

# せたな

# 12



令和元年度せたな町表彰式・「税を考える週間」書道展  
百歳になられる方々へ祝い状と記念品を贈呈しました  
後期高齢者医療制度について

保健師からの健康アドバイス

酒は百薬の長？ ～上手なお酒の付き合い方とは～

それ行け！協力隊、Topics、暮らしの情報 ほか



# 令和元年度せたな町表彰式



※写真上段左から、菅原副町議会議長、真柄町議会議長、高橋町長、佐々木副町長、成田教育長  
同下段左から、河村守人氏、坂下正治氏、広瀬晶子氏



※写真左から、石原広務氏、高橋町長

11月1日（金）、温泉ホテルきたひやまで令和元年度せたな町表彰式が行われました。  
今年度は石原広務氏（町議会議員）、河村有泰氏（㈱河村ビル開発代表取締役）、坂下正治氏（㈱高橋建設せたな本店専務取締役本店長）、中村隆俊氏、中村秀夫氏の5人が受賞しました。  
式には、河村有泰氏の代理として㈱河村ビル開発専務の河村守人氏、㈱高橋建設せたな本店専務取締役本店長の坂下正治氏、中村隆俊氏の代理として広瀬晶子氏が出席し高橋町長から表彰状と記念品が贈呈されました。  
また、11月11日（月）本庁応接室で、石原広務氏への表彰式が行われ、表彰状と記念品が贈呈されました。

## 勤続表彰受賞者

せたな町議会議員

石原 広務氏（大成区）

せたな町議会議員として15年間勤続されています

## 善行表彰受賞者

㈱河村ビル開発代表取締役

河村有泰氏（札幌市）

生活交通の確保対策のため、100万円を寄附されました。

㈱高橋建設せたな本店

専務取締役本店長

坂下正治氏（瀬棚区）

産業担い手育成のため、100万円を寄附されました。

中村隆俊氏（東京都）

スポーツと文化の振興のため、100万円を寄附されました。

中村秀夫氏（東京都）

奨学資金貸付のため、100万円を寄附されました。



令和元年度

# 「税を考える週間」書道展

## 最優秀賞



若松小学校6年  
生駒 あゆみさん

「税を考える週間」(11月11日から17日)に合わせ、小学校児童による書道展が開催され、出展作品192点の中から21点の入賞作品が選ばれました。入賞者は掲載のとおりです。

なお、出展作品については北檜山区は本庁舎、大成区は大成総合支所、瀬棚区は瀬棚総合支所においてそれぞれ11月12日から19日まで展示されました。

## 佳作

久遠小学校3年	宮越 操人くん
北檜山小学校3年	澤谷 来我くん
北檜山小学校3年	高橋ひかりさん
瀬棚小学校3年	三浦 可帆さん
北檜山小学校4年	大脇 志織さん
北檜山小学校4年	吉田 アンナさん
久遠小学校5年	星野 蓮斗くん

北檜山小学校5年	高橋 咲妃さん
北檜山小学校5年	林 梨花さん
北檜山小学校5年	山本 葉月さん
瀬棚小学校6年	鈴木 鞠沙さん
瀬棚小学校6年	日置 梨乃さん
北檜山小学校6年	大塚 結太くん
北檜山小学校6年	蓬田 真奈さん

## 優秀賞



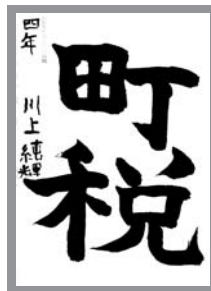
瀬棚小学校3年  
中村 那月さん



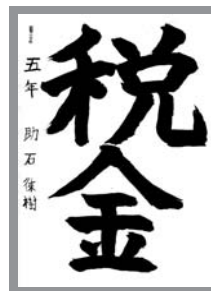
瀬棚小学校3年  
日置 仁衣奈さん



久遠小学校4年  
藤谷 愛音さん



北檜山小学校4年  
川上 純輝くん



瀬棚小学校5年  
助石 徠樹くん



久遠小学校6年  
駒木 悠太くん



▲原好江さん (北檜山区)



▲尾野夕ネさん (北檜山区)



▲西村トセさん (大成区)




▲磯野トミさん (大成区)

百歳になられる方々へ「祝い状」と「記念品」を贈呈しました

10月28日(月)、せたな町内に住所を有し、今年度で百歳になられる方々へ、内閣総理大臣から贈呈されたお祝い状と記念品の授与式が行われました。

今年度の該当者は、北檜山区5人、瀬棚区1人、大成区4人の計10人で、町長からお祝い状と記念品が手渡されました。

※ご家族、ご本人の同意を得た方のみ掲載しています。



## 荻野吟子賞受賞者を祝福

本年5月に札幌市で開催された日本女医会総会において、荻野吟子賞を受賞された苗穂レディースクリニック院長の堀本江美さんのもとに10月30日（水）高橋町長が訪れ、お祝いの言葉とせたな町の特産品である日本酒「吟子物語」を贈りました。

日本女医会では、日本の女性として初めて公の医師資格を取得した荻野吟子女士の偉業を称え、その名を永久に伝えるために「荻野吟子賞」が昭和58年に制定され、独自の活躍をもって女性の地位向上や、医療に著しく貢献した女性医師を対象として贈られています。これまでの受賞者は34人で、堀本先生は性暴力被害者支援センター北海道や、性暴力被害者診療支援看護師養成講座の開設など、性暴力被害者のための活動に力を注いでいます。



堀本江美さん

## せたな町民プール大盛況

本年7月5日（金）にオープンしました、せたな町民プールが、10月31日（木）に今年度の営業を終了いたしました。プールでは、オープンを記念し水泳教室や水中運動・歩行教室など町民の健康増進のための教室が実施され町内外のたくさんの方に利用されました。

今年度の利用実績は、約7000人と、改築前の利用量の2倍以上の実績となりました。来年度以降におきましても、プールを利用していただくための様々なプログラムを用意してまいりますので、たくさんのご利用お待ちしております。



## 小学生～高校生のための春休み海外研修交流事業 参加者募集

公益財団法人・国際青年研修協会では、10コースの参加者を募集しています。海外生活を通して交流を体験し、国際感覚を養うことを目的に実施します。おひとりでご参加になる方や、はじめて海外へ行かれる方が7割以上ご参加されます。事前研修会では仲間づくりからサポートしますので、安心して参加いただけます。

