



謹
賀
新
年



今年も1年 よい年でありますように

宇ノ気勤労青少年ホームでの「いきいき講座」で行われたミニ門松作り。いい年になるよう願いを込めてひとつひとつ挿していきます。

INDEX

新年のごあいさつ	2	くらしの情報	14
シリーズ国民健康保険	4	確定申告・住民税申告のご案内	17
まちの話題	6	かほく四季まつり 冬の味くらべ	20
新型インフルエンザ対策	10	かほくチャンネル番組ガイド	22

新年ごあいさつ

かほく市長 油野和一郎



新年あけましておめでとうございます。
市民の皆様には、健やかに平成22年の新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

市政を担当させていただき、早いもので6年が経とうとしておりますが、これまで、なによりも「住んでよかった」を実感できるまちづくりをこころがけてまいりました。おかげさまで、各事業とも順調に前進し、昨年、大手出版社が全国の市区を対象に毎年調査、公表するランキングで、「住みよさ」の項目が、全国784市区中、24位（石川県内では2位）にランクされました。これもひとえに、これまでのまちづくりに対する多くの皆様の深いご理解とご協力の賜物と厚くお礼を申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、4月に災害情報などを市民の皆様にも素早く知らせ、生活の安全を高めることを目的に防災行政無線を開局いたしました。この防災行政無線は、石川県内では唯一、消防庁の「全国瞬時警報システム（Jアラート）」と結び、予測震度5弱以上の緊急地震速報や大津波警報、武力攻撃情報、行政情報などを、市内54カ所に設置した屋外子局の拡声器を通じて放送する設備です。災害の発生時、または、発生の恐れがあるときに、市民の皆様にも迅速かつ正確に情報を伝達し、災害状況並びに被害後の情報を市

民と共有し、速やかに災害への対応を図るものです。

10月には福祉巡回バスの本格運行を開始いたしました。試験運行の結果を踏まえ、高齢者をはじめ市民の頼れる足として、ノンストップバスの導入、運行時刻やルートを一部見直したほか、新たに17箇所の停留所を増設するなど、市民の皆様がより利用しやすいよう改善をいたしました。

また、長年の懸案でありました市北部地区の発展に欠かすことができない能登有料道路・県立看護大インターのフルインター化が昨年12月に完成いたしました。さらに、横山駅の改築事業や、合併支援助道路である東西幹線道路の用地買収も始まるなど、市内全域の均衡ある発展に向けて計画的なインフラ整備を進めており、いずれも利用者の利便性向上、定住促進につながるものと期待しております。

国の三位一体改革による交付税の削減や景気の後退に伴う地方税収入の減少など、地方を取り巻く状況は年々厳しさを増し、今後とも予算を許さないものとなっております。

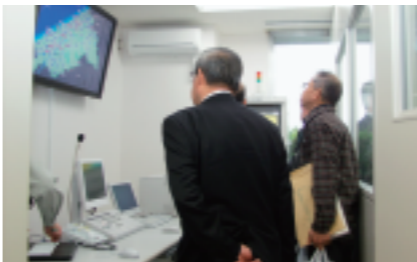
しかし、「虎穴にいらずんば虎子を得ず」という諺にもあるように、活力みなぎる元気な「かほく市」を実現するために、ただ萎縮するばかりではなく「選択と集中」という考えのもとに優先順位をしっかりと見極めて、勇猛果敢に取り組んで参りたいと考えておりますので、市民の皆様には、引き続き市政に対して力強いご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

終わりになりましたが、市民の皆様の益々のご健勝とご多幸を心からご祈念申し上げます。

2009年
こんなことが
ありました



光がいっぱいの園舎です(学園台保育園)



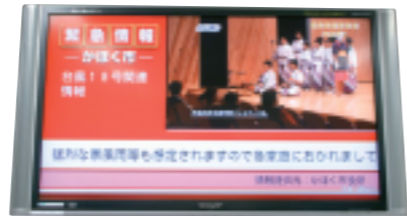
災害情報をいち早く(防災行政無線)



かわいいCMで食育をアピール



選挙速報 放送中



緊急情報 放送中



県立看護大ICがフルインター化



どんどん
乗って
ください！

12月7日から市内を走っています

- 1月
- ◇第5回かほく市成人式。昭和63年、64年、平成元年生まれの新成人312人が出席して挙行(1/11)
 - ◇かほく四季まつり「冬の味くらべ」。登録店自慢の名物雑炊や鍋料理でほかほかに(1/17～2/15)

- 2月
- ◇かほく市食育推進計画策定(2/25)

- 3月
- ◇かほく市第2期障害福祉計画策定(3/1)
 - ◇PFUブルーキヤッツが女子Vリーグチャレンジリーグで優勝(3/23)
 - ◇鶴彬のドキュメンタリー映画「鶴彬—こころの軌跡—」(神山征二郎監督)が完成、上映会開催(3/29)

- 4月
- ◇かほく市防災行政無線開局。非常時および平常時の連絡手段として活用。正午と夕方のミュージックサイレンが統一(4/1)
 - ◇高松第二、第四保育園が統合して、学園台保育園が開園(4/1)
 - ◇定額給付金、子育て応援特別手当の受付開始(4/1)
 - ◇津幡町、内灘町と災害相互応援協定調印(4/3)

- ◇かほく四季まつり桜まつりで着ぐるみの「にやんたろ」が人気(4/11)
- ◇かほく市議会議員選挙投票日。速報をかほくチャンネルで放映(4/19)

- 5月
- ◇かほく市商工会による「プレミアム共通商品券」1億1千万円分発行。2日半で完売(5/1～3)
 - ◇第6代かほく市議会議員に杉本成一議員、副議長に金田正信議員が決定(5/12)

- ◇災害時要援護者台帳登録者名簿を配布整備(5/20～30)
- ◇姉妹都市・メスキルヒ市から成人交流訪問団12人来市(5/25～6/3)

- 6月
- ◇第23回全国健康福祉祭いしかわ大会かほく市実行委員会設立(6/5)

- 7月
- ◇海浜一斉清掃に市民約2,800人が参加(7/12)

- 8月
- ◇かほく四季まつり「サマーフェスタ in かほく」、雨雲を吹き飛ばす元気なパフォーマンスで盛り上がる(8/1～2)
 - ◇第61回石川県民体育大会で男女アベック総合5位。アベックそろつての成績としては、かほく市誕生後一番の好成績(8/8～9)
 - ◇宇野気ふれあい通りに木工作品を展示、拡張工事が完了した歩道がギャラリーに(8/23)
 - ◇第45回衆議院議員総選挙の結果、民主党政権が誕生(8/30)

- 9月
- ◇かほく市防災訓練、外日角自主防災訓練実施(9/6)
 - ◇かほく市の団地の分譲開始から1年。住宅建築支援制度が始まる(9/8)
 - ◇西田幾多郎博士の書斎「骨清屋」の定期公開終了(9/27)
 - ◇かほく市新型インフルエンザ行動計画策定(9/30)

- 10月
- ◇プレミアム共通商品券第2弾1億1千万円分が再び3日で完売(10/6～8)
 - ◇福祉巡回バス、本格運行開始(10/13)
 - ◇災害時要援護者の避難支援プラン策定(10/15)
 - ◇全国的に新型インフルエンザが流行。かほく市内の小、中学校でも学級閉鎖等の措置がとられた
 - ◇姉妹都市・メスキルヒ市青少年交流訪問団来市。18人の中高生が、10家庭でホームステイを体験し、市内中学校などで交流を深めた(10/18～27)

- ◇河北縦断道路かほく市上山田～津幡町加茂間工事着工(10/25)

- 11月
- ◇第6回かほく市生涯学習フェスティバル、石原良純さんの講演を皮切りに河北台中学校周辺で開催(10/31～11/1)
 - ◇国道471号八野・黒川バイパス開通(11/3)
 - ◇第1回目「介護の日イベント開催(11/11)
 - ◇かほく四季まつり「かにカニ合戦」寒風の中、加能ガニに舌鼓(11/15)

- 12月
- ◇福祉巡回バスに新しくノンストップバスを導入(12/7)
 - ◇能登有料道路看護大・Cがフルインターとして開通(12/13)
 - ◇横山駅コミュニティ施設改築工事着工(12/15)



今回は、国民健康保険(国保)の財政状況について、特集します。

保険の運営

国民健康保険特別会計は、国保加入者の要した療養給付費や高額療養費などの支出に対し、被保険者のみなさんから納めていただく国民健康保険税(国保税)と国、県、市などの補助金・交付金などの収入で運営しています。(下表参照)

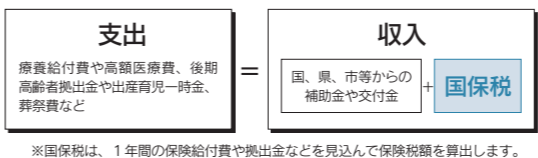
1年間の決算により、余剰金が出た場合は、国民健康保険基金に貯金し、不足した場合は、取り崩して、財政運営を行っています。

財政状況

かほく市の国保は、合併以後、平成18年度に税率を下げ、後期

高齢者医療制度が始まった平成20年度は、これまで賦課していた医療分を「医療分」と「後期高齢者支援分」に分けるにとどめ、税率を上げずに運営してきました。しかし、長引く景気の低迷や少子高齢化、医療給付費の増加など、様々な社会状況が変化しました。

