

令和2年6月

瀬棚区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
	1 先勝 ●公営温泉浴場定休日 ●子育て電話相談日 9:30~16:00 (瀬棚保育所)	2 友引	3 先負	4 仏滅	5 大安	6 赤口
7 先勝 ●【日曜当番医】 せたな町立国保病院 10:00~12:00、13:00~15:00	8 友引 ●子育て電話相談日 9:30~16:00 (瀬棚保育所) ●ますます元気教室 10:00~12:00 (北檜山区健康センター)	9 先負 ●BCG・麻しん・風しん 水ぼうそう・日本脳炎 受付15:15~15:45 (瀬棚診療所2階)	10 仏滅	11 大安 ●第2回せたな町議会定例会 10:00~17:00 (12日まで)	12 赤口 ●乳幼児健康相談 10:00~12:00 (北檜山区健康センター)	13 先勝
14 友引 ●国道線地帯植栽 7:00~ (三本杉~本町7区) ●【日曜当番医】 道南ロイヤル病院 10:00~12:00、13:00~15:00	15 先負 ●公営温泉浴場定休日 9:30~16:00 (瀬棚保育所) ●子育て電話相談日 9:30~16:00 (瀬棚保育所)	16 仏滅	17 大安	18 赤口 ●1歳6か月・3歳児健診・ 5歳児健診 12:50~ (健康センター) ●3~4月児健診 13:10~ (健康センター)	19 先勝	20 友引
21 大安 ●【日曜当番医】 今金町国保病院 10:00~12:00、13:00~15:00	22 赤口 ●子育て電話相談日 9:30~16:00 (瀬棚保育所) ●ますます元気教室 10:00~12:00 (北檜山区健康センター)	23 先勝 ●ヒブ・小児肺炎球菌・4種 混合・B型肝炎予防接種 受付15:15~15:45 (瀬棚診療所2階)	24 友引	25 先負	26 仏滅	27 大安
28 赤口 ●【日曜当番医】 せたな町立国保病院 10:00~12:00、13:00~15:00	29 先勝 ●子育て電話相談日 9:30~16:00 (瀬棚保育所)	30 友引				

瀬棚診療所（6月）診療担当医表

※都合により変更となる場合があります。予めご了承ください。

◆受付時間 午前8時30分～午前11時、午後1時～午後4時

毎週 月・木・金曜日の午後は、休診しております

	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	(土・日)
午前	村上	村上	森	大島幸恵	村上	7日 日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321
午後		村上	大島幸恵			
	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	(土・日)
午前	村上	村上	森	大島幸恵	大島幸恵	14日 日曜当番医 道南ロイヤル病院 ☎84-5011
午後		村上	大島幸恵			
	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金	(土・日)
午前	村上	村上	森	大島幸恵	大島幸恵	21日 日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221
午後		村上	大島幸恵			
	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	(土・日)
午前	村上	村上	森	大島幸恵	大島幸恵	28日 日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321
午後		村上	大島幸恵			
	29 月	30 火				
午前	村上	村上				
午後		村上				

【担当医師紹介】

森 利光（もり としみつ）医師 せたな町立国保病院院長
 村上 正道（むらかみ まさみち）医師 せたな町立国保病院内科医長
 大島 幸恵（おおしま ゆきえ）医師 せたな町立国保病院内科医長

【患者バス】 毎週月曜日・金曜日

■瀬棚診療所発 8：32（国保病院行き） ■国保病院発 13：00（瀬棚診療所行き）

【皮膚科巡回診療】（八雲総合病院）【予約制】※前日15時までに健康センターにご連絡ください

11日（木）健康センター 受付 13：00～14：30（☎84-5984 保健推進係）

【耳鼻科巡回診療】 今月の診療はありません

【眼科診療】（吉田眼科病院：函館）【予約制】 受付 午前8時30分～午後2時

26日（金）瀬棚診療所 診療時間 10：00～（☎87-2470 瀬棚診療所）

※ 今回から眼科の診療場所が瀬棚診療所2階に変更となっています

【日曜当番医】

診療時間 10：00～12：00、13：00～15：00

※ 新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、変更となる場合があります。予めご了承ください。

瀬棚診療所 ☎（0137）87-2470

せたな町立国保病院（6月）外来診療担当医表

※都合により変更となる場合があります。予めご了承ください。

◆受付時間 午前8時30分～午前11時、午後1時～午後3時30分

		1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	(土・日)
午前	予約外	大島 昌輝	井内 (出張医)	村 上	大島 昌輝	橋爪 (出張医)	7日 日曜当番医 10:00～12:00 13:00～15:00
	予 約	森	大島 幸恵	小林 (出張医)	森	森	
午後	予約外	大島 幸恵	井内 (出張医)	小林 (出張医)	大島 幸恵	橋爪 (出張医)	10:00～12:00 13:00～15:00
	予 約	大島 昌輝	森	大島 昌輝	村 上	村 上	
夜間診療			大島 幸恵		村 上		

		8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	(土・日)
午前	予約外	大島 昌輝	大島 昌輝	村 上	大島 昌輝	垣野 (出張医)	14日 日曜当番医 道南ロイヤル病院 ☎84-5011
	予 約	森	大島 幸恵	棒田 (出張医)	森	森	
午後	予約外	大島 昌輝	大島 幸恵	棒田 (出張医)	大島 幸恵	垣野 (出張医)	道南ロイヤル病院 ☎84-5011
	予 約		森	大島 昌輝	村 上	村 上	
夜間診療			大島 昌輝		森		

		15 月	16 火	17 水	18 木	19 金	(土・日)
午前	予約外	大島 昌輝	井内 (出張医)	村 上	大島 昌輝	池田 (出張医)	21日 日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221
	予 約	森	大島 幸恵	小林 (出張医)	森	森	
午後	予約外	大島 幸恵	井内 (出張医)	小林 (出張医)	大島 幸恵	池田 (出張医)	今金町国保病院 ☎82-0221
	予 約	大島 昌輝	森	大島 昌輝	村 上	村 上	
夜間診療			大島 幸恵		村 上		

		22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	(土・日)
午前	予約外	大島 昌輝	大島 昌輝	村 上	大島 昌輝	古山 (出張医)	28日 日曜当番医 10:00～12:00 13:00～15:00
	予 約	森	大島 幸恵	竹之内 (出張医)	森	森	
午後	予約外	大島 幸恵	大島 幸恵	竹之内 (出張医)	大島 幸恵	古山 (出張医)	10:00～12:00 13:00～15:00
	予 約	大島 昌輝	森	大島 昌輝	村 上	村 上	
夜間診療			大島 昌輝		森		

		29 月	30 火				
午前	予約外	大島 幸恵	大島 幸恵				
	予 約	森	大島 幸恵				
午後	予約外	大島 幸恵	大島 幸恵				
	予 約	村上 (予約外)	森				
夜間診療			大島 幸恵				

◆ 専門外来

循環器内科（札幌心臓血管クリニック：榎本医師）【予約制】 診察時間は午前10時から

4日(木) 11日(木) 18日(木) 25日(木)

神経内科（札幌西円山病院：中山医師）【予約制】 診察時間は午前9時から

17日(水)

