

あなたとまちをつなぐふるさと情報誌

KAHOKU Public Relations

広報かほく

2024. 5
No.243





1_施設型合葬墓(納骨堂) 2_樹木型合葬墓(埋葬墓) 3_納骨堂内の参拝エリアと献花台 4_納骨室(納骨堂内) 5_記名板(希望制)

施設使用料

区分	使用料		埋葬可能数	備考
	市内	市外		
納骨堂	生前予約	20万円/体	30万円/体	1,008体
	焼骨所持	16万円/体	24万円/体	
	収蔵期間延長	8万円/体	12万円/体	
埋葬墓	生前予約	10万円/体	15万円/体	約4,000体
	焼骨所持	8万円/体	12万円/体	
記名板	3万5,000円/体			希望者のみ(故人のお名前を記すことができます)

※生前予約は申請時に70歳以上の方に限ります。

【合葬墓に関する申込・問い合わせ】 総務課 管財室 ☎ 283 - 1113

宇ノ気墓地公園内に がっそうぼ 合葬墓 ができます

内見会のお知らせ(予約不要)

▷ 6月1日(土)・2日(日) 両日とも9時~15時

新しい供養のかたち

近年の少子高齢化や核家族化の進行などにより、多様化するお墓のニーズに対応するため、市では新たなお墓の選択肢として、宇ノ気墓地公園内に「合葬墓」を整備し、**6月3日(月)**から申し込み受け付けを開始します。

合葬墓とは

従来の墓地とは異なり、一つの建物等をお墓に見立て、多くの方の遺骨を合同で埋葬する新たな形態のお墓です。合葬墓への納骨後は、市が管理を行うため、個人でお墓を建てたり、お墓を代々引き継いだりする必要がありません。また、現存のお墓を改葬する場合にも利用することができます。

納骨方法

「施設型」「樹木型」の2つの形態があり、どちらかを選んで使用することができます。

施設型合葬墓(納骨堂)

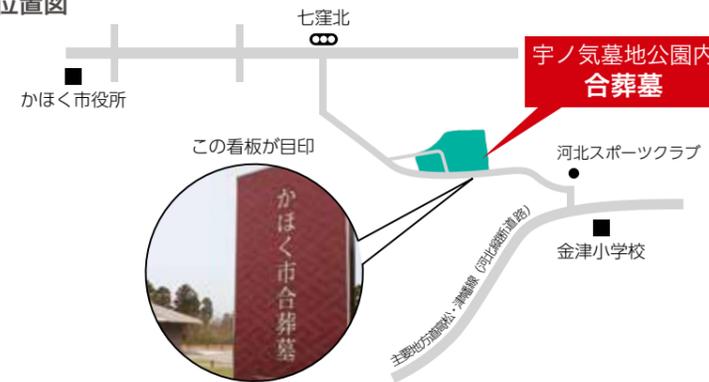
遺骨を骨壺に入れ、納骨堂内の納骨室にあるロッカー式の納骨棚で保管する形態です。保管期間は10年間で、期間満了時には、引き続き施設型合葬墓を利用、樹木型合葬墓へ移し替え、または一般墓地などへの改葬が選択できます。

※納骨堂内の納骨室に立ち入ることはできません。

樹木型合葬墓(埋葬墓)

遺骨を埋葬袋に入れ、芝生を張ったシンボルツリーの下に埋められた円筒型の納骨室に、多くの遺骨を埋葬袋ごとに合同で埋葬する形態です。使用期間は無期限ですが、遺骨は返還することができます。

位置図



CONTENTS もくじ

- 2 特集~合葬墓ができます~
- 4 まちの話題
- 6 市からのお知らせ
- 13 消防だより
- 14 暮らしの情報
- 18 哲学のはじまり/文芸の窓
- 19 国際交流員コラム/文化財
- 20 図書館へ行こう/今月の相談日
- 21 手話をやってみよう/フレイル予防
- 22 子育てのひろば Happy応援団/石川の食を食べよう
- 23 子育てのひろば 今月の健診・イベント情報
- 24 休日当番医/行事カレンダー

今月の表紙



市指定文化財 喜多家しだれ桜 = 上山田 =
樹齢120年を超える喜多家しだれ桜は、今年も見事な花を咲かせていました。花が天から降り注ぐように咲き誇るその姿は、市を代表する風景となっています。

(4月8日撮影)

市制施行20周年記念に対する 寄附金・感謝状を贈呈

3月11日、かほく市制施行20周年記念としてセントラルメディカル㈱から2千万円の寄附金が送られ、市長室で贈呈式が行われました。本市出身の同社・代表取締役の小泉泰之さん、経理部長の伊藤大輔だいすけさんが出席し、油野市長から感謝状を贈呈しました。

いただいた寄附金はオープンした「とり野菜みそBLUECATS ARENA（かほく市総合体育館）」の機能向上に活用する予定です。



（左から）
小泉さん、油野市長、伊藤さん

能登半島地震災害の復興に ふるさと大使・氷室一哉かずやさんから支援金

本市ふるさと大使の氷室一哉かずやさんが、能登半島地震で被害を受けたかほく市を応援しようと、自身のファンクラブで支援金を募ったほか、ライブ会場に設置した募金箱で集めた支援金総額74万3578円を油野市長に手渡ししました。

3月11日、氷室さんは本市を訪れ、油野市長に「ファンの皆さんからいただいた支援金を市民のために役立ててほしい。」と伝え、支援金を手渡ししました。



油野市長に支援金を手渡す氷室一哉さん

道の駅高松里海館リニューアルオープン

3月22日、道の駅高松里海館がリニューアルオープンしました。

ペット同伴で休憩できる屋外テラスが新たに設置されたほか、カフェをイメージした開放的な食事スペースに改装されるなど、より魅力あるスポットに生まれ変わりました。

リニューアルオープン後、新メニュー「里海コーヒーセット」などを求めて、多くの来場者で賑っています。



カフェをイメージした開放的な食事スペース

消防功労者消防庁長官表彰・ 日本消防協会表彰

石川県庁で令和5年度消防功労者消防庁長官表彰知事伝達式が行われ、永年の消防団活動における功績により、市消防団から宇ノ気第一分団分団長の中村正ただしさんが永年勤続功労章を受章されました。

また、石川県地場産業振興センターで第76回日本消防協会表彰伝達式が行われ、永年の消防団活動における功績により、市消防団から団長の内田義則よしのりさん（七窪）が功績章、副団長の平木仁司ひとしさん（外日角）が精績章、高松第二分団副団長の西川廣之ひろゆきさん（二ツ屋）が勤続章を受章されました。



永年勤続功労章を受章した中村正さん

「とり野菜みそBLUECATS ARENA」落成式・内見会

3月30日、「とり野菜みそBLUECATS ARENA」のオープンに先駆け、馳浩県知事、沖津千万人県議会議員ら関係者を招き、落成式が行われました。

式で油野市長は「スポーツを核としたにぎわい創出の拠点となるよう取り組んでいきたい」とあいさつしました。

式典後、一般向けの内見会が開かれ、多くの方が見学に訪れ、新しい体育館で今後どのようなイベントやスポーツが行われるか、期待に胸を膨らませていました。

式辞を述べる油野市長



かほく四季まつり「桜まつり」

令和6年能登半島地震復興支援

チャリティーイベント

4月6日、高松中町通りおよび額神社周辺の特設会場で「桜まつり」が開催されました。

会場内では、ステージイベントや模擬店の出店に加え、募金活動やPFUブルーキャッツによるチャリティーグッズの販売など、甚大な被害を及ぼした能登半島地震からの復興を願い、さまざまなチャリティー活動が行われました。当日は、天候にも恵まれ、会場を訪れた多くの人たちはイベントを満喫しました。

売上127万1604円は、後日義援金として、かほく市商工会会長の南春夫さんより油野市長に手渡されました。

元氣いっぱい踊る園児たち



「とり野菜みそBLUECATS ARENA」オープニングイベント

4月14日、「とり野菜みそBLUECATS ARENA」で、オープニングイベントが開催されました。

PFUブルーキャッツによる青白戦やバレールール女子日本代表チームによる紅白戦が行われ、観客を魅了しました。あわせて、令和6年能登半島地震復興プロジェクトとして募金活動やチャリティーグッズの販売、アリーナの外で開催されたマルシェではキッチンカーはじめ、グルメ販売店が並び、イベント全体で約七千人が来場し、大いに賑わいました。

