

令和7年度せたな町会計年度任用職員採用募集公告

令和7年8月14日

せたな町長 高橋 貞光

令和7年10月1日採用の会計年度任用職員を下記のとおり募集します。

○フルタイム職員

勤務場所	職種	採用 予定 人員	業務内容	資格等	給料	賞与	社会 保険	雇用 保険	任用期間	勤務条件
瀬棚養護老人ホーム三杉荘	支援員	1名	高齢者の支援・ 介護業務		212,100円～	有り	有り	有り	令和7年10月1日～ 令和8年3月31日	週5日 変則勤務 宿直有

○応募資格・申込方法等

年齢等	・年齢、学歴は問わないものとし、町内外で通勤可能の者。 ・全ての職種において、健常者及び障がい者問わず申込みができます。
資格	・有資格者は、免許証のコピーを添付して下さい。
申込書類	・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) ※「市販の履歴書」は必要ありません。 ・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下さい。
申込先	せたな町役場総務課総務係又は各支所庶務係

- 採用申込書兼履歴書は、せたな町役場総務課及び各支所で交付します。
- せたな町ホームページから公募資料・採用申込書兼履歴書のダウンロードが可能です。

○試験の方法及び試験日等

- ・基本的に個別面接による選考としますが、勤務形態、
申込の状況等により書類選考とする場合があります。
- ・個別面接選考の試験日時は、申込者に別途通知します。
- ・採用の可否については、応募者全員に通知します。



せたな町
ホームページ

○勤務条件

通勤手当	一定の距離以上の通勤を対象として支給します。
時間外手当等	職務内容・勤務時間により、対象となる手当を支給します。
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。
休暇	年次有給休暇・特別休暇 ※日数等は勤務形態に応じて異なります。
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。

○ 申込締切日: 令和7年8月28日(木)

【問合せ先: 瀬棚養護老人ホーム三杉荘(0137-87-3969)】

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7年8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	介護職員(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	グループホームはるかぜ	介護職員 若干名 年齢不問。常勤・非常勤(要相談)。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
5	瀬棚デイサービス センター	看護職員(看護師・准看護師、パート) 若干名 年齢不問。勤務日数等要相談。事前見学歓迎。		0137-87-2710
6	デイサービスさくら	介護職員(パート) 若干名 ※年齢不問。資格は受講料(テキスト代除く)を弊社が立て替え、関連会社の研修で国家資格まで取得可能。	株式会社 福祉ケア	0137-84-5050
7	小規模多機能型 居宅介護事業所あさがお	介護職員 若干名(要相談) 食事 1名(要相談)	株式会社 マルエイ	0137-83-8885
8	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
9	道南ロイヤル病院 通所リハビリテーション			
10	道南ロイヤル病院 居宅介護支援事業所			

せたな町介護サービス事業所連絡会議
せたな町福祉課

乳がん検診・子宮がん検診

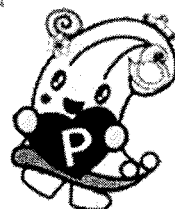
のご案内

1. 日 程：令和7年 **10月26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**

せたな健こつ
ポイント対象！



4. 検診料金

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！

病院で受けるよりお得♪

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	600円	200円 (子宮がん検診と併用)
30歳～39歳			
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25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

9月19日（金） 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〉

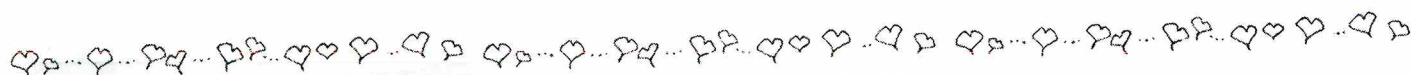
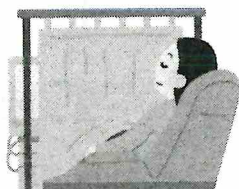
大 成 支 所 保健師 TEL：4-5511

