



カニの季節がやって来た!

主な  
内容

- ドイツ・メスキルヒ市交流事業 ..... 2
- かほく市表彰式 ..... 4
- まちの話題 ..... 8
- かほく市からのお知らせ ..... 15
- くらしの情報 ..... 28
- かほくチャンネル番組ガイド ..... 36



11月15日のさよならパーティーにて

訪問団員を受け入れてくれたホストファミリーの皆さん

【高松中学校】

- 真田 拓実ファミリー (訪問団員：フレデリック・ヘアツさん)
- 白江 陽ファミリー (訪問団員：フランカ・ピンケレさん)
- 竹中 右迅ファミリー (訪問団員：ユリウス・プレヒトさん)

【河北台中学校】

- 潮川 琳太郎ファミリー (訪問団員：ミハエル・ブルームさん)
- 麴香 李都ファミリー (訪問団員：メリンダ・レンナーさん)
- 米谷 月那ファミリー (訪問団員：フィン・ブルトゥッさん)
- 鈴木 凜々ファミリー (訪問団員：エレナ・イエルクさん)

【宇ノ気中学校】

- 岩本 莉佳ファミリー (訪問団員：アンネ・ワイデレさん)
- 寺内 望未ファミリー (訪問団員：ロンヤ・シャッツさん)

【引率者受入】

- 中田 節子ファミリー (訪問団員：マリオ・ミーロシュさん)

- 山本 憲伸ファミリー (訪問団員：デヴィン・ワルターさん)
- 山田 莉沙ファミリー (訪問団員：セダ・ウザーさん)
- 西田 和薫ファミリー (訪問団員：レオニ・ヌファーさん)

- 酒井 真歩ファミリー (訪問団員：レナ・エラトゥさん)
- 虎谷 この葉ファミリー (訪問団員：マラ・シュトレレさん)
- 志築 咲英ファミリー (訪問団員：サーラ・リーガさん)
- 高井 美和ファミリー (訪問団員：アンカトリン・キルレさん)

- 新蔵 将利ファミリー (訪問団員：タレク・ツヴィックさん)
- 長田 望歩ファミリー (訪問団員：イロナ・マルカーさん)

- 松本 吉雄ファミリー (訪問団員：アンネマリー・ディーナさん)

アンネ・ワイデレさんに質問！

Q. 日本に来て驚いたことは？

A. 学校訪問をしたときに、生徒たちが自分で学校の掃除をしていたことにびっくりしました。ドイツの学校は掃除をするスタッフがいて生徒は掃除をしません。

岩本 莉佳さんに質問！

Q. ホストファミリーとして心がけていたことは？

A. 英語は家族全員あまり得意ではなかったのですが、会話をしてできるだけコミュニケーションを取ろうとしました。楽しんでもらえるような取り組みを家族全員で考え、着物を着たり、金沢の観光名所を回ったり、ホストファミリー同士で活動をしたりしました。

フィン・ブルトゥッさんに質問！

Q. 今回の訪問で楽しかったことは？

A. 子どもたちと過ごせた幼稚園が1番楽しかったです。学校訪問で同世代の子たちがどんなことをしているのか見学できたこともすごく楽しかったです。

米谷 月那さんに質問！

Q. ホストファミリーを経験して気持ちの変化は？

A. 英語を上手く話せないで、今まで話すことは難しいと思っていましたが、ジェスチャーを使えば色々コミュニケーションが取れるとわかったので、これからはもっと交流していきたいと思いました。



アンネ・ワイデレさん  
岩本 莉佳ファミリー



フィン・ブルトゥッさん  
米谷 月那ファミリー

マリオ・ミーロシュ先生より

かほく市での一週間が惜しくもあっという間に過ぎてしまいました。

最初は、言葉が通じなくてお互いに困ったりすることもあったのではないのでしょうか。それでも生徒がすぐ新しいお家になじめたのは皆さんのおもてなし、心の温かさや、お気遣いのおかげです。かほく市は故郷から遠く離れたもうひとつのお家になりました。期間中、生徒たちは言語なしでのコミュニケーションを学ぶことができました。

様々な経験をさせていただき、感謝申し上げます。心の温かさとおもてなしはぜひ恩返ししたいので、できるだけ多くの方がいつかメスキルヒ市へ来てくださることをお待ちしております。日本の訪問団が来年メスキルヒ市へ来ることを楽しみにしています。

油野市長をはじめ、かほく市の皆さま、国際交流協会の皆さま、そして今回の交流を支えて応援してくださいました数え切れない方々に感謝しています。

特にホストファミリーの皆さまに感謝いたします。生徒のお世話をさせていただかなければ、この交流はできませんでした。どうもありがとうございました。またお会いしましょう。



# ようこそ かほく市へ！

Willkommen in der Stadt Kahoku!

～姉妹都市交流 ドイツ・メスキルヒ市 青少年訪問団を迎えて～

かほく市の姉妹都市であるドイツのメスキルヒ市青少年訪問団20人が、11月8日から16日までかほく市を訪れ、かほく市国際交流協会の協力を得て、9日間の滞在期間の受け入れを行いました。

一行は8日に関西国際空港へ到着し、京都視察後にかほく市へ到着。その夜の対面式では若干緊張気味の中、20家庭におよぶ大勢のホストファミリーに迎えられ、交流がスタートしました。

期間中は、市役所での油野市長らへの表敬訪問、PFUプロデューサー・西田幾多郎記念哲学館・つみっこランド七塚の見学、能登・金沢方面の施設見学、グラウンドゴルフ体験、市内のお寺での数珠づくり体験、市内3中学校・外日角小学校の授業体験、木津幼稚園の園児との交流、かほく市消防本部の見学などを行いました。

市内3中学校では、ホスト生徒と訪問団生徒と一緒に登校する通学体験をしたあと、各中学校の授業に参加しました。高松中学校では、日本美術に触れる授業として国宝である「風神雷神図屏風」を見て生徒それぞれが面白い感じたことを話し合いました。

河北台中学校では、お茶と日本の昔遊びを体験し、日本文化に触れたあと、学校給食も体験しました。

宇ノ気中学校では、音楽の授業に参加、琴の演奏を体験し、部活動として日本武道の剣道を体験しました。

訪問団にとって最後の晩、15日のさよならパーティーでは、河北台中学校吹奏楽部が演奏を披露し、訪問団側も歌と楽器の演奏を披露して、大変な盛り上がりを見せました。

16日朝のホストファミリーとのお別れは少し寂しくなりましたが、再会できることを願いつつ元気に送り出しました。



かほく市を訪問中のメスキルヒ市 青少年訪問団の皆さん

# 平成29年度 かほく市表彰式

10月28日、河北台中学校講堂においてかほく市表彰式を開催し、顕彰者表彰及び教育委員会表彰の授与を行いました。

## 顕彰者表彰

かほく市表彰条例の規定に基づき、地方自治、教育文化、産業経済等の分野において、合併前も含めて、本市の発展に寄与された方を表彰するものです。



(左から) 櫻井 末男さん、長男 櫻井 信男さん、岩井 武由さん、油野市長、細井 昭勝さん、佐竹 玲奈さん母 佐竹 美雪さん

〔個人〕  
・岩井 武由さん (高松)

高松中町々会長及びかほく市町会区長会連合会副会長などを歴任し、永きにわたり地方自治の進展と地域社会の健全な発展に貢献された功績により表彰されました。

・細井 昭勝さん (宇野気)

宇ノ気町及びかほく市議会議員、宇ノ気町消防団員並びに宇ノ気町監査委員などを歴任し、永きにわたり地方自治の進展と地域社会の健全な発展に貢献された功績により表彰されました。

・櫻井 末男さん (遠塚)

七塚町及びかほく市議会議員、遠塚区々長並びに七塚町防犯委員会委員などを歴任し、永きにわたり地方自治の進展と地域社会の健全な発展に貢献された功績により表彰されました。

・佐竹 玲奈さん (宇野気)

トランポリン2017ワールドカップ(ローレ大会)女子シンクロナイスド競技において優勝を果たし、市民に深い感動を与え、本市の名声を高めた功績により表彰されました。

## 教育委員会表彰

### 「教育功労賞」

かほく市教育委員会表彰規程に基づき、学校教育、社会教育及び社会体育の振興に關し、特に顕著な業績又は功績があった個人・団体を表彰するものです。

〔個人〕

・川瀧 健治さん (七窪)

宇ノ気町青少年育成センター少年補導委員、かほく市少年愛護センター少年愛護委員を歴任し、また、石川県警察本部委嘱の少年補導員としても尽力され、地域の青少年の非行防止、青少年健全育成に貢献された功績により表彰されました。

〔団体〕

・おはなし円グループ

絵本や紙芝居などの読み聞かせを実施されているほか、旧三町に伝わる民話・偉人伝の紙芝居の制作やデジタル化など、後世に伝えていく活動を展開し、読書活動の推進とふるさと教育の充実に貢献された功績により表彰されました。

・かほくおはなしボランティアやまんばん

おはなしボランティアの育成を目的とした研修会を開催し、読み聞かせ技術の向上に尽力されたほか、読み聞かせやおはなし会を行い、読書活動の推進とおはなしボランティアの育成に貢献された功績により表彰されました。

・絵本サークルそらいろのたね

わらべうたや手遊び、絵本の読み聞かせなど、親子で一緒に楽しむ機会を提供するほか、乳幼児の保護者の要望に応じた活動を展開するなど、乳幼児期における読み聞かせの大切さの啓発と読書活動の推進に貢献された功績により表彰されました。

### 「栄光賞」

かほく市教育委員会表彰規程に基づき、芸術文化及びスポーツの分野において、全国規模の大会で特に顕著な成績を収めた個人・団体を表彰するものです。

〔個人〕

- ・植谷 弘一さん (内高松 サッカー)
- ・内瀧 侑杏さん (外日角 ソフトテニス)
- ・宮下 謙輔さん (七 窪 バスケットボール)
- ・河村 拓己さん (下山田 トランポリン)
- ・三宅 基実さん (高松 水泳)
- ・高井 紀衣さん (外日角 ソフトテニス)
- ・山越 章子さん (横山 グラウンド・ゴルフ)
- ・三宅 昌彦さん (高松 水泳)
- ・中田 清さん (高松 グラウンド・ゴルフ)
- ・今 重信さん (高松 グラウンド・ゴルフ)
- ・赤倉 和子さん (上田名 なぎなた)
- ・梶田 飛鳥さん (七 窪 なぎなた)



(左から) かほくおはなしボランティアやまんばん 代表 細川律子さん、川瀧 健治さん、山越教育長、おはなし円グループ代表 三嶋 幸子さん、絵本サークルそらいろのたね 代表 竹内久美子さん



大盛り上がりのゴルゴ松本さんによる記念講演会「出張！ ゴルゴ塾 命の授業」



シャンシャンとIoT展示コーナー(下)



# 第14回 かほく市生涯学習フェスティバル

10月28日(土)・29日(日)の2日間にわたり、第14回かほく市生涯学習フェスティバルが河北台中学校周辺を会場に開催されました。

お笑いコンビTIMのゴルゴ松本さんを講師に迎えての記念講演会では、漢字の話を中心とした「命の授業」を繰り広げ、最後はおなじみの「命」のポーズを披露して会場を沸かせました。

芸能発表ステージでは、中学校吹奏楽部と市吹奏楽団による100人バンドの演奏を皮切りに、多くの市民の皆さんが日頃の練習の成果を披露し、ステージを盛り上げました。

その他の会場では、文化協会員やさまざまなグループの力作が多数展示されたほか、健康まつりや図書館まつり、模擬店、クイズラリー、フリーマーケット等にぎわいました。



各種作品展示



児童劇団 櫻井三郎左衛門一座による演劇



中学校吹奏楽部と市吹奏楽団による100人バンドの演奏

# 佐竹玲奈さん 世界一！



架谷副市長と握手する佐竹さん (11/20)

佐竹 玲奈 (さたけ れいな)

