

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. 9
No.271

ブックスタンド作りに チャレンジ！

夏休み親子木工教室（大海交流センター）





かほく四季まつり

サマーフェスタ in かほく

7・25
(土)

キャッツフェスタ (市役所周辺)

暑い夏を盛り上げる「かほく四季まつりサマーフェスタ in かほく」が開催され、会場には多くの方が来場し、大いに賑わいました。

オープニングには「にゃんたろう」をはじめ、PFUブルーキャッツ石川かほくの「ブルーニャ」やJA石川かほくの「ほくの里」、津幡警察署の「白鳥係長」も登場し、共に会場を盛り上げてくれました。

メインイベントの猫にゃんぐランプリは「絆」をテーマに、7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、お笑いコンビの「ぺこぱ」さんによる夏の暑さにも負けない爆笑ライブ、市ふるさと大使の氷室一哉さんによる熱のこもったライブ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が披露されました。

最後は恒例の花火大会。「Hope for Peace 平和への希望」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、まつり当日に行われた株式会社ウルトラパワー様によるチャリティーピザ販売の売上額13万5000円、PFUブルーキャッツ石川かほく様によるチャリティーグッズ販売の売上額の一部3750円を寄附していただきました。募金箱の寄附額1856円と合わせ、能登半島地震復興支援のために有効に活用させていただきます。

かほく市の世帯・人口数

(令和8年7月31日現在)

男性	17,786人 (- 8)
女性	18,748人 (+ 20)
合計	36,534人 (+ 12)
世帯数	14,975世帯 (+ 24)

〈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



👑
グランプリ

猫にゃんグランプリ

テーマ「絆」



カモリバ
Camoliva

👑
準グランプリ



デイドリーム
DayDreann

ダンスキャッツ賞



ジュニア
パレット Jr

仮装キャッツ賞



ハッピーアンドチャレンジ
Happy & Challenge

審査員特別賞



アSEMBL
Assemble



7・25(土)

リバーフェスタ

(大海川夏栗橋周辺)

「鮎つかみ体験」に約500人が参加し、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。

「自然体験教室」では、笹舟作り体験が行われ、出来上がった笹舟を大海川に流し、ゆらゆらと流れに合わせて揺れる笹舟を眺めながら楽しんでいました。

そのほか、わかみどり宮農組合による特産品の販売やキッチンカーの出店などもあり、来場者は楽しいひと時を過ごしました。



7・25(土)、26(日)

ビーチフェスタ

(外日角・白尾海岸)

25日、外日角海岸で行われた「子ども地引網体験」に136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。

また、初開催の「砂像づくり体験」に11組とP.F.Uブルーキャッツ石川かほくの選手らが参加し、講師の指導を受けながら砂像づくりを楽しみました。

26日の早朝には、白尾海岸を中心に「白ギス釣り大会」が開催され、135人が参加しました。県外からも多数の参加をいただきました。

釣果に恵まれず苦戦を強いられた参加者もいましたが、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をご確認ください)



白ギス釣り大会各部門優勝者

一般の部

田島 雅倫さん(京都府) 1300g

シニアの部

井手 浩俊さん(愛知県) 480g

レディースの部

佐藤 宏衣さん(福井県) 470g

ジュニアの部

千葉 賢晃さん(かほく市) 88g



石川県スポーツ協会 功労者表彰を受賞

7月4日、金沢市を主会場に開催された第78回石川県民スポーツ大会総合開会式の席上で、石川県スポーツ協会スポーツ功労者表彰式が開催されました。

この表彰は、10年以上にわたり県・市のスポーツ協会の運営に功労があり、また選手・指導者としての実績や選手の養成における功績が認められた方に贈られるもので、次の方が受賞されました。

▽競技団体推薦

表 和夫さん (陸上)

田中則吉さん (野球)

山上慈明さん (相撲)

▽スポーツ協会推薦

小村登志也さん (剣道)

高野由紀子さん

(ボウリング)

受賞者の皆さん



スポーツ少年団指導者講習会を開催

7月18日、スポーツ少年団指導者講習会が市役所で開催され、指導者と保護者合わせて43人が参加しました。

「スポーツ食育」子どもたちの糖化を防いで健康的なセルフコンディショニングについて」と題して、AGE研究協会認定講師の薬子利恵さんが講演し、子どもたちのAGE値の現状

や食育の大切さについて学びました。

参加者からは、「今後の指導や家庭での声掛けに活かしていきたい」という前向きな声が寄せられました。

AGE値とは…

体内の老化物質（終末糖化産物）の蓄積度合いを示す指標

横山区へ日本赤十字社石川県支部長より感謝状

7月13日、石川県庁で令和8年度献血成績優良団体等に対する感謝状等伝達および贈呈式が行われ、10年にわたり献血への参加促進に貢献し、献血推進に功労があった団体として、横山区に日本赤十字社石川県支部長感謝状（金色枠）が授与されました。

同日、田中則吉^{のりよし}区長と梶谷弘之^{ひろゆき}区町会長が市役所を訪れ、竹本重久^{しげひさ}副市長に受賞を報告しました。



田中區長と梶谷区町会長

第23回かほく市子ども会ドッジボール大会

7月19日、とり野菜みそBLUECATS ARENAで市子ども会ドッジボール大会が開催され、15チーム約200人が参加しました。

熱い戦いが繰り広げられた結果、勝利を手にしたのは次のチームです。

- ▷優勝 古宮町☆東町☆内高松チーム
- ▷2位 学園台・三北・旭町合同チーム
- ▷3位 長柄ファイターズ、遠塚ひばり



古宮町☆東町☆内高松チームの皆さん



オカリナサークル「ピアチューレ」の皆さん

海と渚のオカリナ音楽祭を開催

7月20日、うみっころんど七塚 海と渚の博物館で海と渚のオカリナ音楽祭が開催され、約80人の来場者で賑わいました。

出演したオカリナサークル「ピアチューレ」は、海の日にちなんで「うみ」や「われは海の子」、「浜辺の歌」の演奏に加え、「夢をかなえてドラえもん」や「となりのトトロ」など、誰もが口ずさめる楽曲まで全14曲を披露しました。

館内にはオカリナとウクレレの音色が響き渡り、来場者はその優しい音色に聴き入っていました。



表彰状を手にする松村さん

石川県社会教育委員連絡協議会功労者表彰を受賞

7月28日、石川県地場産業振興センターで開催された令和8年度石川県社会教育委員研究協議会の席上で、石川県社会教育委員連絡協議会功労者表彰式が開催されました。

この表彰は、社会教育委員として6年以上在任し、社会教育の推進に貢献された方に贈られるもので、市社会教育委員の松村千恵さんが受賞されました。



お父さんと一緒にノコギリに挑戦

夏休みの思い出づくり「親子木工教室」

8月1日、大海交流センターと宇ノ気生涯学習センターの2会場で夏休み親子木工教室が開催され、親子62組が参加しました。

市内建築業者の皆さんの指導の下、参加した子どもたちは、ノコギリや金づちなどの大工道具を使い、ブックスタンドを製作しました。

最初は恐る恐るノコギリをひいていた子どもたちも、だんだんと慣れて上手に扱えるようになっていました。

ものづくりの喜びを体感し、夏休みの楽しい思い出となりました。



選手の皆さん、お疲れさまでした

第78回石川県民スポーツ大会

5月30日から8月2日にわたり第78回石川県民スポーツ大会が金沢市を主会場に開催され、かほく市選手団約800人が39競技（公開競技含む）に出場しました。

厳しい暑さの中、全力を尽くし総力戦で健闘した結果、男子総合7位（一般7位、壮年4位）、女子総合4位（一般4位、壮年4位）という好成績となりました。

女子総合4位は、今大会で6大会連続となります。

小学校交流グラウンド・ゴルフ大会を開催

8月2日、高松グラウンド・ゴルフ場で小学校交流グラウンド・ゴルフ大会2026が開催され、市内小学校4年生から6年生の35人が参加しました。この大会は、児童にグラウンド・ゴルフに親しんでもらおうと市グラウンド・ゴルフ協会が企画したものです。

