

令和2年10月

瀬棚区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
				1 仏滅 ●フッ素塗布・歯科検診 15:30~16:30受付 (瀬棚区 保健センター)	2 大安 ●のびのびルーム(瀬棚保育所) 9:30~11:30、13:00~16:00	3 赤口 ●ふれあい市場直売会 14:00~15:00(ふれあい市場)
4 先勝 ●【日曜当番医】 せたな町立国保病院 10:00~12:00、13:00~15:00	5 友引 ●公営温泉浴場定休日 ●子育て相談日 9:30~16:00(瀬棚保育所) ●BCG・麻疹・風しん 水ぼうそう・日本脳炎 受付15:15~15:45 (瀬棚診療所2階)	6 先負	7 仏滅 ●なかよしルーム(瀬棚保育所) 9:30~11:30、13:00~16:00	8 大安	9 赤口 ●わくわく広場 10:00~11:00(瀬棚保育所) ●のびのびルーム 13:00~16:00(瀬棚保育所) ●乳幼児健康相談 13:00~15:30(健康センター) ●ふれあい市場直売会 14:00~15:00(ふれあい市場)	10 先勝 ●乳がん・子宮がん検診 午前受付8:30~10:00 午後受付12:30~13:30 (瀬棚区 保健センター) ●あなたの健康チェック 受付:8:30~11:30 (瀬棚区 保健センター)
11 友引 ●【日曜当番医】 今金町国保病院 10:00~12:00、13:00~15:00 ●乳がん・子宮がん検診 午前受付8:30~10:00 午後受付12:30~13:30 (大成区 町民センター)	12 先負 ●子育て相談日 9:30~16:00(瀬棚保育所) ●あなたの健康チェック 受付:8:30~11:30 (大成区 町民センター)	13 仏滅	14 大安 ●なかよしルーム(瀬棚保育所) 9:30~11:30、13:00~16:00	15 赤口 ●1歳6か月・3歳児健診・ 5歳児健診 12:50~(健康センター) ●3~4月児健診 13:10~(健康センター)	16 先勝 ●のびのびルーム(瀬棚保育所) 9:30~11:30、13:00~16:00	17 先負 ●ふれあい市場直売会 14:00~15:00(ふれあい市場)
18 仏滅 ●【日曜当番医】 道南ロイヤル病院 10:00~12:00、13:00~15:00	19 大安 ●公営温泉浴場定休日 ●子育て相談日 9:30~16:00(瀬棚保育所)	20 赤口	21 先勝 ●なかよしルーム(瀬棚保育所) 9:30~11:30、13:00~16:00	22 友引 ●函館年金事務所による年金相談 ※事前予約制 10:30~ (せたな町役場本庁舎1階)	23 先負 ●のびのびルーム(瀬棚保育所) 9:30~11:30、13:00~16:00 ●ふれあい市場直売会 14:00~15:00(ふれあい市場)	24 仏滅 ●乳がん・子宮がん検診 午前受付8:30~10:00 午後受付12:30~13:30 (北檜山区 健康センター) ●あなたの健康チェック 受付:8:30~11:30 (北檜山区 健康センター)
25 大安 ●【日曜当番医】 今金町国保病院 10:00~12:00、13:00~15:00	26 赤口 ●子育て相談日 9:30~16:00(瀬棚保育所) ●ヒブ・小児肺炎球菌・4種 混合・B型肝炎予防接種 受付15:15~15:45 (せたな町立国保病院隣接施設)	27 先勝	28 友引 ●なかよしルーム(瀬棚保育所) 9:30~11:30、13:00~16:00	29 先負	30 仏滅 ●のびのびルーム(瀬棚保育所) 9:30~11:30、13:00~16:00 道町民税第3期納期限 国民健康保険税第4期納期限	31 大安 ●ふれあい市場直売会 14:00~15:00(ふれあい市場) ●せたな町民文化祭 瀬棚会場(展示の部) 9:00~21:00(B&G体育館) 11月1日まで開催

瀬棚診療所 (10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

毎週 月・木・金曜日の午後は、休診しております

				1 木	2 金	(土・日)
午前				大島幸恵	(都合により休診)	4日 日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321
午後						
	5 月	6 火	7 水	8 木	9 金	(土・日)
午前	大島幸恵	森	森	大島幸恵	(都合により休診)	11日 日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221
午後		(都合により休診)	大島幸恵			
	12 月	13 火	14 水	15 木	16 金	(土・日)
午前	大島幸恵	森	森	大島幸恵	(都合により休診)	18日 日曜当番医 道南ロイヤル病院 ☎84-5011
午後		(都合により休診)	大島幸恵			
	19 月	20 火	21 水	22 木	23 金	(土・日)
午前	大島幸恵	森	森	大島幸恵	(都合により休診)	25日 日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221
午後		(都合により休診)	大島幸恵			
	26 月	27 火	28 水	29 木	30 金	(土・日)
午前	大島幸恵	森	森	大島幸恵	(都合により休診)	11月1日 日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321
午後		(都合により休診)	大島幸恵			

【担当医師紹介】

森 利光 (もり としみつ) 医師 せたな町立国保病院院長
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

【患者バス】 毎週月曜日・金曜日

■瀬棚診療所発 8:32 (国保病院行き) ■国保病院発 13:00 (瀬棚診療所行き)

【皮膚科巡回診療】 (八雲総合病院) 【予約制】 ※前日15時までに健康センターにご連絡ください
8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】 今月の診療はありません ※ 次回は、11月10日(火)

【眼科診療】 (吉田眼科病院:函館) 【予約制】 受付 午前8時30分~午後2時
23日(金) 瀬棚診療所 診療時間 10:00~ (☎87-2470 瀬棚診療所)
※ 眼科診療の場所は、瀬棚診療所2階です

【婦人科診療】 (八雲総合病院:白銀医師) 【予約制】 受付 午後2時~午後4時
6日(火)、20日(火) 診療時間 午後2時~
※ 婦人科診療の場所は、国保病院内の「婦人科診察室」です

※ せたな町立国保病院では「発熱外来」を設置し、風邪症状などのある患者様の診療にあたって
おります。 受付時間は、平日の午前10時から11時、午後2時から3時となっております
まずは、ご来院前に電話でご相談ください。 ☎ (0137) 84-5321

瀬棚診療所 ☎ (0137) 87-2470

せたな町立国保病院（10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。

◆受付時間 午前8時30分～午前11時、午後1時～午後3時30分

					1 木	2 金	(土・日)
午前	予約外				大島 昌輝	橋爪 (出張医)	4日 日曜当番医
	予約				森	森	
午後	予約外				大島 幸恵	橋爪 (出張医)	10:00～12:00 13:00～15:00
	予約						
夜間診療					森		

		5 月	6 火	7 水	8 木	9 金	(土・日)
午前	予約外	大島 昌輝	大島 幸恵	大島 幸恵	大島 昌輝	垣野 (出張医)	11日 日曜当番医
	予約	森		小林 (出張医)	森	森	
午後	予約外	大島 昌輝	森	小林 (出張医)	大島 幸恵	垣野 (出張医)	今金町国保病院 ☎82-0221
	予約						
夜間診療			大島 昌輝		森		

		12 月	13 火	14 水	15 木	16 金	(土・日)
午前	予約外	大島 昌輝	大島 幸恵	大島 幸恵	大島 昌輝	池田 (出張医)	18日 日曜当番医
	予約	森		竹之内 (出張医)	森	森	
午後	予約外	大島 昌輝	森	竹之内 (出張医)	大島 幸恵	池田 (出張医)	道南ロイヤル病院 ☎84-5011
	予約						
夜間診療			大島 幸恵		森		

		19 月	20 火	21 水	22 木	23 金	(土・日)
午前	予約外	井内 (出張医)	井内 (出張医)	大島 幸恵	井内 (出張医)	古山 (出張医)	25日 日曜当番医
	予約	森	大島 幸恵(予約外)	小林 (出張医)	森	森	
午後	予約外	井内 (出張医)	井内 (出張医)	小林 (出張医)	大島 幸恵	古山 (出張医)	今金町国保病院 ☎82-0221
	予約		森	井内 (出張医)			
夜間診療			大島 幸恵		森		

		26 月	27 火	28 水	29 木	30 金	(土・日)
午前	予約外	大島 昌輝	井内 (出張医)	大島 幸恵	大島 昌輝	古山 (出張医)	11月1日 日曜当番医
	予約	森	大島 幸恵(予約外)	竹之内 (出張医)	森	森	
午後	予約外	大島 昌輝	井内 (出張医)	竹之内 (出張医)	大島 幸恵	古山 (出張医)	10:00～12:00 13:00～15:00
	予約		森				
夜間診療			大島 昌輝		森		

◆ 専門外来

循環器内科（札幌心臓血管クリニック：榎本医師）【予約制】 診察時間は午前10時から

1日(木) 8日(木) 15日(木) 29日(木)

神経内科（札幌西円山病院：中山医師）【予約制】 診察時間は午前9時から

21日(水)

眼科（吉田眼科病院：函館）【予約制】 受付 午前8時30分～午後2時

23日(金) 瀬棚診療所 診療時間は午前10時から（☎87-2470 瀬棚診療所）

※ 眼科診療の場所は、瀬棚診療所2階です

婦人科（八雲総合病院：白銀医師） 受付 午後2時～午後4時

6日(火) 20日(火)

※ 婦人科診療の場所は、国保病院内の「婦人科診察室」です

※ せたな町立国保病院では「発熱外来」を設置し、風邪症状などのある患者様の診療にあたって
おります。 受付時間は、平日の午前10時から11時、午後2時から3時となっております。
まずは、ご来院前に電話でご相談ください。 ☎(0137) 84-5321

※ 毎週火曜日・木曜日は夜間診療を行っています。【受付時間】午後5時30分～午後7時

※ 一般外来診療の電話☎予約受付は、午後3時から午後5時までをお願いします。

※ 禁煙外来をご希望の患者様は森院長、もしくは大島昌輝医師の外来担当日に受診してください。

せたな町立国保病院 ☎(0137) 84-5321

せたな町プレミアム付商品券 第2弾!



10月1日(木)販売開始!