宇ノ気クラブ～星稜高校～日本体育大学～  
現在 アポロメディカルホールディングス株式会社

9月29日から30日に行われた2017ワールドカップローレ大会(ポルトガル)において、かほく市出身の佐竹玲奈さんが女子シンクロナイズド競技(佐竹・土井畑ペア)にて見事優勝。世界一位という素晴らしい栄冠に輝きました。

シンクロナイズド競技とは2人編成のチームが平行に置かれた2台のトランポリン台で同時に演技を行う競技で、演技点、難度点に加えて同調性が重要となります。

大会当日は日々練習している台とは違い、少し戸惑ったとのことでしたが、今までやってきたことを発揮するだけだと自身に言い聞かせ、土井畑さんと息の合った演技をすれば大丈夫と励ましながら演技に臨まれたそうです。

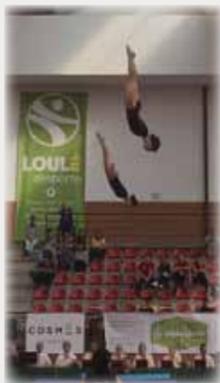
その結果、安定した演技を見せ、昨年初出場3位の成績を上回り、見事優勝を果たしました。

佐竹さんは、小学1年生からトランポリンを始め、ジュニア時代からこれまでに数々

の大会で輝やかなしい成績を収めてきました。

現在はS強化指定選手に選ばれ、国内外で開催されている大会で活躍する中、トレーナーとして後進の育成にも取り組んでいます。

副市長との対談では「練習時間がなかなか取れない中、今できることを精一杯やることにしています。これからも皆さんの応援を力にして頑張ります。」と力強く語られました。これからも佐竹さんの活躍から目が離せません。



びったりと息の合った大会での演技

## 第48回ジュニアオリンピック

### 陸上競技大会女子A 走高跳

# 亀田実咲さん 優勝！



映像提供：日本陸上競技連盟



自己ベストを更新して  
獲得した金メダル

油野市長に喜びの優勝報告 (10/30)

10月28日、第48回ジュニアオリンピック陸上競技大会が横浜市の日産スタジアムで行われ、亀田実咲さん(宇ノ気中学校)が女子A(中学校3年生の部)走高跳において、自己ベストを2cm更新する1m70cmを跳び、見事優勝しました。

## 大分で頑張っています！

### かほく市出身のフリーガー

# 田村龍太郎さん



バサジイ大分で中心選手として活躍中

FC湖北〜遊学館高校〜かほくFCメアール出身のフットサル選手。2010シーズンにフリーグデビューを果たし、デウソン神戸やステラミーゴいわて花巻を経て、2012年から「バサジイ大分」に所属。今年の9月3日に通算200試合出場の快挙を達成しました。

帰省時は自主トレを兼ねて、かほくFCメアールの練習にも参加しています。

## 平成 29 年度 環境ポスターコンクール優秀作品決定！

10 / 24

かほく市内の小学生を対象に夏休み期間中に環境問題をテーマとした作品を募集したところ、156 点の応募があり、その中から各部門の最優秀賞、優秀賞が選ばれました。

最優秀賞に選ばれた作品は、ポスターにして町内会・区および公共施設に掲示され、環境問題を呼びかけます。

11 月 15 日には市長室において表彰式が行われました。



(左から) 山口 紗那さん、山本 莉子さん、油野市長、  
山本 瑛太さん、碓井 亜美さん

### 【小学校高学年の部】

最優秀賞 山本 莉子さん (外日角小学校 5 年)

優 秀 賞 碓井 亜美さん (高松小学校 6 年)

### 【小学校低学年の部】

最優秀賞 山本 瑛太さん (宇ノ気小学校 3 年)

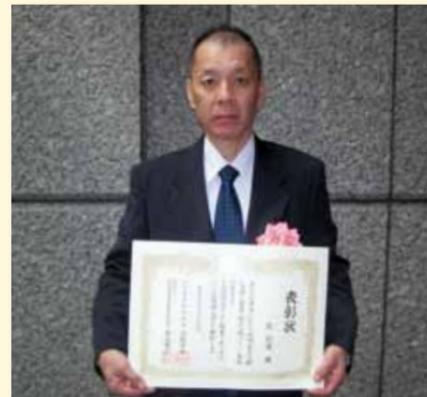
優 秀 賞 山口 紗那さん (高松小学校 3 年)

## 石川県防犯功労表彰

10 / 4

石川県防犯功労表彰式が石川県警察本部で行われ、かほく市から北利廣さん (高松) が功労者表彰を受賞しました。

長年、防犯委員として防犯活動に尽力された功績が認められました。



北 利廣さん

## 都市緑化及び都市公園等整備・保全・美化運動における 都市緑化功労者の知事表彰

10 / 30

都市緑化及び都市公園等の整備・保全・美化運動に貢献し、顕著な功績のあった団体および個人を表彰する「平成 29 年度都市緑化及び都市公園等整備・保全・美化運動における都市緑化功労者」の知事表彰が石川県庁で行われました。

かほく市からは気屋区、木津グラウンドゴルフ愛好会が受賞し、谷本県知事から感謝状と記念品が贈られました。

また、11 月 1 日には 2 団体の役員が受賞報告のため、油野市長のもとを訪れました。



(左から) 木津グラウンドゴルフ愛好会西谷事務局長、  
高橋会長、油野市長、村本気屋区長、西山副区長

## KAHOKU MUSIC FES. 2017 を開催！

10 / 28 ~ 29

今年で 2 回目の開催となる音楽の祭典「KAHOKU MUSIC FES. 2017」がイオンモールかほくに開催されました。

1 日目はかほく市の特産品があたる PR ステージや宇ノ気小学校 5 年 高崎光くんのブレイクダンスが披露されたほか、2 日目には 4 組のアーティストによるライブが開催され、イオンモールかほくの会場中に素敵な歌声が響き渡り、本当のライブ会場さながらに観客の皆さんも盛り上がりました。

かほく市観光物産協会会員による物産展も同時開催され、かほく市内外のお客様に繊維製品や特産品を販売するなどかほく市の物産を PR しました。



高崎くんのブレイクダンス



多くの方が訪れました！



同時開催の物産展もにぎわいました！



かほくのご当地グルメは人気！

## いしかわ食のてんこもりフェスタに参加

11 / 5

いしかわ食のてんこもりフェスタがいしかわ四高記念公園で開催され、かほく市からは「かほくコロッケ」とプレミアム登豚「豚輝」を使用した「豚輝ウインナー」が参加しました。

県内各地の「地域おこしのご当地グルメ」が一堂に会し、各店自慢のメニューが提供され、県内からは 18 グルメ団体に加え、タイやオーストラリアのご当地グルメなども加わり、合わせて 24 ブースが並び、会場内は大いににぎわっていました。

## 海・山・里のおいしい秋の味覚が勢揃い

11 / 12

かほく四季まつり～かにカニ合戦 海の幸・山の幸まつり～が七塚生涯学習センター駐車場で盛大に開催されました。

焼きガニの香ばしい香りが立ちこめる会場には、解禁間もない「加能ガニ」を求め、かほく市内外から多くの方が来場し、焼きガニやカニ汁、カニ雑炊などのカニグルメを楽しむ大勢の方でにぎわいました。

このほか、かほく市のブランド特産物である、かほっくりや長いも、紋平柿などの秋の味覚はもちろん、災害協定を結んでいる「長野県駒ヶ根市」が販売する「ソースカツ丼」も大盛況で、皆さん大満足の様子でした。



カニグルメやかほくの秋の味覚を満喫する来場者

### いしかわ介護フェスタで「めざせ！いきいき百歳体操」を紹介しました！

10 / 21

県産業展示館で行われた、いしかわ介護フェスタで、かほく市で取り組まれている「めざせ！いきいき百歳体操」を紹介しました。

体操は、かほく市内で活躍する3人の介護予防サポーターにより、ステージ上で披露され、誰にでも取り組める簡単な体操ということもあり、会場内の参加者もリズムに合わせて体験する姿が見受けられました。



百歳体操を披露する介護予防サポーター

### 平成29年度 8020表彰

10 / 29

河北台中学校交流棟を会場に行われた健康まつり「歯の健康チェックコーナー」で、80歳以上で20本以上自分の歯のある元気な方々に、河北歯科医師会から表彰状と記念品が贈呈されました。

受賞者は次の皆さんです。おめでとうございます。

田向 幸子さん (七窪 81歳)	土田 宏さん (高松 81歳)
中田 良孝さん (中沼 82歳)	白江 洋子さん (高松 84歳)
髭 八重子さん (白尾 84歳)	塚本 幸子さん (白尾 85歳)
寺西 昭人さん (内日角 80歳)	



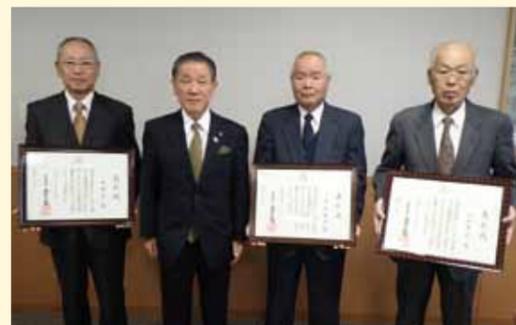
丈夫な歯をいつまでも大切に

### 国土と交通等に関する知事表彰

11 / 16

県内の土木行政の振興発展に貢献し、他の模範となる優良な活動に携わった個人・団体の功績や努力を顕彰する、平成29年度土木行政功労者知事表彰が石川県庁で行われました。

知事表彰に、かほく市から優良河川愛護団体として上田名区、向野区、狩鹿野区の3団体が選ばれ、谷本県知事から表彰されました。11月17日には、市長室を訪問し、油野市長へ受賞報告が行われました。



(左から) 山田向野区長、油野市長、渡辺狩鹿野区長、宮崎上田名区長

### 介護予防サポーターフォローアップ講座を開催しました！

10 / 31

「めざせ！いきいき百歳体操」による通いの場で活動中の介護予防サポーターを対象に、介護予防サポーターフォローアップ講座をかほく市役所で開催しました。

講座では、姫路市保健所の児嶋朱美保健師(厚生労働省地域づくりによる介護予防推進支援事業広域アドバイザー)の講義や、今後の百歳体操の通いの場の展開について話し合う、グループワークが行われ、62人の介護予防サポーターが参加しました。

介護予防サポーターにとって、百歳体操の通いの場のさらなる活性化のための方法を学び、一緒に考えるきっかけとなりました。

これからも介護予防サポーターの皆さんの活躍にご期待ください。



講義を行う児嶋朱美先生



講義に熱心に耳を傾ける介護予防サポーター

### 古宮町で百歳体操自主運動グループがスタート！

10 / 31

古宮町で「めざせ！いきいき百歳体操自主運動グループ」がスタートしました。

古宮町では、介護が必要になる原因となる「筋力低下や転倒・骨折」「誤嚥性肺炎・低栄養」などを予防することを目的に、7月11日から10月24日まで15回コースで健脚・健口教室を実施しました。約20の方が継続して参加し「めざせ！いきいき百歳体操」の実技指導、歯科医師および歯科衛生士による口腔ケアの必要性についての講話や実技、理学療法士・言語聴覚士による指導が行われました。

10月31日からは、百歳体操自主運動グループとして、毎週火曜日の13時30分から古宮町会館で百歳体操を継続しています。

かほく市の「めざせ！いきいき百歳体操自主運動グループ」はこれで24グループになりました。各地区の取り組みに興味のある方は、長寿介護課(Tel 283-7150)までお問い合わせください。



