

広報

かほく

March 2010 No.73 毎月1回1日発行

KAHOKU



3



モノトーンの壁に自由な感性が光る

こまやかな技法を駆使して大胆に描いた作品の数々。西田幾多郎記念
哲学館が美術館になった1週間でした。(1/31~2/6 岡田卓也展)

INDEX

シリーズ国民健康保険	2	第2次行政改革大綱答申	9
まちの話題	4	保育料を引き下げます	10
コンビニエンスストアで納税を	6	くらしの情報	18
石川県知事選挙	8	かほくチャンネル番組ガイド	26

シリーズ 国民健康保険

知つておきたい国保の給付



シリーズ国民健康保険 知つておきたい国保の給付

税の申告がない場合は上位所得者とみなされますので忘れずに申告しましょう。
(所得がない方もない旨の申告が必要です)

「70歳未満の方の高額療養費自己負担限度額(月額)」(表1)

所得区分	自己負担限度額 (3回目まで)	※1 4回目以降
※2 上位所得者	150,000円 (医療費総額が500,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算)	83,400円
一般世帯	80,100円 (医療費総額が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算)	44,400円
住民税非課税世帯等	35,400円	24,600円

※1 4回目以降:過去12カ月間に、1つの世帯で支給が4回以上あつた場合の4回目以降の限度額。ただし、高齢受給者証対象者の個人で発生した外来のみの高額療養費は該当月数に含まれません。
※2 基礎控除後の総所得金額などが600万円を超える世帯。

「70歳以上の方の高額療養費自己負担限度額(月額)」(表2)

所得区分	外来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)
現役並み所得者	44,400円	80,100円 (医療費総額が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算)
一般	12,000円	44,400円
※3 低所得II	8,000円	24,600円
※4 低所得I	8,000円	15,000円

※3 同一世帯の世帯主および国保被保険者が住民税非課税の人。
※4 同一世帯の世帯主および国保被保険者が住民税非課税でその世帯の各所得が必要経費・控除(年金の所得は控除額を80万円とする)を差し引いたときに0円となる人。

【問い合わせ先】
保健医療課
283-7123



注目データ!!

近年、高額療養費の給付件数が減少しているのに対し、給付額が増大しています。このことから、1件あたりの治療費が高額となっている病気が増えているということが考えられます。

特に生活習慣病は自覚症状がほとんどないため、自覚症状が現れたときには慢性化や合併症へと進行していることが少なくありません。健康な生活のため、医療費の削減のために、元気なときにこそ健診を受け、早期発見・早期治療に努めましょう！

かほく市の医療費は年々増え続け、県内でも上位を占めています。上手な受診を心がけ、医療費の適正化にご協力ください。

国民健康保険優良世帯表彰について

かほく市国民健康保険では、次の条件を満たした健康な世帯を表彰しています。

- 1年間国保加入者全員、医療費がかからなかつた(3月診療分～翌年2月診療分まで)
- 受診対象者全員が特定健診または人間ドックを受け、健康新規に留意した
- 国保税の滞納がない

医療費が高額になつたら… (高額療養費の支給)

同じ人が同じ月内に支払った医療費の自己負担額が限度額を超えた場合、申請をして認められれば、その超えた分が支給され

◆世帯で合算した場合の高額療養費算定期準額

ます。入院の場合は限度額までの負担となります。

◆70歳未満の方の入院時に係る高額療養費の現物給付

同じ月に、同じ世帯の70歳未満の方が医療機関ごと(入院、外来、各診療科別にそれぞれ21,000円以上)の一部負担金を支払ったとき、それらの一部負担金を合算できます。世帯の負担限度額は上記(表1)と同じです。

対象者で世帯合算する場合は、高齢受給者証対象者の外来分・入院分をそれぞれ計算し、その後70歳未満の21,000円を合わせて上記(表1)の自己負担限度額を超えた場合に高額療養費を支給します。

これにより窓口での支払いは、高額療養費自己負担限度額(月額)までとなります。

・申請月から有効の限度額適用認定証を発行します。

・申請月を遡って発行することはできません。

・外来分については通常の申請方法となります。

国保(国民健康保険)は、病気やけがでお医者さんにおかれたり、窓口で保険証などを提示して医療費の一部を支払うだけ、さまざまな医療を受けることができる医療保険制度です。

今回は、国保加入の方への給付について、ご案内します。

療養の給付

国保加入者は、次のような医療を受けることができます。

- 薬や注射などの処置
- 入院および看護(入院時の食事代は別途負担します)
- 在宅療養(かかりつけ医による訪問診療)および看護
- 訪問看護(医師が必要であると認めた場合)

※平成20年4月から負担割合が変更される予定でしたが、凍結措置により延期されています。

- 75歳以上の方は後期高齢者医療制度で医療を受けます。

得者は3割

年齢などによって自己負担の割合が異なります。

自己負担割合

小学校就学前 2割

小学校就学後から70歳未満 3割

70歳以上75歳未満 1割*

かほく市国保からのお知らせです

高齢受給者証の切替について

4月1日より高齢受給者証が一斉切り替えとなります。新しい受給者証は3月下旬に送付します。旧の高齢受給者証は、4月1日以降に責任を持って破棄していただき、保健医療課窓口または各サービスセンターへ返却をお願いします。

届出は14日以内に！

3、4月は異動の多い時期です。
加入・届出の手続きを忘れずに！

人間ドックについて

平成22年度受検分の人間ドックの受付は、4月1日からとさせていただきます。
平成22年度から助成割合について見直しをする予定ですが、詳細については次号でご案内します。



第6回かほく市立志式

2/2

河北台中学校講堂で第6回かほく市立志式を挙行しました。市内3中学校の2年生374人が、大人へ向かっての決意を新たにしました。

油野市長が「多くの事に興味を持ち、何事にも粘り強く挑戦する姿勢を忘れないでください。そして、自分が生まれ育った郷土を愛し、感謝の心を忘れず、より高い志を持って未来に大きく羽ばたいてください」と式辞を述べたあと、立志を迎えての生徒の意見発表が行われました。

式後、生徒たちは高松中学校OBの岡田卓也さんの記念講演に耳を傾けました。

◎意見発表者は次の皆さんです。

河北台中学校 北井 静華さん

「感謝の気持ちを言葉に」

宇ノ気中学校 山崎智香子さん

「夢に向かって」

高松中学校 森 裕子さん

「夢」



真剣な表情の中学校2年生



「14歳の言葉」放映中



誓いの言葉を述べる南 尚輝君(高松中学校)

