

「WEBセタナセレクション」(仮称)開設に伴う 販売商品の公募について

新型コロナウイルス感染症の流行拡大は、世界経済に大きな影響を及ぼしており、せたな産品の製造者等においても終息の見えない中、販売機会が大きく減少するなど厳しい状況が続いております。

このような中、新たな販売機会の創出を図るため、通販サイト「WEBセタナセレクション」(仮称)の開設に向けて準備を進めているところです。

つきましては、せたな町の特産品を幅広く取り扱うため商品の募集を行いますので、せたな産品の需要拡大にご活用くださいますようお願いいたします。なお、募集の詳細は次のとおりといたします。

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、販売に関する法令等を遵守していること

2. 対象商品(以下のいずれかに該当すること)

- (1) せたな産の農水産物等
- (2) せたな産の農水産物等を1種類以上使用する加工食品又は工芸品

3. 申込方法(別紙エントリーシートの提出) ※せたな町ホームページからダウンロード可能

- (1) 提出先及び問合せ先 株式会社マウニーテイル
久遠郡せたな町瀬棚区三本杉94
TEL: 0137-87-2303 FAX: 0137-87-2618
- (2) 募 集 期 間 第1次: 令和2年9月10日まで
第2次: 令和2年9月11日以降随時
- (3) そ の 他 ・この事業は、株式会社マウニーテイルに委託しており、通販サイトの運営や商品の選定など全ての管理を株式会社マウニーテイルが実施いたします。
・令和2年度における出店料及び負担金などは一切かかりません。

担当: せたな町まちづくり推進課商工労働観光係

WEBセタナセレクション（仮称）エントリーシート

フリガナ	
会社名／個人名	
所在／住所	
連絡先	
（電話）	
（携帯）	
（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	商品名
	特徴
	商品名
	特徴
	商品名
	特徴
	商品名
	特徴

送付先：WEBセタナセレクション（仮称）運営会社（株）マウニーテイル

担当：齊藤 宛

e-mail info@setana.shop

FAX 87-2618

町民のみなさまへ

～ せたな町立国保病院 「発熱外来」 について ～

せたな町立国保病院では、新型コロナウイルスの感染防止対策として、「発熱外来」を設置し、以下のとおり風邪症状などのある患者様の診療にあたっております。

お願い

まずは電話でご相談ください

微熱、せきなど軽い風邪の症状がある方は、かかりつけの医療機関へ、高熱、強いだるさ、息苦しさがある方は、せたな町立国保病院に電話でご相談ください。

- せたな町立国保病院 ☎ (0137) 84-5321
- 瀬棚診療所 ☎ (0137) 87-2470
- 大成診療所 ☎ (01398) 4-5175

お知らせ

受付時間が決まっています

せたな町立国保病院の「発熱外来」の受付時間は、次のとおりです。

- **午前** 午前10時～午前11時

ただし、月曜日及び木曜日の午前は休診となります

- **午後** 午後2時～午後3時

	月	火	水	木	金
午前	×	○	○	×	○
午後	○	○	○	○	○

なお、緊急時以外は夜間や土日の受診を避け、平日の日中時間帯での受診をお願いいたします。

みなさまの御理解と御協力をお願いいたします。

せたな町立国保病院

町民のみなさまへ

～ せたな町立国保病院から お知らせとお願い ～

このたび、村上正道医師が8月31日をもちまして退職されることとなりました。既に診療は8月21日で終えております。

このため、8月24日から当分の間、常勤医3人（森利光院長、大島昌輝医師、大島幸恵医師）と出張医とで診療にあたることとなりますので、お知らせいたします。

また、9月の常勤医の外来診療の曜日や、瀬棚・大成両診療所を含めた診療体制が変更となっておりますので、別途配付しております「9月外来診療担当医表」を確認の上、ご来院ください。

町民のみなさまには御理解賜りますようお願いいたします。

令和2年8月27日

せたな町長	高橋 貞光
せたな町立国保病院	院長 森 利光
	医長 大島 昌輝
	医長 大島 幸恵
	病院スタッフ一同

せたな町立国保病院（9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 火	2 水	3 木	4 金	(土・日)
午前	予約外		大島 幸恵	大島 幸恵	大島 昌輝	橋爪 (出張医)	6日 日曜当番医
	予約			棒田 (出張医)	森	森	
午後	予約外		森	棒田 (出張医)	大島 幸恵	橋爪 (出張医)	10:00～12:00 13:00～15:00
	予約						
夜間診療			大島 昌輝		森		