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		加茂 秀子
	南谷 尚子		金子 理々子



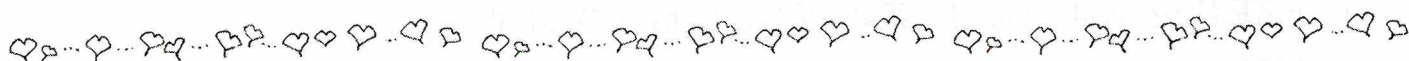
○ 乳房超音波(エコー)検査 ○

10月25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7ヶ ○

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がん以外の病気を発見するきっかけにもなります。

令和7年度健康づくり講演会

たい じょう ほう しん
帯 状 疱 疹

～原因、症状、治療および予防～



今年度より带状疱疹ワクチンが定期接種になりました。
一緒に理解を深め、予防や治療に役立てましょう。

日程 **9月2日(火)**午後2:45～4:00

場所 **せたな町健康センター総合検診室**

講師 **八雲総合病院医師 吉田雅喜先生**

参加費無料

よくある質問

- ☑何科にかかったら良いの？
- ☑ワクチンの予防効果は？
- ☑合併症は？
- ☑何度もかかるの？
- ☑人からうつるの？

にもお答えいただきます

**健こつポイント
対象事業です**



参加お申込・お問い合わせ▼

健康推進課保健師へ

☎ **0137-84-5115**

受付時間平日8:30～17:15

電話または公式 LINE から
お申込いただけます。

お申込〆切は8月28日(木)まで

LINE でのお申込はこちら ▶



◆◆◆ **せたな町健康推進課** ◆◆◆

帯状疱疹ワクチン ご案内

令和7年4月1日から、带状疱疹ワクチンが定期接種になりました。令和7年度は、下記の生年月日の方が対象です。接種機会を逃さないようご注意ください。

【令和7年度に対象となる生年月日の方】

65歳:昭和35年4月1日～昭和36年3月31日	70歳:昭和30年4月1日～昭和31年3月31日
75歳:昭和25年4月1日～昭和26年3月31日	80歳:昭和20年4月1日～昭和21年3月31日
85歳:昭和15年4月1日～昭和16年3月31日	90歳:昭和10年4月1日～昭和11年3月31日
95歳:昭和5年4月1日～昭和6年3月31日	100歳以上:大正15年3月31日以前に生まれた方

接種医療機関

せたな町立国保病院・各診療所、道南ロイヤル病院

※接種を希望される方は、必ず保健師ご連絡下さい！

接種できる期間

令和7年4月 1日～令和8年3月31日

※带状疱疹ワクチンは2ヶ月以上の間隔を置いて2回接種が必要です。
接種希望の方は、1月末までに1回目の接種を済ませるようにして下さい。

ワクチンの種類 ※選択していただきます

带状疱疹ワクチン(2回接種)

水痘ワクチン(1回接種)

接種料金

带状疱疹ワクチン(2回分): 23,000円
水痘ワクチン(1回分): 1,000円

※定期予防接種対象者で生活保護受給者の方は無料で接種できます。

申し込み先・問い合わせ先 北檜山区保健師(健康センター):0137-84-5115
瀬棚区保健師(瀬棚支所):0137-87-3311
大成区保健師(大成支所):01398-4-5511

令和7年8月14日

せたな町農業センターからのお知らせ

「親子でジャガイモ掘り体験」をしてみませんか！

農業センターでは、ブロッコリーやジャガイモをはじめ、様々な作物の試験栽培を行っています。今年度のジャガイモについては、お馴染みの「だんしゃく」と比較するために、「メークイン・オホーツクチップ・アンデスレッド」の品種を栽培しています。

試験栽培の調査を終えた後、収穫作業を行いますので、これに参加をしていただけるご家族を下記のとおりに募集いたします。

記

1. 日 時 8月23日(土) 午前10時30分(雨天順延予定)
2. 場 所 せたな町農業センター (北檜山区二俣55番地1)
3. 募集対象 小学生以下のお子さんと保護者(祖父母可)の10組(先着順)
4. 持参品 長靴・軍手等の手袋・虫よけスプレー等
5. 特典 ジャガイモ10kg持ち帰り
6. 申込み先 せたな町農業センター
電話 0137-85-1276
7. 申込期限 8月19日(火)



