

広報 かほく

2026. 6
No.268



熱狂と感動をありがとう！！
PFU ブルーキャッツ石川かほく

かほく市をホームタウンに、女子プロバレーボールチームとして活動する PFU ブルーキャッツ石川かほく。「**トップへ、跳び乗れ。**」をスローガンに、馬場大拓監督のもと、**かほく市から日本一**を目指して「大同生命 SV.LEAGUE WOMEN」2025-26 シーズンを戦いました！

10月10日に開幕したレギュラーシーズン。44戦31勝で3位となり、初のチャンピオンシップへ進出。日本一を目指して挑んだチャンピオンシップを振り返ります。



〔市民のみなさまへ〕

馬場大拓監督 セミファイナルではあと一歩というところで勝利を逃し大きな悔しさはありますが、選手、スタッフ全員で総力を出し続けて戦ってきました。シーズンを通して応援していただいたことは、チームの力になっています。サポートに感謝しています。

細沼綾主将 クォーターファイナルではホーム開催を獲得し、たくさんの方に足を運んでいただきました。チームの状況が良いとき、悪いとき、いつも一番近くで支えてもらっています。これからも応援よろしくお願ひします。

CONTENTS もくじ

- 2 チャンピオンシップベスト4
PFUブルーキャッツ石川かほく
- 4 まちの話題
- 6 かほく市住民健診のお知らせ
- 8 長年の功績 晴れの受章
- 9 市からのお知らせ
- 16 暮らしの情報
- 20 コミスク通信/
KAHOKU & THE WORLD
- 21 図書館へ行こう/文化のいぶき
- 22 哲学のはじまり/文芸の窓
- 23 スポーツコミッションかほく/
文化財と生きる かほく
- 24 ロコモ予防/
スモールチェンジのすすめ
- 25 手話でやってみよう/今月の相談日
- 26 消防だより/不用品登録情報
- 27 子育て相談・イベント情報
- 28 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4月30日現在)

| | |
|-----|-----------------|
| 男性 | 17,755人 (+ 38) |
| 女性 | 18,723人 (+ 31) |
| 合計 | 36,478人 (+ 69) |
| 世帯数 | 14,925世帯 (+ 61) |

(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



WebSite



Instagram



「元気」と「笑顔」、「熱狂」と「感動」をありがとう !!

チャンピオンシップ

ベスト4

PFUブルーキャッツ石川かほく

チャンピオンシップ

クォーターファイナル vs クインシーズ刈谷

2026.4.11 ㊥ 13:05 3-1

2026.4.12 ㊦ 13:05 3-0 勝利! セミファイナルへ

とり野菜みそ BLUECATS ARENA をブルーに染めろ!

クォーターファイナル ホームゲーム初日の4月11日、会場には2,082の方が詰め掛けました。応援席をPFUブルーキャッツ石川かほくのチームカラーで染めるべく、かほく市から先着1,000の方にブルーのベースボールシャツが配られました。ブルーに染まった応援席からは、チームの勝利を願ってたくさんの方の応援が響き渡りました。

皆さんの応援により、初日、2日目と勝利し、セミファイナルへの切符を手に入れました。



チャンピオンシップ

セミファイナル vs SAGA久光スプリングス

2026.4.18 ㊥ 14:05 3-1

2026.4.19 ㊦ 14:05 2-3

2026.4.20 ㊧ 19:05 2-3 ファイナル進出ならず...

みんなの想い、届けSAGAアリーナへ!

セミファイナル進出を決め、河北台中学校講堂でパブリックビューイングが開催されました。初日から熱戦が繰り広げられ、会場は日を追うごとに観客数が増加し、3日目は平日の夜にもかかわらず立ち見が出るほど。河北台中学校講堂は試合会場さながらの雰囲気、熱気に包まれました。

結果、ファイナル進出は逃しましたが、選手のプレーする姿にたくさんの感動をもらいました。



「大相撲かほく場所」が10月に開催決定
枝川親方（元蒼樹山）が表敬訪問

4月22日、枝川親方（元蒼樹山）が、「令和8年秋巡業大相撲かほく場所」の開催決定の報告のため、油野和一郎市長を表敬訪問しました。

枝川親方は地方巡業の魅力を述べた後、「石川県にゆかりのある力士が活躍する姿を見せることで、石川県の皆さんに勇気や元気を届けたい」とかほく場所への意気込みを語



かほく場所のPRに訪れた枝川親方



りました。

油野市長からは「大相撲の迫力を身近で感じられる地方巡業に期待している」との言葉が贈られました。

地方巡業かほく場所は、10月13日にとり野菜みそブルーキャッツアリーナで開催されます。

市スポーツ協会が功労者を表彰

4月15日、七塚健康福祉センターで2025年度かほく市スポーツ協会功労者表彰式が開催されました。

この表彰は、おおむね7年以上、継続的に協会の運営発展に功労のあった方に贈られるもので、次の方が受賞されました。

- ▽北井 淳之輔さん（剣道協会）
- ▽北本 和夫さん（グラウンド・ゴルフ協会）
- ▽富澤 豊さん（柔道連盟）
- ▽竹田 勝平さん（ウエイトリフティング協会）
- ▽東中 大津雄さん（パドルテニス協会）



受賞者の皆さん

PFUブルーキャッツ石川かほくが表敬訪問

4月22日、PFUブルーキャッツ石川かほくの蓮池学代表、寺廻太ゼネラルマネージャー、馬場大拓監督、細沼綾主将が、2025、26大同生命SVリーグの戦いを終え、シーズン終了報告に油野市長を表敬訪問しました。

地元の温かい応援が大きな励みになり、レギュラーシーズン3位、初進出した

チャンピオンシップでベスト4という結果を残すことができたこと感謝の思いが語られました。

細沼主将は「この結果に満足せずに、来季は優勝を目指したい」と来シーズンへの意気込みを力強く述べました。

油野市長は「元氣と笑顔、勇気を届けてくれた」と奮闘を讃えました。

馬場監督（右）と細沼主将（右から3人目）



石川県スポーツ少年団顕彰を受賞

5月9日、いしかわ総合スポーツセンターで、令和7年度石川県スポーツ少年団顕彰表彰式が開催されました。

この表彰は、長年にわたりスポーツ少年団の普及発展および指導・育成に尽力された団体・個人に贈られるもので、次の方が受賞されました。

【優良単位スポーツ少年団顕彰】

▽横山剣道教室

【指導員育成功労者顕彰】

▽一三良重さん

（かほくジュニアアスリートクラブ）

▽中村昭博さん

（かほくキッズピンポンクラブ）

▽小村登志也さん

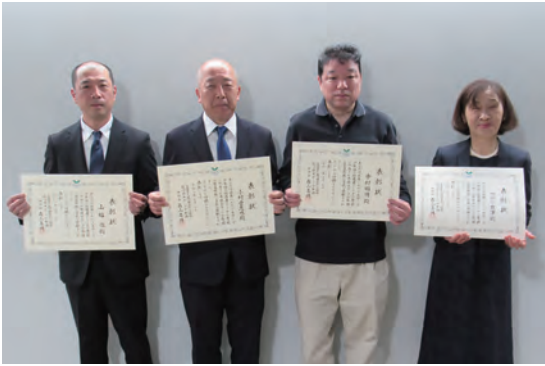
（大崎剣道教室）

▽山越徹さん

（横山剣道教室）



横山剣道教室を代表して四柳さん



指導員育成功労者顕彰受賞者の皆さん

「あそびの森かほつくる 開館5周年記念セレモニー」を開催

4月29日、あそびの森かほつくるで、開館5周年を記念したセレモニーが開催されました。

セレモニーでは、油野市長が「子育てしやすい環境づくりの拠点として、この『かほつくる』を活用し、これまで以上に若い世代に選んでもらえるまちを目指していきたい」と挨拶しました。

その後、「和太鼓つばき」による和太鼓ステージで迫力あるパフォーマンスが披露されたほか、来場者には「あそびの森」から記念缶バッジがプレゼントされるなど、会場はたくさんの方の親子連れで賑わいました。



「あそびの森」で記念撮影

交通死亡事故ゼロ8000日を達成 警察本部から感謝状

市内における交通死亡事故ゼロの日数が令和8年5月3日で8000日を達成し、石川県警察本部宮永裕嗣交通部長と県交通安全協会寺瀬秀昭専務理事から感謝状と記念品が贈呈されました。

5月11日、市役所で行われた贈呈式には、竹内久外志市交通安全協会会長と上野学市街頭交通推進隊長

部隊長が同席しました。

感謝状を受け取った油野市長は、「交通安全に尽力されている関係団体、市民の皆さまの努力の結果である。死亡事故ゼロを継続することは行政に課せられた大きな課題であり、今後も関係団体の協力を得ながら、交通安全意識の普及、啓発に努めていく」と感謝と決意の言葉を述べました。

交通安全を誓う油野市長と関係者の皆さん



2 医療機関健診 → 7・8・9月 ※健診期間が昨年度から変更していますのでご注意ください。

■ 特定健診 + 各種がん健診 (乳がん・子宮頸がんは除く)

| 医療機関 (50 音順) | 電話番号 |
|---------------|--------------|
| 宇野気医院 | ☎ 283 - 0103 |
| 沖野クリニック | ☎ 281 - 0500 |
| おきの内科医院 | ☎ 285 - 2552 |
| かくだメディカルクリニック | ☎ 281 - 0012 |
| 北谷クリニック | ☎ 281 - 8801 |
| 久保医院 | ☎ 283 - 0017 |
| 紺谷医院 | ☎ 285 - 0020 |
| なかお医院 | ☎ 283 - 6655 |
| 中田内科病院 | ☎ 283 - 1121 |
| はせがわクリニック | ☎ 283 - 6611 |
| ニツ屋病院 | ☎ 281 - 0172 |
| 保志場医院 | ☎ 281 - 0069 |
| らいふクリニック | ☎ 283 - 6200 |