高年齢者医療制度が始まった平成20年度は、これまで賦課していた医療分を「医療分」と「後期高齢者支援分」に分けるにとどめ、税率を上げずに運営してきました。しかし、長引く景気の低迷や少子高齢化、医療給付費の増加など、様々な社会状況が変化しました。



※国保税は、1年間の保険給付費や拠出金などを見込んで保険税額を算出します。

の負担を抑えるべく、国や県に対して財政調整交付金を申請するとともに、貯金にあたる国民健康保険基金の取り崩しをするなどして、何とか対応をしてきました。

かほく市国民健康保険の歳入・歳出決算状況

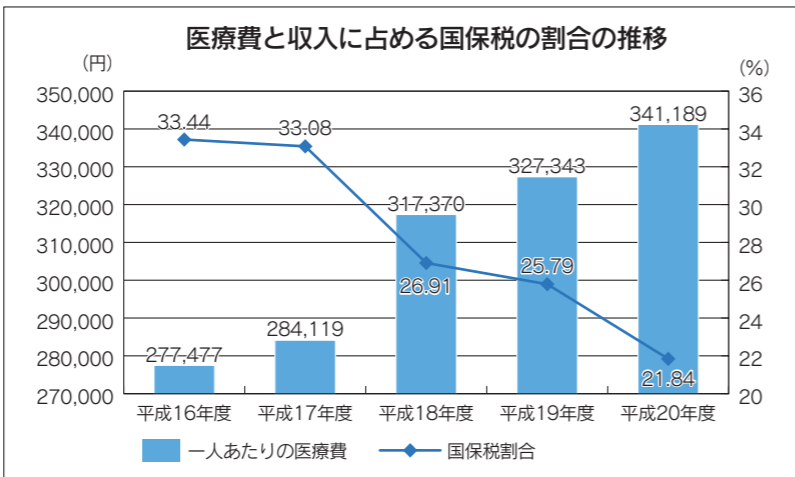
	平成16年度	平成17年度	平成18年度	平成19年度	平成20年度
歳入	2,956,808	2,903,632	3,342,044	3,526,370	3,377,439
うち国保税分	988,816	960,602	899,515	909,448	737,642
うち基金取り崩し額	50,000	16,000	155,700	135,864	70,350
国保税の割合	33.44%	33.08%	26.91%	25.79%	21.84%

※国保税分は現年分と滞納繰越分を合わせた金額です。

歳出	2,859,079	2,863,723	3,244,769	3,474,944	3,316,904
上昇率		0.16%	13.31%	7.09%	

※平成20年度は後期高齢者医療制度施行により、比較できません。

基金残高	242,093	283,011	221,976	152,471	108,279
------	---------	---------	---------	---------	---------



「国保税の税率改正」も視野に！

このような厳しい国保の財政状況を改善し、安定的に医療や介護のサービスを提供できるようにするため、国保税の税率改正も視野に入れる時期が来ている。

国保税はすべての税金を医療費に充てる「目的税」と呼ばれる特別な税金です。したがって、加入者の皆さんに納めていただいた国保税は、国保を運営するために大切な財源となり、加入者の方が安心して医療を受けるために必要不可欠なものです。

ジェネリックで

一石二鳥

ジェネリック医薬品を使えば、みなさんが支払う薬代が安くなり、国保が負担する医療費も安くなります。ジェネリック医薬品を使いましょう！

国保税を納めないでいるじい...

国保運営の大切な財源である国保税を滞納している世帯には、保険証の代わりに「有効期

限の短い保険証」や「資格証明書」をお渡しすることがあります。また、再三の催告にもかかわらず、理由なく保険税を納めていただけない方には、保険税の負担の公平性から預貯金や不動産の差し押えなどを行うことがあります。どうしても納期限までに国保税が納められない方は、随時「納税相談」を行っていますので、ご来庁、ご相談ください。

「問い合わせ先」 保険医療課

☎203-17123



答申書を読み上げる杉本運営協議会長

運営協議会が市長へ答申

11月16日、市役所市長室において、かほく市国民健康保険運営協議会の杉本伸夫会長が油野市長に国保税制のあり方の答申書を手渡しました。

答申では、医療給付費などが伸びる一方、被保険者の高齢化や景気低迷で保険税収入が落ち込み、今後は収支が保てなくなると指摘し、被保険者1人当たりのおおむね3割程度の増額改正が必要としながらも現下の景気動向から被保険者の生活に配慮するため、段階的に引き上げを講じるよう答申しました。

関東かほく会だより

12/6 関東かほく会 東京湾で地引網

美味しい魚をみんなで食べようと、関東かほく会のメンバー23人が12月6日に千葉県岩井海岸で地引網を行いました。

参加メンバーの平均年齢は60歳。孫の応援をもらえども昔の様には網を引くことができず苦労しましたが、フクラギ30匹をはじめ、サバ、アジ、タコ等大漁で、楽しく愉快的師走の1日を送りました。



大きな魚が獲れました

めざせ！会員100人！

関東かほく会・会員募集中

かほく市出身で関東に在住の方、あるいはかほく市と過去にご縁があった方で作る「関東かほく会」では、現在会員を募集しています。今年で5年目を数えるまだまだ若い会ですが、かほく市の応援やふるさと情報の提供、そして会員相互の親睦と楽しく活動しています。

みなさんのご家族・お知り合いの方で関東地方にお住まいの方はいらっしゃいませんか？ぜひ関東かほく会をご紹介します！みなさんからのご連絡をお待ちしております。

【問い合わせ・申込先】

関東かほく会事務局（富士トラベル東京内（東京都渋谷区））

事務局長 森 博明 ☎03-3496-5677

URL <http://www.kanto-kahoku.com/index2.html>



天気恵まれ楽しい1日でした

TOWN TOPICS



講演会Ⅰの講師の鎌仲ひとみさん

特別企画「お金について考える」開催

11/15～12/13

西田幾多郎記念哲学館では、毎年11月から12月にかけて特別企画の連続講演会を行っています。

これまでに「笑い」「老い」「農業」などを取り上げてきましたが、今年のテーマは、身近にありながかなか改めて考える機会が少ない「お金」についてでした。

多方面から招いた講師が4回にわたり講演し、「そもそも、お金とは私たちにとって何なのか？」という素朴な疑問について、何らかのヒントとなったようでした。

高規格救急自動車が新しく

11/19

高松分署に配備されている高規格救急自動車が更新されました。この高規格救急自動車は、救急救命士が車内で高度な救急救命処置等ができるよう室内が広くなっており、より多くの救急資器材を積むことができる全天候型車両（4WD）です。

また、かほく市消防本部は平成17年から「緊急消防援助隊」に救急部隊として登録しており、今回の更新により、地震等大規模災害や特殊な災害が発生した場合にも出動できる高度化対応型救急自動車として、活用が期待されています。



新しくなった救急自動車

人権について考えよう

12/4

平成21年度全国中学生人権作文コンテスト石川県大会において、県下97校の中学校から寄せられた17,873編におよぶ多くの作品の中から、優秀賞に番井こころさん、増谷瞳さんが入賞されました。

優秀賞

「自分の身にもなってみて」

宇ノ気中学校2年

番井こころさん

「障害者に不自由のない社会を」

河北台中学校3年

増谷瞳さん



番井こころさん



増谷瞳さん

まちの話題

身近な話題など、皆様からのお便りお待ちしております。
企画情報課 情報推進室
☎283-7112

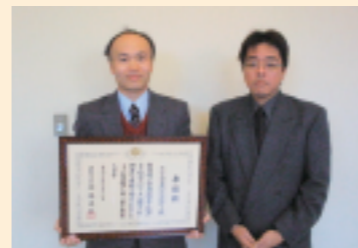
晴れの受賞 おめでとうございます

高松小学校PTA — 文部科学大臣表彰受賞

11/18

高松小学校PTAが「平成21年度優良PTA文部科学大臣表彰」を受賞しました。

同校PTAは、児童に対する安全のため、自転車用ヘルメットの着用推進および登校時の街頭指導を保護者と教師が連携して行っていることや、子育てについて地域住民を交えて意見交換を図るなど、地域に根ざした活動に取り組んできたことが評価されました。おめでとうございます。



高松小学校PTAの岩井会長（写真左）と岡田前会長

長年のご尽力に対し — 厚生労働大臣表彰受賞

11/20

全国社会福祉大会が東京日比谷公会堂で開催されました。かほく市民生委員児童委員協議会の鶴見他美子さん（高松）が、長年にわたり社会奉仕の精神をもって地域社会の福祉の増進に務められた社会福祉事業功労者に贈られる「厚生労働大臣表彰」を受賞されました。おめでとうございます。



鶴見他美子さん

資源ごみ回収に功労 — 環境大臣表彰受賞

12/4

かほく市子ども会連絡協議会が「循環型社会形成推進功労者環境大臣表彰」を受賞しました。

これは、30年以上にわたり資源ごみの集団回収に取り組み、廃棄物の排出抑制に大きく貢献し循環型社会形成推進のために尽力されたことが認められたものです。

これからも、限りある資源の再利用にご協力をお願い致します。



油野市長から表彰状の伝達を受ける森寛副会長



高いところもがんばって

たくさん実ったよ — 紋平柿収穫体験

11/16

市内小学校3年生約370人を対象に瀬戸町紋平柿団地で収穫体験学習を行いました。

高松紋平柿生産組合の森勇組合長から名前のいわれや、紋平柿がおいしくなるまでのお話を聞いた後、児童たちは脚立に登り、組合員の方から収穫する果実を教えてもらいながら慎重にハサミを使い収穫しました。

