

回 覧

狂犬病予防注射の実施について

犬の飼い主は、飼い犬に生涯一度の登録と、毎年4～6月の間に、狂犬病予防注射を受けさせる義務があります。

つきましては、裏面日程表により集合注射を実施しますのでお知らせします。
なお、日程があわない場合は、動物病院にて受けさせていただきます。

記

- ◆接種が必要な犬 生後 **3か月**以上の飼い犬
- ◆日時及び場所 5月25日(月)～27日(水)
※詳細は、**裏面日程表**のとおりです。
- ◆手 数 料 登録済みのとき(注射のみ) 3,240円
未登録のとき(登録と注射) 6,240円

【登録料及び注射料金は、なるべく **釣り銭の無いよう** ご協力願います。】

◇飼い主が生活保護世帯の場合、注射済票交付手数料(550円)と登録料金(3,000円)が無料になりますので、保護世帯である事を証明できる書類を当日会場に持参して下さい。ただし、注射技術手数料(2,690円)は有料となります。

◆留 意 事 項

◇飼い犬は、生涯に一度登録を行い(狂犬病予防法第4条)、年に1回の狂犬病予防注射を受けること(狂犬病予防法第5条)が法律で義務付けられています。(違反すると罰則規定がございます。)

◇集合注射会場には、咬傷事故防止のため、必ず犬をしっかり抑えられる人が連れてきてください。犬を抑えることができないと、注射を受けられない場合があります。

◇犬の所在地や所有者が変更したとき及び犬が死亡したときは、町民課環境衛生係に届け出て下さい。

担当：町民課環境衛生係

TEL 84-5113・内線(1136)

裏面に日程表があります

狂犬病予防注射 日程表

月 日	時 間	場 所	時 間	場 所
5 月 25 日 (月)	9:10 ~ 9:30	太 櫓 郵 便 局 前	※ 前年と時間や場所が変更となっていますので、ご注意ください。	
	10:00 ~ 10:10	元 東 雲 宅 前		
	10:15 ~ 10:20	加 藤 幸 男 宅 前		
	10:25 ~ 10:30	新函館農協若松支店倉庫前		
	10:40 ~ 10:45	日 置 達 雄 宅 前		
	10:50 ~ 11:00	多 田 鷹 彦 宅 前		
	11:20 ~ 11:25	近 藤 武 彦 宅 前		
	11:30 ~ 11:35	山 口 勝 宅 前		
	11:40 ~ 11:45	旧二俣小学校前		
	11:50 ~ 11:55	赤 堀 健 一 宅 前		
5 月 26 日 (火)	9:05 ~ 9:10	水 野 武 敏 宅 前	13:05 ~ 13:15	西 丹 羽 会 館 前
	9:15 ~ 9:20	浮 島 公 園 駐 車 場	13:20 ~ 13:25	下 中 会 館 前
	9:25 ~ 9:30	愛知集落センター前	13:30 ~ 13:35	丹羽活性化センター前
	9:35 ~ 9:40	兜 野 会 館 前	13:40 ~ 13:50	旧ファミリーショップ光さん前
	10:00 ~ 10:05	鍋 坂 会 館 前	14:05 ~ 14:10	元 目 名 会 館 前
	10:10 ~ 10:15	植 村 牧 場 入 口	14:10 ~ 14:15	照 井 春 夫 宅 前
	10:30 ~ 10:35	東 間 一 穂 宅 前	14:20 ~ 14:25	惣 蔵 幸 男 宅 前
	10:40 ~ 10:45	赤 石 農 園 前	15:10 ~ 15:20	旧小倉山小学校前
	10:50 ~ 10:55	高 橋 畜 産 前		
	11:00 ~ 11:05	小 野 直 輝 宅 前	※ 前年と時間や場所が変更となっていますので、ご注意ください。	
11:10 ~ 11:15	平 川 恵 美 宅 前			
5 月 27 日 (水)	9:05 ~ 9:20	豊岡上団地公園	13:05 ~ 13:30	北 檜 山 会 館 前
	9:25 ~ 9:40	町 民 体 育 館 前	13:35 ~ 13:55	運 動 公 園 入 口
	9:45 ~ 9:50	道南農業共済前	14:00 ~ 14:30	役場除雪センター横
	9:55 ~ 10:00	井 上 建 設 前	※ 前年と時間や場所が変更となっていますので、ご注意ください。	
	10:05 ~ 10:15	新 矢 板 金 前		
	10:20 ~ 10:30	ふれあいプラザ裏		
	10:35 ~ 11:00	農協整備工場前		