多くの来場者で賑わうマルシェ



新しい外国語指導助手 (ALT) が着任

「Wah gwan?」これはジャマイカのパトワ語で「こんにちは」という意味です。

4月から河北台中学校区のALTとして着任しました、ピタキン・シャミーク・タファー・キングです。ジャマイカの農業の中心地、セントエリザベスの出身です。ALTになれて、とてもうれしく、ALTとして成長することを楽しみにしています。

日本の文化を受け入れるだけでなく、日本に貢献できるチャンスがあることをうれしく思います。

皆さん、どうぞよろしく申し上げます。



ピタキン シャミーク タファー キング
Peterkin Shamique Tafar King

- 出身
ジャマイカ・セントエリザベス
- 趣味
散歩、アウトドアスポーツ、
ディスクス (フリスビー)、
読書

令和6年3月24日執行

かほく市長選挙 結果

問い合わせ 選挙管理委員会事務局 ☎ 283 - 1111

●開票結果

候補者氏名	得票数
油野 和一郎	10,832 票
塚本 佐和子	4,702 票

(有効投票数 15,534 票)



○かほく市長選挙当選証書付与式

3月26日、かほく市長選挙の結果に基づき、松井廣市選挙管理委員長から油野市長に当選証書が手渡されました。

●投票結果

投票率 53.10% (当日有権者数 29,512 人)

投票区	投票率
① 高松 (南町・古宮町・元町・流川町・中町)	51.87%
② 高松 (上北町・北中町・北新町・岸川町・桜井町・東町)、学園台	48.19%
③ 高松 (旭町)、内高松	54.44%
④ 若緑、箕打、野寺、元女、黒川、八野、瀬戸町、夏栗	61.30%
⑤ 長柄町、中沼、二ツ屋	55.46%
⑥ 高松 (南新町・六軒町・下伊丹町・上伊丹町)	52.56%
⑦ 木津 (南旭町・東旭町・南泉町・北泉町・本町・天神町・栄町)	52.47%
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	53.68%
⑨ 遠塚、浜北、秋浜	52.43%

投票区	投票率
⑩ 外日角	58.01%
⑪ 白尾	59.72%
⑫ 森、向野、宇野気	50.70%
⑬ 気屋、上山田、下山田、鉢伏	57.41%
⑭ 狩鹿野、指江、多田	51.32%
⑮ 大崎、湖北	51.19%
⑯ 横山	56.71%
⑰ 谷、笠島、上田名、余地	65.22%
⑱ 宇気、七窪	46.70%
⑲ 内日角	48.01%

のと里山空港を利用しよう

「かほく市共通商品券」がもらえます

問い合わせ 企画振興課 ☎ 283 - 1112

●対象者 のと里山空港発着便 (能登⇄羽田) を利用した本市に住民登録のある方

※ただし、次の場合は対象外です。

- ・官公庁等の職員が公務利用の場合
- ・搭乗日現在、満3歳未満の旅行者 (座席を確保して小児運賃を支払う場合は対象)
- ・児童生徒が修学旅行で利用の場合



●対象期間 令和7年3月31日 (月) まで

●特典内容 かほく市共通商品券 往復利用▷3千円分
片道利用▷2千円分

※同一人が、30日以内に能登→羽田便、羽田→能登便の両方に搭乗した場合は、往復利用とみなします。

●申請窓口 企画振興課、高松・七塚サービスセンター

●申請期限 搭乗日の翌日から30日以内

●必要なもの 搭乗券または搭乗案内の原本、身分証明書

令和6年度

「町会長・区長」をご紹介します

問い合わせ 総務課 ☎ 283 - 1111

	町会・区名	氏名
1	高松 南新町	駒井 憲一
2	高松 古宮町	岡田 正
3	高松 元町	小山 保
4	高松 南新町	山本 滝男
5	高松 流川町	黒田 征人
6	高松 六軒町	沖野 雅弘
7	高松 中町	鶴見 留治
8	高松 上北町	北 勇藏
9	高松 北中町	長谷 豊
10	高松 北新町	竹中 浩一
11	高松 岸川町	小川 憲一
12	高松 桜井町	梶 利春
13	高松 下伊丹町	丹羽 孝
14	高松 上伊丹町	駒井 修一
15	高松 東町	藏岡 真吾
16	高松 旭町	竹内 久外志
17	内高松	南 庄一
18	長柄町	古林 孝之
19	若緑	杉中 孝行

	町会・区名	氏名
20	箕打	田中 英明
21	元女	林 良一
22	黒川	西 正一
23	野寺	酒井 実
24	八野	城村 晃
25	瀬戸町	林 輝夫
26	夏栗	北口 正紀
27	中沼	東 博邦
28	二ツ屋	西田 省三
29	学園台	舘 宜嗣
30	木津	金田 勉
31	松浜	釜田 伸一郎
32	遠塚	北川 重樹
33	浜北	山口 吉男
34	秋浜	釜井 泰廣
35	外日角	濱田 正治
36	白尾	堂 茂之
37	森	長原 政則
38	向野	喜多 邦夫

	町会・区名	氏名
39	狩鹿野	沢本 忍
40	指江	酒尾 浩
41	多田	中田 一朗
42	気屋	山崎 純生
43	上山田	宮崎 博徳
44	下山田	坂下 賢一
45	鉢伏	前田 和彦
46	宇気	藤田 禎弘
47	七窪	鮎田 猛
48	宇野気	西島 紀敏
49	内日角	中村 昭三
50	大崎	山名田 勇一
51	横山	田中 則吉
52	谷	藤本 保志
53	笠島	多田 健一
54	上田名	宮崎 吉和
55	余地	喜多 宗勝

(敬称略)

新任「人権擁護委員」をご紹介します

問い合わせ 市民生活課 ☎ 283 - 1116



田中千津さん (松浜)

田中千津^{ちづ}さん(松浜)が、令和6年4月1日付けで法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。任期は令和9年3月31日までとなります。

人権擁護委員は、法に基づいて、地域の皆さんから人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行っています。

心配ごと相談 (相談は無料)

●日時 毎月第2・第4木曜日(祝日除く) 13時30分～15時

●会場 障害者基幹相談支援センター相談室(宇ノ気保健福祉センター内)

お気軽にご相談ください。

《全国大会等出場者激励費》

全国大会等出場者に対し、激励費を支給します。

- 対象者** 市内に住所を有し、予選・選考を経て全国大会、または国際大会に出場する方

※日本中学校体育連盟が主催する大会を除く。

※文化活動は文部科学省・文化庁が主催・共催するものに限る。

- 申請方法** 出場する大会の1カ月前までに申告書に必要な書類を添えて提出

●**支給額**

▷スポーツ競技

	高校生以上	中学生以下
全国大会	1万円/人	5千円/人
国際大会	2万円/人	1万円/人

▷文化活動

個人	5千円/人
団体	5千円/人（※6人分を上限）

《スポーツ公認審判員（指導員）資格取得奨励金》

公認スポーツ資格をもつ方に対し、奨励金を支給します。

- 対象者** 市内に居住し、スポーツ資格を有する方
- 支給額** 登録料の1/2（上限1万円）

※単年度1資格のみ

●**主な資格**

JSPO 公認スポーツ指導者、スポーツ公認審判員 など

- 申請方法** 申請書に必要な書類を添えて提出

全国大会等
出場者激励費



公認審判員資格取得奨励金



地域の子育て応援しませんか？

🐻 保育ママ養成講座を開催

子育て支援の一環として、2006年4月から「ファミリーサポートセンター事業」を展開しています。この事業で活動していただくのが「保育ママ」養成講座の修了者の方です。

◎講座を修了した方には修了証書を交付し、かほく市の「保育ママ」として登録されます。

●**保育ママ養成講座の目的**

子育てをめぐる問題・ニーズは、多様化しています。この問題を家庭や行政だけに委ねるのではなく、地域全体で支えることが必要です。この講座は、こうした地域の子育て支援をサポートする方の養成を目的に実施するものです。

