

せたな

12



平成29年度 せたな町表彰式

平成29年度「税を考える週間」書道展

100歳になられる方々へ「祝い状」と「記念品」を贈呈しました

北海道後期高齢者医療広域連合から

広域連合の計画に関する住民意見募集について

戸籍年金係から

マイナンバーカードを作ってみませんか

保健師からの健康アドバイス

冬は肥満にご注意ください！

せたなの食材図鑑、それ行け！協力隊！、Topics ほか



せたな町公式マスコットキャラクター
セターナちゃん

平成29年度せたな町表彰式

11月1日(水)、温泉ホテルきたひやまで平成29年度せたな町表彰式が行われました。
 今年は9人が表彰され、坂下正治氏(榑高橋建設せたな本店専務取締役本店長)、小林昭二氏(代理浩子氏(妻))、澤谷勝利氏(日本水難救済会北檜山救難所所長)の3人が出席し、高橋町長から表彰状と記念品が贈呈されました。



※写真左から、高橋町長、坂下正治氏、小林浩子氏、澤谷勝利氏、菅原町議会議長

勤続表彰受賞者

せたな町議会議員

江上恭司氏(北檜山区)

せたな町議会議員として15年間勤続されています

善行表彰受賞者

中村隆俊氏(東京都)

せたな町の青少年育成のため、5千万円を寄付されました。

本井通氏(東京都)

せたな町の社会福祉の振興のため、100万円を寄付されました。

榑高橋建設せたな本店専務取締役本店長

坂下正治氏(北檜山区)

せたな町の産業担い手育成のため、100万円を寄付されました。

中村秀夫氏(東京都)

せたな町の医療職等の育成のため、1億円を寄付されました。

堺谷利秋氏(東京都)

せたな町のスポーツと文化振興のため、100万円を寄付されました。

小林昭二氏(北檜山区)

せたな町の振興のため、町道公園通3号・4号線敷地として私財を寄付されました。

三上勝志氏(北檜山区)

せたな町の振興のため、町道公園通3号線敷地として私財を寄付されました。

日本水難救済会北檜山救難所所長

澤谷勝利氏(北檜山区)

平成28年10月19日、せたな沖で発生した漁船転落事故において、人命救助にご尽力され、無事に発見救助されました。

百歳になられる方々へ「祝い状」と「記念品」を贈呈しました



先日、せたな町内に住所を有し、今年度で百歳になられる方々へ、内閣総理大臣から贈呈された祝い状と記念品の授与式が行われました。
 今年度の該当者は、北檜山区6人、大成区1人の計7人で、町長からお祝い状と記念品が手渡されました。
 ※ご家族、ご本人の同意を得た方のみ掲載しています。



▲木村キワさん(北檜山区)



▲作田フサさん(大成区)



▲畑澤フミさん(北檜山区)



▲上田タツエさん(北檜山区)

平成29年度

「税を考える週間」書道展

最優秀賞



久遠小学校6年
鈴木 心絆さん

「税を考える週間」(11月11日から17日)に合わせ、小学校児童による書道展が開催され、出展作品209点の中から21点の入賞作品が選ばれました。入賞者は掲載のとおりです。

なお、出展作品については北檜山区は本庁舎、大成区は大成総合支所、瀬棚区は瀬棚総合支所においてそれぞれ11月7日から17日まで展示されました。

佳作

瀬 棚小学校3年	大根田 菜夏さん	瀬 棚小学校5年	平田 咲輝さん
北檜山小学校3年	中山 潤哉さん	北檜山小学校6年	田村 想来さん
北檜山小学校3年	平川 結菜さん	瀬 棚小学校6年	日置 咲藍さん
北檜山小学校4年	大塚 結太さん	北檜山小学校6年	間宮 和奏さん
若 松小学校4年	岡本 凜菜さん	北檜山小学校6年	村田 侑空さん
久 遠小学校4年	平澤 幸輝さん	馬場川小学校6年	森垣 華さん
若 松小学校5年	川尻 真夕さん	北檜山小学校6年	山下 滉音さん

優秀賞



北檜山小学校3年
林 梨花さん



若松小学校3年
藤田 崇史さん



若松小学校3年
山崎 裕音さん



久遠小学校5年
西村 楓菜さん



瀬棚小学校6年
助石 隆樹さん



久遠小学校6年
平澤 まちこさん

風力発電事業用地を 探しています!

広 さ 約300坪(約990m²)以上

地 代 年間最大150円/坪(約3.3m²)

売却価値 詳細はお問い合わせください。

SOLAR GARDEN ソーラーガーデン

運営会社:平成エレクトリック株式会社



0120-333-843

【受付時間】

9:00~19:00(平日)

〒532-0003 大阪府大阪市淀川区宮原2-11-9 白鳳ビル2F ホームページ <http://www.solar-garden.com/>

大阪府知事許可(般-24)第138797号/電気工事業(一般電気工作物・自家用電気工作物)

(有料広告)

せたな町とせたな町内郵便局と 連携協定締結式



せたな町と町内の郵便局が「地域における協力」の協定を締結した。

11月1日（水）、せたな町とせたな町内郵便局との「地域における協力」に関する協定を締結しました。

この協定では、住民が安心して暮らせる地域社会づくりを資することを目的として、郵便局の業務中に道路の損傷や不法投棄と思われる廃棄物などを発見した際に情報提供をいただくという協力体制を構築しました。



第3代[昭和44年度]
齊藤 洋一郎さん



第13代[平成3～4年度]
桂田 富次さん



第20代[平成18～22年度]
稲船 国晃さん

※写真は当日参加者のみ掲載しております

松山管内商工会青年部連合会 結成50周年記念式典が開催

10月21日（土）、ふれあいプラザで北海道松山管内商工会連合会結成50周年記念式典が開催されました。

式典では、管内の歴代青年部支部長及び連合会長の功績に対し感謝状が贈呈され、せたな町は、齊藤洋一郎さん（北檜山区）、桂田富次さん（瀬棚区）、菊地晃司さん（北檜山区）、稲船国晃さん（瀬棚区）に感謝状が贈呈されました。



せたな町商工会工業部会がボランティア事業を実施

10月22日（日）、せたな町商工会工業部会が、浮島公園、玉川公園、真駒内ダム公園の観光看板などの維持を目的として、補修や防腐塗料の塗布を実施しました。

このボランティア事業は、平成22年から町内の小中学校や公共施設の花壇（プランターボックス）の寄贈。平成27年からは、各区持ち回りで観光看板などに防腐塗料の塗布作業を実施しています。

11月1日付新採用職員をご紹介します

好 Ⅱ 好きな芸能人
趣 Ⅱ 趣味 **特** Ⅱ 特技
血 Ⅱ 血液型 **学** Ⅱ 最終学歴
※ **生** Ⅱ 生まれた年 **出** Ⅱ 出身地

好 Mr. children
 カラオケ **特** 子どもの寝かしつけ
生 昭和57年 **出** 札幌市 **血** O **学** 光塩女子短期大学 保育科 **趣** 旅行・ファイトーナズ観戦 ネットショッピング、カラオケ