大野歯科医師の講話の様子



いきいき百歳体操の様子

### うのけ幼稚園幼年消防クラブ消防本部慰問

11 / 8

うのけ幼稚園の園児 76 人が消防本部を訪れ、消防職員に日ごろの感謝を込めて花束と感謝状を贈りました。

また、歌に合わせた心肺蘇生体操など、小さな体を元気いっぱい動かしながら遊戯を披露し、消防職員から大きな拍手を受けました。

終了後、カラフルな防火服を身にまとい放水体験や消防車の乗車体験が行われ、園児たちは歓声を上げながら消防署の仕事に触れました。



いつもありがとうございます！

### たくさん穫れたよ！かほっくり収穫体験

10 / 24

宇ノ気小学校の2年生 100 人が大崎地内の喜綿雅之さんの畑で、かほく市特産「かほっくり」の収穫を体験しました。

5月に自分たちが苗を植えた畑で、名前が書かれた木札を目印に、農事組合法人大崎甘藷生産組合の皆さんに指導を受けながら力いっぱい掘り起こしました。

大きく実ったかほっくりを、準備した袋いっぱい収穫した児童たちは、笑顔いっぱいでした。



おおきなかほっくり穫れたかな？

### 高松中学校にて選挙出前講座を実施しました

11 / 1

かほく市選挙管理委員会が石川県選挙管理委員会と高松中学校のご協力をいただき、3年生の「公民」授業の一環として、選挙出前講座を行いました。

出前講座では、選挙の意義や選挙制度、投票の方法などの説明のあと、実際の選挙でも使用されている投票箱や本物と同じ材質の投票用紙を使って、かほく市長模擬選挙を体験してもらいました。

生徒の皆さんは、選挙の話に耳を傾け、真剣な表情で投票していました。



はじめての一票を投じました

### 防火フェスティバル

10 / 15

秋季火災予防運動を前に火災予防の普及、啓発と警戒心の高揚を図ろうと「防火フェスティバル」を河北台中学校講堂で開催しました。

式典では、多年にわたり火災予防啓発活動・防火意識の向上に尽くされた団体、防火ポスター優秀作品を作成した少年消防クラブ員に対して、防火委員会会長から表彰状と記念品が贈られました。

アトラクションでは、木津幼稚園幼年消防クラブの和太鼓を交えた楽器演奏や、うのけ幼稚園幼年消防クラブによる遊戯、また2つの市立保育園（ひまわり、しらゆり）幼年消防クラブのお遊戯では石川県のマスコットキャラクターひやくまんさんとの共演、地域子育て支援サークル保育ママの会（通称：ママレンジャー）による防火踊りを披露し、火災予防の啓発に一役買いました。

#### 【かほく市防火委員会会長表彰】

桜井町女性防火クラブ、中沼女性防火クラブ

#### 【少年消防クラブ防火ポスター表彰】

金賞 森 滉士郎さん（七窪少年消防クラブ）

銀賞 村楳 司さん（大橋少年消防クラブ）

銅賞 広瀬 晴菜さん（白尾少年消防クラブ）

鶴見 茉央さん（大橋少年消防クラブ）



幼年消防クラブの遊戯

### 平成 29 年度 秋季火災防ぎょ合同訓練

11 / 5

秋季火災予防運動の一環として、かほく市消防団、消防本部合同で消防車両 11 台が出勤し火災防ぎょ合同訓練を外日角小学校周辺で実施しました。

糸魚川火災を教訓に、木造住宅密集地での強風下における市街地大火阻止および飛火防ぎょ活動の体制確立、また、敏速かつ円滑な連携活動を確認し、併せて地域住民の防火思想の普及と警戒心の高揚が図られました。



延焼阻止ラインを設定し一斉放水

### J R 七尾線鉄道事故対応合同訓練

11 / 2

J R 高松駅で、鉄道事故対応訓練を行いました。

踏切内に進入してきた車に列車が衝突したとの想定で、J R 七尾鉄道部、津幡警察署、市消防本部との連携のもと安全かつ迅速な線路内への進入、傷病者の搬送の優先順位を決めるトリアージ、電車の下敷きになった傷病者を空気式のジャッキを使用しての救出や電車に衝突した車の運転手の救出などを行い、実災害が起こった場合の手順を確認しました。



電車の下敷きになったけが人の救出訓練

# 「哲学の杜ライトアップ」フォトコンテスト 結果発表

## グランプリ



「共演」 岩館 宏明さん（金沢市）

8月1日から9月29日までに  
ご応募いただいた作品 139 点の  
中から、厳正な選考の結果、グラ  
ンプリ、金賞、銀賞、入選がそれ  
ぞれ選ばれました。10月25日  
には、受賞者の皆さんに油野市長  
から表彰状が授与されました。



油野市長とグランプリ受賞の岩館 宏明さん

## 金賞



「夕刻の丘」 田淵 秀月さん（白尾）

## 銀賞



「天地の思考」 國近 正男さん（白尾）

## 入選



「夕陽と共に」 中村 亮介さん（津幡町）

## 入選



「月夜の杜」 岩瀬 光博さん（金沢市）

## 入選



「哲学の杜を抜ければ」 中西 優さん（金沢市）

受賞作品は、下記の会場にて巡回展示を行います。お近くにお立ち寄りの際は、ぜひご覧ください。

◇うみっこらんど七塚	多目的ホール	12月 1日（金）～12月 14日（木）
◇石川県西田幾多郎記念哲学館	ホワイエ	12月 15日（金）～平成 30年 1月 8日（月）
◇七塚生涯学習センター（中央図書館）	展示ホール	平成 30年 1月 12日（金）～1月 26日（金）

## まちの話題

### TOWN TOPICS

## 晴れの受章おめでとうございます

秋の褒章、危険業務従事者叙勲、高齢者叙勲、農事功績表彰で、  
かほく市から1団体、4個人が選ばれました。

### 秋の褒章

#### 緑綬褒状



#### 七塚地区ボランティア友の会 （遠塚）

昭和 61 年設立。長年にわたり福祉施設での  
ボランティア活動を中心に地域福祉の充実  
と向上に尽力されています。

### 危険業務従事者叙勲



#### 瑞宝単光章

とらおしげる  
虎尾 茂さん（61）  
（高松）

元海上自衛隊 3 等海尉。  
長年にわたり海上の安全  
の確保に尽力されました。

### 高齢者叙勲



#### 旭日単光章

なかかわ みよし  
中川 三芳さん（88）  
（外日角）

元七塚町議会議員。  
長年にわたり地方自治の  
発展と住民福祉の向上に  
尽力されました。

### 農事功績表彰



#### 緑白綬有功章

きわた まさゆき  
喜綿 雅之さん（70）  
（大崎）

現かほく市農業委員。  
長年にわたり農業の振興  
と農産物のブランド化に  
尽力されています。



#### 緑白綬有功章

たねもと ひろし  
種本 博さん（68）  
（気屋）

現 J A 石川かほく代表専  
務理事（元石川県職員）。  
長年にわたり地域農業の  
振興に尽力されています。

# 入選おめでとうございます

## 「図書館を使った調べる学習コンクール」 「手づくり絵本コンクール」で力作ぞろぞろ

かほく市立中央図書館では、夏休みに「図書館を使った調べる学習教室」「手づくり絵本教室」を開催し、各コンクールの作品を募集しました。今年度は市内小学生から「図書館を使った調べる学習コンクール」に626点の応募があり、低学年の部、中学年の部、高学年の部ごとに最優秀賞のほか、優秀賞、優良賞が選ばれました。また「手づくり絵本コンクール」では、市内小学生から103点の応募があり、最優秀賞のほか、優秀賞、優良賞が選ばれました。10月22日(日)には中央図書館で表彰式が行われ、11月5日(日)まで館内に作品を展示しました。受賞者は次の皆さんです。

### 「図書館を使った調べる学習コンクール」 低学年の部

- 最優秀賞 垣花 真希(高松小 2年)
  - 優秀賞 酒本 一輝(外日角小2年)
  - 優秀賞 西田ひかり(外日角小2年)
  - 優秀賞 寺西 琴壁(金津小 1年)
  - 優良賞 能任 晃誠(宇ノ気小2年)
  - 優良賞 酒井賢太郎(宇ノ気小1年)
- ### 中学年の部
- 最優秀賞 亀塚 柚月(宇ノ気小3年)
  - 優秀賞 酒井 未夢(大海小 4年)
  - 優秀賞 山本 亞未(七塚小 3年)
  - 優良賞 中本 直(外日角小3年)
  - 優良賞 落合 優羽(外日角小4年)
  - 優良賞 落合 歩花(外日角小2年)
  - 優良賞 中村 志龍(宇ノ気小3年)

### 高学年の部

- 最優秀賞 坂部 記基(七塚小 6年)
  - 優秀賞 中村 太郎(宇ノ気小6年)
  - 優秀賞 松井 柚佳(宇ノ気小6年)
  - 優良賞 波瀬 名月(金津小 6年)
  - 優良賞 亀塚 春葵(宇ノ気小5年)
  - 優良賞 遠藤 奈菜(宇ノ気小6年)
- ### 「手づくり絵本コンクール」
- 最優秀賞 福島 悠悟(宇ノ気小5年)
  - 優秀賞 木下 歩美(宇ノ気小5年)
  - 優秀賞 村上 音羽(金津小 3年)
  - 優良賞 波瀬 名月(金津小 6年)
  - 優良賞 梶 はじめ(高松小 4年)
  - 優良賞 寺西里彩子(金津小 4年)
  - 優良賞 間野 心結(宇ノ気小3年)
  - 優良賞 中西 一颯(宇ノ気小2年)



表彰式後の記念撮影

## 青少年健全育成に関する標語入選作品

かほく市青少年愛護センターでは、子どもたち自

## 第67回社会を明るくする運動 作文・標語コンテスト入賞者

石川県社会を明るくする運動推進委員会  
小学生作文の部

### 入選

- 紺谷 華蓮(七塚小 6年)
- 竹谷 咲姫(七塚小 6年)

河北郡市社会を明るくする運動推進委員会  
小学生作文の部

### 優秀賞

- 紺谷 華蓮(七塚小 6年)
- 竹谷 咲姫(七塚小 6年)
- 平床 凌(七塚小 6年)

小学生標語の部  
入選

- 片山 瑠菜(宇ノ気小6年)
- 遠藤 奈菜(宇ノ気小6年)
- 野崎 隼平(宇ノ気小6年)
- 水田 梨緒(宇ノ気小6年)
- 堤 朔斗(宇ノ気小6年)
- 喜多 結菜(金津小 6年)
- 寺西舞衣子(金津小 6年)
- 竹中 遥香(高松小 6年)
- 宮本 修汰(高松小 6年)
- 櫻井 樹生(高松小 6年)
- 山口アスカ(高松小 6年)
- 小林 るり(大海小 6年)
- 南 ほのか(七塚小 6年)
- 竹谷 咲姫(七塚小 6年)
- 紺野 友成(七塚小 6年)
- 中村 千那(七塚小 6年)
- 高田 智仁(七塚小 6年)
- 三崎 隼汰(外日角小6年)



身に健全な生活を考えてもらう機会として、標語を募集しました。小学生279作品、中学生145作品、合計424作品の応募の中から、次の作品が入選しました。

### 最優秀賞

- 仲直り 相手をまたずに 自分の言葉で
- 中村 要太(金津小 5年)

### 優秀賞

- ・あいさつの 小さな優しさ 積み重ね
- ・ありがとう 笑顔がうまれる まほうの言葉
- ・さがしだす 自分の良いところ どこにある?
- ・いっちゃダメ あなたがいわれて いやなこと

### 佳作

- ・朝ごはん ぼくらの動く エネルギー
- ・みんなだね 笑顔のバトン つなごうよ
- ・思いやり 明るい社会の 第一歩
- ・あいさつで 心の中も ピッカピカ
- ・「二度だけ…」 その考えを 見直そう!
- ・まんびきは 人の心も 持ちさるよ
- ・思いやり あなたの行動 ありがとう
- ・誰だって 助け合いながら 生きている

