

2026
FEBRUARY

2

北檜山区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
1 先勝	2 友引	3 先負	4 仏滅	5 大安	6 赤口	7 先勝
●【日曜当番医】 今金町国保病院 ☎82-0221 10:00～12:00、13:00～15:00	●いきいき元気アップ会 10:00～11:30(健康センター)		●丹羽健康相談 10:00～12:00(水仙パレス)	●3～4か月児健診 受付/12:50～(健康センター) ●1歳6か月児・3歳児・5歳児健診 受付/12:50～(健康センター)		
8 友引	9 先負	10 仏滅	11 大安 建国記念の日	12 赤口	13 先勝	14 友引
●【日曜当番医】 せたな町立国保病院 ☎84-5321 10:00～12:00、13:00～15:00	●バスツアーチェンジ【予約制】	●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(ふれあいプラザ)	●【休日当番医】 せたな町立国保病院 ☎84-5321 10:00～12:00、13:00～15:00 (急患のみ)		●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) ●小児予防接種 (BCG・麻疹・風疹・水痘・日本脳炎) 受付/15:20～15:40(瀬棚診療所)	
15 先負	16 仏滅	17 先勝	18 友引	19 先負	20 仏滅	21 大安
●【休日当番医】 せたな町立国保病院 ☎84-5321 10:00～12:00、13:00～15:00	●いきいき元気アップ会 10:00～11:30(健康センター) ●健康づくり講演会 14:45～16:00(健康センター) ●町・道民税申告 【太櫓・新成・共和】 9:00～16:00(役場第1会議室)	●町・道民税申告 【若松・栄・二俣・富里・小川】 9:00～16:00(役場第1会議室)	●町・道民税申告 【東丹羽・小倉山・丹羽・西丹羽】 9:00～16:00(役場第1会議室)	●町・道民税申告 【松岡・徳島・愛知・兜野】 9:00～16:00(役場第1会議室) ●スタイルアップ講座 19:00～20:30(町民体育館)	●小児予防接種 (五混・ロタ・HPV・小児肺炎球菌・B型肝炎) 受付/15:20～15:40(瀬棚診療所) ●町・道民税申告 【寿町】 9:00～16:00(役場第1会議室)	●ふれあい市場直売会 14:00～(ふれあい市場)
22 赤口	23 先勝 天皇誕生日	24 友引	25 先負	26 仏滅	27 大安	28 赤口
●【休日当番医】 今金町国保病院 ☎82-0221 10:00～12:00、13:00～15:00 (急患のみ)	●【休日当番医】 せたな町立国保病院 ☎84-5321 10:00～12:00、13:00～15:00 (急患のみ)	●町・道民税申告 【元町】 9:00～16:00(役場第1会議室)	●乳幼児健康相談 受付/13:00～15:30(健康センター) ●町・道民税申告 【緑町】 9:00～16:00(役場第1会議室)	●健診結果説明会 受付/9:30～11:30 13:00～14:00 (健康センター) ●町・道民税申告 【新町・豊岡・本町・中央町】 9:00～16:00(役場第1会議室)	●眼科診療(予約制) 受付/8:30～14:00 (瀬棚診療所2階) ●町・道民税申告 予備日【若松・栄・二俣・富里・小川】 9:00～16:00(役場第1会議室)	

せたな町立国保病院(2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 日	2 月	3 火	4 水	5 木	6 金
午前	予約外	日曜当番医	中島	大島	庄田	中島	庄田
午後	予約外	今金町国保病院	森(予約)	森(予約)	笠井(予約)	渡部	大島
午後	予約外	10:00～12:00	庄田	中島	笠井	渡部	大島
午後	予約外	13:00～15:00	森(予約)	森(予約)			大島
夜間診療		82-0221					

		8 日	9 月	10 火	11 水	12 木	13 金
午前	予約外	日曜当番医	中島	大島		庄田	中島
午後	予約外	せたな国保病院	庄田	井内		渡部	大島
午後	予約外	10:00～12:00			(建国記念の日)	渡部	中島
午後	予約外	13:00～15:00	中島	井内			大島
夜間診療		84-5321					

		15 日	16 月	17 火	18 水	19 木	20 金
午前	予約外	日曜当番医	庄田	大島	中島	中島	庄田／大島
午後	予約外	せたな国保病院	森(予約)	森(予約)	棒田(予約)	渡部	古山(予約)
午後	予約外	10:00～12:00	中島	中島	棒田	渡部	中島
午後	予約外	13:00～15:00	森(予約)	森(予約)			
夜間診療		84-5321					

		22 日	23 月	24 火	25 水	26 木	27 金
午前	予約外	日曜当番医		中島	庄田	大島	庄田
午後	予約外	今金町国保病院		庄田	小林	渡部	大島
午後	予約外	10:00～12:00	(天皇誕生日)	庄田	小林	渡部	庄田
午後	予約外	13:00～15:00					
夜間診療		82-0221				庄田	

午前	予約外		※膝の注射ができる先生は 中島院長 大島先生 森先生です。				
午後	予約外						
夜間診療							

◆ 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

12日(木) 26日(木)

神経内科【予約制】(札幌西円山病院:中山医師)

25日(水)

