

せたな



地域活動支援センター「ふれんど」再開!!
後期高齢者医療制度のお知らせ
もうすぐ1年生! 52人が小学校へ入学

地域活動



障がい者地域活動支援センターとは、障害のある方々が地域で自立した日常生活や社会生活が出来るよう、パン等を作ったり、社会と交流の機会を持つていただけるようにするところです。

「せたな町障がい者地域活動支援センター」を紹介します！

せたな町では、障がい者地域活動支援センターの建物を新しく建築し、1月7日からパンの製造販売など作業を再開しました。2月上旬には既存施設部分の改築工事も終わっています。

オープン式は、3月16日(水)瀬棚町民センターで行われ、記念事業として藤原茂法氏(渡島・檜山圏域障がい者総合支援センター「めい」地域づくりコーディネーター)による講演会を開催します。

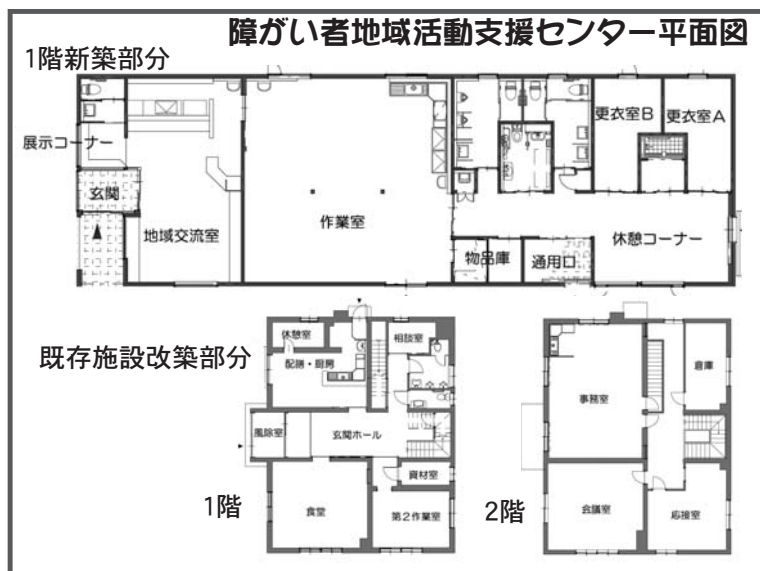
新築した施設は、「森林整備加速化・林業再生事業補助金」を活用して建てられ、柱などの構造材には、せたなや今金のトドマツ集約材、外装や内装の一部に道南のスギ材を使用しています。

障害者に優しいバリアフリー設計となっていて、「オストメイト対応トイレ」を設置するなど、支援センターを利用する人や外出先でお困りになっている方も利用できます。

施設の主な利用目的は、障害を持った方々が幅広く社会参加が出来るように支援し、一般就労へつなげることも目的としています。

せたな町では支援センターの業務を「NPO法人せたな共同作業所ふれんど」に委託し、パンやピザの製造販売などの活動を行っています。

障がい者地域活動支援センター平面図



待望のせたな町障がい者 支援センターが完成!!

地産地消でよりおいしく

「ふれんど」のパンやピザには
せたなの食材がたっぷり。瀬棚
産の黒豚肉を使用した「黒豚カ
ツサンド」を初め、北檜山産のユ
リ根を使った「ユリ根あんぱ
ん」、せたな産の南瓜「かぼちゃ
ロール」などたくさんの品揃え。
ピザにももちろんせたな産の
食材が使われています。「ウイ
ンナーピザ」「サラミピザ」「ペ
コンピザ」など種類は15種類!

「ふれんど」の活動内容

●パンの製造・販売

月・火・木・金曜日
午前8時30分～午後1時
ふれんど店内で販売、町内及び
今金町において移動販売

●ピザの製造・販売

水曜日
午前8時30分～午後1時
ふれんど店内で販売、町内に
おいて移動販売



甘くてホウホウ
「サツマイモロール」



瀬棚産の黒豚肉を使用
「黒豚カツサンド」



子どもに1番人気!!
「ドーナッツ」

高橋知事が 支援センターを訪問

平成22年12月13日、「障が
い者地域活動支援センター」
を高橋はるみ北海道知事が
訪れました。

北檜山産のユリ根を使用
した「ユリ根あんぱん」を試
食した知事は「とてもおし
いですね」とニコリ。

高橋せたな町長と支援セ
ンターの活動などについて
懇談したあと、知事から利
用者の方々へ地産地消につ
いてのお話するなど、た
くさんの交流を持った一日
となりました。



**せたな町障がい者地域活動
支援センター（ふれんど）**
☎0137・87・2283

障がい者地域活動支援センター（ふれんど）の利用について

●利用時間

午前8時30分から午後4時まで
※気軽においで下さい。

●対象

町内に住所を有する在宅の障害者の方で、
衣服の着脱、食事及び排泄等身辺自立ができ、
集団生活が可能な方。

●費用

利用料は無料です。食費等の実費負担があります。



NPO法人せたな共同作業所

ふれんど事務局長

浅野 秀雄さん

HIDEO ASANO

地域とのつながりを大切に

「ふれんど」は、現在19人の利用
者が通っています。ここが障害
を持った方々の心のより所とな
るような活動をしていきたいと
思っています。

パンの販売では、北檜山区や
大成区、今金町まで範囲を広げ
ています。こうした活動や町内
での職場体験を通じ、地域と繋
がり、交流の輪が広がっていけ
ば良いと思っています。

また、「昼食ボランティア」の
皆さんが、利用者の昼食を作り

に来てくれます。販売している
パンやピザには地元の食材を使
用しています。これらは地域
の方々から無償または格安で譲
り受けたものです。このように
町内の大勢の方々を支えられ、
助けられて私たちも活動するこ
とができます。本当に感謝して
います。ありがとうございます。

これからも地域との繋がりを
大切にしていきたいと思いま
す。

「そうだ、せたなに行こう！」 観光フォトコンテスト最優秀賞決定!!