眼科（吉田眼科病院：函館）【予約制】 受付 午前8時30分～午後2時

26日(金) 瀬棚診療所 診療時間は午前10時から（☎87-2470 瀬棚診療所）

※ 今回から眼科の診療場所が瀬棚診療所2階に変更となっています

婦人科 休診

※ 毎週火曜日・木曜日は夜間診療を行っています。夜間診療は予約制ではありません。

【受付時間】 午後5時30分～午後7時

※ 外来診療の☎予約受付時間は、午後3時から午後5時までです。

※ 発熱・風邪症状の方は、緊急時以外は平日の日中の時間帯に受診されますようお願いいたします。

※ 禁煙外来をご希望の患者様は森院長、若しくは大島昌輝医師の外来担当日に受診してください。

※ 新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、変更となる場合があります。予めご了承ください。

せたな町立国保病院 ☎ (0137) 84-5321

令和2年5月28日
せたな町長 高橋 貞光

せたな町会計年度任用職員募集公告

令和2年度にせたな町役場で勤務していただける会計年度任用職員を募集します。(地方公務員法の改正に伴い、令和2年4月から新たに会計年度任用職員制度が創設されました。)

【全区】

勤務場所	職種	採用予定人員	業務内容	給料	期末手当	社会保険	雇用保険	任用期間	勤務条件
水産種苗育成センター	公務補	1名	施設に係る作業全般	148,400円～	有り	有り	有り	令和2年7月1日～ 令和2年12月31日	週5日(月～金) 8:30～17:15

令和2年度会計年度任用職員 勤務条件

1. 資格要件

- ・年齢、学歴は問わないものとし、町内外で通勤可能な者とする。

2. 勤務条件

- ・休日 日曜日、国民の祝日、年末年始
- ・休暇 年次有給休暇、特別休暇(付与日数は勤務形態により異なります)
- ・労災保険 あり
- ・時間外勤務 職務内容によりあり
- ・通勤手当 月額支給(距離による)

3. 申込方法

- ・次の書類を応募期日までに、せたな町役場総務課または各総合支所庶務係に提出してください。

① 自筆の申込書 1通

(用紙は、せたな町役場総務課又は各総合支所庶務係で交付します。)

② 自筆の履歴書 1通(市販のものに、最近6ヶ月以内の写真貼付したもの)

4. 申込締切日 令和2年6月10日(水)まで

5. 試験の方法及び試験日

- ・個別面接試験等による選考を行います。
- ・試験日は、6月中旬とし応募者に別途通知します。

6. その他、詳しいことは、せたな町役場総務課(電話0137-84-5111)へお問い合わせください。

【再募集】

令和2年度

せたな町会計年度任用職員募集公告(教育委員会)

令和2年5月28日

せたな町教育委員会教育長 成田 円裕

せたな町会計年度任用職員を次のとおり再募集します。

勤務場所	職種	採用予定人員	業務内容	時給	期末手当	社会保険	雇用保険	任用期間	勤務条件
せたな町B&G 海洋センター プール	公務補 (監視員)	5名	施設管理人 (利用受付、利用者の安全監視、施設管理、清掃など)	911円～	無し	無し	無し	令和2年6月中旬～ 令和2年9月15日	週5日程度 1日5時間程度 【平日】14:00～18:30 【土日・祝日】※学校休業中(夏休み期間)含 9:00～20:30 ※シフト制

1. 資格要件

- ・心身ともに健康で通勤可能な方。
- ・年齢、学歴は問わないものとし、町内外で通勤可能な者とする。

2. 申込方法

- ・次の書類を応募期日までに、せたな町教育委員会事務局または瀬棚教育事務所・大成教育事務所に提出してください。

① 自筆の申込書 1通

(用紙は、せたな町教育委員会事務局・瀬棚教育事務所・大成教育事務所で交付します。)

② 自筆の履歴書 1通(市販のものに、最近6ヶ月以内の写真を貼付したもの)

3. 申込締切日 令和2年6月12日(金)まで

4. 試験の方法及び試験日

- ・個別面接試験等による選考を行います。
- ・試験日は、応募者に別途通知します。

5. その他 詳しいことは下記までお問い合わせください。

- ・せたな町教育委員会事務局瀬棚教育事務所(電話 0137-87-3322)

せたな町プレミアム付商品券 追加販売!



5月29日までに購入された方も再度15セットまで購入可能です。

売切れ次第終了

- 販売期間** 6月1日(月)～6月12日(金) 《土・日は販売しません》
- 販売場所**
- ・せたな商工会事務所
6月1日(月)～6月12日(金) 午前9時～午後5時
 - ・せたな町瀬棚総合支所及び大成生活館(本陣:旧商工会館)
6月1日(月) 午前9時～午後5時
- 販売金額** 1枚500円の商品券 13枚1セット(6,500円分)を5,000円で販売
1世帯最大15セット(75,000円)まで購入できます
※但し、1種類の購入限度は10セットまで
- 使用範囲** せたな商工会会員事業所 店頭に取り扱店のステッカーが貼ってあります
- 使用期限** 9月30日(水)まで
※商品券には7月31日と印刷されていますが、そのままご使用いただけます。

商品券使用上のご注意

- ・現金との交換はできません
- ・金券(米券、ビール券等)の購入はできません
- ・つり銭は出ません
- ・緑色の券は商工会員全店で使用できます
青色の券は飲食店と店内飲食や宴会等を行う小売店・宿泊施設でも使用できます
- ・借買い(つけ)の支払いには使用できません

お願い

- ・販売は、せたな町民に限ります
- ・中学生以下のお子様には販売いたしません
- ・都合で来所できない方は、代理の方に購入を依頼するか、せたな商工会へご相談ください
- ・不正防止のため購入者の氏名・連絡先・商品券番号を控えさせていただきます

発行 / せたな商工会 (☎ 84-5406)

き り と り

本申込書に必要事項をご記入の上、ご持参ください

せたな町プレミアム付商品券購入申込書(追加分)

購入者名	<small>(窓口に来られた方のお名前)</small>
世帯主名	
住所	せたな町〔北檜山・瀬棚・大成〕区
電話番号	—

購入希望セット数

全店共通 _____ セット

飲食店限定 _____ セット

1世帯最大15セットまで
但し1種類の購入限度は10セットまで

令和 2年 5月28日

町 民 各 位

せたな町立国保病院
院長 森 利 光

眼科診療場所の変更について

町民のみなさまには、日頃より当院の運営にご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当院に併設している眼科婦人科診察棟に発熱外来を設置したことにより、4月の眼科診療を休診といたしましたが、未だ終息が見通せない状況もあり、眼科診療場所を下記のとおり変更し、診療を再開することとなりましたので、お知らせいたします。

なお、診療日等についての変更はございません。大成区・北檜山区からの患者さまにはせたな町立国保病院瀬棚診療所行きの患者バス等を運行いたしますので、町民のみなさまのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

記

■眼科診療場所 せたな町立国保病院 → せたな町立国保病院瀬棚診療所へ変更

■眼科診療日 偶数月の第4金曜日
6月26日、8月28日、10月23日、12月25日、2月26日

■受付時間 午前8時30分 から 午後2時00分 まで

■診療時間 午前10時00分 から 午後2時00分 までに受付した方が
終了するまで（正午から午後1時までの休憩はありません。）

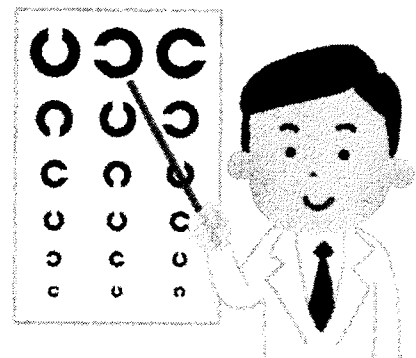
※なお、診療は予約制となります。せたな町立国保病院瀬棚診療所へ電話又は来院のうえ、お申し出ください。