眼科【予約制】(吉田眼科病院:函館)

27日(金) 濑棚診療所2階 診察時間は午前10時から (87-2470 濑棚診療所)

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

3日(火) 17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】

2日(月) 3日(火) 16日(月) 17日(火) ※隔週の月・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、お間違いないようご注意下さい。

瀬棚診療所(2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 日	2 月	3 火	4 水	5 木	6 金
午前	日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221	大島（予約）		大島（予約）		
午後				中島		
	8 日	9 月	10 火	11 水	12 木	13 金
午前	日曜当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	大島（予約）		(建国記念の日)		
午後						
	15 日	16 月	17 火	18 水	19 木	20 金
午前	日曜当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	大島（予約）		大島（予約）		
午後				水嶋		
	22 日	23 月	24 火	25 水	26 木	27 金
午前	日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221	(天皇誕生日)		中島		
午後				水嶋		
午前						
午後						

【担当医師紹介】

- ・ 中島 一貴 医師 (せたな町立国保病院 病院長)
- ・ 大島 幸恵 医師 (瀬棚診療所長)
- ・ 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

今月の診療はありません ※次回は、令和8年3月12日 (木)

【耳鼻科巡回診療】 予約制 (八雲総合病院) ※前の週の金曜日13時までに健康センターへご予約ください

今月の診療はありません ※次回は、令和8年3月24日 (火)

【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

27日 (金) 瀬棚診療所2階 診療時間 10:00～ (☎87-2470 瀬棚診療所)

【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

3日 (火)、17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

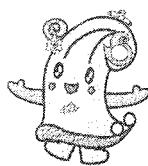
【森医師の診察日】 予約制 (整形外科) (診察場所は国保病院になります)

2日 (月)、3日 (火)、16日 (月)、17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。

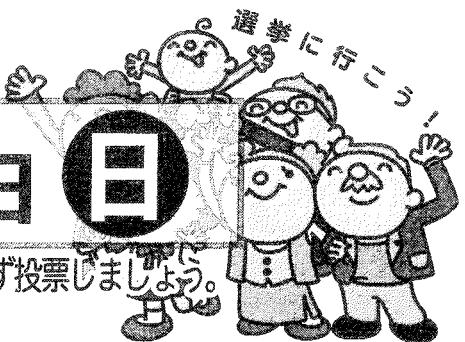
衆議院議員総選挙

最高裁判所裁判官国民審査



投票日 2月 8日 日

あなたの大切な一票を無駄にすることのないよう必ず投票しましょう。



●投票所及び投票時間について

投票区名	区域	投票所の場所	投票時間
第1投票区	北檜山・徳島・松岡	せたな町民ふれあいプラザ	
第2投票区	丹羽・西丹羽・東丹羽	丹羽活性化センター	
第3投票区	愛知	愛知集落センター	
第4投票区	小倉山	小倉山へき地保健福祉館	
第5投票区	豊岡・兜野	北檜山小学校(玄関ホール)	
第6投票区	新成	鵜泊団地母と子の家	
第7投票区	太櫛・共和	はまなす荘	
第8投票区	栄	栄生活会館	
第9投票区	若松・小川	若松基幹集落センター	
第10投票区	富里	旧左股小学校	
第11投票区	二俣	旧二俣小学校	
第12投票区	上浦	上浦生活館	
第13投票区	都・太田・富磯	大成支所	
第14投票区	本陣・久遠(西部)	大成生活館	
第15投票区	久遠(東部)	東部ことぶきの家	
第16投票区	花歌	花歌生活館	
第17投票区	宮野・平浜・貝取澗	宮野生活改善センター	
第18投票区	長磯	長磯生活改善センター	
第19投票区	本町・三本杉・南川・共和	瀬棚支所	
第20投票区	元浦1~4区	元浦生活館	
第21投票区	島歌1・2区	白岩漁村センター	
第22投票区	島歌3区・北島歌1区・2区	島歌生活館	
第23投票区	西大里・東大里	大里生活改善センター	

午前 7:00

午後 6:00

開票のお知らせ

開票日時 令和8年2月8日(日)午後8:00から

開票場所 せたな町民ふれあいプラザ

参観人数 先着50名

開票速報

①開票所内掲示板 ②町民ふれあいプラザホール掲示板
③せたな町公式ホームページ
○○○せたな町公式LINEでもお知らせします○○○



お問い合わせ先

せたな町選挙管理委員会事務局(せたな町役場内)

電話 (0137) 84-5111

(裏面もご覧ください)

2月3日(日)は投票所での投票ができない日です。

「期日前投票」または「不在者投票」ができる日です。

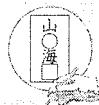
投票場所での期日前投票

最高裁判所裁判官国民審査の期日前投票は、
2月1日(日)以降でなければ投票できませんので、
ご注意ください。

選挙投票日の当日、仕事や冠婚葬祭、レジャーなどで投票所で投票できない方は、事前に投票場・各支所で投票することができます。

場所	期間	時間
せたな町役場 1階正面玄関	1月28日(水)～2月7日(土)	午前8時30分
大成支所執務室	2月3日(火)～2月7日(土)	午後8時00分
瀬棚支所ロビー		

