

2026
SEPTEMBER 9

北檜山区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
		1 友引	2 先負	3 仏滅 ●ヘルシー料理教室 (予約制) 18:00～20:00 (瀬棚町民センター)	4 大安 ●移動献血 9:00～10:00 (瀬棚支所前) 10:30～11:30 (温泉ホテル北檜山前) 13:00～16:00 (せたな町役場前)	5 赤口 ●ふれあい市場直売会 14:00～(ふれあい市場) ●小児等予防接種(BCG・MR・水痘・日本脳炎) 受付/15:20～15:40 (瀬棚診療所)
6 先勝 ●【日曜当番医】 せたな町立国保病院 ☎84-5321 10:00～12:00、13:00～15:00	7 友引 ●ますます元気教室 (転倒予防教室) 10:00～12:00 (健康センター)	8 先負 ●耳鼻科巡回診療 (予約制) 受付/13:00～ (健康センター)	9 仏滅 ●法律・登記相談・行政 相談【無料・予約制】 函館司法書士会 ☎84-5111(総務課) 10:00～12:00 (大成町民センター)	10 大安 ●皮膚科巡回診療 (予約制) 受付/13:00～ (健康センター)	11 友引 ●法律相談 【無料・予約制】 函館弁護士会 ☎0138-41-0232 13:00～16:00 (ふれあいプラザ)	12 先負 ●ふれあい市場直売会 14:00～(ふれあい市場)
13 仏滅 ●【日曜当番医】 道南ロイヤル病院 ☎84-5011 10:00～12:00、13:00～15:00	14 大安	15 赤口 ●婦人科診療 受付/14:00～15:00 (せたな町立国保病院)	16 先勝 ●北檜山健康相談 9:30～12:00 (グリーンパレス) ●丹羽健康相談 10:00～12:00 (水仙パレス)	17 友引 ●乳幼児健康診査 受付/12:50～13:00 (健康センター)	18 先負 ●小児等予防接種(五混 口タ・HPV・小児肺炎 球菌・B型肝炎) 受付/15:20～15:40 (瀬棚診療所)	19 仏滅 ●ふれあい市場直売会 14:00～(ふれあい市場)
20 大安 ●【日曜当番医】 せたな町立国保病院 ☎84-5321 10:00～12:00、13:00～15:00	21 友引 敬老の日 ●【休日当番医】 今金町国保病院 ☎82-0221 10:00～12:00、13:00～15:00	22 先勝 国民の休日 ●【休日当番医】 せたな町立国保病院 ☎84-5321 10:00～12:00、13:00～15:00	23 友引 秋分の日 ●【休日当番医】 今金町国保病院 ☎82-0221 10:00～12:00、13:00～15:00	24 先負	25 仏滅	26 大安 ●ふれあい市場直売会 14:00～(ふれあい市場)
27 赤口 ●【日曜当番医】 今金町国保病院 ☎82-0221 10:00～12:00、13:00～15:00	28 先勝	29 友引	30 先負 ●認知症映画会 14:00～15:40 (ふれあいプラザ) ●乳幼児健康相談 受付/13:00～15:30 (健康センター)	令和8年 秋の全国交通安全運動 9月21日(月)～9月30日(水)		

せたな町立国保病院（9月）一般外来担当医

※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。

外来受付時間 ■午前8時30分～午前11時 ■午後1時～午後3時30分

夜間診療受付時間 ■第2、第4木曜日 ■午後4時30分～午後6時30分

			1 火	2 水	3 木	4 金
午前	予約外		大島	庄田	庄田	中島
	予約外		森（予約）	笠井（予約）	大島	大島
午後	予約外		中島	笠井	中島	庄田
	予約外		森（予約）			
夜間診療						

		6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金
午前	予約外	日曜当番医	中島	中島	庄田	庄田	中島
	予約外	せたな国保病院	庄田	森（予約）	小林	渡部	大島
午後	予約外	10:00～12:00		中島			
	予約外	13:00～15:00	庄田	森（予約）	小林	渡部	庄田
夜間診療		☎84-5321				庄田	

		13 日	14 月	15 火	16 水	17 木	18 金
午前	予約外	日曜当番医	中島	大島	庄田	庄田	中島／大島
	予約外	道南ロイヤル病院	庄田	森（予約）	棒田（予約）	大島	古山（予約）
午後	予約外	10:00～12:00		中島			
	予約外	13:00～15:00	庄田	森（予約）	棒田	庄田	中島
夜間診療		☎84-5011					

		20 日	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金
午前	予約外	日曜当番医	休日当番医	休日当番医	休日当番医	庄田	中島
	予約外	せたな国保病院	今金国保病院	せたな国保病院	今金国保病院	渡部	大島
午後	予約外	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00		
	予約外	13:00～15:00	13:00～15:00	13:00～15:00	13:00～15:00	渡部	庄田
夜間診療		☎84-5321	☎82-0221	☎84-5321	☎82-0221	大島	

		27 日	28 月	29 火	30 水		
午前	予約外	日曜当番医	中島	大島	庄田	※膝の注射ができる先生は 中島院長 大島先生 森 先生 です。	
	予約外	今金国保病院	井内	森（予約）	黒田（予約）		
午後	予約外	10:00～12:00		中島			
	予約外	13:00～15:00	井内	森（予約）	黒田		
夜間診療		☎82-0221					

◆ 専門外来

循環器内科【予約制】（札幌心臓血管クリニック：榎本医師） 診察時間は午前9時から

17日（木）

神経内科【予約制】（札幌西円山病院：中山医師）

9日（水）

眼科【予約制】（吉田眼科病院：函館）

今月の診療はありません

※ 次回は10月23日（金） 瀬棚診療所2階

婦人科【予約制】（八雲総合病院：千葉医師） 診察時間は午後2時から

15日（火）

※受付時間は午後2時から午後3時

森医師（整形外科）の診察日【予約制】 ※毎週火曜日

1日（火）

8日（火）

15日（火）

29日（火）

※ 電話による外来予約受付は、平日の午後3時から午後5時までをお願いします。

※当院では発熱外来は廃止し、発熱、風邪症状、嘔吐下痢のある患者様も、通常の外来と同じ診療時間・受付での診察となります。待機場所は一般待合室とは区切られたスペースをご案内いたします。旧発熱外来棟は使用しませんので、お間違いのないようご注意ください。