また、この日収穫した実は、発泡スチロールの箱に詰め、その上に新聞紙・脱脂綿を敷いてアルコールを染み込ませて脱渋作業を行いました。

児童たちは、自分たちで脱渋して甘くなった紋平柿を食べるのを楽しみにしていました。



市役所での加入相談会

市民リポーター・ディレクター活動開始

かほくチャンネルの「市民リポーター・ディレクター」を募集したところ、10人の方から応募がありました。

12月16、17日に第1回目の講習会が行われ、カメラワークの基本知識や編集の流れ、レポートの仕方などについて学びました。

来年度より、町なかに飛び出して、皆様に取材する機会が増えますので、どうぞ笑顔でのインタビューをお願いします。



番組制作のイロハを習いました

12月13日、市役所本庁で加入相談会を行いました。この日関心が高かったのは、インターネットとの同時加入です。安定した品質・速度が光ケーブルの魅力です。どうぞご検討ください。

加入のご相談は、企画情報課情報推進室(市役所東庁舎1階)で、いつでも受け付けています。気軽にお越しください。(平日8時30分～17時15分)

また時間の都合がつかない方は、ぜひ一度ご連絡ください。ご自宅までお伺いして実際にテレビを使って説明します。(夜間、土、日でも相談に応じています)

地域の情報満載…かほくチャンネル

アナログ5ch
デジタル9ch
STB037ch

K-CAT

かほく市ケーブルテレビネットワーク



市民リポーター番組



イベント告知



かほくの風景

ネットもケーブルテレビで

光ケーブルを利用したインターネットが人気です。ケーブルテレビと同時に加入の場合、電柱から家の外壁までの引込工事費、通常約4万円が1万円に引きになるほか、デジタルミニ、デジタルスーパード加入いただくと、インターネットの月々の利用料が最大1、050円お得になります。通信速度1・3・10・100メガの4プランからお選びください。

地デジ対策は、お済みですか？

ケーブルテレビ加入者以外の方で地デジテレビなどを購入され、テレビ放送が視聴できないなどの相談があります。その際の原因として、屋内の配線がデジタル放送に対応できていないことなどが挙げられます。かほく市ケーブルテレビにご加入いただいた場合、宅内の配線が地上デジタル放送に対応しているかどうかの確認も行っています。ケーブルテレビをご覧になっているご家庭については、宅内の配線はデジタル対応となっていますのでご安心ください。

雪、雷の季節です

雨や風でアンテナが壊れたら、アンテナ交換費用(数万円)が必要です。ケーブルテレビは、積雪や強風によるアンテナの心配がいりません。また、瓦屋根が壊れる心配もありません。アンテナから雷が落ちる心配もありません。ライトプランでは月々1、050円が必要となりますが、アンテナ不要のケーブルテレビを検討されてはいかがでしょうか。

引込工事費約4万円が1万円に！期限がせまっています！

かほく市ケーブルテレビでは、これまでいろいろな加入特典を実施してきましたが、今年の3月で終了する特典がありますので、ケーブルテレビの利用を検討中、ケーブルテレビに興味のある方は、ぜひご連絡ください。天候が悪くなり工事が遅れることが予想されますので、できるだけ早い時期に加入申込をお願い致します。

加入相談、番組内容などの問い合わせは…

企画情報課情報推進室 ☎030-7112 Eメール catv@city.kahoku.shikawa.jp

交通事故ゼロのまちへ

平成21年度石川県交通安全県民大会および河北郡市交通安全表彰式において、交通安全に功労のあった次の方々が表彰を受けました。

家庭や職場において安全運転に努め、交通事故のない町をめざしましょう。

平成21年度石川県交通安全県民大会

(11月2日・石川県地場産業振興センター)

石川県知事表彰

○交通安全功労者

稲澤 育夫(高松)

交通安全ポスターコンクール入賞者

○小学校低学年の部

佳作 杉本みなみ (宇ノ気小)

○小学校中学年の部

最優秀賞 中田 瀬菜 (宇ノ気小)
入選 織田 時宇 (宇ノ気小)

中部管区警察局長・中部交通安全協会協議会会長 連名表彰

○優良運転者

濱田 正治(外日角)

全日本交通安全協会会長 交通安全賞章「緑十字銅章」表彰

○交通安全功労者

山岸 明雄(七窪)

○優良運転者

森内 順二(七窪)

高島 吉成(横山)

古田 進(宇野気)

石川県警察本部長・石川県交通安全協会会長 連名表彰

○交通安全活動功労団体

木津老人クラブ

○交通安全功労者

浜本 博範(白尾)

○優良街頭交通推進隊員

西村 弘(余地)

○優良街頭交通推進隊員

山本 拓生(宇野気)

○優良運転者

能任 久芳(外日角)

○優良運転者

猿女 邦守(白尾)

清水 武志(七窪)

塚本由美子(遠塚)

宮谷志津子(外日角)

小池田寛美(七窪)

石川県警察本部長・石川県安全運転管理者協議会連合会会長 連名表彰

○交通安全優良事業所

特別養護老人ホームあかしあ荘

○優良安全運転管理者等

太陽自動車学校 竹内 茂

ひまわり運転代行

沖津 輝己

平成21年度河北郡市交通安全表彰式

(11月18日・津幡町文化会館シグナス)

河北郡市交通安全協会会長・石川県津幡警察署長 連名表彰

○交通安全功労団体

かほく市立大海小学校PTA

○交通安全功労者

内潟外茂夫(外日角)

○優良街頭交通推進隊員

一宮百合子(高松)

○優良街頭交通推進隊員

裏野 伸一(七窪)

○優良運転者

松井 吉修(木津)

○優良運転者

丹羽 真弓(高松)

國田 千恵七(窪)

前田 悦子(宇野気)

清水 光孝(七窪)

中村 晃子(高松)

江上 勝尾(宇気)

竹中 彪(高松)

牧 美和子(株PFU)

畑中 泰男

(株富士通ITプロダクツ)

藤田 孝(同右)

中川 秀一(同右)

能口喜美代(かほく市役所)



かほくチャンネルでは、津幡警察署羽場交通課長を招いて交通安全県民運動などの番組を放映しています



図書館へ行こう！

かほく市立図書館のどこでも貸出・返却・予約できます。
 ホームページからの予約もぜひご利用ください。
 URL <http://www.city.kahoku.ishikawa.jp/library/>
 高松図書館 ☎281-8686 七塚図書館 ☎285-1377 宇ノ気図書館 ☎283-0057



**あけましておめでとうございます！
 今年は、「国民読書年」です！！**

昨年6月、2010年を「国民読書年」にする国会決議（衆・参両議院）が採択されました。

この決議は、近年「活字離れ」「読書離れ」が年齢層を問わず進み、社会生活の基礎となる読解力や言語力の衰退が危惧されていることから採択されたもので、決議文には「文字・活字によって人類はその英知を後世に伝えてきた。この豊穡で深遠な知的遺産を受け継ぎ、さらに発展させ、心豊かな社会の実現につなげていくことは、今の世に生きる我々が負うべき重大な責務である」と宣言しています。そして政官民協力のもと、国を挙げて読書活動推進に努力することとしています。

かほく市においても、市立図書館をはじめ、学校、保育園、地域、家庭等が連携した読書活動を進めています。



かるたで遊ぼう！ 貸します！ 2つのかるた

「かほく市ふるさとかるた」

平成18年に作成した“かほく市ふるさとかるた”。かほく市自慢の風物が読み札になった普通のかるたより大判のかるたです。



「石川さんの金沢弁かるた」

昔ながらの金沢弁がもりだくさんのかるたです。金沢弁の読み手CDつきです。

子どもからお年寄りまで楽しむことができます。新年会などの行事やご家族でご利用ください。ご希望の方は、各図書館カウンターまでお申込みください。

1月の休館日

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
12/27	28 T,N,U	29 T,N,U	30 T,N,U	31 T,N,U	1/1 T,N,U	2 T,N,U
3 T,N,U	4 T,N,U	5 T,N,U	6 N,U	7 T,N,U	8 T,N,U	9 T,N,U
10 T,N,U	11 T,N,U	12 T,N,U	13 T,N,U	14 T,N,U	15 T,N,U	16 T,N,U
17 N,U	18 T,N,U	19 T,N,U	20 T,N,U	21 T,N,U	22 T,N,U	23 T,N,U
24 T,N,U	25 T,N,U	26 T,N,U	27 T,N,U	28 T,N,U	29 T,N,U	30 T,N,U

T…高松図書館 N…七塚図書館 U…宇ノ気図書館

【年始休館日のご案内】

休館日 1月1日(金)～1月4日(月)