児童は3人1組となり、協会の会員がアドバイザーとして付き添いながら、18ホールを元気にプレーしました。

大会終了後にはお菓子も配られ、夏休みの楽しい思い出となりました。



参加した児童で集合写真をパチリ

将棋で全国大会出場を報告

8月4日、外日角小学校5年生の大野拓斗^{たくと}さんが教育長室を訪れ、岡山県倉敷市で開催される第25回全国小学生倉敷王将戦への出場を報告しました。

大野さんは5月に開催された2026MROジュニア将棋名人戦小学生高学年の部で優勝し、4年連続の全国大会出場を果たしました。

大野さんは第22回大会低学年の部で3位の成績を残しており、「今大会では、いい手を指して日本一を目指してがんばりたい」と意気込みを語りました。



意気込みを語る大野さんと母の真利子さん

ドッジボールで全国大会出場を報告

8月7日、七塚小学校6年生の金丸大河^{たいが}さんが教育庁舎を訪れ、群馬県高崎市で開催される第35回夏の全国小学生ドッジボール選手権への出場を報告しました。

金丸さんは鞍月アタッカーズ（金沢市）に所属しており、7月に開催された石川県大会で優勝し、チームの一員として全国大会に出場することが決まりました。

金丸さんは「チームの切り込み隊長として、ベスト4以上を目指したい」と抱負を語りました。



抱負を語る金丸さんと母の佑香さん

『上山田貝塚と久保清先生』ふるさと教育に活用

開業医であり在野の考古学者であった久保清^{きよし}さんは、昭和5年に上山田貝塚を発見し調査を行いました。その功績は、久保さんと交流^{かずお}があった能田一雄さんがまとめ、平成3年に出版されました。

このたび、後藤優奈^{ゆうな}さんが父である能田さんの著書に新たな資料を追加、加筆し、父娘共著『上山田貝塚と久保清先生』として出版されました。後藤さんは「郷土の偉人である久保先生を知ってもらうきっかけになればうれしい」と話されました。本書は、市内の小中学校や図書館に所蔵され、ふるさと教育に活用します。



出版報告に教育長室を訪れた後藤さん

第23回 かほく市 生涯学習フェスティバル

2026.10.31(土) ▶ 11.1(日) とり野菜みそ BLUECATS ARENA、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します。
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

記念講演会

10/31(土)

開演 10:30～(開場 10:00)

会場 河北台中学校 講堂(入場無料・予約不要)

わたなべ よういち

講師 **渡部 陽一** さん(戦場カメラマン/フォトジャーナリスト)

演題 戦場からのメッセージをあなたに
～ファインダー越しに見た命の現場～

戦場で生活している人々の家族の絆や取材を通じて見えてきた人間が持つ愛の深さ、命の大切さ、生きることの素晴らしさ、環境問題などニュースでは分からない現場で起こっている出来事や真実を、写真や映像を織り交ぜながら、分かりやすく皆さんにお伝えします。

プロフィール

1972年9月1日生まれ。戦争の悲劇とそこで生活する民の生きた声に耳を傾け、世界の人々に伝えるジャーナリスト。独特の語り口が話題となり、数多くのテレビ番組で活躍中！

取材は戦争が起こっている国々の家族模様や子どもたちの生活を中心とし、住民たちと共に長期にわたり暮らししていくことで次第に見せてくれる「ありのままの表情や生の声」を大切に行っている。



交 通 ル ー ル を守ろう！

令和8年9月1日より、生活道路における

自動車の法定速度が **30km/h** に引き下げられました

生活道路とは？

主に地域のみなさんが日常生活に利用している、
中央線や中央分離帯などが無い比較的狭い道路のことをいいます。

◎詳細は警察庁または石川県警察ホームページをご確認ください。



警察庁 HP



石川県警 HP

ドライバーの皆さまへ

決められた速度の範囲内であっても、道路状況や天候などに応じて、安全な速度で運転するよう心掛けましょう。

健康
福祉

長寿を祝って

「かほく市敬老会」七塚地区のご案内

問い合わせ 長寿介護課 ☎ 076 (283) 7122

七塚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。対象者には「案内状」を送付しますので、ご確認の上、お越しください。 ※高松地区の方は、広報8月号をご覧ください。(宇ノ気地区は終了しました)

●日程

日にち	対象地区
9月16日(水)	外日角・白尾
9月17日(木)	木津、松浜
9月18日(金)	遠塚・浜北・秋浜

●対象者 令和9年4月1日現在で満75歳以上の方
(昭和27年4月1日以前生まれ)

●時間 10時～12時15分

●場所 七塚健康福祉センター 多目的ホール

●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。

健康
福祉

高齢者支援センターだより

「介護予防実態調査」にご協力ください

問い合わせ 長寿介護課 ☎ 076 (283) 7150

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

調査票が届いた方は、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をよろしくお願いします。

●調査対象 市内に在住する要介護認定者を除く65歳以上の方から無作為抽出された800人

●調査方法 郵送による調査

●回答期限 令和8年9月18日(金)

健康
福祉

高齢者等を対象とした定期予防接種が始まります！

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 076 (283) 1117

10月1日より、高齢者インフルエンザおよび新型コロナウイルス感染症予防接種を実施します。対象者には9月末に「予防接種券兼予診票」を送付しますので、予防接種の効果と副反応について理解されたうえ、接種をご検討ください。

●対象者

次のいずれかに該当する方

▷ 65歳以上の方(昭和36年12月31日以前生まれの方)

▷ 60～64歳の方で、心臓、腎臓もしくは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障害者手帳1・2級の方

●自己負担・接種期間

	インフルエンザ	新型コロナ
自己負担額	500円	4,500円
接種期間	令和9年1月31日まで	令和9年3月31日まで

●接種場所 河北郡市内契約医療機関(契約医療機関以外で接種を希望する場合は、お問い合わせください。)

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みませんか？

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 076 (283) 7120

自殺予防週間にあわせて、暮らしとこころの相談会・ひきこもり相談会を開催します。誰かに話をすることで、気持ちが和らぐことがあります。ひとりで抱え込まず、相談してみませんか。

- 日時 9月15日(火) 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、職場のトラブルなど)
▷精神保健福祉士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。

《身近なこころの相談窓口》※相談無料・秘密厳守

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
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	☎ 076 (283) 8890	月～金(祝日除く) 8:30～17:15

暮らし
人権啓発

人権擁護・男女共同参画啓発事業

映画「35年目のラブレター」無料上映会

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

- 日時 10月17日(土) 9時30分～(12時頃終了予定)
- 会場 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時より会場で入場整理券を配布します。
- 注意事項
▷会場には、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。

《あらすじ》

西畑保は貧しい家に生まれ、ほとんど学校へ通えず大人になった。生きづらい日々を過ごしてきたが、餃子と運命的に出会い、めでたく結婚。しかし、その手放したくない幸せゆえに保は読み書きができないことを言い出せずにいた。



©2025「35年目のラブレター」製作委員会

健康診断・がん検診はお済みですか？

問い合わせ 健康福祉課 ☎ 076 (283) 1117

健診・がん検診は健康なうちに受診してこそ意味があります。年に一度ご自身の身体をチェックしましょう。受診の際には、郵送された受診券、自己負担金、マイナ保険証または資格確認書を必ずご持参ください。また、9月8日、14日、10月15日には**健康イベント**も開催します。予約不要、無料で参加できますので、お気軽にお越しください。