せたな町立国保病院 ☎（0137）84-5321

瀬棚診療所（9月） 診療担当医

※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

※ 日曜当番医及び休日当番医の診療時間 午前10時～午後3時

			1 火	2 水	3 木	4 金
午前				大島（予約）		
午後				水嶋		
	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金
午前	日曜当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	休診		大島（予約）		
午後				庄田		
	13 日	14 月	15 火	16 水	17 木	18 金
午前	日曜当番医 道南ロイヤル病院 ☎84-5011	大島（予約）		大島（予約）		
午後				森		
	20 日	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金
午前	日曜当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	日曜当番医 今金国保病院 ☎82-0221	日曜当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	日曜当番医 今金国保病院 ☎82-0221		
午後						
	27 日	28 月	29 火	30 水		
午前	日曜当番医 今金国保病院 ☎82-0221	大島（予約）		大島（予約）		
午後				水嶋		

【担当医師紹介】

- ・大島 幸恵 医師（瀬棚診療所長）
- ・庄田 英明 医師（常勤医師）
- ・森 利光 医師（出張医師）
- ・水嶋 琢二 医師（出張医師）

【患者バス】 毎週月曜日・水曜日

■瀬棚診療所発 9:40（国保病院行き） ■国保病院発 12:35（瀬棚診療所行き）

【皮膚科巡回診療】 予約制（八雲総合病院）※前日15時までに健康センターへご予約ください
10日（木）健康センター 受付 13:00～14:30（☎84-5115 健康推進係）

【耳鼻科巡回診療】 予約制（八雲総合病院）※前日15時までに健康センターへご予約ください
8日（火）健康センター 受付 13:00～14:30（☎84-5115 健康推進係）

【眼科診療】 予約制（吉田眼科病院：函館） 受付 午前8時30分～午後2時
今月の診療はありません ※ 次回は、10月23日（金） 瀬棚診療所2階

【婦人科診療】 予約制（八雲総合病院：千葉医師） 受付時間 午後2時～午後3時
15日（火） 診察時間 午後2時～

※ 婦人科診療は、国保病院1階の「婦人科診察室」で行っています

【森医師の診察日】 予約制（整形外科）（診察場所は国保病院になります）
1日（火）、8日（火）、15日（火）、29日（火）

※かぜ症状のある患者様は、待合スペースを分けておりますので、受付にお声掛け下さい。

瀬棚診療所 ☎（0137）87-2470

令和8年度せたな町文化講演会事業

元木 大介

講演会

クセ者と呼ばれた男

一步を踏み出す勇氣
～挑戦の先に見えたもの～

数々の困難やプレッシャーを乗り越え、
結果を出し続けてきた元木大介氏が、
野球人生で培った経験や、
夢に向かって一步を踏み出す勇氣を語ります。



令和8年

10月3日 土

13:00 開場

13:30～14:30 講演会

会場 せたな町民ふれあいプラザ

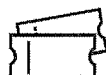


定員

300名

※定員になり次第締め切ります。

入場には



整理券が必要です

整理券取扱場所

- せたな町教育委員会事務局
- 大成教育事務所
- 情報センター
- 大成図書館
- 生涯学習センター

PROFILE

元木 大介 (もとき だいすけ)

1971年生まれ、大阪府豊中市出身。上宮高校卒業。

1990年、ドラフト1位で読売ジャイアンツに入団。内野・外野の複数ポジションをこなし、勝負強い打撃と状況判断で活躍。当時の長嶋茂雄監督から「クセ者」と呼ばれる。

2005年に現役を引退。

現在は野球解説者・タレントとして活動するほか、これまでの経験を活かし、野球の魅力や夢に向かう大切さを伝える活動を続けている。

元プロ野球選手・元読売ジャイアンツヘッドコーチ

主な経歴・実績

- 2018年 「カル・リプケン U12 世界少年野球大会」
日本代表監督として優勝・大会3連覇
- 2019年 ジャイアンツ 一軍内野守備兼打撃コーチ就任
セントラル・リーグ優勝
- 2020年 読売ジャイアンツ 一軍ヘッドコーチ就任
セントラル・リーグ優勝
- 2021～22年 読売ジャイアンツ 一軍コーチとしてチームを指導
- 2023年 読売ジャイアンツ 一軍作戦兼内野守備コーチ
同シーズンをもってコーチを退任
- 現在 野球解説・メディア出演など幅広い分野で活動

主催 せたな町 せたな町教育委員会

後援 せたな町文化協会 せたな町 PTA 連合会

お問い合わせ先 せたな町教育委員会事務局

TEL. 0137-84-6260 (直通)

回 覧

せたな町会計年度任用職員再募集公告(教育委員会)

令和8年8月27日

せたな町教育委員会教育長 小 板 橋 司

令和8年10月採用会計年度任用職員を再募集します。

勤 務 場 所	職 種	採用 予定 人員	業 務 内 容	日 給	賞 与	社 会 保 険	雇 用 保 険	任用 期 間	勤務 条 件
学 校 給 食 センター	調理員	2名	給食調理(1日勤務) (学校休業中は片付 け・準備期間を除き 勤務なし)	9,433 円 ～	有 り	有 り	有 り	令和8年10月1日 ～ 令和9年3月31日	午前8時00分 ～ 午後4時45分

