

FMかほく

Community Radio



78.7 MHz
かほく市・津幡町 住宅街配布
内灘町 店頭配布
求人コーナー無料掲載



月刊かほくマガジン2014年5月号 Vol.112

創刊10年

平成26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 Tel.076-283-1139 Fax.076-283-1299 kahokumaga@gmail.com ©WAVENET 2003-2014
〒929-1177 石川県かほく市白尾ル88番地 一般第三種電気通信事業(届出番号D-14-267) 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。



薄着の季節到来!

ダイエット

健康・美容・グルメ
求人・住まい・暮らし



おつきあい開始、結婚続出!

第19回 FMかほく **婚活パーティ** 出会

5月25日(日) 今回の男性は42歳以下、女性の年齢はフリーです。

18:00(受付開始) 18:30～20:30(飲み食べ放題)

会場 やまじゅうコンベンションホール海宝

参加費 男性 6,000円
女性 1,000円

オリエンテーション(直前アドバイス等) 17:00(受付開始) 17:20～18:20 参加任意(無料)

※詳細はP10

スマホでクーポン!

画面提示でお手軽クーポン!

地域パーソナリティ 66PROGRAMS 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 / redio.kahoku.net:8000
HP http://fm.kahoku.net E-mail 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

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

※当選の発表はラジオ番組「サンセットクルージング」にてお知らせします。

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、工作中、家庭、買物・送迎中、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()		

☎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。

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。



能登カイロ整体院

津幡町加賀爪ル65-10 〒929-0325

☎9:00~21:00

☎不定休 ☎有り

http://notokairo.web.fc2.com

Map D-4

予約制



1回の施術で
ウエスト-3cm

ありがとう・ありがとう・ありがとう・ありがとう・ありがとう・ありがとう・ありがとう

たんぽぽ整体院



変化を感じなければ、全額お返し致します。

キャリア10年。当院では主に、ほくしと脱力
 ストレッチをしております。

ジュニアスポーツのボディケア、メンタルケ
 アも行ってまいります。お気軽にご相談下さい。

5月中にご来店の方、次回割引券プレゼント!

吉田 カズヒロ



完全予約制
 ☎(076)289-2546
 ☎(090)3299-2906
 津幡町津幡ハ95パピイ クラチ薬品
 〒929-0323



日頃溜まった
 つらい、コリ・痛みにも
 整体40分 ¥2,778 税別
 整体60分 ¥3,704 税別
 (足つぼセットでさらに満足!)

ありがとう・ありがとう・ありがとう・ありがとう・ありがとう・ありがとう・ありがとう

月刊 かほくマガジン

ダイエット・健康



ダイエット

これから薄着になっていくし、体型は気になるわよね

始めてみようかしら

かほくマガジン



健康

体が痛くて、つらかったけど、あ、気持ちいい楽になるわ

2015年春北陸新幹線金沢開業!



河北エリア観光
 プロモーション

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



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4周年!

初診5,000円のところ
 クーポン
 3,000円 税込
 26年5月未まで有効

来院済(再来の方)
 クーポン
 500円引
 26年5月未まで有効

カイロプラクティックでからだ楽々

首・肩のつらさを改善したい

つらい肩こり・頭痛・腰痛...単なるマッサージ
 でなならなかった...という方に人気!
 本格的に不調を解消!!

体の歪みをとりたい

【丁寧】&【優しく】骨格を調整し、体調を改善☆
 左右の足の長さ・肩の高さ等が違っていると『ゆがみ』
 の可能性大!

カイロプラクティック技師に興味のあるかたは、
 お気軽にご相談ください。

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 (MapE-1)

西整体

首の痛み ムチ打ち痛

肩の痛み

肘の痛み

ヘルニア

座骨神経痛

病院で手術を考える前に、
 1~2回で痛みが
 楽になると評判!

☎076-260-1087(金沢)
 ☎076-288-3824(津幡)

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 正面入口
- 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
- Aコープ 津幡店・かほく店
- アルビス内灘店

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。

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、または思い出の番組を
 記入して下さい。(5分以内)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
サンセットクルージング	サンセットクルージング	サンセットクルージング	サンセットクルージング	サンセットクルージング
かたりの窓	スポーツアスリート	経営法則	ねここと通信	natsuの色々
パソコン相談	かこうけんラジオ	近藤和也の雨にも負けず	おしゃれトーク	笑顔でヨガライフ
エコみらい河北	職人の話	よくわかる人の雇用の話	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
あなただに会えてよかった	フライダル×ライフ	ハッピーハーブ	こんにちは高橋けいけい	おいしいまち、まいいも
幸せ健康講座	グッジョブ内灘	元気でいこう!	Music Poke!	It's So-Music
誰れと知らないヒッピー映画	ビューティータム	アバウトスタディ	あなたと住みい	健康一番元気でハッピー
@フォーク	Californid Easy Speak	元気にTOMMYショー	防犯あれこれ	健康ラジオくん
ちよい悪オヤジ	ラジオブレイク	旅のうまい話	taste of funky	きららならいふ
Chocolate syrup	Thanks!! Radio!	高専's ライフ	燃える体づくり	内灘飲食青年部
ラブラブかほくがた	しあわせ一直線!	シャングリラへGO!	住まい大好き	美肌サロン
Cloud 9 music	店長の新鮮気分	トークスバイラル	明日を夢みて	いろいろ話
ジーンレトリオがくる	アントキの猪木	Night Flight (金)	大学生が防災ラジオ	シネマタイム

耳つぼダイエットで健康的に無理なく3ヶ月で-10kg



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

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。



津幡町横浜ほ29番地5 横浜ビル2F 〒929-0341
 図9:00~21:00 日曜・祝日 **完全予約制**
 http://mimitsubo-tsubata.com
0120-332-159

5月限定! カウンセリングの予約の方にプレゼントを差し上げます。
 耳つぼダイエットカウンセラー 耳つぼ白書 検索 検索
 1日資格取得講座実施中 資格取得料 ¥89,800
 FMかほく「耳つぼダイエット」 毎週水曜10:30~10:54放送

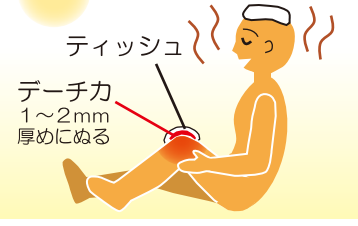


痛みの漢方 めるお灸

ぬるめの温泉に ゆっくり入った効果です。

痛みをやわらげるデーチカ療法

痛みをやわらげる方法としては
痛みをマヒさせる方法もありますが、
血行をよくしないと治らない痛みには
デーチカをおすすめします。



デーチカ 50g 1,200円+税

薬剤師 今村美貴子 肩こり・ひざ痛・腰痛など何なりとご相談ください。

相談できる薬屋さん!
今村薬局

かほく市宇野気子76 Map E-2
 図9:00~19:00 日曜・祝日 裏側に駐車場有。
076-283-0108

整体行きたいけど通いたくない

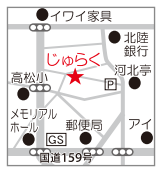
次回予約の強要は**一切**しません。

肩こり 腰痛 背中のはり
 電流流しても マッサージして 湿布貼っても
 良くならない も改善しない 変わらない

そんな方に... 整体コース (30~50分) **3,000円**

整体を超音波セラピーのお店
癒しサロンじゅらく

事前のお電話で21時まで営業可
076-281-0909
 かほく市高松ウ58-7 (Map G-1)
 図9:00~19:00 日曜



シヤル・ウィ・ダンス?
 《映画・演劇ライブ러리》

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
 1人500部、たくさん配布したい
 方は1,000部の配布をお願いします。
 全戸配布ではありません。

1部につき一軒家8円(4月~10月)、
冬期(12月、1月、2月)は、一軒家10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

10歳若くなりたい! 楽しみながらダイエット!