「そうだ、せたなに行こう！」をテーマに作品を募集していた観光フォトコンテストの審査会が開かれ、最優秀賞や優秀賞などが決定されました。

入賞作品はポスターやパンフレットなどに使用し、町の観光PRに役立てます。

最優秀賞 『祈り』 山田ひとみさん（函館市）



【短評】 審査委員長 武藤省吾さん（北海道写真協会副会長・写真道展審査会員/大成区出身：札幌在住）
まさにタイトルのように祈りたくなる作品です。三本杉をシルエットにし、夕陽の沈む瞬間をタイミング良く撮影しています。カメラアングルも適切で高いところからねらい、広大な日本海のさざ波が聞こえてくるようです。

優秀賞

『あたちのせたな』 高橋香緒理さん（せたな町）



『残雪の狩場岳望遠』 柴田昭三さん（八雲町）



特選

- 『三本杉岩の海』 長谷川隆春さん（八雲町）
- 『太鼓合戦だ全員集合』 根符琢磨さん（せたな町）
- 『ダム雲』 八重樫由美子さん（せたな町）
- 『玉川公園の桜と水仙』 野崎正夫さん（せたな町）
- 『そんな夕陽に惚れました』 村上信夫さん（せたな町）

●最優秀賞、優秀賞、特選並びに入選作品については
せたな町ホームページでもご覧いただけます。

コンテスト応募作品の展示会を2月28日から3月14日まで役場口ビーで開催します。

それ以降、各支所においても順番に展示会を開催する予定です。

入選

- 『たそがれ時』 大堀敏幸さん（八雲町）
- 『花盛り』 白杵裕幸さん（函館市）
- 『弁天岬と日没の光』 杉村智美さん（せたな町）
- 『春うらら』 宇野浩史さん（札幌市）
- 『狩場山』 根符琢磨さん（せたな町）
- 『ニシン街道』 天羽洋一さん（せたな町）
- 『晩秋の蒼き熊溪』 柴田昭三さん（八雲町）
- 『巡行の舞』 東 博昭さん（函館市）
- 『奇岩と滝』 嵯峨秋雄さん（小樽市）
- 『愛娘』 平川賢一さん（せたな町）

後期高齢者医療制度 のお知らせ

保険料のお支払方法について

■保険料の納め方

保険料の納め方は、「年金からのお支払い（特別徴収）」と「納付書・口座振替によるお支払い（普通徴収）」の2つの方法があります。

特別
徴収

年金 からのお支払いとなります。

- お手続きの必要はありません。
 - ・なお、次の方は特別徴収に該当せず、普通徴収となります。
 - ❖受給している年金額が、年額18万円未満の方
 - ❖介護保険とあわせた保険料が年金支給額の半分以上を超える方
 - ❖介護保険料が年金から引かれていない方

※この制度に加入してからおよそ半年間は、年金からのお支払いができません。
「納付書」や「口座振替」でお納めください。

普通
徴収

納付書・口座振替 による金融機関でのお支払いとなります。

- 口座振替に切り替わるまで、数ヶ月のお時間が必要となります。
 - ※国民健康保険料を口座振替していた方でも自動的に継続されません。
改めて手続きが必要です。

■保険料の納め忘れはありませんか？

※納付書払いでの保険料の納め忘れが多発しています。
ご自分のお支払い方法については、保険料額決定通知書(納入通知書)をご確認ください。

保険料のお支払いを「口座振替」に変更できます

- 納付書、年金でお支払いの方は、口座振替に変更することができます。
 - *「年金」のお支払いから変更できる時期は、申し出の時期により異なります。
- 税申告の際、「社会保険料控除」は、保険料をお支払いする方(口座名義人)が受けられます。

「口座振替」をご希望される方は、役場本庁の高齢者医療係又は各総合支所の
国保高齢者医療係までお申し出ください。手続き方法について説明いたします。

●問い合わせ

北海道後期高齢者医療広域連合
札幌市中央区南2条西14丁目
☎011-290-5601

役場本庁保健福祉課高齢者医療係 ☎0137-84-5111
瀬棚総合支所地域町民課国保高齢者医療係 ☎0137-87-3311
大成総合支所地域町民課国保高齢者医療係 ☎01398-4-5511

もうすぐ1年生

この春52人が小学校に入学します

今年の4月に町内の小学校に入学する新1年生は、平成16年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた次の52人です。
 (一)内は保護者名です。
 転入してこられた方などで名簿に載っていない方や、住所が変わっている方は、町教育委員会にご連絡ください。

■教育委員会企画総務課
 [担当]谷川・小林・三浦
 ☎0137・84・5111

- 北檜山小学校 35人
 - 本田 大和 (和天)
 - 廣瀬 紫龍 (孝一)
 - 瀧澤 颯吾 (昌彦)
 - 岡島 耀汰 (譲二)
 - 尾野陽向大 (真一)
 - 瀬戸 嵩介 (光宏)
 - 花田 駿 (哲男)
 - 赤石翔亜夢 (泰成)
 - 櫻井 吟次 (智章)
 - 工藤 煉斗 (宗太)
 - 栗原 弥葵 (徳雄)
 - 山崎 凜 (一洋)
 - 山代 静葉 (良哉)
 - 鶴見 春菜 (和太)
 - 森 美羽音 (伸行)
 - 澤谷 萌生 (大史)
 - 鈴木 瑠華 (俊広)
 - 荒谷 日南 (真一)
 - 渡部 七望 (春美)
 - 鈴木 里央 (涼平)
 - 吉田 光梨 (彰一)
 - 伊勢 茉央 (勝洋)
 - 室岩 柚 (朋)
 - 木村 心優 (洋子)
 - 田中 花心 (大助)
 - 福沢 寧々 (智)
 - 福沢 奈々 (智)
 - 齋藤 奈和 (真愛)
 - 岩坂 風奈 (義信)
- 若松小学校 3人
 - 門脇 悠哉 (夕佳)
 - 岡本 真白 (ひん太郎)
 - 川尻 萌絵 (一敏)
- 久遠小学校 4人
 - 中野 冬弥 (雄二)
 - 藤谷 凜子 (強)
 - 寺分 梨瑚 (隆二)
 - 松神 優羽 (寿喜)
- 玉川小学校 3人
 - 工藤 楓 (慎吾)
 - 佐藤 陸久 (孝恵)
 - 田中 隆貴 (博明)
- 長磯小学校 1人
 - 高田 魁璃 (華恋)
- 馬場川小学校 2人
 - 佐藤 秀哉 (等)
 - 西田 美由 (巧江)
- 瀬棚小学校 10人
 - 倉見 征八 (政敏)
 - 増田 理人 (和彦)
 - 細川 颯汰 (純一)
 - 稲船 蓮也 (洋志)
 - 細川 脩斗 (隆之)
 - 平田 光輝 (大輔)
 - 手塚 迪 (一成)
 - 須田有紗美 (正幸)
 - 丸山 雪月 (明)
 - 八重樫美咲 (稔明)