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. 申込書類

- ・採用申込書兼履歴書(両面) 1部(最近6か月以内の写真を添付)
- ・身体障害者手帳及び精神障害者手帳等の交付を受けている方は手帳のコピーを添付

※せたな町ホームページから採用申込書兼履歴書のダウンロードが可能です。

3. 申込資料取り寄せ先及び申込先

- ・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

4. 申込締切日 令和8年9月15日(火)まで

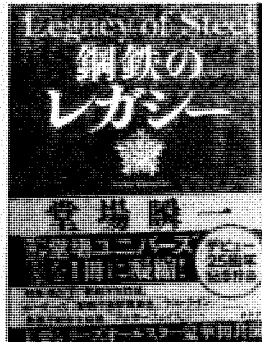
5. 試験の方法及び試験日

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

6. そのほか、詳しいことは、せたな町学校給食センター (電話 0137-84-4622)へお問い合わせください。



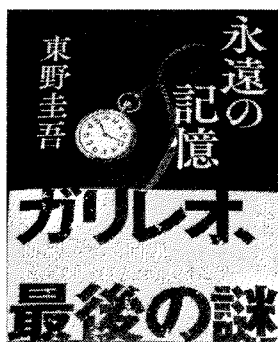
新刊本【一般書】

 殺し屋の出世術 野宮 有/著	 ハヤブサ消防団 森へつづく道 池井戸 潤/著	 ジウ The Next 菅田 哲也/著	 鋼鉄のレガシー 堂場 瞬一/著
永遠の記憶 東野 圭吾/著	ハヤブサ消防団 森へつづく道 池井戸 潤/著		
鋼鉄のレガシー 堂場 瞬一/著	硝子のマンション 染井 為人/著		
ジウ The Next 菅田 哲也/著	悪い血 鈴木 涼美/著		
アルゴリズムの査証 海堂 尊/著	幽民奇聞 恒川 光太郎/著		
殺し屋の出世術 野宮 有/著	宇宙兄弟<46> 小山 宙哉/著		
誰何 伏尾 美紀/著	ゴールデンカムイ<27><28> 野田 サトル/著		

※児童書の新刊は裏面をご覧ください。

◎ほかにも新刊本を入荷予定です

情報センターよりお知らせ



～おすすめ本の紹介～

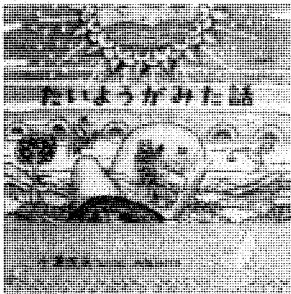
先月68歳で亡くなった日本を代表するミステリー作家東野圭吾さんの人気シリーズ「ガリレオ」の最新長編「永遠の記憶」です。
最新作は「ガリレオ最後の謎」と銘打ち、極秘を貫く不可解な犯人の謎に迫ります。単行本で11作目となる「ガリレオ」シリーズ5年ぶりの新刊です！！

☐おはなしひろば☐ 開催予定日 9月26日(土)

ボランティアさんによる本の読み聞かせなどを行います♪



新刊本【児童書】

			
たいようがみた話 正岡 慧子/著	大あらしだ！ ハリケーンがやってくる ジェイソン・チン/著	みんなのギモンを解決！ 学校のふしぎ図鑑 小学校教師ハチ/著	つかめ！理科ダマン12 最強ロボット決戦！編 シン・テフン/著
おうちプールだ！あかちゃんレスキュー 中垣 ゆたか/著		つかめ！理科ダマン12 - 最強ロボット決戦！編 - シン・テフン/著	
ぼくのいばしょ ぼくのかぞく ダヴィテ・カリ/著		大あらしだ！ - ハリケーンがやってくる - ジェイソン・チン/著	
ライオンのおばけキャンプ さかとくみ雪/著		たいようがみた話 正岡 慧子/著	
放課後ミステリクラブ9 - 生きかえたカブトムシ事件 - 知念 実希人/著		一生モノの勉強法 すぐに役立つ<47> 学校では教えてくれない大切なことシリーズ オオタヤスシ/著	

◎ほかにも新刊本を入荷予定です

他館おすすめ本

◆ 大成図書館 ◆ TEL:01398-4-6161 大成区都386番地

傾斜のマリア 恩田 陸/著	DJうんち しおひがり/著
おにがわらう 畠中 恵/著	ケチャップマン2 せんべいやのマヨネエ 鈴木 のりたけ/著

◎ほかにも新刊本を入荷予定です

◆ 生涯学習センター ◆ TEL:0137-87-3901 瀬棚区本町651

能面検事の挫折 中山 七里/著	かいとうグミぐみ 木梨 憲武・SOCKS/著
楽園 夕木 春央/著	めくってオモロイ マジすか人体 坂井 建雄/著

◎ほかにも新刊本を入荷予定です

他館(大成図書館・生涯学習センター)の本を情報センターに取り寄せることも出来ます

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

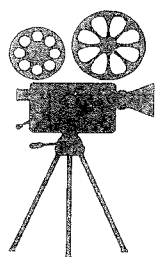
各区開館時間:10:00~17:00 ※うち12:00~13:00まで休館

今月の休館日:9月7日(月)/14日(月)/24日(木)/28日(月)



回
覧

何があっても、
家族の愛は変わらない



認知症映画会のご案内

『父と僕の終わらない歌』

アルツハイマーの父とその息子が奏でた奇跡。

Story

かつてレコードデビューを夢見たものの、僕のためにその夢を諦めた父さん。横須賀で楽器店を営みながら、時折地元でステージで歌声を披露しては喝采を浴びてきた。僕はそんな父さんが大好きだった。だがある日、アルツハイマー型認知症と診断されてしまう。



出演：寺尾聰 松坂桃李など

日時 令和 8 年 9 月 30 日 (水)

14 : 00 ~ 15 : 40 ※上映時間93分

場所 せたな町民ふれあいプラザ

入場は無料ですが、準備の都合がありますので、9月17日(木)までに申し込みください。

※希望の方は送迎いたします。

【申し込み・問い合わせ】

地域包括支援センター

瀬棚支所 包括支援係

大成支所 包括支援係

☎0137-84-5699

☎0137-87-3311

☎01398-4-5511



令和8年度 せたな町会計年度任用職員募集公告（募集）

北檜山学童保育所で勤務していただける会計年度任用職員を募集します。(地方公務員法に基づく、会計年度任用職員制度による採用となります。)