※ 時間は、多少前後する場合がありますので、ご了承願います。

回 覧

せたな町会計年度任用職員募集公告(教育委員会)

令和8年5月14日

せたな町教育委員会教育長 小 板 橋 司

令和8年6月採用会計年度任用職員を募集します。

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6月中旬 ～ 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5月27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、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。

渡島半島第2の高峰 金/マンガン鉱が眠る

遊楽部岳 1277m 登山会

主催：檜山北高山岳部 OB 会

後援：せたな町・せたな町教育委員会

期 日 令和8年6月14日（日曜日；雨天中止）

6：45 左俣川コース入口、嵯峨賢三氏顕彰碑前集合・開会式

7：00 左股登山口より登山開始

9：00 5合目（915m 標高点）

11：00 8合目（白別頭）

12：00 山頂にて昼食休憩

12：40 下山開始

13：40 8合目（白別頭）

15：20 5合目（915m 標高点）

17：00 左股登山口：現地解散

参加料 大人 5,000 円（保険料込み）、小・中・高校生 1,500 円（保険料込み）

申込み期限 令和8年6月5日（金）

参加条件 登り5時間弱・下り4時間半と上級の山です。

初心者の方をご遠慮ください。定員は先着15名。

小学生は4年生以上で保護者同伴の上参加願います。

小学生で登山経験のない方は、事前にご相談ください：kusakah52@gmail.com

引率者 日下 哉（檜山北高校岳部元顧問）、狩野恭一（山岳ガイド）、

垣本 猛（檜山北高山岳部 OB）ほか檜山北高山岳部 OB 会

申し込み 日下 哉（檜山北高校岳部元顧問）mail: kusakah52@gmail.com

せたな町まちづくり推進課商工労働観光係 山崎・松田（Tel 0137-84-5111）

※申し込みの際は、住所、氏名、生年月日、電話番号（携帯必須）をお伝え願います。

（保険加入時、及び緊急連絡のために生年月日、携帯番号が必要となります。）



町民公開講座

～慢性腎臓病とは何か？今日からできる腎臓を守る習慣～

日時 | 2026年6月13日（土）14:00～15:30

会場 | 八雲町総合保健福祉施設シルバープラザ ふれあいホール
住所：北海道 二海郡八雲町栄町13番地1

サテライト
会場 | 八雲町ふれあい交流センターくまいし館
せたな町健康センター
長万部町多目的活動センター（あつまんべ）

参加
無料

司会

阿部島 滋樹 先生 八雲総合病院 病院長

特別講演 14:00～14:50

『腎臓を守るために今日からできること』

中沢 大悟 先生 北海道大学病院 リウマチ・腎臓内科 診療准教授

講演① 14:50～15:10

『腎臓にやさしい食事』

相馬 葵 先生 八雲総合病院 栄養管理室

講演② 15:10～15:30

『腎臓を守るための“おくすりとの付き合い方”