●**ファミリーサポートセンター事業とは**

安心とゆとりある子育てのために、育児の援助を受けたい方と、おこないたい方が会員となり、会員同士で育児の相互援助活動を行えるように支援する事業です。

＝ 養成講座の概要 ＝

- 日時** 6月11日（火）～14日（金）
9時30分～16時

- 場所** 市議会庁舎 1階第1会議室

●**対象者**

▷全日程参加できる方

▷健康で子育て経験がある、または子どもに関わる仕事の経験がある方

▷講座終了後に育児ボランティアおよびファミリーサポートセンター事業に協力できる方

▷公立こども園勤務に興味のある方

- 受講料** 無料

- 申込締切** 5月20日（月）

●**申込・問い合わせ**

こども家庭センター ☎ 283 - 4320

「成人用肺炎球菌ワクチン」が一部公費負担で受けられます

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 283 - 1117

肺炎球菌とは… 肺炎は日本人の死因の第5位で、肺炎によって亡くなる方の多くが65歳以上の方です。また成人の肺炎の約2~3割は、肺炎球菌により引き起こされるとの報告があります。ワクチンの接種により肺炎の予防や肺炎にかかっても軽い症状ですむ効果が期待できます。

23価肺炎球菌ワクチンの定期予防接種（公費助成）の機会は、**生涯に1回のみ**です。接種を希望する方は、接種の機会を逃さないようご注意ください。

- **対象者** これまでに23価肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、次のいずれかに該当する方
 - ① 65歳の方
 - ② 60歳~64歳以下の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する身体障害者手帳1・2級の方

▷案内書（接種券）について

- ・①の方には、65歳になった翌月に案内書を送付します。
- ・②の方には、既に案内書を送付済みです。
- **接種期間** ①②ともに66歳の誕生日前日まで
- **実施機関** 河北郡市内契約医療機関ほか
- **接種費用** 2,000円（任意接種の場合8,000円前後）

《任意予防接種（全額自己負担）の一部助成》

定期予防接種の対象とならない方の任意予防接種（全額自己負担）について、接種費用の一部を助成しています。詳細は、市ホームページをご確認ください。

任意予防接種
費助成（HP）



食を学び、地域で活かす！

食生活改善推進員養成講座を開催

食を通じて家族や地域へ健康づくりの輪を広める「食生活改善推進員」のボランティア養成講座を開催します。活動する準備として、栄養バランスやライフステージに応じた食事など食の知識を学びます。市民の「健康づくりのお手伝い」をしてみたい方の参加をお待ちしています。

- **対象者** 市内在住の方で、食生活改善推進員として活動してみたい方
- **参加費** 200円/回（調理実習代）
- **申込締切** 5月15日（水）
- **申込・問い合わせ** 健康福祉課 ☎ 283 - 1117

日時	講話（調理実習）テーマ	会場
① 5月21日（火）	10時 ～12時30分	食品衛生と食中毒予防（バランスのとれた食事）
② 6月18日（火）		いしかわふるさと味の味（郷土料理）
③ 7月17日（水）		こどもたちへの食育（親子クッキング）
④ 9月20日（金）		高齢者のフレイル予防（乳製品を使った料理）
⑤ 10月18日（金）		血管を守るために（ヘルシー&デリシャスメニュー）
⑥ 11月19日（火）		食べた糖はどこに行くの？（糖尿病予防）
⑦ 12月13日（金）		どれが本当の血圧？（高血圧予防）
		高松産業文化センター
		宇ノ気保健福祉センター（ほのぼの健康館）
		高松産業文化センター
		宇ノ気保健福祉センター（ほのぼの健康館）
		高松産業文化センター
		高松産業文化センター
		宇ノ気保健福祉センター（ほのぼの健康館）

◎上記講習会に8割以上出席すると、翌年から「食生活改善推進員」として活動することができます。

◎出席時間が不足する場合は、別日程で受講することも提案します。

市税などの納期限をご確認ください

問い合わせ 各担当課にお問い合わせください。

令和6年度納税カレンダー

月	納期限 (口座振替日)	①市・県民税	②固定資産税	③軽自動車税	④国民健康 保険税	⑤後期高齢者 医療保険料	⑥介護保険料
4月	4月 30日					1期	
5月	5月 31日		1期	1期(全期)		2期	
6月	7月 1日	1期				3期	
7月	7月 31日		2期		1期	4期	1期
8月	9月 2日	2期			2期	5期	2期
9月	9月 30日				3期	6期	3期
10月	10月 31日	3期			4期	7期	4期
11月	12月 2日				5期	8期	5期
12月	12月 25日		3期		6期	9期	6期
1月	1月 31日	4期			7期	10期	7期
2月	2月 28日		4期		8期	11期	8期
3月	3月 31日				9期	12期	

◎令和6年能登半島地震の発生した1月1日以後に到来する市税の申告・納付等の期限は、**5月31日(金)**です(法人市民税に係るものは除く)。指定期限までに申告・納付等が困難な方は税務課までご連絡ください。

担当課

①②③ 税務課 ☎283-1114
④⑤ 保険医療課 ☎283-7123
⑥ 長寿介護課 ☎283-7122

「市民税・県民税」の定額減税

問い合わせ 税務課 ☎283-1114

賃金上昇が物価高に追いついていない国民の負担を緩和するため、デフレ脱却のための一時的な措置として、令和6年度の個人市民税・県民税において定額減税が実施されます。

●対象者

合計所得金額が1,805万円以下(給与収入のみの場合2,000万円相当以下)で所得割が課税される方
※均等割のみ課税されている方は対象外です。

●定額減税額

次の(1)~(3)までの合計額を減税(控除額がその者の所得割額を超える場合は、所得割額を限度とする)

- (1)納税義務者[本人] 1万円
(2)控除対象配偶者[国外居住者を除く] 1万円
(3)扶養親族[国外居住者を除く] 1人につき1万円

●定額減税額の確認方法

定額減税対象の場合は、市民税・県民税の税額通知書(納税通知書)において減額された額を確認することができます。

●定額減税の実施方法

市民税・県民税の納付方法によって、実施方法が異なります。詳しくは、総務省ホームページをご覧ください。

《所得税(国税)の定額減税》

令和6年分の所得税においても、定額減税が実施されます。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

定額減税の実施方法
(総務省HP)所得税の定額減税
(国税庁HP)

～デジタル時代に求められる消費者力とは～

5月は「消費者月間」です

問い合わせ 消費生活センター ☎ 283 - 7144

急速なデジタル化により消費者を取り巻く取引やサービスも変化し、利便性が増す一方、ネット関連のトラブルが急増しています。デジタルサービスの仕組みやリスクを理解し、消費者力を身に付け、消費者トラブルに注意しましょう。

△フィッシングメール

金融機関やクレジットカード会社など普段よく利用するサービスを装った偽のメールやSMS（ショートメッセージサービス）。その指示に従い情報を入力するとお金を奪われたり、スマホ内の情報が盗まれたりする詐欺です。

●注意すべきポイント

- ・メールやSMS内のリンク（URL）はタップしない
- ・パソコンやモバイル端末を安全に保つ
- ・携帯電話会社などが提供するセキュリティ設定を活用
- ・ID、パスワードの使いまわしはしない

△インターネット通販

インターネット通販で、代金を支払ったのに商品が届かない、偽物が届いた、注文後に返品をしようとしても業者と連絡が取れない、などのトラブルが増えています。

●注意すべきポイント

- ・所在地や電話番号、他の利用者の評価など、販売業者の情報をしっかりと確認
- ・代金の支払い方法が、代金引換やクレジット決済など複数用意されているか確認
- ・価格が一般で流通している物より大幅に安くないか確認
- ・返品条件や利用規約を確認

SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）との付き合い方

SNSは便利で楽しい反面、使い方を間違えるとトラブルに巻き込まれることも！自分の情報が流出してしまったり、SNS上でのやりとりを通じて犯罪に巻き込まれることもあります。顔の見えない相手とのやりとりは十分に注意しましょう。



