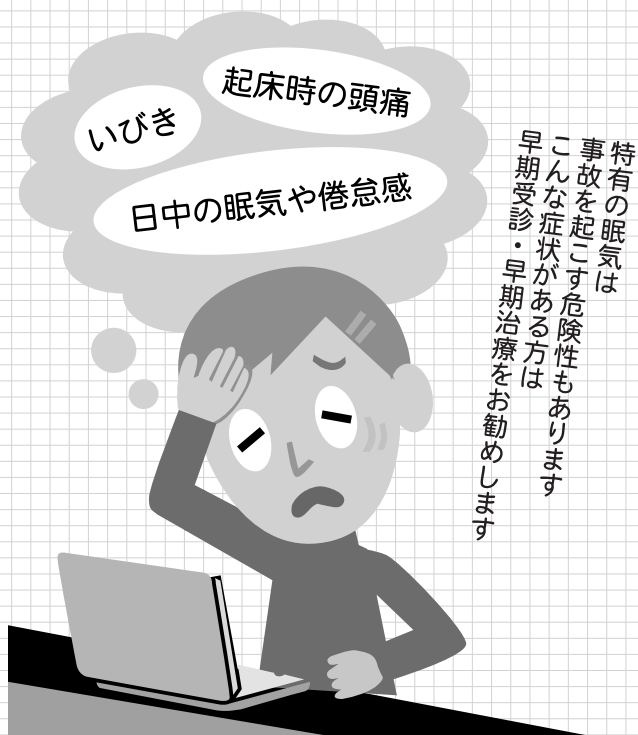


「睡眠時無呼吸症候群」の診療を行っています

国保病院では、睡眠時無呼吸症候群の診療を行っています。この病気は人口の約2%の方が持っていると言われており、せたな町でも例外ではありません。身体的な危険もありますが、特有の眠気により事故を起こす危険性もあるため、お仕事をされている方、特にドライバーの皆さんは早期治療をお勧めします。診察・治療は手軽に行うことができますので、心配がある方はぜひ受診してください。



睡眠時無呼吸症候群とは

睡眠時無呼吸症候群 (Sleep Apnea Syndrome:SAS) とは睡眠中に10秒以上呼吸が停止したり、無呼吸が5回以上繰り返される病気です。いびきや昼間の眠気、熟睡感がない、起床時の頭痛などの症状があります。また、SASは生活習慣病と密接に関係しており、放置すると生命の危険に及ぶこともあります。また、SAS特有の眠気は交通事故を起こす危険もあり、早期に適切な治療をすることが大切です。

原因

睡眠時無呼吸は、上気道（空気の通り道）が閉塞することにより起こります。閉塞の原因は、首周りの脂肪の沈着、扁桃肥大、アデノイド、気道へ舌が落ち込む、鼻が曲がっているなどがあげられます。また、欧米人のSAS患者さんは肥満している人がほとんどですが、日本人の中には顎が小さい（小顎症）ため、気道がふさがれやすく、やせているのにSASである方もいます。なので、SASの患者さん全員が太っていると思うのは間違いです。

症状

SASはさまざまな症状を伴います。いびき、日中の眠気、起床時の頭痛、睡眠中に脳が覚醒状態になる（中途覚醒）などがあります。

●受診・治療にかかる料金について

項目	料金の目安
初診・簡易検査	1,200円～3,600円
毎月・治療受診	1,600円～5,000円

※記載の金額についてはおおよその目安です。個人の負担割合によって変わってきます。

受診の流れ



8月より

整形外科 夜間診療がスタートします！

国保病院では、昼間受診したくてもお仕事などでなかなか受診できない方を対象に、8月から夜間診療を開始します。こうした機会にぜひ受診していただき、病気の早期発見・早期治療に心がけましょう。

◎日時

【夜間診療】 毎週 火曜日・木曜日
【受付時間】 18:00～19:30

せたな町国民健康保険からのお知らせ

Check!