せたな町地産地消セミナー開催

せたな食材の魅力再発見!!

せたな町には、たくさんの優れた農水産物や加工物があります。町内の飲食店、宿泊施設事業者の皆さんに地元食材でおもてなしすることの魅力や、せたな食材の魅力を再認識していただくセミナーを開催いたします!

第1回
3月3日
午後2時30分

講師：中小企業支援センター専門家派遣事業講師
川端 美枝 氏 イタリア料理ルピーノ代表
フードコーディネーター、野菜ソムリエ講師 等々
●セミナー終了後、「地産地消料理教室」を開催します。
(ふれあいプラザで午後5時30分、会費1,000円)

講師：道新文化センター講師

石川 尚美 氏 石川尚美チーズサロン代表

日本ソムリエ協会認定「ソムリエ」、日本酒学講師 ほか多数

●セミナー終了後、懇親会「せたな町地酒3種交流会」を開催します。
(温泉ホテルきたひやま、会費3,000円)

第2回
3月18日
午後6時

(1回2回ともに)

●セミナー会場 温泉ホテルきたひやま2F「浮島」 ●参加料 無料

■申し込み・問い合わせ先

せたな町役場産業振興課商工労働観光係 ☎0137-84-5111

野鳥との接し方について

1月、浜中町で回収したオオハクチョウやカモ類の5羽から、高病原性鳥インフルエンザウイルス(H5N1亜型)が確認されました。これまでも全国各地で、野鳥等から高病原性鳥インフルエンザが検出された事例が相次いでいますので、衰弱したり、死亡した野鳥を見つけたときは次の事項に注意してください。

- 死亡した野鳥など野生動物は、素手で触らないでください。また、同じ場所でたくさんの野鳥などが死亡していたら振興局や役場へご連絡ください。
- 日常生活において野鳥など野生動物の排泄物等に触れた後には、手洗いとうがいをしていただければ、過度に心配する必要はありません。
- 野鳥の糞が靴の裏や車両に付くことにより、鳥インフルエンザウイルスが他の地域へ運ばれるおそれがありますので、野鳥に近づきすぎないようにしてください。
特に、靴で糞を踏まないよう十分注意して、必要に応じて消を行ってください。
- 不必要に野鳥を追い立てたり、つかまえようとするのは避けてください。

■問い合わせ先

檜山振興局保健環境部環境生活課 ☎0139-52-6494

せたな町役場産業振興課林業振興係 ☎0137-84-5111



地上デジタル放送視聴のための 低所得世帯への支援について

総務省では、経済的な理由で地上デジタル放送をまだ視聴できない低所得世帯に対して、支援を行っています。

◆支援の対象◆

- 生活保護世帯などでNHK放送受信料が全額免除の世帯
- 市町村民税が非課税の世帯

◆支援内容◆

地上デジタル放送対応の簡易なチューナー(二台)の無償給付などを行っています。支援の内容、申込み方法等は、対象世帯によって異なります。詳しくは、総務省地上デ

ジチューナー支援実施センターへお問合せください。

■問い合わせ先

- NHK放送受信料全額免除世帯への支援
☎0570-033840
- 市町村民税非課税世帯への支援
☎0570-023724

◎ 支援の申込書については、役場及び各支所にも用意していますのでご利用ください。

■政策調整課

町づくり推進係

国家公務員採用試験のお知らせ

人事院では、次のとおり国家公務員採用試験の募集を行います。

(大学卒業等程度)

- 国家公務員採用Ⅰ種試験
受付期間 4月1日～4月8日
- 国家公務員採用Ⅱ種試験
受付期間 4月11日～4月20日

(高等学校卒業程度)

- 国家公務員採用Ⅲ種試験
受付期間 6月21日～6月28日

Ⅰ種試験及びⅡ種試験に

おいてはインターネットによる申し込みが可能ですが、できる限りインターネット申込みをご利用ください。

郵送等による申込方法及び受験資格等については、左記にお問い合わせください。

■問い合わせ先

人事院北海道事務局
第二課試験係
☎011-241-1248

■インターネット

申込専用アドレス

<http://www.jinji-shiken.go.jp/jinken.htm>

高齢者虐待防止研修会 のご案内

次のとおり研修会を開催いたしますのでご案内いたします
「高齢者と介護者の権利を守るために」
～早めに気づいて良い対応～

- ◎日時 3月5日(土)
午後1時10分から
午後3時10分
- ◎場所 せたな町健康センター(北檜山区)
- ◎講師 北海道医療大学
看護福祉学部臨床福祉学科長・教授
石川 秀也 氏
- ◎対象 町民の皆さま
- ◎参加料 無料
- ◎申込み 2月28日(月)
当日参加もできます。

■申込み・問い合わせ先

- せたな町地域包括支援センター
- ・せたな町健康センター(今川)
☎0137-84-5699
- ・瀬棚総合支所(田畑)
☎0137-87-3311
- ・大成総合支所(竹内)
☎01398-4-5511

北海道議会議員選挙立候補届出等事務説明会

平成23年4月10日執行予定の北海道議会議員選挙(檜山振興局所管区域)に係る事務説明会を次のとおり開催します。

- 日時 3月3日(木)
午後1時30分から
- 場所 檜山合同庁舎3階
301会議室
(江差町字陣屋町)

