

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

2026. 4  
No.266



つなぐ×たすき

第 22 回かほく市制施行記念継走大会  
関連記事 5 頁

# 令和8年度 かほく市当初予算

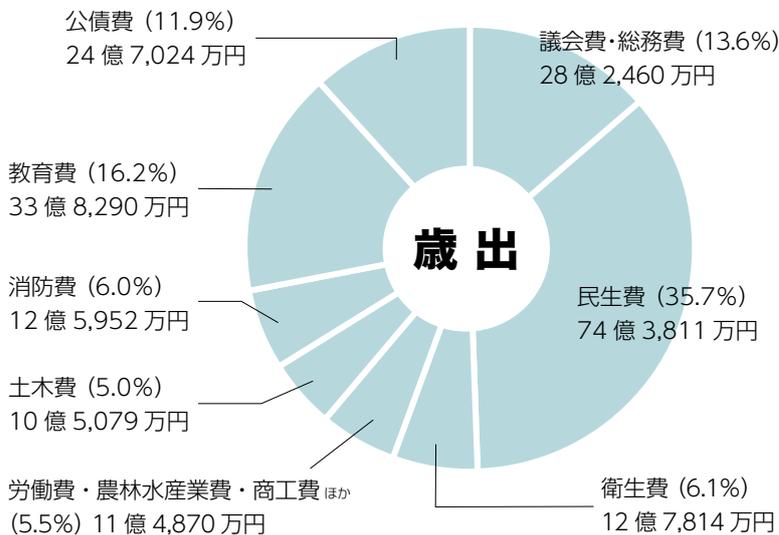
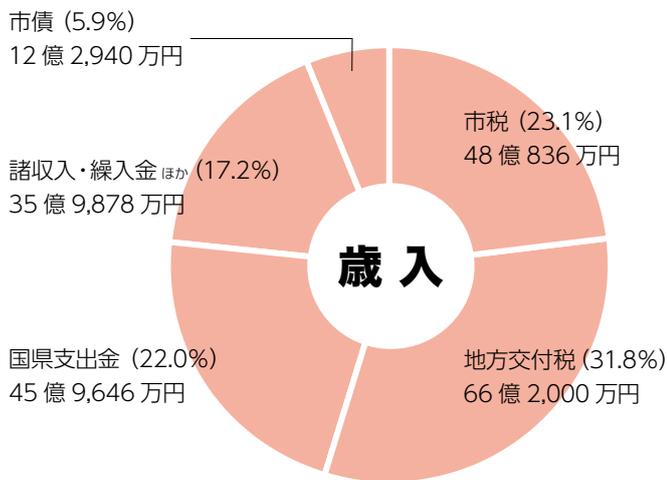
## 一般会計予算 208億5,300万円

令和8年度の予算編成は、最優先事項である「能登半島地震からの復旧・復興」をはじめとした5つの重点施策の実現に向け整理し、特に、能登半島地震による被災からの長期にわたる復旧・復興や、なりわいの再建は市の総力を挙げた取り組みが不可欠です。また、近年の物価や人件費の高騰、社会保障関連経費の増加が加わり、市の財政規模は年々膨らむ状況となっています。

このような大変厳しい状況にあっても、市民の皆さまが健やかに安心して暮らしていくことを前提に、限られた財源を最大限に活用するため「選択」と「集中」による事業の重点化を図りながら、次代のかほく市を力強く成長させるため、市一丸となって取り組みます。

問い合わせ 財政課 ☎ 076 (283) 7128

### 一般会計



### 行政用語の解説

#### 【歳入】

- ▶ **市税** … 皆さんに納めていただく税金
- ▶ **地方交付税** … 一定のサービスを確保するために人口や税収に応じて国から交付されるお金
- ▶ **国県支出金** … 市が行う事業に対する国県から交付されるお金
- ▶ **繰入金** … 積立金（基金）の取り崩しや他の会計から繰り入れたお金
- ▶ **諸収入** … 他の歳入科目に含まれない収入をまとめたもの
- ▶ **市債** … 事業を行うための国や金融機関などからの借入金

#### 【歳出】

- ▶ **議会費** … 議会運営のための経費
- ▶ **総務費** … 行政運営のための経費
- ▶ **民生費** … 子育て支援や福祉、医療のための経費
- ▶ **衛生費** … 健康や環境のための経費
- ▶ **労働費** … 労働福祉の事業のための経費
- ▶ **農林水産業費** … 農林水産業の振興のための経費
- ▶ **商工費** … 商工や観光振興のための経費
- ▶ **土木費** … 道路や公園、市営住宅のための経費
- ▶ **消防費** … 消防活動や防災対策のための経費
- ▶ **教育費** … 学校教育や生涯学習のための経費
- ▶ **公債費** … 借入金の返済にかかる費用

## CONTENTS もくじ

- 2 令和8年度かほく市当初予算
- 4 まちの話題
- 6 第3次かほく市総合計画がスタート
- 7 市からのお知らせ
- 19 消防だより
- 20 暮らしの情報
- 24 令和7年度清水賞表彰 / KAHOKU & THE WORLD
- 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

### かほく市の世帯・人口数

(令和8年2月28日現在)

男性	17,709人 (-13)
女性	18,686人 (+6)
合計	36,395人 (-7)
世帯数	14,815世帯 (-1)

(カッコ内は前月比)

市の最新情報は

こちらから



市 HP



市公式 LINE

# 令和8年度 5つの重点施策の柱

## 能登半島地震からの復旧・復興

●災害からの復旧・復興工事	17億410万円
●被災宅地復旧補助	1億9,062万円
●宅地液化化防止事業	3,800万円
●被災地区地籍調査事業	4,000万円
●被災者生活再建支援金	2,610万円
●なりわい再建支援補助	1,044万円
●住まい再建支援金	2億8,999万円
●みなし仮設住宅の提供	1,680万円
●震災復興チャリティコンサートの実施	1,500万円

## 安全・安心に暮らせるまちづくり

●避難所情報スマート連携推進事業	217万円
避難所の避難者情報を素早く正確にデータ化し見える化を図る	
●住宅耐震シェルター等設置事業	180万円
●能登半島地震時の対応検証と地域防災計画改定業務	2,299万円
●防災行政無線改修工事	2億4,800万円
●都市計画マスタープランの改訂および立地適正化計画の策定	1,111万円
●上水道施設整備事業の実施	2億2,750万円
●下水道施設整備事業の実施	10億8,070万円
●高松駅前駐車場区画線工事	175万円
●除雪管理体制の充実（3月補正）	5,133万円
除雪車にGPS端末を搭載し除雪状況をWeb上に公開	

## 誰もが健やかで活気に満ちたまちづくり

●RS母子免疫ワクチン定期接種化と経鼻弱毒生インフルエンザワクチン接種費用助成	1,118万円
●通所型・訪問型短期集中サービスCの実施	71万円
●特定健診の普及啓発	3,083万円
●重層的支援体制（多機関協働事業）の整備	204万円
●市史編さんの推進	2,870万円
●スポーツコミッションの運営支援	1,778万円
●体育施設の維持管理、整備	2億3,678万円

## 子どもも大人も共に学び育つまちづくり

●子どもの安全・安心の確保と保護者の利便性向上	2,517万円
▷全小中学校に防犯カメラを設置	
▷全児童福祉施設に非常通常設備と防犯カメラを設置	
▷こども園にコドモン用タブレットを増設し、保護者との連絡をデジタル化	
●市役所本庁舎に授乳室・搾乳室を設置	78万円
●「こども誰でも通園制度」の実施	46万円
●民間事業者が実施する子どもの居場所支援事業への補助	1,484万円
●学校におけるICT環境の整備と1人1台端末の更新・運用	1億9,594万円
●小学校水泳授業への指導者派遣	26万円
●部活動地域展開の推進	6,012万円
●小学校児童増加への対応	2億1,831万円
▷外日角小学校学童保育クラブ棟改修	
▷宇ノ気小学校普通教室、職員室改修	
●外日角学童保育クラブ整備実施設計	1,460万円
●小中学校の電話に通話録音機能を追加	108万円
●小中学校の整備工事	8,949万円

## 地域資源を活かした活力あるまちづくり

●博物館機能の充実・強化	4,592万円
▷哲学ホール音響設備更新	
▷哲学館展示音声ガイドの導入	
●PFUブルーキャッツ石川かほくとの共創事業	680万円
●第3期空家等対策計画の改定	1,000万円
●若者マイホーム取得奨励金	1億円
●新婚さん住まい応援事業	2,214万円
●ビジネスイノベーション補助金	1,030万円
●生活圏内に熊が出没した際の対応備品の整備	77万円
●土地改良事業、施設維持管理の実施	1億1,117万円
●かほく四季まつり事業の展開	2,400万円
●ふるさと納税寄附金事業	2億3,750万円

## 当初予算規模（会計別）

区分	8年度予算	7年度予算	対前年比
① 一般会計予算	208億5,300万円	196億800万円	6.3%
② 特別会計予算（6会計）	74億6,753万円	73億7,963万円	1.2%
③ 企業会計予算（2会計）	56億2,897万円	49億7,018万円	13.3%

※ ③は収益的支出、資本的支出の合計額を記載しています。

## 令和7年度栄光賞表彰

本市では、スポーツおよび芸術文化の分野において、特に顕著な成績を収めた個人および団体を「栄光賞」として表彰しています。

3月6日に市役所で表彰式を行い、令和7年度中に全国規模以上の大会において優秀な成績を収めた13人を表彰しました。受賞者は次の皆さんです。

### 【個人】

- 今本修成さん(トランポリン)
- 松野綾祐さん(水球)
- 笠谷博さん(フラインド・ゴルフ)
- 長原乃愛さん(バドミントン)
- 寺西千洋さん(剣道)
- 宮崎愛絆さん(ソフトテニス)
- 今川紗良さん(ソフトテニス)
- 倉こころさん(ソフトテニス)
- 木谷怜以さん(ソフトテニス)
- 品川夏葵さん(ソフトテニス)
- 林穂乃香さん(バドミントン)
- 三宅基美さん(水泳)
- 三宅昌彦さん(水泳)



受賞者の皆さん



トランポリン世界大会で優勝した今本さん



受賞報告に訪れた内日角・狩鹿野子ども会の児童

## 内日角・狩鹿野子ども会作成の防災マップが審査員特別賞を受賞

一般社団法人日本損害保険協会主催の「第22回小学生のぼうさい探検隊マップコンクール」で、内日角子ども会の作品「大雨・台風・雷に備えよう」と狩鹿野子ども会の作品「狩鹿野防犯マップー危険を知って暮らしを守れ!」が審査員特別賞を受賞しました。

2月18日には、市役所で表彰式および受賞報告会が

行われ、日本損害保険協会北陸支部委員長の西村務さんから表彰状が授与されました。その後児童たちは、油野和一郎市長へ受賞報告を行い、作成したマップについて懇談しました。