～糖尿病薬物療法認定薬剤師が伝えたい大切なポイント～』

濱谷 忠佑 先生 八雲総合病院 薬局

2026年4月作成

メイン会場・サテライト会場地図

シルバープラザ ふれあいホール



八雲町ふれあい交流センターくまいし館



- 八雲町ふれあい交流センターくまいし館
住所:八雲町熊石雲石町135-2

- せたな町健康センター
住所:せたな町北檜山区徳島63-1

- 長万部町多目的活動センター（あつまんべ）
住所:長万部町字長万部36-2

せたな町健康センター



長万部町多目的活動センター（あつまんべ）



北檜山区児童公園

遊具一部撤去のお知らせ

日頃より、子育て支援の推進に格別なるご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

このたび、北檜山区の下記児童公園の老朽化した遊具を、撤去（全部または一部）することとなりましたのでお知らせいたします。

撤去作業の期間は令和8年6月上旬から中旬を予定しており、撤去作業中は公園を利用出来ませんのでご理解の程よろしくお願いいたします。

【対象児童公園】	【対象遊具】
寿団地子供遊園地	全部撤去
元町信金裏子供遊園地	一部撤去（太鼓梯子）
元町公園子供遊園地	一部撤去（シーソー）
若松子供遊園地	全部撤去

※なお、川沿団地の児童公園は、遊具の更新を行う予定（8～9月頃）です。
追ってLINE等で周知いたします。

（お問い合わせ先）

せたな町役場 健康センター内

せたな町こども家庭センター 子ども子育て支援係

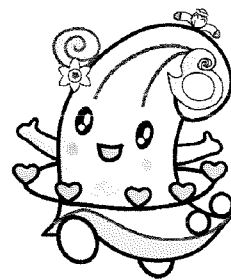
TEL：84-5115

FAX：84-5065

まちづくりモニターを募集します！

せたな町では、町民参加の協働のまちづくりを目指し、町民の皆様が何を望み、期待しているかを的確に把握し町政に反映させるため、まちづくりモニターを募集します。

まちづくりモニター制度は個人の意見を尊重し、特定の意見にかたよらない、町民の皆様の意向を町政に反映させることを目的に実施します。



◎モニター員の仕事

年に数回アンケートに答えていただくほか、地域における耳寄りな情報や町政への意見などをお寄せください。

専門的な知識は必要ありません。町政に対する率直な意見をお待ちしています。

【過去のアンケート内容】

- ・「広報・ホームページ・LINE」について
- ・「住宅に関する施策」について など

申込期限 令和 8 年 6 月 1 日（月）

◆応募要件

せたな町民で、令和 8 年 4 月 1 日現在、満 15 歳以上の方
ただし、以下に該当する方はできません

- ① 教育委員、選挙管理委員、監査委員、農業委員、町議会議員など公職に就いている方
- ② ①に該当する方と同じ世帯の方
- ③ 同じ世帯にまちづくりモニターがいる方（過去にモニターだった方は含みません。）

◆謝礼

アンケートの回答 1 回につき、せたな町共通商品券（500 円分）

◆募集人数

42 人（応募者多数の場合は、地域・年齢・性別を考慮し、選任）

◆任期

委嘱した日から令和 9 年 3 月 31 日まで

◆申込方法

ホームページやLINE、メール、電話でお申し込みください。

町ホームページ：<https://www.town.setana.lg.jp/> 「お問い合わせフォーム」からお申し込みください。

町公式LINE：「総合メニュー」の「予約申込」からお申し込みください。

メール：setana.machidukuri@town.setana.lg.jp

ホームページ 公式LINE



問い合わせ先

まちづくり推進課広報統計係 TEL：0137 - 84 - 5111 FAX：0137 - 84 - 4657

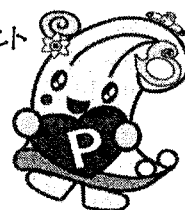
回
覧

もの忘れが気になる人もそうでない人も
年に1回、記憶力チェック！

40歳以上の町民対象

あたまの健康チェック のご案内

碑こつポイント
対象事業



検
査
無
料

令和8年 **5月28日(木)**

受付 9:00 ▶ 11:30

会場 **せたな町健康センター**

[高精度な記憶力チェック検査]

- ✓ 15分程度でできる、10個の単語を繰り返し思い出してもらう対面式記憶力チェック検査です。厚生労働省の研究事業や医療機関での脳ドック等でも活用されています。

[認知症の有無を診断する検査ではありません]