■問い合わせ先

北海道選挙管理委員会事務局
檜山支所長
☎0139-52-6482

人材開発センター 3月実施事業のお知らせ

社団法人檜山地域人材開発センターでは次の事業の受講者を募集しています。

●職長・安全衛生責任者教育

- ◎日 程 3月14日(月)、15日(火)
- ◎時 間 午前9時から午後5時
- ◎会 場 せたな町商工会(本所)
- ◎定 員 20名
- ◎受講料 一般12,000円
会員 9,600円
(ともにテキスト代込)

◎申込締切 3月7日(月)

◎内容等

労働安全衛生法第60条及び第16条に基づく講習

◎対象

- ・職長等、労働者を直接指揮、監督する方。または今後その職務に就く予定の方。
- ・建設業における安全衛生責任者。または今後その職務に就く予定の方。

●職長等再教育及び 安全衛生責任者教育

- ◎日 程 3月15日(火)
- ◎時 間 午前9時から午後5時
- ◎会 場 せたな町商工会(本所)
- ◎定 員 20名
- ◎受講料 一般8,000円
会員6,000円
(ともにテキスト代込)

◎申込締切 3月7日(月)

◎内容等

労働安全衛生法第60条及び第16条に基づく講習

◎対象

- ・職長教育(案衛法第60条)を修了し、5年以上経過した方。
- ・職長教育修了者で、安全衛生責任者教育をまだ修了していない方。

■問い合わせ先

檜山地域人材開発センター
江差町字南が丘7-172
☎01395-2-0160

平成23年7月をもって 地上アナログ放送が終了します!

使い終えたアナログテレビなどの家電リサイクル法対象製品は、買い換えた販売店が引き取り、メーカーがリサイクルします。
(対象製品はテレビ、エアコン、冷蔵庫、洗濯機)

●家電電の排出方法

購入した販売店に回収を依頼し、回収の際に運搬料とリサイクル料金を支払い、リサイクル券(控え)を受け取ります。

なお、買い換え以外の場合は、リサイクル料を郵便局で支払い、自分で家電電を持ち込み処理することも可能です。

●廃家電の指定取引場所

北檜山区北檜山125の4
日通函館運輸(株)
せたな営業所
☎0137・84・5224

道内一覧は、道庁循環型社会推進課のホームページに掲載されています。
http://www.pref.hokkaido.lg.jp/k/s/ss/top_page/kaden-riakuru-to-phn

■問い合わせ先

■町民児童課環境衛生係
☎0137・84・5111



「こころの健康と法律に関する 合同相談会」のお知らせ

自殺の背景には、多重債務等の経済問題や健康問題等が複雑に関係していることから、道(八雲保健所)では、こころの健康問題に加え、弁護士会等と共同し多重債務等法的な問題についての相談に応じます。

●日時

3月17日(木)
午後1時から午後5時

●会場

はびあ八雲2階会議室
(八雲町本町)

●対応者

八雲保健所 保健師
弁護士(函館弁護士会所属)

●相談料

無料

●申込み

時間配分等の都合がありますので、電話等により事前に八雲保健所へ申し込みをお願いします。

●締切り

3月15日(火)

■問い合わせ先

八雲保健所健康推進係
(精神保健福祉主査・保健師)
☎0137・63・2168
FAX 0137・63・2169

＋保健師からの健康アドバイス

今日から始めよう！骨に良い生活習慣！！

今月の担当
世田美沙代 & 垣本利子です

3月1日～8日は女性の健康週間です。

今日は女性が特に気をつけたい病気のひとつ「骨粗鬆症」のお話です。

骨粗鬆症はどんな病気？

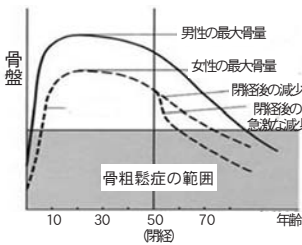
骨粗鬆症は、骨の量が減ってスカスカになった結果、骨折しやすくなる病気です。

骨粗鬆症は、自覚症状がほとんどないことから沈黙の病と言われます。しかし、骨折してしまうと寝たきりにならざる可能性が高い病気です。いつまでも健康で自立した生活を送るために骨粗鬆症の予防と対策に取り組むことが大切です。

骨粗鬆症が特に女性に多い理由

年を重ねるごとにどんな人でも骨の量は減っていきますが、骨粗鬆症は特に女性に多くみられ、65歳以上の女性の約半分を占めること言われています。

骨粗鬆症が女性に多い理由は、女性は男性に比べると骨が細く、また閉経によって骨を構成するものになる女性



ホルモンの分泌が減るためです。

予防するためには？

骨粗鬆症は、生活習慣の改善である程度予防ができる「生活習慣病」です。骨によい生活習慣について、いくつかご紹介します。

●食事について

骨量の減少を抑えるためには、最低でも800mg/日以上のカルシウム摂取が必要です。カルシウムは乳製品や大豆製品、小魚、緑黄野菜、海藻などに多く含まれています。また、カルシウムの吸収を良くするためにビタミンDの多い食品(きのこと類やお魚)を組み合わせて摂取することも大切です。また、塩分の摂りすぎは尿と一緒にカルシウムを排泄してしまいます。薄味を心がけることも大切です。

	含まれているカルシウムの量 (g)		
牛乳(コップ1杯)	220g	納豆(1パック)	45g
豆腐(1丁)	360g	小松菜(1/4束)	136g

●思春期から丈夫な骨を

思春期に女性ホルモンの分泌が高まると、骨を作る細胞が活性化し、小学校高学年頃から骨の量が一気に増えていき、20歳ごろに最大骨量に達します。丈夫な骨を作る時期である思春期に無理なダイエットを行うことは、将来骨粗鬆症になる危険性を高めてしまう

ため注意が必要です。また、中学生までは、給食で牛乳を摂取する機会がありますが、高校生、大学生となってお弁当や外食になったとたんカルシウムの摂取が不足し始め、全年代をとあし、20歳前後のカルシウム摂取量が最も少ないと言われています。