### 優良賞

- ・夏栗子ども会 「防犯を意識しよう!
- ・夏栗つ子たんけん隊くらべてみました今・昔
- ・古宮町子ども会 「いのちを守る
- ・内日角子ども会 「安心・安全・内日角」
- ・大橋子ども会 「探検したよ大橋防犯マップ」
- ・指江子ども会 「もしかしたら危険かも

### 佳作

- ・木津よつば子ども会 「急げ!!子ども110番の家へ」
- ・六軒町子ども会 「六軒町防犯マップ」
- ・二ツ屋子ども会 「二ツ屋防犯マップ」
- ・南新町子ども会 「南新町守ルンジャー」
- ・内高松子ども会 「内高MAP」
- ・下伊丹町子ども会 「下伊丹町防犯マップ」
- ・みどり子ども会 「犯罪から命を守るう

私たちの松浜(敬称略)

## 平成29年度かほく市子ども会 ぼうさい探検隊マップコンクール審査結果

かほく市子ども会では「ぼうさい探検隊マップコンクール」を開催し、作品を募集しました。今年度は「防犯」をテーマに作品を募集したところ、市内の子ども会から55作品の応募がありました。各子ども会では、夏休みに児童と子ども会育成委員の保護者らとで地域を見て回ったり、地域の住民の方にインタビューしたりして、地域の防犯について調べ、模造紙1枚のマップにまとめました。たくさんの方の力作の中から次の作品が入選作品として選定されました。

### 最優秀賞

- ・向野子ども会 「向野防犯マップ」

### 優秀賞

- ・瀬戸町子ども会 「柿の木隊の防犯マップ」
- ・中沼子ども会 「ぼくたちわたしたちが

できること」



最優秀賞「向野防犯マップ」(向野子ども会)



天候は刻一刻と変化しますので、平時から多種多様な方法で気象、防災情報を自分で知ることが大切です。

次のような情報にアクセスできるように準備したり、メールの自動配信設定をしておけば、素早く情報を収集することができ、もしものときにも役立ちますので、ご活用ください。

※各WEBサイトへはQRコードをご利用ください。



### 警報、注意報に関する情報

- ・金沢地方気象台ホームページ  
(<http://www.jma-net.go.jp/kanazawa/>)
- ・いいメールかほく
- ・テレビ(データ放送)



### 河川水位、雨量に関する情報

- ・石川県河川総合情報システム  
(<http://kasen.pref.ishikawa.lg.jp>)
- ※水位・雨量が一定値を超えると自動配信メールが届きます。

### 土砂災害に関する情報

- ・石川県土砂災害情報システム SABOアイ  
(<http://sabo.pref.ishikawa.jp>)
- ※降り始めてからの降雨量が100mmを超えると土砂災害が起こりやすくなります。



### 今後の警報、注意報に関する情報

- 警報、注意報の発令の見通しを確認できます。
- ・気象庁(防災情報)  
([http://www.jma.go.jp/jp/warn/f\\_1720900.html](http://www.jma.go.jp/jp/warn/f_1720900.html))

### いいメールかほく

市民の皆さまの安全・安心対策にお役立ていただくもので、登録した携帯電話、パソコンのメールアドレスに気象警報、地震、避難勧告や避難指示、火災情報、不審者情報などの情報が自動配信されます。また、市内のイベント情報や各種行政情報もお知らせしています。

※登録方法

[kahoku@entry.mail-dpt.jp](mailto:kahoku@entry.mail-dpt.jp) に空メールを送り、返信されたメールアドレスから登録またはQRコードをご利用ください。



## いざという時のために...

# 災害情報の入手について知っておきましょう

市では、平成21年4月1日から防災行政無線を導入しています。

非常時には、市内54か所に設置した屋外スピーカーを通じて、迅速に避難情報などをお知らせするほか、全国瞬時警報システム(Jアラート)とも連動し、緊急地震速報や弾道ミサイルなどの武力攻撃の際にもいち早く情報を提供します。

なお、最近の住宅は、気密性が高く、防災行政無線が聞き取りにくかったり、平時には聞こえていても、天候や風向きによって聞こえなくなる場合があります。

放送内容は、電話で確認することができます。(通話料金のみ)

**【防災行政無線テレフォンサービス】0180-997-222**

緊急時に屋外にいる場合は、防災行政無線や携帯電話の緊急速報メールを、屋内にいるときは、テレビをつけてニュース速報等を確認しましょう。

防災行政無線のほか、災害に応じた各種情報が国や県などからも発信されています。



### 緊急地震速報

震度5弱以上と予想されたときに発表されます。

- ・緊急速報メール
- ・テレビ
- ・WEBサイトの防災情報等



### 武力攻撃等に関する情報

- ・緊急速報メール
  - ・テレビ
  - ・WEBサイトの防災情報等
- ※詳細については国民保護ポータルサイトをご覧ください。( <http://www.kokuminhogo.go.jp/> )



集中豪雨や長雨、台風による自然災害は事前に予測が可能な場合において、災害の危険が高まったときには、避難勧告等を発令します。防災行政無線、広報車などあらゆる手段で情報発信しますので、ご近所などへの呼びかけにご協力をお願いします。

### 避難勧告等に関する情報

- ・緊急速報メール
- ・いいメールかほく
- ・かほくチャンネル(ケーブルテレビ)
- ・テレビ(テロップ、データ放送)
- ・FMかほく(78.7MHz)
- ・ラジオ
- ・WEBサイトの防災情報等

※なお、夜間に避難勧告等が発令された場合、避難所等へ移動するのが危険と思ったときは、自宅の2階など屋内の安全な場所に避難してください。



# 冬に備えて

## 道路除雪

今年も雪のシーズンが近くなりました。市では除雪計画により、降雪時における皆さんの生活幹線道路の確保のため、万全の体制をとっています。つきましては、次の点について皆さんのご協力をお願いします。

なお、個人からの除雪依頼は全体計画に支障をきたします。町会長さんまたは区長さんを窓口として市にご相談ください。

### ◆冬用タイヤの早期交換を

雪道をノーマルタイヤで走行することは大変危険です。早めに冬用タイヤに交換してください。

### ◆路上駐車禁止

除雪車の通行に支障を及ぼし、除雪ができなくなります。路上駐車は絶対にしていただきません。

もし路上駐車がなければ移動するよう声掛けしてください。

### ◆大切な工作物には赤旗表示を

道路に接近している施設や工作物（低いブロック塀や石垣等）、ゴミ収集場所などには赤旗を立て、除雪車からはつきりとわかるようにしてください。

### ◆道路への排雪禁止

歩行者や自動車の通行の妨げ、事故の原因等になります。道路への雪の投げ出しは絶対にしていただきません。

なお、除雪車が通った後、雪が住宅や車庫の前に入り込む場合があります。その場合には各自で除雪をお願いします。



### ◆歩道除雪について

通学路等については雪みち計画に基づいて地区で歩道除雪を行っています。その他計画外の歩道除雪は、地域の皆さんで除雪してください。

### ◆道路にはみ出した樹木の枝の伐採について

道路にはみ出した樹木の枝は、除雪作業の妨げになります。事前に所有者または管理者が伐採してください。

### ◆側溝への排雪禁止

側溝に雪を捨てないでください。毎年、側溝を流れる水があふれ、住宅の敷地内への浸水の苦情が絶えません。

以上、快適に雪道を通行できるように、市民の皆さまのご協力をよろしくお願ひします。

【問い合わせ先】都市建設課

TEL 283・7104

### 雪みちネットワーク

大雪の場合は「雪みちネットワーク」を優先的に除雪します。幹線道路や救急告示病院・消防署への早期交通確保のため、国・県・市が協力して除雪する路線です。

詳しくは石川県ホームページまたは市役所や県土木事務所等に置いてあるチラシをご覧ください。

「パソコン版URL」 <http://www.pref.shikoku.jp/michiyukihin>  
 「スマホ版URL」 <http://douko-prefshikawajp/sp/index.html>

【問い合わせ先】石川県土木事務所  
 TEL 289・4161

## 水道



### ◆水道管の凍結にご注意を

水道管が凍結すると、水が出なくなるばかりでなく、水道管が破裂する恐れがありますので注意してください。

### ・凍結しやすいところ

屋外でむきだしになっているところや陽のあたらないところ、また、風当たりの強い場所にある管に注意が必要です。

### ・凍結させないためには

①水道管が露出しないように、管や蛇口の周りに保温材等を巻きつけ、その上

からむでしばって固定します。

②さらに保温材等が水でぬれないようにビニールテープなどで下からすき間なく重ねて巻きます。保温材は市販されているもののほかに、毛布、レジャーマット、発泡スチロールなどご家庭にあるものでも代用できます。

### ・水道管が凍結したら

蛇口などが凍ったときは上からタオルなどをかぶせて、ゆつくりとぬるま湯をかけてください。熱湯を直接水道管にかけて管や蛇口が破裂する危険がありますので注意してください。

### ◆水道メーターボックスの除雪にご協力ください

冬季間は、積雪や凍結などでメーターの検針が困難となることがあります。検針ができない場合、使用水量を認定させていただくことがあります。メーターの確認が遅れると漏水の発見が遅れてしまうことがあります。メーターボックスの上に雪が積もっている場合は、メーターが確認できるように、ボックスと周辺の除雪にご協力ください。

また、水不足の原因となりますので、水道水の融雪目的での使用は控えてください。

【問い合わせ先】上下水道課

TEL 283・7106

**平成30年度採用予定 かほく市嘱託職員募集**

【申込・問い合わせ先】  
 〒929-1195 かほく市宇野気二 81 番地  
 かほく市役所 総務部 総務課 職員係  
 TEL 283-1111

採用予定職種	業務内容	勤務場所	募集人数	受験資格	①勤務時間(勤務体制) ②休日等	賃金(月額)	社会保険等
1 事務補助員(身体障害者)	一般行政事務補助	市役所	1名	身体障害者手帳をお持ちの方	① 8:30～17:15 ② 土・祝日、年末年始	165,700円	健康保険 厚生年金 雇用保険
2 就労支援員	生活保護等就労支援業務	宇ノ気保健福祉センター	1名	不問	① 8:30～17:15 ② 土・祝日、年末年始	165,700円	健康保険 厚生年金 雇用保険
3 保育士	保育業務	市内こども園	7名	保育士資格	① 8:30～17:15(7:00～19:00の間での変則勤務有り) ② 日・祝日、年末年始(4週8休制)	188,200円	健康保険 厚生年金 雇用保険
4 看護師	児童看護保育業務	市内こども園	4名	看護師資格	① 8:30～17:15(7:00～19:00の間での変則勤務有り) ② 日・祝日、年末年始(4週8休制)	192,700円	健康保険 厚生年金 雇用保険
5 放課後児童支援員	学童保育クラブ支援業務	市内学童保育クラブ	10名	不問	① 13:00～19:00(5時間以内の変則勤務有り、勤務場所複数の場合有り、土曜日・夏季・冬季・学年末休業日等は8:00～19:00の間での7時間45分以内の変則勤務) ② 日・祝日、年末年始(4週8休制)	980円 ※時給	健康保険 厚生年金 雇用保険
6 厚生員	児童館厚生業務	市内児童館	1名	不問	① 13:00～17:00(土曜日は9:00～17:00) ② 日・祝日、年末年始(4週8休制)	980円 ※時給	雇用保険
7 指導員	子育て支援センター指導業務	市内子育て支援センター	1名	保育士資格	① 8:30～17:15 ② 日・祝日、年末年始(4週8休制)	188,200円	健康保険 厚生年金 雇用保険
8 特別支援教育支援員	児童・生徒の支援	市内小・中学校	1名程度	不問	① 8:00～15:45(勤務校により変則勤務有り) ② 土・祝日、夏季・冬季・学年末休業日(登校日を除く)	980円 ※時給	健康保険 厚生年金 雇用保険
9 学校講師	講師	市内小学校	1名	小学校教員資格	① 8:00～16:30(勤務校により変則勤務有り) ② 土・祝日、年末年始	273,100円	健康保険 厚生年金 雇用保険
10 英語教育日本人指導助手	英語教育	市内小学校	3名程度	英検2級以上、TOEIC550点以上またはそれに相当する英語能力	①勤務校における英語の授業時間およびその準備時間(週6時限～20時限程度。勤務校により授業時間は異なるため希望する時限数を履歴書に記載) ② 土・祝日、年末年始、春・夏・冬の学校長期休業期間	2,800円 ※授業1時限あたり	※勤務時間数によっては社会保険等の適用有り
11 バス運転手	スクールバス運転業務	市内小学校の通学区	若干名	大型自動車運転免許	① 小学校登下校時および校外活動・中学校部活動大会等(休日)の送迎等(週20時間程度の勤務) ② 土・祝日、年末年始(変則勤務有り)	1,500円 ※時給	健康保険 厚生年金 雇用保険
12 事務補助員	勤務する施設の管理運営に関する業務	うみっころんど七塚、石川県西田幾多郎記念哲学館、または高松公民館のいずれかの施設	1名	不問	① 8:30～17:15または8:45～17:45(石川県西田幾多郎記念哲学館のみ8:45～22:00の間での変則勤務有り) ② 月曜日(月曜日が祝日の場合その翌日)および指定された日(土・祝日の勤務有り)、年末年始(4週8休制)	165,700円	健康保険 厚生年金 雇用保険