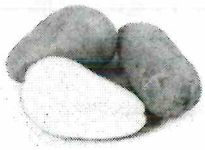
～じゃがいもの品種紹介～



・男爵

特徴：見た目がゴツゴツしている。

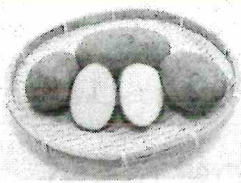
煮崩れしやすいので、コロッケやポテトサラダにオススメ！



・メークイン

特徴：俵型で細長い。

煮崩れしにくいので、カレーや肉じゃかにオススメ！

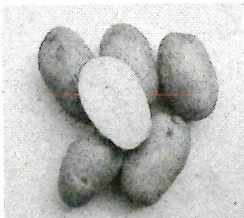


・アンデスレッド

特徴：赤い皮で内部は黄色いじゃがいも。

煮崩れしやすいため、潰す系の料理に最適！

マッシュポテトやポテトサラダにしてみてもどうでしょう？



・オホーツクチップ

特徴：ポテトチップスの材料として品種改良され誕生した品種で、

ホクホクとして甘みがあり、油で揚げても変色しづらい品種。

皮付きのフライドポテトやコロッケなど、油を使った調理に抜

群に合い、じゃがバターや炒め物など、どんな料理にも最高です！



今月は栄養科が担当いたします！

暑い夏の付き合い方！



皆さま、こんにちは。管理栄養士の相原雅樹です。

近頃は気温と湿度が大きく上がり、夏バテ気味になっている方もいらっしゃるかと思います。北海道でもエアコンの普及率が上がるようになるなど暑さがより厳しくなってきたと実感します。私もせたなに引っ越してからは夏バテ気味になっており、食欲が減退している気がしています。ということで今回は夏バテ・熱中症のに関連する話題となります。

夏バテによる食欲不振は**熱中症**を助長するとともに**筋肉量の減少**につながってきます。そのため、夏バテの予防・対策は熱中症を対策するとともに身体機能の維持にも繋がってきます。日頃より、適切な量の水分と食事の摂取を心がけて、暑い夏を乗り切っていきましょう。それでは夏バテの時、あるいは夏バテ予防にはどんなものを食べるのがよいのでしょうか？よく言われるのはビタミン類やミネラル類をきちんと取りましょうということです。

ビタミン類やミネラルを取りましょうとよく言われますが、裏を返せば野菜や果物を普段から食べているのであれば少なからずビタミンは安定して取ることができているのでそれほど特別なことはしなくても良いということになります。ただミネラルにおいては汗とともに流れてしまうこともあり、一日の排泄量により必要な量というのが変動してしまいます。そのためミネラルについては何から取ることができるのか知っておくことで身体に負担をかけず、適切な量の補給を行うことができます。

●ナトリウム



NaClでいわゆる食塩と呼ばれるものに多く入っています。食品成分に食塩相当量などがあります。塩味ですので、暑いからと言って摂り過ぎてしまうと高血圧やむくみなどの疾患のリスクが上がります。梅干して塩分補給をする際は1g-2gほど食事とは別で摂っていることを知っておきましょう。摂取基準は1日6g未満の摂取量を推奨しています。



vol.63/8月号

発行/地域医療連携室

後援/せたな町



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

ブルーベリーで簡単デザート！



今月の担当:管理栄養士 大槻 瑠夏

今回は、8月が旬のブルーベリーを使った簡単なデザートをご紹介します！

材料

- ・水 200cc
- ・粉寒天 4g
- ・ブルーベリー (冷凍) 100g
- ・砂糖 60g
- ・ヨーグルト (無糖) 400g
- ・レモン汁 大さじ1

作り方

- ①鍋に水と粉寒天を入れて混ぜ、中火で熱し、沸騰したら弱火にする。
- ②沸騰状態を保ちながら弱火で1~2分混ぜながら煮る。
- ③ブルーベリー (冷凍のまま) を加えて混ぜ、砂糖を加えて溶けるまで混ぜる。
- ④火を止め、ヨーグルト、レモン汁の順に加え、その都度混ぜる。
- ⑤カップに等分に流し入れ。冷蔵庫で1時間以上冷やし固める。