花の金曜20時! 美しく変身。
 基本を正しく身につけましょう。
 ジルバ、ジャイブ、サンバ、ルンバ、
 チャチャチャ、ワルツ、ウィンナ
 ワルツ、タンゴ、スロー。

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

簡単なジルバから
始めましょう!
初心者歓迎 金曜20時に直接
 お越しください。

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 滝シャルウィ
 ダンススタジオ
076-283-5738 (アトリエアヤ)

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!

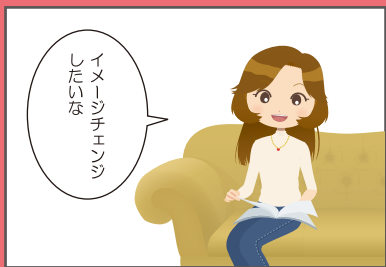
1,000坪の土地で
一緒に畑を
つくってみませんか!

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
興味のある方ご連絡ください。

【お問合せ】心の市場農場
090-6812-4561 江上まで

美容



2015年春北陸新幹線金沢開業!



河北エリア観光プロモーション

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

☎076-254-0770 **hair *ヘア**

最初から最後まで
1人のスタッフが担当
お悩みやご希望は
遠慮なくお伝えください。

hair *ヘア

レギュラーカット ¥4,200
カラー/パーマ ¥5,250
カラーコース/
パーマコース ¥10,500
(カット・トリートメント込み)

無農薬、無化学肥料でつくりあげた植物から生まれたオーガニックオイルを使用。
お好きなエッセンシャルオイルを使って、オールハンドで全身トリートメント
お好きな箇所1部分 30分 ¥2,625
全身 60分 ¥5,040 90分 ¥7,350

プールのツジュール **Map G-1**

かほく市学園4丁目35番地
図 9:00~19:00 予約優先
困 月曜、第1火曜、第3日曜
困 毎週火曜(アロマメニューのみ)

初めてのお客様
ヘアメニュー 20%OFF
26年5月未まで有効

初めてのお客様
アロマメニュー 20%OFF
26年5月未まで有効

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!

髪の毛 紫外線にまげない艶髪に!
UVトリートメント

ショート Short ¥1,500 (税別)
ロング Long ¥2,000 (税別)

髪がバサバサ! 色が抜けた! など、髪の傷みが
気になる方にぴったりのケアです。

毎日のスキンケア商品も、とりそろえております!

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
困 毎週月曜、第1火曜、第3日曜

☎076-258-7572

Mont Saint Michel
ヒーリングサロン モンサンミッシェル

かほくマガジンだけの
特別価格!!

クイックボディケア・
ストレッチ・ヘッド
どの組み合わせでもOK!
45分 2,900円 (税込)

※クーポンをご持参または
「かほくマガジンを見た」とお伝えください。
※お1人様1回限りのご利用
※他割引併用不可
26年5月未まで有効

モンサンミッシェル イオン金沢店
金沢市福久2-58 イオン金沢3F 〒920-3126
図 平日、日曜/10:00~20:00 困 不定休
土曜日/10:00~21:00 (イオン金沢に準ずる)
http://www.montsaintmichel.jp

☎076-288-3391

美容室 **Sara Hair**
サラヘア

女性スタッフ
ONLYの
あったか癒し系
人気サロン。

親切丁寧なカウンセリングで
髪の悩み解消します。

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

サラヘア
津幡町庄ホ46-1 〒929-0327
図 9:00~19:00 困 月曜日、第1火曜日、第3日曜日
スタッフ募集中!(パート可) お気軽にご連絡ください。

デジタルカール
9,770円
◎◎込 長さ一律
※他券併用不可
26年5月未まで有効

持続性抜群のデジタルカール。朝のお手入れが超簡単です!

縮毛矯正 9,800円 ◎◎込 長さ一律
※他券併用不可 26年5月未まで有効

パーマ 500円OFF
(デジタルカールは除く)
※他券併用不可
26年5月未まで有効

カラー+カット 500円OFF
※他券併用不可
26年5月未まで有効

HAIR STUDIO
SUGIMURA

Riju care (リジュケア)
ヘッドセラピー 3,000円(税別)

ヘッドセラピーをされた方に
好評につき
体質改善耳つぼ サービス 延長!

※「体質改善耳つぼ」のみは1,500円(税別)
※詳しくはスタッフまで 5月31日(土)まで!

ヘアースタジオ 杉村 **スタッフ募集中!**
かほく市大崎4 ☎076-283-7374
図 9:00~19:00 ナイターDAY 水・金曜 13:00~22:00
困 毎週月曜、第1火曜、第3日曜 **Map D-2**

☎076-283-7715

nene's hair
Create Beauty

イオンモールかほく向かい
スタッフは女性ONLY!! リーズナブルで安心・爽やか・オシャレなヘアサロン!

スタイリングパーマ ◎◎◎込
7,340円(S)~
(M+540円、L+1,080円)

デジタルカール ◎◎◎込
9,770円 (長さ一律♪)

ファッションカラー ◎◎◎◎込
6,690円(S)~
(M=540円、L+1,080円、LL+1,620円)

グレーカラー ◎◎◎◎込
5,990円(S)~
(M=540円、L+1,080円、LL+1,620円)

26年5月未まで ※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 図 9:00~19:00
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。

大好評! 酸性縮毛矯正
8,740円!

◎◎込 ■土日祝は+540円
(長さ一律♪) ■他券併用不可 ■5月未まで

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!

スタッフ募集中!(パート可)
お気軽にご連絡ください。

美容室 **Rey**

大人気!! レイの凄腕スタイリストの技術とは!!

カットのセンスはもちろん、髪質を見極め、栄養補給し、
カウンセリングでキレイが叶うスタイルに!!



New ツツヤ縮毛矯正 99 ¥17,000
栄養をしっかりと入れ込んだ他にはないツツヤは絶対オススメ!!

