

【再募集】

令和2年6月25日
せたな町長 高橋 貞光

せたな町会計年度任用職員募集公告

せたな町会計年度任用職員を次のとおり再募集します。

勤務場所	職種	採用予定人員	業務内容	給料	期末手当	社会保険	雇用保険	任用期間	勤務条件
水産種苗育成センター	公務補	1名	施設に係る作業全般	148,400円～	無し	有り	有り	令和2年7月15日～ 令和2年12月31日	週5日(月～金) 8:30～17:15

令和2年度会計年度任用職員 勤務条件

1. 資格要件

- ・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. 勤務条件

- ・休日 日曜日、国民の祝日、年末年始
- ・休暇 年次有給休暇、特別休暇(付与日数は勤務形態により異なります)
- ・労災保険 あり
- ・時間外勤務 職務内容によりあり
- ・通勤手当 月額支給(距離による)

3. 申込方法

- ・次の書類を応募期日までに、せたな町役場総務課または各総合支所庶務係に提出してください。

① 自筆の申込書 1通

(用紙は、せたな町役場総務課又は各総合支所庶務係で交付します。)

② 自筆の履歴書 1通(市販のものに、最近6ヶ月以内の写真貼付したもの)

4. 申込締切日 令和2年7月8日(水)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、7月中旬とし応募者に別途通知します。

6. その他、詳しいことは、せたな町役場総務課(電話 0137-84-5111)へお問い合わせください。

～密漁は絶対にやめましょう～

密漁防止対策にご協力を！

町や各関係機関では、組織的密漁に対する防止対策を展開するため、平成27年度に密漁防止対策協議会を設立し、活動を強化しております。

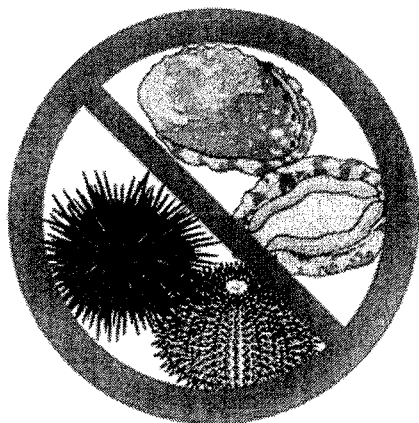
効果的な密漁対策実施のため、密漁の目撃情報や沿岸区域及び漁港における不審な人、車輛、舟などの目撃情報等の提供について、ご協力お願いいたします。

また、レジャーなどで海に出かけることが多くなる時期となりますが、密漁は絶対にしないようお願いいたします。

ナマコやウニ、アワビなどを許可なく採ることは、密漁となります。

平成30年の漁業法改正により、最大で3年以下の懲役又は3,000万円以下の罰金に大幅に強化されました。

情報提供は警察署、海上保安署、町、漁協までお願いいたします。



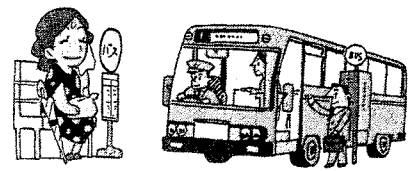
せたな町密漁防止対策協議会事務局
(水産林務課内)

TEL 0137-84-5111(内線 1158)

せたな地域公共交通

住民懇談会

の開催について



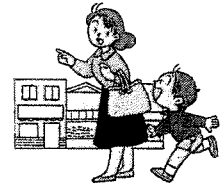
せたな町では、町内全域における新たな公共交通体系の見直しを行い、持続可能な公共交通体系の構築を図る目的から「せたな町地域公共交通網形成計画」を策定いたしました。

令和2年度の取り組みにつきましては、檜山海岸線（大成区太田～長磯～江差ターミナル）の現状を把握するために、予約制の「デマンドバス」を試験的に運行し、地域の方々の意向を踏まえ、今後の検討をしていきたいと考えております。

つきましては、下記により住民懇談会を開催いたしますので、お誘い合わせの上、ご参加くださいますようお願いいたします。

■ 期日・会場 大成区内8カ所で実施いたします（下記のとおり）

- 内 容
- ① 檜山海岸線の現状について
 - ② 檜山海岸線「試験運行」の内容について
 - ③ 意見交換等



<住民懇談会予定>

期 日	時 間	対 象 地 区	会 場
7月2日（木）	9:30～10:30	太田・富磯地区の方々	太田地区振興会館
	11:00～12:00	上浦地区の方々	上浦生活館
	14:00～15:00	都地区の方々	大成町民センター
	15:30～16:30	本陣・久遠西部地区の方々	大成生活館
7月6日（月）	9:30～10:30	久遠東部地区の方々	東部ことぶきの家
	11:00～12:00	花歌地区の方々	花歌生活館
	14:00～15:00	宮野・平浜地区の方々	宮野生活改善センター
	15:30～16:30	長磯・貝取澗地区の方々	長磯生活改善センター

【住民懇談会の参加にあたって】

○参加を希望される方は、事前の申込みはいりませんので、時間までに各会場へ各自でお越しください。

○懇談会は、約60分程度を予定しております。

（※懇談会の進行により、多少前後する場合がありますのでご了承願います）

○懇談会に関する資料等は当日会場にて配布いたしますので、ご了承願います。

○その他、ご不明な点がございましたら、下記までにご連絡願います。

檜山海岸線（大成区太田～八雲町熊石）は、令和2年10月1日からの「デマンドバス本格運行」に向けて現在協議を進めております。

7～8月に実施する試験運行はその前段の取り組みとなりますので、ご利用ください。



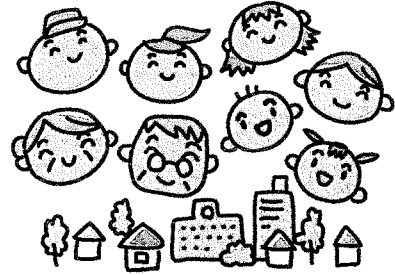
<お問合せ先> まちづくり推進課 TEL:0137-84-5111 / 大成総合支所庶務係 TEL:01398-4-5511

令和2年度

せたな町まちづくりモニターを募集します

せたな町では、町民参加の協働のまちづくりを目指し、町民の皆様が何を望み、何を期待しているのかを的確に把握し町政に反映するため、まちづくりモニターを募集します。

まちづくりモニター制度は、個人の意見を尊重し、特定の意見に偏らない、町民の皆様の意見の動向をとらえ、これを広く町政に反映させることを目的に実施するものです。



①モニターの職務	年数回アンケートを実施し、郵送又はインターネットを利用して回答していただきます。また、地域における珍しい情報など、随時ご意見を募集します。
②人数・選任	<ul style="list-style-type: none">・町政一般について関心を寄せる町民で、募集年度の4月1日現在18歳以上の方・人数は計20人とし、町民から募集・地域、年齢、性別など全体のバランスを考慮しながら、応募者の中から選任・せたな町役場職員、町議会議員など公選による職にある方、教育委員会、選挙管理委員会、監査委員会、農業委員会の委員、前者と世帯を同じくする方、同じ世帯に既にまちづくりモニターがいる方は、まちづくりモニターになることができません。
③任期	<ul style="list-style-type: none">・任期は年度内とし、委嘱した日から翌年の3月31日までとします。・特別の事由（町外に転出、職務の遂行に支障等）等がある場合は、その日までとします。
④募集期間	令和2年7月31日（金）※決定は委嘱状の発送をもって連絡します
⑤お申し込み方法	申込票へ必要事項を記入し、まちづくり推進課 広報統計係 まちづくりモニター担当まで提出していただくか、FAXまたは電話でお申し込みください。 ☎0137-84-5111 FAX0137-84-4657
⑥謝礼	・アンケートの回答1回につき、500円のせたな町共通商品券を、当該年度の最終アンケート調査後にお渡しします。

