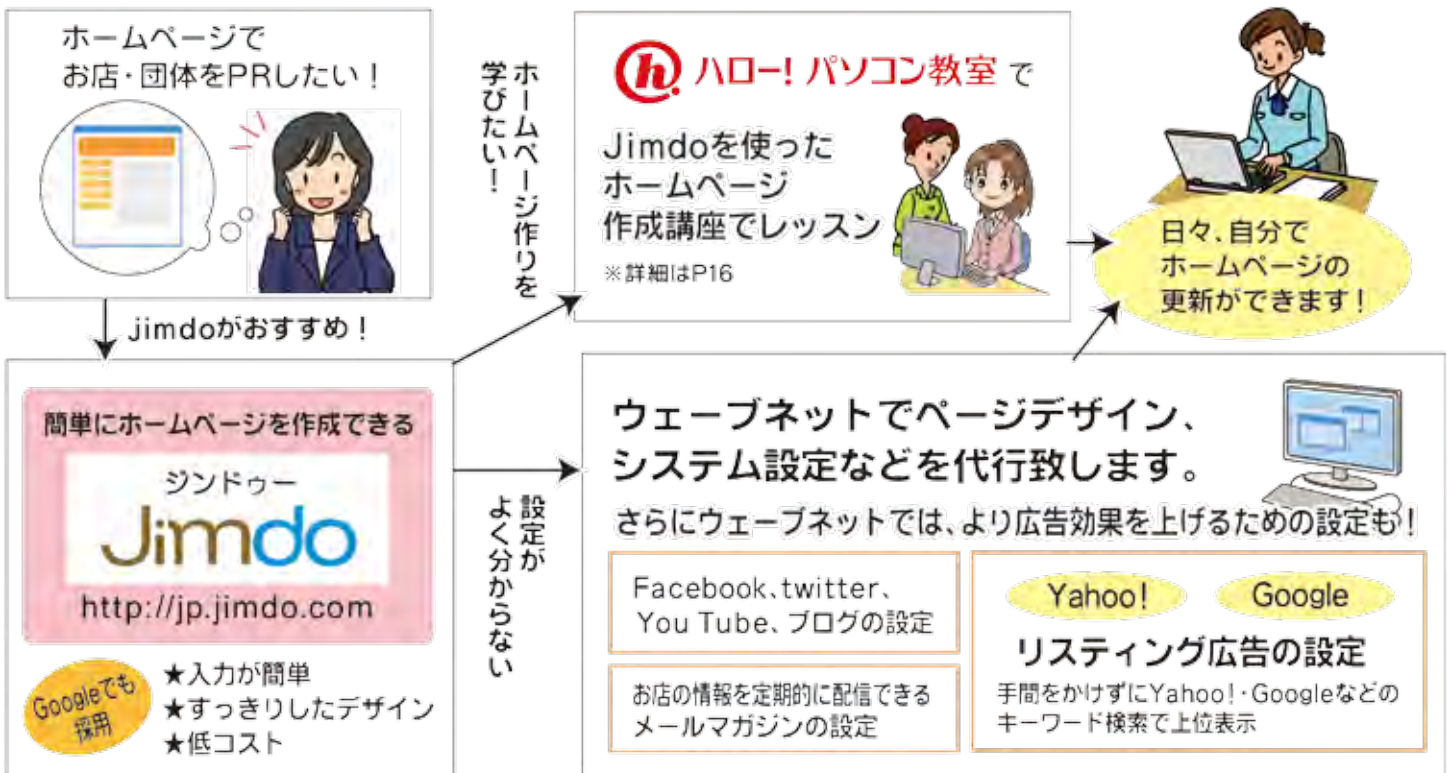
★入力が簡単  
 ★すっきりしたデザイン  
 ★低コスト

Googleでも採用

Facebook, twitter, You Tube, ブログの設定

お店の情報を定期的に配信できる  
 メールマガジンの設定

Yahoo! Google  
**リスティング広告の設定**  
 手間をかけずにYahoo!・Googleなどの  
 キーワード検索で上位表示



**お問合せ** 詳細な広告媒体資料 アクセス ▶ <http://kahoku.net>  
 (株)ウェブネット Tel.076-283-1139 〒929-1177 石川県かほく市白尾ル88番地  
 Fax:076-283-1299 joho@wavenet.jp