また、3密（密閉・密集・密接）を避けるため、定員を40人といたします。定員になり次第、受付を終了いたします。

■医療機関 吉田眼科病院

○せたな町立国保病院瀬棚診療所

☎0137-87-2470

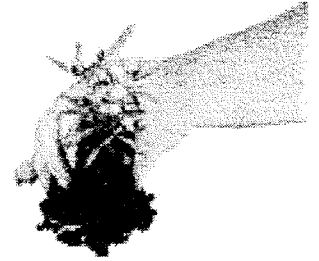


国道緑地帯

花植栽の実施について

○花植栽実施日

花植栽 6月14日(日)



花苗は午前7時より各町内会へ順次配付いたします。

○実施箇所

三本杉～本町7区までの緑地帯

【花植栽】

- ・各町内会で行いますが、それ以外の町内の方でお手伝いいただける方は担当まで連絡お願いいたします。
(各町内会で開始時間が異なるため、担当から連絡いたします。)

※土起こし作業は、6月1日から6月10日頃までに、(株)高橋建設 せたな本店さんが実施する予定ですので、併せてお知らせいたします。

(天候状況等により、土起こし作業日程は前後する場合があります)

せたな町・瀬棚区町内会連合会

(担当：瀬棚総合支所庶務係 増田)

図書だより

令和2年6月号



発行：生涯学習センター 図書室

担当：池田 TEL:87-3901

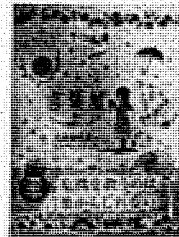
今月の新刊図書

ピカソにはなれない私たち(一色 さゆり/著)



選ばれし者だけが集まる、国内唯一の国立美術大学・東京美術大学油画科。スパルタで知られる森本ゼミに属する望音・詩乃・太郎・和美の4人は、画家としての「才能」や自身の将来に不安を感じながらも、切磋琢磨していた。そんなとき、ゼミに伝わる過去のアトリエ放火事件の噂を聞き、

言葉屋B(久米 絵美里/著)



言葉をめぐる物語には、現代を悩ませている様々な話題が取り上げられています。B巻で詠子は、子どもの貧困、ブラック校則、遠距離の人間関係という、格差・性差・年齢差、距離差などさまざまな「差」が生む問題と出会います。『言葉屋 書籍と言珠のひみつ』から生まれた「言葉屋」シリーズは、中学入試問題や模試などに多数出題されています。

*** 一般書 ***

イエロー・サブマリン
東京バンドワゴン (小路 幸也/著)

立花三将伝 (赤神 諒/著)

できない男 (額賀 滯/著)

カケラ (湊 かなえ/著)

恋愛未満 (篠田 節子/著)

おひとりさまのゆたかな
年収200万生活3 (おづ まりこ/著)

和布で楽しむ飾り物 (レディブティック
シリーズ/著)

世界一作りやすい
おうちスイーツ (kafemaru/著)

*** 児童書 ***

ポケモンのしま (ザキャビン
カンパニー/著)

ぼくは (つかさ
ひとりぼっちじゃない おさむ/著)

へんかしらそうかしら (内田 麟太郎/著)

さがして! みつけて! (しんたに
旅あそび ともこ/著)

いろどり屋
十年屋と魔法街の住人たち2 (廣嶋 玲子/著)

さらにざんねんな
いきもの事典 (今泉 忠明/著)

気象キャラクター図鑑 (筆保 弘徳/著)

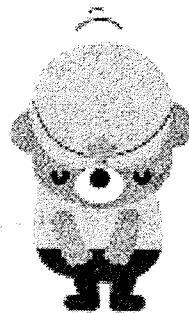
細菌キャラクター図鑑 (岡田 晴恵/著)

図書室からのお知らせ

※他にも新館図書を購入予定となります。

* 臨時休館について *

せたな町の図書施設は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、5月31日(日)までの間臨時休館とさせていただきます。電話予約の貸出をしていますのでどうぞご利用下さいませ…ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

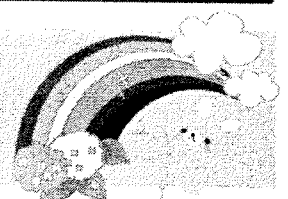


返却のみのお客様は
返却BOXへ
返却をお願いします!

【生涯学習センター 図書室(瀬棚区本町651 TEL:0137-87-3901)】

◆ 開館時間：10時00分～17時00分

◆ 休館日：6月1日(月) 8日(月) 15日(月) 22日(月) 29日(月)





「お菓子の箱だけで作る空箱工作」

◆◆◆ 新刊案内 ◆◆◆

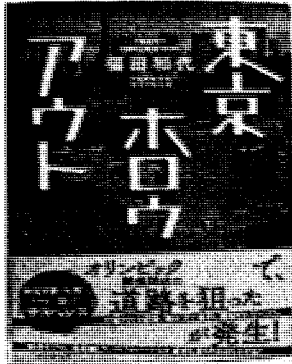
発売前・予約中の本もあります。
新刊本はまだ他にもありますので
館内に新着情報を掲示しています。
他館の本もお取り寄せ可能です！
気になる本がありましたら
声をかけて下さい。



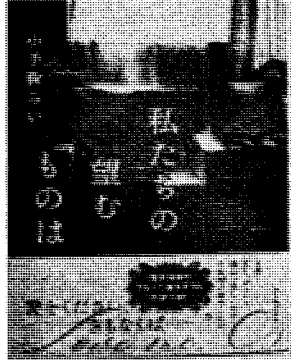
「かんたん手作り 和布で楽しむ飾り物」



「できない男」



「東京ホロウアウト」

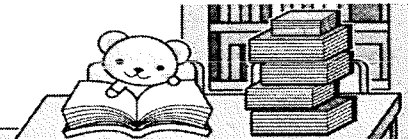


「私たちの望むものは」



「鬼滅の刃12~17」

他区図書施設情報



【せたな町情報センター】 北檜山区北檜山266番地 TEL:0137-84-5342

- ◆ 開館時間：10:00~19:00 (小学生は17時、中学生は18時まで)
- ◆ 休館日：6月1日(月) 8日(月) 15日(月) 22日(月) 29日(月)

*** 一般書 ***

風神雷神 上・下	(原田 マハ/著)
罪人の選択	(貴志 祐介/著)
凍結捜査	(堂場 瞬一/著)

*** 児童書 ***

はらぺこカマキリ	(カマキリ先牛/著)
十四歳日和	(水野 瑠見/著)
10歳の君に贈る、心を強くする26の言葉	(岩村 太郎/著)

【大成図書館】 大成区都386番地 TEL:01398-4-6161

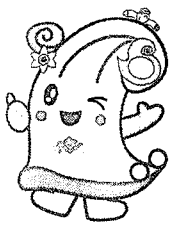
- ◆ 開館時間：10:00~17:00 (正午から午後1時までは閉館しております)
- ◆ 休館日：6月1日(月) 8日(月) 15日(月) 22日(月) 29日(月)

*** 一般書 ***

犯罪者 上・下	(太田 愛/著)
空の声	(堂場 瞬一/著)
いちばんおいしい野菜の食べ方	(飛田 和緒/著)

*** 児童書 ***

おばあちゃんもこどもです	(いもと ようこ/著)
パンドロぼう	(柴田 ケイコ/著)
ねえさんの青いビジャップ	(ハテム アリ/著)