【北檜山区】

勤務場所	職 種	採用 予定 人員	業務 内容	時 給	任用期間	勤務条件
北 檜 山 学童保育所	「支援員」 及び 「支援員 補助員」	1 名	小学生の 放課後保 育業務	支援員： 1,396 円～ 補助員： 1,250 円～	随時～ 令和 9 年 3 月 31 日	週 5・6 日（月～土） シフト制 授業日：14 時～18 時 土曜・長期休校日： 8 時～18 時

令和8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（土曜日はシフトによります。）
- ・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。）
- ・社会保険等 勤務条件により健康保険、厚生年金保険、雇用保険が適用されます。
- ・労災保険 あり
- ・時間外勤務 なし
- ・休日勤務 なし
- ・通勤手当 通勤距離に応じて支給します。
- ・賞与 勤務条件（時間等）に応じて支給します。

3. 申込方法

- ・次の書類を応募期日までに、せたな町役場健康推進課（健康センター内）子ども子育て支援係に提出してください。
- ①採用申込書兼履歴書（両面）１部（最近６ヶ月以内の写真を添付）
- ②身体障害者手帳及び精神障害者手帳等の交付を受けている方は、手帳のコピーを添付してください。
- ※①は、せたな町役場健康推進課及び各支所庶務係で交付します。また、せたな町ホームページからダウンロードも可能です。）
-  せたな町

4. 申込締切日 採用予定人員に達するまで

5. 試験の方法及び試験日

- ・個別面接試験または書類審査等による選考を行います。



せたな町
ホームページ

6. その他、詳しい内容は、せたな町役場健康推進課（電話 0137-84-5115）へお問い合わせください。

令和 8 年 8 月 2 7 日

町 民 各 位

日本赤十字社

せたな町分区長 河 原 泰 平

令和 8 年度日赤社員の申込み及び寄付金の募集依頼について

赤十字活動につきましては、毎年多大なるご協力を賜り厚くお礼申し上げます。
この寄付は、日本赤十字社が行う災害救護活動をはじめ、献血事業、ボランティアの育成、更には諸外国における災害等に対する国際活動など、広範にわたる事業に役立てられております。

つきましては、本年度も下記の要領により社員及び寄付金の募集をすることになりましたので、このような赤十字活動の公共性をご賢察いただき、ご協力賜りますようお願いいたします。

なお、令和 7 年度においては町全体で 1, 1 0 9, 0 0 0 円の寄付があり、日本赤十字社北海道支部へ送納しております。

また、日本赤十字社北海道支部より交付される交付金を活用し、「災害用備品の備蓄」や「福祉用具貸出事業」（裏面参照）を実施しております。

記

1 社資募集要領

(1) 社 員

社員として年に 5 0 0 円以上の社費を納める方。（金額につきましては 5 0 0 円にこだわらずお願い申し上げます。）

(2) その他

赤十字活動に賛同して 5 0 0 円未満の寄付金を納める方。

2 募集期間

令和 8 年 9 月 1 日（火）～令和 8 年 1 0 月 3 0 日（金）まで

（担当：福祉課社会福祉係）

【日本赤十字社せたな町分区】

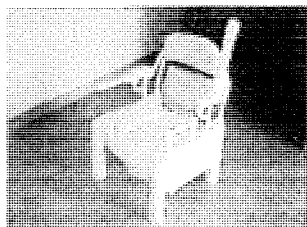
皆様からいただいた寄付により次の事業を

実施し、日常生活の支援を行っています

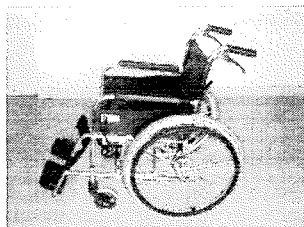
赤十字活動における町民皆様のあたたかい善意に対しまして、厚くお礼申し上げます。

寄付をいただいた社資の10%以内が交付金（日赤活動費）として日本赤十字社北海道支部より交付されています。せたな町分区では、地域の高齢者・身体障害者・社員及びそのご家族皆様方の日常生活を支援するため、この交付金を活用し、平成29年3月から福祉用具貸出事業を開始し、年間平均30件の貸出を行っています。福祉用具を「購入前に使用してみたい」「入院中の外泊で使用したい」など、貸出を希望する方は下記へお問い合わせください。

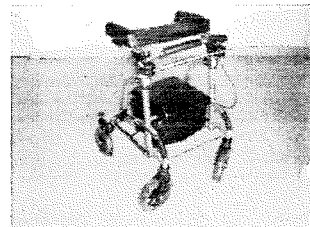
【主な福祉用具】



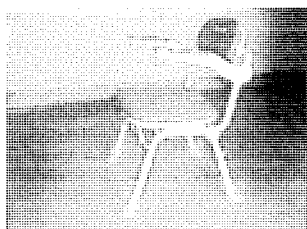
ポータブルトイレ



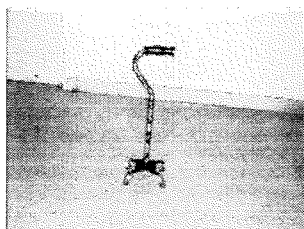
車いす



歩行器



シャワーチェア



4点支柱杖



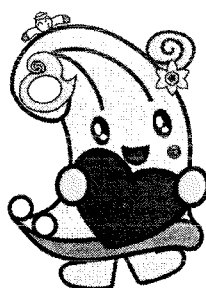
シルバーカー

【貸出期間】

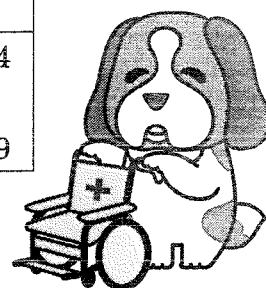
最長30日間

【利用料】

無料



問い合わせ先	
日本赤十字社せたな町分区 (福祉課社会福祉係)	0137 - 84 - 5984
せたな町地域包括支援センター	0137 - 84 - 5699



ヒグマとの事故を防ぐために

- ヒグマの出没情報等を確認する
- 単独行動を避け複数で行動する
- 熊撃退スプレーや熊鈴を携帯する
- フンや足跡を見つけたら引き返す
- ゴミは放置せず、持ち帰る
- 遭遇した時は、落ち着いて行動する