骨粗鬆症予備軍にならないために、思春期からしっかりカルシウムを摂取しましょう。

●日光浴について

屋外に出て日光に当たることで、カルシウムを吸収しやすしてくれるビタミンDが生成されます。

夏の晴れた日に日光を浴びた場合で約6分、また、冬の曇った日でも約30分日光を浴びれば1日に必要なビタミンDの量が生成されると言われています。

●運動について

運動によって適度に骨に負荷をかけることが、骨を丈夫に保ち骨折を予防するために役立ちます。散歩(ウォーキング)や家の中でもできる体操など、日頃からこまめに体を動かすことを心がけましょう。

●たばこやお酒について

カルシウムの吸収を減らし、尿への排泄を増やしてしまうので、たばこやお酒の過剰摂取は控えましょう。



コリドール交流情報館

行ってみよう！となりまち

長万部町 長万部ポイントガイド

●学習文化センター

5万7千冊の書籍類、5000枚のDVD等を豊富に揃えた図書館やAV室、最新設備を誇る多目的ホールを備えています。図書館は、無料となっておりますのでお立ち寄りください。●場所/長万部411の216(センター通り) ●時間/午前10時～午後6時●夜間特別開館/毎週木曜日午後9時まで●休館日/月曜日、年末年始●問い合わせ先/学習文化センター 013377-215757

八雲町

7月31日まで開催中！

温泉めぐりスタンプラリー

参加ホテル・旅館でスタンプを押印してください。スタンプ1個で八雲の入場料、北海道物産センターでの買い物10%OFFにさらに、スタンプが6個たまると...参加店1施設の入浴料1名分無料(さらに、抽選で参加店の入浴2食付無料ヘア泊券、オートリゾート八雲のコーテージ泊無料宿泊券やハーベスター八雲のお食事券、ファミネットやくも農産物、小学館オリジナルグッズをプレゼント)●参加施設/温泉ホテル八雲遊楽亭、八雲遊楽亭、石ひらたない荘、パンフィック温泉ホテル、清龍園、温泉旅館銀婚湯、桜野温泉熊鷹荘、八雲温泉おほせ荘、山峡の湯の宿見市温泉●問い合わせ先/八雲温泉振興協議会(役場商工観光課内) 01337-6221

八雲町熊石地域

試してみよう！熊石海洋深層水

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。さまざまな効果も期待されています。この機会にぜひお試しいただきたい。●町外利用/小口分水、一般用(20分)100円、業務用(1分)600円、大口分水/一般用(1分)600円、業務用(1分)500円●分水時間/平日の午前9時～午後5時(12月～3月/年末年始は分水できません)●問い合わせ先/熊石海洋深層水総合交流施設 013398-22300

今金町

今金(純米吟醸酒)

万太郎(特別本醸造酒)



亀助さんが健診の日程を聞きに行くようだ。私も行ってみよう。

健診は健康づくりのパートナー 鶴太と亀助のお話 その8

亀助さん：そろそろ平成23年度の健診の日程は出来上がったかな？保健師さんの所に行ってみよう！
保健師：こんにちは、亀助さん。わざわざ来てくれてありがとうございます。
平成23年度の健診の日程は次のようになりました。

特定健康診査 (一般健康診査) 胃・肺・大腸がん検診 前立腺がん検診 肝炎ウィルス検査 エキノコックス症検査	北檜山区	平成23年4月15日(金)、4月16日(土) 健康センター 11月27日(日) 若松基幹集落センター 11月28日(月) 丹羽水仙パレス
	瀬棚区	平成24年1月29日(日)、1月30日(月) 健康センター 平成23年7月24日(日)・7月25日(月) 瀬棚保健センター 平成24年1月28日(土) "
	大成区	平成23年4月17日(日) 大成町民センター 4月18日(月) 長磯生活改善センター 9月24日(土) 大成町民センター
乳がん検診	北檜山区	平成23年4月23日(土)、10月8日(土) 健康センター
	瀬棚区	平成23年10月10日(月) 瀬棚保健センター
	大成区	平成23年10月9日(日) 大成町民センター
子宮がん検診	北檜山区	平成23年4月19日(火)、11月21日(日) 健康センター
	瀬棚区	平成23年11月22日(火) 瀬棚保健センター
	大成区	平成23年11月23日(水) 大成町民センター



保健師：平成23年度の健診は、

- ①できるだけ土日・祝日を取り入れた日程としました
- ②特定健康診査で、心電図と眼底検査を全員実施します(健診料金変更なし)
- ③39歳以下の方が受診できる健康づくり健診(一般健康診査)も受診できます
年代を問わず、たくさんの方が健診を受けてくれるといいんですけど・・・。

【亀助のこころの俳句】

わかってる つもりが知らぬ 我が心身 からだ

亀助さん：私も受けてみたいになりましたよ。でも、これらの健診はどんな人が受けられるのですか？

保健師：各種健診の対象は次のようになります。

各種健診名	保険等の区分	対象年齢	受診間隔
特定健康診査	町の国民健康保険	40歳～74歳以下の人(社保の人は町保健師に要相談)	毎年
一般健康診査 (健康づくり健診含)	なし	☆18～39歳で健診を受ける機会のない人(新規)	
	後期高齢者医療制度 生活保護	後期高齢者医療制度の加入している人 生活保護世帯の人	
胃・肺・大腸がん検診	なし	20歳以上の方	毎年
前立腺がん検診	なし	40歳以上の方	毎年
肝炎ウィルス検査	なし	肝炎の検査を受けていない40歳以上の人	生涯に1度
エキノコックス症検査	なし	小学3年生になる年齢以上の人	5年に1度
乳がん検診	なし	30歳以上の人	2年に1度
子宮がん検診	なし	20歳以上の人	毎年