この度、11月から職員として働くことになりました。14年前に旧瀬棚町で働き始めてからたくさんの方に出会い、こうやって働くことができるのも皆さんのおかげです。これからも一生懸命頑張りますので、よろしくお願いたします。

栗本 希
 くりもと のぞみ
 北檜山保育所 保育士



人事異動のお知らせ

11月1日付で次のとおり職員的人事異動がありましたのでお知らせします。

◎せたな町人事

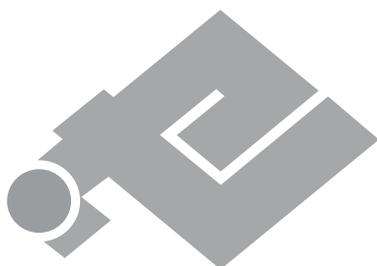
▼財政課長（まちづくり推進課長） 西村晋悟

▼まちづくり推進課長（せたな町農業委員会事務局長） 小坂橋 司

▼保健福祉課主幹（保健福祉課社会福祉係長兼北檜山生活支援ハウス生活支援係長） 竹内 亜希子

◎せたな町農業委員会事務局 局人事

▼せたな町農業委員会事務局 局長（保健福祉課長補佐） 西田 良子



北海道後期高齢者医療広域連合からのお知らせ ～広域連合の計画に関する住民意見募集について～

北海道後期高齢者医療広域連合の第3次広域計画(原案)及び 保健事業実施計画（第2期）(原案)に関する住民意見募集について

北海道後期高齢者医療広域連合は、道内179市町村との連携のもと、後期高齢者医療制度を運営している特別地方公共団体です。

この度、広域連合では、広域連合と市町村が連携しながら処理する事務について定めた「第2次広域計画」及び被保険者の健康の保持増進事業のための「保健事業実施計画」が平成29年度末で終了することから、平成30年度からの新たな計画を策定します。

この計画の策定にあたり、次のとおり広く住民の皆さまからご意見を募集します。



◆募集案件について

【募集案件】 北海道後期高齢者医療広域連合第3次広域計画（原案）
 北海道後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画（第2期）（原案）

【募集期間】 平成29年11月29日(水)～平成29年12月28日(木)（必着）

◆計画（原案）及び募集要領の閲覧方法について

意見募集の開始日から、北海道後期高齢者医療広域連合ホームページ(<http://iryokouiki-hokkaido.jp/hotnews/detail/00000225.html>)に掲載するとともに次の場所で閲覧できます。

- ・本庁 町民児童課 国保医療係
- ・北海道後期高齢者医療広域連合（住所については、下記お問い合わせ先参照）

問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合
 〒060-0062
 札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階
 ☎011-290-5601

本庁 町民児童課国保医療係 ☎0137-84-5111
 瀬棚総合支所 住民係 ☎0137-87-3311
 大成総合支所 住民係 ☎01398-4-5511

マイナンバーカードをつくってみませんか

～無料で取得できます～

① 公的な身分証明書として

顔写真付きの公的な身分証明書として、運転免許証などと同じく、官民間問わず（口座開設、レンタルビデオ店会員登録、郵便局での郵便物受取etc.）利用可能。
（免許を返納しても、身分証明はこれでOK!）



<表面>



② マイナンバーの提示が1枚で

年金や税などの手続きでマイナンバーを求められても、これ1枚でOK。

さらに、秋頃からは福祉等の手続きで住民票等の添付書類が不要に！

<裏面>



みほん

<申請は意外と簡単！役場で申請のお手伝いをします>
～なりすまし防止のため、受け取りは役場へお越しください～

① 申請します (郵送やスマートフォン等)

※通知カードについている交付申請書に顔写真を貼り郵送してください。

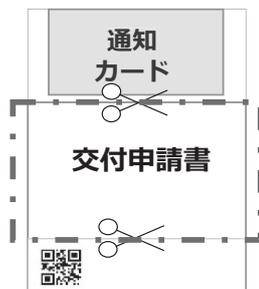
※役場にあるタブレット端末を利用して申請ができるようになりましたので、ご希望の場合は交付申請書と身分証明書をご持参ください。

※お手元の送付用封筒の有効期間が切れている場合でも、平成31年5月31日まで切手を貼らずに使用できます。



② 約1か月後、通知が届きます

カードの準備ができましたら、役場からご自宅に交付通知書が届きます。



③ 役場でカードをお受け取り下さい

必要な持ち物をお持ちの上、役場窓口にお越しください。

本人であることを証明する大切なカードですので、お手数ですが、ご本人の来庁をお願いします。

スマートフォンで パソコンで

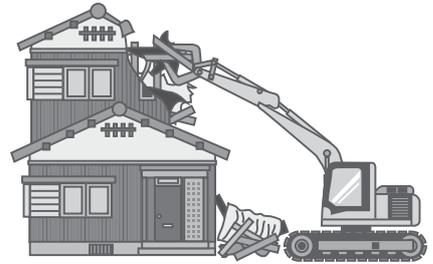


詳しくは、役場戸籍年金係へお問い合わせください。TEL：0137-84-5111

「せたな町空家等除却補助金交付事業」 のお知らせ

今年度4月から、町内の特定空家に認められた空家に対し、解体費の一部（最大で50万円）の助成を実施しております。

今年度の解体補助の実施予定枠が残りわずかとなっておりますので、解体を予定しておりましたら早めにまちづくり推進課まで連絡をお願いいたします。



①対象	「特定空家等」とされたもの ※「特定空家等」とはそのまま放置すれば倒壊等の危険、著しく衛生上有害、著しく景観を損なっている状態その他周辺的生活環境の保全を図るために放置することが不適切である状態にあると認められる空家等のこと ※特定空家等に認定されると、固定資産税の「住宅用地の特例」という優遇措置が適用されなくなり、固定資産税が上がる場合があります。
②内容	空家等に係る除却・解体工事費、処分費
③補助率	除却・解体工事費、処分費の2分の1以内（上限50万円） 【例】解体工事費96万円の場合：48万円補助
④条件等	<ul style="list-style-type: none"> 補助決定前に着工していないこと（解体内容等を役場担当者に事前に相談） せたな町内の許可業者が解体施工すること 国等及びせたな町から他の助成（補助・補償）金を受けていないこと

※ まずは、事前に下記の問い合わせ先までご相談ください。

「せたな町空家バンク制度」

「空家の登録」をお待ちしています

利活用可能な空家を貸したい、売りたいなどの所有者の意思を登録してもらい、また、せたな町に移住したい人や現に住んでいて借りたい、買いたいなどの意思をマッチングさせる事業が実施されています。

これまでの実績は「借りたい・買いたいニーズ」が4件、「貸したい・売りたいニーズ」で2件の申込みがありました。が、「貸したい・売りたいニーズ」では、土地の借地や売買の登記等が完了しておらず、登録に至っていないものもありますが、まずはご相談下さい。

今後も登録が増えることが予測されますが、相続等されている場合は必ず登記上どうなっているか、借地であれば契約上どうなっているかの確認をお願いいたします。



空家に対する様々な施策等が講じられていくこととなりますが、あくまでも個人の財産であることには変わりありません。所有者が管理意識を持ち、保安上、衛生上などで近隣住民等に問題を発生させない適切な管理をお願いいたします。

問い合わせ先

まちづくり推進課 まちづくり推進係

☎0137-84-5111

薪 の販売始めました！

せたな町 今金町 に限り配達無料!!