期日前投票所にて
投票用紙へ記載



選挙人本人が投票用紙を直接投票箱へ



期日前投票は
役場本庁・支所
どちらでも
投票可能です

投票用紙への記載の仕方について

衆議院議員総選挙及び最高裁判所裁判官国民審査では、「3種類」の投票用紙がありますので、記載する場合にはご注意してください。

1 小選挙区選挙

▶「候補者の氏名」を記載して投票します 得票数の多い候補者が当選します。

2 比例代表選挙

▶「政党名」を記載して投票します 選挙区ごとに行われ、政党の得票数に比例してその政党の当選人が決まります。

候補者名簿には「当選となるべき順位」が記載されております。

3 最高裁判所裁判官国民審査

▶「辞めさせたい裁判官に×を記載して投票します」 辞めさせたい意思がなければ何も記載せずに投票します。



町外もしくは、病院などの不在者投票をされる方は、お早めに投票用紙の請求を行ってください。
請求は期間前でも受付しておりますので、下記の手順を参考のうえ選挙管理委員会へ請求してください。
ご不明な点はお気軽に問い合わせください。

病院や仕事先などの不在者投票

投票日に入院や仕事などで町外に滞在し、投票所で投票できない方は、指定された病院や滞在先の市・区町村選挙管理委員会で投票できます。

■町外に滞在している場合の不在者投票の流れ

本人または家族が住所地の選挙管理委員会に投票用紙を請求します

選挙管理委員会が本人宛に投票用紙を郵送します

郵送された封筒を受け取り、案内のとおり投票してください

■病院に入院している場合（施設含む）の不在者投票の流れ

病院に入院している方（施設含む）については、その事務担当者に問い合わせていただくと、投票に関する手続きをしてくれます。請求や投票はその病院（施設含む）で行うことになります。

手続きはお早めにお願いします！

自宅などの不在者投票（郵便投票）

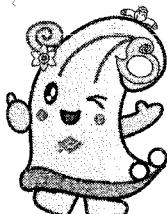
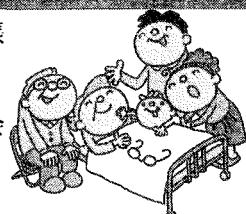
※事前に申請が必要です

身体に重度の障がいを持つ方（身体障害者手帳または戦傷病者手帳をお持ちの方）は自宅でも投票ができます。

また、要介護5に認定されている方も該当となります。

なお、事前に手続きが必要となりますのでお早めに選挙管理委員会へお問い合わせください。

【腕などに障がいがある方は、程度によって代理記載制度も利用できます。】



回覧

令和8年1月22日

北部桧山衛生センター組合
組合長 河原泰平

北部桧山衛生センター組合会計年度任用職員募集公告

令和8年度に北部桧山衛生センター組合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。)

■募集内容

勤務場所	職種	採用人員	業務内容
北部桧山衛生センター組合	一般事務員	2名	経理一般事務補助員
北部桧山衛生センター組合	普通作業員	若干名	廃棄物受入及び設備補助作業

1. 資格要件

- ・パソコンの基本操作が可能で、普通自動車運転免許証を有する者とする。
- ・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. 任用期間

- ・令和8年4月1日から令和9年3月31日まで

※勤務条件の詳細は裏面をご覧ください

3. 申込方法

- ・次の書類を応募期日までに、北部桧山衛生センター組合総務係に提出してください。
① 採用申込書兼履歴書 1通（最近6ヶ月以内の写真を貼付したもの）
- ・採用申込書兼履歴書は北部桧山衛生センター組合総務係で交付しております。
また、北部桧山衛生センター組合ホームページからもダウンロードが可能です。

4. 申込締切日 令和8年2月27日（金）まで

5. 試験の方法及び試験日

- ・個別面接試験又は書類選考等による選考を行います。
- ・試験日は、3月中旬～下旬とし応募者に別途通知します。

6. その他、詳しいことは、北部桧山衛生センター組合総務係（電話 0137-86-0070）へお問い合わせください。

令和8年度
北部桧山衛生センター組合会計年度任用職員 勤務条件

【フルタイム職員】

職種	月額	備考
一般事務員	198,100円～	月給：1日7時間45分 週38時間45分勤務
普通作業員	224,100円～	月給：1日7時間45分 週38時間45分勤務

- 期末手当 6月・12月（組合規程による）
- 勤務時間 週5日（月～金曜日）8時30分～17時15分
- 休日 土曜日、日曜日、国民の祝日、年末年始
- 休暇 年次有給休暇、特別休暇
- 時間外勤務 あり（割増賃金支給）
- 休日勤務 なし（日曜日勤務あり・振替制度あり）
- 任用期間 令和8年4月1日～令和9年3月31日
- 加入保険等 健康保険 有り
厚生年金保険 有り
雇用保険 有り
- 災害補償 公務上の災害又は通勤による災害についての補償制度があります。
- 服務 会計年度任用職員は、一般職の地方公務員であり、地方公務員法の服務に関する規定が適用されます。
- 通勤手当 一定の距離以上の通勤を対象として支給
1ヶ月定額（距離による）