- ✓ 年に1回受けることで、経年的に認知機能の変化がわかります。認知症の前段階である「軽度認知障害(MCI)」を早期発見・認知症予防につながります。

[認知症のリスク要因は？]

- ✓ 糖尿病・高血圧・脂質異常症・喫煙・運動不足・閉じこもり気味・睡眠不足・お酒の量が多い・耳の聞こえにくさがある・脳血管性疾患・頭部外傷・歯周病等、様々です。

[ご自宅でも受けることができます]

- ✓ 年間を通して検査を実施しています。平日(8:30~17:15)でご希望の日程・場所で検査ができます。職員がご自宅に訪問しての検査も可能です。お気軽にお申し込みください。

お申込み・お問合せ お申込みのしめきりは5月26日(火)まで

せたな町地域包括支援センター ☎ 84-5699

せたな町介護サービス事業所連絡会議から求人のお知らせです

町内の介護サービス事業所では、色々な分野の職員を募集しています。
資格や経験の有無などに関わらず働ける職場もありますので、興味のある方は、直接事業所までご連絡ください。

令和8年5月1日現在

No.	施設名	募集職種や要件等	事業所名	連絡先
1	特別養護老人ホーム きたひやま荘	看護職員(正職・パート) 調理員(パート) 若干名 年齢不問。勤務日数等要相談。 事前見学歓迎。	社会福祉法人 雄心会	0137-84-5557
2	きたひやま荘 短期入所生活介護事業所			
3	小規模特別養護老人 ホームせたな雅荘			
4	デイサービスきたひやま	介護職員(正職)		
5	特別養護老人ホーム 大成長生園	事務員(経理担当) 1名 (送迎業務あり)	社会福祉法人 大成慈恵会	01398-4-6411
6	グループホームはるかぜ	介護職員(介護福祉士) (正職・パート) 若干名 夜勤ができる方歓迎。 事前見学歓迎。	有限会社 ケアステーション せたな	0137-87-2710
7	デイサービスさくら	送迎運転業務:ハイエース 等・介護職員(各パート) 若干名 ※年齢不問。資格は受講料 (テキスト代除く)を弊社が 立替え、関連会社の研修で国 家資格取得まで応援します。	株式会社 福祉ケア	0137-84-5050
8	ヘルパー灯り	訪問介護員(介護職員初任 者研修以上の有資格者) 若干名 パート(年齢不問・兼業可) 勤務日数・時間等相談に 応じます	有限会社 松神建設	0137-85-1188
9	道南ロイヤル病院 訪問リハビリテーション	介護職員 若干名 PT・OT・ST 若干名 介護支援専門員 1名 正規、嘱託、パート 随時募集中!	医療法人財団 明理会 道南ロイヤル病院	0137-84-5011
10	道南ロイヤル病院 通所リハビリテーション			
11	道南ロイヤル病院 居宅介護支援事業所			

生活習慣病について正しく知ろう!

保健師・管理栄養士による **健康講話** のご案内

元気を応援する教室として実施している「元援project」。

今回は糖尿病について、クイズを交えながら健康講話と身近な食材を使った簡単レシピの紹介をします。ぜひ、ご参加ください!

日時

令和8年 **5月28日** 木
9時00分～9時30分

内容

『**知って防ぐ糖尿病**』
～今の生活、見直してみませんか?～

場所

せたな町健康センター

講師

保健師・管理栄養士

定員

30名

料金

無料

“せたな健こつポイント”
対象事業です!



※当日はそのままご参加いただけますが、事前にお申込みいただくと、受付がスムーズになり待ち時間を短縮できます。

※当日は健康講話後、同会場で**健診結果説明会を実施しています。**
健診受診していない方、健診結果説明会に参加されない方も参加できます。

お申し込み・お問合せは下記までお願いします

(北檜山区) せたな町健康センター 健康推進課 保健師 TEL: (0137) 84-5115 (課直通)
(瀬棚区) 瀬棚支所 保健師 TEL: (0137) 87-3311
(大成区) 大成支所 保健師 TEL: (01398) 4-5511