ライブ  
イベント

FMかほく 78.7 MHz

YouTubeで  
ダイジェスト放送

出演者募集

# ライブ中継・公開録音番組

無料でご覧いただけます。お誘い合わせの上、お越しください。  
生イベントで人と人とのふれあいを大切にしています。



ライブ中継

## みんなの青春ライブ

5月12日(日) 14:00~14:59  
会場 / アル・プラザ津幡 1階正面出入口そば  
再放送 5月19日(日) 14:00~14:59



拓朗 大島優 Sumi  
「太陽がくれた季節」など青春をテーマに唄います。



ライブ中継

## FMかほく エンターテインメントライブ 気分はサイコー!

5月25日(土) 19:00~19:59  
会場 / イオンモールかほく2階ダイニングパーク  
再放送 5月26日(日) 14:00~14:59



松田造(らせん) MI-YU  
歌とダンサーのゲストアーティストも出演

大好評  
イントロあてクイズで  
果汁工房果琳の  
フレッシュジュース  
ペア券プレゼント♪

公開収録  
ライブ

番宣ライブ 15:30~15:59  
会場 / 1階グリーンコート  
放送日 6月2日(日) 14:00~14:29

### 3分ビデオ・オンデマンド番組

<http://tv.kahoku.net>

YouTube かほく.net TV  
スマートフォン対応

### ライブ映像配信!

無料

FMかほくのイベントの様子を  
パソコン、スマートフォンで  
ご覧いただけます。

### 大河ドラマ誘致キャンペーン



4月14日(日)  
アル・プラザ津幡にて  
火牛のカーくんと一緒に  
大河ドラマ誘致活動  
を行いました。

YouTubeで雰囲気  
をご覧ください。  
会場ではさらに楽しく  
生のステージを♪

kitamae.net

北陸をネットワークし、全国へ発信!

オリジナル  
CD/DVD  
続々入荷中!



My Favorite Thing (宮越真沙美) らせん 拓朗 MI-YU

FMかほくのライブや番組に出演しているアーティストの  
曲をインターネットで購入できます。

オールナイト SOUNDで週毎に毎夜地元アーティスト、インディーズCDを放送。

めざせ紅白歌合戦!

### 芸能活動(ミュージシャン/ダンサー等) 応援プロジェクト!

- ☆ライブ出演者募集!  
「気分はサイコー!」「みんなの青春ライブ」
- ☆オールナイト SOUNDで週毎に毎夜  
地元アーティスト、インディーズCDを放送。
- ☆地元アーティストCDを kitamae.net で販売。

お問合せは、FMかほく ☎076-283-6660 まで

カラオケDAM  
第一興商協賛

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

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  
(ご予約の方は優先的に前方テーブルへご案内します)

参加費(出場者及び観客の方) お1様 2,000円 飲み食べ放題!

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



25 インフォメーション ※ 災害・緊急時には、全時間発場からの割込放送に切替えます。

30	音楽	Chocolate syrup (再)	Thanks!! Radio♪ (再)	高専's ライフ (再)	It's So-Music (再)
00	たかしさんの朗読感 (再)	咲いた。咲いた (再)	プライダル×ライフ (再)	あけ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)
30	メタボロームと代謝 (再)	かたりの窓	小さな会社の経営法則	ねこっと通信	美肌サロン
00	民話	スポーツ	企業経営	ネット	エステ
8	塩谷治美 (かほく)	高井篤志 (かほく)	小嶋隆史	木下勇一	和田聖子 (津幡)
30	☆きららならい☆ (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★	雨にも負けず風にも負けず	おしゃれトーク	笑顔でヨガライフ
9	パソコン	ハッピー	政治	フアッシュジョン	ヨガ
00	金丸弘人 (かほく)	TOMOPON K-suke	近藤和也	網本真由美 中泉節子 (かほく)	高岡留美 (かほく)
30	玄じいさんのいろり話 (再)	ラブラブかほくがた (再)	しあわせ一直線! (再)	シャングリラへGO! (再)	テリーの住まい大好き (再)
00	エコみらい河北 NEWS	ミチコのだれでも関連!	いっしょにはっぴい子育て	癒しとカラーセラピー	ヘルシーライフ
10	環境	占い	育児	オーラソーマ	健康
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)	北山理律子 (かほく)
30	VOICE RADIO	ときめき婚活定食	耳つぼダイエット	MUSIC LOVE	NPO よもやま話
00	会話教室	婚活	瘦身	音楽	NPO
11	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)	青海康男
30	咲いた。咲いた	プライダル×ライフ	あけの好き好きわんにゃん	こんにちは高橋しげのりです	メタボロームと代謝
00	花	結婚	ペット	政治	健康
12	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)	久原とみ子 (かほく)
30	幸せ健康講座	燃える体づくり	げんちゃんの元気であろ!	ハーブでエンジョイ	★新 美肌ライブ
13	漢方鍼灸	トレーニング	元気	ハーブ	脱毛
00	飯田千香子	戸田賢治 (津幡)	喜多村げん	俵朝子 (津幡)	洲崎尚美 (かほく)
30	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
00	映画	美容	受験	不動産	NPO
14	醒井秀和 (かほく) 山内崇寛	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)	雨にも負けず風にも負けず (再)	おしゃれトーク (再)	笑顔でヨガライフ (再)
00	シネマタイム (再)	Cloud 9 music (再)	店長の新鮮気分 (再)	らせんの脱線トクスバール (再)	音子の○○○あぁ…逆にね!! (再)
30	かたりの窓 (再)	かんばん! スポーツアスリート (再)	小さな会社の経営法則 (再)	ねこっと通信 (再)	美肌サロン (再)
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	☆きららならい☆
15	釣り	熊谷隆 (かほく)	上田敦子 スタッフマイケル (内灘)	TOMMY	音楽
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)	NPO よもやま話 (再)
00	たけしのちよい悪オヤジ	taste of funky	旅のうまい話	ピラティストタイム	内灘飲食青年部
16	理容	HipHop funky-nana (津幡)	旅行	★新 健康	グルメ
30	幸せ健康講座 (再)	燃える体づくり (再)	げんちゃんの元気であろ! (再)	ハーブでエンジョイ (再)	美肌ライブ (再)
00	エコみらい河北NEWS (再)	ミチコのだれでも関連! (再)	いっしょにはっぴい子育て (再)	癒しとカラーセラピー (再)	ヘルシーライフ (再)