販売期間	10月1日(木)～10月23日(金)《土・日は販売しません》
販売場所	<ul style="list-style-type: none"> ・せたな商工会事務所 <ul style="list-style-type: none"> 10月1日～10月2日 午前9時～午後6時30分 10月5日～10月23日 午前9時～午後5時 ・せたな町瀬棚総合支所及び大成生活館(本陣:旧商工会館) <ul style="list-style-type: none"> 10月1日～10月2日 午前9時～午後5時
販売金額	1セット5,000円 全店共通 13枚綴り(6,500円分)30%のプレミアム 飲食店限定 14枚綴り(7,000円分)40%のプレミアム 1世帯最大20セット(100,000円)まで購入できます ※但し、どちらか一方の購入限度は15セットまでとなります 企業が福利厚生用として購入する場合「飲食店限定」券を30セットまで購入できます
使用範囲	せたな商工会会員事業所 (一部取り扱っていない店舗がございます) ※店頭「取扱店ステッカー」等でご確認ください
使用期限	令和2年10月1日(木)～令和3年1月31日(日)まで

売切れ次第終了

商品券使用上のご注意

- ・現金との交換はできません
- ・金券(米券、ビール券等)の購入はできません
- ・つり銭は出ません
- ・黄色の券は加盟店全店で使用できます
赤色の券は飲食店と店内飲食や宴会等を行う小売店・宿泊施設で使用できます
- ・借買い(つけ)の支払いには使用できません

お願い

- ・中学生以下のお子様には販売いたしません
- ・都合で来所できない方は、代理の方に購入を依頼するか、せたな商工会へご相談ください
- ・不正防止のため購入者の氏名・連絡先・商品券番号を控えさせていただきます

発行 / せたな商工会 (☎ 84-5406)

き り と り

本申込書に必要事項をご記入の上、ご持参ください

せたな町プレミアム付商品券購入申込書

購入者名	<small>(窓口に来られた方のお名前)</small>
世帯主名 企業名	
住所	せたな町〔北檜山・瀬棚・大成〕区
電話番号	

購入セット数

全店共通 _____ セット
(No. _____ ~No. _____)

飲食店限定 _____ セット
(No. _____ ~No. _____)

- ・1世帯最大20セットまで
但し、どちらか一方の購入限度は15セットまで
- ・町内企業は飲食店限定に限り30セットまで



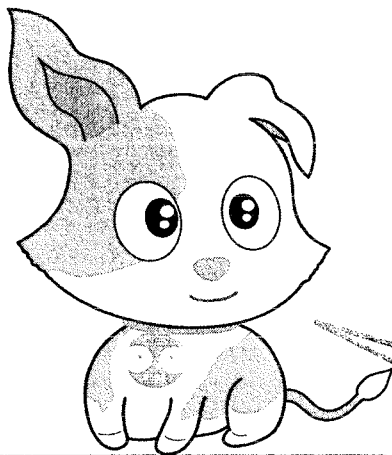
くらしの中に

総務省 10月19日(月)~25日(日)は行政相談週間

行政について困っていること、
わからないことをお聴きします！

【特設行政相談所】

- 日時 : 10月22日(木) 10:00~12:00
場所 : せたな町民ふれあいプラザ
- 日時 : 10月22日(木) 13:00~15:00
場所 : 瀬棚総合福祉センターやすらぎ館



行政相談のマスコット
キクーン

登記

年金

道路

その他
行政全般

相談は無料で、秘密は厳守！

あなたのまちの行政相談委員(せたな町担当) **中野 真一**
(久遠郡せたな町北檜山区豊岡212番地19)

☎ 0137-84-6877)

◎新型コロナウイルス感染予防対策のため、マスク着用のうえ、ご来場ください。

上記以外でも、常時、行政に関する相談を受け付けています。

おこまりなら まる まる くじょー ひやくとおぼん

行政苦情110番(全国共通番号) ☎ **0570-090110**

※ PHS や一部 IP 電話等についてはご利用できない場合があります。その場合は、☎:0138-27-1100 におかけください。

総務省行政相談センター

まぐみみ函館

〒040-0032 函館市新川町25番18号 函館地方合同庁舎6階
☎: 0138-23-0909 FAX: 0138-23-0919

※ 国の行政機関等の情報公開・個人情報保護に関する問合せは、
「情報公開・個人情報保護総合案内所」 ☎: 0138-26-3836 をご利用ください。

各 位

せたな町長 高橋 貞光

除雪サービスの申し込みについて（瀬棚区）

町では冬期間、高齢者や障害者を対象とした福祉サービスの一環である除雪サービスを本年度も実施します。

高齢などのため自力での除雪が困難で、かつ家族等の協力が得られない方は、下記の事項に留意のうえ、期日までに申し込みの手続きを行なってください。

記

1 除雪サービスの対象者

- (1) 65歳以上の高齢者単身世帯または高齢夫婦世帯
- (2) 40歳以上64歳以下の身体障害者世帯等

いずれも自分で雪かきが困難であり、家族等の協力が得られない方に限ります。

2 除雪の内容（サービスの流れ）

- ①申し込み後、町から利用決定通知書を送付します。
- ②利用者本人が直接かき手の方と希望する除雪内容（除雪の範囲や期間等）及びそれに見合う金額を話し合っけて契約を結びます。
- ③利用者本人が除雪費用をかき手の方へ直接支払います。

その後、契約書、領収書及び請求書を町へ提出することで、手掻きの場合は20,000円、機械使用の場合は25,000円を上限に利用者本人へ助成します。
ご自身で手続きができない場合は、業者の紹介等も含めて町の方で契約のお手伝いをさせていただきますので、ご相談ください。

3 お申し込み及びお問い合わせ

瀬棚総合支所福祉係へお申し込みください。

※印鑑が必要となります。

（サービス利用申請書に家族構成・身体状況等を確認させていただきます。）

☎ 87-3311

4 お申し込み期限

令和2年10月30日（金）まで（その後は随時受付）

5 その他

除雪サービスの決定は、福祉係、保健師、地域包括支援センター職員等で構成する「サービス検討会議」により行いますので、ご承知ください。

「北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター」

北海道では、新型コロナウイルスに感染した疑いのある方を診療体制の整った医療機関に確実につなぐための「帰国者・接触者相談センター」と、「感染症に関する一般相談」の電話番号を全道で統一し、新たに「北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター」としました。

0800-222-0018 (フリーコール)

24時間相談窓口

- ※ 感染症に関する一般相談：感染症の予防方法や、症状、治療に関する疑問や不安など
- ※ 札幌市、函館市、旭川市、小樽市にお住まいの方：各市保健所にご相談ください

■ 少なくとも、以下のいずれかに該当する場合はすぐにご相談ください

- ・息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- ・重症化しやすい方*で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合

※ 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等)の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

- ・上記以外の方で、発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合はすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。

■ 妊婦の方へ

念のため、重症化しやすい方と同様に、お早めにご相談ください。

■ お子様をお持ちの方へ

小児については、小児科医による診察が望ましいため、かかりつけ小児科医院にご相談ください。かかりつけ医が決まっていない・わからない場合は当センターへご相談ください。

■ 札幌市・函館市・旭川市・小樽市にお住まいの方はこちらへお電話ください

市	区分	電話番号	開設時間
札幌市	帰国者・接触者相談センター	#7119(011-272-7119)	24時間
	一般相談	011-632-4567	9:00~21:00
旭川市	帰国者・接触者相談センター	0166-25-9848	8:45~21:00
	一般相談	0166-26-2397	平日8:45~21:00
函館市	帰国者・接触者相談センター	0138-32-1547	平日 8:45~17:30
	一般相談		土曜 8:45~12:00
小樽市	帰国者・接触者相談センター	0134-22-3110(平日)	8:50~17:20
		0134-22-3117(土日祝)	
	一般相談	0134-22-3110	平日8:50~17:20

せたな町新型コロナウイルス感染リスク低減支援金の拡充について

(商工業、農林水産業、医療・福祉を営む事業者に拡充)

令和2年 9月24日
せたな町長 高橋 貞光

北海道が提言する新しい生活様式「新北海道スタイル」を实践し、新型コロナウイルスの感染リスク低減に協力した町内の商工業、農林水産業、医療・福祉を営む事業者に対し、一律10万円(漁業者は5万円)の支援金を支給します。

※せたな町休業要請協力支援金の受給者並びに既にこの支援金を受けている事業者は対象外となります。

記

1. 申請期間 令和2年10月1日(木)～12月30日(水)まで
2. 申請書類 ①申請書(様式第1号) ②誓約書(様式第2号) ③通帳の写し
④感染リスクを低減する自主的な取組が確認できるもの(写真等)
※新北海道スタイルの看板等を店内などに掲示している写真や消毒液等を配置している写真など
⑤営業の実態が確認できるもの(申告書等)
⑥業種・業態が確認できるもの(営業許可証等、必要ない業種は不要)
⑦本人確認書類の写し(個人事業者のみ:運転免許証など)
3. 書類提出 ①②及び④(新北海道スタイル看板)は町のホームページでダウンロードするか、役場又は各関係団体で配布します。
また、各関係団体の会員・組合員は様式1号の証明があると、⑤～⑦の書類を省略することができます。
4. その他 申請書の提出が困難な場合や不明な点、詳しい内容の確認などがありましたら、下記までお問い合わせください。

問
い
合
せ
先

せたな町まちづくり推進課、農務課、水産林務課

TEL 0137-84-5111 FAX 0137-84-4657

各関係団体(せたな商工会、JAきたひやま、JA新はこだて若松基幹支店、ひやま漁協瀬棚支所・大成支所)

新たな商工事業者支援について

〔せたな町版経営持続化給付金
新型コロナウイルス感染症対策補助金〕

新型コロナウイルス感染症の拡大により、影響を受けた商工事業者の皆さんに新たな支援対策を実施します。

『せたな町版経営持続化給付金』について

●対象事業者

- ①町内で商工事業を営む法人及び個人事業主
- ②国の持続化給付金を給していない事業者で今後も事業を継続する意思がある
- ③前年同時期と比べ売上が20%以上50%未満減少、かつ、5万円以上減少している
※令和元・2年に開業した事業者は、開業年の平均売上高と比較