**【研修国】** イギリス・オーストラリア・カナダ・サイパン・ニュージーランド・フィリピン・カンボジア・ネパール

**【内容】** ホームステイ・英語研修・文化交流・地域見学・野外活動※コースにより体験内容をお選びいただけます

**【説明会】** 全国10都市にて開催（予約不要・入場無料）

**【日程】** 3月25日（水）～4月5日（日）の内6～11日間 ※コースによって異なります

**【対象】** 小3～高3の方まで ※コースにより対象学年が異なる

**【定員】** 10～20名 **【参加費】** 24.8～49.9万円

**【締切り】** 1月31日（金） 締め切り日まで受付します（1月24日までにお申し込みの方は、早期割引1万円）

**【問い合わせ・資料請求先】** 公益財団法人 国際青少年研修協会 TEL 03 (6417) 9721  
FAX 03 (6417) 9724 E-MAIL info@kskk.or.jp URL http://www.kskk.or.jp

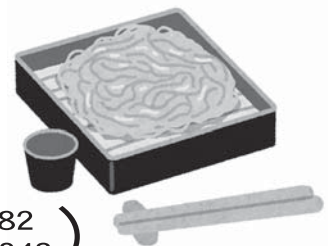
## 営業のお知らせ

誠に勝手ながら今季より年越しそばの注文はお受けしない事と致しました  
これからも営業は続けて参りますので、よろしくお願い申し上げます。

2020年は、1月18日（土）より営業します

（午前 11時 開店）（毎週 木・金を）（店の電話 0137-84-5482）  
（午後 3時 閉店）（定休日とします）（携帯電話 090-6218-1342）

そば処 元気屋



（有料広告）

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ■広域計画に関する住民意見募集について■

### ○第3次北海道後期高齢者医療広域連合広域計画（改正原案）に関する住民意見募集について

北海道後期高齢者医療広域連合は、道内179市町村との連携のもと、後期高齢者医療制度を運営している特別地方公共団体です。

この度、広域連合では、広域連合と市町村が連携しながら処理する事務について定めた「広域計画」を改正します。

この第3次広域計画の改正にあたり、次のとおり広く住民の皆さまからご意見を募集します。



#### ◆募集案件について

【募集案件】 『第3次北海道後期高齢者医療広域連合広域計画（改正原案）』

【募集期間】 令和元年12月6日（金）～令和2年1月6日（月）（必着）

#### ◆公表する資料について

『第3次北海道後期高齢者医療広域連合広域計画（改正原案）』

『第3次北海道後期高齢者医療広域連合広域計画（改正原案）新旧対照表』

#### ◆資料及び募集要領の入手方法について

意見募集の開始日から、北海道後期高齢者医療広域連合ホームページ

(<https://iryokouiki-hokkaido.jp>)に掲載するとともに次の場所で配布しています。

- ・北海道後期高齢者医療広域連合（住所については、下記お問い合わせ先参照）
- ・せたな町役場 町民児童課 国保医療係

## お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合

〒060-0062

札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階

☎011-290-5601

本庁 町民児童課国保医療係 ☎0137-84-5111

瀬棚総合支所 住民係 ☎0137-87-3311

大成総合支所 住民係 ☎01398-4-5511

# 清掃スタッフ大募集!

**勤務地** 道南ロイヤル病院  
〒049-4501 久遠郡せたな町北檜山区北檜山322-4

●内容:病院内の清掃をしていただきます(床のモップがけ、ゴミ回収など)

【時間】 6:30～12:00、6:30～15:00、  
13:00～17:30

【待遇】 交通費支給、皆勤手当有、賞与年2回有、  
社保完備、有給休暇有、制服貸与

・お仕事応援のため、入社1ヵ月後  
入社祝い金15,000円進呈

**時給** 1,000円

男女不問

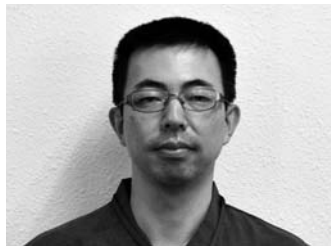
**株式会社ボイス 札幌営業所**  
〒001-0023 札幌市北区北23条西7丁目2-5 フィオーレ北23条101

お問い合わせ先 質問などお気軽にお問い合わせ下さい!  
病院での受付は行なっておりません。  
☎0120-95-2270

(有料広告)



# せたな町の ニューフェイスを ご紹介します



せたな町立国保病院  
臨床検査技師

あやべ のぶひろ  
**綾部 修宏**

せたな町の皆様のために頑張ります。  
よろしくお願ひします。

**生年月日** 昭和56年 **出身地** 登別市 **血液型** B **趣味** 読書  
**特技** 卓球 **好きな芸能人** 林家 木久扇

## 札幌市 ⇄ せたな町 帰省応援バスパックのお知らせ

(有)東ハイヤーでは、昨年に引き続き今年も年末年始に札幌せたな間の帰省応援バスの運行を実施します。今年、バスの本数も増便しリニューアルしましたので、ご利用の方はチラシをご覧ください(有)東ハイヤーまでお問い合わせください。

### ☆札幌⇒今金町・せたな町（北檜山区・瀬棚区）行き

12月28日（土）・29日（日）・30日（月）・31日（火）  
1月2日（木）・3日（金）・4日（土）



※到着時刻は交通事情などにより前後することがあります。

※お申し込みの際は、氏名（フルネーム）、当日連絡の付く連絡先（携帯電話等）、乗降場所をお知らせください。

<b>15:00発</b> 札幌駅北口 駅前広場バス待機場	▶	<b>19:00頃着</b> 東ハイヤー 今金営業所前	▶	<b>19:20頃着</b> 東ハイヤー 北檜山本社前	▶	<b>19:30頃着</b> 東ハイヤー 瀬棚営業所前
-------------------------------------	---	-----------------------------------	---	-----------------------------------	---	-----------------------------------

### ☆せたな町（瀬棚区・北檜山区）・今金町⇒札幌行

12月29日（日）・30日（月）・31日（火）  
1月2日（木）・3日（金）・4日（土）・5日（日）

<b>8:30発</b> 東ハイヤー 瀬棚営業所前	▶	<b>8:40頃着</b> 東ハイヤー 北檜山本社前	▶	<b>9:00頃着</b> 東ハイヤー 今金営業所前	▶	<b>13:00頃着</b> 札幌駅北口 駅前広場バス待機場
---------------------------------	---	----------------------------------	---	----------------------------------	---	--------------------------------------