うるおいパーマ 99 ¥9,000
スーパーヒアルロン酸がしっかり入ります。

プレミアム縮毛矯正 99 ¥18,000
高純度の内部補修剤が入ります。

メニュー	ツツヤ縮毛矯正	¥17,000
	うるおいパーマ	¥9,000
	プレミアム縮毛矯正	¥18,000
	ツツヤ縮毛矯正	¥17,000
	うるおいパーマ	¥9,000
	プレミアム縮毛矯正	¥18,000



早めのご予約お待ちしております。

*すべてのメニューロング料金なし。
*料金はすべて税込価格です。

サラサラ縮毛矯正 99 ¥16,000
サラツとした手触りが最高です。

デジタルパーマ 99 ¥12,600
週主堂デジタルパーマはくるみでカールがキューン。

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

New モロッカカラー + ¥1,300
モロッカオイルも同時に入れるのでよりツツヤめく製に。

サラサラカラー + ¥1,000
内部よりしっかり染め、サラサラ・ツツツツで美しい髪をよみがえらせてあげたい方に。

ハーブカラー + ¥1,500
天然ハーブをいれ、髪に優しく染めながら手触りも。

カラーゲンカラー + ¥2,000
カラーゲンたっぷり入った上質感あふれるカラー。



津幡町庄1-28 〒929-0327
 ① カット 9:30~17:30
 ② カラー 9:30~17:00
 ③ 矯正・パーマ 9:30~16:00
 ④ 毎週日曜、第1・3月曜日、祝日
TEL.076-288-7217

カット+カラー
通常料金 ¥8,850
¥6,800
土曜日 ¥7,800
ロング料金なし S B 込み
有効期限 2014.6月末まで

カット+デジタルパーマ
通常料金 ¥12,600
¥9,000
土曜日 ¥9,500
ロング料金なし S B 込み
有効期限 2014.6月末まで

カット+縮毛矯正
通常料金 ¥15,750
¥9,000
土曜日 ¥10,000
ロング料金なし S B 込み
有効期限 2014.6月末まで

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 S B 込み
有効期限 2014.6月末まで

カット+リタッチカラー (根元3cm)
通常料金 ¥9,000
¥5,500
土曜日 ¥5,800
ロング料金なし S B 込み
有効期限 2014.6月末まで

丁寧なカウンセリングで
お客様の「キレイ」が実現
月曜日営業しています。
(第2・4・5月曜日)

経営は実践の科学と言われます。数値化されることで、意思決定がしやすく、計画も立てやすくなります。また、数値化は仮説・検証がしやすいようになるため、より精度の高い意思決定ができるようになる利点もあります。

その点、抽象的表現に、具体的基準を与えてくれるのがランチェスター法則です。例えば、「強い会社」の基準は、対象範囲の中で市場占有率1位、26%以上、2位に1.7倍の差をつけている状態を言います。また、競争に勝つには、同業者以上の物的投入を増やすことが必要ですが、どの程度多くすれば良いかわかりません。法則による数学的解は、短期決戦では相手の3倍、期間が3年の場合は1.7倍、5年以上の場合1.3倍で「必勝」になると求められています。

ランチェスター的 経営雑誌 的
スモールシンキングの進め方
「賞問相談先」
ランチェスター マネジメント金沢 小嶋隆史
☎076-255-1153

(第十七回) 具体的基準と数値化
経営は大小さまざまな局面での意思決定の連続です。決定したことをどれくらい実践できるかが大切ポイントともいえるでしょう。ところが、現実には、思っただけで実践できていないことが意外にも多いようです。

例えば、「強い会社を作ろう」と決意したとしても、しかし、この段階では、何をどうしたら良いか全く分からないので実践しようがありません。

そこで、「強い商品」とか、「強い地域」を作ろうと、少し具体的な目標を考えます。ところが、この段階でも、実践に移れそうな気がするものの、未だ絵に描いた餅のままです。なぜなら、「強い」とはどの程度なのか、まだハッキリしていないからです。

これは、目的の地まで何キロあるのかも分らずに歩きだすのに似ています。組織による長期戦で、思いや決意を実現させるには、具体的基準を示さなければなりません。でなければ、途中で挫折してしまいうでしょう。

クーポン情報
平成26年5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 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 ほぼく市高松A7-2 圏10時~22時

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 オートボックスかほく店 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 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

カジマート みなみ店
営業時間 / AM9:30 ~ PM10:00
クーポン
キャピタル オリジナルブレンドコーヒー400g 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
26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
各産地(店頭表示) りんご・柑橘類 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
26年5月1日~31日まで有効
☎076-288-3600 津幡町太田は101-1

求人

近くで仕事を
探してあげて
なかなかな
見つからないな...

かほくマガジンなら
近くの求人載って
探しやすくて良いわ

2015年春北陸新幹線金沢開業!



河北エリア観光
プロモーション

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&リラックス KiRaKu スタッフ募集!

平成23年~25年卒業の方 時給/850~950円
理美容以外の仕事もありますので、
免許の有無は気にしません。 ☆経験不問、フルタイム、
無期契約

一度、子育てのために退職したが、時給/850~1,100円
パートで働いていただける方 ☆要理美容師免許
勤務時間/9:00~20:00の中の数時間 曜日、時間は要相談

内灘町鶴ヶ丘3-157-16 〒920-0271
内灘町役場 医療大
マクドナルド 内灘町役場
KiRaKu かほく
内灘町鶴ヶ丘3-157-16 〒920-0271
☎9:00~20:00
休 月曜日、第1・3火曜日
http://kiraku01.com

詳細はお気軽にお問合せください。
☎076-286-2128
担当/田畑

さんまる アルバイト募集!

職 フロア・厨房補助
給 850円~(研修期間820円~)
時 17時~24時(シフト制)

明るく元気で
やる気のある方
お待ちしております!

かほく市白尾二10-18 ☎076-255-3130

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 12:30~13:30
例会場 かほく市七塚生涯学習センター
ふれあい館(かほく市遠塚区57番地6)

経営者達が集う 河北ロータリークラブ
☎076-285-2611

若手経営者、
女性経営者の方
お待ちしております。

どんたくかほく店 スタッフ募集

①レジ担当 ②フロア部門

勤務時間/①10時~19時、17時~21時 ②8時~17時
時給/750円~、17時以降850円~★日曜時給割増し
休日/月8回★経験者、土日祝日勤務可能な方歓迎
☎076-285-2712 かほく市木津ハ5-1

美容師&ネイリスト募集

業界全国誌で人財育成
優良企業として、2ヶ月
連続取材された北陸を
代表する実力店。

チャンスを活かして、新しい自分を見つけよう★

スタイリストデビューは、貴方のやる気しだい決まります!
ノルマなどはありません! 大型店特有の流れ作業的な仕事はありません。

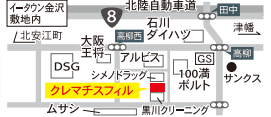
- 1 美容師アシスタント 社員 ¥16万 (3ヶ月研修期間中は¥14万) パート 時給¥750~
- 2 美容師スタイリスト 社員 基本+歩合 過去事例 45万 パート 時給¥800~
- 3 ネイリスト パート 時給¥800~ 週3日以上勤務出来る方優遇 ※1級資格者歓迎

①②休み...定休日+不定休 離職率が金沢で1番低いサロン 無理な予約の詰め方をしないサロン
夏冬休みあり(過去事例7連休) 確実に指名客を伸ばしていく育成型サロン アシスタントでも歩合のつくサロン
※社会保険完備 美容業界では数少ない全社員が社会保険に加入しているサロン

お客様の笑顔の為に一緒に学び、活躍して頂ける方、ご応募お待ちしております!