**2013年5月番組表**

	土 (Sat)	日 (Sun)
24	土・日曜は平日の番組を再放送でお送りします。	
25	インフォメーション	
30	音楽	
7	パソコンなんでも相談 (再)	Thanks!! Radio♪ (再)
00	かたりの窓 (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)
00	かんばん! スポーツアスリート (再)	ねこっと通信 (再)
9	HAPPY産業★ (再)	いっしょにはっぴい子育て (再)
30	エコみらい河北NEWS (再)	癒しとカラーセラピー (再)
00	ミチコのだれでも関連! (再)	ハーブでエンジョイ (再)
10	耳つぼダイエット (再)	美肌サロン (再)
00	燃える体づくり (再)	NPO よもやま話 (再)
30	げんちゃんの元気であろ! (再)	あなたと住まい (再)
11	意外と知らないハッピー映画 (再)	MUSIC LOVE (再)
00	雨にも負けず風にも負けず (再)	ヘルシーライフ (再)
30	咲いた。咲いた (再)	こんにちは高橋しげのりです (再)
12	プライダル×ライフ (再)	メタボロームと代謝 (再)
00	あけの好き好きわんにゃん (再)	ミュージックライブ中継
30	ビューティータイム (再)	おしゅれトーク (再)
13	アバウトスタディ (再)	旅のうまい話 (再)
00	クマさんの「釣りの話」 (再)	California Easy Speak (再)
30	It's So-Music (再)	California Easy Speak (再)
14	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)
30	ときめき婚活定食 (再)	☆きららならい☆ (再)
15	taste of funky (再)	ピラティストタイム (再)
00	しあわせ一直線! (再)	内灘飲食青年部 (再)
16	らせんの脱線トクスバール (再)	たかしさんの朗読感 (再)
30	Cloud 9 music (再)	高専's ライフ (再)
00	幸せ健康講座 (再)	テリーの住まい大好き (再)
17	ラブラブかほくがた (再)	シャングリラへGO! (再)
30	Chocolate syrup (再)	美肌ライブ (再)
00	Night Flight (再)	音子の○○○あぁ…逆にね!! (再)
22	オールナイト SOUND	

**5月の生中継、ライブ、再放送番組**

- 5/3 (金) 12:00~12:59、16:00~16:59 キッズアイドル大集合! (4/14録音)
- 5/5 (日) 14:00~14:29 番宣ライブ (4/27録音)
- 5/6 (月) 12:00~12:59、16:00~16:59 キッズアイドル大集合! (4/14録音)
- 5/12 (日) 14:00~14:59 みんなの青春ライブ
- 5/15 (水)・5/16 (木) 21:00~22:59 カラオケ紅白歌合戦 (5/12録音)
- 5/19 (日) 14:00~14:59 みんなの青春ライブ (再)
- 5/25 (土) 19:00~19:59 気分はサイコー!
- 23:00~らせんの脱線トクスバール (再) 23:30~Cloud 9 music (再)
- 5/26 (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。  
 ■地域トーク番組、音楽番組は各24分番組です。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・6日)、年末年始、お盆期間の生放送は、お休みします。