こども発達相談支援センター

あおカフェ・児童精神相談の案内

申込・問い合わせ こども発達相談支援センター（宇ノ気保健福祉センター内）☎ 283 - 8890

《発達障害児保護者学習会 あおカフェ（茶話会）》

石川県立看護大学講師・大江真吾さん（精神看護学）を招き、勉強会も兼ねた「あおカフェ（茶話会）」を開催しています。お気軽にご参加ください。



- 場所 こども発達相談支援センター
- 時間 13時30分～15時
- 日程 5月15日／6月19日／7月17日／9月18日／10月16日／11月20日／12月18日／1月15日／2月19日／3月19日（全て水曜日）
- 申込方法 事前に予約してください。

《児童精神相談（個別相談会）》

子どもの発達や関わり等について、児童精神科の医師による個別相談を行っています。相談は無料ですので、お気軽にお問い合わせください。



- 場所 こども発達相談支援センター
- 時間 14時～15時・15時～16時
- 日程 5月9日／6月13日／7月11日／8月8日／9月12日／10月10日／11月14日／12月12日／1月9日／2月13日／3月13日（全て木曜日）
- 担当医 石川県立こころの病院医師・西川 健さん
- 申込方法 希望日の10日前までに電話予約してください。

※こども発達相談支援センターは、障害者基幹相談支援センターあおぞら内に併設されています。

子育て

4月27日にオープンした

「つどいの森かほっくるプラス」を紹介します

問い合わせ 企画振興課 ☎ 283 - 1112



テレワークやWeb会議、読書等に利用できる「 coworkingスペース」。打ち合わせはもちろん、コミュニティ活動や動画撮影・編集等にも利用できる「フリースペース」も併設しています。

● coworkingスペース

オープンデスク10席、仕切りのある個人デスクが9席、集中して仕事や勉強をされたい方に便利な個室も2室あります。

▷利用料 200円/時間、1,000円/日

● フリースペース

モニター、ホワイトボードが設置してあり、自由に利用できます。

▷利用料 400円/時間(個人)、1,000円/時間(団体)
※団体は3名以上

《施設の予約・利用方法》

- ① 「つどいの森かほっくるプラス」ホームページの[予約画面]から利用したい部屋、時間帯を選択
- ② キャッシュレス決済、もしくは現金決済(前払い)にて利用料金を支払い
- ③ 予約完了メールが届く
- ④ スマートキー、もしくはカードキー(現金決済時のみ)にて入室
- ⑤ 利用後、次に利用される方のために、きれいな状態に戻してから退室



※ coworkingスペースには、飲み物のみ持ち込み可能です。

※詳しくはホームページをご確認ください。



かほっくるプラス HP

生涯現役を応援します

いいきいきシニア通信

いいきいきステーション (七塚健康福祉センター内)

[開設日時] 平日の9時～16時

[連絡先] (固定) ☎ 285 - 2004

(携帯) ☎ 090 - 6495 - 0473



いいきいき HP

《いいきいき園芸講座

～夏野菜の管理、病害虫について～

今回は、主にナス・キュウリ・トマト・スイカの栽培管理についてお話しします。聞きたいことがある方は、質問を事前受付します。これから始めたいと思っている方も今後の参考に、ぜひご参加ください。

- 日時 5月14日(火) 10時～11時30分
- 講師 NPO法人いしかわ農林水産サポートネット 大江 碩也さん
- 会場 七塚健康福祉センター 多目的ホール
- 定員 40人(要申込)

《定期行事》 ※予約不要、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	いいきいきステーション
おしゃべり会(※5/2休み)	毎週木曜日	～15時30分	

○ 2024 年度 全国統一防火標語「守りたい 未来があるから 火の用心」

住宅防火 いのちを守る

10 4つの習慣 + 6つの対策 のポイント

- ①寝たばこは絶対しない、させない
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ③コンロを使う時は火のそばを離れない
- ④コンセント周りのほこりを清掃し、不要なプラグは抜く
- ⑤ストーブやコンロ等は安全装置付き機器を使用
- ⑥住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換
- ⑦寝具・衣類およびカーテンは、防炎品を使用
- ⑧消火器等の設置・使用方法を確認
- ⑨避難経路の確保と避難方法を確認
- ⑩地域ぐるみの防火対策



出典：消防庁ホームページ

○ 野焼きと焼却行為は、原則禁止されています

空気が乾燥するこの時期は野焼きが原因となる火災が多発します。強風にあおられて付近の可燃物に延焼し、周りの民家などに危害が及ぶなど大変危険です。

▶ 次のものを除き、原則禁止となっています

- ・ 風俗習慣上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却
- ・ 農業および林業、または漁業を営むためにやむを得ないものとして行う廃棄物の焼却
- ・ たき火その他日常の焼却であって軽微なもの（暖をとるための、たき火やキャンプファイヤー）

▶ 焼却が認められるものでも次の点にご注意ください

- ・ 枯草等の火災が起こりやすい場所では行わない
- ・ 焼却中はその場を離れず、離れるときは必ず消火する
- ・ 強風時や乾燥時は行わない
- ・ 消火用具（水バケツ、消火器等）は必ず準備する
- ・ 多量の焼却は行わない

注) 焼却が認められるものでも、生活環境保全上の支障が生じる場合（苦情がある）などは、例外扱いできないこともあります。

⚠ 野焼きを行う場合は、

「火災とまぎらわしい煙または火災を発生する恐れのある行為の届出書」を消防署に提出

- ・ 届出は野焼き行為について把握するためであり、焼却行為を許可するものではありません。
- ・ 届出があっても通行人等から 119 番通報があった場合、消防車が出動することがあります。



林野火災の様子
(大崎地内)



火災などの災害について、その情報を
電話（自動音声案内）で確認できます。
☎ 0570 - 099789

くらしの情報



お知らせ

固定資産の価格等が縦覧・閲覧
できます

● 期間 5月1日(水)～31日(金)
※土日・祝日除く。

● 場所 税務課

● 縦覧制度 市内に土地・家屋を所有する人が、縦覧帳簿で自己所有の土地・家屋について周辺のものと比較できます。

● 閲覧制度 自己所有の固定資産について課税台帳および名寄帳を閲覧できるほか、借地・借家人も当該不動産に限り閲覧できます。

● 留意事項 縦覧・閲覧については、本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証等)を、借地・借家人の方は、借りていることを証する書類が必要です。また、代理の方は、そのほか委任の旨を証する書面が必要です。

【問い合わせ】
税務課 ☎283・1114

令和6年度かほく市健康診断

集団健診は7月から11月、医療機関健診・長寿健診は8月から10月を予定しています。健診受診時には事前予約が必要となります。

女性がん(子宮頸がん・乳がん)検診では対象年齢の方に無料クーポン券を送付します。詳しくは広報6月号、または市ホームページをご覧ください。

【問い合わせ】
健康福祉課 ☎283・1117

手話奉仕員養成講座(基礎編)

手話奉仕員講座(入門課程)を修了した方を対象に、さらに手話を学ぶことができる基礎課程を実施します。

● 受講日時
5月21日(火)～12月17日(火)
19時～21時(全30回)

● 場所 宇ノ気保健福祉センター
● 対象者 市内在住、または在勤で手話奉仕員講座(入門課程)を修了した方

● 定員 20人
● 受講料 6000円(教材費)

● 申込先 健康福祉課
● 申込締切 5月14日(火)

【申込・問い合わせ】
健康福祉課 ☎283・7121

無料歯科検診・歯科相談

子どもからお年寄りまで歯に関する歯科相談を行います。

● 日時 6月9日(日) 9時～12時

● 場所 七塚健康福祉センター

● 内容 歯科検診・歯科相談・ブラッシング指導・フッ素歯面塗布

● 主催 石川県歯科医師会・河北歯科医師会

【問い合わせ】

石川県歯科医師会
☎251・1010

町会区一斉清掃の実施方法が変わります

町会区で実施している春季・秋季一斉清掃のごみの集め方・出し方などのとおり変更します。

《変更前》

草や泥をそのまま集積

《変更後》

● 草、枝等のもえないごみ

「もえないごみ」用ポリ袋に入れる。
大きな枝は、そのまま集積(長さ2m、直径10cm以下にすること)