**【申込み受け付け】**  
12月30日(月)16時まで

問い合わせ・申し込み先

有限会社 東ハイヤー

電話 0137-84-5411 FAX 0137-84-5495  
メールアドレス azuma-hire@rouge.plala.or.jp

## 法テラス 八雲通信

### 季節労働者の問題について

法テラス八雲法律事務所

坪井 清隆

が盛んでは、農業や漁業  
北海道的には、季節労働  
を盛んにしている方も多  
い。季節労働者の問題は、

季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、

季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、

季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、  
季節労働者の問題は、

（季節労働者は、法的に  
非正規雇用には該当し、  
労働法の保護は、  
適用がありません。）

通常、労働条件の明示  
は、雇入れ通知書の交付  
も、この交付がなされな  
いままに、労働者が少な  
くありません。

就労の機会が保障され、  
権利主張をせよと求める  
ことが酷だといふことも  
あります。この問題は、  
本稿を執筆しました。

法律事務所では、各種法  
律相談を受け付けて、  
法律相談を3回まで無料  
とする。この制度も、  
法律相談を3回まで無料  
とする。この制度も、  
法律相談を3回まで無料  
とする。この制度も、



地域おこし  
協力隊

まちづくり推進課

ふくしま ゆたか  
福嶋 豊

第49回

今年6月からせたな町で観光協会職員として働くため、地域おこし協力隊に応募し移住してきた福嶋さんをご紹介します。

Q1. どうして、せたな町に来たのですか？

数年前に妻から「北海道に住みたいなあ…」と話をされ、移住のことを真剣に考えるようになりました。妻の実家が七飯町にあるので道南で移住先を検討していたところ、おばあちゃんの家があるせたな町まで遊びに来る機会がありました。その際、瀬棚区に住んでいる親戚から色々話を聞かせてもらったことで、せたな町に移住することを決断しました。

Q2. せたな町に住んでみて感じていること

「こんな何もないところに何しに来た？」と言われることがあります。確かに前に住んでいた千葉県は、様々な施設が多数あり生活するのに不便はしないんですが、せたな町の方が季節を感じられる気がします。山に行ったり、海で遊んだ



弁天岬にて

り、畑を楽しんだりと今まで当たり前にしてきた“日本の四季”を存分に楽しませてもらっています。

Q3. これからやっていきたいことは？

仕事：困っているけど頼める人がいないという方も多いと思います。まだ具体的には決まっていますが、そのような方々にもお役に立てるような事業がしたいです。

家庭：食育の一環として裏庭で野菜を育てているのですが、機会があればその裏庭で鶏を育てて産みだしたの卵を子どもに食べさせてあげたいです。

Q4. せたな町の皆さんにむけてのメッセージ

4月に私と妻と5歳の娘と1歳の息子の4人で千葉から引っ越してきて、6月から地域おこし協力隊として観光協会で働かせてもらっています。近所の方々には色々と気に掛けてくれたりと、とても親切にしてもらっています。私も町の一員としてみなさんのお役に立てるよう努力していきますので、今後とも末永くお付き合いをよろしくお願い致します！



鶏とのふれあい

多忙につき従業員を「せたな町民」から募集いたします

★清掃スタッフ募集！

職種：客室清掃 勤務先：温泉ホテルきたひやま 時給：861円～、交通費支給、有給休暇  
時間：9:00～14:00、宿泊状況に応じ前後残業あり、週1日からでもOK、WワークOK、その他相談に乗ります

日本管財株式会社 北海道支店

まずはお気軽にお電話下さい

募集担当

神野 正博

携帯 090-2053-5093

(有料広告)



保健師からの健康アドバイス

# 酒は百薬の長？ ～上手なお酒の付き合い方とは～



昔からよく「酒は百薬の長」と言われていますが、その後「百薬の長とはいへど、万の病は酒よりこそ起れ」という言葉が続いており、「いい薬とも言われておるが、多くの病気はお酒から引き起こされている」と意識されます。飲み方次第では薬ではなく、悪影響を及ぼすものになるということです。

## ○お酒とは？

アルコールを1パーセント以上含む飲料が一般的にお酒と言われています。適度な飲酒では気分をリフレッシュさせストレス解消になります。適量を超えると悪影響が出てきます。

## ○アルコールの代謝

お酒を飲むとアルコールは胃から約20%、小腸から約80%が吸収され、その後血液に入り全身を巡ります。

アルコールが分解されるまでには、個人差がありますが、一般的に体重60kgの方は純アルコール約5g分解するために1時間かかります。そのため、お酒に換算するとビール中瓶1本、日本酒1合を分解することになり、約4時間かかることとなります。

○お酒の1日の適量は？  
(1日の飲酒の目安は、純アルコール量で20g程度です。)



○缶チューハイ (アルコール度数7%)  
1缶 (350ml)



○ワイン  
1杯 (180ml)



○日本酒  
1合 (180ml)



○ビール  
中瓶1本 (500ml)

そのため、これ以上の摂取を続けてしまうと、様々な病気のリスクが高くなる恐れがあります。



今月の担当  
西 香奈美です

## ○お酒が引き起こす病気とは？

WHO (世界保健機関) によれば、適量以上の飲酒により60種類以上の病気の原因になりえると言われています。

例えば：

- ・アルコールを分解する肝臓に負担がかかり、肝硬変、肝機能障害などのリスクが上がる。
- ・消化管に負担がかかり、胃潰瘍、十二指腸潰瘍などのリスクが上がる。
- ・また、さらに悪化すると、口腔がん、胃がん、大腸がんなどのリスクが上がる。
- ・膵臓に負担がかかり、膵炎や糖尿病のリスクが上がる。
- ・脳を萎縮させ、認知症やアルコール依存症のリスクが上がる。



## ○健康的なお酒の飲み方とは

健康的なお酒の飲み方⇨適正飲酒と言います。どのような飲み方かわかりやすく整理したものに、「適正飲酒の10か条」があります。

- ① 談笑し 楽しく飲むのが基本です
- ② 食べながら 適量範囲でゆっくりと
- ③ 強い酒 薄めて飲むのがオススメです。
- ④ つくろうよ 週に二日は休肝日