問い合わせ
北部桧山衛生センター組合 総務係
電話：0137-86-0070

町・道民税(確定申告相談) 申告のご案内

申告相談の受付は、裏面の日程により実施します>>>>>>>>>>>>>

◎国民健康保険加入者は、町・道民税の申告が必要です。

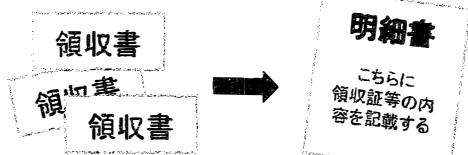
(収入が公的年金のみの方
給与収入のみで年末調整済の方を除く)

医療費控除がある方は、明細書をご自身で作成してください

領収書のかわりに「医療費控除の明細書」の添付が必要です。

★医療費の領収書は自宅で5年間保存する必要があります。

★「医療費のお知らせハガキ」などを添付すると記入が簡単です。

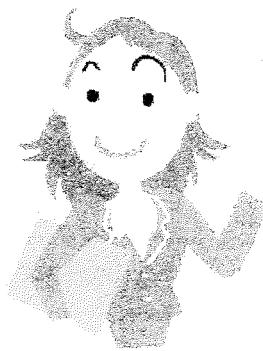


※医療費控除は、高額療養費や生命保険などからの補てんがあった場合(これから補てんされる場合も含みます。)は、その額がわかるものが必要です。なお、「医療費控除の明細書」(病院別、個人別に医療費を記載するもので、様式は役場税務課または各支所に備え付けてあります。)を事前に作成し申告してください。

申告に必要なものはどんなもの?

- 給与所得者の方は「源泉徴収票」
- 年金所得の方は「公的年金等支払報告書」など
- その他の令和7年中に収入を受けたことが分かる書類
- 生命保険、地震保険料控除証明書
- 国保・社保の任意継続などの「領収書」
- 国民年金保険料の「控除証明書」または「領収書」
- 還付を受ける方は、口座番号のわかる「通帳」等(本人名義)
- 「医療費控除の明細書」・添付する「医療費のお知らせハガキ」など
- 住宅借入金等特別控除に関する書類
- 本人確認書類(下記の書類をお持ちください)

申告前に確認!



マイナンバーカードをお持ちの方

●「マイナンバーカード」だけで本人確認ができます

マイナンバーカードをお持ちでない方

※以下の番号確認書類と身元確認書類がそれぞれ1つずつ必要です

【番号確認書類】

ご本人のマイナンバーを確認できる書類
●通知カード ●住民票の写しなど

【身元確認書類】

マイナンバーの持ち主であることを確認できる書類
●免許証 ●公的医療保険の被保険者証
●身体障害者手帳 ●パスポートなど

くわしい内容につきましては、広報せたな2月号をご覧ください

わからないことがありましたら、お気軽に下記までお問い合わせください

【お問い合わせ先】 税務課課税係 TEL 0137-84-5112

令和8年度 町・道民税申告日程 (令和7年分確定申告相談)

- 各地区ごとの受付日は日程表のとおりです。
 - 日程表で指定された日に都合がつかない場合は、予備日をご利用ください。
 - 医療費控除を受けられる方は、事前に明細書を作成し、おいでください。
 - 今年度より相談会場が「本庁のみ」となっております。
- ・予備日(地区別):2月27日(金)~3月2日(月) 午前9時~午後4時まで
- ・予備日(全域):3月3日(火)~3月4日(水) 午前9時~午後4時まで

日 時		場 所	北 檜 山 区 対 象 地 区 名			
午 前	9 時 ~ 12 時				午 後 1 時 ~ 4 時	
2月16日	月	役場2階 第1会議室	太 櫻	・ 新 成	・ 共 和	
2月17日	火	役場2階 第1会議室	若 松	・ 栄	・ 二 俣	・ 富 里
2月18日	水	役場2階 第1会議室	東 丹 羽	・ 小 倉 山	・ 丹 羽	・ 西 丹 羽
2月19日	木	役場2階 第1会議室	松 岡	・ 德 島	・ 愛 知	・ 兜 野
2月20日	金	役場2階 第1会議室		寿		町
2月21日	土					
2月22日	日					
2月23日	月					
2月24日	火	役場2階 第1会議室		元		町
2月25日	水	役場2階 第1会議室		緑		町
2月26日	木	役場2階 第1会議室	新 町	・ 豊 岡	・ 本 町	・ 中 央 町
2月27日	金	役場2階 第1会議室	予 備 日 (若 松	・ 栄	・ 二 俣
2月28日	土			・ 富 里	・ 小 川)	
3月1日	日					
3月2日	月	役場2階 第1会議室	予 備 日 (東 丹 羽	・ 小 倉 山	・ 丹 羽
3月3日	火	役場2階 第1会議室	予 備 日 (申 告 の 済 ん で い な い 方	全 域)
3月4日	水	役場2階 第1会議室	予 備 日 (申 告 の 済 ん で い な い 方	全 域)

*ご自宅にいながら手続き可能な、e-TAX(電子申告)による申告を推奨しています。
スマートフォンとマイナンバーカードがあれば、いつでも、どこでも確定申告ができます。

