

1 Jan

大成区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
			1 先勝（元日） 【休日当番医】 10:00～12:00 せたな町立国保病院	2 友引 【休日当番医】 10:00～12:00 せたな町立国保病院 役場閉庁	3 先負 【休日当番医】 10:00～12:00 せたな町立国保病院 大成消防団出初式 11:00～ 役場閉庁	4 仏滅
5 大安 【日曜当番医】 10:00～15:00 今金町国保病院	6 赤口 育児相談 9:30～12:00 子育て支援センター	7 先勝 婦人科診療 せたな町立国保病院 水痘・MR予防接種 受付10:50～11:00 大成診療所	8 友引 大成スキー場 オープン 13:00～	9 先負 一般診療 せたな町立国保病院 新春書初め大会 13:30～ 大成町民センター	10 仏滅 キッズチャレンジクッキング 10:00～13:00 大成町民センター	11 大安
12 赤口 【日曜当番医】 10:00～15:00 道南ロイヤル病院	13 先勝（成人の日） 【急患当番医】 せたな町立国保病院	14 友引 一般診療 せたな町立国保病院	15 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	16 仏滅 皮膚科巡回診療 受付13:30～ 大成町民センター	17 大安	18 赤口
19 先勝 【日曜当番医】 10:00～15:00 せたな町立国保病院	20 友引 育児相談 9:30～12:00 子育て支援センター	21 先負 一般診療・婦人科診療 せたな町立国保病院 耳鼻科巡回診療 受付13:30～ 大成町民センター	22 仏滅 にこにこルーム 9:30～11:00 子育て支援センター	23 大安 なかよし広場 10:00～11:00 子育て支援センター	24 赤口	25 先勝
26 友引 【日曜当番医】 10:00～15:00 今金町国保病院	27 先負 バスツアー乳・子宮がん検診 大成出発6:50 札幌がん検診センター 育児相談 9:30～12:00 子育て支援センター	28 仏滅 一般診療 せたな町立国保病院 にこにこルーム 9:30～11:00 子育て支援センター	29 先勝	30 友引	31 先負	

せたな町会計年度任用職員募集公告(教育委員会)

令和6年12月26日

せたな町教育委員会教育長 小 板 橋 司

令和7年2月採用の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	時給	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	事務補助職	1名	一般事務・給食調理(学校休業中は 片付け・準備期間を 除き勤務なし)	日額 8,847 円～	無 し	無 し	有 り	令和7年2月1日 ～ 令和7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

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7年1月14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。

せたな町立国保病院大成診療所 1月分診療担当医師一覧表

診療日	火曜日、木曜日、金曜日	
受付時間	午前	8:30～11:30
	午後	休診（発熱外来）

※第3金曜日の午前の診療は、定期休診となっておりますので、ご注意願います。

※発熱外来実施のため、午後の一般診療は休診しております。

【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）

《せたな町立国保病院行き患者バス運行日》

9日(木)、14日(火)、21日(火)、28日(火)

			1 水	2 木	3 金
午 前			休診	休診	休診
午 後					
	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金
午 前	休診	佐藤	休診	中島	川内
午 後		佐藤(発熱)		休診	川内(発熱)
	13 月	14 火	15 水	16 木	17 金
午 前	成人の日	高宮	休診	高宮	休診
午 後		高宮(発熱)		高宮(発熱)	古山(発熱)
	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金
午 前	休診	高宮	休診	高宮	佐々木
午 後		高宮(発熱)		高宮(発熱)	佐々木(発熱)
	27 月	28 火	29 水	30 木	31 金
午 前	休診	高宮	休診	高宮	垣野
午 後		高宮(発熱)		高宮(発熱)	垣野(発熱)

●発熱やのどの痛み、せき、鼻水等の症状のある方は、受診する前に必ず電話で相談してください。（大成診療所：☎01398-4-5175）

●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）

せたな町立国保病院(1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 水	2 木	3 金
午前	予約外	おんだ よしかず 1月20日より恩田芳和医師が着任します。	休日当番医 せたな国保病院 10:00～12:00 ☎84-5321	休日当番医 今金国保病院 10:00～12:00 ☎82-0221	休日当番医 せたな国保病院 10:00～12:00 ☎84-5321
	予約外				
午後	予約外				
	予約外				
夜間診療					

		5 日	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金
午前	予約外	日曜当番医 今金国保病院 10:00～12:00 ☎82-0221	高宮	大島	佐藤	佐藤	中島
	予約外		森(予約)	森(予約)	小林	渡部	大島
午後	予約外		佐藤	中島	中島	大島	佐藤
	予約外		森(予約)	森(予約)	小林	渡部	(14:30まで)
夜間診療						中島	

		12 日	13 月	14 火	15 水	16 木	17 金
午前	予約外	日曜当番医 道南ロイヤル病院 10:00～12:00 ☎84-5011	(成人の日)	大島	高宮	佐藤	中島/大島
	予約外			井内	棒田(予約)	渡部	古山(予約)
午後	予約外			佐藤	中島	大島	佐藤
	予約外			井内	棒田(予約)	渡部	(14:30まで)
夜間診療							

