

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

2025. 9
No.259



かほく四季まつり サマーフェスタ in かほく



キャッツ フェスタ

CONTENTS もくじ

- 2 サマーフェスタ in かほく
- 6 まちの話題
- 8 はじまります！国勢調査
- 9 市からのお知らせ
- 15 新任 CIR・ALT の紹介
- 16 認定こども園等の入園申込案内
- 18 暮らしの情報
- 23 消防だより
- 24 コミスク通信/
生涯学習フェスティバル
- 25 図書館へ行こう/文化のいぶき
- 26 哲学のはじまり/文芸の窓
- 27 みんなで応援しよう！PFUブルーキャッツ
石川かほく/文化財と生きる かほく
- 28 オーラルフレイル予防/
スモールチェンジのすすめ
- 29 手話でやってみよう/今月の相談日
- 30 「おひさま」においてよ
- 31 子育て相談・イベント情報
- 32 休日当番医/行事カレンダー

今月の表紙



サマーフェスタのフィナーレを飾った花火大会。今年は大阪・関西万博にちなんで「KAHOKU EXPO2025」をテーマに色とりどりの花火が夜空に打ち上がりました。

かほく市の世帯・人口数

(令和7年7月31日現在)

男性	17,686人 (+4)
女性	18,638人 (+17)
合計	36,324人 (+21)
世帯数	14,702世帯 (+22)

(カッコ内は前月比)

7月26日(土)、暑い夏を盛り上げる「かほく四季まつりサマーフェスタ」が開催され、市役所周辺のキャッツフェスタには多くの方が来場し、会場は大いに賑わいました。

オープニングには「にゃんたろう」、PFUブルーキャッツ石川かほくの「ブルーニャ」、JA石川かほくの「ほくの里」も登場し、共に会場を盛り上げました。

メインイベントの猫にゃんぐランプリは「応援〜今こそ、みんなに元気を届けたい〜」をテーマに、11チームが華麗なパフォーマンスや衣装でステージを彩りました。

さらに、今年のスペシャルゲストとしてお笑いタレントのなかやまきんに君さんによる夏の暑さにも負けない爆笑ライブ

ブ、市ふるさと大使の水室一哉さんの熱のこもった歌唱に大勢の観客は魅了されていました。

終盤では、市民謡協会の生演奏による輪踊りや、市商工会青年部のバンド演奏とステージが続き、最後は恒例の花火大会。今年は大阪・関西万博にちなみ「KAHOKU EXPO2025」をテーマとして、約20分間にわたり大輪の花々が夜空を彩りました。

なお、当日に行われた(株)ウルトラパワーによるピザの販売およびPFUブルーキャッツ石川かほくによるグッズ販売の各チャリティー販売総額16万9550円は、令和6年能登半島地震災害義援金へ寄付いただきました。また、募金箱への寄付額6226円も、同義援金へ寄付しました。



猫にゃんグランプリ
 応援～今こそ、みんなに元気を届けたい～



準グランプリ チームキタムラ



衣装キャッツ賞 キッズ&ばあば

👑 グランプリ Camoliva



ダンスキャッツ賞 STELLA



審査員特別賞 GOLDEN EAGLES





白ギス釣り大会 優勝者

- 一般の部
田中 利之 (金沢市)
- シニアの部
袋井 雅治 (かほく市)
- レディースの部
工藤 はるみ (東京都)
- ジュニアの部
高崎 蒼磨 (静岡県)

※敬称略

ビーチサンダル跳ばし大会 結果

- 一般 (男子)
優勝 坂野 研人 (津幡町)
2位 山田 拓矢 (かほく市)
3位 澤野 拓真 (かほく市)
- 一般 (女子)
優勝 雄谷 里彩 (金沢市)
2位 北岡 佳代 (津幡町)
3位 柳川 絵理 (金沢市)
- 子ども (高学年)
優勝 酒本 友真 (かほく市)
2位 櫻井 凜 (かほく市)
3位 中川 歩夢 (富山県)
- 子ども (低学年)
優勝 富永 直文 (かほく市)
2位 酒本 友喜 (かほく市)
3位 平野 結葵 (かほく市)

※敬称略



ビーチ フェスタ

外日角海岸を会場に行われた「子ども地引網体験」では110人が参加し、みんなで力を合わせて網を引き上げました。残念ながら、大漁とはいかなかったものの、網にかかった魚に、子どもたちは目をキラキラと輝かせていました。地引網体験後に行われた「ビーチサンダル跳ばし大会」では、66人の参加者が優勝を目指して競技に挑み、子どもから大人まで大いに盛り上がる大会となりました。

翌日27日(日)の早朝から、白尾海岸を中心に「白ギス釣り大会」が行われ、県外からの多数の参加者を含め135人が参加。釣果に恵まれず、苦戦を強いられた参加者が多かったものの、白熱した戦いが繰り広げられました。(大会結果の詳細は、市ホームページに掲載しています)

リバー フェスタ

大海川河川敷では「リバーフェスタ」が開催されました。「鮎つかみ体験」には、約500人が参加。参加者たちは、川の中を素早く逃げ回る鮎をずぶ濡れになりながら、夢中で追いかけていました。捕まえた鮎は、その場で塩焼きにして食べるなど自然の恵みを満喫しました。

また「自然体験教室」では、笹舟作り体験が行われ、訪れた親子は教わりながら真剣な眼差しで笹舟作りを楽しんでいました。そのほか、わかみどり営農組合による特産品の販売などもあり、来場者は楽しいひと時を過ごしました。



夜の図書館ドキドキ体験

市立中央図書館で「夜の図書館ドキドキ体験」がお金にまつわる謎をとけく〜が開かれ、児童36人が参加しました。

図書館の使い方や本の探し方を楽しく知ってもらおうと、同図書館が7月25日夜、夏休みに合わせて開催しました。
ほとんどの電灯を消した館内は、昼の図書館とは別世界。学校も学年も違う児童たちが一つのグループ

となり、真っ暗な館内を懐中電灯の灯りだけを頼りにゲームを楽しみました。指令書に記された本を分類記号やタイトルを手がかりに見つけ出し、本を探す方法を楽しく学び、本の内容から謎を解きました。
謎解き後は、おはなしボランティア「やまんば」による楽しいおはなし会が行われ、参加した児童たちは、楽しそうな表情をしていました。



①懐中電灯の灯りを頼りに指令書探し / ②おはなしに耳を傾ける児童たち / ③参加者みんなで記念撮影

生涯学習講座「親子体験コース」PFUものづくりラボ2025

生涯学習講座「PFUものづくりラボ2025」が7月26日、(株)PFU本社で開かれ、小学4〜6年生の親子21組がAIプログラムに挑戦しました。

講座では、子ども向けのプログラミング言語ソフト「Scratch（スクラッチ）」を使い、AIを使った対戦じゃんけんプログラムや、カメラに映る顔や手の

動きに反応して画面内にイラストが現れ、魔法使いに変身するプログラムづくりに挑戦しました。

参加者は、AIについて学んだあと、プログラミングに親子で挑戦。苦戦しながらも、懸命に挑戦し、自在に操ることの難しさと動いた時の楽しさを実感していました。



修了証を手にして笑顔で記念撮影

夏休みの思い出づくり親子木工教室 90組が参加

木と触れて、ものづくりを親子で楽しんでもらおうと、大海交流センターと宇ノ気生涯学習センターの2会場で8月2日、森林環境譲与税を活用した「夏休み親子木工教室」が開かれ、親子90組が参加しました。
市内建築関係の方の指導の下、参加した子どもたちは、のこぎりや金づちなどの大工道具を使い、親子で

協力して、ブックスタンドや椅子を製作しました。

初めてノコギリを手にする子どももいて、恐る恐るノコギリを引いていましたが、だんだんと慣れて、上手に切れるようになり、ものづくりの喜びを体感していました。

親子で協力して木材をカット



「二水ボール」を体験する生徒



気軽に野球を楽しむ 「二水ボール」を体験

金沢二水高校発祥の屋内野球ゲーム「二水ボール」の体験会が市内小中学校で行われました。7月9日は、河北台中学校の3年生が機械で宙に浮かせたボールを打って気軽に野球を楽しみました。競技で使用する機具は本市の(株)西野製作所が製造し、普及活動にも取り組んでいます。

選手の皆さんお疲れさまでした



第77回石川県民スポーツ大会

6月7日から8月3日にわたり「第77回石川県民スポーツ大会（夏季大会）」が能美市を主会場に開催され、かほく市選手団約800人が39競技（正式・公開競技含む）に出場しました。本市は、全力を尽くした総力戦で健闘し、2月に行われた冬季大会の結果と合わせ、男子総合6位（一般8位、壮年4位）、女子総合4位（一般5位、壮年5位）という好成績となり、前回75回大会に続き男女同時入賞となりました。

北川さん（中央左）と、遠塚区自主防災組織の役員の皆さん



遠塚区が自主防災組織を設立

8月18日、市役所で遠塚区自主防災組織の認証状交付式が行われました。油野^{わいちろう}和一郎市長から北川^{しげき}重樹会長に認証状が手渡されると、北川会長は「自分たちの地域は自分たちで守るよう活動を展開し、地域の防災力向上に努めたい」と決意の言葉を述べました。油野市長は「災害時に自主防災組織が果たす役割は大きい。組織の立ち上げに感謝し、今後も共助の要として安全安心なまちづくりに協力願います」と激励の言葉を贈りました。

住民自治の振興に功労 町会長・区長に住民自治功労者表彰

7月30日、金沢市で「石川県町会区長会連合会大会・総会」が開催され、町会長・区長として長年、自治組織活動に功労のあった方に、石川県知事および石川県町会区長会連合会会長から表彰状ならびに感謝状が贈られました。本市からは、次の方が受賞されました。

◇石川県知事感謝状

◇石川県町会区長会連合会会長表彰

◇石川県町会区長会連合会会長感謝状



小川 憲一さん
(高松岸川町町会長)



藏岡 真吾さん
(高松東町町会長)



田中 則吉さん
(横山区長)



西島 紀敏さん
(前宇野気区長)

＼ はじまります！ ／

国勢調査

～ かんたん便利なインターネット回答で！～

国勢調査は5年に一度行われる最も重要な統計調査です。日本に住む全ての人と世帯を対象とした国の調査から得られる統計は、国や自治体に利用されることはもとより、民間企業や研究機関でも広く利用されます。

皆さま一人一人の協力が安心して暮らせる社会の実現につながりますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

