9 SEPTEMBER 大成区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
		1 友引 せたな町立国保病院行き 患者バス運行日	2 先負	3 仏滅	4 大安 くつろぎ図書館 10:00～ 大成図書館	5 赤口
6 先勝 【日曜当番医】 10:00～15:00 せたな町立国保病院	7 友引	8 先負 せたな町立国保病院行き 患者バス運行日 にこにこルーム 9:30～11:00 子育て支援センター	9 仏滅	10 大安	11 友引	12 先負 総合健診 受付6:30～11:00 大成町民センター
13 仏滅 【日曜当番医】 10:00～15:00 道南口イヤル病院	14 大安	15 赤口	16 先勝	17 友引 せたな町立国保病院行き 患者バス運行日 オンライン診療【予約制】 13:30～14:30	18 先負	19 仏滅
20 大安 【日曜当番医】 10:00～15:00 せたな町立国保病院	21 赤口（敬老の日） 【休日当番医】 10:00～15:00 今金町国保病院	22 先勝（国民の休日） 【休日当番医】 10:00～15:00 せたな町立国保病院	23 友引（秋分の日） 【休日当番医】 10:00～15:00 今金町国保病院	24 先負 皮膚科巡回診療 受付13:30～ 大成町民センター なかよし広場 10:00～11:00 子育て支援センター	25 仏滅	26 大安
27 赤口 【日曜当番医】 10:00～15:00 今金町国保病院	28 先勝	29 友引 せたな町立国保病院行き 患者バス運行日 にこにこルーム 9:30～11:00 子育て支援センター	30 先負 乳幼児健康相談 受付13:00～15:30 せたな町健康センター			

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。

大成診療所（9月）診療担当医

診療日	火曜日、　木曜日、　金曜日	
受付時間	午前	8:30～11:30
	午後	13:00～14:30

●今月のオンライン診療は17日木曜日午後です。
完全予約制ですので前日までに**お電話で予約**をお願いします。

●発熱や喉の痛み、せき、鼻水等の症状のある方は、なるべく**午後からの受診**をお願いいたします。

【デマンドバス予約先】
東ハイヤー大成営業所　☎ 4－5062（日曜・祝日休み）

		1　（火）	2　（水）	3　（木）	4　（金）
午前		庄田	休診	水嶋	垣野
午後		庄田		水嶋	垣野
	7　（月）	8　（火）	9　（水）	10　（木）	11　（金）
午前	休診	庄田	休診	大島	佐々木
午後		庄田		大島	佐々木
	14　（月）	15　（火）	16　（水）	17　（木）	18　（金）
午前	休診	庄田	休診	中島	庄田
午後		庄田		中島(オンライン診療)	古山
	21　（月）	22　（火）	23　（水）	24　（木）	25　（金）
午前	休日 敬老の日	休日 国民の休日	休日 秋分の日	大島	川内
午後				大島	川内
	28　（月）	29　（火）	30　（水）		
午前	休診	川内	休診		
午後		川内			

●診療時間以外の救急搬送は原則、せたな町立国保病院への搬送となります。（せたな町立国保病院：☎0137-84-5321）

大成診療所　☎（01398）4－5175

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	庄田	中島	小林	渡部	庄田
	予約外	13:00～15:00		森（予約）			
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	庄田	中島	棒田	庄田	中島
	予約外	13:00～15:00		森（予約）			
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	渡部	庄田
	予約外	13:00～15:00	13:00～15:00	13:00～15:00	13:00～15:00		
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	井内	中島	黒田		
	予約外	13:00～15:00		森（予約）			
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時までにお願いします。

※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下さい。

せたな町立国保病院　☎（０１３７）８４-５３２１

令和８年８月２７日
せたな町長　河　原　泰　平

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。）

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。

参加費無料

健康づくり講演会

眠れていますか？

－より良い睡眠のための健康管理－

不眠を予防し、
眠りの質を高めよう

寝ているとき、身体と脳で何が起きるの？

腸の意外な働きと乳酸菌の新たな可能性

リラックス効果のある「ツボ押し」と「呼吸法」

10月9日（金） **13:30～**

場所	せたな町健康センター　総合検診室
講師	（株）ヤクルト北海道中央　小野寺　正樹氏
定員	３０名程度
参加特典	**ヤクルト製品プレゼント**
お問い合わせ・お申し込み	電話もしくはせたな町公式LINEにてお申し込みください。