せたな町まちづくりモニター申込票

ふりがな氏名	
年齢	歳
生年月日	昭和・平成 年 月 日
住所	〒 久遠郡せたな町
連絡先	電話番号 FAX番号 Eメールアドレス
現在の職	(例) 自営業、パートなど
申し込み理由	(例) アンケートを通じて自分の意見を行政に反映させたいなど

※ 詳細は、下記の問い合わせ先までお気軽にお問い合わせください。
せたな町ホームページからも申込票をダウンロードできます。

問い合わせ先

本庁まちづくり推進課 広報統計係

☎ 0137-84-5111

FAX 0137-84-4657

せたな町立国保病院（7月）外来診療担当医表

※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 水	2 木	3 金	(土・日)
午前	予約外			村上	大島昌輝	橋爪(出張医)	5日 日曜当番医
	予約			小林(出張医)	森	森	
午後	予約外			小林(出張医)	大島昌輝	橋爪(出張医)	10:00~12:00
	予約			村上(予約外)	村上	村上	13:00~15:00
夜間診療					村上		

		6 月	7 火	8 水	9 木	10 金	(土・日)
午前	予約外	大島昌輝	井内(出張医)	村上	大島昌輝	垣野(出張医)	12日 日曜当番医
	予約	森	大島幸恵	棒田(出張医)	森	森	
午後	予約外	大島幸恵	井内(出張医)	棒田(出張医)	大島幸恵	垣野(出張医)	今金町国保病院 ☎82-0221
	予約	大島昌輝	森	大島昌輝	村上	村上	
夜間診療			大島幸恵		森		

		13 月	14 火	15 水	16 木	17 金	(土・日)
午前	予約外	大島昌輝	大島昌輝	村上	大島昌輝	池田(出張医)	19日 日曜当番医
	予約	森	大島幸恵	小林(出張医)	森	森	
午後	予約外	大島幸恵	大島幸恵	小林(出張医)	大島幸恵	池田(出張医)	道南ロイヤル病院 ☎84-5011
	予約	大島昌輝	森	大島昌輝	村上	村上	
夜間診療			大島昌輝		村上		

		20 月	21 火	22 水	23 木	24 金	(土・日)
午前	予約外	大島昌輝	大島昌輝	村上	(海の日)	(スポーツの日)	26日 日曜当番医
	予約	森	大島幸恵	竹之内(出張医)			
午後	予約外	大島幸恵	大島幸恵	竹之内(出張医)	(海の日)	(スポーツの日)	今金町国保病院 ☎82-0221
	予約	大島昌輝	森	大島昌輝			
夜間診療			大島昌輝				

		27 月	28 火	29 水	30 木	31 金
午前	予約外	大島昌輝	井内(出張医)	村上	大島昌輝	古山(出張医)
	予約	森	大島幸恵	小林(出張医)	森	森
午後	予約外	大島幸恵	井内(出張医)	小林(出張医)	大島幸恵	古山(出張医)
	予約	大島昌輝	森	大島昌輝	村上	村上
夜間診療			大島幸恵		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

2日(木)	9日(木)	16日(木)	30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

15日(水)

眼科（吉田眼科病院：函館）

今月の診療はありません

※ 次回は8月28日(金) 瀬棚診療所2階

婦人科 休診

※ 毎週火曜日・木曜日は夜間診療を行っています。夜間診療は予約制ではありません。

【受付時間】 午後5時30分～午後7時

※ 外来診療の☎予約受付時間は、午後3時から午後5時までです。

※ 発熱・風邪症状の方は、緊急時以外は平日の日中の時間帯に受診されますようお願いいたします。

※ 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。

※ 新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、変更となる場合があります。予めご了承ください。

せたな町立国保病院 ☎(0137) 84-5321

せたな町立国保病院大成診療所 7月分診療担当医師一覧表

午前受付時間 8:30~11:30

午後受付時間 13:00~15:00

毎週金曜日の大島Drの診療は午前9時~午後4時です。

●火・水・木曜日の午後は往診・老人ホームの回診で不在となることがありますので、早めの受診をお願いいたします。

			1 水	2 木	3 金	(土・日)
午前			小六	小六	小六	休 診
午後			小六	小六	小六	
時間外			小六			

	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金	(土・日)
午前	小六	小六	小六	小六	大島(昌) 9:00~12:00	休 診
午後	小六	小六	小六	小六	大島(昌) 13:00~16:00	
時間外	小六	小六	小六			

	13 月	14 火	15 水	16 木	17 金	(土・日)
午前	小六	小六	小六	小六	大島(昌) 9:00~12:00	休 診
午後	小六	小六	小六	小六	大島(昌) 13:00~16:00	
時間外	小六	小六	小六			

	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金	(土・日)
午前	小六	小六	小六			休 診
午後	小六	小六	小六	海の日	スポーツの日	
時間外	小六	小六	小六			

	27 月	28 火	29 水	30 木	31 金	(土・日)
午前	小六	小六	小六	小六	大島(昌) 9:00~12:00	
午後	小六	小六	小六	小六	大島(昌) 13:00~16:00	
時間外	小六	小六	小六			

●時間外診療は月・火・水曜日の週3回です。

傷病手当金を申請するには

① 「傷病手当金支給申請書」を4種類ご用意ください

●被保険者記入用①②

手当金は口座振り込みで支給され、受領されるのは国保では世帯主の方、後期では被保険者の方となります。それ以外の方が受領する場合、委任が必要です。

●事業主記入用

直近3ヶ月間において、複数の事業所に勤務していた方が、それぞれの事業主での就労ごとに申請する場合、各事業主において申請書を作成ください。

●医療機関記入用

② 役場・各総合支所国保担当窓口へお持ちください

③ 審査を行い、支給決定通知書をお送りします

審査の結果、支給が決定した場合は支給額・振り込み日が記載された通知書が届きますので、内容を確認してください。

Q. 仕事を休んだその日から支給の対象となるの？

A. 「仕事を休んだ日（もともとの休みは除く）」から数えて、3日経過した後の次の「仕事を休んだ日」から支給対象となります。「もともと勤務の予定がなかった日」は、その2日目、3日目のうちに含めて数えます。

Q. 対象となる期間は？

A. 令和2年1月1日～9月30日の間です。
ただし、入院が継続するときは最長1年6月までです。

Q. 申請書はどこでもらえるの？

A. 役場担当係へお問い合わせください。
窓口のほか、郵送でお届けできる場合があります。

お問い合わせ先

せたな町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

新型コロナウイルスの影響により収入が減少したことによる 国民健康保険税・後期保険料の減免について

～対象となる方～

- 新型コロナウイルスの影響により、主たる生計維持者の年間の事業収入等の減少が見込まれ、一定の要件に該当する世帯は、その当てはまる区分に応じて一部または全部の国民健康保険税・後期保険料の減免ができるようになりますので、まずは税務課・町民児童課にご相談ください。

