

広報 かほく

KAHOKU Public Relations

2022. 6
No.220



紙面に掲載されている催し等は、新型コロナウィルス感染状況を考慮し内容に変更が生じる場合があります。最新の情報についてはホームページをご覧いただくか主催者にご確認ください。

Photo : サクラマスの稚魚放流（大海川）

4月25日、大海川漁業協同組合が大海小学校4年生19人を招き、大海川にサクラマスの稚魚5千匹を放流しました。児童たちは「帰ってくるんだよ」「元気に海まで行くんだよ」などと声をかけながら、稚魚の入ったバケツを傾け、優しく放流しました。



かほく市公式
ホームページ



電子書籍
ポータルサイト
「イシカワ
イーブックス」



かほく市公式
LINE

主な内容

| | |
|----------------|----|
| 令和4年度重点施策の紹介② | 2 |
| 令和4年度健康診断のお知らせ | 6 |
| まちの話題 | 8 |
| 市からのお知らせ | 10 |
| くらしの情報 | 20 |

重点施策の紹介

若い世代の希望をかなえる

子育て支援の充実



2. 若い世代の希望をかなえる子育て支援の充実

| 主な施策 | 予算額 |
|---|---------|
| 幼児教育・保育の充実 ★・未満児保育における育児担当制保育の実施 ・こども園紙おむつサブスクサービスの創設 | — |
| ★地域少子化対策事業（女性活躍サポート事業）の推進 | 80万円 |
| 【補】放課後児童健全育成事業（学童保育クラブ） | 207万円 |
| ★赤ちゃんすくすく応援事業の拡充 | 1,050万円 |
| 小中学校の洋便化工事の実施（大海小、宇ノ気小、3中学校） | 5,488万円 |
| 【補】宇ノ気小学校エレベーター棟増築工事 | 6,637万円 |

* 印の施策について紹介します。

これまでの「地方創生」の流れをとめることなく、さらに発展させていくため、令和4年度の5つの重点施策ごとに、主な施策について、各担当課より紹介します。

未満児保育における育児担当制保育の実施

進化する保育

「量」だけでなく「質」の確保



ママリフレッシュ事業（ヨガ教室）の様子

地域少子化対策事業 (女性活躍 サポート事業) の推進

—「女性活躍サポート事業」って、なにをするの?

園児 いつも決まった保育士が接することで、安心して過ごせるようになり、情緒が安定し、行動（待つ・話を聞くなど）に落ち着きが見られるようになります。また、毎日の生活リズムが同じになり、自分のペースを考え動ける主体性が身につきます。

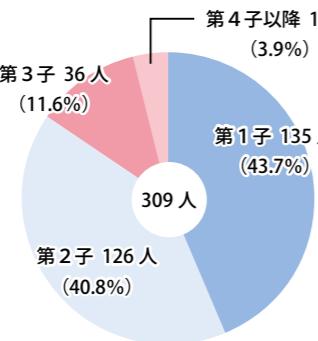
保育士 園児への理解が深まり、園児一人一人の発達に応じたきめ細やかな保育の提供が可能となります。担当保育士が園児と密接な関係を築くことで、保護者との信頼関係も構築します。

赤ちゃんすくすく応援事業

—拡充された内容は?

令和3年度は、年間出生数が市総合戦略の目標である300人を上回り、309人でした。これからも安心して子どもを生み育てることができるよう、多子世帯（子どもが3人以上いる世帯）の子育てをより応援するため、令和4年4月1日以降生まれの

子ども人数別出生状況（令和3年度）



問 子育て支援課

TEL 283-7155



全てグループ単位で保育しています

市では、平成30年度に全ての公立保育園を認定こども園へと移行しました。認定こども園は、0歳から就学前の子どもまで、保護者の就労状況にかかわらず利用することができます。これからは、保育の受け皿としての「量」だけでなく、「保育の質の向上」が求められており、子どもたちを支える新たな手立てとして「育児担当制保育」に取り組むこととしました。

これからは、保育の受け皿としての「量」だけでなく、「保育の質の向上」が求められており、子どもたちを支える新たな手立てとして「育児担当制保育」に取り組むこととしました。

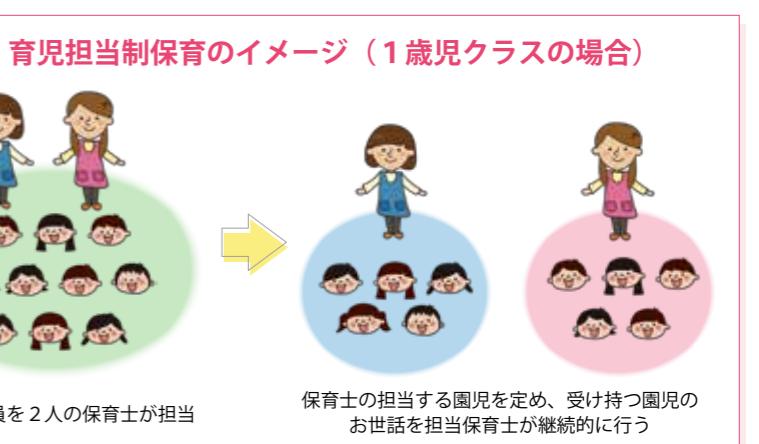
—「育児担当制保育」とは?

園児に対して特定の保育士が食事やトイレなどの身の回りのお世話を継続的に受け持つ保育のことです。0歳から2歳児の期間は、成長の個人差が大きく、育児

により、思いの活動を行うことで、サービス利用者・提供者の双方が満足できる枠組みを作りました。市はこれからも子育てママの活動の場づくりと人のつながりを生み出すサポートにより、若い女性が住みやすいかほく市を目指します。

お子さんから、第3子以降の出生に対する、次のとおり「かほく市共通商品券」の支給額を増額しました。

● 第1子、第2子 3万円分
● 第3子 5万円分
● 第4子以降 10万円分
(これまでより2万円増額)



7月号は、「健康増進といきがいの創造」を紹介します。

長年の功績 晴れの受章

おめでとうございます

令和4年春の叙勲受章者が発表され、かほく市から次の方が受章されました。



松井 与志基さん
七窪（61歳）

瑞宝 双光章 危険業務従事者叙勲

元市消防団副団長。長年にわたり
火災予防と地域住民の生命、財産の
保全に尽力されました。



竹多 正幸さん
夏栗（70歳）

瑞宝 単光章 春の叙勲

元陸上自衛隊1等陸尉。長年にわたり
国民の安全と国土の保全、防衛に
尽力されました。



赤崎 文雄さん
高松（73歳）

瑞宝 双光章 危険業務従事者叙勲

元市消防司令長。長年にわたり火災
予防と地域住民の生命、財産の保全
に尽力されました。



釜井 泰廣さん
秋浜（69歳）

瑞宝 単光章 危険業務従事者叙勲

元県警部補。長年にわたり地域住民
の安全安心の確保と財産の保全に
尽力されました。

令和4年4月24日執行

参議院石川県選挙区選出議員補欠選挙 結果

【問い合わせ先】市選挙管理委員会事務局 Tel 283-1111

●開票結果（かほく市開票区）

（単位：票）

| 候補者の氏名 | 得票数 |
|--------|-------|
| 宮本 周司 | 6,759 |
| 小山田 経子 | 2,259 |
| 西村 祐士 | 457 |
| 齋藤 健一郎 | 324 |

（有効投票数：9,799票）



明るい選挙キャラクター
選挙のめいすいくん

●投票結果

投票率：33.60%（当日有権者数：29,731人）

（単位：%）

| 投票区 | 投票率 |
|------------------------------------|-------|
| 1 高松（南町、古宮町、元町、流川町、中町） | 32.21 |
| 2 高松（上北町、北中町、北新町、岸川町、桜井町、東町）、学園台 | 32.41 |
| 3 高松（旭町）、内高松 | 38.11 |
| 4 若緑、箕打、野寺、元女、黒川、八野、瀬戸町、夏栗 | 37.18 |
| 5 長柄町、中沼、二ツ屋 | 36.73 |
| 6 高松（南新町、六軒町、下伊丹町、上伊丹町） | 36.39 |
| 7 木津（南旭町、東旭町、南泉町、北泉町、本町、天神町、栄町） | 33.01 |
| 8 木津（宮川町、中央町、北町、南大通り町、恵比寿町、海岸町）、松浜 | 30.40 |
| 9 遠塚、浜北、秋浜 | 30.19 |
| 10 外日角 | 37.44 |

| 投票区 | 投票率 |
|------------------|-------|
| 11 白尾 | 30.62 |
| 12 森、向野、宇野気 | 34.86 |
| 13 気屋、上山田、下山田、鉢伏 | 39.73 |
| 14 狩鹿野、指江、多田 | 37.19 |
| 15 大崎、湖北 | 33.53 |
| 16 横山 | 40.47 |
| 17 谷、笠島、上田名、余地 | 48.47 |
| 18 宇気、七窪 | 27.45 |
| 19 内日角 | 34.56 |

令和4年度

かほく市健康診断のお知らせ

7月から集団健診、8月から医療機関健診が始まります。健康診断では血液検査、血圧測定、尿検査、身体測定等を行います。治療中であっても、すべての検査を受けているわけではありません。年に一度は健康診断で自身の身体チェックをし、心臓病や脳血管疾患・腎臓病等の予防や生活の改善に努めていきましょう。