		7 月	8 火	9 水	10 木	11 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)	13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)	道南ロイヤル病院 ☎84-5011
	予約						
夜間診療			大島 幸恵		森		

		14 月	15 火	16 水	17 木	18 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	池田 (出張医)	20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	池田 (出張医)	10:00～12:00 13:00～15:00
	予約		森				
夜間診療			大島 昌輝		森		

		21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	(土・日)
午前	予約外	(敬老の日)	(秋分の日)	大島 幸恵	大島 昌輝	古山 (出張医)	27日 日曜当番医
	予約			小林 (出張医)	森	森	
午後	予約外	(敬老の日)	(秋分の日)	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						
夜間診療					森		

		28 月	29 火	30 水			
午前	予約外	大島 昌輝	井内 (出張医)	大島 幸恵	【お知らせ】		
	予約	森	大島 幸恵(予約外)	棒田 (出張医)			
午後	予約外	大島 昌輝	井内 (出張医)	棒田 (出張医)	先月までの常勤医の診療体制とは変更となった曜日がありますので、ご確認ください		
	予約		森				
夜間診療			大島 幸恵				

◆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

3日(木) | 10日(木) | 17日(木) | 24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

16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、10月23日(金) 瀬棚診療所2階

婦人科（八雲総合病院：白銀医師） 受付 午後1時30分～午後3時30分

1日(火) | 15日(火) | 29日(火)

※ 婦人科診療の場所は、町立国保病院内の「婦人科診察室」です

※ 現在、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。

別途、連絡員配付の「発熱外来」についてをご覧ください。

※ 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時までにお願いします。

※ 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

せたな町立国保病院大成診療所 9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

今月の金曜日の大島Drの診療は午前9時～正午です。

今月は毎週金曜日の午後は休診となります。

- 発熱やのどの痛みなど呼吸器症状のある方は、必ず事前に電話連絡の上、受診して下さい。
- 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 火	2 水	3 木	4 金	(土・日)
午前		小六	小六	小六	大島(昌) 9:00~12:00	休 診
午後		小六	小六	小六	休診	
時間外		小六	小六			

	7 月	8 火	9 水	10 木	11 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	休診	
時間外	小六	小六	小六			

	14 月	15 火	16 水	17 木	18 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	休診	
時間外	小六	小六	小六			

	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	(土・日)
午前			小六	小六	大島(昌) 9:00~12:00	休 診
午後	敬老の日	秋分の日	小六	小六	休診	
時間外			小六			

	28 月	29 火	30 水			
午前	小六	小六	小六			
午後	小六	小六	小六			
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。

●木曜日の17時以降、金曜日の正午以降、土・日曜日、祝祭日の救急搬送は原則、せたな町立国保病院への搬送となります。

9 Sep

大成区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
		1 友引 婦人科診療 せたな町立国保病院	2 先負	3 仏滅 ヒブ・小児肺炎球菌 予防接種 受付14:00~14:15 大成診療所	4 大安 一般診療 せたな町立国保病院	5 赤口 大成保育園運動会 9:30~10:45 大成保育園グラウンド
6 先勝 【日曜当番医】 10:00~15:00 せたな町立国保病院	7 友引 子育て相談日 9:30~12:00 大成保育園	8 先負 にこにこルーム(子育て支援) 9:30~11:00 大成保育園	9 仏滅	10 大安 一般診療 せたな町立国保病院	11 赤口 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	12 先勝
13 友引 【日曜当番医】 10:00~15:00 道南ロイヤル病院	14 先負 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13:00~ 大成町民センター	15 仏滅 婦人科診療 せたな町立国保病院	16 大安	17 友引	18 先負 一般診療 せたな町立国保病院	19 仏滅
20 大安 【日曜当番医】 10:00~15:00 せたな町立国保病院	21 赤口 【町内急患当番医】 せたな町立国保病院 ※急患のみ随時対応	22 先勝 【町内急患当番医】 せたな町立国保病院 ※急患のみ随時対応	23 友引	24 先負 皮膚科巡回診療 受付13:00~ 大成町民センター	25 仏滅 一般診療 せたな町立国保病院	26 大安 総合健診 受付6:00~10:30 大成町民センター
27 赤口 【日曜当番医】 10:00~15:00 今金町国保病院 総合健診 受付6:00~10:30 大成町民センター	28 先勝 子育て相談日 9:30~12:00 大成保育園 一般診療 せたな町立国保病院	29 友引 にこにこルーム(子育て支援) 9:30~11:00 大成保育園 婦人科診療 せたな町立国保病院	30 先負 二種混合予防接種 受付15:45~16:00 大成診療所			