亀助さん：これを鶴太さんはじめ、皆さんにお知らせしないとね。

保健師：こちらでも3月には、町民の皆さんに健診や事業の日程をお知らせしますね。

亀助さん：それでは、またいろいろなこと教えてください。

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「後志別川」の伏流水を仕込み水として使用し、蔵元は「倶知安町の二世古酒造」で熟練の杜氏の技により、最上級の酵母で寒中ゆつくり醸造したこだわりの一品です。芳醇な香りと酒の旨味がお口の中に広がる今金の地酒を一度お召し上がりください。●価格/一純米吟醸酒 今金 720ml/1,650円/1.8ℓ 2,650円、一特別本醸造酒 万太郎 720ml/1,350円/1.8ℓ 2,350円、一特別本醸造酒 今金 720ml/1,342円/1.8ℓ 2,311円 ●販売先/今金町内の各酒販店 ●問い合わせ先/今金地酒の会(今金観光協会内) 01377-822-35661

【温泉ホテルきたひやま】
「温泉パスポート」受付開始！
3月は温泉ホテルきたひやまの日帰り温泉パスポート(通称オンパ)の購入受付期間です。温泉パスポートをご購入いただくことができ、お得な「格安料金」でご利用いただけます。●1年パスポート/大人5,000円、小人3,000円 ●6か月パスポート/大人2,700円、小人1,160円 ●3か月パスポート/大人1,500円、小人900円 ●問い合わせ先/温泉ホテルきたひやま 01377-84412

【せたな町北檜山区】
「せたな町北檜山区」
「温泉ホテルきたひやま」
「温泉パスポート」
「受付開始」

【公衆温泉浴場「やすらぎ館」】
弱アルカリ性温泉で、冷え性、神経痛、火傷などに効き目があります。美肌効果がある成分も含まれています。●場所/瀬棚区本町(旧国鉄瀬棚駅跡地) ●営業時間/午前10時から午後9時まで ※毎月第1、3月曜日定休 ●入浴料/大人360円、中人140円、小人70円 ●問い合わせ先/やすらぎ館 01377-877-3841

【せたな町大成区】
「せたな町大成区」
「国民宿舎「あわび山荘」」
身も心もあつたか
貝取酒渓谷の雄大な自然にひっそりと抱かしながら心と身体を癒し、地元の旬の素材をいかにした郷土料理でゆったりとリラックスメてみてはいかがでしょうか。 ※平成23年2月28日まで新年会の宴会プランもありません。また宴会当日は入浴無料！さらに次回利用お風呂券がついてきますので是非ご利用ください。(要予約) ●場所/せたな町大成区貝取洞 ●宿泊料/大人7,600円、小学生6,060円、幼児1,460円(寝具のご利用のみ) ●問い合わせ先/国民宿舎あわび山荘 013998-455222

受章おめでとうございます



(代理で受章された長男の坪内義男さん)

旭日単光章

つぼうち しげお

故 坪内 重雄 氏

北檜山区北檜山

元 北海道北檜山町議会議員

坪内氏は、昭和38年5月、北檜山町議会議員に当選、以来3期12年の永きにわたり在職し、地方自治の振興と住民福祉の向上に情熱を注ぎ、常に高邁な政治理念をもって、北檜山町の産業、教育文化の振興、民生の安定に多大な貢献をされ、町議会の円滑な運営と町政の発展に寄与した功績が認められ今回の受章となりました。



黄綬褒章

いわはら ただし

岩原 正志 氏

北檜山区北檜山

岩原氏は、教科書販売50年という長きにわたり専門分野で尽力貢献し、地元の教育行政への功績が認められ今回の受章となりました。季節が春へと移り、今年も新しい教科書が子ども達へと届けられることでしょう。

新分野進出優良建設企業表彰 受賞!!

(株)伊関組(代表取締役 伊関寿之さん)が1月26日北海道知事より「平成22年度新分野進出優良建設企業表彰」を受賞されました。(株)伊関組では平成20年よりペット向けサービス業(葬祭事業)「ペットセレモニー動物の杜」を開設。移動式火葬車で戸別訪問によるペットの葬儀・火葬などを行い、納骨・永代供養のサービスを提供しています。

伊関組は新分野進出の取り組みなどが、他の模範となる優れた成果を挙げたことが認められ今回の受賞となりました。



雪かきボランティア ～檜山北高生

檜山北高（小向敏文校長）の生徒が2月5日（土）、学校のある町内北檜山区丹羽地区で、高齢者の住宅の雪かきや雪おろしのお手伝いをしました。

今年の大雪で、丹羽中央町内会（大木浩三代表）が檜山北高校に協力を呼びかけたところ、運動部員やボランティア同好会の1、2年生74人と教員14人、町内会会員20人あまりが参加しました。

窓のほとんどが雪で覆われている住宅などもあり、約4時間ほどかけて独居の高齢者や高齢世帯などの住宅33軒を除雪しました。

おじいちゃん、おばあちゃん方から「ありがとう」と言葉をかけられると、檜山北高生のみんなも嬉しかったようです。みなさん、お疲れさまでした!!



給食センターなどへ 「せたな米」寄贈

豊作だった平成22年生産された自慢の「せたな米」を、町内のお年寄りや児童生徒に食べてもらおう！ということで、1月27日（木）、各農協から「せたな米」が寄贈されました。JAきたひやま、同農協水稻部会からは「ゆめぴりか10俵」、JA新函館若松支店、同農協水稻部会から「ふっくりんこ10俵」ものお米が学校給食センター、特別養護老人ホームきたひやま荘、特別養護老人ホーム大成生園、瀬棚老人ホーム三杉荘へ贈られました。ありがとうございました!!



