

瀬棚診療所（1月） 診療担当医

※都合により変更となる場合があります。予めご了承ください。

◆受付時間 午前8時30分～午前11時、午後1時～午後4時

		1 月	2 火	3 水	4 木	5 金
午前		休日当番医 今金国保病院 ☎82-0221	休日当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	休日当番医 今金国保病院 ☎82-0221	【1日～3日の診療時間】 午前10時～正午	
午後						
	7 日	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金
午前	日曜当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	(成人の日)		高宮	大島幸恵	
午後				大島幸恵		
	14 日	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金
午前	日曜当番医 道南ロイヤル病院 ☎84-5011	大島幸恵	新型コロナ ワクチン接種	佐藤	大島幸恵	
午後					大島幸恵	
	21 日	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金
午前	日曜当番医 せたな国保病院 ☎84-5321	大島幸恵		高宮	大島幸恵	
午後					大島幸恵	
	28 日	29 月	30 火	31 水	【日曜当番医の診療時間】 午前10時～午後3時	
午前	日曜当番医 今金国保病院 ☎82-0221	大島幸恵		佐藤		
午後					大島幸恵	

【担当医師紹介】

大島 幸恵（おおしま ゆきえ）医師 せたな町立国保病院内科医長（瀬棚診療所長）
高宮 陽介（たかみや ようすけ）医師 せたな町立国保病院内科医長
佐藤 南斗（さとう なんと）医師 せたな町立国保病院内科医長

【患者バス】 毎週月曜日・金曜日

■瀬棚診療所発 9：40（国保病院行き） ■国保病院発 12：30（瀬棚診療所行き）

【皮膚科巡回診療】 予約制（八雲総合病院）※前日15時までに健康センターへご連絡ください
11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】（八雲総合病院）【予約制】※19日15時までに健康センターへご連絡ください
23日（火）健康センター 受付 13：00～（☎84-5984 保健推進係）