【皮膚科外来診療案内】

<令和7年8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	

<令和7年9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	



●カリウム

野菜や果物などに多く含まれています。

腎臓が悪いとカリウムに特に気を付けましょうという話を聞いたことがある方もいると思います。水にさらすとカリウムが抜けやすくなるので、カリウムの摂取制限がない方はとくに気にする必要はございません。高血圧の予防にもなります。

●カルシウム

乳製品や骨ごと食べられる魚などに多く含まれます。

また海藻類や小松菜などの野菜にも含まれています。

骨を作ることのほかに筋組織を動かす役割も担っているため、不足すると骨に蓄えられているカルシウムを血中に放出することになります。

●マグネシウム

豆や海藻類に多く含まれています。

あまり不足することはありませんのでそれほど気にする必要はないと考えられます。栄養素の合成・分解に寄与しています。

●リン

通常の食材にも含まれますが、とくに加工品に多く含まれています。

マグネシウム同様、不足することはほとんどありません。

筋肉・脳・神経などに含まれ、エネルギーを発生させる化合物（ATP）の構成成分になります。

ちなみに冒頭で挙げた、夏バテからくる食欲不振による筋力減少については**熱中症**の次に気を付けるべき問題になってきます。気温が上がってきている場所にいますと

高い気温・脱水・運動し辛い環境、と知らず知らずのうちに身体に疲労が溜まってきてしまいます。そうしているうちに熱中症などになってしまいますと、身体が怖くて食べられないなどの食欲不振に繋がっていき、食べられないために身体が細くなってしまうということになります。

実際に熱中症ではなくても疲れて食べられないという経験があるかと思います。

そんな時にこそ、食べられるもので食べる。食べないという選択はあまりしない。

ということがより一層大事になってきます。



食欲増進ということに観点をあてるとネギやショウガなどの薬味の存在があります。

薬味は加熱調理を行わずに使用すると高い香りにより、食欲が増す作用があります。

加えてビタミンやミネラルを含むものが多いためぜひ活用してください。

しゃぶしゃぶやそうめんや冷や麦に入れて食べると、思ったよりも食べられたなんてこともあります。

文責 栄養科 相原雅樹

【栄養科スタッフ紹介】

管理栄養士 相原 雅樹



この度、かわら版を担当いたしました、相原雅樹と申します。

7月21日から道南ロイヤル病院に転勤となりました。

わかりやすい栄養の情報・食事で気を付けることを紹介させて頂きたいと思います。



【盆踊りは楽しい全身リハビリ！】

夏の風物詩「盆踊り」は、実はリハビリ効果バツグンの全身運動。音楽に合わせて手足を動かすことで、バランス感覚や体幹が鍛えられ、転倒予防にもつながります。振り付けを思い出しながら踊ることで、脳の活性化にも効果的。ゆったりとしたリズムは有酸素運動にもなり、心肺機能の維持にも役立ちます。

立って踊れない方でも、座って手ぶいだけで参加OK！みんなで輪になって踊ることで、交流のきっかけや気分転換にも。楽しみながらできる「盆踊りリハ」、この夏にぜひ取り入れてみませんか？



奏楽

夏の夜空に

音楽&郷土芸能の贈りもの

アンサンブルグループ

奏楽 サマーコンサート



オーボエ
岩崎 弘昌



ヴァイオリン
古口 絵里



チェロ
有田 文



ピアノ
前田 朋子



ソプラノ
高橋 雅子

共 演

◆ 和太鼓 海神
◆ 三味遊 奏 <かなで>

令和7年 8月30日 土

開場 17:30 開演 18:00

せたな町民ふれあいプラザ大ホール

【前売チケット】 一般 / 1,000円
高校生以下 / 無料

主催 / せたな町民芸術鑑賞事業実行委員会

後援 / せたな町・せたな町教育委員会・せたな町文化協会

チケット
取扱先

なごやかサロンすまいる(83-8277)
道高 勉 / 本間誠一 / 手塚 泉 / 松林良子
岡島光利 / 原 香織 / 日置 円 / 三浦早希子

いざ、国勢調査!



インターネットで
かんたん便利に!

かんたん
ログイン

所要時間
5-10分※



ボクも対象?!