LINE申し込み

せたな町公式LINEリッチメニューの「予約申込」からもできます ▶▶▶



当日は
健診結果説明会も
実施しています！



健康測定会 のご案内



特定健診を受けた方、健康意識を高めたい方を対象に、「健康測定会」を実施します。普段測る機会が少ない健康機器を使って、身体の状態を確認することができます。
この機会に自身の身体のチェックをしてみませんか？

9:00～9:30 健康講話を実施します

日程	時間	場所
5月28日(木)	① 9:30～11:30	せたな町健康センター
	② 13:00～15:00	

当日はそのままご参加いただけますが、事前にお申込みいただくと、受付がスムーズになり待ち時間を短縮できます。

“せたな健こつポイント”
対象事業です！



測定メニュー

測定時間 約2分

体組成分析装置 MC-780

乗るだけで
全身のバランスをチェック

体重、体脂肪、
筋肉や脂肪の
量・分布・バラ
ンス、内臓脂肪
レベルの測定が
できます。



測定時間 約3分

運動機能分析装置 ザリッツ BM-220

得点が語る
全身の運動機能測定

イスから「立ち
上がり座るだけ」
の簡単2ステップ



全身の筋質点数や、
脚の運動機能の状
態を総合的に評価
し、全身の運動機
能の状態を「総合
得点」として評価
します！



測定時間 約1分

カゴメベジチェック™ によるカロテノイド量測定

あなたの野菜摂取量(1日平均)
がわかる！！

野菜摂取充足度測定

推定野菜摂取量を測定し、野菜
不足かどうかわかります。



※測定は、「①午前・②午後」の部のみとなります。

※計測機器で測定された情報は個人情報を含め町でしっかり管理いたします。

お申し込み・お問合せは下記までお願いします

(北檜山区) せたな町健康センター 健康推進課 保健師 TEL : (0137) 84-5115 (課直通)
(瀬棚区) 瀬棚支所 保健師 TEL : (0137) 87-3311
(大成区) 大成支所 保健師 TEL : (01398) 4-5511

夏の特定健診・各種がん検診受けませんか？

せたな健こつポイント
対象事業です

特定健診・がん検診等のご案内



① JA 巡回ドック健診

・農協で実施する各種健診を【農協組合員以外の方】も受診ができます。

とき	ところ	受付時間	健診機関
7月15日(水) 16日(木)	せたな町民ふれあいプラザ	15日：午前6時～9時30分 16日：午前6時～10時	JA 北海道厚生連 札幌厚生病院
7月17日(金)	若松基幹集落センター (イエローパレス)	午前6時～10時	

② 瀬棚区会場 総合健診 ※今年度から会場が変更となります！！

とき	ところ	受付時間	健診機関
7月11日(土) 12日(日)	瀬棚町民センター (瀬棚区本町 638 番地)	午前6時30分～11時	北海道対がん協会

①②共通 ◎内容・対象・料金 ※年齢については、当日年齢とします。

	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	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) (過去に町の検診で受けた事のない方対象)	1,000円		×対象外	無料
胃がん検診 (バリウム検査)	600円			
血中ピロ菌検査 (血液検査)	1,000円 (過去に健診や病院で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 ※喀痰細胞診検査はオプションで別料金です (1,000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)	①JA 巡回ドック健診 2,750円		②瀬棚区総合健診 2,310円	
エキゾックス症検診 (血液検査)	無料 (5年に1回)			
健康づくり健診	対象：年度内18歳～39歳の健診を受ける機会のない方 保険問わず 500円			

○お申込み・お問い合わせ○

①は6月22日(月)までに健康センター保健師(84-5115)または健康づくり推進員へお申込みください。

②は6月12日(金)までに健康センター保健師(84-5115)へお申込みください。

※LINEでのお申し込みもできるようになりました！！

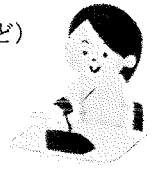
→詳しくは裏面もご覧ください。

健診の機会のない 18歳～39歳 (年度内) の方へ

「健康づくり健診」受けませんか？

内 容：身体測定・血圧測定・尿検査 (尿糖・尿たんぱく・ナトカリ比など)
血液検査 (脂質・血糖・貧血検査・腎機能・肝機能・尿酸)