※新年は1月5日(火)から開館します。

図書館講演会

雪には無数の形があるそうです。「中谷宇吉郎雪の科学館」館長による“いろいろな雪”のおはなしをきいてみませんか。

演題 天から送られた手紙 雪

講師 神田 健三氏（中谷宇吉郎雪の科学館館長）

日時 1月16日(土) 13時30分～15時

参加費 無料

場所 七塚生涯学習センター2階 視聴覚室

【主催】 かほく市立図書館

文芸の窓

短歌

俳句

生垣の満天星の紅きわまるを愛でつつ朝の散歩路とす	白尾	中村 嘉子
恙なき七十路にあれと願いつつ五年日記を選ぶ小春日	高松	酒井真佐子
三歳となりたる吾子の語彙はふえ我との会話日ごとはずみ来	高松	藤田 博恵
劇場の後庭開かれ六頭の馬進み来てマクベス始まる	木津	武田すみ子
大津絵の小さき鬼立つ軸かけて花月学びし立春の茶稽古	金沢市	宮本けい子
禍事の多かりし年いま往きぬ除夜の鐘声吉事祈りぬ	白尾	髭本 栄健
住む家に贅沢ひとつ暖炉の火	高松	塩山としち
小春日と口々に出る明るさよ	高松	岡田えみ子
一夜にて社の落葉山積み	大崎	中村 静子
一人居の姉に二はいのずわい蟹	宇野気	澤野 和子
紺碧の海悠々と秋の雲	外日角	新田茂外子
計画の今日も果せず暮早し	外日角	内湯 秀子
コスモスや流人の墓に文字探る	外日角	表 外美枝
木の葉散る寸心園の静寂かな	白尾	金子由紀子
七転び八起きしてゆく夫婦坂	白尾	加藤時雨亭
マドンナも入歯していたクラス会	木津	松山 高子
来る年も歩幅合わせて二人旅	高松	北 宏子
糊付けの髭をやさしく額の真	中沼	中田喜英子

※掲載の作品はかほく市文芸協会より寄稿いただいています

インフルエンザを予防しよう！

新型インフルエンザの流行もピークを過ぎましたが、これからは例年、季節性のインフルエンザが流行します。うがい・手洗いを励行し、睡眠と栄養を十分にとり予防に心がけましょう！

● 1月からは中高生と65歳以上（1月後半に前倒しになる予定）の方も新型インフルエンザの予防接種ができますので、かかりつけ医療機関に予約してください。（いずれも1回のみ接種となりました）

● 保護者が同伴せずに中学生が医療機関で予防接種を受ける場合は、予診票の他に保護者の同意書（自署）が必要となります。必ず必要事項を記入のうえ持参させましょう。予診票・同意書は各中学校にあります。

● 新型インフルエンザワクチンの安全性

国産の新型インフルエンザワクチンは、季節性インフルエンザワクチンと同じ製造方法で作られており、一定の安全性が確認されています。

ワクチン接種後の副反応（詳細は予防接種を受ける医療機関で説明を受けてください）

1. 接種した場所が赤くはれたり、痛みが数日続いたりすることがあります。
2. 一時的に発熱したり、吐き気や頭痛をおぼえたりすることがあります。
3. まれに全身にかゆみのある発疹が出るがあります。
4. 急に手や足の動きが悪くなったり、意識を失ってしまったたりといった重い症状が出るがあります。

● 予防接種にあたっての注意事項

予防接種の実施においては、体調の良い日に行うことが原則です。

1. かかりつけ医と相談の上、接種するかを決めていただきたい方
 - (1) 心臓血管系疾患、腎臓疾患、肝臓疾患、血液疾患、発育障害、気管支喘息等の基礎疾患を有する方
 - (2) 予防接種で接種後2日以内に副反応（発熱や全身性発疹等のアレルギー症状）を疑う症状があった方
 - (3) 過去にけいれんの既往のある方
 - (4) 過去に免疫不全の診断がなされている方および近親者に先天性免疫不全症の方がいる方
 - (5) 鶏卵、鶏肉、その他鶏由来のものに対してアレルギーがある方
2. 予防接種を受けることができない方
 - (1) 明らかな発熱を呈している方（37.5℃以上）
 - (2) 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな方
 - (3) 本剤の成分によってアナフィラキシーを呈したことがあることが明らかな方
 - (4) 上記に掲げる方のほか、予防接種を行うことが不適当な状態であると医師に判断された方

1歳以上13歳未満
 児童の保護者の方へ

2回目の接種費用
 の助成を受けること
 ができます。

接種済証と領収証
 が必要です。接
 種医療機関で交付し
 てもらってください。

【問い合わせ先】（受付時間：平日8時30分～17時15分）

かほく市市民部健康福祉課 ☎283-1117
 石川県石川中央保健福祉センター河北地域センター ☎289-2177

～ 朝から元気！おすすめ朝食レシピ ～

今回のレシピは、七塚小学校4年生、沢野力くんの保護者の方からいただいたレシピです。市では、広報のほか、ケーブルテレビやホームページでも、市内小中学生の保護者の方などから募集した「朝ごはんメニュー」を紹介しています。

かんたん和風オムレツ

～材料 2人分～

長いも……………5cm	しらす干し……………適宜
たまご……………2個	刻みネギ……………適宜
納豆……………1/2パック	塩、こしょう、油

～つくり方～

- ① 長いもは、皮をむいて、さいの目切りにします。
- ② 材料を混ぜて、油を熱したフライパンで焼きます。

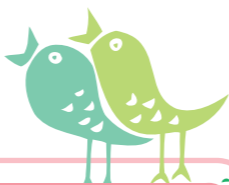


～コメント～

※長いもの代わりに、じゃがいも（電子レンジで加熱したもの）を使ってもおいしいです。
 ※具として、せん切りキャベツを加えたり、納豆・しらす干しをツナやコンビーフ、ハムにしたりすると、洋風オムレツになります。

あなたの子育て
応援します

子育て支援ガイド



愛・遊・館内子育て支援センター ☎281-3582

☆わくわく広場 月～土 9時～16時

☆育児相談 月～土 9時～16時

☆育児サロン 11時～11時30分

毎週月・水 季節に応じた楽しい遊びをするよ！

・1月25日(月) お誕生会

☆ベビ★ママ広場 ～ふれあいあそび～ 10時30分～11時30分

・1月29日(金) 対象：2カ月～1歳頃

☆保育園開放(なかよし広場) 10時～11時30分

・1月6日(水) 学園台保育園

・お正月遊び楽しいよ

お友達を誘って
遊びに来てね！

☆子育てミニミニ講座 11時～11時30分

・1月4日(月) 英語 de 遊ぼう(国際交流員)

・1月13日(水) ベビーふれあいマッサージ(保育士)

対象：2カ月～6カ月児

10時30分～ 要予約

・1月14日(木) えほんだいすき(図書館司書)

・1月27日(水) 野菜たっぷりメニューでかせ予防(栄養士)

☆“新春お楽しみ会”

日 時：1月20日(水) 10時30分～12時30分

場 所：愛・遊・館

参加費：一家族50円

申込締切：1月14日(木)

七塚勤労青少年ホーム内子育て支援センター ☎285-2701

☆ラッコちゃん広場 月～金 9時～16時

☆育児相談 月～金 9時～16時

☆育児サロン“おいでおいで” 10時45分～11時15分

毎週木曜日 季節に応じた楽しい遊びをするよ！

・1月25日(月) お誕生会

☆子育てミニミニ講座 11時～11時30分

・1月12日(火) 上手に選んでバイキング(栄養士)

・1月14日(木) 救命講習会(かほく市消防本部)

・1月19日(火) わらべうたで遊ぼう(やまなば)

・1月20日(水) えほんだいすき(図書館司書)

・1月28日(木) ぐんぐん育て！こどものこころ(保健師)

☆赤ちゃん広場 ～ベビーサイン講習会～ 10時～12時

・1月8日(金) 3カ月～1歳前後

☆保育園開放(なかよし広場) 10時～11時30分

・1月20日(水) 緑ヶ丘保育園

・お正月あそび楽しいよ

大崎保育園内子育て支援センター ☎283-0202

☆保育園開放(すくすく広場) 月～金 9時～12時

☆育児相談 月～金 9時～12時

☆育児サロン 10時30分～11時

・1月6日(水) 正月遊びを楽しもう

・1月29日(金) お楽しみクッキング

☆子育てミニミニ講座 10時30分～11時

・1月8日(金) 英語 de 遊ぼう(国際交流員)

・1月13日(水) 制作遊び

・1月15日(金) カミカミメニュー(栄養士)

・1月22日(金) 子どもの言葉の成長を助けよう

(保健師)

・1月27日(水) 鬼の面作り

☆保育園開放(なかよし広場) 10時～11時30分

・1月13日(水) 七窪保育園

・お正月遊び楽しいよ

育児相談および一時保育は、市内全保育園で行っていますので、気軽にご相談ください

木津幼稚園子育て支援センター ☎285-1388

☆よつばちゃんクラブ(子育てサークル)

毎週金曜日 10時～12時

・1月15日(金) 餅つき、お正月の遊び

・1月22日(金) 小麦粉粘土で遊ぶ(サポーターさん)

・1月29日(金) 節分豆入れ、鬼のお面作り

☆よつばちゃんKiss(英語子育てサークル)

毎週水曜日 10時～12時

・1月13日(水) playing with snow

・1月20日(水) bed time

・1月27日(水) make some snacks

☆幼稚園開放

・1月19日(火) 公開保育 午前10時～11時30分

うのけ幼稚園子育て支援センター ☎283-7111

☆おやこのつどい 毎週月曜日 10時～12時

・1月4日(月) お正月のおもちやをつくろう

・1月18日(月) お絵かきであそぼう

・1月25日(月) おにのお面をつくろう

☆リフレッシュルーム 毎週木曜日 10時～12時

対象：0歳児

☆ぶちおはなし会 ～おひざでだっこ～

第1・3火曜日 10時30分～11時30分

対象：0・1・2歳

内容：絵本・紙芝居などの読み聞かせ・手遊び・

わらべうたなど

かほく市民の
健康と福祉の拠点

ほのぼの健康館



開館日 平日及び第1・3日曜日 8時30分～17時15分

(10人以上の団体で会議などに利用希望の場合は、
下記までお問い合わせください)