【眼科診療】 予約制（吉田眼科病院）

今月の診療はありません ※ 次回は、2月16日（金） 瀬棚診療所2階

【婦人科診療】 予約制（八雲総合病院：白銀医師） 受付時間 午後2時～午後3時30分

16日（火） 診察時間 午後2時～

※ 婦人科診療は、国保病院1階の「婦人科診察室」で行っています

【森医師の診察日】 予約制（整形外科）（診察場所は国保病院になります）

15日（月）、16日（火）、29日（月）、30日（火）の午前・午後

※ 発熱や咳など、かぜ症状のある患者様は、国保病院の「発熱外来」を受診していただきます。
受付時間は、平日の午後2時から3時までとなっております。

ご来院前に必ず電話でご相談ください。 ☎（0137）84-5321 国保病院

瀬棚診療所 ☎（0137）87-2470

せたな町立国保病院(1月) 一般外来担当医

※都合により変更となる場合があります。予めご了承ください。

外来受付時間 ■午前8時30分～午前11時 ■午後1時～午後3時30分

夜間診療受付時間 ■毎週木曜日 ■午後4時30分～午後6時30分

			1月	2火	3水	4木	5金
午前	予約外		休日当番医 今金国保病院 10:00～12:00	休日当番医 せたな国保病院 10:00～12:00	休日当番医 今金国保病院 10:00～12:00		
	予約						
午後	予約外						
	予約						
夜間診療			☎82-0221	☎84-5321	☎82-0221		
		7日	8月	9火	10水	11木	12金
午前	予約外	日曜当番医 せたな国保病院 10:00～12:00	(成人の日)	大島 昌輝	大島 幸恵	佐藤	佐藤
	予約			大島 幸恵	竹之内 (出張医)	大島 昌輝	大島 昌輝
午後	予約外	10:00～12:00 13:00～15:00		佐藤	竹之内 (出張医)	大島 幸恵	大島 幸恵
	予約					高宮	大島 幸恵
夜間診療		☎84-5321				大島 昌輝	
		14日	15月	16火	17水	18木	19金
午前	予約外	日曜当番医 道南ロイヤル病院 10:00～12:00	高宮	井内 (出張医)	大島 幸恵	佐藤	古山 (出張医)
	予約		森	森	小林 (出張医)	大島 昌輝	大島 昌輝
午後	予約外	10:00～12:00 13:00～15:00	大島 昌輝	井内 (出張医)	小林 (出張医)	大島 幸恵	古山 (出張医)
	予約		森	森	高宮	高宮	
夜間診療		☎84-5011					
		21日	22月	23火	24水	25木	26金
午前	予約外	日曜当番医 せたな国保病院 10:00～12:00	高宮	井内 (出張医)	大島 幸恵	佐藤	佐藤
	予約			大島 幸恵	棒田 (出張医)	大島 昌輝	大島 昌輝
午後	予約外	10:00～12:00 13:00～15:00	大島 昌輝	井内 (出張医)	棒田 (出張医)	大島 幸恵	大島 昌輝
	予約			佐藤	高宮	高宮	
夜間診療		☎84-5321				大島 幸恵	
		28日	29月	30火	31水	森医師(整形外科)の診察日が 今月から隔週の月曜・火曜に 変わります	
午前	予約外	日曜当番医 今金国保病院 10:00～12:00	高宮	大島 幸恵	大島 幸恵		
	予約		森	森	小林 (出張医)		
午後	予約外	10:00～12:00 13:00～15:00	大島 昌輝	佐藤	小林 (出張医)		
	予約		森	森			
夜間診療		☎82-0221					

◆ 専門外来

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

11日(木) 25日(木)

神経内科【予約制】 (札幌西円山病院：中山医師)

12日(金)

眼科【予約制】 (吉田眼科病院)

今月の診療はありません ※ 次回は2月16日(金) 瀬棚診療所2階

婦人科【予約制】 (八雲総合病院：白銀医師) 診察時間は午後2時から

16日(火) ※ 受付時間は午後2時から午後3時30分

森医師(整形外科)の診察日【予約制】

15日(月) 16日(火) 29日(月) 30日(火) ※ 今月から隔週の月曜・火曜に変わります

※ 電話による外来予約受付は、平日の午後3時から午後5時までをお願いします。

※ かぜ症状のある患者様の診察は、「発熱外来」で行っています。

受付時間は、平日の午後2時から3時までとなっています。

ご来院前に必ず電話でご相談ください。 ☎(0137)84-5321

※ 新型コロナウイルスやインフルエンザの感染拡大防止のため、時間外や休日等に受診する際は、事前に病院へ電話をしてからご来院されますようお願いいたします。

☎(0137)84-5321

せたな町立国保病院 ☎(0137)84-5321

せたな町立保育所等会計年度任用職員募集公告

令和6年度に保育所等で勤務していただける保育士等を募集します。(地方公務員法に基づく、会計年度任用職員制度による採用となります)

■北檜山区

勤務場所	職種	採用予定人員	業務内容	
認定こども園 きたひやま	保育教諭	若干名	乳幼児教育保育業務	条件により 北檜山学童 保育所との 兼任あり
	保育士	若干名	乳幼児保育業務	
	保育士補助員	若干名	保育教諭の保育補助業務	
子育て支援センター	支援員(保育士等)	1名	育児相談、子育てサークルの育成支援、 保育業務	

■大成区

勤務場所	職種	採用予定人員	業務内容	
大成保育園	保育士	若干名	乳幼児保育業務	条件により大成 学童保育所との 兼任あり
	保育士補助員	若干名	保育士の保育補助業務	

■瀬棚区

勤務場所	職種	採用予定人員	業務内容	
瀬棚保育所	保育士	若干名	乳幼児保育業務	
	保育士補助員	若干名	保育士の保育補助業務	
子育て支援センター	支援員(保育士等)	1名	育児相談、子育てサークルの育成支援、 保育業務	

1. 資格要件

- ・保育教諭は、保育士及び幼稚園教諭の両方の資格を有する者とする。
- ・保育士は保育士資格を有する者とする。
- ・保育士等は、資格(保育士又は幼稚園教諭)及び相当の経験を有する者とする。
- ・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. 任用期間