詳細はこちら▼



## 「図書館を使った調べる学習コンクール」里見優月さんが優秀賞を受賞

「第29回図書館を使った調べる学習コンクール」にて、七塚小学校5年生の里見優月さんが小学生の部(高学年)で優秀賞・日本児童図書出版協会賞を受賞され、3月12日に油野市長に報告しました。

作品名は「知りたい!!調べたい!!絵本ぐりとぐらの世界」です。絵本「ぐりとぐら」が大好きな里見さん

は絵本の中で見つけた疑問を図書館の本などで調べました。

里見さんは、多くの方になじみのある絵本をさまざま視点から整理し、誰にでも分かりやすくまとめた点が高く評価され、今回の受賞となりました。



受賞報告に訪れた里見さん



チームでタスキをつないだ  
第22回かほく市制施行記念継走大会



3月15日、市役所周辺で「第22回かほく市制施行記念継走大会」が開催され、小学生の部（1・3キ）と一般の部（3・0キ）に分かれ、計92チームが沿道から大声援を受け、ゴールまでタスキをつなげました。一般男子の部では「かずおSUQAD」チームが

レース序盤で先頭に立つと、そのままゴールテープを切り、大会新記録で3連覇。一般女子の部では「はせがわクリニック funky」チームが2年ぶりに優勝を果たしました。部門ごとの優勝チームと個人賞の第1位は次のとおりです。

参加チームの成績（市HP）

部門	団体・優勝チーム（記録）	個人賞・第1位（記録）
一般男子の部	かずお SUQAD  (38分36秒)	澤野 勇人さん (9分01秒)
一般女子の部	はせがわクリニック funky (49分08秒)	山田 はなさん (11分00秒)
中学男子の部	高松中学校陸上部 A (42分25秒)	堂 蓮祐さん (10分02秒)
中学女子の部	宇ノ気中陸上部 H.K (47分08秒)	安達 結乃蒼さん  (10分25秒)
市外一般男子の部	はせがわクリニック新生児科  (35分51秒)	福村 拳太さん  (8分34秒)
小学生の部	河北 AC A (19分07秒)	【男子】 亀野 仁さん (4分28秒) 【女子】 畑中 穂里さん (4分38秒)

簡易ベッドの組み立てを体験



備える力を高める 防災士会女性部会が研修会を開催

2月22日、かほく市防災士会女性部会の研修「備える力を高めるための体験研修」が市役所で行われ、約50人が参加しました。

研修会では市の防災備蓄倉庫の見学や、簡易ベッドなどの組み立て方を学んだほか、災害ボランティアセンターによる能登半島地震の際の活動について講話が実施されました。参加者は互いに声をかけあい、資機材の組み立てなどに取り組み、実災害時に活動する防災士として知見を深めました。

「赤いかんざし」を演じる劇団員



結成30周年 劇団「村芝居」が記念公演を開催

今年で結成30周年を迎えた、ボランティア劇団「村芝居」の発表会が3月1日、高松産業文化センターで行われました。

30周年を迎えた記念すべき公演で、仲の悪い三姉妹が赤いかんざしを巡って再び家族としての絆を深め合う物語「赤いかんざし」を披露。そのほか愛好者や団体による歌や踊り、民謡、和太鼓などが繰り広げられ、出演者たちは日頃の練習の成果を発揮し、観客を楽しませていました。

# 第3次かほく市 総合計画 がスタート!!

総合計画は、目指すまちの将来像と、その実現に向けたまちづくりの方向性を示す市の最上位計画です。まちづくりの基本理念として「海とみどりに抱かれた、魅力と活力あふれるまち」を掲げた第3次かほく市総合計画が、4月から新たにスタートします。

問い合わせ 企画課 ☎ 076 (283) 1112

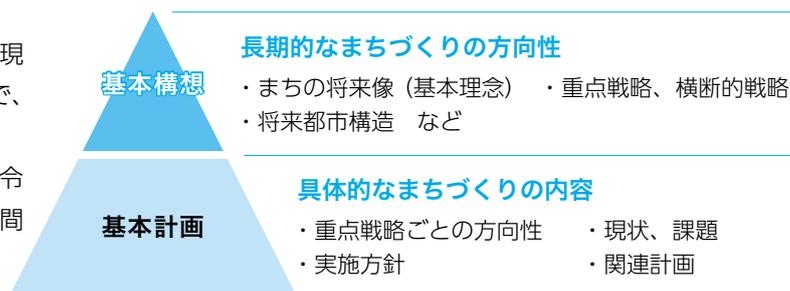
## 基本理念

海とみどりに抱かれた、魅力と活力あふれるまち  
～「住みたい」「住み続けたい」、未来輝くまち かほく～

## 総合計画とは？

まちづくりの基本理念や目指すまちの姿とその実現に向けた取り組みを示す「**まちづくりの設計図**」で、基本構想と基本計画の2つで構成されます。

第3次かほく市総合計画の計画期間は、2026（令和8）年度から2035（令和17）年度までの10年間です。



## 重点戦略と横断的戦略

計画では基本理念の実現を目指し、市の課題に取り組むため**9つの重点戦略**と**3つの横断的戦略**を掲げています。

### ▶重点戦略

1 災害に強いまちづくり

2 誰もが安心して健やかに暮らせるまちづくり

3 子どもも大人も共に学び育つまちづくり

4 市民が安全・安心に暮らせるまちづくり

5 快適で機能的な都市構造のまちづくり

6 市民の活力と交流を促進するまちづくり

7 地域資源を活かした活力あるまちづくり

8 市民が主役となるまちづくり

9 持続可能な行財政の運営

### 横断的戦略

9つの重点戦略全てに関連する施策

デジタル技術  
を活用する

SDGs  
アクションプラン  
を推進する

カーボン  
ニュートラル  
を推進する

かほく市総合計画審議会から2月19日、第3次かほく市総合計画の策定に関わる答申書が提出されました。

この答申の内容に加え、令和6年度に実施した市民・高校生アンケートの結果や2月広報で募集したパブリックコメント、ならびに市議会からの意見を踏まえて本計画を策定しました。



かほく市総合計画の詳しい内容は、市ホームページをご覧ください。



市 政  
組 織

## 4月から市の組織と配置が一部変更になりました

問い合わせ 総務課 ☎ 076 (283) 1111

4月1日より次のとおり組織の一部を改編しました。

### 《 主な改編 》

#### ● 地域政策部

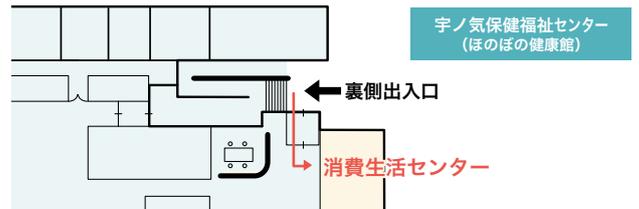
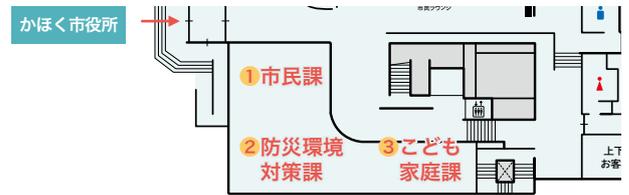
▷ 「市民生活課」の名称を「市民課」に改称

▷ 「こども家庭課」と「防災環境対策課」の配置を変更

#### ● 健康福祉部

▷ 地域政策部市民生活課に設置していた

「消費生活センター」を「健康福祉課」に移管



市 政  
選 挙

## 石川県知事選挙 かほく市開票区の結果

問い合わせ 選挙管理委員会事務局 [ 総務課内 ] ☎ 076 (283) 1111

### 開票結果 (かほく市開票区)

氏名	得票数 (票)
馳 浩	9,130
山野 之義	7,803
黒梅 明	209



開票作業の様子

### 投票結果

投票区	投票率
①高松 (南町・古宮町・元町・流川町・中町)	58.42 %
②高松 (上北町・北中町・北新町・岸川町・桜井町・東町)、学園台	56.88 %
③高松 (旭町)、内高松	59.18 %
④若緑、箕打、野寺、元女、黒川、八野、瀬戸町、夏栗	64.54 %
⑤長柄町、中沼、二ツ屋	60.51 %
⑥高松 (南新町・六軒町・下伊丹町・上伊丹町)	59.79 %
⑦木津 (南旭町・東旭町・南泉町・北泉町・本町・天神町・栄町)	53.94 %
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	59.19 %
⑨遠塚、浜北、秋浜	55.41 %
⑩外日角	58.89 %

投票区	投票率
⑪白尾	57.78 %
⑫森、向野、宇野気	60.49 %
⑬気屋、上山田、下山田、鉢伏	61.52 %
⑭狩鹿野、指江、多田	56.75 %
⑮大崎、湖北	55.13 %
⑯横山	61.58 %
⑰谷、笠島、上田名、余地	64.00 %
⑱宇気、七窪	53.62 %
⑲内日角	59.64 %

(投票率：57.85%、当日有権者数：29,765人)

観 光  
イベント

## 令和8年度 かほく四季まつりの日程

問い合わせ かほく市まつり実行委員会 [ 市商工会 ☎ 076(204)6822 / 地域創生課 ☎ 076(283)7132 ]



### 春 かほく四季まつり「桜まつり」

催し内容 (市HP)

- ▷日時 4月4日(土) 10時～16時
- ▷場所 高松中町通り(額神社周辺)
- ▷内容 中町通りや特設ステージで多彩な催し物を実施



◎桜の開花に合わせて「高松中松通り」「うのけ総合公園」の桜並木をぼんぼりでライトアップします。[～4月12日(日)]

◎詳しくは市ホームページ、別配布チラシをご覧ください。

### 令和8年度かほく四季まつり日程

名称	日にち	場所
夏 サマーフェスタ in かほく	7月25日(土)	▷ビーチ 外日角海岸 ▷リバー 大海川周辺
白ギス釣り大会	7月26日(日)	白尾海岸周辺
秋 かにカニ合戦 ～海の幸・山の幸まつり～	11月15日(日)	七塚生涯学習センター駐車場
冬 冬の味くらべ ～あったか雑炊・鍋まつり～	9年1月16日(土) ～2月14日(日)	市内登録飲食店

◎詳細は、各まつりの前にチラシなどで案内します。

◎諸事情により変更が生じる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

健 康  
予防接種

妊婦の方への

## RS 母子免疫ワクチンが「定期予防接種」になりました

問い合わせ こども家庭センター ☎ 076 (283) 4320

令和8年4月1日から、RS 母子免疫ワクチンが予防接種法上の「定期予防接種」に位置付けられました。接種を希望される方は、**全額公費負担(無料)で接種を受けることができます。**

### 《RS ウイルス感染症とは》

RS ウイルス感染症は、2歳までにほぼ100%の乳幼児が少なくとも1度は感染するとされています。症状は、発熱や鼻水などの軽い風邪のような症状から、重い肺炎までさまざまです。特に生後6カ月以内に感染した場合には、細気管支炎や肺炎など重症化することがあります。

### 《RS 母子免疫ワクチンの効果》

**妊娠中の方が接種するワクチン**です。妊娠中に接種することで、お母さんの体内で作られた抗体が赤ちゃんに移行し、RS ウイルスによる発症や重症化を予防できます。



- 対象者** 妊娠28週0日から36週6日までの妊婦  
※妊娠ごとに1回接種を受けられます。
- 接種券** 母子健康手帳の交付時に接種券を交付  
※令和8年3月末までに母子健康手帳の交付を受けた対象者の方には、接種券を送付します。
- その他**  
▷里帰りなどの理由で、県外での接種を希望される方は、事前にこども家庭センターまでお問い合わせください。  
▷令和7年度中に同ワクチンを「任意接種」された方は、接種後1年以内の申請で助成が受けられます。詳しくは、市ホームページ(▶)をご確認ください。



1 今年度からHPV ワクチンの2価(サーバリックス)、4価(ガーダシル)は定期接種から除かれ、9価(シルガード9)のみ定期接種で用いられます。

住まい  
支援制度

1人2組まで購入可能 最大8,000円分お得!