※事業収入等とは、営業収入・農業収入・漁業収入・不動産収入・給与収入をいいます。

要 件

主たる生計維持者について、以下の①～③のすべてに該当する世帯が対象となります。

- ① 前年の合計所得金額が1,000万円以下であること
- ② 事業収入等が前年と比較して30%以上減少することが見込まれる方
- ③ 減少することが見込まれる事業収入等以外の前年所得が400万円以下であること

申請手続等

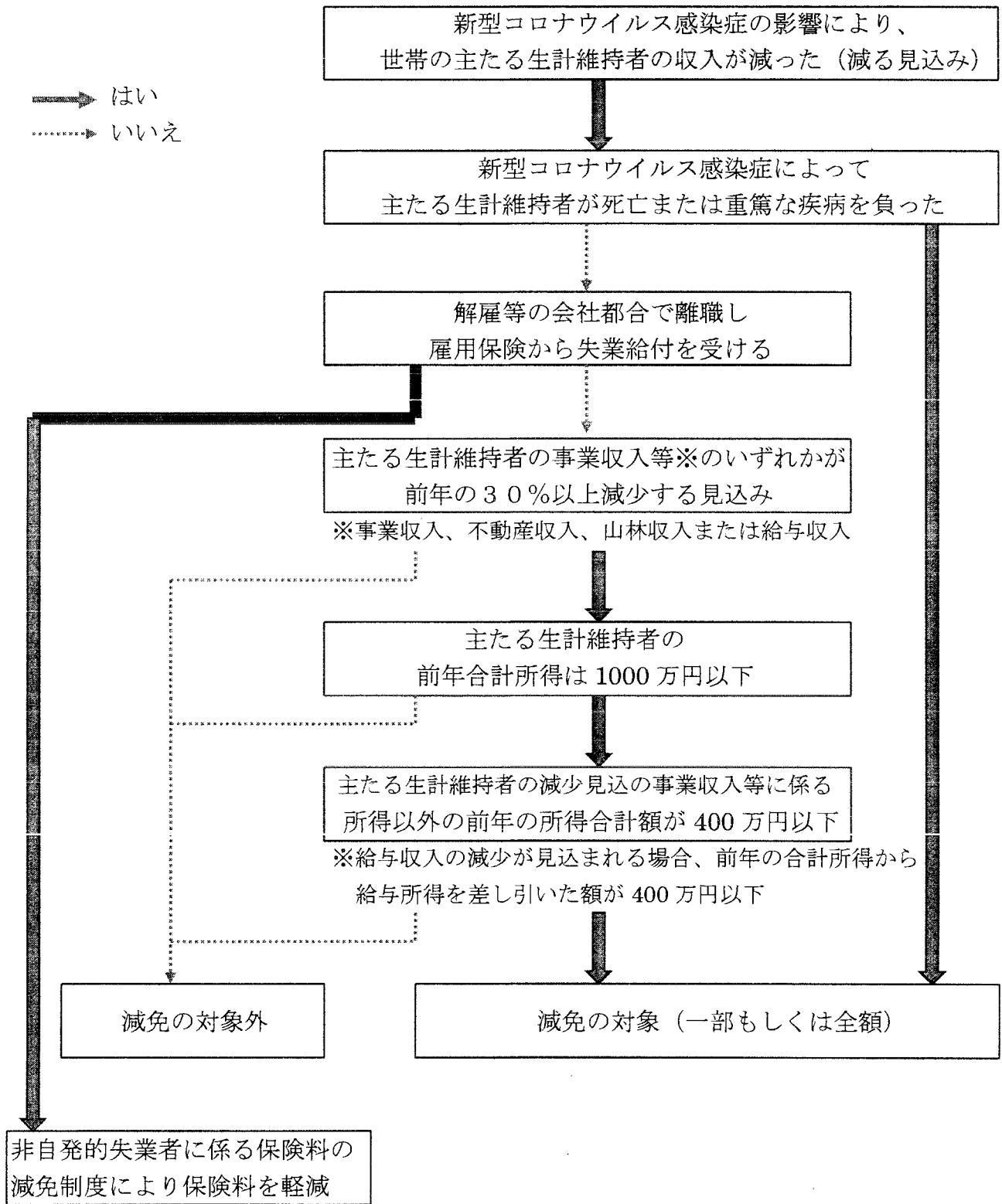
- ① 収入の減少が営業自粛によるものなど、新型コロナウイルス感染症の影響であることがわかる書類として、給与支払い関係書類の写しや外出自粛要請等によって休業や短縮営業をする旨のチラシや写真など、その事実や事業の内容を確認することができる書類等の写し
- ② 今年度の事業収入等の額が月別に確認できるもの及びその前年の事業収入等の額が確認できる資料として、会計帳簿などの写し

せたな町役場税務課 電話 0137-84-5111 内線 1111・1112

〃 町民児童課 電話 0137-84-5111 内線 1137・1141

(裏面もご覧ください)

新型コロナウイルスの影響により収入が減少したことによる 国保税・後期保険料の減免についての簡易フロー



※給与所得以外の収入が前年比30%以上減少した時はこの新型コロナウイルス感染症の影響による減免についても受けられる場合があります。



新型コロナウイルスの影響により収入が減少したことによる 介護保険料の減免について

～対象となる方～

○ 新型コロナウイルスの影響により、主たる生計維持者の年間の事業収入等の減少が見込まれ、一定の要件に該当する世帯は、その当てはまる区分に応じて介護保険料の一部または全部が減免できるようになりますので、まずは保健福祉課にご相談ください。

