

2024
JULY 7

北檜山区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
	1 赤口 ●ますます元気教室 (転倒予防教室) 10:00~12:00(健康センター)	2 先勝 ●婦人科診療 受付/14:00~15:00 (せたな町立国保病院)	3 友引	4 先負 ●若松健康相談 9:30~11:30(イエローパレス) ●介護予防研修会 14:00~15:30(健康センター)	5 仏滅	6 赤口 ●ふれあい市場直売会 14:00~(ふれあい市場) ●せたな町健康づくりの 集い・ふれあい広場24 10:00~12:00《受付9:30~》 (せたな町民ふれあいプラザ)
7 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	8 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)	9 先負 ●耳鼻科巡回診療(予約制) 受付/13:00~(健康センター)	10 仏滅 ●丹羽健康相談 10:00~12:00(水仙パレス) ●法律・登記相談・行政相談 【無料・予約制】 函館司法書士会 ☎84-5111(役場総務課) 10:00~12:00(ふれあいプラザ)	11 大安 ●皮膚科巡回診療(予約制) 受付/13:00~(健康センター)	12 赤口 ●小児等予防接種 (BCG・MR・水痘・日本脳炎) 受付/15:15~15:45(国保病院) ●法律相談【無料・予約制】 函館弁護士会 ☎0138-41-0232(函館弁護士会) 13:00~16:00(ふれあいプラザ)	13 先勝 ●ふれあい市場直売会 14:00~(ふれあい市場) ●「飲酒運転根絶の日」 檜山地区決起大会 13:30~(ふれあいプラザ)
14 友引 ●【日曜当番医】 今金町国保病院 ☎82-0221 10:00~12:00、13:00~15:00	15 先負 海の日	16 仏滅 ●婦人科診療 受付/14:00~15:00 (せたな町立国保病院)	17 大安 ●JADック 受付/6:00~ (ふれあいプラザ)	18 赤口 ●JADック 受付/6:00~ (ふれあいプラザ) ●3~4か月児健診 受付/13:10~(健康センター) ●1歳6か月児・3歳児・ 5歳児健診 受付/13:10~(健康センター)	19 先勝 ●JADック 受付/6:00~ (イエローパレス) ●きたひやま温泉まつり 16:00~(温泉ホテル)	20 友引
21 先負 ●【日曜当番医】 道南ロイヤル病院 ☎84-5011 10:00~12:00、13:00~15:00	22 仏滅	23 大安 ●小倉山健康相談 10:00~12:00 (小倉山へき地保健福祉館)	24 赤口 ●乳幼児健康相談 受付/13:00~15:30 (健康センター)	25 先勝	26 友引 ●小児等予防接種(四混・ 五混・ヒブ・ロタ・HPV・小児 肺炎球菌・B型肝炎) 受付/15:15~16:15(国保病院)	27 先負 ●ふれあい市場直売会 14:00~(ふれあい市場) ●がっぱり海の幸フェスタ inわっためがして大成 11:00~(久遠漁港)
28 仏滅 ●【日曜当番医】 今金町国保病院 ☎82-0221 10:00~12:00、13:00~15:00	29 大安 ●ますます元気教室 (転倒予防教室) 10:00~12:00(健康センター)	30 赤口	31 先勝	令和6年 夏の交通安全運動 7月13日(土)~7月22日(月)		

せたな町立国保病院（7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月	2火	3水	4木	5金
午前	予約外		高宮	井内	大島	渡部	中島
	予約外			大島	棒田（予約）	佐藤	高宮
午後	予約外		中島	井内	中島	渡部	休診
	予約外			佐藤	棒田（予約）		
夜間診療							

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

		14 日	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金
午前	予約外	日曜当番医	(海の日)	井内	高宮	渡部	中島/高宮
	予約外	今金国保病院		中島	竹之内（予約）	佐藤	古山（予約）
午後	予約外	10:00～12:00		井内	中島	渡部	休診
	予約外	13:00～15:00		佐藤	竹之内（予約）		
夜間診療		☎82-0221					

		21 日	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金
午前	予約外	日曜当番医	高宮	大島	大島	渡部	中島
	予約外	道南ロイヤル病院	森（予約）	森（予約）	小林（予約）	佐藤	高宮
午後	予約外	10:00～12:00	佐藤	佐藤	中島	渡部	休診
	予約外	13:00～15:00			小林		
夜間診療		☎84-5011				中島	

		28 日	29 月	30 火	31 水		
午前	予約外	日曜当番医	中島	井内	大島		
	予約外	今金国保病院	高宮	大島	棒田（予約）		
午後	予約外	10:00～12:00	佐藤	井内	中島		
	予約外	13:00～15:00		佐藤	棒田（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10時から

11日（木） 25日（木）

神経内科【予約制】（札幌西円山病院：中山医師）

10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8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

2日（火） 16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】 ※7月の整形外科は午前からのみの診療となります。

8日（月） 9日（火） 22日（月） 23日（火） ※隔週の月・火

※森医師の整形外科の診察は予約の患者様に限らせて頂きます。

※ 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。

※ かぜ症状のある患者様の診察は、「発熱外来」で行っております。

受付時間は、平日の午後2時から午後3時までとなっております。

ご来院前に必ず電話でご相談ください。 ☎（0137）84-5321

せたな町立国保病院 ☎（0137）84-5321

瀬棚診療所（7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4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 月	2 火	3 水	4 木	5 金
午前		大島		佐藤		
午後				大島		
	7 日	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金
午前	日曜当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	大島		佐藤		
午後				大島		
	14 日	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金
午前	日曜当番医 今金国保病院 ☎82-0221	(海の日)		佐藤		
午後				佐藤		
	21 日	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金
午前	日曜当番医 道南ロイヤル病院 ☎84-5011	大島		佐藤		
午後				大島		
	28 日	29 月	30 火	31 水		
午前	日曜当番医 今金国保病院 ☎82-0221	大島		佐藤		
午後				大島		

