

瀬棚診療所（1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 水	2 木	3 金
午前				休日当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	休日当番医 今金国保病院 ☎82-0221	休日当番医 せたな国保病院 ☎84-5321
午後						
	5 日	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金
午前	日曜当番医 今金国保病院 ☎82-0221	大島		大島		
午後				大島		
	12 日	13 月	14 火	15 水	16 木	17 金
午前	日曜当番医 道南ロイヤル病院 ☎84-5011	(成人の日)		大島		
午後				佐藤		
	19 日	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金
午前	日曜当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	大島		大島		
午後				佐藤		
	26 日	27 月	28 火	29 水	30 木	31 金
午前	日曜当番医 今金国保病院 ☎82-0221	大島		恩田		
午後				恩田		

【担当医師紹介】

大島 幸恵（おおしま ゆきえ）医師

せたな町立国保病院内科医長（瀬棚診療所長）

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

【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

9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）※24日13時までに健康センターへご連絡ください

28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、2月28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

7日（火）、21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）

6日（月）、7日（火）、20日（月）、21日（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。

※発熱や咳など、かぜ症状のある患者様は、国保病院を受診していただきます。

発熱、風邪症状、嘔吐、下痢症状のある患者様は待合スペースを分けております。

通常の受付時間に国保病院にご来院下さい。

瀬棚診療所 ☎（0137）87-2470

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 3 0 分～午前 1 1 時 ■午後 1 時～午後 3 時 3 0 分

夜間診療受付時間 ■第 2、第 4 木曜日 ■午後 4 時 3 0 分～午後 6 時 3 0 分

			1 木	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 ☎ 8 4 - 5 3 2 1	休日当番医 今金国保病院 10:00～12:00 ☎ 8 2 - 0 2 2 1	休日当番医 せたな国保病院 10:00～12:00 ☎ 8 4 - 5 3 2 1
	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 13:00～15:00 ☎ 8 2 - 0 2 2 1	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	(成人の日)	大島	高宮	佐藤	中島/大島
	予約外	道南ロイヤル病院		井内	棒田(予約)	渡部	古山(予約)
午後	予約外	10:00~12:00		佐藤	中島	大島	佐藤
	予約外	13:00~15:00		井内	棒田(予約)	渡部	(14:30まで)
夜間診療		☎84-5011					

		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 13:00～15:00 ☎ 8 4 - 5 3 2 1	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 (14:30まで)
	予約外		森（予約）	森（予約）	小林	渡部	
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	中島	大島	高宮	佐藤	中島
	予約外	今金国保病院	高宮	井内	竹之内（予約）	渡部	大島
午後	予約外	10:00～12:00	佐藤	佐藤	中島	大島	高宮/恩田 (14:30まで)
	予約外	13:00～15:00	恩田	井内	竹之内（予約）	渡部	
夜間診療		☎ 8 2 - 0 2 2 1					

◆ 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 1 0 時から

9 日（木） 2 3 日（木）

神経内科【予約制】（札幌西円山病院：中山医師）

2 2 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 2 8 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） 2 1 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） 2 0 日（月） 2 1 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、お間違いのないようご注意ください。

せたな町立国保病院 ☎（0 1 3 7）8 4 - 5 3 2 1

『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24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、その他付属施設一式
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。