●給付金の額

法人：上限50万円　　個人事業主：上限25万円

●申請期間

令和2年10月1日（木）～令和3年1月29日（金）まで

『新型コロナウイルス感染症対策補助金』について

●補助内容

町内商工事業者が行う3密対策や感染拡大防止対策のための施設改修・設備導入に対する補助、及び国が実施するコロナ対策各種補助に対する上乗せ補助の実施

●補助金及び補助率

- ①店舗等改修補助金：補助率9/10、補助上限50万円
- ②設備等導入補助金：補助率1/2、補助上限50万円
- ③経営持続化補助金：補助率1/3、補助上限100万円

●補助対象事業

- ①店舗等改修補助金：店舗空間改修、換気設備、パーテーション、空気清浄機等
- ②設備等導入補助金：エアコン、Wi-Fi設備、トイレ改修等
- ③経営持続化補助金：国の補助対象経費を超える事業費に対する上乗せ補助

●申請期間

令和2年10月1日（木）～令和3年1月29日（金）まで

※各事業者は①～③いずれかの補助金を1回限りとし、新型コロナウイルス感染症発生の日（2月28日）以降に実施した事業まで遡って対象とする。

問い合わせ先

役場まちづくり推進課 TEL 0137-84-5111 FAX 0137-84-4657
せたな商工会 TEL 0137-84-5406 FAX 0137-84-4757

『都市部に住んでも「せたな食堂」』

事業の実施に伴う、参加事業者の募集について

この度、国が実施する「新型コロナウイルス感染症対策地方創生臨時交付金」を活用し、せたな町の生鮮食材等を町内外の飲食店に向けて発送するための送料を無料化する『都市部に住んでも「せたな食堂」事業』を実施することとなりました。

この事業は、町内はもちろんのこと、道内外の飲食店事業者に宣伝を行い、申請のあった飲食店事業者に対し、本来輸送に係る送料を町で負担することにより、事業者の経費節減を図り、せたなの食材を通して町をPRし、コロナ禍により落ち込んだ地域経済への回復の一助となることを期待し実施させていただきます。

この事業を実施するにあたり、飲食店事業者へせたな町の食材を宣伝するため、せたな町の食材を取り扱う事業者を下記のとおり募集させていただきます。応募のあった町内のせたな町食材取扱店は、町内外へ紹介するためのカタログを作成する予定となっております。

1. 対象事業者

- (1) せたな町内に本社、支社、営業所のいずれかを所有する法人又は、個人事業主
- (2) 町税等の滞納が無いこと
- (3) 生産、製造、販売に関する法令などを遵守していること

2. 対象商品（下記のいずれかに該当すること）

- (1) せたな産の農水産物
- (2) せたな産の農水産物等をメインに1種類以上使用する加工食品

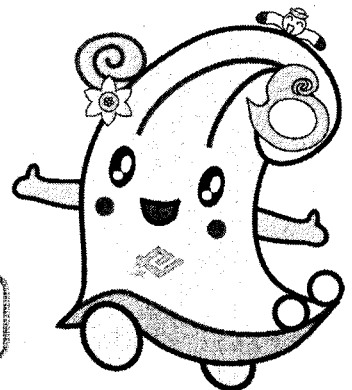
3. 申し込み方法

- (1) 裏面の参加応募用紙に記入し、せたな町役場まちづくり推進課まで提出又は、FAXで申し込みをお願いいたします。
- (2) せたな町ホームページに掲載している参加応募用紙に記入し、指定のメールアドレスまで送信をお願いいたします。

【問い合わせ先】

せたな町役場 まちづくり推進課 まちづくり推進係
電話：0137-84-5111
FAX：0137-84-4657

※「WEBセタナセレクション」とは別事業となります。



都市部に住んでも「せたな食堂」事業、参加応募用紙

フリガナ		
会社名／個人名		
所在／住所		
連絡先		
（電話）		
（携帯電話）		
（FAX）		
（e-mail）		
会社概要 （創業年・こだわり等）		
フリガナ		
ご担当者 役職・氏名		
ブランド名		
取得している営業許可		
PL保険加入状況	加入 有 ・ 無	
	保険会社名	
出品希望商品 （商品の特徴や取り扱い時期、価格の 目安をご記入ください）	商品名	
	特徴・取り扱い時期	
	価格の目安	円～ 円
	商品名	
	特徴・取り扱い時期	
	価格の目安	円～ 円
	商品名	
	特徴・取り扱い時期	
	価格の目安	円～ 円
	商品名	
	特徴・取り扱い時期	
	価格の目安	円～ 円

【送付先】

せたな町役場 まちづくり推進課 まちづくり推進係

電話：0137-84-5111

FAX：0137-84-4657

図書だより

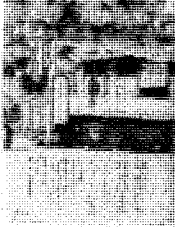
令和2年10月号

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

心淋し川(西條 奈加/著)



「誰の心にも淀みはある。でも、それが人ってもんでね」江戸、千駄木町の一角は心町(うらまち)と呼ばれる小さく淀んだ川が流れていた。川のどん詰まりには古びた長屋が建ち並び、そこに暮らす人々もまた、人生という川の流れに行き詰まり、もがいていた。

パンドロぼう(柴田 ケイコ/著)



まちのパンやからサササッととびだすひとつのかげ。パンがパンをかついでにげていきます。「おれはパンドロぼう。おいしいパンをさがしてもとめるおおどろぼさ」パンに包まれた、その正体とはー!?お茶目で増めないパンドロぼうが、今日も事件をまきおこす!

*** 一般書 ***

帝都争乱 サーベル警視庁 (今野 敏/著)

二重拘束のアリア (川瀬 七緒/著)

半沢直樹
アルルカンと道化師 (池井戸 潤/著)

囚われの山 (伊東 潤/著)

沖晴くんの涙を殺して (額賀 滯/著)

隣はシリアルキラー (中山 七里/著)

シャバはつらいよ (大野 更紗/著)

ポリ袋で作るたかこさんの
スコーン・マフィン・パン (稲田 多佳子/著)

*** 児童書 ***

野菜の教え 秋・冬編 (渡邊 幸雄/著)

サンキュー、ヒーロー (パトリシア・ハガティ/著)

ステラとカモメと
プラスチック (ジョージナ・
スティーブンス/著)

でんにゃ (大塚 健太/著)

にゃんたる刑事 (カワダ クニコ/著)

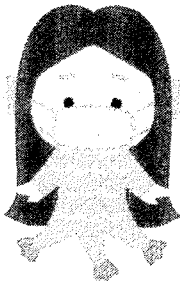
星のカービィ
メタナイトと黄泉の騎士 (高瀬 美穂/著)

十年屋 4 (廣嶋 玲子/著)

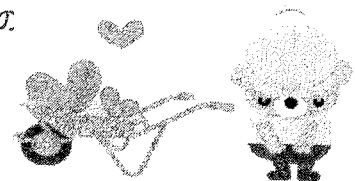
宇宙の不思議が
まるごとわかる! (渡部 潤一/著)

図書室からのお知らせ

※他にも新刊図書を購入予定となります。



生涯学習センター図書室を利用の時には
「マスクの着用」と「手指の消毒」
「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」の
記入が必要です。ご面倒をお掛けしますが
どうぞご協力下さいませ…
宜しくお願いします。



【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

◆ 休館日：10月5日(月) 12日(月) 19日(月) 26日(月)





「一人称単数」

◆◆◆ 新刊案内 ◆◆◆

発売前・予約中の本もあります。
新刊本はまだ他にもありますので
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
声をかけて下さい。



「いぬほん」



「二重拘束のアリア」



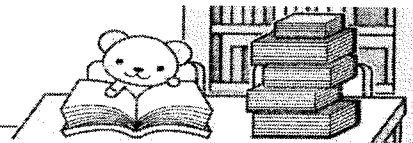
「囚われの山」



「あめ、つちのうた」



「シャバはつらいよ」



【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: 10:00~18:00 (小学生は16時、中学生は17時まで)
- ◆ 休館日: 10月5日(月) 12日(月) 19日(月) 26日(月)

*** 一般書 ***

- 夢は捨てたと言わないで (安藤 祐介/著)
- ウミガメみたいに飛んでみな (木村 椅子/著)
- 見えない絶景 (藤岡 換太郎/著)

*** 児童書 ***

- あつかったらぬげばいい (ヨシタケ シンスケ/著)
- ようかいむらのじごくえんそく (たかい よしかず/著)
- 54字の百物語 (氏田 雄介/著)

【大成図書館】大成区部386番地 TEL:01398-4-6161

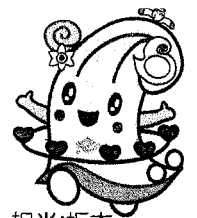
- ◆ 開館時間: 10:00~17:00 (正午から午後1時までは閉館しております)
- ◆ 休館日: 10月5日(月) 12日(月) 19日(月) 26日(月)

*** 一般書 ***

- 白蟻女 (赤松 利市/著)
- 僕の神さま (戸沢 央/著)
- 恐怖箱 祟目百物語 (加藤 一/著)

*** 児童書 ***

- にゃんたとおつきさま (きみ きよみ/著)
- おぼけになりたいなす (岩神 愛/著)
- バスガエル (戸田 和代/著)



瀬棚地域子育て支援センターだより

第106号 令和2年9月24日 担当:坂本

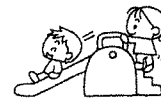


厳しかった残暑も終わり、時折吹く涼風に秋を感じます。支援センターでは、『新型コロナウイルス感染症予防対策』として、マスクの着用、手指消毒のご協力を得ながら開設をしていますが、4組の親子が遊びに来ています。お天気の良い日は、園庭の滑り台やブランコでのびのび遊んだり、『制作』では、お父さんやお母さんと色画用紙に付いている両面テープを剥がして貼ったり、クレヨンで目を描いて可愛い海の生き物を完成させて喜んでいました。『ピクニック』を予定していた日は、気温が高かった為、支援センター内で『ピクニックごっこ』になりましたが、おやつを食べたりジュースを飲みながら、戸外にいる気分を味わいました。毎月第2金曜日の『わくわく広場』では、ばなな組(2歳児)のお友達と交流し、ホールで思いっきり走ったり、遊具で車を作ったり、マットで転がったり…と汗をかきながら元気いっぱい遊びました。支援センターでは、親子で楽しめる活動を予定していますので遊びに来て下さいね。