■ 乳がん (●)・子宮頸がん (◆) 健診

| 医療機関 | 電話番号 |
|------------------|--------------|
| 金沢医科大学病院 ●◆ | ☎ 286 - 3511 |
| 公立河北中央病院 ●◆ | ☎ 289 - 2117 |
| 向陽台クリニック ◆ | ☎ 255 - 3454 |
| つねファミリークリニック ◆ | ☎ 286 - 1230 |
| アンジュレディースクリニック ◆ | ☎ 254 - 5103 |
| いつきプレストクリニック ● | ☎ 282 - 9228 |

■ 予約について

医療機関に直接予約してください。

人間ドック検査費用を助成

市国保の方を対象に、人間ドック・脳ドックの検査費用の一部を助成しています。

詳細は、15 頁をご確認ください。

03. 健診費用 自己負担はどれくらい？

1 集団健診の場合 基本健診 500 円 + 各種がん検診 0 ~ 1,000 円

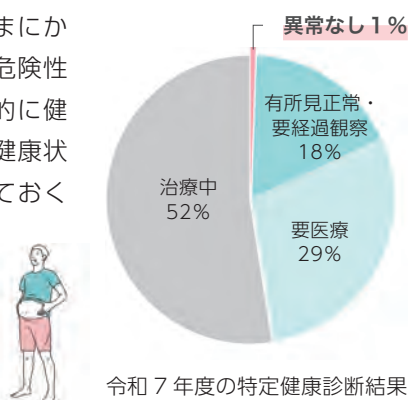
2 医療機関健診の場合 基本健診 500 円 + 各種がん検診 0 ~ 1,100 円

約 1 万円の基本健診が、
住民健診なら 500 円で受けられます！

04. 生活習慣病 予防と早期発見のために！

「健康だから大丈夫」と思っている方も、健診を受けた方のうち「異常なし」と判定された方は全体の 1% しかいません。

生活習慣病の多くは悪化するまで自覚症状がほとんどないのが特徴です。いつのまにか病気が進行してしまう危険性がありますので、定期的に健診を受けて自分自身の健康状態を常に正しく把握しておくことが、生活習慣病の早期発見・治療に重要です。



胃内視鏡検査 (胃カメラ) 費用助成

胃がんリスク検診 (ABC 検診) 受診後のフォローとして、定期的な胃内視鏡検査をお勧めし、検査費用の一部を助成しています。対象者の方には、5月中旬に案内を送付していますのでご確認ください。

05. 健診のすすめ 未来の自分のために！

住民健診・特定健診・がん検診は、あなたの健康を守るための大切な機会です。どれも「今は元気だから大丈夫」と思っている時こそ受けてほしい検査で、生活習慣病やがんなどの重大な病気を早期に発見し、治療につなげる力があります。

特に高血圧・糖尿病・脂質異常症などは自覚症状がほとんどなく進行するため、健診でのチェックが欠かせません。

また、がん検診は早期発見によって治療の選択肢が広がり、生活の質を保つことにもつながります。

健診は短い時間で受けられ、費用の負担も抑えられています。あなた自身のためだけでなく、大切な家族の安心のためにも、ぜひ定期的に健診を受けてください。健康は「気づいたときに守る」ものではなく、「気づく前に守る」ものです。今できる一歩を、未来の自分のために踏み出しましょう。

かほく市けんしん委員会
長谷川 泰介 医師





7月から集団健診、医療機関健診がはじまります！

かほく市住民健診のお知らせ

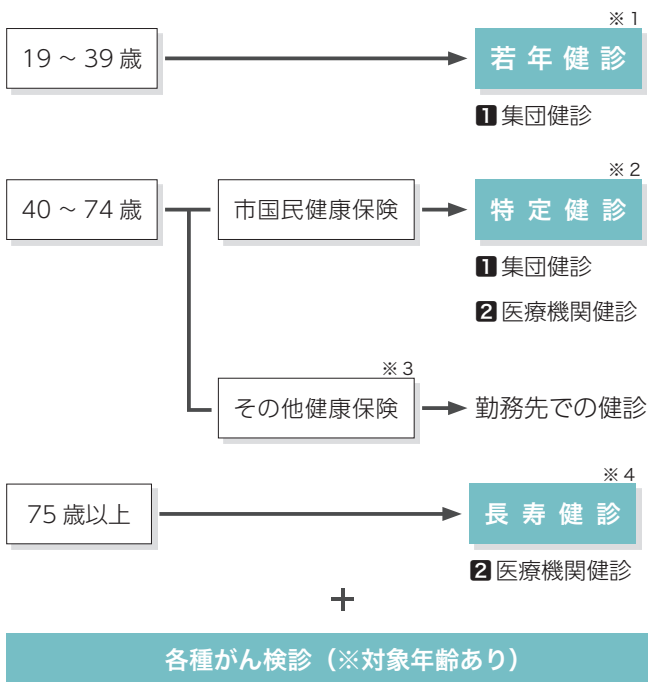
生活習慣病の多くは、悪化するまで自覚症状がほとんどないのが特徴です。健診は、そんな自覚症状のない段階での早期発見、予防にとっても有効です。かかりつけ医で治療中であっても、すべての検査を受けているわけではありません。年に一度は健診でご自身の体をチェックをしましょう！

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 076 (283) 1117

01. 健診の種類 どんな健診が受けられるの？

19歳以上のすべての方が住民健診の対象者です。年齢と加入している保険によって健診の種類が変わります。

■ 年齢別フローチャート（令和9年3月31日時点年齢）



※1… 職場等で健診機会がある方は、勤務先での健診を優先してください。

※2… 6月下旬に健診案内〔受診券〕を送付します。

※3… 市国民健康保険以外の保険の被扶養者は、保険証を発行している保険者までお問い合わせください。

※4… 6月下旬（昭和26年6月生まれの方は7月）に健診案内〔受診券〕を送付します。

女性がん検診無料クーポン券

女性がん検診を無料で受けられるクーポン券を下記の対象者の方に送付します。（年齢は令和8年4月1日時点）

- ▷ 乳がん検診 40・45・50・55・60歳
- ▷ 子宮頸がん検診 20・25・30・35・40歳
- ▷ HPV検査 30・35・40歳 ※過去未受診者

02. 健診期間と実施場所 いつ、どこで実施しているの？

1 集団健診 → 7・9・10月

■ 7月の日程

※9・10月の日程は後日送付する案内をご確認ください。

| 日時 | | 場所 |
|--------|---------------------------|------------|
| 6日(月) | 8:15～11:15 13:15～14:45 | 高松産業文化センター |
| 7日(火) | 8:15～11:15 13:15～14:45 | かほく市総合体育館 |
| 10日(金) | 8:15～11:15 | ほのぼの健康館 |
| 11日(土) | 8:15～11:15 | ほのぼの健康館 |
| 21日(火) | 8:15～11:15 | ほのぼの健康館 |
| 22日(水) | 8:15～11:15 | 高松産業文化センター |

■ 予約について

7月1日(水) 8:30より受付を開始します。

▷ インターネット（専用サイト）から予約

▷ 電話で予約

かほく市集団健診予約センター
（専用ダイヤル）☎ 0120-12-3210



予約専用
サイト

注意事項

▷ 予約が定員に達した場合、希望する日程に健診を受けられない場合があります。

▷ 全日程の予約が可能です。お早めにご予約ください。

長年の功績 晴れの受章

—— おめでとうございます ——

令和8年春の叙勲受章者が発表され、かほく市から次の方が受章されました。

春の叙勲

旭日小綬章

猪村博靖さん(73) || 指江 ||



元宇ノ気町、かほく市議会議員。
長年にわたる議員活動において議長
の要職を務めるなど、地方自治の発展に
尽力されました。

瑞宝小綬章

粕野健治さん(70) || 木津 ||



元県職員。
長年にわたり地方自治の発展に尽力さ
れました。

瑞宝単光章

重野かおるさん(62) || 内日角 ||



元国立病院機構七尾病院看護部長。
長年にわたり看護業務に従事し、地域
医療の発展に尽力されました。

危険業務従事者叙勲

瑞宝単光章

杉本克也さん(74) || 大崎 ||



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

令和8年経済センサス活動調査を実施中です

調査の目的

令和8年6月1日を基準日として、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」を実施しています。調査の結果は、国や地方公共団体における行政立案など、社会経済を支える基礎資料として広く活用されています。

調査への回答方法

- ▷ インターネット回答 (6月8日まで)
 - ▷ 調査員による紙の調査票の回収
- ※ 6月8日(月)までにインターネット回答が確認できない場合は調査員が改めて訪問します。