## かほく市商工会プレミアム付商品券 販売中

問い合わせ かほく市商工会 ☎ 076 (204) 6822

●販売期限 4月30日(木)まで



●販売額 1組10,000円(額面1,000円×14枚)

●購入限度 1人1回限り2組まで

●使用期限 令和8年7月31日(金)まで

●販売場所・時間

販売場所	販売時間
・市役所2階 地域創生課 ・高松産業文化センター2階 会議室 ・七塚健康福祉センター	平日のみ 9時~16時
・イオンスタイルかほく1階 サービスカウンター(食品売場横)	土日祝を含む全日 10時~19時

●注意事項

▷購入対象者(令和8年2月1日現在、本市に住民登録がある方)には、2月下旬に「購入引換券」を郵送しています。

▷「購入引換券」が届いていない方は、商工会までご連絡ください。

▷購入は1人1回限りで、分割購入はできません。

▷支払いは現金のみとなります。

住まい  
支援制度

## 移住・定住も仕事も"まるごと"支援します

問い合わせ 地域創生課 ☎ 076 (283) 7132

本市では、移住・定住する方に住宅取得の支援や家賃補助、さらには起業に必要な経費の補助など、さまざまな支援メニューを用意しています。

●支援メニュー

事業名・内容	支給金額
<b>若者マイホーム取得奨励金</b> 一戸建て住宅(中古含む)を新築・購入した44歳以下の方に奨励金を交付	最大215万円
<b>新婚さん住まい応援事業補助金</b> 39歳以下の新婚夫婦が入居する賃貸住宅の家賃を補助	月額1.5万円を最大2年間
<b>結婚新生活支援事業補助金</b> 39歳以下の新婚夫婦の住居取得・賃貸費用、引越費用、リフォーム費用を補助	最大60万円(※所得制限あり)
<b>UIJ ターン住まい補助金</b> 県外から転入してきた世帯が入居する賃貸住宅の家賃を補助	月額2万円を最大2年間
<b>学生居住助成金</b> 石川県立看護大学生が入居する賃貸住宅の家賃を補助	年間6万円
<b>移住支援金</b> 東京圏から移住をして就業、テレワーク、起業した方に支援金を交付	世帯に100万円(単身60万円) ※18歳未満の世帯員1人につき100万円加算
<b>奨学金返還支援補助金</b> 29歳以下の方が市内事業所に就業した場合、奨学金返還金を補助	20万円(上限額)を5年間
<b>ビジネスイノベーション補助金</b> 新規創業者や空き家等活用事業者が、事業を開始するための費用を補助	新規創業者 最大110万円 空き家空き店舗活用事業者 最大360万円



◎上記以外にも支援メニューがありますので、市ホームページや「かほく市移住定住サイト」(▶)をご覧ください。



暮らし  
下水道

## 下水道利用区域が広がりました

問い合わせ 上下水道課 ☎ 076 (283) 7106

## ●下水道の早期接続をお願いします

法律により対象区域では、速やかに排水設備工事をして下水道に接続しなければなりません。区域内で浄化槽や汲み取り式トイレを使用している場合は

1日も早い接続をお願いします。

なお、下水道接続の工事は、指定工事店に依頼してください。



指定工事店一覧

▷令和8年度 新規供用開始区域



下水道利用可能区域図（一部抜粋）

## ●助成金・融資あっせん制度

供用開始から3年以内に下水道に接続される場合は、改造資金の融資あっせんや助成金制度があります。詳しくは、上下水道課までお問い合わせください。

▷対象工事（※新築は除く。）

- ・水洗便所等に改造し、下水道に接続する工事
- ・合併浄化槽を廃止し、下水道に接続する工事

## ●公共汚水ますの破損

▷公共汚水ますから道路側は市管理のため、道路除雪等でご自宅や畑等の公共ますが破損していたり、汚水が溢れたりした場合は、上下水道課までご連絡ください。

ただし、破損・閉塞の原因が、お客さまにある場合は、お客さまに修繕料を負担していただきます。

▷公共汚水ますまでにある排水設備は、お客さま管理です。宅内ますの破損や排水設備が詰まった場合は、お客さまの負担となります。宅内ますの修繕については、指定工事店に依頼してください。

暮らし  
税金

## 市税の納付は、安心して便利な口座振替でどうぞ

問い合わせ 税務課 収納対策室 ☎ 076 (283) 7114 / 保険医療課 ☎ 076 (283) 7123

電気料金や電話料金の自動振替払いと同じように、市税も指定した金融機関の口座から振替納税することができます。

## ●口座振替できる市税

市・県民税（普通徴収）、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税<sup>※</sup>

## ●手続き方法

預金通帳、銀行の届出印、納税通知書（納付書）をもって、税務課、高松・七塚サービスセンター、または市内金融機関の窓口で申し込みください。（口座振替依頼書は、各窓口に備え付けてあります。）

※国民健康保険税に関するお問い合わせは保険医療課までご連絡ください。

㈱北國銀行・㈱北陸銀行をご利用の方は、パソコンやスマートフォンから届出印不要で申し込みができます。



登録はこちら

## ●口座振替開始月

申込月の翌月以降からの開始となります。手続きが完了するまでに約1カ月かかりますので、固定資産税・都市計画税、軽自動車税の1期分（5月末納期限）から口座振替を希望する場合は、4月末までに手続きしてください。

## ! 市税に納め忘れはありませんか？

3月末で昨年度の市税の通常納期が終わりました（特別徴収、随期を除く）。納期が過ぎたものについては、督促状等により未納であることを案内していますが、それでも納付が確認できない場合には、納期限までに納付している方との公正・公平性を守るための財産調査や差押等の滞納処分を行わなければいけません。

納め忘れがある方は、すぐに納付されるようお願いいたします。また、どうしても納付が難しい場合は税務課収納対策室までご相談ください。

みんなで目指そうゼロカーボンシティ！

## 家庭からはじめるゼロカーボンを支援します

問い合わせ 防災環境対策課 ☎ 076 (283) 7124

環境にやさしいまちづくりを推進するため、次の機器・設備の購入（設置）費用の一部を助成しています。

対象機器・設備	補助金額など
① 太陽光発電システム	1kw 当たり 4万円 (上限 16万円)
② ペレット・薪 <sup>まき</sup> 利用システム	設置費の 1/2 (上限 5万円)
③ 定置用リチウムイオン蓄電システム	設置費の 1/2 (上限 10万円)
④ 電気式生ごみ処理機	購入費の 1/3 (上限 2万円)

### ●申請手続き等

- ▷申請は購入（設置）した日が属する年度末までに手続きください。
- ▷申請手続き、その他支援内容等については、市ホームページ（▼）をご確認いただくか、防災環境対策課までお問い合わせください。



①②③  
自然エネルギーシステム設置費補助



④  
電気式生ごみ処理機

## 「身体障害者相談員」「知的障害者相談員」を紹介します

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 076 (283) 7120

身体障害者、知的障害者またはその家族の家庭における養育上の悩みごと、生活上の困りごとの相談に応じ、必要な助言、指導を行います。また関係機関への連絡調整、障害のある方に対する地域住民の理解を深めるための啓発活動なども行います。

相談員は、障害のある方やその保護者の方から選ばれ、かほく市から委嘱された方です。秘密は守られますので、安心してご相談ください。

### ●身体障害者相談員

氏名
武田 榮治 <sup>えいじ</sup> さん（長柄町）
脇山 與美子 <sup>よみこ</sup> さん（箕打）
塚本 誠次 <sup>せいじ</sup> さん（遠塚）
坂田 和夫 <sup>かずお</sup> さん（宇気）
小村 準一 <sup>じゅんいち</sup> さん（大崎）

### ●知的障害者相談員

氏名
寺嶋 立弥 <sup>たつや</sup> さん（木津）
鈴木 由紀恵 <sup>ゆきえ</sup> さん（白尾）



## 一般社団法人 災害支援 ONE TEAM と「災害時における応急対応に関する協定」を締結



3月2日、一般社団法人災害支援 ONE TEAM（奈良県）と本市が「災害時における応急対応に関する協定」を締結しました。

一般社団法人災害支援 ONE TEAM は、一般ボランティアで対応が困難な被災し倒壊の恐れのある家屋からの家財の搬出や損壊したブロック塀の撤去など、専門的な技術を要するボランティア作業を担う団体で、この協定により災害時の住民の速やかな復旧活動に向けての体制が確立しました。また、令和6年能登半島地震では、市内で数多くの専門技術を要するボランティア作業にも多大なご尽力をいただきました。

問い合わせ 防災環境対策課 ☎ 076 (283) 7124

健康  
保険

令和8年4月から

## 「子ども・子育て支援金制度」が始まります

問い合わせ 保険医療課 ☎ 076 (283) 7123

## 《子ども・子育て支援金制度とは》

子育てを社会全体で支えるため、令和8年度から子ども・子育て支援金制度が始まります。

全世代や企業の皆さまから、**医療保険の保険料と合わせて「子ども・子育て支援金」**を納めていただき、これを財源に児童手当の拡充や、保育サービスを充実させるなど、**子どもや子育て世帯を社会全体で応援する制度**です。

◎制度の詳細については、こども家庭庁ホームページをご覧ください。(▶)



## 《令和8年度以降の公的医療保険の保険料(税)》

子ども・子育て支援金は、医療保険の保険料(税)とあわせて徴収されます。本市の公的医療保険(国民健康保険・後期高齢者医療保険)加入者の保険料(税)率は左をご覧ください。

他の被用者保険(社会保険など)に加入されている方は、ご加入の被用者保険者にご確認ください。

子ども  
教育

令和8年4月から

## かほく市「こども誰でも通園制度」が始まります

問い合わせ こども家庭課 ☎ 076 (283) 7155

## こども誰でも通園制度とは?

普段、保育所や認定こども園などに通っていない家庭の子どもを対象に、認定こども園や支援センターなどの施設で、月10時間までの預かりを行うことで、集団生活の機会を通じて子どもの成長を促す制度です。