クレマチス フィル
金沢市高柳町一字51-1
076-253-0227
http://hairsalon-clematis.jp

いつでも
見学OK



求人コーナー

職種 勤務時間 その他
勤務場所 休日 問合せ先
給与

ミヤノDGスタジオ

職 接客・販売
場 津幡町津幡ハ96-1
給 時給800円~830円
時 9時~16時(応相談)
休 週4日~5日
☎076-289-4181

刺身と創作料理の店わかな

職 ホールスタッフ・調理補助
場 かほく市白尾467
給 時750円~(能力給)
時 18~22時 22時~2時
休 月曜日 応相談
他 明るく、やる気のある方
☎076-283-4290

株)電陽社SUBWAY

職 サンドイッチの製造販売
場 かほく市内日角4-84
給 850円(研修期間あり)
時 9時~22時30分
休 シフト制による
他 土日祝は、時給50円UP
☎076-289-1527

さんまる

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

r.momu

職 リラクゼーション全般
場 祥楽の湯津幡店内
給 完全歩合
時 11~24時間で相談
休 週一出勤~希望可
他 要経験、真面目で明るい方
☎090-1395-2276

ヘア&リラックスKiRaKu

職 美容師(パート)
場 内灘町鶴ヶ丘3-157-16
給 時給850円~1,100円
時 9:00~20:00の中の数時間
休 応相談
他 要理美容師免許
☎076-286-2128

クレマチス フィル

職 美容師スタイリスト
場 金沢市高柳一字51-1
給 基本+歩合(パート800円~)
時 9:30~20:00
休 定休日+不定休
他 社会保険完備
☎076-253-0227

美容室サラヘア

職 美容師
場 津幡町ホ46-1
給 14万~30万(850円~1,000円)
時 9:00~19:00
休 月曜、第1火曜、第3日曜
他 スタイリストさん募集中です。(パート可)
☎076-288-3391

美容室ナエースヘア

職 美容師
場 かほく市内日角4-84
給 14万~30万(850円~1,000円)
時 9:00~19:00
休 月曜、第1火曜、第3日曜
他 スタイリストさん募集中です。(パート可)
☎076-283-7715

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時の間で相談
休 定休日以外相談
他 福祉施設等出張カット
☎076-283-7374

NOTOSUKOYAKAグループ

職 リラクゼーションエステ
場 各グループ内七尾和倉中島
給 完全歩合制業界最高
時 15:00~24:00内
休 希望日申告制週1休み
他 かほく市での店舗展開予定
☎090-2831-4880

求人内容はパソコン・スマホからでもご覧いただけます。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

グルメ



2015年春北陸新幹線金沢開業!



河北エリア観光
プロモーション

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

☎ 076-289-1527

野菜のサブウェイ



イオンモール
かほく店



期間限定ドリンク

- いちご&ミルク
- フローズンマンゴー&オレンジジュース
- フローズンパイン&オレンジジュース

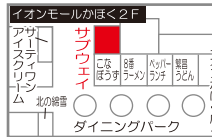


540円以上お買い上げの方
100円引き

※イオンモールかほく店でのご利用可。
※サブセットは対象外です。
※他のクーポンとの併用はできません。
26年5月末まで有効

スタッフ募集!

1日3時間から週2日からでもOK
学歴、年齢不問、未経験の方大歓迎
みんな仲良く、明るい職場です。
一緒に楽しみませんか?
担当カワイまで



サブウェイ イオンモールかほく店

かほく市内日角タ25
☎10:00～22:00
(ラストオーダー21:30)

Map D-2

**各種ご宴会
ご予約承り中**

わかな

飲食代 **10%OFF**
※飲み放題は除く
26年5月末まで有効

かほく市白尾又67
(白尾インター入口)
☎076-283-4290
17:30～翌2:00
20名様まで宴会OK

かほく市・津幡町・内灘町・宝達志水町・金沢市利屋・栗崎へ
1,500円以上から宅配

魚舟 宅配寿司

☎10:30～20:30 (L.O 19:45) **クーポン** **全品10%OFF**
26年5月末まで有効

☎076-283-7787

レストラン

Chez Minouka

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 かほく市白尾タ19-6

キッズドリンク

らっくぽ

宴会プラン

男性...4,500円
女性...3,800円

**女子会に!
チーズオムレツ**

☎076-283-5906 ☎090-2093-5906

不連続マンガシリーズ

はるかさんの やりがい! お仕事さがし

ハロー!
パソコン教室編

4

働きながら
パソコン資格
取得も可能です。

帰りに買い物も
すませるわ

40代~の女性が多く活躍している職場です。
若い方も長く働けます。一緒に働きませんか!

安心! スタッフ養成講座(無料)

パソコンスキルに自信のない方もご安心ください。ハロー!の研修カリキュラムがあなたを応援します。一定の研修によりパソコンアシスタントスタッフとして勤務が可能です。

きつとなれます! パソコンインストラクター

お問合せ

(社)社会人教育研究所 ハロー! パソコン教室
イオンモールかほく校、アル・プラザ津幡校 係
詳細はお問合せください。

☎076-283-2299

3

パソコンに
自信がない方でも
大丈夫!

初心者の方や年配の方と
楽しく会話できる方ならOK

先生、ありがとう
なんとかわかったわ。

うれしい!!

パソコンの技術よりも
おしゃべりが好き

1

近くで
人に喜ばれる
仕事をして
みたい。

はるか 43歳
子育てもようやく終わり、時間に
余裕ができた。
近くでやりがいのある仕事に就きたい。

2

でもパソコンは
自信ないし...

パソコン教室の
アシスタントか

**ハロー!
パソコン教室**

**パソコン
アシスタント
募集!**

5月の休日当番医 (4月25日調べ)

変更の場合もあります。受診される場合は直接医療機関へご確認ください。

3日 (土・祝)	かねだ医院 かほく市高松2-6 ☎076-281-1164	おおたクリニック 津幡町太田は112-3 ☎076-288-6000
4日 (日・祝)	たなべ眼科医院 津幡町北中条8-57-1 ☎076-289-6340	宇野気医院 かほく市宇野気33-16 ☎076-283-0103
5日 (月・祝)	紺谷医院 かほく市木津12-1 ☎076-285-0020	石倉クリニック 津幡町北中条6丁目73番地 ☎076-289-7767
6日 (火)	たにく整形外科クリニック 津幡町太田は110-1 ☎076-289-0011	なかお医院 かほく市七蓬117-6 ☎076-283-6655
11日 (日)	保志場医院 かほく市高松ノ90甲2 ☎076-281-0069	望月眼科医院 内灘町旭ヶ丘142 ☎076-239-1515
18日 (日)	山崎耳鼻咽喉科クリニック かほく市白尾イ44-2 ☎076-283-7070	さかきばら内科医院 津幡町庄ト1-15 ☎076-288-7770
25日 (日)	秋山クリニック 内灘町ハマナス1-8-1 ☎076-286-8843	沖野クリニック かほく市高松ノ1-9 ☎076-281-0500