調査へのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ 企画課 ☎ 076 (283) 1112



ふるさと納税

寄付

ふるさと「かほく市」への応援 ありがとうございます

問い合わせ 総務課 秘書室 ☎ 076 (283) 1110

令和7年度中は、多くの皆さまに「ふるさと納税制度」をご利用いただき、たくさんのご厚意を賜りました。

寄附金の使途として、令和7年7月から「プロスポーツによる賑わいと活力あるまちの創造」の項目を追加しました。

「(10) 使途の指定なし」分は「かほく市まちづくり基金」に積み立て、将来の地域振興のために活用させていただきます。

令和6年1月に発生した「能登半島地震」に対して、令和7年度も多くの皆さまから、ふるさと納税を通じた「災害支援寄附金」を賜り、心より感謝申し上げます。

令和7年度ふるさと納税の内訳

| 項目 | 件数 (件) | 金額 (千円) |
|--------------------------------|--------|---------|
| (1) 子育て支援 | 3,615 | 157,145 |
| (2) 教育・文化 | 493 | 23,434 |
| (3) 西田幾多郎記念哲学館 魅力アップ事業 | 90 | 4,313 |
| (4) 若手農業者の育成 | 89 | 2,879 |
| (5) プロスポーツによる賑わいと 活力あるまちの創造 | 129 | 5,153 |
| (6) 健康・福祉 | 479 | 19,423 |
| (7) 生活環境 | 242 | 7,227 |
| (8) 産業振興 | 328 | 15,046 |
| (9) 災害復旧・被災者支援※ | 2,216 | 64,506 |
| (10) 使途の指定なし | 2,040 | 94,722 |
| 合計 | 9,721 | 393,848 |

※「令和6年能登半島地震」への緊急支援分含む

ふるさと納税ポータルサイト「ふるさとチョイス」「ふるなび」「さとふる」「楽天ふるさと納税」「まいふる(イオン)」「Amazonふるさと納税」のいずれかをご利用いただくと、申請から寄附までの全ての手続きが可能です。詳細は市ホームページをご確認ください。



健康
福祉

令和8年度

带状疱疹予防接種について

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 076 (283) 1117

带状疱疹^{ほうしん}予防接種 (B 類疾病) を実施します。定期接種の対象者は毎年度異なるため、接種希望の場合は機会を逃さないようご注意ください。

●**対象者** 過去に带状疱疹予防接種をしたことがなく、令和8年度中に次の年齢になる方

▷ 65 歳

▷ 70・75・80・85・90・95・100 歳 (※5年間の経過措置)

▷ 60 歳 ~ 64 歳の方で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方 (身体障害者 1・2 級の方)

●**接種期間** 7月1日 ~ 令和9年3月31日

◎対象者の方には、6月下旬に接種券を送付します。

●**接種場所** 河北郡市内契約医療機関

※後日送付される接種券をご確認ください。

●**ワクチンの種類**

| | 乾燥弱毒性 水痘ワクチン | 乾燥組換え 带状疱疹ワクチン |
|------|-----------------|-------------------|
| 接種回数 | 1 回 | 2 回※ ¹ |
| 自己負担 | 2,300 円 | 6,300 円×2 回 |

※¹ 2 回目は 2 カ月以上間隔をおく必要があるため、**1 回目は令和9年1月までに接種**してください。



厚生労働省
ホームページ



かほく市
ホームページ

市
政
組
織

市役所に授乳・搾乳室を新設しました

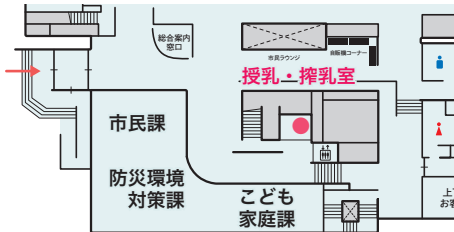
問い合わせ 管財課 ☎ 076 (283) 1113

市役所本庁舎1階こども家庭課前に、授乳・搾乳室を設置しました。

カーテンで仕切られた授乳・搾乳コーナーやおむつ替えシート、また、ご兄弟連れでも安心して利用できるように小さな遊び場も併設しています。

ぜひお気軽にご利用ください。

かほく市役所

子
ども
教
育

「児童手当現況届」の提出は、お忘れなく

問い合わせ こども家庭課 ☎ 076 (283) 7155

「児童手当現況届」は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当を引き続き受けることができるかを確認するものです。次に該当する方は、6月上旬に現況届を送付しますので、期日までに提出してください。

●現況届の提出が必要な方

- ▷ 里親などの施設等受給者
- ▷ 離婚協議中で配偶者と別居している方
- ▷ 配偶者が海外に居住している方
- ▷ 国家公務員、地方公務員の共済組合に加入しており、かほく市から児童手当を受給している方（3歳未満の児童がいる方のみ）
- ▷ 第3子以降加算額算定対象者（大学生年代）が進学せず、就職等している方

●提出期限 6月30日（火）

●提出先 こども家庭課

※公務員の方は、勤務先でご提出ください。



制度内容

児童手当6月支給のお知らせ

支給日 6月15日（月）

登録口座へ振り込みますので、ご確認ください。



かほく四季まつり ～サマーフェスタ in かほく 2026～

花火大会協賛募集

かほく市商工会青年部では、サマーフェスタ・花火大会開催に合わせ、市内企業・市民を対象にした協賛の募集を行います。多くの方々のご協力をお願いします。

- 協賛金 一口5,000円（何口でも結構です）
- 募集締切 6月12日（金）
- 協賛いただいた方には
 - ▷ 花火大会プログラムに企業名・氏名の掲載
 - ▷ まつり当日、商工会青年部ブースで使用できる「ガラポン抽選券」を進呈
- 申込・問い合わせ先 かほく市商工会 青年部事務局 ☎ 076 (204) 6822



6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

歯周病検診・無料歯科検診のお知らせ

問い合わせ

健康福祉課 ☎ 076 (283) 1117

歯と口は食べる、話すだけでなく、健康な生活の基本です。むし歯や歯周病は自覚なく進行することもあります。毎日のケアと定期検診や相談会を活用して、歯と口の健康を守りましょう。

《 歯周病検診 》

河北郡市内歯科医療機関での歯周病検診を実施します。

- **対象者** 令和8年度中に20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・76歳になる方
- **費用** 個人負担200円

◎対象者の方には、6～10月にかけて受診券を送付します。

《 河北歯科医師会 無料歯科検診 》

お子さまからお年寄りまで、歯の悩みを気軽に相談できる無料の歯科検診・相談会です。

- **日時** 6月14日(日) 9時～11時30分
- **場所** 津幡町役場福祉センター大ホール
- **内容** 歯科検診、相談、ブラッシング指導、フッ素塗布
- **費用** 無料
- **問い合わせ** 石川県歯科医師会 ☎ 076 (251) 1010

6月23日～29日は「男女共同参画週間」

一緒に考えよう！ 男女共同参画社会

問い合わせ

生涯学習課 ☎ 076 (283) 7137

● 男女共同参画社会とは？

男女が互いに人権を尊重しつつ喜びも責任も分かち合い、性別にかかわらず一人一人が自由に活躍できる豊かな社会のことです。

令和8年度は、若い世代の公募により決定した「あなたらしさが、社会のチカラ」というキャッチフレーズのもと、全国的に啓発活動を行っています。

「男だから、女だから」とやりたいことを我慢した、言いたいことが言えなかったことはありませんか？日常生活の中で当たり前になってしまっている男女の役割をもう一度見つめ直し、「男女共同参画」について一緒に考えてみましょう。



かほく四季まつり～サマーフェスタ in かほく 2026～

模擬店出店者の募集

サマーフェスタ・キャッツフェスタ会場での模擬店出店者を募集します。

- **出店日時** 7月25日(土) 13時～22時
- **出店場所** キャッツフェスタ会場(かほく市役所周辺)
- **出店料** 市内の方 25,000円、市外の方 45,000円、キッチンカー 23,000円
- **募集期間** 6月15日(月)～6月19日(金) 8時30分～17時
※申し込みが予定数に達した時点で、締め切る場合があります。
- **申込方法** 市ホームページをご確認ください。
- **問い合わせ先** かほく市商工会 ☎ 076 (204) 6822



市ホームページ

健康
福祉

短期集中予防サービス

「プラチナ元気塾」開催のお知らせ

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

体力や筋力が落ちて、入浴や買い物、家事、外出等の日常生活の動作に自信がなくなってきたと感じている方はいませんか？
プラチナ元気塾に参加して、体力アップを図り、もう一度元気な生活を取り戻しましょう！

※参加を希望される方は、最初にかほく市高齢者支援センターまで、ご連絡ください。

- 対象者 要支援1・2の認定を受けた方、または65歳以上のチェックリスト該当者
- 日時 前期：7/28～11/17（全12回）、後期：12/1～3/2（全12回）、いずれも13時30分～15時30分

| | 1回目 | 2回目 | 3回目 | 4回目 | 5回目 | 6回目 | 7回目 | 8回目 | 9回目 | 10回目 | 11回目 | 12回目 |
|----|------|------|-------|-------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 前期 | 7/28 | 8/4 | 8/18 | 9/8 | 9/15 | 9/29 | 10/6 | 10/13 | 10/20 | 10/27 | 11/10 | 11/17 |
| 後期 | 12/1 | 12/8 | 12/15 | 12/22 | 1/5 | 1/12 | 1/19 | 1/26 | 2/2 | 2/9 | 2/16 | 3/2 |