● 缶、びん等のもえないごみ

「もえないごみ」用ポリ袋に入れる

● 泥 「土のう袋」に入れる

・ポリ袋等は、清掃実施前に市から町会区に配布します。

・清掃実施(日時、指定集積場所等)については各町会区にお問い合わせください。

・集積されたごみは、後日、市が回収します。

※生活ごみは出せません。

※町会区によっては、一斉清掃を実施していない地区もあります。

【問い合わせ】

防災環境対策課
☎283・7124

ケシの花に注意

ケシの仲間、通常4月から6月にかけて美しい大きな花を咲かせますが、その一部には、法律で栽培が禁止されているものがあり、誤って庭先などに植えられていることがあります。

自生を見かけたり、心当たりのある方は、【問い合わせ】先までご連絡をお願いします。

● 不正ケシの特徴

・花びらは一重や八重のものがあり赤、薄紫、白、桃などの色がある
・葉は互い違いに茎につき、茎を抱き込むような形

【問い合わせ】

石川中央保健福祉センター
☎275・2257

石川県薬事衛生課
☎225・1442



「かほくプラチナ体操」体験会

「プラチナ体操という名前だけは聞いたことあるけど、どんな体操か知りたい」「実際にやってみよう」「そんな方はぜひこの機会にプラチナ体操を体験してみませんか？」

●日時 5月23日(木)

10時～11時30分

●場所 宇ノ気体育センター

(下山田丑39-1)

●内容 プラチナ体操の体験、活動グループ紹介等

●持ち物 上履き、水分補給用飲料、筆記用具

●参加特典 かほくプラチナポイント100ポイントを付与

※現在プラチナ体操グループに参加していない方のみ対象です。

●締切 5月17日(金)

申込(電子申請)▽



【申込・問い合わせ】
長寿介護課 高齢者支援センター

☎283・7150



昨年の体験会の様子

若者サポートステーション石川出張相談

「働きたいけど、どうすればいいのかわからない」「ブランクがあり仕事をすることに不安」など、就職に関する悩みを抱えている15歳から49歳の方とその家族を対象に、出張相談を実施しています。電話にて事前予約の上、お越しください。

●期間 毎月第2金曜日

10時～15時

●場所 七塚健康福祉センター
2階相談室

【申込・問い合わせ】

若者サポートステーション石川

☎235・3060

5月は「赤十字運動月間」

一刻を争う災害等での救護をはじめとする日本赤十字社が行っているさまざまな活動は、市民の皆さまからの寄附に支えられています。赤十字事業の趣旨をご理解いただき、皆さまの支援をお願いします。

【問い合わせ】

健康福祉課 ☎283・1117

かほく市社会福祉協議会

☎285・8885

日本赤十字社石川県支部

☎239・3880

特定外来植物の駆除にご協力を



オオキンケイギク

オオカワヂシャ

特定外来植物の「オオキンケイギク」「オオカワヂシャ」の生育が確認されています。特定外来植物は在来種を駆逐してしまう恐れがあることから、法律で栽培や運搬等が禁止されています。

日本の風景や生物多様性を守るため、特定外来植物の駆除、または拡散防止にご協力をお願いします。

●駆除方法

根元から引き抜き、袋に入れて枯死させて処分する。種子が飛び散らないよう袋をしっかり密封し「もえるごみ」に出す。

●注意点

繁殖力が強く、根元や種子が残っていると翌年も生えてきます。根気よく継続的に駆除していくことが大切です。

【問い合わせ】

防災環境対策課

☎283・7124

5月31日は、世界禁煙デー

たばこの煙の中にはタール、ニコチンなどの4千種類以上の化学物質が含まれ、このうち60種類以上が発がん物質とされています。

●禁煙外来

たばこに含まれるニコチンには依存性があり、禁煙するには「ニコチン依存」を克服する必要があります。「禁煙外来」ではニコチン切れのつらい症状を緩和する禁煙補助薬が処方され、禁煙の成功率が高まります。市内には多くの禁煙外来がありますので、上手に活用しましょう。(市内8医療機関)

禁煙外来医療機関一覧▽



【問い合わせ】

健康福祉課 ☎283・1117

ごみ収集日程
カレンダー



市営駐車場空き状況



入札結果



**防災行政無線による
全国一斉放送試験の実施**

住民への緊急情報伝達訓練として「全国瞬時警報システム（Ｊアラート）」による全国一斉放送試験が行われます。市内の防災行政無線から音声メッセージが一斉に放送されます。

●日時 5月22日（水） 11時

●内容 「これはテストです」が3回、「こちらはかほく市です」のアナウンス後にチャイムが流れます。
※放送内容の確認は電話（自動音声案内）で聞き直せます。

☎0500・18009・2022

【問い合わせ】

防災環境対策課

☎283・7124

募集

令和6年度警察官採用候補者

●募集種目

警察官A／警察官A（武道指導）
／女性警察官A／サイバー・デジタルA

●受験資格

大学卒業または卒業見込みの方
で平成元年4月2日～平成16年4月1日までに生まれた方

●受付期間

5月15日（水）～6月10日（月）
※最終日受付は正午まで

●試験日

・第1次 7月14日（日）
・第2次 9月上旬予定

【問い合わせ】

津幡警察署 ☎289・0110

催し

**第17回 Kahoku
シユタムティッシュ**



「シユタムティッシュ」とは、ドイツの定期的な交流会のことです。「Kahokuシユタムティッシュ」では、ドイツで人気のボードゲームをしながら、参加者同士での国際的な交流を気軽に楽しめます。

●日時 5月17日（金）

19時～21時30分

●場所 宇ノ気生涯学習センター

2階展示ホール

【問い合わせ】

生涯学習課 国際交流員

☎283・7137

**うみつこらんど七塚
（海と渚の博物館）**

●開館時間 9時～17時

●休館日 月曜日

（祝日の場合は翌平日）

《市民ギャラリーうみつこ》

①白峰会書道展

▽5月18日（土）～6月2日（日）

※最終日15時まで

②かほく市絵画協会作品展

▽6月6日（木）～30日（日）

※最終日15時まで

【問い合わせ】

うみつこらんど七塚

☎283・8880

たかまつまちかど交流館

●利用時間 10時～17時

●休館日 第1・3月曜日、火曜日

【申込・問い合わせ】

たかまつまちかど交流館

☎282・5760

①日本画、仏画作品展（入場無料）

▽期間 5月3日（金）～15日（水）

▽出展者 交流館仏画教室の皆さん

②手づくり工房作品展（入場無料）

▽期間 5月18日（土）～30日（木）

▽出展者 手づくり工房の皆さん

③シャンソン倶楽部

▽日時 5月1日（水）／15日（水）

／29日（水） 各日14時～16時

かほくチャンネル

＝ 今月の映像特集 ＝
かほく市成人式
～二十歳のつどい～



※写真は昨年のものです。



CATV 番組
ガイド ▶

▽講師 北口世紀さん

▽ピアノ ミチコ・キーさん

▽参加費 500円（飲物付）

▽主催 シャンソンでげんき会

④みんなで歌おう日本のうた

▽日時 5月12日（日）

10時30分～12時

▽参加費 700円（飲物付）

※初回のみ歌集代660円別途必要

▽指揮 岡田一成さん

▽主催 まちかどで歌う会

⑤姿勢講座～健康に役立つ姿勢のお話と姿勢調整体験～

▽日時 5月17日（金）

10時30分～11時30分

（受付11時10分まで）

▽参加費 無料（飲物付）

▽主催者 西村朱美さん（KCSセンター千里浜なぎさ店）

⑥オレンジカフェ

▽日時 5月18日（土）

10時～11時30分

▽参加費 飲物代（個人負担）

▽主催者 竹中由香里さん（芙蓉会

居宅介護支援センター介護支援専門員）

- ▽7 ベビーマッサージ教室(2階)
 - ▽日時 5月22日(水) 10時30分～12時
 - ▽参加費 2,000円(飲物・オイル・防水シート付)
 - ▽持ち物 バスタオル
 - ▽定員 8人(1カ月検診後～3歳前後のお子様&妊婦さん)
 - ▽締切 5月20日(月)
 - ▽主催者 山下愛さん(Irrie)
- ▽8 バレエ体験レッスン
 - ▽日時 5月25日(土)／6月1日(土) 各日10時15分～11時
 - ▽参加費 500円(飲物付)
 - ▽対象年齢 3歳以上
 - ▽服装 動きやすい服装
 - ▽講師 伊藤 静香さん(クラブパレット)
- ▽9 己書幸座こんちまん楽道場
 - ▽日時 5月26日(日) 10時～12時／13時～15時
 - ▽参加費 2,500円(飲物付)
 - ▽定員 各回5人
 - ※定員になり次第締切
 - ※初回体験の方には筆ペン2本(太字・うす墨)をプレゼント
 - ▽締切 5月18日(土)
 - ▽主催者 玉井るり子さん(口書こんちまん楽道場師範)
- ▽10 笑楽生講座「心と身体」脳も笑う！免疫力UP!
 - ▽日時 5月27日(月) 10時30分～11時30分
 - ▽参加費 1,000円(飲物付)