- 【任用期間】平成30年4月1日から平成31年3月31日までの単年度の任用となります。再度任用(更新)の上限を4回とし、5年で任期満了となります。※任期満了後の再度の受験を妨げるものではありません。(65歳定年)
- 【待遇】  
 ・有給休暇有り、通勤手当支給制度有り。
- 【注意事項】  
 ・受験資格要件については、平成30年3月取得見込みも含まれます。  
 ・マイカー通勤の場合は、駐車場利用協力金をご負担いただきます。(勤務地により500円～1,000円/月)
- 提出書類  
 ①履歴書(市販のもの)  
 <記入上の注意>  
 ・職務経歴や志望動機、自己PR等を詳細にご記入ください。  
 ・履歴書の右上余白に希望職種を明記してください。  
 ②資格証の写し(受験資格がある場合)  
 ※提出書類は原則返却しません。(個人情報は当市にて適切に管理し、今回の選考以外には一切使用しません。)
- 選考方法・基準  
 書類選考のうえ、面接試験にて合否決定。  
 ※書類選考の結果は1月上旬に通知
- 応募受付  
 ・直接持参の場合  
 12月22日(金)まで(受付:平日8時30分～17時)  
 ・郵送の場合  
 簡易書留で12月22日(金)必着

## 国民健康保険・後期高齢者医療保険からのお知らせ 医療費の削減にご協力ください

【問い合わせ先】  
保険医療課  
Tel.283-7123

医療費の削減のポイントは、1に健康、2に適正受診です。  
ちょっとしたことに気をつけて、医療費の削減を心がけましょう。

### 健康のポイント



- ① 運動習慣 ② 食生活 ③ お酒との付き合い方 ④ 禁煙 ⑤ 睡眠の質

できることから始めてみましょう！生活習慣病の予防・改善が医療費の削減につながります。

### 適正受診のポイント

- ① 健診を受けましょう！  
病気の発見が遅れると進行してしまうため、医療費の増加につながってしまいます。
- ② 重複受診をやめましょう！  
受診するたびに初診料がかかり、医療費が高額になります。
- ③ 時間外受診をやめましょう！  
休日や夜間など、診療時間外に受診する場合は、医療費が高く設定されています。
- ④ ジェネリック医薬品に切り替えましょう！  
医師・薬剤師に相談してください。
- ⑤ お薬手帳を活用しましょう！  
薬の重複や飲み合わせのトラブルを防ぐことができますので、受診の際は持って行きましょう。
- ⑥ 柔道整復師による施術には、医療保険が適用されない場合がありますので確認しましょう！  
疲労や年齢からくる肩こり・腰痛・筋肉疲労などには保険が使えません。

### 休日や夜間、子どもが急病になったら…

まずは小児救急電話相談（#8000）  
をご利用ください。  
ただし、明らかに緊急を要する急病の  
場合は、迷わず医療機関  
を受診してください。

## 歩いてハッピー！貯めてラッキー！ 健康スタンプラリーに参加しましょう！

【問い合わせ先】  
健康福祉課  
Tel.283-1117

### 第18回スタンプラリー事業

#### 健康レッスン9【参加無料】

日時 12月22日（金）10時30分～11時30分  
場所 イオンモールかほく グリーンコート  
演題 認知症も生活習慣病の一つです。予防しましょう！  
デュアルタスクってご存知ですか？  
講師 石川県立看護大学 金子紀子先生  
※健康レッスン終了後、血管年齢測定を行います。  
希望者多数の場合は順番まで時間がかかることがあります。



を提示して  
50健康ポイント  
をゲットしよう！

デュアルタスクは脳の血流量を増やし、  
認知症の予防になります。

## 高齢者支援センターだより 家族介護者教室のお知らせ

【申込・問い合わせ先】  
長寿介護課  
Tel.283-7150

歯やお口の衛生状態が悪くと細菌が侵入し、高齢者の方は特に肺炎を引き起こす可能性が高くなります。肺炎は高齢者の場合、命に関わる重大な病気です。

そこで、かほく市の大野歯科医院 大野 敦司 歯科医師をお招きし、口腔ケアに関する正しい知識を身に付け、適切な口腔ケアができるよう介護者教室を開催します。皆さんの参加をお待ちしております。

日時 平成30年1月11日（木）13時30分～15時  
場所 かほく市役所 3階 302会議室  
内容

「口腔ケアで感染症予防」 講師：大野歯科医院 歯科医師 大野 敦司 氏  
○なぜ高齢者に「口腔ケア」が必要なのか  
○口腔ケアで気道感染・肺炎を予防

対象者 在宅で介護している方または介護に関心のある方  
参加費 無料  
申込締切 平成30年1月9日（火）



## めざせ健康家族！ かほくちよイトレ 第6回 （最終回）

7月号から掲載してきた「かほくちよイトレ」も、今回で最後となりました。  
みなさんの基礎代謝量が少しでもアップしていることを願って、最後のトレーニングの紹介です。  
毎日のスキマ時間にちよイトレをして、元気に2018年を迎えましょう！

ここを使います！

### うでうしろ

目安 (5～10回)

肘を動かさないうえ、腕を伸ばす。

① 二の腕がひきしまるのを意識する。

浅めに座り、上体を前に倒す。手は軽く握り、腕をしめて、肘を曲げる。

ここを使います！

### ふくらはぎ

目安 (5～10回)

かかとをしっかりとあげる。

① ふくらはぎがきゅっとしまるのを感じる。

浅めに座り、背すじを伸ばす。膝の間はこぶし1つ分あける。

かほくチャンネルで放送中！（P.36参照）

## 「広報かほく」をスマホで読む！



### 「マチイロ」こんなことができます！

- ・アプリから、いつでもどこでも「広報かほく」と「議会だより」を閲覧できます。
- ・最新号が発行されると、アプリにお知らせが届きます。
- ・ページめくり、拡大縮小なども簡単にできます。
- ・スクラップ機能として、範囲を指定して画像を保存することができます。保存した記事はメールへの添付やSNS等でのシェアができます。
- ・かほく市ホームページの最新情報が確認できます。

### 「マチイロ」のダウンロード方法

iPhoneの方は「App Store」、Androidの方は「Google play」からダウンロードできます。（無料）



ダウンロードページには右記の二次元バーコードからもアクセスできます。



# 子育て支援ガイド

## 子ども総合センター ☎ 0120-0130-42

- ☆おひさま広場 月～土 9時～16時
- ☆子育て相談 月～土 8時30分～17時15分
- ☆イクメン推進事業 (要予約)
  - ・12月 3日(日)「しあわせ家族のコミュニケーション・レシピ」(託児有、要予約)
- ☆イベント
  - ・12月 7日(木) クリスマスコンサート ※11時～
  - ・12月 22日(金) 双子ちゃん集まれ! ※10時～
- ☆サークル活動
  - ・第2火曜日 11時～(ぱっころりん主催) 親子体操とカーヴィーダンス(自由参加)
  - ・第2、第4水曜日 10時30分～(ラパン主催) エクササイズ(自由参加)

## 高松子育て支援センター ☎ 281-3582

- ☆ピヨちゃん広場 月～土 9時～16時
- ☆育児相談 月～土 9時～16時
- ☆子育てが楽しくなる講座や遊びがいっぱい!
  - 11時～11時30分
  - ・12月 5日(火) わらべうたであそぼう(やまんば)
  - ・12月 6日(水) クリスマス製作
  - ・12月 12日(火) 赤ちゃん広場(2か月～12か月児)
  - ・12月 13日(水) リトミックを楽しもう!
  - ・12月 20日(水) 朝食しっかりたべているかな(栄養士)
  - ・12月 22日(金) えほんだいすき(図書館司書)
  - ・12月 26日(火) お誕生会
  - ・1月 10日(水) 鏡開き(要予約)

## 木津幼稚園子育て支援センター smile ☎ 285-1388

- ☆よつばちゃんクラブ(子育てサークル) 10時30分～12時
  - ・12月 5日(火) ボール遊び
  - ・12月 12日(火) クリスマスの製作
  - ・12月 19日(火) クリスマス会
- ☆Clover Kiss(英語子育てサークル) (要予約)
  - 10時30分～12時(受付開始:10時)
  - ・12月 8日(金) 動物パズル
  - ・12月 15日(金) クリスマスカード、飾りづくり
  - ・12月 22日(金) クリスマスパーティー
- ☆Smileに集まれ 10時30分～12時
  - ・12月 7日、14日、21日 各日木曜日
 0歳から入園前のお友達と保護者の方が対象です。予約・参加費不要。 smile内で自由に遊べます。

## 宇ノ気子育て支援センター ☎ 283-4320

- ☆うさちゃん広場 月～土 9時～16時
- ☆育児相談 月～土 9時～16時
- ☆子育てが楽しくなる講座や遊びがいっぱい!
  - 11時～11時30分
  - ・12月 12日(火) 赤ちゃん広場(2か月～12か月児)
  - ・12月 14日(木) クリスマス製作
  - ・12月 15日(金) えほんだいすき(図書館司書)
  - ・12月 16日(土) 絵本の読み聞かせ(円グループ)
  - ・12月 21日(木) プラ板でキーホルダーを作ろう
  - ・12月 26日(火) お誕生会
  - ・1月 4日(木) お正月あそびを楽しもう

## 七塚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
- ☆子育てが楽しくなる講座や遊びがいっぱい!
  - 11時～11時30分
  - ・12月 5日(火) 小麦粉粘土
  - ・12月 8日(金) えほんだいすき(図書館司書)
  - ・12月 12日(火) 赤ちゃん広場(2か月～12か月児)
  - ・12月 15日(金) 風邪・感染症予防について(保健師)
  - ・12月 22日(金) お正月製作
  - ・12月 26日(火) お誕生会
  - ・1月 9日(火) わらべうたであそぼう(やまんば)

## ☆わくわくクリスマス会(要予約)

日 時 12月19日(火) 10時30分～12時  
 ※10時から受付開始  
 場 所 七塚健康福祉センター  
 参加費 子ども一人 100円(当日集金)  
 ※申込締切 12月5日(火)

## 認定こども園のけ幼稚園子育て支援センター ☎ 283-7111

- ☆プチルーム(幼稚園開放の日・予約は要りません)
  - 対象 0歳～未就園児 木曜日 10時30分～12時
  - ・12月 7日、14日、21日 親子で楽しく遊びましょう!
- ☆親子教室「いちご組」(登録制)
  - 対象 1歳6か月～未就園児 10時～12時
  - ・12月 4日(月) クリスマス飾り製作
  - ・12月 11日(月) クリスマス飾り製作
  - ・12月 18日(月) クリスマス会