【担当医師紹介】

大島 幸恵（おおしま ゆきえ）医師
佐藤 南斗（さとう なんと）医師

せたな町立国保病院内科医長（瀬棚診療所長）
せたな町立国保病院内科医長

【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】 予約制（八雲総合病院）※5日13時までに健康センターへご連絡ください
9日（火）健康センター 受付 13：00～14：30（☎84-5984 保健推進係）

【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、8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
2日（火）、16（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）
8日（月）、9日（火）、22日（月）、23日（火）の午前のみ

※森医師の整形外科の診察は予約の患者様に限らせて頂きます。

※ 発熱や咳など、かぜ症状のある患者様は、国保病院の「発熱外来」を受診していただきます。
受付時間は、平日の午後2時から3時までとなっております。

ご来院前に必ず電話でご相談ください。 ☎（0137）84-5321 国保病院

瀬棚診療所 ☎（0137）87-2470

せたな町次世代型店舗づくり事業補助金の実施について

令和6年6月27日

せたな町長 高 橋 貞 光

せたな町では、商工業者等が行うキャッシュレス決済導入や店舗等の省エネ及びランニングコスト低減を目的に店舗等を整備する経費の一部を助成し、顧客の利便性の向上と商業等の活性化を図るため「せたな町次世代型店舗づくり事業補助金」制度を実施いたします。

※事業期間：令和6～8年度

せたな町次世代型店舗づくり事業補助金の概要

せたな町内の商工業者などを対象とし、キャッシュレス決済の導入や店舗等環境整備事業、低コスト対策支援事業の経費に対し補助するものです。

① キャッシュレス決済導入

対 象 者：せたな町内の事業者等

対象事業：決済システム導入に係る機材等の購入経費（手数料等は対象外）

② 店舗等環境整備

対 象 者：せたな町内の事業者等

対象事業：店舗等環境整備として、屋根、天井、壁、床、窓、玄関のリフォームに係る経費及びトイレの水洗化に要する経費（新築時の経費、撤去費用のみの経費、シャッター改修経費は対象外）

③ 低コスト対策支援

対 象 者：せたな町内の事業者等

対象事業：ランニングコスト低減を目的とした省エネ効果が認められる機材・設備等の購入経費及び新紙幣や新硬貨対応に要する経費（車輛、パソコンは対象外）

※補助メニュー（①～③）の経費に対して補助し、複数実施の場合は合算した経費に対して補助となります。（補助率等：1／3以内、補助上限100万円、対象経費の下限30万円）

詳しい内容につきましては、下記担当課へお問い合わせください。

問い合わせ先

せたな町まちづくり推進課（商工労働観光係）

TEL 0137-84-5111 FAX 0137-84-4657

令和6年6月27日

各位

北部松山衛生センター組合
せたな町

住民説明会開催のお知らせ

—家庭ごみの分け方・出し方について—

日頃より、北部松山衛生センター組合の運営につきまして、ご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、当組合では先にチラシでお知らせしたとおり、資源回収率の向上を図ることを目的に、本年10月から資源ごみ処理手数料を無料とするため準備を進めております。

このことにより、資源ごみの出し方を変更することから、これを契機に、改めて家庭ごみの分け方・出し方などについての説明会を次のとおり実施することとしましたので、ご参加くださいますようご案内いたします。

記

開催日時	会場
7月16日（火）午後2時00分～	若松基幹集落センター
7月17日（水）午後2時00分～	丹羽活性化センター
7月23日（火）午後2時00分～	瀬棚町民センター
〃 午後7時00分～	〃
7月25日（木）午後2時00分～	せたな町民ふれあいプラザ
〃 午後6時30分～	〃
7月29日（月）午後2時00分～	太櫓はまなす荘
7月30日（火）午後3時00分～	大成町民センター
〃 午後6時30分～	〃



問合せ先
北部松山衛生センター組合事務局総務係（電話：0137-86-0070）
せたな町役場町民児童課環境衛生係（電話：0137-84-5113）



7月 認定こども園きたひやま 子育て支援室おひさま便り

TEL 84 - 5855

2024年6月27日

暑い日もあり、肌寒い日もあり、なかなか夏気分が味わえませんね～
ハッキリとしない気まぐれ天気にも負けず、元気に夏の遊びをしていきたいと思います。
「子育て支援室」はお母さんが安心して子育てができるように、そしてお子様が
健やかに成長できるようにサポートしていきます。気軽に遊びに来てくださいね♪

7月の予定表 …活動内容が変わる事もありますのでご了承下さい。

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
午前	支援室開放日	おひさま一む 「作って遊ぼう(七夕)」	おはなしトントンの会	おひさま一む 「外で遊ぼう」	支援室開放日
午後	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)
	8	9	10	11	12
午前	支援室開放日	おひさま一む 「外で遊ぼう」	おはなしトントンの会	おひさま一む 「自由に遊ぼう」	支援室開放日
午後	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)
	15	16	17	18	19
午前		おひさま一む 「作って遊ぼう」	おはなしトントンの会	おひさま一む 「自由に遊ぼう」	支援室開放日
午後		(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)
	22	23	24	25	26
午前	支援室開放日	おひさま一む 「自由に遊ぼう」	おはなしトントンの会	おひさま一む 「外で遊ぼう」	支援室開放日
午後	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)
	29	30	31	*天気のよい日には予定になくても、水遊び(外遊び)を予定することもありますので、着替え、帽子、水分の持参をお願い致します。	
午前	支援室開放日	おひさま一む 「外で遊ぼう」	おはなしトントンの会		
午後	(子育て相談日)	(子育て相談日)	(子育て相談日)		