せたな町障がい者地域活動支援センター・就労継続支援B型事業

NPO法人せたな共同作業所 ふれんど
TEL&FAX 0137-87-2283



10Kg 300円 約300Kg 5,000円
20Kg 500円 (軽トラ1台分)

(有料広告)

人材開発センター 12月実施事業のご案内

【住民講座受講のご案内】

募集種目	日程	時間	定員	受講料	申込締切
フラダンス教室	12/6、12/20	13:00~15:00	20名	2,000円	各実施日の前日まで

【機動職業訓練のご案内】(定員に満たない場合は募集期間を延長します)

募集種目	日程	時間	定員	受講料	申込締切
建築施工科	1/10~3/23	9:10~15:50	10名	無料	12/22

【応募方法】 ハローワークえさしに入学願書の応募書類を提出してください。

【対象者】 公共職業安定所に求職申し込みを行っている方。

※平成28年度に機動訓練を受講された方は、本年度受講できません。

※過去に受講歴があり、その時受けた訓練と同じ科目の場合は、再受講できない場合があります。

問い合わせ先・研修会場

檜山郡江差町南が丘7-172

一般社団法人 檜山地域人材開発センター運営協会

☎0139-52-0160



北檜山区 (若松会場)



瀬棚区



大成区

各地域で懇談会が開催されました 地域の皆さんと町長が懇談

10月下旬から11月上旬にかけて、町内各地で平成29年度の地区懇談会(瀬棚区は「町長と町内会長との懇談会」)が開催されました。

懇談会では、各町内会から寄せられた要望事項等について町担当者らが回答したほか、出席された皆さんとさまざまな話題で懇談をしました。

【平成29年度】

- 10月24日(火) 北檜山区(丹羽地区)
- 10月25日(水) 北檜山区(若松地区)
- 11月1日(水) 北檜山区(北檜山地区)
- 11月2日(木) 大成区
- 11月13日(月) 北檜山区(太櫓地区)
- 11月14日(火) 瀬棚区

医療法人社団 陵仁会

えんどう 桔梗 マタニティクリニック

産科・最新4D超音波・婦人科他(産前・産後の教室も充実)

【診療科目】産科・婦人科 (小児科隣接)

【診療時間】 日(第2・4) 月 火 水 木 金 土

午前(9:00~12:00)	●	●	●	●	●	●
午後(14:30~17:30)	休診	●	●手術日	●	●	休診
休 診	日曜(第1・3・5)・祝祭日					

院長 遠藤 力 医師 新垣 加奈

女性医師 無痛分娩 12月の日曜診療は、10日と24日になります。

里帰り分娩 4D超音波 ※年末は12月29日(金)午前中のみ診療、年明けは1月4日(木)から診療致します。

産後ケア入院 各種婦人科検査 入院設備完備

函館市桔梗5丁目7-15 TEL(0138)47-3001

(有料広告)

準備しよう！ 「確定申告」

先月号では、医療費控除についてお知らせしました。今回は、近年利用者が増加している便利な「e-Tax（イータックス）」についてご紹介します。

インターネットが利用できる方は、画面に従って入力するだけで確定申告ができますので、ぜひご利用ください。

① e-Tax（イータックス）って何？

「e-Tax（イータックス）」とは、国税庁が運営する「確定申告をインターネットで行えるサイト」の名称です。

税務署に向くことなく、インターネットで申告や納税などの各種手続きができます。

【e-Tax利用可能時間】

●確定申告期間 全日 24時間

●その他の期間 8時30分～24時

（祝日等及び12月29日～1月3日を除く）

※利用時間については、メンテナンス作業等により変更する場合や、時期により延長する場合がありますので、事前にご確認ください。



e-Taxホームページ WWW.e-tax.nta.go.jp

イータックス

検索

② e-Taxを利用した申告書等作成の流れ

必要書類等を準備し、画面の案内に従って入力するだけで、申告書等が作成できます。

体験版も用意されていますので、一度体験してみてください。

申告書等作成の流れ	内容
①作成前の準備	<ul style="list-style-type: none"> ●入力に必要な書類を準備する ※申告書作成コーナーの「申告書等作成の流れ」などに詳しく記載されていますので、事前に確認すると便利です。 ●申告書の提出方法は「e-Taxで送信する方法」と「印刷して提出する方法」が選択できます。 ※e-Taxで送信するにはマイナンバーカード取得等の準備が必要となります。
②作成する申告書等の選択	<ul style="list-style-type: none"> ●申告の内容に応じたコーナーを選びます。 ①所得税 ②青色決算書・収支内訳書コーナー ③消費税コーナー ④贈与税コーナー ※事業所得（自営業の方など）や不動産所得（不動産賃貸業の方など）がある方は、はじめに②で青色決算書・収支内訳書を作成し、その後で申告書を作成すると入力がスムーズに行えます。
③申告書等の作成	<ul style="list-style-type: none"> ●準備した書類を見ながら画面の案内に従って入力します。
④申告書等の提出	<ul style="list-style-type: none"> ●e-Taxで送信する場合 申告書等はデータで送信し、必要な場合のみ添付書類を提出します（提出が必要な書類はデータ送信後、「申告書等送信票（兼送付書）」でご確認ください。）。 ●印刷して提出する場合 印刷した申告書等と提出書類を税務署に郵送または持参して提出できます（提出が必要な書類は申告書等作成後、「申告書等のチェックシート」でご確認ください。）。

問い合わせ先

八雲税務署
役場税務課

☎0137-63-2148

☎0137-84-5111

アンコウ（鮫鰐）



◎町内での漁業

せたな町では、あんこう刺し網漁業で漁獲されます。主な漁期は11月～翌年1月の冬季間に行われます。漁期の始めは70～100mの水深帯、12月中旬には40～70mの浅い水深帯で漁獲されますが、それ以降は沖の深い水深帯に戻っていきます。通常投網から2～3日後に揚網し、すぐに次の網を投網してから帰港しますが、この時期はシケが多く10日～2週間揚網できないこともあるため、毎年出漁日数が異なり、漁獲量は大きく変動します。

◎生態

日本各地に分布しており、北海道では日本海に多く、津軽海峡や噴火湾付近にも分布しています。

頭は幅広く、大きく裂けた口の中や舌の大部分は白色で、下顎は上顎より前方に突き出ており、皮膚は滑らかで鱗はありません。水深10m～500m位に生息していますが、多くは低層の水温が5度以下にならない水深200m以浅の大陸棚の上に生息します。