※原則全12回の参加となります。

- 場所 ほのぼの健康館 2階 リハビリ室
※施設の都合により、変更になる場合があります。
- 内容 健康チェック、専門職による講話、かほくプラチナ筋力アップ体操、作業療法士による個別指導、認知症・フレイル予防プログラム、ストレッチなど
- 定員 12人
- 参加料 450円/回
- 申込締切 前期：7月21日、後期：11月24日
- その他 送迎あり

◎詳細はホームページをご確認ください。
基本チェックリストも取得できます。



かほく四季まつり ～サマーフェスタ in かほく 2026～

猫にゃんグランプリ参加チームを大募集

開催日時 7月25日（土）
（市役所前駐車場 特設ステージ）

大会テーマ 「絆」

参加費 無料

参加要項

- チーム条件 1チーム原則5人以上（年齢不問）
- ダンス形式 「猫」の仮装をして、テーマに基づきダンス等のパフォーマンスを披露
- 演技時間 1チーム4分30秒以内
- ステージ 幅9.0m 奥行5.4m
- 使用音源 CDのみ対応可能（各自で準備）
- 大会賞品
 - ▷グランプリ 10万円
 - ▷準グランプリ 7万円
 - ▷ダンス・仮装キャッツ賞 各5万円
 - ▷審査員特別賞 3万円
 - ▷参加賞 1万円

審査方法 次の審査項目に沿って点数評価する
①仮装点 / ②ダンス点 / ③テーマ点

申込方法
市ホームページをご確認ください。



応募締切 6月26日（金）
※応募多数の場合抽選

問い合わせ
かほく市まつり実行委員会事務局（地域創生課内）
☎ 076 (283) 7132



暮らし
・
住宅

市営住宅の入居者募集（8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** 6月1日（月）～12日（金）
- **内覧会** 6月11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
いただくか、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

（5月18日現在）

| 区分 | 名称 | 間取 | 空き | 家賃 |
|--|--------------|------|-----------|---------------------------------|
| 公営住宅 | 高松団地南棟 | 4DK | 1戸（2階） | 20,600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 | 3戸（4階～5階） | 10,800円～ 所得により決定 |
| | コーポ宇気 | 3DK | 6戸（1階～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 | 高松団地西棟 | 3LDK | 1戸（2階） | 55,000円 |
| | 白千鳥ハイツ（高松） | 3LDK | 7戸（2階～4階） | 49,000円 |
| | 緑ヶ丘団地（白尾） | 3DK | 1戸（2階） | 48,500円 |
| | あさひが丘ハイツ（横山） | 3LDK | 1戸（2階） | 58,000円 |
| 定住支援住宅 | コーポ宇気 | 3DK | 8戸（5階） | 勤労者世帯 20,000円 子育て世帯 12,000円～ |



世界留学生交流

ジャパント

第39回 JAPAN TENT ホストファミリーを募集

日本各地で学ぶ留学生が石川県に滞在し、日本の文化や生活様式を学ぶ「JAPAN TENT」で留学生を受け入れてくださるホストファミリーを募集します。
これを機会に世界各国の留学生と交流しませんか？

- **募集** 5ファミリー程度
- **受入期間** 8月20日（木）～23日（日）の3泊4日
- **申込方法** 電子申請サービス、または市ホームページから申込書をダウンロードし、生涯学習課まで提出、またはメールで申請
- **申込締切** 7月3日（金）
- **申込・問い合わせ**
生涯学習課 ☎ 076 (283) 7137
syougai@city.kahoku.lg.jp



申し込み
（電子申請）



募集要項
（市HP）

●その他

- ▷ 留学生が泊まる部屋の提供、留学生への食事の提供、留学生の送迎をボランティアでしていただきます。
- ▷ 受入期間前に、ホストファミリーを対象とした説明会を開催する予定です。
- ▷ 留学生は日本の普段の生活様式を体験するために来るので、特別な食事等を準備していただく必要はありません。

◎今後の状況により事業内容が変更・中止となる場合があります。



昨年のホストファミリーと留学生の皆さん

住まいの耐震化を考えてみませんか？

未曾有の大災害となった令和6年能登半島地震において、かほく市では震度5強を観測し、多くの被害をもたらしました。地震の多い日本では、いどこで大きな地震が起きてもおかしくありません。そして、大きな地震が起きた場合の生命を失う原因の多くは、建物の倒壊によるものです。

かほく市の耐震改修補助限度額は、全国トップクラスの280万円（補助率10/10）です。

家屋の耐震化は生命を守る有効な手段です。これを機会に住まいの耐震化について考えてみませんか。

●まずは、耐震診断を受けてみましょう

耐震化の第一歩は耐震診断です。耐震診断は、建築士等の専門家が安全性を現地調査し、上部構造評点という数値で耐震性を評価します。診断結果に応じて補強計画や耐震改修を行います。

| 上部構造評点 | 判定 |
|-----------|------------|
| 1.5以上 | 倒壊しない |
| 1.0～1.5未満 | 一応倒壊しない |
| 0.7～1.0未満 | 倒壊する可能性がある |
| 0.7未満 | 倒壊する可能性が高い |

以下の物件が対象となります。

- ▷市内にある一戸建ての住宅、店舗等併用自宅（店舗等床面積1/2未満のもの）、長屋・共同住宅（耐火建築物または準耐火建築物であって、延べ面積が1,000㎡以上であり、かつ、地階を除く回数が原則として3階以上のものを除く）
- ▷現に居住の用に供している住宅または補助事業の完了後速やかに居住の用に供する住宅
- ▷昭和56年5月31日以前に建築され、または工事が着手された住宅もしくは令和6年度能登半島地震により被災し罹災証明（一部損壊以上）が発行された住宅（被災住宅）

●耐震診断費、耐震改修工事費の補助があります

| 事業区分 | | 補助率 | 限度額 |
|---------------------|--------|---------------|------------------|
| 診断 | 簡易耐震診断 | — | 無料※ ¹ |
| | 耐震診断 | 9/10 | 10万円 |
| 耐震改修工事 | | 10/10 | 280万円 |
| 建替え工事※ ² | | 建替え前の住宅面積に準ずる | 280万円 |

※¹ 図面がない、または現地調査希望の場合は、5,000円の自己負担となります。

※² 被災住宅のみ補助の対象となります。

市では工事の費用負担を軽減し、耐震補強に取り組みやすくするための制度を設けています！

《段階的耐震改修制度》

工事費用・生活スタイル等を理由に一度に耐震改修工事を実施することができない住宅については、段階的に耐震改修工事を行うこともできます。

●一般耐震改修



●段階的改修

▷階別型 階ごとに耐震改修

▷評点型 評点を段階的に上げていく

《代理受領制度》

補助金受領を事業者へ委任することで、補助金相当額が工事費の支払いから控除されます。

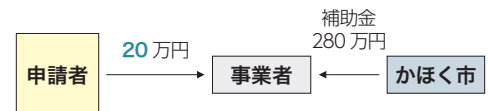
申請者は補助金額を差し引いた工事費用を用意すればよいので、初期費用の負担が軽減されます。

例) 工事費300万円、補助金額が280万円の場合

●通常



●代理受領



※診断、工事を行う前に補助金の申請が必要です。

◎詳細はホームページをご確認ください。



健康
福祉

国民健康保険に加入している方へ

人間ドック検査費用を助成しています

問い合わせ 保険医療課 ☎ 076 (283) 7123

国民健康保険に加入されている30歳～74歳の方を対象に、人間ドック・脳ドックの検査費用の一部を助成しています。

◎本年度中（令和9年3月31日まで）に**40歳になる方**は、指定検査機関で受検する場合、人間ドック（1日）の費用の**全額助成**を受けられます。

- 申請方法 (1)医療機関で受検日等を予約
(2)受検日の3週間前までに保険医療課、高松・七塚サービスセンターで申請

- 申請時の持ち物 本人確認書類、特定健診受診券
※指定検査機関以外で受検する場合は、預金通帳など振込先のわかるもの

- 指定検査機関 金沢医科大学病院、河北中央病院、浅ノ川総合病院、地域医療機能推進機構金沢病院、KKR北陸病院、石川県予防医学協会

◎指定検査機関以外で受検する場合は、窓口で一旦費用の全額を負担していただきます。

◎人間ドック・脳ドックを受検される場合、住民健診等による特定健康診査及び若年健診は受診できません。



制度内容

暮らし
環境

危険です！

道路にはみ出した樹木等の適正管理を

問い合わせ 都市建設課 ☎ 076 (283) 7104

住宅に植えた庭木・生け垣、個人が所有する畑・山林等の樹木や雑草などが道路にはみ出していると、交通事故の原因となり危険ですが、土地所有者の方に所有権があるため、市が伐採や除草をすることはできません。

所有する土地の樹木等が「通行に支障を与えている」「与える恐れがある」場合は、土地所有者で剪定や伐採をしていただきますようお願いいたします。

【対応例】



生涯現役を応援します

いきいきシニア通信

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



●おしゃべり会特別企画「雅楽入門講座」

日本古典音楽の一つ「雅楽」についてのミニ講座です。楽器を見たり学んだり、生演奏で実際に雅楽の魅力を感じてみませんか。

▷日時 6月25日（木）13時30分～14時30分

▷講師 洋遊会ほか

▷会場 七塚健康福祉センター 娯楽室

▷定員 15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 | いきいきステーション |
| おしゃべり会 ※6/11 休み | 毎週木曜日 | | |