くわしくは国税庁のホームページ内の「確定申告特集」にてご確認ください。

*期間中は、3区内どこでも申告相談可能です。

*3月17日以降の所得税確定申告相談は、八雲税務署までお願いします。

成人用肺炎球菌ワクチン 予防接種について 要予約

対象者

65歳以上の方で、初めて接種する方

※昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生まれの方は、65歳のお誕生日前でも接種できます。

※60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓若しくは呼吸器機能又はヒト免疫不全ウィルスによる免疫機能に障害を有する方も対象です。



令和8年4月1日より、省令変更に伴い、
65歳の方しか対象とならない見込みです

つまり

▼ 64歳で今年度65歳になる方、現在65歳の方

→4月1日以降も66歳になる前まで対象です

※4月1日以降は今年度と異なるワクチンを接種することになります

▼ 現在66歳以上の方

→4月1日以降は対象外です

① 接種完了は令和8年3月31日まで

【接種料金】 3,000円 (接種費用6,000円の2分の1を助成)

【接種病院】 ○せたな町立国保病院 ○瀬棚診療所
○大成診療所 ○道南ロイヤル病院

【申込先】 接種希望日の1週間前までにお申込みください

健康推進課健康推進係 ☎ 0137-84-5115 (健康センター内)

瀬棚支所健康推進係 ☎ 0137-87-3311

大成支所健康推進係 ☎ 01398-4-5511

回覧

令和7年度

健康づくり講演会 開催のお知らせ



参加費
無料

とき：2月16日(月)
14時45分～16時00分

ところ：せたな町健康センター

講演会内容

講話『せたな町民の血糖値は？』（担当：せたな町保健師）

講演『今日からできる糖尿病・合併症予防』

講師 せたな町立国保病院

庄田 英明 医師

健診で「血糖が高め」と言わされたことはありませんか？

なんで少し血糖が高いだけなのに注意されるの？

どうするといいのか…医師に聞いてみませんか。

申込〆切
2/13まで

お申込み・お問合せ

せたな町健康推進課健康推進係

0137-84-5115

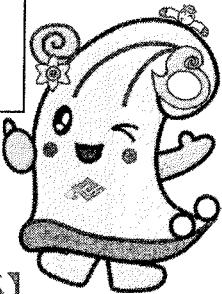
お電話またはWEBからお申込みいただけます。

WEBでのお申込はこちら



せたな町

令和8年1月発行



防犯協会より

【事務局：せたな町総務課地域生活係】

その警察官、本物ですか…??

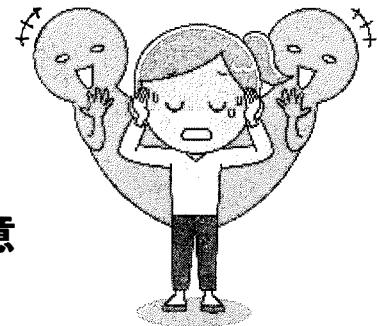
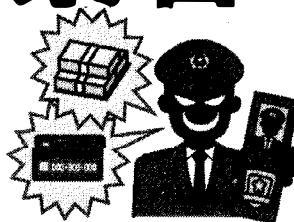


ニセ警察官に注意！！

だまされないで！！

ニセ警察官が、

偽の警察手帳や逮捕状を見せる事例もあるので注意
SNS・ビデオ通話での連絡するケースもあるので注意



-こんな言葉や手法はサギ-

自宅の固定電話や携帯電話に警察官を名乗り、

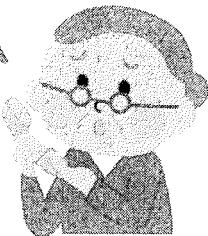
- 「あなたの口座が犯罪に使われている」
- 「あなたの携帯電話が不正に契約された」



などと様々な理由をつけて「口座内の現金を確認する」よう誘導して、現金をだましとったり、振込する手口が増加しています。

～被害防止対策～

- 警察官がSNSで連絡することはありません！
- 警察が警察手帳や逮捕状を画像で送ることは 없습니다！
- 警察が電話やSNSでお金を要求することは 없습니다！
- 警察官を名乗るものから電話があったら場合、焦らず相手の「所属、担当部署、氏名、内線番号」等を確認して下さい。
また、聞き取った警察署を電話帳などで調べて連絡し、本物の警察官がいるか確認して下さい。



あやしい電話がきたら、せたな警察署もしくは、
警察相談窓口「#9110」へ相談しましょう

回覧

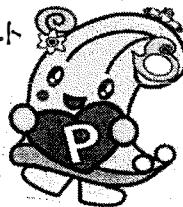
もの忘れるが気になる人もそうでない人も
年に1回、記憶力チェック！

40歳以上の町民対象

あたまの健康チェック

のご案内

健二つポイント
対象事業



検査
無料

令和8年 2月26日(木)

受付 9:00 ▶ 11:45

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]