北海道での産卵期は、6～7月で性成熟する最小の体長は雄で34cm、雌で60cmで、水深100mより浅い場所で産卵します。卵の直径は1.3mmで、カエルの卵のようにゼラチン状の物質に包まれて産み出され、約1週間でふ化します。主なエサはホッケ、イカナゴなどの魚類や、タコ、イカ、ヒトデ類や海藻なども食べます。



豆知識

■魚を呼び寄せる名手

アンコウの頭には、疑似餌に似たアンテナのようなものが付いており、これは背びれの第1棘が形を変えたもので誘因突起と呼ばれています。

アンコウは泳ぎが上手でないため海底の砂に潜り、この誘因突起を揺らしながら餌と間違えて近寄ってきた餌生物を大きな口で丸呑みにして食べます。

この習性から、何もしないでご馳走にありつくことを「あんこうの待ち喰い」とか、ぼんやり口を開けて

せたなの 食材図鑑

第26回

標準和名：キアンコウ

学名：Lophius litulon (Jordan) (アンコウ目科)

一般にアンコウと呼ばれるものには、「キアンコウ」と「アンコウ(クツアンコウ)」の2種があり、アンコウが南日本に多いのに対して、キアンコウは北日本に多く、せたな町で獲れるのはキアンコウです。

キアンコウは別名「ホンアンコウ」とも言われ、アンコウよりもおいしいとされています。名前の由来は「あんぐり」の語に由来するとの説や、その色から「赤魚」の意味からなど諸説あります。



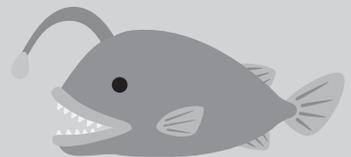
◎食

アンコウの「身肉」「肝臓(キモ)」「エラ」「ヒレ」「皮」「卵巣(ぬの)」「胃(水袋)」は、アンコウの七つ道具と言われ、背骨を除いてほとんど捨てる場所がありません。特に鍋の王様は「アンコウ鍋」と言われており、キモ(肝臓)は「あんきも」と呼ばれフォアグラをしのぐ極上の一品と言われるほどです。アンコウ類は大きく体表面にぬめりがあるため、下顎の周囲の固い骨にカギを刺して捌く「吊るし切り」で卸されるなど、捌き方にも特徴があります。

また、アンコウは水分が多く、身の部分には脂質が少なくヘルシーですが、キモはビタミンAを多く含み、皮はコラーゲンが多いなど体に良い成分がたくさん含まれています。このため、皮膚や粘膜の健康維持など美肌にも効果がありそうです。また、貧血にも良いとされ、寒いこの時期にアンコウ鍋は最高の御馳走です。

いることを「あんこうの餌待ち」と言います。

また口先では強いことを言うせに内心は小心者のことを「あんこう武者」とも呼び、アンコウはあまり良い意味では使われていません。





地域おこし
協力隊

かたやま けんじ
片山 健司

第30回

「南極料理人の料理教室 & 講演会」

10月30日(月)、31日(火)、せたな町民ふれあいプラザで南極料理人西村淳氏による料理教室が、開催されました。両日とも27人の料理教室参加応募がありました。教室では、せたな産の食材(海産物、農産物、酪農品)を使い、30日は「ブイヤベース・鮭餃子・サラダ」、31日は「ブイヤベース・ピザ・サラダ」を調理しました。

料理教室は、西村淳氏の独特の手法で行われ、従来の料理教室で定番になっている料理人のデモンストレーションなどはほぼ無く、メニュー毎に自由に班分けされ、ブイヤベース班では、切った魚、野菜を鍋に投入する係や、料理人から何の前触れもなく任命される鍋の味加減を見守る味付け担当がいるといった具合で、極めてユニークな手法で料理教室が進行されていました。

31日の料理教室は、町内の農協、漁協の女性部を対象に開催し、メニューごとに自由に班分けをした後は、アト-ランダムに溶け込み合い従来から旧知の間柄の様に調理を楽しんでいた光景が印象的でした。

料理教室終了後に協力頂いたアンケートでは、ほとんどの参加者から大満足、満足との好評価をいただき、もし次回料理教室が開催された場合には、ほとんど是非参加したいとの嬉しい評価も頂き、料理教室は大成功でした。

また、10月30日の午後6時から西村淳氏の、2回の南極観測隊員の体験を中心とした「ごはんにしよう」と銘打った講演会を開催しました。

講演会の参加者数は、残念ながら当初期待しておりました参加者数を大きく下回る結果となりましたが、講演会内容に関するアンケート回答は、高い好評をいただき、「内容が良かったにも関わらず参加者が少なくなかったのはとても残念」との意見もみられました。

最後に、料理教室で、せたな町の2つの農協さんのご協力を得て、今年3種類の新米(A、B、C)を、3つの炊飯器で炊いて、2回開催された料理教室で新米を食べていただき、一番美味しいと感じたお米に投票いただきました。

2日間の投票結果は、**Aが、15票、Bが、21票、Cが、17票**でした。

注目のそれぞれの銘柄は、**A：ななつぼし、B：ゆめぴりか、C：ふっくりんこ**だったことをこの場を借りて発表いたします。



法テラス 八雲通信

「相続放棄」って？

法テラス八雲法律事務所
弁護士 鳴本 翼
(函館弁護士会所属)

■みなさんは相続と聞くと、何を想像しますか？多くの方は、「親が亡くなったときに親の預金や不動産などの財産を受け継ぐもの」なんてイメージを持っているのではないのでしょうか。でも、「財産」は必ずしも預金や不動産のようにプラスのものばかりではありません。マイナスの財産、つまり借金なども相続の対象になることに注意が必要です。

■さて、亡くなった方の財産のうち、マイナスの財産の方が多いことが分かった場合、相続人としてはどうすればよいのでしょうか。このような場合に備えて、知っておくと便利な手続が「相続放棄」と呼ばれる手続です。家庭裁判所で「相続放棄の申述」という手続を行うことで、亡くなった親の借金を相続人が背負うのを防ぐことができます。ただし、相続放棄をする場合には、特に次の2点に注意が必要です。

■まず、相続放棄をすると、プラスの財産を受け継ぐ権利をも放棄したことになる点です。亡くなった方の財産が、プラスのものとマイナ

■また、相続放棄ができるのは、原則として、相続人が「相続開始があったこと」を知った時から「3か月以内」とされています。身近な人が亡くなると慌しくなるため、なかなか相続のことを考えている余裕もなく、そのままこの期間が過ぎてしまつたというケースも非常に多いので、特に注意する必要があります。

■さて、当事務所では、今回ご紹介させていただいた相続に関する相談をはじめ、皆様からの各種法律相談を承っております。一定の資力要件を満たす方は、3回まで無料の法律相談をすることもできます。少しでも気になることがございましたら、お気軽にぜひ「法テラス八雲法律事務所(☎050-3383-8366)」まで相談予約のお電話をお寄せください。また、「法テラス江差法律事務所(☎050-3383-5563)」でも、ご相談を承っておりますので、あわせてご利用ください。