		19 日	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金
午前	予約外	日曜当番医 せたな国保病院 10:00～12:00 ☎84-5321	高宮	大島	高宮	佐藤	中島
	予約外		森(予約)	森(予約)	小林	渡部	大島
午後	予約外		佐藤	佐藤	中島	大島	高宮/恩田
	予約外		森(予約)	森(予約)	小林	渡部	(14:30まで)
夜間診療						大島	

		26 日	27 月	28 火	29 水	30 木	31 金
午前	予約外	日曜当番医 今金国保病院 10:00～12:00 ☎82-0221	中島	大島	高宮	佐藤	中島
	予約外		高宮	井内	竹之内(予約)	渡部	大島
午後	予約外		佐藤	佐藤	中島	大島	高宮/恩田
	予約外		恩田	井内	竹之内(予約)	渡部	(14:30まで)
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

9日(木) 23日(木)

神経内科【予約制】(札幌西円山病院:中山医師)

22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2月28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

7日(火) 21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】

6日(月) 7日(火) 20日(月) 21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。

※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ください。

せたな町立国保病院 ☎(0137) 84-5321

令和6年12月26日

◇ 巡回診療の実施について ◇

八雲総合病院による地域センター病院事業の一環として、下記のとおり巡回診療を実施いたしますのでご案内申し上げます。

○ 皮膚科 ○

1. 月 日 令和7年1月16日（木）
2. 受 付 午後1時30分 ～ 午後2時30分
3. 場 所 大成町民センター

受診希望の方は、カルテ準備の都合上、1月15日（水）15時まで名前・住所・電話番号をお知らせください。

○ 耳鼻科 ○

1. 月 日 令和7年1月21日（火）
2. 受 付 午後1時30分 ～ 午後2時30分
3. 場 所 大成町民センター

受診希望の方は、カルテ準備の都合上、1月20日（月）15時まで名前・住所・電話番号をお知らせください。

**申し込みがない方は受診することができませんので
ご注意願います。**

診察は有料となりますので、受診の際は健康保険証等を持参願います。

【ご協力下さい！】

医療保険証がマイナ保険証への移行となっておりますが、巡回診療においては、会場やシステムの都合上、「従来の医療保険証または、資格確認書」をお見せ下されると受付確認がスムーズです。

医師は病院での診療を終えてからの来町となるため、診察開始は午後2時以降ですが遅れる場合がありますのでご了承願います。

◎申し込み先◎

大成支所 保健師：古守

電話 4-5511 FAX 4-6380

～ せ た な 町 ～

『せたな青少年旅行村』の指定管理者の公募について

せたな町では、「せたな青少年旅行村」の管理運営を効果的かつ効率的に行うため、地方自治法第244条の2第3項及びせたな町青少年旅行村条例第16条の規定に基づき、指定管理者の指定を受けようとする法人及び団体を公募します。

指定期間は、令和7年4月1日から令和8年3月31日までの1年間としており、申込者は、申込書のほか事業計画書や収支計画書などの必要な書類を提出していただきます。提出していただいた書類等での内容を指定管理者選定委員会に諮り、最も適切に施設の管理を行うことができると認められる団体を選定します。選定された団体は、議会の承認を経て指定管理者として指定されることになります。

1. 施設の概要等

施設の名称	せたな青少年旅行村
施設の所在地	せたな町瀬棚区西大里11番地
設置目的	青少年の健全な旅行の推進と余暇利用の活動促進を図ること
施設の概要	・管理棟 鉄筋コンクリート造一部鉄骨1階建 1棟 167㎡ ・ケビン 木造1階建 49㎡、4人用4棟 ・ケビン 木造1階建 64㎡、6人用2棟 ・バンガロー 木造1階建 21㎡、3人用3棟 ・その他の施設 駐車場、倉庫、テントサイト、その他附属施設一式
施設開館期間	4月1日から10月31日（7カ月）
施設開館時間	キャンプ 午後1時00分から翌日午前10時 レクリエーション 午前9時から午後5時

2. 申込の手続等に関する事項

(1) 募集要項の配布方法

せたな町役場（本庁）まちづくり推進課商工労働観光係で下記申込受付期間及び受付時間で配布します。

(2) 申込受付期間及び受付時間

- ① 受付期間 令和6年12月26日（木）から令和7年1月31日（金）まで
- ② 受付時間 午前8時30分から午後5時15分まで（土、日、祝日、年末年始の休日を除く）
- ③ 申込書の提出先及び問い合わせ先 せたな町役場（本庁）まちづくり推進課商工労働観光係
住所 〒049-4592 久遠郡せたな町北檜山区徳島63-1
TEL 0137-84-5111、FAX 0137-84-4657