暮らしの報

06

2026
June

お知らせ

議会本会議・常任委員会等の傍聴

傍聴人の定員は、受付順に、本会議30人、常任委員会および全員協議会は8人です。

●本会議（議場）10時

6月8日（月）提案理由等

6月16日（火）一般質問

6月17日（水）一般質問予備日

6月25日（木）委員長報告、採決

●常任委員会（議会議室）

▽予算決算

6月8日（月）本会議終了後

6月23日（火）13時30分

▽総務建設

6月18日（木）9時

▽教育福祉

6月19日（金）9時

●全員協議会（議会議室）

6月8日（月）本会議休憩中

6月25日（木）本会議休憩中
ケーブルテレビで本会議を生中継
しますのでご覧ください。

【問い合わせ】

議会事務局

☎076（283）7126

福祉・介護の仕事セミナー& 個別相談

セミナーと個別相談の二部構成
です。どちらかだけの参加でも構いま
せん。お気軽に参加してみませんか。

●場所

ハローワーク津幡会議室

●日時

6月24日（水）・7月29日（水）

(1)セミナー 14時～16時

(2)個別相談 15時～15時30分

●内容

(1)セミナー

仕事の内容や必要な資格、職場体験
希望などの質問等。

（介護の仕事について知りたい方、
関心のある方対象）

(2)個別相談

福祉・介護の仕事に関する質問、
相談等。

※1人ずつ相談できます。

【申込・問い合わせ】

ハローワーク津幡

☎076（289）2530

国民健康保険関係届の電子申請が スタート！

かほく市では、令和8年5月1日
から国民健康保険関係届の電子申請が
始まりました。スマートフォンやパソコン
から、いつでも簡単に手続きが可能です。

●電子申請ができる届出

▽国民健康保険

・資格取得届

・資格喪失届

・関係書類再交付申請書

・関係通知等送付先（変更・廃止）申請書

電子申請はこちらから



【問い合わせ】

保険医療課

☎076（283）7123

7月の健康レッスン

●日時

7月3日（金）
10時30分～11時40分

●場所

イオンモールかほく
グリーンコート

●内容

認知症の理解・認知症の方へ
の接し方

※かほくにゃおんW A O Nカードを持
参の方には50ポイント付与します。

【問い合わせ】

長寿介護課

☎076（283）7150

ウォーキングイベント開催

どなたでも参加できます。

●テーマ

夏を歩く～夏のウォーキング
ポイントと注意点～

●日時

7月5日（日）7時30分～9時
（受付時間 7時15分～）

●コース

谷公園周辺コース 約1.8
km

●集合

遊びの森かほく
正面玄関前
（雨天時 金津小学校体育館）

※かほくにゃおんW A O Nカードを持
参の方には50ポイント付与します。

申込はこちらから



【申込・問い合わせ】

健康福祉課

☎076（283）1117

N P O法人クラブパレット

☎076（283）4411

ケシの花に注意

ケシの仲間には、通常春から初夏に
かけて美しい花を咲かせますが、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、ご連絡をお願いします。



● 植えてはいけないうけしの特徴

▽ケシ 色は赤、桃、白などがあり、葉が茎を抱き込んでいる。

▽アツミゲシ 色は薄紫、赤などがあり、葉が茎を抱き込んでいます。

▽ハカマオニゲシ 色は深紅で、つばみの表面の毛が寝ている。

【問い合わせ】

石川中央保健福祉センター

☎076(275)2251

ハンセン病元患者家族に対する補償金制度について

1996(平成8)年3月末までの間に「ハンセン病の発症歴・国内等居住歴のある方」と夫婦や親子、または兄弟関係等の関係(同居など)一定の要件が必要な場合あり)にあったことがあり、現在生存されている方に対して補償金を支給します。

● 請求期限

令和11年11月21日

詳細はこちらから
(厚生労働省HP)



【申込・問い合わせ】

厚生労働省補償金相談窓口

(受付時間 10時~16時)

☎03(3595)2262

ひきこもり家族交流会(参加無料)

家庭の中で、ひきこもり状態にある方とどのように接すれば良いか、将来に不安な気持ちを抱いていませんか。ひとりで悩まないで、同じ悩みを持つ方と一緒に考えてみませんか。

● 場所・日時

(1)石川中央保健福祉センター

▽毎月第2金曜日 14時~15時30分

(6月は第1土曜日、8・3月は第1金曜日)開催)

※6・2月はひきこもりサポーター

(経験者)が参加する特別回です。

(2)河北地域センター

▽奇数月第4金曜日 14時~15時30分

(祝日を除く)

※11月はひきこもりサポーター(経験者)が参加する特別回です。

【問い合わせ】

石川県中央保健福祉センター健康推進課

☎076(275)2250

~心すこやかにすくすため~
こころの健康相談(参加無料)

こころの専門医師(精神科医)が相談のつてくれます。ひとりで悩まないで相談してみませんか。きつと心が軽くなるはずですよ。

● 場所・日時

(1)石川中央保健福祉センター

▽毎月第1~4水曜日 14時~16時

(2)河北地域センター

▽毎月第3金曜日 15時~17時

● その他

▽相談時間は1時間です。

▽保健師等による相談(電話・来所・訪問)は随時受け付けています。

(平日の8時30分~17時45分)

【問い合わせ】

石川県中央保健福祉センター健康推進課

☎076(275)2250

エイズ・性感染症・肝炎ウイルスの相談&検査(無料)

早期発見・早期治療のため、相談・検査を匿名で実施します。

● 場所・日時

(1)石川中央保健福祉センター

▽毎週火曜日 9時~11時

▽第2・4月曜日 17時~18時30分

(2)河北地域センター

▽第3月曜日 9時30分~11時

※7・9月を除く

● 検査内容 HIV検査、性感染症(性病器クラミジア・梅毒)、肝炎ウイルス

(B型・C型)

● 予約方法 事前予約制(火曜日の検査は月曜日、月曜日の検査は前週の金曜日までに予約してください。)

石川県中央保健福祉センター

☎076(275)2250

令和8年度失語症者向け意思疎通支援者要請講習会

失語症者のコミュニケーション援助を習得してみませんか。

● 対象 石川県に在住・在勤・在学中の方で令和8年4月1日現在18歳以上である方

● 定員 10人

● 期間 7月25日~11月28日

● 会場 金沢市ものづくり会館

● 参加費 無料(テキスト代1000円)

● 締切 7月6日(月)

● 申込方法 申込フォームまたはメールから申し込みください。

申込はこちらから



【申込・問い合わせ】

(公社)石川県言語聴覚士会

com.ishkawa.st@gmail.com

(担当・中西)

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



募集

市特産品等開発支援事業補助金 (前期分)

新たな特産品、新製品および新商品の開発等を補助します。申請を検討の方は開発着手前に相談ください。

●対象 市内に主たる事業所を有する企業

●対象経費 原材料・および副資材の購入等に要する経費

●補助額 対象経費の3分の2以内(限度額100万円)

●締切 前期分7月24日(金)

●備考 原則他の補助事業との重複は認められません。

※後期分の申請は12月です。

【問い合わせ】

地域創生課

☎076(283)7132

第31回「鶴彬」川柳大賞 作品募集

自由と反戦をつらぬいた魂の川柳作家「鶴彬」の想いを受け継ぐ川柳を募集します。

●募集作品 現代を鋭く風刺した、新しい感覚の川柳

▽自作の未発表作品に限ります。

▽応募点数は1人2句以内とします。

▽二重投句、投句後の作品の訂正、差し替えはできません。

▽同一作品、酷似作品が先行して発表されていた場合は、入選、入賞を辞退していただきます。

▽作品の返却はしません。

●応募方法 応募用紙(自由)に、作品、住所、氏名(雅号の場合は実名を併記)、性別、電話番号を明記し、郵送で応募してください。

〒929-1215

かほく市高松ク42番地

かほく市高松公民館

第31回「鶴彬」川柳大賞公募係宛

●投句料 1000円/人

※代金は小為替で作品に同封してください。(切手不可)

●応募締切 7月21日(火)

(当日消印有効)

【問い合わせ】

かほく市川柳協会事務局小山

☎076(281)1201

☎090(4323)1754

turukira@yahoo.co.jp

第13回「鶴彬」かほく市民川柳祭 作品募集

第14回高松歴史街道フェスティバルの一環として、川柳を募集します。

●募集作品 一般の部「敵」

小・中学生の部「守」

▽応募資格は、かほく市民およびかほく市内に勤務する方に限ります。

▽応募点数は1人2句以内とします。

●応募方法 応募用紙に、作品、住所、

氏名(雅号の場合は実名を別記)を明記し、郵送、ファックス、電子メールで応募してください。

〒929-1215

かほく市高松ウ57番地

かほく市川柳協会事務局小山宛

☎076(281)1201

turukira@yahoo.co.jp

●応募締切 7月10日(金)

【問い合わせ】

かほく市川柳協会事務局小山

☎076(281)1201

☎090(4323)1754

turukira@yahoo.co.jp

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》

かほく市アート展

▽期間 6月5日(金)～28日(日)

※最終日15時まで

【問い合わせ】

うみっこらんど七塚

☎076(283)8880

第20回 Kahoku シユタムティッシュ

「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、参加者同士で気軽に国際交流を楽しめます。ただただお喋りしたい方、仲間と趣味を楽しみたい方の溜まり場です。初心者、お一人でもふらっと入れます。