大成子育て支援センターだより

令和2年8月27日発行 大成子育て支援センター

大成の短い夏があつという間に終わろうとしています。秋の訪れを感じますね。
子育て支援センターでは、「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活動しています。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♪



9月・10月の予定



『にこにこルーム』 9時30分～11時

9月・・・8日(火)、29日(火)

10月・・・6日(火)、27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ご相談下さい。

★まずはお電話でご相談下さい。

- ・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をご遠慮下さい。



「特定健診・各種がん検診

せたな健こつポイント

のご案内」



●とき・ところ

令和2年 9月26日(土) 大成町民センター
9月27日(日)

●受付時間 午前6:00～10:30 (当日は時間を分けて受付します)

●種類・対象・料金 ※年齢については、検診当日の年齢とします。

	せたな町国民健康保険 加入者 40歳以上	社会保険加入者 40歳以上	後期高齢者	生活保護受給者
特定健診 (身体測定・血液検査・ 尿検査・心電図検査・ 眼底検査・医師診察)	500円	お問合せ下さい	無料	無料
肝炎ウイルス検査 (血液検査)	200円	500円	×対象外	無料
胃がん検診 (バリウム検査)	500円			
血中ピロリ菌検査 (血液検査)	1,000円 (過去に健診・病院でピロリ菌検査を受けたことのない方対象)			
肺がん検診 (レントゲン検査)	300円 (ワプシヨンの喀痰細胞診は別料金です。社保1,000円・社保以外300円)			
大腸がん検診 (便潜血検査)	200円			
前立腺がん検診 (血液検査)	2,100円			
エキコックス症検診 (血液検査)	無料(5年に1回)			
健康づくり健診 (身体測定・血圧測定・ 血液検査・尿検査)	対象：年度内18歳～39歳の健診を受ける機会のない方 一律 500円			
肺ヘリカルCT検診 ☆26日のみ	6,000円 (裏面参照)	肺ヘリカルCT検診・内臓脂肪CT検査両方を受けると、 <u>1,050円割引</u> になります。		
内臓脂肪CT検査 ☆26日のみ	3,150円 (裏面参照)			

※今年度の健診は、今回の日程のみとなります。
肝炎ウイルス検査は、過去に町の健診で受けたことのない方が対象となりますので、ご注意ください。

【風しん抗体検査等クーポン券対象者の方へお知らせです】

今回の健診時に風しん抗体検査等クーポン対象者の方は抗体検査を無料で受けることができます。抗体検査単独も可能です。

抗体検査の際には必ず【クーポン券】をご持参下さい。

有効期限がR2年3月31日のクーポン券はR2年度も期限を延長してご利用いただけます。

◎大成区健康づくり推進員◎

担当地区	氏名	担当地区	氏名
上浦	伊藤 久子	東部	成田 貴子
	久貴谷 美子		畑野 京子
都	川端 光子	花歌	吉田 裕喜子
	伊吹 あやの	宮野	中島 榮子
	平澤 摩貴子		四宮 克子
本陣	松谷 克美	長磯	佐藤 路子
	南谷 尚子		加茂 秀子
西部	長門 美智子		金子 理々子

【新型コロナウイルス感染予防についてご協力のお願い】

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、受診人数を1時間につき20名までとさせていただきます。ご了承ください。

※当日、自覚症状（発熱がある、咳・痰、のどの痛み、息苦しさ等の呼吸器症状、体のだるさ、関節痛、嗅覚や味覚の低下等）がある方は原則、受診できませんので、ご了承ください。

※原則、マスクの着用をお願いいたします。また、会場へ来られた際には手洗いや会場設置の消毒液での手指消毒にご協力願います。

●お申込み・お問い合わせ

9月16日(水)までに保健師または健康づくり推進員へお申込みください。

(受付時間希望のある方はお早めにお申し込み下さい)

大成総合支所

保健師 TEL: 4-5511

令和2年8月27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。

○ 産 婦 人 科 ○

1. 月 日 令和2年9月14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

※産婦人科の巡回診療は、医師の都合により9月で終了となります

○ 皮 膚 科 ○

1. 月 日 令和2年9月24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

★★★ **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、

婦人科：9月11日（金）、皮膚科：9月23日（水）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 ～

成人用肺炎球菌ワクチン予防接種

について

接種助成対象者を拡大しています！

【対象者】

65歳以上の方で、初めて接種する方

※昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生まれの方は、

65歳のお誕生日前でも接種できます。

※60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓若しくは呼吸器機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方も対象です。