【参考】令和6年度の当施設は、業者委託により管理運営しており、令和7年度が指定管理初年度となります。

第3回

八雲総合病院 地域医療講演会

無料

申込不要

in せたな

2025年

1月21日（火）

18:00～（1時間程度）

せたな町健康センター 総合検診室

せたな町北檜山区徳島63-1

電話：0137-84-5984

大人気
講演会！

股

講演：『お肌のトラブル110番』

生理痛、おりもの、かゆみ、更年期など
女性のデリケートゾーンの悩みについて
産婦人科医師がお話しします。



講師：八雲総合病院

産婦人科部長

千葉 健太郎 先生



主催：八雲総合病院（主管：産婦人科）

後援：せたな町

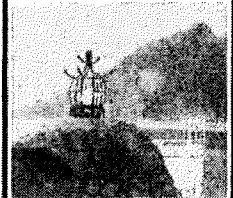
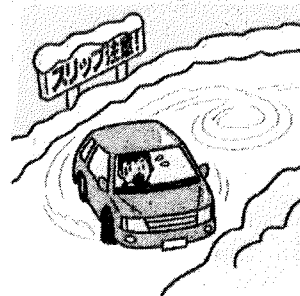
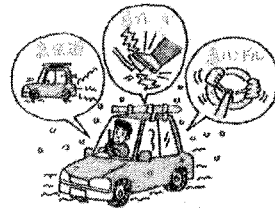
問合せ先：八雲総合病院 地域医療連携課（0137）63-2185

ストップ・ザ・交通事故

～めざせ安全で安心な北海道～

定灯籠

- スピードダウンと慎重な運転
冬道では、すぐに止まることはできません。
スピードダウンと道路状況に合わせた慎重な運転に努めましょう。
- 「急」のつく運転操作は危険
急発進、急ハンドル、急ブレーキといった「急」のつく運転操作は、冬道における危険行為となります。
ゆっくりとペダル操作を行い、道路状況に応じたハンドル操作に心掛けましょう。
- 交差点の死角に注意
交差点に接近した際は「車が来ているかもしれない」、「歩行者が横断するかもしれない」と予測するとともに、見通しが悪い場合は徐行しましょう。
- 悪天候に注意
悪天候の場合は不要不急の外出は控えるようにし、突然の視界不良等が発生した場合でも慌てることなく、スピードダウンで安全運転に努めましょう。



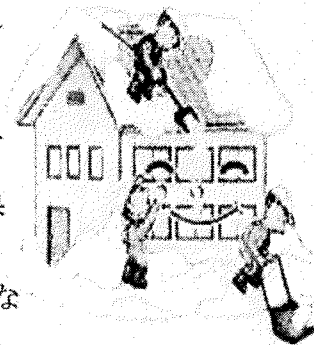
大成駐在所
4-5454
宮野駐在所
4-5121



雪による事故の防止



- 早めの冰雪下ろしを
例年、屋根からの冰雪の落下により、下敷きになるなどの事故が発生しています。
軒下などは、危険ですので近づかないようにしましょう。
- 雪下ろし作業は複数で行い安全確保
例年、屋根の雪下ろし中に、ハシゴや屋根から転落する事故も発生しています。
作業するときは、複数で行うとともに、万全の措置を講じ、安全を確保しましょう。
- 除雪機に注意
例年、除雪機による除雪作業中に、衣類を巻き込まれたり、下敷きになるなどの事故も発生しています。
除雪作業時は、作業に適した服装を着用し、エンジンを掛けたまま雪詰まりを取り除くなどの作業は絶対にやめましょう。



大成区の交通事故発生状況

(11月16日から
12月15日まで)

人身事故 0 件
物件事故 1 件

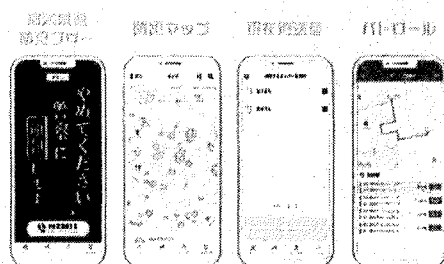


北海道警察公式防犯アプリ

ほくとポリス

アプリを
インストールして
安全・安心

あなたを守る警察の指針



ほくとポリス

インストールはこちら！





Hakodate Area
Setana Police Station

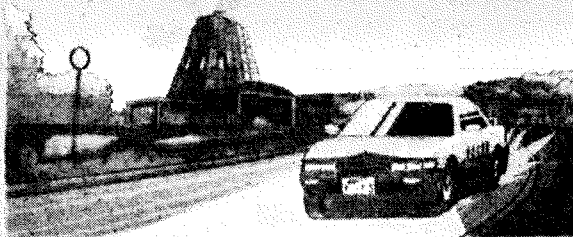
函館方面せたな警察署

ハリアフリー Foreign Language

0137-84-6110

〒049-4512 せたな町北碓田山区花島4-17

北海道
せたな町



トップページ

サイトメニュー

お知らせ

申請・手続き

情報・統計

相談・意見・要望

交通アクセス

警察署の
特設サイト



お知らせも、おしらせも
お伝えいたします！

(10月25日更新)