冬は肥満にご注意ください！



広報6月号でせたな町の健康課題が①肥満、②高血圧、③高血糖の三つであることをお伝えしました。
 今月は、①肥満、②高血圧に関連して、これからの時期に気を付けてほしいことについてお伝えします。

○冬は肥満になりやすい。

冬といえば、クリスマス、忘年会、お正月、新年会など、集まって飲食する機会が増える時期です。その結果、お酒を飲む機会が増えたり、食べる量が増える人が多いのではないのでしょうか。

また、北海道は雪が降り、外に出歩く日が少なくなり、夏に比べて、体を動かす機会が減り、肥満につながりやすいと考えられます。



○肥満とは

肥満は単に見た目が太っているということではなく、体に過剰に脂肪が蓄積された状態です。国際的な基準としてはBMIという数値が使われています。

$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)}^2$ で計算することができ、BMIが25以上の場合には肥満が疑われます。下の表は大体の身長から考えられるBMI25以上の体重の目安です。

身長	BMIが25以上になる体重 (目安)
145cm	52.6kg以上
150cm	56.3kg以上
155cm	60.1kg以上
160cm	64.0kg以上
165cm	68.1kg以上
170cm	72.3kg以上
175cm	76.6kg以上
180cm	81.0kg以上

○肥満になるとどうなる？

- ・交感神経（血圧をあげる神経）が過剰に働く
- ・身体全体の血液量が増える
- ・インスリンというホルモンが多く出ること、末梢の血管が収縮する

これらのことから、肥満の人にはそうでない人に比べ、約2〜3倍高血圧を持っている人が多いといわれています。ただし、1kg減量すると、約2mmHgの血圧が減少するといわれています。

つまり、軽い高血圧の人だと、肥満が解消されると血圧が下がる可能性があります。そのため、肥満に当てはまる人は体重を減らす、これ以上増やさないようにすることをお勧めします。

また、今肥満に当てはまっていない人は、体重を増やさないように心がけましょう。





今月の担当
西 香奈美です

○体重を増やさない方法は？

基本的に食事（摂取するエネルギーを減らす）と運動（消費するエネルギーを増やす）に気を付けることが大切です。

【食事でのポイント】

・食べ過ぎないこと（会食などでは、ご馳走がでてくると思いますが、だからだと食べ過ぎないことが大切です。）

・アルコールを控える（エネルギーが高く、瓶ビール1本約1杯分です。）

・間食を控える（特にお菓子やジュースに気を付けてください。）

・野菜を食べる（食事の中で一番先に食べると、血糖値の上昇を抑えてくれます。）



【運動でのポイント】

冬の季節は外での運動が難しいと思います。

そのため、取り入れてほしいのが、日常生活に＋１（プラスワン）の運動を取り入れることです。

大きな運動（消費エネルギー）にはなりません。消費エネルギーをアツプさせる筋肉をつけることにつながりますので、日々の生活に取り入れてみましょう。

例えば：

- ・椅子に座りながら、足の上げ下げを行う
- ・歯を磨きながら、洗い物をしながら、つま先立ちなどの運動を行う
- ・雪かきを積極的に行う
- ・「ほそみどり」などの屋内でできる運動教室に参加してみる

また体重を増やさないためには、体重を毎日決まった時間に測ることも大切です。体重が増えている時には、食べる量を調節するなど、日々の心がけて、急激な体重の増加を抑えることができます。

何か不明な点などがありましたら、保健師までお問合せください。

○ほそみどりのご案内

実践運動教室「ほそみどり」に参加してみませんか。

町では肥満の改善や予防、運動不足解消のために運動教室を開催しています。

今年度大成区と瀬棚区で実施した際、参加した方からは「すっきりする」「体が楽になった」などの感想をいただきました。仲間と一緒に、楽しく爽やかな運動をしませんか。

【北檜山区】

日時／1月16日（火）

2月27日（火）

（週1回 全7回）

場所／せたな町健康センター

総合検診室

内容／音楽に合わせた有酸素

運動、筋力トレーニング、ストレッチ



特定健診伝言板

1月、2月に実施します各種検診のお知らせです。

総合健診・肝がん検診の申込受け付けておりますので、下記までお申込ください。

＜総合健診：特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査、エキノコックス症検査、血中ピロリ菌検査＞

- ・1月26日（金）瀬棚保健センター
- ・1月27日（土）せたな健康センター
- ・1月28日（日）せたな健康センター

申込締切 12月22日（金）

＜乳がん・子宮がん検診バスツアー＞

- ・2月8日（木）札幌がん検診センター

申込締切 12月25日（月）

※乳がん・子宮がん検診の無料クーポンが届いている方も受診できます。



健診申込・健康相談などは各保健師まで

- せたな町健康センター
- 瀬棚総合支所
- 大成総合支所

- ☎0137－84－5984
- ☎0137－87－3311
- ☎01398－4－5511

文化の秋到来！「せたな町民文化祭」が各区で開催 10月下旬～11月上旬



瀬棚会場（展示の部）



瀬棚会場（芸能発表の部）

10月下旬から11月上旬にかけて、北檜山区、大成区、瀬棚区の各会場で、毎年恒例の町民文化祭「作品展示の部」と「芸能発表の部」が開催されました。（主催：同実行委員会）

「作品展示の部」には、さまざまなサークルや個人のほか、各学校の生徒などが制作した芸術作品が並び、展示期間中は多くのお客さんが訪れ作品を鑑賞していました。そのほか、会場には各種体験や実演コーナーも設置され、来場された皆さんは見るだけでなく、自ら体験しながら芸術と触れ合っていました。「芸能発表の部」では、それぞれ訪れた多くのお客さんを前に伝統芸能、舞踊、詩吟など日頃の練習の成果を精一杯披露し、会場からは大きな拍手と歓声があがっていました。



北檜山会場（芸能発表の部）



大成会場（芸能発表の部）

瀬棚小学校3、4年生が海藻の押し葉づくりにチャレンジ 10月20日(土)

10月20日（金）、瀬棚小学校3、4年生が海藻を使った押し葉にチャレンジしました。

これは、瀬棚小学校、町教育委員会、関係機関が連携して取り組む環境教育「水に賢い子どもを育む年間型プログラム」（通称：水プロ）の一環で行われたもので、瀬棚小学校では3、4年生がこのプログラムを取り入れています。

今回の学習テーマは「海藻を学ぼう、せたな町でとれる海藻」ということで、始めに檜山区水産技術指導所の一ノ尾支所長と牧本主査から、海藻類の種類や、せたな町で採取できるギンナンソウ、テングサなどの海藻について話を聞いた後、「みんなで守ろう豊かな海」をテーマに、春に子ども達が自ら採取した海藻を使い、押し葉づくりにチャレンジ。多種類の海藻に迷いながらもそれぞれ個性的な作品を制作しました。



サケの回帰を願って「サケの上る森づくり植樹祭」 10月19日(土)



10月19日（木）、真駒内川サケ観察広場において、第23回サケの上る森づくり記念植樹祭が開催されました。

この植樹祭は、同実行委員会（北部桧山森林組合、ひやま漁業協同組合、せたな町などの9団体で構成）が主催し、サケの回帰を願い「豊かな森・海・川づくり」を目的として1995年（平成7年）から毎年行われているものです。