令和7年1月

瀬棚区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
			1 先勝 (元旦) ★公営温泉浴場定休日 ●【当番医】 せたな町国保病院 10:00~12:00	2 友引 ●公営温泉浴場営業日 ●【当番医】 今金町国保病院 10:00~12:00	3 先負 ●公営温泉浴場営業日 ●【当番医】 せたな町国保病院 10:00~12:00	4 仏滅 ●公営温泉浴場営業日
5 大安 ●公営温泉浴場営業日 ●【日曜当番医】 今金町国保病院 10:00~15:00	6 赤口 ★公営温泉浴場定休日 ●瀬棚支所 (仕事始め) ●子育て相談日 (瀬棚保育所) 9:30~16:00	7 先勝	8 仏滅 ●なかよしルーム (瀬棚保育所) 9:30~11:30 ●育児相談 (瀬棚保育所) 13:00~16:00	9 大安	10 赤口 ●わくわく広場 (瀬棚保育所) 10:00~11:00 ●育児相談 13:00~16:00 (瀬棚保育所)	11 先勝
12 友引 ●【日曜当番医】 道南ロイヤル病院 10:00~15:00	13 先負 ●成人の日	14 仏滅 ●移動町長室 9:00~11:30 (瀬棚支所)	15 大安 ●なかよしルーム (瀬棚保育所) 9:30~11:30 ●育児相談 (瀬棚保育所) 13:00~16:00 ●乳幼児相談 (健康センター) 13:00~15:30	16 赤口	17 先勝 ●のびのびルーム (瀬棚保育所) 9:30~11:30 ●育児相談 13:00~16:00 (瀬棚保育所)	18 友引 ◎ふれあい市場直売会 14:00~ (ふれあい市場)
19 先負 ●【日曜当番医】 せたな町国保病院 10:00~15:00	20 仏滅 ★公営温泉浴場定休日 ●子育て相談日 (瀬棚保育所) 9:30~16:00 ●いきいき元気アップ会 (健康センター) 10:00~11:30	21 大安	22 赤口 ●なかよしルーム (瀬棚保育所) 9:30~11:30 ●育児相談 (瀬棚保育所) 13:00~16:00	23 先勝	24 友引 ●のびのびルーム (瀬棚保育所) 9:30~11:30 ●育児相談 13:00~16:00 (瀬棚保育所)	25 先負
26 仏滅 ●【日曜当番医】 今金町国保病院 10:00~15:00	27 大安 ●子育て相談日 (瀬棚保育所) 9:30~16:00	28 赤口	29 先勝 ●なかよしルーム (瀬棚保育所) 9:30~11:30 ●育児相談 (瀬棚保育所) 13:00~16:00	30 友引	31 先負 ●のびのびルーム (瀬棚保育所) 9:30~11:30 ●育児相談 13:00~16:00 (瀬棚保育所)	

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。

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

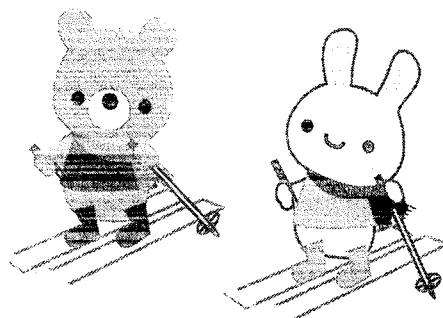
◆対 象 : せたな町民

◆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。

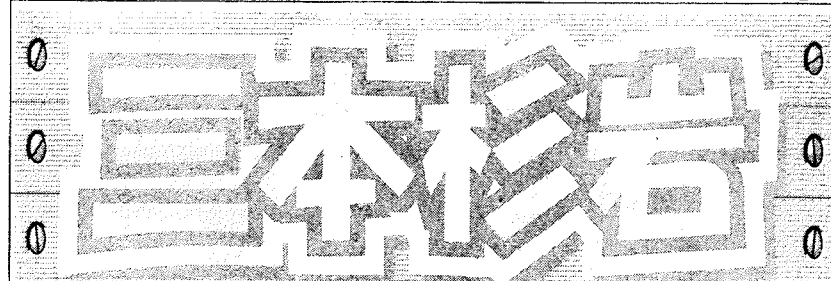
詳しくはスキー場掲示のカレンダーをご覧ください。



【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)