\LINEはこちら/

各区保健師　北檜山区：０１３７－８４－５１１５
大成区　：０１３９８－４－５５１１
瀬棚区　：０１３７－８７－３３１１

１０月２日（金）締切

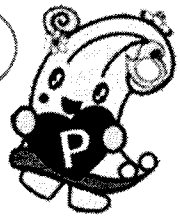
乳がん検診・子宮がん検診

のご案内

1．日　　程：令和８年 **１０月２５日（日）**

2．受付時間：８時３０分～１０時００分

3．場　　所：**大成町民センター**



4．検診料金

病院で受けるよりお得♪

せたな町では乳がん検診は**約 5,000 円**

子宮がん検診（超音波検査併用）は**約 7,000 円**の助成をしています！

検診 / 対象	乳がん検診（定員 50 名）	子宮がん検診	子宮超音波検査
２０歳～２９歳		６００円	２００円（子宮がん検診と併用）
３０歳～３９歳	６００円		
４０歳～４９歳			
５０歳以上			

＊ 子宮がん検診は毎年受診できますが、**乳がん検診は２年に１回**となっております。
前回の受診日がわからない場合はお問合せください。

＊ 子宮超音波検査は子宮筋腫・卵巣腫瘍などが発見できる検査です。

＊ **大腸がん検診（有料・200 円）**も一緒に受けられます。ぜひ併せてお申し込みください。

＊ **乳房超音波検査（5,665 円・定員 18 名）**をご希望の方は、**１０月２４日（土）のせたな町健康センター(北檜山区)の検診をご利用ください**（乳がん検診との併用が必要）。

受付時間：午前　８時３０分～１０時００分
午後　１３時００分～１３時３０分

★せたな町公式 LINE での申込みはこちらから★

9月１６日（水）までに下記〈申込先〉または各地区の健康づくり推進員にお申し込みください。ご不明な点等あれば、保健師までお問合せください。

〈申込先〉

大　成　支　所　　保健師　TEL：4-5511

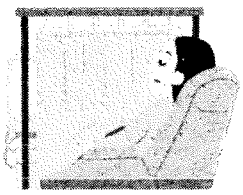
せたな町健康センター 保健師　TEL：0137-84-5115

裏面もご覧ください→

【大成区健康づくり推進員】

担当地区	氏　名	担当地区	氏　名
上浦	伊藤　久子	西部	長門　美智子
	久貴谷　美子	東部	畑野　京子
都	川端　光子	花歌	吉田　裕喜子
	伊吹　あやの	宮野	中島　みりえ
	平澤　摩貴子	長磯	佐藤　路子
本陣	松谷　克美		五十嵐　美知子





○ 乳房超音波(エコー)検査 ○

１０月２４日（土）の北檜山区検診でのみ実施となります！

令和２年４月から新たに乳がん検診のオプションとして**乳房超音波検査**を49歳以下対象に実施しています。超音波検査は乳房に超音波をあて、乳腺や乳管等の乳房細部を診る検査です。

乳がん検診はマンモグラフィ検査（乳房Ｘ線検査）ですが、若い方は乳腺が発達しているため、マンモグラフィ検査では不明瞭に診えてしまうことがあります。その部分をはっきり診るために超音波検査を行います。そのため、**49歳以下を対象**としています。痛みもなく、検査時間は5～10分程度です。

マンモグラフィ検査と併用すると、早期の乳がんの発見率が1.5倍になるというデータもありますので、「受けてみたい」「詳しく聞きたい」という方は保健師までお気軽にお問合せください。



○ 乳がん検診・子宮がん検診をおすすめするワケ ○

乳がんは女性がかかりやすいがん第１位！

乳がんはたった１つのがん細胞が1cmになるのに約10～15年（個人差あり）もかかりますが、1cmのがんが2cmになるには約1～1.5年しかかかりません。早期の乳がんは2cm以下をさします。早期に発見するには２年に１度の検診と月１回の自己触診が大切です！

唯一自分で見つけることができるがんです！

特になりやすいのは40代後半。早く見つけて早く治すには、定期的な検診が必要です！

子宮頸がんは20歳以上の若い方にも急増中

子宮頸がんのピークは30歳後半～40歳代ですが、20年前と比べると**若い世代で2～3倍増えています**。子宮頸がんの原因は主にウイルス感染で、多くの女性が一生に一度は感染するごくありふれたものです。