●日時 6月14日(日) 14時～16時30分

●場所 宇ノ気生涯学習センター1階

国際交流サロン・展示ホール

【問い合わせ】

生涯学習課

☎076(283)7137

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己書幸座作品展(入場無料)

▽期間 6月13日(土)～27日(土)

②シヤンソン倶楽部

▽日時 6月3日(水)／17日(水)

各日14時～16時

▽費用 600円(飲物付)



③「谷口善太郎たたかう小説」上映会

▽日時 6月7日(日) 14時

▽費用 1500円(飲物付)

④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 6月12日(金)

10時〜11時30分 / 13時〜15時
(1人15分程度)

▽参加費 1000円(飲物付)

▽持ち物 お使いのスマートフォン

⑤みんなで歌おう日本のうた

▽日時 6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

⑥ベビーマッサージ教室(2階)

▽日時 6月17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 6月14日(日)

⑦姿勢講座〜健康に役立つ姿勢のお話
と姿勢調整体験〜(1階)

▽日時 6月19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)

⑧オレンジカフェ

▽日時 6月20日(土) 10時30分〜12時

▽費用 飲物代(個人負担)

⑨己書幸座 こんちまん楽道場

▽日時 6月28日(日)

10時〜12時 / 13時〜15時

▽費用 2650円(飲物付)

※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 6月20日(土)

⑩まちかどバレエ教室

▽日時 6月27日(土) / 7月4日(土)

10時15分〜11時15分

▽費用 700円(飲物付)

「エ」みらい河北 体験教室

①吹きガラス体験教室(コップ作り)

▽6月6日(土) 9時30分〜10時45
分 / 13時15分〜14時30分

②手作りガラスビーズ(とんぼ玉作り)

▽6月13日(土)

9時30分〜13時30分

③ガラスモザイクアート

▽6月20日(土) 9時〜10時30分

▽7月4日(土) 9時〜10時30分

④吹きガラス体験教室(風鈴作り)

▽6月21日(日) 9時30分〜10時45
分 / 13時15分〜14時30分

⑤サンドブラスト体験教室

▽6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】

河北郡市広域事務組合

☎076(288)4545

頑張りました

令和8年度
多治見つながりカップ

(5月4日・岐阜県多治見市)
▽女子の部

【3位】 倉こころ(宇ノ気小)

木谷怜以(宇ノ気小)

DOMECUP
ソフトテニス研修大会

(5月5日・三重県四日市市)

▽女子団体

【2位】 KSTクラブパレット

第54回石川県小学生ソフトテニス
選手権大会

(5月9〜10日・
能都健民テニスコート)

▽1部女子の部

【2位】 倉こころ(宇ノ気小)

木谷怜以(宇ノ気小)

【3位】 今川紗良(宇ノ気小)

瀬田芽咲(浅野川小)

▽2部女子の部

【優勝】 品川夏葵(宇ノ気小)

青木梨愛(宇ノ気小)

▽2部男子の部

【優勝】 大根悠真(高松小)

瀬田悠琳(浅野川小)

【3位】 中村宗介(宇ノ気小)

堀岡伊織(宇ノ気小)

善意をありがとう

●東MAXプレゼンツ能登半島応援
チャリティ〜お笑い&音楽ライブin
みさと様より、令和6年能登半島地震
における被災者支援や災害復旧事業に
役立ててほしいと、71万5560円を
寄附していただきました。

お詫びと訂正

広報かほく5月号4ページの「まちの
話題」▽「日本消防協会定例表彰」
において、受賞者のふりがなに誤り
がありましたので、お詫びして訂正
いたします。

勤続章受賞者 山口英一さん

正:「えいいち」

誤:「ひでかず」

6年生から市民の皆さまへのお願い

金津小学校



金津小学校では「光と風と音のある学校」をテーマに、生活科や総合的な学習の時間に、全学年で金津の森について学んでいます。

昨年度は「金津の森フェスティバル」と題し学習の成果発表を行うとともに、なかよし班ごとに森でお弁当を食べる活動を行いました。

また、学校運営協議会の委員の方々や保護者の皆さまのご協力の下、ダッチオープンを使い、学校畑で収穫したさつま芋で焼き芋を作って全員で味わいました。

今年度も金津の森について学習を進めており、6年生は「かほく市民は金津の森を知っているのだろうか」「どうしたら森のことを知ってもらえるのだろうか」という課題を設定し、探究的な学習に取り組んでいます。

この活動の一環として、幅広い世代の皆さまにアンケートへのご協力をお願いしております。二次元コードを読み取ってぜひご回答ください。多くの皆さまのご回答をお待ちしております！

◎アンケートへの回答はこちらの二次元コードからお願いします。▶



金津の森

地域とともにある学校づくり

コミスク通信

ワールドカップ 2026

国際交流員 ノツォン・オリバーさん



アイントラハトの試合で
エスコートキッズとして入場した甥

グーテン ターク
皆さん、Guten Tag！

かほく市国際交流員のオリバーです。つい最近年が明けたばかりのような気がします。もう6月ですね。信じられますか？私は信じられません！皆さん、これまで楽しく過ごされていますか？タイトルにもあるように、今日はドイツでものすごく盛り上がる、皆さんもよくご存知のあのスポーツについてお話したいと思います。

6月に何があるか知っていますか？まもなく、2026年ワールドカップが開催されます！私の地元チーム「アイントラハト・フランクフルト」の選手である堂安律選手が今回も代表入りしたので、とても楽しみにしています。フランクフルトには、過去にも長谷部誠選手や鎌田大地選手といった伝説的な日本人選手がいましたし、現在は小杉啓太選手もディフェンダーとして活躍しています。

ドイツでは、いつも友達と一緒に試合を見ます。出身地に関わらず、共通の趣味を通して簡単に仲良くなれるので、みんなで見るのはとても楽しいですね。今回はアメリカ開催なので、時差の関係でテレビで試合を見るのが少し難しいかもしれません。多くの試合が深夜か早朝の放送になりそうです。

今回のワールドカップでは、ドイツと日本の初戦が同じ6月15日にあります。日本の相手はオランダですが、前回の日本の強さを見てると、きっと勝てると思います。それに、2022年のワールドカップでは、日本がドイツに2対1で勝ち、さらに強豪のスペインにも勝利しましたよね。

私はドイツ人ですが、心は日本にあります。どちらを応援するか選ぶのは難しいですが、今回は日本を応援しようと思っています。ドイツの友達には内緒ですよ！

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
[閉館] 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)
6月の休館日は1・8・15・22・29日

図書館 HP



[お知らせ等]

●七夕茶会とおはなし会

- ▷日時 7月5日(日) 10時～13時
- ▷場所 茶室、第1会議室
- ▷参加費 1人500円
- ▷申込 電子申請または図書館で申込み
- ▷おはなし会(申込不要)



電子申請

- ① 10時～ ② 10時30分～ ③ 11時30分～

●電子図書館を使ってみませんか

- 電子図書館は、電子書籍を貸出・返却できるインターネット上の図書館です。
- ▷スマホやタブレット、パソコンで簡単に読書
- ▷いつでも、どこでも、24時間利用可能
- ▷音声読み上げ、文字サイズ拡大、文字の色反転などが可能

利用者ID 図書館利用券の番号(半角8桁)
パスワード 西暦の生年月日8桁(初期値)

[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・28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(7・14・21日)
中央図書館職員(28日)

●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

●図書館ボランティア(毎週火曜日)

- ▷日時 2・16・30日 14時～ / 9・23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。



学校司書のお仕事

大橋 崇行 / 著
有山 裕美子 / 監修
勉誠社



へんな学部

令和ニッポンのユニーク学問最前線
西岡 孝誠 / 著
未来図編集部 / 監修
笠間書院



ノスタルジア

島本 理生 / 著
河出書房新社



空港のひみつ

知るほどおもしろい施設やたらきの魅力
「空港のひみつ」編集室 / 著
空港グランドハンドリング協会 / 協力
メイツユニバーサルコンテンツ



かぶとむしがにげた!

たしろ ちさと / さく
福音館書店

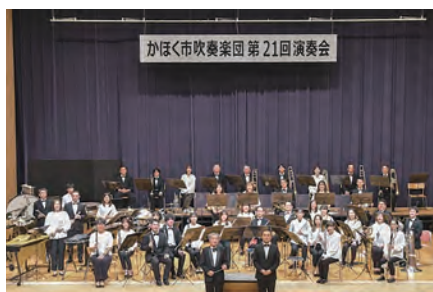
その他新刊はホームページをご覧ください



新刊検索



電子図書館



文化のいぶき

吹奏楽協会

吹奏楽協会は、かほく市吹奏楽団とブルーオーシャンJAZZクラブの2団体で構成されています。

【かほく市吹奏楽団】

- ▷代表 西田 徹 ☎ 090 (3291) 9437
- ▷活動 毎週木・土曜日 19時30分～22時
- ▷場所 宇ノ気生涯学習センター

吹奏楽好きな仲間が集まり、演奏会やコンクール、地域のイベント、生涯学習フェスティバルなどで楽しく演奏をしています。一緒に吹奏楽を楽しみましょう。

【ブルーオーシャンJAZZクラブ】

- ▷代表 吉田 和仁 ☎ 090 (8260) 4626
- ▷活動 毎週金曜日 19時～22時
- ▷場所 七塚生涯学習センター

現在、3人で活動しています。平均年齢は67歳、年を取っていても楽しむことが大事!老若男女、一緒に音楽しましょう!