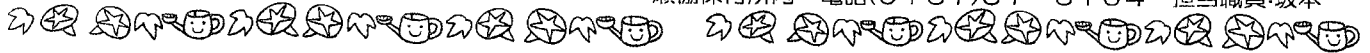
せたな町

瀬棚地域子育て支援センターだより

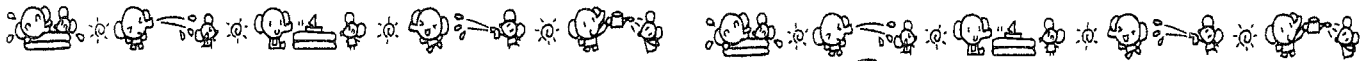


第104号 令和2年5月28日

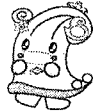
瀬棚保育所内 電話(0137)87-3164 担当職員:坂本



満開だったサクラの花が春の風にあおられて、舞い散る季節になりました。新年度が始まって2ヶ月が経ちましたが、『新型コロナウイルス感染症』拡大防止のため開設を見合わせ、子育て電話相談のみ対応させて頂きました。全国に緊急事態宣言が発令、北海道は特定警戒地域に指定され、依然として心配な日々をお過ごしのことと思います。今後も『新型コロナウイルス感染症』拡大防止に伴い、状況を見ながら子育て支援センターの活動をしていきますので、皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



★お知らせ★



○令和2年6月・7月の事業内容を計画していますが、「新型コロナウイルス感染症」拡大防止に伴い、状況により子育て支援センターの活動休止をさせて頂く場合があります。お手数ですが、遊びに来る時は、事前にお電話(TEL87-3164)での確認をお願いします。

○熱や咳などの症状がある場合は、支援センターのご利用をご遠慮下さいますようお願いいたします。



★子育て電話相談★

子育てに悩みはつきものです。どんなことでもお気軽にご相談下さい。

毎週月曜日 9:30~16:00
TEL (0137)87-3164



～事業内容のお知らせ～

★なかよしルーム★

支援センター内で自由遊びの後、制作や手遊び、絵本の読み聞かせ、季節感のある遊びや体験(いもまき、水遊び、雪遊び等)をします。子ども同士・親子同士の交流の場となるように職員も子ども達と一緒に楽しく過ごします。

毎週水曜日 9:30~11:30
13:00~16:00

★のびのびルーム★

支援センター内でのびのび遊びましょう。ブロックや積み木・滑り台・三輪車等で遊びます。お気軽に遊びに来て下さいね。

毎週金曜日 9:30~11:30
13:00~16:00



★わくわく広場★

保育所のお友達と交流する日です。支援センター内で滑り台、ままごと、三輪車等で仲良く遊びましょう。

毎月第2金曜日 9:00~11:30
(入所児との交流は、10:00~11:00 までです。)



令和2年度 6月の予定

6月	3(水)	5(金)	10(水)	12(金)
午前	なかよしルーム エプロンシアター (9:30~11:30)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (9:30~11:30)	なかよしルーム 簡単制作 (9:30~11:30)	わくわく広場 ※入所児との交流は、 10時~11時までです。 (9:30~11:30)
午後	なかよしルーム エプロンシアター (13:00~16:00)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (13:00~16:00)	なかよしルーム 簡単制作 (13:00~16:00)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (13:00~16:00)
6月	17(水)	19(金)	24(水)	26(金)
午前	なかよしルーム しゃぼん玉遊び (悪天候時は中止) (9:30~11:30)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (9:30~11:30)	なかよしルーム 紙芝居 (9:30~11:30)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (9:30~11:30)
午後	なかよしルーム しゃぼん玉遊び (悪天候時は中止) (13:00~16:00)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (13:00~16:00)	なかよしルーム 紙芝居 (13:00~16:00)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (13:00~16:00)

令和2年 7月の予定

7月	1(水)	3(金)	8(水)	10(金)
午前	なかよしルーム 七夕制作 (9:30~11:30)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (9:30~11:30)	なかよしルーム パネルシアター (9:30~11:30)	わくわく広場 ※入所児との交流は、 10時~11時までです。 (9:30~11:30)
午後	なかよしルーム 七夕制作 (13:00~16:00)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (13:00~16:00)	なかよしルーム パネルシアター (13:00~16:00)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (13:00~16:00)
7月	15(水)	17(金)	22(水)	29(水)
午前	なかよしルーム うちわ制作 (9:30~11:30)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (9:30~11:30)	なかよしルーム ペープサート (9:30~11:30)	なかよしルーム ★誕生会(6・7月生まれ) (9:30~11:30)
午後	なかよしルーム うちわ制作 (13:00~16:00)	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (13:00~16:00)	なかよしルーム ペープサート (13:00~16:00)	なかよしルーム ★誕生会(6・7月生まれ) (13:00~16:00)
7月	31(金)	※令和2年6月・7月の事業内容を計画していますが、「新型コロナウイルス感染症」拡大防止に伴い、状況により子育て支援センターの活動休止をさせて頂く場合があります。お手数ですが、遊びに来る時は、事前にお電話(Tel(0137)87-3164)での確認をお願いします。また、諸事情により活動の変更がありますのでご了承下さい。 ★誕生会は、お子様の身長・体重を計り手形を押したカードをプレゼントしますので、遊びに来て下さいね。		
午前	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (9:30~11:30)			
午後	のびのびルーム ~のびのび遊ぼう~ (13:00~16:00)			



瀬棚

せたな町立瀬棚小学校だより No. 2 **5**
令和2年5月26日

学校の教育目標

「やさしい子 すすんで学ぶ子 元気な子」

令和2年度の重点目標

「自ら学び、思いやり、たくましい子どもの育成」
～将来の自立した成人をめざし、今を育てる～

経営の視点（5月）

「段階的な学校教育活動の再開に向けた取組の推進」

止まない雨はない

瀬棚小学校長 佐野 龍哉

北海道の小中学校の一斉休校期間が思いの外長くなった。昨年の今頃は誰も想像していなかった事態だ。それでも多くの人々の我慢と努力で、少しだけ明るい兆しも見え始めてきた。5月18日からは4～6年生が週3回、1～3年生は週2回、給食有りの午前授業ができるようになった。このまま順調にいけば、6月1日からは通常授業に戻れそうだ。（もう少しです。心折れずに地域みんなで頑張りましょう。）

この2ヶ月、頑張ったのは大人だけではない。小学生は小学生なりに我慢と努力を重ねている。分散登校で徐々に授業を受けている教室にお邪魔し、子どもたちの様子を見させてもらっているが、私は驚かされてばかりである。「必要は発明の母」とは言うが、必要に迫られれば（求められれば）大人が思っている以上の力を小学生は発揮するのだと改めて認識させられた。

分散登校で久々の算数の授業風景（3年生）。担任の先生から家庭学習に出されていた課題は教科書の指定ページの予習であった。今までは3年生にはまだ難しいかな？と進めてこなかった予習なのに、なんと全員が取り組んでいた。おかげで授業がすいすい進めたと担任の先生も手応え有りです。同じような報告が複数件届いています。分散登校の貴重な授業時間が0からではなく、1歩進んだところからスタートできるそうです。

休校の間も健康な体づくりには運動が大切。4年生の学級指導の時間。家でどんな運動をしているかを尋ねられ、「ぼくは毎日1km走っています。」「それなら私も家の周りに500mのコースを決めて、昨日は2週走りました。」「ぼ

くは縄跳びを毎日やっています。」

全ての子どもたちができているわけではありませんが、頑張っている友達の話を知るのには良い刺激になります。この輪を広げるために、先生方も子どものいない学校で課題の工夫を重ねております。ご家庭でも子どもたちの前向きな行動には、是非、賞賛のお声かけをお願いいたします。

感染症との戦いはまだまだ続きそうです。みんながそれぞれにリスクを減らし、万一を想像して踏みとどまることが肝要です。地域みんなが力を合わせ、励まし合い、この緊急事態を乗り越えていきましょう。止まない雨はありません。