休館日 土曜日、第2・4・5日曜日 ※祝日、年末年始は休館です
問い合わせ先 健康福祉課 ☎283-1117

お知らせ

今月のほのぼの健康館の手話通訳者の配置日は
1月12日(火)・26日(火) 10時～13時です。

子どもの健診

受付時間 13時15分～13時45分

場所 ほのぼの健康館

●赤ちゃん健診(3カ月児)

1月7日(水)・21日(水)

対象 H21年9月5日～

H21年9月30日生

●1歳6カ月児健診

1月14日(水)

対象 H20年5月6日～

H20年6月14日生

●3歳児健診

1月28日(水)

対象 H18年9月1日～

H18年10月5日生

子どもの教室

10時までにお越しください

場所 ほのぼの健康館

●ひよこ教室(3カ月児の育児教室)

1月7日(水)

対象 H21年10月生

●ごっくん教室(離乳食教室)

1月21日(水)

対象 H21年7月生

※予約が必要です。

●ビーバー教室(虫歯予防教室)

1月14日(水)

対象 H19年10月生

●はいはい教室(育児教室)

1月22日(金)

対象 H21年4～6月生

※予約が必要です。

子育て相談

受付時間 13時30分～14時

場所 ほのぼの健康館

1月6日(水)・20日(水)

体力チェック

場 所 ほのぼの健康館 健康ホール

所要時間 開始から2時間程度

持参物 室内シューズ・汗拭きタオル・
水分

※2日前までに予約が必要です。

●1月8日(金)・22日(金)
9時30分までにお越しください。

●1月5日(火)・19日(火)
13時30分までにお越しください。

かほく市健康プラン21

ヘルシー料理&栄養教室 参加者募集!!

1日3度の食事は健康と美容の基本です！

「自分にあったバランスのよい食べ方」を知って、もっと健康に、もっと美しくなりませんか？

野菜をたっぷり使った料理や脂肪を控えた料理のレパートリーを増やして、台所から家族の健康を
応援しましょう！ お気軽にご参加ください。

日 程 1回目 1月15日(金) 13時～16時

2回目 1月25日(月) 10時～13時

3回目 2月3日(水) 13時～16時

4回目 2月10日(水) 13時～16時

場 所 宇ノ気保健福祉センター(ほのぼの健康館)

対 象 かほく市在住の方

費 用 調理実習は、材料費が必要になります

締 切 1月8日(金)

申 込 健康福祉課 健康推進係

☎283-1117

(食生活改善推進員になりたい方の養成講座の一部となります)

家庭の健康は、食卓から！
健康づくりを応援します



くらしの情報

かほく市役所 代283-1111

総務部	
・総務課	283-1111
秘書室	283-1110
・財政課	283-7128
企画情報課	283-1112
情報推進室	283-7112
・管理課	283-1113
・税務課	283-1114
・納税課	283-7114

市民部	
・市民課	283-1116
サービスセンター	283-1116
・子育て支援課	283-7155
保険医療課	283-7123
介護予防課	283-7122
地域包括支援センター	283-7150
・環境安全課	283-7124
・健康福祉課	
(宇ノ気保健福祉センター内)	283-7120
福祉事務所	283-7121
議会事務局	283-7126
監査委員事務局	283-7127
会計課	283-7125

かほく市七塚庁舎 代283-2121

教育部	
・学校教育課	283-7136
・生涯学習課	283-7137
・体育振興課	283-7138
・教育センター	283-7170
七塚サービスセンター	283-7135

かほく市高松庁舎 代281-2121

産業建設部	
・都市建設課	281-3920
・農林水産課	281-3921
・商工観光課	281-3922
(高松北庁舎)	
・上下水道課	281-3923
高松サービスセンター	281-2122

かほく市消防本部 283-3585

・消防課	283-3585
・予防課	283-3585
・消防署	283-3585
消防署高松分署	282-5666

かほく市ホームページ

http://www.city.kahoku.ishikawa.jp/

Eメール

info@city.kahoku.ishikawa.jp

災害時緊急案内

防災行政無線、かほくチャンネル
いいメールかほく、FMかほく

お知らせ

●第6回かほく市成人式

開催日 1月10日(日)
受付開始 9時
開式 10時
会場 河北台中学校講堂
駐車場 七塚生涯学習センター、
河北台健民体育館などの駐車
場をご利用ください。
※当日は、駐車場が込み合います
ので、時間にゆとりを持ってこ
来場ください。また、駐車場に
も限りがありますので、ご家族
などの送迎または乗り合わせで
の来場にご協力をお願いします。
〔問い合わせ先〕 生涯学習課

●かるがの団地 分譲受付中!

かほく市土地開発公社では、
「かるがの団地」の分譲受付を

行っています。敷地面積が70
80坪とゆとりの広さで、坪単
価は12〜13万円台となってい
ます。

〔最大50万円を支援〕

★住宅建築支援制度あり★
期限 平成23年3月31日まで

◆分譲地の概要

所在地 かほく市狩鹿野式46番1他
区画数 17区画
面積 71.12坪〜83.31坪
価格 1坪当たり126、0
00円〜130、000円
(1区画917万円〜1、0
83万円)
交通 J R宇野気駅約1.8
km、J R能瀬駅約2.0km、能
登有料道路白尾IC約3分、
北陸自動車道金沢森本IC約
15分

施設整備等 上水道・下水道

●2010年世界農林業 センサス実施のお知らせ

平成22年2月1日現在で、2
010年世界農林業センサスが
行われます。
この調査は、わが国の農林業
の実態を明らかにするため、農
林産物の生産を行っている方や
農林業作業を受託している方
で、その生産または作業に係る
面積などが一定規模以上の方を
対象として、全国一斉に実施し
ます。

平成22年1月中旬から2月中
旬にかけて、調査員がお伺いし
ますので、調査票のご記入をお

願います。

なお、記入内容は統計法に基
づき秘密が厳守され、統計の作
成以外の目的に使用することは
一切ありません。

〔問い合わせ先〕 企画情報課

●古着・古紙類の拠点回収 冬期間(1月・2月)の 中止のお知らせ

河北都市広域事務組合におい
て、古着・古紙類の拠点回収が
毎月2回行われておりますが、
冬期間(1月・2月)は降雪が
予想されますので、回収を中止
致します。

次の回収は、3月より行いま
すので、皆様のご協力お願い致
します。

〔問い合わせ先〕

河北都市広域事務組合(エコ
みらい河北)
☎288-4545

募 集

●市営住宅3月入居者募集

申込受付期間

1月8日(金)〜1月22日(金)
8時30分〜17時15分

(平日のみ受付)

募集住宅

・特定公共賃貸住宅
白子鳥ハイツ 3LDK(高松) 2戸
家賃 58,000円
緑ヶ丘団地 3DK(白尾) 2戸
家賃 62,500円

応募資格

・住宅に困っている方
・税を滞納されていない方
・政令、条例で定める所得の制
限内の方

※二人以上(家族単位)での入居が
原則です。

注意事項

入居希望者多数の場合は抽選
となります。

〔申込・問い合わせ先〕

都市建設課
申込用紙については都市建設
課、七塚サービスセンター、市
民課にあります。

●河北潟のお話会

河北潟の専門家から、昔の河
北潟の暮らしや干拓について、
また、潟に住む生き物について
のお話を聞きます。私たちの足
元にある自然に触れてみませ
んか。

内 容

河北潟の環境等に関する講
演、映画上映および体験教室
日 時 2月6日(土) 9時30分〜12時

催 し

●鎮火フェスタ2010

火消し体験やゲームを通し
て防火について楽しく学びま
しょう。

日 時 1月24日(日) 9時〜12時

場 所

アクロス高松

内 容

防災に関する軽スポーツ大
会／パネル展示／起震車・
煙道・水消火器体験や火消し
ゲーム／炊き出し・豚汁コー
ナーなど

〔問い合わせ先〕

(財)かほく市公共施設管理公社
☎283-4961

●うみつこうんど

「第5回私の作品展」

(書・画・写真・陶芸・手芸等)

開館時間 9時〜17時

(休館日) 月曜日。その日が祝
日の場合は翌日

期 間

1月16日(土)〜2月14日(日)
最終日15時まで

出 展 者

かほく市民(近郊の方を含む)

〔問い合わせ先〕

うみつこうんど七塚
☎283-8880

●まちかど交流館の催し

開館時間 10時〜17時

◆竹工芸作品展 香林 充
期 間 1月6日(水)〜1月31日(日)

入場無料

◆まちかど初詣ツアー

かほく市営バスで行く瀬戸
菅原神社初詣

日 時 1月9日(土)
出 発 7時43分

帰 り 9時5分着

集合場所 市営バス高松中央通口

参加費 一人1,000円

(往復バス代、玉串料含む)
申込締切 12月27日(日) 15時

◆第8回 みんなで歌おう

日本のうた101

日 時 1月10日(日)
10時30分

参加費 500円(飲物付)
※初回のみ歌集代600円別途必要

指 揮 岡田一成先生

主 催 楽しく歌う会(絆)