TOWN TOPICS



みぞれ模様の天気の中で行われた訓練

文化財防火デー火災防ぎよ合同訓練

1/24

文化財防火デーにちなんだ火災防ぎよ合同訓練が、かほく市消防本部、消防団をはじめ教育委員会、津幡警察署、高松地区住民が参加して高松額神社で行われました。

訓練は落雷により額神社から出火し、大雪・強風のため断水したとの想定で午前7時から始まり、高松第一分団団員が近くの防火水槽からホースで水を送り、放水しました。

参加した皆さんには、気象条件の悪い状況においても円滑に消火活動を行えるよう手順を再確認するとともに、文化財を火災から守る気持ちを新たにしました。

故郷で初の個展—感性キラリ

1/31～2/6

西田幾多郎記念哲学館で「岡田卓也展」が開催されました。

岡田さんは1996年3月に高松中学校を卒業。筑波大学、同大学院を経て、現在は東京都内の中学校で教職に就いている傍ら、画家として創作活動を続けています。かほく市立志式の講師として帰郷することを機に、西田幾多郎記念哲学館での個展が実現しました。

コップを使ってアクリル絵の具を滴り落とす技法「ドリッピング」を駆使し、友禅柄や女性などを描いた作品13点が飾られました。また、直径約2.5メートルの円形の作品「Circle-SCAN」が哲学館の「ホール」の床に展示され、訪れた人々は、間近で見たり階上から眺めたりと思い思いに作品を鑑賞していました。



コンクリートの壁に螢光色が映えます

かほく市の資源を生かして

1/30

県立看護大のシンポジウム「豊かな食を育む人たち」が西田幾多郎記念哲学館で開かれました。

垣花渉同大学准教授と学生をはじめ、かほく市農林水産課、JA石川かほくの各担当者、第2学校給食センター栄養教諭らがそれぞれの立場から、健康や農業、食についての取り組みを発表しました。

各パネリストは紋平柿やかほくくりなどの特産化事業や、学生と住民が共同で開催した郷土料理の創作会などの成果を報告し、地産地消は地域振興のために重要であり、大学と住民が連携して、地域の資源を発掘、発信していく必要があるとの意見がありました。



県立看護大学生がこれまでの取り組みを発表

かほく市メニューってなあに?

1/25

全国学校給食週間(1月24日～30日)の期間中、市内小中学校でかほく市メニューの他、加賀・能登・香川県・ドイツの献立が提供され、児童生徒がそれぞれの郷土料理を味わいました。

1月25日には、大海小学校でかほくくりの生産者を招いての交流授業と市長、教育長などを招待しての学校給食試食会がありました。

5年生を対象として行った交流授業では、大崎甘藷生産組合の喜綿代表理事がさつまいもの歴史やかほくくりの生産過程などについて話したあと、第2学校給食センターの栄養教諭がかほくくりクイズを通して、さつまいもの栄養などについて説明しました。

試食会では、市長から昨年10月より学校給食に瀬戸町および鉢伏産のコシヒカリ1等米を使っていることなど地産地消の推進について話がありました。「いただきます」のあとは、みんなでかほくくりや市内産の能登豚を使った「かほくカレー」、能登の漁港で水揚げされた甘えびのから揚げ、河北潟干拓地産の小松菜とレンコンのサラダ、デザートのヨーグルトに舌鼓を打ちました。

食後に児童から「とてもおいしかった」などと感想があり、この給食週間中、海の幸・山の幸に恵まれた石川県やかほく市の食材の豊かさを再認識することができました。



さつまいもはおいしいうえに栄養バランスも優れています



おいしくて楽しい給食タイムでした

まちの話題

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

手間ひまも一緒に受け取って

2/15

かほく市赤十字奉仕団の古切手収集整理グループが、金津小学校にベルマークを寄付しました。同グループは、毎月第2火曜日、ほのぼの健康館で古切手やベルマークの収集整理をしています。近年ベルマークがついた商品が少ない中、メーカー別に分ける作業が大変でしたが、8～9年ほどかけて54,175.7点分を収集整理しました。

金津小学校校長室にグループ長の北本久美子さんら3名が訪れ、同小6年の山本百花さんと杉本祐綺さんに手渡しました。代表して山本さんが「私たちが読む本や勉強に役立つものに使えると思うと、とてもうれしいです」とお礼を述べました。

子どもたちのために貴重な作業をありがとうございました。

石川県農林水産業功労者知事表彰受賞

1/25



よろこびの森組合長

石川県地場産業振興センターで開催された平成21年度中山間地域活性化フォーラムにおいて、高松紋平柿生産組合(森勇組合長)が、「石川県農林水産業功労者知事表彰」を受賞されました。

これは、同組合が昭和60年から紋平柿の栽培に着手し、20年以上にわたって品質の向上、かほく市の特産品としての販路拡大や新たな販売形態の確立、紋平柿の知名度向上に取り組んできたことが認められたものです。おめでとうございます。

ふるさと石川環境保全功労者知事表彰受賞

1/27

石川県庁で開催されたふるさと石川環境保全功労者表彰式で、かほく市生活学校連絡会(藤田すみ子会長)が知事表彰を受賞されました。

「レジ袋減らし隊」でおなじみのマイバッグ運動や小学校での出前講座、ダンボールコンポストの普及など、ごみ減量化運動についての永年の取組が評価されました。おめでとうございます。



宇ノ気小学校での出前講座



小山会長が油野市長に答申書を提出

問い合わせ先
総務課（市役所本庁舎2階）
Eメール
soumu@city.kahoku.ishikawa.jp
電話番号
283-1111

かほく市行政改革推進委員会（小山良一会長 委員11名）が、1月22日、第2次かほく市行政改革大綱の答申書を油野市長に提出しました。

同委員会は、平成19年6月に市長から「かほく市の行政改革について」の諮問を受け、第1次行政改革大綱による指針をもとにさらなる行政改革の推進を目指すため、市民福祉の向上や地域情報化の推進、複雑多様

化する市民ニーズに対応する市民サービス等を求める立場から、14回の委員会を開き審議を進めてきました。この答申による大綱についての内容は、公正の確保と透明性の向上、組織・機構の合理化、公共財産の有効利用、事務事業の見直し、行政の情報化、財政の健全化、人材の育成、公共工事の適正化の8つを基本方針として提言されました。

かほく市行政改革推進本部（本部長 油野市長）ではこの答申を受け、3月の公表に向けて「第2次かほく市行政改革大綱」および「第2次かほく市行政改革大綱実施計画」の策定に取り組んでいきます。

さらなる行政改革の推進を —第2次かほく市行政改革大綱答申—

石川県知事選挙

投票日

平成22年

3月14日(日)

7時～20時

〈告示日 2月25日(木)〉

入場券をご持参のうえ、各投票所で投票してください。

投票区	投票所
第1投票区	かほく市立高松第一保育園 遊戯室
第2投票区	北新町会館 集会室
第3投票区	旭町会館 集会室
第4投票区	若緑集会場 集会室
第5投票区	かほく市大海交流センター 多目的ホール
第6投票区	中沼集会所 集会室
第7投票区	かほく市高松社会福祉センター 児童遊戯室
第8投票区	かほく市木津公民館 大ホール
第9投票区	かほく市七塚防災センター 研修集会場
第10投票区	かほく市七塚健康福祉センター 多目的ホール