北海道警察【<https://x.com/HP-shikoku>】

利別川

せたな警察署
署所在地交番
0137-84-6110

署所在地交番管内のヒグマ出没状況

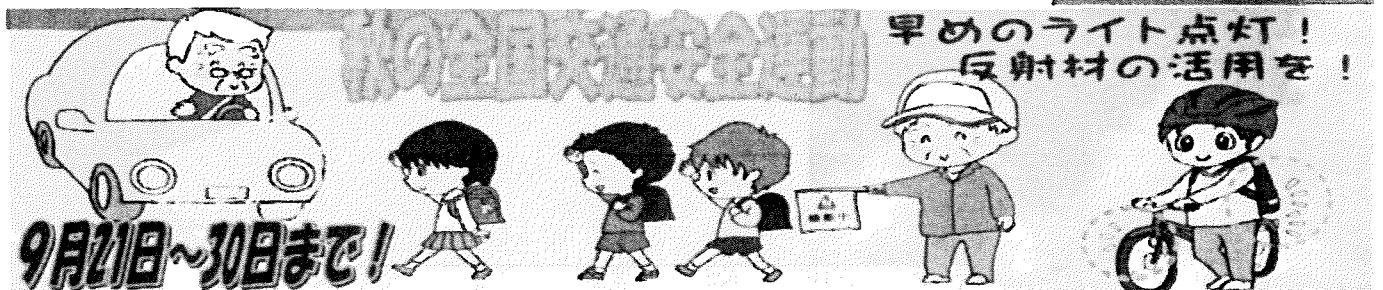
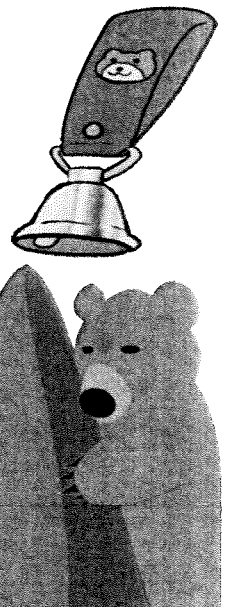
署所在地交番管内（せたな町北檜山区北檜山、丹羽、西丹羽、東丹羽、小倉山、松岡、豊岡、兜野、徳島、愛知）でのヒグマの出没状況については、

- 6月12日午前9時半頃に北檜山区北檜山の国道230号線上で親子と思われるヒグマ2頭
- 6月21日午前9時頃に北檜山区愛知の若松トンネル付近でヒグマ1頭

と現在まで2件の目撃通報がありました。（8月9日現在）

秋のヒグマは、冬眠を控えて脂肪を大量に蓄えるため、「過食期」と呼ばれる極めて活発な状態に入ります。

秋は登山や山菜、キノコ採りで人間が山に入る機会が増えますが、山菜やキノコ、木の実がある場所はヒグマにとっても大切な食事場ですので、登山や山菜、キノコ採りはしっかりとした対策を講じて活動してください。



歩行者の皆さんへ

- 明るい服装や反射材を身につけて、自分の存在を目立たせましょう。
- 横断歩道を渡るときは、手を上げるなど合図をして、ドライバーに「道路を横断する意思」を伝えましょう。
- 信号が青になってもすぐ横断せず、近づいてくる車がないか安全を確認してから渡り始めましょう。



道道入雲北檜山線で4月以降、毎月車両の単独事故が発生しています。

入雲方面への行き来の際は十分に注意して、疲れていたら無理せず休みましょう。

- ・オレだけど急にお金が必要になった
- ・還付金があるからATMに行って
- ・キャッシングカードの交換が必要
- ・名義貸しは違法、逮捕される



**詐欺電話がきたら
#9110**

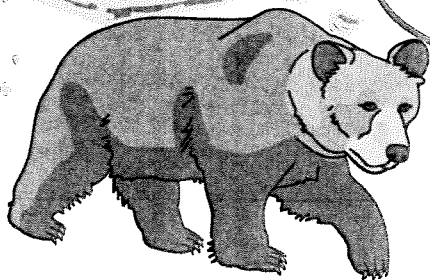
北 海 道 警 察

ヒグマとの事故を防ぐために

- 九月はヒグマが冬眠に備えるため、食料を探して活動が活発になる時期です。以下の点に注意してヒグマによる人身事故を防ぎましょう。
- ①音で存在を知らせよう
複数人で会話をしたり、鈴やラジオの音で存在を知らせましょう。
 - ②出没情報に気をつけよう
薄暗いときの行動は避け、新聞やテレビなどで出没情報を確認しましょう。
 - ③ゴミの処理に注意しよう
ゴミの味を覚えると人間の持ち物やゴミ捨て場に興味を持ち、大変危険です。正しく処理しましょう。
 - ④痕跡を見つけたら引き返そう
フンや足跡などを見つけたら、そこはヒグマの通り道です。すぐに引き返しましょう。
 - ⑤落ち着いて行動しよう
慌てて逃げたり騒いではまうと興奮させ、襲われる危険があります。また、置いてある物にも執着するので、持ち物は回収せずに静かに立ち去りましょう。

万が一に備えて撃退スプレーなどの撃退グッズもしつかり携帯しましょう。

背中を見せたら逃げてやる



住宅付近でも
目撃情報
多発中!!