※事業収入等とは、営業収入・農業収入・漁業収入・不動産収入・給与収入をいいます。

要 件

主たる生計維持者について、以下の①～②のすべてに該当する世帯が対象となります。

- ①事業収入等が前年と比較して30%以上減少することが見込まれる方
- ②減少することが見込まれる事業収入等以外の前年所得が400万円以下であること

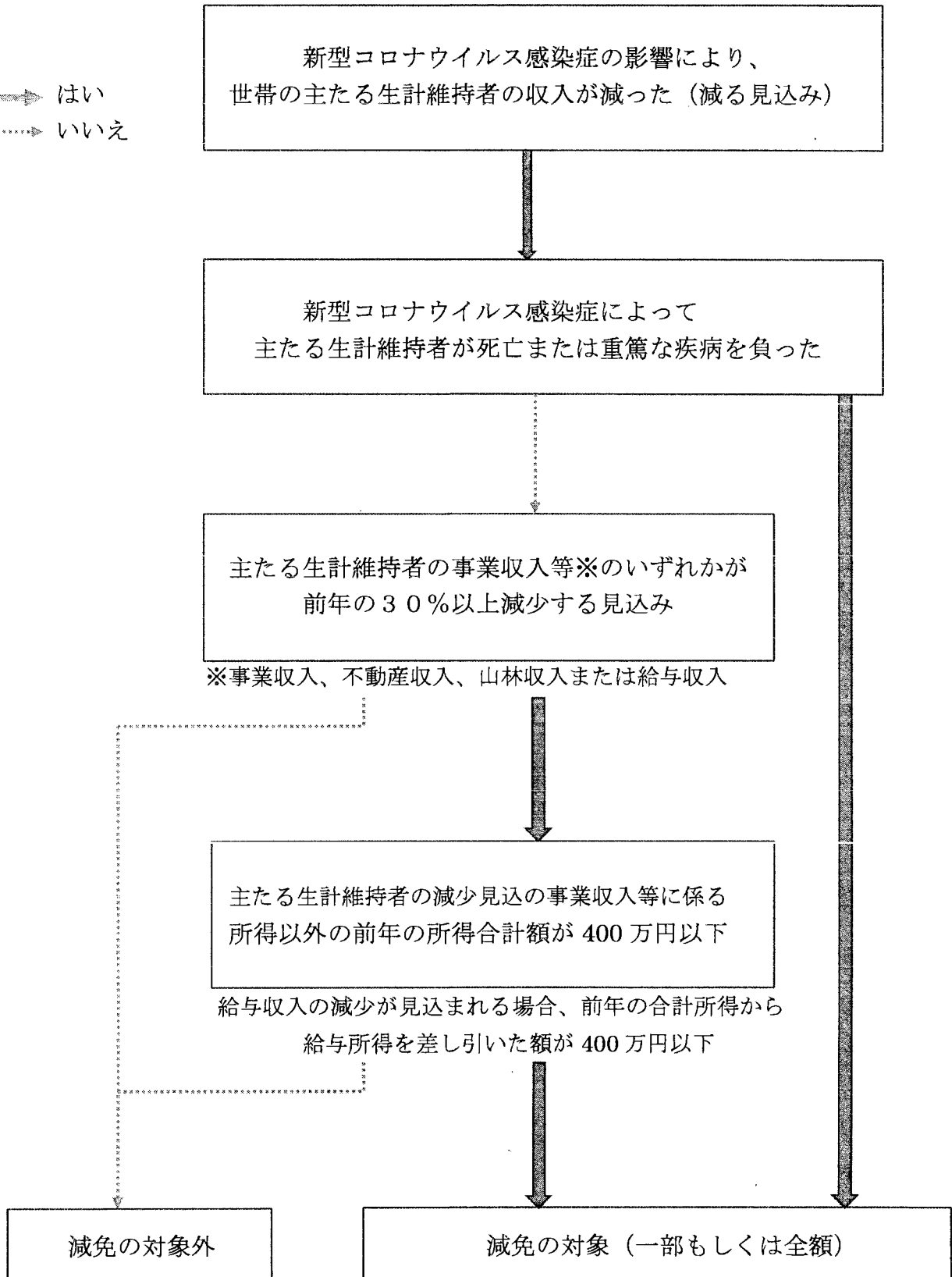
申請手続等

- ① 収入の減少が営業自粛によるものなど、新型コロナウイルス感染症の影響であることがわかる書類として、給与支払い関係書類の写しや外出自粛要請等によって休業や短縮営業をする旨のチラシや写真など、その事実や事業の内容を確認することができる書類等の写し
- ② 今年度の事業収入等の額が月別に確認できるもの及びその前年度の事業収入等の額が確認できる資料として、会計帳簿などの写し

せたな町役場保健福祉課 電話0137-84-5984 (直通)
0137-84-5111 (内線1401・1410)
(裏面もご覧ください)

新型コロナウイルスの影響により収入が減少したことによる 介護保険料の減免についての簡易フロー

→ はい
→ いいえ



令和2年6月25日

◇ 巡回診療の実施について ◇

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

○ 皮膚科 ○

- | | |
|--------|-----------------|
| 1. 月 日 | 令和2年7月16日(木) |
| 2. 受付 | 午後1時00分～午後2時30分 |
| 3. 場所 | 大成町民センター |

○ 産婦人科 ○

- | | |
|--------|-----------------|
| 1. 月 日 | 令和2年7月20日(月) |
| 2. 受付 | 午後1時30分～午後2時30分 |
| 3. 場所 | 大成町民センター |

★★★ **お願い** ★★★

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用と会場での手指消毒のご協力をお願いします。

※体温は会場でも測定しますが、事前に会場に来られる方の発熱の有無の確認・風邪症状の体調確認をお願いします。

○受診希望の方は、カルテ準備の都合上、前日15時までに名前・住所・電話番号をお知らせください。

申し込みがない方は受診することができませんのでご注意願います。

○診察は有料となりますので、受診の際は健康保険証を持参願います。

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

◎申し込み先◎

大成総合支所 保健師：長谷川

電話 4-5511 FAX 4-6380

～ せたな町 ～



大成子育て支援センターだより

令和2年6月25日発行 大成子育て支援センター

2月末より新型コロナウイルスまん延防止のためお休みしていましたが、6月から少しずつですが活動を再開しました。「新しい生活様式」をもとに、感染予防対策を十分に行いながら、親子で楽しくすごしましょう。ぜひ遊びに来て下さいね！お待ちしております♪

* 🍷 * 🍦 * 🍲 * 7月・8月の予定 * 🍷 * 🍦 * 🍲 *

『にこにこルーム』 9時30分～11時

7月・・・7日(火)、14日(火)、28日(火)

8月・・・25日(火)

対象年齢・・・0～6歳(保育園に入っていないお子さん)

活動内容・・・支援ルームや園庭で、体を動かして自由に遊びましょう。

季節ごとに簡単な制作もします♪

★利用を希望される方は、当日朝までにお電話でお申し込み下さい。



『育児相談』

毎週月曜日 9時30分～12時

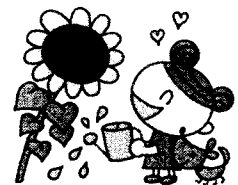
お子さんのことで悩んでいることはありませんか？

食事・排泄・言葉・行動など、気になることがありましたら

1人で悩まず、どんなことでも気軽に相談下さい。

★まずはお電話で相談下さい。

- ・体調がすぐれない時は利用をご遠慮下さい。保護者はマスクを着用しましょう。
- ・『なかよし広場』(園開放・園児との交流)は、もうしばらくお休みになります。
- ・当面の間、北檜山区・瀬棚区子育て支援センターの利用はご遠慮下さい。