● 調査項目

- ▷ 世帯員に関する事項 …… 「氏名」「出生の年月」「配偶の関係」「就業状態」などの13項目
- ▷ 世帯に関する事項 …… 「世帯の種類」「世帯員の数」「住居の種類」「住宅の建て方」の4項目

● 調査の流れ

1 調査書類の配布

9月下旬から、調査員が市内の各世帯を訪問し、調査書類を配布します。調査員は、総務大臣から任命される国家公務員であり、調査中は「国勢調査員証」を身に着けています。

▷ 配布期間 9月20日(土)～30日(火)

2 調査への回答

調査書類が届きましたら、次のいずれかの方法で回答をお願いします。

回答方法	回答期間
インターネット回答	9月20日(土)～10月8日(水)
郵送回答	10月1日(水)～10月8日(水)
調査員による回収	10月1日(水)～10月8日(水)



「調査員証」を携帯しています

かんたん便利な インターネット回答で！

前回調査(令和2年)では、インターネット回答した人の98%が「次回もインターネットで回答したい」と答えています。手元に調査書類が届き次第、24時間いつでも回答可能ですので、今回の国勢調査では、ぜひインターネット回答をお試しください！

▶ インターネット回答方法

- (1) 調査員から配布される「インターネット回答依頼書」の2次元コードを読み取る、またはURLを入力して回答サイトにアクセスする。
- (2) 専用のIDとパスワードでログインする(IDやパスワードは世帯ごとに異なります)。
- (3) 画面の案内に沿って回答する。



健康
福祉

長寿を祝って

「かほく市敬老会」高松地区のご案内

問い合わせ 長寿介護課 ☎ 076 (283) 7122

高松地区の方を対象とした「かほく市敬老会」を次のとおり開催します。対象の方には「案内状」を送付しますので、ご確認の上、お越しください。 ※宇ノ気地区の方は、広報8月号をご覧ください。

●日程

日にち	対象区
9月30日(火)	内高松・長柄町・若緑・箕打・元女・黒川・野寺・八野・瀬戸町・夏栗・中沼・ニツ屋
10月1日(水)	流川町・六軒町・中町・上北町・北中町・北新町・岸川町・桜井町・下伊丹町・上伊丹町・東町・学園台
10月2日(木)	南町・古宮町・元町・南新町・旭町

●対象者

令和8年4月1日までに満75歳以上となる方
(昭和26年4月1日以前生まれ)

●時間 10時～12時15分

●場所 高松産業文化センター 大ホール

●送迎 当日は送迎バスを運行します。案内状に記載された乗降場所と時刻をご確認ください。なお、バスは混雑が予想されますので、ご家族などの送迎にご協力ください。

介護
福祉

認知症になっても安心して暮らせる街に

「見守りシール」を交付します

問い合わせ 長寿介護課内高齢者支援センター ☎ 076 (283) 7150

認知症等により行方不明の心配がある高齢者の早期発見・保護することを目的に、2次元コード付きシール「見守りシール」を無料で交付します。



詳しくはこちら

●「見守りシール」とは

認知症等で行方不明になった際、衣服などに貼られた「見守りシール」の2次元コードを読み取ると、ご家族へ瞬時に発見通知メールが届きます。発見者は2次元コードを読み取ると、高齢者のニックネームや注意すべきことなど対応方法が分かります。

●シールの種類と枚数

▷一人当たり、30枚(耐洗ラベル20枚、蓄光シール10枚)を交付します。

▷初回は無料ですが、シールの追加、再発行は全額自己負担となります。



耐洗ラベル



蓄光シール

●申請方法等 長寿介護課内高齢者支援センターまでお問い合わせください。



●「見守りシール」を利用できる方

本市に住民票があり、在宅生活する65歳以上で、認知症等により行方不明の心配がある方

地域の皆さまへのお願い

「見守りシール」を身につけた方を見かけたら…

- (1) ご本人の正面から優しく声をかけてください。
- (2) スマートフォンで、2次元コードを読み取り、本人情報を確認してください。読み取ると、ご家族の方へ発見通知メールが届きます。
- (3) 可能であれば、表示画面の指示に従い、現在地等の情報を入力してください。
- (4) 伝言板でご家族と情報交換を行ってください。
- (5) 対応に困った場合や2次元コードが読み取れない時は、警察にご連絡ください。

知っていますか？ 成年後見制度・中核機関

問い合わせ 高齢者支援センター〔長寿介護課内〕 ☎ 076 (283) 7150 / 健康福祉課 ☎ 076 (283) 7120

《 成年後見制度とは 》

「成年後見制度」とは、知的障害、精神障害、認知症などによって物事を判断する能力が十分でない方について、ご本人の権利を守る援助者「成年後見人等」を選ぶことで、ご本人を法的に支援する制度です。

《 中核機関とは 》

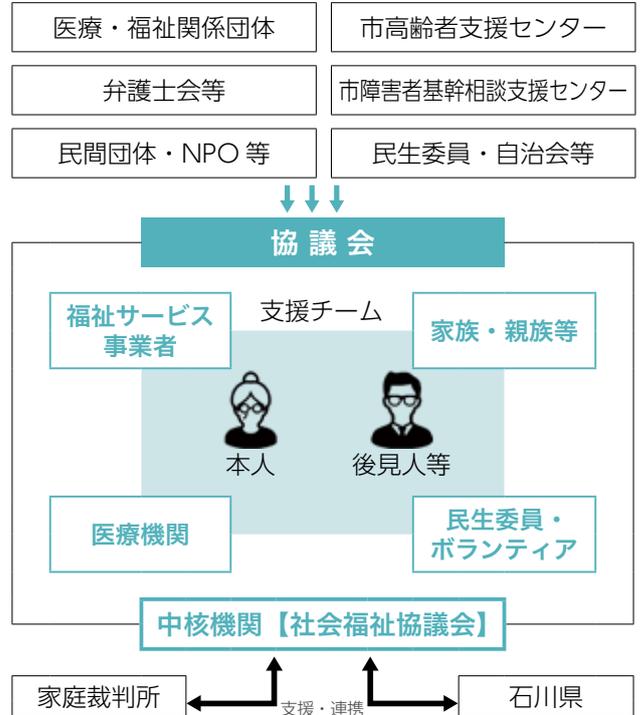
権利擁護（成年後見など）の支援を必要とする方に対し、迅速かつ適切な支援を行うための中核となる機関で、制度に関する広報や相談窓口となります。

市では、成年後見制度に関する相談や制度利用の促進を図るため昨年8月に、かほく市社会福祉協議会内に「中核機関」を設置しました。

● 中核機関の取り組み

- (1) 広報啓発
制度普及のため、パンフレット配布や出前講座の開催
- (2) 相談
ご本人や、家族、支援者の方からの成年後見制度に関する相談、制度の仕組みや申立てに関する助言
- (3) 利用促進
後見人申立て時の助言や候補者の調整
- (4) 後見人支援
後見人（親族・専門職等）の活動支援

● 地域連携ネットワークとその中核となる機関のイメージ



● 相談窓口

「何から始めればいいのか分からない」など、今後どんなことに備えていくべきかを一緒に考えましょう。相談は無料、秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

かほく市社会福祉協議会

☎ 076 (285) 8885 【平日の8時30分～17時15分】

飼い主だけではなく、地域からも愛されるよう
ペットは正しく飼いましょう

問い合わせ 防災環境対策課 ☎ 076 (283) 7124

「ペットは家族の一員」といわれるように、人の心を豊かにするかけがえのない存在です。その一方で「鳴き声に困っている・フン害に困っている・庭や畑を荒らされる・生ごみを荒らされる」といった話も聞かれます。

飼い主だけではなく、地域からも愛されるようペットは正しく飼ってください。

犬・猫ともに避妊・去勢手術を行った際の助成制度があります。
手術を行った年度内に申請が必要です。



● 犬を飼うときの注意点

- ▷ 犬を飼うと、次の2点が法律で義務付けられます
 - (1) 犬を飼っていることを登録すること
 - (2) 年に一度、狂犬病予防注射を受けること
- ▷ 放し飼いをしない
- ▷ 無駄吠えをしないように気を配る
- ▷ フンは必ず飼い主が責任をもって始末する

● 猫を飼うときの注意点

- ▷ 室内飼育をする
- ▷ 無責任に繁殖させない
- ▷ 野良猫に無責任な餌やりはしない



暮らし
・
人権啓発

人権擁護・男女共同参画啓発事業

映画「湯を沸かすほどの熱い愛」無料上映会

問い合わせ 市民生活課 ☎ 076 (283) 1116 / 生涯学習課 ☎ 076 (283) 7137



©2016 「湯を沸かすほどの熱い愛」製作委員会

《あらすじ》

夫に家出され、パートに励む女性。家業の銭湯も長らく休業していたが、持ち前の明るさで腐らずに娘を育てていた。そんなある日、突然倒れた彼女は余命2カ月と宣告される。彼女は残された日々でやるべきことを決め、実行していく…

- 日時 10月11日(土) 9時30分～(12時頃終了予定)
- 場所 シネマサンシャインかほく(イオンモールかほく内)
- 定員 300人(入場無料) ※当日9時より同映画館で入場整理券を配布します。
- 注意事項

- ▷同シネマは、9時から入場できます。
- ▷専門店街は10時営業開始のため、1F平面駐車場シネマ入口、または屋上駐車場シネマ入口をご利用ください。他の入口からの入場はできませんのでご注意ください。
- ▷シネマ売店で購入した飲食物のみ、劇場に持ち込みできます。それ以外の持ち込みはできません。



商工業
支援

夢への実現に、まず第一歩！

「かほく創業塾 2025」を開講

問い合わせ かほく市商工会 ☎ 076 (282) 5661

「起業したいが何から始めたらいいかわからない」「経営の基礎知識を一から学びたい」という方を対象に創業塾を開講します。

本講座では、特に開業後の事業を軌道に乗せるための経営の知識(経営一般・財務・人材育成・販路開拓等)と具体的な計画作成のプロセスを理解することを目標とします。

●対象 創業に興味がある方、創業準備中の方、創業して間もない方

●日程・カリキュラム

日時	内容	講師
11月7日(金)	(1) 先輩创业者の体験談 (2) 想いを形にする事業構想と起業家精神	(1) 先輩创业者 (2) 税理士・中小企業診断士
11月14日(金)	価値が伝わるマーケティング戦略とブランド	税理士・中小企業診断士
11月21日(金)	仲間を巻き込むための人本経営	特定社会保険労務士
11月28日(金)	知らなきゃ損するお金・税金とIT	税理士・中小企業診断士
12月5日(金)	(1) 賢い資金調達 (2) かほく市创业者支援制度について	(1) 日本政策金融公庫金沢支店 (2) かほく市地域創生課