【接種料金】 **3,000 円** (接種費用 6,000 円の 2 分の 1 を助成)

【接種病院】 ○せたな町立国保病院 ○瀬棚診療所
○大成診療所 ○道南ロイヤル病院

【申込先】 予約が必要です。事前にお申込みください。

保健福祉課保健推進係 ☎0137-84-5984 (健康センター内)

瀬棚総合支所保健推進係 ☎0137-87-3311

大成総合支所保健推進係 ☎01398-4-5511

令和2年8月27日

せたな町農業センターからのお知らせ

「親子等でジャガイモ掘り体験」をしてみませんか！

町の農業センターでは、ブロッコリーやジャガイモをはじめ、様々な作物の試験栽培を行っています。ジャガイモについては、お馴染みの「だんしゃく」と比較するために、「男爵・メークイン・トヨシロ・ノーザンルビー・十勝こがね・インカルーシユ」の品種を栽培しています。

試験栽培の調査を終えた後、収穫作業を行いますので、これに参加をしてくれる親子等を、下記のとおり募集いたします。

記

1. 日 時 9月19日(土) 午前10時30分(雨天順延予定)
2. 場 所 せたな町農業センター(北檜山区二俣55番地1)
3. 募集枠 親(祖父母可)と小学生以下の10組(先着順)
4. 持参品 長靴・軍手等の手袋・虫よけスプレー等
5. 特典 ジャガイモ10kg持ち帰り
6. 申込み先 せたな町農業センター
電話：0137-85-1276
7. 申込期限 9月8日(火)



～じゃがいもの品種紹介～



・男爵

特徴：見た目がゴツゴツしている。

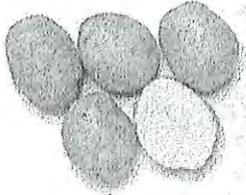
煮崩れしやすいので、コロッケやポテトサラダにオススメ！



・メークイン

特徴：俵型で細長い。

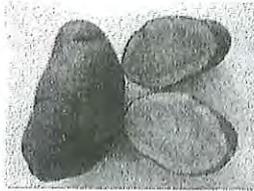
煮崩れしにくいので、カレーや肉じゃがにオススメ！



・トヨシロ

特徴：豊かに獲れて色が白いことから「豊白」。

ポテトチップスにオススメ！



・ノーザンルビー

特徴：皮も中身もきれいなピンク色。

ピンク色のポテトチップスや、薄ピンク色のポタージュはどうでしょうか。

ノーザンレッドを品種改良してできたのがノーザンルビー。



・十勝こがね

特徴：中が淡黄色でコロコロと丸い形。

揚げても、ゆでても OK！



・インカルージュ（北海98号）

特徴：「インカのみざめ」が赤くなった。

フライドポテトやポテトチップス、煮物にオススメ！



消防だより

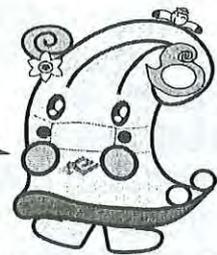


第21号：令和2年8月27日（木）発行
せたな消防署 Tel.0137-84-5709 大成支署 Tel.01398-4-5401

9月9日は『救急の日』

「救急の日」は、9（きゅう）と9（きゅう）の語呂合わせから、救急医療・業務に対する国民の正しい理解を深めることを目的として定められ、毎年9月9日を含む1週間を「救急医療週間」として実施されています。

大切な人を救うために



応急手当を覚えましょう

突如あなたの目の前で大切な人が倒れたり、怪我をしてしまった場合、救急車が到着する前の手当を応急手当と言います。応急手当には①心肺蘇生法②AEDでの電気ショック③異物での窒息をきたした際の異物除去④出血に対する止血などがあり倒れてしまった人の救命、悪化防止、苦痛の軽減など期待され大切な処置となります。過去に応急手当講習を受講していた小学生の男の子が、突然倒れた父親に応急手当をし一命をとりとめた事例もあり、とても有効な処置です。

せたな消防署では応急手当の講習会を実施しております。友人、家族、1名からの参加でも構いませんので受講を希望される方は上記連絡先までご連絡下さい。

秋の全国交通安全運動の実施

ハイビーム 三まめに活用 事故防止

北海道警察では、9月21日から9月30日までの10日間で秋の全国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。