瀬棚駐在所
作成者
長谷川
☎ 87-3003

特殊詐欺の防止！

12月13日、瀬棚郵便局において、
特殊詐欺防止のため、瀬棚保育所めろん
組の皆様で、啓発活動を実施致しました
ご協力ありがとうございました。

全道各地で、特殊詐欺が多発している
傾向にあります。

特に、LINEを使った特殊詐欺が多
く、旨い儲け話などはありません。

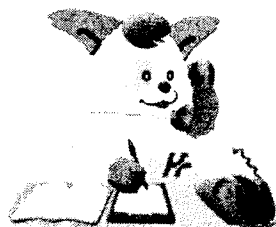
知らない電話やお金の話などになった
際は、ご注意下さい！！



1月10日は110番の日 110番の正しい利用をお願いします

- 110番は、事件・事故などが発生した際の緊急通報用の電話です。
慌てず、落ち着いて質問に答えてください。
- 警察官が早く到着できるよう、その場所の住所や付近の目標となる
建物などを正しく伝えてください。
- 急を要しない困り事や相談は、警察相談電話
「#9110」または最寄りの警察署、交番へ
お問い合わせください。

北海道警察



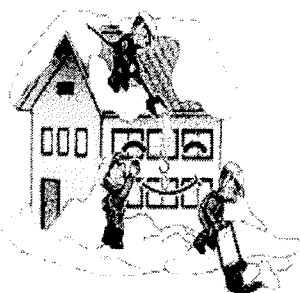
雪による事故の防止 慣れた雪かき危険がいっぱい

○早めの冰雪下ろしを

○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、補助者を置
くなど複数で行うとともに、転落防止や万一に備え、
万全の措置を講じ、自身の安全を確保しましょう。



冬道での交通事故の防止

ストップ・ザ・交通事故

～めざせ安全で安心な北海道～

○スピードダウンと慎重な運転

特に日陰や橋の上、トンネル
の出入口は日中でも滑りやす
くなっていますので、スピー
ドダウンと道路状況に合わせた慎重
な運転を心掛けましょう。

○「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
操作はスリップなどの思わぬ交
通事故につながり、大変危険で
すのでやめましょう。





Hakodate Area
Setana Police Station

函館方面せたな警察署

バリアフリー Foreign Language

0137-84-6110

〒049-4512 せたな町北増上区徳島4-17

飲酒運転
しない、させない、許さない



[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
特おしサイト



特別ないちおし情報を
お知らせします！

(10月25日更新)



安全・安心な暮らし
Secure and Safe
Living



防災・減災
Disaster Prevention
and Mitigation



採用情報
RECRUIT



犯罪・交通事故
発生マップ
Outbreak map

せたな署通信

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

8月28日更新

熊の目撃情報

9月6日更新

速度取締指針

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 詐欺（持金詐欺・SNS投資詐欺・ロマンス詐欺等）
警ハイに注意しましょう

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 持金詐欺及びSNS投資・ロマンス詐欺被害防止の
ための共有メッセージ(pdf.727kb)