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]

《第82回寸心忌記念講演会》

●「西田幾多郎と道元 - 「行」の思想をめぐる-」

▷日時 6月7日(日) 13時30分~15時30分

▷講師 頼住光子さん(駒澤大学教授、東京大学名誉教授)

▷会場 哲学館 哲学ホール

▷受講料 無料 申し込み不要

※オンライン受講のみ下記よりお申し込みください



記念講演会の
詳細はこちら



オンライン受講
申込フォーム

《西田幾多郎哲学講座②》

●「能登半島地震・豪雨災害からの復興と再生」

▷日時 6月27日(土) 13時30分~15時30分

▷講師 田中純一さん(北陸学院大学教授)

▷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

※オンライン受講可



哲学講座の
詳細はこちら

[学芸員 eyes]

《幾多郎は犬派?猫派?》

幾多郎は動物好きで、子供や孫と一緒に動物園を度々訪れており、時には自分ひとりで行くこともあったようです。とりわけ猫が好きだった幾多郎。西田家には猫がない時期がないほどで、家族とまったく言葉を交わさない日でも、猫とは戯れていました。

しかし、近年見つかった資料の中から、幾多郎が犬を抱く写真がでてきました。家族写真に度々一緒に写っている犬。「幾多郎は猫好き」という印象が変わりそうです。

現在開催中の企画展「日常を切り取る-西田幾多郎のありし日々-」では、西田家で飼われていた猫や犬の写真も展示しています(~9/27まで)。この機会に是非足をお運びください。



子犬を抱く幾多郎と娘たち



西田家の白猫

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

▽頂いた山菜達を料理して採りたる人に感謝し食す

〔宇気 荒木 直美〕

▽懐かしき川のほとりを走りたる水の音さえ心に響く

〔上山田 喜多 芳〕

▽鯛買いなます・塩焼き・だんご汁夫の喜ぶ惣菜ばかり

〔外日角 小村ひろ子〕

▽いただきし白き花籠香り立つ彼の地へ届けと祈り重ねむ

〔松浜 佐藤 啓〕

▽現美展初入選の孫の絵に感動あらた見ゆるジジババ

〔外日角 新田 哲夫〕

▽高き空美しき声ホバリングしていかと雲雀を探す

〔松浜 池田 義治〕

俳句

▽春月に戦なき世を祈るのみ

〔木津 酒井 孝子〕

▽心臓の音にこたえて春の波

〔遠塚 黒谷 菊子〕

▽看護師の優しきことば温かし

〔外日角 新田茂外子〕

▽花曇りシャンソンの声高らかに

〔白尾 金子由紀子〕

▽潔く衣脱ぐやうに散る牡丹

〔内灘 白根 寿子〕

▽昭和の日青き思ひ出置きしまま

〔七窪 藤田 茂美〕

▽句集閉ぢ庭に娘と見る白牡丹

〔高松 岡田えみ子〕

▽甲羅干す亀の背に散る遅桜

〔高松 安広 澄子〕

川柳

▽聴聞に光燦々救われる

〔白尾 加藤時雨亭〕

▽祭りの子光るのあて大当たり

〔外日角 徳応 暢美〕

▽トランプに次の一手は見えてるか

〔高松 増田 義雄〕

▽難問も一気に引き受け我が友よ

〔高松 玄海しゅうこう〕



スポーツで拓く、かほくの未来

スポーツコミッションかほく

WebSite



Instagram



かほくの未来をわちゃわちゃ描こう！ 未来共創 100 人会議

一般社団法人スポーツコミッションかほくはスポーツで地域の活性化に取り組む団体です。令和6年4月の発足から3年目を迎え、70を超える団体の皆さまとつながり事業を展開してきました。これまでのつながりと新たな出会いを掛け合わせ、自由な対話と交流から次のアクションを生み出す場として「未来共創 100 人会議」を開催します。やってみたいことがある人もない人も大歓迎！わちゃわちゃかほくの未来と一緒にデザインしましょう。



- 日時 6月11日(木) 19時～20時30分(受付18時30分～)
- 場所 高松産業文化センター大ホール
- 内容
 - ▷スポーツコミッションかほくの活動報告
 - ▷ワークショップ(カフェ形式)
 - テーマ「住んでみたい、住み続けたい、帰ってきたいまちをどうつくるか？」
 - ▷交流タイム(自由参加)
- 申込方法 参加申込フォームより申し込み
- 申込・問い合わせ先 一般社団法人スポーツコミッションかほく事務局 ☎076(285)1127



申込フォーム

文化財と生きる かほく

有形文化財編 上山田の地藏菩薩懸仏

今回は、上山田で発見された市指定文化財「地藏菩薩懸仏」について紹介します。

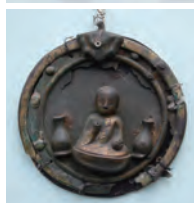
そもそも懸仏とは、円板形の表面に仏像や神像を毛彫りや半肉彫りなどで表現し、寺院や神社などに奉納、懸垂した像の種類の一つになります。その多くは、10世紀頃から江戸時代頃までみられます。

上山田の「地藏菩薩懸仏」は、昭和35(1960)年に上山田市内の通称「堂の下」の土取り場で作業中に偶然発見されました。造りを見ると、大きさは直径約12cm、中央に約6cmの地藏菩薩座像、両脇に約3cmの花びらがみられ、鎌倉時代頃のものとして推定されています。そして、希少性や形をよく留めていること、上山田の中世の信仰の一部を伺うことができることから、昭和38(1963)年に宇ノ気町の指定文化財となり、その後、合併によりかほく市の指定文化財となりました。

また、上山田市内の通称「堂ヶ谷内」では、昭和37(1962)年に、香炉・花瓶・燭台からなる三具足が

農業中に偶然発見されており、これらも希少性が高く、いずれも形をよく留めており、室町時代のもものと推定されています。

これらの仏具がなぜ上山田から出土したのか、かつて上山田市内には無き寺院が存在したのかなど不明な点も多いですが、いずれも市内の中世における「信仰」や「祈り」の一端を伺うことができる貴重な文化財です。



上_三具足(左から花瓶・香炉・燭台)
左_地藏菩薩懸仏

【問い合わせ】

スポーツ文化課文化振興係
☎076(283)7135

かほく市内文化財
デジタルアーカイブは
こちら▼



足腰の健康は、長寿の秘訣！
ロコモ予防

筋力低下を予防するためにラジオ体操や健康体操「ちょいトレ」（かほくチャンネルで毎日ラジオ体操 6:06、「ちょいトレ」 6:15、15:00 から放送）を習慣にしましょう！

ロコモ（ロコモティブシンドローム：運動器症候群）

「ロコモ」とは、「筋肉、骨、関節、筋肉などの衰えや病気によって、立つ・歩くといった移動機能が低下した状態」のこと。簡単に言えば足腰が弱まった状態です。「ロコチェック」で該当した方は、ロコトレ（ロコモーショントレーニング）を取り入れて、予防や改善に取り組んでいきましょう。



ロコチェック

●今すぐできるロコトレ「片足立ち」 バランス能力を鍛え、転倒防止と足腰の筋力維持に最適なロコトレの基本運動です

【やり方】

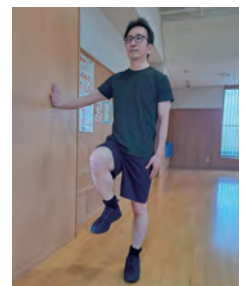
- ・片目を閉じたまま、片足を床から少し浮かせます。
- ・転倒防止のため、必ず椅子やテーブル、壁などに手や指を軽く添えて行ってください。
- ・左右それぞれ1分間、1日3回が目標ですが、難しい場合は左右30秒から始めましょう。

【ポイント】

- ・息を止めず自然な呼吸で

【期待できる効果】

- ・足首、膝、腰の安定性アップ
- ・体幹の筋力強化
- ・歩く力、立ち上がる力の維持
- ・転倒リスクの軽減



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 野菜摂取は「小さな習慣」から！～石川県立看護大学垣花ゼミの活動報告～

垣花ゼミでは、『まずは小さな行動から、少しずつ自信を育てる「スモールチェンジ活動」』を通じて、働き盛り世代の野菜摂取を促す取り組みを行っています。この活動のポイントは、無理なく続けられる小さな目標を立て、達成できたら少しずつステップアップしていくことです。

昨年度、健診受診者の方に「スモールチェンジ活動」に取り組んでいただいた結果、「野菜を食べる習慣がある人」の野菜摂取量をさらに伸ばす効果がありました。今年度も7月の健診受診者の方を対象に行います。皆さんも「小さなチャレンジ」始めてみませんか？



＝ 「ベジメータ®」が出張します ＝

7月3日（金）10時～11時20分 イオンモールかほく グリーンコート

看護大学生
おすすめのレシピ



「包丁を使わない
塩昆布きゅうり」

みずみずしく、心も体も潤す旬の恵み

材料（2人分）

- ▷きゅうり 2本
- ▷塩 少々
- ▷ごま油 大さじ1
- ▷鶏ガラスープの素 小さじ1
- ▷いりごま 適量
- ▷塩昆布 適量

作り方

- ①きゅうりと塩をナイロン袋に入れ、袋の上から棒できゅうりをたたく。
- ②残りの調味料と材料を入れて軽く混ぜ合わせる。



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。

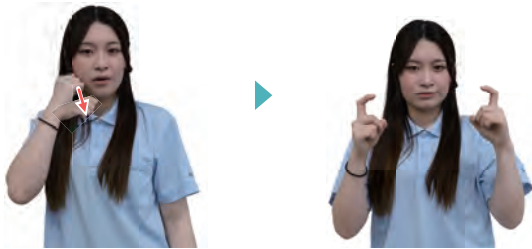
手話を披露してくれるのは、石川県立看護大学子育て応援隊「ひよっこ」の皆さんです。