1 集団健診

●日程

※ AGE 測定…老化物質の蓄積度合いを測る検査

日 時		場 所	健康イベント
9月 8日 (火)	8:15 ~ 11:15	高松産業文化センター	10:00 ~ 12:00 血管年齢測定、AGE 測定※など
9月 9日 (水)	8:15 ~ 11:15	七塚健康福祉センター	—
9月11日 (金)	18:00 ~ 19:30 (夜間) ※大腸・子宮・乳・骨密度のみ	ほのぼの健康館	—
9月14日 (月)	8:15 ~ 11:15 13:15 ~ 14:45 (女性のみ)	ほのぼの健康館	10:00 ~ 12:00 血管年齢測定、AGE 測定※など
10月14日 (水)	8:15 ~ 11:15	大海交流センター	—
10月15日 (木)	8:15 ~ 11:15	とり野菜みそ BLUECATS ARENA	10:00 ~ 12:00 体組成測定など
10月23日 (金)	8:15 ~ 11:15 / 13:15 ~ 14:45	ほのぼの健康館	—
10月25日 (日)	8:15 ~ 11:15	ほのぼの健康館	—
10月26日 (月)	8:15 ~ 11:15 / 13:15 ~ 14:45	ほのぼの健康館	—

●予約方法 ※受診には事前予約が必要です。

▷インターネット（専用サイト）から予約

▷電話（専用ダイヤル）で予約

かほく市集団健診予約センター ☎ 0120 (12) 3210

●予約期間

・ 9月3日 (木) ~ 14日 (月)

・ 10月9日 (金) ~ 26日 (月)

予約専用
サイト

2 医療機関（特定・長寿）健診

●期日 9月30日 (水) まで

●予約方法 各医療機関へ直接ご連絡ください。

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

医療機関（50音順）	電話番号
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

飼い主の皆さん、 ペットを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・生ゴミを荒らされる」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を正しく飼いましょう。

●犬を飼うときの注意点

▷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

※住所や飼い主の変更時、届出が必要です

(2) 年に一度、狂犬病予防注射を受けること

※登録に基づき、集団予防接種の案内を送付します

▷放し飼いをしない（散歩時は必ずリードに繋ぐ）

▷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

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。

手術を行った年度中に申請する必要があります。

◎詳細は市ホームページをご確認ください。



石川県立看護大学 令和8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、思春期の心の病や家族の葛藤と向き合う姿を描いた映画「The Son / 息子」を上映します。上映会終了後には、語らいの場「シネマ de カフェ@ IPNU」をオープンします。お気軽にご参加ください。

●日時 10月3日(土)

▷映画上映 12時30分～14時45分（開場 12時00分）

▷シネマ de カフェ 15時～16時30分 ※定員 50人

●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（シネマ de カフェは事前申し込みした方優先）

●問い合わせ

石川県立看護大学精神看護学

大江 真吾 ☎ 076 (281) 8301（代表）



電子申請



《あらすじ》

優秀な弁護士のピーターは、新たな家族と幸せな日々を送っていた。そんな時に、前妻と暮らしていた17歳の息子ニコラスが、ピーターのもとに引っ越したいと訴える。ニコラスは心に病を抱え、絶望の淵にいたのだ。ピーターは息子を受け入れ生活を始めるが…

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7日（月）～18日（金）
- **内覧会** 9月17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**

（8月18日現在）

区分	名称	間取	空き	家賃（月額）
公営住宅	緑ヶ丘団地（白尾）	3DK	2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	4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・3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
	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～

商工業
支援

夢への実現に、まず第一歩！

「かほく創業塾 2026」を開講

問い合わせ かほく市商工会 ☎ 076 (204) 6822

「起業したいけど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指します。

- **対象者** 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 6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13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20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27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 4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



商工会 HP

- **申込締切** 10月19日（月）※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。

「家族介護者教室」を開催します

問い合わせ

高齢者支援センター（長寿介護課内） ☎ 076 (283) 7150

認知症の知識や適切な関わり方について理解を深め、同じ悩みを持つ方と交流することで孤立感や課題の抱え込みを回避することを目的とした家族介護者教室を開催します。

2回目の家族介護者教室では、震災時の不安ごとや困りごとなどを皆さんと共有し一緒に考えていきます。

- 対象者 在宅介護をしている方または介護に関心のある方
- 日時 9月28日（月）13時30分～15時
- 場所 かほく市役所 301 会議室
- 内容 「災害時の困りごとについて話し合ってみよう！」
 - ・災害の実態について
 - ・防災に関する不安、悩みごと座談会
- 講師 石川県立看護大学災害実践看護学
講師 登谷 美知子氏
- 定員 20 人程度
- 参加料 無料
- 申込方法
 - ▷電子申請フォームから申し込み
 - ▷高齢者支援センターに電話で申し込み



電子申請

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



●出張！スマホとパソコン安心教室

ボランティアの方と一緒に出張し、いつもと違う会場で「スマホとパソコン安心教室」を開催します。ご不明な点などお気軽にご相談ください。申込不要です。開催時間内のお好きな時に会場へお越しください。

▷日時 9月25日（金）10時～11時30分

▷会場 つどいの森かほくくるプラス フリースペース

●エンディングノートを書いてみよう

エンディングノートってなんだろう？なぜ必要？講師が記入した内容と感想を聞いて、みんなで書いてみましょう！市が発行しているエンディングノートを使用します。主に医療、介護、認知症に関するページを記入する予定です。AIに相談しながら書いた事例も紹介します。

▷日時 9月30日（水）13時30分～15時

▷会場 いきいきステーション

▷講師 宮崎 まりえさん（ボランティア講師）

大石 喜代志さん（ボランティア講師）

長寿介護課職員

▷定員 10 人程度（要申込）

●石川県立看護大学 地域公開講座「温度を理解し、あたたかい家をつくろう！」

築50年ほどの一軒家の室温を保つ工夫を行った経験と計測データをもとに、安価にできるあたたかい家づくりについてお話しします。

▷日時 10月8日（木）13時30分～15時

▷会場 七塚健康福祉センター 多目的ホール

▷講師 石川県立看護大学 人間科学講座 松田 幸久氏

▷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	いきいきステーション
おしゃべり会	毎週木曜日		

※9月22日（火・祝）スマホとパソコン安心教室、9月10日（木）おしゃべり会はお休みです

令和9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 大海こども園	夏栗イ 43-1 ☎ 076 (281) 3682	▷ 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
	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	▷ 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
	⑤ しらゆりこども園	白尾ワ 1-1 ☎ 076 (283) 1860	▷ 休日保育 新化こども園で実施
	⑥ 新化こども園	宇野気ニ 65-1 ☎ 076 (283) 0231	▷ 病後児保育 大海、しらゆり、新化こども園で実施
	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