健診・がん検診 受診の流れ

① 6月下旬～7月上旬に健診・がん検診の案内（受診券・チラシ）が郵送されます。

※長寿健診対象者は7月下旬（昭和22年7月生まれの方は8月）に郵送予定



② 受診券・チラシで内容を確認し、集団健診（7月～）または医療機関健診（8月～）をお選びください。



③ 集団健診、医療機関健診はともに電話で事前予約をお願いします。



④ 健診当日は「保険証・受診券・自己負担金」を持って受診してください。

※体調の事前確認、マスク着用、検温にご協力ください。

※自己負担金は次ページを参照ください。

集団健診の日程

要予約：予約先は郵送されるチラシをご確認ください。

◆特定健診、若年健診、肺がん・結核、胃がんリスク、大腸がん、前立腺がん、肝炎ウイルス

| 月 日 | 会 場 | 受付時間 | 月 日 | 会 場 | 受付時間 |
|-----------------------|----------------------|-------------|------------|------------------|-------------------------|
| 7月健診分は、7月11日(月)から予約開始 | | | | | |
| 7月 20日(水) | 七塚健康福祉センター | 8:15～10:30 | 9月 25日(日) | ほのぼの健康館 | 8:15～10:30 |
| 7月 21日(木) | 高松産業文化センター | 8:15～10:30 | 9月 26日(月) | ほのぼの健康館 | 8:15～10:30 |
| 7月 24日(日) | ほのぼの健康館 | 8:15～10:30 | 9月 27日(火) | 高松産業文化センター | 8:15～10:30 |
| 7月 25日(月) | ほのぼの健康館 (午後は女性限定) | 8:15～10:30 | 9月 28日(水) | 七塚健康福祉センター | 8:15～10:30 |
| | | 13:30～14:30 | | | 10月健診分は、10月11日(火)から予約開始 |
| 9月 6日(火) | 大海交流センター | 8:15～10:30 | 10月 17日(月) | 七塚健康福祉センター | 8:15～10:30 |
| 9月 7日(水) | 七塚健康福祉センター | 8:15～10:30 | 10月 18日(火) | 高松産業文化センター | 8:15～10:30 |
| | | 13:30～14:30 | | | 夜間検診※ |
| 9月 9日(金) | ほのぼの健康館 | 8:15～10:30 | 10月 19日(水) | ほのぼの健康館 夜間検診※ | 8:15～10:30 |
| | | 13:30～14:30 | | | 8:15～10:30 |
| 10月 24日(月) | ほのぼの健康館 | 13:30～14:30 | | | |

※夜間検診は大腸がん、子宮頸がん、乳がん、骨密度測定が受診できます。

※日程が変更となる場合があります。

【問い合わせ先】

健康福祉課（ほのぼの健康館内）

TEL 283-1117

【女性がん無料クーポンについて】

対象者の方には、無料クーポン券を郵送します。
＊国民健康保険加入者の方で「人間ドック」「脳ドック」「PET検査」受診をご希望の方
は、保険医療課へお申し込みください。

＊国民健康保険加入者の方で「人間ドック」「脳ドック」「PET検査」受診をご希望の方
は、保険医療課へお申し込みください。

TEL 283-7123

医療機関健診 受診期間：8月1日(月)～10月31日(月)

要予約

◆特定健診、長寿健診、肺がん・結核、胃がんリスク、大腸がん、前立腺がん、肝炎ウイルス

| 医療機関(50音順) | 電話番号 |
|------------|----------|
| 宇野気医院 | 283-0103 |
| 沖野クリニック | 281-0500 |
| おきの内科医院 | 285-2552 |
| 角田医院 | 281-0012 |
| かねだ医院 | 281-1164 |
| 北谷クリニック | 281-8801 |
| 久保医院 | 283-0017 |

◆乳がん・子宮頸がん検診のみ7月から受診できます。(要予約)

| | |
|---------------|---------------|
| 金沢医科大学病院(内灘町) | 286-3511 |
| 外来受付時間に限る | |
| 河北中央病院(津幡町) | 289-2117 |
| 乳がん：火曜休 | 子宮頸がん：火曜午前のみ可 |

集団健診・医療機関健診の対象者と自己負担額

※年齢は令和5年3月31日現在

| 健診名 | 若年健診 | 特定健診 | 長寿健診 | 肺がん・結核 | | 結核 | 胃がん | 大腸がん |
|------------|--------|------------------|------------------------------|--------|------------------------|------|-------------------|---------|
| | | | | レントゲン | 喀痰検査 | | ABC血液検査 | 便潜血反応検査 |
| 対象者 | 18～39歳 | 40～74歳 かほく市国保 | ・75歳～ ・65～74歳の 該当者(※1) | 40～75歳 | 50～75歳 の該当者 (※2) | 76歳～ | 40～75歳の 過去未受診者 | 40歳以上 |
| 集団健診 | 500円 | 500円 | | 100円 | 600円 | | 300円 | 400円 |
| 医療機関 健診 | | 500円 | 500円 | 500円 | 700円 | 無料 | 400円 | 400円 |

肺がん検診において、65歳以上の方は肺がん検診に合わせて、結核検診を実施します。

※1 一定の障害がある65～74歳の方で、石川県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた方。

※2 喫煙指数(1日あたりの喫煙本数×喫煙年数)600以上の方。

| 健診名 | 前立腺 がん | 肝炎 ウイルス | 子宮頸がん | | 乳がん | | 骨粗鬆症 検診 |
|------------|------------------|----------------------------|-----------------|---------------------|------------------|-----------------|-------------------------------------|
| | | | 細胞診 | 細胞診+ HPV検査 | マンモのみ (2方向) | マンモのみ (1方向) | |
| 対象者 | 50～75歳 男性(隔年) | 40～75歳 5歳毎で (過去未受診者) | 20歳以上 女性(隔年) | 31～41歳 (未受診者に限る) | 40～49歳 女性(隔年) | 50歳以上 女性(隔年) | 40・45・ 50・55・ 60・65・ 70歳女性 |
| 集団健診 | 100円 | 200円 | 400円 | 800円 | 600円 | 300円 | 200円 |
| 医療機関 健診 | 200円 | 400円 | 700円 | 1,100円 | 600円 | 600円 | |

厚生労働省の推奨する子宮がん、乳がん検診の受診間隔は2年に1回です。

(検診が1年間隔でも2年間隔でも同様の死亡減少効果が認められています。)

ウクライナの人たちへ 支援チャリティを実施

かほく市国際交流協会が、姉妹都市メスカルヒ市が行っているウクライナ避難民の支援活動に役立ててもらつたため、4月2日に宇ノ気生涯学習センターでチャリティ事業を行いました。

寄せられた支援金19万2164円は、後日、坂本清会長から油野市長に寄託され、メスカルヒ市へと送られました。

チャリティにご協力いただきました皆さま、誠にありがとうございました。



ドイツパンの詰め合せとお米をセットで販売

かほっくる1周年 にやんたろうが一日館長

4月29日、こども屋内運動施設「あそびの森かほっくる」がオープンして1周年を迎えました。

にやんたろうは「1日かんちょう」と書かれた名札を付け、玄関で来場者を出迎えた後、抽選で選ばれた10組の来場者と一緒に玄関前や遊具のそばなどで、記念撮影を行いました。

記念として市マスクチャラクターにやんたろうが一日館長を務めました。

文化・スポーツ体験会

4月19日、2021年度かほく市体育協会功労者表彰式が開催され、次の方々が受賞しました。この表彰は概ね7年以上、継続的に協会の運営発展に功労のあった方に贈られるもので、5人の方が受賞しました。

麻生英之さん(高松) サッカー協会
山本剛さん(上田名) バドミントン協会
吉田貴広さん(宇氣) ラグビーフット
坂本孝彦さん(若緑) ボール協会
山越進さん(横山) クレー射撃協会
坂本監督 マレットゴルフ協会
山越進さん代理 中田一朗さん



(左から) 麻生 英之さん、山本 剛さん、吉田 貴広さん
坂本 孝彦さん、山越 進さん代理 中田 一朗さん

5月3日、イオンモールかほくで、文化・スポーツ体験会を開催しました。文化体験では、縄文・弥生時代の生活を体験できる教室が開かれ、火起こし体験や勾玉作り体験などを进行了。このうち、火起こし体験は人気で、子どもたちは協力しながら、一生懸命火を起そうと頑張っていました。

また、スポーツ体験では、「ユーススポーツ」「モルック」の体験会を開催しました。誰でも気軽にできるスポーツで、初めてという参加者も楽しくプレイしていました。

PFUブルーキャッツ 全日本選抜で準優勝

PFUブルーキャッツは、4月30日から5月5日まで大阪府で開催されていた第70回黒鷲旗全日本男女選抜大会で、創部43年目で初めて決勝戦に進み、準優勝に輝きました。

6日は坂本将康監督や堀口あやか主将などチーム関係者が準優勝旗を手に市役所を訪れ、油野市長に成績報告をしました。堀口主将は「悔しさが残った。この経験を次に活かしたい」と来季の更なる活躍を決意していました。



準優勝旗を手に記念撮影する(右から)蓮池部長、
堀口主将、油野市長、坂本監督

少年消防クラブ入会式

5月15日、消防本部で少年消防クラブ入会式が行われ、宇野気旭町、大橋、七瀬、高松旭町、白尾(しらゆり・青空)の6クラブに合計76人が新たに加入し、防火委員会会長から各クラブの代表者に入会証が授与されました。