初午大漁祈願祭

2月8日（火）北檜山区新成地区で、1年間の豊漁と海上安全を祈願して「初午大漁祈願祭」が行われました。

この「初午（はつうま）」は、天保年間の1810年頃から始まったもので、「おしとぎ」と呼ばれる白い汁を顔に塗るのが伝統となっています。

当日は、35人も参加があり、心づくしのお料理で祝宴が始まり「おしとぎ」を顔に塗られると、お互いの白くなった顔を見合わせて大笑い。会場は最後まで笑いでいっぱいでした。



スキー教室 ～せたなっ子を育てる健全育成事業～



北檜山区 1月24日(月)、26日(水)、28日(金)の3日間の日程で、丹羽スキー場において、北檜山区の小学生を対象とした初心者スキー教室が開催されました。

この教室は、今年度よりせたなスキー協会の協力のもと、初めて実施したのですが、3日間とも20人前後の参加者が集まり大変好評でした。

せたなスキー協会から多くの指導者が協力していただけだったので、参加者全員がレベルに併せ楽しく上達でき、初日は全く滑れなかった子どもも最終日には滑れるようになり指導技術の高さと子どもの上達の速さに驚かされました。



大成区 1月12日(水)、14日(金)、17日(月)、19日(水)、20日(木)の5日間、大成(花歌)スキー場において「スキー教室」が開催されました。

幼児9名小学生34名合わせて43名が参加し、大成スキー協会全体の指導により参加者に満足の行く指導内容となりました。

今後も冬季スポーツの促進を図るため大成スキー協会等の協力をいただきながら継続して実施していきたいと思えます。

瀬棚区移動スキー教室



第1回目1月16日(日)、第2回目1月30日(日)、ピリカスキー場を会場に平成22年度区民移動スキー教室が開催されました。今年度から講習希望者にはS A J公認ピリカスキー学校の指導員をお願いするAコースと、各自自由に滑走するBコースに分かれながらの開催としました。参加者総勢21人と例年に比べ少なめでしたが、特に中学生のフリー滑走希望が多く、限られた時間内で有意義に滑走していました。



ブックスタート事業がはじまります!!

ブックスタートとは・・・

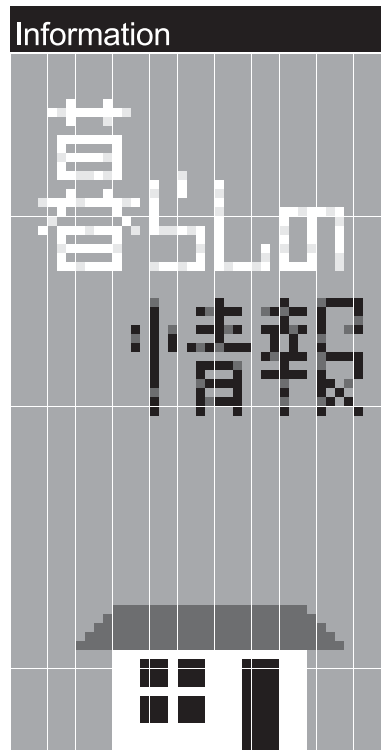
「赤ちゃんとその親が、絵本を介してコミュニケーションをとることを応援する」ものです。

せたな町では、新年度より、健康センター等で行う「3～4か月児健診」の際に、ブックスタートを行い、絵本を介したコミュニケーションを実践していただけるよう、赤ちゃんとその保護者の方に絵本の入ったブックスタートパックをお渡しすることにいたしました。

また、図書館等の施設においても、子ども向け事業の充実に取り組むこととしております。

「地域コミュニティーの子育て支援」として、ブックスタート事業にご協力いただける町民の「ボランティア」を募集いたします。詳しくは、折込みのチラシをご覧ください。





ご利用ください

法律・登記相談のお知らせ（事前予約制）

相続・贈与・売買・会社設立・債務整理・成年後見等心配ごとについてご相談ください。どなたでも自由にご相談できます。（相談無料・事前予約制）

●日時／3月16日(水) 午前10時～12時

●予約締切／3月14日(月) (先着4名まで)

●場所／ふれあいプラザ 担当相談員／

司法書士 森 奈津美 予約先 役場総務課総務係

☎0137・84・5111

ご利用ください

精神保健相談（心の健康相談）の実施について

八雲保健所では、精神保

健及び同障がい者福祉に関する相談を実施します。（予約制）

●日時／3月10日(木) 午後1時30分～3時

●場所／八雲保健所今金支所

●相談員／精神科医師又は心理相談員

☎0137・63・2168

ご利用ください

北檜山職業相談室での取り扱いについて

雇用保険受給手続から認定・給付まで、ご本人の申し出によりハローワーク八雲で受付ができますのでご利用ください。

ハローワーク函館・北檜山職業相談室への8月の職員派遣日は次のとおりです。大成区の方の管轄は江差出張所です。

●派遣日時

・3月16日(水)13時～17時
・3月17日(木)9時～12時

☎0137・84・5724

☎0137・62・2509

☎0139・52・0178

季節労働者の皆さまへ

「雇用相談窓口」を開設します

渡島檜山北部通年雇用促進支援協議会では、季節労働者の通年雇用を促進するため、季節労働者皆様の職業相談、各種助成制度・融資制度等の案内、インターネットによる全国の求人情報の提供、季節労働者の協議会登録などを行う「雇用相談窓口」を開設いたします。

●日時／3月11日(金) 午前10時～午後3時

●場所／せたな町役場産業振興課

※上記日時以外でも、事前に連絡をいただければ、随時実施いたします。

☎0137・84・5111

ご利用ください

特設人権困りごと心配ごと相談所開設

児童・生徒のいじめ、体罰、家庭内のいざこざ、借地借家、不動産、登記、筆界特定、相隣関係等、身近な人権・法律問題等心配ごとなどがありましたらご相談ください。どなたでもご自由にご相談できます。（相談無料、秘密厳守）

●日時・場所

・3月10日(木)午後1時～3時

ふれあいプラザ（北檜山区）

☎0137・84・5111

ご利用ください

自動車税のお知らせ（抹消登録について）

自動車税は、4月1日時点の自動車の所有者に1年分課税されます。

陸運支局では平成23年3月末までに抹消登録を完了した場合、23年度分の自動車税は課税されません。現

在、廃車を検討されている方は、3月中に抹消登録をお済ませください。

☎0139・52・6471

ご利用ください

協会けんぽ保険料率が変わります

全国健康保険協会（協会けんぽ）北海道支部の健康保険料率が、本年3月分（4月納付分）より9.60%（現行8.42%）に変わります。

北海道支部は、加入者一人当たりの医療費が高いことから、保険料率も全国一高くなっており、みなさまの健康づくりが重要です。詳しくは協会けんぽのHPまたは協会けんぽ北海道支部まで。