せたな町通目

NEW
11月13日更新

事件事故情報

NEW
11月19日更新

署長あいさつ

NEW
12月1日更新

交通安全情報

6月28日更新

熊の目撃情報

9月6日更新

通車取替計画

NEW
11月25日更新

警察署協議会

NEW
11月20日更新

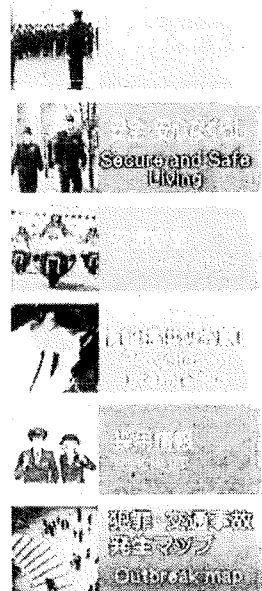
更新時講習

4月1日更新

窓口受付時間

1月1日更新

準備中



せたな警察署の
ホームページです。
せたな警察署管内の
事件事故等の情報、
できごと等を掲載し
ています。
ぜひご活用ください。

令和6年12月11日

盗取（持込盗取・SNS盗取詐欺・ロマンス詐欺等）
関係の共同メッセージ（pdf 727kb）

令和6年11月26日

入札結果のお知らせ

令和6年10月23日

入札のお知らせ

令和6年10月11日

窃盗詐欺及びSNS型投資・ロマンス詐欺被害防止の
ための共同メッセージ（pdf 727kb）

令和5年12月1日



せたな警察署



大成スキー場

スキー教室のお知らせ

◆期 日 : 1月21日(火)・24日(金)・25日(土)

28日(火)・30日(木)【5日間】

◆時 間 : 平日 午後7時00分～午後8時30分

土曜 午後1時30分～午後3時00分

◆会 場 : 大成スキー場

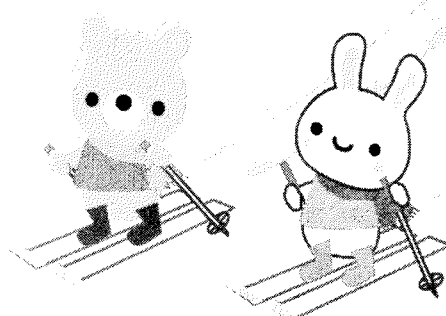
◆対 象 : せたな町民

◆講 師 : 大成スキー協会々員

◆受講料 : 無 料

◆申 込 : 1月16日(木)までに電話等でお申し込みください。

(※ 12/31日～1月5日は除く)



大成スキー場 OPEN

1月7日(火)午後1時

※ 積雪状況により、日程が変更となる場合があります。

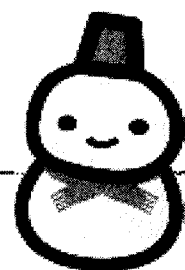
今年度は月曜日と木曜日がお休みとなります。

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。

なお、月曜日が祝日の場合は火曜日がお休みとなります。

ただし1/29(水)は休みとなり1/30(木)は開設しますのでご注意ください。

詳しくはスキー場掲示のカレンダーをご覧ください。



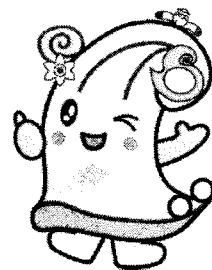
【お問合せ申し込み先】 せたな町教育委員会 大成教育事務所

電 話 : 01398-4-5511 (内線2201)

せたな町

防

犯協会だより



令和 6年 12月発行

カード・
暗証番号

必ず
儲かる

役場職員
警察官

無料で
点検します

投資

ATM

未納料金



～電話でこんな言葉が出たら要注意！～

↓ 騙されてから後悔しないために ↓

☆詐欺電話の被害に遭わないための対策☆

◇自宅の電話の防犯対策を！

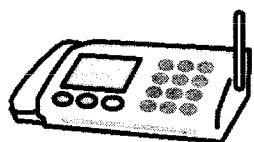
- ・在宅中でも「留守番電話」に設定しておきましょう。
- ・「被害防止機能付電話」を利用しましょう。