- ・令和6年4月1日から令和7年3月31日まで

※勤務条件の詳細は裏面をご覧ください

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支所庶務係に提出してください。
① 申込書兼履歴書 1通(用紙は、せたな町役場総務課又は各支所庶務係で交付します。)
② 資格証写し(又は資格取得見込証明) ※保育士補助員は有資格者のみ添付

4. 申込締切日 令和6年1月15日(月)まで

5. 試験の方法及び試験日

- ・個別面接試験又は書類審査等による選考を行います。
- ・試験日は、1月下旬～2月上旬とし応募者に別途通知します。

6. その他、詳しくは、せたな町役場町民児童課(電話0137-84-5113)へお問い合わせください。

令和6年度

せたな町立保育所等会計年度任用職員 勤務条件

給料

職 種	月 額	時 給	備 考
保育教諭及び保育士	189,600 円～	1,164 円～	月給：1日7時間45分 週38時間45分勤務 時給：1日7時間45分未満 週38時間45分未満勤務
保育士補助員	168,800 円～	1,037 円～	
支援員(保育士等)	189,600 円～	1,164 円～	

期末手当 週15時間30分以上の勤務時間が特定されている者に期間率計算により年2回

勤務時間 北檜山区：7時30分～18時30分において、事前に指定する時間。
瀬棚区・大成区：7時30分～18時00分において、事前に指定する時間。
各施設の勤務表による（早出・遅出あり）

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。）

時間外勤務 あり（割増賃金支給）

休日勤務 なし（土曜日勤務あり・振替制度あり）

任用期間 令和6年4月1日～令和7年3月31日

加入保険等 健康保険 （所定労働時間、雇用期間等による）
厚生年金保険 （ // ）
雇用保険 （所定労働時間週20時間以上勤務者）
労災保険 あり

通勤手当 任用条件により支給します。（距離による）

●せたな町ホームページから採用申込書兼履歴書のダウンロードも可能です。



〔 せたな町
ホームページ 〕

問い合わせ

せたな町役場町民児童課 子ども・子育て支援係
電話：0137-84-5113

せたな町職員募集公告【再募集】

令和5年(2023年)12月14日

せたな町長 高橋 貞光

せたな町職員として社会教育主事を下記のとおり募集します。

記

1. 募集人員 正職員 1名
2. 採用予定年月日 令和6年4月1日
3. 採用条件
 - 1) 平成元年4月2日以降に生まれた方
 - 2) 社会教育主事の資格を有する者または
令和6年3月31日までに資格取得見込みの者
 - 3) 普通自動車運転免許を有する方
 - 4) せたな町内に居住可能な方
4. 給与 与 せたな町職員の給与に関する条例の定めによる
5. 提出書類
 - 1) 採用申込書兼履歴書(両面)
 - 2) 資格証の写し
 - 3) 最終学校の卒業証明書及び成績証明書※採用申込書兼履歴書は、町指定の様式を町ホームページからダウンロードもしくは当町総務課からお取り寄せください
6. 応募期限 令和6年1月31日(水)必着
7. 申し込み先 〒049-4592 久遠郡せたな町北檜山区徳島63番地1
せたな町役場総務課総務係 電話 0137-84-5111(内線1213)
8. 選考方法 書類選考、面接試験、小論文
9. 試験日 試験日程等については、別途通知します
10. その他 応募、面接試験等に関する一切の費用は、応募者の負担となります
11. お問い合わせ先 せたな町教育委員会事務局 電話 0137-84-6260

【再募集】

せたな町会計年度任用職員募集公告(教育委員会)

令和5年12月14日

せたな町教育委員会教育長 小板橋 司

令和5年度に教育委員会で勤務していただける会計年度任用職員を募集します。

勤務場所	職種	採用予定人員	業務内容	時給	期末手当	社会保険	雇用保険	任用期間	勤務条件
大成スキー場	普通作業員 (管理人)	1名	施設管理人 (利用受付、 利用者の安全監視、施設 管理、清掃など)	1,069円～	無し	無し	無し	令和5年12月中旬～ 令和6年3月中旬	【1日7時間勤務】 午後1時～午後9時まで ※天候、降雪状況により変更あり ※休憩時間は午後5時から午後6 時まで ※時間外勤務あり(学校授業等) ※通勤手当あり(距離による)