- ⑤ やめようよ きりなく長い飲み続け
- ⑥ 許さない 他人(ひと)への無理強い・イッキ飲み
- ⑦ アルコール 薬と一緒に危険です
- ⑧ 飲まないで 妊娠中と授乳期は
- ⑨ 飲酒後の運動・入浴 要注意
- ⑩ 肝臓など 定期検査も忘れずに

公益社団法人

アルコール健康医学協会

## ○オススメのおつまみ

おつまみは、血中のアルコール濃度の上昇をゆるやかにしてくれる働きがあります。お酒にもカロリーも含まれており、高カロリーのおつまみは肥満の原因となります。また、おつまみの中には塩分が多く含まれるものも多く、摂り過ぎは高血圧の原因にもなります。

そのため選び方としては、低カロリーな野菜や自分で味を調節できるようなものにしましょう。例えば、枝豆、野菜サラダなどがオススメです。家で飲むときだけでなく、居酒屋などで飲むときにも参考にしてみてください。

年末年始が近づき、お酒を飲む機会も増える方も多いため、お酒の飲み過ぎや飲みすぎによる体調不良を防ぐため、お酒を飲むときは、おつまみと一緒に食べてみましょう。



## 特定健診伝言板

### 1、2月に実施します各種健診のお知らせです

今年度最後の各種検診となりますので、この機会にぜひ受けてください。

<総合健診：特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査、エキノコックス症検査、血中ピロリ菌検査>

1月24日(金) 瀬棚保健センター

1月25日(土) せたな町民健康センター

申込締切 1月10日(金)

1月26日(日) せたな町民健康センター

<乳がん・子宮がん検診バスツアー>

2月4日(火) 札幌がん検診センター

申込締切 12月27日(金)

※乳がん・子宮がん検診の無料クーポンが届いている方も受診できます。



#### 【ちゅんすけから一言】

風邪やインフルエンザが流行る季節になりました。

「マスク」「手洗い」「うがい」と「予防接種」等のかからない、うつらない行動をして、ご自身の体を守ってください。

健診を受けて自分の体を知ること、自分の体を守る「予防行動」です。ぜひ健診も受けてください。

健診申込・健康相談などは  
各保健師まで

- せたな町健康センター
- 瀬棚総合支所
- 大成総合支所

- ☎ 0137-84-5984
- ☎ 0137-87-3311
- ☎ 01398-4-5511

## 北檜山剣道スポーツ少年団 全道大会出場！

9月22日(日)、上ノ国小学校体育館において令和元年度公益社団法人江差地方法人会杯剣道大会・檜山管内剣道スポーツ少年団交流大会兼第34回北海道予選会が開催され、子どもたちが各部門で上位入賞するなど活躍を見せました。

また、団体戦では昨年度に引き続き全道大会出場のキップを手に入れました。全道大会は、11月24日に北海道科学大学体育館で開催されます。



- 北海道スポーツ少年団剣道交流大会檜山予選大会
  - ・団体戦／1位 北檜山
  - 先鋒：中村 光希 (北小4年)、次鋒：佐藤 紗愛 (北小6年)、中堅：藤田 崇史 (若小5年)、副将：高橋 花乃 (北小6年)、大将：中村 優斗 (北小6年)
- 江差地方法人杯剣道大会
  - ・団体戦
  - 小学生低学年の部 2位 北檜山 (菅又郁人・鈴木脩哉・弥左大地)
  - 小学生高学年の部 2位 北檜山C (清水日翔・弥左斗真・中村光希)
  - 3位 北檜山A (高橋花乃・佐藤紗愛・中村優斗)

- 中学生の部 3位 北檜山A (岡本 要・中山太翔・原田飛真)
- ・個人戦
- 小学生2年生以下の部 1位／弥左大地、3位／菅又郁人・鈴木脩哉
- 小学生3・4年女子の部 1位／丸谷あかり、2位／菅又彩那
- 小学生3・4年男子の部 1位／弥左斗真
- 小学生5・6年女子の部 1位／高橋花乃、2位／佐藤紗愛、3位／綿路映希
- 中学生男子の部 3位／中山太翔

## 少年サッカーチームせたなジュニアFC U・12メンバーが各大会で大活躍

9月22日(日)乙部町多目的公園にて「OTOBEC U・P・U12」が開催されました。

せたなジュニアFC U12メンバーは予選をコロンFC、松前サッカー少年団、函館八幡サッカー少年団の3チームと対戦し勝利し1位通過で決勝トーナメントに進み、準決勝では函館亀田サッカー少年団に勝利。決勝戦では、乙部サッカー少年団に5・0で勝利し見事優勝しました。選手たちは、これからフットサルが始まるので全道出場目指して練習を頑張りたいと意気込みを語っていました。



## 11月9日(土)、10日(日) 北斗市で第15回道南うみ街信金杯に参加したせたなジュニアFC U12メンバーは、24チームが参加する大会で予選を1位通過し決勝トーナメントでは1回戦、2回戦と勝ち進み、準決勝で函館サン・スポーツクラブに4・1、決勝戦では函館サッカースクールに4・3で勝利し、見事優勝する事ができました。

選手たちは12月に開催される全道予選のためにもっと練習して全道へ行きたいと意気込んでいました。



- 就業規則の作成・見直し (働き方改革関連法対応)
- 社会・労働保険手続き、給与計算の代行
- 人事労務コンサル、各助成金申請対応
- 各種年金相談、法人支援等

労務管理、年金、人事のエキスパートである  
社会保険労務士がサポートします

## 檜山労政コンサルタント事務所

社会保険労務士 残間 一文

全国社会保険労務士会連合会 第01190041号

〒049-4514 せたな町北檜山区豊岡 96-17

TEL (FAX) 0137-84-5360

(有料広告)



## 「農業と障がい者福祉の連携を推進するための研修会」開催 10月24日(木)



10月24日(木)、せたな町民ふれあいプラザにおいて「農業と障がい者福祉の連携を推進するための研修会」が開催されました。

農業や福祉の仕事をしている関係者を対象に、北広島市にある竹内農園 竹内巧代表など4人を講師に迎え、「農福連携」をテーマに研修会が行われました。

また、同時開催で町外の障がい者事業所によるマルシェも行われ、授産製品の販売もありました。

## ピンチはチャンス！ 鈴井貴之氏による文化講演会 10月17日(木)

10月17日(木)、せたな町民ふれあいプラザにおいて、令和元年度せたな町文化講演会が開催されました。

今回は、北海道赤平市出身で、タレント・構成作家として活躍されている鈴井 貴之さんを講師にお招きして「ピンチはチャンス。決してあきらめない。ゼロだからこそ可能性はある」と題して、講演を行っていただきました。