「挨拶編」

おはよう

①朝

②挨拶



- ①片手をグーの形に握り、こぶしをこめかみ付近からアゴの方へ降ろす。
- ②両手の人差し指を向かい合わせて曲げる。

こんにちは

①昼

②挨拶



- ①片手の人差し指と中指を重ね、額の中央にあてる。
- ②両手の人差し指を向かい合わせて曲げる。

こんばんは

①夜

②挨拶



- ①両手をパーの形にして、手のひらを相手に向けた後、顔の前で手を交差させるようにしながら下におろす。
- ②両手の人差し指を向かい合わせて曲げる。

ワンポイントアドバイス

今回の表現は挨拶です。今までに何度か掲載しましたが、皆さん覚えましたか？

「おはよう」の「朝」を表す表現は、枕をとる様子、「こんにちは」の「昼」は、時計の12時を表し、「こんばんは」の「夜」は、暗いなどの意味を表しています。難しい表現ではないのでぜひ覚えてください！

手話カフェ

開催日 23日(火)

13:30~15:00

障害者基幹相談
支援センター

6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
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（前日までに予約・先着順）

日時：18日(木) 13時30分～15時
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
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：23日(火) 10時～12時
問い合わせ：健康福祉課 ☎076(283)7120

※場所は全て「ほのぼの健康館 相談室」となります。

○ 令和8年度【危険物安全週間推進標語】が決まりました 「つかみ取れ！ めざす無事故の頂を」

毎年6月の第2週を「危険物安全週間」としてポスターやパンフレットの配布を行い、危険物の保安に対する意識の高揚及び啓発を推進しています。

危険物安全週間中（6月7日～13日）には、消防職員が市内のガソリンスタンドなどの危険物施設等に立入検査を行い、消防法令に適合し、安全性が確保されているか、および自主保安体制の確立を呼びかけています。



○ 令和8年度少年消防クラブ入会式

令和8年5月10日（日）、消防本部で少年消防クラブ入会式が行われました。

高松旭町、白尾（青空）、白尾（しらゆり）、七窪、大橋、宇野気旭町の6クラブ合計81人が新たに加入し、防火委員会会長から各クラブの代表者に入会証を授与しました。

式ではクラブ員を代表して宇野気旭町少年消防クラブの城戸悠吾さんと大鍛治春乃さんが、火遊びをしない立派な少年消防クラブ員になることを誓いました。

また、式の後には、消火体験、煙体験、起震車体験および車両見学などを行い防火について広く学びました。



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 》

- ランドセル（黒・濃いピンク）
- 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）
- ショート丈コート（グレー）
- 卓球台
- 学習机
- 登山用品一式（ピッケル、アイゼン等）
- 着物アンサンブルセット（子ども用）
- 食器棚
- 小型犬用カッパ
- 折り畳みシングルベット
- ラタン収納ボックス（蓋つき）
- 長机
- 外日角小学校体操服

《 譲ってください 》

- 宇ノ気小学校制服（男子、高学年用）
- 外日角小学校体操服
- 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
- 小型耕運機（手押し）
- シニア用自転車
- 麻雀セット
- RCA ケーブル
- コーヒーメーカー
- ビデオデッキ
- ウクレレ
- 剪定ばさみ

【申込・問い合わせ】
防災環境対策課
☎ 076 (283) 7124

6 こども家庭センター 月の相談日・イベント

子育て相談

【予約・問い合わせ（共通）】 ☎ 076 (283) 4320

●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：24日（水） 13時30分～
場所：ほのぼの健康館 2階

●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いた、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：宇ノ気生涯学習センター 3階 会議室
講師：石川県立看護大学准教授 大江真吾さん

●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：7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

◎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）



あおカフェHP



児童館イベント



児童精神相談HP



親子あそびの広場

【開催時間】時間の記載のないものは、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 |
|--------|--|
| 15日（月） | 学童期 NP ①（託児有／要予約） 会場 宇ノ気生涯学習センター3階 音楽室 時間 9時30分～12時 |
| 23日（火） | 乳児 NP ①（託児有／要予約） 会場 宇ノ気生涯学習センター3階 音楽室 時間 9時30分～12時 |
| 26日（金） | 双子ちゃん三つ子ちゃん集まれ！ |
| 27日（土） | フリーマーケット（子育て支援サークル主催） 会場 宇ノ気生涯学習センター 軽運動室 時間 10時～16時 |
| 29日（月） | フリーマーケット（子育て支援サークル主催） 会場 宇ノ気生涯学習センター 軽運動室 時間 10時～13時 |
| 30日（火） | 乳児 NP ②（託児有／要予約） 時間 10時～12時 ※会場は①と同じ |

●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 |
|--------|----------------------------|
| 2日（火） | カラーポリ袋で遊ぼう |
| 9日（火） | しゃぼん玉で遊ぼう（雨天時 ふれあい遊び） |
| 16日（火） | 赤ちゃん広場（2カ月～1歳誕生月）[要予約 15組] |
| 19日（金） | えほんだいすき（図書館司書） 11時～ |
| 23日（火） | お誕生会 |
| 27日（土） | 絵本の読み聞かせ（円グループ） |
| 7/2（木） | 七夕を楽しもう！ [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 |
|--------|----------------------------|
| 11日（木） | 救急講習会（かほく市消防本部） |
| 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）[要予約 15組] |
| 23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 |
|--------|----------------------------|
| 2日（火） | わらべうたで遊ぼう（やまんぼの会） |
| 9日（火） | 七夕グッズを作ろう [要予約 15組] |
| 16日（火） | 赤ちゃん広場（2カ月～1歳誕生月）[要予約 15組] |
| 23日（火） | お誕生会 |
| 26日（金） | えほんだいすき（図書館司書） 11時～ |
| 7/3（金） | 七夕を楽しもう！ |

※赤ちゃん広場は2日（火）より予約受付を開始します。

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。

6月7日(日)

▷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〉

6月14日(日)

▷石倉クリニック(形成外科・皮)

☎ 076 (289) 7767 〈津幡町北中条 6-73〉

▷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〉

6月21日(日)

▷金原皮膚科医院

☎ 076 (237) 7950 〈内灘町アカシア 1-48〉

▷宇野気医院(内・小)

☎ 076 (283) 0103 〈かほく市宇野気チ 33-16〉

6月28日(日)

▷山崎外科胃腸科医院

☎ 076 (289) 2288 〈津幡町加賀爪リ 20〉

▷村田医院(内・小)

☎ 076 (286) 0300 〈内灘町鶴ヶ丘 2-8-15〉

7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〉

▷中田内科病院

☎ 076 (283) 1121 〈かほく市内日角 6-35-1〉

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〉



6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) | ●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 |
| 2日(火) | |
| 3日(水) | |
| 4日(木) | |
| 5日(金) | |
| 6日(土) | |
| 7日(日) | ●第23回かほく市総合スポーツ大会〔中心会期〕総合開会式(8:00、とり野菜みそBLUECATS ARENA) ●第82回寸心忌記念講演会(13:30、哲学館) ●かほく市消防団ポンプ車操法仮審査会(8:45、河北潟野菜集出荷場前イベント広場) ●令和8年度危険物安全週間(～13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) | ●市議会 定例会本会議(10:00、議場) ●市議会 予算決算常任委員会(本会議終了後、議会議室) |
| 9日(火) | |
| 10日(水) | |
| 11日(木) | |
| 12日(金) | |
| 13日(土) | |
| 14日(日) | |
| 15日(月) | |
| 16日(火) | ●市議会 定例会本会議〔一般質問〕(10:00、議場) |
| 17日(水) | ●市議会 定例会本会議〔一般質問予備日〕(10:00、議場) |
| 18日(木) | ●市議会 総務建設常任委員会・分科会(9:00、議会議室) |
| 19日(金) | ●市議会 教育福祉常任委員会・分科会(9:00、議会議室) |
| 20日(土) | ●寸心読書会(13:30、哲学館) |
| 21日(日) | ●令和8年度河北郡市消防団連合訓練(7:00、河北潟野菜集出荷場前イベント広場) ●古紙類・古着類拠点回収(9:00～12:00、リサイクルプラザ) |
| 22日(月) | |
| 23日(火) | ●市議会 予算決算常任委員会(13:30、議会議室) |
| 24日(水) | |
| 25日(木) | ●市議会 定例会本会議(10:00、議場) ●雅楽入門講座(13:30、七塚健康福祉センター いきいきステーション) |
| 26日(金) | |
| 27日(土) | ●西田幾多郎哲学講座②(13:30、哲学館) |
| 28日(日) | |
| 29日(月) | |
| 30日(火) | ●市民税・県民税・森林環境税 第1期 納期限 |
| 7月1日(水) | |
| 2日(木) | |
| 3日(金) | |
| 4日(土) | |
| 5日(日) | ●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6月号は13,400部作成し、印刷経費は1部当たり約34円です。