日本に住む
すべての人が
対象

※ひとり暮らしの方の目安

5年に一度、全員参加の統計調査



国勢調査2025



9月下旬頃から
調査書類を
お届けします

調査期日

10.1 水

<https://www.kokusei2025.go.jp/>

国勢調査2025

検索



⚠ 国勢調査をよそおった詐欺(さぎ)や不審な調査にご注意ください。



総務省統計局・都道府県・市区町村



第15回 久遠みなとまつり

■タイムスケジュール■

【海産物等販売】

11:00～14:00

採れたての新鮮な海産物などを格安で販売！

〔予定販売品目〕あわび、うに、ホタテ、やきとり等

※テイクアウトのみの販売となります。会場内で飲食はできません。

※商品がなくなり次第、終了させていただきます。

※荒天・時化等で販売できない可能性があります。ご了承ください。

海産物を購入する際は、
バケツなどを持参すると
いいかもね！！

【盆踊り大会】

17:00～18:00

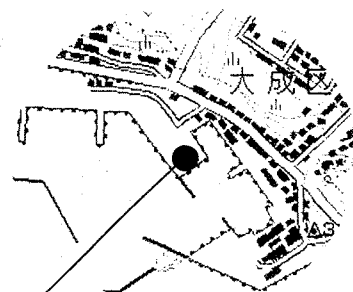
やぐらを組んで懐かしの盆踊り！みんな集まれ！！

【納涼花火大会】

19:30～20:00

※海産物販売は、14日のみの開催

花火大会は小雨決行、荒天の場合は翌日に延期



久遠漁港特設会場

※当日、駐車場を用意いたしますが
台数に限りがあります。
路上駐車はご遠慮願います。

開催日：8月14日（木）

場所：久遠漁港特設会場

主催：大成まちづくり会議

後援：せたな町、ひやま漁協大成支所、せたな観光協会、せたな商工会

協賛：久遠船主組合、久遠いか釣部会、久遠磯部会、大成養殖部会

裏面もご覧ください！

第15回 久遠みなとまつり

開催日：8月14日（木） 午後7時30分～

場 所：久遠漁港内特設会場

花火大会へご協賛いただき誠にありがとうございました。

花火大会へのご協賛・募金に対し、町内外の企業・団体・個人の皆様からたくさんのご厚意を賜り深く感謝申し上げます。

～ 協賛金総額 760,000円 ～
～ 募 金 総 額 33,504円 ～

久遠サーモン（荒谷努、挽野洋介、
久貴谷英二、木村富廣、太田義昭、
佐藤要、佐藤勉、手塚善雪）

（有）大有設備

久遠船主組合、久遠いか釣部会、久遠磯部会、（有）手塚電気、
中栄商店、（有）マルカセ光銭、（株）マルサ笹谷商店、兼政 藤原水産（株）

（株）アサヒ商材、あわび山荘、（株）伊関組、岩谷産業（株）、（株）内田建設、
（株）HDC、NTT 東日本（株）北海道南支店、（株）大野吉太郎商店、（株）海洋化研、
（株）kame-ICT、北日本港湾コンサルタント（株）、（株）工藤組、
（有）久遠水産、（株）三和建設、せたな観光協会、せたな町大成支所職員一同、
大成ベアーズ、高田建設、日鉄神鋼建材（株）、（有）西村容器店、
日本データサービス（株）、（株）白栄舎クリーニング、（株）羽根、
（株）林組、梶田新聞店、（有）松神建設

（有）朝倉商店、味の若竹、天沼精肉店、いさみ理容院、（有）大友商店、佐藤塗装工業、
佐野商店、スナックTOTORO、トミ美容室、はにう呉服店、平澤鮮魚店、
久遠郵便局長 稲船秀人、宮野郵便局長 高松英樹、本陣町内会、
山田孝幸、小田桐一豊、朝倉将弘、川南哲、山内誠真

小田桐商店、松原隆雄、松谷克美、須藤れい子

★祝成人★ 藤谷哲心、平澤まちこ、鈴木心絆、竹内美結、土野美幸

（順不同、敬称略）

※ 記入漏れ、誤字・脱字がありましたら、ご容赦下さい。

大成まちづくり会議