投票区	投票所
第11投票区	かほく市立外日角小学校 体育館
第12投票区	かほく市白尾公民館 大ホール
第13投票区	かほく市立新化保育園 遊戯室
第14投票区	かほく市宇ノ気体育センター 体育館
第15投票区	かほく市指江公民館 講堂
第16投票区	かほく市大崎区民会館 集会場
第17投票区	かほく市よこやま研修館 大研修室
第18投票区	かほく市上田名公民館 講堂
第19投票区	かほく市七塚公民館 会議室
第20投票区	かほく市内日角多目的研修集会施設 集会室

当日、仕事や旅行などで投票できない方は、期日前投票ができます。

期日前投票期間

2月26日(金)～3月13日(土)
8時30分～20時



各投票区により、期日前投票場所が定まっております。入場券をご持参のうえ、投票してください。（投票の際、宣誓書を記入していただく必要があります）

投票区	期日前投票場所	対象となる人
第1～7投票区	かほく市高松女性センター 1階事務所(高松庁舎隣)	選挙人名簿に登録され、旧高松町区域にお住まいの方
第8～12投票区	かほく市七塚社会福祉センター 1階第2会議室(七塚庁舎内)	選挙人名簿に登録され、旧七塚町区域にお住まいの方
第13～20投票区	かほく市役所 1階第1会議室	選挙人名簿に登録され、旧宇ノ気町区域にお住まいの方

開票所・開票時間

かほく市役所 3階 大集会室 3月14日(日) 21時から

問い合わせ先 かほく市選挙管理委員会事務局 283-1111

住民基本台帳の閲覧状況を公表します

平成21年1月1日から平成21年12月31日までの住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況を公表します。

【1】住民基本台帳法第11条第1項に基づく閲覧

No.	国または地方公共団体の機関の名称	請求事由概要	閲覧日	閲覧した住民の範囲	
				地域	人数
1	自衛隊石川地方協力本部	自衛官等の募集に伴う広報	平成21年2月17日・18日	市内全域	378

【2】住民基本台帳法第11条の2第1項に基づく閲覧

No.	閲覧者(受託者)	委託者	利用目的概要	閲覧日	閲覧した住民の範囲	
					地域	人数
1	(株)ビデオリサーチ	日本たばこ産業(株)	全国たばこ喫煙者率調査	平成21年1月7日	七塚	20
2	(社)中央調査社	(株)朝日新聞社	新聞読者基本調査	平成21年6月5日	白尾	18
3	(社)中央調査社	(社)日本新聞協会	メディアの接触と評価に関する調査	平成21年8月7日	外日角	18
4	(株)ヒューマンネット	石川県農林水産部	石川の森林に関する県民意識調査	平成21年9月18日	市内全域	59
5	(社)中央調査社	内閣府大臣官房政府広報室	外交に関する世論調査	平成21年9月30日	浜北	15
6	(社)新情報センター	内閣府青少年インターネット環境整備推進室	青少年のインターネット利用環境実態調査	平成21年10月6日	大崎	20
7	(株)RJCリサーチ	内閣府経済社会総合研究所	家族関係、就労、退職金及び教育・資産の世代間移転に関する調査	平成21年12月9日	宇野気	20

問い合わせ先 市民課 283-1116



平成21年度健診結果速報

— 健診を受けていただきありがとうございました —

今年度の生活習慣病健診・がん検診の結果から、みなさんに知りたいことを一部ご紹介します。

生活習慣病健診結果

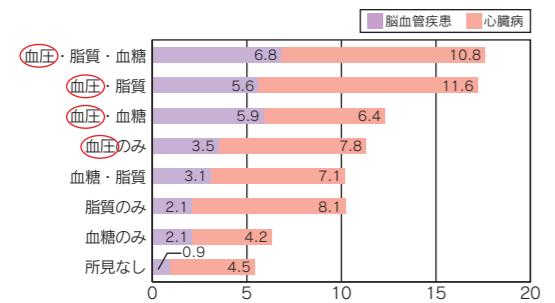
平成21年度生活習慣病健診は40~74歳では2,523人が受診しました。

このうち、既往歴に心疾患のある人が200人(7.9%)、脳血管疾患のある人は93人(3.7%)いました。

心疾患・脳血管疾患の危険因子は…「高血圧」「脂質異常」「高血糖」の三つがトップ

高血圧・脂質異常・高血糖はメタボリックシンドロームの3要因です。かほく市においても、既往歴に心疾患のある人の10.8%、脳血管疾患のある人の6.8%が「高血圧」「脂質異常」「高血糖」の3要因を合わせ持ち、危険因子のトップとなっています。(図1)

図1 メタボリックシンドロームの危険因子(血圧・脂質・血糖検査値異常)と合併症



がん検診結果

がんは、かほく市でも死因のトップを走り続け、平成20年は死亡者全体の33.9%(113人)でした。

図2 平成21年度かほく市がん検診受診率

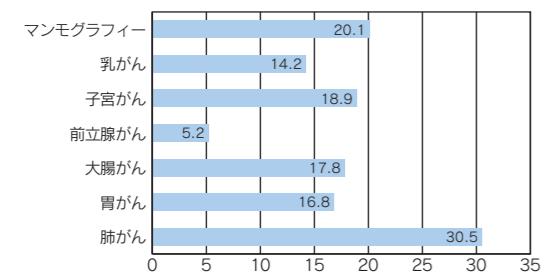
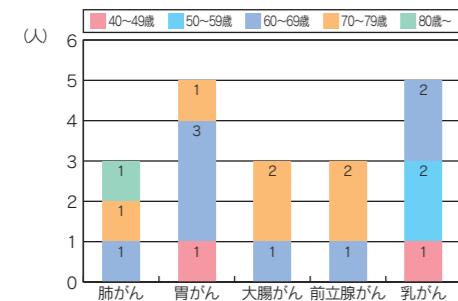


図3 平成21年度がん検診におけるがん発見者数



[問い合わせ先] 健康福祉課 健康推進係(ほのぼの健康館内) 保健師 ☎283-1117

平成22年度より保育料を引き下げます

階層ごとに保育料の見直しを行い、平成22年4月分の保育料より下記のとおり改定します。

階層区分	定義	平成22年度保育料(下段:変更前)		
		0歳児	1・2歳児	3歳以上児
第1	生活保護法による被保護世帯(単給世帯含む)および中国残留邦人等の円滑な帰国の促進および永住帰国後の自立の支援に関する法律による支援給付受給世帯	0 (0)	0 (0)	0 (0)
第2	市・県民税非課税世帯	5,000 (15,000)	4,500 (10,000)	4,000 (7,500)
第3	第1階層および第4階層～7階層を除き、前年度分の市・県民税の額の区分が次の区分に該当する世帯	18,500 (25,000)	14,000 (20,000)	9,600 (15,000)
第4	市・県民税所得割課税世帯	22,000 (25,000)	17,000 (20,000)	12,000 (15,000)
第5	第1階層を除き、前年分の所得税課税世帯であって、その所得税の額の区分が次の区分に該当する世帯	20,000円未満 (30,000)	28,000 (25,000)	20,000 (22,000)
第6	20,000円以上40,000円未満	30,000 (変更なし)	25,000 (変更なし)	22,000 (変更なし)
第7	40,000円以上70,000円未満	31,000 (33,000)	26,000 (27,000)	23,000 (24,000)
	70,000円以上103,000円未満	33,000 (変更なし)	27,000 (変更なし)	24,000 (変更なし)
	103,000円以上413,000円未満	34,500 (変更なし)	28,000 (28,500)	25,000 (25,500)
	413,000円以上	36,000 (変更なし)	30,000 (変更なし)	26,500 (変更なし)