式ではクラブ員を代表して白尾(しらゆり)少年消防クラブの笹倉彰人さんと酒井結菜さんが、火遊びをしない立派な少年消防クラブ員になることを誓いました。

また、式の後には水消火器による消防体験および煙体験、消防車両の見学等を行い、防火について学びました。



水消火器を使って放水する少年消防クラブ員

火起こしにチャレンジする参加者

ふるさとのツバメ総調査 3年ぶりに実施

県内公立小学校の児童が校区内の民家などを回り、ツバメの生息を調べる「ツバメ総調査」が3年ぶりに行われました。市内小学校でも5月9日から調査を開始し、外日角小学校では18日、6年生51人がグループに別れ、民家の軒下などを見て回り、巣の数などを調査しました。児童たちは「無事にひながかえり、元気に育つてほしい」と笑顔で話していました。



ツバメの巣を観察する児童

第78回現代美術展入賞

4月1日～18日、石川県立美術館(洋画・工芸・写真)と金沢21世紀美術館(日本画・彫刻・書)を会場に開催され、かほく市からは次の方々が入賞しました。

今後のさらなる活躍が期待されます。

一般部
次賞(津幡町長賞)
富崎 剛一さん(白尾)



受賞作品「金澤」

水消火器を使って放水する少年消防クラブ員



にやんたろうとの記念撮影を楽しむ来館者

5月21日時点の情報をお知らせ 新型コロナワクチン接種について

接種券が届き次第、予約可能です。予約方法・接種会場等については、接種券同封のお知らせ、または市ホームページをご確認ください。

4回目接種について

4回目接種は、新型コロナウイルスに感染した場合の重症化予防を目的に実施します。

【対象者】

- ① 60歳以上の方
- ② 18歳以上59歳以下で基礎疾患有する方、その他重症化リスクが高いと医師が認める方

【使用ワクチン】

ファイザー社製およびモデルナ社製

【接種間隔】

3回目接種から5か月以上

【接種券の発送】

6月中旬より、3回目接種から5か月経過した方から順次発送します。

※基礎疾患有する方の接種券は、届出が必要となりますので、上記担当窓口で手続きをしてください。
これまでの接種で既に基礎疾患の届出をされた方には、3回目接種から5か月経過後に接種券を送付します。

かほく市へ住民票を移した方へ

かほく市以外の自治体で接種され、その後かほく市に転入された方の接種履歴は、自動的にかほく市には引き継がれません。

転入された方で、接種を希望される場合は接種券発行の手続きが必要となりますので、上記担当窓口までお越し頂くか、お問い合わせください。

【必要なもの】

- ・本人確認書類
- ・接種記録がわかるもの
- (転入前の自治体が発行した接種券や接種済証)

問い合わせ先
健康福祉課
(宇ノ気保健福祉センター内)
TEL 283-1117



◀市ホームページ
はこちら

接種後の副反応について

副反応等の症状がある方は、ワクチン接種を受けた医療機関やかかりつけ医にご相談ください。かかりつけ医等がない方は、下記にご相談ください。

○石川県発熱患者等受診・コロナワクチン副反応相談センター

【電話番号】 0120-540-004
【解説時間】 9時～21時(土日・祝日含む)
※発熱時の相談は24時間対応

海外へ渡航される場合などの接種証明について

①電子版の接種証明書

二次元コード付き接種証明書(電子版)の発行が可能なスマートフォン上の専用アプリを公開しています。接種証明書(電子版)の取得にはマイナンバーカードが必要です。詳細は、デジタル庁Webサイト「新型コロナワクチン接種証明書アプリ」をご確認ください。



◀デジタル庁Web
サイトはこちら

②書面の接種証明書

申請手続きが必要となりますので上記担当窓口までお越しください。

【必要なもの】

- ・旅券(パスポート)の写し
- ・接種記録を確認できる写し
- ・住所地が確認できる書類

※代理申請時は、委任状も必要となります。
※日本国内については、引き続き「接種済証」または「接種記録書」による接種証明が可能です。

【問い合わせ先】

- ・ワクチン接種予約、相談、接種券再発行 新型コロナワクチンコールセンター
TEL 0120-988-632(9時30分～18時、日・祝日を除く)

- ・接種予約に関する市役所相談窓口
TEL 076-283-6743(9時30分～17時、土日・祝日を除く)

令和4年度 かほく市町会区長会連合会 正・副会長を紹介します



会長
西田省三
(ニツ屋)



副会長
西島紀敏
(宇野気)



副会長
釜井泰廣
(秋浜)

かほく市町会区長会連合会総会が5月2日に市役所で開催され、本年度の正・副会長が決まりましたので、紹介します。(敬称略)

？自治会・町内会では、 どんな活動を行っているの？

区域の住民相互の連絡、環境の整備、集会施設の維持管理など、良好な地域社会の維持や形成に役立つ地域的共同活動を行っています。

問い合わせ先
総務課 秘書室
TEL 283-1110

ふるさと「かほく市」への応援ありがとうございました ふるさと納税(寄附)制度

昨年度中は、多くの皆さんに「ふるさと納税制度」をご利用いただき、たくさんのご厚意を賜わりました。

■令和3年度ふるさと納税の内訳

| 項目 | 件数(件) | 金額(千円) |
|-------------------------|-------|---------|
| 1 子育て支援 | 1,213 | 100,544 |
| 2 教育・文化 | 317 | 29,496 |
| 3 西田幾多郎記念哲学館 魅力アップ事業 | 88 | 8,072 |
| 4 若手農業者の育成 | 387 | 27,240 |
| 5 健康・福祉 | 363 | 29,122 |
| 6 生活環境 | 119 | 8,732 |
| 7 産業振興 | 176 | 15,073 |
| 8 使途の指定なし | 1,972 | 152,802 |
| 合計 | 4,635 | 371,081 |

※「8 使途の指定なし」への寄附については「かほく市まちづくり基金」に積み立て、将来の地域振興のために活用させていただきます。

本年度も新たなラインアップで
(31事業者 103品目)

昨年度に続き、返礼品として「特産品ブランド認証制度」の認証品を追加し、木工品や金属加工品などラインアップが、さらに充実しました。



！ふるさと納税ポータルサイト「ふるさとチョイス」「ふるなび」「さとふる」「楽天ふるさと納税」のいずれかをご利用いただくと、申請から寄附までの全ての手続きが可能です。
詳しくは、市ホームページをご覧ください。



申請期限が迫っています

飲食店まん延防止支援金

飲食店まん延防止支援金（第1次、2次）の申請期限が迫っています。要件に該当する事業者の方は、お早めに申請してください。

第1次

【対象者】

石川県新型コロナウイルス感染拡大防止協力金（以下「県協力金」という。）[第8次]の支給を受けた者

【支給額】

県協力金[第8次]の受給額に対する10分の1の額

【申請締切】

6月24日（金）当日消印有効
※申請期限を延長しました。



▲第1次の要件についてこちら

●申請に際しては、その他にも対象要件等がありますので必ず市ホームページをご確認いただくか、上記担当までお問い合わせください。

問い合わせ先

産業振興課 Tel 283-7105
かほく市商工会 Tel 282-5661

第2次

【対象者】

県協力金[第9次]の支給を受けた者

【支給額】

県協力金[第9次]の受給額に対する10分の1の額

【申請締切】

6月24日（金）当日消印有効



▲第2次の要件についてこちら

かほく市行政改革推進委員会の委員募集

問い合わせ先

総務課 Tel 283-1111

【応募方法】

所定の応募用紙に必要事項を記入の上、下記【提出先】まで提出してください。



◆応募用紙
はこちら

※応募用紙は、上記担当窓口で受け取るか、市ホームページから入手できます。

【応募締切】

6月20日（月）まで（必着）

【審査方法】

提出いただいた書類を審査し、結果については本人あてに通知します。

【提出先】

〒929-1195 かほく市宇野気二81番地
かほく市総務部総務課
FAX: 283-4644
メール: soumu@city.kahoku.lg.jp

① 注意事項

提出書類に虚偽の記載が認められた場合は、委員就任後であっても、委嘱を取り消す場合があります。

【応募資格】

- ① 60歳以下（令和4年6月1日現在）で、本市に住所を有する方
- ② 本市の行政改革について、積極的に意見を述べることができる方

【任期】

令和4年9月から令和8年8月まで
(年数回の委員会を開催予定です。)

【募集人数】

3人程度

令和4年6月から

児童手当制度の一部が変わります

改正1：現況届の提出が原則不要となりました

「児童手当現況届」は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当を引き続き受け取ることができるかを確認するものです。

これまで、全ての方に現況届の提出をお願いしていましたが、本年度以降は次に該当する方を除き現況届の提出が不要となりました。

○現況届の提出が必要な方

- ・里親などの施設等受給者
- ・離婚協議中で配偶者と別居している方
- ・配偶者が海外に居住している方
- ・国家公務員共済組合・地方公務員共済組合等、共済組合に加入している方（3歳未満の児童がいる方のみ）

※該当する方へ6月に現況届を送付しますので、期日までに提出してください。期日までに提出がない場合は、6月分以降の手当が受けられなくなります。

【提出期限】6月30日（木）

【提出方法】上記担当窓口まで持参

※公務員の方は、勤務先での提出となります。

児童手当6月支給分のお知らせ

2～5月分の児童手当を次のとおり登録口座に振り込みしますので、ご確認ください。

【支給日】6月15日（水）

空き家バンク制度のご案内

市内の空き家の有効利用と定住人口増加を目的として、移住希望者に対してインターネットを通じて広く情報を公開するために「空き家バンク制度」を開設しています。

この制度は、所有する空き家を賃貸または売買を希望する所有者から情報登録していただき、空き家を借りたい方や買いたい方に情報を提供していくものです。

市内に空き家をお持ちの方は、ぜひ空き家バンクに登録してみませんか。詳しくは、市ホームページをご確認ください。



◆詳しくは
こちら

改正2：特例給付の支給に関わる所得上限額の新設

児童を養育している方の所得に応じて手当額を支給しています。今回の改正で、所得上限限度額を新設し、所得が以下表の「B：所得上限限度額」以上ある場合には児童手当が支給されません。