【教育利用児の夏休みの支援室のご利用について】

こども園教育利用の兄・姉に限り、夏休み期間中の下記日程にご一緒に支援室を利用することができます。事前に子育て支援室へご連絡下さい。区を越えての利用もO.Kです。

7/29(月)・8/5(月)・8/19(月)《時間9:30～11:30》

TEL (0137) 84-5855

*今年度はじめて支援室・おひさま一むをご利用の方は、必ず電話でお問い合わせ下さい。

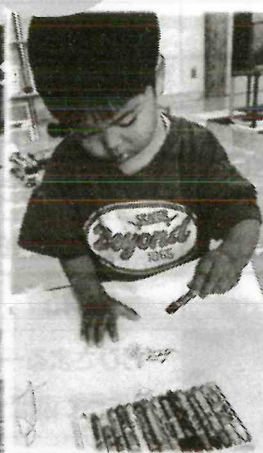




おひさまる一む写真集



カタツムリ制作♪
かわいく、個性豊かな
カタツムリができあがりました。



おひさまる一む

9:30~11:30 自由遊び※時間は前後することがあります
(遊具での室内、制作、外遊びなど...)

11:10~11:30 体操、手遊び、絵本、紙芝居など...

*対象年齢*0歳~6歳の未就園児【必ず保護者と一緒】
《こども園や保育所とのかけもちはできません。》

おはなしトントンの会

毎週水曜日に開放しています。参加するメンバー
を登録して、親同士の責任で自主的に遊べる日です。
この日は、絵本の貸し出しもしています。
どうぞ遊びに来て下さいね~!
水曜日 9:30~11:30

支援室開放日

自由に支援室を利用できる日として「支
援室開放日」を設けました。親子で遊ぶ場
としてご利用下さい。

月・金曜日 9:30~11:30

子育て相談日

子育てに正解はありません。困ったり、悩ん
だり、迷ったり、イライラしたり...
そんな気持ちを誰かに伝えてみませんか?
気軽にご相談下さい。

★「相談」を受け付ける場のため、一般利用者
は利用できません。
※ご理解、ご協力宜しくお願いいたします。

月曜日~金曜日 13:00~16:00

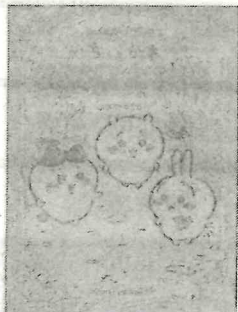
回覧 図書だより 7月

発行:情報センター 担当:佐々木 TEL:0137-84-5342

新刊他にも
あります!



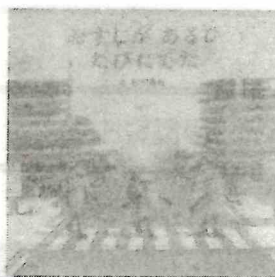
新刊本(児童書)



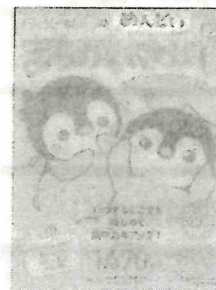
ちいかわ366日大辞典



ちいかわとっておきの
ナゾトキ



おすしがあひ
たびにでた



ぺんたと小春のめんど
いまちがさがし

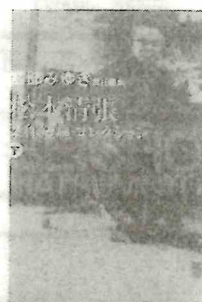
新刊本(一般書)



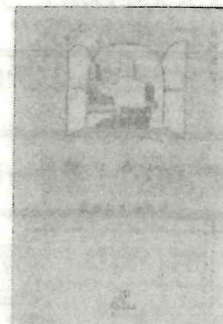
松本清張傑作短編コレク
ション上



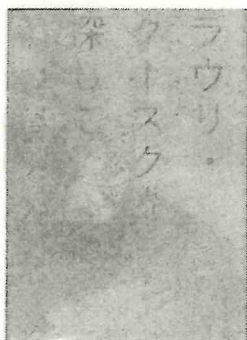
松本清張傑作短編コレク
ション中



松本清張傑作短編コレク
ション下



親愛なるレニー



ラウリ・クースクを探して



太陽の子ー日本がアフリ
カに置き去りにした秘密



みどりいせき



成瀬は信じた道をいく



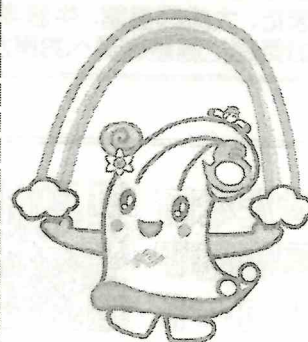
一週間2,000円 ひとり
暮らしごはん



ミシンと金魚



アトム的心臓



◎◎他館おすすめ本◎◎

◆大成図書館◆

・大成区都386番地
・TEL:01398-4-6161
・開館時間:10:00~17:00(12時~13時まで閉館)



意味がわかるとおもしろい! 世界のスゴイ絵画	佐藤晃子	魂婚心中	芦沢 央
海のなかの観覧車	菅野雪虫	ドクターテスの再臨	中山七里
ゆうびんです	松屋真由子	私の身体を生きる	西加奈子
ロバのおはなし	よしだるみ	谷から来た女	桜木紫乃