これが
大事！



◇あやしい電話に出ってしまったら！

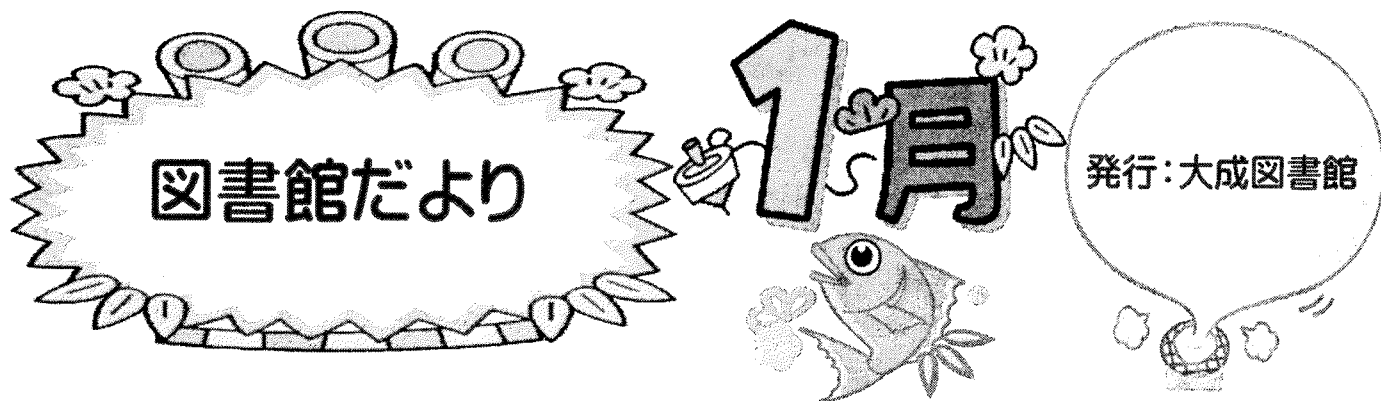
- ・焦らず「一旦電話を切る」
- ・警察相談窓口「#9110」へ相談する。



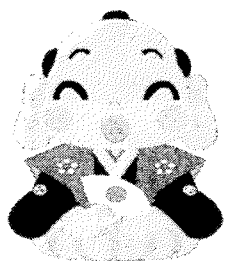
『特殊詐欺等被害防止対策電話機等』
の購入費に対し助成を行っています！

※詳しくは、役場 総務課 地域生活係（0137-84-5111）までお問い合わせください。

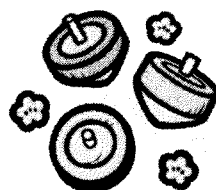
せたな町防犯協会 【事務局：せたな町総務課地域生活係】



年の瀬なにかと忙しく慌ただしい日々です。新年ゆつくりと本を読みませんか？おすすめ本や冬休みに読んで欲しい本など紹介しています。大成図書館の運営にたくさんの方にお世話になりました。心より感謝申し上げます。皆様、よいお年をお迎えください。



年末年始休館のお知らせ

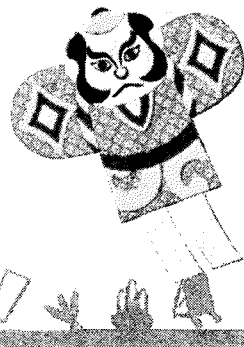


せたな町情報センター・生涯学習センター図書室・大成図書館

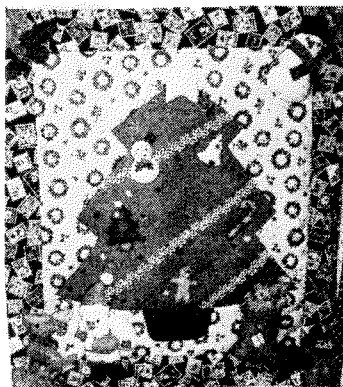
12月30日(月)から1月6日(月)まで休館です。

1月7日(火)から開館します。

1月のくつろぎ図書館は、おやすみです。



今年も立派な「葉ボタン」を図書館に頂きました。今は、クリスマス風に飾ってます。クリスマスが終わったら・・・お正月風に飾ります。いつもありがとうございます。



町民ギャラリー作品です。いつもかわいい作品を季節に合わせ展示して頂きありがとうございます。

館内は、クリスマスツリーを飾っています。クリスマスが終わったら、まゆだまを飾ります。今年も立派な「ミズキの枝」を大安の日に合わせて採って来てくれました。縁起の良い日合わせての心使いに感謝・感激です。

靴底に雪がついていると館内大変すべりやすく危険です。
冬季は、スリッパに履き替えてください。

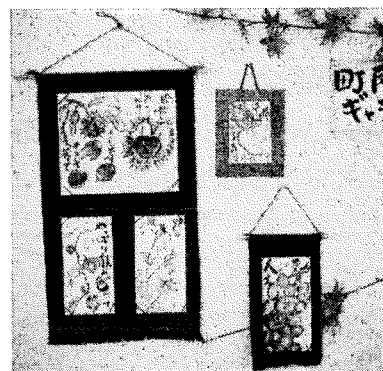


町民ギャラリー

絵手紙サークル

青空の会

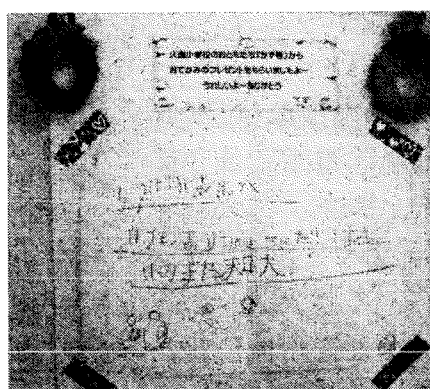
お待たせしました！初冬を思わせる作品です。
他にも展示しています。ぜひ皆さん見にきてくだ
さい。新作を展示をすると「あら～素敵」と来館
者の方が見えています。これからもどんどん展示し
てください～楽しみにしています。