初期の子宮頸がんは自覚症状がありません。早期発見には定期的な検診が必要です！また、子宮筋腫や子宮内膜症などがん以外の病気を発見するきっかけにもなります。

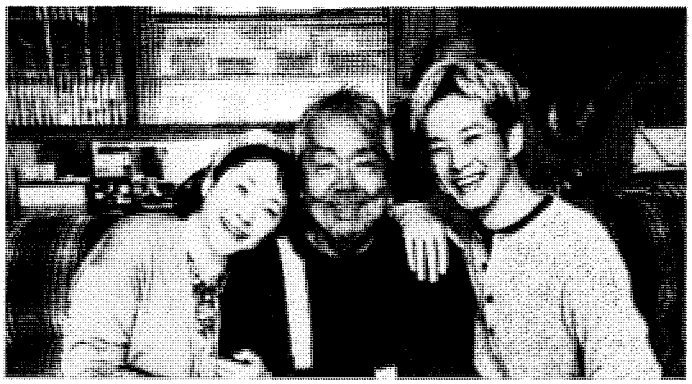
何があっても、
家族の愛は変わらない

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、時折地元の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】

大成支所　包括支援係　☎4-5511

地域包括支援センター　☎0137-84-5699



©2025「父と僕の終わらない歌」製作委員会

秋の全国交通安全運動

交通に　一歩先の　注意灯

定灯篭

大成駐在所
4－5454

9月21日から9月30日までの10日間「秋の全国交通安全運動」が実施されます。

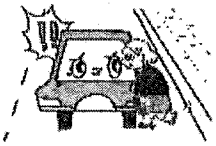
ドライバーの皆さんへ

日没が早まる季節になるので、歩行者や自転車を見落としやすくなる、夕暮れから夜間にかけての交通事故を防ぐために「スピードダウン」と「安全確認」を徹底しましょう。

発進前に同乗者のシートベルトやチャイルドシートが正しく着用されているか確認しましょう。

歩行者の皆さんへ

ドライバーから早く見つけられるように、明るい色の服装や反射材を身に付けて、自分の存在を目立たせましょう。



信号が青になってもすぐに横断せず、安全を確認してから渡り始めましょう。

自転車利用者の皆さんへ

見通しの悪い場所や一時停止の標識がある場所では、必ず止まって安全確認を徹底しましょう。

自転車で交通事故にあったとき、頭部の怪我は致命傷となりますので、自転車に乗るときはヘルメットをかぶりましょう。

ヒグマによる人身被害防止



ヒグマとの事故を防ぐために

□　複数で行動し、音で存在を知らせましょう。
野山には１人で入らず、複数で行動するようにしましょう。
入山する時は、熊鈴やラジオ等を持って、会話しながら、人の存在を知らせましょう。

□　ヒグマの出没情報等に気を付けましょう。
薄暗いときの行動は避け、野山に入る前には、新聞やテレビなどで、ヒグマの出没情報等を確認しましょう。

□　ゴミは放置せず、持ち帰りましょう。
ヒグマは、ゴミの味を覚えると、それを目当てにゴミ捨て場などに繰り返し出没するようになります。ゴミを野外に放置したり、埋めたりしないようにしましょう。

□　フンや足跡、食べた跡を見つけたら、すぐに引き返しましょう。
ヒグマのフンや足跡、草や木などが食いちぎられた跡などを見つけたときは、すぐに引き返しましょう。

□　落ち着いて行動しましょう。
万が一、ヒグマに遭遇した場合は、落ち着いて行動しましょう。
逃げたり、さわいだり、慌てて行動すると、かえってヒグマを興奮させ、襲われる危険があります。リュックや持ち物の回収はせず、ゆっくりと静かに立ち去りましょう。

□　熊撃退スプレーや熊鈴を携帯しましょう。
野山に入る際は、万が一、ヒグマに遭遇した場合に備え、熊撃退スプレーや熊鈴を携帯しましょう。

合同パトロールの実施

8月6日、平浜海水浴場、道の駅てっくいランド大成において、瀬棚海上保安署、せたな消防署と合同でパトロールや啓発活動を実施しました。

ご協力くださった皆様、ありがとうございました。



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

一歩を踏み出す勇気

～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、
夢に向かって一歩を踏み出す勇気を語ります。

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）

図書館だより

9月

発行：大成図書館

お盆が過ぎ吹く風・虫の声・空が季節の移り変わりを感じます。読書の秋です。秋の夜長ゆっくり読書を楽しんでください。素敵な本とたくさん出会ってください。町民の方の作品を展示しています。図書館に遊びに来てください。