1. 資格要件

- ・心身ともに健康で通勤可能な方
- ・年齢、学歴は問わないものとし、町内外で通勤可能な者とする。

2. 申込書類

- ・採用申込書兼履歴書(両面) 1部(最近6か月以内の写真を添付)
- ・身体障害者手帳及び精神障害者手帳等の交付を受けている方は手帳のコピーを添付

3. 申込資料取り寄せ先及び申込先

- ・せたな町教育委員会事務局又は瀬棚教育事務所、大成教育事務所

4. 申込締切日 令和5年12月22日(金)まで

5. 試験の方法及び試験日

- ・個別面接試験等による選考を行います。
- ・試験日は、応募者に別途通知します。

6. その他、詳しいことは、せたな町教育委員会事務局 (電話 0137-84-6260)へお問い合わせください。

あなたの健康。 家族のしあわせ。



* 令和5年度最後の総合健診です! *

特定健診・各種がん検診のご案内

- と き 令和6年 1月20日(土)・21日(日)
- と ころ せたな町健康センター(せたな町役場隣)
- 受付時間 午前6:00～午前10:30
- 検診種類・対象・料金 ※年齢については、健診当日の年齢とします。

	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	500円	お問い合わせください	無 料	無 料
胃がん検診	500円			
健康づくり健診	[対象] 18歳～39歳(年度内)で健診を受ける機会のない方 500円			
血中ピロリ菌検査	1,000円(過去に健診・病院等でピロリ菌検査を受けたことのない方対象)			
肺がん検診	300円 喀痰細胞診検査は別料金です(社保1,000円・社保以外300円)			
大腸がん検診	200円			
前立腺がん検診	2,310円			
肝炎ウイルス検査	200円	500円	×対象外	無 料
エキノコックス症検診	無 料(5年に1回)			
風しん抗体検査	無 料 ※無料クーポン券対象者のみ			

※肝炎ウイルス検査は過去に町の健診で受けた方は受診することができません。

【肺ヘリカルCT検診及び内臓脂肪CT検査の中止のお知らせ】

健診機関であります北海道対がん協会のCT検診車の故障により、今回の総合健診及び令和6年度以降の町総合健診での肺ヘリカルCT検診及び内臓脂肪CT検査は中止となりますのでご了承ください。

【お申込み・お問い合わせ】

1月10日(水) までに各区保健師へお申込みください。

せたな町健康センター保健師 TEL: 84-5984
瀬棚支所 保健師 TEL: 87-3311

せたな健こつポイント
対象事業です!