代 表 沖野美智子

◆レコードコンサート

日 時 1月15日(金)
19時30分

テ ー マ 合唱

飲み物代 300円

主 催 かほく市音盤倶楽部

◆ふるさと発見、歴史を語る会
―日常の歴史シリーズ―

〔婚礼の歴史〕

日 時 1月24日(日) 14時
語 り 部 寺口 学さん
地域住民のみなさん

がんばりました

●平成21年度かほく市ナイター
ソフトボールリーグ戦大会

(5/12〜10/13 金津ソフト
ボール場)

Aリーグ

優 勝 遠塚ヤンキース
準優勝 平蔵ジャビット

第3位 地盤改良堀田

Bリーグ

優 勝 石川県立看護大学
準優勝 バットマン
第3位 A S A N S A

●第4回いしかわつ子 金沢城駅伝交流大会

(11/3 金沢城公園)
男子4区 第2位 櫻井 晴登(高松小)

石川県立看護大学シンポジウム 「豊かな食を育む人たち」

食べることを通して、生きがいや健康をみ
んなで考えませんか? 地域、行政、大学の「食」
に関するさまざまな取り組みを話し合います。

日 時 1月30日(土)(開場:13時30分)
開演:14時、終了:17時

場 所 石川県西田幾多郎記念哲学館

司会進行 浅見 洋
(石川県立看護大学教授)

講 演 丸山 利輔
(石川県立大学参与)

パネリスト 地域団体: 岡山伸太郎(JA石川かほく経済部次長)
学 校: 網 秀子(高松小栄養教諭)
行 政: 山名田浩文(かほく市農林水産課係長)
大 学: 垣花 渉(石川県立看護大学准教授)
看護大学 学生

〔問い合わせ先〕

石川県立看護大学 ☎281-8300

禅文化体験会
哲学館で
坐禅をしてみよう

40年以上金沢・大乘寺に参禅されている経営者の方を講師に迎えて、坐禅会を行います。初心者の方も大歓迎です。西田幾多郎に多くの影響を与えた禅の世界を、体験してみませんか。

日時 2月6日(土) 9時～11時
場所 石川県西田幾多郎記念哲学館
講師 富木昭光(会社役員)
対象 中学生～大人
参加費 無料
定員 35名 先着順
※定員になり次第、締め切ります。
下記までご連絡ください。

【問い合わせ・申込】
西田幾多郎記念哲学館
☎283-6600

●第59回
社会を明るくする運動
作文・標語コンテスト
入選者

小学生標語の部
入選
黒岩 芹那 宇ノ気小5年
北岡 明音 宇ノ気小5年

女子個人
優勝 一本 美佑(高松中)
第3位 河本 紗里(宇ノ気中)
男子個人ダブルス
第3位 山口侑也(河北台中)
寺井健大(河北台中) 組
優勝 山田麻由(宇ノ気中)
宮野志帆(宇ノ気中) 組
準優勝 平井菜緒(高松中)
浅野真由(高松中) 組
中学生作文の部
優秀賞 金津 雄樹 宇ノ気中1年
入選 吉江 恵美 宇ノ気中1年
吉本 恭子 宇ノ気中1年
山崎 衛 宇ノ気中1年
山本 莉子 宇ノ気中1年
猪谷 玲依 宇ノ気中1年

かほく市社会福祉協議会
各支所統合のお知らせ

かほく市社会福祉協議会は、七塚地区に本所を、高松、宇ノ気両地区に支所を開設して活動してきましたが、平成22年3月31日をもって両支所を廃止し、本所に統合することが、12月1日の理事会・評議員会で承認されました。これに伴い、4月1日からは、各支所で行ってきた業務につきまして、本所から必要に応じ地区へうかがって行つてまいります。

〔本所へ統合する支所〕
高松支所
高松ク40番地
(高松社会福祉センター内)
宇ノ気支所
宇野気二71番地2
(宇ノ気保健福祉センター内)

〔問い合わせ先〕

本所
かほく市社会福祉協議会
遠塚口52番地10
(七塚健康福祉センター内)
☎283-5100・5108・5105

確定申告・住民税申告のご案内

かほく市では、以下の日程で実施します。地区割の日程で都合の悪い方は、ご都合のよい期日・会場にご来場ください。
ただし、土地や建物などの譲渡所得のある方は、税務署での申告をお願いします。

申告会場	日 程	受付時間
市役所(東庁舎1階)	2月8日(月)～3月15日(月)	9時～12時、13時～16時まで ※ただし、いずれの会場も土・日・祝日を除きます。
七塚庁舎(1階)	2月16日(火)～2月24日(水)	
高松北庁舎(2階)	2月26日(金)～3月15日(月)	

※市役所会場に限り、2月22日(月)～2月26日(金)の間は、午後7時まで受付時間を延長します。

【金沢税務署での所得税の申告受付日程】

2月16日(火)～3月15日(月)

●土・日・祝日を除きますが、2月21日(日)と2月28日(日)は、日曜日でも申告相談を受付します。

【事業主の皆様へ】

給与支払報告書の提出期限は、2月1日(月)です。整理の都合上、1月20日(水)までの提出にご協力をお願いします。

※確定申告等の詳細については、2月号でご案内致します。

【問い合わせ】 税務課市民税係 ☎283-1114



男子記録会

第2位 一宮 和樹(高松小)
女子記録会
第3位 竹内 詩織(高松小)

●第3回JKJO全日本
ジュニア空手道選手権大会

(11/7 東京都)
小学5年男子軽量級
ベスト8 塚本 凌太(宇ノ気小)

●全日本選抜
ジュニアU12、U14
石川県大会(硬式テニス)

(11/7・8 金沢市)
U14女子
第3位 能任未奈子(星稜中)

●第26回石川県シンクロ
ナイズドトランポリン
競技選手権大会

(11/7・8 珠洲市)
小学生低学年女子の部A

優勝 竹谷風紗(七塚小)
氣谷理帆(七塚小) 組

小学生低学年女子の部C

第3位 中田瀬菜(宇ノ気小)
森ほのか(金沢市) 組

小学生高学年女子の部D

第2位 福田愛実(宇ノ気小)
東川智美(宇ノ気小) 組

小学生高学年男子の部B

第2位 金丸正明(七塚小)
笠嶋龍太郎(七塚小) 組

中学生女子の部

第2位 飯向美帆(河北台中)
徳島雪乃(河北台中) 組

一般女子の部

優勝 須加宏子(木津)
松岡里紗(野々市町) 組

●第16回金沢市民マラソン
大会

(11/8 金沢市)

第5部(小学生(5年生)女子)

第2位 岩井美佐紀(高松小)

第18部(一般35～49歳女子)

優勝 岡本由紀子(七窪)

第21部(一般40～54歳男子)

優勝 宮本 道也(宇ノ気)

第22部(一般55歳以上男子)

第3位 宮嶋 弘(長柄町)

ファミリーの部

優勝 宮本 道也(宇ノ気)

宮本 尚樹(宇ノ気小)

(11/21・22 小松市)

女子6年生の部
優勝 高井紀衣(外日角小)
石田梨乃(外日角小) 組

●第11回北信越小学生
ソフトテニスインドア
大会

女子5年生以下の部

第3位 紺谷彩里(七塚小)
塩本瑠伽(七塚小) 組

●第11回北信越ベンチプレス選手権

(11/22 福井県)

男子60kg級
優勝 橋爪 外史(高松)

●第7回石川県空手道選手権大会

(11/22 白山市)

小学1年の部
優勝 喜多 拓真(高松小)

小学6年の部
優勝 梅田 朋美(宇ノ気小)

●第25回石川県クロスカン
トリー選手権大会兼
2009年小学生クロス
カントリー大会

(11/22 能美市)
小学生クロスカントリーの部
2年生男子
第2位 竹中晃太郎(高松小)
第3位 竹中 凌雅(高松小)

3年生男子
第3位 沖野 将希(高松小)

3年生女子
第2位 酒井 結花(高松小)

4年生男子
第2位 宮本 尚樹(宇ノ気小)

石川県クロスカントリー選手権

中学生女子
優勝 丹羽 晴香(高松中)

●平成21年度加賀地区
中学校新人体育大会

(陸上)

(10/17 物見山陸上競技場)

1年女子走り幅跳び
優勝 重藤 佑梨(高松中)

1年女子100m
第2位 秋田 理沙(河北台中)

1年女子800m
第2位 高田 実幸(河北台中)

(剣道)
(11/21 松任運動公園体育館)

男子団体
優勝 宇ノ気中学校

女子団体
準優勝 宇ノ気中学校

男子個人
優勝 松本 匡央(宇ノ気中)

(バドミントン)
(10/18 河北台健民体育館)

男子団体
第3位 宇ノ気中学校

女子団体
第3位 高松中学校

(バレーボール)
(10/10～11 津幡町総合体育館)

男子団体
第3位 宇ノ気中学校

女子団体
準優勝 宇ノ気中学校

男子個人
優勝 松本 誠也(河北台中)

(10/10～11 津幡町総合体育館)

男子団体
第3位 宇ノ気中学校

女子団体

第3位 宇ノ気中学校

(ソフトテニス)

(10/10～11 小松運動公園末広庭球場)

女子団体
優勝 河北台中学校

女子個人ダブルス
準優勝 赤井祐歩(河北台中)