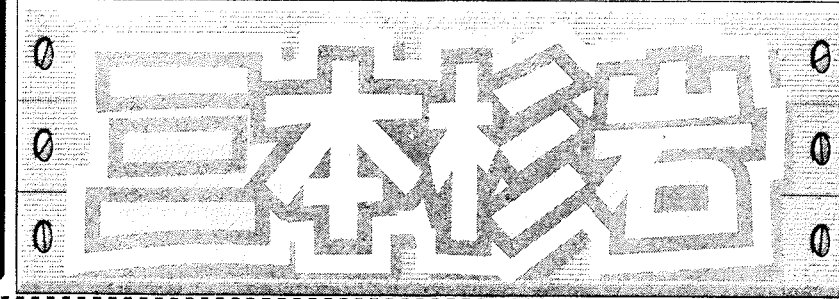
令和5年12月1日



北海道警察SNS運用一覧
ページになります

せたな警察署





瀬棚駐在所
作成者
長谷川
☎ 87-3003

特殊詐欺の防止！

12月13日、瀬棚郵便局において、特殊詐欺防止のため、瀬棚保育所めろん組の皆様で、啓発活動を実施致しました。ご協力ありがとうございました。

全道各地で、特殊詐欺が多発している傾向にあります。

特に、LINEを使った特殊詐欺が多く、旨い儲け話などはありません。

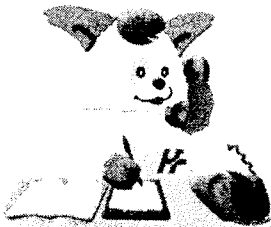
知らない電話やお金の話などになった際は、ご注意下さい！！



1月10日は110番の日 110番の正しい利用をお願いします

- 110番は、事件・事故などが発生した際の緊急通報用の電話です。慌てず、落ち着いて質問に答えてください。
- 警察官が早く到着できるよう、その場所の住所や付近の目標となる建物などを正しく伝えてください。
- 急を要しない困り事や相談は、警察相談電話「#9110」または最寄りの警察署、交番へお問い合わせください。

北海道警察

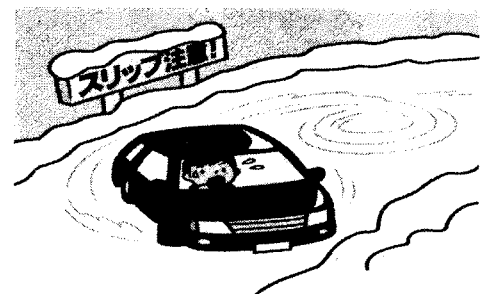


冬道での交通事故の防止 ストップ・ザ・交通事故

～めざせ安全で安心な北海道～
○スピードダウンと慎重な運転

特に日陰や橋の上、トンネルの出入口は日中でも滑りやすくなっていますので、スピードダウンと道路状況に合わせた慎重な運転を心掛けましょう。

○「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」のつく運転操作はスリップなどの思わぬ交通事故につながり、大変危険です。のでやめましょう。



雪による事故の防止 慣れた雪かき危険がいっぱい

○早めの冰雪下ろしを

○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、補助者を置くななど複数で行うとともに、転落防止や万一に備え、万全の措置を講じ、自身の安全を確保しましょう。





Hakodate Area
Setana Police Station

函館方面せたな警察署

バリアフリー Foreign Language

0137-84-6110

〒049-4512 せたな町北増上区徳島4-17

飲酒運転
しない、させない、許さない



[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
特おしサイト



特別ないちおし情報を
お知らせします！

(10月25日更新)



安全・安心な暮らし
Secure and Safe
Living



犯罪・交通事故
発生マップ
Crime and Traffic
Accident Occurrence
Map



採用情報
RECRUIT



犯罪・交通事故
発生マップ
Outbreak map

せたな署通信

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

8月28日更新

熊の目撃情報

9月6日更新

速度取締指針

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

・ 令和6年12月11日

詐欺（特種詐欺・SNS投資詐欺・コマンズ詐欺等）
警ハイに注意しましょう

・ 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

特種詐欺及びSNS投資・コマンズ詐欺被害防止の
ための共有メッセージ(pdf.727kb)

・ 令和5年12月1日

 **北海道警察SNS運用一覧
ペラックします**

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。

せたな警察署



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!

Instagram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。



- 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。

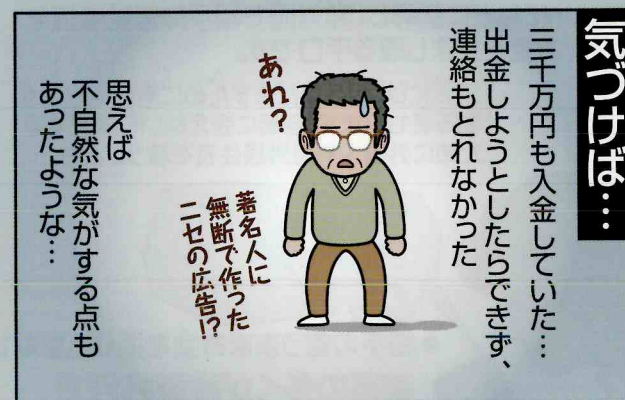


不安を感じたり、「詐欺かも?」と思ったら、迷わず相談を! 警察総合相談窓口 ☎ #9110 消費者ホットライン ☎ 188 (いやや)