●教育保育給付認定区分の種類

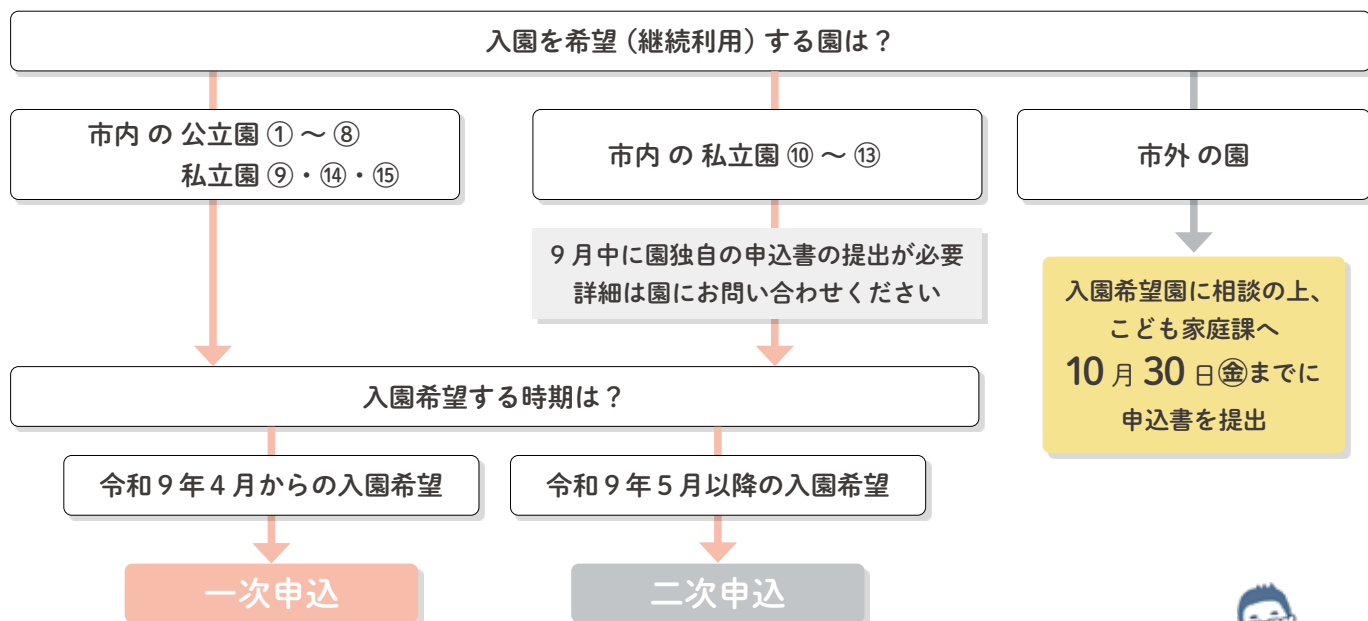
認定区分	対象	利用できる施設
1号認定（教育認定）	満3歳以上の就学前の子ども（2号認定除く）	認定こども園
2号認定（保育認定）	満3歳以上で、保護者の就労や疾病等により保育を必要とする子ども	認定こども園
3号認定（保育認定）	満3歳未満で、保護者の就労や疾病等により保育を必要とする子ども	全ての施設

●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。

詳細はこちら
(市 HP)



●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

一次申込 令和9年4月からの入園希望者・継続利用者

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

※ 3日(金)、4日(土)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

二次申込 令和9年5月以降の入園希望者、一次申込できなかった方

▷申込期間 令和9年 **1月25日(月)～29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⑨～⑮の場合 → 第1希望の園



公立こども園 見学会

9月28日(月)～9月30日(水)

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

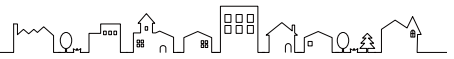
▷認定申請書兼利用申込書（9月1日からこども家庭課窓口、ホームページで配布）… 子ども1人につき1部

▷保育が必要な事由を証明する書類（(1)～(7)で該当するもの）… 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）護者の診断書、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

※ (3)・(5)・(6)・(7)の要件の方は、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

2026 09
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近隣住民の方から寄せられています。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

▽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

市共催 空き家無料相談会

空き家に関するお悩みをご相談くだ
さい。相談員が個別に対応します。空
き家バンクや不動産業者のことも相談
できます。

● 日時 10月8日（木） 13時～16時

● 場所 かほく市議会庁舎1階第2・
3会議室

詳細はこちら
▼



【問い合わせ】

（公社）石川県宅地建物取引業協会

☎ 0120 (424) 425

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（税務課窓口に設置）

【問い合わせ】

税務課 資産税係

☎ 076 (283) 1114

9月は認知症月間です

9月21日は「認知症の日」、9月は「認
知症月間」と定められ、全国各地でさ
まざまな取り組みが行われています。

厚生労働省の推計によると、65歳以
上の約4人に1人は、認知症またはそ
の予備軍といわれています。認知症は
誰もがなりうる病気です。認知症に
なっても安心して地域の中で共に暮ら
すためには、認知症についての正しい
知識を持ち、理解を深めることが大切
です。

かほく市では、毎年11月に「認知症
にやさしいまちづくりシンポジウム」
を開催しています。

【問い合わせ】

高齢者支援センター（長寿介護課内）

☎ 076 (283) 7150

9月の健康レッスン 開催のお知らせ

● 日時 9月11日（金）

10時30分～11時45分

● 場所 イオンモールかほく
グリーンコート

● 内容 ストレスとの上手な付き合い方

※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】

健康福祉課

☎ 076 (283) 1117

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（金）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 ☎ (283) 7155

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24日（木）～29日（火）

● 重点目標

▽気持ちのよい行動をしよう！

▽自分を大切にしたら行動をしよう！

▽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



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。

相談は、行政相談委員または行政相談センター「きくみみ石川」が受け付けています。

また、行政相談月間に合わせて、合同相談会を開催します。

《行政苦情110番》

行政相談センターきくみみ石川
(総務省石川行政評価事務所内)

☎0570(090)110

※土日祝、夜間(16時45分～翌日9時)は留守番電話に繋がります。

《くらしの合同相談会》

●日時 10月27日(火) 13時～16時
(15時30分受付終了)

●場所 津幡町文化会館「シグナス」
1階 研修室

※相談は無料。原則30分で、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。

詳細はこちら▼



【申込・問い合わせ】

総務省石川行政評価事務所

☎076(222)5232

【受付時間】 平日9時～17時

専門家による合同無料相談会

能登半島地震・奥能登豪雨で被災された方のお困りごとに、弁護士や税理士ら専門家が連携して対応します。どんなことでもお気軽にご相談ください(予約不要)

●日時 9月19日(土) 15時～17時

●場所 内灘町役場 町民ホール

詳細はこちら▼



【問い合わせ】

石川県戦略広報課

☎076(225)1362

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。肝炎ウイルスについて学んでみませんか。

●日時 10月2日(金) 14時～16時

●場所 石川県庁 101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 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 島上哲朗氏

●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25日(金)

申込はこちら▼



【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

第25回日本精神保健福祉士学会 学術集会 市民公開講座

震災等で多くの方が心に傷を負いながら暮らしている今、金沢市出身の脚本家水橋文美江さんが作品づくりなどの経験を交えて「これまで、今、これから」について講演します。(当日参加可)

●日時 9月26日(土)

13時15分～14時45分

●場所 金沢歌劇座

●内容 言葉が光になるとき、脚本家としての想い

●講師 脚本家 水橋文美江氏

●参加費 無料

詳細はこちら▼



【問い合わせ】

石川県精神保健福祉士会事務局

(加賀こころの病院 医療相談室)