石落(つわぶき)



「つわ」と読ませ冬の季語です。この花を頂くと冬だ
なあと感じます。花を愛で季節の移ろいに気づかさ
れます。いつもお花をありがとうございます。



おてがみのプレゼント
ありがとう～

久遠小学校と図書館は、近いので先生と生徒がよく
来てくれます。先生に児童が本を選んだりしてい
ますよ！本を身近に感じる機会を作っていただき
うれしく思っています。いつも来てくれる児童から
手紙をもらいました～感激です。

今月のおすすめ本

1月

発行：大成図書館

大成図書館

大成区386番地 Tel: (01398) 4-6161



開館時間：10時～17時（12時～13時まで閉館）

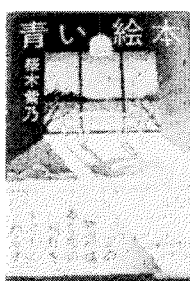
休館日：1月1日（水）～6日（月）14日（火）20日（月）27日（月）



青い絵本

著・桜木 紫乃

岐路に立ち、惑う人々に贈る喪失と再生の記憶。この物語は、あなたの明日をやさしく照らす。さまざまな形で絵本に関わる人々が、絵本を通じて過去と対話し再生する物語。全5話



きつといいことまってるよ

著・はせがわ ゆうじ

どんなことが好きかな？
どんなことをしたいかな？
どんなことで喜んでくれるかな？
だれかを思ったり、思われたり。
ころがあたたかくなる絵本



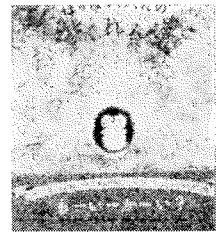
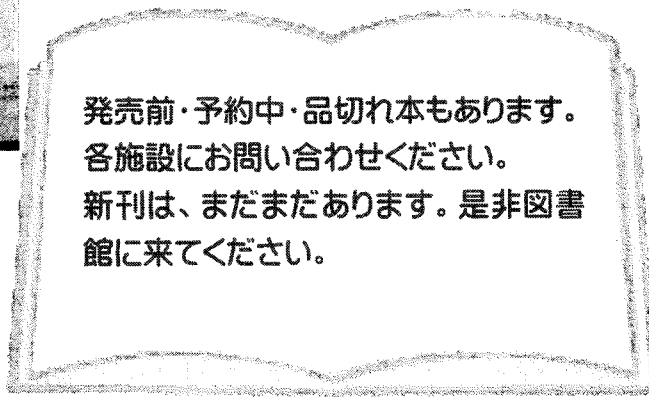
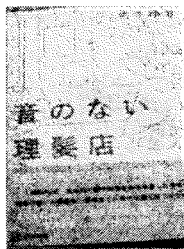
一般書



児童書



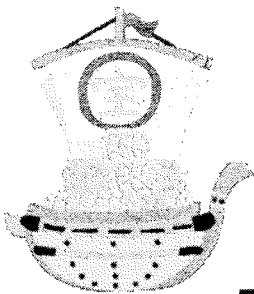
眠れない夜のために	著・千早 茜	ひみつのおすし屋さん	著・黒部 まゆみ
坂の中のまち	著・中島 京子	はりねすみくんのかくれんぼ	著・はらだ よしこ
朝比奈さんと秘密の相棒	著・東川 篤哉	きゅうしょくたべにきました	著・シゲリ カツヒコ
誘拐ジャパン	著・横関 大	ねこがお	著・岩合 光昭
あなたの人生を導く美輪ことば	著・美輪 明宏	そういうゲーム	著・ヨシタケ シンスケ
夜刑事	著・大沢 在昌	ねこホテル	著・ふくべ あきひろ
秋葉断層	著・佐々木 譲	わんわんばあ！	著・さいとう しのぶ



せたな町情報センター

北檜山区北檜山266番地

Tel: (0137) 84-5342



一般書

開館時間: 10時～17時 (12時から13時まで閉館)

休館日: 1月1日(水)～6日(月) 14日(火) 20日(月) 27日(月)

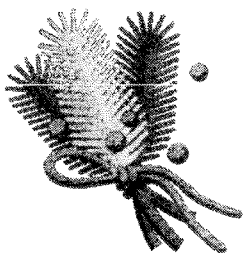
児童書

科学的根拠で子育て	中室 牧子	おせち	内田 有美
檜垣澤家の炎上	永嶋 恵美	杉森くんを殺すには	長谷川 まりる
親の家が空き家になりました	葉山 由季	藤井颯太ものがたり	山本 省三