令和2年度 10月の予定



10月	2(金)	7(水)	9(金)	14(水)	16(金)
午前	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 9:30～11:30	なかよしルーム エプロンシアター 9:30～11:30	わくわく広場 ※入所児との交流は、 <u>10時～11時</u> です。 9:30～11:30	なかよしルーム 園庭あそび (悪天候時は、室内あそび) 9:30～11:30	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 9:30～11:30
午後	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 13:00～16:00	なかよしルーム エプロンシアター 13:00～16:00	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 13:00～16:00	なかよしルーム ホールあそび 13:00～16:00	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 13:00～16:00
10月	21(水)	23(金)	28(水)	30(金)	<p>★育児相談★</p> <p>電話・面談などの方法で育児に関する相談を随時お受けしています。</p> <p>毎週月曜日 9:30～16:00</p>
午前	なかよしルーム シール遊び 9:30～11:30	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 9:30～11:30	なかよしルーム ハロウィン飾り 9:30～11:30	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 9:30～11:30	
午後	なかよしルーム シール遊び 13:00～16:00	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 13:00～16:00	なかよしルーム ハロウィン飾り 13:00～16:00	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 13:00～16:00	



令和2年度 11月の予定



11月	4(水)	6(金)	11(水)	13(金)	18(水)
午前	なかよしルーム パネルシアター 9:30～11:30	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 9:30～11:30	なかよしルーム しゃぼん玉あそび (悪天候時は、室内あそび) 9:30～11:30	わくわく広場 ※入所児との交流は、 <u>10時～11時</u> です。 9:30～11:30	なかよしルーム 秋の制作  9:30～11:30
午後	なかよしルーム パネルシアター 13:00～16:00	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 13:00～16:00	なかよしルーム ホールあそび 13:00～16:00	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 13:00～16:00	なかよしルーム 秋の制作  13:00～16:00
11月	20(金)	25(水)	27(金)	<p>★誕生会★</p> <p>2ヶ月に1回、誕生会を行っています。お子様の身長・体重を計り、手形を押したカードをプレゼントしますので、遊びに来て下さいね。</p> 	
午前	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 9:30～11:30	なかよしルーム 誕生会(10・11月生まれ) 9:30～11:30	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 9:30～11:30		
午後	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 13:00～16:00	なかよしルーム 誕生会(10・11月生まれ) 13:00～16:00	のびのびルーム ～のびのび遊ぼう～ 13:00～16:00		



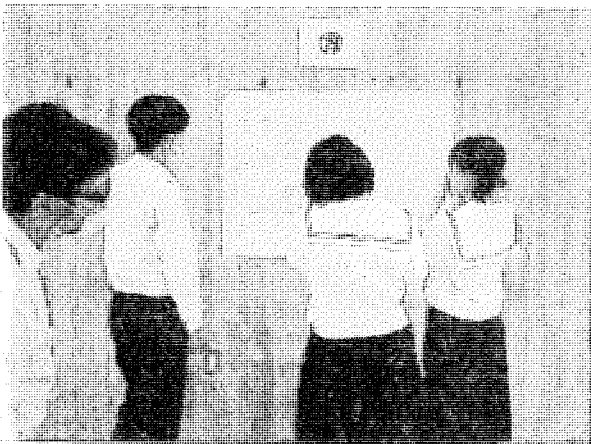
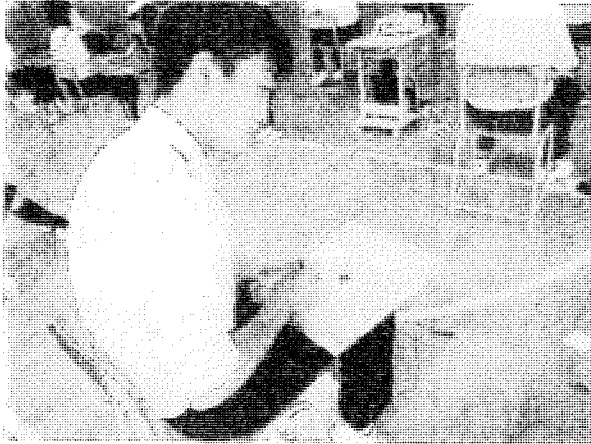
檜山北高 総合学科通信

錬心大聖

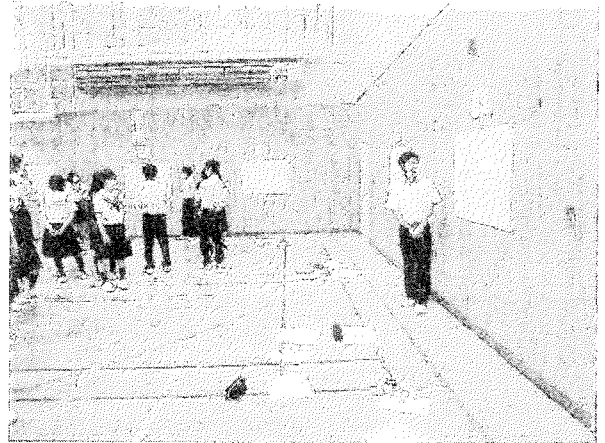
第3号 (令和2年9月発行)

○【(2年次) キャリアⅡ】地域探求

7月15日(水) 前回に引き続き、今回も自分たちの町についてのグループワークを行いました。

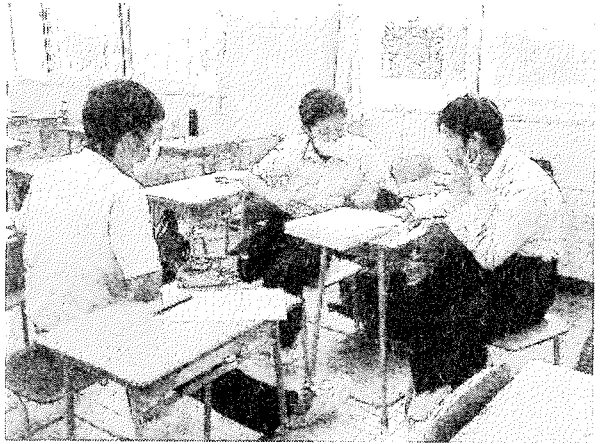


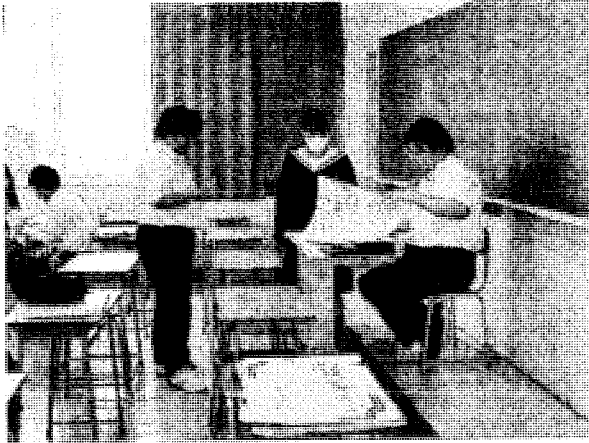
今回は今金町地域包括支援センターの方と今金町社会福祉議会の方に、ご協力をいただきました。今回は生徒に自分たちが老人になったとしたらと仮定し、町の福祉についてを議題に話合ってもらいました。



○【(2年次) キャリアⅡ】地域探求

7月21日(火)・22日(水)、今回の地域探求では自分達が今後調べたい事について分野ごとに分かれ、グループを結成してもらい、各グループの提案計画書を制作してもらいました。新型コロナウイルス感染対策として二日間とも窓の換気をしっかり行いながら、生徒達は話し合いを行いました。

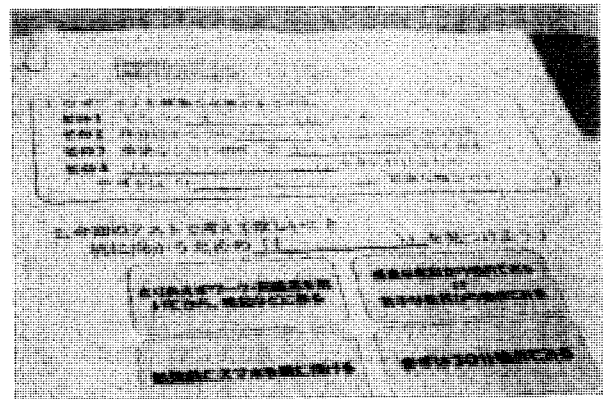
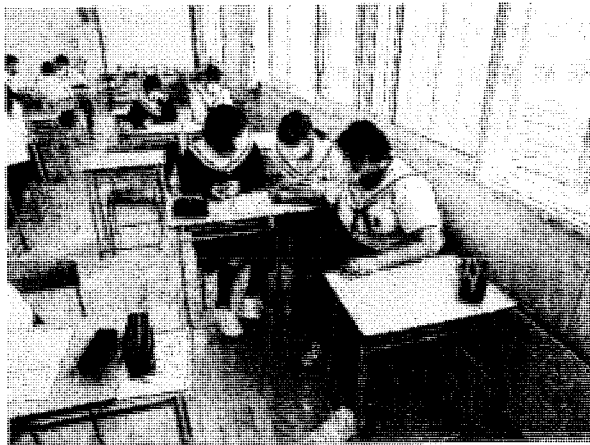




た考査に向けた学習計画を立てました。真剣な面持ちでメモを取って講義を聴いたり、ワークに取り組む姿が見られ、考査に対する意識が高まったのではないかと思います。

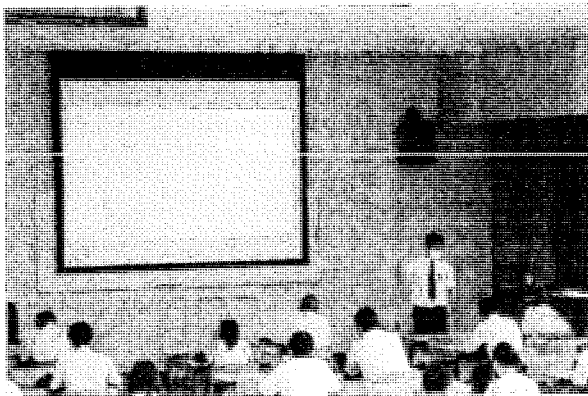


考査終了後には、今回考えた「勉強の入口」が自分に合っていたか、学習計画通りに進めることが出来たか等を確認・反省し、今後の学習のさらなる改善を促していく予定です。



○【(1年次) キャリア I】 進路オリエンテーション②

8/24 (月)、1年次キャリア Iにおいて、2回目の進路オリエンテーションが行われました。



今回は9月1日からの高校生活初めてとなる前期期末考査を含め、1年次からの学習についての内容で行いました。

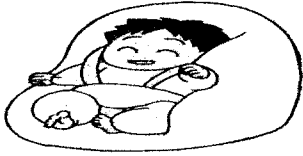
授業前半には「なぜ1年次からテストを頑張るのか」という主題での講義が行われ、後半にはそれを踏まえて、自分が勉強に取り組む際の具体的な方策である「勉強の入口」を各自が考え、ま