☎0761(72)8087

行政書士による無料相談会

相続、遺言、外国人在留資格、成年後見、契約、各種許認可申請の手続きなどさまざまな相談にお答えします。

《電話による無料相談会》

●日時 10月2日(金)～4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3日(土) 10時～16時

アル・プラザ津幡、野々市市交遊舎

(2)10月4日(日) 10時～16時

アル・プラザ金沢、七塚生涯学習センター

【問い合わせ】

石川県行政書士会

☎076(268)9555

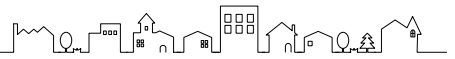
最新の情報は、下記2次元コードから確認できます。



市営駐車場
空き情報



入札結果



募集

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3日（土）まで

●申込方法 市内歯科医院に申し込みください。

【問い合わせ】

健康福祉課

☎076（283）1117

河北郡市交通安全表彰

「優良運転者」表彰候補者の募集

●応募要件 次の全てを満たす方

(1) 市内在住

(2) 運転歴が7年以上の方

(3) 無事故歴が7年以上の方

(4) 過去3年間交通違反または運転免許の行政処分を受けたことのない方
らびに罰金以上の刑に処せられたことのない方

(5) 優良運転者表彰の受賞歴がない方

●持ち物 運転免許証、印鑑

●申込期限 9月30日（水）まで

※応募者多数の場合、推薦できない場合があります。

【申込・問い合わせ】

市交通安全協会（防災環境対策課内）

☎076（283）7124

市ボランティア観光ガイドが案内「かほくちよこつと旅」

《かほくくり！秋の恵みと繊維の産業観光施設カジファクトリーパーク》

●日時 10月12日（月・祝）9時30分～12時（9時20分集合）

●コース（バス） かほく市役所（集合）↓かほくくり収穫体験↓カジファクトリーパーク↓かほく市役所（解散）

※都合によりコース変更や中止の場合あり。

●参加費 1000円（保険料込）

●定員 15人（小学生以上）

※応募多数の場合は抽選（外れた方へのみ連絡します）

※グループでの申込みは3人まで

●持ち物 長靴、軍手

●締切 10月2日（金）

※ファックス・メールの場合は氏名・住所・連絡先・生年月日を明記してください。

【申込・問い合わせ】

市観光物産協会（市商工会内）

☎076（204）6822

FAX 076（282）5663

メール smile@shoko.or.jp

「2026かほく市モルック大会」参加チーム募集

「2026かほく市モルック大会」を開催します。ぜひご参加ください。

●対象者 市内在住、在勤の方およびその家族

●日時 10月4日（日） 9時～15時

●場所 宇ノ気体育館 室内練習場

●申込締切 9月24日（木）

●参加費 500円

《モルック体験会》

●日時 9月13日（日） 10時～15時

●場所 イオンモールかほく 専門店街1階（イルーシー300さん横）

【問い合わせ】

かほく市スポーツ推進委員会（スポーツ文化課内）

☎076（283）7135

石川県立金沢産業技術専門学校令和9年度入校生 一次募集

●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（水） 必着

※詳しくは同専門学校までお問い合わせください。

詳細はこちら▼



【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

催し

手話言語普及啓発事業

「手話の日」のイベント案内

9月23日「手話の日」に合わせて、市内で生活しているろう者やろう児などの手話を撮影した横尾友美監督の映像作品を上映します。また、横尾監督のトークショーも予定しています。

●日時 9月23日（水・祝） 13時30分～14時30分

●場所 イオンモールかほく グリーンコート

【問い合わせ】

健康福祉課

☎076（283）7120

第21回 Kahoku シュタムティッシュ

「Kahokuシュタムティッシュ」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 9月13日（日） 14時～16時30分

●場所 宇ノ気生涯学習センター2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



市障害者スポーツ協会主催 「パラスポーツ交流広場」

●対象者 市内在住、在勤、在学の方

●日時 9月15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

●内容 カーリンコン、ポッチャ、フライングディスク

【問い合わせ】

スポーツ文化課

☎076(283)7135

うみつこらんど七塚 (海と渚の博物館)

●開館時間 9時～17時

●休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)

●市民ギャラリー「うみつこ」

●ふしぎな花倶楽部押し花アート展

▽期間 9月16日(水)～27日(日)

※最終日は15時まで

【問い合わせ】

うみつこらんど七塚

☎076(283)8880

石川中央都市圏★ グローバルEXPO

石川中央都市圏(かほく市・金沢市・白山市・野々市市・津幡町・内灘町)の若い世代を対象に、グローバル人材の育成を目指すイベントを開催します。

●日時 9月12日(土) 10時～16時
●場所 金沢市役所第2本庁舎

詳細はこちら▼



【問い合わせ】

生涯学習課

☎076(283)7137

石川中央都市圏・国際交流連絡会

(金沢市国際交流課内)

☎076(220)2075

ツエーゲン金沢 ホームゲーム無料招待

市内在住の方500組1000人を抽選で無料招待します。

●日時 11月29日(日) 14時～

●会場 FC岐阜戦

●会場 金沢ゴーゴーカーレーススタジアム

●席種 バック上段自由席

●申込方法 ツエーゲン金沢公式ラインから申し込み

●申込締切 11月18日(水)

※ラインからの当選通知の配信をもつて、当選案内とさせていただきます。

申込はこちら▼



【問い合わせ】

スポーツ文化課

☎076(283)7135

第31回石川県障害者ふれあい フェスティバル(入場無料)

●日時 9月27日(日) 10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

詳細はこちら▼



【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

第53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。

●日時 10月11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2日(金) 必着

「エ」みらい河北」体験教室

①ガラスモザイクアート

▽9月5日(土) 9時～10時30分

②吹きガラス体験教室(コップ作り)

▽9月6日(日)

9時30分～10時45分

13時15分～14時30分

③手作りガラスビーズ(とんぼ玉作り)

▽9月12日(土)／9月27日(日)

各日9時30分～13時30分

④サンドブラスト体験教室

9月19日(土) 9時～10時30分

⑤ガラスのかぼちゃ作り

10月4日(日)

9時30分～10時45分

13時15分～14時30分

※5は9月10日(木)より電話にて申込受付

詳細はこちら
(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(2127)6708

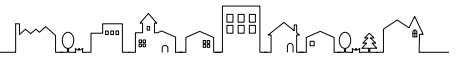
詳細はこちら▼



【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

詳細はこちら



①崖つぶちの作品展(入場無料)

▽期間 9月4日(金)～13日(日)

②市民川柳入賞作品展(入場無料)

▽期間 9月18日(金)～27日(日)

③シャンソン倶楽部

▽日時 9月2日(水)／16日(水)／19日(土)／30日(水)

各日14時～16時

▽費用 600円(飲物付)

④みんなで歌おう日本のうた

▽日時 9月13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

⑤ベビーマッサージ教室(2階)

▽日時 9月14日(月)10時30分～12時

▽費用 2100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ヵ月検診後、3歳前後のお子さん&妊婦さん)

▽締切 9月13日(日)

⑥整体体験会(腰や膝などの痛いところの骨格を整え、筋肉を緩めて痛みを解消します)(2階)

▽日時 9月16日(水)10時～12時

(1人30分)

▽費用 2500円(飲物付)

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18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)

⑧オレンジカフェ

▽日時 9月19日(土)10時30分～12時

▽費用 飲物代(個人負担)

⑨まちかどバレエ教室

▽日時 9月26日(土)／10月3日(土)各日10時15分～11時

▽費用 700円(飲物付)

▽対象年齢 3歳以上

▽服装 動きやすい服装

⑩バレエ発表会

▽日時 9月26日(土)14時～

⑪己書幸座こんちまん楽道場

▽日時 9月27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 9月19日(土)

🗑️ 不用品登録情報

《譲ります》

- ランドセル(赤)
- ショート丈コート(グレー)
- 学習机
- 着物アンサンブルセット(子ども用)
- 食器棚
- 小型犬用カップ
- 折り畳みシングルベッド
- 長机
- 外日角小学校体操服
- 足用電気カーペット
- 湯たんぽ(鉄製)
- 宇ノ気小学校制服(女子)
- 食器棚付きキッチンボード
- 墓前セット
- 小型ウォーターサーバー
- 浴衣セット(女性用)
- 小型ガラステーブル