生涯学習センター図書室

瀬棚区本町651

Tel: (0137) 87-3901



一般書

開館時間: 10時～17時 (12時から13時まで閉館)

休館日: 1月1日(水)～6日(月) 14日(火) 20日(月) 27日(月)

児童書

トヨタの子	吉川 英梨	名探偵はハムスター2	こざき ゆう
逃亡犯とゆびきり	櫛木 理宇	ノームの世界一のんきな暮らし	のぶみ
婚活マエストロ	宮島 未奈	霧島くんは普通じゃない第11弾	麻井 深雪

おせち料理の意味・由来をご存じですか？



今月は栄養科 杉村が担当いたします！



正月の料理として古くから日本に伝わるおせち料理ですが
皆さんはおせち料理の由来や意味をご存じでしょうか？

今回はおせち料理のご紹介をします！「日本のこころ」として受け継がれている
おせちの文化を感じながらおせち料理を楽しんでみてはいかがでしょうか？

- ・ **数の子**…数の子はが多いことから「子孫繁栄を願う縁起物」とされています。
- ・ **黒豆**…黒豆は「黒大豆（くろだいず）」と呼び黒色は邪悪なものを避ける色と言われ古くから親しまれています。
また豆は「マメに働いて暮らす」という意味もあり
勤勉と健康を願って作られているものでもあります。
- ・ **栗きんとん**…きんとんは「金団」と書き金運を呼ぶ縁起物とされています。
また栗を白でついて皮をむく作業を「搗つ（かつ）」ということから
栗は「勝ち栗」と呼ばれ勝負に強い縁起物とされています。
- ・ **炊き合わせ**や**煮しめ**…様々な材料を盛り合わせることから
「家族繁栄を願う縁起物」とされています。
- ・ **えび**…その長い髭や腰が曲がった姿から「長寿を願う縁起物」とされてます。
- ・ **田作り**…カタクチイワシが農作物の肥料として使われていたことから
「五穀豊穡を願う縁起物」とされています。



vol.55/12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

かまぼこを可愛く飾り切り！

今月の担当：管理栄養士 杉村 瑚都

今回の今月のひとさらではおせちをより可愛らしく
華やかに見せるために、今年の干支にちなんだ、
かまぼこの飾り切り「蛇」を紹介します！

<材料>

- ・かまぼこ…数枚
- ・黒ゴマ…適量

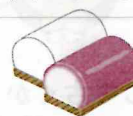
- ①点線の通りに切れ込みを入れ
- ②の部分を下から中央の切込み部分に通す
- ③の部分に黒ゴマを付ける
(丸く切った海苔でも良い)
- ④形を整えて完成

【年末年始診療案内】

	外来	訪問リハビリ	通所リハビリ
30日(月)	午前通常診療 午後よりお正月休み	通常営業	通常営業
31日(火)	お正月休み	お正月休み	お正月休み
1日(水)	お正月休み	お正月休み	お正月休み
2日(木)	お正月休み	お正月休み	お正月休み
3日(金)	お正月休み	お正月休み	お正月休み
4日(土)	休診	休み	休み
5日(日)	休診	休み	休み
6日(月)	通常診療	通常営業	通常営業

- ・たたきごぼう…根を深く張るごぼうのように「家の基礎が堅牢」(硬くて丈夫・頑丈なこと)であるようにと願いが込められています。
- ・伊達巻…形が巻物に似ているため「知恵が増えるように」との願いが込められています。
- ・なます…一家の平和を願い、家や家業が安定することを願う意味が込められています。

- ・かまぼこ…切り分けると半円形になることから、初日の出を連想させ、新しい門出を祝う食材として縁起がいいとされています。



- ・昆布…「よろこんぶ」の語呂合わせで「喜ぶ」という意味・「養老昆布(よろこぶ)」と書いて不老長寿の願い・「こぶ(子生)」という当て字で子孫繁栄の願いが込められています。

- ・鯛…「めでたい」という語呂合わせ・魚の中で寿命が長いため長寿祈願として祝い事に使われることが多いです。また、鯛の姿煮は頭から尾ひれまで全ていただくことから、最初から最後まで成し遂げるという意味が込められています。



- ・ブリ…出世魚であることに由来し、立身出世を願うとされています。

- ・ハマグリ…ぴったりと重なる貝殻が1つしかないことから「良縁」や「夫婦円満」を願うとされています。



- ・筑前煮…縁起のいい食材で作られ、いろいろな具材を1つの鍋で煮ることから家族が1つに結ばれるという意味が込められています。

おせち以外もご紹介!