秋になってくると、日の沈む時間がどんどん早くなり、視認性が悪くなって歩行者の見落としによる交通事故が発生しやすくなります。

ドライバーの皆さんは、早めのライト点灯や対向車がいなければハイビームの使用をお願いします。

また、運転する前に、同乗者全員がシートベルトやチャイルドシートを正しく着用しているか、確認しましょう。

歩行者の皆さんは、「ドライバーから見えてないかも」と思って無理な道路の横断などをせず、安全な行動をお取りください。



定灯籠



大成駐在所
4-5454
宮野駐在所
4-5121

防犯協会総会への参加、久遠みなと祭り花火大会の警備

【防犯協会総会への参加】

7月31日に北檜山区ふるさとプラザ内で行われた防犯協会総会に出席しました。

出席された皆様の意見を、パトロール活動などの各種警察活動の参考にしたいと考えています。

【久遠みなと祭り花火大会の警備】

8月15日に久遠みなと祭り花火大会が行われ、警戒活動を実施しました。

久遠みなと祭りについては、新型コロナウイルス感染症対策のため、花火大会だけの実施となりましたが、迫力ある花火が次々と上がって夜空を彩り、町内の皆さんも元気づけられたと感じました。



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

(7月15日から)

- 8月15日現在まで
人身事故 0 件
物損事故 2 件
- 令和2年中の累計
人身事故 0 件
物損事故 4 件



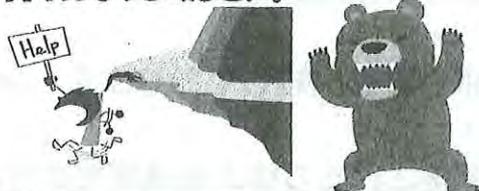
山での遭難・クマ注意

昨年度中の全国における山岳遭難者2937人の内、360人が山菜採り、キノコ採りが目的でした。

一人でキノコ採りのために入山する際は、夢中になりすぎないように注意し、帰り道を見失わないように気をつけましょう。

また、秋になるとクマは冬眠前の栄養蓄積のために食料を探しており、山で遭遇する可能性が高くなります。

入山する際は必ずクマ避けの鈴をお持ちになってください。



サケの密漁防止！

もうすぐサケ釣りのシーズンになります。

地元の皆様は当然ご存じと思いますが、北海道のほとんどの川で許可なしでサケ・マス釣りをした場合、密漁となり、犯罪になります。

川でサケ釣りをしている者を見つけたら通報をお願いします。



図書館だより

9月



発行：大成図書館

お盆が過ぎ暑さも少し和らいできました。図書館前の花壇に秋の花、コスモスがたくさん咲いています。地域の方から、苗を頂き植えてみました。図書館では季節の花を飾ったり、季節にあった本の展示などしています。是非図書館へ来てください。

今年度初！くつろぎ図書館



コロナウイルス感染拡大防止の為、ずっと開催できなかった「くつろぎ図書館」ですが、8月7日に開催できました。台風接近の悪天候でしたが、サークルの方たちが来てくれました。「ふれんど」のパンは新作が、たくさんありましたよ！



お知らせ

9月

「くつろぎ図書館」

9月4日(金)10:00～開催予定

パンの販売 11:30～

コロナウイルス感染症の状況により変更となる場合があります。

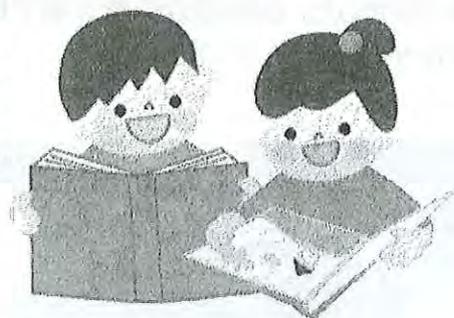
何卒ご理解の程よろしくおねがいたします。



個人の作品やサークルの作品を
図書館で展示しています。展示
申込書は図書館にあります。
他の施設での展示もできます。
展示作品お待ちしております。



図書館からのおすすめ本



よこいしょういちさん

ぶん・え かめやま えいこ



私は、本には不思議な力があると思っています。横井庄一さんの著書を読むことで、一度もお会いしたことの無い横井さんから、直接お話を聴きしているような感覚を覚えました。現在では、戦争を体験した人から直接お話を聴くことは難しくなりましたが、生々しい戦争体験談は、本としてたくさん残されています。私たちはそこから、戦争のありのままの姿を知り、今は亡き戦争体験者の思いを受け取ることができます。戦争について知れば知るほど、その恐ろしさは増していくばかり、毎日家族と一緒に食事すること、布団の中で眠ること、学校に行くこと、仕事に行くこと、こんなあたりまえのことが、平和だからこそできる有難いことだときづかされます。「全国の図書館に『よこいしょういちさん』をおいてもらう」という横井庄一夫人、美保子さんとの約束を果たすため奮闘中
(著者・かめやま えいこ)