限度額適用・標準負担額減額認定証の更新について

外来及び入院で1か月の医療費が高額になった場合でも、医療機関に認定証を提示することで、窓口での支払い（保険適用分に限る）が自己負担限度額までになったり、入院時の食事代が減額されたりします。

認定証の有効期限は、毎年7月31日までとなっています。8月以降も必要な方は、再度申請をしてください。なお、新規の申請は、随時受け付けています。



申請に必要なもの

※次を持参し担当窓口で申請してください

- 国民健康保険被保険者証
- 印鑑
- 有効期限が平成25年7月31日の認定証（以前に交付を受けた人のみ）

※申請できる認定証は年齢及び所得区分に応じて異なります。
 ※認定証は申請月の初日から有効です。月をさかのぼって発行できません。
 ※国民健康保険税の滞納がある世帯の人には交付できない場合があります。

◎重度心身障がい者、ひとり親家庭等、乳幼児等医療費受給者証の有効期限も7月31日までとなっています。更新通知及び申請書は各家庭に郵送しています。まだ手続きされていない方は、早めに手続きしてください。

問い合わせ先

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

デイサービス さくら では、こんなことを行っています！

「その方の希望をかなえる！！」 心と心が通うデイサービス！！

一日美容教室開催！



いつまでも美しくいたい！！誰もが思うこと。

さて、さくらの介護職員には美容師がいます。5月、シニアの貴女のためにをテーマに、ご利用の方や一般参加の方と楽しく一日体験会を行いました。「日頃の手入れ？が大事ね？」や「まだまだ綺麗！」など思わず出てくる言葉。とても盛り上がりました。

次回は、いつまでも元気で「機能訓練とは？」です！

デイサービス



さくら

介護相談
見学

随時受付していますので
お気軽にお電話ください！
体験昼食・おやつ付（無料）

送迎もいたします！

せたな町北檜山区北檜山193-1
(セイコーマートさん隣)

TEL : 84-5050

ちょっと
耳寄りな情報

(有料広告)

「せたな町地球温暖化対策推進実行計画」を実施しています

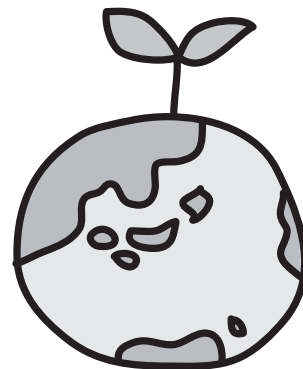
温室効果ガス12.18%削減

この計画は、平成19年度温室効果ガス排出量を基準年度として、平成21年度から25年度までの5年間で二酸化炭素の総排出量を5%削減する内容となっています。

平成24年度のCO2排出量は3,888,884.1kg で、基準年度（平成19年度）の排出量4,428,310.0kg に対し539,425.9kg の削減量で、削減率は12.18%と目標を上回る結果となりました。

地球温暖化は目に見えないため、深刻な状況が実感できません。24年度においては目標を上回る削減率となりましたが、今後も更なる温室効果ガス排出量の抑制を推進していきます。

地球温暖化対策は、地球規模の環境問題であり、一人ひとりが省エネ意識を持つことが大切です。節電対策やゴミの分別など、家庭でも簡単にできる取り組みがたくさんあります。皆さんも小さなことから実行してみませんか？



■町は、「地球温暖化対策の推進に関する法律」にもとづき、地球温暖化対策の推進を目的とした「せたな町地球温暖化対策推進実行計画」を、平成20年度に計画し、温室効果ガスの排出量削減に取り組んでいます。