若松駐在所

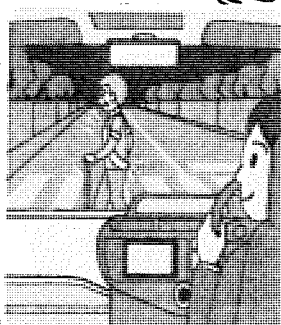
電話
0137-
85-1242



秋の全国交通安全運動の実施 9月21日(月)~30日(水)



は、自
転車
のみ
なさん
は、自
転車
も車
の仲
間だ
ある
こと
を忘
れず
ヘル
メッ
ト着
用な
どの
ルー
ルと
マナ
ーを
守つ
て安
全に
利
用し
まし
よう。



運
転者
のみ
なさん
は、夕
暮れ
が早
くな
ること
から
夕方
から
夜間
にか
けて
歩行
者や
自転
車の
見落
とし
や発
見遅
れを
防ぐ
ため
スピ
ード
ダウ
ンを
心が
けま
しよ
う。ま
た、家
族や
同乗
者を守る
ため全
席シ
ート
ベルト
を徹
底し
まし
よう。

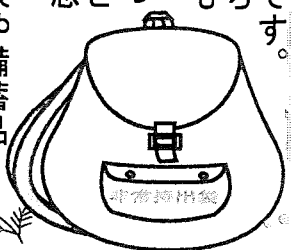
歩
行者
のみ
なさん
は、運
転者
から
見落
とされ
てい
る可
能性
を考
え、無
理な
道路
横断
はせ
ず、明
るい
服装
や反
射材
を活
用し
まし
よう。



9月1日は防災の日

九月一日は防災の日です。北海道南西沖地震から三十三年が経ち、対策も進んできておりますが、先日熊本県で地震によって多くの命が失われたことも記憶に新しいことと思えます。

この機会に非常持出袋や備蓄品も季節に応じた準備や見直しを実施し、家族と避難場所や連絡手段の共有について再徹底しましょう。





今月は栄養科が担当いたします！

夏本番になり、日差しや蒸し暑さが目立つ季節となりました。
暑い季節は「熱中症」の話題が多く出るため、今回は「熱中症について」と「熱中症対策の水分補給について」詳しくご紹介します！



熱中症ってなあに？

熱中症とは、高温多湿の環境下で体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもる症状のことを言います。

熱中症の種類

熱中症の種類

熱中症と言っても実は種類が**4種類**もあるんです！

1つ目は**熱失神**、大量に汗をかくことで脱水が進んでいる状態です。
この状態になると、脳への血流が一時的に低下し、めまいや立ち眩み・一時的な失神を引き起こします。

2つ目は**熱けいれん**、大量の汗をかいた後に水分だけを摂取し、体内の塩分濃度が下がっている状態です。この状態になると、腕や足・お腹の筋肉に強い痛みや痙攣が起こります。

3つ目は**熱疲労**、脱水と体温上昇が組み合わさっている状態で、熱中症の中等症レベルに当たります。この状態になると、全身の倦怠感の他に、強い頭痛や吐き気・嘔吐を引き起こします。

4つ目は**熱射病**、この状態は重症に当たります。
体温が40℃を超えて汗が出なくなり、意識障害・けいれんを引き起こす最も危険な状態です。

熱中症のレベルと種類

レベル	熱中症の種類
I度 (軽症)	熱失神
II度 (中等症)	熱けいれん
III度 (中等症)	熱疲労
IV度 (重症)	熱射病

～裏面に続く～

道南ロイヤル病院
公開医療講座

『かわら版』

v o 1.75/8月号

発行/地域医療連携室
後援/せたな町



ホームページ



LINE / ライン



Instagram



Tik Tok

病院公式SNSも
ご登録ください！

今月のひとさら

スイカのフルーツポンチ ～暑い日でも食べやすい一品～



夏と言えばスイカ！というイメージがある方は多いのではないでしょうか。今回は、子供でも楽しく簡単に作れて、暑い時期でもさっぱり食べやすく、水分や糖분을補いやすい「スイカのフルーツポンチ」をご紹介します！



【材料】

- ・スイカ...小玉サイズ1個
- ・三ツ矢サイダー...1本
- ・好きな果物缶や果物、ナタデココや白玉団子は好きなだけ！



- ①スイカを一口サイズに切る
※種を取っておくと食べやすいのでオススメ
 - ②他の果物も同じように一口サイズに切る
 - ③ボウルに全てのスイカや果物（お好みで白玉）を入れて、果物が浸るくらいまでサイダーを入れる。
 - ④軽く混ぜて、完成。
- ★くりぬいたスイカは容器としても使えるの

【ピリカフェスタのご案内】

8月22日（土）クアザピリカ特設会場にて道南ロイヤル病院ブースを設置いたします。
当院の看護師、リハビリスタッフによる健康相談や体力測定を行います。医療従事者のお仕事にご興味のある方もぜひお話を聞きにいらしてください。

【皮膚科外来診療のご案内】

< 2026年8月 >

日にち	午前診療	午後診療
1日（土）	8:30～11:30	
14日（金）		14:00～16:00 *病棟回診後
15日（土）	8:30～11:30	
28日（金）		14:00～16:00 *病棟回診後
29日（土）	8:30～11:30	



適度な水分・塩分補給ってどれくらい？

厚生労働省『熱中症予防ガイドライン』によると、成人が1日に必要とする水分量は、約2.0～2.5Lといわれており、そのうち飲み水として摂取する分は成人の場合は1200～1500ml、コップ6～8杯ほどとされています。

では、塩分は・・・？

飲料100mlあたり「食塩相当量0.1～0.2g」が目安とされています。

1ℓの水に1～2gの塩を溶かしたらちょうどいい量になります！

★アクエリアスなどのスポーツドリンクや経口補水液も同じくらいの塩分濃度です。



更に、糖分も追加することで水分の吸収率が上がります！

飲料100mlあたり「糖質濃度4～8%」、1ℓの水に40～80gの砂糖を入れるとちょうどいい量になります！

熱中症対策の水分補給には、水分の他に、塩分・糖分を摂るとより効果的です！

家にスポーツドリンクや経口補水液が無い時はどうしたらいいの？

そんな時は家にある食材で塩分と糖分を補給できないか探してみましょう！

例えば… コップ1杯の水(200ml)を飲むと同時に

・漬物2切れ と リンゴ1/8個(又は、みかん1/2個)