保育園での『休日保育』が始まります

平成22年度より、保護者の就労等により休日(日曜日および祝日)に家庭での保育ができない場合に「休日保育」をご利用いただけます。

○実施保育園 かほく市立新化保育園(かほく市宇野気二65番地1)

○対象園児 6ヶ月～小学校就学前まで、市内保育園に通園している児童。

○利用時間 7時～18時

○利用手続き

①利用を希望される方は、事前に登録が必要です。
②利用登録書により保育に欠けると判断された場合、休日保育承認書をお渡しします。

③ご利用になりたい日の10日前までに、通園している保育園または新化保育園に申し込んでください。

○料金 無料ですが、次の注意点があります。

- (注意点)
・休日保育を利用する場合は平日(月～金)に振替休日を取りいただくことになります。
・平日に振替休日をとることができなかつた場合は、規定の料金を頂くことになりますので、ご注意ください。

○申込・問い合わせ先 各保育園または子育て支援課

[上記に関する問い合わせ先] 子育て支援課 ☎283-7155 FAX283-1115 E-mail kosodate@city.kahoku.ishikawa.jp

不妊治療費の助成についてのお知らせ

かほく市では、子どもを産むことを望みながら不妊症のため子どもに恵まれない夫婦に対して、経済的負担の軽減を図るため、不妊治療費の一部を助成しています。平成21年4月治療分からが対象となり、一般不妊治療は治療開始から1年が経過または治療金額の合計が10万円に達した時点で、特定不妊治療は1回の治療が終了してから石川県の助成を受けた後、なるべく早く申請してください。

治療種類	一般不妊治療	特定不妊治療
治療内容	タイミング療法、薬物治療、手術療法、人工授精など	体外受精、顕微授精
助成金額	最高で 10万円／年	1回の治療につき、石川県の助成額を除いた額で 10万円まで 1年度当たり2回 を限度
助成期間	1回の出産につき、連続する 2年間	1組の夫婦につき、 5年間 (ただし、連続でも隔年でも可)
対象者	①婚姻関係にある夫婦であって一般不妊治療を受けた者 ②治療日から引き続き市内に住所を有する者 ③医療保険に加入している者 ④夫婦合算の年間所得額730万円未満の者	①治療日から引き続き市内に住所を有する者 ② 石川県の助成を受けている者
申請に必要な書類	①一般不妊治療支援事業補助金交付申請書 ②一般不妊治療医療機関受診等証明書 ※ただし、戸籍上の夫婦であることや所得が市の調査で確認できない場合、必要な書類を提出していただくことがあります。	①特定不妊治療支援事業補助金交付申請書 ②石川県に提出した書類の写し ・石川県不妊治療費助成承認決定通知書 ・石川県不妊治療費助成事業の申請に添えた領収書

[相談・問い合わせ先] 健康福祉課母子保健係 ☎283-1117
石川中央保健福祉センター河北地域センター ☎289-2177

県外の医療機関で妊婦・産婦・乳児健康診査を受診された方へ



かほく市では、母子健康手帳交付時に妊婦14回・産婦1回・乳児2回分の受診票を交付しています。ただし、石川県外の医療機関で受けた場合、受診票は使用できませんので、病院窓口でかかった費用をお支払いいただき、後日以下の方で申請してください。

対象	県外の医療機関で受診した妊婦・産婦・乳児健康診査
助成範囲	助成を行うのは各受診票に記載された検査項目の範囲内で、県内で受診票を使用していない回に限ります。また、助成金額には上限があります。
申請方法・期限	・助成を希望する方は、受診する前に申し出をしてください。 ・受診から1年以内に下記の必要書類を持って、健康福祉課まで申請してください。
必要書類	①妊婦・産婦・乳児健康診査費助成金支給申請書(健康福祉課にあります) ②医療機関が発行する領収書 ③母子保健のしおり(結果記入がない場合は母子健康手帳も必要)

[問い合わせ先] 健康福祉課母子保健係 ☎283-1117

インフルエンザを予防しよう！

予防接種助成の申請をお忘れなく！

- 1 4月以降、新型インフルエンザ予防接種費用の払戻しはできません。3月31日までに忘れずに申請してください。

①課税世帯に属する2回目の接種を受けた方

■助成額：2回目接種額2,550円(1回目は全額自己負担です)

■助成方法：償還払い(後日指定口座に振り込みます)

■申請時必要書類(※1)

- ・接種された方の名前が記載された新型インフルエンザ予防接種領収書
- ・新型インフルエンザ予防接種済証

・保護者名義の振込先銀行名、口座番号がわかるもの

・印鑑

②生活保護世帯、市・県民税非課税世帯に属する「健康成人」(18歳(高校生に相当する年齢の者を除く)～64歳)

■助成額：3,600円(全国一律金額。健康成人は1回のみ)

■助成方法：償還払い(後日指定口座に振り込みます)

■申請時必要書類：上記①(※1)の書類を提出し、非課税世帯の是非に関する申請をしていただきます。

- 2 接種前に、接種券の交付申請を3月19日までに済ませ、接種は3月末までに済ませてください。

①生活保護世帯、市・県民税非課税世帯に属する「優先接種対象者」(18歳(高校生に相当する年齢の者を除く)～64歳以外の方)

■助成額：全額助成します。

■助成方法：接種前に接種券の交付を受け、医療機関に接種券を提示ください。

■申請時必要書類：印鑑、健康保険証等本人を証明する物

※国は、1歳未満児への接種は免疫をつけることが難しいため推奨していませんが、有益性とリスクを十分考慮した上で差し支えないものとし、助成も実施しています。

[申請・問い合わせ先] かほく市健康福祉課 ☎283-1117
高松サービスセンター・七塚サービスセンター

～朝から元気！おすすめ朝食レシピ～

充実した1日を過ごすためのスタートとなる朝食は、脳の働きや健康に深い関係があり、朝食の欠食が続くと体の不調や生活習慣病をまねきやすくなります。

今回のレシピは、宇ノ気中学校1年生、金子 思優さんのお母さんから教えていただきました。市では、広報のほか、ケーブルテレビやホームページでも「朝ごはんメニュー」を紹介しています。

チーズ納豆

～材料 4人分～

- | | |
|-------|-----------|
| 納豆 |3パック |
| ほうれん草 |1束 |
| 固形チーズ |3個 |
| しょうゆ |少々 |

～つくり方～

①ほうれん草をゆがいて、1cmほどの長さに切れます。

②チーズは、5mmほどのサイコロ状に切れます。

③納豆に、ほうれん草とチーズを加えて混ぜ、納豆のたれと、お好みでしょうゆを入れて混ぜ合わせます。

～コメント～

※チーズ納豆を、ご飯にかけて食べるだけで、主食・主菜・副菜がそろい、栄養満点です。

※食欲のない朝でも、つるつると食べられる1品です。

※食パンにのせて、軽く焼いておいしいです。





図書館へ行こう!