・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。



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



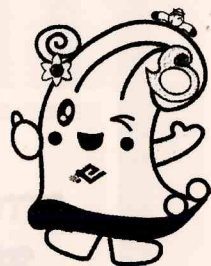
主催：八雲総合病院（主管：産婦人科）

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

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】

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>

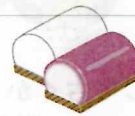
- ・かまぼこ…数枚
- ・黒ゴマ…適量

- 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
ため「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。



図書だより

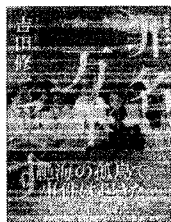
令和7年1月号

発行:生涯学習センター 図書室

担当:池田 TEL:87-3901

今月の新刊図書

罪名、一万年愛す(吉田 修一/著)



横浜で探偵業を営む遠刈田蘭平のもとに、一風変わった依頼が舞い込んだ。九州を中心にデパートで財をなした有名一族の三代目・豊大から、ある宝石を探してほしいという。宝石の名は「一万年愛す。」

ナンデとナンダ(けんさん・おおぼっち/著)



ナンデとナンダは「にんげん」のおうちにやってきました。「にんげん」のおうちはナンデとナンダがはじめてみるものがたくさん。色々なものを見て楽しく想像を膨らませるナンデとナンダ。どんな「たのしい想像」をするのでしょうかー？

*** 一般書 ***

トヨタの子 (吉川 英梨/著)

レクターガール・サイコ (星月 渉/著)

婚活マエストロ (宮島 未奈/著)

雫 (寺地 はるな/著)

花咲小路二丁目
中通りのアンパイア (小路 幸也/著)

長生きたまご (鎌田 実/著)

なんでもない日の
おいしいおにぎり (日々おにぎり/ゆこ
/著)

全人類ウケ
沼落ちレシビ (双松 桃子/著)

*** 児童書 ***

びよびよどーこだ？
メリークリスマス (accototo/著)

ノームの世界ー
のんきな暮らし (のぶみ/著)

ティズニー
みんなのクリスマス (講談社(編集)
/著)

名探偵はハムスター2 (こざき ゆう/著)

ふしぎな図書館と
消えた西遊記 (廣嶋 玲子・
江口 夏実/著)

霧島くんは
普通じゃない 11 (麻井 深雪・
那流/著)

ニュートン科学の
学校シリーズ (森谷 公俊/著)
古代遺跡の学校

図書室からのお知らせ

※ほかにも新刊図書を購入予定です。

生涯学習センター郷土資料展示室

図書室は1月7日(火)から

通常開館です。

返却BOXも7日からです。

玄関前は、凍って滑りやすく

なっていますので

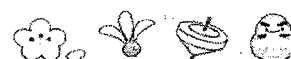
足下にお気をつけください。

ご来館お待ちしております。

【生涯学習センター 図書室(瀬棚区本町651 TEL:0137-87-3901)】

◆ 開館時間: 10時00分~17時00分(12:00~13:00までは休館しております)

◆ 休館日: 1月6日(月) 14日(火) 20日(月) 27日(月)





「長生きたまご」

◆◆◆ 新刊案内 ◆◆◆

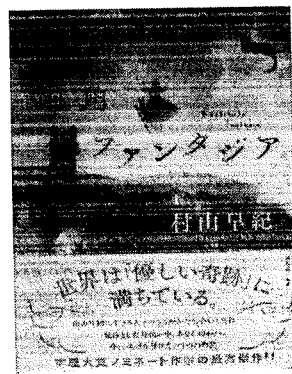
発売前・予約中の本もあります。
新刊本はまだほかにもありますので
館内に新着情報を掲示しています。
他館の本もお取り寄せ可能です！
気になる本がありましたら
声をかけてください。