内潟香里(河北台中) 組

(柔道)
(10/25 七塚武道館)

男子個人81kg級
第3位 今井 工貴(河北台中)

●石川県中学校駅伝大会

(11/5 うのけ陸上競技場)

男子5区
第3位 金谷 昌亮(高松中)

●第25回石川県
バドミントン
中学1年生大会

(11/21 金沢市総合体育館)


男子団体
第3位 河北台中学校

女子団体
優勝 宇ノ気中学校

準優勝 高松中学校

男子個人
第3位 松本 誠也(河北台中)

は休日当番医です

は休日当番医です

国民年金だより

公的年金等の源泉徴収票が
交付されます

● 老齢給付の受給者に送付

国民年金、厚生年金保険および共済組合などから支給される公的年金などは、所得税法上「雑所得」とみなされ、所得税が課せられます。(障害または死亡を支給事由とする年金については課税しないこととなっているため、老齢または退職を支給事由とする年金についてのみ課税されます)

公的年金などの支払者は、所得税が老齢年金などから源泉徴収されたか否かにかかわらず、老齢年金などを受けている方々全員に「公的年金等の源泉徴収票」を作成し、その年の翌年1月末日までに交付することとされています。(障害年金、遺族年金につきましては課税対象とはなりませんので、源泉徴収票は送られません)

源泉徴収票に記載されている事項は、その年の1年間に支払われた年金の総額、社会保険料(介護保険料、国民健康保険税および後期高齢者医療保険料)の金額、源泉徴収税額および控除内容となっています。

● 確定申告の際に必要

2つ以上の年金の支払者に扶養親族等申告書を提出している方や、年金以外に給与などの所得がある方、または公的年金などの雑所得の合計額が各種所得控除の合計額を超える方などは、確定申告を行うことになっています。源泉徴収票は、その際に、添付書類として必要となりますので大切に保管してください。

なお、老齢年金などから特別徴収されない社会保険料がある場合は、確定申告を行い、所得税の過不足分を精算することになっています。

● 紛失された場合や未着の場合

万一、国民年金・厚生年金保険の源泉徴収票を紛失された場合や未着の場合、年金事務所(旧社会保険事務所)で再交付の受付を行っています。お問合せなどの際は、年金証書の基礎年金番号・年金コードをご用意ください。

[問い合わせ先]

年金事務所
金沢市三社町1番43号
☎233-2021

「日本年金機構」のシンボルマーク



内日角橋 橋梁補修工事に伴う市道通行規制のお知らせ

市では、昨年度に策定した「市道橋梁長寿命化修繕計画」に基づいて、今年度より市道橋梁の延命化を目的とする補修工事を予定しています。

つきましては、今回、市道湖北1号線中「二級河川西部承水路」に架橋されている「内日角橋」(かほく市湖北地内)の工事にあたり、下記の期間、**片側交互通行または夜間通行止め**となりますので、ご理解とご協力をお願い致します。

規制期間

平成22年 1月5日(火)～3月26日(金)

規制方法

片側交互通行(午前8時～午後5時まで)

夜間通行止め(午後8時～翌午前6時まで)

施工業者

株式会社 堀田建設 (☎281-1273)

その他

夜間通行止めの期間および迂回路表示については、
最寄りの交差点に予告看板を設置しますので、ご確
認をお願い致します。



【問い合わせ先】 都市建設課 ☎281-3920

平成21年 11月分 かほく市入札結果をお知らせします

No.	日付	件名	工事・業務場所	契約額(円)	工事・業務請負業者
1	H21.11.6	宇ノ気水辺公園整備工事	かほく市大崎地内	12,952,800	㈱砂山組
2	H21.11.6	塚越橋橋梁補修工事	かほく市宇気地内	9,240,000	㈱ピーエス三菱 金沢営業所
3	H21.11.20	高松南部第3排水区雨水排水路改修工事(1工区)	かほく市高松地内	8,426,250	タタミ建設㈱
4	H21.11.20	高松南部第3排水区雨水排水路改修工事(2工区)	かほく市高松地内	10,735,200	㈱大野産業
5	H21.11.20	高松南部第3排水区雨水排水路改修工事(3工区)	かほく市高松地内	14,811,300	㈱大野産業
6	H21.11.20	市道61号線道路災害復旧工事	かほく市箕打地内	2,457,000	㈱小山土木
7	H21.11.20	高松野球場スコアボード改修工事	かほく市内高松地内	2,509,500	大西工務店
8	H21.11.20	かほく市立高松小学校エコ改修工事(建具設備)	かほく市高松地内	13,965,000	㈱表組
9	H21.11.20	かほく市立大海小学校エコ改修工事(建具設備)	かほく市夏栗地内	26,670,000	㈱トモ工建業
10	H21.11.20	かほく市立七塚小学校エコ改修工事(建具設備)	かほく市木津地内	31,185,000	㈱吉井組
11	H21.11.20	かほく市立外日角小学校エコ改修工事(建具設備)	かほく市外日角地内	40,635,000	㈱表組
12	H21.11.20	かほく市立宇ノ気小学校エコ改修工事(建具設備)	かほく市宇野気地内	40,624,500	㈱沢野建設工房
13	H21.11.20	かほく市立金津小学校エコ改修工事(建具設備)	かほく市谷地内	22,470,000	㈱表組
14	H21.11.20	かほく市立高松中学校エコ改修工事(建具設備)	かほく市高松地内	37,590,000	㈱サンエキ
15	H21.11.20	かほく市立七塚小学校エコ改修工事(トイレ建築設備)	かほく市木津地内	11,235,000	㈱吉井組
16	H21.11.20	かほく市立七塚小学校エコ改修工事(トイレ機械設備)	かほく市木津地内	16,695,000	岸設備工業㈱
17	H21.11.20	かほく市立宇ノ気小学校エコ改修工事(空調機械設備)	かほく市宇野気地内	72,817,500	㈱清水商会
18	H21.11.20	かほく市立七塚小学校エコ改修工事(照明設備)	かほく市木津地内	7,035,000	㈱黒川電気商会
19	H21.11.20	かほく市立大海小学校エコ改修工事(照明設備)	かほく市夏栗地内	11,550,000	㈱沢田電興社
20	H21.11.20	かほく市立外日角小学校エコ改修工事(照明設備)	かほく市外日角地内	10,426,500	㈱北台電設㈱
21	H21.11.20	かほく市立金津小学校エコ改修工事(照明設備)	かほく市谷地内	14,154,000	㈱今一電気商会
22	H21.11.20	かほく市立高松中学校エコ改修工事(照明設備)	かほく市高松地内	10,500,000	㈱村田電気工事
23	H21.11.20	かほく市立宇ノ気小学校エコ改修工事(空調電気設備)	かほく市宇野気地内	34,440,000	㈱村田電気工事
24	H21.11.27	公共下水道枝線管渠工事(8工区)	かほく市木津・松浜地内	7,686,000	㈱大野産業



〈シリーズ かほく市食育推進計画〉

食育をみんなで考えよう!!

食事マナーを考えてみよう

「食事マナー」という言葉をご存知ですか？
箸の使い方等のテーブルマナー以外に、「あいさつをする」「おかわりしたものを残さない」等、感謝の心や食べ物を粗末にしない、一緒に食べている人と楽しく食べるという心配りを含んでいます。

まずは、あいさつをきちんと始めることから始めましょう！

いただきます とは…。

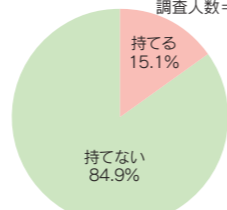
動物や食物のいのちをいただくことと、食事を作ってくれた方々に感謝する気持ちを表していると言われます。

ごちそうさま とは…。

「馳」「走」ともにはしるの意味を含んでいます。お客さんに食事を出すときに食材を揃えるため、あちこち走り回って食材を集めたその働きに「大変な思いをさせて食べさせてくれてありがとう」という感謝の意味がこめられていると言われます。

いろいろな食事マナーがありますが、お子さんと食事をするにすることで、知らせることが出来ます。ぜひ、家族で食事することを心がけてみてくださいね。

箸を正しく持てる子 5歳児
調査人数=291人



H20 市立保育園
箸の持ち方調査結果より



心をこめて「いただきます！」

〔かほく市食育推進計画・問い合わせ〕 健康福祉課 ☎283-1117 FAX283-4116

編集後記

能 登有料道路の看護太ICがフルインターになりました。▶この身近な有料道路が全国で2番目に低料金であることや日本の道100選(県内唯一!)に選ばれていることなどみなさんご存知でしたか?▶保育園の開園にインターチェンジのフル化。整備が進む学園台に市外から多くの方が引っ越されてくることを願います! (に)

表 紙のミニ門松作りの講師は、上山田の喜多雄さんでした。▶喜多さんは、米寿を過ぎてなお、元気はつらつ。「89になって、人に教えることは何もない」とおっしゃりつつ、「自分のしてきたことを少しでも伝えられれば…」という言葉が印象的でした。▶「かほく市この1年」の記事を作るたびに「新年も明るい記事を書きたいなあ」と思います。▶2010年も広報かほくをよろしく願い致します。(な)

平成21年12月1日現在

かほく市の人口

		(前月比)
合計	35,266 人	(- 2)
男性	16,954 人	
女性	18,312 人	
世帯数	11,294 世帯	(+13)

今日から始めよう エコアクション

20℃ 暖房時の室温は20℃に設定しよう
チーム・マイナス6% www.team-6.jp

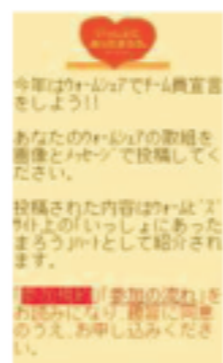
★「いっしょにあったまろう。～ウォームシェア～」 参加型キャンペーン ウォームシェア宣言をしてチーム・マイナス6%に参加!