3行事予定

		個人面談（実施予定）
2	火	水プロ（川の自然観察）
3	水	4年生以上（6時間授業）研修日
5	木	交通安全教室（1・2年生）
6	土	交通安全鼓笛パレード → 中止
7	日	瀬棚小学校大運動会 → 延期
8	月	振替休業 → 通常授業
9	火	振替休業 → 通常授業
10	水	4年生以上（6時間授業）
11	木	交通安全教室予備日
16	火	眼科検診（予定）
17	水	集団下校② 職員会議 せたな町指導主事学校訪問
19	金	町内陸上大会→中止（通常授業）
24	月	クラブ② 研修日
26	金	修学旅行 → 延期（通常授業）
29	月	修学旅行振替休業 → 通常授業

※新型コロナウイルス感染拡大予防のため、年間行事予定から大きく変更しております。

健康管理・家庭学習へのご協力 ありがとうございます！

瀬棚小学校では、臨時休業中の家庭学習として、1・2年生は「その日にやること」、3年生以上は「1日のスケジュール」を用意して取組を進めています。(各学年の内容やスケジュールは、学級通信でお伝えしています。)家庭でも

3年生:学習予定 (0/11~5/15)

3年生は、14日(木)が臨時休業日です。下校12:00、給食なし
 読み聞かせ・教科書、ノート、算盤、下駄箱、おたよりファイル、はんこの紙、チャップリン、休みの学習プリント

	11日(月) 休み	12日(火) 休み	13日(水) 休み	14日(木) 12時退校	15日(金) 休み
1	国語 朝の読み聞かせ 算数 算盤(10の位)	国語 朝の読み聞かせ 算数 算盤(10の位)	国語 朝の読み聞かせ 算数 算盤(10の位)	学活	国語 朝の読み聞かせ 算数 算盤(10の位)
2	国語・算数 学習プリント作成	国語・算数 漢字の学習ノート	国語・算数 学習プリント作成	体育	国語・算数 漢字の学習ノート
3	社会・理科 資料集作成 おたよりファイル	社会・理科 資料集作成 おたよりファイル	社会・理科 資料集作成 おたよりファイル	国語	社会・理科 資料集作成 おたよりファイル
4				算数	
午後	運動 お手伝い 家庭学習				

①休みの学習内容は、あくまでも目安です。学校同様、リズムよく集中して取り組めるようにこちらで調整するように設定してみました。お手紙など郵送しながら、なるべく午前中に行い、終わられるように取り組んでください。

②毎日の学習は、必ず保護者の指導(学習の進み具合、プリントノートの確認など)をお願いします。

頑張っている姿が見られているのではないのでしょうか。長期間の臨時休業中、生活リズムを整えることを含めた健康管理と家庭学習の取組へのご理解とご協力

本当にありがとうございます。分散登校では、子どもたちの元気な姿を見ることができています。

このような状況ですので、再開後に少しでも授業がスムーズに進められるように、主要教科では音読なども含め、予習となる内容を含めています。

スイミー No.6 2020.6.6(水)

臨時休業が延長されることになってしまいました。家の中で過ごす時間が長くなり、子どもたちの心身の負担、ストレスが心配されますが、休業中は元気に過ごしていただきながら、低学年では、保護者のみなさんの学習面での協力をお願いいたします。

しゅくだいのよび

	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
やること①	国語 朝の読み聞かせ 算数 算盤(10の位)	国語 朝の読み聞かせ 算数 算盤(10の位)	国語 朝の読み聞かせ 算数 算盤(10の位)	学活	国語 朝の読み聞かせ 算数 算盤(10の位)
やること②	国語・算数 学習プリント作成	国語・算数 漢字の学習ノート	国語・算数 学習プリント作成	体育	国語・算数 漢字の学習ノート
やること③	社会・理科 資料集作成 おたよりファイル	社会・理科 資料集作成 おたよりファイル	社会・理科 資料集作成 おたよりファイル	国語	社会・理科 資料集作成 おたよりファイル
やること④				算数	
やること⑤	運動 お手伝い 家庭学習				

2年生のみなさん、さぞ正しい生活が送られるように、がんばってね！

- できるだけ、あさや晩までにはおきて、夜寝る時にはほとんどに入浴しましょう！
- よい日、少しづつ学習し、うんどう、お手伝い、をがんばろう！
- よい日、手洗いしつづけて、おつがいないかチェックするなど、けんごに気をかけよう！

予習をすることで「わかったところ」と「わからないところ」を明らかにすることができます。さらに、予習後に授業に臨むことで、より理解度が上がります。すべて理解することが予習ではありません。「ここがわからないなあ・・・」

と思うだけでも十分です。今後もお子さまの健康管理と家庭学習への声掛けなど、どうぞよろしくお願いいたします。

6年生 ありがとう！

「瀬棚小学校のために何かしたいです！」6年生の代表が、この思いを胸に校長室にやってきました。何かと活動が制限されるこんな状況の中だからこそ、6年生は「自分たちができる活動がないか」を考え、活動することを申し出てくれたのでしよう。

ほくたちは学校で役に立つことをしたいのでほくたちにできることを紙に書いて手伝い隊のBOXに入れてください。

6年一同より



<石拾いを頑張ってくれた6年生>

早速、「グラウンドの石拾い」をお願いされ、全員でバケツをもってグラウンドへ。大きな石やとがった石など、たくさんの石を拾い安全なグラウンドにしてくれました。

グラウンドには白線も入り、これから外で体育が行われる日々が多くなります。6年生の活躍で、安全にケガなく運動や遊びができそうです。ありがとう！6年生のみなさん！



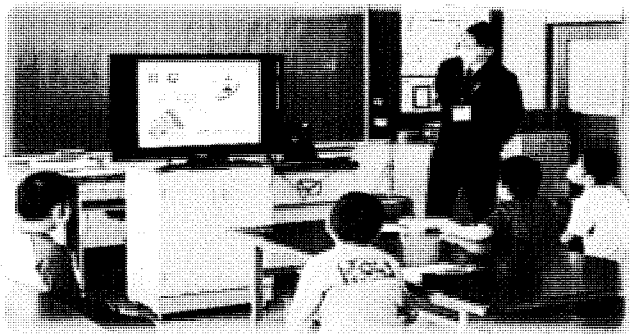
<職員室に設置された「お手伝い隊 BOX」>

水プロがスタートしました

3・4年生は、総合的な学習の時間の活動として「水に賢い子どもを育む年間型プログラム（水プロ）」に取り組んでいます。

この活動は、せたな町教育委員会等のご協力で海や川などの自然環境の題材を活用し、環境教育を目的としているものです。

5月8日（金）に町教委の中飯さんを講師と



してオリエンテーションを行いました。

- ・なぜ、この活動を行うのか。
- ・どのような活動があるのか。

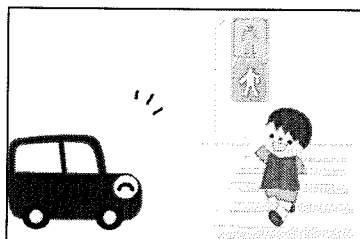
を説明していただき、子どもたち全員と自己紹介をし合い、活動をスタートさせました。

＜今後の主な活動予定＞

- 6月「川の自然観察」「海の資源観察」
- 7月「水に親しむ活動」「水辺の安全教室」
- 8～9月「森の自然観察」
- 10月「海の環境を守る植樹教育活動」
- 3月「学習発表会」

交通事故に気を付けて！

瀬棚小学校では、毎年4月に交通安全教室を実施しておりますが、今年度は実施予定日が臨時休業となるなど、実施できておりません。また、集団下校指導についても半分の地区が終了