■冷暖房温度の適正管理、公用車の低公害車の計画的な購入など、環境に対する負担を減らす取り組みに努めています。

◎せたな町の温室効果ガス排出量（平成22～24年度）

調査項目	基準年（平成19年度）		平成22年度		平成23年度		平成24年度	
	使用量	CO2排出量 (kg-CO2)	使用量	CO2排出量 (kg-CO2)	使用量	CO2排出量 (kg-CO2)	使用量	CO2排出量 (kg-CO2)
ガソリン	46,686.2 ℓ	108,390	38,059.3 ℓ	88,360.8	36,425.6 ℓ	84,567.9	34,814.2 ℓ	80,826.6
灯油	258,230 ℓ	642,859	276,912.0 ℓ	689,367.8	258,825.9 ℓ	644,342.8	252,976.4 ℓ	629,780.5
軽油	2,927.6 ℓ	7,668	10,834.3 ℓ	28,377.7	9,297.6 ℓ	24,352.7	5,463.9 ℓ	14,124.0
A重油	652,500 ℓ	1,768,034	609,947.0 ℓ	1,652,730.7	587,102.5 ℓ	1,590,830.5	571,930.0 ℓ	1,549,718.7
LPG	2,782.8m ³	8,349	3,979.8m ³	11,940.5	3,729.7 ℓ	11,190.2	3,788.2 ℓ	11,360.4
電気	3,952,004kwh	1,893,010	3,914,186kwh	1,874,895.1	3,835,544kwh	1,837,225.6	3,305,307kwh	1,603,073.9
CO2排出量		4,428,310.0kg		4,345,672.6kg		4,192,509.7kg		3,888,884.1kg
対基準年削減量	(削減率)	(削減量)	▲1.87%	▲82,637.4kg	▲5.32%	▲235,800.3kg	▲12.18%	▲539,425.9kg

好評発売中！ご購入はお早めに！

せたな町 元気が出る商品券



1セット5,000円
(500円の商品券×11枚つづり)

※5,500円分のお買い物ができます

1世帯10セットまで購入できます

10%の
プレミア

販売期間

平成25年7月22日～8月20日
午前9時～午後5時（土・日は除く）
※完売次第終了

使用期限

平成25年7月22日～10月31日

販売場所

せたな商工会（本所・支所 計3カ所）

使用範囲

- 商工会員事業所
 - 北檜山町農協
 - ・Aコープ・ガソリンスタンド
 - ・車両整備工場・資材店舗
 - 新はこだて農協若松基幹支店
 - ・Aコープ
- ※『元気が出る商品券』を利用できる事業所、店舗にはステッカーを店頭及び店内に表示しております

留意事項

- 販売は「せたな町民」のみです
- 現金との交換はできません
- 金券の購入はできません
- 使用期限後の使用はできません
- おつりは出ません



日本女医第一号 三田佳子 講演会

荻野吟子女史没100年記念



日本女医第1号 荻野吟子女史没100年記念事業 講演会
講師に女優の「三田佳子」さん

6月23日(日)、ふれあいプラザにおいて「荻野吟子女史没100年記念事業」講演会が開催され、約320人の方が来場されました。

講師は、平成10年に新橋演舞場における舞台において荻野吟子役を務めたことがある女優の三田佳子さん。

三田さんは、せたな町の感想や自身の体験談などを交え、荻野吟子さんのように、いくつになってもチャレンジする気持ちが大事だと語ってくれました。

講演会終了後には、来場されたお客さんとの握手会も開催され、言葉を交わしながら、一人ひとり握手をされていました。

また、会場ではパネル展示や「日本女医第1号荻野吟子の生涯」のビデオ上映会が行われ、荻野吟子女医とゆかりのある今金町などからもたくさんの方の参加がありました。



「保証人とは」

法テラス八雲法律事務所
弁護士 森田了導

借金をした人が支払いをすることができなくなった場合に備え、「保証人」を立てることがあります。保証人は、借り入れをした本人(主たる債務者と言います。)が返済できない場合に、代わりに保証債務、つまり借金を支払わなければならない。

保証人を付ける場合、単なる保証人でなく、「連帯保証人」を付けるのが普通です。連帯保証人は、主たる債務者の資力にかかわらず、債務を履行する義務がありますから、その責任はより重くなります。

保証人となった場合、その責任をなかなか消滅させることはできません。たとえば、主たる債務者が破産などにより責任を免れた場合でも、保証人の支払義務がなくなることはありませんし、主たる債務者が死亡した場合でも、それだけで保証人に支払義務がなくなるわけではありません。また、時効など

との関係でも、主たる債務者について時効中断事由が発生すれば、保証人にもその効力が及ぶことになっていきます。そのため、保証人となる場合は、よく契約内容等を検討し、署名・押印するように気をつけなければなりません。

保証人となってしまう、債権者から請求を受けている場合には、債務整理を行うなどして、債権者からの請求に対応することになります。

当事務所でも、保証人となってしまう、債権者から請求を受けているという方からのご相談を承っております。ご相談を希望される方は、「法テラス八雲法律事務所」050・3383・8366までお気軽に相談予約の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。