函館バス 時刻表

令和6年1月4日改正

●721系統(瀬棚線) 瀬棚・上三本杉 ⇒ 長万部ターミナル

系統番号	大成方面より北松山でのバス接続	上三本杉	瀬棚市街	豊岡	北松山	玉川公園	松山北高校前	トマンケシ	今金役場前	今金	種川小学校前	花石	美利河ダム前	国樺	中ノ沢駅前	長万部駅前	長万部ターミナル	函館方面への国樺でのバス接続	JR長万部駅 列車時刻	
																			札幌行へ接続	函館行へ接続
721		7:05	7:08	7:15	7:18	7:27	7:29	7:36	7:38	7:40	7:48	8:00	8:09	8:25	8:31	8:38	8:43	函館発 8:47 函館駅着 11:36	北斗3号 長万部 9:06 札幌着 11:29	北斗4号 長万部 9:11 函館着 10:38
742		—	—	学生専用	7:35	7:44	7:46	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
721	大成発 7:16 北松山着 7:59	7:46	7:49	7:56	7:59	8:08	8:10	8:17	8:19	8:21	8:29	8:41	8:50	9:06	9:12	9:19	9:24	—	北斗5号(運休あり) 長万部 10:29 札幌着 12:49	北斗6号 長万部 11:06 函館着 12:34
721		9:45	9:48	9:55	9:58	10:07	10:09	10:16	10:18	10:20	10:28	10:40	10:49	11:05	11:11	11:18	11:23	函館発 12:09 函館駅着 14:58	北斗7号 長万部 11:33 札幌着 13:52	北斗8号 長万部 12:05 函館着 13:35
721		11:48	11:51	11:58	12:01	12:10	12:12	12:19	12:21	12:23	12:31	12:43	12:52	13:08	13:14	13:21	13:26	函館発 15:02 函館駅着 17:53	北斗11号 長万部 13:44 札幌着 16:04	北斗12号 長万部 14:37 函館着 16:08
721	大成発 13:47 北松山着 14:30	14:35	14:38	14:45	14:48	14:57	14:59	15:06	15:10	15:18	15:30	15:39	15:55	16:01	16:08	16:13	—	—	北斗15号 長万部 16:28 札幌着 18:47	北斗16号 長万部 17:01 函館着 18:26
721		16:05	16:08	16:15	16:18	16:27	16:29	16:36	16:38	16:40	16:48	17:00	17:09	17:25	17:31	17:38	17:43	—	北斗17号 長万部 18:08 札幌着 20:35	北斗18号 長万部 17:57 函館着 19:24
743		—	—	学生専用	—	—	16:29	16:36	16:38	16:40	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
721		17:31	17:34	17:41	17:44	17:53	17:55	18:02	18:04	18:06	18:14	18:26	18:35	18:51	18:57	19:04	19:09	—	北斗19号 長万部 19:19 札幌着 21:36	北斗20号 長万部 19:15 函館着 20:39
743		—	—	学生専用	—	—	18:35	18:42	18:44	18:46	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

※北斗5号(長万部発10:29)の列車は閑散期曜日運休となります

●721系統(瀬棚線) 長万部ターミナル ⇒ 瀬棚・上三本杉

系統番号	JR長万部駅 列車時刻		函館方面より国樺でのバス接続	長万部ターミナル	長万部駅前	中ノ沢駅前	国樺	美利河ダム前	花石	種川小学校前	今金	今金役場前	トマンケシ	松山北高校前	玉川公園	北松山	豊岡	瀬棚市街	上三本杉	大成方面への北松山でのバス接続
	札幌より接続	函館より接続																		
721				7:00	7:05	7:12	7:18	7:34	7:41	7:53	8:03	8:05	8:07	8:14	8:16	8:25	8:28	8:35	8:38	
743				—	—	—	—	学生専用	—	—	8:03	8:05	8:07	8:14	—	—	—	—	—	—
721	北斗4号 札幌発 6:52 長万部 9:11	北斗3号 函館発 7:37 長万部 9:06		9:26	9:31	9:38	9:44	10:00	10:07	10:19	10:29	10:31	10:33	10:40	10:42	10:51	10:54	11:01	11:04	
721	北斗6号 札幌発 8:43 長万部 11:06	北斗5号(運休あり) 函館発 8:00 長万部 10:29	函館駅発 7:28 函館着 10:17	11:21	11:26	11:33	11:39	11:55	12:02	12:14	12:24	12:26	12:28	12:35	12:37	12:46	12:49	12:56	12:59	北松山発 12:54 大成着 13:37
721	北斗10号 札幌発 10:57 長万部 13:17	北斗9号 函館発 10:45 長万部 12:14	函館駅発 10:15 函館着 13:06	13:22	13:27	13:34	13:40	13:56	14:03	14:15	14:25	14:27	14:29	14:36	14:38	14:47	14:50	14:57	15:00	
721	北斗12号 札幌発 12:09 長万部 14:37	北斗11号 函館発 12:15 長万部 13:44		14:56	15:01	15:08	15:14	15:30	15:37	15:49	15:59	16:01	16:03	16:10	16:12	16:21	16:24	16:31	16:34	北松山発 16:26 大成着 17:09
742				—	—	—	—	—	—	—	学生専用	—	—	16:10	16:12	16:21	—	—	—	
741				—	—	—	—	—	—	—	学生専用	—	—	17:00	17:02	17:11	17:14	17:21	17:24	
721	北斗16号 札幌発 14:38 長万部 17:01	北斗15号 函館発 15:01 長万部 16:28		17:16	17:21	17:28	17:34	17:50	17:57	18:09	18:19	18:21	18:23	18:30	18:32	18:41	18:44	18:51	18:54	土日祝運休 北松山発 18:41 大成着 19:24
721	北斗18号 札幌発 15:34 長万部 17:57	北斗17号 函館発 16:40 長万部 18:08	函館駅発 15:38 函館着 18:27	18:17	18:22	18:29	18:35	18:51	18:58	19:10	19:20	19:22	19:24	19:31	19:33	19:42	19:45	19:52	19:55	