●場所 高松産業文化センター 中ホール

●定員 10人(要申込)

●受講料 無料

●申込方法

▷市商工会ホームページから申し込み

▷市商工会に電話で申し込み

●申込締切 10月3日(金) ※定員に達し次第締切

●受講特典 全5回全てを受講した创业者の方は、登記にかかる登録免許税の軽減などの支援が受けられます。

商工会 HP



健康
福祉

9月10日～16日は「自殺予防週間」です

ひとりで悩まず相談してください

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 076 (283) 7120

《「暮らしとこころの相談会・ひきこもり相談会」を開催》

- 日時 9月12日(金) 13時30分～16時30分
- 場所 ほのぼの健康館
- 内容
 - ▷弁護士による個別法律相談(お金、家族、職場のトラブル)
 - ▷精神保健福祉士等によるこころとからだの相談、ひきこもり相談
- 費用 無料
- 申込方法 事前に健康福祉課へ電話で申し込み

※相談時間は、一人30分程度です。
※空きがあれば、当日でも相談可能です。

✳️ 障害者基幹相談支援センター あおぞら ✳️

あおぞらでは、障害のある方やご家族の皆さんが地域で安心して暮らせるよう、生活上のさまざまな相談にお応えします(費用は無料)。

- ▷場所 ほのぼの健康館内
- ▷開所日 平日の8時30分～17時15分
- ▷対象者 市内在住の障害のある方(疑いを含む)、難病のある方、その家族など
- ▷相談員 相談支援専門員、社会福祉士、精神保健福祉士、保健師
- ▷問い合わせ あおぞら ☎ 076 (283) 8890

《身近な相談窓口》※相談無料・秘密厳守

誰かに話すことで、気持ちが和らぐことがあります。ひとりで抱え込まないで、お気軽にご相談ください。

名称	電話番号	相談日・受付時間
石川県石川中央保健福祉センター	☎ 076 (275) 2250	月～金(祝日除く) 8:30～17:45
石川県こころの健康センター	☎ 076 (238) 5750	月～金(祝日除く) 8:30～17:15
石川県こころの相談ダイヤル	①☎ 076 (237) 2700 ②☎ 0570 (783) 780	①月～金(祝日除く) 9:00～17:00 ②月～金(祝日除く) 17:00～9:00 土日・祝日は24時間
かほく市健康福祉課	☎ 076 (283) 7120	月～金(祝日除く) 8:30～17:15
かほく市障害者基幹相談支援センター あおぞら	☎ 076 (283) 8890	月～金(祝日除く) 8:30～17:15

避難情報や防災情報をいち早く

かほく市

防災・環境情報

無料!

簡単! アプリをダウンロードして、防災対策

かほく市の避難情報や防災情報をすばやく確実にお知らせ

Android版



iPhone版



Google Play および Google Play ロゴは、Google LLC. の商標です。

Apple および Apple ロゴは米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。App Store は Apple Inc. のサービスマークです。



現在地から避難所までのルートとリスクを表示!

緊急情報は音声とサイレンでプッシュ通知!

新しい農業委員・推進委員を紹介します

問い合わせ かほく市農業委員会 [農林水産課内] ☎ 076 (283) 7105

新しい農業委員 12 人と、農地利用最適化推進委員 10 人が決まりました。地域農業の課題に取り組み、農業振興に力を注いでいただく 22 人の委員を担当地区ごとに紹介します。

●委員の主な活動

- ▷ 地域の世話役として、農地の売買・貸借・後継者などの相談対応
- ▷ 農地の利用状況調査と利用意向調査・無断転用の防止などの取り組み
- ▷ 農地等の利用の最適化（新規参入の促進・担い手への農地集積・集約化、遊休農地の発生防止・解消活動）の推進

担当地区	農業委員	農地利用最適化推進委員
高松 (国道より西側)・学園台	竹田 尋平	古林 栄介
高松 (国道より東側)	竹中 浩記	
内高松・長柄町	吉多 力	瀬戸 広美
若緑・箕打・元女・黒川		東 友博
野寺・八野・瀬戸町・夏栗・中沼・二ツ屋	松本 正博	気谷 英一
木津・松浜	今本 重蔵	
遠塚・浜北・秋浜	高橋 恵子	酒尾 浩
外日角・白尾	油野 茂樹	
多田・指江・狩鹿野	松本 多美子	吉野 孝幸
気屋・上山田・下山田・鉢伏	森内 順二	
宇気・森・向野・七窪・宇野気		長原 克信
内日角	西川 昌明	
大崎・湖北		田端 いずみ
横山・谷・笠島・上田名・余地	かほく市全域	

(敬称略)

石川県立看護大学 令和7年度地域ケア総合センター事業

こころのシネマ学園台 映画「星に語りて～Starry Sky～」の上映会



本市と包括的連携協定を結ぶ石川県立看護大学で、東日本大震災で被災した障害者と支援者たちの活動を、実話をもとに描いた映画「星に語りて～Starry Sky～」を上映します。上映会後には「シネマ de カフェ@IPNU」をオープンし、映画監督の松本動さんをゲストに迎えたトークイベントを実施します。お気軽にご参加ください。

＝ あらすじ ＝ 岩手県陸前高田市の共同作業所「おおざり」は震災で仲間を失いながらも、女性所長の励ましによって日常を取り戻す努力をしていた。一方、南相馬市では、共同作業所「クロスロードハウス」の人々が、避難できず取り残された障害のある人々のために動き始めていた…

●日時 9月21日(日)

▷ 映画上映 12時45分～14時50分 (開場 12時15分)

▷ シネマ de カフェ 15時～16時45分

●場所 石川県立看護大学 講堂

●対象者 どなたでも (入場無料)

●申込方法 電子申請フォームより申し込み
※当日参加も可

●問い合わせ

石川県立看護大学精神看護学

大江 真吾さん ☎ 076 (281) 8301 (代表)

電子申請



暮らし
住宅

市営住宅の入居者募集（11月入居）

問い合わせ 住宅管理センターかほく ☎ 076 (281) 1414

- **募集期間** 9月1日（月）～12日（金）
- **内覧会** 9月9日（火） ※前日までに要予約
- **その他**
 - ▷ 募集団地、戸数は変動する場合があります。
 - ▷ 入居希望者多数の場合は抽選となります。

◎最新情報は、ホームページをご確認、
または住宅管理センターまでお問い合わせください。



●募集する住宅

（8月18日現在）

区分	名称	間取	空き	家賃
単独住宅	コーポ宇気	3DK	3戸（4階）	10,800円～ ※所得により決定 ※4、5階は軽減あり
特定公共賃貸住宅（中堅所得者向け） ※月額1万円等の新婚さん住まい応援事業対象物件	白千鳥ハイツ（高松）	3LDK	1戸（3階） / 2戸（4階）	49,000円
	高松団地西棟	3LDK	1戸（3階）	55,000円
定住支援住宅	コーポ宇気	3DK	6戸（5階）	勤労者世帯 20,000円 子育て世帯 12,000円～

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) ☎ 076 (285) 2004

(携帯) ☎ 090 (6495) 0473



●出張！スマホとパソコン安心教室

いいきいきステーションまで来られない方や、火曜日は都合が悪い方など、この機会にスマホやパソコンの操作についてご相談ください。予約は不要です。開催時間内のお好きな時にお気軽にお越しください。

▷日時 9月24日（水）10時～11時30分

▷会場 宇ノ気老人福祉センター リハビリ室

●石川県立看護大学による地域公開講座 食べて守ろう！筋肉・骨・元気な毎日！

フレイルや骨粗鬆症の予防など、元気に毎日を送るための食事について、管理栄養士の先生からお話しいたします。

▷日時 10月10日（金）13時30分～15時

▷講師 共同研究講座 看護理工学 長谷川 陽子さん

▷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）

●生涯現役フォーラム 災害の情報を正しく把握して健康を守ろう！

いざという時に身を守るための情報について正しく理解し、災害時に健康を守る方法について考えてみませんか。ハザードマップを見てみよう！避難場所と避難所の違いを知ろう！

▷日時 10月15日（水）13時30分～15時

▷講師 石川県立看護大学 石川県寄附講座

▷会場 七塚健康福祉センター 多目的ホール

災害実践看護学教授 木田 亮平さん（防災士）

▷定員 50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 ※9月23日休み	13時30分 ～15時30分	いいきいきステーション
おしゃべり会	毎週木曜日 ※9月11日休み		

※高齢者向けeスポーツの体験ができるようになりました。ぜひ遊びに来てください。

新任 CIR (国際交流員)・ALT (外国語指導助手) を紹介します

CIR (国際交流員)

● ●  ノツォン・オリバー・マリアン さん



はじめまして。かほく市の皆さん、Guten Tag！8月から、CIRとして働くことになりましたノツォン・オリバー・マリアンです。私はドイツ南西部のフランクフルト市で生まれ育ちました。両親がポーランド人で、日本語と英語のほかに、少しだけポーランド語も話せます。フランクフルトは、中心をメイン川が流れていて、高層ビルがたくさんあって景色がとてもきれいです。

昔からずっと日本に興味があり、フランクフルトのゲーテ大学で日本学を専攻し、日本の法律や文化史について学びました。また、大阪に1年間留学したこともあります。今でもよくその時を思い出すくらい、忘れられない経験をたくさんしました。

趣味は、ゲームや運動、お笑いです。自然も好きで、去年日本に行った時、兵庫県のJR福知山廃線敷ハイキングコースがとても良かったので、またハイキングしたり、かほく市やその周りをたくさん探検したいです。フランクフルトには海がないので、海に行くことを楽しみにしています。

皆さんと知り合って、もっと日本のことを学んでいきたいです。よろしくお願いします！

ALT (外国語指導助手)

● ●  トンプソン・ジョーリー・ヘレン さん

かほく市の皆さん、はじめまして！
宇ノ気中学校区 ALT のトンプソン・ジョーリー・ヘレンです。ALTとして迎え入れていただき、とてもうれしく思っています！

私は、イギリスのシェフィールド出身で、ブリストル大学で法律を学びました。旅行、教育、そして日本文化にもとても興味があるので、これから日本で過ごす日々をとても楽しみにしています。よろしくお願いします！



ALT (外国語指導助手)