したという状況です。

交通安全教室については、学校再開後の6月5日（金）に実施予定となっております。

りますが、ご家庭でも再度、安全な歩行の仕方、自転車の乗り方についてお話しください。

また、警察庁より、昨年度の「幼児・児童の交通事故発生状況」について連絡が入りましたので、お知らせします。

＜過去10年間の全国交通事故発生状況＞

○小学生の歩行中の死者・重傷者

13,113名（昨年度493名）

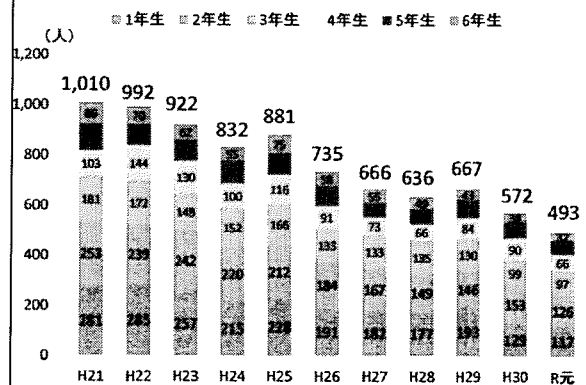
※減少傾向にはあるようですが、多くの尊い命が失われています。

○小学生の状態別死者・重傷者の割合

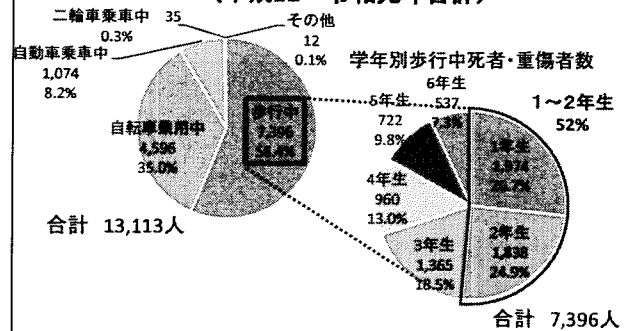
歩行中が54%（うち1・2年生が52%）

※低学年の歩行時に心配があります。

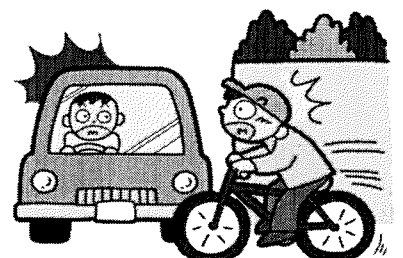
小学生の学年別歩行中死者・重傷者数の推移



小学生の状態別死者・重傷者数（平成22～令和元年合計）



暖かくなり、子どもたちの自転車の利用も増えていきます。また、交通量も増える時期となります。気を付けていきましょう。



コミュニティ・スクール

(学校運営協議会)

委員の皆様のご紹介

瀬棚小学校では、「地域が応援したくなる学校」をめざし、コミュニティ・スクール（CS）を導入しています。

コミュニティ・スクールとは、学校と保護者や地域の皆様がともに知恵を出し合い、学校運営に意見を反映させることで、一緒に協働しながら子どもたちの豊かな成長を支え「地域とともにある学校づくり」を進めるための法律に基づいた仕組みです。

今年度、6名の方に協議会委員をお願いいたしました。委員の皆様をご紹介します。

- 丸山 明さん
- 増田 和彦さん
- 沼口 恵子さん
- 大野 正樹さん
- 弥左 直人さん
- 尾野 真也さん

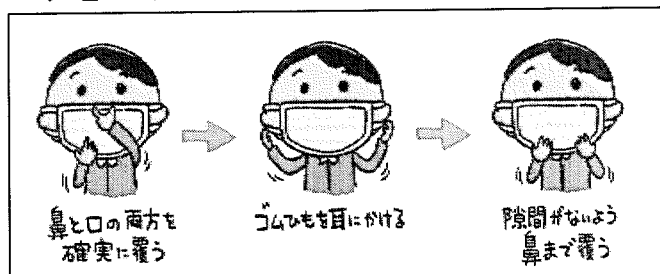
第1回目の協議会は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、紙面での会議とさせていただきますが、1年間瀬棚小学校の子どもたちのため、地域のためにどうぞよろしく願います。

マスクを配布しています

報道等でご存じだと思いますが、文部科学省や道内や町内の企業様より布製のマスクや使い捨てのマスクが瀬棚小学校にも届いております。

布製マスクについては、各家庭へ配布しています。ご活用ください。

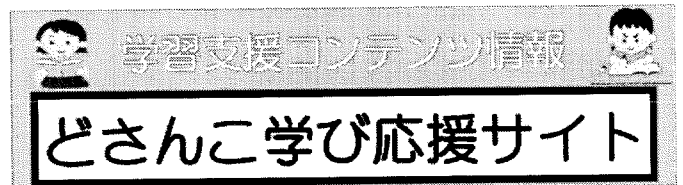
今後も新型コロナウイルス感染拡大予防のために、うがい・手洗い・消毒だけでなく、マスクをつけましょう。



家庭での学習の参考に

学校から家庭に様々な学びを支えるためのお知らせをしています。

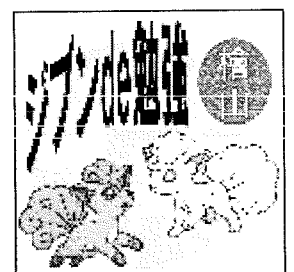
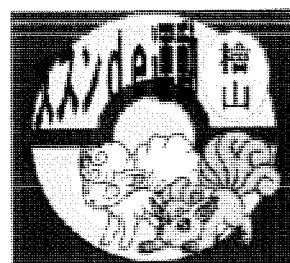
北海道教育委員会では、臨時休業中の家庭学習の環境づくりのため、「どさんこ学び応援サイト」を用意してあります。



- 家庭学習のすすめ（教科書で学ぼう）
時間割を見ながら、自分が使っている教科書の予習ができます。
- 家庭学習のすすめ（国語、算数・数学）
これまでの振り返り学習（復習）ができます。
- 家庭学習おたすけ動画
各学年の算数・数学に限り、つまずきやすい問題を動画で解説しています。
- ほっかいどうチャレンジテスト
学年別や単元別の国語、算数・数学の問題を見ることができます。

また、檜山教育局でも家庭学習や運動習慣の環境づくりを用意してあります。

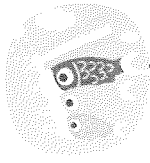
- 家庭学習に
「ジブンde勉強」



- 運動習慣に
「ススンde運動」

学校の課題以外にも取り組んでみたい場合などに活用してください。





公開医療講座『かわら版』創刊！！

新緑の候、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか？ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、外出の自粛など日常生活においてもご不便な点も多く苦慮されていることと思います。現在、当院では感染対策の一環として、面会制限、来院時の検温、公開医療講座の休止など皆様にご理解ご協力頂いております。その中で、当院として地域の皆様の健康維持または介護予防の普及など少しでもお力になりたいと思い、『公開医療講座『かわら版』』を月1回発行させていただく運びとなりました。健康づくりにお役立て頂けるような情報を発信してまいりますのでご活用頂けたら幸いです。

看任のご挨拶



看護部長
柏 千影(かしわ ちかげ)

青葉の候 皆様方にはますますご清栄のこととお慶び申し上げます。この度、道南ロイヤル病院に転勤することとなり、過日着任してまいりました。看護の道を選び東京へ行き看護学校に進み看護師として既に30数年が経ちました。私自身は北海道【福島町は、故人となる千代の富士の故郷です】の出身という事もあるのでしょうか...ご縁がありせたな町での勤務となりました。今後は微力ながら今までの経験を活かし、地域医療に貢献すべく努力する所存でございますので、どうぞよろしくお願い致します。

感染症対策へのご協力をお願いします

この度、世界各国への感染が拡大している新型コロナウイルスでお亡くなりになられた方々にお悔やみ申し上げますと共に、各医療機関等で従事されている方々には感謝申し上げます。また、住民の皆様方におかれましても、外出等の自粛が長期化し、心身ともにストレスが大きくなってきているかと思えます。しかし、1日も早い収束を願うと共に「**すもたならにできること!**」をもう一度考えてみませんか？まずは、感染しないよう予防策をとり、これ以上感染を拡大させない事が大切です。**100-1=0 (ゼロ)**です!「わたし一人くらい」はその他の人の努力を「0(ゼロ)」にすることになってしまいます。一人一人ができる予防策をとり1日も早く収束することを願いましょう...