開会式では、実行委員長の高橋町長に代わる佐々木副町長による挨拶に続き、北檜山小学校緑の少年団 長谷川巧さん、瀬棚小学校4年 日置梨乃さん、堀田楓さんが誓いの言葉を読み上げました。

今回植樹したのは、実行委員会で用意したミズナラ30本、イタヤカエデ30本と、北部桧山森林組合から提供されたブナ20本、栗の木20本、杉の子林業グループから提供されたトチの木10本の計110本で、檜山振興局森林室や杉の子林業グループの指導により、参加した81人で植樹を行いました。

10月29日(日) カラオケ・舞踊交流に33人が出場！「シニア生きがいカラオケ交流会」



10月29日(日)、せたな町民ふれあいプラザを会場に「シニア生きがいカラオケ交流会INせたな2017」が開催されました。

この交流会は、高齢者の生きがいと健康づくりのための福祉活動として同実行委員会(会長 本間誠一)が行っているもので、今年で3回目の開催となります。

当日は町内から「シニアカラオケの部」「シニア舞踊の部」に33人、スペシャル企画の「ジュニアふれあい芸能交流の部」に10組の小・中学生が出演。会場には約300人も観客が集まり、出場者へ盛んに歓声や拍手が送られ会場は大いに盛り上がりました。

審査の結果、シニアカラオケの部では東条英次さん(北檜山区)、シニア舞踊の部では井上祐美子さん(北檜山区)がそれぞれ大賞に輝きました。

10月30日(月)、31日(火) 「南極料理人の料理教室&講演会」

10月30日(月)、31日(火)、せたな町民ふれあいプラザにおいて「南極料理人の料理教室&講演会」が行われました。

これは、町の特産品や郷土料理開発への一歩とするため、海上保安庁在職中に調理担当として2回、南極観測隊に参加し「南極料理人」として講演や料理講習会で活躍されている西村淳氏を招いて町が主催したものです。

30日(月)に行われた料理教室には27人が参加。先立ったレクチャーはあえてせず、調理をしながらその方法を教える西村氏のスタイルで進行し、せたな産食材をふんだんに使った「秋サケの餃子」「ブイヤベース」「サラダ」の作り方を学びました。

続く講演会は「ごはんにしよう」と題し、西村氏の南極での実体験を交えた公演が行われ、良好な人間関係には「一緒にごはんを食べること」はとても重要であるとお話しされました。翌31日(火)には、町内各農協、漁協の女性部から26人が参加した料理教室が行われました。

(利き米投票の結果は11ページ「それ行け!協力隊!」に掲載しています。)



10月9日(月) ロープ渡りや消火器の体験も！「消防フェア」



10月22日(日)、せたな消防署において「消防フェア」が開催されました。

今回初めて実施されたこの消防フェアでは、消防庁舎内の見学から、放水体験やロープ渡り体験、消火器体験など5種類の体験ブースが用意され、会場には小さいお子さんから保護者の方まで約150人が集まり、見学や体験を通して防火への意識の向上を図りました。

また、参加者には防火PRグッズの配布も行われました。

優良運転者表彰候補者の自己申告について (無事故15年で、かつ無違反5年以上の方)

◎表彰を受ける資格を有する方

- ①せたな地区交通安全協会に加入している会員の方。
 - ②函館方面・北海道交通安全協会に加入している会員の方
 - ③平成14年12月31日以前に免許証を取得され、運転経験が満15年以上の方と、平成15年1月1日～平成29年12月31日までの15年間無事故の方で（無事故15年以上の方も有資格者です）なおかつ、平成25年1月1日～29年12月31日までの満5年間無違反の方（無違反5年以上の方も有資格者です）
- ※③の無事故・無違反の2つの資格がそろった方が候補者として申告できます。

◎申告先等

免許証と印鑑を持参の上、せたな地区交通安全協会連合会（せたな警察署内）へお越しください。

期日／平成30年1月19日まで（土・日・祝日、12月29日から1月3日は除く）

※15年表彰を授与され、無事故無違反20年表彰・30年表彰に該当すると思われる方または、30年表彰を授与され交通栄誉賞を希望される方は、下記まで申告をしてください。



■問い合わせ先■ せたな地区交通安全協会連合会 ■ 0137-84-6110

せたな警察署からのお知らせ

11月2日にせたな町瀬棚区元浦の国道トンネル内で車両と歩行者の交通事故が発生しました。
せたな町内では、平成29年10月2日の大成区長磯での交通事故に続いて、2か月連続で死亡事故が発生しました。

■トンネル内や夜間などの暗い場所では次のことに気をつけましょう

【ドライバーの方には】

- こまめにハイビームに切り替え、前方の視界を確保する
- 歩行者や自転車がいないだろうという先入観（「だろう運転」）を排除して安全運転を心がける

【歩行者の方には】

- 明るい服装に夜光反射材を着用！（持っていてもタンスにしまっただけでは意味がありません）
- 道路の斜め横断の禁止

せたな警察署では、今年9月から管内の高齢者世帯の方を重点に警察官がお宅を訪問して、交通事故防止、特殊詐欺被害防止などに向けた啓発活動を実施しております。

地域の皆様のご協力を得て、交通事故や犯罪被害防止に努めてまいりたいと思いますので、ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

■問い合わせ先■ せたな警察署地域交通課 ■ 0137-84-6110

コリドー交流情報館 ～行ってみよう！～となりまち

長万部町

長万部町営スキー場オープン！（予定）

今年度の長万部町営スキー場は12月下旬がオープン予定。無料ローフトウがありファミリーで楽しめるスキー場です。お帰りの際にはちよつと寄り道「長万部温泉郷」でゆったりおくつろぎください。■リフト（ローフトウ）運行時間／火～金曜日 17時～21時、土・日曜日・祝日 9時～21時※月曜日は連休しますのて、ご了承ください。■温泉日帰り入浴料金／約500円■長万部町教養委員会 0137-7-22748

八雲町

八雲町営スキー場

12月23日オープン！（予定）

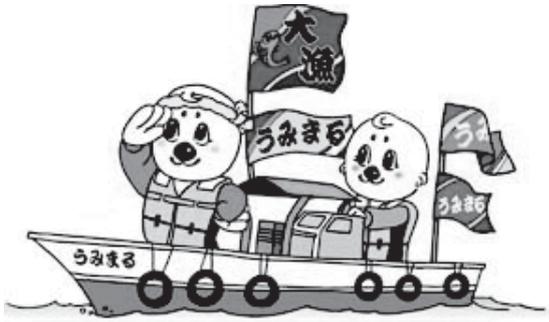
八雲町営スキー場は、初心者から上級者まで楽しめる3つのコースがあり、2人乗りリフトや休憩施設も完備され、スキーヤー、スノーボードなど多くの方々が楽しむことができます。また、就学前の幼児と保護者がリフトに同乗する場合は、幼児のリフト料金が無料で大変お得です。■オープン日／12月23日（土）※積雪の状況によりオープン日が順延することがあります。■お得な券／「11回券・3時間」大人1230円、中学生以下720円（1日）大人1850円、中学生以下70円（シーズン券）60歳以上15420円、大人18510円、中学生以下10280円■場所／八雲町春日767 八雲町総合体育館 0137-622-2141