● ●  クルーズ・シタリ・アナイ さん



みなさん、はじめまして！

高松中学校区 ALT のクルーズ・シタリ・アナイです。アメリカ・ワシントン州のシアトルから車で3時間ほどの小さな町の出身です。この夏、スタンフォード大学を卒業し、機械工学の学位を取得しました。

趣味は、旅行、バレーボール、バイオリン、絵を描くこと、ハイキングです！

家族と一緒に日本を訪れたときに日本での生活がとても気に入り、日本に住んで英語を教えることを目指すようになりました。

私はメキシコ系アメリカ人で、両親はメキシコから移住し、私はアメリカで生まれ育ちました。家ではスペイン語と英語の両方を話しています。これから日本語をもっと上達させ、日本の文化について深く学びながら英語を教えて、地域の一員として関わっていきたくと思っています。

みなさんに会って、お話しできることを楽しみにしています！よろしくお願いします。



令和8年度入園申込受付

●認定こども園

園名	住所 / TEL	対象児	開園時間など
公立	①高松こども園	高松オ 82-2 ☎ 076(281)1130	7時～19時 ▷2、3号認定 保育事由によって「保育標準時間」「保育短時間」に区分されます 保育標準時間 7時～18時 保育短時間 8時～16時 ▷延長保育(追加料金あり) 保育標準時間 18時～19時 保育短時間 7時～8時 16時～19時 ▷休日保育 新化こども園で実施 ▷病後児保育 大海、しらゆり、新化こども園で実施
	②大海こども園	夏栗イ 43-1 ☎ 076(281)3682	
	③はまなすこども園	木津ヘ 49-1 ☎ 076(285)2630	
	④ひまわりこども園	秋浜ハ 17-2 ☎ 076(283)3041	
	⑤しらゆりこども園	白尾ワ 1-1 ☎ 076(283)1860	
	⑥新化こども園	宇野気ニ 65-1 ☎ 076(283)0231	
	⑦みずべこども園	大崎東 58-1 ☎ 076(283)1933	
	⑧金津こども園	谷イ 36-1 ☎ 076(285)2681	
私立	⑨学園台こども園	学園台 5-18 ☎ 076(281)0515	2カ月児～ 7時～19時 ※休日保育あり(⑬で実施)
	⑩木津幼稚園	木津ニ 132 甲 ☎ 076(285)1388	1歳児～ 7時～19時 ※休日保育あり(⑬で実施)
	⑪認定こども園 うのけ幼稚園	宇野気ニ 15 ☎ 076(283)7111	1歳児～ 7時30分～19時
	⑫にじの丘こども園	秋浜イ 42-1 ☎ 076(283)2416	2カ月児～ 7時～19時

●小規模保育園

園名	住所 / TEL	対象児	開園時間など
私立	⑬リトルディッパーナーサリー	木津ハ 66-1 ☎ 076(256)0035	2カ月児～2歳児 7時～19時 ※休日保育あり
	⑭かほく保育園	宇気タ 65-1 ☎ 076(283)7780	2カ月児～2歳児 7時～19時
	⑮ニチイキッズ イオンモールかほく保育園	内日角タ 25 ☎ 076(255)2583	2カ月児～2歳児 7時～19時

●支給認定区分

認定区分	対象	利用できる施設
1号認定(教育認定)	満3歳以上の就学前の子ども(2号認定除く)	認定こども園
2号認定(保育認定)	満3歳以上で、保護者の就労や疾病等により保育を必要とする子ども	認定こども園
3号認定(保育認定)	満3歳未満で、保護者の就労や疾病等により保育を必要とする子ども	全ての施設

●問い合わせ 公立①～⑧ 各園または、こども家庭課 ☎ 076(283)7155
 私立⑨～⑮ 各園に直接お問い合わせください。



● **申込方法** ※入園を希望する園によって異なります。



※定員を上回る申し込みがあった場合は、新規・在園を問わず保育事由等から優先順位をつけて入園調整します。

● **申込期間**

1次申込 令和8年4月からの入園希望者・継続利用者

▷申込期間 **10月1日(水)～11日(土)** 9時～17時（最終日の受付は12時まで）

※ 4日(土)、5日(日)は、申込受付できません。

※ 期間中に提出できない方は、事前に入園希望のこども園にご相談ください。

※ 私立については、市ホームページをご確認ください。

▷申込窓口 第1希望の園

2次申込 令和8年5月以降の入園希望者、1次申込できなかった方

▷申込期間 令和8年 **2月2日(月)～6日(金)** 9時～17時

▷申込窓口 第1希望の園が... 公立園①～⑧の場合 → こども家庭課
私立園⑨～⑬の場合 → 第1希望の園

**公立こども園
見学会**

9月30日(火)～10月2日(木)
9時30分～11時
(予約不要、複数園の見学も可)

● **申込に必要な書類**

▷認定申請書兼利用申込書（9月16日からこども家庭課窓口、ホームページで配布）… 子ども1人につき1部

▷保育の利用を必要とする事由を証明する書類… 保護者（父、母、64歳以下の同居祖父母）につき各1部

保護者等の状況	追加で添付するもの
(1) 1カ月あたり48時間以上の就労	就労証明書
(2) 妊娠・出産	母子手帳の写し（保護者氏名・分娩予定日が確認できるページ）
(3) 保護者の病気や障害	医師の診断書、障害者手帳の写し等
(4) 育児休業中の継続利用の方〔原則1年間〕	育児休業期間等の記載のある就労証明書
(5) 親族の介護・看護	要介護（介）者の診断書、障害者手帳の写し等
(6) 就学中	在学証明書、時間割などの写し
(7) 求職活動	ハローワーク登録証の写し、または求職活動を証明する書類

※ (1)・(2)・(4)の要件以外の方は、上記書類のほか、申込書が必要です。

※ 育児休業から復職した方の園利用（新規入園）は、復職月からとなります。



暮らしの報 9

2025
SEPTEMBER

お知らせ

所有(管理)する土地や建物等の
適正な管理をお願いします

土地や建物等の適正な管理が行われず、困っているとの相談が寄せられています。土地等を不良状態のままにしていると、環境や交通等の面で支障が生じます。自身が所有(管理)する土地等について、今一度確認してください。

● 注意点

▽草木が伸び、道路や隣地にはみ出していないか
▽空き家やブロック塀等は危険な状態になっていないか

※離れた場所に所有(管理)している土地などについても適正管理をお願いします。

【問い合わせ】

防災環境対策課

☎076(283)7124

8020(ハチマルニイマル)で元気!

河北歯科医師会では80歳以上で20本以上自分の歯がある方を表彰します。「我こそは!」と思う方は申し込みください。特に健康的な5人の方に表彰状と記念品を贈呈します。

● 対象者 市内在住の80歳以上で自分の歯(治療済みでも可)を20本以上保っている方

● 募集期限 10月4日(土)まで

● 申込方法 市内歯科医院の診療時間に申し込みください。

【問い合わせ】

健康福祉課

☎076(283)1117

家屋を取り壊した方は、忘れずに届出を

毎年1月1日に存在する家屋には固定資産税が課税されます。12月末までに家屋を取り壊した場合、市へ「家屋取壊届」の提出や法務局へ建物滅失登記を行わないと、翌年度以降も課税される場合があります。

● 提出書類

家屋取壊届(税務課窓口を設置)

【問い合わせ】

税務課 資産税係

☎076(283)1114

肝炎ウイルスに関する
講演会・相談会(無料)

肝炎ウイルスに感染した場合、気付かないうちに肝硬変や肝がんに進展する恐れがあります。ぜひ肝炎ウイルスについて学んでみませんか。

● 日時 10月6日(月) 14時~16時

● 場所 石川県庁 1104会議室

● 内容

▽講演「B型肝炎、C型肝炎の正しい知識と最新の治療」

▽専門医の個別相談会(要予約・先着順)

● 講師・助言者 島上 哲朗さん(金沢大学病院医薬保健研究域医学系消化器内科学准教授)

● 申込方法 電子申請フォームまたは電話で申し込みください。

● 申込締切 9月26日(金)

申し込みはこちらから
(電子申請フォーム)



【申込・問い合わせ】

石川中央保健福祉センター企画調整課
☎076(275)2252

9・10月は「行政相談月間」です

9~10月の2カ月間を「行政相談月間」とし、行政相談制度の利用促進を図っています。

行政相談は、市行政相談委員または行政相談センター「きくみみ石川」が

児童扶養手当受給者の方へ

9月は、7~8月分の児童扶養手当の支払い月です。

9月11日(木)に登録口座へ振り込みますので、ご確認ください。

【問い合わせ】 こども家庭課

☎076(283)7155

受け付けています。お気軽にご利用ください。

【問い合わせ】

行政相談センター「きくみみ石川」
☎0570(090)110

くらしの合同相談会

● 日時 10月17日(金) 13時~16時
(15時30分受付終了)

● 場所 内灘町役場1階 町民ホール
※相談は原則30分、混雑時は短縮する場合があります。

※予約優先。相談日の1週間前から予約を受け付けます。

【申込・問い合わせ】

石川行政評価事務所
☎076(222)5232

【受付 平日の9時~17時】



行政書士による無料相談会

相続、遺言、在留資格、契約、離婚協議書の作成、会社設立、農地転用ほか各種許認可申請の手続きなどさまざまなお相談についてお答えします。

《電話による無料相談会》

●日時 10月3日(金)～5日(日)
各日10時～16時

●専用電話 ☎076(268)9110

《面談による無料相談会》

(1)10月4日(土) 10時～16時

アル・プラザ津幡、アルビス北安田店

(2)10月5日(日) 10時～16時

アル・プラザ金沢、内灘町産業支援センターUMI+ (ウミダス)

【問い合わせ】

石川県行政書士会

☎076(268)9555

最新の情報は、下記2次元コードから確認できます。



市営駐車場
空き情報



入札結果

かほく市グッドマナーキャンペーン

心の教育推進協議会(石川県生涯学習課)による「グッドマナーキャンペーン」が県下一斉に実施されます。本市では期間中、関係団体の協力により市内各所で啓発運動(街頭指導・あいさつ運動)を行います。

これを機に大人から子どもまで、グッドマナーの推進に努めましょう。

●期間 9月22日(月)～30日(火)

●重点目標

▽気持ちのよい行動をしよう!

▽自分を大切にしたい行動をしよう!

▽思いやりのある行動をしよう!