【お知らせ】

9月21日から30日の期間、秋の全国交通安全運動が行われます。この一環として本校では例年、生徒が主体の街頭啓発運動を実施しています。今年度は以下の要領で行う予定ですので、お知らせします。なお、通行された方には数量限定となりますが、交通安全パンフレットに加え、本校で栽培している花鉢等を生徒が配布いたします。

- ・日時 令和2年9月24日(木) 小雨決行
11:00~1時間程度
- ・場所 国道230号 丹羽活性化センター前

※なお、実施時期が近くなりましたら、本校 HP(<http://www.hiyamakita.hokkaido-c.ed.jp/>)にも掲載しますので、ご確認ください。



交通安全協会だより



地元特産物当選番号発表

お手元の交通安全協会会員証を確認ください。

(令和元年9月～令和2年8月更新者対象)

令和1年度中＝623・660・662・786・

811・915・963・1184

令和2年度中＝175・204・206・213・

225・273・294・316・

325・338・380・462

会員さまのサービスの一環として、秋の交通安全運動期間中に地元特産物を贈呈する企画を設けました。今回の対象者は、令和1年8月17日から令和2年8月31日までの更新者です。それ以降の会員さまは、来年度の対象になりますのでお楽しみにして下さい。尚、当選者には後日詳しい内容を送付致します。

秋の交通安全運動 (9月21日～9月30日)

運動の重点

- 子供を始めとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保
- 高齢運転者等の安全運転の励行
- 夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転等の危険運転の防止

免許証の更新手続きは、お早めに！！

・・・免許証更新の手続き並びに講習は、有効期限まで・・・

～70歳未満の方～

更新時講習は、免許証の有効期間内（誕生日の前後1ヶ月以内）に受講しなければ免許証は失効します。

～70歳以上の方～

高齢者講習は、更新期間満了日の6か月前から受けることができます。更新手続き前に受講し、終了証を持参の上、更新手続きを行ってください。また、75歳以上の方は、認知機能検査も受講しなければなりません。高齢者講習は、大変混み合っておりますので早めに予約を入れ受講してください。

せたな地区交通安全協会連合会・2年9月発行・84-6110(せたな警察署内)

感染対策委員会より

オンライン（院内テレビ通話）面会のご案内

現在、面会制限を継続しておりますが、規制緩和の一環として、9/1より院内テレビ通話による面会対応を開始致しました。完全予約制となっておりますので、ご希望の方は当院までお問い合わせ下さい。

ご予約受付時間 : 平日 9:00~17:00まで
※前日までにご予約下さい

通信対応時間 : 14:00~17:00

応接室

職員がおつなぎ致します

病室



お気軽にお問い合わせ下さい

NEW FACE スタッフ紹介

放射線科 診療放射線技師

やすだ けんしょう
安田 兼祥



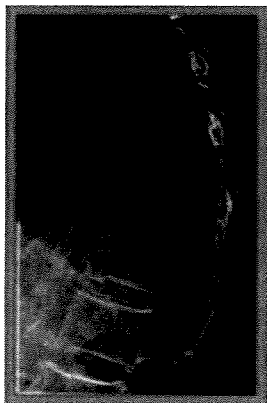
今年の8月より入職いたしました安田です。6年間札幌市内の急性期病院で勤務しておりました。3~18歳まで北檜山に住んでいたのが「地元」に帰ってきたという気持ちです。『誰にでもわかる画像を出す』ことを目標としています。急性期病院で得た技術や経験を最大限に活かし、問診などからは知ることのできない疾患等を画像を通じて伝えていきます。医師やその他の職種と連携を取りながら診療のサポートをしていきたいと思っておりますのでよろしくお願い致します。

当院のレントゲン装置と骨粗鬆症についてご紹介します。

当院では最新のレントゲン装置を導入しています！

従来の装置では見えなかった病変も、当院のレントゲン装置では一目瞭然です！
黒くなっていた部分の椎体圧迫骨折が、最新の装置でハッキリと見えます！
転倒時や腰痛などがある時は、ぜひ当院へお越しください！お待ちしております！

骨粗鬆症については裏面を！



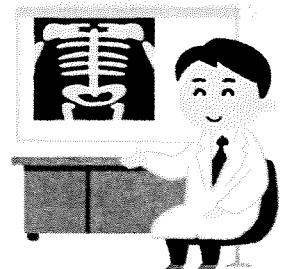
従来の椎体画像



当院の椎体画像



※まだまだ紹介しきれませんが
肺やお腹、他の骨もキレイに撮影できます！
健康診断もお受けしておりますのでお気軽にお問い合わせください。



【形成外科外来のご案内】

形成外科とは・・・??

形成外科とは、体の傷や変形を「きれいに治す」ことを目的とした外科系の診療科です。

当院では、『札幌医科大学附属病院 形成外科医師』による外来診療を行っております。イボ（尋常性疣贅）やホクロ除去、やけど・きず、きずあと・ケロイド、褥瘡（床ずれ）など当院の外来でできる治療もご紹介します。また、眼瞼下垂や生まれつきのあざなどにお悩みの方も当院形成外科外来受診の上ご相談いただければ、診察し、必要な場合は札幌医大や函館五稜郭病院へ紹介を行っております。

☆診療受付時間☆

午前 9時00分~11時30分(平日及び土曜日)

午後 15時30分~17時00分(月、火、木、金)

* 曜日によっては医師が不在の場合がございますので、受診を希望される方は事前にお電話にてご確認ください。

今月のひとさら~秋が旬!かぼちゃです~

今月の担当: 管理栄養士 佐々木 瑠美

かぼちゃには種類豊富なビタミンが含まれており、風邪予防に効果を発揮します!中でもβ-カロテンというビタミンには、免疫力を高める働きがあります。

かぼちゃを食べて、元気に過ごしましょう!

【かぼちゃのクリームチーズ和え】

♪材料(2人分)

- ・かぼちゃ 150g
- ・クリームチーズ15g
- ・マヨネーズ 小さじ1
- ・こしょう 少々

♪作り方

- 1:かぼちゃは種とワタを取り除いてラップで包み、柔らかくなるまで電子レンジで加熱する
- 2:かぼちゃを皮ごとつぶし、調味料を入れ、クリームチーズをちぎって加え混ぜ、丸く形を整える

健康な骨は認知症を予防する

IMSグループ 道南ロイヤル病院
公開医療講座「かわら版」vol.5

近年の研究で骨のホルモンが多くの組織に深く関わっていることがわかってきており、認知機能の改善の役割も担っています。

健康な骨は認知症を予防します

当院では骨量の測定を推奨しており、骨粗鬆症健診を実施しております。是非、一度骨の健康度をご自身で確認してみたいかがででしょうか。

あなたの骨の健康度は何点？

1 牛乳、乳製品をあまりとらない	2点
2 小魚、豆腐をあまりとらない	2点
3 たばこをよく吸う	2点
4 お酒をよく飲む方だ	1点
5 天気のいい日でも、あまり外に出ない	2点
6 体を動かすことが少ない	4点
7 最近、背が縮んだような気がする	6点
8 最近、背中が丸くなり、腰が曲がってきた気がする	6点
9 ちょっとしたことでも骨折した	10点
10 体格はどちらかと言えば細身だ	2点
11 家族に「骨粗鬆症」と診断された人がいる	2点
12 糖尿病や、消化管の手術を受けたことがある	2点
13 (女性)閉経を迎えた。(男性)70歳以上である	4点
合計	

2点 今では心配ないと考えられます。
以下 これからも骨の健康を維持しましょう。
改善できる生活習慣があれば、改善しましょう。

3点 骨が弱くなる可能性があります。
以上 気をつけましょう。

6点 骨が弱くなっている危険性があります。
以上 注意しましょう。

10点 骨が弱くなっていると考えられます。
以上 一度医師の診察を受けてみてはいかがでしょうか。

骨粗鬆財団より引用

【外来患者バスのご案内】

- *毎週月曜日・木曜日(午前) 大成区
- *毎週水曜日・金曜日 今金町(一部地域を除く)
- *毎月第3火曜日(午前) 島牧村

→瀬棚区の方も乗車可能です!!

乗車希望の方は事前に地域医療連携室までご連絡下さい。

スタッフ紹介

放射線科 診療放射線技師
骨粗鬆症マネージャー

やました あきら
山下 亮

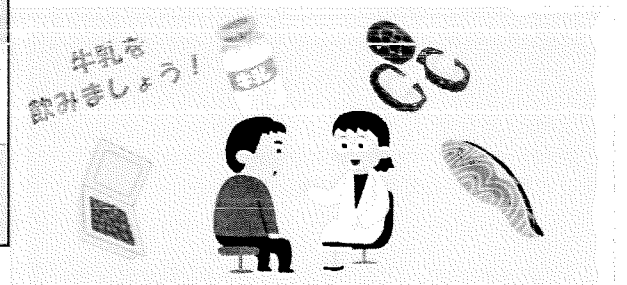
骨粗鬆症について担当しました山下です。せたな町に来て13年目になります。自転車に興味でこの町で開催されたせたなライドにも参加しました。昨年取得した『骨粗鬆症マネージャー』の資格と33年の診療放射線技師としての経験を活かし地域の皆様の健康の維持と後輩の育成に取り組んでいきたいと思っております。骨粗鬆症予防など皆様のお役に立てる情報も提供してまいります。よろしく願い致します。

骨密度の測定は5分程度寝ているだけで終了いたします。

被曝も胸部レントゲン写真よりも少なく、安心して受けていただけます。



骨粗鬆症の予防には日々の食事はとても重要です。当院では骨密度測定と併せて栄養指導も受けることができます。



LINEはじめました

様々な情報を発信してまいります。
ぜひ、お友だち追加をお願いします!!