規則正しい生活

- 不要・不急の外出
公共交通機関の利用、(旅行/集会等)
人混みは避ける
- 咳エチケット
マスクの着用 (口/鼻を覆う)
- 人混みを避けた場所での
適度な運動
- 外出後、食事の前など
こまめな手指消毒/手洗い
- 裏面の手作りマスクの作り方もご参照ください
- コロナウイルス?と思われる
咳/発熱/強いだるさ/関節痛
症状が出た時は電話で相談

【糖尿病、甲状腺疾患の専門外来】

当院では、毎月2回(第2、第4土曜日)日本糖尿病学会及び日本甲状腺学会の専門医である **桑原 一宏医師** による専門外来を行っています。

糖尿病、甲状腺疾患、など幅広く診療いたします。

診療日: 第2、第4土曜日

午前8時30~11時30分

*事前予約制ではありません。

今月のひとさら~今が旬! アスパラ!~

今月の担当: 管理栄養士 上田

春が旬のアスパラ。アスパラの栄養素は、血流改善や肝機能促進、疲労回復に効果的です。

加熱はビタミン減少を招くので、さっと調理しましょう。

【アスパラのチーズ焼き】

- ①アスパラの根元をピーラーで軽くむく。
- ②アルミホイルにアスパラを並べ、ピザ用チーズをのせて、トースターで焦げ目がつくまで焼くだけ!(3分程度)

★私はオリーブオイルと黒こしょうをかけました★

【 縫わない！ハンカチマスクの作り方 】

<用意するもの> ・耳掛け用ゴム ・ハンカチ又はバンダナ

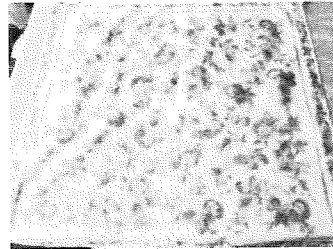
◆用意するものは耳掛け用のゴムとハンカチのみです。耳掛け用のゴムは使い捨てマスクの耳掛け部分を切り取り消毒して使用する事も出来ます。その他、細めのヘアゴムや細めのリボンやひもでも良いです。長時間使用しても痛くならない物をおすすめします。

◆ハンカチのサイズは装着する方に適したサイズが望ましいです。

こども用/32cm×32cm・女性用/45cm×45cm・男性用/52cm×52cmのハンカチやバンダナが目安のサイズです。

<作り方>

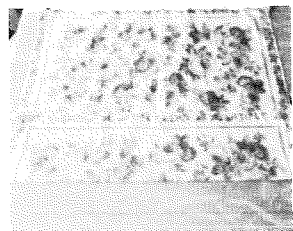
①材料を用意します。



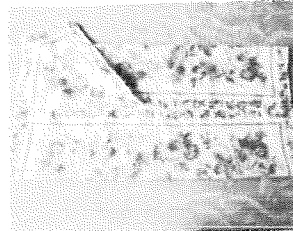
☆作り方などご不明な点がございましたら、地域医療連携教室 工藤までお問い合わせください。

*女性用を作るため、ここではハンカチサイズは45cm×45cmを使用します。

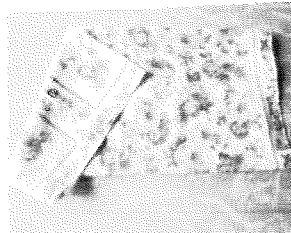
②ハンカチ(またはバンダナ)を折っていきます。



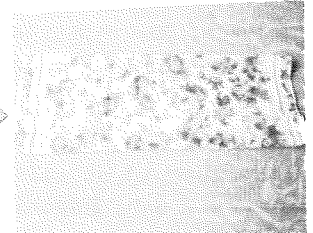
ハンカチの1辺の半分まで折ります。



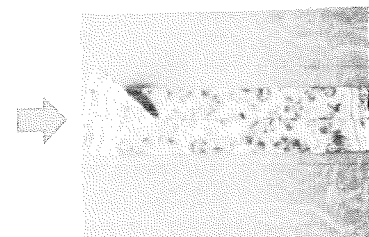
両方から折り込みます。



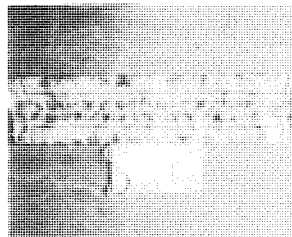
両方から折ったら裏返します。



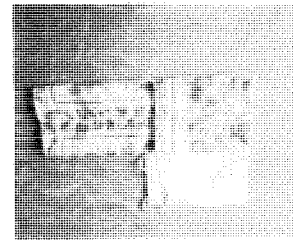
裏返したら半分ずつ折ります。



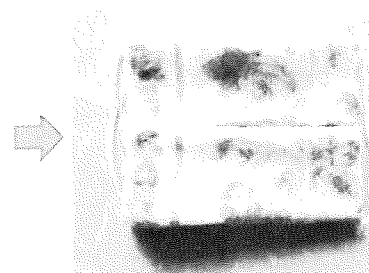
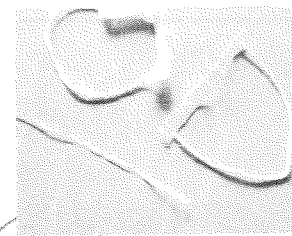
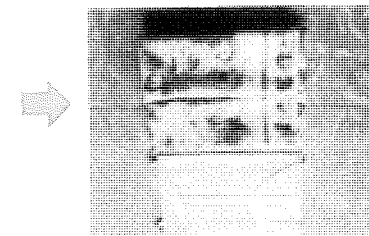
プリーツ付きで折ると顔の形にフィットしやすくなります。



4つに折った後使い捨てマスクと比べるとこんな感じです。



両方から折り込んで仕上げます。



完成です!!



皆様からのご意見お待ちしております。「かわら版」で取り扱って欲しい情報などございましたらお電話やFAX等で受付けております。医師、看護師、リハビリ、栄養科など様々な職種で皆様の健康づくりに役立つ情報を提供してまいります。

電話: 84-5011 FAX: 84-6911
担当者: 地域医療連携教室 工藤・結平

「特定健診・各種がん検診

せたな健こつポイント
対象事業です!