☎011・726・0352

http://www.kyoukaikempo.or.jp/



戸籍の窓口

(1月1日～1月31日届出)



お誕生おめでとう

- 山内 蓮生くん (剛) 西丹羽
- 三浦 可帆ちゃん (英兒) 本町7区
- 栗本仁衣奈ちゃん (貴康) 本町6区

ご結婚おめでとう

- 岸 育哉さん 北檜山
- 丹羽 久恵さん 北檜山

おくやみ申し上げます

- 嶋 ミネさん (86歳) 豊岡
- 嶋 幸二さん (96歳) 豊岡
- 井村 育子さん (36歳) 西丹羽
- 奥井 榮さん (71歳) 北檜山
- 小山千代子さん (98歳) 北檜山
- 内村 アキさん (87歳) 二俣
- 高田 幸雄さん (90歳) 本町4区
- 新保 ツエさん (94歳) 本町6区
- 安藤 スサさん (74歳) 北島歌
- 小澤 ツタさん (90歳) 本陣
- 石橋 チヨさん (89歳) 都
- 西村 政弘さん (69歳) 久遠
- 西村 政春さん (83歳) 久遠
- 中村佐代子さん (59歳) 都
- 飯田 貞治さん (86歳) 平浜

この欄に掲載をしている方は、本人またはご家族の了解を得ています。

人口と世帯

	1月末現在 (前月比)
人口	9,786人 (-10)
男	4,629人 (-3)
女	5,157人 (-7)
世帯	4,576世帯 (-2)

平成23年度 (第1回)

自衛隊一般曹候補生募集案内

受験資格・年齢	受付期間	第1次試験日 [1次合格発表日]	第2次試験日 [最終合格発表日]
平成24年4月1日現在18歳以上27歳未満の者 *平成24年3月高等学校卒業予定者については今回の受付はできません	2月1日(火) ～ 5月6日(金)	5月21日(土) [6月10日(金)]	6月22日(水) ～27日(月) (うち1日) [8月5日(金)]
第2回の採用試験は9月に予定しています。 採用予定者の入隊時期は、平成24年3月下旬～4月上旬になります。			

■問い合わせ先

自衛隊函館地方協力本部今金地域事務所 ☎0137-82-0258
メールでの資料請求は、recruit1-hakodate@pco.mod.go.jp

年金係からのお知らせ

ムダにいませんか? あなたの国民年金保険料

年金を受けるためには、国民年金保険料を納めている期間と、免除が該当になった期間※(1)、そして厚生年金等の加入期間を合わせて原則25年(300ヶ月)以上が必要です。

例えば、厚生年金に加入したことがある方でも、厚生年金期間と国民年金保険料の納付期間や免除期間と合わせて300ヶ月に満たない場合は、将来年金を受け取ることができなくなってしまう。

また、国民年金の給付には、老後の生活保障である老齢基礎年金のほか、思いがけない事故などにより障害が残ったり、死亡したときには障害基礎年金や遺族基礎年金※(2)が支給されます。

自分自身のため、家族のため、納めてきた保険料をムダにしないためにも、まずは年金を受け取る資格をつけましょう!

免除に関する相談や加入期間の確認など、お気軽に年金事務所や戸籍年金係までお問い合わせください。

※(1) 半額、3/4、1/4免除の該当になった方は、残りの保険料を納めなければその期間は、未納になってしまいますので注意してください。

※(2) 遺族基礎年金は、生計維持関係のある18歳未満の子(障害のある子の場合は20歳未満)がいるときに支給されます。

■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/河野] ☎0137-84-5111 (内線1137)
- ・瀬棚総合支所地域町民課戸籍年金係 [担当/西田] ☎0137-87-3311 (内線3000)
- ・大成総合支所地域町民課戸籍年金係 [担当/萩原] ☎01398-4-5511 (内線2118)



2月6日(日)、2011 SETANA-CUP雪合戦大会(実行委員会主催)が北檜山スポーツ公園で開催されました。第23回昭和新山国際雪合戦の渡島檜山予選会も兼ねた公式な大会で、地元のほか、函館、八雲、江差、上ノ国から9チームが出場。

小学生チームによるエキシビジョンも行われ、今年も昨年以上に盛り上がった大会となりました。

「一般の部」上位4チームが2月26～27日、胆振管内壮瞥町で開かれる本大会に出場することになります。頑張ってきてください!!

●大会結果

- 優勝 せたなレスキュー(せたな町)
- 準優勝 せたな町役場SFC(せたな町)
- 第3位 こそき食料品店運動部(せたな町)
- 第4位 たば風ホワイトアウト(江差町)
- 第5位 ふくはら(上ノ国町)
- 第6位 謎の軍団「STN」(せたな町)



編集後記

▼ようやく雪もひと段落でしょう。雪かきをしまいたです。お日が続くようになりました。ありがたやありがたや。。。日が長くなつて、仕事から帰るときもまだ外は明るくて、春は確実に近づいているんだなあ、と、なんだか心も軽くなります。▼取材で「障がい者地域活動支援センター」に行き、瀬棚産の黒豚肉を使用しているという「黒豚カツサンド」を食べてみました。これがとっても美味しかったです。ですよ!!黒豚のカツがとっても柔らかくジューシーで、ふだん調理パンを食さない私でも、「もう一個食べたあ〜い!」と思う一品でした。せたなの食材は海も山も美味しいものばかりです。皆さんも、機会があったらぜひ食べてみてはいかがですか?お勧めです!▼「観光フォトコンテスト」の最優秀作品等が決まりました。皆さん、とってもお手です。皆さん、ますます。綺麗な作品ばかりです!!私も仕事で写真を撮りますが、私ももとのセンスに問題があるのかなんなのか(涙)・・・何十枚と撮っても使えるものが皆無状態。(泣)フォトコンテストの写真や短評をじっくり拝見させていただきました。私も勉強いたします。入賞作品等はせたな町のホームページでもご覧いただけます! (中略)