就労要件	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳
あり	保育所、認定こども園など						小学校
なし	こども誰でも通園制度 (月10時間通園できる)		幼稚園				

●対象者 次の**全てに該当する**子どもとその保護者です。

- ▷ 市内在住の0歳6カ月～3歳未満であること
- ▷ 保育所や認定こども園などの施設に在籍していないこと

●実施施設 七塚子育て支援センター(中央図書館隣)

●実施時間 10時～12時、13時30分～15時30分

※食事なし

●利用時間 子ども1人につき、**月10時間まで**利用可能

●利用料金 **300円/時間**

※世帯の所得状況により減免制度あり

## 《利用の流れ(予約方法)》

## ① 利用登録申請

「こども誰でも通園制度総合支援システム」より申し込みしてください。(▶)

## ② 利用登録・認定証の発行

申請後、アカウント発行のお知らせメールが届きますので、ログインして利用者情報を登録してください。

## ③ 親子面談の実施

利用にあたって親子面談が必要となりますので、システム内で面談日時の予約をしてください。

## ④ 利用の予約

利用したい日をシステム内で予約してください。予約は**利用希望日の2週間前まで**に申請してください。



## ! 注記

- ▷ 親子面談により、集団保育が著しく困難と判断された場合には、利用できないことがあります。
- ▷ 利用をキャンセルする場合、前日までにご連絡ください。
- ▷ 他制度(ファミサポ等)と併用しての利用はできません。

◎その他制度内容については、市ホームページをご覧ください。(▶)



健康  
保険

安心して医療を受けられるよう

## 国民健康保険税率・課税限度額を改定します

問い合わせ 保険医療課 ☎ 076 (283) 7123

国民健康保険財政運営は、一人当たりの医療費増加などにより、厳しい状況が続いています。本市では、石川県の標準税率を参考に財政調整基金を活用しながら上昇抑制を図りつつ、段階的に税率を見直しています。さらに令和8年度からは子ども・子育て支援金が創設され、あわせて納付いただくことになりました。また、地方税法の改正に準じて区分ごとの課税限度額を改正します。加入者の皆さまにはご負担をおかけしますが、安定した国保財政のため、ご理解ご協力をお願いします。

区分 (対象)	医療分		後期高齢者支援分		介護納付金分		子ども・子育て支援金分	
	7年度 (改定前)	8年度 (改定後)	7年度 (改定前)	8年度 (改定後)	7年度 (改定前)	8年度 (改定後)	7年度 (改定前)	8年度 (改定後)
所得割	8.42%	8.93%	2.65%	2.65%	2.32%	2.33%	-	0.28%
均等割	35,400円	38,600円	10,900円	11,300円	11,800円	11,900円	-	* 1,200円
課税限度額	66万円	67万円	26万円	26万円	17万円	17万円	-	3万円

\*子ども・子育て支援金の均等割は、1,140円(均等割) + 60円(18歳以上均等割)の合計額です。

18歳未満の方(18歳に達する日以後の最初の3月31日以前である方)については、均等割額が全額免除されます。

健康  
保険

安心して医療を受けられるよう

## 後期高齢者医療保険料率を改定、納期を変更します

問い合わせ 保険医療課 ☎ 076 (283) 7123

### 《保険料率を改定します》

石川県後期高齢者医療広域連合において、医療費の増加などを見込んで2年ごとに見直されます。令和8・9年度の保険料率については、次のとおりです。

	6・7年度	8年度	9年度
医療分	所得割	9.88%	11.14%
	均等割	50,760円	* 57,300円
	賦課限度額	80万円	85万円
子ども・子育て支援金分	所得割	-	0.24%
	均等割	-	1,360円
	賦課限度額	-	2.1万円

段階的に改定予定。9年度分は8年度に算定します

▷所得が一定基準以下の方や、被用者保険の被扶養者であった方に対する軽減措置は引き続き実施されます。

\*均等割の軽減割合が7割の方は、令和8・9年度は低所得者の保険料抑制のため国の特例により医療分の均等割をさらに0.2割減し7.2割の軽減割合が適用されます。

### 《令和8年度より保険料の仮算定を廃止します》

後期高齢者医療保険料の普通徴収(口座振替、納付書による徴収)は、これまで4~6月を仮算定期間とし、前々年度の所得を基に暫定的な徴収を行っていました。令和8年度からは、保険料額決定の仕組みを分かりやすくするとともに、納付月によって保険料額に大幅な増減が発生することを防ぐために、仮算定徴収を廃止し、本算定徴収のみの納期とします。今後は、年間の保険料を第1期(7月)から第9期(翌年3月)までの全9回で納めていただくこととなります。保険料額は7月にお知らせします。なお、**年金からの天引き(特別徴収)の納期に変更はありません。**

#### ▷現行

期別	1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期	10期	11期	12期
納付月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
算定	← 仮算定 →			← 本算定 →								

↓ 納付回数が12→9回に変更

#### ▷仮算定廃止後

期別	4月	5月	6月	1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
納付月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
算定	納付はありません			← 本算定 →								

健康  
福祉

## がん患者の医療用補正具等購入費用を助成しています

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 076 (283) 1117

がん患者の方が生き生きと社会で活躍できるよう、医療用ウィッグや乳がん治療による補正具の購入費用の一部を助成しています。

●対象者 市内に住所を有し、がん治療を受けている方

●対象補正具・助成額

▷医療用ウィッグ 購入費の 1/2 (上限3万円)

▷乳房補正具 購入費の 1/2 (左右各上限2万円)

※申請は1補正具につき1回限り

●申請期限 補正具を購入した日から1年以内

●申請手続き等

申請手続き、その他支援内容等については、市ホームページをご確認いただくか、健康福祉課までお問い合わせください。

暮らし  
ペット

愛犬への愛情1本

## 狂犬病予防注射は忘れずに

問い合わせ 防災環境対策課 ☎ 076 (283) 7124

生後91日以上の子犬には、登録(生涯1回)と狂犬病予防注射(年1回)が義務付けられています。動物病院でも接種できますので、飼い主の責任で必ず行いましょう。

●費用

▷狂犬病予防注射 4,000円

▷飼い犬の新規登録 3,000円

※注射料金が500円引き上げとなります。



◎登録済みの場合、飼い主宛てに「お知らせ」はがきが届きます。裏面の問診票を記入の上、持参ください。

◎接種会場には、犬をしっかりと押さえられる方が付き添い、首輪などが抜けないようにしてください。

●集団接種日程

▷4月19日(日)

場所	時間
高松産業文化センター(高松ク42-1)	9:00 ~ 10:30
大海交流センター(夏栗イ34)	11:00 ~ 11:30
かほく市役所(宇野気ニ81)	13:00 ~ 14:30

▷4月25日(土)

場所	時間
よこやま研修館(横山リ2-14)	9:00 ~ 9:30
木津公民館(木津イ35-3)	10:00 ~ 10:30
七塚健康福祉センター(遠塚口52-10)	11:00 ~ 12:00



## 加圧式給水車を導入しました

災害や断水を伴う事案が発生した場合にも迅速に対応するため新たに給水車を導入しました。今回導入した給水車は2,800ℓの水を積み込むことができます。

災害時には、1人1日最低3ℓの水が必要とされています。当車両で、約930人分の水を1度に運ぶことができ、従来の車載式タンクに加え、当車両による個別給水が可能となるため避難所や病院等の給水拠点への給水が迅速に対応でき応急給水能力が大幅に向上しました。

問い合わせ 上下水道課 ☎ 076 (283) 7106

住宅の「中」に命を守る空間を！

## 木造住宅の耐震シェルター等設置費を補助します

問い合わせ 都市建設課 ☎ 076 (283) 7104

地震による住宅の倒壊から居住者の生命を守るため、旧耐震基準で建築された木造住宅に「耐震シェルター」や「防災ベッド」を設置する方に、その費用の一部を補助します。

### ●対象住宅

次の全てに該当する市内の木造住宅

- (1) 昭和 56 年 5 月 31 日以前に、在来または伝統工法で着工された住宅
- (2) 2 階建て以下の住宅 [延べ面積の 1/2 以上が住宅用途]
- (3) 耐震診断 [簡易耐震診断] の総合評点が 0.7 未満の住宅

※既に耐震性能向上の補強工事を実施した住宅、耐震改修補助を受けた住宅は対象外です。

### ●対象設備

次の全てに該当する「耐震シェルター」または「防災ベッド」

- (1) 1 階部分に設置するものに限る
- (2) 公的試験機関等で一定の評価を受けた製品



### ●補助内容 ※予算の範囲内での補助となります。

対象	補助率	補助上限額
耐震シェルター	対象経費の 2/3 以内 (千円未満切捨て)	60 万円
防災ベッド		30 万円

### ●申請手続き等

申請手続き、その他内容等については、市ホームページ (▶) をご確認くださいか、都市建設課までお問い合わせください。



### ●ご注意ください

▶補助金の交付決定前に契約・工事着手した場合は補助対象外となります。

▶耐震シェルター等設置費補助を受けた住宅は、後から耐震改修工事費補助を受けることはできません。

## 「空き家」の適正管理・利活用を支援します

問い合わせ 防災環境対策課 ☎ 076 (283) 7124

空き家の所有者などによる適正な管理や有効利用による地域社会の活性化、地域住民の生活環境の保全を図るため、空き家の改修・除去費用等の一部を助成しています。

### ●申請手続き等

申請手続き、その他支援内容等については、ホームページ (▶) をご確認くださいか、防災環境対策課までご連絡ください。



区分	対象者 (全てに該当する方)	対象経費	補助金額
改修	<ul style="list-style-type: none"> <li>▷ 空き家バンク登録物件の購入者 (借家人)</li> <li>▷ 売主 (貸主) と購入者 (借家人) が 3 親等以内の親族でないこと</li> <li>▷ 改修後、5 年以上居住すること</li> </ul>	居住の用に供する部分の改修工事費	工事費の 1/2 (上限 100 万円)
除却	▷ 老朽危険空き家の所有者または管理者 ※個人に限る	敷地内の老朽危険空き家の全てを解体処分する工事費	工事費の 1/2 (上限 50 万円)
家賃	<ul style="list-style-type: none"> <li>▷ 空き家バンク登録物件の借家人</li> <li>▷ 貸主と借家人が 3 親等以内の親族でないこと</li> <li>▷ 転入者の場合は、申請日までに住民登録していること</li> </ul>	賃貸借契約に定められた賃借料から管理費、駐車場、その他の居住以外の費用を除いた月額 ※公的制度による家賃補助を受けている場合は、その金額を差し引きます。	上限 1 万円 / 月 (最長 24 カ月)