大成保育園内 大成子育て支援センター ☎01398-4-5022

7 Jul

大成区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
			1 先負 大成町民プール開設予定 13:00~	2 仏滅	3 大安 一般診療 せたな町立国保病院 乳幼児健康相談 受付13:00~15:30 せたな町健康センター	4 赤口
5 先勝 【日曜当番医】 10:00~15:00 せたな町立国保病院	6 友引 子育て相談日 9:30~12:00 大成保育園	7 先負 にこにこルーム（子育て支援） 9:30~11:00 大成保育園	8 仏滅	9 大安 一般診療 せたな町立国保病院 麻しん風しん混合予防接種 受付14:00~14:15 大成診療所	10 赤口 一般診療 せたな町立国保病院	11 先勝
12 友引 【日曜当番医】 10:00~15:00 今金町国保病院	13 先負 子育て相談日 9:30~12:00 大成保育園	14 仏滅 にこにこルーム（子育て支援） 9:30~11:00 大成保育園	15 大安	16 赤口 皮膚科巡回診療 受付13:00~ 大成町民センター	17 先勝 一般診療 せたな町立国保病院	18 友引
19 先負 【日曜当番医】 10:00~15:00 道南ロイヤル病院	20 仏滅 子育て相談日 9:30~12:00 大成保育園 産婦人科巡回診療 受付13:30~ 大成町民センター	21 赤口	22 先勝	23 友引（海の日） 【町内急患当番医】 せたな町立国保病院 ※急患のみ随時対応	24 先負（ホーリの日） 【町内急患当番医】 せたな町立国保病院 ※急患のみ随時対応	25 仏滅
26 大安 【日曜当番医】 10:00~15:00 今金町国保病院	27 赤口 一般診療 せたな町立国保病院 子育て相談日 9:30~12:00 大成保育園	28 先勝 にこにこルーム（子育て支援） 9:30~11:00 大成保育園	29 友引	30 先負 B型肝炎予防接種 受付14:00~14:15 大成診療所	31 仏滅 一般診療 せたな町立国保病院	

英会話教室

7月9日(木)開講

ニック先生と一緒に英語を学びませんか？

場 所

せたな町民ふれあいプラザ 2階 視聴覚室等

時 間

【初級者】：毎週木曜日 午後7時～午後8時

【上級者】：8月19日から開講

毎月第3水曜日 午後7時～午後8時

講 師

ニコラス・デル イソラ (英語指導助手)

対 象

中学生以上の英語に興味のある方

内 容

【初級者】 簡単な日常会話

【上級者】 様々なシミュレーションに合わせた英会話

参加費

無 料

申込先

せたな町教育委員会事務局 社会教育係 (せたな町北檜山区徳島63-1)

TEL 0137-84-5111 FAX 0137-84-6694

注 意

- ・参加希望される方は必ず申込みをお願いします。(緊急連絡先の明記を忘れずをお願いします。)
- ・参加の際は必ずマスクの着用をお願いします。
- ・発熱、せき、のどの痛みなどの症状がある方やだるさ、息苦しさ、体が重く感じる、味覚異常等の症状が出ている方は当日の参加はご控え願います。(各教室での欠席に関してご連絡の必要はありません。)
- ・「密閉」「密集」「密接」を避けた運営となりますのでご理解のほどよろしく願います。

＜英会話教室申込み書＞

氏 名

年 齢 歳

性 別(男・女)

住 所 せたな町

区

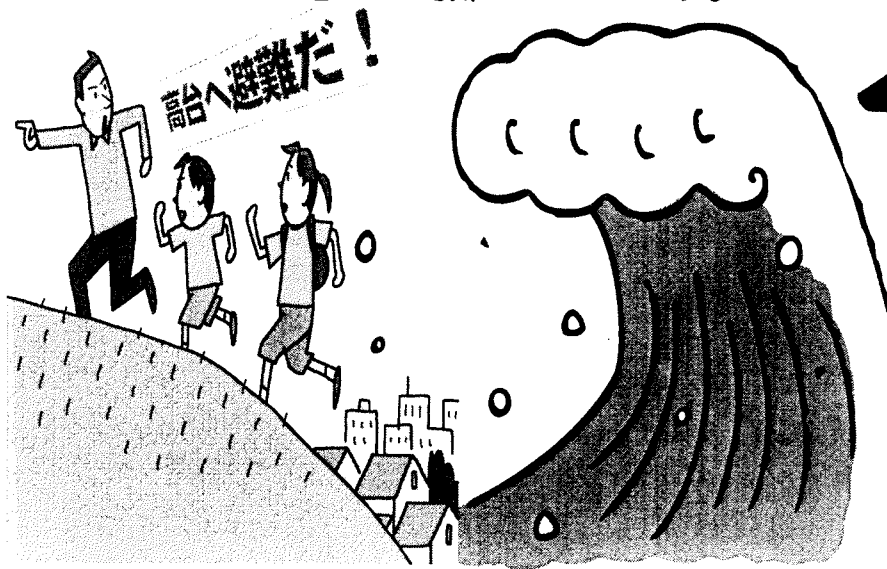
緊急連絡先電話番号()

※FAXの場合、切り取らずこのまま送信して下さい

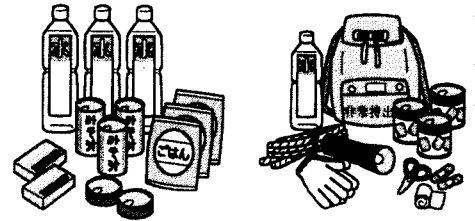
<せたな警察署からのお知らせです>

地震その後津波

地震発生時、まずは、身を守りましょう。
揺れがおさまったら高台へ避難しましょう。
海岸からは「より遠く」ではなく、
「より高く」へ避難しましょう。

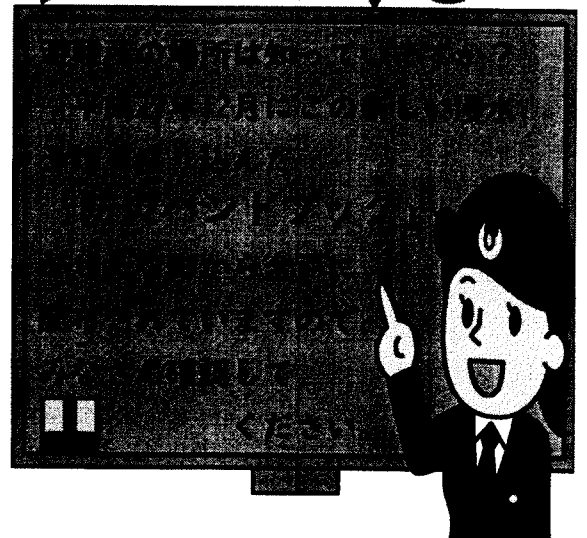


普段から災害に備え、
防災グッズなどを
準備しましょう。



津波は短時間でやってくる!