↓ホームページもご活用ください

イムス 道南

検索

公開医療講座「かわら版」 特別号

今年は新型コロナウイルスにより感染予防対策が連日報道される中、長引く梅雨で九州や中部地方で発生した集中豪雨がありました。各地で避難される方や復旧作業される方々の映像を目にし、感染予防や衛生面が心配されていました。

また、各地でイベントが中止・延期となり、例年当院の看護部で看護フェアを行っていましたが、それも今年は中止となってしまいました。

地域の皆様に何かお役に立てることはないかと考え、今回、災害時に備え、知っておいていただきたいことについてお伝えします。

私が担当いたしました！



今回担当いたしました看護師の南川祥子です。私たち看護師は患者様の診療の補助、日常生活のお世話、後輩スタッフへの指導などを行っております。今年は新型コロナウイルス感染予防のため日頃より皆様にはご理解・ご協力いただきありがとうございます。今後も患者様が安全で安心できる環境を整え、感染予防に取り組んで参りたいと思っておりますので、今後ともよろしく願いいたします。

水がなくて歯磨きができない(;ω;)

ガムに賞味期限がない ガムで肺炎予防！

避難生活中、水がない、歯ブラシが無い、なんてこともあり、口腔ケアできないことがあります。

そんな時、ガムを噛むと唾液の分泌が促されます。唾液には口腔内の細菌の繁殖を防ぐ働きがあります。よって口腔内の清潔保持に役立ち肺炎予防につながります。ガムには賞味期限が無いので、気にせず防災袋に忍ばせておくのもいいですね。歯ブラシも忘れずに！！



賞味期限と消費期限の違い

賞味期限：おいしく食べられる期限

消費期限：安全に食べられる期限

定期的に賞味・消費期限が切れ

てないか確認しましょう



砂や土などが付着し、傷口を汚れたままにしておく

とバイ菌が付着し感染を起こしてしまうことがあるのでキレイに洗い流すことが大切です。また、処置後に再び傷口が濡れてしまうなど汚染する可能性があるときはラップやビニール袋を巻くなどして保護しましょう。

ラップは他にも...

・お皿やコップに巻いて使うと洗わず再利用できます。(水がないとき助かります)

薬を常用していない方も

- ▶解熱鎮痛剤 ▶胃腸薬 ▶湿布薬
- ▶虫刺され薬 などを常備しておく



転んだりしてキズができてしまったら！！

出血した時どうする？(すりむいたり、にじみ出るような出血の場合)

- ・流水やきれいな水で洗い流す
- ・清潔なティッシュやハンカチなどで患部を5分程度圧迫する
- ・止血したのを確認したら絆創膏やガーゼなどで保護する

※もし血が止まらないようなら、患部を心臓より高い位置にして圧迫する

また、それでも血が止まらない時や大きな傷の時、傷の周りが赤くなったり、膿が出てきたら病院に受診しましょう



おくすりについて

外出中に被災するかも。必要最低限を携帯

お薬は、災害時物流が止まったり、病院が救急対応で通常診療ができず、すぐにお薬が手に入らないことがあります。お薬を定期的に処方してもらっている方が災害時に困らないよう、日ごろから外出時に持ち歩いていただきたいものがあります。

薬を常用している方

- ▶常用している薬 (3~7日分)
- ▶お薬手帳
- ▶かかりつけの病院や薬局の連絡先
- ▶保険証のコピー

※そのほかの常備薬は飲み合わせの危険性もあるので薬剤師に相談してください



トイレがない 水が出ない(T_T)

我慢はしちゃダメ！！



災害時はトイレの水が出ない、トイレ自体がないということもあります。

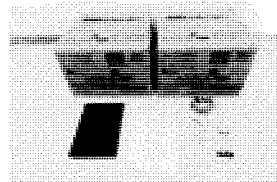
そんな時、尿意や便意を我慢してしまうと、膀胱炎などの尿路感染症、便秘や腸閉塞など深刻な病気になってしまう事もあります。また、水分摂取も我慢してしまうと、更にこれらの病気や脱水症状を招く可能性もあるので絶対に我慢しないようにして下さい。

そこで、トイレがない状況になってしまった時のために簡易トイレの作り方をご紹介します。

簡易トイレの作り方

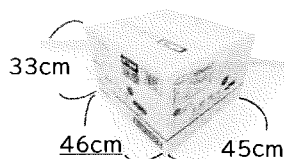
<準備するもの>

- ・段ボール2個(横にして座れる高さの物)
- ・ガムテープ、大きいゴミ袋、レジ袋、新聞紙
- ・ハサミ、カッター



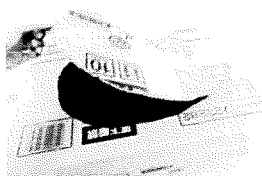
<作り方①>

一つの段ボールを組み立てて角をガムテープで補強する。



<作り方②>

箱の側面に丸くトイレの穴をあける。一部切らずに残しておくふたにできる。



46cm

<作り方③>

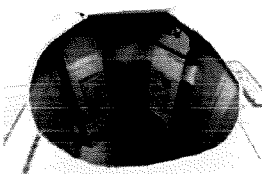
もう一つの段ボールを切って②の段ボールの高さと同じ高さの支柱を4本作る。

強度が増します。2リットルのペットボトルと同じくらいの三角又は四角の柱にする。



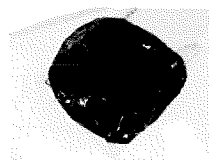
<作り方④>

①の段ボールの内側四隅に③の支柱をガムテープで固定する。



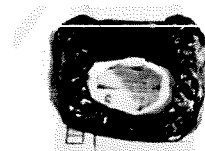
<作り方⑤>

トイレの穴にゴミ袋を入れて箱の中に広げる。はみ出たゴミ袋は箱の外側に出しておく。



<作り方⑥>

ゴミ袋の上にレジ袋を広げ、中に新聞紙を敷いて完成。使用後こまめにレジ袋を替えれば衛生的。



完成！！

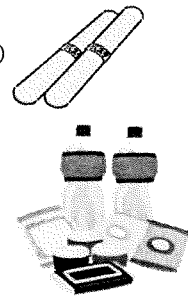
参考までに

保存食について...

カップラーメンより乾麺のほうが賞味期限が長いのはご存じでしょうか？
カップラーメンは賞味期限半年に対し、乾燥したパスタは3年持つものもあるので、パスタとレトルトソースを合わせて常備しておくといいですね。

◎ 保存食ランキング ▲

- 1位：梅干し（賞味期限100年、ただし塩分濃度18%以上）
- 2位：サバイバルフーズ（賞味期限約25年）
- 3位：カンパン、クラッカー（賞味期限約5年）
- 4位：アルファ米（賞味期限約5年）
- 5位：缶詰（賞味期限約3年）
- 6位：乾麺のパスタ（賞味期限約3年）
- 7位：レトルトカレー（賞味期限約2年）
- 8位：ミネラルウォーター（賞味期限約1～2年）
- 9位：ジャム（賞味期限約1～2年）
- 10位：インスタントラーメン（袋麺8ヶ月、カップ麺6ヶ月）



避難場所の確認をしておこう！！

お住いの地区の避難場所をご存じですか？
非常持ち出し品等の準備と合わせて避難場所の確認をしておきましょう！
せたな町配布の防災ハンドブックにも記載されています。『備えあれば憂いなし！』



令和2年10月1日より

檜山海岸線

「予約バス」

の運行が始まります！

乗車 一回 200円

料金 ※小学生未満の方は無料
※障がいをお持ちの方は半額

通学定期券（10,000円/月）販売中

区間 太田～熊石間

これまで、函館バスが「路線バス」として運行していた檜山海岸線の太田～熊石間は、令和2年9月30日（水）をもって廃止になります。
※熊石～江差間は、これまで通り運行します。

- 檜山海岸線の「予約バス」の運行が始まります。
- どなたでもご利用になれますが、電話等での予約が必要です。
- 予約のない場合、バスは運行しませんのでご注意ください。
- ご利用される場合は乗車料金がかかります。