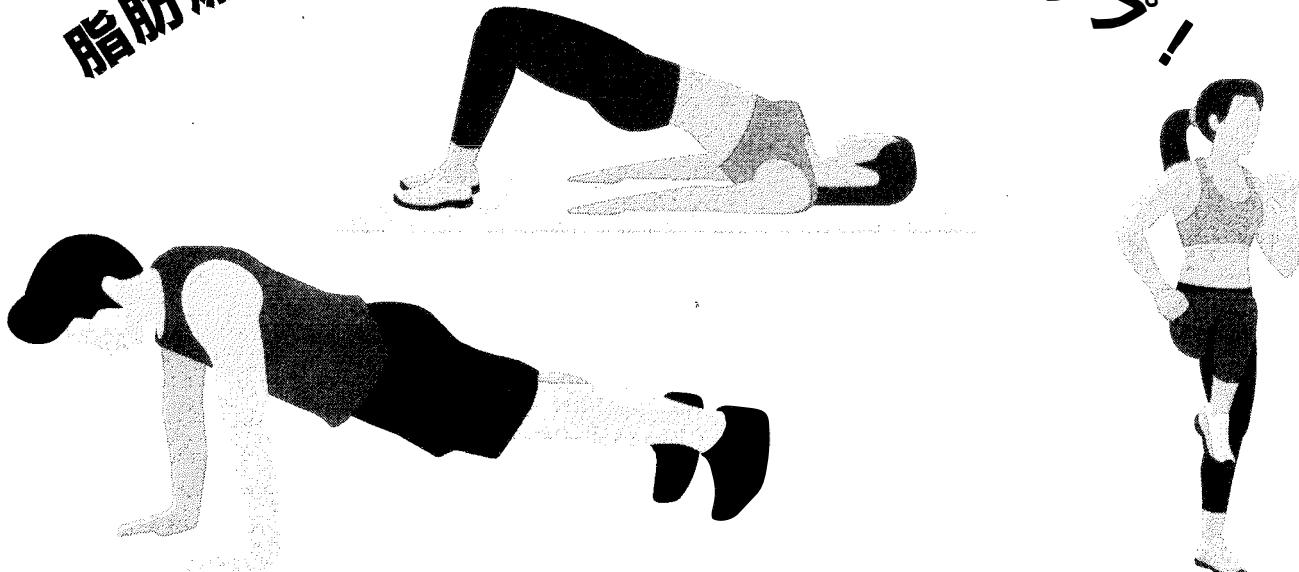
年間を通して検査を実施しています。平日(8:30~17:15)でご希望の日程・場所で検査ができます。
職員がご自宅に訪問しての検査も可能です。お気軽にお申し込みください。

お申込み・お問合せ お申込みのしめきりは2月24日(火)まで

せたな町地域包括支援センター ☎0137-84-5699

回覧

脂肪燃焼を促す運動で、スタイルアップ！



スタイルアップ講座

参加費無料

年代や体力に合わせて、無理なく行います

日程

2026. 2.19 木

時間

19:00~20:30

場所

せたな町民体育館

対象

一般町民の方（高校生以上）

持ち物

上靴、タオル、飲み物 等

- 動きやすい服装でお越しください。
- 体調に不安のある方は参加をご遠慮願います。

講師紹介

てらしま きよと
寺島 聖人 先生



Veitū石狩 所属。

陸上・バレーボールクラブでの指導経験を活かし、年齢や体力に合わせた、分かりやすく丁寧なトレーニング指導が特徴。運動が久しぶりの方でも安心して参加できます。

せたな町民体育館

お申込み

[開館] 9:00 [閉館] 21:30 [休館] 第1月曜日

0137-84-5044

〒049-4514 せたな町北檜山区豊岡212番地2

申込締切 2026年2月16日(月)まで

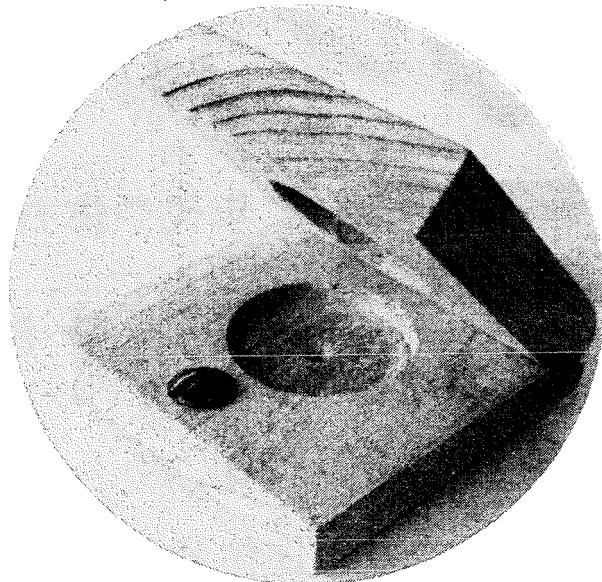
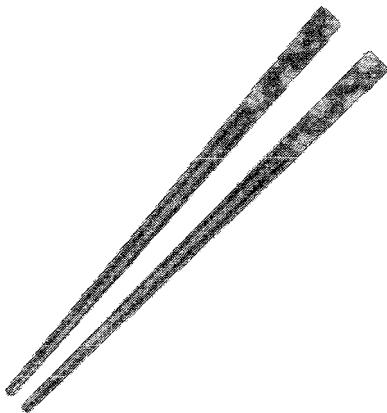
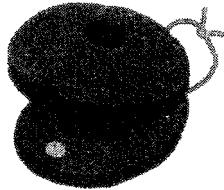
- 電話連絡、またはQRコード(Web)から申込み可能です。
- QRコードからの申込みの場合、メールアドレスの入力が必要になります。