津幡町・かほく市で緊急割込放送



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)・ビスケツト・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、各市町からの災害情報をお知らせします。 **FMかほく 78.7MHz ☎076-283-6660**

緊急ダイヤル (24時間)

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

内灘町指定避難所・避難場所

- 室公民館
- 室児童公園
- 勤労青少年ホーム・西荒屋児童公園
- 西荒屋小学校
- 宮坂公民館
- 内灘勤労者体育センター
- 内灘総合公園・屋内温水プール管理棟
- サイクリングターミナル
- 福祉センター(憩)
- 大学公民館・大学第2児童公園
- ハマナス恐竜公園
- 内灘町民ホール
- 内灘中央公民館
- 大根布児童公園
- 内灘町文化会館・大清水公園
- 大根布小学校
- 鶴ヶ丘第3児童公園
- 鶴ヶ丘北公民館
- 内灘総合グラウンド
- 内灘中学校
- 鶴ヶ丘中央公園
- 鶴ヶ丘小学校
- 鶴ヶ丘東公民館・鶴ヶ丘東公園
- 鶴ヶ丘西公民館・鶴ヶ丘第2児童公園
- 千鳥台第3公園
- 鶴ヶ丘第1児童公園
- 清湖小学校
- 向栗崎東集会場
- 内灘高等学校
- 働く婦人の家・向陽台公園
- 向栗崎小学校
- アカシア公民館
- 千鳥台公民館
- 千鳥台公園
- 緑台公園
- 緑台公民館
- 向栗崎都市緑地
- 少年の家
- 向栗崎体育館・向栗崎運動公園
- 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市域にわたる場合は小学校のみ避難所を開設。

- 津幡小学校
- ふれあい広場
- 中央公園
- しらとり児童公園
- つばた幼稚園
- 住吉保育園
- 住吉公園
- サンライフ津幡
- 実生保育園
- 津幡公民館
- 津幡高等学校
- 津幡中学校
- 太白台小学校
- 太白台保育園
- 笠井会館
- 津幡南中学校
- 文化会館シグナス
- 中条小学校
- 中条東保育園
- 中条公民館
- 石川工業高等専門学校
- 中条南小学校
- 中条南保育園
- 中条公園
- 井上小学校
- 井上保育園
- 井上コミュニティプラザ
- 笠野小学校
- 笠野保育園
- 英田小学校
- 英田コミュニティプラザ
- 種保育園
- 河合谷小学校
- 河合谷ふれあいセンター
- 寺尾保育園
- 刈安コミュニティプラザ
- 竹橋保育園
- 中条東小学校
- 萩野台小学校
- 萩野台コミュニティプラザ
- 倶利伽羅 源平の郷
- 竹橋口芝生広場

かほく市指定避難場所

- 高松小学校(校舎・体育館・運動場)
- 高松中学校(校舎・体育館・運動場)
- 高松産業文化センター
- アークロウ高松
- 高松陸上競技場
- 高松野球場
- 大海小学校(校舎・運動場)
- 石川県立看護大学(体育館・運動場)
- 高松グラウンド・ゴルフ場
- 河北中学校(校舎・体育館・運動場)
- 七塚小学校運動場
- 木津公園
- 七塚生涯学習センター
- 七塚健康福祉センター
- 七塚中央公園
- 七塚武道館
- 外日角小学校運動場
- 七塚体育センター
- 白尾しらゆり公園
- 指江コミュニティセンター
- うのけ総合公園陸上競技場
- 宇ノ気野球場
- 宇ノ気スポーツセンター
- 七塚体育館
- 宇ノ気小学校(校舎・体育館・運動場)
- 宇ノ気中学校(校舎・体育館・運動場)
- 宇ノ気図書館
- 大崎区民会館
- 宇ノ気南部体育館
- 潮見公園
- よこやま研修館
- 金津小学校(校舎・運動場)
- 金津体育館
- 谷公園
- 藤が丘公園



2015年3月 北陸新幹線が開業!
FMかほく金沢河北!
観光プロモーション

木曾義仲と北陸新幹線コラム(1)
源氏と平家 治承・寿永の乱

さかのぼること800年あまり、世は平安時代。平氏は桓武天皇、源氏は清和天皇を先祖とし、朝廷のもとで勢力を争う宿命のライバル。平家物語「平氏にあらずれば人にあらず」と権勢を誇った平清盛を中心とした平氏勢力に対し、貴族・寺社・武士などが反発。後白河法皇の皇子以仁王が平氏討伐を命じると、各地で反乱が勃発。平氏側は北陸の反乱勢力を討つため、平維盛・平通盛率いる大軍を派遣することとなりました。



一方、関東の源氏は、源頼朝の父・義朝が、勢力拡大をする異母弟の義賢(義仲の父)を討ち取るなど激しい勢力争い。後に義仲となる2歳の駒王丸は、武蔵国から信濃国木曾に逃れてきました。そして26歳となった若武者・義仲は、以仁王の呼びかけに応じ、信濃木曾で挙兵、北陸から上洛を目指すことに。源頼朝のいる鎌倉方面を避け、埼玉県地域で生まれたといわれている木曾義仲が、長野から北陸方面の戦に向かった上洛コースは、まさに、北陸新幹線ルートと重なります。

NHK大河ドラマ誘致活動 かほく市、内灘町の参加は?

長野県と富山県からスタートした「義仲・巴」広域連携推進会議は、埼玉県、石川県にも広がり、県内では、津幡町、金沢市、小松市、加賀市、白山市、能美市、野々市町が参加しています。次回のコラムで紹介しますが、かほく市、内灘町も源平盛衰記に平家軍が通った地名として登場するゆかりの地です。北陸新幹線開業の経済効果を高めるうえで、大河ドラマ誘致は、意義深い活動でありますので、かほく市、内灘町の住民としても参加していきたいものです。

<次回> 倶利伽羅合戦 **お問合せ FMかほく ☎076-283-6660**



新企画 月刊かほくマガジン創業支援プロジェクト



新たにお店・事業を始められた方を応援!
創業・開店3ヶ月以内のお店、企業
1回 1枠サイズ無料掲載
2枠サイズ以上の場合7,000円(税別)引き
※1枠サイズ(58×63mm)無料掲載は1企業1回のみです。
※ご掲載は住宅街配番号になります。(1・2・4・5・7・8・10・12月号)
受付フォームで写真、文章をお送りください。

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

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 サラハアー
ブルトウジュール
アンジュシュ
モンサンミッシェル
エステルーム一花
エミースタジオ金沢店
Tiara
- 【グルメ】**
河北亭
刺身と創作料理の店 わかな
鮎舟 かほく店
SUBWAY
- 【健康】**
なごみ整体院

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 倶利伽羅源平の郷
Aコープ津幡店
アル・プラザ津幡店
ハロー!パソコン教室)
プラント3津幡店
カジマート南店
カジマート太田店
どんたく津幡シグナス通り店 | 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
コマヤ薬局 かほく店
ショッピングプラザト
マト
デイリーストア河北高松店
民宿やまじゅう
メイトンかほく |
| 内灘町
内灘町役場
アルビス内灘店
コンフォーム内灘 | 金沢市
イオン金沢店(北側入口) |

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!