桃の節句は上巳の節句

3月3日は桃の節句であり、ひな祭りです。一般的に、女の子の行事であると思われています。しかし、上巳の節句は季節の植物から力をもらう『五節句』(「人日(じんじつ)の節句」1月7日、「上巳の節句」3月3日、「端午の節句」5月5日、「七夕の節句」7月7日、「重陽の節句」9月9日)のひとつです。ちょうど桃が咲く時期と重なることから「桃の節句」ともいわれ、桃から自然の生命力をもらって厄災を払います。

そのことから、女性だけでなく人々が元気でいられるための節句ということになりますね。



桃の花

3月の休館日

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

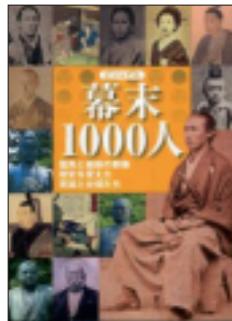
T…高松図書館 N…七塚図書館 U…宇ノ気図書館

図書館員おすすめの1冊

あなたも歴女になりませんか?

『ビジュアル幕末1000人
—龍馬と維新の群像歴史を変えた英雄と女傑たち—』

大石学／監修（世界文化社刊）



時代背景がわかり、各時代を彩る代表的な人物をエピソードとともに紹介。とりあげた人物の運命や時代の流れを一変させた合戦などをわかりやすく解説してあります。



じゃあ、読もう。

親子で絵本タイムはいかがですか? 乳幼児コーナーが充実しました!

七塚図書館児童閲覧室に、新しい絵本書架と絵本がそろいました。子どもたちが大好きなりもの絵本や長く読み継がれている絵本、布絵本など200冊余りが新たに加わりました。布絵本は館内での利用となります。ほかの本は貸出できますので、ぜひご利用ください。



親子仲よく読んでください



文芸の窓

日本中声を合わせたチエンジ劇
種袋集め並べて春を待つ
黄砂つれ春一番が戸をたたく
町会の新年会であれば誰

卒寿なる母の元氣や冬来る
みどり兒の初湯に拳握りしめ
みどり兒の初湯に拳握りしめ

※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

高 松 桥 内 墓 爪
高 松 竹 井 西 田
木 津 口 喜 久
浜 北 井 武 男
北 久 美 子 喜 久
浜 山 泰 勝 利
秋 平 井 勝 利
外 日 田 井 勝 利
七 嶋 信 井 勝 利
宇 野 信 井 勝 利
野 気 信 井 勝 利
金 沢 墓 信 井 勝 利
市 宇 野 信 井 勝 利
横 山 信 井 勝 利
山 宇 野 信 井 勝 利
室 墓 信 井 勝 利
水上 宇 野 信 井 勝 利
増 田 宇 野 信 井 勝 利
金 沢 宇 野 信 井 勝 利
市 宇 野 信 井 勝 利
松 井 宇 野 信 井 勝 利
内 日 角 宇 野 信 井 勝 利
角 宇 野 信 井 勝 利
松 井 宇 野 信 井 勝 利
豊 澄 子 宇 野 信 井 勝 利

俳句

立春の雪とくる庭八つ手の葉風にゆれおり水滴ふふみて
老ひの道行くに恐ること勿れすべては神にお任せの苦
賜わりし寿命は尊し畏みて安けくあれと不動寺に詣づ
湯上がりの髪も凍れる星空に青く光りて冬銀河見ゆ
われに向き一つ山茶花よくゆる甥の悲しさ慰むごとく
売り家かも空家か知らぬ一軒家障子の破れそのままにして
皆去りしふるさとの山眠りいし
湯も能登の魅力よ波の花
初詣白一色に淑氣満つ
志なく八十路迎えし初鏡
孫曾孫十指に余るお年玉
卒寿なる母の元氣や冬来る
みどり兒の初湯に拳握りしめ

短歌

哲学館へ行こう!

ドキュメンタリー映画「地球交響曲ガイアシンフォニー 第四番」上映会のお知らせ

世界各地から、地球のさまざまな姿や、自然と人間に深い思いを抱く人々が登場する映画「地球交響曲(ガイアシンフォニー)」。哲学館では、2007年よりシリーズ第一番から順に上映し、多くの反響をいただきました。引き続きこの映画の第四番を上映します。第四番は「21世紀に生まれ育つ子供たちのために」をメッセージに、生物物理学者、版画家、野生チンパンジー研究家、ビッグ・ウェイブ・サーファーが登場します。大人はもちろん、中高生にもおすすめの映画です。

地球交響曲は、メッセージに共感した人々による自主上映という形で、全国で上映が重ねられています。貴重なこの機会をお見逃しなく！

第四番出演者：

- ・ジェームズ・ラブロック(生物物理学者)
- ・ジーン・グドール(野生チンパンジー研究家)
- ・エリ・ロペス(ビッグ・ウェイブ・サーファー)
- ・名嘉 瞳(版画家)

声の出演：榎木 孝明、木内みどり、内田 稔、榎原 良子、時任 三郎

監督：龍村仁／2001年 上映時間：2時間15分

上映日時：3月22日(月・祝) 10時、13時、16時、19時(4回)

会場：西田幾多郎記念哲学館 哲学ホール

入場料：一般500円(当日券のみ／高校生以下、友の会会員は無料)

※当日は、映画鑑賞券で展示室も観覧できます。



映画鑑賞券の提示で、喫茶テオリア利用が割引になります！

メニュー

- | | |
|----------|-----------|
| ・コーヒー | ・クリームソーダ |
| ・紅茶 | ・ケーキセット |
| ・トマトジュース | ・ピラフセットなど |

シンポジウムのお知らせ

日独哲学交流シンポジウム2010 ~形象の言葉~

ドイツから講師を迎える哲学交流シンポジウムを開催します。

かほく市の姉妹都市提携の由縁となった、西田幾多郎とM.ハイデッガー。各国を代表する二大哲学者を中心に置き、2年に一度開催しているシンポジウムです。

ドイツ語は通訳されますので、お気軽にご参加ください。

日 時：3月21日(日) 13時～18時30分

メインテーマ：形象の言葉／形象を見る—東と西

講 師：高橋 輝暁(立教大学副総長)