「ウォームシェア宣言」では、暖房エネルギーの無駄遣いをさけるため、体の内側から温まる工夫や、身近に取り組みたいと思うアイデア等を宣言し、みんなで一緒に撮ったあったか写真や温まるためのグッズなどの写真とともに投稿できるようになっています。また、宣言した写真やアイデアはキャンペーンサイト上で登録したニックネームから検索することができ、モバイルサイトから投稿すると、送った写真を待受画面としてダウンロードすることも可能です。

みなさんからの温かいメッセージで「いっしょにあったまろう。」ハートをつくりましょう。

【問い合わせ先】
チーム-6%ホームページ
<http://team-6.jp>

「ウォームシェア宣言」の
モバイルサイトは
こちら↓



美味しく楽しく かほく四季まつり ～冬の味くらべ～ 1月16日(土)～2月14日(日)

ホッと温まるかほく四季まつりの冬編。かほく市出身の冒険飛行家「東善作」がアメリカで経営していたチャプスイ店(中国風雑炊)にちなんだ食のイベントです。

「かほくの名物雑炊キャンペーン」として市内の登録飲食店がこだわりを持って考案したアイデア雑炊や鍋料理が期間限定で提供されます。ネーミングにも地域らしさや各飲食店のこだわりが盛りこまれています。

また、「食べてもらえる、ダブルでおいしい」お楽しみ抽選会も行われますので、ご家族、ご友人をお誘いのうえ、ふるってご応募ください。

なお、登録店等につきましては、後日配布されるチラシをご覧ください。



かにカニ合戦…海の幸・山の幸まつり… 大賑わい



焼きガニに舌鼓



マグロの解体と即売会

あいにくの強い風の中での開催でしたが、解禁したばかりの加能ガニを買い求めようと、多くの人で賑わいました。特に、焼きガニコーナーは大勢の方であふれ、かに汁にも長蛇の列がで盛大賑わいでした。

また、会場には、地元特産品の紋平柿、長いも、かほっくりなども販売されました。好評の重さ当てクイズでは、当選者にカニセットや、かほっくりが贈られました。

みなさんの家庭に
不用品はありますか??
登録しませんか!

不用品情報ダイヤル登録状況 —無料— 12月17日現在

譲ります	譲ってください
<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃん布団セット(ミッフィー) キャノン英文タイプライタ(印字テープ付) こたつ布団(丸型直径185cmピンク) ハイアンドローチェア スワンラック ハイ&ローシングラック 灯油ポリタンク18ℓ 3個 	<ul style="list-style-type: none"> 自転車(大人用) ワープロ とりかご(セキセイインコ用) 室外用犬小屋(中型犬用)

- ・提供者が品物を保管すること
- ・希望者が提供者のところまで取りに行くこと
- ・登録期間は6カ月間です(この間取引がない場合は、一度抹消し再度登録して頂きます)
- ・登録は市内の個人に限ります(事業所はご遠慮ください)

【問い合わせ先】 環境安全課 ☎283-7124

「エコみらい河北」体験教室のご案内

河北郡市リサイクルプラザ内「エコみらい河北」では、ガラス工芸や、紙すきなどを体験することができます。(開催日の2日前までに予約してください)

日程	教室名	受講料
1月16日(土) 2月27日(土)	ガラスに絵を描こう (サンドブラスト体験教室)	500円 ガラス製品持参
1月23日(土) 2月6日(土)・20日(土)	手作りガラスビーズ (とんぼ玉作り)	1,000円
1月30日(土) 2月13日(土)	ガラスモザイクアート (ビンのかけら工作)	500円
2月7日(日)	オリジナルコップを作ろう (吹きガラス体験教室)	2,000円

詳しい内容のお問い合わせ・ご予約は河北郡市広域事務組合「エコみらい河北」まで。

☎ 076-288-4545 FAX 076-288-4564
E-mail ecomirai@kahokukouiki.jp URL <http://clean.kahoku.net>

1月の番組案内

(番組は、毎週金曜日の夕方に新しい内容に更新します)

こちらかほく市情報局(1時間30分)

「こちらかほく市情報局」の冒頭に「かほくチャンネル番組ガイド」を放送しています。その週の放送時間をご確認ください。「ケーブルテレビクイズ!」の問題もこちらから! ふるってご応募ください。

※クイズの放送時間 7:33、11:33、15:33、20:33、深夜0:33の5回

イベント案内&Weekly Kahoku City

市内で行われる行事の案内や、イベントの様子などをお送りします。(2週間ごとに更新)



福祉巡回バスのお披露目

「わが家のアイドル」大募集!!

お子様の成長を映像に残しませんか? ご家族のコメントとともにお子様一人あたり約1分間放送します。

映像特集(A、B、C、D)(30分または60分)

※詳しい放映時間は、かほく市ホームページおよびデジタルテレビの番組表に掲載しています。電話でもお答えしています。(平日8:30~17:15)

「かほくの風景—若緑編—」

かほく市の山間部に位置する若緑。その名のとおり、緑豊かな自然に恵まれています。古代米の栽培を中心に若緑の四季を追いました。

「Weekly Kahoku City 2009」プレイバック

平成21年に放映した「Weekly Kahoku City」を一挙放映。1年間のかほく市の出来事がまるわかり。見逃したあの場面をもう一度チェックしてください。

お友達をご紹介します!

紹介してくださった方、新たに加わってくださった方どちらにも、かほく市商工会共通商品券3,000円分を進呈します。「ケーブルテレビの輪」を広げてください。(加入申込書の紹介者欄にご記入ください)

ご存知ですか? 新築住宅の新規加入は、引込工事が無料です

平成21年の4月申込分より、電柱から家の外壁までの引込工事費が自己負担1万円となりましたが、新築住宅の新規加入に限り、「無料」です。(宅内工事費はかかります)光ケーブルによるインターネットとあわせて、どうぞご検討ください。

「年払い」への変更は電話でOK!

ケーブルテレビの使用料を年一括払いにできます。どのプランでも、年間1,050円お得です。ご希望の方は、下記までお電話ください。

加入相談、番組内容など
ケーブルテレビのお問い合わせは…
企画情報課 情報推進室(市役所東庁舎1F)
☎076-283-7112 FAX076-283-3761
Eメール: catv@city.kahoku.ishikawa.jp



アナログ5ch
デジタル9ch
STB037chで
ご覧くださいね!

かほくチャンネル番組ガイド

時間	内 容(年末年始は、特別編成を予定しています)
5:00	映像特集A かほく市民謡協会設立5周年「民謡の祭典」(前半)ほか
5:30	映像特集B かほく市民謡協会設立5周年「民謡の祭典」(後半)ほか
6:00	かほく市からののお知らせ(文字・静止画)
6:30	映像特集C パレットまつり ほか
7:00	映像特集D かほくの風景「若緑の四季」ほか
7:30	こちらかほく市情報局 (90分) (内容)かほくチャンネル番組ガイド ケーブルテレビクイズ! かほく市イベント案内 Weekly Kahoku City(かほく市ニュース) 市内各地で取材した出来事をお届けします。 図書館新刊案内 新型インフルエンザ予防 各課からのお知らせ 国などからのお知らせ
9:00	北國新聞ニュース
10:00	映像特集A
10:30	映像特集B
11:00	かほく市からののお知らせ(文字・静止画)
11:30	こちらかほく市情報局
13:00	北國新聞ニュース
14:00	映像特集C
14:30	映像特集D
15:00	かほく市からののお知らせ(文字・静止画)
15:30	こちらかほく市情報局
17:00	映像特集A
17:30	映像特集B
18:00	かほく市からののお知らせ(文字・静止画)
18:30	映像特集C
19:00	映像特集D
19:30	北國新聞ニュース
20:30	こちらかほく市情報局
22:00	映像特集A
22:30	映像特集B
23:00	かほく市からののお知らせ(文字・静止画)
23:30	映像特集C
0:00	映像特集D
0:30	こちらかほく市情報局
2:00	放送休止(午前5時まで)

年末年始
スペシャル
「Weekly
Kahoku City
2009」プレイ
バック
◆放映日
12/28~1/4
◆放映時間
映像特集
A~D

※都合により変更となる場合があります。地上デジタル放送(091ch)のEPG(番組表機能)で最新情報をご覧ください。

アンコールにおこたえます

見逃してしまった番組や、もう一度見たい番組のリクエストをお寄せください。

ライトプラン	チャンネル案内	※()内はデジタルテレビ
1ch(-)	北國新聞ニュース	7ch(-) なし
2ch(-)	QVC	8ch(2ch) NHK教育
3ch(-)	お天気、金沢競馬	9ch(-) ときめきQ
4ch(1ch)	NHK総合	10ch(4ch) テレビ金沢
5ch(91、92ch)	かほくチャンネル	11ch(5ch) 北陸朝日放送
6ch(6ch)	北陸放送	12ch(8ch) 石川テレビ