1ページ目の質問に「えー」と子どもたちは、言いました。大人の方にも読んで欲しい本です。

今月のおすすすめ本

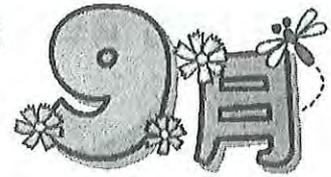
発行：大成図書館

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：9月7日(月)14日(月)23日(水)28日(月)



一般書



赤い砂を蹴る

著・石原 燃

第163回芥川賞候補作。幼くして命を落とした弟。心ない世間の声に抗いそれでも母は、自由に生きた。ブラジルの大地に舞い上がる赤い砂に、母と娘のたくましい邂逅を描く



サキの忘れ物

著・津村 記久子

ある日、千春はアルバイト先の喫茶店で客が忘れていった一冊の本を手にする。人生は、ほんとうにちいさなことで動きだす。僥倖のような、まなざしあたたかな短篇集



どうぞ愛をお叫びください

武田 綾乃

受け師の道 百折不撓の棋士・木村一基 樋口 薫

いちねんかん

畠中 恵

お父さんはユーチューバー 浜口 倫太郎

オフマイク

今野 敏

そこにいない男たち

井上 荒野



児童書



ヒゲタさん

著・山西 ゲンイチ

チカちゃんは、つけひげをつけるとヒゲタさんと一緒にひげの国へ・・・話ができるネコ、ヒゲタさんと女の子の、ちょっぴり奇妙でゆかいなお話。



ドン・ウツサ ダイエットだいさくせん

著・キューライス

好評シリーズ第2弾登場！ブクブクおなかのおやぶんが、イケてるウサギめざして、もえあがる！たっぷり笑えて、でもなんだかキュンとする一冊です。



よこいしょういちさん

かめやま えいこ

あめかつぱ

むらかみ さおり

おばけえん

最上 一平

はかせのふしぎなプール

中村 至男

サーカスが燃えた

佐々木 譲

ちいさなちいさな うみのおさんぽ さかい さちえ

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。



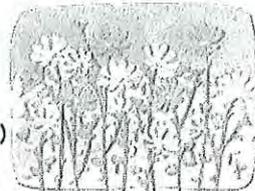
せたな町情報センター

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: 9月7日(月) 14日(月) 23日(水) 28日(月)



首里の馬
著・高山 羽根子

第163回芥川賞受賞作 いつか
全世界の真実と接続するように
世界が変貌し続ける今、静かな
祈りが胸にせまる



徳川家康
著・田代 脩

家康は、若き日から苦難の連続
やがて、天下がめぐってくる
江戸幕府を開いた將軍
マンガで読む人間の生きざま



一 般 書



児 童 書



スキマワラシ	恩田 陸	妖怪たちと秘密基地	富安 陽子
一人称単数	村上 春樹	ようかいむらのどつきりハロウィン	たかい よしかず
陽眠る	上田 秀人	ねぐせのしくみ	ヨシタケ シンスケ

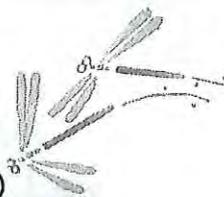
生涯学習センター図書室

瀬棚区本町651

Tel: (0137) 87 - 3901

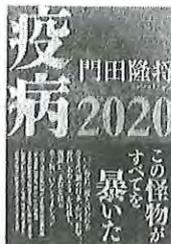
開館時間: 10:00~17:00

休館日: 9月7日(月) 14日(月) 23日(水) 28日(月)



疫 病2020
著・門田 隆将

100年に一度と言われるウイル
ス禍の日本、中国、世界。再び
「あのとき」を体験し、検証し
本質を抉る



すごいぞ！進化 はじめて学ぶ生命の旅
著・アンナ・クレイボーン

進化のすべてを学べる入門書
の決定版。地球上のいきものは
いまま進化をつづけている！進化
の謎と驚く秘密がまつてる



一 般 書



児 童 書



法人奪還	伊藤 祐靖	思い、思われ、ふり、ふられ	咲坂 伊緒
あめつちのうた	朝倉 広景	大嫌いな君に、サヨナラ	いかだ かつら
テロリストの家	中山 七里	クジラのおなかからプラスチック	保坂 直紀

カード預かります

は詐欺!