- 和室用衝立
- サイドボード
- 子ども用二段ベッド
- パイプベッド(シングル)
- 迷惑防止機能付き防犯電話
- 長いす
- 集塵機
- 石油ストーブ
- 赤外線ヒーター
- 草刈機
- 植木鉢
- 大正琴一式
- テニスラケット
- バドミントンセット
- ミシン
- 囲碁セット

《譲ってください》

- 宇ノ気小学校制服(男子)
- 外日角小学校体操服
- ブルーレイレコーダー
- カセットコンロ
- 耕運機
- RCA ケーブル
- コーヒーマーカー
- ウクレレ
- 剪定ばさみ
- 自転車(子ども用・大人用・シニア用)
- 武道着(柔道・剣道・合気道)
- ふすま
- コードレス掃除機
- 屋外用水槽
- 高枝切ばさみ

【申込・問い合わせ】

防災環境対策課 ☎076(283)7124



頑張りました

第72回全日本中学校 通信陸上競技大会 石川県大会

(6月27・28日・金沢市)

▽女子共通800m

【2位】 安達 結乃蒼 (宇ノ氣中)

▽女子1年100m

【優勝】 椿原 梨花 (宇ノ氣中)

▽男子共通四種競技

【優勝】 赤井 汰朗 (河北台中)

令和8年度石川県中学校体育大会

(7月4・11・12・18・20日・金沢市他)

▽水泳・男子400m個人メドレー

【3位】 森田 敬也 (高松中)

▽水泳・男子100m背泳ぎ

【3位】 森田 敬也 (高松中)

▽水泳・女子200m背泳ぎ

【優勝】 二口 かのん (高松中)

▽軟式野球

【優勝】 かほく軟式野球クラブ

▽バレーボール・男子

【3位】 宇ノ氣中学校

▽ソフトテニス・女子団体

【3位】 かほくJOINUS
ソフトテニスクラブ

▽卓球・女子団体

【優勝】 河北台中学校

▽卓球・女子個人

【優勝】 塩崎 愛梨 (河北台中)

▽剣道・男子団体

【優勝】 宇ノ氣中学校

▽剣道・女子団体

【優勝】 宇ノ氣中学校

▽剣道・男子個人

【優勝】 北村 剛 (宇ノ氣中)

【3位】 菅原 惺 (宇ノ氣中)

▽剣道・女子個人

【優勝】 吉田 寧々 (宇ノ氣中)

【2位】 高島 帆葉 (宇ノ氣中)

第78回石川県中学校陸上競技大会

(7月11・12日・金沢市)

▽女子共通200m

【2位】 能口 菜花 (河北台中)

▽男子共通110mハードル

【2位】 直江 楓我 (宇ノ氣中)

▽女子共通800m

【2位】 安達 結乃蒼 (宇ノ氣中)

第74回石川県吹奏楽コンクール

(7月18日・金沢市)

▽中学生B部門

【金賞】 朝日新聞社賞

河北台中学校

【金賞】 高松中学校

【銀賞】 宇ノ氣中学校

地域クラブ通信

中学校の「学校部活動」が「地域クラブ」になりました。
市内で活動する「地域クラブ」を紹介します。

クラブ名	かほく JOINUS ソフトテニスクラブ
メンバー構成	3年生8人、2年生4人、1年生5人
展開状況	平日・休日展開
活動日時	平日 月・水・木 18:30～20:00 休日 土・日 9:00～12:00
活動場所	七塚テニスコート ※冬季：平日 高松小学校体育館 休日 アクロス高松



キャプテンからのメッセージ

上位大会出場を目指し、チーム一丸となって練習に励んでいます。経験がなくてもコーチが丁寧に教えてくれるので、みんなが安心して挑戦することができます。男女問わず興味のある方は、見学や体験を歓迎しています。仲間として一緒に強くなりましょう。
Instagramもご覧ください。



Instagram



橋爪 柚香さん

指導者からのひとこと

指導者6人で、子どもたちの変化をよくみて声をかけ、安心して挑戦できる雰囲気づくりを心がけています。笑顔が多く、学年を越えて応援し合えるのが JOINUS の魅力です。県大会団体戦で3位に入賞し、北信越大会でも3位と好成績を収めることができ、全員で喜び合いました。これからも日々の練習から競技力を高めて行きたいと思います。



「宇ノ気小学校コミ☆スクだより」

宇ノ気小学校



宇ノ気小学校では、さまざまな教育活動において、多くの方々からサポートをいただいています。

例えば、朝学習時には読み聞かせボランティアの「よもも」さんに読み聞かせをしてもらっています。体育の授業ではクラブパレットの皆さんに指導してもらっています。また、5年生の家庭科実習ではボランティアの皆さんにミシンの使い方などをサポートしてもらっています。そのほかにも、地域の皆さんにご協力をいただきながら、子どもたちはいろいろなことを体験しています。

学校運営について地域の代表の方々と学校で話し合う「学校運営協議会」の場で、「地域と学校が連携している取り組みをもっと多くの方に知ってもらえたらいいね」という意見が出ました。

宇ノ気小学校は、「コミ☆スクだより」で、地域と学校が連携して取り組んだ活動の様子を、たくさんの写真を交えて紹介しています。子どもたちが生き生きと活動する姿や、笑顔あふれる表情をたくさんご覧いただけます。「コミ☆スクだより」は、宇ノ気小学校のホームページに掲載しています。ぜひご覧いただき、学校と地域のつながりを感じていただければ幸いです。



地域とともにある学校づくり
コミスク通信



シュタムティッシュの様子



医王山の頂上にて

かほく市での1年

国際交流員 ノツォン・オリバーさん



皆さん、Wie geht' s ? (お元気ですか?) かほく市の国際交流員オリバーです。9月になりました。ということは、私がかほく市に来てから1年経ったということです。これまで、さまざまなイベントを開催したり、いろいろな体験をしました。今回は、皆さんとこの1年を振り返りたいと思います。

今年はいろいろなイベントがありましたね! 工作や、言語交流カフェ、シュタムティッシュなど。つい最近では、高松中学校のALTのシタリさんと協力して、料理教室を開催しました。参加した皆さん、タコスとローテ・グリュツェ、いかがでしたか? このような、他の文化を紹介するイベントは非常に重要だと思います。それだけでなく、住民の皆さんが外国の方々と出会ったり、日本語以外の言語で会話したりする機会を提供することも大切です。そうした活動を通じて、より広い視野が得られ、自分

自身のことへの理解もより深まると信じています。

プライベートでもたくさんの思い出ができました。こちらに来る前、街について調べていたときに白尾灯台を見つけたので、最初にそこへ夕日を見に行きました。そこで偶然、同じ目的で来ていた元宇ノ気中学校ALTのジョーリーさんと出会い、その後一緒にご飯に行きました。桜の季節には、上山田のしだれ桜を見に行き、とても綺麗だったのを覚えています。また、医王山でのハイキングもすごく良い思い出です。まだまだお話ししたいことはたくさんありますが、長くなってしまうのでここまでにします。

これからもさらに楽しいイベントを企画したり、国際交流員として新しいことに挑戦していきたいと思っています。2年目もよろしくお願いします。

ビス・ダン
Bis dann! (またね)

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7・14・24・28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
宇宙の日 自殺予防	お月見 敬老の日	読書の秋

●古本の寄附受付

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

▷受付期間 10月27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 8日 10時～ / 1・15・29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 6・13・20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 27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)

9月はお休みです。

●英語のおはなし会 (第1・2・3土曜日)