- ▽持ち物 水分補給用飲物、タオル
- ▽主催者 金沢わくわく大楽塾塾長 寺田 美穂さん
- ▽11 まちかどバレエ発表会(入場無料)
 - ▽日時 6月2日(日) 14時～15時
 - 【問い合わせ】
 - クラブパレット事務局 ☎283・4411
- 河北郡市広域事務組合 「エコみらい河北」体験教室
 - ▽1 サンドブラスト体験
 - ▽5月25日(土)
 - ▽2 ガラスモザイクアート
 - ▽5月6日(月・祝)／6月1日(土)
 - ▽3 手作りガラスビーズ
 - ▽5月18日(土)／26日(日)
 - ▽4 吹きガラス体験教室&中級コース
 - ▽5月11日(土)

善意をありがとう

●公益社団法人金沢法人会より市立中央図書館の児童教育用図書購入に役立ててほしいと15万円を寄附していただきました。



【申込・問い合わせ】
各教室の詳細はこちら
エコみらい河北 ☎288・4545

義援金を受け付けています

●令和6年能登半島地震義援金
(日本赤十字社)
【敬称略】
かほく市バスケットボール協会
【敬称略】
高松二八会／内日角親和会／石川かほく農業協同組合・三輪一雄／かほく市短歌協会／心ときめく読みがたり&音がたりの参加者／駒ヶ根市社会福祉協議会職員労働組合／かほく市老人クラブ連合会／かほくオフィス家具協同組合／(株)タクマ／かほく市グラウンド・ゴルフ協会宇ノ気支部／医療法人社団沖野会沖野クリニック／高松緑松会／かほく市町会区長会連合会／(株)アイエス建築設計事務所／高坂節三／西田悦男／方國恵／佐伯孝一
(3月16日～4月16日申し出確定分)
ほかにも多くの皆さまから、ご支援の申し出をいただいております。ありがとうございます。

●令和6年能登半島地震義援金
(日本赤十字社)
【令和6年12月27日まで】
▽受付場所 健康福祉課、高松・七塚サービスセンター

不用品登録情報

(4月16日現在)

譲ります		譲ってください	
<ul style="list-style-type: none"> ・剣道着上着(子ども用) ・ベビーバウンサー ・ベビーカー ・ハイローチェア ・チャイルドシート 	<ul style="list-style-type: none"> ・漬物の桶(プラ製) ・ダイニングチェア(子ども用) ・犬用メッシュ服 ・小型犬用介護ハーネス ・百科事典 	<ul style="list-style-type: none"> ・大型リュック ・電子レンジ ・オープンレンジ ・宇ノ気中制服(男子用) ・宇ノ気中体操服(上下) 	<ul style="list-style-type: none"> ・自転車用安全ベスト ・ギター(エレキ・アコースティック) ・ジグソーパズルのフレーム(2000ピース)

問い合わせ 防災環境対策課 ☎283-7124



見る、行う、考える

哲学のはじまり

石川県西田幾多郎記念哲学館からの情報

石川県西田幾多郎記念哲学館

〒 929 - 1126 かほく市内日角井 1 / ☎ 283 - 6600

[開館] 9時~17時 (最終入館は 16時 30分)

[休館] 月曜日 (祝日の場合は翌平日)

哲学館 HP



催し

西田幾多郎哲学講座①

《図書館社会教育の実践者・中田邦造

— 西田哲学から受け継がれたもの —

- 日時 5月25日(土) 13時30分~15時30分
- 講師 哲学館館長 浅見 洋
- 会場 哲学館 哲学ホール
- 参加費 各回 500円、年間受講 2,000円

全10回
講座内容▷



第80回寸心忌記念講演会

《時代から西田哲学を読み直す

— システム・技術・終末論 —

- 日時 6月8日(土) 13時30分~
- 講師 田中 久文 さん (日本女子大学名誉教授)
- 会場 哲学館 哲学ホール
- 参加費 無料

学芸員 eyes

恩師の故郷に就職した

中田邦造 (第四代石川県立図書館長)

現在開催中の企画展では、石川県立図書館長となった西田幾多郎の教え子、中田邦造 (1897 - 1956) について紹介しています。中田は滋賀県の出身ですが、京都帝国大学で哲学を学んだあと、恩師・西田幾多郎の故郷である石川県に就職しました。図書館長時代は農村部の青少年を対象に読書学級や青少年文庫を立ち上げ、生涯を通して学べる読書指導を行いました。中田の読書運動は全国的に注目され、図書館社会教育の実践者として日本の図書館界に大きな功績を残しています。この機会にぜひご覧ください。



(日本図書館協会「個人別図書館論選集 中田邦造」)

中田 邦造



文芸の窓

短歌

さそり去りオリオン昇る深き夜爆撃やまぬ異国の土地は

〈松浜 池田 義治〉

銀色の救命袋紐ほどく四ツ折りお札に心なごみし

〈大崎 中村富喜子〉

落ち込んだ心に灯り点すよに希望色した君子蘭咲く

〈浜北 池田 洋子〉

横文字の医学用語は解らねど安堵しました「異常なし」です

〈多田 東 幹夫〉

軽トラを使って欲しいと能登路行く被災し友の笑顔に会えた

〈大崎 小村ひろ子〉

二次避難いつか戻れる日を信じご近所同士励ましあう日々

〈外日角 新田 哲夫〉

俳句

気遣ってくれる孫あり春明かり

〈津幡町 水野美智子〉

卒業の孫の答辞に目が潤む

〈外日角 内潟外茂夫〉

草むらに水仙凜と香り発つ

〈松浜 虎谷外与子〉

列車行く草の芽散歩無人駅

〈木津 谷崎 幸子〉

小春日に白きシーツや帆掛け船

〈木津 室田美代子〉

フリージア挿してひとりの香のうとき

〈高松 岡田えみ子〉

公園の片すみに咲く蒲公英黄

〈高松 中村 静子〉

鶯のワンステージは約五分

〈笠島 村田喜代美〉

川柳

眩しいな連れ添い歩く若夫婦

〈秋浜 道原 猛彦〉

赤い糸手繰り寄せたか孫の嫁

〈浜北 池田 洋子〉

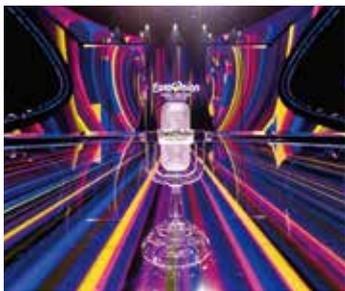
ボランティア日帰りやむをえず三時間

〈高松 喜多 義教〉

傾いた観音様は笑みのまま

〈金沢市 周 立東爺〉

※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。



ESC 2023のトロフィー ©EBU/Corinne Cumming



Postkarten von Lara

ラーラからのポストカード

かほく市国際交流員
コッケン・ラーラ

皆さん、Guten Tag！今回は、ヨーロッパ最大の音楽番組「ユーロビジョン・ソング・コンテスト」について紹介します。

皆さんはドイツの音楽を聞いたことがありますか？ドイツを代表する作曲家のベートーヴェンやバッハのクラシック音楽は世界中によく知られていますね。ほかに、ネーナの「ロックバルーン99」は日本でも有名な曲ではないでしょうか。