【令和4年10月支給分（6～9月分）から適用】

（例）扶養親族等が3人（児童2人+年収103万円以下の配偶者）の受給者の方

| A：所得制限限度額 | B：所得上限限度額 |
|---------------------------------------|----------------------|
| これ以上だと… 児童1人につき5,000円 支給なし（改正後） | これ以上だと… 支給なし（改正後） |
| 所得額 736万円 | 収入額の目安 960万円 |
| 所得額 972万円 | 収入額の目安 1,200万円 |

※扶養親族等の人数により、上限限度額が変わります。

詳しくは、市ホームページをご確認ください。



◆詳しくは
こちら

問い合わせ先

企画振興課
Tel 283-1112

空き家所有者

登録を希望する人

- ① 物件の登録・申込 →
 - ② 物件確認 ←
 - ③ 物件登録（無料） ←
- かほく市
空き家バンク
- ① 物件情報の提供
 - ← ② 物件情報の閲覧
 - ← ③ 利用の申込

交渉・契約

（社）石川県宅地建物取引業協会・（社）全日本不動産協会石川県本部
当事者の依頼により相談・仲介します（仲介手数料が必要）

令和4年度住民税非課税世帯に対する臨時特別給付金のお知らせ

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、さまざまな困難に直面した方が生活の支援を受けられるよう、新たに**令和4年度住民税非課税世帯**に対して、**1世帯 10万円の臨時特別給付金**を支給します。

【対象世帯】下記のとおり（※既に令和3年度の給付金を受給した方は対象外です。）

【受付期間】6月13日（月）～9月30日（金）

| 給付対象世帯 | 申請方法 |
|--|--|
| 住民税非課税世帯 令和4年6月1日時点において、市内に居住し、かつ世帯員全員が住民税非課税の世帯 ※住民税が課税されている方の扶養親族のみの世帯でないこと | 対象世帯へは6月中旬に確認書を送付します。確認書に必要事項を記入し、同封の返信用封筒にて郵送または上記担当窓口まで持参してください。 ※世帯の中で令和4年1月2日以降に転入者がいる場合は、申請書（請求書）の提出が必要です。 |
| 家計急変世帯 令和4年1月以降の収入が減少し「住民税非課税相当」の収入となつた世帯 | 市ホームページまたは上記担当窓口にて申請書を取り寄せた上、申請してください。 |

※不明な点がありましたら、上記担当までお問い合わせください。



◀確認書や申請書
はこちら

医師からの健診のすすめ

がん検診・特定健診をおすすめします

今年もがん検診、特定健診の季節がやってきました。

新型コロナウイルスのまん延で受診を控えたい、健診を受けたい気持ちはあるが後回しにしてしまう。そんな気持ちもよくわかります。しかし、医師である私たちは生活習慣病やがんの治療が遅れ、後悔した方をたくさん診てきました。ストレスの多い世の中ではありますが、健診を受けることで不安とストレスが少し減ると思います。早期発見・早期治療で、健康維持しませんか。

集団健診では日曜日の実施、医療機関健診では夕方に実施している医療機関もあります。思い切って受けてみてはいかがでしょうか。ここ数年健診を受けていない方、全く健診を受けたことが無い方は、特に受けてほしいと思います。

かほく市けんしん委員会 長谷川 泰介

問い合わせ先

健康福祉課
(宇ノ氣保健福祉センター内)
TEL 283-1117



ランニングで健康づくりに努めています。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

いただきます 人生100年 歯と共に

歯と口は食べる・話すだけではなく、健康で豊かな生活を支える大切な機能を担っています。

むし歯や歯周病が原因で歯を失い、食べ物がかめなくなることで栄養状態の偏りや誤嚥のリスクが高まり、さまざまな病気にかかりやすくなります。また、歯周病は全身の健康にもつながっています。そのためにも定期的な歯科受診を行うことが必要であり、ご自身ができるホームケアを続けていくことが大切です。心配なことがあれば、かかりつけの歯科医へご相談ください。

問い合わせ先

健康福祉課
(宇ノ氣保健福祉センター内)
TEL 283-1117

令和4年度 歯周疾患検診のお知らせ

将来、健康に過ごすためにも、年の節目にぜひ歯の健康チェックをしませんか。対象者の方には受診券を送付しますのでご確認ください。

【対象者】かほく市在住の40・50・60・70歳
(令和5年3月末年齢)

無料写真撮影つき

マイナンバーカード出張申請サポート

「申請方法が分からず…」「市役所まで申請に行く時間が…」このような方々の申請をサポートするため**マイナンバーカード出張申請サポート**を行います。

企業や団体・グループの会場に市職員が出向き、写真撮影などマイナンバーカードの申請のお手伝いをします。市役所に行かずしてマイナンバーカードが取得できるこのサービスをぜひご利用ください。

STEP1 市民生活課に出張申込書を提出



◀申込書は
こちら

!出張希望日の**14日前まで**に出張申込書を提出してください。

■対象団体 ①かほく市内に事業所を有する企業等

②かほく市内で活動する団体（区町会、各種サークル活動団体等）

③その他5人以上のグループ

※**5名以上**の申請者（かほく市に住民登録している方に限る）が見込まれること

■実施日時 平日の10時～15時 ※年末年始（12月29日～1月3日）は除く。

■実施場所 希望の会場を用意してください。（机・椅子なども）

STEP2 指定会場に市職員が出向き申請受付

!利用者の**当日の持ち物**

当日の流れ
本人確認

申請用紙の記入

顔写真の撮影

終了

・本人確認書類

1点でよいもの（運転免許証、パスポート、障害者手帳など）

2点必要なもの（健康保険証、学生証、医療受給者証など）

・通知カード（紛失した方はその旨お伝えください）

・住基カード（お持ちの方は回収します）



STEP3 自宅でカード受け取り

申請から約1か月後、**本人限定受取郵便**でご自宅へ郵送します。

暮らしをより便利に！マイナンバーカード

■マイナポータルなど、各種行政手続きのオンライン申請が利用できます

■マイナンバー（個人番号）と本人確認が1枚のカードで可能です

■戸籍証明書や住民票、印鑑登録証明書などがコンビニで取得できます

■健康保険証として利用できます

■マイナポイント第2弾

①マイナンバーカードの新規取得等*

最大**5,000**円分

②健康保険証としての利用申し込み

7,500円分

6月30日(木)から②・③の
マイナポイント申し込み開始！



+ ③公金受取口座の登録
7,500円分

*カードを既に取得した方のうち、
マイナポイント第1弾の未申込者も含む

スマートフォンでアプリを利用して申し込みが可能です。

2022年9月末までにカードを申請した方が対象です。申請はお早めに！



◀詳しくは
こちら

高齢者支援センターだより

介護予防実態調査にご協力ください

かほく市で生活する高齢者の生活機能や生活状況、どのような支援を必要としているかを把握し、一般介護予防事業等に反映させるための「介護予防実態調査」を実施します。

調査票が届いた方は、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力のほどよろしくお願ひします。

問い合わせ先
長寿介護課内
高齢者支援センター
TEL 283-7150

■調査概要

| | |
|------|--------------------------------|
| 期 日 | 6月～7月 |
| 対 象 | かほく市に在住する要介護認定者を除く65歳以上の方 800人 |
| 抽出方法 | 無作為で抽出 |
| 調査方法 | 郵送による調査 |

いきいきシニア通信 生涯現役を応援します！

いきいきステーションをご利用ください

問い合わせ先
いきいきステーション
(七塚健康福祉センター内)
TEL 285-2004

■おしゃべり会特別行事

「大人にこそ伝えたい絵本の魅力、民話の魅力」

おはなし円（まどか）グループによる絵本や民話の読み聞かせによって心地よい世界へお誘いします。絵本や民話、ボランティア活動に興味のある方は、ぜひご参加ください。

■定期行事 ※予約は不要ですので、直接お越しください。

| 内 容 | 開催日 | 時 間 | 場 所 |
|------------------------|----------|---------------|------------------------------|
| スマホとパソコン 安心教室（個別対応） | 毎週 火曜日 | 13時30分～15時30分 | いきいき ステーション |
| おしゃべり会 | 毎週 木曜日 | | |
| みんなで Zoom （※要申込） | 6月17日（金） | 13時30分～15時 | いきいき ステーション (自宅からの参加可) |

【開設日時】
平日の9時～16時
【携帯電話】
090-6495-0473
【メール】
ikiki-s-k@outlook.jp



◆ いきいきステーション
ホームページはこちら

わずかな行動が、あなたを変える！

スモールチェンジ のすすめ



健康づくりは、そもそも、ガマンを伴い、必ずしも楽しいものではありません。
だからこそ、できそうなことから、一緒に始めてみませんか。

スモールチェンジする時のコツは「普段している行動のついでにしてみる」です。
例えば「歯みがき」ついでに「かかと上げ」を繰り返してみるのは、いかがでしょうか。
かかとを上げる時に使う主な筋肉は、ふくらはぎの「下腿三頭筋」という筋肉です。
この筋肉は、全身の血行改善に大きな役割を果たします。
寝る前の歯みがきの時に行ってみると、眠りやすくなるかもしれません。