◆生涯学習センター◆

・瀬棚区本町651
・TEL:0137-87-3901
・開館時間:10:00~17:00(12時~13時まで閉館)

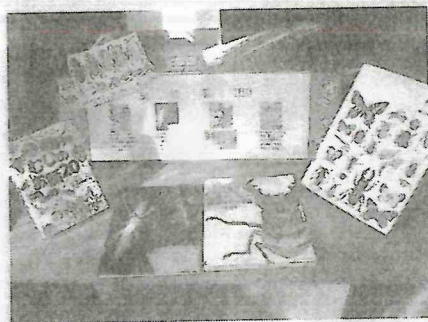


妖怪オノマトペ	石津 ちひろ	ゆるDIY	さしや
オスメスすかん どっちがオス?どっちがメス?	今泉 忠明	六十路通過中	群 ようこ
マインクラフト ハチのなんもん	ニック・エリオポラス	忙しくてもパパッとおいしい平凡ごはん	平凡な夫婦
まほうのマーメイド	茂市 久美子	ドクダー・テスの再臨	中山 七里

お知らせ

むし特集・どうぶつ特集!!!

おはなしひろば

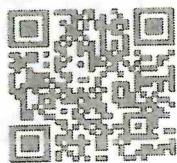


夏と言えば虫! おもしろい虫がいっぱい載っている本をご用意しています! あとは動物の本もありますよ! かわいい&カッコイイ&強そう……などなど、お気に入りの動物をさがしてみてくださいね!

7月27日
開催予定です
♪♪

◎読みたい本などのリクエストを随時受け付けております。
また、大成図書館、生涯学習センターの本を、取り寄せることも可能です。
お気軽に施設職員へお声かけください。

せたな町
図書館HP
QRコード



情報センター(北檜山区北檜山266番地)
TEL:0137-84-5342

◆開館時間 10:00~17:00 (うち12:00~13:00まで休館)

◆休館日 7月1日(月)、8日(月)、16日(火)、22日(月)、29日(月)

子どもの「育ち」に優しいまなざしを

「言葉が遅い、目と目を合わせない、集団の中に入れない、こだわりが強い・・・。」

回りの同年代の子ども達と比べて、我が子の「育ち」が気になることが多々出てくるのが2歳を過ぎた頃からでしょうか。

発達障害の特性を持つ子ども・保護者と長らくかかわっている児童精神科医の田中康雄さんは、子どもの育ちや発達を心配して来院する方々に、医師として次のような「診立て」をしています。

この「診立て」は、多くの教育関係者はもとより、子育て真っ最中のお父さんやお母さんがわが子の「発達・育ち」をどう見るかという視点を整理してくれます。

■ 「診立て」：治療方針を決めるために、患者さん本人や家族など周囲の方のお話を伺ったり、必要な場合には検査をしたりして、その方がどんな状態にあるかを見極めること。

発達の診立ての3つの軸

1. 子どもの発達の診立て

○その子がどのような状態で、どのような思いでその言動に至ったのか。

(子どもの育ちの歩みを重視し、その子の気持ちに思いを馳せる)

○その子の脳はどのようなタイプなのか。

(何に困っているのか。「発達障害というものさし」も参考に)

○その子の個性・持ち味、「発達障害というものさし」に重ね合わせて見たときの特性など、複数の視点でその子への「理解」を深める。

2. 家族の診立て

○「わが子の何を確認したいのか・したくないのか」という家族の思いを聞き取り、親が抱くであろう複雑な思いも想像し続ける。

○両親自身がどういう育ちをしてきたか。

* 「私が子どもにしてきたことは、私がされてきたことに似ているんですね」と気づくお母さんも。まずはお母さんを支えることに。

○両親がわが子とどういった思いで向きあっているか。わが子の発達をどう理解し、医師に何を期待しているのか。

3. これまでの整理とこれからの見通し

○1と2の「診立て」の上で自分の「仮の理解」に基づいた説明をする。

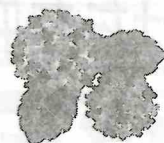
(間違っていることも多々あることを承知の上で)

○これから医師とできることと半歩先の見通しを伝える。

○合意に達したところから実行し、一緒に悩み、考え続ける。



「診断名」を超えてその子に近づく



田中医師は、「発達障害とは発達が障害されているのではなく、生活に支障をきたして『生活障害』になるときに診断されるものである」と指摘しています。

そういう意味で、子どもを「発達障害のものさし」に照らし合わせながらも、どういう力を持っていて、何につまづいているかを診立て、「友達関係はどうか?」「行動面での課題は?」「学習についていけるか?」など、生活場面での要素に着目し、その子の日常につながる手立てを考えていると。

「その子にどのような診断が付くか」と急ぐよりも、一人ひとりの思いや周囲との関係性について思いを馳せ、今できる生活の応援を考えることの方を大切にしていると言います。



「診断名」がもたらすプラス面・心配な面

◎「診断名」があることで、子どもの言動を理解するための1つの手がかり、いわば「共通認識」が持てる。

*診断名が付くことで、その子の生きづらさやつまづきが、本人の努力不足のせいでも、親の育て方のせいでもなく、「その子の脳のタイプによるものだから」という理解につながる。

▲「診断名」が付くことによって子どもの言動のとらえ方が狭まってしまう。画一的なものになってしまう心配がある。

■あるお母さんのエピソード■

「うちの子は自閉症スペクトラム症と診断されました。確かにミニカーを一行に並べたり、床屋のクルクル回るサインボールを飽きずに眺めていたり、電車や駅名をよく覚えていたりします。ほんとに教科書通りだなんて。でも、最近になって、小学校の教室から飛び出しちゃうことがあって……。もしかしたら自閉症スペクトラム症ではなくて、ADHD（多動症）になったってということでしょうか?」