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

**INFORMATION**

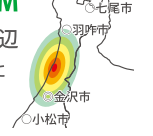
4分間のお知らせを随時お送りしています。

**内灘潮騒だより 1日2回随時放送 4分番組**

- 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  
 カラオケでお楽しみいただけます。  
 能登有料道路 海岸沿い一帯で聴取可能



■ネットラジオ スマートフォン・パソコンOK!  
 シャウトキャスト  
 SHOUTcast (http://radio.kahoku.net:8000) から配信

■経済的で効果的!  
 20秒CM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

**サンセットクルージング** 今日のお買い得情報

月	火	水	木	金
寺西志津代 (かほく)	新江克之 (かほく)	松木舞 (津幡)	ニシヤスコ	藤田すみこ (かほく)

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「商工会リレートーク」かほく市・津幡町・内灘町各会員  
 木「イオンモールかほくお店情報」  
 金「役場インテビュー」かほく市役所、津幡町・内灘町役場  
 「道の駅」内灘サンセットパーク

30	Chocolate syrup (再)	Thanks!! Radio♪	高専's ライフ	It's So-Music (再)	たかしさんの朗読感
00	ゲスト AYU acchan (内灘)	音楽 拓朗	キャンパスライフ (津幡)	音楽 大場慎介	朗読 高田伸一
30	ラブラブかほくがた	しあわせ一直線!	シャングリラへGO!	テリーの住まい大好き	玄じいさんのいろり話
00	農業	幸せ	旅	住宅	朗読
18	金田直樹 (津幡)	加茂修 (津幡) 金治正樹 (かほく)	伊丹えつ子 (内灘)	中宮輝男 (津幡)	きみこ
30	たけしのちよい悪オヤジ (再)	taste of funky (再)	旅のうまい話 (再)	ピラティストタイム (再)	内灘飲食青年部 (再)
00	Cloud 9 music	店長の新鮮気分	らせんの脱線トクスバール	音子の○○○あぁ…逆にね!!	シネマタイム
19	音楽	野菜	音楽	音楽	映画
00	福田ゆか	坂尾勉 (かほく)	松田造 表誠治 (津幡)	谷政毅 (かほく) 金村俊宏	川村久志 (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)
20	00	オールナイト SOUND			
21	地域アーティストを応援します。CDまたはMP3データで楽曲をお送りください。				
21	5月は、第1週:らせん、第2週:音子、第3週:ギター NOTE、第4週:宮越真沙美、MI-YU 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かほく宛に届いたCDを週替わりで放送します。				
21	Night Flight				
21	洋楽 (英語放送) Nighthawk				

お買い物のついでに、自分磨きと資格取得!

# パソコン教室

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

初心者の方が安心できる

近くて便利



どんな質問にも笑顔で対応!

他ではマネできない! パソコン力がつく丁寧サポート

趣味としてパソコンを楽しみたい!

趣味

40・50・60・70歳以上の方に大人気!

初めての方でも安心して学べる教室です! 「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。

デジカメ、ホームページ、ネットショッピング、その他

新! ホームページ Googleでも採用! Jimdoの無料のホームページ作成サービスで実際にホームページを作ります。

ご入会キャンペーン

通常3,150円 **入会金半額**

※キャンペーンの詳細については、教室までお気軽にお問合せください。

キャンペーン期間 5月末まで 限定先着 10名様

パソコントラブル 無料相談



開催時間 13:00~16:00

※緊急トラブル対応時に休む場合あり。

第2・4土曜日 第2・4日曜日  
イオンモールかほく アル・プラザ津幡  
センターコート 2F 1Fフロア

FMかほく「パソコンなんでも相談」  
毎週月曜9:00~生放送

就職・転職や人材派遣など事務の仕事をしたい!

あなたの履歴書に実力証明!  
企業評価NO.1のマイクロソフト資格

就職・派遣で有利な資格に挑戦!

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



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>

当教室生徒様合格率

**95%**

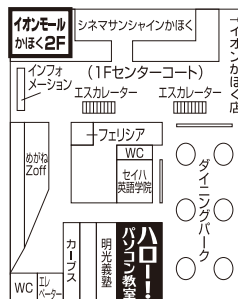
いつも勉強している教室が試験会場! 安心して受験できます!

MOS試験 毎月実施!

MOS試験日程	試験日	申込締切
イオンモールかほく校	5月11日(土)	5月1日(水)
アル・プラザ津幡校	5月26日(日)	5月17日(金)

**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

**イオンモールかほく校**  
☎076-289-1705  
受付時間 9:30~21:00 土・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 月・土・日曜 ~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