小林 信之(早稲田大学教授)

Georg Stenger(ゲオルク・シュテンガー／ドイツ・ヴュルツブルク大学)

Tilman Borsche(ティルマン・ボルシェ／ヒルデスハイム大学)

進行・通訳：山口 一郎(東洋大学教授、ドイツでの教授資格・ハビリタチオン取得者)

会 場：西田幾多郎記念哲学館 哲学ホール

入 場 料：無料

【問い合わせ先】西田幾多郎記念哲学館 ☎283-6600

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!
・3月29日(月) お誕生会
- ☆子育てミニミニ講座 11時～11時30分
・3月10日(火) ベビーふれあいマッサージ(保育士)
対象: 2ヶ月～6ヶ月児 10時30分～ 要予約
・3月11日(水) えほんたいすき(図書館司書)
・3月24日(水) なつかしい母の味(栄養士)
・3月31日(水) 英語 de 遊ぼう(国際交流員)

七塚勤労青少年ホーム内子育て支援センター ☎285-2701

- ☆ラツコちゃん広場 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!
・3月29日(月) お誕生会
- ☆子育てミニミニ講座 11時～11時30分
・3月16日(火) わらべうたで遊ぼう(やまんば)
・3月17日(水) えほんたいすき(図書館司書)
・3月23日(火) 故郷の味にふれてみよう(栄養士)
・3月25日(木) よい生活リズムを作るコツ!(保健師)
- ☆赤ちゃん広場 ~ふれあいあそび~ 10時45分～11時15分
・3月5日(金) 3ヶ月～1歳前後
- ☆保育園開放(なかよし広場) 10時～11時30分
・3月17日(水) すみよし保育園
・楽しいお話しいっぱい!

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
・3月5日(金) ひな祭り 1・2・3月生まれ誕生会
・3月19日(金) お別れ会
- ☆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
・3月3日(火) request
・3月10日(火) request
・3月17日(火) graduation
- ☆幼稚園開放
・3月16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
・3月1日(月) おひなまつり会
・3月8日(月) 園のお友だちとあそぼう
・3月15日(月) おわかれ会
- ☆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の配置日は
3月9日(火)・23日(火) 10時～13時です。

子育て相談

受付時間 13時30分～14時
場所 ほのぼの健康館
3月3日(水)・17日(水)

子どもの予防接種

お子さんの予防接種は順調にお済みですか
とくに、小学校6年生で二種混合(ジフテリア・破傷風)の予防接種をまだ受けていない方は、期限は3月末までですので、体調のいいときに、早めに受けください。

※MR(麻疹・風疹)予防接種
生後1～2歳未満と高校3年生・中学校1年生・年長児は3月末までに接種してください。

体力チェック

●3月2日(火)・16日(火) 13時30分
●3月12日(金)・26日(金) 9時30分
※予約が必要です。時間厳守でお集まりください。

マタニティ教室(妊婦教室)

●3月7日(日)(両親学級 歯科検診も同時に実施)・17日(水) 対象 妊娠中期の妊婦

食育教室【第3回 Mama's クッキング】参加者募集

第3回Mama's クッキングは、またまた魚料理に挑戦します。そして、今回もかほく市ヘルスマイトさんが調理技術や食生活ポイント、調理のアドバイスを致します。また、調理実習だけでなく食育ミニ講話も予定しています。ぜひ、お気軽にご参加ください。

対象者 おおむね40歳未満の女性

参加費 200円(材料費)

日時 3月26日(金) 10時～13時

場所 ほのぼの健康館

内容 ・子どもは食事で変わるのか?
・調理実習と試食

定員 15人(先着順)

申込締切 3月11日(水) 参加希望の方は下記まで申込ください。

※保育ママによる託児ルームを設けますので、小さなお子さん連れの方も安心してご参加ください。
(定員がありますので事前にご相談ください)

[問い合わせ先] 健康福祉課母子保健係 ☎283-1117 FAX283-4116



3月のカレンダー

日	曜日	主な行事やお知らせの内容
3月1日	(月)	○国民健康保険税 第10期納期限 ○固定資産税・都市計画税 第4期納期限 ○本会議(10:00、議場)
2日	(火)	
3日	(水)	
4日	(木)	○心配ごと相談(13:30~16:00、ほのぼの健康館)
5日	(金)	
6日	(土)	○小林敏明講演会(14:00、哲学館)
7日	(日)	○第6回かほく市制施行記念競走大会(8:00 開会式、9:30 スタート、宇ノ気小学校体育館) +木島脳神経外科クリニック 津幡町北中条 ☎289-7430 +宇野気医院(内・小) かほく市宇野気 ☎283-0103
8日	(月)	
9日	(火)	○本会議(一般質問)(10:00、議場) ○手話通訳支援員設置日(10:00~12:00、ほのぼの健康館)
10日	(水)	○本会議(一般質問予備日)(10:00、議場) ○法律相談(13:30~16:00、ほのぼの健康館)[無料・予約制・先着順]
11日	(木)	○総務常任委員会(9:00、議会会議室) ○心配ごと相談(13:30~16:00、ほのぼの健康館)
12日	(金)	○市民文教常任委員会(9:00、議会会議室)
13日	(土)	○中学校卒業式(9:30、各中学校) ○天体観望会(20:00~21:00、七塚生涯学習センター) ○寸心読書会(14:00、哲学館)
14日	(日)	○石川県知事選挙投票日(7:00~20:00) +中田内科病院(内・呼・循・消) かほく市内日角 ☎283-1121 +酒井医院(内・小・外) 津幡町加賀爪 ☎289-2006
15日	(月)	○産業建設常任委員会(9:00、議会会議室) ○心配ごと相談(13:30~16:00、高松社会福祉センター) ○確定申告、市・県民税申告最終日
16日	(火)	
17日	(水)	○本会議(10:00、議場)
18日	(木)	○心配ごと相談(13:30~16:00、ほのぼの健康館・七塚健康福祉センター)
19日	(金)	○小学校卒業式(9:30、各小学校)
20日	(土)	○春季火災予防運動(~26日)
21日	(日)	春分の日 ○火災防ぎよ合同訓練(7:00、外日角小) ○日独哲学交流シンポジウム(13:00、哲学館) +かねだ医院(内・神経内) かほく市高松 ☎281-1164 +一林医院(内・小) 津幡町庄 ☎289-2002
22日	(月)	振替休日 ○映画「地球交響曲・ガイアシンフォニー第四番」上映会(10:00、13:00、16:00、19:00、哲学館) +らいふクリニック(内) かほく市白尾 ☎283-6200 +サンクリニックやまだ(小・内) 津幡町鷲端 ☎289-3929
23日	(火)	○手話通訳支援員設置日(10:00~12:00、ほのぼの健康館)
24日	(水)	
25日	(木)	○心配ごと相談(13:30~16:00、ほのぼの健康館)
26日	(金)	
27日	(土)	○天体観望会(20:00~21:00、七塚生涯学習センター)
28日	(日)	+カセノ内科医院 かほく市木津 ☎285-0008 +上島クリニック(婦・産・内) 津幡町清水 ☎289-2233
29日	(月)	
30日	(火)	
31日	(水)	
4月1日	(木)	○心配ごと相談(13:30~16:00、七塚健康福祉センター)
2日	(金)	
3日	(土)	
4日	(日)	+浅野医院(内・小) かほく市宇野気 ☎283-0002 +秋山クリニック(胃・内・肛門) 内灘町ハマナス ☎286-8843
5日	(月)	

消費生活相談コーナー

「個人情報」

むやみに教えて!