鈴井さんは、2019年1月公開のせたな町が舞台となった映画『そらのレストラン』で友情出演をし、癖のある役場職員を演じました。

講演では、撮影時の体験談や赤平市にある自宅での生活など、あきらめないからこそ無限の可能性が広がっていることを講演していただき、会場は笑い声で包まれ、終始盛り上がった講演会となりました。



## 地元のおいしい食材を使って 若松小学校で収穫感謝祭 11月7日(木)



11月7日(木)、若松小学校にて収穫感謝祭が行われました。

若松ポークマンと子どもたちが田植え・稲刈りをしたふっくりんこを使った豚丼。農業センターや学校で育てた野菜を使って、さつまいもチップスやピーマンの肉詰め、潮トマトがメニューとして振る舞われました。保護者やJA新はこたて若松支店青年部の方々など約15人が招待され、地元のおいしい食材を堪能しました。保護者の方々は「レストランに来たみたいで嬉しい」と喜んでいました。今回の収穫感謝祭に使用した野菜を調べた新聞やクイズなどの発表も行われ、終始賑やかで楽しい時間となりました。

地域との繋がりがや食材や料理を作ってくれている人への感謝の気持ち、残さずに食べることの大切さを改めて考えさせられた収穫感謝祭となりました。

## 「ふれあい市場10周年&ファイナル」が開催されました 10月26日(土)



10月26日(土)、ふれあい市場において、「ふれあい市場10周年&ファイナル」が開催されました。

当日は、風が強く肌寒い中での開催となりましたが、ファイナルということもあり出店店舗も多く、たくさんのお客さんと賑わいました。

今回の開催は、ふれあい市場が開設10周年ということもあり、日頃のご愛顧に感謝の気持ちを込めて、記念事業を同時開催しました。お買い上げいただいた先着100名の方に鮭鍋の無料配布が行われ、おいしく心も体も温まると大好評でした。また、1,000円以上お買い上げいただいた方には、抽選券が配られ出展者提供の特産品が当たる抽選会も行われました。

毎週開催は大盛況のうちに今回で終了となりましたが、冬期間は月1回の開催を予定しておりますので、皆さまのご来場をお待ちしております。

## サケの回帰を願って「サケの上る森づくり植樹祭」 10月24日(木)

10月24日(木)、北檜山区徳島の町有林において、「第25回サケの上る森づくり記念植樹祭」が行われました。

この植樹祭は、同実行委員会（北部桧山森林組合、ひやま漁業協同組合、せたな町などの9団体で構成）が主催し、サケの回帰を願って「豊かな森・海・川づくり」を目的として1995年(平成7年)から毎年行われているものです。

開会式では、北檜山小学校緑の少年団 小山結生さん、桃井空音さん、瀬棚小学校緑の少年団 名取蒼生くんが誓いのことばを読み上げました。

今回植樹したのは、実行委員会で用意したアオダモ40本、ブナ40本、クリ20本、クルミ20本と、一平会から提供されたヒバ10本、北檜山小学校緑の少年団が学校で育てたミズナラ50本の計180本で、杉の子林業グループの指導により、参加した103人で植樹を行いました。



## 世界を体験！右代啓祐選手による講演会を開催 10月19日(土)



10月19日(土)、せたな町民体育館において、右代啓祐選手によるスポーツ講演会が開催されました。

右代選手は、北海道江別市出身でオリンピックや世界選手権などに出場し、2014年には陸上十種競技で日本記録を樹立しました。

当日は、子どもから大人まで95名が参加し、「あきらめないは、夢をつかむ大きな力に」と題して、自身の体験談を交えながら講演をしていただきました。

また、講演以外にも、走り高跳び(170cm)を実際に目の前で跳んでいただき、会場では歓声と拍手が沸き起こりました。その他にも、過去に獲得したメダルを見せていただいたり、記念写真やサインに応じていただいたりと参加者と交流をはかりました。日本トップ選手の右代選手から世界を見せていただいた貴重な時間となりました。





## 11月2日(土)～17日(日) 芸術・文化の秋が盛りだくさん 各区でせたな町民文化祭開催



瀬棚会場(芸能の部)



瀬棚会場(展示の部)



大成会場(展示の部)



大成会場(芸能の部)



北檜山会場(芸能の部)



北檜山会場(芸能の部)



11月2日(土)～17日(日)にかけて、北檜山区、大成区、瀬棚区の各会場において、毎年恒例の町民文化祭「作品展示の部」と「芸能発表の部」が開催されました。

「作品展示の部」では、さまざまなサークルや個人のほか、各学校の生徒などが制作した芸術作品が並び、展示期間中は多くのお客さんが訪れ、作品を鑑賞していました。

「芸能発表の部」では、多くのお客さんを前に伝統芸能や舞踊、詩吟、ダンスなど日頃の練習の成果を精一杯披露し、会場からは大きな拍手と歓声があがっていました。

3区とも芸能発表の部の最後には、餅まきが行われ、子どもから大人まで芸術や文化に触れた町民文化祭となりました。

## 10月31日(木) 南極の氷を使った環境を考える体験授業を実施

10月31日(木)、檜山北高等学校において、南極の氷を使った授業が行われました。

この授業は今年、南極観測隊を乗せた砕氷艦「しらせ」が持ち帰った南極周辺の氷を使って環境問題について考えました。自衛隊函館地方協力本部募集係 武田忠夫さんが「南極の氷は水を凍らせた普通の氷と違い、雪の結晶が何万年も堆積したもので、環境調査や温暖化の研究に使われています。」と説明し、生徒たちに南極の氷を贈りました。