暗証番号を
教えなさい!

キャッシュカードを
渡さなさい!

電話で警察官などを装い
「あなたの銀行口座が悪用されて
います」などと言って不安にさせ、

「預金を守るために口座を凍結
する」や、「被害の有無を調べる」
などを口実に暗証番号を聞き出し、

後で銀行協会の職員などに
なりすましてキャッシュカードや
通帳を受け取りに来る手口。

警察官や銀行協会職員が、電話でカードの暗証番号を尋ねたり、
カードの回収や交換のために訪問することはありません!

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

- せたな町消費生活相談窓口 (総務課地域生活係)
☎ 0137-84-5111 (内線 1217/1218)
- 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

カード保護のため 封印します

はウン!



印鑑を取りに行かせその間にカードをすり替えよう



封印するために印鑑をお願いします

信じない! キャッシュカードを 触らせない!

手口を知って撃退を!

電話で警察官などを装って「あなたのカードが不正に利用されている」などと嘘を言い、その後、**自宅を訪問。**

キャッシュカードと暗証番号を書いたメモを用意させ「証拠品なので、厳重に保管して」などと言い、持参した封筒に入れて**封をし、**



「封印するために**印鑑が必要**」などと言って、相手に印鑑を取りに行かせ、そのスキに、ポイントカードなど**偽のカードを入れた別の封筒とすり替えて**本物のカードを盗みます。



相手が戻ると、何食わぬ顔で偽のカードが入った封筒に目の前で印を押して返します。
※その封筒には「自分のカードが入っている」と思い込ませて、犯行に気付くのを遅らせる手口です。



警察官や金融機関の職員が、キャッシュカードの保護や保管を依頼しに行くことはありません!

公開医療講座『かわら版』 VOL. 4



感染対策委員会より



外来受診時の注意事項について

発熱、咳、鼻水、のどの痛み等…**感染症の症状により**受診をご希望される方は、以下の対応にご協力をお願い致します。

- ① 事前に電話でご連絡下さい
※症状の確認や受診方法の説明をさせていただきます
- ② マスクを正しく着用して下さい
※顎にかけたり鼻を出す使用はご遠慮下さい
- ③ 院内へ移動する場合は、職員の指示に従って下さい
- ④ お車での待機をお願いする場合があります
※診察室の使用状況により調整させていただきます



その他ご不明な点は、病院までお問合せ下さい。

スタッフ紹介



リハビリテーション科

言語聴覚士 **成田 真梨**

この度、リハビリ情報を担当させていただきました。言語聴覚士という馴染みの少ない職業ですが、【聞く・話す・食べる・読む・書く・飲み込み】等の、幅広いリハビリを行っています。他職種とも連携し、地域住民に期待に応えられるリハビリテーションの提供をしています。お気軽にご相談下さい！！言語聴覚士の仕事をはじめて12年目に入り、せたな町という大自然の中で、のびのびと楽しく3人の子育てを頑張っています！！

食べるための筋肉トレーニングしていますか？

食事をする際に、特に重要な役割を果たしているのが舌です。そして、舌の役割は食事以外にも会話、味覚、触覚、圧覚、温度、唾液の分泌、全身状態を知るのにも深く関わってきます。

今回は舌運動の機能を高めるためのトレーニングの方法について紹介します！

半年前と比べて、かたいものが食べにくくなった	2
お茶や汁物でむせることがありますか？	2
義歯を使用していますか？	2
口の渇きが気になりますか？	1
半年前と比べて、外出の頻度は少なくなりましたか？	1
さきいか・たくあんくらいの固さの食べ物が噛めますか？	1
1日2回以上は歯を磨く	1
1年に1回以上は歯科医院を受診している	1

オーラルフレイルとは？口に関する”ささいな衰え”を放置または適切な処置がなされない事により、口の機能低下、食べる機能障害、さらには心身の機能低下までつながります。※4点以上で危険性が高い！！