知らない業者からダイレクトメールが届くのはなぜ?

学校の卒業生名簿や会社の社員名簿などのほか、アンケートなどに答えたことで収集されてしまったり、また、インターネットなどの通信販売を利用する際に「クレジットカード」、「預金通帳」の番号など自ら提供してしまったりするときもあります。

「キャッシュバック」「ポイント還元」などが魅力で、二度と行かないかもしれないお店のカードをつくることもあるかもしれません。原因はさまざまです。

事業者は取得した個人情報を適正に管理しなければなりませんが、過去のデータが事業者のグループや関連会社で使われていたり、第三者から購入することなど適正に管理されないことがあると考えられます。

消費者は自分の個人情報をむやみに提供しないよう「自分の情報は自分で守る」という意識が必要です。

もし、身に覚えのないダイレクトメールなどが届いた場合は、必要がなければ無視し、自分から連絡などしないようにしましょう。



無料相談

●かほく市消費生活相談窓口

商工観光課消費生活係(高松庁舎内)

☎076-281-3922

●石川県消費生活支援センター

☎076-267-6110



日本司法支援センター

法テラスは国が設立した公的な法人です

法的トラブルでお困りの方

0570-078374

通話料: 全国一律3分8.5円(PHS・IP電話からは03-6745-5600)

平日9:00~21:00 土曜日9:00~17:00

法テラスは、法的トラブル解決のきっかけとなる情報やサービスを提供する公的な法人です。
法的トラブルかどうかわからない場合も、お気軽にお電話ください。

(1) 相談内容に応じた制度や手続きをご案内します。

利用者からの相談内容に応じて、紛争解決のための法制度や手続きをご案内しています。具体的には債務整理の一般的な方法のご紹介や、裁判手続きなどのご案内となります。

弁護士や司法書士等が、個々のトラブルの内容に応じて法的判断を行い、解決方法をアドバイスするという法律相談とは異なります。

どんな相談でも結構ですので、気軽にご連絡ください。

(2) 必要に応じて弁護士等におつなぎします。

利用者からの相談内容に応じて、必要な場合には、電話を弁護士におつなぎしています。

※コールセンター内の弁護士におつなぎする場合

弁護士から直接、一般的な法律の制度や手続きなどに関するアドバイスを受けられます。

個々のトラブルの内容に応じて法的判断を行い、解決方法をアドバイスするという法律相談とは異なります。

(3) 様々な相談窓口をご案内します。

利用者からの相談内容に応じて、最適な相談窓口をご案内しています。

電子メールによる問い合わせも受け付けています。詳しくは法テラスホームページをご覧ください。

<http://www.houterasu.or.jp/>

平成22年 1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	H22.1.8	漏水修繕に伴う舗装本復旧工事(その2)	かほく市内一円	2,289,000	丸建道路(株)
2	H22.1.8	搖れやすさマップ作成業務	かほく市内一円	4,725,000	株日本海コンサルタント
3	H22.1.22	かほく市立外日角小学校通学路改良工事	かほく市外日角地内	4,709,250	株麝香重機建設
4	H22.1.22	横山駅西口駐輪場整備工事	かほく市横山地内	7,297,500	株吉井組
5	H22.1.22	かほく市立外日角小学校外部倉庫改築工事	かほく市外日角地内	3,307,500	有内潟建設
6	H22.1.22	公共下水道枝線管渠工事(9工区)	かほく市白尾地内	2,415,000	株三宝
7	H22.1.22	中沼高区間送水管布設工事(その2)	かほく市中沼地内	9,660,000	有沢田電興社
8	H22.1.22	中沼高区間送水管布設工事(その3)	かほく市中沼・長柄町地内	9,345,000	有岡本ポンプ
9	H22.1.22	中沼高区間送水管布設工事(その4)	かほく市長柄町地内	8,610,000	有金田設備工業
10	H22.1.22	中沼高区間送水管布設工事(その5)	かほく市長柄町地内	8,557,500	有高津工業
11	H22.1.22	中沼高区間送水管布設工事(その6)	かほく市長柄町地内	9,481,500	有西盛電気設備
12	H22.1.22	かほく市立小中学校理科・算数・数学備品購入	かほく市内一円	13,335,000	杉本理科(株)



〈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!!

食生活改善ボランティア活動

かほく市には、食生活改善推進員(食改またはヘルスマイト)という食生活改善を目的に活動をしているボランティアの皆さんいます。

主に、地区や町内会単位で郷土料理やカルシウムアップ、朝ごはん推進の活動を、講話や試食等を通して行っています。最初は、自分の健康管理のために食事バランスなどについて学習会等を通して学ぶことから始まり、自分の時間にゆとりがあれば、習ったことを友達、隣近所の方、地域の方へ広めていくという活動です。

推進員になるには、20時間以上の講義を受けることが必要です。かほく市でも1年に一度「市民食育講座」と併用して食改善推進員養成講座を開催していますので、興味のある方はぜひご参加ください。

食改さんの食育活動



☆学習会☆



☆子どもクッキング☆



☆Mama's クッキング☆



☆地域活動☆

その他にも、伝承料理教室、乳製品を使った料理教室等の教室も開催しています。

[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

「出 会いがないんじゃなくて、相手に切
られているんだよ」立志式記念講演
会での一コマ。なんでも出会いがないとなげ
く友だちにかけた言葉だそうで、出会ってい
ても、相手に切られれば出会うことになら
ないとのお話をしました。▶年ごろ(?)の私には
とても深い言葉です。▶取材でたくさんの方
とお会いします。これからもすてきな出会い
ができるようがんばります。(に)

10 ページに耳より情報。4月から市立
保育園の保育料が(家庭によってです
が)値下げになります。▶これまで7階層に
分かれていたのを、階層の中でも所得税の額
によって2段階に分けて、合計10段階になります。▶たとえ月額500円であっても、子育
て世代には助かります。▶我が家には保育園
児はいませんが、「子ども手当」の方はセーフ。
できれば満額に!といきたいところですが、
それは無理なようです。(な)

平成22年2月1日現在

かほく市の人口

(前月比)

合 計	35,210 人	(-34)
男 性	16,937 人	
女 性	18,273 人	
世帯数	11,310 世帯	(+ 5)

今日から始めよう エコアクション★

未来が変わる。
日本が変える。
チャレンジ
25

★あなたのチャレンジが社会を変える

— 6つのチャレンジ —

地球温暖化をとめるには、企業や個人の「チャレンジ」が必要です。地球温暖化防止のために、ぜひチャレンジャーになってください!!