# かほく市民の健康と福祉の拠点 ほのぼの健康館



開館日 平日および第1・3日曜日 8時30分～17時15分  
 (母子健康手帳の発行は平日のみ)  
 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

子育て  
相談

期 日 12月13日(水)・27日(水)  
 受付時間 13時15分～14時15分  
 場 所 ほのぼの健康館

## 子どもの健診

- | 受付            | 13時15分～13時45分                       | 場所        | ほのぼの健康館                            |
|---------------|-------------------------------------|-----------|------------------------------------|
| ●赤ちゃん健診(3か月児) | 期日 12月 7日(木)<br>対象 H29年8月1日～8月15日生  | ●1歳6か月児健診 | 期日 12月14日(木)<br>対象 H28年5月11日～6月4日生 |
| ●3歳児健診        | 期日 12月21日(木)<br>対象 H26年7月30日～8月24日生 |           |                                    |

## 子どもの教室

- | 受付                 | 10時まで                      | 場所            | ほのぼの健康館                    |
|--------------------|----------------------------|---------------|----------------------------|
| ●ごっくん教室(離乳食教室) 要予約 | 期日 12月26日(火)<br>対象 H29年6月生 | ●はいはい教室(育児教室) | 期日 12月 7日(木)<br>対象 H29年2月生 |
| ●ビーバー教室(虫歯予防教室)    | 期日 12月14日(木)<br>対象 H27年9月生 |               |                            |

# みんな集まれ! 児童館

## 白尾児童館 ☎ 283-0623

- ☆開館時間 月～金 13時～17時/土 9時～17時
- ☆イベント(14時～)
  - ・12月 9日(土) クリスマスツリー作り
  - ・12月 16日(土) プラ版工作

## 至誠が丘児童館 ☎ 283-3889

- ☆開館時間 水～金 13時～17時/土・日 9時～17時
- ☆イベント(14時～)
  - ・12月 9日(土) キッズクッキング(クリスマスケーキづくり)
  - ・12月 16日(土) 楽しいクリスマス会

## 金津児童館 ☎ 285-1573

- ☆開館時間 月～金 13時～17時/土 9時～17時
- ☆イベント(13時～)
  - ・12月 9日(土) クリスマスの飾りを作ろう
  - ・12月 16日(土) クリスマスケーキを作ろう
  - ・1月 6日(土) かるたをしよう



## 高松児童館 ☎ 281-3582

- ☆開館時間 月～土 9時～17時
- ☆イベント 小学1～6年生対象
  - ※予約、参加費が必要な場合があります。
- 【愛・遊・館】
  - ・12月 9日(土) バドミントンであそぼう(10時～)
  - ・12月 26日(火) マスキングテープを使ってあそぼう(10時～)
  - ・1月 5日(金) お正月あそびを楽しもう(10時～)
- 【大海交流センター】
  - ・12月 6日(水) 一輪車検定(15時～)

## 木津児童館 ☎ 285-1191

- ☆開館時間 月～金 13時～17時/土 9時～17時
- ☆イベント(14時～) 小学生以上が対象
  - ・12月 9日(土) サンタさんのかざりをつくろう
  - ・12月 16日(土) サンタさんのかざりをつくろう
  - ・12月 27日(水) わなげ大会
  - ・1月 6日(土) お正月あそびを楽しもう



図書館標語「新しい自分を見つけに図書館へ」

【休館日：4日(月)・11日(月)・18日(月)・25日(月)・29日(金)～1月3日(水)】

**12/17(日) 市民読書の日 イベント案内**

■やまばのおはなし会■

時間 11時～11時30分  
 場所 1階 おはなしの部屋  
 対象 乳幼児～大人 (申込不要)

■クリスマスおはなし会  
 にゃんたろうと握手■

時間 14時～15時  
 場所 2階 視聴覚講義室  
 対象 幼児～大人 (申込不要)



■クリスマスアフタヌーンコンサート■

時間 15時～15時30分  
 場所 2階 視聴覚講義室  
 内容 吹奏楽演奏  
 演奏 かほく市吹奏楽団  
 対象 どなたでも (申込不要)



年末年始休館のご案内

休館期間 12月29日(金)～1月3日(水)  
 今年も多くの方にご利用いただき、ありがとうございます。  
 来年は1月4日(木)から開館となります。  
 返却図書・雑誌はブックポスト(視聴覚資料は除く)へお返しください。

読書カフェ vol.22

昼間に開催してきた読書カフェを哲学の杜のライトアップにあわせて夜間に開催します。

日時 12月15日(金) 19時～20時30分(受付18時30分)  
 場所 西田幾多郎記念哲学館 展望ラウンジ  
 内容 読書会  
 参加資格 課題本を読んだ方  
 課題本 「神様のカルテ」夏川草介・著(小学館)  
 定員 16人(要申込・先着順)  
 参加費 200円(飲物代)  
 ※詳細は図書館ホームページをご覧ください。

グループ等	【やまば】	【くまちゃん】	【英語】	【宮沢賢治を読む会】
開催日	3日・10日・17日・24日	13日	1日・8日・15日・22日	お休み
曜日	日曜日	第2水曜日	金曜日	水曜日
時間	11時～11時30分	10時30分～11時	16時～16時30分	14時～15時30分
対象	乳幼児～大人	乳幼児	幼児～大人	大人

12月の図書館ボランティア		興味のある方は、ボランティアルームまでお越しください。
日時	曜日	
5日・19日 14時～	火曜日	
12日・26日 10時～		

文芸の窓

短歌

偲ばるる嫁ぎ来互い語り合ひ先逝つ貴女懸命尽くして

大崎 中村富喜子

躓きてころびし時の恥かしさに告げたり傷かばいつ

七窪 高野 照子

何気なく見上げる空の満月よ故郷恋し父母恋し

宇気 塩谷 清子

女子アナの「北朝鮮がミサイルを」テレビの音が廊下に響く

多田 東 幹夫

友よりの賜ひし新米炊き上がり箸に光らせ香りを放つ

七窪 金津紀久子

今年また報恩講なりみでらにて友三人で念珠つくりを

宇野気 上野 豊子

俳句

車椅子困む友垣秋祭

木津 谷崎 幸子

白秋や能登の古刹の庭静か

外日角 岩本 暢子

金木犀香り含みて澄んだ夜気

松浜 虎谷外与子

花芙蓉佳人の如く無人駅

木津 寺嶋 靖子

石臼のリズムなつかし麦こがし

高松 香林 朝子

玄関の引き戸ためらう虫の声

高松 岡田えみ子

初鴨や番ひとふは見て倦ます

大崎 村田喜代美

川柳

足裏にしみ込むような土の道

白尾 新田千恵子

少年は犬の散歩にスマホ持つ

木津 酒井 信子

年金の大半占める葉代

高松 竹内 勝利

無免許の不自由を知る年の暮れ

中沼 中田喜英子

※掲載の作品はかほく市文化協会より寄稿いただいています

哲学館へ行こう!



西田幾多郎哲学講座

西田幾多郎哲学講座は、年10回開催している一般対象の講座です。1回から参加できますので、お気軽にご参加ください。(各回受講は、申込不要です。)

今回は、iPS細胞をめぐって浮かび上がる哲学的問題についてお話をいただきます。

「いのちについて考えるーiPS細胞の倫理学ー」

日時 12月9日(土) 13時30分～15時30分  
 会場 哲学館 哲学ホール  
 講師 盛永 審一郎氏(富山大学名誉教授)

企画展関連限定スイーツ 信州りんごのパイプレート

企画展「木村素衛ー西田幾多郎が愛した教育哲学者ー」の期間中、哲学館2階の喫茶テオリアに限定スイーツが登場!りんごのパイにりんごのコンポートを添えた特製プレートです。

西田幾多郎の弟子である木村素衛は、長野県で多数講演会を行い、信州の雄大な自然を愛しました。展示室では、木村素衛が描いたりんごのスケッチもご覧いただけます。この機会にぜひお楽しみください。

期間 平成30年3月25日(日)まで  
 ※喫茶テオリアの営業時間  
 10時～21時(20時30分ラストオーダー)



信州りんごのパイプレート 350円

かほく市と防災協定を結んでいる長野県駒ヶ根市のりんごを使用

【問い合わせ先】 西田幾多郎記念哲学館 TEL 283-6600 <http://www.nishidatetsugakukan.org/> 月曜休館(祝日の場合は翌日)



かほく市コミュニティ・スクール

ご意見・ご提案などは、生涯学習課 学校地域協働推進室まで  
 TEL 283-7137 FAX 283-3643 Email syougai@city.kahoku.ishikawa.jp

みてみて! コミスク ～地域×学校の取り組み～

◇ 大海小学校 ◇

伐採した学校林の木を使ってベンチを製作し、学校や地域の方が集まる場所に設置する「恩返し取組」を計画しています。11月4日(土)に取り組みのメインイベントとして「ベンチのお披露目会」が行われ、学校のモニュメントとなる大きなベンチの名前が「大海ふるさとベンチ」に決定したことが初公開されました。ベンチの名前は地域の方や子どもたちから公募したもので、ベンチへの想いがつまっています。



◇ 七塚小学校 ◇

全校児童が元気に楽しく体力アップするため「げんきっず体操」を作り、毎週水曜日の朝に取り組んでいます。3～6年生の16人の「げんきっず」が先生やクラブパレット指導員さんと音楽や振り付けを考えました。PRキャラクターも児童が考え、クラス代表作品の総選挙を行い、2年生の「七キラちゃん」が最優秀賞に選ばれました。また、地域の方にも参加してもらおうと、夏休みのPTA奉仕作業や運動会で披露しました。



◇ 宇ノ気中学校 ◇

10月24、25日に学校祭がありました。2日目には「シュシュ」や「折り鶴のアクセサリー」「香りの瓶」などを作る体験コーナーを行いました。体験コーナーを担当した生徒たちは、事前に生活学校の会員や福祉施設の職員など、地域の方から作り方や教え方のコツを習って本番を迎えました。地域とのつながりを感じる体験コーナーとなりました。







- ① ミュンヘン市庁舎前
- ② アウグスブルクの風景
- ③ 今年は何メートルのツリーが出てくるかな?
- ④ クリッペのぬいぐるみバージョン (クリスマスの生誕の情景をイメージする飾り)
- ⑤ 焼きナッツの上に垂れ下がっているメッセージ・レープクーヘンは可愛いだけ
- ⑥ クリスマスツリー用のガラス玉
- ⑦ 灯りを飾る置物たち



④ クリッペのぬいぐるみバージョン (クリスマスの生誕の情景をイメージする飾り)

今頃のドイツは街々の広場に屋台が並び始めます。夜になると、真っ暗な中で屋台に灯りが点り、暖かい服を着てお家にいる人々を寒い外へと招きます。



かほく市国際交流員 イレネの  
**Grijs dj!**  
 Vol.27「クリスマスマーケットの匂い」

11月末からクリスマスの日まで(ドイツでは24日がメイン)、約4週間に渡って、クリスマスマーケットが開かれます。その、クリスマス待つ時期のことを「アドヴェント」と言います。

シナモンやオレンジピール、クローブが入ったGlühwein(グリューワイン、ホット・ワインのこと)の香りにコップを抱えている人々は包まれています。時々、蜂蜜から作ったワインも温かい飲み物として売っています。また、ある屋台からは、キャラメルをまとったアーモンドなどの焼きナッツの甘い匂いが漂ってきます。少しおながすいたら、ほんのり辛めに味付けされたものや、ハーブ入りの焼きソーセージを挟んだロールパンを買います(50センチのソーセージも!!)。また、オープンで焼きたてのサワークリームパンも「葱ベーコン」や「じゃがいもチーズ」などの種類が豊富でそそられます。

想像できましたでしょうか?あなたは、どの屋台に寄りますか?食べ物他に、可愛い置物や、きらきら光る飾り物の屋台もあります。例えばクリスマスツリーのてっぺんにつける星や、まん丸のガラス玉がそこに並べてあります。ほかの屋台には蜜蝋を使ったハンドクリームや編み物などの冬のアイテムが並んでいます。