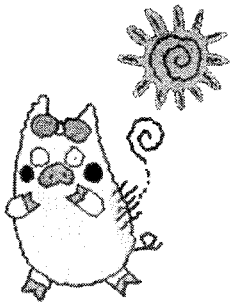
大成図書館からのお知らせ



くつろぎ図書館9月4日（金）です。

本に親しみ楽しい時間を図書館でお過ごしください

ふれんど パンの販売　11:30～なくなり次第終了です。





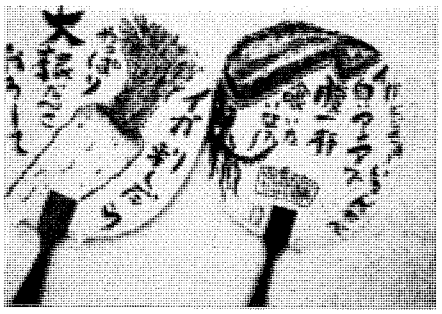
指定暑熱避難施設

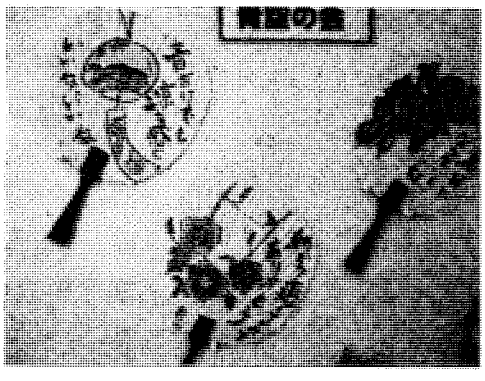
クーリングシェルター開放中

10:00～12:00　13:00～17:00　定休日：月曜（祝日の場合は翌日）

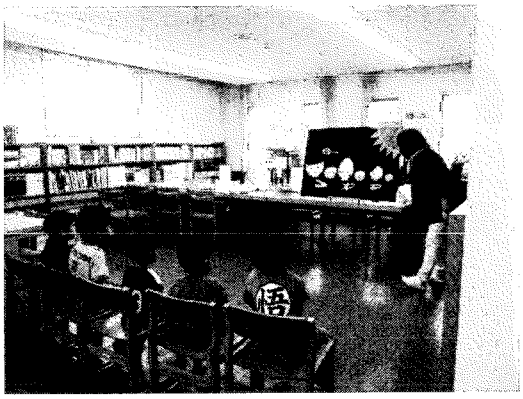
町民ギャラリー

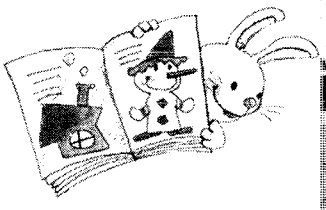
青空の会の絵手紙
夏らしく「うちわ」に描かれています。図書館へ見に来てください。

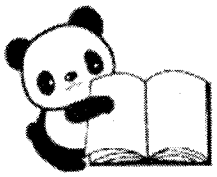




久遠小学校ブックフェステバルの様子





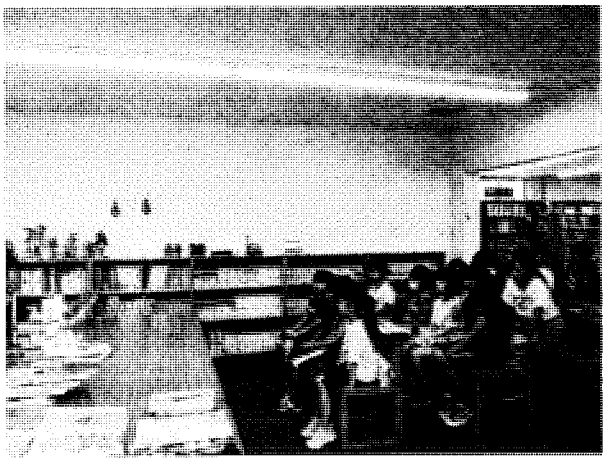




大成保育園・パネルシアターの様子



自分で選び借りた本を読んでる～児童たち



久遠小学校読み聞かせの様子

7月21日（火）久遠小学校ブックフェステバルが行われました。お天気も良く園児、児童が歩いてこれて良かったです。園児には、パネルシアター「おちゃわんしまい」をやりました。本もたくさん借りていってくれました。
小学生には、高学年向けでしたが、「ぼくたちは、あらそうために生きるのか？」を読み聞かせしました。教科書に出てくる本を展示したりしました。終わってからの感想を聞いて喜んでもらえたことに感激する感想をもらえました。本を探す子どもたちのキラキラな瞳がとても好きです。
本に向き合う大切な時間でした。