料 金：500円 (保険問わず)



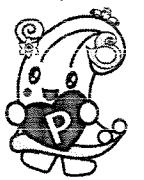
【北檜山区健康づくり推進員】

担当地区	氏名	担当地区	氏名
冷水・松岡・鍋坂	北條 利美	二俣	高松 香恵
徳島 (真駒内)	長田 元子	富里	高井 直麻美
愛知	岡島 裕美子	小川・上若松	栗城 せい子
新成	太田 恵子	豊岡・新町	大口 弘子
共和・太櫓	久保 紀子		江上 ひふみ
西丹羽	大関 和子	元町	林 順子
丹羽	鈴木 トヨ子		原 香織
		本多 優子	緑町・徳島
東丹羽	宗像 みどり	水流 広美	
栄・栄石・雲内	戸室 廣子	本町・中央町	小山 なぎさ
下若松	平田 奈保美	寿町	瀬戸 弘子
若松	松林 良子		真柄 千鶴子
濁川	飯沼 智美		

◎令和8年度 今後の総合健診の日程◎

会場	日程	受付時間	健診機関
大成町民センター	9月12日 (土)	6:30～11:00	北海道対がん協会
若松基幹集落センター	11月14日 (土)	6:30～10:00	
丹羽活性化センター	11月15日 (日)		
せたな町健康センター	1月16日 (土)	6:30～11:00	
	1月17日 (日)		

お住まいの地区に限らず、
どの会場でも受診出来ます



せたな町公式LINEから申し込みについて

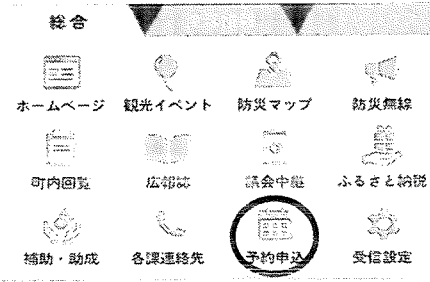
予約申込の手順

- ①リッチメニューにある「予約申込」をタップ
- ②予約する健(検)診内容、日時を選択
- ③予約者情報を入力すると予約が完了します。

なお、都合が悪くなった場合は、「予約申込」の画面からキャンセルすることができます。

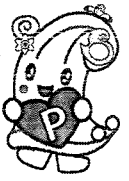
※予約申込のシステムの仕様により、1つの端末につき1人の申込しか入力できません。

2人以上の申込を希望される場合は、予約者情報の備考欄に2人以降の情報を入力するか、別端末にて予約申込ください。



LINE 登録できます

LINE 申し込み・キャンセルは
6月19日まで!
※それ以降は電話のみの受付です
※クミカンから引き落とし希望の方は、JAにお申し込み下さい!!





今月は薬剤部が担当いたします！

肺炎球菌ワクチンが新しくなりました!!

今年度から変更となった「肺炎球菌ワクチン」について、分かりやすくご案内します。

何が変わったの？

これまで高齢者の定期接種で広く使用されてきた「ニューモバックス」に代わり、「プレベナー」が用いられるようになりました。

ニューモバックスとプレベナーの違い

2つのワクチンの違いを表にまとめました。



比較ポイント	ニューモバックス	プレベナー
①効果	体が菌を覚えにくいため、効果が弱くなりやすい	体が菌をしっかり覚えるため、効果が長く続く。
②回数	効果が4~7年で弱くなるため、5年ごとの再接種の検討が必要	1回の接種で長期間効果が続く。基本的には再接種は不要
③対応する菌	23種類の肺炎球菌に対応	20種類の肺炎球菌に対応
④高齢者への効果	免疫効果が出にくい場合がある	高齢の方でも免疫効果が出やすい

→「広く守るニューモバックス」と「しっかり長く守るプレベナー」という違いがあります。

公開医療講座
道南ロイヤル病院
かわら版

vol.72/ 5月号
発行/地域医療連携室
後援/せたな町



QRコード
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

手軽にさっと一品追加!