【問い合わせ】

生涯学習課

☎076(283)7137

募集

公益財団法人交通遺児育英会
交通遺児奨学生募集

●応募資格 保護者などが交通事故で死亡あるいは、重い後遺障害のために働けず、経済的に修学が困難な高等学校以上の生徒・学生

●奨学金額 月額2～10万円(無利子)

※一部給付あり。通学する学校の種類や学年によって額が変わります。

●入学金額 20～80万円

※入学後、希望者に1回限り貸与。通学する学校の種類や学年によって額が変わります。

●留意事項

▽奨学金は貸与期間終了(卒業)6カ月後から20年以内に分割返還。

▽全室個室の学生寮、自動車運転免許補助、家賃補助など各種制度あり。

▽詳細は、お問い合わせください。

【問い合わせ】

公益財団法人交通遺児育英会

☎0120(521)286

石川県立金沢産業技術専門学校
令和8年度入校生(1次募集)

●募集科・人数 メカトロニクス科/電気工学科/総合建築科 各科20人

●出願期限 9月30日(火) 必着

※詳しくは同専門学校までお問い合わせください。

詳しくはこちらから
(県HP専用サイト)



【問い合わせ】

石川県立金沢産業技術専門学校 訓練課

☎076(267)2221

河北都市広域事務組合
会計年度任用職員の募集(随時)

●募集人数 若干名

●勤務場所 河北斎場(内灘町)

●勤務内容 会葬者への案内および

接待、待合室棟の清掃
※詳細は、同組合ホームページの募集要項を確認ください。

河北都市広域事務組合HP



【問い合わせ】

河北都市広域事務組合庶務課

☎076(288)4545

催し

石川中央都市圏歴史探訪事業
内灘・かほく旧街道を巡ろう!

内灘、かほくの文化財や旧街道を専門家とともにバスで巡ります(1・2キロほど歩くところもあります)。

●日時 10月5日(日) 8時30分～12時

●集合場所 内灘町役場 正面玄関前

●定員 20人

※定員に達した場合は、抽選

●募集期間 9月23日(火)まで

内容・申込はこちらから



【申込・問い合わせ】

スポーツ文化課

☎076(283)7135



公共ホール邦楽活性化事業連携
邦楽ミニコンサート(無料)

9月20日(土)開催の「邦楽コンサート」のミニコンサートを開催。箏や尺八に対するイメージを新たにすべく、現代曲や身近な曲を演奏し、親しみやすさを伝えるとともに、伝統芸能にふれる機会を提供します。

● 日 9月18日(木)

● 時間/場所

- (1) 10時30分〜七塚子育て支援センター
- (2) 14時〜中央図書館

※(1)は就学前の乳幼児とその保護者の参加に限ります。

● 出演

安嶋三保子さん 笠原道樹さん
(箏・十七絃) (尺八)



【申込・問い合わせ】

スポーツ文化課

☎ 076(2883)7135

第52回太陽と緑に親しむ健民祭
〜健民オリエンテリング大会〜

「オリエンテリング」とは、地図とコンパスを使って、野山に設置されたチェックポイントを速く・正確に回り、ゴールを目指すスポーツです。誰でも楽しめますので、気軽にご参加ください。

● 日 10月12日(日) 9時〜

※小雨決行

● 集合場所 宇ノ気体育センター

● 対象 どなたでも ※小学生以下の方は保護者、責任者の引率が必要。

● 申込方法 大会参加申込書をメール・郵送で提出

● 申込締切 10月3日(金) 必着

詳しくはこちらから
(チラシ兼申込書)



【問い合わせ】

石川県オリエンテリング協会事務局

☎ 090(2030)0851

「エコみらい河北」
寄せ植え体験教室

ペットボトルのキャップで作られたフラワーポットに花を植えよう。

● 日 10月18日(土) 10時〜11時

● 場所 エコみらい河北

● 講師 福塚理恵さん(寄せ植え教室 Fairy)

● 参加費 1000円/人

● 持ち物 軍手

● 定員 先着30人(小学生以下は保護者同伴)

● 募集期間 9月10日(水)〜30日(火)

※定員に達し次第締切

【申込・問い合わせ】

河北都市広域事務組合

☎ 076(2888)4545

Fax 076(2888)4564

第30回石川県障害者ふれあい
フェスティバル(入場無料)



● 日 9月28日(日) 10時〜16時

● 場所 石川県産業展示館4号館

▽舞台演劇や音楽ステージ

▽障害者団体の活動紹介や作品展示

▽飲食・屋台やゲーム・スポーツコーナー、ふれあいステージ など

詳しくはこちらから



【問い合わせ】

石川県障害者ふれあいフェスティバル実行委員会

☎ 076(225)1459

市障害者スポーツ協会主催

「パラスポーツ交流広場」

● 日 9月16日(火) 10時〜12時

※申込不要。時間内で好きな時間にお越しください。

● 場所 とり野菜みそブルーキャッツアリーナ(市総合体育館)

● 実施競技 フライングディスク・バグダー・ポッチャ

● 対象 市内在住、在勤、在学の方

【問い合わせ】

スポーツ文化課

☎ 076(283)7135

「エコみらい河北」体験教室

1 吹きガラス中級コース

▽9月13日(土) 9時30分〜

2 吹きガラス体験教室(コップ作り)

▽9月13日(土)

13時15分〜14時30分

3 ガラスモザイクアート

▽9月20日(土) 9時〜10時30分

10月4日(土) 10時30分

4 手作りガラスビーズ(とんぼ玉作り)

▽9月23日(火)

9時30分〜13時30分

5 サンドブラスト体験教室

▽9月27日(土) 9時〜10時30分

教室内容は こちらから



【申込・問い合わせ】

河北都市広域事務組合

☎ 076(2888)4545



うみっころんど七塚
(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っこ》

1 かほく市書道協会作品展

▽期間 9月4日(木)～14日(日)

2 原爆戦争写真展

▽期間 9月17日(水)～10月1日(水)

3 鶴彬パネル展

▽期間 9月17日(水)～10月1日(水)

※全て最終日は15時まで

【問い合わせ】

うみっころんど七塚

☎076(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

☎076(282)5760

1 喜多義教写真展(入場無料)

▽期間 9月4日(木)～14日(日)

▽出展者 喜多義教さん

2 市民川柳入賞作品展(入場無料)

▽期間 9月19日(金)～29日(月)

▽出展者 鶴彬を顕彰する会

3 シャンソン倶楽部

▽日時 9月3日(水)／17日(水)

各日14時～16時

▽講師 北口世紀さん

▽ピアノ ミチコ・キーさん

▽費用 500円(飲物付)

▽主催 シャンソンでげんき会

4 ベビーマッサージ教室(2階)

▽日時 9月10日(水) 10時30分～12時

▽費用 2000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歳前後のお子さん&妊婦さん)

▽締切 9月8日(月)

▽主催 山下愛さん(Irie)

5 みんなで歌おう日本のうた

▽日時 9月14日(日) 10時30分～12時

▽費用 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

6 楽しい筆あそび～筆遊びで茶道を楽

しみましよう！

▽日時 9月18日(木) 10時～12時

▽定員 20人(※定員に達し次第、締切)

▽締切 9月17日(水)

▽費用 2500円(材料費込、飲物付)

▽主催 船本るり子さん(遊筆家)

7 姿勢講座～健康に役立つ姿勢のお話

と姿勢調整体験

▽日時 9月19日(金) 10時30分～11時30分(受付11時10分まで)

▽費用 無料(飲物付)

▽主催 西村朱美さん(KCSセンター千里浜なぎさ店)

8 オレンジカフェ

▽日時 9月20日(土) 10時30分～12時

▽費用 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)

9 笑楽生講座

～心と身体、脳も笑って免疫力！

▽日時 9月22日(月) 10時30分～12時

▽費用 1000円(飲物付)

▽持ち物 水分補給用飲物、タオル

▽主催 寺田美穂さん(金沢わくわく大楽塾)

10 パレエ体験レッスン

▽日時 9月27日(土)／10月4日(土)

各日10時15分～11時

▽費用 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)

11 己書幸座こんちまん楽道場

▽日時 9月28日(日)

10時～12時／13時～15時

▽費用 2550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 9月20日(土)

▽主催 玉井るり子さん(己書こんちまん楽道場師範)

12 スマホ教室～スマホが楽しくなる

シニア向けスマホ教室

▽日時 10月3日(金)

10時～11時30分／13時～15時(1人15分程度)

▽費用 900円(飲物付)

▽持ち物 お使いのスマートフォン

▽主催 西川菜美さん(北陸モバイルカレッジ)

頑張りました

第77回石川県中学校陸上競技大会

(6月28～29日・金沢市)

▽女子共通100m

【3位】 大江莉里花(河北台中)

▽男子共通200m

【2位】 黒川十武(河北台中)

▽男子共通800m

【2位】 中川颯真(宇ノ氣中)

▽女子共通800m

【2位】 安達結乃蒼(宇ノ氣中)

第71回全日本中学校
通信陸上競技石川県大会

(7月12～13日・金沢市)

▽男子3年100m

【2位】 黒川十武(河北台中)

▽女子2年100m

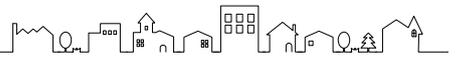
【3位】 能口菜花(河北台中)

男子共通走幅跳

【優勝】 櫻井景太(宇ノ氣中)

男子共通四種競技

【2位】 赤井汰朗(河北台中)



令和7年度石川県中学校体育大会

(7月5～20日・金沢市)

- ▽水泳・女子1000m背泳ぎ
- 【2位】 二口かのん(高松中)
- ▽水泳・女子2000m背泳ぎ
- 【2位】 二口かのん(高松中)
- ▽ソフトテニス・女子団体
- 【3位】 河北台中学校
- ▽卓球・女子団体
- 【3位】 河北台中学校
- ▽卓球・女子個人
- 【3位】 塩崎愛梨(河北台中)
- ▽バドミントン・男子個人
- 【3位】 塩本竜生(河北台中)
- ▽剣道・女子団体
- 【優勝】 宇ノ気中学校
- ▽剣道・男子個人
- 【2位】 小村貫人(宇ノ気中)
- ▽剣道・女子個人
- 【優勝】 星野優月(宇ノ気中)
- 【2位】 吉田寧々(宇ノ気中)
- 【3位】 岡田明(宇ノ気中)

第73回石川県吹奏楽コンクール

(7月19日・金沢市)

- ▽中学校B部門
- 【金賞】 河北台中学校
- 【金賞】 宇ノ気中学校
- 【銀賞】 高松中学校

第17回石川オープントランポリン競技選手権大会

(6月29日・金沢学院大学第3体育館)