健康  
予防接種

## 高齢者の定期予防接種（肺炎球菌）

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 076 (283) 1117

4月から23価ワクチンが、より高い予防効果が期待できる20価ワクチンに変更となりました。

## ●対象者 次のいずれかに該当する方

- (1) 65歳の方
- (2) 60～64歳で、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

## ●接種券

- ▷対象(1)の方 65歳の誕生日翌月以降に順次送付
- ▷対象(2)の方 順次送付

## ●接種期間 66歳の誕生日前日まで

！定期接種は**いずれの対象も生涯に1回のみ**です。  
接種を希望される方は、接種の機会を逃さないようご注意ください。

## ●自己負担額 3,200円

- 接種医療機関 河北郡市内契約医療機関  
(接種券に同封する案内チラシをご覧ください)

健康  
福祉

市営バス・タクシー助成券を交付

## 外出や移動が困難な方のお出かけをサポートします

問い合わせ 各担当課へお問い合わせください

## 市営バス利用助成券

市営バスを利用される在宅高齢者の方や障害がある方などの外出支援のため、市営バス利用助成券を交付しています。

## ●対象者

- 市福祉巡回バス未運行地区（箕打・黒川・野寺・八野・瀬戸町・夏栗・中沼・ニツ屋）に在住で、次のいずれかに該当する方
- (1) 60歳以上の方  
[60歳の誕生日を迎えた時点で対象]
  - (2) 18歳以下の方  
[19歳の誕生日を迎えた時点で対象外]
  - (3) 障害者手帳[身体障害者・療育・精神障害者保健福祉]をお持ちの方

## ●申請窓口

高松サービスセンター

## ●持ち物

本人確認書類または障害者手帳

問い合わせ

健康福祉課 ☎ 076 (283) 7121

## 福祉タクシー助成券

在宅高齢者の方や障害がある方の外出支援のため、タクシー助成券（初乗り運賃相当額）を交付します。

## 《 高齢者 》

- 対象者 運転免許証を持たない方で次のいずれかに該当する方
- (1) 在宅で75歳以上のみの世帯の方
- (2) 在宅で80歳以上の方

## ●申請窓口

- ▷長寿介護課
- ▷高松・七塚サービスセンター

## ●持ち物

本人確認書類（マイナンバーカード等）

問い合わせ

長寿介護課 ☎ 076 (283) 7122

## 《 障害者 》

- 対象者 次のいずれかに該当する方
- (1) 身体障害者手帳1～3級の方
- (2) 療育手帳A・Bの方
- (3) 精神障害者保健福祉手帳1・2級の方

## ●申請窓口

- ▷健康福祉課（ほのぼの健康館内）
- ▷高松・七塚サービスセンター

## ●持ち物

障害者手帳

問い合わせ

健康福祉課 ☎ 076 (283) 7120

## ！注意

▷自ら自動車を運転している方または、自動車税の減免を受けている方は、**交付対象外**です。

▷「高齢者福祉タクシー助成券」と「障害者福祉タクシー助成券」と**重複して申請することはできません**。

いずれにも該当する方は「**障害者福祉タクシー助成券**」が優先となります。

聞こえる方が声を使って会話するように、聞こえない方（ろう者）は「手話」を使ってコミュニケーションをしています。手話に興味がある方、やってみたい方向けの【基礎課程】講座を実施します。ろう者の講師が、優しく丁寧に指導します。



- 対象 市内在住・在勤で、手話経験のない方
- 日程 5月14日（木）～12月17日（木）間の毎週木曜日 19時～21時（全30回）
- 場所 ほのぼの健康館
- 定員 20人 ※応募多数の場合は抽選、少数の場合は開講中止します。
- 受講料 7,760円（クラウド教材費等）
- 申込締切 5月8日（金）

## 令和8年経済センサス活動調査を実施します



### 調査の目的

令和8年6月1日を期日として、全国すべての事業所・企業を対象とした「令和8年経済センサス活動調査」を実施します。この調査は、企業の経済活動の状況を把握し、日本全体の経済活動の変動や動向を明らかにするために行われます。またこの調査は、統計法に基づく報告義務のある「基幹統計調査」であり、5年ごとに実施される調査です。

### 調査の対象

全国すべての事業所・企業が対象です。調査は事業所の規模などの状況に応じて、調査員調査と直轄調査の2つの方法で実施されます。

どちらの調査方法でも、インターネットでの回答を基本としています。

- 調査員調査 支社等を有さない事業所や個人経営の事業所
- 直轄調査 支社等を持つ企業の本社

### 調査の方法

#### ●調査員調査

- (1) 4月に調査書類（封筒は緑色）が郵送されますので、インターネットでの回答をお願いします。
- (2) 5月に未回答の事業所や調査中に新たに把握した事業所に調査員が直接お伺いして、調査書類（封筒は青色）を配布します。インターネットまたは調査員への提出のいずれかの方法で回答ください。

#### ●直轄調査

5月頃に企業本社に傘下事業所の調査書類（封筒は黄色）が一括して郵送されますので、インターネットでの回答をお願いします。

### かたり調査にはご注意ください

「経済センサス活動調査」を装った不審な訪問者や不審な電話・電子メールなどにご注意ください。

調査員は必ず「調査員証」を身に着けているほか、調査員専用の「手提げ袋」「下敷き」を携帯しています。不審に感じた場合はご確認ください。

### 詳しくは総務省統計局のキャンペーンサイトを検索

<https://www.e-census2026.go.jp/>

経済センサス 2026

検索



問い合わせ 企画課 ☎ 076 (283) 1112

暮らし  
住宅

## 市営住宅の入居者募集（6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** 4月6日（月）～17日（金）
- **内覧会** 4月16日（木） ※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

（3月17日現在）

区分	名称	間取	空き	家賃
公営住宅	あさひが丘ハイツ（横山）	2LDK	1戸（3階）	19,900円～ 所得により決定
	緑ヶ丘団地（白尾）	3DK	1戸（2階）	19,300円～ 所得により決定
単独住宅 ※4、5階は軽減あり	コーポ高松	3DK	1戸（1階）	10,800円～ 所得により決定
	コーポ宇気	3DK	1戸（4階）	
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）	49,000円
定住支援住宅	コーポ宇気	3DK	1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

## いいききシニア通信

## いいききステーション（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



## ● おしゃべり会特別企画

## 「自分と大切な人の最期と向き合うために」

人生の最期をどのように迎えるかに決まった答えは、ありません。緩和ケア認定看護師が経験した看取りの話を通じて、自分らしい最期について一緒に考えてみましょう。

▷ 日時 4月16日（木） 13時30分～14時30分

▷ 会場 いいききステーション

▷ 講師 かほく高松訪問看護ステーション  
緩和ケア認定看護師 梶 愛子さん

▷ 定員 10人（要申込）

## ● いいきき園芸講座

## 「夏野菜の定植 ～トマト、ナス、キュウリ、ピーマン、カボチャ～」

夏野菜は比較的育てやすいので、初めての方にもオススメです。

▷ 日時 4月17日（金） 10時～11時30分

▷ 会場 七塚健康福祉センター 多目的ホール

▷ 協力 NPO法人いしかわ農林水産サポートネット  
森田 恵子さん

▷ 定員 40人程度（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 ～15時30分	いいききステーション
おしゃべり会	毎週木曜日		

## ○ 厨房からの出火を防ぎましょう！

飲食店の厨房から、火災が発生した原因の大半が不注意によるものです。維持管理が徹底されていない排気ダクト等は内部に多量の油脂などが付着・堆積し一酸化炭素中毒事故や火災につながる危険性があります。

- ☑ 火をつけたまま、その場を離れない。
- ☑ こんろは壁から離しましょう。
- ☑ グリスフィルターやダクトはきちんと掃除をしましょう。
- ☑ 機器を定期的に点検しましょう。
- ☑ こんろ周りに可燃物を放置しない。
- ☑ 火事起きたら消火器で消しましょう。

日頃のお手入れや定期的なメンテナンスをきちんと行いましょう。



## ○ 春季火災防ぎょ合同訓練

3月15日、若緑地内の株式会社北陸火工でかほく市消防団、消防本部、高松分署が合同で火災防ぎょ合同訓練を行いました。

この訓練は、春季火災予防運動の一環として、春先の火災が発生しやすい気候となる時期を迎えるにあたり、林野火災における指揮命令系統の確立および迅速かつ確実な火災防ぎょ活動を図り、あわせて地域住民の防火思想の普及と警火心の高揚を図ることを目的として行いました。



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

## ♻️ 不用品登録情報

### 《 譲ります 》

- ひな人形
- ランドセル  
(黒・濃いピンク)
- 自転車用チャイルドシート
- チャイルドシート
- 座いす

- レーザープリンター  
トナー・ドラム  
(パナソニック、業務用)
- 植木鉢 (素焼き)
- ショート丈コート (グレー)
- 登山用具一式  
(ピッケル、アイゼン等)
- 卓球台

### 《 譲ってください 》

- 料理用ガラス保存容器
- アクリル板
- ブルーレイレコーダー
- ブルーレイプレイヤー
- DVD プレイヤー
- カセットコンロ用ボンベ

- 小型マッサージ機
- 宇ノ気小学校制服  
(男子・高学年)
- 小型耕運機 (手押し)

【申込・問い合わせ】  
 防災環境対策課  
 ☎ 076 (283) 7124



# 暮らしの報 暮情 4

2026  
April

## お知らせ

固定資産の価格等の  
縦覧・閲覧ができます

### 期間

4月1日(水)～6月1日(月)

※土日・祝日を除く

### 場所 税務課

**縦覧制度** 本市内に土地・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、本人確認ができるもの(マイナンバーカード、運転免許証等)、借地・借家人の方は、借りていることを証する書面が必要です。

また、代理人の方は、前述のもの

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 資産税係

☎076(283) 1114

### 就学援助制度

経済的理由により、就学が困難と認められる小中学校の児童生徒の保護者に対して学用品費など、学校に必要な費用の一部を援助します。

4月初めに学校から全児童生徒に「お知らせ」と「申請書」を配布します。

希望される方は、必要書類を添えて学校教育課または高松・七塚サービスセンターに提出してください。

● **申込締切** 4月30日(木)

### 【問い合わせ】

学校教育課

☎076(283) 7136

### かほく市奨学金

高等学校および高等専門学校に進学または在学する生徒に対し、令和8年度奨学金を支給します。希望される方は申し込みください。

● **奨学金** 月額8千円以内

● **支給条件** 本市に引き続き6カ月居住する者に扶養されている生徒であること

▽品行方正、成績優秀(評定基準有)

▽経済的理由等により就学が困難な方

● **申込方法** 学校教育課または高松・七塚サービスセンターへ必要書類を添えて願書を提出してください。

※願書は市内中学校、学校教育課または高松・七塚サービスセンターにあります。

● **申込締切** 4月30日(木)

### 【問い合わせ】

学校教育課

☎076(283) 7136

### 松くい虫被害木の申請

本市では年に数回、松くい虫被害にあった松の伐倒駆除を行っています。松くい虫被害防止・景観保持のため、土地所有者の方は「松くい虫伐倒駆除申請書」を提出してください。