監修 / 石川県立看護大学 教授 垣花 涉氏

こども発達相談支援センター
児童精神相談会を開催します

かほく市こども発達相談支援センターでは、子どもの発達や関わり等の相談に応じています。下記の日程で医師による個別相談日を設けておりますので、お気軽にお問い合わせください。相談は無料です。

【場所】 かほく市障害者相談支援センター あおぞら
(宇ノ気保健福祉センター内)

【時間】 ① 14時～15時、② 15時～16時

【日程】 6月14日、7月12日、8月9日、9月13日、10月11日、11月8日、12月13日、1月10日、2月14日、3月14日（全て火曜日）

【申込】 希望日の10日前までに上記担当まで電話予約してください。



◀ 詳しくは
こちら

問い合わせ先
防災環境対策課
TEL 283-7124

ごみ出しマナーを守りましょう

混ぜればごみ、分ければ資源

新聞や雑誌はもちろん、ティッシュの箱や封筒なども資源物になります。缶やペットボトル、容器包装、古紙などの資源物は、地区で決められた方法で出しましょう。

○不法投棄は犯罪です！

廃棄物をみだりに捨てると、5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金、または両方が科せられることができます。

かほく市が「きれいで住みよいまち」になるように、市民全体で不法投棄の監視・根絶に努めましょう。

不法投棄防止のためのポイント

荒れた土地は不法投棄されやすくなります。こまめな草刈りなど、自分の土地を適正に管理しましょう。また、定期的に見回りをするなど、状況把握に努めましょう。



問い合わせ先
都市建設課
TEL 283-7104

道路上にはみ出した
樹木等の適正な管理をお願いします

住宅に植えた庭木・生け垣、個人が所有する畠・山林等の樹木や雑草などが道路にはみ出していると、交通事故の原因となり危険です。

降雪や強風等により樹木が道路へ倒れると、通行の支障となるだけではなく、歩行者や通行車両との事故につながります。

道路や歩道にはみ出した樹木等は、危険を及ぼす状態であっても土地所有者の方に所有権があるため、市が伐採や除草をすることはできません。

所有する土地の樹木や雑草が「通行に支障を与えていたり」または「与える恐れがある場合」は、土地の所有者で剪定や伐採をしていただきますようご協力をお願いします。

【対応例】



生け垣剪定前



生け垣剪定後



樹木伐採前



樹木伐採後

くらしの情報

| | |
|---|---|
| かほく市役所(代) 283-1111 | かほく市役所(代) 283-1111 |
| ●健康福祉課(宇ノ気保健福祉センター内) 283-7120・283-7121・283-1117 (福祉事務所) | 七塚サービスセンター 285-2002 高松サービスセンター 281-2121 |
| ●総務課 秘書室 管財室 ●財政課 ●企画振興課 ●情報推進課・広報広聴室 ●税務課 収納対策室 | 障害者相談支援センター 283-8890 283-7123 ●保険医療課(おくやみ窓口) ●産業建設部 ●都市建設課 ●産業振興課 ●上下水道課 上下水道料金お客様センター 283-7109 |
| ●市民生活部 ●市民生活課 消費生活センター ●防災環境対策課 ●子育て支援課 | 283-7136 283-7116 283-7144 283-7124 283-7155 |
| ●健康福祉部 ●長寿介護課 高齢者支援センター | 283-7104 283-7105 283-7106 上下水道料金お客様センター 283-7109 |
| ■教育部 ●学校教育課 教育センター ●生涯学習課 ●スポーツ文化課 ●市史編さん室 ■議会事務局 ■監査委員事務局 ■会計課 | 283-7137 283-7126 283-7127 283-7125 |
| 火災問い合わせ 0180-997-456 | 防災時緊急案内 防災行政無線、かほくチャンネル いいメールかほく、LINE、FMかほく 防災行政無線の放送内容確認 0180-997-222 かほく市代表メール info@city.kahoku.lg.jp |

お知らせ

議会本会議・常任委員会などの傍聴について

かほく市議会では、本会議に加え、常任委員会および全員協議会の一般傍聴ができます。

直接傍聴受付までお越し下さい。傍聴の際は、マスク等の着用をお願いします。

本会議30人、常任委員会および全員協議会は8人です。

傍聴人の定員は、受付順に傍聴を希望の方は、当日、直接傍聴受付までお越し下さい。

本会議は8人です。

直接傍聴受付までお越し下さい。

傍聴の際は、マスク等の着用をお願いします。

本会議30人、常任委員会および全員協議会は8人です。

直接傍聴受付までお越し下さい。

ケーブルテレビで本会議を生中継しますのでご覧ください。

議会事務局

肝炎ウイルス相談および検査

エイズ・性感染症・肝炎の早期発見・早期治療のため、相談・検査を匿名で実施します。

毎週火曜日 9時30分～11時
※7・9月を除く

①石川中央保健福祉センター
(白山市馬場2-7)

毎週火曜日 17時～18時30分
第2・4月曜日

②河北地域センター
(津幡町中橋口1-1)

毎週火曜日 9時30分～11時
第3月曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第4月曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第5月曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第6月曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第7月曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第8金曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第9土曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第10日曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第11月曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第12火曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第13水曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第14木曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第15金曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第16土曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第17日曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第18月曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第19火曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第20水曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第21木曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第22金曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第23土曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第24日曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第25月曜日

毎週火曜日 9時30分～11時
第26火曜日

自死遺族当事者の会

金沢ほつの会

「金沢ほつの会」は自死によつて大切な人を亡くされた遺族の方が、ご自身の体験や想いを語り合い、傾聴し、お互に支え合つ「自死遺族当事者の会」です。

最新の空き状況はホームページで確認できます。



【問い合わせ先】産業振興課
TEL 283 - 7105

最新の空き状況はホームページで確認できます。



【問い合わせ先】住宅管理センターかほく TEL 281 - 1414

最新の空き状況はホームページで確認できます。



【問い合わせ先】産業振興課
TEL 283 - 7105

最新の空き状況はホームページで確認できます。



消防だより

【問い合わせ先】
消防本部（代表）TEL 283-3585
・消防課・予防課・消防署

救急車を呼んだのに消防車も来るのは、どうして？

「救急車を呼んだのに、消防車が来た！」そんな話を聞いたことは、ありませんか？

かほく市消防本部では、早期に傷病者に対する適切な救急活動を行うため、救急車（救急隊）のみでは対応が困難な事態に備え、通報内容や災害現場の状況により消防ポンプ車（消防隊）を出動させ、救急活動を支援する連携活動（PA連携）を実施しています。



PA連携 とは、救急現場において消防隊と救急隊が連携して救急活動などを行うことの総称です。

消防ポンプ車（Pumper）と救急車（Ambulance）の双方の頭文字から「PA」と全国の消防本部で呼ばれています。

こんな場合に救急支援（PA連携）出動します

- ・一刻も早い救急搬送と高度な救命処置が必要な場合
- ・主要道路やのと里山海道など交通量が多く、救急活動に危険が伴う場合
- ・傷病者のいる場所が狭い場所や高層階（3階以上）にいるなど、救急隊だけでは搬出が困難な場合
- ・救急車が別の事案に出動中で、現場到着が遅れるため、消防隊が救急車（救急隊）が到着するまでの応急処置をする場合

PA連携について、ご協力をお願いします

「救急車を呼んだのに、消防車が来た！」と急な消防車に驚かれるかもしれません。消防車には救急隊員と同じ資格を持つ隊員が乗っています。

救急車と一緒に来る場合、救急車より先に到着する場合、いずれの場合も傷病者の救命、安全、円滑な医療機関への搬送を目的に消防隊が活動を実施していますので、皆さんご理解とご協力をお願いします。