生徒たちは、氷に触れて感触を確かめると、パチパチと水に閉じ込められた空気が音を立ててはじける様子に興味津々で見入っていました。



## 優良運転者表彰候補者の自己申告について (無事故15年で、かつ無違反5年以上の方)

### ◎表彰を受ける資格を有する方

- ①せたな地区交通安全協会に加入している会員の方。
- ②函館方面・北海道交通安全協会から優良運転者として表彰を受けたことのない方
- ③平成16年12月31日以前に免許証を取得され、運転経験が満15年以上の方と、平成17年1月1日～令和元年12月31日までの15年間無事故の方で（無事故15年以上の方も有資格者です）なおかつ、平成27年1月1日～令和元年12月31日までの満5年間無違反の方（無違反5年以上の方も有資格者です）

※③の無事故・無違反の2つの資格がそろった方が候補者として申告できます。

### ◎申告先等

免許証と印鑑を持参の上、せたな地区交通安全協会連合会（せたな警察署内）へお越しください。

期日／令和2年1月17日まで（土・日・祝日、12月29日から1月5日は除く）

※15年表彰を授与され、無事故無違反20年表彰・30年表彰に該当すると思われる方または、30年表彰を授与され交通栄誉章を希望される方は、下記まで申告をしてください。

■問い合わせ先■ せたな地区交通安全協会連合会 ■ 0137-84-6110（せたな警察署内）



## 人材開発センター 12月実施事業のご案内

住民講座受講のご案内	日程	時間	定員	受講料	申込締切
フラダンス教室	12/4、12/18	13:00～15:00	20名	各2,000円	各実施日の前日まで
機動職業訓練のご案内	日程	時間	定員	受講料	申込締切
型枠施工科	1/7～3/19	9:10～15:50	10名	テキスト代 2,000円	12/17

### 【機動職業訓練への応募方法】

ハローワークえさしに入学願書の応募書類を提出してください。

### 【対象者】

公共職業安定所に求職申し込みを行っている方。

※平成30年度に機動訓練を受講された方は、本年度受講できません。

※過去に受講歴があり、その時受けた訓練と同じ科目の場合は、再受講できない場合があります。

問い合わせ先 一般社団法人 檜山地域人材開発センター運営協会 ■0139-52-0160

## コリドー交流情報館 ～行ってみよう！～となりまち

### 長万部町

### 長万部町営スキー場オープン！（予定）

今年度の長万部町営スキー場は12月下旬にオープン予定です！（積雪状況により変更になる場合があります。）無料ロープトウがフアミリーで楽しめるスキー場です！お帰りの際にははちよつと寄り道「長万部温泉郷」でゆつたりおくらぶください！無料ロープトウは、次のとおり運行しています！  
 ■リフト（ロープトウ）運行時間／火～金曜日・・・午後5時～午後9時、土・日曜日・祝日・・・午前9時～午後9時※月曜日は連休します。ご了承ください。■温泉日帰り入浴料金／約500円 長万部町教育委員会 ☎0137-72748

### 八雲町八雲地域

### 八雲町営スキー場12月22日オープン！（予定）

八雲町営スキー場は、スキーの初心者から上級者まで楽しめる3つのコースがあり、2人乗りリフトや休憩施設も完備され、スキーヤー、スノーボーダーなど多くの方々が楽しむことができます。また、幼児（就学前）と保護者がリフトに乗る場合は、幼児のリフト料金が無料で大変お得です！  
 ■オープン日／12月22日（日）※積雪の状況により、オープン日が順延することがあります。  
 ■お得な券（〇11回券・3時間：大人1230円、中学生以下720円〇1日：大人1850円、中学生以下1020円〇1回：大人1200円、中学生以下700円）  
 シーズン券：60歳以上15420円、大人18510円、中学生以下10280円  
 ■場所／八雲町春日767 八雲町総合体育館 ☎0137-622141

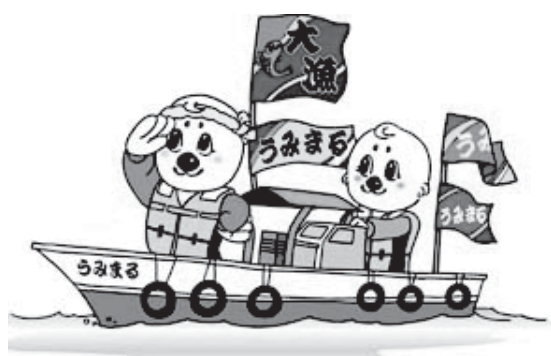
### 八雲町熊石地域

### 熊石海洋深層水の分水中！

海洋深層水の分水は、熊石漁港内の熊石海洋深層水総合交流施設で行い、ポリタンクやペットボトルなどへの小口分水と車両に積載された大型タンクへの大口分水の2種類の分水施設があります。さまざまな効果が期待されていますので、この機会にぜひお試しください。なお、冬期間（12月～3月）については、小口販売機の営業が平日のみとなります。  
 ■町外利用者／小口分水 一般用（20リットル）100円・業務用（1立米）6100円、大口分水 一般用（1立米）6100円・業務用（1立米）6100円  
 ■熊石海洋深層水総合交流施設 ☎01398・22300



## 冬季における漁船操業時の 注意点



冬季における漁船の操業では、不注意による人身事故や天候の急変による海難、暖房器具による火災の発生などが增多することが予想されます。

漁業者の方々には次のことに注意して、安全に操業を行いましょ。

- 作業時には、揚網機にカッパ等の着衣が巻き込まれることがないように、袖口を締め付け、また、ロープの中に足を入れないよう身の回りに注意しましょ。
- 海中転落した場合、ライフジャケットを適切に着用していれば、救助される可能性が格段に高まります。大切な命を守るため、ライフジャケットを適切に常時着用しましょ。
- 海上では天候が急変する可能性があるため、最新の気象情報入手し、天候の悪化が予想されるときは、操業を早めに切り上げるなど、無理をしないようにしましょ。
- 暖房器具の近くに燃えやすいものは置かないようにしましょ。

## 海のもしもは「118番」まで

☎ 瀬棚海上保安署 ☎ 0137-87-2634

## ふれあい市場

### 冬期特別開催のご案内



今年度の「ふれあい市場」(主催:同運営協議会)は、5月～10月までの期間で計21回の開催。その間、せたな町の旬な山の幸・海の幸を生産者が直接消費者へ販売し、多くのお客さんと賑わいました。

ふれあい市場は今後、特別開催として12月から1月1回の開催を予定しております。

### ■特別開催予定 (月1回)

- ・ 師走場所 / 12月21日 (土)
- ・ 初場所 / 1月18日 (土)
- ・ 如月場所 / 2月15日 (土)
- ・ 弥生場所 / 3月21日 (土)