その子に「なぜ教室を飛び出したの?」と聞

いたところ、その子は「勉強がつまらないんだ」と教えてくれました。

その診断名について熱心に勉強するほど、「〇〇な言動はこの障害特性」など、「その子に近づく」というよりも、「その名称のことを学ぶ」というふうになってしまうこともあります。

親御さんの一生懸命な思いの表れでもありますが、その子と育ち合う日々の楽しみが奪われてしまうのではないだろうか……。という心配もしてしまうのです。

参考文献：『発達障害』だけで子どもを見ないで その子の「不可解」を理解する（田中康雄）

子育ての悩みや心配なことがあれば まずは相談を

お子様のことで心配なことがあれば、担任の先生や各学校・認定こども園・保育所、教育委員会、保健福祉課の保健師、または、きらきらクラブ、今金高等養護学校にお気軽にご相談ください。

◆教育委員会 0137-84-6260

◆きらきらクラブ 0137-82-2583

◆保健福祉課 0137-84-5984

◆今金高等養護学校 0137-82-3121

せたな町特別支援教育連携協議会事務局

～『せたな町』のまちづくりに参加しませんか？～

北 檜 山 区 地 域 協 議 会 委 員 を 公 募 し ま す

地域住民の意見を行政運営に反映させ、地域における町民と町の行政との協働の推進を図ることを目的とする組織として「地域協議会」を設置しております。

このたび、より良いまちづくりを進めていくことを目的とした「地域協議会」の委員（一般公募枠）を下記のとおり公募することとしましたのでお知らせします。

【募集枠】

北檜山区（一般公募枠）2名以内

【委嘱期間】

任期：令和6年9月1日～令和8年3月31日

（今期を令和4年4月1日から令和8年3月31日としているので、残期間の委嘱となります）

■協議会の権限■

- (1) 町長その他町の機関により諮問されたもの又は必要と認めるものについて審議し、意見を申し述べます。
 - ・ 町が処理する地域自治区の区域に係る事務に関する事項、地域自治区の区域内に住所を有する者との連携強化に関する事項等。
- (2) 町の施策に関する重要事項であって、地域自治区の区域に係るものを決定し又は変更する場合は、あらかじめ地域協議会の意見を聞くこととなっています。
 - ・ 総合計画の基本構想の策定及び変更、公の施設の設置及び廃止等。
- (3) 住民及び諸団体等の意見の調整を行い、町民と行政との協働によるまちづくりを推進します。

■応募資格等■

- (1) 応募する地域自治区の地域に住所を有している方で、地域協議会の会議に出席できる方。
- (2) 18歳以上であること。（学生を除く）

■報 酬■

会議に出席した際は、報酬及び費用弁償を支給します。

■募集期間■

令和6年7月1日(月)～令和6年7月31日(水)【必着】

■応募方法■

応募用紙または、まちづくり推進課備え付けの応募用紙にご記入の上、お申し込み下さい。

■選考方法■

応募者の中から町長が委嘱します。

応募されましても委員にならない場合がありますので、ご了承ください。

■決定結果の通知方法■

直接本人あてに通知します。

■その他■

提出された応募書類は、返却いたしません。

■問い合わせ・申し込み先■

せたな町役場まちづくり推進課まちづくり推進係

（電話：84-5111 FAX：84-4657）

北檜山区地域協議会委員応募用紙

令和6年 月 日提出

地域協議会の委員に下記のとおり応募します。

地域区分	北檜山区		
ふりがな		性 別	男 ・ 女 (いずれかに○)
氏 名		生年月日	昭和・平成 年 月 日生
		年 齢	才 (申込み日現在)
住 所	〒 電話番号		
	せたな町北檜山区		
職 業			

◇これまでの経歴（職歴、社会活動の経験や現在実践されている活動など）と、応募の動機等について簡潔にご記入ください。

経 歴	
応募の動機	
まちづくりに 対する意見	

※この応募用紙にご記入のうえ、せたな町役場まちづくり推進課に提出してください。

※応募用紙に記入されている個人情報については、公募委員の選任事務以外には使用しません。



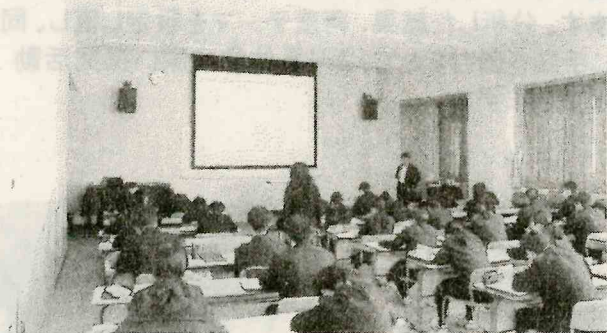
檜山北高
総合学科通信

鍊心大望

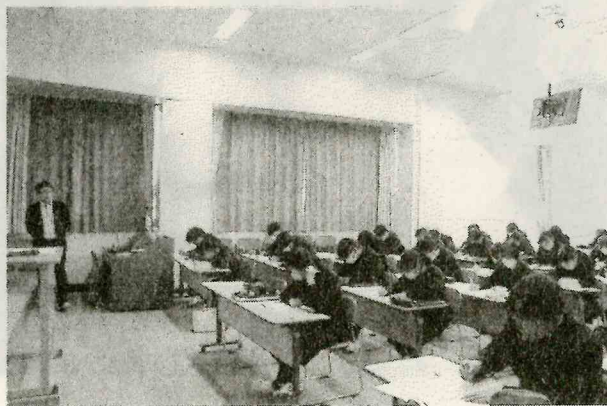
第28号 (令和6年6月発行)