今月の担当：栄養士 杉村 瑚都

もうすぐ梅雨の時期となりました。梅雨の語源となった

「梅」はこの時期に熟すことにちなんで、今回は梅を使った料理をご紹介します！梅に含まれているクエン酸は疲労回復を助け、エネルギー代謝を活性

材料 1人前

- ・きゅうり 50g (1/2本)
- ・塩 少々 (塩もみ用)
- ・梅干し 1つ
- ・醤油 大さじ1
- ・ごま油 大さじ1
- ・白ごま 大さじ1

- ①きゅうりを千切りにし、塩もみをして水分を切る。
- ②梅干しは種を取り、梅肉を小さくちぎっておく。
- ③きゅうり・梅肉・調味料全て混ぜる。

もやしやトマトもオススメ!

【公開医療講座のご案内】

日時:5月21日(木)15:00~16:00

場所:瀬棚老人と母と子の家

(瀬棚ボランティアセンター)

テーマ:「慢性痛の予防とセルフケア」

講師:理学療法士 林 雅希

*お電話にてご予約下さい。(☎84-5011)

*当日参加も受け付けています。

【皮膚科外来診療のご案内】

< 2026年5月 >

日にち	午前診療	午後診療
1日(金)		14:00~16:00 *病棟回診後
2日(土)	8:30~11:30	
15日(金)		14:00~16:00 *病棟回診後
16日(土)	8:30~11:30	
29日(金)		14:00~16:00 *病棟回診後
30日(土)	8:30~11:30	



プレベナーの特徴

プレベナーは、体の免疫（病気から守る力）がしっかり働くように工夫されたワクチンです。これまでのワクチンと比べて、次のような良い点があります。

- ①体が菌を覚えやすい：一度の接種で、長く予防効果が続きやすい
 - ②重い肺炎を防ぐ効果が期待できる：入院が必要になるような肺炎の予防に役立つ
 - ③高齢の方でも効果が出やすい：年齢とともに弱くなる免疫にも働きやすい
- ⇒このような効果が研究で示されております。

接種の対象となる方

主に以下の方が対象となります

65歳の方（定期接種の対象年齢）

心臓・呼吸器・腎臓などに持病のある方

医師が必要と判断した方

※肺炎球菌ワクチン接種希望の方は、ご自身の肺炎球菌ワクチン接種歴をお調べの上、医療機関にご相談ください。



よくある質問 Q&A

Q. 以前ニューモバックスを打ちましたが、今回も必要ですか？

A. 接種歴や間隔によっては、プレベナーの接種が推奨される場合があります。個別に判断が必要なため、医療機関でご相談ください。

Q. 副作用は大丈夫？

A. 接種部位の腫れや痛み、軽い発熱などがみられることがありますが、多くは数日でおさまります。気になる症状があれば受診してください。



接種費用や手続きについて

せたな町では、対象となる方に対して接種費用の助成制度があります。

自己負担額や接種方法（予約の有無など）は年度によって変更されることがありますので、広報や町からの案内をご確認いただくか、医療機関へお問い合わせください。

【リハビリテーション科新人スタッフのご紹介】



名前:安達 光希
職種:理学療法士

ひとこと:
患者様に合ったリハビリを提供し、寄り添えるよう日々努力していきます。



名前:大坪 慎平
職種:理学療法士

ひとこと:
日々、学ばせていただく姿勢を大切に頑張ります。



名前:吉成 亮太
職種:理学療法士

ひとこと:
早く一人前になれるよう日々努力していきます。よろしくお祈いします。



名前:数馬 玲音
職種:リハ助手

ひとこと:
少しでも早く業務を覚え、患者様のために精一杯頑張ります。



名前:大口 和美
職種:介護福祉士

ひとこと:
利用者様の運動とケアのお手伝いを頑張ります。