ご利用の流れ

1. 電話でバスを予約します。

- ・氏名
- ・住所
- ・目的地
- ・何便に乗車したいかを伝えてください。



2. 東ハイヤーで予約を受付けします。

第1便、日曜・祝日に運行する便 ⇒ 前日の夕方5時
第2便以降 ⇒ 乗車を希望する便の2時間前までに予約してください。
※予約がない場合、バスは運行しません。



3. 予約状況に応じて運行します。

指定の場所までお迎えに行きます。



4. 目的地に到着します。

多目的な利用が可能です。



帰りも予約バスをご利用の場合、希望の乗車場所・希望の便を運転手に伝えます。

予約先 東ハイヤー大成営業所
☎ 01398-4-5062

「予約バス」に関するお問い合わせ
せたな町役場 まちづくり推進課
☎ 0137-84-5111

「予約バス」時刻表

令和2年10月1日（木）
～令和3年3月31日（水）

月曜日～土曜日運行

1便		2便		3便		5便		6便		7便	
停留所名	時刻	停留所名	時刻	停留所名	時刻	停留所名	時刻	停留所名	時刻	停留所名	時刻
太田	6:10	太田	8:10	太田	10:34	太田	13:00	太田	16:34	太田	18:00
第二富磯	6:18	第二富磯	8:18	第二富磯	10:42	第二富磯	13:08	第二富磯	16:42	第二富磯	18:08
富磯中央	6:20	富磯中央	8:20	富磯中央	10:44	富磯中央	13:10	富磯中央	16:44	富磯中央	18:10
第一富磯	6:21	第一富磯	8:21	第一富磯	10:45	第一富磯	13:11	第一富磯	16:45	第一富磯	18:11
第四上浦	6:23	第四上浦	8:23	第四上浦	10:47	第四上浦	13:13	第四上浦	16:47	第四上浦	18:13
上浦	6:23	上浦	8:23	上浦	10:47	上浦	13:13	上浦	16:47	上浦	18:13
大成学校前	6:25	大成学校前	8:25	大成学校前	10:49	大成学校前	13:15	大成学校前	16:49	大成学校前	18:15
大成総合支所前	6:26	大成総合支所前	8:26	大成総合支所前	10:50	大成総合支所前	13:16	大成総合支所前	16:50	大成総合支所前	18:16
久遠神社前	6:27	久遠神社前	8:27	久遠神社前	10:51	久遠神社前	13:17	久遠神社前	16:51	久遠神社前	18:17
久遠西部	6:28	久遠西部	8:28	久遠西部	10:52	久遠西部	13:18	久遠西部	16:52	久遠西部	18:18
久遠東部	6:29	久遠東部	8:29	久遠東部	10:53	久遠東部	13:19	久遠東部	16:53	久遠東部	18:19
湯の尻	6:30	湯の尻	8:30	湯の尻	10:54	湯の尻	13:20	湯の尻	16:54	湯の尻	18:20
花歌	6:31	花歌	8:31	花歌	10:55	花歌	13:21	花歌	16:55	花歌	18:21
下宮野	6:33	下宮野	8:33	下宮野	10:57	下宮野	13:23	下宮野	16:57	下宮野	18:23
宮野	6:34	宮野	8:34	宮野	10:58	宮野	13:24 (13:29着)	宮野	16:58	宮野	18:24
平田内	6:35	平田内	8:35	平田内	10:59	平田内	13:30	平田内	16:59	平田内	18:25
平浜	6:36	平浜	8:36	平浜	11:00	平浜	13:31	平浜	17:00	平浜	18:26
六軒町	6:38	六軒町	8:38	六軒町	11:02	六軒町	13:33	六軒町	17:02	六軒町	18:28
あわび山荘前	6:40	あわび山荘前	8:40	あわび山荘前	11:04	あわび山荘前	13:35	あわび山荘前	17:04	あわび山荘前	18:30
中貝取淵	6:41	中貝取淵	8:41	中貝取淵	11:05	中貝取淵	13:36	中貝取淵	17:05	中貝取淵	18:31
貝取淵坂下	6:42	貝取淵坂下	8:42	貝取淵坂下	11:06	貝取淵坂下	13:37	貝取淵坂下	17:06	貝取淵坂下	18:32
荷藪内	6:45	荷藪内	8:45	荷藪内	11:09	荷藪内	13:40	荷藪内	17:09	荷藪内	18:35
建石	6:46	建石	8:46	建石	11:10	建石	13:41	建石	17:10	建石	18:36
長磯	6:47	長磯	8:47	長磯	11:11	長磯	13:42	長磯	17:11	長磯	18:37
長磯岬	6:48	長磯岬	8:48	長磯岬	11:12	長磯岬	13:43	長磯岬	17:12	長磯岬	18:38
関内	6:49	関内	8:49	関内	11:13	関内	13:44	関内	17:13	関内	18:39
東関内	6:50	東関内	8:50	東関内	11:14	東関内	13:45	東関内	17:14	東関内	18:40
北西浜	6:51	北西浜	8:51	北西浜	11:15	北西浜	13:46	北西浜	17:15	北西浜	18:41
西浜	6:52	西浜	8:52	西浜	11:16	西浜	13:47	西浜	17:16	西浜	18:42
西浜会館前	6:53	西浜会館前	8:53	西浜会館前	11:17	西浜会館前	13:48	西浜会館前	17:17	西浜会館前	18:43
鳴神	6:54	鳴神	8:54	鳴神	11:18	鳴神	13:49	鳴神	17:18	鳴神	18:44
熊石病院前	6:55	熊石病院前	8:55	熊石病院前	11:19	熊石病院前	13:50	熊石病院前	17:19	熊石病院前	18:45
熊石	6:56	熊石	8:56	熊石	11:20	熊石	13:51	熊石	17:20	熊石	18:46

熊石行き

太田行き

1便		2便		3便		5便		6便		7便	
停留所名	時刻	停留所名	時刻	停留所名	時刻	停留所名	時刻	停留所名	時刻	停留所名	時刻
熊石	7:00	熊石	9:00	熊石	11:25	熊石	14:00	熊石	17:25	熊石	18:50
熊石病院前	7:01	熊石病院前	9:01	熊石病院前	11:26	熊石病院前	14:01	熊石病院前	17:26	熊石病院前	18:51
鳴神	7:02	鳴神	9:02	鳴神	11:27	鳴神	14:02	鳴神	17:27	鳴神	18:52
西浜会館前	7:03	西浜会館前	9:03	西浜会館前	11:28	西浜会館前	14:03	西浜会館前	17:28	西浜会館前	18:53
西浜	7:04	西浜	9:04	西浜	11:29	西浜	14:04	西浜	17:29	西浜	18:54
北西浜	7:05	北西浜	9:05	北西浜	11:30	北西浜	14:05	北西浜	17:30	北西浜	18:55
東関内	7:06	東関内	9:06	東関内	11:31	東関内	14:06	東関内	17:31	東関内	18:56
関内	7:07	関内	9:07	関内	11:32	関内	14:07	関内	17:32	関内	18:57
長磯岬	7:08	長磯岬	9:08	長磯岬	11:33	長磯岬	14:08	長磯岬	17:33	長磯岬	18:58
長磯	7:09	長磯	9:09	長磯	11:34	長磯	14:09	長磯	17:34	長磯	18:59
建石	7:10	建石	9:10	建石	11:35	建石	14:10	建石	17:35	建石	19:00
荷藪内	7:11	荷藪内	9:11	荷藪内	11:36	荷藪内	14:11	荷藪内	17:36	荷藪内	19:01
貝取淵坂下	7:14	貝取淵坂下	9:14	貝取淵坂下	11:39	貝取淵坂下	14:14	貝取淵坂下	17:39	貝取淵坂下	19:04
中貝取淵	7:15	中貝取淵	9:15	中貝取淵	11:40	中貝取淵	14:15	中貝取淵	17:40	中貝取淵	19:05
あわび山荘前	7:16	あわび山荘前	9:16	あわび山荘前	11:41	あわび山荘前	14:16	あわび山荘前	17:41	あわび山荘前	19:06
六軒町	7:18	六軒町	9:18	六軒町	11:43	六軒町	14:18	六軒町	17:43	六軒町	19:08
平浜	7:20	平浜	9:20	平浜	11:45	平浜	14:20	平浜	17:45	平浜	19:10
平田内	7:21	平田内	9:21	平田内	11:46	平田内	14:21	平田内	17:46	平田内	19:11
宮野	7:22	宮野	9:22	宮野	11:47	宮野	14:22	宮野	17:47	宮野	19:12
下宮野	7:23	下宮野	9:23	下宮野	11:48	下宮野	14:23	下宮野	17:48	下宮野	19:13
花歌	7:25	花歌	9:25	花歌	11:50	花歌	14:25	花歌	17:50	花歌	19:15
湯の尻	7:26	湯の尻	9:26	湯の尻	11:51	湯の尻	14:26	湯の尻	17:51	湯の尻	19:16
久遠東部	7:27	久遠東部	9:27	久遠東部	11:52	久遠東部	14:27	久遠東部	17:52	久遠東部	19:17
久遠西部	7:28	久遠西部	9:28	久遠西部	11:53	久遠西部	14:28	久遠西部	17:53	久遠西部	19:18
久遠神社前	7:29	久遠神社前	9:29	久遠神社前	11:54	久遠神社前	14:29	久遠神社前	17:54	久遠神社前	19:19
大成総合支所前	7:30	大成総合支所前	9:30	大成総合支所前	11:55	大成総合支所前	14:30	大成総合支所前	17:55	大成総合支所前	19:20
大成学校前	7:31	大成学校前	9:31	大成学校前	11:56	大成学校前	14:31	大成学校前	17:56	大成学校前	19:21
上浦	7:33	上浦	9:33	上浦	11:58	上浦	14:33	上浦	17:58	上浦	19:23
第四上浦	7:33	第四上浦	9:33	第四上浦	11:58	第四上浦	14:33	第四上浦	17:58	第四上浦	19:23
第一富磯	7:34	第一富磯	9:34	第一富磯	11:59	第一富磯	14:34	第一富磯	17:59	第一富磯	19:24
富磯中央	7:36	富磯中央	9:36	富磯中央	12:01	富磯中央	14:36	富磯中央	18:01	富磯中央	19:26
第二富磯	7:38	第二富磯	9:38	第二富磯	12:03	第二富磯	14:38	第二富磯	18:03	第二富磯	19:28
太田	7:46	太田	9:46	太田	12:11	太田	14:46	太田	18:11	太田	19:36

「日曜・祝日運行ダイヤ」はウラ面をご覧ください

令和2年10月1日より

檜山海岸線 「予約バス」

の運行が始まります！

乗車 一回 200円

料金 ※小学生未満の方は無料
※障がいをお持ちの方は半額

通学定期券（10,000円/月）販売中

区間 太田～熊石間

これまで、函館バスが「路線バス」として運行していた檜山海岸線の太田～熊石間は、令和2年9月30日（水）をもって廃止になります。
※熊石～江差間は、これまで通り運行します。

- 檜山海岸線の「予約バス」の運行が始まります。
- どなたでもご利用になれますが、電話等での予約が必要です。
- 予約のない場合、バスは運行しませんのでご注意ください。
- ご利用される場合は乗車料金がかかります。



ご利用の流れ

1. 電話でバスを予約します。

- ・氏名
 - ・住所
 - ・目的地
 - ・何便に乗車したいか
- を伝えてください。



2. 東ハイヤーで予約を受付けします。

第1便、日曜・祝日に運行する便 ⇒ 前日の夕方5時
第2便以降 ⇒ 乗車を希望する便の2時間前までに予約してください。
※予約がない場合、バスは運行しません。



3. 予約状況に応じて運行します。

指定の場所までお迎えに行きます。



4. 目的地に到着します。

多目的な利用が可能です。



帰りも予約バスをご利用の場合、希望の乗車場所・希望の便を運転手に伝えます。

予約先 東ハイヤー大成営業所
☎ 01398-4-5062

「予約バス」に関するお問い合わせ
せたな町役場 まちづくり推進課
☎ 0137-84-5111

「予約バス」時刻表

令和2年10月1日（水）
～令和3年3月31日（水）

日曜日・祝日運行

熊石行き

1便

停留所名	時刻
太田	6:10
第二富磯	6:18
富磯中央	6:20
第一富磯	6:21
第四上浦	6:23
上浦	6:23
大成学校前	6:25
大成総合支所前	6:26
久遠神社前	6:27
久遠西部	6:28
久遠東部	6:29
湯の尻	6:30
花歌	6:31
下宮野	6:33
宮野	6:34
平田内	6:35
平浜	6:36
六軒町	6:38
あわび山荘前	6:40
中貝取淵	6:41
貝取淵坂下	6:42
荷藪内	6:45
建石	6:46
長磯	6:47
長磯岬	6:48
関内	6:49
東関内	6:50
北西浜	6:51
西浜	6:52
西浜会館前	6:53
鳴神	6:54
熊石病院前	6:55
熊石	6:56