暮らし



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

お宮参り・百日・誕生記念



5・6月限定 撮影料 ¥3,000
特別価格 (税込 ¥3,240)
+ 御写真代

パートさん募集しております。
詳しくは担当ミヤノまで。



その場で
「見て・選べる」システム



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>
☎ 076-289-4181

和食の味 八講屋

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>
26年5月末まで有効

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

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、河北都市広域組合HPにて!



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

女性会貸衣裳室

入学式・卒業式衣裳
成人式・ブライダル
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 閉店曜・祝日 Map E-1

松野佛壇店

仏壇・仏具・神棚
神具・掛軸販売
小物1つでも配達します。修理・修繕、佛壇洗いまで。
☎076-283-0643 かほく市宇野気ト二112



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>

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!

安心の月会費制 2,000円~
(税抜き)
新規ご来店の方にプレゼント
プライバシー完全厳守

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

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

第19回 FMかほく

婚活パーティ

おつきあい、結婚続出!



5月25日(日)

定員男女各30名

申込先着順で定員に達し次第、締め切らせていただきます。

申込定員間近!!
お早めにお申込ください。



婚活パーティ(飲み食べ放題)
18:00(受付開始) 18:30~20:30

参加費/男性 6,000円 女性 1,000円

参加資格/男性 42歳以下 女性 年齢フリー
結婚をまじめに考えている方
(初婚・再婚は問いません。)

会場/やまじゅうコンベンションホール海宝

オリエンテーション開催(無料です)
※オリエンテーションの参加は任意です。
カップル成立率アップ! 参加をおすすめします。FMかほく
ときめき婚活定食
坂田裕香

17:00(受付開始) 17:20~18:20
・婚活カウンセラー「パーティ直前アドバイス」(個人別)
・10分でできる! 「シルバダンス講習」わいわい、楽しく!

宇野気駅からやまじゅうまでバス送迎有。
希望者は、メール・電話で、お申込ください。
行き: JR七尾線宇野気駅東口(正面口)17時バス出発
帰り: やまじゅう20時50分バス出発
宿泊/1名様 5,000円 ※宿泊予約はやまじゅうまで。

ホームページでは、婚活参加者の年齢や住まいの統計などこれまでの実績をご覧いただけます。

詳細・お申込は、「FMかほく」
ホームページをご覧ください。

<http://fm.kahoku.net>

FMかほく やまじゅう婚活係
お電話でのお申込 ☎076-283-6660 ☎076-283-3455

社交ダンスドレスのオーダーメイド

アトリエアヤ Atelier Aya



採寸・仮縫い・仕上まで、貴方に合わせてお作りいたします。
フィットしたドレスで踊りやすさと美しさをコーディネートします。



創業25周年 北陸地区No.1のドレス製作実績
ドレスのリフォーム承ります。(他社制作ドレスでもOKです。)

社交ダンスドレスのオーダーメイド アトリエアヤ

技術提携/アトリエひろこ ベーシック(東京都)
映画「Shall we ダンス?」衣装担当

■ご来店の際は事前にご予約ください。

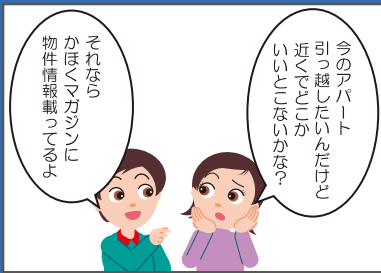
Tel.076-283-5738

〒929-1177 石川県かほく市白尾ル 88 番地 Fax.076-283-1299



・金沢駅から車で30分
・北陸自動車道森本インターから車で20分

住まい



2015年春北陸新幹線金沢開業!



河北エリア観光プロモーション

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

STARTLINEキャンペーン

運命のお部屋探しを手伝い!

期間中のご来店ご成約でLINEキャラコラボグッズプレゼント! 6月30日(月)まで

レザン コート 1F 1LDK 4.8万円 かほく市学園台 敷なし 共 2,000円 駐なし 駐 3,240円 町内会費 / 1,000円 ■交通 / 七尾線高松駅 徒歩20分 ■築年 / 2013年3月 ■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、洗髪洗面台、カウンターキッチン、他	コンフォート ヴィラTI 1F 1LDK 4.5万円 かほく市高松 敷なし 共 2,500円 礼なし 駐 2,160円 町内会費 / 500円 ■交通 / 七尾線高松駅 徒歩19分 ■築年 / 2012年3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、他	サンダーソニア 1F 1LDK 4.3万円 かほく市横山 敷なし 共 3,000円 礼なし 駐 4,320円 町内会費 / 1,000円 ■交通 / 七尾線横山駅 徒歩4分 ■築年 / 2014年4月 4月下旬入居可 ■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、カウンターキッチン、クローゼット、メモリーキー、CATV、浄水器、洗面化粧台、給湯、シャワー、他
アレーナII 2F 2DK 5.3万円 かほく市白尾 敷なし 礼なし 共 2,000円 駐 3,240円 町内会費 / 500円 ■交通 / 七尾線宇野気駅 徒歩15分 ■築年 / 2006年3月 4月下旬入居可 ■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、バルコニー、クローゼット、メモリーキー、フローリング、他	プリムローズJOYIII 2F 2DK 5.0万円 かほく市浜北 敷 2ヶ月 礼なし 共 2,000円 駐 5,400円 町内会費 / 800円 ■交通 / 七尾線宇野気駅 徒歩20分 ■築年 / 2006年5月 即入居可 ■設備 / TVドアホン、追焚機能、温水洗浄便座、パストイレ別、室内洗濯機置場、BSアンテナ、エアコン、バルコニー、メモリーキー、浄水器、給湯、シャワー、台所、浴室	コンフォート ヴィラTI 2F 2LDK 5.4万円 かほく市高松 敷なし 共 2,500円 礼なし 駐 2,160円 町内会費 / 500円 ■交通 / 七尾線高松駅 徒歩19分 ■築年 / 2012年3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、駐輪所、浄水器、洗面化粧台、給湯、シャワー、他

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

お部屋さがしは **大東建託 アル・プラザ津幡店**

いい部屋ネット

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!

全国賃貸建物管理戸数83万戸

全国賃貸建物管理戸数83万戸。 国土交通大臣免許(8)第3293号 東証1部上場

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

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

津幡バイパス・のと里山海道アクセス良!

賃貸 店舗・事務所

かほく市内日角
月額 162,000円

☆会談室・応接室有り

■ 509.1㎡ (154坪) 敷 450,000円 礼 162,000円

■ 七尾線宇野気駅 バス10分 ■ 駐車10台 取 仲介

■ 給湯、プロパンガス、エアコン、トイレ2箇所、融雪装置

■ 宇ノ気小学校、宇ノ気中学校 ☆イオンモールかほくより150m

のど里山海道 白尾IC

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

Taiyo 太陽自動車学校

学割キャンペーン中!!