ちなみに… 消防車のサイレンは区別ができます

- ・火災の場合には、サイレン音「ウ～ウ～」+鐘の音「カンカン」
- ・火災以外の場合は、サイレン音「ウ～ウ～」のみです。

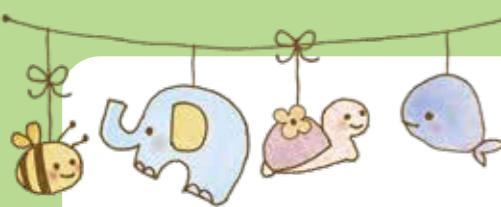


令和4年度 危険物安全週間推進標語 「一連の 確かな所作で 無災害」

上記の推進標語をポスターやパンフレットに使用し、危険物の保安に関する意識の高揚、啓発を図っていきます。

また、危険物安全週間中（6月5日～11日）には、消防職員が市内ガソリンスタンドなどの危険物製造所等に立入検査し、消防法令に適合しているか確認しています。

| | | | | | | | | | |
|---------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|---|-------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| ◆日本画・仏画教室（3階） （楽器を奏する観音菩薩様） | | | | | | | | | |
| 日時 | 6月毎週木曜日 (うち3回以上) | 10時15分～12時 | （うち3回以上） | 10時15分～12時 | （うち3回以上） | 10時15分～12時 | （うち3回以上） | 10時15分～12時 | （うち3回以上） |
| 参加費 | 1,000円+飲み物代 | 不要 | 3人程度 | 不要 | 3人程度 | 不要 | 3人程度 | 不要 | 3人程度 |
| 講師 | 金沢美術工芸大学日本画卒 松井 幸子さん | 主催者 | （RITA指定スクール）山下 愛さん | 主催者 | （RITA指定スクール）山下 愛さん | 主催者 | （RITA指定スクール）山下 愛さん | 主催者 | （RITA指定スクール）山下 愛さん |
| 持物 | バスタオル | 持物 | バスタオル | 持物 | バスタオル | 持物 | バスタオル | 持物 | バスタオル |
| 定員 | 8人（1か月検診後） | 定員 | 8人（1か月検診後） | 定員 | 8人（1か月検診後） | 定員 | 8人（1か月検診後） | 定員 | 8人（1か月検診後） |
| 講師 | 金沢美術工芸大学日本画卒 松井 幸子さん | 講師 | 金沢美術工芸大学日本画卒 松井 幸子さん | 講師 | 金沢美術工芸大学日本画卒 松井 幸子さん | 講師 | 金沢美術工芸大学日本画卒 松井 幸子さん | 講師 | 金沢美術工芸大学日本画卒 松井 幸子さん |
| 参加費 | 2,300円 (材料費込・飲物付) | 参加費 | 2,300円 (材料費込・飲物付) | 参加費 | 2,300円 (材料費込・飲物付) | 参加費 | 2,300円 (材料費込・飲物付) | 参加費 | 2,300円 (材料費込・飲物付) |
| 日時 | 6月9日(木) 10時～12時、13時～15時 | 日時 | 6月9日(木) 10時～12時、13時～15時 | 日時 | 6月9日(木) 10時～12時、13時～15時 | 日時 | 6月9日(木) 10時～12時、13時～15時 | 日時 | 6月9日(木) 10時～12時、13時～15時 |
| ◆楽しい筆あそび （夏を集めて筆遊び） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆オレンジカフェ （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆笑いヨガと歌体操 （人生はリズム♪笑って心と身体を健幸にしましょう～） | ◆己書幸座 こんちまん楽道場 （クラブ・バレエット） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） （KCCセンター千里浜なぎさ店） |
| ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆みんなで歌おう日本のうた （みんなで歌おう日本のうた） | ◆アートケアカフェ（臨床美術） | | | | | | | |



ほのぼの健康館

開館日 平日 8時30分～17時15分
休館日 土・日・祝日・年末年始
問い合わせ先 健康福祉課 TEL 283-1117
(宇ノ気保健福祉センター内)

乳幼児健診・教室の日程は、
ほのぼの健康館ホームページで
確認できます。



子育て相談

期日 6月8日(水)・22日(水)
時間 13時～16時
※実施日の2日前までに予約ください。
(予約は平日のみ)



6月

みんなの児童館

木津児童館 TEL 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
 - 6月 8日(水) アイロンビーズ工作
 - 6月 15日(水)～21日(火) 七夕飾り作り
 - 6月 22日(水) 七夕飾りつけ

白尾児童館 TEL 283-0623

- ★ 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
 - 6月 8日(水) 父の日工作
 - 6月 15日(水) おたのしみ工作
 - 6月 22日(水) 紙コップ工作

至誠が丘児童館 TEL 283-3889

- ★ 開館時間 (水～金) 13時～17時
(土・日) 9時～17時
- ★ イベント (14時～)
 - 6月 11日(土) 父の日プレゼント作り
 - 6月 18日(土) 防火・防犯訓練
 - 6月 25日(土) 七夕飾り作り

高松児童館

TEL 281-3582

- ★ 開館時間 (月～土) 9時～17時
- ★ イベント (10時～) 小学生以上が対象
 - 【愛・遊・館】 (要予約)
 - 6月 11日(土) 父の日プレゼント作り
 - 6月 15日(水) 父の日プレゼント作り
 - 6月 18日(土) 父の日プレゼント作り
 - 【大海交流センター】 (要予約)
 - 6月 17日(金) 父の日プレゼント作り

金津児童館

TEL 285-1573

- ★ 開館時間 (月～金) 13時～17時
(土) 9時～17時
- ★ イベント (16時～)
 - 6月 8日(水) 自由工作
 - 6月 15日(水) 父の日プレゼント作り
 - 6月 22日(水) 七夕飾り作り

※イベントには予約、参加費が必要な場合があります。



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
- こども園開放 (火) 11時～11時30分 (要予約)
※ 予約希望の方はホームページにてご確認ください。

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

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

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

休館日：日・祝日 (子ども総合・宇ノ気・高松)

土・日・祝日 (七塚)

12時～13時30分は消毒・換気のため利用できません。
相談は受け付けています。

子ども総合センター
ホームページ

各センターの
イベント情報等は
こちらからニヤン!!



かほく市マスコットキャラクター にやんたろう

うのけ幼稚園子育て支援センター ☎ 283-7111

- 親子教室「いちご組」(登録制) (月) 10時～12時
対象 1歳6ヶ月～未就園児
- プチルーム(幼稚園開放) (木) 10時30分～12時
対象 0歳～未就園児 ※無料・予約不要

木津幼稚園子育て支援センター smile ☎ 070-4202-7415

開館 (月～金) 9時～14時 ※祝日等を除く
対象 未就学児とその保護者

- よつばちゃん講習会 (火) 10時30分～11時15分
定員 各回10組

かほく保育園 園開放 ☎ 283-7780

- ぽかぽか広場 (無料・要予約)
毎月第2、4木曜日 9時30分～10時30分

かほくっ子 HAPPY 応援団



子育て支援施設などで保護者の方からよく受ける質問や、子育てに関する
お話を毎月ご紹介します。

【質問】 朝から登園の準備(食事、着替え、トイレなど)がなかなか進まず、余裕がなくイライラし怒ってしまいます。日々、子どもの思いを分かってあられるように努力しているつもりですが、付き合いきれずにカーッとなり感情的に怒ってしまい、自己嫌悪です。毎日同じことで怒ってしまいます。

【回答】 お子さんのことをとても大切に思い、しっかり向き合おうとする姿勢はとてもすばらしいことです。同じ悩みや迷いをもっている方は他にもいらっしゃいますよ。誰もが日々悩みながら子どもと向き合っているのではないかでしょうか。

また、まだ生まれて〇年。できなくて当たり前と、気持ちを切り替えられるように子どもから少し離れる時間を作ることで、お母さんが元気でいる

それに応えてくれないと悲しくなりますね。食事が遊び食べになっているなら、はじめに時間を決めて切り上げたり、身の回りのことがなかなか進まなければ一緒にしてあげたりという関わり方もあります。

方法を見つけておくといいですね。少し余裕がないと思ったときには、ひとりで抱えず、こども園や周りの方にもっと頼ってみてください。

「いいかげんが良い加減」と少し肩の力を抜いて休憩してください。そして、心も体も元気でいたいですね。

(高松こども園園長)



文芸の窓



川柳

五十年嘘も方便夫婦道
しあわせが降つてきそなない天気
落の臺消えた故郷に思はせ
ロシアへも飛び立つていけ鶴彬
五十年嘘も方便夫婦道
しあわせが降つてきそなない天気
落の臺消えた故郷に思はせ
ロシアへも飛び立つていけ鶴彬

俳句

供花替えて父祖の佛と春惜しむ

少年のさつそと驟け風光る

青空を突くよに咲くや花辛夷

バラボラに春雲ふれて能登の山

叔父の名の大きく白い椿咲く

存えて我は我なり花大根

十勝野の視野の限りの麦の秋

門従衆の集ふ末寺の花御堂

短歌

中学校孫入学のお祝い会うつすら髪でもう大人顔

チラチラと雪降る烟に水仙の蕾は硬く寒空仰ぐ

トライする自己変革と誓う日々生きる日毎の猛省ばかり

チャンバラで遊んだ友の杖姿笑顔変わらず令和の今も

宝達の桜トンネル潜り抜け千里浜砂像と嬉し連休

春の山黄緑色と深緑色とりどりに移ろいてゆく

外日角 多田 浜北 松浜 外日角

宇野内高松外日角 松白白

高木多木内高松外日角

浜北 松浜 外日角

大崎 松浜 外日角

新田 松浜 外日角

※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。

催し物

◇西田幾多郎哲学講座

講 師：岡村 康夫 氏（山口学芸大学教授／山口大学名誉教授）

参加費：各 500 円（年間受講 2,000 円）、要申込

第2回

「神秘主義思想家ヤーコプ・ベーメの生涯とその時代」

日 時：7月2日（土）13時30分～15時30分

第3回

「ヤーコプ・ベーメの思想—無底と戯れ—」

日 時：7月3日（日）10時～12時

◇復活！クリームソーダ（喫茶テオリア）

開館当時から愛された人気メニュー

「クリームソーダ」が期間限定で復活します。

ぜひ、ご賞味ください。（9月25日まで）



学芸員 eyes 60°

猫と幾多郎

西田家では常に猫を飼っていました。写真で幾多郎の娘 静子（三女）が抱いている黒猫は、幾多郎の愛猫「黒兵衛」であると思われます。幾多郎は、いたずら好きのこの黒猫に「悪太郎」とあだ名を付けて、かわいがっていました。絵描きであった静子が、黒兵衛を描いた絵も残っています。無口な幾多郎は、娘とは一日中、口を利かない日も珍しくなかったようですが、猫とは戯れていたようです。ちょっとイメージが変わりますね。どちらも開催中の企画展でご覧いただけます。



詳細は
こちら

【開館時間】9時～17時（最終入館は16時30分、貸館は22時まで可）【休館日】月曜（祝日の場合は翌平日）
【問い合わせ先】西田幾多郎記念哲学館 Tel 283-6600 【URL】http://nishidatetsugakukan.org/

中央図書館



～新しい自分をみつけに図書館へ～

【休館日】6日・13日・20日・27日】月曜（祝日の場合は翌平日）
【開館時間】9時～19時 ※土・日曜・祝日は17時まで】

こちらでも貸出・返却・予約ができます。
高松産業文化センター 図書室
Tel 281-8666
宇ノ気生涯学習センター 図書・学習コーナー
Tel 283-0057