毎年、ドイツの歌手はドイツ代表として国際的な舞台上、新曲を披露する機会があります。それが「ユーロビジョン・ソング・コンテスト」です。5月になると、多くのドイツ人がコンテストを楽しみにしています。ESCとも呼ばれ、主にヨーロッパ各国を代表するミュージシャンが競い合います。1956年から毎年放映され、世界中で1億5000万人以上が視聴しています。

音楽のジャンルがさまざま、すばらしいパフォーマンスやライトショーなど、ESCには特別な雰囲気があります。ESCは異なる文化を持つ人々が音楽を通じてつながり、多様性を促進するイベントとしても知られています。

ドイツ代表は、1982年にニコルの「Ein bisschen Frieden」、2010年はレナの「Satellite」という曲が優勝しています。ぜひ、聞いてみてください！ちなみに、去年の優勝国はスウェーデンなので、今年のESC2024のファイナーレは5月11日にスウェーデンで開催されます。

私がおすすめしたいのは、イタリアのマネスキンの「Zitti e buoni」です。また「Eurovision Song Contest」を検索すると、今年のESCの参加曲プレイリストを再生できます。ミュージシャンを応援しながら、さまざまな国の音楽を楽しみましょう！

文化財と生きる

かほく市

かほく市に残る江戸時代の面影

(宇ノ気編2)

4月号に引き続き宇ノ気地域に残る江戸時代の面影を紹介します。

宇ノ気地域の江戸時代の景観をみると『能登日記・乾』には、1817（文化14）年10月頃の指江から狩鹿野あたりまでの街道からの景観についての記述があり、山手に椿が植えてあり、山を削って畑を作り、海手には大きな潟が見え、潟の江を埋めて田になっているとあります。

『改作所旧記』には1681（延宝9）年に河北郡の十村が連名で高松から宇ノ気までの街道筋に松の植林を加賀藩に申し入れ、1701



宇ノ気周辺と風景

（元禄14）年に至っては松の苗1000本の植付けが実現したとあります。

それから時が経ち、西田幾多郎が明治の初め頃（1873（明治6）年頃か）の宇野気（向野）あたりの様子について書いた記述があり「白砂青松ノ地ナリ」とあるため、松林や砂丘が広がっていることが分かります。

また、歌川広重の「加賀金沢八勝之内蓮湖之漁火」という浮世絵をみると、河北潟での漁の様子が描かれています。江戸時代の内日角や大崎は舟着場であったため、舟で人や荷物を運び、浮世絵のように漁を行っていたのかもしれない。



加賀金沢八勝之内蓮湖之漁火 (石川県立歴史博物館所蔵)

【問い合わせ】

スポーツ文化課文化振興係
☎283-7135

図書館へ行こう。 本を読もう。

【開館時間】 9時～19時 (土日・祝日は9時～17時)
【休館日】 月曜日 (7日・13日・20日・27日)
※月曜日が祝日の場合は翌平日



私のおすすめの一冊

「野菜の栄養素まるごと便利帳」 吉田企世子 / 監修

逃したくない野菜の大事な栄養素を余さず摂るコツを、選び方、保存方法、洗い方、切り方から相性のいい組み合わせまで栄養学の第一人者、女子栄養大学の名誉教授がわかりやすく解説しています。

毎日口にする食材のことを、さらに知ることができる1冊です。



中央図書館職員 徳應主事

おはなし会等

●やまんばのおはなし会 (毎週日曜日)

日時: 5・12・19・26日 11時～11時30分
対象: 乳幼児以上

●英語のおはなし会 (毎週金曜日)

日時: 3・10・17・24・31日 16時30分～17時
対象: 幼児以上

●宮沢賢治を読む会 (原則第4水曜日)

日時: 22日 14時～15時30分
対象: 幼児以上

図書館ボランティア (毎週火曜日)

日時: 21日 14時～ / 14・28日 10時～
内容: 本の配架・整理など

新刊紹介 新刊は、毎週金曜日に入ります。ぜひ活用ください。



老いてお茶を習う

群 ようこ / 著
KADOKAWA



新陰の大河

上田 秀人 / 著
小学館



こまどりたちが歌うなら

寺地 はるな / 著
集英社



ふしぎな図書館と消えた西遊記

廣嶋 玲子 / 作
江口 夏実 / 絵
講談社



もったいないばあさんのおばあちゃん

真珠 まりこ / 作・絵
講談社

電子図書館



新刊検索



5月の相談日

●無料法律相談 (前日までに予約・先着順)

日時: 8日(水) 13時30分～16時
場所: 消費生活センター 相談室
問い合わせ: 消費生活センター ☎ 283 - 7144

●行政書士無料相談会 (要予約)

日時: 16日(木) 13時30分～15時
場所: 障害者基幹相談支援センター 相談室
問い合わせ: 健康福祉課 ☎ 283 - 7121

●心配ごと相談 (予約不要)

日時: 9日(木)・23日(木) 13時30分～15時
場所: 障害者基幹相談支援センター 相談室
問い合わせ: 健康福祉課 ☎ 283 - 7121

●聴覚障害者生活相談 (予約不要)

日時: 14日(水)・28日(水) 10時～12時
場所: 障害者基幹相談支援センター 相談室
問い合わせ: 健康福祉課 ☎ 283 - 7121

自分の思いを「伝える」ために
手話でやってみよう

「手話は言語」との認識に基づき、手話を必要とする方が日常生活や社会生活を円滑に行うことができ、誰もが安心して暮らせる「かほく市」にするために、聴覚障害や手話について考えてみましょう。

手話を披露してくれるのは、**かほく市の手話通訳士 山田** です。

手話でやってみよう



両手を開いてくるくる回す。



左手の親指に右手の親指を斜め下から勢いよく近づける。



右手の人差し指で右目の下を2回トントンとあたる。

ありがとう



両手の指先を伸ばし、左手の甲から手をあげる。

ゴールデンウィーク (GW)

「ゴールデンウィーク (GW)」



- ①左手の親指と人差し指と、人差し指を曲げた右手で【G】の形を作る。
- ②左手は残したまま、右手は3本立てて【W】の形を作る。

手話を学び、会話を楽しむ

☕ 手話カフェ

かほく市障害者基幹相談支援センター（あおぞら）で毎月第4火曜日に「手話カフェ」を開催しています。ろう者が優しく手話を教えてくれるので、手話に興味のある方、ちょっと手話を学びたい方は、ぜひ一度、足を運んでみてはどうか。

☕ 今月の開催日 28日(火) 13時30分～15時

日常生活で手軽に！

Y フレイル予防

家の中に閉じこもりがちになると、どうしても手の届く範囲しか動かなくなってしまう体力が落ちることが心配されます。自宅でできる体操を行い、元気な体をつくりましょう！

かほくプラチナ筋力アップ体操

筋力運動

⑥脚の横上げ運動 左右 10回

椅子の背もたれにつかまり、片足ずつ「1・2・3・4」で横に30度ほど上げ、「5・6・7・8」で元の位置まで戻します。



「ストレス解消・運動編」



Question

運動してスッキリしたいけど、時間がなかなか確保できない。



Answer

「運動をして、こころもからだもスッキリしたいけれど子育てが大変で手が回らない…」毎日忙しいママにとっては悩みのひとつかもしれません。そんなママでも子どもと一緒にふれあいながらできる運動遊びを紹介します。

① ペンギン歩き

足の甲の上に子どもの足を乗せてゆっくりと片足を大きく上げて歩きます。

② 動物なりきり鬼ごっこ

公園で走り回ると気持ちがいいですね。しかし、なかなか外に行けない時は、室内で親がウサギやカエルなどの動物に変身してウサギ跳びやカエル跳びをしながら子どもを追いかけてみてはどうでしょうか？

③ ブランコ遊び

両手で子どもの脇をしっかりと持ち、前後に揺らしてみましょ。

④ メリーゴーランド遊び

両手で子どもの脇を持ち、ぐるりと1周回ってみましょ。

どの遊びも道具なしでできるので、思い立った時にすぐに始められます。子どもとのふれあいを交えながらできる運動。きっと親子共に笑顔になることでしょう。

ニチイキッズ

イオンモールかほく保育園 園長

石川の"食"を食べよう ……



石川の郷土料理

たけのこ昆布

●歴史・由来

タケノコと昆布を出汁とともに煮込んだシンプルな料理。江戸時代から明治時代にかけて、北海道と大阪を行き来していた商船群の北前船が能登半島を寄港地にしていた関係もあって、金沢市には北海道でとれた昆布が大量に流入。