ラジオを聞いていて、この本の事が流れ読んでみたいと問い合わせがありました。せたな町の施設には、ありませんでした。道立図書館に全巻あり借受しました。実話を元にしたドキュメンタリー漫画です。モデルになった方は、北海道で活躍する小児脳神経外科医の高橋義男医師「子どもの魔術師」の異名をもつ実在の医師の半生と、患者家族とのリアルなドラマが描かれています。このリクエストを受けて感じました。本の出会いの道は、いろんな所にあるのだと感じました。このリクエストがなければ知りませんでした。図書館では、読んでみたい本リクエスト大歓迎です。子どもの頃に読んだ本、探してる本がありましたら、声をかけてください。
本の出会で、知らなかったことを知るきっかけに繋がる。素敵な本と出会ってください。

今月のおすすめ本

9月

発行：大成図書館

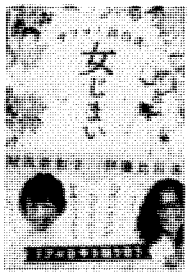
大成図書館　大成区都386番地　Tel：(01398－4－6161)

開館時間：10時～17時（12時～13時まで閉館）

休館日：9月7日（月）14日（月）16日（火）24日（木）28日（月）

サワコと比呂美　女じまい
著・阿川 佐和子・伊藤 比呂美

親・夫・親友～大切な人との別れは、こうして生きる力になった。大まじめに非常識、70年代のふたりの女がたりの結論は「年をとるって面白い！」。リアルな今を語り合う。



こひつじのくびかざり
著・なかの 真美

お月さまのように光る鈴は、こひつじのぼうけんをずっとそばで見守り、応援してくれます。安心できる場所から離れるドキドキ感。新しい一歩をふみだす子どもたちに贈る絵本。

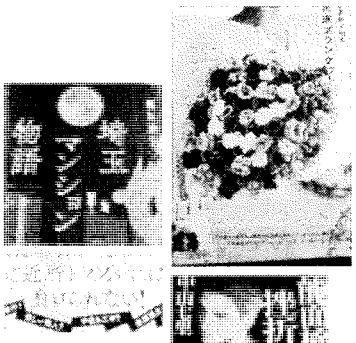


一般書

傾斜のマリア	著・恩田 陸
ハヤブサ消防団森へつづく道	著・池井戸 潤
能面検事の挫折	著・中山 七里
埼玉マンション物語	著・篠田 節子
ジウThe Next	著・誉田 哲也
永遠の記憶	著・東野 圭吾
おにがわらう	著・畠中 恵

児童書

きゅうり	著・長谷川 義史
いしとぼく	著・小寺 卓矢
DJうんち	著・しおひがり
へんしんするゆび	著 宇田 敦子
なににになれちゃう？	著・チョーヒカル
ねずくんとくさ～いくーちゃん	著・とね さとえ
おばけダンス	著・おむすびひろば



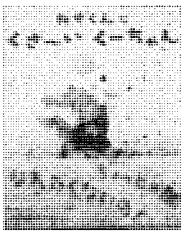
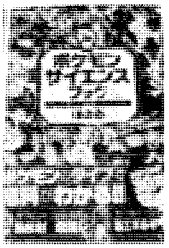
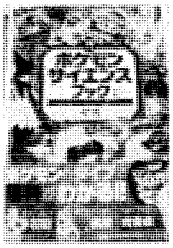
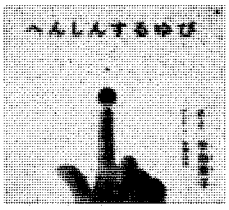