クリスマスマーケットはたくさんありますが、特に有名なのはドレスデンやニュルンベルクです。特に歴史の長いニュルンベルクのマーケットは「レープクーヘン」という調味料たっぷりの焼き菓子がお土産として知られています。1986年からニュルンベルク市の姉妹都市からも屋台を出してもらうことになり、国際クリスマスマーケットでは珍しいものをたくさん見られます。

クリスマスマーケットは日本にもたまにやってくるがありますが、かほく市に一番近いのは大阪梅田のスカイビルの下での開催になるので、少し寄って行くというにはまだ遠すぎます。哲学館前の広い階段にもあの屋台が集まって来たらいいのに。



⑦ 灯りを飾る置物たち

## がんばりました

●第34回石川県シンクロアイスド・トランポリン競技選手権大会  
 (10/28~29 珠洲市)  
 小学生低学年女子の部A  
 第3位 松本侑奈(七塚小)  
 太田紗愛(七塚小)  
 第3位 久保尋(七塚小)  
 黒川十武(七塚小) 組

●第14回かほく中央ライオンズクラブ旗争奪かほく子ども会ドッジボール大会  
 (11/5 河北台健民体育館)  
 優勝 外日角子ども会(七塚支部)  
 準優勝 中沼ポニーズ(高松支部)  
 第3位 しらゆり(七塚支部)  
 横山A(宇ノ気支部)

定員 20人(定員に達し次第締切)  
 講師 北村信一さん  
 (生前整理一級認定アドバイザー)  
 主催 終活カウンセラー  
 新田哲夫さん  
 (まごころギフト店につた)  
 ◆高松小学校作品展  
 開催期間 12月1日(金)~8日(金)  
 ※入場無料  
 出展者 かほく市立高松小学校  
 校低学年の皆さん  
 ◆押し花アート作品展  
 開催期間 12月13日(水)~24日(日)  
 ※入場無料  
 出展者 たかまつまちかど交流館  
 押し花教室の皆さん  
 「申込・問い合わせ先」  
 たかまつまちかど交流館  
 TEL282・5760

小学生高学年女子の部B  
 優勝 丸井梗風(外日角小)組  
 高島みなみ(外日角小)組  
 小学生高学年女子の部C  
 第3位 高森梨紗(七塚小)組  
 太田結菜(七塚小)組  
 中学生男子の部  
 優勝 福井輝龍(河北台中)組  
 山口修規(河北台中)組  
 高校生男子の部  
 準優勝 荒瀬翔洋(森)組  
 飯田匡洋(大崎)組  
 第3位 笠松佑樹(宇野気)組  
 米谷虹紀(浜北)組  
 一般女子の部  
 優勝 須加宏子(木津)組  
 山口綾恵(浜北)組  
 カルテットの部  
 優勝 高森 梨紗(七塚小)組  
 太田 結菜(七塚小)組  
 山口 彩音(外日角小)組  
 山口 悠里(外日角小)組

## 善意をありがとう

●平成29年7月5日からの大雨災害および平成29年台風18号災害にかかると義援金を受け付けています。  
 (受付は平成29年12月28日まで)  
 ●東日本大震災および平成28年熊本地震災害にかかると義援金を受け付けています。  
 (受付は平成30年3月31日まで)  
 各義援金等の受付場所  
 健康福祉課、高松・七塚サービスセンター  
 ●「NHK海外たすけあい」寄附金を受け付けています。  
 (受付は平成29年12月18日まで)  
 受付場所 健康福祉課



## 平成29年10月分かほく市入札結果をお知らせします

No.	入札日	件名	工事・業務場所	契約額(円)	工事・業務請負業者
1	H29.10.6	市道遠塚19号線側溝改修工事	宇気	5,065,200	(有)今村興業
2	H29.10.6	木津公園公衆トイレ改築工事(設備)	木津	6,804,000	(有)中村住設
3	H29.10.6	しらゆり公園公衆トイレ改修工事	白尾	3,866,400	(有)西盛電気設備
4	H29.10.6	市道黒川5号線舗装改修工事	黒川	1,706,400	加州建設(株)
5	H29.10.6	市道大崎1号線舗装改修工事(1工区)	内日角	7,970,400	辰村道路(株)
6	H29.10.6	市道大崎1号線舗装改修工事(2工区)	宇野気	8,856,000	丸建道路(株)
7	H29.10.6	保安林解除申請書作成業務委託	白尾	2,862,000	(株)国土開発センター
8	H29.10.13	木津公園公衆トイレ改築工事(建築)	木津	11,435,040	(有)内瀧建設
9	H29.10.13	七塚中央公園公衆トイレ改修工事	遠塚	10,800,000	(有)沢田電興社
10	H29.10.20	学校堤法面改修工事	下山田	2,847,960	(株)あけぼの
11	H29.10.20	内日角揚水機改修工事	内日角	6,264,000	千代田工販(株)金沢営業所
12	H29.10.20	公共下水道枝線管渠工事(5工区)	浜北	1,897,560	(株)三宝かほく支店
13	H29.10.20	市道木津10号線道路改良工事	木津	5,428,080	(有)オケタニ土木建設
14	H29.10.20	市道木津14号線消雪井戸改修工事	木津	7,560,000	(株)ホクコク地水

# クリスマスコンサート2017

12月23日(土・祝)

開場 13時30分 開演 14時15分

会場 西田幾多郎記念哲学館 哲学館ホール

出演  
 ヴァイオリン 松井直さん、上島淳子さん  
 ヴィオラ 石黒靖典さん  
 チェロ 大澤明さん

曲目  
 ベートーヴェン/弦楽四重奏曲変ロ長調作品18-6  
 モーツァルト/弦楽四重奏曲二長調K.575【プロシア王】  
 ベートーヴェン/弦楽四重奏曲ハ長調作品59-3【ラズモフスキー】

♪プレコンサート♪  
 時間:14時~  
 会場:ホワイエ

チケット

	大人	中学生以下
前売券	1,000円	無料
当日券	1,200円	

【チケット販売窓口】  
 生涯学習課、宇ノ気生涯学習センター、高松公民館、  
 西田幾多郎記念哲学館、中央図書館

問い合わせ先  
 生涯学習課 TEL283-7137

# HI-KESHI-DAMASHII 火消魂

## 第8回 かほく市消防団 高松第一分団

結成 平成16年3月～  
 団員数(男・女) 18人(18人・0人)  
 平均年齢 35.9歳

このコーナーでは市内消防団の活動内容をご紹介します。

### 【市内初のATポンプ車を導入】

高松第一分団は「自分たちの町は、自分たちで守る」という精神に基づき、地域の安心・安全を守るために活動しています。

昨年は、かほく市で初となるAT車のポンプ車を導入することができました。それにより、団員全員が運転、操作をできるようになりました。

### 【地域のために、活動してみませんか！】

これからの時代、男女問わず消防団員として、火事・災害を巡視できるよう活動していきたいと思っています。



新ポンプ車の入魂式  
 (平成28年11月5日)



中田和彦 分団長

最後になりますが、高松第一分団は年齢・男女問わず団員を募集しています。よろしくお願ひします。



## うらのイチオシ 団員

わが団イチオシ団員の意外な(?)一面を紹介します!

### 【県外から移住。消防団で交流の場が広がりました!】

県外から移住して4年、消防団に入団してから2年が経ちました。

県外から来た私にとって消防団に入ったことで地域の交流の場が広がり、楽しく過ごすことができます。

今後も消防団員として活動に積極的に参加していきたいと思っています。



杉本 謙信さん  
 [消防団歴2年]

## 海の緊急電話は118番

118番は、海上保安庁の緊急通報用電話番号です。海上における事件・事故などの場合に通報してください。



### 【問い合わせ先】

第九管区海上保安本部  
 総務課 広報・地域連携室  
 Tel 025-285-0118



海上保安庁イメージキャラクター「うーみん・うみまる」石川ver. © JCGF

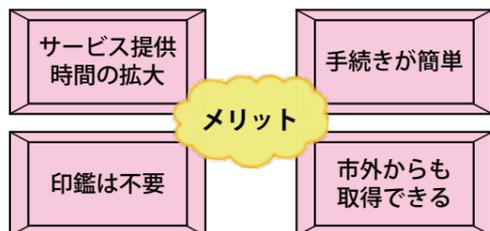
## 各種証明書コンビニ交付サービス

マイナンバーカードをお持ちの方は、次の証明書がコンビニで簡単に取得できます。

### ・利用できる時間 6時30分～23時



- ① 住民票
- ② 印鑑登録証明書
- ③ 現在戸籍の謄本・抄本
- ④ 戸籍附票



【問い合わせ先】 市民生活課 Tel 283-1116

## BUKA-TAN

# 部活動探訪

Vol.31

## 宇ノ気中学校 創作部



顧問 竹中 恵子 教諭  
 部員数 14人 (1年生 5人, 2年生 6人, 3年生 3人)



鑑賞会があり、今までに日々活動しています。月末には部活内での鑑賞会があり、今までに日々活動しています。



部長 栗彩乃さん(2年)

作った作品をみんなで見合います。年に一回の絵画コンクールでは、最優秀賞を目指して、未来にあつてほしいものを考え、描いています。これからは、今までの先輩が作ったことのない作品にも挑戦していきたいと思っています。

個性が現れた作品を創る!!

このコーナーでは、市内の中学校で一生懸命に部活動に励む生徒たちの姿を紹介していきます。

## みんなで作って、行事食 いっしょに味わう

四季折々の行事と密接に結びついている「行事食」。家庭でも、旬のものを献立に取り入れ、日々の食事を楽しく、喜びあふれた時間にしたいものです。今年度は家で手作りしたくなるような季節の行事食を紹介します。



### 冬至に食べると良い食べもの かぼちゃと小豆のいとこ煮

一年で日照時間が一番短い冬至。かぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりする習慣があります。いとこ煮は、地方によって小豆と煮る食材が変わり、大根、人参、里芋、ごぼうなどの根菜類と、こんにゃく、油揚げなどを煮たものに小豆を加えて、味噌やしょう油などで味付けしたものが北陸の郷土料理として伝えられています。



### 材料(4人分)

- ・かぼちゃ 1/4個(約450g)
- ・砂糖 大さじ1
- ・塩 小さじ1/4
- ・ゆであずき(缶詰・加糖) 150~200g
- ・しょうゆ 小さじ1

### 作り方

- ① かぼちゃは、わたと種を除き、ところどころ皮をむいて一口大に切る。
- ② 鍋にかぼちゃを入れて、水150~180ml、砂糖、塩を加える。強火でひと煮立ちさせ、落しぶたをして、弱火で5~10分煮る。
- ③ かぼちゃが柔らかくなったら、ゆであずきを加え、しょうゆ小さじ1を入れてさっと混ぜ、3分ほど弱火で煮てできあがり。

## 休日当番医

(時間 9:00～17:30)  
(受診の前にお問い合わせください)