▷日時 5・12・19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。ぜひご活用ください。



「コンピュータ、マジわからん」と思ったときに読む本

小高 知宏 / 著
オーム社



月曜のこない部屋

城山 真一 / 著
徳間書店



したう

小野寺 史宜 / 著
祥伝社



うみにすむにんじゃタコ

中村 武弘 / 写真・文
土屋 光太郎 / 監修
ポプラ社



しゅつどう!
しょうぼうこうくたい

鎌田 歩 / 作・絵
金の星社

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

大衆芸能協会



大衆芸能協会では、各施設にボランティア劇団として訪問しています。また、年に1回、3月の第1日曜日に高松産業文化センターで発表会を行っています。13時開演、入場無料です。踊り、歌、和太鼓、民謡などで楽しんでいただける時間をお送りします。ぜひお越しください。

【村芝居】

▷代表 津田 美幸 ☎ 090 (8267) 1587

▷活動 演劇 毎週木曜 18時30分～20時30分

踊り 第1・2・3土曜 13時～15時

▷場所 高松産業文化センター



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》

③「古い・看取り・死をめぐる諸問題と日本思想史研究」

④「『迷惑をかけたくない』という思いとは何か？

－思想史からのアプローチ－

▷日時 ③9月5日(土) 13時30分～15時30分

④9月6日(日) 10時～12時

▷講師 本村 昌文氏 (岡山大学教授)

▷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

《禅文化体験会～哲学館で坐禅をしてみよう～》

▷日時 9月19日(土) 17時～19時

▷講師 川端 孝法氏 (金沢市松山寺住職)

▷会場 哲学館 地下ホワイエ

▷定員 25人 ※要申込、先着順

《西田幾多郎博士作品を吟ずる 第24回全国吟詠大会》

▷日時 10月4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]

《切手のない絵葉書と切手帳》

幾多郎は受け取った手紙を読むと処分していましたが、外国からの便りは例外で、多くの絵葉書が残っています。ところが、これらの絵葉書には切手のないものが多いのです。その理由は、娘や孫が切手を収集していたからでした。

近年寄贈された資料の中に、三女静子の切手帳がありました。外国からの絵葉書に貼られた切手が国ごとにきちんと整理して保存されていました。切手のない絵葉書と照らし合わせると、パズルのようにぴったりとはまる組み合わせが見つかるかもしれません。

切手のない絵葉書と切手帳は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－」で展示中です(9/27まで)。



切手のない絵葉書



三女静子の切手帳



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

▽風鈴の透き通る音聴きながら夫と味わうコーヒータ임

[外日角 新田万里子]

▽ご先祖とつながる墓を建立し子や孫と共に感謝で祝う

[七窪 山田 恵子]

▽バレーボール手に汗握る接戦にテレビの前で歓声あげる

[松浜 池田 和美]

▽君遣しスマホの文字が揺れて見え月が涙で滲んでかすむ

[宇気 塩谷 清子]

▽頂いた喜寿紫陽花ピンク色米寿に近し淡紫に

[大崎 中村富喜子]

▽「ピーヒャラドン」子供神輿がやって来たエールを送ろう玄関に出て

[白尾 塩谷 幸子]

俳句

▽梅干を真つ赤に染める陽の恵み

[外日角 内潟外茂夫]

▽鮮やかな色の紫陽花雨にぬれ

[白尾 金子由紀子]

▽大地震で崩れし御堂花ざくろ

[津幡町 水野美智子]

▽ひとしきり鳴く夏鳥の夜明けかな

[木津 越野 正勝]

▽ドライブの終千里浜の大夕焼

[内灘 駒形 隼男]

▽石清水詣でて京の鰻料理

[七窪 中田 達子]

▽滴りを両手でふふみ又一歩

[大崎 宮腰外喜子]

▽箸休め手つとり早く胡瓜もみ

[笠島 村田喜代美]

川柳

▽雨上がり今がチャンスと苗を植え

[浜北 池田ひろ子]

▽特売日孫も笑顔の肉料理

[秋浜 道原 猛彦]

▽その命令納得できないでも我慢

[高松 玄海しゅうこう]

▽子や孫にわが足跡を語る夜

[高松 増田 義雄]



やってみて！モルック

スポーツコミッションかほくでは、市スポーツ推進委員の皆さんと協働し、誰でも気軽にできるスポーツとして「モルック」を広め、皆さんと一緒に楽しむために体験会を行っています。

モルックは木製の棒（モルック）を投げてピン（スキttl）を倒すシンプルな動作のスポーツですが、やってみると面白くなってきます。手軽に始められるため、市内中学校や石川県立看護大学では、生徒や学生の皆さんが自分たちで企画をして大会も行われています。

ちょっとやってみたいな、という方には用具を貸し出していますので、希望される方は問い合わせ先までご連絡下さい。

また、9月13日（日）に「モルック体験会」、10月4日（日）に「2026かほく市モルック大会」（20頁参照）を開催します。これを機にモルックを始めてみませんか。

●申込・問い合わせ 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



モルックとは？

フィンランドのカレリア地方の伝統的なキイッカ kyykkä というゲームを元に開発されたスポーツです。とても簡単なルールで老若男女問わず楽しめます。

文化財と生きるかほく

遺跡編 元女堂山中世石塚群

今回は、元女にある「元女堂山中世石塚群」について紹介します。

「元女堂山中世石塚群」は、元女の白山社背後の丘陵にある7基の石塚群です。これらは、およそ南北方向に伸びる尾根筋に沿って一列に並ぶように位置します。それぞれの石塚は、径約5m、高さ60～90cmの大きさで、形状は不正円形や円形に近い形状をしています。塚の凸部には、拳大のものから長さ50cm程度の河原石が配石されており、これらの石は近くを流れる大海川の石ではないかと考えられています。

また、元女堂山中世石塚群は発掘調査が行われたものではなく、昭和50年代に地元小学生らが珠洲焼の欠片などを採取し発見されました。採取した珠洲焼から、石塚の年代は鎌倉時代初期ごろのものであることが確認され、石塚形状などから中世の墓ないし経塚であることが推定されています。

市内では、中世の遺跡を発掘調査した事例は少なく、希少な事例であることや、確認調査で採取された珠

洲焼の遺物が形をよく留めていたこと、元女の中世の「信仰」や「祈り」の一端を伺うことができるため、貴重な遺跡であることがわかります。



元女堂山中世石塚群の珠洲焼

【問い合わせ】

スポーツ文化課 文化振興係
☎ 076 (283) 7135

市内文化財デジタルアーカイブはこちら



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

●ふくらはぎのトレーニング

椅子に座ってかかとを上げ下げする運動は、ふくらはぎの筋力や足首の動きを保ち、歩行の安定や転倒予防、ロコモ予防に役立ちます。

- ①浅めに座り、背筋を伸ばす。膝の間はこぶし 1 つ分あける。
- ②かかとをしっかりあげ、ふくらはぎがぎゅっと閉まるのを感じる。
- ③まずは 10 回程度から。無理のない回数で毎日続けてみましょう。

【ポイント】

- ・ふくらはぎを意識して、ゆっくりかかとを上げ下げする。



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

食事に少し野菜をプラスする工夫

「食事に野菜を一品プラス」することは理想ですが、どうやって始めたらいいのかわかりますよね。そんな時は、コンビニやスーパーの惣菜、野菜多めのお弁当を活用してみることをおすすめします。野菜の食物繊維をコツコツ摂ることで体の