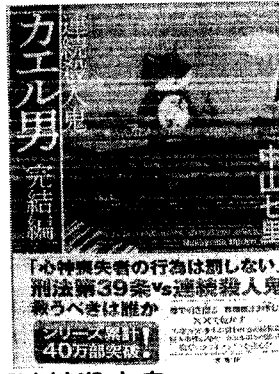
「きょう、
ゴリラをうえたよ」



「トヨタの子」



「街角ファンタジア」

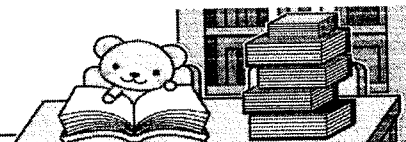


「連続殺人鬼
カエル男 完結編」



「全人類ウケ
沼落ちレシビ」

他区図書施設情報



【せたな町情報センター】北檜山区北檜山266番地 TEL:0137-84-5342

- ◆ 開館時間：10時00分～17時00分（12:00～13:00までは休館しております）
- ◆ 休館日：1月6日（月）14日（火）20日（月）27日（月）

*** 一般書 ***

檜垣澤家の炎上 (永嶋 恵美/著)

親の家が
空き家になりました (葉山 由季/著)

まいにちの栄養学 (あこ/著)

*** 児童書 ***

おせち (内田 有美/著)

藤井聡太ものがたり (山本 省三/著)

つかめ！理科ダマン 6 (シン テフン/著)

【大成図書館】大成区都386番地 TEL:01398-4-6161

- ◆ 開館時間：10時00分～17時00分（12:00～13:00までは休館しております）
- ◆ 休館日：1月6日（月）14日（火）20日（月）27日（月）

*** 一般書 ***

音のない理髪店 (一色 さゆり/著)

秋葉断層 (佐々木 譲/著)

あなたの人生を導く
美輪ことば (美輪 明弘/著)

*** 児童書 ***

ひみつのおすし屋さん (黒部 まゆ/著)

ねこホテル (ひくべ あきひこ/著)

ぐうたらねこ (ひがし ちから/著)



狩場嶺

学校教育目標

- 主体的に学び・考え・行動する生徒
- 人とつながり ふるさに思いをもつ生徒

せたな町立瀬棚中学校 学校だより第9号

令和6年12月23日

「時間」を大切に使って、有意義な冬休みを

校長 西山 恭史

今年の漢字は「金」ですとか、新語・流行語大賞は「ふてほど」でしたとか、このような話題を耳にすると、「あ～、年末になったなあ～」と感じるのは私だけでしょうか。皆さんにとって、今年の漢字や流行語大賞は何だったのでしょうか？学校では冬休みに向けて、生徒たちいろいろと準備を進めているところです。夏休み同様に、長い間ご家庭に子供たちをお願いすることとなりますが、どうぞよろしくお願いいたします。

さて、そんな冬休みですが、すべての生徒に平等に与えられるのが、『時間』です。私は、この時間をそれぞれの生徒たちがどう使って過ごすのかにとっても興味をもっています。自分の趣味に使う人、進路の実現に向けて使う人、家族の役にたつことに使う人、きっと人それぞれだろうと思います。ただ、できるだけ避けてほしいと願っているのが、ただダラダラと時間を消費することです。せっかくの冬休みです。自由に使える時間がたくさん与えられるのですから、有効に自分のために使ってほしいというのが、私をはじめ、先生方の願いです。具体的に危惧されるのが、スマホなどで動画をしっかりとした目的もなくただ見続けて過ごすという生活です。決していけないことではありませんが、もっと有効な時間の使い方がないのかと思ってしまいます。どうでしょうか？皆さんのお子さんはネットメディアと上手なつきあい方はできているでしょうか？