1年次【キャリアⅠ】進路探究①オリエンテーション

4月12日(金)、キャリアⅠ進路探究①オリエンテーションが行われました。総合学科である檜山北高校の強みとして、多様な分野の学習ができ、多様な進路希望に対応できることが挙げられます。

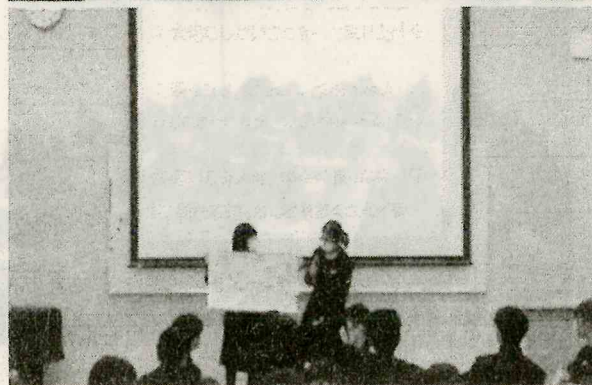
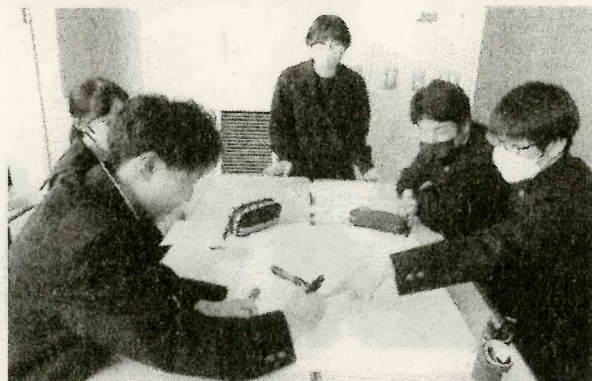


1回目のキャリアの授業では「君たちは学校を卒業すれば即社会人、そう考えると高校というのは自分が何をやりたいのかを一生懸命に考えて、やりたいことを決めて、そのための準備をするところ。その中で、本校のキャリア教育のテーマである『社会で生きていくために必要な5つの資質・能力』を常に意識して生活してほしい」という話がありました。



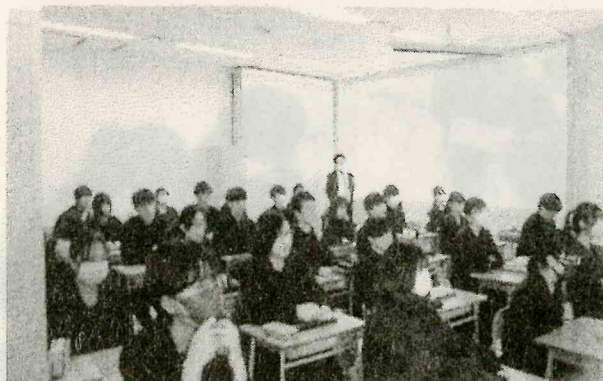
1年次【キャリアⅠ】進路探究②

5月2日(木)、キャリアⅠ進路探究②が行われました。学生(小学校・中学校)時代にどんなことを学び、それが社会に出たときにどんな場面で役に立つか、KJ法という手法を用いながら、グループ内で意見を出し合い、ディスカッションをしてまとめた上で、発表まで行いました。



2年次【キャリアⅡ】オリエンテーション

4月12日(金)、昨年度のキャリアⅠで行った「職業探究」「進路探究」「ライフプラン」を元にして、今年度は本格的な探究活動がスタートします。本時は、オリエンテーションを実施し、この1年間どんなことを学ぶのか、活動していくのか、最終的な到達点はどこなのかを学習しました。キャリアⅡでは、「課題研究準備」「地域探究」の2つの単元を実施していく予定です。



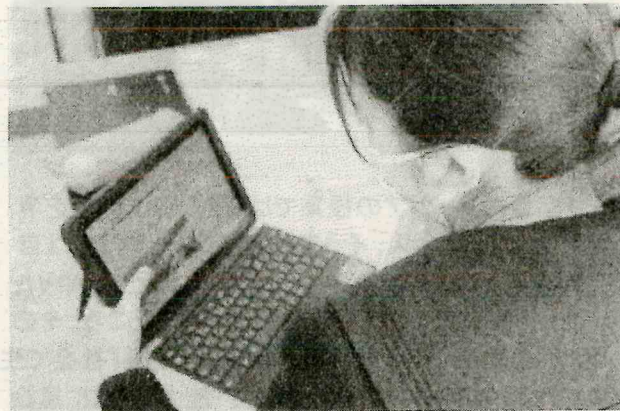
2年次【キャリアⅡ】地域探究準備①

4月25日(木)より「地域探究準備」がスタートしました。「探究」って何?どんなことをするの?探究のプロセスを説明しながら、実際にコンセプトマップを使い、課題の発見の仕方を学習しながらテーマを考えました。