	第一波到達時間	最大遡上高
瀬棚区須築漁港	7分	24.26m
瀬棚区本町	8分	9.42m
北檜山区太櫓	7分	10.11m
大成区宮野	16分	12.34m



せたな警察署 0137-84-6110

夏の交通安全運動の実施

ベルトした？ うしろの席も もうしたよ

北海道警察では、7月13日から7月22日までの10日間で夏の交通安全運動を実施し、パトロールや交通指導などを強化します。

7月13日は飲酒運転根絶の日です。

今から6年前の平成26年7月13日、おたるドリームビーチ付近の市道で海水浴帰りの女性4名が飲酒運転の自動車にはねられ死傷しました。

このような悲惨な事故を発生させないために

『飲酒運転をしない、させない、許さない』

という強い気持ちで、皆様のご協力をお願いします。



定灯籠



大成駐在所
4-5454
宮野駐在所
4-5121

北海道警察官募集中

～ここからつながる、未来のために～

北海道警察の魅力として、誰かの役に立ちたい、悪い人を捕まいたい、というやりがいのある仕事のほか、休暇制度や育児・介護に関する制度も整備されており、ワークライフバランスを重視した職場環境などがあります。

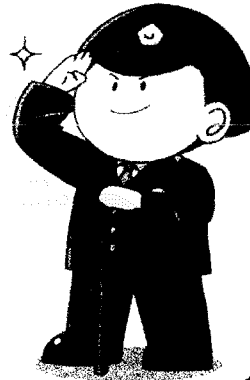
【令和2年度第2回北海道警察官採用試験実施日程等】
採用予定人員

男性A区分160名程度 女性A区分50名程度
男性B区分155名程度 女性B区分55名程度

受付期間 7月1日(水)～8月21日(金)

第一次試験日 9月21日(月・祝日)

第二次試験日 10月下旬から11月中旬



せたな警察署QRコード！

あなたの管轄警察署
せたな警察署のホームページには、犯罪・交通事故発生状況、各種手続き申請等について記載されています。下のQRコードから簡単にアクセスできます。



大成区の交通事故発生状況

(5月15日から)

6月15日現在

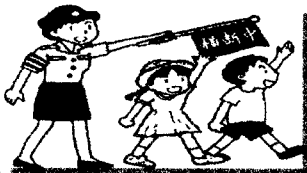
人身事故 0 件

物損事故 0 件

令和2年中の累計

人身事故 0 件

物損事故 2 件



誘拐や児童ポルノ被害防止

SNS等の利用がきっかけで、誘拐や児童ポルノなどの犯罪被害に遭う子供が増えています。

子供が犯罪に巻き込まれないように

- ・ ネットで知り合った人を信用しない・会わせない
 - ・ 個人情報や写真を相手に送らない
 - ・ 困ったときはすぐ家族に相談
- などの家庭内でのルール作りをしましょう。



薬物乱用の防止

覚醒剤などを使い続けると、

- 1 幻覚・幻聴を感じる
- 2 精神的依存(薬物依存症)になる
- 3 精神病的症状が出る(無気力・集中力低下・幻覚)
- 4 精神錯乱状態を起こす
- 5 精神錯乱し、殺傷事件を起こしたり、自殺する

という順で、身体や精神がボロボロになり、記憶障害や人格に変化が現れ、以前と同じ生活ができなくなります。最後には自分自身だけでなく、周囲の大切な人を巻き込み、破滅します。


薬物、ダメ。ゼッタイ。



図書館だより*



7月



.....

発行：大成図書館

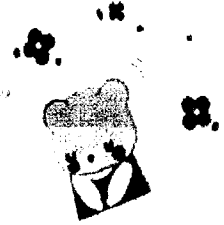
7月号

田んぼに若苗が並ぶ季節となりました。コロナウイルスの感染拡大防止でしばらく閉館していた図書館でしたが、やっと開館し利用者の方の「待ってたよ！」の言葉に励まされます。図書館では、閲覧室のイスの間隔を広くし館内の換気、本の消毒など、気を付けております。皆様のご利用をお待ちしています。

お知らせ

7月のくつろぎ図書館は、コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止いたします。

8月に予定していた「図書館まつり」

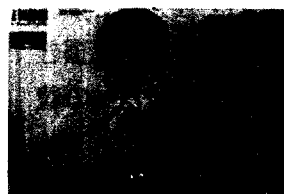


今年度は、中止とします。

入館の際、チェックリストに、ご記入をお願いしています
ご面倒をお掛けしますが、ご協力お願いします。

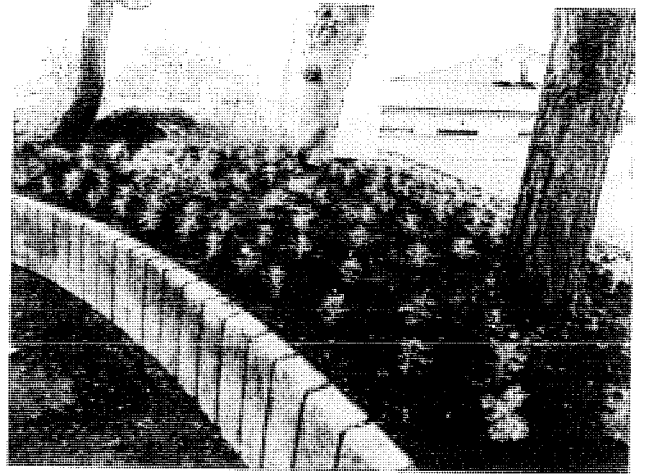
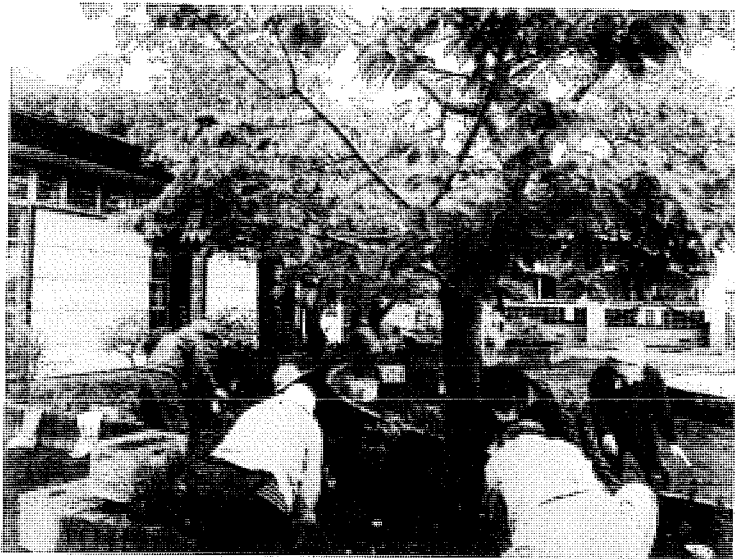
来年度の中学の教科書の展示 6月12日～6月25日

自分が、中学生時代の教科書と比べ今の教科書は、大きく見やすいと感じました。表紙もカラフルです。国語の教科書に森山直太郎の「さくら」が載っていたり宮下奈都さんが、読んでみて欲しい本を紹介していたりしています。様変わりしている教科書ですが、夏目漱石、森鷗外、太宰治など今も変わらず載っていたり・・・「高瀬船」「走れメロス」今一度読み返してみようかと・・・一般公開もしています。今の教科書を開いて感想をお聞かせください。