もしかしたら、私と同じように考えて、我が子とスマホ等の利用について、ルールや約束を決めながら過ごしている家庭もあるのではないのでしょうか。どうですか？子供たちはそのルールや約束を守ってくれていますか。注意をしてもなかなか聞いてくれなくて困っているなんて家庭はありませんか。もし、その部分で困っているのであれば、次の事を参考にして、子供とした約束を振り返ってみてください。または、これから冬休みに向けて約束をしてみてください。

それでは、保護者ならびに地域の皆様にとっても素敵な年末年始を迎えられますことを祈っております。今年も学校への様々なご協力ありがとうございました。

《子供がなぜ、約束を守れないのか》

1. 約束に納得がいていない

当たり前を感じるかもしれませんが、子供が約束の理由や内容に十分納得がいていないと約束を守るのは難しいです。まずはその理由を子供が納得する形で親が説明してあげてください。

2. 興味が限定されている

ネットメディア以外の興味が乏しい子は、ネットメディアばかりに集中しやすく、約束の時間を超えても続けてしまう傾向にあります。子供が他に楽しいと感じられるものはないかに目を向けさせてみてください。色々な人と会う機会が増えるお正月などは、他の人の影響を受けて、視野が広がり楽しみが増えるかもしれません。そうすると、約束も自然と守りやすくなります。

3. ペナルティの有無が曖昧

約束を守れなかったときのペナルティを設けるかどうかについては、メリットとデメリットがあります。どうしてもペナルティを設けるのであれば、まずは設ける必要性を子供と共有しておきましょう。ペナルティを設ける場合は、一度決めたものは揺るがせない姿勢が重要となります。事前に、「こういう場合はどうする」という点まで話し合い、ルールを徹底できるよう頑張ってみてください。

1 年職場訪問 ～総合的な学習の時間から～

11月19日（火）、総合的な学習の時間で、1年生が「職場訪問」を行いました。今回は、「海上保安署」「ヘアサロンなかの」「桂田衣料品店」「生涯学習センター」「甲田菓子店」「ふれんど」さんにご協力いただき、1年生6名が職場を訪問しました。この職場訪問の大きなねらいは、働くことの「意味（意義）」「やりがい」について知ることです。まとめのレポートを見てみると、「人のため」「お客様を大事にする」などの言葉が多く見られ、1年生それぞれが、「ただ生活するためにお金を稼ぐ」というだけではない「働くことの意義」や、それぞれの職業の「やりがい」を理解できたようです。

また、今回の職場訪問には、言葉遣いやマナー等も含めた「社会性」を身につけるというのねらいの1つです。先ほどのまとめの内容にも、言葉遣いや挨拶について教えていただいた記録がありました。今回訪問させていただいた1年生にとって有意義な学習になったと思います。

今回の職場訪問は中学校での一連の進路学習の入り口にあたり、2年生の職場体験学習を経て、3年生の秋の進路選択に繋がります。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。



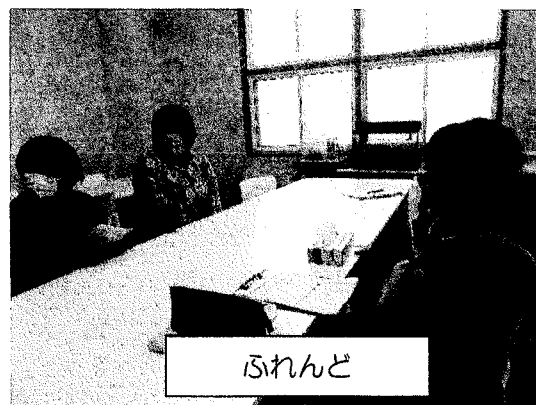
甲田菓子店



海上保安署



桂田衣料品店



ふれんど



生涯学習センター



ヘアサロンなかの

生徒全員が安心して過ごせる学校に ～いじめアンケートの結果から～

11月に生徒全員を対象に、今年度2回目の「いじめに関するアンケート」を実施いたしました。前回同様、瀬棚中学校の生徒のアンケート結果から、いじめと認知される案件はありませんでした。