令和元年度ふれあい市場の様子

☎ まちづくり推進課商工労働観光係

☎ 0137-84-5111

### ◆金町

ピリカスキー場12月21日オープン!  
(予定)

スキーシーズン到来!ピリカスキー場が12月21日、いよいよオープンする予定です。リフト券料金は(1日券)大人3400円、小人・シニア2500円※ほかにも回数・ナイター・シーズン券あり。■営業時間・時間 / 12月21日～3月22日 / ナイター営業 (週3日) 1月21日～2月29日 / 毎週火・木・土曜日 (上記のほか、1月2日～1月19日はナイター営業します) 通常営業 午前9時～午後4時 (最終リフト搭乗午後3時30分) ナイター営業 午後4時～午後9時 (最終リフト搭乗午後8時30分) その他にも多数お得な情報がありますので詳しくは下記お問い合わせ先まで☎アラザピリカ☎0137-837-833・7111

### ◆せたな町北檜山区

忘新年会・宴会プランは  
『温泉ホテルきたひやま』

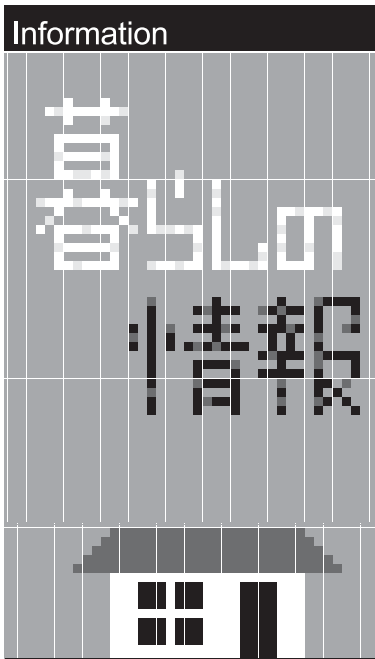
露天風呂、サウナ、全身浴、ジェットバスなどを備えた本格的スパ・ホテル、レストラン。そのほか、産品を使ったお料理も堪能できます。そのほか送迎付の各種宴会プランをご用意しておりますので、用途に合わせて相談ください。■宿泊料 / 1泊2食1人様8140円から (入場税別) 朝・夕2食付) ☎温泉ホテルきたひやま☎0137-84-4120

### ◆せたな町瀬棚区

公営温泉浴場『やすらぎ館』  
弱アルカリ性温泉で、冷感性、神経痛、火傷などに効能があります。美肌効果のある成分も含まれているそうです。■場所 / 瀬棚区本町 (旧国鉄瀬棚駅跡地) ■営業時間 / 10時から21時まで ※毎月第1・3月曜日定休 ■入浴料 / 大人400円、中人140円、小人70円 ☎やすらぎ館☎0137-87-3841

### ◆せたな町大成区

貝取洞公営温泉浴場  
ナトリウム塩化物・炭酸水素塩温泉で、関節リウマチや腰痛症、冷え性をはじめ、疲労回復などにも効果があります。露天風呂も併設されており、心身ともにリフレッシュさせませんか。■場所 / 大成区貝取洞386番地1 ■営業時間 / 9時から20時まで ■入浴料 / 大人400円、中人140円、小人70円、幼児無料 ☎貝取洞公営温泉浴場☎013998-4-5522



**忘れないで納期限**

**●固定資産税**  
第4期

**●国民健康保険税**  
第5期  
納期限は  
**12月2日**です  
忘れずに納めましょう

---

**●町・道民税**  
第4期

**●国民健康保険税**  
第6期  
納期限は  
**12月25日**です  
忘れずに納めましょう

**ご相談ください**

**司法書士による無料相談のお知らせ**

相続・贈与・売買・会社設立・債務整理・成年後見など心配ごとについてご相談ください。(相談無料・予約制)

- 日時  
12月11日 10時～12時
- 予約締切  
12月6日 15時 ※先着4名まで
- 場所／大成町民センター
- 担当相談員  
司法書士 森 奈津美
- 役場総務課総務係  
☎0137・84・5111

**ご相談ください**

**函館弁護士会による法律相談のお知らせ**

函館弁護士会では、せたな町で月1回法律相談所を開設しております。  
金銭関係や不動産関係、家

事関係など法律上の問題で困りの方はぜひご相談ください。

なお、相談をご希望の方は、予約制・先着順となっておりますので、事前に函館弁護士会までご連絡ください。(相談無料・予約制)

- 日時(12月×2月分)  
・12月13日 10時～12時  
・1月10日 10時～12時  
・2月14日 10時～12時
- 実施時間／13時～16時
- 相談件数／6件
- 場所／ふれあいプラザ
- 函館弁護士会  
☎0138・41・0232

**ご案内します**

**心の健康相談の実施について**

令和元年度北海道八雲保健所精神保健専門相談を実施します。心の健康相談をご希望の方は、ぜひご利用ください。 ※相談は、全て事前の申し込

み(実施日の前の週の金曜日まで)が必要となります。

- 日時／12月12日 13時30分～15時30分

●場所／八雲地域保健所  
八雲保健所保健係  
☎0137・63・2168

**ご利用ください**

**函館裁判所出張手続案内のお知らせ**

函館裁判所から職員が出張し住民の皆さんを対象とした出張手続案内を行います。(相談無料・予約制)