せたな町情報センター　北檜山区北檜山266番地

Tel：(0137)84－5342

開館時間：10時～17時（12時から13時まで閉館）

休館日：9月7日（月）14日（月）24日（木）28日（月）

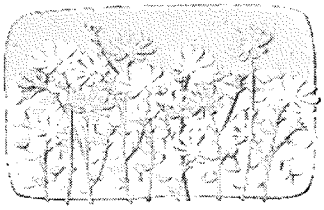
一般書

悪い血	鈴木 涼美
幽民奇聞	恒川 光太郎
硝子のマンション	染井 為人

児童書

ライオンのおばけキャンプ	さかとく み雪
たいようがみた話 5つの国の昔話	正岡 慧子
ぼくのいばしょぼくのかぞく	ダヴィデ・カリ

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～17時（12時から13時まで閉館）

休館日：9月7日（月）14日（月）24日（木）28日（月）

一般書

山上のフェイク	潮谷 験
楽園	夕木 春央
蜃気楼と恋人たち	水庭 れん

児童書

おやつできあがり	彦坂 有紀
いらっしゃいおまつりだ！	山本 祐司
かいとうグミぐみ	木梨 憲武・ソックス

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。

～裏面に続く～

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
Ⅲ度（重症）	熱射病

道南ロイヤル病院
公開医療講座
『かわら版』
vol.75/8月号
発行/地域医療連携室
後援/せたな町



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、水分や糖分を補いやすい「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などを行います。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　（スープでも〇）
※糖質を摂るなら、芋などの根菜類がオススメ

などなど・・・


漬物 2切れ


りんご 1/8切れ


（みかん 1/2個）


塩分タブレット 1個


具材たっぷり味噌汁 1/2杯

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。

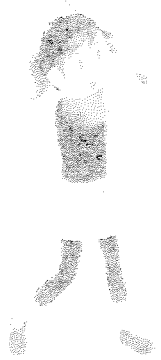
X線（レントゲン・CT等）：エネルギーが非常に強く、体を通り抜ける（透過する）力を持っています。
この「通り抜ける力の差」を利用して、骨や内臓の形を白黒の画像として写し出しています。

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！



第11回大成区赤い羽根共同募金
パークゴルフ大会

～町民がパークゴルフ大会を通じて赤い羽根共同募金を
支えあうココロを育てると共に健康増進を目的としています～



主　　催　　せたな町社会福祉協議会
後　　援　　大成パークゴルフ協会
日　　時　　**令和8年9月14日（月）**
午前9時00分 ～　受付
午前9時30分 ～　開会式及び試合開始
小雨決行
場　　所　　大成パークゴルフ場（大成区貝取澗）
参加対象者　　大成区の町民
参 加 費　　**無　　料**
＊当日は赤い羽根共同募金にご協力願います。
各　　賞　　入賞景品・参加賞をたくさん用意しております。
申込締切日　　**令和8年8月31日(月)**　**※期日厳守**
申 込 先　　せたな町社会福祉協議会 大成地区
TEL 01398-4-6011　FAX 01398-4-6595

※用具の貸出及び送迎を希望される方は参加申込書に〇印を記入願います。

この大会は、赤い羽根共同募金配分金で実施しています。

---------- きりとり線 ----------

《参加申込書》

氏　名	生年月日	年齢	住所	用具	送迎	電話番号	性別
	昭和　年　月　日						男・女
	昭和　年　月　日						男・女
	昭和　年　月　日						男・女
	昭和　年　月　日						男・女
	昭和　年　月　日						男・女

せたな町 社協だより

No.８９

令和８年８月２７日発行
社会福祉法人
せたな町社会福祉協議会

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）

科　目	金　額
会費収入	1,344,900
寄付金収入	905,673
町補助金収入	35,883,000
共同募金配分金収入	1,698,858
受託金収入	4,004,102
貸付事業収入	75,430
事業収入	178,826
受取利息配当金収入	25,749
その他の収入	579,793
収入合計	44,696,331

≪支出≫　（単位：円）

科　目	金　額
人件費支出	33,278,335
事業費支出	2,233,099
事務費支出	6,866,364
返還金支出	1,501,446
貸付事業支出	143,710
共同募金配分金事業費	1,919,505
助成金支出	400,000
負担金支出	244,500
積立資金支出	385,552
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
◆ 要援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 … むろらん仲間の家（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髙野会長より表彰状を贈呈しました。



髙野会長



山本さん



長沼さん　水野さん　大島さん　四宮さん

★☆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

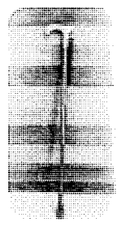
1ヵ月間程度まで（延長される場合は応相談）

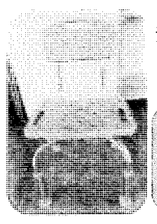
※ 数に限りがありますので、ご希望に沿えない場合があります。ご了承ください。

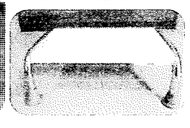
※ 貸出しする福祉用具は、リングプル交換によるものや、寄贈によりいただいたものです。


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