- ▽15・16歳男子
- 【2位】 内潟千暉(河北台中)
- ▽13・14歳女子
- 【3位】 浦日奈乃(宇ノ気中)
- ▽13・14歳男子
- 【優勝】 神尾武幸(宇ノ気中)

第42回石川県ジュニアトランポリン競技選手権大会

(7月26～27日 小松総合体育館)

- ▽ハイクラス中学生・男子
- 【優勝】 内潟千暉(河北台中)
- ▽ハイクラス小学生低学年・女子
- 【優勝】 金子優心(宇ノ気小)
- ▽Aクラス中学生・女子
- 【優勝】 西田杏(高松中)
- ▽Aクラス小学生高学年・女子
- 【2位】 今村莉子(七塚小)
- ▽Aクラス小学生低学年・女子
- 【優勝】 浦臯月(宇ノ気小)
- ▽Bクラス小学生高学年・女子
- 【3位】 村上桜蘭(七塚小)
- ▽北國杯
- 内潟千暉(河北台中)

第11回河北台キッズソフトテニス交流大会

(7月12日・七塚テニスコート)

- ▽5・6年女子の部
- 【3位】 藤立夕莉子(外日角小) 組
- 吉本美子(外日角小)
- ▽4年生以下男女混合の部
- 【優勝】 吉野朝登(外日角小) 組
- 能任勇翔(外日角小)
- 【2位】 小山陽(外日角小) 組
- 山口莉士(外日角小)

善意をありがとう

●亀井恵様より「かほく市復興支援！亀井恵コンサートwith白井貴子」ポッサ・マリンバ 虹のゆくえ」(6月22日開催・市協賛)の入場料の一部29万6843円を、令和6年能登半島地震の復興支援金として寄付していただきました。

不用品登録情報

《譲ります》

- ランドセル (黒、濃いピンク)
- ペット用ケージ
- 学習机
- ポリ容器
- 植木鉢(金のなる木)
- カセットコンロ用ボンベ

- マッサージチェア
- 簡易ベッド
- ジョイントマット
- 卓球台

《譲ってください》

- キックスケーター(大人用)
- テレビ(37インチ以下)
- 電動自転車
- 電動コンパクトミシン
- 宇ノ気中学校夏用スカート
- 着付け用和装ボディ
- 振り袖用長襦袢

- 電子レンジ
- ベビーカー
- チャイルドシート
- 学習机

【申込・問い合わせ】
防災環境対策課
☎076(283)7124

○ 設置は義務です！住宅用火災警報器を設置していますか？

本市では、火災予防条例で住宅用火災警報器（以下「住警器」という。）の設置が義務付けられています。火災を早期に知らせてくれる住警器を設置し、家族および財産を火災から守りましょう。まだ設置されていないご家庭は、早急に設置しましょう。また住警器は、古くなると電池切れや故障などで火災を感知しないことがあるため、10年を目安に取り替えましょう。

住警器の設置が必要な場所とは？

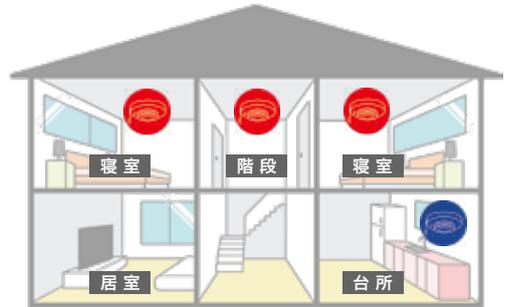
（平屋建ておよび2階建て住居の場合）

▷ 普段就寝に使用する部屋

子ども部屋や居室も就寝に使用する場合は対象となります。

▷ 普段就寝に使用する部屋がある階の階段の上部

直接屋外に避難できる出口がある階（普通は1階）は除く。



 ▷ 設置が義務付けられている場所

 ▷ 設置が推奨されている場所

○ 9月9日は「救急の日」 救急車の適正利用にご協力を！

「救急の日」の9月9日を含む1週間を「救急医療週間」と定めています。今年は9月7日（日）～13日（土）です。

救急医療週間は、救急医療および救急業務に対する国民の正しい理解と認識を深めるとともに、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的としています。

全国的に救急件数が増加傾向です。市民の皆さまには、救急車の適正利用にご協力していただくとともに、けが人や急病人が発生した場合には、早期の「119番」通報、心肺蘇生等にご協力をお願いします。

また、救急医療週間に伴い救急フェアも行います。ぜひ、ご来場ください。

● 救急フェア

▷ 日時 9月6日（土）10時～13時

▷ 場所 イオンモールかほく アクアコート ほか

▷ 内容 心肺蘇生法体験など



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 (099) 789

児童たちを支えるボランティア活動

外日角小学校



外日角小学校では、児童たちのより豊かで健やかな学習や学校生活を願い、保護者や地域の方によるさまざまな学校支援活動を行っています。今回は、その中から2つのボランティアサークルを紹介します。

読み聞かせボランティアの「スマイリーブック」は、児童たちにもっと本を身近に感じてほしいという思いで、約20年前に発足。今年度は、新たに4名が加わりました。昨年度は「三びきのやぎのがらがらどん」のパネルシアターを製作上映していただきました。今年7月に開催した「おはなし会」では、たくさんの児童たちが集まり、読み聞かせにじっと耳を傾けていました。読み聞かせの終了後に、サークルメンバーが心を込めて作った折り紙のかき氷のプレゼントがあり、児童たちはニコニコ笑顔で受け取っていました。同サークルのおかげで、本が大好きな児童たちが増えています。

除草ボランティアサークルは、新たに5名が加わり、猛暑の中、汗だくになりながら作業していただいています。おかげで、前庭や玄関を中心にとっても綺麗になりました。

このように、保護者や地域の皆様のご協力のおかげで、児童たちは楽しく「安全・安心」に学校生活を送ることができています。本当にありがとうございます。



いつも笑顔いっぱい
スマイリーブックの皆さん



暑い中、作業してくれる
除草ボランティアの方

地域とともにある学校づくり

コムスク通信



第22回
かほく市

生涯学習フェスティバル

2025.10.25 (土) ▶ 10.26 (日) とり野菜みそブルーキャッツアリーナ、河北台中学校講堂など

市民の生涯学習活動の成果を発表する機会として、芸能発表や作品展示、記念講演会などを開催

記念講演会

講師

豊ノ島 さん (元関脇 豊ノ島)

テーマ

豊ノ島の相撲人生 ～七転八起～

プロフィール

高知県出身。豆腐店の長男として生まれ、6歳の時に相撲を始める。体の小さな希望者を対象とした第二新弟子検査に合格し、高校卒業直前の2002年1月場所で初土俵。170センチ前後の身長ながら差し身の良さと鋭い投げを生かし、三賞を10度受賞。最高位は東関脇。幕内在位は71場所で三役通算13場所の名力士だった。2020年に現役引退し、年寄・井筒を襲名。2023年1月4日に相撲協会を退職。退職後は元力士らしくらめ軽妙なトークを武器に、相撲界を盛り上げるべくタレント活動を開始。力士の物まねをちょいちょい入れるトークも得意。力士を辞めた今の目標は、タレントとして横綱になること！

10/25 (土) 開演 10:30 ~ (開場 10:00)

会場 河北台中学校講堂

入場料 入場無料・予約不要



詳しくは、10月に配布するパンフレットをご覧ください。

問い合わせ 生涯学習課 ☎ 076 (283) 7137

広報かほく 2025. 9 24

図書館へ行こう。 本を読もう。

かほく市立中央図書館 情報

かほく市遠塚口 57-6 / ☎076 (285) 1377
 [開館] 9時～19時 (土日・祝日は9時～17時)
 [休館] 月曜日 (祝日の場合は翌平日)
 9月の休館日は1・8・16・22・29日

図書館 HP



[催し等]

●9月のコーナー展示

一般	児童	電子図書館特集
自殺予防	お月見	読書の秋
宇宙の日	敬老の日	

●古本の寄付受付

「かほく市図書館 友の会」では、古本の寄付を募集しています。皆さまからの寄付をお待ちしています。

▷受付期間 9月30日(火)まで

▷寄付方法 図書館内の青いボックスへ^{とうかん}投函

●図書館ボランティア (毎週火曜日)

▷日時 9日 10時～ / 2・30日 14時～

▷内容 本の配架・整理など

[おはなし会等]

●日曜日のおはなし会 (原則毎週日曜日)

▷日時 7・14・21日 11時～11時30分

▷対象 乳幼児以上

▷担当 おはなしボランティアやまんば

●手話のおはなし会

▷日時 28日(日) 11時～11時30分

▷対象 幼児以上

●宮沢賢治を読む会 (原則第4水曜日)

▷日時 24日 14時～15時30分

▷対象 幼児以上

●英語のおはなし会 (第1・2・3土曜日)

▷日時 6・13・20日 11時～11時30分

▷対象 幼児以上

[新刊紹介]

新刊は毎週金曜日、電子図書館には月初めに新着資料が追加されます。ぜひ活用ください。



ギプス GIPS

片島 麦子 / 著
KADOKAWA



라이어ハウスの殺人

織守 きょうや / 著
集英社



くまのおやこの きょうほうはさかなつり

エイミー・ヘスト / 文
エリン・E・ステッド / 絵
光村教育図書



へんしんもいもい

市原 淳 / 作
開 一夫 / 監修
ディスカヴァー・トゥエンティワン



まんがで読める ごみってなんだろう？

講談社 / 編
講談社

その他新刊はホームページをご覧ください



新刊検索



電子図書館



「 着物着付協会 」

市内3会場で、お気に入りの着物や思い出の着物を自分で着る、家族や知人に着せてあげるなど、それぞれの目標に向けて練習しています。未経験者も大歓迎。興味のある方はぜひご参加ください。

【宇ノ気きもの着付教室】

糺地 玲子 ☎076 (285) 1353
 ▷活動日 第1・3水曜日
 ▷場所 宇ノ気生涯学習センター

【大海きもの着付教室】

東谷 真紀子 ☎076 (281) 0159
 ▷活動日 応相談
 ▷場所 大海交流センター

【七塚きもの着付教室】

金田 玲子 ☎076 (285) 0614
 ▷活動日 第2・4火曜日
 ▷場所 七塚生涯学習センター



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 情報

かほく市内日角井1 / ☎076 (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③、④》

- ▷内容 ③「裏口からのスピノザ入門(1)
言論の自由を減ぼそうとする国は、滅びる」
- ④「裏口からのスピノザ入門(2)
自由意志のない世界を、自由に生きる」
- ▷日時 ③9月27日(土) 13時30分~15時30分
④9月28日(日) 10時~12時
- ▷講師 吉田 量彦さん (東京国際大学教授)
- ▷会場 哲学館 哲学ホール
- ▷受講料 各回受講 500円 / 年間受講 2,000円