こちらのQRコードからお申込みいただけます。



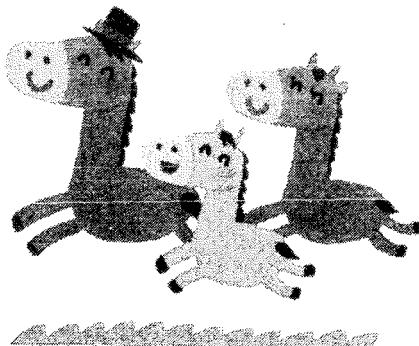
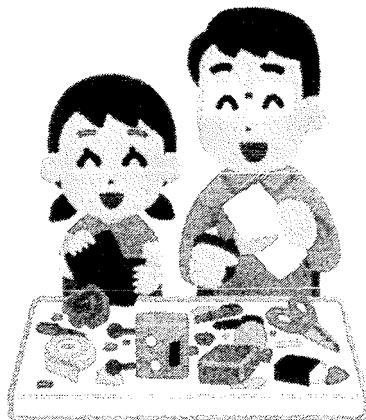
「親と子のカスタネット・はしづくり」

- 日 時 2月14日（土）10時00分～12時00分
- 主 催 北海道文化団体連絡協議会
- 主 管 檜山管内文化団体連絡協議会、せたな町文化協会
- 後 援 北海道、せたな町教育委員会
- 会 場 せたな町民ふれあいプラザ 2階研修室
- 定 員 20名(小学校低学年の場合は必ず保護者の同伴をお願いいたします。)
- 持 ち 物 汚れてもいい格好
- 費 用 無 料
- 講 師 ウッドどっこい工房 狩野 正氏
- 申込締切 令和8年2月10日(火)



■問合先・申込先：下記QRコードもしくはお電話で申込をお願いいたします。

せたな町教育委員会社会教育係 TEL：0137-84-6260
FAX：0137-84-6694



回観

図書だより



2月

発行：情報センター 担当：竹村 TEL：0137-84-5344

せたな町
図書館HP
QRコード



新刊本【一般書】



30の短編小説



シユレテインガーの
殺人者



ここにいるよ



走れ！スーパー西号

エティシオン・クリティーク

高田 大介/著

殺意はないけど

乃南 アサ/著

お悩み相談 そんなこともアーナ

ヨシタケシンスケ/著

93歳、嵐ちゃんのハツラツ幸齢期

大村 嵐/著

転生したらスライムだった件CGノベルズ<23>

伏瀬/著

3月のライオン<18>

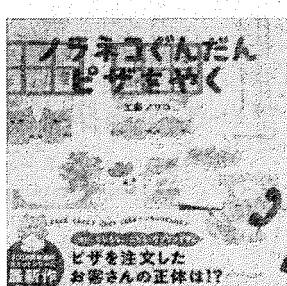
羽海野 チカ/著

ゴールデンカムイ<13><14>

野田 サトル/著

◎ほかにも新刊本を入荷予定です

新刊本【児童書】



ノラネコぐんだん
ピザをやく



ようこそねこの森へ



図解大事典
世界の都市伝説



奇妙でフシギな
話ばかり

図解大事典 世界の都市伝説

朝里 樹/著

飛行機のるんだ！

竹永 絵里/著

世界の宇宙開発 口ケット図鑑

寺薗 淳也/著

もぐのおてんきまーと

トマス・リー/著

怪物の館

有田 奈央/著

カツバおんせんあわあわあわ

片平 直樹/著

奇妙でフシギな話ばかり

ブルース・コウヴィル/著

◎ほかにも新刊本を入荷予定です

読みたい本などのリクエストを随时受け付けておりますので、お気軽にお声がけください。

情報センターよりお知らせ

～編み物教室開催のお知らせ～(簡単にできる靴下の編み方)

昨年度開催致しました「**編み物教室**」を再び開催することになりました。編み物初心者の方も先生が丁寧に教えて下さいますので、たくさんのご参加お待ちしております！！！

・2月毎週金曜日・土曜日 情報センター2階 ・時間 14時～16時

※4本棒針と毛糸をご持参下さい(見学のみでもOK)



■おはなしひろば■ 開催予定日 2月28日(土)

ボランティアさんによる本の読み聞かせなどを行ないます♪



他館おすすめ本

◆大成図書館◆ TEL:01398-4-6161 大成区都386番地

細長い場所	かまくらのおきやくさま
絲山 秋子/著	こたか みちる/著
晴れの日の木馬たち	ゆきんコレストラン
原田 マハ/著	ながしま ひろみ/著
結婚共犯者	あの、ここどうぞ。
櫻 いいよ/著	くすのき しげのり/著
妻が余分	大根はエライ
新津 きよみ/著	久住 昌之/著

◆生涯学習センター◆ TEL:0137-87-3901 瀬棚区本町651

だから、ひとり暮らし	ぜつたいにたべちゃダメ？ ラリーのホットケーキ
蜂谷 智子/著	ビル・コッター/著
龍の守る町	うどんねこつるむちつ！ こしのひみつ
砥上 裕将/著	スケラッコ著
子供部屋同盟	ちゅんた きつぶ かつた
高橋 弘希/著	いしだ みゆき著
放課後にはうつつけの殺人	じごく小学校 はんにんはこのなかにいる！？
佐藤 友哉/著	有田 奈央/著