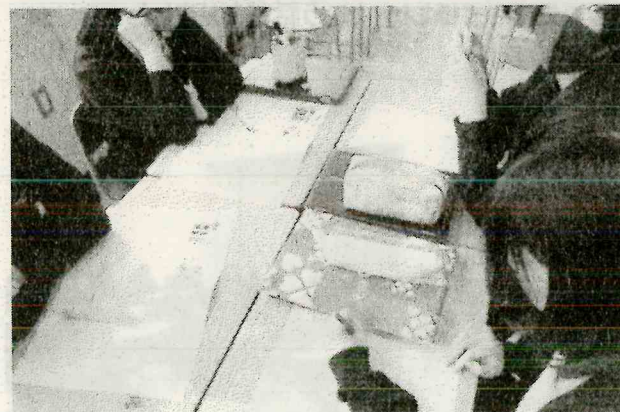
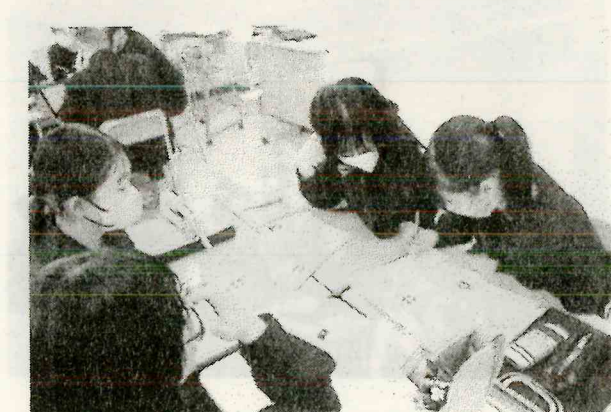
2年次【キャリアⅡ】地域探究準備④

5月17日(金)の地域探究準備④は、設定したテーマで探究活動をしていく中で、必要になる情報を収集し、分析する作業を行いました。分析した結果から、自分たちの手ではできることは何かを考え、外部の方や機関にご協力いただきながら、実践するという流れを本単位ではシュミレーションします。分析した結果、再度テーマを設定し直し、同じ手順を踏むことで、より具体的で深い探究活動ができます。



2年次【キャリアⅡ】地域探究準備②

5月2日(木)は、前回設定したテーマを元にグループ分けをし、グループで探究するテーマを再度考えました。グループを作ることで様々な視点から課題が浮かび上がり、より深くテーマを考えることができました。今回設定したテーマを元に、次回は情報を収集し、整理し、分析していく作業に入っていく予定です。





今月はいはびりテーション科が担当いたします！

認知症の気づき チェックリスト

さっそく簡単なチェックをしていきましょう！

	全くない	時々ある	頻繁に	いつも
1 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなる	1	2	3	4
2 5分前に聞いた話を思い出せないことがある	1	2	3	4
3 「いつも同じ事を聞く」等物忘れがあるとと言われる	1	2	3	4
4 今日が何月何日かわからないことがある	1	2	3	4
5 言おうとしている言葉がすぐに出てこない	1	2	3	4
6 貯金のおし入れや公共料金の支払いができない	1	2	3	4
7 1人で買い物に行けない	1	2	3	4
8 バスや自家用車などを使って1人で外出できない	1	2	3	4
9 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができない	1	2	3	4
10 電話番号を調べて、電話をかけることができない	1	2	3	4
合計				点

現在の医学で認知症の完治は難しいとされています。
そのため、早めの予防が重要です。
今日からできる予防方法は…

裏面へ⇒

道南ロイヤル病院
公開医療講座

かわら版

vol. 49/ 6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

初夏にぴったり！

【たたききゅうりの梅かつお和え】

管理栄養士:大槻 瑠夏



今回はたたききゅうりの梅かつお和えをご紹介します！
梅干しには、クエン酸が含まれています。

クエン酸には、疲労回復効果があり、夏が近づいてきて疲れが蓄積しやすくなってくる今の季節にぴったりです。

材料 (2人前)

きゅうり 1本
梅干し 1個
ごま油 小さじ1/2
白いりごま 小さじ1/2
かつお節 2g



①きゅうりをジップロックに入れて、麺棒でたたく。

②梅干しは種を取り除き、①にちぎり入れる。ごま油、白いりごま、かつお節を加えて混ぜ合わせ、全体に味がなじんだら器に盛り付けて完成。

【皮膚科外来診療案内】

皮膚科外来診療のお知らせ

R6年6月とR6年7月の皮膚科外来診療は下記の通りとなります。

< 令和6年6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	

< 令和6年7月 >

日にち	午前診療	午後診療
5日(金)		14:00~16:00 ※病棟回診後
6日(土)	8:30~11:30	
19日(金)		14:00~16:00 ※病棟回診後
20日(土)	8:30~11:30	

※令和6年5月より金曜日の受付終了時間が16:00となります。
* 金曜午後の診療は病棟回診後の14:30頃開始となります。
* 病棟回診の状況によっては時間が前後することもあります。

地域医療連携室 令和6年5月27日

結果は？

20点以上の場合は認知機能や生活機能に支障が出ている可能性があります！



認知症の予防には… **有酸素運動が効果的！**

普段あまり運動をしない中高年が、20～40分の有酸素運動を週4日、半年間続けると一部の認知機能の改善がみられることが、介入研究で発表されております。

【有酸素運動による効果】 ①アルツハイマー型認知症発症予防、糖尿病、高血圧予防
②発症を遅らせる血流UP
③食生活、禁煙などと併せて生活習慣を整える

【有酸素運動のご紹介】※今回は**座って**できる運動を紹介します

①足蹴り



イスに座って足を曲げ伸ばしします。
イスに座ってまっすぐ前や、ななめ方向に足を出し、空気を蹴るイメージで行います。

左右20回×2セット

②もも上げ



イスに深く腰掛け、手で座面の側面を持って支えます。息を吐きながら足を上げ、膝を胸に近づけ、息を吸いながら足を下ろします。

左右20回×2セット

③平泳ぎの様に手回し



椅子に深く腰掛け、平泳ぎの要領で手を動かします。
手で空気を外に書き出すように大きく動かします。

5分間×2セット



豆知識

ケアマネジャーとは、介護保険サービスを利用する際に必要な介護のケアプラン(介護プラン)の作成や、利用者とサービス事業者の間の調整などを行う専門職です。一般的には『ケアマネ』と呼ばれています。