※北斗5号(函館発9:00)の列車は閑散期曜日運休となります

●710系統(快速瀬棚号) 瀬棚～函館

系統番号	上三本杉	瀬棚市街	豊岡	北松山	玉川公園	今金役場前	今金	八雲駅前	八雲病院入口	森川四区	新函館北斗駅	七飯役場通	昭和	新都市病院前	亀田支所前	五稜郭公園入	五稜郭	中央病院前	函館駅前	函館バスセンター
710	6:14	6:17	6:23	6:26	6:34	6:43	6:46	7:51	7:53	8:25	8:57	9:09	9:22	9:23	9:26	9:33	9:34	9:37	9:50	9:59
	函館バスセンター	函館駅前	中央病院前	五稜郭	五稜郭公園入	亀田支所前	新都市病院前	昭和	七飯役場通	新函館北斗駅	森川四区	八雲病院入口	八雲駅前	今金	今金役場前	玉川公園	北松山	豊岡	瀬棚市街	上三本杉
	14:51	15:00	15:12	15:15	15:16	15:25	15:28	15:29	15:42	15:54	16:19	16:55	17:05	18:05	18:08	18:16	18:24	18:27	18:33	18:36

●久遠線 北松山～大成学校前・第二電機

系統番号	北松山での接続	松山北高校前	北松山	柳前	若松	若松十字街	二俣学校前	ボン金ヶ沢	長生園前	雲野	下宮野	花歌	久遠東部	大成学校前	上浦	第二電機	備考
722	—	—	6:24	6:34	6:37	6:38	6:44	6:46	6:56	6:58	6:59	7:01	7:03	7:06	—	—	
722	長万部より12:49着	—	12:54	13:04	13:07	13:08	13:14	13:17	13:27	13:29	13:30	13:32	13:34	13:37	—	—	
723	長万部より16:21着	—	16:26	16:36	16:39	16:40	16:46	16:49	16:59	17:01	17:02	17:04	17:06	17:09	17:11	17:15	日曜・祝日は大成学校前終点
744	長万部より18:41着	18:30	18:41	18:51	18:54	18:55	19:01	19:04	19:14	19:16	19:17	19:19	19:21	19:24	—	—	土日・祭日・学休運休
系統番号	第二電機	上浦	大成学校前	久遠東部	花歌	下宮野	宮野	長生園前	ボン金ヶ沢	二俣学校前	若松十字街	若松	柳前	北松山	松山北高校前	北松山での接続	備考
744	—	—	7:16	7:19	7:21	7:23	7:24	7:26	7:36	7:39	7:45	7:46	7:49	7:59	8:10	長万部行 7:59発	土日・祝日は北松山終点
722	—	—	13:47	13:50	13:52	13:54	13:55	13:57	14:07	14:10	14:16	14:17	14:20	14:30	—	長万部行 14:30発	
723	17:25	17:29	17:31	17:34	17:36	17:38	17:39	17:41	17:51	17:53	17:59	18:00	18:03	18:13	—	—	日曜・祝日は大成学校前始発

函館バス株式会社 北松山出張所

TEL (0137) 84-5434

http://www.hakobus.co.jp/

地域の足として、これからも走り続けます

丹羽スキー場オープンのお知らせ

本年度も下記の期間、丹羽スキー場をオープンする予定ですのでお知らせいたします。

お友達、ご家族等で冬の運動不足、ストレス解消、体力づくりに足を運んでみませんか！

すべりに
きてね



○開場期間

令和**6**年**1**月**10**日(水)から**2**月**29**日(木)まで

○開場時間

◆**1**月**10**日(水)から**1**月**17**日(水)まで 午前**10**時から午後**5**時まで

◆**1**月**18**日(木)から**2**月**29**日(木)まで 平 日:午後**6**時から午後**9**時まで

土日祝:午前**10**時から午後**5**時まで

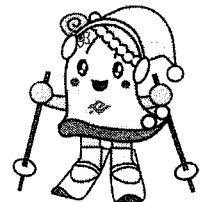
※学校授業・スキー教室で利用する場合は、上記時間帯に関係なく予約にて開場します。ご相談下さい。