- 12月3日(日)**  
上島クリニック (婦・産・内)  
(津幡町清水ア 25 Tel. 289-2233)  
なかお医院 (内)  
(かほく市七窪ハ 17-6 Tel. 283-6655)
- 12月10日(日)**  
向陽台クリニック (婦)  
(内灘町向陽台 1丁目 225 Tel. 255-3454)  
松岡医院 (内・小)  
(津幡町越中坂 90 Tel. 288-1013)
- 12月17日(日)**  
藤田整形外科クリニック  
(かほく市内日角 4-1 Tel. 283-7177)  
サンクリニックやまだ (小・内)  
(津幡町瀧端 461-10 Tel. 289-3929)
- 12月23日(土)**  
秋山クリニック (胃腸・内・肛門)  
(内灘町ハマナス 1-8-1 Tel. 286-8843)  
おきの内科医院 (内・神内)  
(かほく市遠塚口 54-9 Tel. 285-2552)
- 12月24日(日)**  
金原皮膚科医院  
(内灘町アカシア 1丁目 48 Tel. 237-7950)  
一林医院 (内・小)  
(津幡町庄ウ 3 Tel. 289-2002)
- 12月30日(土)**  
いしぎき皮膚科クリニック  
(かほく市内日角 4-71 Tel. 283-5525)  
さかきばら内科医院 (内・小)  
(津幡町庄ト 1-15 Tel. 288-7770)
- 12月31日(日)**  
宇野気医院 (内・小)  
(かほく市宇野気チ 33-6 Tel. 283-0103)  
かわむら整形外科医院  
(津幡町横浜へ 35-3 Tel. 288-2555)
- 1月1日(月)**  
望月眼科医院  
(内灘町旭ヶ丘 142 Tel. 239-1515)  
紺谷医院 (内・小)  
(かほく市木津へ 12-1 Tel. 285-0020)
- 1月2日(火)**  
山田耳鼻咽喉科医院  
(津幡町津幡口 5-10 Tel. 288-2084)  
角田医院 (内・小)  
(かほく市高松ナ 15-1 Tel. 281-0012)
- 1月3日(水)**  
たなべ眼科医院  
(津幡町北中条 8-57-1 Tel. 289-6340)  
はせがわクリニック (内・消・外)  
(かほく市内日角 4-12 Tel. 283-6611)

## 12月のカレンダー

祝日には国旗を掲げましょう

日	曜日	主な行事やお知らせの内容
1日	(金)	○市民中学校「第3回健康クッキング」(10:00、ほのぼの健康館)
2日	(土)	
3日	(日)	○古紙類・古着類拠点回収 (9:00～12:00、河北都市リサイクルプラザ正面出入口) ○囲碁・将棋大会 (10:00、高松産業文化センター) ○「考える」ことを楽しむ哲学入門講座③ (13:30、哲学館)
4日	(月)	
5日	(火)	○市議会 定例会本会議 [一般質問] (10:00、議場)
6日	(水)	○市議会 定例会本会議 [一般質問予備日] (10:00、議場)
7日	(木)	○市議会 総務建設常任委員会・分科会 (9:00、議会会議室) ○心配ごと相談 (13:30～16:00、七塚健康福祉センター)
8日	(金)	○市議会 市民文教常任委員会・分科会 (9:00、議会会議室) ○シルバー人材センター入会説明会 (14:00、高松北会館)
9日	(土)	○西田幾多郎哲学講座⑨ (13:30、哲学館)
10日	(日)	
11日	(月)	
12日	(火)	○聴覚障害者生活相談 (10:00～12:00、ほのぼの健康館) ○市議会 予算決算常任委員会 (13:30、議会会議室)
13日	(水)	○無料法律相談 (要予約・先着順) (13:30～16:00、消費生活センター)
14日	(木)	○心配ごと相談 (13:30～16:00、七塚健康福祉センター)
15日	(金)	○市議会 定例会本会議 (10:00、議場) ○読書カフェ (19:00、哲学館)
16日	(土)	○市民中学校「楽しく学ぶお片付けの基本」 (10:00、七塚健康福祉センター) ○寸読書会⑦ (13:30、哲学館)
17日	(日)	○古紙類・古着類拠点回収 (9:00～12:00、河北都市リサイクルプラザ正面出入口)
18日	(月)	
19日	(火)	
20日	(水)	
21日	(木)	○心配ごと相談 (13:30～16:00、七塚健康福祉センター)
22日	(金)	
23日	(土)	【天皇誕生日】天皇の誕生日を祝う。 ○クリスマスコンサート 2017 (14:00、哲学館)
24日	(日)	
25日	(月)	○固定資産税・都市計画税 第3期納期限 ○国民健康保険税 第8期納期限
26日	(火)	○聴覚障害者生活相談 (10:00～12:00、ほのぼの健康館)
27日	(水)	
28日	(木)	○心配ごと相談 (13:30～16:00、七塚健康福祉センター)
29日	(金)	
30日	(土)	
31日	(日)	
1月1日	(月)	【元日】年のはじめを祝う。
2日	(火)	
3日	(水)	
4日	(木)	○かほく市消防団出初式 (9:30、かほく市役所) ○河北都市消防団連合会出初式 (11:00、津幡町) ○心配ごと相談 (13:30～16:00、七塚健康福祉センター)
5日	(金)	

※ 冬期間 (1月・2月) は降雪のため、古紙類・古着類拠点回収は休止します。

## 年末年始のお知らせ



◆ 市役所は、12月29日(金) から1月3日(水) まで休庁となります

◆ 窓口業務のご案内 (本庁舎のみ)

◎ 年末窓口業務 (証明書等の交付)

日 時 12月29日(金)  
9時～15時  
業務内容 戸籍、住民票、印鑑登録証明書の交付、  
印鑑登録 (※ 住民票の異動はできません)

◎ その他の受付業務

婚姻、出生、死亡などの戸籍届出については、  
年末年始期間中も終日受付しています。

【問い合わせ先】 市民生活課 Tel. 283-1116

◆ 年末のごみの持ち込みはお早めに

毎年この時期には、クリーンセンター・リサイクルプラザへ多くのごみが持ち込まれます。受付までに1時間以上かかる場合もありますので、年末のごみの持ち込みは12月16日(土) 頃までにお願います。

- ・ 通常時の受付時間 月曜日～金曜日 / 8時30分～16時、土曜日 / 8時30分～15時
- ・ 年末最終日の受付時間 12月30日(土) **8時30分～12時**
- ・ 年始初日の受付時間 1月4日(木) 8時30分～16時

※ あらかじめ利用状況や積雪状況等を電話で確認の上、分別して持ち込みしてください。

【問い合わせ先】 河北都市広域事務組合 Tel. 288-4545 FAX 288-4564 URL <http://clean.kahoku.net/>

○は開館、×は休業を表します		12月 27日(水)	12月 28日(木)	12月 29日(金)	12月 30日(土)	12月31日(日) ～1月3日(水)	1月 4日(木)
ごみ	家庭ごみ収集	○	○	○	○	×	○
	クリーンセンター・リサイクルプラザへの直接持ち込み	○	○	○	○ ※12時まで	×	○
主な施設	児童館	○	○	×	×	×	○
	子ども総合センター、各子育て支援センター	○	○	×	×	×	○
	各体育施設	○	○	×	×	×	○
	高松公民館	○	○	×	×	×	○
	うみっこらんど七塚	○	○	×	×	×	○
	西田幾多郎記念哲学館	○	○	×	×	×	○
	中央図書館	○	○	×	×	×	○
交通	大海交流センター	○	○	×	×	×	○
	アクロス高松	○	×	×	×	×	○
	福祉巡回バス	○	○	×	×	×	○

### 「エコみらい河北」体験教室

日程	教室名	受講料
12月2日(土)	ガラスモザイクアート (ビンのかけら工作)	500円
12月3日(日)	鏡もち作り (ガラス細工体験)	2,000円
12月9日(土)	手作りガラスビーズ (とんぼ玉作り)	1,000円
12月16日(土)	ガラスに絵を描こう (サンドブラスト体験教室) ※ガラス製品持参	500円
12月17日(日)	吹きガラス中級コース※	2,000円
	鏡もち作り (ガラス細工体験)	2,000円

開催日の2日前までにご予約ください。

※ 吹きガラス中級コースは、エコみらい河北の吹きガラス体験教室を1回以上受講されたことのある方が対象です。

【問い合わせ先】 エコみらい河北 Tel. 288-4545

### 不用品情報ダイヤル登録状況 -無料- 11月21日現在

譲ります	譲ってください
・水槽	・犬用キャリーバッグ
・犬小屋 (Mサイズ)	・鳥かご
・ひな人形	・ゴムボート
・金太郎人形 (ケース付き)	・ピアノまたは電子ピアノ
・日本人形 (ケース付き)	
・ゴルフセット	
・釣り道具	

【問い合わせ先】 防災環境対策課 Tel. 283-7124

# かほくチャンネル

## 12月の番組案内



かほく市ケーブルテレビ  
ネットワーク

デジタル9ch  
STB037chで  
ご覧くださいね!

〔番組は、毎週金曜日の夜に新しい内容に更新します〕

### ●今月の映像特集

#### 第14回かほく市生涯学習フェスティバル

10月28日、29日の2日間にわたり、河北台中学校周辺を会場に開催された生涯学習フェスティバル。芸能発表ステージを中心にその様子をお届けします!



#### 年末年始「Weekly Kahoku City 2017」プレイバック

平成29年度下半期に放送した「Weekly Kahoku City 2017」を一挙放送!見逃した番組をこの機会にぜひご覧ください。

◆放送日 12月23日～1月5日



### ライトプラン加入世帯で使用料(1,080円)が免除になる減免制度のお知らせ

◆家族が70歳以上のみの世帯で、住民税(市・県民税)が課税されていない世帯

〈申請に必要なもの〉

- ① 申請書(世帯全員の署名・押印が必要)

◆障害者手帳(障害程度等級1級または2級、A判定)を所有する家族がいる世帯で、住民税(市・県民税)が課税されていない世帯

〈申請に必要なもの〉

- ① 申請書(世帯全員の署名・押印が必要)
- ② 障害者手帳の写し

※申請書は情報推進室・各サービスセンターにあります。

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**(市役所東フロアB1F)  
TEL 076-283-7112 FAX 076-283-6745  
Eメール: catv@city.kahoku.ishikawa.jp

### かほく市の住民基本台帳人口

(平成29年10月31日現在)

男性	17,017人(+16)
女性	18,159人(+6)
合計	35,176人(+22)
世帯数	12,740世帯(+20)

※カッコ内は前月比

自分で見聞きして写真を撮ろうと後先考えず数々の現場へ取材に出ました。編集が追いつかないのではないかと心配した時期もありましたが(笑)無事に発刊できてホッとしています。取材の甲斐もあり良い号になったと思っておりますので、ぜひご覧ください。▼今年も広報かほくをご愛読いただき、ありがとうございます。今後も紙面を通して皆さまにかほく市の魅力や情報をお届けできるように精進します。(衣谷)

あつたか〜い鍋が恋しい季節になりましたね。表紙を飾るかに力二合戦では開始前から焼きガニに力二汁・雑炊や農産物を求める長蛇の列が会場いっぱい広がっていました。中にはこの日のために千葉県から来たというグループもいてかほくの幸を満喫されていました。我が家でも一足早く前日に力二をいただくことができ、冬の味覚を楽しみました。▼今年もあと1か月です。健康に過ごしましょう。(菊田)

### 編集後記

### かほくチャンネル番組ガイド

時間	内容	
5:00	映像特集	
6:00	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	6:15～「ちよいトレ」
6:30	映像特集	
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 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。 各課からのお知らせ 国、県などからのお知らせ
9:00	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	
10:00	映像特集	12/5、15
11:00	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	第4回
11:30	こちらかほく市情報局	かほく市議会
13:00	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	定例会(生中継) (詳細時間は未定)
13:30	映像特集	
14:30	北國新聞ニュース	
15:00	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	15:00～「ちよいトレ」
15:30	こちらかほく市情報局	
17:00	映像特集	
18:00	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	
18:30	映像特集	12/28(木)18:45～
19:30	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	「月イチスタジオ645」
20:00	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	第4回
23:00	かほく市からのお知らせ(文字・静止画)	かほく市議会
23:30	映像特集	定例会(録画) (詳細時間は未定)
0:30	こちらかほく市情報局	
2:00	放送休止(5:00まで)	

### ◎番組の詳しい放送時間と内容はこちらから

- ① 放送している「番組ガイド」で確認する。  
放送時間 7:30、11:30、15:30、20:30、0:30
  - ② 「いいメールかほく」を利用する。
  - ③ デジタルテレビの電子番組表(EPG)を見る。
  - ④ かほく市ホームページで調べる。
- ※このほか電話でもお答えしていますので、お気軽にお問い合わせください。(平日8:30～17:15)