しかし、若干名ではありますが「あなたは、嫌な思いをした時、誰に相談しますか。」の設問に「誰にも相談しない」の回答が見られました。

学校では、年2回の教育相談と必要に応じた面談を実施し、生徒の悩みに寄り添う体制を整えております。また、町教委の笹原スクールアドバイザーに協力いただき、年に複数回行われている教職員の「生徒理解交流会」にも参加していただいています。交流会の中では毎回貴重なご意見をいただき、日常の生徒との関係づくりや情報共有、教育相談の際のポイント等、いただいた貴重な意見を参考にさせていただいております。

今後も生徒全員を教職員全員で見守っていきますが、ご家庭で何かご心配や気になることがあれば瀬棚中学校までお知らせください。

子ども相談支援センター

相談窓口のお知らせ

いじめや不登校、体罰などの学校教育に関する悩み、子育て・しつけなど家庭教育に関する悩みなど相談してください。



●電話相談

☎ 0120-3882-56
(無料、毎日24時間対応)

※相談予約制です。

〒090-0001 北海道根室市中央北3条西7丁目遊庁別館8階
※上記の電話番号で予約してください。

●来所相談 ※10:00～16:00

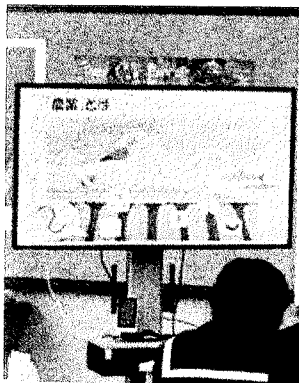
(土日・祝日、年末年始はお休みです。)

子ども相談支援センター

札幌市中央区北3条西7丁目遊庁別館8階
※上記の電話番号で予約してください。

有機農業の授業

12月8日の「有機農業の日」(みなさんご存じでしたか?)にちなんで、9日(月)の4時間目に「有機農業に関する授業」を行いました。檜山振興局の方、農業改良普及センターの方などが来校され、普及センターの職員の方と実際に有機農業を行われている横山さんから、有機農業についての説明や、私たちと自然とのかかわり方などについてお話をいただきました。授業後には、有機栽培されたお米と味噌を使った給食が提供され、おいしくいただきました。たくさんの資料映像を用意いただき、また、生徒たちに考えさせる工夫も盛り込んでいただき、生徒たちも今一度、日常の食生活そして身の回りの生活について考える機会になったと思います。





行事予定

※行事等に変更がありましたら、随時お知らせします。

日	曜日	予 定	バス便
1	水	元日 学校閉庁日（年始休業）	
2	木	学校閉庁日（年始休業）	
3	金	学校閉庁日（年始休業）	
4	土		
5	日		
6	月		
7	火		
8	水		
9	木		
10	金		
11	土		
12	日		
13	月	成人の日	
14	火		
15	水		
16	木		
17	金		
18	土		
19	日		
20	月	3学期始業式	①13:25
21	火		①15:35 ②17:25
22	水	職員会議	①14:20
23	木	専門委員会	①16:25 ②17:25
24	金		①15:35 ②17:25
25	土		
26	日		
27	月	全校集会	①16:00 ②17:25
28	火	スキー学習（ピリカ）給食・部活動なし	①15:35
29	水	研修日	①14:35
30	木	小中交流会	①14:20
31	金	スキー学習（ピリカ）給食・部活動なし	①15:35

《みなさまよいお年を》

瀬棚中学校は12月26日から冬季休業に入ります。3年生は高校入試も控える大切な冬休みとなります。保護者の方々や地域の皆様にご理解ご協力いただき、瀬棚中学校の2学期の教育活動を無事に終えることができました。3学期もまたよろしく願いいたします。みなさま、よいお年をお迎えください。