・塩分タブレット 1個

・具材たっぷりの味噌汁1/2杯 (スープでも○)

※糖質を摂るなら、芋などの根菜類がオススメ

などなど・・・



上記のうち1種類を食べたら、同じくらいの塩分と糖分を摂取することが出来ます。

まとめ

喉が渇く前に水分補給・暑いときは無理せず休む・適度に塩分や糖分を摂るなど、熱中症の症状を感じる前に対策することで熱中症を防ぎ、自身の身を守ることに繋がります！

喉の渇きも熱中症の初期症状にあたりますが、喉の渇きを感じた時点で既に体内の水分が失われ始めていますので、早め早めの対策をして、暑い時期を乗り越えましょう！



放射線科からの豆知識 夏の紫外線 vs 医療用のX線 同じ「電磁波」でも何が違う？

この季節気になる紫外線と、医療で用いられるX線はどちらも同じ「電磁波」の仲間ですが、その性質と役割は全く異なります。

紫外線 (UV) : エネルギーが弱く、皮膚の表面 (表皮) で止まります。そのため、日焼けやシミの原因になります。

X線 (レントゲン・CT等) : エネルギーが非常に強く、体を通り抜ける (透過する) 力を持っています。

この「通り抜ける力の差」を利用して、骨や内臓の形を白黒の画像として写し出しています。

日焼け止めは紫外線をブロックしますが、医療用のX線は防げません。検査時は放射線技師がX線が当たる場所とその範囲を適切に管理し、必要な場所以外に当たらないよう、細心の注意を払っていますのでどうぞご安心ください！



令和7年度 決算報告

せたな町社会福祉協議会 一般会計収支決算(概要)

《収入》 (単位：円)		《支出》 (単位：円)	
科 目	金 額	科 目	金 額
会費収入	1,344,900	人件費支出	33,278,335
寄付金収入	905,673	事業費支出	2,233,099
町補助金収入	35,883,000	事務費支出	6,866,364
共同募金配分金収入	1,698,858	返還金支出	1,501,446
受託金収入	4,004,102	貸付事業支出	143,710
貸付事業収入	75,430	共同募金配分金事業費	1,919,505
事業収入	178,826	助成金支出	400,000
受取利息配当金収入	25,749	負担金支出	244,500
その他の収入	579,793	積立資金支出	385,552
収 入 合 計	44,696,331	支 出 合 計	46,972,531
		当期資金収支差額合計	－2,276,200
		前期末支払資金残高	7,351,943
		当期末支払資金残高	5,075,743

せたな町社会福祉協議会 事業報告

【地域福祉活動の推進】

- ◆ 福祉活動研修会参加事業
ボランティア愛ランド北海道 2025in しりべしに参加
- ◆ ボランティア活動育成事業
せたな町ボランティアセンター連絡委員会、瀬棚ボランティアセンター運営委員会の開催
檜山管内で開催されたボランティア関連の各種研修会に参加
ボランティア団体へ助成を実施
- ◆ 共同募金運動推進事業
地域住民に募金の趣旨を周知し理解と協力を求め募金運動の推進を実施
募金活動の啓発と普及のためパークゴルフ大会を開催（瀬棚区：39名参加 大成区：20名参加）
- ◆ 小地域ネットワーク活動推進事業（福祉団体活動の推進）及び災害ネットワークの確立
町内会の福祉活動を対象に助成
- ◆ ふれあい広場開催事業
7月5日 せたな町民ふれあいプラザにてふれあい広場を開催（147名参加）
- ◆ 憩いのサロン・サークル活動推進事業
- ◆ せたな町介護予防・日常生活支援総合事業
通所型サービスB事業（サロンの運営）、訪問型サービスD事業（サロンの送迎）を実施



【児童福祉活動の推進】

- ◆ 地域交流等支援事業 … 瀬棚区高齢者と子どもの集いを開催（68名参加）
- ◆ 学校児童生徒ボランティア活動普及推進事業 … 各学校・保育所（園）へ助成

【高齢者等福祉活動事業の推進】

- ◆ 在宅福祉サービス事業
- ◆ 要介護者等に対する援助活動事業 … 日常生活自立支援事業（道社協受託事業）
- ◆ 要介護老人等に対する援助活動促進事業 … おろらん仲間の家（福祉コンビニ）にて視察研修を実施
- ◆ 福祉の集い事業 … 瀬棚お元気クラブといきいきクラブの交流、大成区ふれあいマーケットを実施（80名参加）
- ◆ 高齢者福祉活動推進事業 … 各区老人クラブ連合会へ助成、檜山管内研修会へ参加

【心身障がい者福祉の推進】

- ◆ 身障者世帯等の指導援助事業 … 身障者団体へ助成、各種研修会へ参加
- ◆ パークゴルフ大会開催事業 … 悠遊ふれあいパークゴルフ大会を開催（52名参加）

【母子等福祉活動の推進】

- ◆ 母子家庭等援助活動支援事業 … 母子寡婦会へ助成、母子寡婦会日帰り研修の実施

【更正援助活動の推進】

- ◆ 総合支援（小口）資金・生活福祉資金貸付事業（道社協受託事業）
- ◆ 応急生活資金貸付事業 … 一時的な生活困窮者へ生活援助のための貸付を実施
- ◆ 心配ごと相談所開設事業 … 町民の日常生活上あらゆる相談に対応

【愛情銀行事業の推進】

- ◆ 愛情銀行受配事業 … 愛情銀行運営委員会を開催、金品を受託、お悔やみ電報をお届け

【組織化の推進】

- ◆ 地域福祉活動促進事業 … 社会福祉協議会会員の加入を促進

【広報活動の推進】

- ◆ 社協活動広報事業 … 社協だよりを年4回発行、ボラセンだよりを隔月発行、道社協広報紙「明るい社会」購読配付

【地域福祉活動研修事業】

- ◆ 社協役職員等研修参加事業

※ 本会の決算書は社会福祉法人会計基準に基づき資金収支計算書、事業活動計算書、貸借対照表の計算書類のほか、財産目録等附属明細書を作成しております。紙面の都合上一部のみの掲載となりますが、本会事務局でご自由にご覧いただけます。