チャレンジ1 「エコな生活スタイルを選択しよう」

クールビズ、ウォームビズ、MYバッグ、… etc。きっと、温暖化防止のエコアクションをもう始めていますね?

チャレンジ2 「省エネ製品を選択しよう」

購入時に迷ったときは、より「エネルギー効率の高い製品」を選択!

チャレンジ3 「自然を利用したエネルギーを選択しよう」

太陽。風。水。自然界に存在する力を利用することは、温暖化をとめる一つの方法です。

チャレンジ4 「ビル・住宅のエコ化を選択しよう」

心地よい快適な空間をつくることが、実はエコ?! 新築時やリフォーム時に外壁などを高断熱構造にしたり、窓を複層ガラスにしたりなどのエコリフォームを。

チャレンジ5 「CO₂削減につながる取組を応援しよう」

CO₂削減につながる、様々な社会の取組を知ってください。そしてこの温暖化防止の心強い取組を、応援してください。

チャレンジ6 「地域で取り組む温暖化防止活動に参加しよう」

仲間や地域の人たちとともに、温暖化防止にチャレンジしましょう。

[問い合わせ先]

「チャレンジ25」キャンペーンホームページ
<http://www.challenge25.go.jp/index.html>

消防 コーナー

老朽化消火器の一斉回収について

※専門業者が
回収・販売致します。

●回 収 日 1回目 平成22年3月14日(日) 10時~12時
2回目 平成22年3月21日(日) 10時~12時

●回収場所 かほく市内日角3丁目1番地 かほく市消防本部
かほく市高松才21番地1 かほく市消防署高松分署

【回収対象および留意事項】

- (1)容器外面に腐食の発生や変形が確認されるもの。
- (2)安全栓を抜かず、かつ、レバーを握らないこと。
- (3)回収に係る費用は、**消火器を廃棄しようとする人の個人負担です。**(1本1000円税込み)

ただし新品を購入される方は廃棄料サービスです。

- (4)今回の老朽化消火器の一斉回収に伴い、**これに便乗した不適正な消火器の点検や販売に注意してください。**

次のような消火器は強度上危険があります。

- 古い……………消火器の耐用年数は、おおむね8年。
- 腐食している……新しくても多湿のところへ置いている消火器は、サビにより、使用の際、破裂することがあります。
- 変形している……新しくても変形している消火器は、使用の際、破裂することがあります。
- キズがある……新しくてもキズのある消火器は、使用の際、破裂することができます。

住宅用火災警報器設置しましたか! 義務化されています。

一般住宅等(アパート等も含む)設置しなければならない場所

- ①就寝に使用する部屋(寝室)および、就寝に使用する部屋
がある階の階段の踊り場の天井または壁に設置します。
②就寝に使用する部屋(寝室)が1階および3階にある場合、1階および3階の階段に設置します。



[問い合わせ先] 消防本部 予防課 ☎283-3585

みなさんの家庭に
不用なものはありますか?
登録しませんか!

不用品情報ダイヤル登録状況

—無料— 2月19日現在

譲ります	譲ってください
・キヤノン英文タイプライタ(印字テープ付)	・自転車(大人用)
・こたつ布団(丸型直径185cmピンク)	・ワープロ
・灯油ボリタンク18ℓ 3個	・鳥かご
・電動マッサージチェア	・電気毛布
・ジュニアシート	
・ゴルフセット	
・子ども用自転車(16インチ)	

- ・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ヶ月間です(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

河北都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
3月6日(土)	ガラスモザイクアート (ピンのかけら工作)	500円
3月13日(土) 4月10日(土)・24日(土)	手作りガラスビーズ (とんぼ玉作り)	1,000円
3月14日(日) 4月11日(日)・25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
3月20日(土) 4月17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

詳しい内容のお問い合わせ・ご予約は河北都市広域事務組合「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>

3月の番組案内

[番組は、毎週金曜日の夜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！(締切毎月末)
※クイズの放送時間 7:33、11:33、15:33、20:33、深夜0:33の5回



除雪作業撮影中

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。(内容は2週間ごとに更新、放送時間は毎週変更します)

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)

「かほく市政座談会」 2/14

各種女性団体連絡協議会主催の市政座談会の様子をお送りします。女性の視点からみたかほく市の課題について、活発な意見が出されました。

「第6回かほく市制施行記念継走大会」 3/7

第6回目を迎える市制施行記念継走大会。スタート前や中継所での各チームのインタビューをまじえ、13.5kmのタスキリレーをお送りします。

「第1回かほく市議会定例会」 3/1、9、17

提案理由説明、一般質問および最終日の模様を生放送でお送りします。生放送の間は、通常の番組は放映されませんのでご了承ください。(時間帯：おおむね10時~14時) 後日、録画でもお送りします。

アナログテレビでライトプラン相当をご覧になっている方へ —2011年7月24日までに地デジ対策を—

アナログテレビをケーブルテレビに接続しただけでは、地デジ対応にはなりません。NHKや民放などをご覧の時、テレビの右上に「アナログ」の表示がないかご確認ください。①地デジ対応のテレビに買い換える②地デジチューナーをアナログテレビに取り付ける③地デジチューナー内蔵録画機(DVDレコーダーなど)を接続する、など何らかの地デジ対策をお願い致します。

引き落とし案内のハガキは変更があった月のみ届きます

料金の引き落とし案内のハガキは、金額の変更があった月のみお送りしています。月々の引き落としについては、お手数ですが通帳を記帳してご確認くださるようお願い致します。

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



かほく市ケーブルテレビ
ネットワーク

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	
5:00	映像特集 A	かほく市政座談会(前半) ほか
5:30	映像特集 B	かほく市政座談会(後半) ほか
6:00	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	
6:30	映像特集 C	第6回かほく市制施行記念継走大会
7:00	映像特集 D	かほくの風景「卒業式」 ほか
7:30	こちらかほく市情報局 (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 哲学館イベント案内「ガイアシンフォニー予告編」 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	3/1、9、17 第1回
10:30	映像特集 B	かほく市議会 定例会 生中継
11:00	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	(詳細時間は未定)
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	第1回 かほく市議会 定例会 録画
22:30	映像特集 B	(詳細時間は未定)
23:00	かほく市からのお知らせ(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)	

※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)で最新情報がご覧いただけます。

「わが家のアイドル」大募集!!

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

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