- 日時  
12月19日 13時～16時
- 場所／瀬棚総合福祉センターやすらぎ館

**函館地方裁判所**

- 予約方法  
12月12日 15時までに函館地方裁判所事務局総務課長まで電話でお申込みください。
- 函館地方裁判所  
☎0138・38・2372

**ご利用ください**

**雇用保険受給手続き受付日程について**

北檜山職業相談室で行う短期特例受給資格者(季節労働者)の雇用保険手続きの受け付けは、函館公共職業安定所からの職員配置日のみとなります。

なお、職員配置日以外については、ハローワーク八雲で手続きをお受けします。

- 職員配置日  
・12月18日 10時～16時  
・1月8日 10時～16時  
・1月22日 10時～16時

※短期特例受給資格者(季節労働者)のみの受付となります。一般被保険者及び高年齢被保険者に係る雇用保険受給手続きの受け付けは行いませんので、ご注意ください。

※暴風雪等の荒天時、地震などの天災発生時は止むを得ず中止させていただきます場合が

ります。

☎0137・62・2509

**ご利用ください**

**全国一斉労働トラブル110番を実施**

全国青年司法書士会は、労働者の生の声を聴き、抱えている労働トラブルについて法的支援を行い、労働者の権利と生活を守るため、全国一斉の無料相談会を開催いたします。

本電話相談では、電話による法的助言にとどまらず、相談者の希望に応じて相談者の最寄りの当会会員を紹介し継続的な支援を行っていきます。

一人でも多くの方のご相談をお待ちしております。

- 日時  
12月8日 10時～17時

●内容  
司法書士による労働トラブル電話無料相談

- ・賃金や残業代未払い
- ・突然の解雇
- ・セクハラやパワハラ、マタハラ
- ・有給休暇が取れない等

●連絡先  
☎0120・033・544

(当日のみの専用ダイヤルです) ※相談は無料、秘密は厳守します



ふるさと応援寄附金

※10月1日から10月31日受付分

合計622件  
8,385千円

## 次回 移動町長室 Move mayor room

### 12月10日(火) 大成総合支所

- ◎移動町長室は9:00から開設し、終了時刻は午後以降の町長のスケジュールで流動的となります。
- ◎当日は区内を巡回して不在のこともありますので、御用の際は事前に予定をお問い合わせください。
- ◎公務の都合上、急に日程を変更する場合がありますのでご理解願います。

## 戸籍の窓口

(10月1日～10月31日届出)



### ご結婚おめでとう

- 岡本 学さん 北檜山
- 田畑ことみさん 北檜山
- 嶋守 俊雄さん 南 川
- 松崎 綾美さん 南 川
- 宮越 昌士さん 都
- 伊藤 紅生さん 都

### おくりやみ申し上げます

- 日置 通さん (85歳) 小 川
- 蓬田二三子さん (71歳) 北檜山
- 安藤エイ子さん (96歳) 若 松
- 鶴尾 昭男さん (92歳) 栄
- 目谷精一郎さん (79歳) 本町7区
- 川本 ミヨさん (99歳) 宮 野
- 杉村 光枝さん (83歳) 上 浦
- 藤森 福江さん (90歳) 久 遠
- 工藤 隆さん (65歳) 都
- 田原 節子さん (72歳) 都

ご家族の同意を得た方のみ掲載しています。

### 人口と世帯

10月末現在 (前月比)		
人 口	7,777人	(- 15)
北檜山区	4,575人	(- 9)
大成区	1,417人	(- 4)
瀬棚区	1,785人	(- 2)
男	3,667人	(- 5)
女	4,110人	(- 10)
世 帯	4,162世帯	(- 7)

## 2020年農林業センサスが実施されます



農林水産省では、令和2年2月1日現在で、「2020年農林業センサス」を実施します。

この調査は、我が国の農林業・農山村地域の実態を明らかにする最も基本的な調査です。

令和元年12月中旬から調査員が農林業関係者の方々に訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いします。

調査票に記入された事項については、統計以外の目的には使用されませんので、ご協力をお願いします。

## 戸籍年金係からのお知らせ

### 付加保険料を納付しませんか？

#### ・基礎年金に上乘せ

老齢基礎年金の年金額は780,100円(令和元年度の満額)ですが、老後に受ける老齢基礎年金をより高いものにしたいと考えている方のために、付加年金制度があります。

これは毎月の国民年金保険料(16,410円)に付加保険料を上乘せして納めることで、上乘せの付加年金を受け取ることができる仕組みです。

#### ・付加保険に加入できる人

付加年金に加入することができるのは、国民年金の第1号被保険者または任意加入被保険者の方(65歳以上の方を除く)です。ただし、保険料納付の免除・猶予を受けている方や国民年金基金に加入している方は加入できません。

20才から60才までの間なら好きなときに加入することができ、生涯上乘せされます。

#### ・付加年金の額は？

付加保険料の額は1ヶ月400円で、付加年金の額は「200円×付加保険料納付月数」です。つまり保険料400円に対して年金額200円ですから、受給開始から2年間で付加保険料相当分の年金を受け取ることができます。

#### <例> 付加保険料を10年間納めた場合

〔付加保険料の納付総額〕

$$400円 \times 10年(120月) = 48,000円$$

〔1年間で受け取る付加年金額〕

$$200円 \times 10年(120月) = 24,000円$$

更に3年間受け取ると・・・

$$24,000円 \times 3年(36月) = 72,000円$$

※付加年金は生涯上乘せされます

#### 国民年金に関するお問い合わせ先 函館年金事務所 ☎ 0138-56-1165

- 本庁⇒町民児童課戸籍年金係 ☎ 0137-84-5111
- 瀬棚総合支所⇒住民係 ☎ 0137-87-3311
- 大成総合支所⇒住民係 ☎ 01398-4-5511



せたな町公式  
マスコットキャラクター  
セターナちゃん

広報見聞録

身近な食材でアレンジクッキング  
南極料理人 西村淳さんの料理教室

Koho - kenbunroku



10月28日(月)、29日(火)、せたな町民ふれあいプラザにおいて「南極料理人の料理教室」が行われました。

地域おこし協力隊員の片山氏が、町の特産品や郷土料理開発へつなげるため、海上保安庁在職中に調理担当として2回、南極観測隊に参加し「南極料理人」として講演や料理講習会で活躍されている西村淳氏を招いて実施されました

料理教室では、前もって調理法を教えるのではなく、調理をしながら教える西村氏のスタイルで進行され、せたなの食材を使った「豆腐汁粉」「ハイゼックス炒飯」「豚骨ラーメン」「コーラ肉じゃが」「そばクッキー」などの作り方を学びました。身近な食材で美味しい料理が作れたことに参加者は大満足の様子でした。

編集後記

●材が今月は、料理に  
あがると、無  
修業の無  
鮭鍋は、配  
方と作ら  
きまらな  
理教室、小  
感謝、若、  
が、目、作  
理に、前、  
その、目、  
まさ、た、  
も、た、  
成、た、  
せ、た、  
食、た、  
持、に、  
し、に、  
◎、に、  
が、と、  
朝、を、  
備、な、  
始、し、  
ク、と、  
る、こ、  
で、す、  
ア、ス、  
の、冬、  
く、の、  
全、運、  
運、ま、  
転、す、  
心、事、  
が、故、  
伊、藤、