各種教習プラン有

※短期コースを希望される方は早めにお申込ください。

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

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!

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

ハロー! パソコン安心サポート

Windows XP サポート終了で買い替えた方
新しいパソコンの設定お任せください!

シニアの方、初心者の方も安心。

パソコンが動かない。
インターネットが見れない。
設定の仕方がわからない。

そんなときはご連絡ください

1回訪問 (税別) 15,000円

ネット設定、無線LAN設定、メール設定、プリンタ設定込み

年間サポートがお得です!!

1年間: 10,000円 (税別) ネット設定、無線LAN設定、メール設定込み

2年目以降: 5,000円 (税別) ※前年にサポート対応がない場合
プリンタ設定込み: 18,500円 (税別) ※他、別途事前見積。

申込受付

ハロー! パソコン教室

イオンモールかほく校 ☎ 076-289-1705
アル・プラザ津幡校 ☎ 076-288-6686
ホームページ <http://hel10.kahoku.net>

ダイオーテクノ 金丸弘人 ☎ 076-285-0553

ハロー! パソコン教室の生徒様以外の方もご利用いただけます。

初心者の方が安心できる

近くて
便利な

お買い物のついでに、楽しく学び、資格取得も!

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

パソコンが苦手なあなた

始めるなら、**今トク!** キャンペーン

iPad(アイパッド)タブレット講座!

通常3,240円

入会金 0円

※キャンペーンの詳細は、教室までお問合せください。

先着30名様
5/31(土)まで



シニア
熟年世代のお仲間と一緒に
パソコンを楽しもう♪

グループレッスン

お子様やペット、趣味の
写真でミニアルバムを
作りました。



イオンモールかほく校

アル・プラザ津幡校

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 **1,296円** 未満
わずか (60分)

●入会金3,240円 ●月会費2,160円~1,290円 ●テキスト代

就職・派遣で有利な資格に挑戦!

合格者ぞくぞく!

MOS試験 毎月実施

※教室生徒様以外の方も受験可

イオンモールかほく校

合格体験記公開!

<http://hello.kahoku.net>

イオンモールかほく校

申込締切 6/7(土)

試験日 6/14(土)

アル・プラザ津幡校

申込締切 5/18(日)

試験日 5/25(日)

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
金・土・日 ~17:00
かほく市内日角25番
イオンモールかほく 2F

イオンモール シネマサンシャインかほく
かほく2F
インフォメーション (1Fセンターコート)
エスカレーター エスカレーター
WC
フェリシア WC
セイバ 英語学院
ダイラック パート
カフス 明光産業
WC エレベーター

アル・プラザ津幡校
☎076-288-6686
受付時間 9:30~21:00
月・火・金・土・日 ~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

文化教室 トイレ
アミューズメント 婦人服
おもちや 婦人用品
吹抜け エスカレーター
ザ・サイン 婦人服
赤ちゃんアートの水谷 エレベーター
リフォームフデック
ハロー! パソコン教室
紳士服 紳士靴
アル・プラザ津幡 2F

人と人との出会い、絆をつなぐ総合メディア作戦!

FMかほく

地域みんなのおしゃべり
災害対策にもお役立ち

かほく.net

YouTube映像・スマホクーポン
アクセスして得しちゃおう

かほくマガジン

お手軽で見やすい
地元唯一のフリーペーパー

あなたの望みを
かなえたい!

かほくマガジン
FMかほく
かほく.net
婚活パーティ
観光プロモーション

お客様
求職者
独身男性
首都圏の観光客

お店・広告主
求人企業
独身女性
観光施設



- ホームページ制作
- リスティング広告支援
- 「A4」1枚アンケート

売上がアップする
販促のアイデア、
ツールを提供します。

スマホ対応クーポンとかほく.netTV

月刊かほくマガジン 広告掲載募集

毎月前月末発行



かほく市・津幡町・内灘町・羽咋郡市の大東建託アパートに全戸配布!

6月号 3万部発行
全戸配布
美容特集



かほく市・津幡町全戸に配布、
内灘町では店頭配布

申込締切
5月10日

7月号 1万部発行
住宅街配布
塾・習い事特集



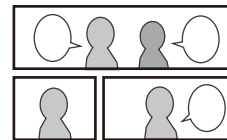
かほく市・津幡町・内灘町 順次拡大
ショッピングセンターなどの店頭配布

申込締切
6月10日

人材募集にも効果が出ています!

求人マンガ広告

掲載料 + 制作費10,800円 2回掲載で制作費無料。



求人の就業条件などを
並べるだけでなく、
仕事の内容、やりがいを
分かりやすくアピール
します。

掲載スポンサーにはホームページにて詳細な求人
内容を常時掲載します。



スマホをみせて

お得クーポン

♥クーポン@かほくマガジン

無料のクーポンメールで効果的な販促促進

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。広告に掲載されたクーポンは、スマートフォン
などでも、そのまま無料で利用いただけます。

クーポン掲載店はFMかほくで店名をラジオ放送

YouTube かほく.net TV

お店の様子、商品を映像で分かりやすく紹介します。
YouTube映像(3分程度)制作(撮影・編集)

効果的な
広告掲載について
考えましょう。

- 1 消費者の視点で、季節や時節にあわせて、商品・サービスの魅力を考えましょう。
- 2 消費者にマンネリ感を与えないよう新鮮情報をいつもアピールしましょう。
- 3 お客様のリアクションをアンケート等で分析し、店舗運営、広告に活かしましょう。