● **申込先** 農林水産課または高松・七塚サービスセンター

● **対象とならない木**

▽倒す場所のない松

▽観賞用庭木、事業所敷地内に営業目的で植生管理している(していた)松

▽かほく市外に生えている松

▽危険が伴う恐れのある箇所の松

※その他調査により、伐倒駆除を断る場合があります。

※申請から伐倒するまで数カ月かかる場合があります。

### 【問い合わせ】

農林水産課

☎076(283) 7105

### 児童手当受給者の方へ

4月は、2～3月分の児童手当の支払い月です。

**4月15日(水)**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

### 障害者トリアル雇用奨励金

国の「障害者トリアル雇用」を利用し、労働者を継続雇用した場合、市の「障害者トリアル雇用奨励金」の交付が受けられます。

詳細は、市ホームページで確認いただくか、お問い合わせください。

● **対象者** 国の「障害者トリアル雇用」による支給決定を受けた市内に事業所を有する事業者

※当該雇用者は、かほく市民に限ります。なお「障害者トリアル雇用」については、ハローワーク津幡へお問い合わせください。

● **奨励金額** 対象の労働者一人につき月額6万円(最長3カ月)

### 【問い合わせ】

地域創生課

☎076(283) 7132

ハローワーク津幡

☎076(289) 2530



貯めた「健康ポイント」を交換しましょう

前年度中に健康ポイント事業（健康レッスン・その他イベント等）で貯めた「健康ポイント」を「W A O N P O I N T」に交換しましょう！

●交換方法 イオンなどに設置された「W A O N ステーション」で交換 ※交換方法等は、インフォメーションにお尋ねください。

●交換ポイント 50健康ポイントごとに50W A O N P O I N T

●交換期限 令和9年3月末まで

【問い合わせ】

健康福祉課

☎076(283)1117



樹木害虫（アメリコ等）の対応

樹木害虫について、本市では市民による捕殺駆除を原則としています。害虫がつき始めたら、小さなうちに被害にあった枝葉を伐採し、踏み潰すか、拡散しないようゴミ袋に入れて密閉し、「もえるごみ」として出してください。

ただし高所や広範囲、または保安林等のため捕殺駆除できない箇所限り、各町会区にご相談ください。なお、市の施設樹木（街路樹・公園樹木等）については、市が防除・駆除を実施します。

【問い合わせ】

農林水産課

☎076(283)7105

申請はお済みですか？  
物価高騰対策支援給付金

対象と思われる方へ確認書等を2月に送付しています。手続きがお済みでない方はお早めにお問い合わせください。

《低所得世帯支援給付金》

●提出期限 4月30日(木)

●問い合わせ かほく市低所得世帯支援給付金コールセンター

☎076(283)6743

《高齢者物価高騰対策支援給付金》

●提出期限 4月30日(木)

●問い合わせ 長寿介護課 高齢者支援給付金受付係（議会庁舎内）

☎076(283)7134

河北潟クリーン作戦

宇ノ気川河口左岸、内灘マリーナ、才田大橋、金沢競馬場裏、湖南大橋、津幡漕艇場、湖北大橋などを拠点に河北潟クリーン作戦を行います。

●日時 4月19日(日) 9時～10時

●服装・持物 汚れてもよい動きやすい服装、長靴、軍手

※ゴミ袋は受付にて配布します。

【問い合わせ】

河北潟クリーン作戦実行委員会

☎076(288)5803

4月は「若年層の性暴力被害予防月間」です

被害にあっているとと思ったら、ためらわずにご相談ください。家族、友人、知人からの相談もできます。

《相談窓口》

①性暴力に関するSNS相談

「Cure time」(内閣府) 毎日17時～21時にチャットやメールで匿名相談ができます。

②パープルサポートいしかわ

電話相談や面談、心を受けた傷をケアするためのカウンセリングなど、相談員が支援します。

詳細はこちらから



何も言わないから、いいのかなと思った。

その被害者本人  
行動や発言は  
相手にとっては性暴力

相手の同意のない性的な行為は性暴力です。

性別・年齢を問わず、相談できます。

電話で相談  
性暴力被害者の方のための  
ワンストップ支援センター #8891

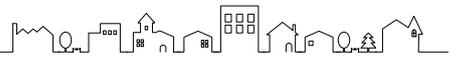
SNSで相談  
Cure time (内閣府)

性暴力被害相談電話(警察) #8103

【問い合わせ】

生涯学習課

☎076(283)7137



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

いしかわ中央子育てアプリが  
リニューアルしました



子育てアプリ

いしかわ中央子育てアプリが、イベント情報の検索機能など、子育てに便利な機能が満載のアプリとしてリニューアルしました。日々の子育てのおともに、ぜひご利用ください。

●アプリの機能

▽イベント情報の検索機能

▽子育て支援サービスの検索機能

▽子育てに役立つサイトのリンク集

※利用するにはアプリのダウンロード  
(無料)が必要です。



IOS版



Android版

【問い合わせ】

こども家庭課

☎076(283)7155

木の家づくり奨励金制度

地元産材を使用し、木造住宅を新築(購入含む)・増築・改築した方へ奨励金を交付します。

●対象住宅

一戸建て住宅で、県産材建築ビルダーによる住宅等建築に使用される石川県産のスギ柱(集成材含む)を50本(増改築は20本)以上使用する住宅

●奨励金額

スギ柱1本あたり2500円(限度額25万円。市内業者を利用で5万円の上乗せあり)

●申請手続き

申請手続き、その他対象要件等については、市ホームページをご確認いただくか、農林水産課までお問い合わせください。

詳細はこちらから



【問い合わせ】

農林水産課

☎076(283)7105

「緑の募金」への  
ご協力をお願いします

寄付金は、森林づくり、緑づくりを進める活動に活用されますので、皆さまのご協力をお願いします。

●募金箱設置場所

▽市役所総合案内窓口

▽高松、七塚サービスセンター

●期間 5月31日(日)まで

【問い合わせ】

農林水産課

☎076(283)7105

募集

河北郡市広域事務組合  
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、同組合までお問い合わせください。

【問い合わせ】

河北郡市広域事務組合庶務課

☎076(288)4545

催し

うみっこらんど七塚  
(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っこ》

①ふしぎな花俱樂部押し花アート展示

▽期間 4月29日(水・祝)～5月6日

(水・振休)

②手づくりおしゃれ工房作品展

▽期間 4月29日(水・祝)～5月6日  
(水・振休)

※全て最終日は15時まで

《バーベキュー場・キャンプ場がオープン》



4月より、施設内のバーベキュー場・キャンプ場がいよいよオープンします。ぜひ家族や友人と、快適なアウトドアの時間を過ごしませんか。

●利用期間

4月18日(土)～10月31日(土)

●休業日 月曜日(祝日の場合は翌平日)

●予約方法 予約サイト「なっぶ」から予約(利用日の10日前までに)

予約サイト「なっぶ」  
(利用登録が必要です)



※ただし次の予約については、電話での予約をお願いします。

・日帰りキャンプ

・食材配達注文予約、キャンセル  
(利用日の5日前まで)

【問い合わせ】

うみっこらんど七塚

☎076(283)8880



### 「エコみらい河北」体験教室

- ① ガラスモザイクアート  
▽4月4日(土) 9時〜10時30分
- ② サンドブラスト体験教室  
▽4月11日(土) 9時〜10時30分
- ③ 吹きガラス体験教室(コップ作り)  
▽4月12日(日) 9時30分〜10時45分  
分〜13時15分〜14時30分
- ④ 手作りガラスビーズ(とんぼ玉作り)  
▽4月18日(土) / 25日(土)  
各日9時30分〜13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(288)4545

### 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

各イベントの詳細は、こちら  
(まちかど交流館HP)



- ① 押し花アート作品展(入場無料)  
▽期間 4月3日(金)〜12日(日)

### ② 日本画、仏画作品展(入場無料)

- ▽期間 4月17日(金)〜29日(水・祝)
- ③ シャンソン倶楽部  
▽日時 4月1日(水) / 15日(水) / 29日(水・祝) 各日14時〜16時

### ④ みんなで歌おう日本のうた

- ▽日時 4月12日(日) 10時30分〜12時
- ▽費用 700円(飲物付)

### ⑤ ベビーマッサージ教室(2階)

- ※初回のみ歌集代660円別途必要
- ▽日時 4月15日(水) 10時30分〜12時
- ▽費用 2100円(飲物、オイル、防水シート付)

### ▽定員 8人(1カ月健診後〜3歳前後のお子さん&妊婦さん)

### ▽持ち物 バスタオル

### ▽締切 4月13日(月)

### ⑥ 姿勢講座〜健康に役立つ姿勢のお話と姿勢調整体験

- ▽日時 4月17日(金) 10時30分〜11時30分(最終受付11時10分)
- ▽費用 無料(飲物付)

### ⑦ オレンジカフェ

- ▽日時 4月18日(土) 10時30分〜12時
- ▽費用 飲物代(個人負担)

### ⑧ 己書辛座 こんちまん楽道場(3階)

- ▽日時 4月26日(日) 10時〜12時 / 13時〜15時
- ▽費用 2650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 4月18日(土)

### ⑨ まちかどバレエ教室

- ▽日時 4月25日(土) / 5月2日(土) 各日10時15分〜11時15分
- ▽費用 700円(飲物付)

## 頑張りました

### 第22回石川県小学生ソフトテニスインドア大会

(2月22日・WAVEのと)

### ▽女子の部

- 【優勝】 木谷 怜以(宇ノ気小) 組  
倉 ころこ(宇ノ気小)

- 【3位】 今川 紗良(宇ノ気小) 組  
瀬田 芽咲(浅野川小)

### 第78回石川県民スポーツ大会 冬季大会(スキー競技会)

(2月21〜22日・)

白山市白峰アルペン競技場

### 《スパージャイアントスラローム》

### ▽女子Cの部

- 【優勝】 藤川 彩

### ▽女子Eの部

- 【優勝】 山下 暢子

### 《ジャイアントスラローム》

### ▽女子Cの部

- 【優勝】 藤川 彩

### ▽女子Eの部

- 【優勝】 山下 暢子

## 善意をありがとうございました

● 公益社団法人金沢法人会 様より、市立中央図書館の児童図書購入に役立ててほしいと、15万円を寄付していただきました。

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

かほく市からの情報をすばやく確実にお知らせ

Android 版



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

iPhone 版



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。



## 令和7年度 清水賞表彰

かほく市教育委員会より他の模範となる児童生徒に「清水賞」を贈り表彰しました。

清水賞は、日頃努力する児童生徒を称えるため、昭和38年から現在まで表彰を継続しているものです。これまでNPO法人清水育英会より表彰が行われていましたが、昨年度よりかほく市教育委員会が承継。3月2日から12日にかけて、各小中学校にて表彰式が行われ、22人が受賞しました。受賞者は次の皆さんです。



宇ノ気中学校での表彰式の様子

### 【受賞者】

坪内 歌音さん (高松小6年)  
 谷 美咲さん (高松小6年)  
 荒井 花乃さん (高松小6年)  
 田邊 晴翔さん (大海小6年)  
 櫻井 志保さん (七塚小6年)  
 松井 晃祐さん (七塚小6年)  
 油野 きせきさん (外日角小6年)  
 西田 朝陽さん (外日角小6年)  
 山本 芽生さん (宇ノ気小6年)

北 光希さん (宇ノ気小6年)  
 岸本 拓実さん (宇ノ気小6年)  
 笠井 蒼真さん (宇ノ気小6年)  
 八反田 絵椰さん (金津小6年)  
 井上 ころろさん (高松中3年)  
 入澤 玉妃さん (高松中3年)  
 丸岡 心美さん (高松中3年)  
 太田 あいりさん (河北台中3年)  
 和田 妃織さん (河北台中3年)

油野 七生さん (河北台中3年)  
 中嶋 咲綺さん (宇ノ気中3年)  
 神尾 幸歩さん (宇ノ気中3年)  
 安達 可歩さん (宇ノ気中3年)

※学年はいずれも受賞時

## ドイツのレジャー文化

国際交流員 ノツォン・オリバーさん



友達のクラインガルテン  
 ㊶畑と庭 ㊷小屋

皆さん、Guten Tag!