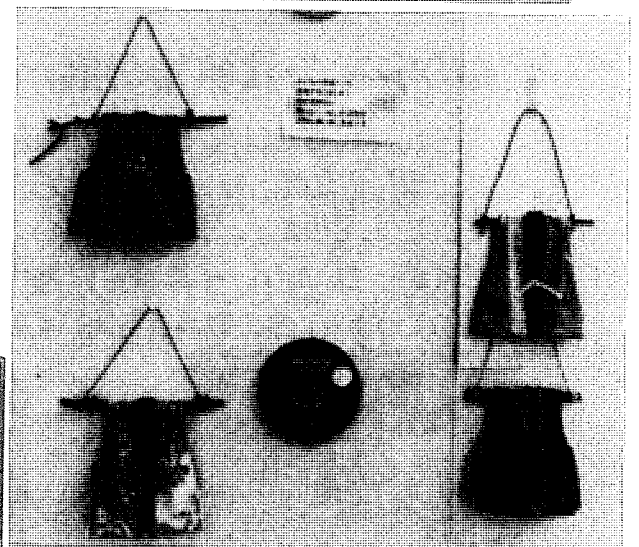
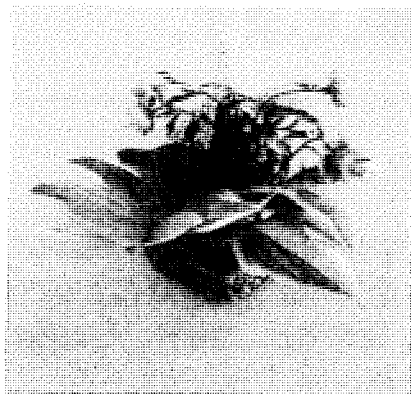
くおん大学の皆さん ありがとうございます

くおん大学の皆さんに今年も
花壇にマリーゴールドを植えていただき
ました。図書館前が華やかになりました。
下の写真の手前の男性・高橋町長です。
移動町長室の視察で来て頂き
お手伝いしていただきました～



町民ギャラリー

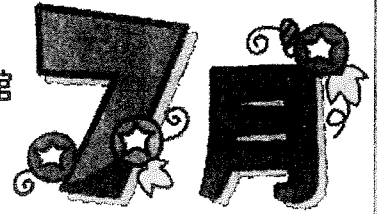
めだかのがっこう作品



壁かけ花入れは、お花までもってきてくれて展示して頂き
ました。！バックは、なんと手縫い！是非近くで見たい作品です。子どもの頃に来ていた着物、お母さんの着
物が素敵な飾り物に変身です～見にきてくださいね

今月のおすすめ本

発行：大成図書館



大成図書館

大成区都386番地 Tel: (01398) 4 - 6161

開館時間: 10時~17時(12時~13時まで閉館)

休館日: 7月6日(月)13日(月)20日(月)27日(月)

一般書

法の雨

著・下村 敦史

判事が下した判決が裁判官、検察官
弁護士、被害者、加害者、それぞれの
正義を狂わせていく・・・あの裁判に
何があったのか。法は救いか縛りか。
一人の無辜を罰するなかれ。



金の顔

著・菊野 啓

幻冬舎ルネッサンス新社、小説コンテ
スト大賞！情念の怪物たちが狂騒の
果てに辿り着いた、醜くも愛おしい
「人間」の本性。剥き出しの人間の
営みを正面から描いた作品



ヒポクラテスの試練

中山 七里

黙示

今野 敏

妖の掟

誉田 哲也

裏千家茶道ハンドブック

北見 宗幸

任侠シネマ

今野 敏

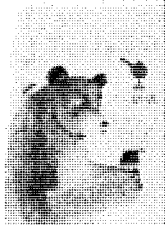
伝えておきたい 我が家の保存食レシピ

児童書

だから、さびしくない

著・落合 久恵

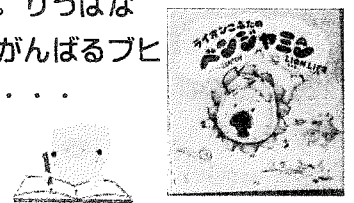
森の分かれ道に、道しるべを立て
てみては？新しいお客さんが訪ね
てくるかも！マーガレットとクマ
のホーリーはとても楽しみ
夢見るように生きるのは幸せです



ライオンこぶたのベンジャミン

著・ZENTOY

ぼくは、ベンジャミン。りっぱな
ライオンになるためにがんばるプヒ
みためは、ブタだけど・・・
みんなとちがっても
だいじょうプヒ！



ひみつがあります

布川 愛子

あひるのぎょうれつ

すまいるママ

花のすきな おおかみ

きむら ゆういち

ようこそ！じごくランドへ

林 木林

おいらひよつとこ

ザ・キャビンカンパニー

ホテルのアダムとほしぞらパーティー

香川 照之

発売前・予約中・品切れ本もありますので各施設にお問い合わせください。

新刊は、他にもまだあります。館内に新刊情報を掲示しています。



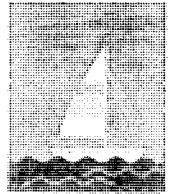
せたな町情報センター

北檜山区北檜山266番地

Tel: (0137) 84 - 5342

開館時間: 10:00~19:00 (小学生17時 中学生18時)

休館日: 7月6日(月)13日(月)20日(月)27日(月)



きたきた捕物帖
著・宮部 みゆき

謎解き×怪異×人情・新シリーズ
始動！江戸は深川、二人の
「きたさん」が事件を通して
成長していく



学研まんが 豊臣秀吉
著・楠田 夏子

身分の低い足軽から身をおこし、
ついには天下統一をはたした
豊臣秀吉の一生をオールカラー
の学習まんが。



一 般 書



児 童 書



家族じまい	桜木 紫乃	もりのかばんやさん	ふくざわ ゆみこ
ダブル・トライ	堂場 瞬一	無限の中心で	まはら 三桃
じんかん	今村 翔悟	やねうらべやのおぼけ	しおたに まみこ

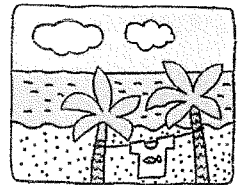
生涯学習センター図書室

瀬棚区本町651

Tel: (0137) 87 - 3901

開館時間: 10:00~17:00

休館日: 7月6日(月)13日(月)20日(月)27日(月)



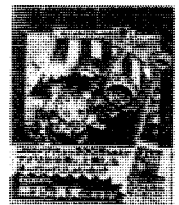
少年と犬
著・馳 星周

傷つき、悩み、惑う人びとに寄り添っ
ていたのは、一匹の犬だった。犬を
愛するすべての人に捧げる感涙作



北の海の冒険者マジック+ツリーハウス47
著・メアリー・ホープ・ポーン

コロンブスより500年もまえに
アメリカ大陸に上陸したヨーロッ
パ人がいた！知られざる歴史の
真実にせまる！



一 般 書



児 童 書



あしたの華姫	畠中 恵	しょうたとほしのたね	さいとう れい
銀花の蔵	遠田 潤子	ねえ、ママ？僕のお願ひ！	つんく
奈落で踊れ	月村 了衛	夜力フェ 6	倉橋 燿子

令和2年度の 熱中症予防行動

環境省
厚生労働省
令和2年5月

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密着、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



2 適宜マスクをはずしましょう



距離を十分にとる



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養

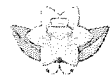
5 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密着、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方から積極的な声かけをお願いします。