◎哲学講座(全10回)の日程は
こちらをご確認ください ▶



《西田幾多郎博士作品を吟ずる 第23回全国吟詠大会》

- ▷日時 10月5日(日) 9時20分開演
- ▷会場 哲学館 哲学ホール (入場無料)

[学芸員 eyes]

《鎌倉・寸心荘(学習院 西田幾多郎博士記念館)》

西田幾多郎は京都帝国大学を定年退職後、鎌倉にも居を構え、京都と鎌倉を行き来する生活を送っていました。しかし、戦況の悪化とともに交通事情が悪くなり、鎌倉に留まったまま最期を迎えました。鎌倉の家は、学習院が管理する学習施設「寸心荘」として現存しています(事前予約で見学も可能)。裏山の斜面には幾多郎が掘った防空壕や妻の畑跡が残っています。七里ヶ浜から近い高台にある家は風通しが良く2階の書斎からは海が見えます。

11月には学習院大学の先生による案内で寸心荘を見学するツアーを予定しています。興味のある方はぜひご参加ください。



詳細はこちら



寸心荘 入り口



寸心荘

文芸の窓

短歌

- ▽鈴の音はチリンチリンと涼しげな音を奏でて鬼百合揺れる
[外日角 新田万里子]
- ▽備蓄米鳥の餌とは「勿体ない」お米一粒神よ宿るる
[大崎 中村富喜子]
- ▽世の中に美しきこと数あれど仲良き家族に遭うぞ嬉しき
[白尾 塩谷 幸子]
- ▽段差にて足踏み外し骨にヒビ歩く事へのありがたさ知る
[宇気 荒木 直美]
- ▽雑草の中から拾いし朝顔が毎朝咲けば蔓まで愛し
[浜北 池田ひろ子]
- ▽ハイカラで新しい物好きな父赤いシニアカー目立っていたね
[松浜 池田 和美]

俳句

- ▽井戸水を借しむことなく茄子に撒く
[外日角 岩本 暢子]
- ▽海浜の道辺につづく合歡の花
[遠塚 黒谷 菊子]
- ▽梅雨晴間姉の旅立ち惜しみけり
[白尾 金子由紀子]
- ▽災害の心静もり夏に入る
[木津 鶴飼 時子]
- ▽倒壊の神社の松や蟬の声
[木津 越野 正勝]
- ▽ソックスの跡くつきりと跣足の子
[内灘町 白根 寿子]
- ▽甚平は二人お揃ひ双子の児
[七窪 中田 達子]
- ▽帰宅直ぐみんな跣足になりたがる
[笠島 村田喜代美]

川柳

- ▽健康に優るものない老いの日々
[木津 酒井 信子]
- ▽原爆を越えてクスノキ天を衝く
[浜北 番定喜見三]
- ▽ありがとうつくづく眺める両手足
[高松 玄海しゅうこう]
- ▽銃向けずつなぐ両手が道開く
[高松 寺内 徹乗]

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。

みんなで応援しよう！

PFU ブルーキャッツ石川かほく



WebSite

Instagram



かほく市 presents 2025-26 大同生命 SV.LEAGUE WOMEN

とり野菜みそ BLUECATS ARENA ホーム開幕戦



vs 岡山シーガルズ

10.18 土 13:05~
10.19 日 13:05~



チケット購入

==== かほく市民の方を無料招待！ ====

2日間総勢 1,000 人を無料招待します！

▷左記申込フォームより申し込みください。

▷観戦席は**2階自由席**です（席数の都合で立ち見となる場合があります）。

▷複数回の申込や不正と判断されるものは申込が無効となる場合があります。

▷団体での申込はメールにてご連絡ください。
「pfu_bluecats@ml.ricoh.com」



無料招待
申込フォーム

選手が皆さんの質問に答えます！

Q 息子が進路の決断をする時期なのですが、プロバレーボール選手になると決断したきっかけはありますか？それ以外の進路もありましたか？

A バレーボール以外の進路は考えていませんでした！日本代表に入りたいと思い、早くレベルの高い場所で刺激を受けるべきと判断して、プロの道を選びました。正解はなく、本人の頑張り次第でいくらかでも選択肢は出てくるというのが、私の経験で思うことです！何より息子さんが一番大切にしていること、やりたいことを尊重して一緒に悩んであげてください。



細沼 綾 選手

文化財と生きるかほく

地域編 高松素麺(1)

今回から9月、10月の2回にわたって、江戸時代の高松で作られていたそうめんについて紹介します。

高松のそうめんは、江戸時代の天保年間（1830年～1844年）の頃に、輪島でそうめんづくりの技術を学び、漁をする家々の冬の副業として始まりました。

『高松駅旧記留』には、文久元（1861）年から溶姫（11代將軍徳川家斉の娘、13代前田斉泰の正室）のため「姫君様御膳御用」として毎年納入するよう藩から通達があったと記されています。これを契機に「高松素麺」は現在でいうところの「ブランド化」した状況となり、近隣にもそうめんの製造、販売が広まるようになりました。そのためか、河北郡で生産されたそうめんは、全て高松の役人の改めを受けなければならなかったことが『加賀藩史料』の元治元（1864）年の11月24日付の文書から伺えます。

その後、明治でも主要産業として、大正から昭和初期まで県内生産が首位となるほど重要な産業となってい

きました。

製造の様子は、明治11（1878）年の『加賀地誌略』に記録されており、高松は河北郡の北の駅（宿場）で、多くの男性は漁業、女性はそのめんを作っていることが記されています。他にも『高松町史』から寒中手延そうめんとして、春のイワシ漁が始まる前の冬の晴れた日に、高松の在所である南出から北出にかけて、通り一面に白い滝のようにそうめんを干すことが冬の風物詩であったと記されています。



能登素麺製造図（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
☎076(283)7135

オーラルフレイル（噛む・飲み込む・話す等の口腔機能の衰え）は早めに対策すれば、改善できます。お口の筋力を鍛える「プラチナかみかみ体操（かほくチャンネルで毎日 11：05 から放送）」を習慣にしましょう！

入れ歯のお手入れ

毎食後に入れ歯を洗うことが理想的ですが、寝る前に1度は丁寧に洗いましょう。

入れ歯のお手入れ間違っていないですか？ 確認してみましょう！

- ✕ 硬い歯ブラシやスポンジを使う
- 入れ歯専用ブラシ（柔らかいタイプの歯ブラシ）を使って水で洗い流す

毛先の硬いブラシや研磨性の高いメラミンスポンジを使用すると、入れ歯の表面を傷つけるリスクがあり、最終的には破損へとつながります。

汚れが頑固に残る場合は、専用洗剤の使用をおすすめします。それでも取れない場合は、歯科医師や専門家に助言を求めてみましょう。

市内に住所を有する 20 歳～76 歳の特定年齢の方に歯周疾患検診を実施しています。案内が送付されている方は、ぜひ歯科検診を受けましょう。



歯周病疾患検診(市HP)



あなたが決める！ スモールチェンジのすすめ

健康づくりは、そもそも我慢を伴い、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？（協働事業：健康福祉課、石川県立看護大学垣花ゼミ）

チャレンジ・テーマ コンビニやスーパーで野菜のおかずを選ぶなら？

「食事に、野菜を一品プラス」が理想ですが、何から始めたらいいか迷う方も多いと思います。そこで、コンビニやスーパーの総菜を活用してみるのはいかがでしょうか。野菜が多めに入っているお弁当もありますね。野菜に含まれる食物繊維をコツコツとることが、体の調子を整えることにつながります。



＝ 「ベジメータ®」が出張します ＝
9月14日(日) 13時30分～15時
イオンモールかほく グリーンコート

野菜料理を選ぶとき、何を选びますか？



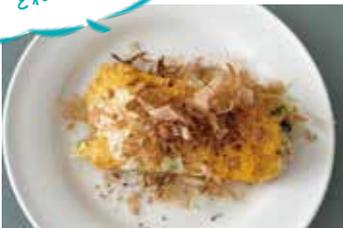
コンビニなら
カップサラダを選びます！

洗わなくても食べられる
カット野菜が便利です。



麺の上に野菜がのった
サラダ麺がおいしいです！

手軽に野菜がとれるレシピ



「レンジで簡単！ オムレツ」

キャベツに多く含まれるビタミンU（別称キャベジン）には胃酸の分泌を抑えて胃粘膜を保護するほか、腸を整える作用があります。

材料（1人分）

- ▷ カット野菜 1/2 袋
- ▷ コンソメ（顆粒） 少々
- ▷ 卵 1 個
- ▷ ソース 適量
- ▷ かつお節 適量

作り方

- ① カット野菜の袋を開け、コンソメを入れて混ぜる
- ② ボウルに卵を溶く
- ③ 耐熱の平皿にラップをかけ、②を流し入れて①のをせ、電子レンジ 600W で約 2 分加熱する
- ④ ラップごと半分折りたたみ、ソースとかつお節をかけて、できあがり

「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、河北台中学校ジュニアボランティアサークル「^{みゃん}myan」の皆さんです。

「場所 編」

どこへ行きますか？

行く



右手人差し指を斜め前に振る。

場所



手のひらを下に向け指先を曲げて、軽く下ろす。

何？



立てた人差し指を左右に振りながら首も軽く振る。

薬局

薬



右手の薬指を左手のひらの上で小さく回す。

場所



手のひらを下に向け指先を曲げて、軽く下ろす。

スーパーマーケット



右手で物をつかむようにし、左腕の下に入れる仕草をする。(物をカゴに入れる仕草)

コンビニ



右手は指文字の「2」、左手は「4」を胸の前で、円を描く。

ワンポイントアドバイス

手話は言語の1つなので、いろいろな表現があります。日本語と同じように、地域や年代によっても少しずつ違ったりします。

たとえば「コンビニ」は24時間営業ということで、2と4を表して円を描く表現を今回紹介していますが、右手で左頬をさわる「便利」という手話でも「コンビニ」という表現となります。いろいろな表現を覚えておくと良いですよ。

手話カフェ

9月は
お休みです

9月の相談日

●無料法律相談（前日までに予約・先着順）

日時：10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 ☎ 076 (283) 7144

●行政書士無料相談会（要予約）

日時：18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 ☎ 076 (283) 7121

●心配ごと相談（予約不要）

日時：11日（木）・25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 ☎ 076 (283) 7121