せたな町社協表彰式

令和8年3月31日に北檜山総合福祉センターにて表彰式が行われ、長きにわたり社会福祉の向上に尽力された方々へ高野会長より表彰状を贈呈しました。



★☆☆受賞者☆☆☆ (順不同・敬称略)

【せたな町社協功労表彰】

前理事 山本 剛章

前評議員 横山 猛

【檜山地区町社協連絡会議会長表彰】

長沼 敏文 大島 正史

水野 克治 四宮 克子

「愛情銀行」をご存じですか

愛情銀行とは

愛情銀行は、せたな町社会福祉協議会の寄付窓口です。すべての方々から愛情に基づく金品をお預かりし、地域福祉（住民の支え合い・助け合いによって問題を解決するしくみ）に活用して明るく住みよいまちづくりに役立てることを目的としています。皆様からのあたたかいご寄付により、せたな町の地域福祉活動を継続することができています。

愛情銀行に支えられる主な事業活動

町内会福祉活動の推進

町内会で行われる福祉活動に対して一部助成を行っています。

児童生徒ボランティア育成・活動の普及推進

ボランティア精神の育成のため、各小学校・中学校等へ助成を行っています。

福祉団体活動の支援

ボランティア活動団体、身体障害者、老人クラブ等の団体へ助成を行っています。

お悔やみ電報のお届け

ご希望のご遺族へ電報をお送りしています。

社協の社会福祉事業へ

ふれあい広場やパークゴルフ交流大会開催のための一部財源としています。

福祉用具 無料貸出のご案内

せたな町社協では、福祉用具を無料で貸し出しています。病気やケガ、外出などで一時的に必要となった方を対象としていますので、ご希望の方はせたな町社協へ（84-4600）へご連絡ください。

◆ご利用対象の方

町内に在住で、一時的に必要となり介護保険を利用できない方
（公的制度を利用できる場合はそちらを優先してください）

◆貸出期間

1ヵ月間程度まで（延長される場合は応相談）

※ 数に限りがありますので、ご希望に沿えない場合があります。ご了承ください。

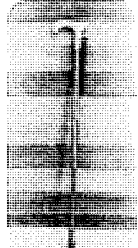
※ 貸出しする福祉用具は、リングプル交換によるものや、寄贈によりいただいたものです。



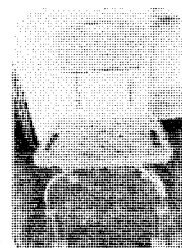
シルバーカー



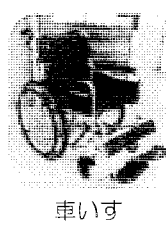
つえ



シャワーチェア



浴室用踏み台



車いす

愛情銀行事業

みなさまからいただいた温かいご厚志に心より感謝申し上げます。

令和8年4月1日～令和8年6月30日

【金銭預託】			（順不同・敬称略）
地区名	氏 名	金 額	寄付理由
北檜山	せたなシニアレディ	3,390 円	社会福祉事業推進のため
//	田嶋 純一	50,000 円	母が生前お世話になったお礼として
瀬 棚	加藤 信子	30,000 円	夫が生前お世話になったお礼として
//	池田 澄子	20,000 円	夫が生前お世話になったお礼として
	匿 名	100,000 円	
	匿 名	20,000 円	

【物品預託】			（順不同・敬称略）		
地 区	氏 名	物 品	地 区	氏 名	物 品
北檜山	柳 川 幸 一	リングプル	瀬 棚	瀬棚郵便局	リングプル
//	丹羽老人クラブ	リングプル	//	瀬棚老人クラブ	リングプル
//	森 山 正 悟	リングプル	//	板 垣 一 男	リングプル
//	(株)道南防災	リングプル	//	匿 名 8名	リングプル
//	せたな町母子寡婦会	リングプル、古切手	//	匿 名 6名	清拭布
//	小倉山婦人学級	清拭布	//	匿 名	古切手
//	畑 沢 未 子	清拭布	大 成	(有)川端建設	リングプル
//	棚 橋 英 夫	清拭布	//	めだかの学校	古切手
//	匿 名	リングプル	//	匿 名	リングプル
//	匿 名	リングプル、古切手			
//	匿 名	古切手			

寄付をお願いしているもの

- ◇ リングプル
- ◇ 古切手・未使用切手
- ◇ 清拭布（清拭タオル）

その他、寄付していただける物品がございましたら、お気軽に当会までお問い合わせください。

2026 せたな町限定寄付金付きピンバッジ 取扱中

今年もセターナちゃんとコラボしたピンバッジを作成しました。各区事務所で取扱い中です。

500 円以上の募金でプレゼントいたします。

募金は赤い羽根共同募金へ預託されます。

社協への電話が「転送」される場合があります！

大成区・瀬棚区の事務所は、職員1名のため不在にすることがあります。職員が電話に出られない場合は北檜山区事務所（本所）へ転送されますのでお急ぎの用件の場合、電話を切らずにお待ちください。また転送時は、はじめにご用の地区と事務所をお伝えいただければスムーズです。大変ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

編集・発行
社会福祉法人 せたな町社会福祉協議会 北檜山総合福祉センター内 TEL: (0137) 84-4600 FAX: (0137) 84-4699
社会福祉法人 せたな町社会福祉協議会(瀬棚地区担当) 瀬棚総合福祉センターやすらぎ館内 TEL: (0137) 87-2672 FAX: (0137) 87-2650
社会福祉法人 せたな町社会福祉協議会(大成地区担当) せたな町役場大成支所内 TEL: (01398) 4-6011 FAX: (01398) 4-6595

受付時間

月～金曜日 8:30～17:15

（土日・祝祭日・12/31～1/5は閉所）

本紙は赤い羽根共同募金配分金で発行されています