7:00 熊石発バスに接続

3便

停留所名	時刻
太田	10:34
第二富磯	10:42
富磯中央	10:44
第一富磯	10:45
第四上浦	10:47
上浦	10:47
大成学校前	10:49
大成総合支所前	10:50
久遠神社前	10:51
久遠西部	10:52
久遠東部	10:53
湯の尻	10:54
花歌	10:55
下宮野	10:57
宮野	10:58
平田内	10:59
平浜	11:00
六軒町	11:02
あわび山荘前	11:04
中貝取淵	11:05
貝取淵坂下	11:06
荷藪内	11:09
建石	11:10
長磯	11:11
長磯岬	11:12
関内	11:13
東関内	11:14
北西浜	11:15
西浜	11:16
西浜会館前	11:17
鳴神	11:18
熊石病院前	11:19
熊石	11:20

11:25 熊石発バスに接続

4便

停留所名	時刻
太田	12:34
第二富磯	12:42
富磯中央	12:44
第一富磯	12:45
第四上浦	12:47
上浦	12:47
大成学校前	12:49
大成総合支所前	12:50
久遠神社前	12:51
久遠西部	12:52
久遠東部	12:53
湯の尻	12:54
花歌	12:55
下宮野	12:57
宮野	12:58
平田内	12:59
平浜	13:00
六軒町	13:02
あわび山荘前	13:04
中貝取淵	13:05
貝取淵坂下	13:06
荷藪内	13:09
建石	13:10
長磯	13:11
長磯岬	13:12
関内	13:13
東関内	13:14
北西浜	13:15
西浜	13:16
西浜会館前	13:17
鳴神	13:18
熊石病院前	13:19
熊石	13:20

14:32 熊石発バスに接続

7便

停留所名	時刻
太田	18:00
第二富磯	18:08
富磯中央	18:10
第一富磯	18:11
第四上浦	18:13
上浦	18:13
大成学校前	18:15
大成総合支所前	18:16
久遠神社前	18:17
久遠西部	18:18
久遠東部	18:19
湯の尻	18:20
花歌	18:21
下宮野	18:23
宮野	18:24
平田内	18:25
平浜	18:26
六軒町	18:28
あわび山荘前	18:30
中貝取淵	18:31
貝取淵坂下	18:32
荷藪内	18:35
建石	18:36
長磯	18:37
長磯岬	18:38
関内	18:39
東関内	18:40
北西浜	18:41
西浜	18:42
西浜会館前	18:43
鳴神	18:44
熊石病院前	18:45
熊石	18:46

18:52 熊石発バスに接続

太田行き

1便

停留所名	時刻
熊石	7:00
熊石病院前	7:01
鳴神	7:02
西浜会館前	7:03
西浜	7:04
北西浜	7:05
東関内	7:06
関内	7:07
長磯岬	7:08
長磯	7:09
建石	7:10
荷藪内	7:11
貝取淵坂下	7:14
中貝取淵	7:15
あわび山荘前	7:16
六軒町	7:18
平浜	7:20
平田内	7:21
宮野	7:22
下宮野	7:23
花歌	7:25
湯の尻	7:26
久遠東部	7:27
久遠西部	7:28
久遠神社前	7:29
大成総合支所前	7:30
大成学校前	7:31
上浦	7:33
第四上浦	7:33
第一富磯	7:34
富磯中央	7:36
第二富磯	7:38
太田	7:46

3便

停留所名	時刻
熊石	11:25
熊石病院前	11:26
鳴神	11:27
西浜会館前	11:28
西浜	11:29
北西浜	11:30
東関内	11:31
関内	11:32
長磯岬	11:33
長磯	11:34
建石	11:35
荷藪内	11:36
貝取淵坂下	11:39
中貝取淵	11:40
あわび山荘前	11:41
六軒町	11:43
平浜	11:45
平田内	11:46
宮野	11:47
下宮野	11:48
花歌	11:50
湯の尻	11:51
久遠東部	11:52
久遠西部	11:53
久遠神社前	11:54
大成総合支所前	11:55
大成学校前	11:56
上浦	11:58
第四上浦	11:58
第一富磯	11:59
富磯中央	12:01
第二富磯	12:03
太田	12:11

4便

停留所名	時刻
熊石	13:25
熊石病院前	13:26
鳴神	13:27
西浜会館前	13:28
西浜	13:29
北西浜	13:30
東関内	13:31
関内	13:32
長磯岬	13:33
長磯	13:34
建石	13:35
荷藪内	13:36
貝取淵坂下	13:39
中貝取淵	13:40
あわび山荘前	13:41
六軒町	13:43
平浜	13:45
平田内	13:46
宮野	13:47
下宮野	13:48
花歌	13:50
湯の尻	13:51
久遠東部	13:52
久遠西部	13:53
久遠神社前	13:54
大成総合支所前	13:55
大成学校前	13:56
上浦	13:58
第四上浦	13:58
第一富磯	13:59
富磯中央	14:01
第二富磯	14:03
太田	14:11

7便

停留所名	時刻
熊石	18:50
熊石病院前	18:51
鳴神	18:52
西浜会館前	18:53
西浜	18:54
北西浜	18:55
東関内	18:56
関内	18:57
長磯岬	18:58
長磯	18:59
建石	19:00
荷藪内	19:01
貝取淵坂下	19:04
中貝取淵	19:05
あわび山荘前	19:06
六軒町	19:08
平浜	19:10
平田内	19:11
宮野	19:12
下宮野	19:13
花歌	19:15
湯の尻	19:16
久遠東部	19:17
久遠西部	19:18
久遠神社前	19:19
大成総合支所前	19:20
大成学校前	19:21
上浦	19:23
第四上浦	19:23
第一富磯	19:24
富磯中央	19:26
第二富磯	19:28
太田	19:36

「月曜日・土曜日運行ダイヤ」はウラ面をご覧ください

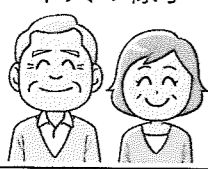
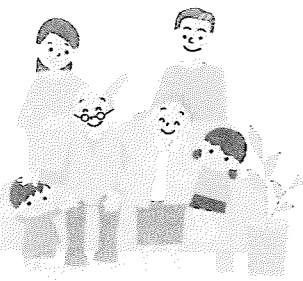
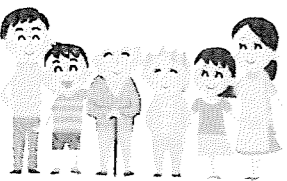
せたな町版認知症ケアパス

認知症の症状の変化と対応

認知症は原因疾患や身体状況によって経過が異なり、その人にあわせた対応や支援が必要です。

認知症でも・・・いつでも、どこでも、自分らしく



認知症の症状の変化		物忘れはあるが生活は自立	そろそろ見守りが必要	手助けが必要	常に手助けが必要	介助なしでの生活が困難
認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。						
本人の様子 	物忘れが多くなる、片付けが苦手になる、物がなくなる、外出がおっくうになる	金銭管理が難しくなる、探し物をする時間が増える、火の消し忘れ	薬を間違えて飲む、たびたび道に迷う、季節に合った服が選べない、生活リズムが乱れる	トイレの場所がわからない、道に迷って帰って来られない、日にちや季節がわからなくなる、洋服の着方がわからない	自分で食事ができなくなる、会話でのコミュニケーションが難しい、歩行が困難、起き上がるのに介助が必要	
家族の気持ちと対応 	<p>物忘れを年のせいにしやすい。悩みを抱え込んでしまいがち。</p> <p>↓</p> <p>一人で抱え込まずに誰かに相談することが大事。その人に合った環境調整や家族の理解が今後の症状の変化に影響します。また家族自身の気持ちも落ち着きます。</p>		<p>本人の行動や心理状態への対応に悩み、戸惑う。</p> <p>↓</p> <p>周囲に隠さず話すと気持ち が楽になり、理解や協力も得られます。</p>		<p>症状を理解し対応が上手になってくる。しかし、本人の失敗が増え介護疲れを感じる。休みたくなる。</p> <p>↓</p> <p>自分のリラックスできる時間も大事にしましょう。</p>	
本人や家族が やっておきたいこと 	友人や地域とのつながりを大切にしましょう。地域包括支援センターに相談してみましょう。	1日の計画を立てて行動してみよう。外出の機会を持ちましょう。本人の話をじっくり聞きましょう。	<p>☆できることはつづけましょう。</p> <p>☆大変なことは周りの人に手伝ってもらいましょう。</p> <p>☆周囲との関わりを持ち続けましょう。</p> <p>☆施設での生活を希望する場合は早めに見学しておきましょう。</p>			
介護保険	申請の相談	介護認定の取得、介護サービスの利用				
認知症の支援方 体や 家族 への	相談	地 域 包 括 支 援 セ ン タ ー				
	医療	かかりつけ医	認知症初期集中支援チーム	訪問診療・訪問看護・訪問歯科診療	認知症疾患医療センター	
	生活支援	民生委員・健康づくり推進員	生活支援コーディネーター	警察		
			買い物支援・配食サービス	日常生活自立支援事業	成年後見制度	
	介護		居宅介護支援事業所（ケアマネージャー）			
			訪問介護・デイサービス・ショートステイ・小規模多機能型居宅介護			
住まい	生活支援ハウス・養護老人ホーム三杉荘・サービス付き高齢者向け住宅	認知症グループホーム・特別養護老人ホーム				
予防	介護予防教室・あたまの健康チェック・認知症サポーター養成講座・サロン 高齢者事業団・サークル活動・老人クラブ・認知症カフェ・認知症の会			<p>認知症に関する相談窓口</p> <p>せたな町地域包括支援センター TEL 0137-84-5699</p> <p>せたな町立国保病院地域医療連携室 TEL 0137-84-5321</p>		

亀田北病院
 TEL 0120-010-701
 富田病院
 TEL 0138-52-1112
 函館渡辺病院
 TEL 0120-596-676