- ・鏡餅…歳神様(新しい都市の穀物の実りや家族の健康、幸せをもたらすとされている神様)をが宿る「依代(よりしろ)」として使われています。鏡餅を食べる理由は、歳神様からパワーをもらうことで1年を健康に過ごせるようにする・長寿や健康、無病息災を願うなどがあります。

- ・そば…細長い「長寿や健康を願う縁起物」とされていたり、うどんよりも切れやすい「1年の不幸を断ち切って新年を迎える」という意味が込められています。年越しそばは年が変わるまでに食べないと縁起が悪いとされています。なので、除夜の鐘が鳴り始める前までに食べ終わるようにするのが良いとされています。

- ・お雑煮…鏡餅を食べる理由と同じですが、お雑煮は歳神様が宿ったお餅をいただき、「新しい年を健康で健やかに過ごすことが出来るように」という願いが込められています。

お正月はおせちを食べたり、家族で集まる機会が多いと思うので、今回のかわら版を話の話題の1つにしてみてもいかがでしょうか。一足早いですが、皆様良いお正月をお過ごし下さい!



豆知識

看護部からの豆知識

冬の乾燥肌リスクについて



①気温の低下

気温が低下すると血液の循環が悪くなり肌が乾燥し、バリア機能を低下させ外部からの刺激に敏感になります。



②空気の乾燥

ほかの季節より湿度が低くなり、空気が乾燥して肌表面の水分が奪われがちになります。また、暖房の使用も室内が乾燥し肌も乾燥してしまいます。



③入浴の温度が高い

冬になると気温が下がるためシャワーの温度や入浴時間を長くしてしまいがちですが、熱いシャワーやお湯は肌に必要な皮脂も洗い流してしまい肌が乾燥しやすくなります。



④冬服の素材

冬は暖かい素材のインナーやセーターを着る方も多いですが、素材によっては肌が乾燥しやすくなってしまうものもあります。ナイロンやポリエステル、吸湿発熱素材は感度を招き摩擦によって肌の刺激になる場合もあります。

手口を知って
防ごう!



SNSを使って 投資 詐欺!

※知り合うきっかけとしてLINE(ライン)やFacebook(フェイスブック)、Instagram(インスタグラム)、マッチングアプリなどのSNSが悪用されています。



SNSを通じて投資を勧められ、詐欺の被害に遭うケースが増えています。

「SNS型投資詐欺」と「ロマンス詐欺」の合計被害額はオレオレ詐欺などの特殊詐欺を上回るほどです。

SNSを利用するだれもが標的となり得る詐欺の手口を知って、警戒しましょう。

高まる投資への関心に乗じる

「SNS型投資詐欺」に注意!

投資家や著名人等を装うニセのSNS広告等で投資を呼びかけて投資詐欺サイトに誘導し、グループLINE等に招待し、「優良な投資情報」だと信じさせて投資を勧め、お金をだまし取る手口です。

SNSには、詐欺の投資グループが存在します。著名人だと信用させるためにAI技術などで本人そっくりに作ったボイスメッセージを送ってくることも。

- 個人名義の口座には絶対振り込まない
※正規の投資で個人口座へ振り込むことはありません
- 仕組みの不明な投資はしない

投資で「絶対・確実」「元本保証」と言われたら詐欺を疑う!



相手の恋愛感情に付け込む

「ロマンス詐欺」にも注意を!

インスタグラムやマッチングアプリ等のSNSをきっかけに、LINEなどに誘導し、非対面で相手に恋愛感情を抱かせ、お金をだまし取る手口です。

SNSには、相手をだますために素性や目的を偽る者もいます。容易に会えない口実にするために外国人や海外居住者を装うことも。

二人の将来のために
資金を
増やそう
投資サイトを
紹介するよ

- 相手の言うままお金を振り込まない
**被害の多くが投資名目で
金銭を要求されています。**



不安を感じたり、「詐欺かも?」と思ったら、迷わず相談を! 警察総合相談窓口 ☎ #9110 消費者ホットライン ☎ 188 (いやや)

・せたな町消費生活相談窓口(総務課地域生活係)
☎ 0137-84-5111

・北海道立消費生活センター相談専用電話
☎ 050-7505-0999 相談受付時間 平日9:00~16:30

SNSで投資意欲を高めてその気にさせる 「SNS型投資詐欺」



SNSで恋愛感情を抱かせ心もお金も奪う 「ロマンス詐欺」



うまい話をうのみにしない!

「確実にもうかる」話や「必ず成功できる」話はありません。情報を見極めましょう。

※登録業者かどうか金融庁のホームページで確認しましょう。実在する業者のなりすましにも注意。

※FX取引、暗号資産等のもうけ話にも注意を。

投資話が出たら詐欺を疑う!

運営する事業者の情報が不明だったり、実態のつかめない投資サイトは利用しない。

※投資名目以外でも、SNSで親しくなった後、「お金や荷物を送るから受け取ってほしい」などと言って、逆に保険料や送料をだまし取る手口にも注意をしましょう。