ホームページからの予約も
ぜひご利用ください。



かほく市立中央図書館

6/26(日) 市民読書の日 イベント案内

読書カフェ Vol.38

時 間：14時～15時30分（受付13時30分～）
場 所：2階 視聴覚講義室
対 象：課題本を読んだ方
課題本：「回想の東善作」
北國新聞社出版局編（北國新聞社）
定 員：18人（要申込・先着順・参加無料）

※中央図書館カウンターまたは電話で申し込みください。

※市民大学校の対象講座（1単位）です。

※詳しくは、図書館ホームページをご覧ください。



私のおすすめの一冊

「ゴリラさんはー」

北村裕花 / 著（講談社）

ゴリラさんが大好きなバナナをたくさん抱えて歩いていると、次々といろいろなサルさんに会いました。優しいゴリラさんは、バナナをみんなに1本ずつ分けてあげ、とうとうあと1本になってしまいました。やさしいゴリラさんとサルさんたちとの、バナナをめぐる物語です。

おはなし会等

| グループ等 | やまんば | 英語 | 宮沢賢治を読む会 |
|-------|------------|------------|------------|
| 開催日 | 5・12・19・26 | 3・10・17・24 | 22 |
| 曜 日 | 毎週日曜日 | 毎週金曜日 | 第4水曜日 |
| 時 間 | 11時～11時30分 | 16時30分～17時 | 14時～15時30分 |
| 対 象 | 乳幼児～大人 | 幼児～大人 | 大人 |

6月の図書館ボランティア

| | | |
|---------------|----------------|-----------------|
| 日時 (毎週火曜日) | 7日・21日 14時～ | 14日・28日 10時～ |
|---------------|----------------|-----------------|

※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。



かほく市の古環境（1）

国指定史跡「上山田貝塚」

かほく市の古環境について、6月号から8月号の3回にかけてみていく。今回は、上山田貝塚について紹介します。

まず上山田貝塚とは、かほく市南東の上山田にある「タチヤマ」と呼ばれる低い台地にある遺跡です。遺跡周囲は現在、水田が大きく広がり、台地のふもとには上山田の集落があります。上山田貝塚は1930（昭和5）年に発見され、4度にわたり発掘調査が行われました。調査により、台地の斜面に

貝塚があり、大量の貝殻と動物や魚の骨、縄文土器、石器などが出土し、縄文時代中期（今から約5000年前）の遺跡であることが分かりました。

出土した貝殻を調べると、イシガイやタニシといった淡水の貝類が多く確認され、シジミやアサリ、ハマグリも確認されました。他にもカモやシカ、イノシシ、クジラ、コイ、サケ、タイなどの骨も確認されました。これらの出土した貝殻や骨などは、当時の食料であつただけではなく、骨を加工し道具として使用した後、廃棄したものもありました。

現在の上山田貝塚の周辺環境をみると、どうしてこれだけの貝が採れるのか、という疑問が生じてくるかと思います。7月号では、

かほく市の古環境について、紹介します。



現在の上山田貝塚の周辺環境



貝塚の堆積

【問い合わせ先】
スポーツ文化課 文化振興係
TEL 283-7135



カフェクラッヂ
=コーヒーを飲みながらのおしゃべり会=

皆さん、こんにちは。国際交流員のセフギです。

前回は、私の生まれ故郷シュヴェツィンゲン市についてお話しましたが、今回は私が大学時代を過ごしたハイデルベルク市を紹介します。

ハイデルベルク市は、シュヴェツィンゲン市から車で約30分位の所に位置し、人口15万人ほどの都市です。古代ローマ時代からあり、その歴史はとても古く、世界遺産「ハイデルベルク城」と街の中央を流れるネッカー川沿いの古い街並みが見所です。



私は、ハイデルベルク市内のハイデルベルク大学で8年間、日本学を専攻しました。ハイデルベルク大学は1386年に設立されたドイツ最古の大学です。日本語学科があるため、日本の大学との交流も盛んに行われています。



ハイデルベルク市は、大学の影響もあって、多くの学生が住んでいて、現在は研究学園都市として、また、口マンチックな都市としても有名です。中世の街並みを残した旧市街は、買い物をしたり、かわいいカフェやレストランで一息つたりして過ごす地元の人々で賑わいます。

いつも見どころがたくさんあります、私のお勧めは冬です。12月になるとクリスマスマーケットが街中に立ち並び、ハイデルベルクはメルヘンの町になります！



Instagram フォトコンテスト

「ブドウノオウチ」

応募締切：6月26日（日）まで

「ブドウノオウチ」をインスタグラムに投稿！
入賞者には、ルビーロマンなどをプレゼント！

応募方法

①かほく市公式Instagramのアカウントをフォローする！



◀ 市公式Instagram

②下記ハッシュタグを2つとも付けて投稿！



◀ 市ホームページ

#ブドウノオウチ
#道の駅高松

※お一人何点でもご応募いただけますが、入賞作品はお一人一点となります。
※過去投稿した写真にハッシュタグを付け加えても、対象になります。
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】企画振興課 Tel 283-1112



思わず「いいね！」したくなるような
素敵なお写真をお待ちしています！

ハイデルベルク城は、1615年に建設され、現在に至るまで何度も修復を経ながら、街のシンボルとして存在しています。今は廃墟になっていますが、美しいレンガ色が独特的な雰囲気を醸し出し、人々を惹きつけています。



銀のポエム

3,278円（税込）

銀の織物でできた「まな板カバー」。
抗菌効果が強く、多くの種類の殺菌に効果を発揮し、安全性が高いのが特徴です。

事業者名 株式会社コイズミ

所在地 かほく市松浜口57-10

TEL 076-285-1183

取扱店舗 道の駅高松



灰猫の生きくらげ

302円（税込）

市内の専用ハウスで栽培され、
夏期（梅雨～初秋）に旬を迎える生きくらげ。
生でしか味わえないプリッピリな食感をお楽しみいただけます。

事業者名 ハイネファーム

所在地 かほく市横山レ401-3

TEL 070-8433-2958

取扱店舗 自社通販サイト、道の駅高松、
地元スーパー ※詳細はお問い合わせください。



復刻版田井屋 100年ノート

990円（税込）

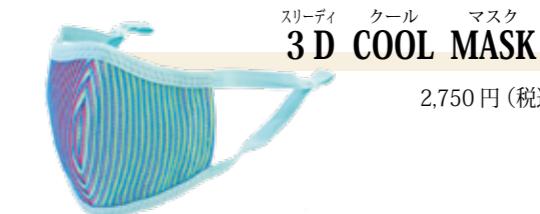
6月7日は、西田幾多郎の命日である寸心忌。
世界的な哲学者が明治時代に愛用したノートを
当時の姿そのままに復刻しています。

事業者名 株式会社田井屋

所在地 野々市市扇が丘4-3

TEL 076-241-2111

取扱店舗 直営店、自社通販サイト、道の駅高松



スリーディ クール マスク
3D COOL MASK

2,750円（税込）

特殊生地を使用し、より快適にスポーツを
楽しめるよう開発したマスクです。

事業者名 株式会社 気谷 高松物流センター

所在地 かほく市高松ア36-1

TEL 076-281-1811

取扱店舗 道の駅高松



その他の認証品につ
いては、こちら



かんが たぶんかきょうせい ～ 考えてみよう 多文化共生のこと～

一般財団法人自治体国際化協会（CLAIR：クレア）の「多文化共生ポータルサイト」では、災害時の情報、国や自治体が行っている取り組みなどの多文化共生に関する情報が、英語や中国語、ベトナム語などの多言語で掲載されています。言葉が分からずに困っている方がいたら、ぜひ教えてあげましょう！

また、新型コロナウイルスの情報や出入国在留管理庁からのお知らせなども見ることができます。

●多文化共生ポータルサイト <http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/index.php>

問い合わせ先

生涯学習課 TEL 283-7137

E-mail syougai@city.kahoku.lg.jp



市内の優れた素材や技術を生かし、生産・加工された特色豊かな地場産品「かほく市特産品ブランド」を紹介していきます。
今日は梅雨の時期にもピッタリのアイテムを厳選しました。



問
産業振興課
TEL
283-7105



その他の認証品につ
いては、こちら

かほくチャンネル

6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]

● 今月の映像特集

令和4年度町会長・区長のご紹介

5月2日、令和4年度かほく市町会区長会連合会総会が行われました。この番組では、本年度、各地区において町会長・区長になられた方々のお名前と写真を紹介します。



ライトプラン加入世帯の使用料(1,100円)減免制度のご案内

◆70歳以上の世帯で、住民税(市・県民税)が課税されていない世帯

〈必要なもの〉

申請書(世帯全員の署名・押印が必要)

◆障害者手帳(身体障害1級・2級、精神障害1級)または療育手帳(A判定)を所有する家族がいる世帯で、住民税が課税されていない世帯

〈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

※申請書は情報推進課・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…

情報推進課 (市役所東フロア 地下1階)

TEL 283-7112 FAX 283-6745

Eメール: catv@city.kahoku.lg.jp

編・集・後・記

7月から集団・医療機関健診がはじまります(6月)。コロナ禍が心配で受診を控えていた方も、病気の発見が遅れてしまわないよう、ぜひ受診してください。市では、健康診査やがん検診などさまざまな検診を受けることができますので、年に1度自身の体調を確認しましょう。(濱嶋)