また、かつて城下町として栄えた歴史都市金沢市の近郊の山は、現在、たけのこの産地として知られており、それらの経緯があり、2つの地域の伝統食材をかけた料理といわれています。

●材料（4人分）

タケノコ 1.5kg ▷たけのこ昆布 1袋▷ 1/3カップ▷
薄口醤油大さじ5▷みりん大さじ2

●作り方

- ① たけのこ昆布1袋は洗って水につけ、もどしておく。
- ② ①の昆布を適宜切るか結んでおく。つけ汁は使用する。
- ③ タケノコは1cm厚さに半月切りする。
- ④ ②の昆布とつけ汁、③のたけのこを鍋に入れ、落としぶたをし、強火にかけ、アクをとる。酒を加えて弱火にし、20分ほど煮、薄口醤油、みりんを入れて昆布が柔らかくなるまで煮含める。

出典：農林水産省 HP「うちの郷土料理」

情報提供元：「青木悦子の新じわもん王国金澤料理」(著/青木悦子)

レシピ提供元名：「金沢・加賀・能登四季の郷土料理」(著/青木悦子)

を一部抜粋して作成

5月の健診・イベント情報

●乳幼児健診

詳細については、対象者へ個別に案内します。

《赤ちゃん健診》

対象者	健診日
令和6年1月生	2日(木)・16日(木)
令和6年2月生	30日(木)

《1歳6カ月健診》

対象者	健診日
令和4年9~10月生	23日(木)

《3歳児健診》

対象者	健診日
令和3年1月生	9日(木)

●乳幼児教室

▷時間 10時までにお越しください

▷場所 宇ノ気保健福祉センター 2階
(ほのぼの健康館)

《ごっくん教室（離乳食）》

対象者	健診日
令和5年11月生	2日(木)
令和5年12月生	30日(木)

《ビーバー教室（虫歯予防）》

対象者	健診日
令和4年2月生	16日(木)

●乳幼児子育て相談（2日前までに予約）

内容：育児全般について、保健師や助産師、
栄養士が個別で相談に応じます。

日時：15日(木)、29日(木)

場所：宇ノ気保健福祉センター 2階

問い合わせ：こども家庭センター

☎ 283 - 4320

●ちっちな相談室（2日前までに予約）

内容：妊婦や月齢の近いお子さんをもつ
お母さん同士の情報交換の場です。

日時：29日(木)

場所：宇ノ気保健福祉センター 2階

問い合わせ：こども家庭センター

☎ 283 - 4320

●こども家庭センター

☎ 283 - 4320

24日(金)	双子ちゃん三つ子ちゃん集まれ!
--------	-----------------

●うさちゃん親子広場（宇ノ気子育て支援センター）

☎ 283 - 4320

8日(木)	わらべうたで遊ぼう（やまんばの会）
10日(金)	えほんだいすき（図書館司書）
21日(火)	赤ちゃん広場（2カ月～12カ月児）
28日(火)	お誕生会

●ラッコちゃん親子広場（七塚子育て支援センター）

☎ 285 - 2701

9日(木)	わらべうたで遊ぼう（やまんばの会）
16日(木)	しゃぼん玉で遊ぼう
17日(金)	えほんだいすき（図書館司書）
21日(火)	赤ちゃん広場（2カ月～12カ月児）
25日(土)	絵本の読み聞かせ（ ^{まどか} 円グループ）
28日(火)	お誕生会
31日(金)	すくすくタイム（栄養士、保健師講座）

●ピヨちゃん親子広場（高松子育て支援センター）

☎ 281 - 3582

10日(金)	作って遊ぼう
17日(金)	しゃぼん玉で遊ぼう
21日(火)	赤ちゃん広場（2カ月～12カ月児）
24日(金)	えほんだいすき（図書館司書）
28日(火)	お誕生会
6/4(火)	わらべうたで遊ぼう（やまんばの会）



こども家庭
センターHP



児童館
イベント



母子保健
カレンダー
(年間)



休日当番医【診療時間】9:00～16:00

5月3日(金・祝)

- ▷ **しばた眼科クリニック**
☎ 204 - 6355 [かほく市高松ム60-14]
- ▷ **つねファミリークリニック(小・循内・産・婦)**
☎ 286 - 1230 [内灘町白帆台2-1]

5月4日(土・祝)

- ▷ **なぎさ子どもクリニック(小)**
☎ 255 - 3439 [かほく市松浜イ65-8]
- ▷ **まきの皮ふ科**
☎ 288 - 2095 [津幡町中須加る52-1]

5月5日(日・祝)

- ▷ **はまなすクリニック(耳鼻)**
☎ 286 - 3387 [内灘町ハマナス2-7]
- ▷ **宇野気医院(内・小)**
☎ 283 - 0103 [かほく市宇野気チ33-16]

5月6日(月・振休)

- ▷ **山田耳鼻咽喉科医院**
☎ 288 - 2084 [津幡町津幡口5-10]
- ▷ **かくだメディカルクリニック(内)**
☎ 281 - 0012 [かほく市高松ム69-2]

5月12日(日)

- ▷ **みずほ病院(内)**
☎ 255 - 3008 [津幡町字瀧端422-1]
- ▷ **いしざき皮ふ科クリニック**
☎ 283 - 5525 [かほく市内日角4-71]

5月19日(日)

- ▷ **キジマあたまのクリニック**
☎ 289 - 7430 [津幡町北中条2-33]
- ▷ **なかお医院(内)**
☎ 283 - 6655 [かほく市七窪ハ17-6]

5月26日(日)

- ▷ **あがた内科クリニック**
☎ 254 - 6665 [津幡町御門い14-3]
- ▷ **きた眼科クリニック**
☎ 283 - 1515 [かほく市白尾イ50-1]

6月2日(日)

- ▷ **かわむら整形外科クリニック**
☎ 288 - 2555 [津幡町横浜へ35-3]
- ▷ **茶谷医院(内・小)**
☎ 286 - 8478 [内灘町西荒屋53]

年中無休【診療時間】19:30～23:00

- ▷ **金沢広域急病センター(小・内)**
☎ 222 - 0099 [金沢市西念3-4-25]

かほく市の住民基本台帳人口

(令和6年3月31日現在)

男性	17,534人 (-13)
女性	18,473人 (-23)
合計	36,007人 (-36)
世帯数	14,341世帯 (+10) <small>(カッコ内は前月比)</small>

5月のカレンダー



祝日には国旗を掲げましょう

日にち	主な行事やお知らせの内容
1日(水)	
2日(木)	
3日(金)	【憲法記念日】日本国憲法の施行を記念し、国の成長を期する。
4日(土)	【みどりの日】自然に親しむとともにその恩恵に感謝し、豊かな心をはぐくむ。
5日(日)	【こどもの日】こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する。 ●第20回かほく市成人式～二十歳のつどい～(10:00、河北台中学校講堂)
6日(月)	振替休日
7日(火)	
8日(水)	
9日(木)	
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)	
12日(日)	
13日(月)	
14日(火)	
15日(水)	
16日(木)	
17日(金)	
18日(土)	●寸心読書会(13:30、哲学館)
19日(日)	●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)	
22日(水)	
23日(木)	
24日(金)	●シルバー人材センター入会説明会(14:00、高松北会館)
25日(土)	●西田幾多郎哲学講座①(13:30、哲学館)
26日(日)	
27日(月)	
28日(火)	
29日(水)	
30日(木)	
31日(金)	●軽自動車税 全期 納期限 ●固定資産税・都市計画税 第1期 納期限
6月1日(土)	●合葬墓内見会(9:00～15:00、宇ノ気墓地公園)
2日(日)	●第21回かほく市総合体育大会[中心会期] 総合開会式(8:00、とり野菜みそBLUECATS ARENA) ●合葬墓内見会(9:00～15:00、宇ノ気墓地公園) ●古紙・古着類拠点回収(9:00～12:00、リサイクルプラザ)
3日(月)	
4日(火)	
5日(水)	

広報かほく5月号は13,000部作成し、印刷経費は1部当たり約40円です。