かほく市国際交流員のオリバーです。4月に入り、春らしくなりましたね。新しい習い事を始めたり、生活に変化がある人もいないのではないのでしょうか。

暖かくなるにつれて、外で過ごす時間も増えてきますよね。そこで今回は、ドイツのレジャー文化のひとつについてお話ししたいと思います。

「クラインガルテン」という言葉を聞いたことはありますか？直訳すると「小さな庭」という意味で、都市の郊外に集まっている小さな市民農園（貸し農園）のことです。都会ではアパートに住む人が多いので、こうした区画が憩いの場として親しまれています。農地を購入するのではなく、地域の市民農園協会から借りるシステムで、水道や電気、小屋も備わっています。クラインガルテンの使い道はさまざまですが、

スペースの利用方法には一般的なルールが設けられています。全体の3分の1を野菜や果物を育てるスペースに、もう3分の1を芝生などのリラクゼーションスペースに、そして残りを小屋や通路のエリアにしなければなりません。

私も、天気の良い日にはよく友達のカラインガルテンに集まって、バーベキューをしたり、ゲームで遊んだり、お酒を飲んだりしていました。

カラインガルテンは、新年を迎える際の定番の場所にもなっています。小屋の中には暖炉もあって、冬でも暖かいです。この場所には、たくさんの楽しい思い出が詰まっているので、今回は皆さんにドイツ文化のこうした一面を紹介したいと思います！

世界からの絵手紙

KAHOKU & THE WORLD

# 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)  
4月の休館日は6・13・20・27日

図書館 HP



### [ お知らせ等 ]

#### ● 4月23日は「子ども読書の日」です

「子ども読書の日」は、読書を通じて子どもたちが学び成長することを願って定められています。中央図書館では、おはなし会や子ども読書の日にあわせたコーナー展示を行います。



おはなし会の様子

※おはなし会の日程等詳細は右記をご確認ください。

### [ おはなし会等 ]

#### ● 日曜日のおはなし会 (原則毎週日曜日)

▷日時 5・12・19・26日 11時～11時30分  
▷対象 乳幼児以上  
▷担当 おはなしボランティアやまんば (5・12・19日)  
中央図書館職員 (26日)

#### ● 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

#### ● 英語のおはなし会 (第1・2・3土曜日)

▷日時 4・11・18日 11時～11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 7・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、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。



#### いちばんはじめの 野菜づくりBOOK

高畑 健 / 監修  
成美堂出版



#### こつこつ、オムレツ

太田 忠司 / 著  
ポプラ社



#### 世界のまいにちごはん いただきます! アジア編

阪口 克 / 文・写真  
さ・え・ら書房



#### やきゅうのずかん

牛窪 良太 / 著  
白泉社



#### ノラネコぐんだん こんにちは

工藤 ノリコ / 著  
白泉社

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



### 「 将棋連盟 」

将棋を通して、考える力を養い、人との交流を深めてみませんか。子どもから大人まで、初心者の方も気軽に参加できます。

頭を使うことで脳の活性化にもつながる、世代を超えた交流の場として、皆さんの参加をお待ちしています。

▷連絡先

増田 義雄 ☎ 076 (281) 2531

▷活動日

毎週土曜日 12時30分～17時



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〕

### 《前期企画展》

#### ●「日常を切り取る ー西田幾多郎のありし日々ー」

西田幾多郎は日頃、どんな生活を送っていたのでしょうか。家族や友人、弟子たちが残した幾多郎との思い出や、幾多郎の日記、短歌をたどっていくと、少しずつ見えてくるものがあります。

三女・静子しずこが残した写真アルバムの中には、家族とのたわいもない日々を切り取った写真が多数残されており、当時の西田家の様子が眼前に広がっていくように感じられます。

残された写真や資料をたよりに、人間・西田幾多郎の飾らない姿を紹介します。

- ▷会期 9月27日（日）まで
- ▷会場 哲学館展示室2階 企画展コーナー
- ▷観覧料 一般 300円 / 65歳以上 200円 / 高校生以下 無料

## 〔学芸員 eyes 〕

### 《幾多郎の短歌とスマレ》

幾多郎自作の短歌には、樹木や花が多く登場します。そんな短歌に出てくる植物を、地元有志「幾多郎の歌の風景を楽しむ会」の方々が、哲学の杜で育ててくださっています。

「我独りさびしかりける春の野に慰め顔のすみれ花かな」

1923（大正12）年1月、京都大学で教授をしていた幾多郎52歳の歌です。妻は病床にあり、前年から入院中の四女・友子ともこの病状が思わしくなく、幾多郎の心に重くのしかかっていた。野に咲く草花だけが孤独な幾多郎を慰めてくれていたのかもしれません。

哲学の杜のスマレは4～5月にかけて見頃となります。幾多郎の歌とともに、お楽しみください。



## 文芸の窓

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。

### 短歌

- ▽二番穂で命をつなぐ鳥達は雪をけちらし今日を生き抜く  
〔宇気 塩谷 清子〕
- ▽手放した何十年物アクセサリー金の高騰不思議な価格  
〔外日角 小村ひろ子〕
- ▽豪雪日朝妻迎え白無垢の裾に長靴の赤き先見え  
〔松浜 佐藤 啓〕
- ▽作歌する君の様子を垣間見て吾も見習って歌を詠む日々  
〔外日角 新田 哲夫〕
- ▽近年はすっかり減った外遊び子等は家にてゲームにふける  
〔松浜 池田 義治〕
- ▽思い切り波打ち際を走りたい杖は置き去り心が走る  
〔浜北 北 稔〕

### 俳句

- ▽手作りの雛ひなに安らぐ老いの日々  
〔木津 酒井 孝子〕
- ▽春日和杖つえつく我や言葉受け  
〔木津 室田美代子〕
- ▽雪解けの濃霧ひろがる河北潟  
〔木津 越野 正勝〕
- ▽物の怪けの気配のようにくるう雪  
〔遠塚 黒谷 菊子〕
- ▽どことなく春の訪れ響きあり  
〔白尾 金子由紀子〕
- ▽耕運機音淡々と春ひと日  
〔七窪 藤田 茂美〕
- ▽啓蟄やビューティサロン来て予約  
〔高松 岡田えみ子〕
- ▽路の藁わらデパ地下で買ふ若夫婦  
〔高松 安広 澄子〕

### 川柳

- ▽読み返す本それぞれに浮かぶ日々  
〔秋浜 道原 猛彦〕
- ▽子を持って優しさ強さ有る母に  
〔浜北 池田 洋子〕
- ▽聞く素ぶり選挙に勝てば馬耳東風  
〔高松 寺内 徹乗〕
- ▽気になるか絵馬覗き込む親二人  
〔高松 喜多 義教〕

みんなで応援しよう！

# PFU ブルーキャッツ石川かほく



WebSite

Instagram



## ゲーム情報 (2025-26 レギュラーシーズン最終戦)

2025-26 大同生命 SV.LEAGUE WOMEN

vs 東レアローズ滋賀 in YMIT アリーナ (滋賀県)

2026.4.4 ⑤ 15:05 ~

2026.4.5 ⑥ 15:05 ~

### チャンピオンシップへの進出が決定！

レギュラーシーズン 8 位以上が確定し、チャンピオンシップへの進出が決定しました。

チャンピオンシップ開催要項、日程等については、SVリーグ公式ホームページをご確認ください。



(c) PFU Life Agency LIMITED 2026

### [ 皆さんへのメッセージ ]

#### #15 タットダオ・ヌクジャン 選手

いつもたくさんの応援本当にありがとうございます。特にホームゲームでの応援は私たちにとって大きな力になりました。ここまで来られたのは皆さんの応援のおかげです。私たちは最後まで全力で戦います。引き続きご声援の程よろしく申し上げます。



#### #23 バルデス・メリーサ 選手

いつも応援ありがとうございます。私たちのプレーで、かほく市をもっと盛り上げます！チャンピオンシップでも頑張りますので、最後までご声援よろしく申し上げます！



### 遺跡編 谷長割遺跡

## 文化財と生きるかほく

今回は、谷地内にある谷長割遺跡について紹介します。

谷長割遺跡は谷区集落の背面、金津小学校から「あそびの森かほく」の範囲の台地にある遺跡です。1982〜83（昭和57〜58）年に谷公園として開発された際に旧宇ノ気町が発掘調査を行いました。遺跡では、弥生時代末頃〜古墳時代前期、奈良・平安時代（古代）、中世の遺物や遺構が確認でき、主に弥生時代末頃〜古墳時代前期頃の集落であったことが分かります。主な遺構は、竪穴住居や掘立柱建物、土坑、井戸、溝などが確認されています。また、金津小学校の敷地内には、弥生時代後期と推定される方形台状墓も確認され、1995（平成7）年に整備し、今も保存されています。

また、谷長割遺跡の北に広がる水田地帯を試掘調査すると、水田の層の下に粘土層や砂層が互層しており、さらに下の層は植物が腐食した層が確認され、低地や湿地などの水性堆積であることが分かっています。

そのため、当時の人たちは住みやすさを求め、台地である谷長割遺跡に居住し、台地の下に広がる低地や湿地などを利用し水田などをしていたのではないかと考えられます。

4月となり、桜がみられる季節となりました。「あそびの森かほく」などへ遊びに行き、桜を楽しみながら谷長割遺跡で当時の人たちがどのような生活をしていたのか、思いを巡らせてみてはいかがでしょうか。



谷長割遺跡発掘調査の様子

### 【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！

## 歯周病の影響

歯周病は、進行すると歯周病菌や炎症物質が血液を通じて全身に広がり、さまざまな全身疾患を引き起こす要因となります。

### 【主な全身疾患】

- 糖尿病** 歯周病は糖尿病の合併症として知られており、血糖値のコントロールを悪化させることがあります。
- 心血管疾患** 歯周病菌が血管に影響を与え、心筋梗塞や脳梗塞のリスクを高めることが報告されています。
- 誤嚥性肺炎** 歯周病菌が誤嚥により肺に到達することで誤嚥性肺炎のリスクが高まります。
- 妊娠関連疾患** 早産や低体重児出産のリスクを高めることが知られています。