八雲町熊石地域

熊石海洋深層水の分水中！

海洋深層水の分水は、熊石漁港内の熊石海洋深層水総合交流施設で行い、ポリタンクやペットボトルなどへの小口分水と車両に積載された大型タンクへの大口分水の2種類の分水施設があります。さまざまな効果が期待されていますので、この機会にぜひお試しください。■町外利用者／小口分水一般用（20ℓ）100円、大口分水一般用（1m）610円、業務用（1m）610円■熊石海洋深層水総合交流施設 01398・2・2300

冬季の漁船操業に注意



冬季における漁船の操業では、不注意による人身事故や天候の急変による海難、暖房器具による火災の発生などが增多することが予想されます。

漁業者の方々は次のことに注意して、安全な操業を行いましょ。う。

- 作業時には、揚網機にカップ等の着衣が巻き込まれることがないよう、袖口を締め付け、また、ロープの中に足を入れないよう身の回りに注意しましょ。う。
- 海中転落した場合、ライフジャケットを適切に着用していれば、救助される可能性が格段に高まります。大切な命を守るため、ライフジャケットを適切に常時着用しましょ。う。
- 暖房器具の近くに燃えやすいものは置かないようにしましょ。う。
- 海上では天候が急変する可能性があるため、最新の気象情報入手し、天候の悪化が予想されるときは操業を早めに切り上げるなど、無理をしないようにしましょ。う。

海のもしもは「118番」まで

☎瀬棚海上保安署 ☎ 0137-87-2634

ふれあい市場冬期特別開催



ふれあい市場の様子

今年の「ふれあい市場」(主催:同運営協議会)は、5月~10月までの期間で計21回の開催。その間、せたな町の旬な山の幸・海の幸を生産者が直接消費者へ販売し、多くのお客さんで賑わいました。

ふれあい市場は今後、特別開催として12月から月1回の開催を予定しております。

■特別開催予定(月1回)

- ・師走場所 / 12月16日(土)
- ・初場所 / 1月20日(土)
- ・如月場所 / 2月17日(土)
- ・弥生場所 / 3月17日(土)

☎まちづくり推進課商工労働観光係

☎ 0137-84-5111

平成30年度の訓練生募集について

北海道では、高校生などの将来におけるキャリア形成の場として、高等技術専門学院において職業訓練を行い、毎年多くの人材の育成を行っています。

この度平成30年度の訓練生募集に係る入校選考日程などが決まりましたのでお知らせいたします。

一般選考	
出願期間	11/21火~12/10日必着
試験日	12/15金
発表日	12/22金

☎北海道立函館高等技術専門学院 ☎0138-47-1121

今金町

今金の日本酒大好評発売中

米処、今金生まれの酒造好適米「吟風」を精米歩合55%まで研磨し、原料水は「後志利別川」の伏流水を仕込み水として使用し、蔵元は「安町の二世古酒造」で熟練の杜氏の技により、最上級の酵母で寒中ゆっくり醸造したこだわりの一品です。■価格/純米吟醸酒今金720ml 1697円、1.8ℓ2725円、特別本醸造酒万太郎720ml 1388円、1.8ℓ2418円、特別本醸造酒今金舞星16度720ml 1388円、1.8ℓ2418円■販売先/今金町内の各酒販店 ☎今金地酒の会(Aコープいまかね店) ☎0137-82-0851

せたな町北檜山区

忘新年会・宴会プランは『温泉ホテルきたひやま』

露天風呂、サウナ、全身浴、ジェットバスなどを備えた本格的スパ・ホテル。レストランでは地場産品を使ったお料理も堪能できます。そのほか送迎付の各種宴会プランをご用意しておりますので、用途に合わせてご相談ください。■宿泊料/1泊2食1人様7992円から(入湯税別送。朝・夕2食付) ☎温泉ホテルきたひやま ☎0137-84-4120

せたな町瀬棚区

公営温泉浴場『やすらぎ館』

弱アルカリ性温泉で、冷え性、神経痛、火傷などに効能があります。美肌効果のある成分も含まれているそうです。■場所/瀬棚区本町(旧国鉄瀬棚駅跡地) ■営業時間/10時から21時まで ※毎月第1・3月曜日定休 ■入浴料/大人400円、中人140円、小人70円 ☎やすらぎ館 ☎0137-87-3841

せたな町大成区

あわび山荘

日頃のご愛顧に感謝をこめて「忘・新年会特別プラン」をご用意いたしました。温泉入り、のんびり気分で大宴会!身も心もリフレッシュしませんか。10人以上でカラオケ無料です!詳しくはお電話ください。■場所/大成区貝取洞388番地 ■宿泊料(税込)/大人8500円、小学生6590円、幼児1800円(食費)のご利用のみ ☎国民宿舎あわび山荘 ☎0139-8-4-5522

Information



忘れないで納期限

◎固定資産税 第4期

◎国民健康保険税 第5期

納期限は **11月30日(木)**です
忘れずに納めましょう

◎町・道民税 第4期

◎国民健康保険税 第6期

納期限は **12月25日(月)**です
忘れずに納めましょう

☎ご相談ください

司法書士による無料相談のお知らせ

相続・贈与・売買・会社設立・債務整理・成年後見など心配ごとについてご相談ください。(相談無料・予約制)

- 日時 12月6日(木)10時～12時
- 予約締切 12月4日(火)※先着4名まで
- 場所/大成町民センター
- 担当相談員 司法書士 森 奈津美

☎ご相談ください

函館弁護士会による法律相談のお知らせ

函館弁護士会では、せたな町で月1回法律相談所を開設しております。
金銭関係や不動産関係、家

事関係など法律上の問題で困りの方はぜひご相談ください。

なお、相談をご希望の方は、予約制・先着順となっておりますので、事前に函館弁護士会までご連絡ください。(相談無料・予約制)

- 日時(12月～2月分)
 - ・12月8日(金)
 - ・1月12日(金)
 - ・2月9日(金)
- 実施時間/13時～16時
- 相談件数/6件
- 場所/ふれあいプラザ

☎ご利用ください

函館裁判所出張手続案内のお知らせ

函館裁判所から職員が出張し住民の皆さんを対象とした出張手続案内を行います。(相談無料・予約制)

☎ご案内します

心の健康相談の実施について

平成29年度北海道八雲保健所精神保健専門相談を実施します。心の健康相談をご希望の方は、ぜひご利用ください。※相談は、全て事前の申し込み(実施日の前の週の金曜日まで)が必要となります。

- 日時/12月14日(木) 13時30分～15時30分
- 場所/八雲保健所

☎八雲保健所保健係

雇用保険受給手続き受付日程について

北檜山職業相談室で行う短期特例受給資格者(季節労働者)の雇用保険手続きの受け付けは、函館公共職業安定所からの職員配置日のみとなります。

- 職員配置日
 - ・12月20日(木) 13時00分～16時30分
 - ・1月9日(木) 13時00分～16時30分
 - ・1月24日(木) 9時30分～12時00分