●聴覚障害者生活相談（予約不要）

日時：9日（火） 10時～12時
場所：障害者基幹相談支援センター 会議室
問い合わせ：健康福祉課 ☎ 076 (283) 7121

「ちょっと気になる…」をそのままにしないで

乳幼児健診で、ことばや社会性の発達などについて相談できます

乳幼児健診は、お子さんの成長や発達を見守る大切な機会です。また、日々の中で「ちょっと心配…」と感じていることを相談できる場でもあります。「様子を見る」で終わらせず、ぜひお気軽にご相談ください。

1歳6カ月児健診

イヤイヤ期かな？うちの子だけ？
そんな気持ちをお持ちの方へ

- 健診では、すべてのお子さんに「M-CHAT (社会性チェックシート)」の記入をお願いしています。
- お子さんのことばの発達や周りとの関わりについて気になることがあればお気軽にご相談ください。
- イヤイヤやかんしゃくも**成長のひとつ**かもしれません。育児の悩み、ひとりで抱えずに話してみませんか？

3歳児健診

「うちの子、ちょっと個性的かも？」
と思ったら…

- 3歳は**自我が育ち始める**大切な時期です。
- ことば・行動・お友達との関わりなど、気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。
- ご希望の方には、当日の**臨床心理士**による発達相談（1組20分）をご案内しています。



健診会場だけでなく、随時相談も受け付けています

「こんなこと相談していいのかな？」と思うことでも大丈夫！

まずは、こども家庭センターの保健師にご相談ください。【☎076 (283) 4320】

ミニコラム

☀️「ことば」を引き出す遊び

子どもの「ことば」は、遊びの中で自然に育っていきます。おままごとや、お店屋さんごっこでは「これください」「どうぞ」などのやりとりが楽しめます。絵本のあとに「絵本のこの子は、なにしてるのかな？」と声をかけてみるのもおすすめです。自分のことばで話すきっかけになります。たくさん話をさせようとしなくても大丈夫。「話したい気持ち」を大切に、遊びの中でことばを育てていきたいですね。



こども家庭センター
「おひさま」
においでよ

本コーナーでは「こども家庭センター（おひさま）」のさまざまな事業について紹介しています。今回は「乳幼児健診」の紹介です。

9月の相談日・イベント情報

子育て相談

●乳幼児子育て相談（2日前までに予約）

育児全般について、保健師・助産師・栄養士が個別で相談に応じます。

日時：10日(水)、24日(水) 13時15分～
場所：ほのぼの健康館 2階

●ちっちな相談室（2日前までに予約）

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：24日(水) 13時30分～
場所：ほのぼの健康館 2階

●児童精神相談（10日前までに予約）

子どもの発達や関わりなどについて、専門医師が個別で相談に応じます。

日時：10月9日(木) 14時～15時 / 15時～16時
場所：ほのぼの健康館 1階 ボランティア室
担当医：石川県立こころの病院医師 西川健さん

●あおカフェ（茶話会）【要予約】

石川県立看護大学から講師を招き、勉強会も兼ねた発達障害のあるお子さんの保護者同士の情報交換の場です。

日時：17日(水) 13時30分～
場所：障害者基幹相談支援センター あおぞら
(ほのぼの健康館内)

【予約・問い合わせ（共通）】

こども家庭センター ☎ 076 (283) 4320

◎0～18歳までの子育て相談も受け付けていますので、気軽にご連絡ください。 ☎ 0120 (013) 042



こども家庭センターHP



母子保健カレンダー(年間)



児童館イベント

親子あそびの広場 各イベント 10時30分～11時

※15日(月) 敬老の日、23日(火) 秋分の日は全館休館

●こども家庭センター「おひさま広場」

☎ 076 (283) 4320

日にち	イベント
3日(水)	幼児 NP③ (要予約、託児有) 会場 宇ノ気生涯学習センター 3階 音楽室 時間 10時～12時 ※会場、時間は④～⑥も同じ
10日(水)	幼児 NP④ (要予約、託児有)
17日(水)	幼児 NP⑤ (要予約、託児有)
24日(水)	幼児 NP⑥ (要予約、託児有)
26日(金)	双子ちゃん三つ子ちゃん集まれ! 10時～
30日(火)	学童期 NP③ (要予約) 会場 宇ノ気生涯学習センター 3階 音楽室 時間 10時～12時
10/1(水)	わくわく運動会 (要予約、30組) 10時～ 会場 とり野菜みそブルーキャッツアリーナ

●うさちゃん親子広場（宇ノ気子育て支援センター）

☎ 076 (283) 4320

日にち	イベント
4日(木)	敬老の日のプレゼント作り (要予約、15組)
11日(木)	わらべうたで遊ぼう (やまんばの会)
16日(火)	赤ちゃん広場 (2カ月～1歳誕生月)
19日(金)	えほんだいすき (図書館司書) 11時～
27日(土)	絵本の読み聞かせ (円グループ)
30日(火)	お誕生会
10/2(木)	消防署見学 (要予約、15組)

●ラッコちゃん親子広場（七塚子育て支援センター）

☎ 076 (285) 2701

日にち	イベント
2日(火)	わらべうたで遊ぼう (やまんばの会)
12日(金)	えほんだいすき (図書館司書) 11時～
16日(火)	赤ちゃん広場 (2カ月～1歳誕生月)
25日(木)	救命講習会
30日(火)	お誕生会

●ピヨちゃん親子広場（高松子育て支援センター）

☎ 076 (281) 3582

日にち	イベント
5日(金)	新聞紙で遊ぼう
12日(金)	敬老の日のプレゼント作り (要予約、15組)
16日(火)	赤ちゃん広場 (2カ月～1歳誕生月)
30日(火)	お誕生会
10/3(金)	消防署見学 (要予約、10組) ※雨天時 10/15(水)へ順延

休日当番医【診療時間】9:00～16:00

※受診の前に必ず電話でお問い合わせください。

9月7日(日)

- ▷ **藤田整形外科クリニック**
☎ 076 (283) 7177 〈かほく市内日角4-1〉
- ▷ **あがた内科クリニック**
☎ 076 (254) 6665 〈津幡町字御門い14-3〉

9月14日(日)

- ▷ **山崎外科胃腸科医院**
☎ 076 (289) 2288 〈津幡町加賀爪リ20〉
- ▷ **紺井医院(内・小)**
☎ 076 (238) 1277 〈内灘町緑台1-7〉

9月15日(月・祝)

- ▷ **田中医院(耳鼻)**
☎ 076 (237) 6923 〈内灘町向陽台1-163〉
- ▷ **ニツ屋病院(内)**
☎ 076 (281) 0172 〈かほく市ニツ屋ソ72〉

9月21日(日)

- ▷ **久保医院(内・小)**
☎ 076 (283) 0017 〈かほく市宇野気又183-1〉
- ▷ **秋山クリニック(胃腸・内・肛門)**
☎ 076 (286) 8843 〈内灘町ハマナス1-8-1〉

9月23日(火・祝)

- ▷ **きた眼科クリニック**
☎ 076 (283) 1515 〈かほく市白尾イ50-1〉
- ▷ **宗平内科医院(内・循・神内)**
☎ 076 (288) 7600 〈津幡町井上の荘2-1-1〉

9月28日(日)

- ▷ **村田医院(内・小)**
☎ 076 (286) 0300 〈内灘町鶴ヶ丘2-8-15〉
- ▷ **松岡医院(内・小)**
☎ 076 (288) 1013 〈津幡町越中坂90〉

10月5日(日)

- ▷ **中田内科病院**
☎ 076 (283) 1121 〈かほく市内日角6-35-1〉
- ▷ **さかきばら内科医院(内・小)**
☎ 076 (288) 7770 〈津幡町庄ト1-15〉

年中無休【診療時間】19:30～23:00

- ▷ **金沢広域急病センター【小・内】**
☎ 076 (222) 0099 〈金沢市西念3-4-25〉

9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
1日(月)	●市民税・県民税・森林環境税 第2期 納期限 ●国民健康保険税 第2期 納期限
2日(火)	●市議会 定例会本会議 [一般質問] (10:00、議場)
3日(水)	●市議会 定例会本会議 [一般質問予備日] (10:00、議場)
4日(木)	●市議会 教育福祉常任委員会・分科会 (9:00、議会会議室)
5日(金)	●市議会 総務建設常任委員会・分科会 (9:00、議会会議室)
6日(土)	●救急フェア (23ㄱ参照) ●禅文化体験会 (17:00、哲学館)
7日(日)	●古紙類・古着類拠点回収 (9:00~12:00、リサイクルプラザ)
8日(月)	
9日(火)	●市議会 予算決算常任委員会 (9:00、議会会議室)
10日(水)	●市議会 教育福祉分科会 (9:00、議会会議室)
11日(木)	●市議会 総務建設分科会 (9:00、議会会議室)
12日(金)	●シルバー人材センター入会説明会 (14:00、高松北会館)
13日(土)	
14日(日)	
15日(月)	【敬老の日】多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う。
16日(火)	●パラスポーツ交流広場 (20ㄱ参照) ●市議会 予算決算常任委員会 (13:30、議会会議室)
17日(水)	
18日(木)	●市議会 定例会本会議 (10:00、議場) ●公共ホール邦楽活性化事業連携邦楽ミニコンサート (20ㄱ参照)
19日(金)	
20日(土)	●公共ホール邦楽活性化事業 邦楽コンサート (15:00~、哲学館)
21日(日)	●古紙類・古着類拠点回収 (9:00~12:00、リサイクルプラザ) ●星に語りて~ Starry Sky ~ 上映会 (13ㄱ参照)
22日(月)	
23日(火)	【秋分の日】祖先をうやまい、なくなった人々をしのぶ。
24日(水)	
25日(木)	
26日(金)	●シルバー人材センター入会説明会 (14:00、高松北会館)
27日(土)	●西田幾多郎哲学講座③ (26ㄱ参照)
28日(日)	●石川県障害者ふれあいフェスティバル (20ㄱ参照) ●西田幾多郎哲学講座④ (26ㄱ参照)
29日(月)	
30日(火)	●国民健康保険税 第3期 納期限
10月1日(水)	
2日(木)	
3日(金)	
4日(土)	
5日(日)	●内灘・かほく旧街道を巡ろう! (19ㄱ参照) ●第23回全国吟詠大会 (26ㄱ参照) ●古紙類・古着類拠点回収 (9:00~12:00、リサイクルプラザ)

広報かほく 9月号は 13,200部作成し、印刷経費は1部当たり約48円です。