高齢者やその家族との介護相談を受け、適切な介護サービスを提案します。

計画書の作成：利用者の要望を考慮し、具体的な介護プランを立てます。

計画書の見直し：介護サービスの提供状況を定期的に確認し、必要に応じて調整します。

要介護認定の書類作成代行：要介護認定の手続きをサポートし、必要な書類を作成します。

在宅で介護にお困りの時、介護保険の必要が出てきた時、気軽に相談できる強い味方です。

6月のかわら版の発行が当院の都合により第2木曜日から第4木曜日に遅れました事をお詫びします。





署所在地交番 だより

せたな警察署
TEL
(0137)84-6110

長距離は ひといきついて 心にゆとりとやさしさを
夏の交通安全運動の実施！！

7月13日（土）から7月22日（月）までの10日間実施されます。

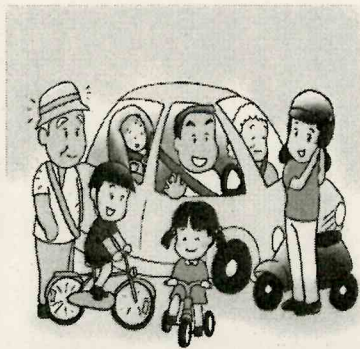


～交通事故防止のポイント～



○ ドライバーの皆さんへ

- 1 スピードの出し過ぎや無理な追越しは、正面衝突や路外逸脱事故など重大な交通事故を招く可能性があるため、交通ルールをしっかりと守り、安全運転に努めましょう。
- 2 車に乗ったら、全ての座席でシートベルトを着用しましょう。
- 3 長時間の運転をする際は、適宜休憩して、眠気を感じたら無理な運転の継続はやめましょう。



○ 自転車利用の皆さんへ

自転車は車の仲間です。

自転車に乗車する際はヘルメットを着用し、交通ルール・マナーをしっかりと守りましょう。

○ 歩行者の皆さんへ

斜め横断や、無理な横断は大変危険な行為です。

横断歩道を利用し、信号を遵守するなど、交通ルール・マナーをしっかりと守りましょう。

飲酒運転をしない・させない・許さない そして見逃さない！

道民みんなでゼロを実現！

7月13日は 飲酒運転根絶の日

運転するなら
ソフトドリンク

ご注文は
どちらですか？

お酒を飲んだら
公共交通機関や
代行の利用を！

7月13日～22日

夏の交通安全運動

飲酒運転
根絶の日

七月十三日は

七月十三日から二十二日までの十日間「夏の交通安全運動」が実施されます。
行楽シーズンを迎え、運転手の皆さんは長距離運転に伴う速度超過や居眠り運転に注意してゆとりを持った運転を心がけましょう。
また、酒類を提供するイベントも多く開催され、飲酒の機会も増える時期ですが、せきたな警察署管内でも今年からは春から例年を大きく上回る件数の飲酒運転が検挙されています。
「飲酒運転はしない、許さない、見逃さない、悲惨な事故を防ぎましょう。」

- 飲酒は運転に必要な判断能力を低下させる
- 判断能力の低下は重大な交通事故を招く
- 重大な交通事故は人の命を奪う



飲酒運転しなくても罰せられます！
同乗罪 酒類提供罪 車両提供罪
飲酒運転の根絶を！
北海道警察

北海道警察官募集中

第1次試験 9月22日(日)

令和六年度第二回北海道警察採用試験が七月一日から開始されます。
約二五〇名の規模採用を予定しています。
三十三歳未満で、八月十六日以前に満十八歳以上となつていて、軽微な犯罪歴がない方が、ぜひ応募してください。

若松地区町内会
花見会の様子



若松駐在所

大西 政志
電話 0137-85-1242



夏の海 少しの油断が事故のもと

- 指定された遊泳区域内で泳ぐ。
- 子供から目を離さない。
- 体調不良時や飲酒後は泳がない。
- 釣りをする時は必ず救命胴衣を着用する。
- 水上オートバイで遊泳区域内に入らない。

北海道警察 [https://twitter.com/HP_1111]

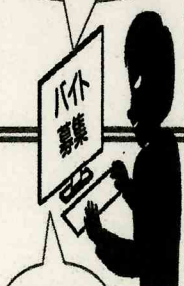
ルールとマナーを守って
安全に楽しみましょう

気温が高くなり、海や川、プールなどのレジャーが増える時期ですが、毎年水難事故により命を落とす方もおり、注意が必要です。
若松駐在所管内では今年も太櫓海水浴場が開設され、海に限らず川やプールでも危険が伴います。
速さ、水深、波の高さや流れなどに十分注意するとともに、お子様連れの方は子どもが目を離さないように注意しましょう。

青少年の非行・犯罪被害防止全国強調月間

夏休み時期は、お祭りなど、きつかけに飲酒、喫煙を始めたり、SNSを通じて知らない人と連絡を取り、犯罪に巻き込まれることなどが心配されます。
また、「闇バイト」「裏バイト」は特殊詐欺や強盗などの犯罪に加担させられる危険性があります。
進学などで子どもと離れて暮らしている方もいると思います。子どもたちの変化に注意して非行、犯罪被害を防止しましょう。

物にとり行くだけ



簡単にできる