健口体操は裏面を♪



こんな症状ありませんか？



左:はい、右:いいえ

【専門外来のご案内】

<皮膚科>

北海道大学病院 皮膚科准教授で日本皮膚科学会認定専門医の西江 渉医師による皮膚科外来診療を行っております。

☆診療日:第1、第3土曜日

午前8時30～11時30分

<糖尿病・内分泌内科>

日本糖尿病学会及び日本甲状腺学会専門医の桑原 一宏医師による皮膚専門外来を行っております。

☆診療日:第2、第4土曜日

午前8時30～11時30分

*どちらも事前予約制ではありません。

*送迎が必要な方は3日前までにお電話下さい。

今月のひとさら～イカを食べて元気に～

今月の担当:管理栄養士 上田 麻耶

イカに含まれる「タウリン」は肝機能を高め、生活習慣病予防の効果を発揮します。肝臓の中性脂肪を排出する働きも！良質なたんぱく質も多く、優秀な食材です。

【イカとどうもろこしのバター炊き込み御飯】

☆材料(2人分)

- ・米 1合
- ・イカ 1パック
- ・どうもろこし 30g
- ・バター 10g

☆作り方

- ①イカは内臓と軟骨を外す。皮を付けたまま、胴は1cm、足は1本ずつ3cm程度の長さで切り分ける。
- ②炊飯器に米と目盛までの水を入れ、イカ、どうもろこし、塩を入れて炊く。





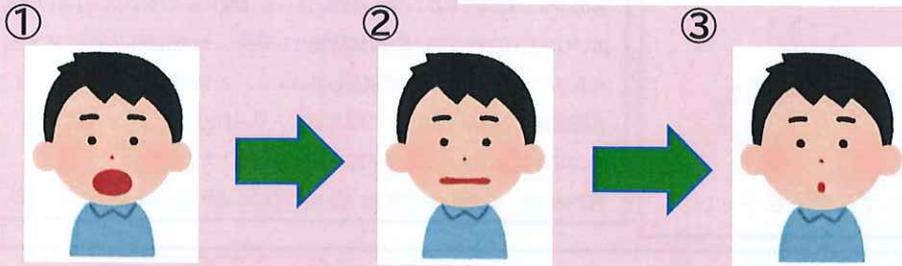
～” ささいな衰え” 見逃さず！ すぐできる健口体操！～

☆ワンポイントアドバイス☆

歯磨きをするとき、鏡で自分の舌を確認してみてください。舌には舌苔という汚れが付くことがあります。なので、舌ブラシなどで清掃することも重要となります。汚れは誤嚥性肺炎の原因ともなりますので、トレーニングと一緒にぜひ口腔ケアを行うようにしましょう！

顎と唇のトレーニング

いつやるの？①ご飯前 ②テレビ視聴時 ③入浴時 毎日コツコツと！



①大きく開けて「あ～」

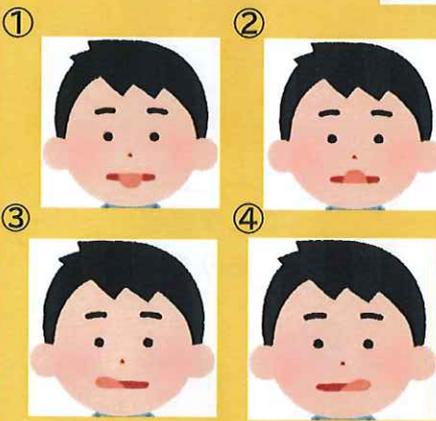
②いっぱい引いて「い～」

③口をすぼめて「う～」

※約10回繰り返します！

舌のトレーニング

大きく動かしましょう！



①舌を下にグイッと

②舌を真上にグイッと

③舌を右にグイッと

④舌を左にグイッと

※約10回繰り返します！

発声練習

口腔・舌機能向上！

①できるだけしっかり早く、
【パ・タ・カ】を発音しましょう！！



パ

タ

カ

喉の筋力アップエクササイズ

喉仏に力を入れます



①おでこを手のひらで
上向きに押す

②おへそをみるように
下を向く



①親指を顎に当てて
上向きに押す

②おへそをみるように
下を向く

～当院リハビリスタッフ19名で支えます！～

訪問

・対象地域は、せたな町・今金全域。ご自宅に訪問し、身体機能、日常生活動作の改善をお手伝いします。

通所

・立ち座りで膝が痛い、選択物干しで肩が上がらない、運動不足で...そんな方もお待ちしております。

外来リハビリ

・個別リハを行い筋力・体力向上、痛みとの緩和を行います。日常生活動作や仕事で行う動作も支援しています。

☆お気軽にご相談下さい！！お待ちしております！☆



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。



↓ホームページもご利用ください

イムス 道南

検索