のご案内」

瀬棚保健センター

●とき・ところ

令和2年 7月18日(土)
7月19日(日)

●受付時間 午前5:30～10:30 (当日は時間を分けて受付します)

●種類・対象・料金 ※年齢については、検診当日の年齢とします。

	せたな町国民健康保険 加入者 40歳以上	社会保険加入者 40歳以上	後期高齢者	生活保護受給者
特定健診 (身体測定・血液検査・ 尿検査・心電図検査・ 眼底検査・医師診察)	500円	お問合せ下さい	無料	無料
肝炎ウイルス検査 (血液検査)	200円	500円	×対象外	無料
胃がん検診 (バリウム検査)	500円			
血中ピロリ菌検査 (血液検査)	1,000円 (過去に健診・病院でピロリ菌検査を受けたことのない方対象)			
肺がん検診 (レントゲン検査)	300円 (7ヶ月)の喀痰細胞診は別料金です。社保1,000円・社保以外300円)			
大腸がん検診 (便潜血検査)	200円			
前立腺がん検診 (血液検査)	2,100円			
EKG検査 (血液検査)	無料(5年に1回)			
健康づくり健診 (身体測定・血圧測定・ 血液検査・尿検査)	対象：年度内18歳～39歳の健診を受ける機会のない方 一律 500円			
肺へリカルCT検診 ☆18日のみ	6,000円 (裏面参照)	肺へリカルCT検診・内臓脂肪CT検査 両方を受けると、 <u>1,050円割引</u> になります。		
内臓脂肪CT検査 ☆18日のみ	3,150円 (裏面参照)			

※1月の健診時には、肺へリカルCT検診・内臓脂肪CT検査は実施致しません。
CT検査ご希望の方は、今回の健診をご利用下さい。
肝炎ウイルス検査は過去に町の健診で受けたことのない方が対象となります
のでご注意ください。

【風しん抗体検査等クーポン券対象者の方へお知らせです】

今回の健診時に風しん抗体検査等クーポン対象者の方は抗体検査を無料で受けることができます。
抗体検査単独も可能です。

抗体検査の際には必ず【クーポン券】をご持参下さい。

有効期限がR2年3月31日のクーポン券はR2年度も期限を延長してご利用いただけます。

◎瀬棚区健康づくり推進員◎

担当地区	氏名	担当地区	氏名
三本杉	高田 静子	本町8区	浜高 恵子
本町1・2区	碓谷 美恵	本町9区	近藤 恵子
本町3区	高田 恵美子	本町10区	山口 喜代子
本町4区	駒谷 ひとみ	元浦1～4区	古畑 郁子
	大和 奏子	島歌1区～3区	目名形 喜代子
本町5区	熊野 真理子	北島歌1～2区	山森 和子
本町6区	喜多 明美	西大里	岡崎 昭子
	石立 紅葉映	東大里	岡崎 野香
本町7区	篠塚 早苗	共和・南川	生出 真美

【新型コロナウイルス感染予防についてご協力お願いします】

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、受診人数を1時間につき20名までとさせていただきます。
ただくことになりましたのでご理解願います。

※当日、自覚症状(発熱がある、咳・痰、のどの痛み、息苦しさ等の呼吸器症状、体の
だるさ、関節痛、嗅覚や味覚の低下等)がある方は原則、受診できませんので、ご了承
承願います。

※原則、マスクの着用をお願いいたします。また、会場へ来られた際には手洗いや会場設
置の消毒液での手指消毒にご協力願います。

●お申込み・お問い合わせ

7月8日(水)までに保健師または健康づくり推進員へお申込みください。

(受付時間希望のある方はお早め(6月中旬まで)にお申し込み下さい)

瀬棚総合支所 保健師 Tel: 87-3311
せたな町健康センター 保健師 Tel: 84-5984

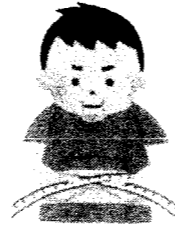
裏面もご覧下さい→

***7月18日(土)限定* 内臓脂肪CT検査・肺ヘリカルCT検診**

食べすぎ・飲みすぎ・運動不足…内臓脂肪が気になる方へオススメ!

【内臓脂肪CT検査】

「へそ」の高さの断面を撮影し、正確に内臓脂肪と皮下脂肪を測定します。
生活習慣病と深く関わりのある「内臓脂肪量」を検査します。
(腹部の病気を発見する検査ではありません)



【対象】 18歳以上の町民

【料金】 一律3,150円

【注意】

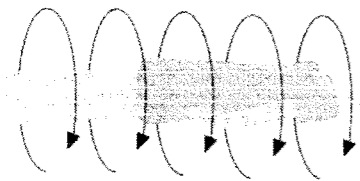
妊娠中の方や1週間以内に胃や大腸のバリウム検査をされた方は受けられません。
また、腰部・腹部に治療のための金属・プラスチックなどを入れている方は検査できないことがあるため、ご相談ください。

タバコを吸う方・肺の病気が気になる方へオススメ!

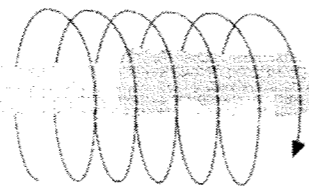
【肺ヘリカルCT検診】

ヘリカルCT検診ではレントゲンでの肺がん検診では発見できない 10 mm以下の小さな肺がんの早期発見ができ、従来のCT検査よりも少ない放射線量と時間で検査可能です。
また、ヘリカルCTではリンゴの皮むきのように撮影されるため切れ目のない画像になり、がんが発見されやすくなります。町では「がんで亡くなる人」の中では肺がんが多くなっています。ぜひご検討ください。

【従来のCT】



【ヘリカルCT】



【注意】

ペースメーカー・除細動器(ICD)を装着されている方は受けられません。
また、妊娠の可能性のある方や胸部に骨折等で金属やプラスチック等の器具を埋め込んでいる方、5日以内にバリウム検査を受けた方は避けた方が良くとされています。

ヘリカルCTでは【手術以外ではガンかどうか判断できない小さなかげ】が見つかることがあります。その場合は病院で経過をみていく必要があります。また、【異常なし】となっても本当に微小なかげは一度では見落としやすいため、1年後に2回目のヘリカルCT検診をオススメします。気管支付近に出来るがんは発見が難しいため、喀痰細胞診検査(有料)を併用すると、良いとされています。

自分では気づけないカラダの異常をチェックしよう!

特定健診・健康づくり健診

特定健診(せたな町国保加入者・後期高齢者・生活保護受給者)では次のようなことがわかります。
※健康づくり健診は心電図・眼底検査・医師診察以外の検査が受けられます。

診察等	身体計測(身長・体重・腹囲・BMI)	
	問診(生活状況など)	
血液検査	脂質	中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール
	血糖	空腹時血糖・HbA1c
	肝機能	GOT・GPT・γ-GTP
	腎機能	クレアチニン・e-GFR
	貧血	赤血球・ヘモグロビン・ヘマトクリット
	尿酸	尿酸
尿検査	尿糖・尿タンパク・一日推定塩分量	
心電図検査	対表面12誘導	
眼底検査	集団検診のみでの実施です	



どのがんも初期には症状がほとんどありません。年に1回のがん検診が大切です

胃・肺・大腸・前立腺がん検診

◎胃がん検診：胃部X線検査(バリウム検査)

がんの中で2番目にかかることが多いのが胃がんです。
男性の方が多い傾向にあります。毎年約13万5000人の方が新たに胃がんにかかっています(2016年厚生労働省がん登録概要より)
検診は胃がんの他にも胃潰瘍や胃ポリープ等の発見にもつながります。

◎肺がん検診：肺X線検査(レントゲン検査)

肺がんは日本で一番亡くなる方が多いがんです。たばこを吸っている・半年以内に血の混じった痰が出る等の症状がある方には肺門部(肺の入り口付近)のがんがみつきやすい喀痰細胞診検査をあわせてオススメしています。

◎大腸がん検診：便潜血検査(2日分の便を専用容器にとる)

近年、増えているがんで、年間15万8000人以上が新たに大腸がんになっており、年間がん罹患数1位となっています(2016年厚生労働省がん登録概要より)
町の検診ではがんの他にも大腸ポリープ等がみつかった方が多くなっています。

◎前立腺がん検診：PSA検査(血液検査)

前立腺がんは50歳から増えはじめます。
早期では自覚症状がない人が多く、がん検診で発見される人が増えています。
PSA検査は前立腺肥大症や前立腺炎等でも検査値が高値になる場合があります。