公開医療講座『かわら版』 VOL. 2



感染対策委員会より

一般発熱外来のごあんない

6月1日より発熱・風邪症状の患者様の診療を、病院敷地内の仮設スペースにて再開致しました。診察をご希望される方は、事前に電話でご相談下さいます様、ご理解・ご協力をお願い申し上げます。尚、新型コロナウイルスの検査は現状では行えません。又、入院管理についても、現時点ではお受け入れが困難な状態です。予めご了承下さいます様、お願い申し上げます。
診療の流れにつきましては、病院ホームページ、掲示物等をご確認下さい。

道南ロイヤル病院



スタッフ紹介



管理栄養士
上田 麻耶(うえだ まや)

この度、栄養情報を担当させていただきました。
せたな町出身で、当院で働き始めて10年目になります。
他、2名の管理栄養士とともに栄養管理に努めています。
栄養の面から、地域住民の皆様へ寄り添った医療をお届けしたいと思います。食事や栄養のご心配やご相談がありましたら、お気軽にお声がけください。

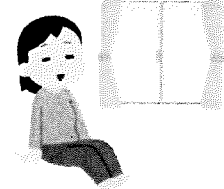


感染症対策～栄養面から出来ること～

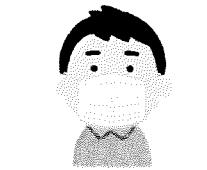
今も猛威を振っている新型コロナウイルス。毎日新しい情報がニュースでも発表され、ご対応に苦勞されていることと思います。今までの住民の皆様への感染症対策へのご協力に感謝申し上げます。引き続き、マスクの着用・手洗い・3密(密閉・密集・密接)を避けることへのご協力をお願い申し上げます。
今回は、感染症対策として栄養面から出来ることをご紹介します。新型コロナウイルスのみならず、その他の感染症や健康増進に繋がる内容となっておりますので、ぜひご活用ください。



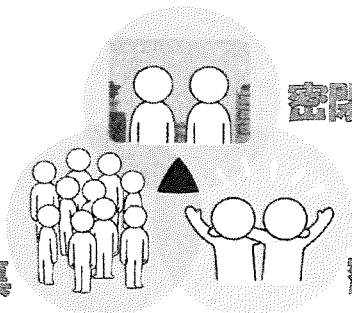
手を洗おう



うちで過ごそう



マスクをしよう

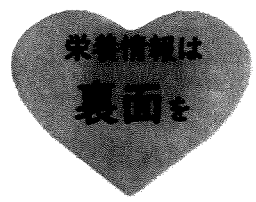


密集

密閉

密接

3密を避けよう



【健康診断のご案内】

当院では、企業健診・個人健診を行っております。企業様のご要望に応じて午前外来診療前の早朝健診も実施しております。健診内容等につきましては下記担当者までお気軽にお問い合わせ下さい。
*日時は事前予約制となっております。

<主な健診コース及び料金>


- ・Aコース(一般的なもの)・・・10,000円(税別)
①身長、体重②視力③聴力④血圧⑤尿検査⑦胸部レントゲン⑧心電図⑨血液検査
- ・Bコース(上記①～⑦)・・・5,000円(税別)
- ・骨塩定量(骨密度)検査・・・2,000円(税別)

【担当者:地域医療連携室 工藤】

今月のひとさら～オクラで快便に!?～
今月の担当:管理栄養士 佐々木

6月～8月とこれらが旬のオクラ。オクラのネバネバは整腸作用を促し、便秘や下痢の予防に効果的です。
そこで、今月は【無限オクラ】というレシピを紹介します♪

【無限オクラ】
材料(2人分)
・オクラ 10本
・焼きのり 1/2枚
・おろししょうが 小さじ1/2
・しょうゆ 小さじ2



1: オクラを茹で、へたを切り落とす
2: ボウルに調味料を入れ混ぜ、のりをちぎり入れ、オクラを加え混ぜる

「防げ！低栄養！防げ！感染症！」



体内の免疫力は、栄養状態に支えられています。
良い栄養状態を保ち、筋肉や骨が丈夫で活動性があることは、
新型コロナウイルスはもちろん、その他の感染症も
防ぐことができます。

今回は簡単にできる低栄養チェックと、
栄養の維持・改善方法をお伝えします。



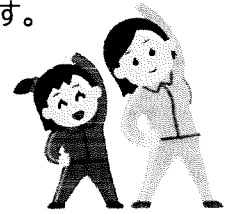
「今月のひとさら」
を担当しました
佐々木 瑠美です。

①簡単！低栄養チェック

✔ **簡単フレイルチェック** ～当てはまるものに○を付けてください

フレイルとは・・・老化に伴い、筋肉や活動が低下している状態。要介護へ移行することがあります。
フレイルの方は低栄養の可能性がります。フレイルを予防しましょう！

	1点	0点
6ヶ月間で2～3kgの体重減少がありましたか？	はい	いいえ
以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか？	はい	いいえ
ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか？	いいえ	はい
5分前のことが思い出せますか？	いいえ	はい
(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがしますか？	はい	いいえ



★適度な運動★

合計 3点以上・・・フレイル ～低栄養を改善しましょう！～
1～2点・・・フレイル予備軍 ～要注意！今からフレイルを予防しましょう！～
0点・・・健康！ ～このまま健康的な食生活を続けてください～



★規則正しい食生活★

②お食事のおはなし

「たんぱく質」はしっかり摂りましょう ～手ばかり法の実践～

手ばかり法とは、手を使ってどのくらい
食べたらよいか、目安とする方法です。

筋肉の元となるたんぱく質が多く
含まれるのは、肉や魚、豆腐、卵です。
肉、魚、豆腐は1食のうちにとれか1つ
でも入れるようにします。
食べる目安量は、手の平のサイズです。
卵は1つが目安です。



「乳酸菌やビフィズス菌」

も良いかもしれません！

食事をきちんと摂ることが大前提ですが
免疫力UPの一つの方法として、乳酸菌や
ビフィズス菌があります。
腸管は免疫力の6割を占めているともい
われています。腸管に善玉菌(乳酸菌やビ
フィズス菌)が多いほど、免疫力UPに繋が
ります。
市販品にも入っているものが販売されて

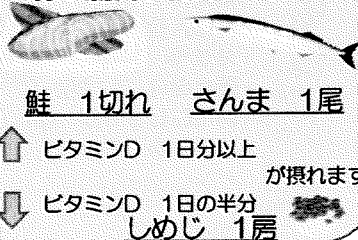


「カルシウム・ビタミンD」で骨や筋肉を丈夫に！

カルシウム
骨を作る栄養素です。



ビタミンD
骨や筋肉を強くします。



たくさん食べて健康に！

皆様からのご意見お待ちしております。
「かわら版」で取り扱って欲しい情報など
ございましたらお電話やFAX等で受付けて
おります。医師、看護師、リハビリ、栄養科
など様々な職種で皆様の健康づくりに役立つ
情報を提供してまいります。

電話：84-5011 FAX：84-6911
担当者：地域医療連携室 工藤・結城