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) |
| 6:05 ~ 「ラジオ体操」 | 6:15 ~ 「ちょいトレ」 |
| 6:30 | 映像特集 |
| 7:30 | こちらかほく市情報局(90分) かほくチャンネル番組ガイド かほく市イベント案内 (主な内容) 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) |
| 9:00 ~ 「プラチナ筋力アップ体操」 | 10:00 |
| 10:00 | 映像特集 |
| 11:00 | かほく市からのお知らせ(文字・静止画) |
| 10:00 ~ 第2回 かほく市議会定例会(生中継) | 11:30 こちらかほく市情報局 |
| 13:00 | かほく市からのお知らせ(文字・静止画) |
| 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 ~ 「ちょいトレ」 | 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 |
| 19:30 | かほく市からのお知らせ(文字・静止画) |
| 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 |
| 23:00 | かほく市からのお知らせ(文字・静止画) |
| 23:30 | 映像特集 |
| 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
- ※電話でもお問い合わせください。
(平日8:30~17:15)



手話講座と手話コラム

今月の手話

「は ち の 八 野 」



数字の「8」を表す。



指文字の「の」を表す。



指文字の「の」を表す。



左手は指を揃えて立て、右手は立てた人差し指、中指を2回上下させる。(木魚を叩くイメージ)



指文字について
詳細は[こちら](#)

ちょこっとコラム

- 皆さんは、手話や点字は知っていると思いますが“触手話”や“指点字”というのを見たり、聞いたりしたことはありますか? この2つのコミュニケーション方法は、目と耳の両方に障害のある盲ろう者が使うコミュニケーション方法です。
- 触手話というのは、会話をする相手の両手と触れながら手話をします。もともと聴覚に障害があり、普段手話でコミュニケーションをしていた人が、目が見えなくなった際に使うコミュニケーション方法です。指点字については、次回のコラムで紹介します。お楽しみに!

来月の手話
「秋 浜」
「外日角」

お楽しみに!

みんなの食育ひろば

今月のテーマ

ちゃんとかんでいるかな

かむことで、唾液の分泌が良くなり、食べ物の味をしっかり感じることができ、虫歯予防や肥満予防などの効果もあります。
ぜひ、かむことを意識してみましょう。

材料(4人分)

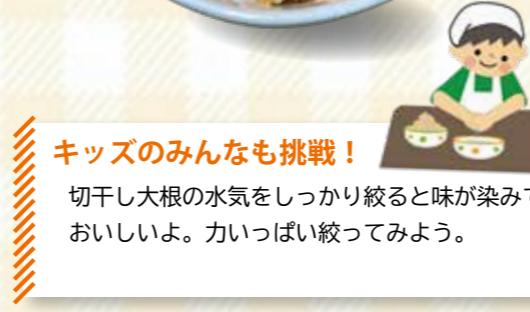
| | | | |
|-------|------|-------|------|
| 切干し大根 | 30 g | マヨネーズ | 大さじ2 |
| キムチ | 40 g | ごま油 | 小さじ1 |
| 冷凍コーン | 大さじ2 | いりごま | 小さじ1 |
| ツナ缶 | 1缶 | | |

切干し大根のサラダ



キッズのみんなも挑戦!

切干し大根の水気をしっかり絞ると味が染みておいしいよ。力いっぱい絞ってみよう。



作り方

- ①切干し大根を水で戻し、水気をしっかり絞る。
※サッと茹でて使ってよい。
- ②冷凍コーンは、耐熱皿に入れて、電子レンジで解凍する。
- ③ボールに全ての材料を混ぜ合わせ、器に盛りつける。



休日当番医 (時間9:00～16:00)

受診の前にお問い合わせください

6月5日(日)

望月眼科医院

内灘町旭ヶ丘142 TEL 239-1515

角田医院(内・小)

かほく市高松ナ15-1 TEL 281-0012

6月12日(日)

さいとうクリニック(皮・形成)

津幡町字潟端371-1 TEL 288-4540

茶谷医院(内・小)

内灘町西荒屋53 TEL 286-8478

6月19日(日)

山田耳鼻咽喉科医院

津幡町津幡口5-10 TEL 288-2084

紺井医院(内・小)

内灘町緑台1-7 TEL 238-1277

6月26日(日)

たなべ眼科医院

津幡町北中条8-57-1 TEL 289-6340

つねファミリークリニック(小・循内・産・婦)

内灘町白帆台2-1 TEL 286-1230

7月3日(日)

うえしま整形外科・婦人科(整・婦・内)

津幡町清水ア25 TEL 289-2236

なかお医院(内)

かほく市七窓ハ17-6 TEL 283-6655

年中無休 診療時間:19時30分～23時

金沢広域急救センター(小・内)

金沢市西念3-4-25 TEL 222-0099



かほく市の住民基本台帳人口 (令和4年4月30日現在)

| | | |
|-----|----------|--------|
| 男性 | 17,444人 | (± 0) |
| 女性 | 18,450人 | (+ 12) |
| 合計 | 35,894人 | (+ 12) |
| 世帯数 | 13,924世帯 | (+ 49) |

（カッコ内は前月比）

※エコみらい河北の各種教室は、時間・料金等をお問い合わせのうえ、開催日の2日前までにお申し込みください。（TEL 288-4545）

6月のカレンダー



祝日には国旗を掲揚しましょう

| 日 | 曜日 | 主な行事やお知らせの内容 |
|------|----|---|
| 1日 | 水 | |
| 2日 | 木 | |
| 3日 | 金 | |
| 4日 | 土 | <ul style="list-style-type: none"> 令和4年度危険物安全週間（11日まで） 開館20周年記念講演会（13:30、哲学館） 吹きガラス中級コース、オリジナルカップ作り：吹きガラス体験教室【要予約】（エコみらい河北） |
| 5日 | 日 | <ul style="list-style-type: none"> 第19回かほく市総合体育大会（中心会期）総合開会式（8:00、河北台健民体育館） かほく市消防団ポンプ車操法仮審査会【無観客開催】（8:30、津幡町湖東地内 河北潟野菜出荷場前イベント広場） 古紙・古着類拠点回収（9:00～12:00、リサイクルプラザ） |
| 6日 | 月 | <ul style="list-style-type: none"> 市議会 定例会本会議（10:00、議場） 市議会 予算決算常任委員会（本議会終了後、議会会議室） |
| 7日 | 火 | |
| 8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） |
| 9日 | 木 | ●心配ごと相談（13:30～15:00、障害者相談支援センター） |
| 10日 | 金 | ●シルバー人材センター入会説明会（14:00、高松北会館） |
| 11日 | 土 | <ul style="list-style-type: none"> ガラスモザイクアート（BINのかけら工作）【要予約】（エコみらい河北） ツエーゲン金沢ホームタウンサンクスデー【VS横浜FC】（18:00～、西部緑地公園） |
| 12日 | 日 | ●ガラスに絵を描こう（サンドblast体験教室）【要予約】（エコみらい河北） |
| 13日 | 月 | |
| 14日 | 火 | <ul style="list-style-type: none"> 市議会 定例会本会議【一般質問】（10:00、議場） 聴覚障害者生活相談（10:00～12:00、障害者相談支援センター） |
| 15日 | 水 | ●市議会 定例会本会議【一般質問予備日】（10:00、議場） |
| 16日 | 木 | <ul style="list-style-type: none"> 市議会 総務建設常任委員会・分科会（9:00、議会会議室） 行政書士無料相談会【要予約】（13:30～15:00、障害者相談支援センター） |
| 17日 | 金 | ●市議会 市民文教常任委員会・分科会（9:00、議会会議室） |
| 18日 | 土 | <ul style="list-style-type: none"> 寸心読書会（13:30、哲学館） 吹きガラス中級コース、風鈴作り：吹きガラス体験教室【要予約】（エコみらい河北） |
| 19日 | 日 | <ul style="list-style-type: none"> 河北郡市消防団連合訓練【無観客開催】（7:00、津幡町湖東地内 河北潟野菜出荷場前イベント広場） 古紙・古着類拠点回収（9:00～12:00、リサイクルプラザ） |
| 20日 | 月 | |
| 21日 | 火 | ●市議会 予算決算常任委員会（13:30、議会会議室） |
| 22日 | 水 | |
| 23日 | 木 | <ul style="list-style-type: none"> 市議会 定例会本会議（10:00、議場） 心配ごと相談（13:30～15:00、障害者相談支援センター） |
| 24日 | 金 | |
| 25日 | 土 | ●手作りガラスピーブ（とんぼ玉作り）【要予約】（エコみらい河北） |
| 26日 | 日 | ●読書の日事業「読書カフェ vol.38」（14:00、中央図書館） |
| 27日 | 月 | |
| 28日 | 火 | <ul style="list-style-type: none"> 聴覚障害者生活相談（10:00～12:00、障害者相談支援センター） 手話カフェ（13:30～15:00、障害者相談支援センター） |
| 29日 | 水 | |
| 30日 | 木 | <ul style="list-style-type: none"> 市・県民税 第1期 納期限 国民健康保険税 第2期 納期限 |
| 7月1日 | 金 | |
| 2日 | 土 | <ul style="list-style-type: none"> 西田幾多郎哲学講座②（13:30、哲学館） 吹きガラス中級コース、ガラスで水風船作り：ガラス細工体験教室【要予約】（エコみらい河北） |
| 3日 | 日 | <ul style="list-style-type: none"> 海浜一斎清掃（6:00、市内海岸） 古紙・古着類拠点回収（9:00～12:00、リサイクルプラザ） 西田幾多郎哲学講座③（10:00、哲学館） |
| 4日 | 月 | |
| 5日 | 火 | |