お問合せ

詳細な広告媒体資料 アクセス ▶ <http://kahoku.net>

かほくマガジンのウェブネット Tel.076-283-1139

〒929-1177 石川県かほく市白尾ル88番地
Fax:076-283-1299 kahokumaga@gmail.com

	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				
7	00 美肌サロン (再)	Chocolate syrup (再)	Thanks!! Radio♪ (再)	高専's ライフ (再)	燃える体づくり (再)
30	おいしいまち、楽しいむら (再)	あなたに会えてよかった (再)	プライダル×ライフ (再)	ハッピーハーブ (再)	こんにちは高橋しげのりです (再)
8	00 かたりの窓	がんばれ! スポーツアスリート	小さな会社の経営法則	ねここと通信	natsuの色々
民話	塩谷治美 (かほく)	スポーツ	企業経営	ネット	音楽
30	☆きらならい☆ (再)	英ちゃんの@フォーク (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	かこうけんラジオ (女川さいがいFM)	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	金丸弘人 (かほく)	政治	フアッション	ヨガ
30	玄じいさんのいろいろ話 (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	職人の話	よくわかる人の雇用話	癒しとカラーセラピー	ヘルシーライフ
環境	上野谷剛 (津幡)	工芸	労務年金	オーソマ	健康
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
会話教室	田中雅恵	婚活	痩身	音楽	NPO
00	あなたに会えてよかった	プライダル×ライフ	ハッピーハーブ	こんにちは高橋しげのりです	おいしいまち、楽しいむら
ジャズ	前川真喜子	結婚 (かほく)	音楽	政治	地域おこし
30	幸せ健康講座	グッジョブ内灘	げんちゃんの元気でいこう!	Music Poke!	It's So-Music (再)
漢方鍼灸	飯田千香子	ボランティア	元気	音楽	音楽
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	健康一番元気でハッピー
映画	山内崇寛	美容	受験	不動産	健康ラジオくん
30	パソコンなんでも相談 (再)	ジネットリオが巡る、あれから3年 (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イラル (再)	明日を夢みて (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)	ねここと通信 (再)	natsuの色々 (再)
00	英ちゃんの@フォーク	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	☆きらならい☆
音楽	坂室英仁	上田敦子	マジック	防犯	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	ラジオブレイク	旅のうまい話	taste of funky	内灘飲食青年部
理容	杉村武志 (かほく)	局の話題	旅行	HipHop	グルメ
30	幸せ健康講座 (再)	グッジョブ内灘 (再)	げんちゃんの元気でいこう! (再)	Music Poke! (再)	It's So-Music (再)
00	エコみらい河北NEWS (再)	職人の話 (再)	よくわかる人の雇用話 (再)	癒しとカラーセラピー (再)	ヘルシーライフ (再)
30	サンセットクルージング 今日のお買い得情報 新聞拾い読み				
月	火	水	木	金	
00	寺西志津代	新村美譽子	松木舞 (津幡)	ニシヤスコ	藤田すみこ (かほく)
30	Chocolate syrup (再)	Thanks!! Radio♪	高専's ライフ	燃える体づくり	美肌サロン
ゲスト	AYU acchan (内灘)	音楽	トレーニグ	エステ	和聖子 (津幡)
00	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	玄じいさんのいろいろ話
農業	金田直樹 (津幡)	幸せ	旅	住宅	朗読
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)	taste of funky (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イラル	明日を夢みて	シネマタイム
音楽	福田ゆか	野菜	音楽	音楽	映画
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)	健康一番/健康ラジオ (再)
00	サンセットクルージング (再)	アントキの猪木 わっしょい! JAPAN	かこうけんラジオ (再) (女川さいがいFM)	大学生が防災ラジオ、はじめました。	Night Flight
00	オールナイト SOUND	各種活動音源募集	地元アーティストやFMかほく宛に届いたCDを週替わりで放送します。	洋楽 (英語放送)	Nighthawk



2014年5月番組表

土 (Sat) 日 (Sun)

	土 (Sat)	日 (Sun)
25	インフォメーション	
30	音楽	
7	00 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	00 VOICE RADIO (再)	小さな会社の経営法則 (再)
30	がんばれ! スポーツアスリート (再)	ねここと通信 (再)
9	00 グッジョブ内灘 (再)	California Easy Speak (再)
30	エコみらい河北NEWS (再)	癒しとカラーセラピー (再)
10	00 職人の話 (再)	健康一番/健康ラジオ (再)
30	耳つぼダイエット (再)	美肌サロン (再)
11	00 英ちゃんの@フォーク (再)	NPO よもやま話 (再)
30	げんちゃんの元気でいこう! (再)	あなたと住まい (再)
12	00 意外と知らないハッピー映画 (再)	MUSIC LOVE (再)
30	雨にも負けず風にも負けず (再)	ヘルシーライフ (再)
13	00 あなたに会えてよかった (再)	こんにちは高橋しげのりです (再)
30	プライダル×ライフ (再)	おいしいまち、楽しいむら (再)
14	00 よくわかる人の雇用話 (再)	natsuの色々 (再)
30	ビューティータイム (再)	玄じいさんのいろいろ話 (再)
15	00 アバウトスタディ (再)	おしゃれトーク (再)
30	幸せ健康講座 (再)	旅のうまい話 (再)
16	00 It's So-Music (再)	taste of funky (再)
30	元気にTOMMYショー (再)	ハッピーハーブ (再)
17	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)	☆きらならい☆ (再)
18	00 ラブラブかほくがた (再)	燃える体づくり (再)
30	しあわせ一直線! (再)	内灘飲食青年部 (再)
19	00 らせんの脱線トクスバイラル (再)	テリーの住まい大好き (再)
30	ラジオブレイク (再)	シャングリラへGO! (再)
20	00 Cloud 9 music (再)	高専's ライフ (再)
30	店長の新鮮気分 (再)	Music Poke! (再)
21	00 Chocolate syrup (再)	明日を夢みて (再)
30	Night Flight (再)	シネマタイム (再)
22	00 オールナイト SOUND	

※ 祝日(5/5,5/6)、年末年始、お盆期間の生放送はお休みします。
 ■ 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。
 ■ 地域トータル番組、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。
 ■ パーソナリティの都合でお休みの場合は、防災に関する番組を放送します。

■ 生放送 ■ 録音放送
 議員の方の番組は選挙期間中はお休みいたします。

北國新聞・北陸中日新聞・読売新聞に番組表掲載

INFORMATION

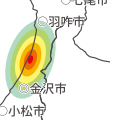
4分間のお知らせを随時お送りしています。

内灘潮騒だより 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

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 SHOUTcast (<http://radio.kahoku.net:8000>)から配信

- CM料金、後援事業申請はホームページをご覧ください。

<http://fm.kahoku.net>

オールナイトSOUND

- 第1週: らせん
- 第2週: 宮越真沙美、拓朗、MI-YU、千寿、natsu、藤森みさ子
- 第3週: 内灘民謡まつり
- 第4週: 上田智子、前川真喜子

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

魚料理・民宿

やまじゅう

<http://yama-10.com>



ゴルフ・グラウンドゴルフ パーティプラン



プレーの後の
1杯は格別!

飲み
放題付

オードブル料理

お1人様 **4,000円** (税別)



※写真はイメージです。

飲み
放題付

ミニ会席料理

お1人様 **5,000円** (税別)



※写真はイメージです。

要予約

3名様～40名様

(ご予約の時間より)

飲み放題100分

宴会場ご利用120分

※12:00～19:00の間なら、何時からでもパーティスタートOKです!

大好評 ランチ

やまじゅう定食 (刺身)
寿し定食 (平日のみ)
海鮮丼定食
ジャンボエビフライ定食



寿し定食



ジャンボエビフライ定食

のど黒炭火焼定食

平日昼限定 要予約・2名様以上 2,200 (税別)

のど黒炭焼 (1匹) 刺身3種盛り 天ぷら
茶わんむし ごはんセット 小鉢
サラダ フルーツ コーヒー

のど黒炭火焼会席

要予約・2名様以上 4,000 (税別)

のど黒炭焼 (1匹) 刺身5種盛り 上天ぷら盛合
にぎり寿司7貫 本日のおすすめ1品 アラ汁
茶わんむし 小鉢 サラダ フルーツ

新登場

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



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

テーブル席
8名様～80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。

パート急募 アルバイト

主婦の方でしたら
すぐに慣れる仕事
が多いので安心!

元気な主婦の方・学生さん歓迎

未経験者OK!

朝食準備、ふとん敷き、
皿洗い、接客・配膳など

※時間帯(シフト)については、ご相談ください。
かほく.net ホームページでも詳細を掲載。



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>



バス送迎承ります。