☎ご案内します

自動車事故対策機構からのご案内

被保険者に係る雇用保険受給手続きの受け付けは行いませんので、ご注意ください。

- ☎八ローワーク八雲 0137・62・2509
- ☎北檜山職業相談所 0137・84・5724

●介護支給

自動車(バイク含む)事故による重度後遺障害(脳損・脊損)により介護を要する方へ、行為障害の程度などに応じて月額2万9290円～13万6880円支給します。

- 交通遺児等育成資金貸付
 - 自動車(バイク含む)事故により、死亡または重度後遺障害(脳損・脊損)を負われた方の義務教育終了前の子弟に対し、月々一定額の育成資金を無利子で貸し付けします。
- 交通遺児等育成資金貸付
 - 自動車(バイク含む)事故により、死亡または重度後遺障害(脳損・脊損)を負われた方の義務教育終了前の子弟のいる家庭に対し、交流会やレクリエーションを開催しています。

☎自動車事故対策機構

- ☎函館支所 0138・88・1007

ふるさと応援寄附金

※10月1日から10月31日受付分

合計 1,699 件

1,962 万円

ふるさと応援寄附金については平成27年7月1日からインターネットサイト(ふるさとチョイス)での受付をスタートし、返礼品の贈呈も開始しています。

戸籍の窓口

(10月1日～10月31日届出)



お誕生おめでとう

- 佐藤 希羽ちゃん (剛人) 北檜山
- 上原 多笑ちゃん (豪太) 本町10区

ご結婚おめでとう

- 横山 凌平さん 本町9区
- 萩野 佑菜さん 千歳市

おくやみ申し上げます

- 佐々木節子さん (92歳) 本町2区
- 館山 キヌさん (92歳) 三本杉
- 廣澤ノブ子さん (87歳) 三本杉
- 若林 ユキさん (91歳) 本陣
- 高田 哲二さん (72歳) 花歌
- 早川 リキさん (92歳) 貝取潤

ご家族の同意を得た方のみ掲載しています。

人口と世帯		
10月末現在 (前月比)		
人口	8,233人	(- 11)
北檜山区	4,763人	(- 6)
大成区	1,564人	(- 5)
瀬棚区	1,906人	(0)
男	3,877人	(- 5)
女	4,356人	(- 6)
世帯	4,301世帯	(- 4)

次回予定 移動町長室 Move mayor room

12月12日(火) 大成総合支所

- ◎移動町長室は9:00から開設し、終了時刻は午後以降の町長のスケジュールで流動的となります。
- ◎当日は区内を巡回して不在のこともありますので、御用の際は事前に予定をお問い合わせください。
- ◎公務の都合上、急に日程を変更する場合がありますのでご理解願います。

戸籍年金係からのお知らせ

納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です ～控除証明書は年末調整・確定申告まで大切に保管を～

国民年金保険料は所得税法及び地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。控除の対象となるのは、平成29年1月から12月までに納められた保険料の全額です。過去の年度分や追納された保険料も含まれます。

また、ご自身の保険料だけでなく、ご家族(配偶者やお子様等)の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

なお、平成29年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、平成29年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送られますので、申告書の提出の際には必ずこの証明書または領収証書を添付してください。(平成29年10月1日から12月31日までの間に、今年 はじめて国民年金保険料を納められた方へは、翌年の2月上旬に送られます。)

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れないようきちんと納めましょう。



社会保険料(国民年金保険料)控除証明書についてのご照会は、控除証明書のはがきに表示されている電話番号にお問い合わせください。

- ◎ねんきん加入者ダイヤル:0570-003-004(ナビダイヤル)
- ◎受付期間 平成29年11月1日～平成30年3月15日
- ◎受付時間 月～金曜日・・・午前8:30～午後7:00
第2土曜日・・・午前9:00～午後5:00

函館年金事務所による年金相談 (完全予約制: 先着8名)
日時: 12月21日(木) 9:30～14:30 / 場所: せたな町役場

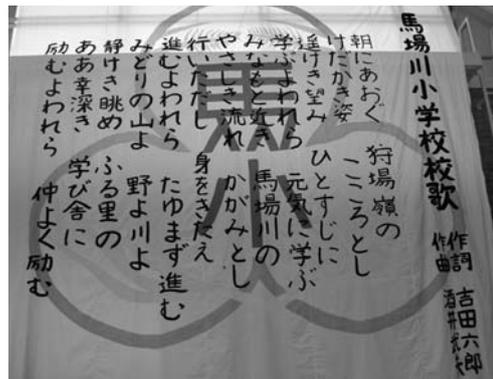
- 国民年金に関するお問い合わせ先 函館年金事務所 ☎ 0138-56-1165**
- 本庁⇒町民児童課戸籍年金係 [担当/萩原] ☎ 0137-84-5111
 - 瀬棚総合支所⇒住民係 [担当/稲船] ☎ 0137-87-3311
 - 大成総合支所⇒住民係 [担当/谷川] ☎ 01398-4-5511



せたな町公式
マスコットキャラクター
セターナちゃん

広報見聞録 開校から111年 馬場川小学校「閉校式」

Koho - kenbunroku



11月4日（土）、馬場川小学校体育館にてせたな町馬場川小学校閉講式が行われました。式には卒業生や旧職員及び関係者を含め約150人が参加し、明治39年から続いた母校の閉校を惜しみました。式では、最後の児童である6年生の森垣華さんのお別れの言葉の後に、荒谷校長から高橋町長に校旗が返納されました。

編集後記

●馬場川小学校閉校式は、学校関係者や卒業生をはじめ地域から多くの方が会場に集まり、閉校を惜しむ姿が見られました。馬場川地区に暮らす子ども達への温かい思いから生まれたこの小学校は、学校行事もたくさん地域の皆さんと作り上げてきました。閉校を迎えるその日まで、学校関係者はもちろん馬場川地区の皆さんの温かい思いに守られ、大切にされてきたのだと思いき感動しました。歴史的な出来事の現場に居合わせられたことを、広報担当としてとて光栄に思いました。【清水】

●12月を目前に、日に日に寒さが厳しくなり温かい鍋料理などがおいしい季節になってきました。肥満に注意という保健師の記事を編集しながら、自分に向けて？と迷ってしまいました。皆さんも年末に向け、宴会などでいつもより飲食する機会や量が増えてくると思います。体調管理に気を付け、忙しい師走を乗り越えましょう。▼皆さまに募集していただく、せたな町の四季のカレンダーが、今月完成します。皆さまのお手元には12月14日以降に届く予定です。ご利用ください。【伊藤】

広報せたなの電子書籍はこちらから。
www.hokkaido-ebooks.jp

Hokkaido ebooks



広報せたなは電子書籍としてもご覧いただけます。Hokkaido ebooksのサイトへアクセスし、インターネット、スマートフォンでご覧ください。