## 予防と治療

### 定期的な歯科検診

専門家による定期的なチェックやクリーニングを受けましょう。

### 口腔ケアの徹底

毎日の歯磨きやフロスを使用し、口腔内の清潔を保ちましょう。

### 生活習慣の改善

健康的な食生活や適度な運動や禁煙など、全身の健康を意識した生活習慣が歯周病の予防にもつながります。

◎歯周病は、全身の健康に深く関わっているため、早めの対策が重要です。歯の清潔をしっかりと保つことが予防につながります。



## 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

### 色の"濃い"野菜をサラダに入れる

なんとなく体が重い、肌の調子が悪い… そんなことはありませんか？もしかすると体からの「野菜不足」のサインかもしれません。

いつもの食事に、トマトやブロッコリーなど「色の濃い野菜」を少し足してみませんか？体の調子を整えるビタミンや、抗酸化成分がたっぷり詰まっています。



「ベジメータ®」をほのぼの健康館に設置しています。開館時間内であれば、いつでも無料で利用できます。

### 色の"濃い"野菜をサラダに使うヒント

#### レベル1 ▶▶ 袋から出して洗うだけ！

ミニトマトやカイワレダイコンなどは袋から出して洗うだけで使え、彩りもよくなります。

#### レベル2 ▶▶ レンジでチンするだけ！

冷凍のブロッコリーやホウレンソウ、インゲンなどは必要な分だけ解凍してドレッシングであえるだけでサラダになります。

手軽に野菜がとれるレシピ



「インゲンのゴママヨ」

### 冷凍インゲンは、筋取りや下茹での手間が省けます

#### 材料（2人分）

- ▷ 冷凍インゲン 1/2 袋
- ▷ ちくわ 2本
- ▷ かつお節 小1袋
- ▷ マヨネーズ 大さじ2
- ▷ ゴマ 適量

#### 作り方

- ① 冷凍インゲンを解凍し、食べやすい長さ切る
- ② ちくわを細切りにする
- ③ かつお節、マヨネーズ、ゴマを混ぜ合わせ、完成

「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、手話サークル「つつじの会」の皆さんです。

## 手話をきちんと伝えるためのポイント

### ポイント! 表情

喜怒哀楽や微妙なニュアンスを眉毛や目、口を動かして表現すると、感情が伝わりやすくなります。



### ポイント! 口型

1つの手話単語で複数の意味を表現できるものもあります。例えば「夏」「暑い」は同じ表現方法で表しますが、どのような意味で使われたのかを、口の形によって見分けられるよう「あ・つ・い」と唇を動かすことで区分します。

### ポイント! 手指の形・動き（強弱、回数、速さ）

きちんと伝えるためには、相手からはっきりみえるように動かす必要があります。手指の形によって意味が異なってしまう場合もあるので注意しましょう。また、同じ手話でも動きの強弱や回数、速さによっても意味が違ってくるので意識して表現しましょう。

## つつじの会

①つつじ



②会



- ①左手は指文字「つ」にして、指先をすぼめた右手は手首をひねりながら開く。（「つ」+「花」=つつじ）
- ②手のひらを下に向け指先を付けて、同時に下に引く。

## 勉強



両手のひらを自分に向け同時に2回下げる。

## 手話



両手のひらを自分に向け交互に回す。

## かほく市手話サークル「つつじの会」へようこそ!

「つつじの会」は、昭和56年から続く伝統ある手話サークルです。みんなで企画した交流会や手話学習会などにろう者の方も参加し、「手話」にふれています。手話に興味のある方は、サークルの見学や手話カフェに遊びに来てください。

- ▶場所 宇ノ気生涯学習センター
- ▶日時 毎週水曜（昼）10時～12時  
（夜）19時30分～21時
- ▶内容 手話学習、フリートーク、交流会など
- ▶問い合わせ 健康福祉課 ☎076(283)7121

## 手話カフェ

開催日 28日(火)  
13:30～15:00  
障害者基幹相談  
支援センター

## 4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：ほのぼの健康館 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：16日(木) 13時30分～15時  
場所：ほのぼの健康館 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：9日(木)・23日(木) 13時30分～15時  
場所：ほのぼの健康館 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：28日(火) 10時～12時  
場所：ほのぼの健康館 相談室  
問い合わせ：健康福祉課 ☎076(283)7121

## 4月2～8日は「発達障害啓発週間」です

毎年4月2日は、国連の定めた「世界自閉症啓発デー」、4月2日から8日は「発達障害啓発週間」です。自閉症やその他の発達障害に対する理解を進めるための啓発活動が世界的に展開され、日本でも、各地のランドマークが自閉症のシンボルカラーのブルーにライトアップされます。



哲学館のブルーライトアップ



こども家庭センター  
「おひさま」  
において

### ●発達障害ってなんだろう？

発達障害者支援法では、発達障害を「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害その他これに類する脳機能障害であってその症状が通常低年齢において発現するもの」と定義し、支援の対象としています。発達障害の原因はまだよく分かっていませんが、脳機能の障害として考えられています。

### ●障害の種類



出典：国立障害者リハビリテーションセンター「発達障害の理解のために」パンフレットより

### ●お子さんの発達や関わりについて相談したいと思ったら

#### ▷発達障害児保護者学習会「あおカフェ」(毎月第3水曜日開催)

石川県立看護大学から講師を招き、勉強会を兼ねた茶話会を開催しています。参加者それぞれの悩みや体験談を気軽に話し合うことができます。

#### ▷児童精神相談 (毎月第2木曜日開催)

石川県立こころの病院の児童精神科医に個別相談ができます。「落ち着きや、やりとりで気になることがある」「子どもの精神科受診について知りたい」などの相談ができます。

◎いずれも予約制のため、希望される方はこども家庭センターまでご連絡ください。

◎また、こども家庭センターでは来所や電話による個別相談も随時受け付けています。

日程調整が必要な場合がありますので、事前に電話でご連絡ください。

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。

# 4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：8日（水）、22日（水） 13時15分～  
場所：ほのぼの健康館 2階

### ●ちっちゃな相談室（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：22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：5月14日（木）  
各回 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）【前日までに予約】

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：15日（水） 13時30分～  
場所：宇ノ気生涯学習センター 3階 会議室  
※4月から会場が変更となりました  
講師：石川県立看護大学准教授 大江真吾さん

### 【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

定休日：日曜日・祝日

### ●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
-----	------

24日（金）	双子ちゃん三つ子ちゃん集まれ！ 10時～
--------	----------------------

⚠ 7月末までの間「おひさま広場」は利用できません。「うさちゃん親子広場」をご利用ください。

### ●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
-----	------

16日（木）	はじめましての会
--------	----------

17日（金）	えほんだいすき（図書館司書） 11時～
--------	---------------------

21日（火）	赤ちゃん広場（2カ月～1歳誕生日） [要予約*、15組]
--------	---------------------------------

25日（土）	絵本の読み聞かせ（円グループ）
--------	-----------------

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）

☎ 076 (285) 2701

日にち	イベント
-----	------

10日（金）	えほんだいすき（図書館司書） 11時～
--------	---------------------

21日（火）	赤ちゃん広場（2カ月～1歳誕生日） [要予約*、15組]
--------	---------------------------------

28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
-----	------

7日（火）	わらべうたで遊ぼう（やまんばの会）
-------	-------------------

17日（金）	はじめましての会
--------	----------

21日（火）	赤ちゃん広場（2カ月～1歳誕生日） [要予約*、15組]
--------	---------------------------------

24日（金）	えほんだいすき（図書館司書） 11時～
--------	---------------------

28日（火）	お誕生会
--------	------

※2週間前より予約を受け付けています。

**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。

**4月5日(日)**

- ▷ **うえしま整形外科・運動器クリニック(整外)**  
☎ 076 (289) 2236 〈津幡町清水ア25〉
- ▷ **つねファミリークリニック(小・循内・産・婦)**  
☎ 076 (286) 1230 〈内灘町白帆台2-1〉

**4月12日(日)**

- ▷ **しばた眼科クリニック**  
☎ 076 (204) 6355 〈かほく市高松ム60番地14〉
- ▷ **村田医院(内・小)**  
☎ 076 (286) 0300 〈内灘町鶴ヶ丘2-8-15〉

**4月19日(日)**

- ▷ **中田内科病院**  
☎ 076 (283) 1121 〈かほく市内日角6-35-1〉
- ▷ **由雄クリニック(内・循)**  
☎ 076 (288) 8584 〈津幡町横浜は50-6〉

**4月26日(日)**

- ▷ **まきの皮ふ科**  
☎ 076 (288) 2095 〈津幡町中須加る52-1〉
- ▷ **なぎさこどもクリニック**  
☎ 076 (255) 3439 〈かほく市松浜イ65-8〉

**4月29日(水・祝)**

- ▷ **かくだメディカルクリニック(内)**  
☎ 076 (281) 0012 〈かほく市高松ム69-2〉
- ▷ **おくやま内科クリニック**  
☎ 076 (254) 5711 〈津幡町北中条2-31〉

**5月3日(日・祝)**

- ▷ **かわむら整形外科クリニック**  
☎ 076 (288) 2555 〈津幡町横浜へ36-3〉
- ▷ **保志場医院(内)**  
☎ 076 (281) 0069 〈かほく市高松ノ90甲2〉

**5月4日(月・祝)**

- ▷ **望月眼科医院**  
☎ 076 (239) 1515 〈内灘町旭ヶ丘142〉
- ▷ **はせがわクリニック(内・消・外)**  
☎ 076 (283) 6611 〈かほく市内日角4-12〉

**5月5日(火・祝)**

- ▷ **いしざき皮ふ科クリニック**  
☎ 076 (283) 5525 〈かほく市内日角4-71〉
- ▷ **松岡医院(内・小)**  
☎ 076 (288) 1013 〈津幡町越中坂90〉

**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〉

**4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(水)	
2日(木)	
3日(金)	
4日(土)	●かほく四季まつり～桜まつり～(10:00～16:00、高松中町通り)
5日(日)	●市民課 臨時窓口開設(9:00～15:00) ●古紙類・古着類拠点回収(9:00～12:00、リサイクルプラザ)
6日(月)	
7日(火)	●市内小・中学校入学式(㊥9:00、㊦10:30) ●公立こども園入園式(13:30)
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)	●古紙類・古着類拠点回収(9:00～12:00、リサイクルプラザ) ●狂犬病集団予防接種(14時参照)
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)	●狂犬病集団予防接種(14時参照)
26日(日)	
27日(月)	
28日(火)	
29日(水)	【昭和の日】激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたす。
30日(木)	●かほく市商工会プレミアム商品券販売終了(9時参照)
5月1日(金)	
2日(土)	
3日(日)	【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(月)	【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(火)	【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。

広報かほく4月号は13,200部作成し、印刷経費は1部当たり約48円です。