調子も整ってきます。

まずはこんな方法から試してみませんか？

「皆さんは、何から始める？」▶▶▶



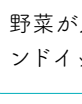
＝「ベジメータ®」が出張します＝

9月11日（金）10時～11時20分
イオンモールかほく グリーンコート

皆さんは、何から始める？



外食で丼ものをサラダ
セットに変更



野菜が入っているパン（サ
ンドイッチなど）を食べる



「1日の1/2の野菜がとれ
る」等の表示を見て選ぶ

看護大学生
おすすめのレシピ



「ナスのさっぱり
ポン酢あえ」

紫のチカラで抗酸化！みずみずしくヘルシーな夏野菜

材料（2人分）

- | | |
|-----------|------|
| ▷ナス | 2本 |
| ▷ポン酢 | 大さじ2 |
| ▷ごま油 | 小さじ2 |
| ▷生姜（チューブ） | 適量 |

作り方

- ①ナスを半分に切り、皮側に切れ目を入れる
- ②ナスにごま油をかけて、ラップをして電子レンジ 600w で約3分加熱する
- ③ポン酢をかけて生姜を添える

 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、**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。

日曜日

赤

休み



- ①片手の人差し指を伸ばして口元に置き、横に引く。
- ②両手のひらを下に向けて左右に構え、中央で合わせる。

月曜日



片手の親指と人差し指を付け、指先を離しながら下げる。

火曜日



右手の親指と小指を立てて引く。

水曜日



□の前ですぼめた手を前で開く。

木曜日



両手の親指と人差し指を伸ばして下に向け、手首をひねり上げる。

金曜日



片手の親指と人差し指で輪を作り、軽く振る。

土曜日



片手の親指とその他4指を向かい合わせ、指先をこすり合わせる。

ワンポイントアドバイス

今回の曜日の手話表現は由来を知るとすぐ覚えられます。日曜日はカレンダーの赤色から「赤＋休み」。月～土曜日はそれぞれの漢字の形や意味（月・火／熱い・水・木・金・土）をそのまま表現します。ぜひ今日から覚えて使ってみましょう！



9月の相談日

●無料法律相談（前日までに予約・先着順）

日時：9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：17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：10日（木）・24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）

9月はお休みです。
 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。

9 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：9日（水）、30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：30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※初回参加時】

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：16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 真吾氏

●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8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 健氏

◎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



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
8日（火）	子育てカスルアップ事業（託児有） 「家でも職場でもない僕たちの居場所を考える」10時～ 対象 パパ・プレパパ【要予約／15組】 講師 金城大学子ども教育保育学科 教員 浅井 和毅氏 （パパの居場所「Huddle」代表）   申込フォーム
25日（金）	双子ちゃん三つ子ちゃん集まれ！10時～
28日（月）	学童期 NP ③（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

※幼児 NP ③～⑥を開催中です。

●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
3日（休）	敬老の日のプレゼント作り【要予約 15組】
10日（休）	わらべうたで遊ぼう（やまんばの会）
15日（火）	赤ちゃん広場（2カ月～1歳誕生月）
18日（金）	えほんだいすき（図書館司書）11時～
26日（土）	絵本の読み聞かせ（円グループ）
29日（火）	お誕生会
10/1（休）	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
1日（火）	わらべうたで遊ぼう（やまんばの会）
11日（金）	えほんだいすき（図書館司書）11時～
15日（火）	赤ちゃん広場（2カ月～1歳誕生月）
29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
4日（金）	敬老の日のプレゼント作り【要予約 15組】
15日（火）	赤ちゃん広場（2カ月～1歳誕生月）
25日（金）	えほんだいすき（図書館司書）11時～
29日（火）	お誕生会

※赤ちゃん広場は1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。

9月6日(日)

- ▷ **望月眼科医院**
☎ 076 (239) 1515 〈内灘町旭ヶ丘 142〉
- ▷ **なかお医院 (内)**
☎ 076 (283) 6655 〈かほく市七窪ハ 17-6〉

9月13日(日)

- ▷ **たなべ眼科医院**
☎ 076 (289) 6340 〈津幡町北中条 8-57-1〉
- ▷ **保志場医院 (内)**
☎ 076 (281) 0069 〈かほく市高松ノ 90甲 2〉

9月20日(日)

- ▷ **まきの皮ふ科**
☎ 076 (288) 2095 〈津幡町中須加 52-1〉
- ▷ **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〉

9月21日(月・祝)

- ▷ **しばた眼科クリニック**
☎ 076 (204) 6355 〈かほく市高松ム 60番地 14〉
- ▷ **あがた内科クリニック (内・循)**
☎ 076 (254) 6665 〈津幡町御門い 14番地 3〉

9月22日(火・国民の休日)

- ▷ **たにぐち整形外科クリニック**
☎ 076 (289) 0011 〈津幡町太田は 110-1〉
- ▷ **みずほ医院 (内)**
☎ 076 (255) 3008 〈津幡町湯端 422番地 1〉

9月23日(水・祝)

- ▷ **久保医院 (内・小)**
☎ 076 (283) 0017 〈かほく市宇野気ヌ 183-1〉
- ▷ **由雄クリニック (内・循)**
☎ 076 (288) 8584 〈津幡町横浜は 50-6〉

9月27日(日)

- ▷ **石倉クリニック (形成外科・皮)**
☎ 076 (289) 7767 〈津幡町北中条 6丁目 73〉
- ▷ **おきの内科医院 (内・神内)**
☎ 076 (285) 2552 〈かほく市遠塚口 54-9〉

10月4日(日)

- ▷ **山崎外科胃腸科医院**
☎ 076 (289) 2288 〈津幡町加賀爪リ 20〉
- ▷ **らいふクリニック (内)**
☎ 076 (283) 6200 〈かほく市白尾口 32-1〉

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〉

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(火)	
2日(水)	
3日(木)	
4日(金)	
5日(土)	●西田幾多郎哲学講座③ (26ㄱ参照)
6日(日)	●古紙類・古着類拠点回収 (9:00~12:00、リサイクルプラザ) ●西田幾多郎哲学講座④ (26ㄱ参照)
7日(月)	
8日(火)	●市議会 定例会本会議 [一般質問] (10:00、議場)
9日(水)	●市議会 定例会本会議 [一般質問予備日] (10:00、議場)
10日(木)	●市議会 教育福祉常任委員会・分科会 (9:00、議会会議室)
11日(金)	●市議会 総務建設常任委員会・分科会 (9:00、議会会議室) ●健康レッスン (18ㄱ参照) ●シルバー人材センター入会説明会 (14:00、高松北会館)
12日(土)	
13日(日)	●救急フェア (30ㄱ参照)
14日(月)	
15日(火)	●市議会 予算決算常任委員会 (9:00、議会会議室) ●パラスポーツ交流広場 (21ㄱ参照)
16日(水)	●市議会 教育福祉分科会 (9:00、議会会議室)
17日(木)	●市議会 総務建設分科会 (9:00、議会会議室)
18日(金)	
19日(土)	●禅文化体験会 (26ㄱ参照)
20日(日)	●古紙類・古着類拠点回収 (9:00~12:00、リサイクルプラザ)
21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。
22日(火)	【国民の休日】
23日(水)	【秋分の日】 祖先をうやまい、なくなった人々をしのぶ。
24日(木)	●市議会 予算決算常任委員会 (13:30、議会会議室)
25日(金)	●シルバー人材センター入会説明会 (14:00、高松北会館)
26日(土)	
27日(日)	●石川県障害者ふれあいフェスティバル (21ㄱ参照)
28日(月)	●市議会 定例会本会議 (10:00、議場)
29日(火)	
30日(水)	●国民健康保険税 第3期 納期限
10月1日(木)	
2日(金)	
3日(土)	
4日(日)	●かほく市モルック大会 (20ㄱ参照) ●古紙類・古着類拠点回収 (9:00~12:00、リサイクルプラザ) ●第24回全国吟詠大会 (26ㄱ参照)
5日(月)	

広報かほく 9月号は 13,400部作成し、印刷経費は1部当たり約39円です。