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が出来ます

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 : 2月2日(月)/9日(月)/12日(木)/16日(月)/24日(火)





利別川



せたな警察署
署所在地交番
0137-84-6110

宮野駐在所の統廃合について

現在の宮野駐在所は、平成18年に建築され運用して参りましたが、地域の実情に鑑み、令和8年3月末日をもって廃止し、大成駐在所に統合することになりました。

これまで地域住民に支えていただき運用することができましたこと、厚く御礼申し上げます。

せたな警察署では、今後とも地域の安全安心に尽力して参りますので、ご理解とご協力のほどお願い致します。

なお、事件・事故で緊急の場合は、「110番」通報をお願いします。

緊急の場合ではなく相談ごとについては、警察相談ダイヤル「#9110」を御活用ください。

統合先：大成駐在所

住 所：久遠郡せたな町大成区都239-1

電 話：01398-4-5454



ストップ。ザ。交通事故
変化する天候。路面凍合やせたな雪景を!
お運びするかも!

*スリップ
注意!
北海道警察
ブラック
アイスバーン!

スリップ
注意!
北海道警察
スリップ
注意!
北海道警察
スリップ
注意!

追突注意!

北海道警察
スリップ
注意!
北海道警察
スリップ
注意!

吹雪による視界不良
ホワイトアウト!

冬山には常に危険が潜んでいます。

- 登山届出書を提出しましょう。
- 万全の冬山装備を準備しましょう。
- 気象情報等を事前に確認しましょう。
- スキー場の注意事項を遵守しましょう。
- 悪天候時は無理をしないようにしましょう。

ダメセッタイ みんなが困る 迷惑駐車

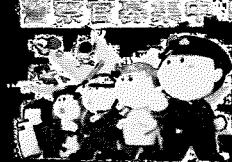
この時期は、積雪のため道路が狭くなっています。
迷惑駐車は、

- 道路を狭くして通行の妨害になります。
- 交差点付近での事故の原因となります。
- 緊急車両の活動を妨げます。
- 歩行者事故などの原因になります。
- 除雪作業の障害となります。

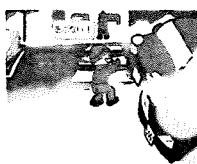
になります。

みんなの協力で違法・迷惑駐車
を無くしましょう！！

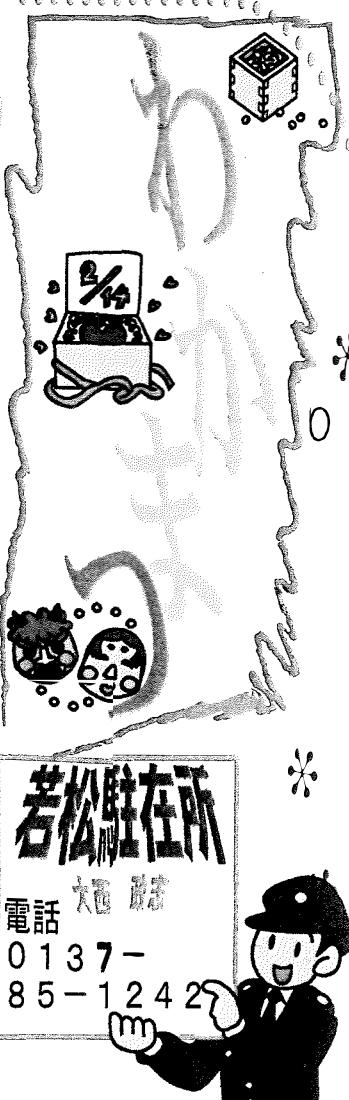
北海道警察
北海道警察



まもなく募集開始



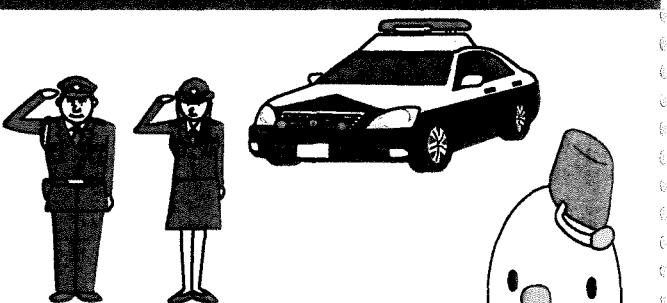
若松駐在所だより



宮野駐在所の統廃合のお知らせ

北海道警察官

まもなく募集開始



現在の宮野駐在所は、平成18年に建築され運用して参りましたが、地域の実情に鑑み、令和8年3月末日をもつて廃止し、大成駐在所に統合することになりました。これまで地域住民に支えていただき運用することができましたこと、厚く御礼申し上げます。

せたな警察署では、今後とも地域の安全安心に尽力して参りますので、ご理解とご協力のほどお願ひ致します。

なお、事件・事故で緊急の場合には、「110番」通報をお願いします。



少しだけ興味がある方がいるかもしれません。親戚やご連絡ください。