※開場日は積雪状況等により変更することがあります。その際は防災無線等でお知らせいたします。



<教育委員会初心者スキー教室について>

・初心者スキー教室 小学1、2年生対象 冬休み中4日間
※後日ご案内しますので、みなさんのご参加お待ちしております。



担当：せたな町教育委員会事務局

社会体育係（中飯・尾野）

電話：84-6260（内線1266）

新春書き初め大会

親子で参加も可!

★日時 令和6年1月14日(日) 9時30分～12時00分

★会場 ふれあいプラザ1階 大ホール

★定員 せたな町民 定員20名

(小学生未満のお子さんは必ず保護者同伴をお願いします)

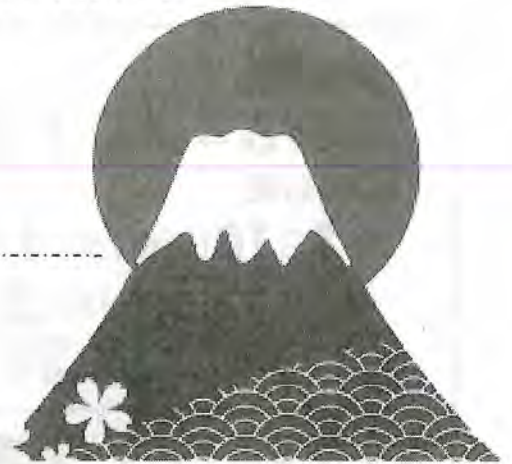
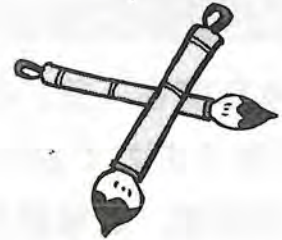
★持ち物 筆・毛せん・ぶんちん・墨入れ・新聞紙など 汚れてもよい服装でご参加ください

※道具を持っていない方でも参加ができます

用紙は主催者で準備します。(日本習字 検定画仙)

★参加費 無料

★講師 せたな町文化協会 佐竹習字教室 佐竹 聡子 先生



席 題

● 「希望の春」

● 「夢と創造」

● 「笑門来福」

● 「ゆめ」

● 「たつ」

● 「新春」

1月16日(火)～1月28日(日)まで
情報センター2階で展示いたします

■申込先: せたな町教育委員会 TEL: (0137) 84-6260 FAX: (0137) 84-6694

せたな町教育委員会事務局 社会教育係

キ リ ト リ

新春書き初め大会参加申込書 1月10日(水) 締切 (定数を満たした場合は、期日前に締切りいたします)

住 所	区		
道具の有無 (○を付けて下さい)	道具あり		道具なし
ふりがな 参加者氏名		年齢・学年	歳 (年生)
保護者氏名 (小学生未満の参加)		電話番号	

主催 せたな町文化協会 協力 せたな町教育委員会

なるほど！わかって安心！

申込不要！
参加無料！

「法務局 相続・遺言 教室」

を開催します♪

相続関係はどうなるんだろう…？
家族に思いを遺すにはどうしたら…？

複雑で難しいと思われがちな
「法定相続人」や「遺言書」など、
相続・遺言の基本的な知識等について、
法務局職員がわかりやすく説明いたします！



遺言書ほかんガルー

日時

令和6年1月20日(土)
午後1時～午後3時

場所

八雲町立図書館
視聴覚ホール

会場案内図



お問い合わせ

函館地方法務局八雲支局 TEL:0137-62-2208

※お問い合わせは、平日の 8:30～17:15となっています。

それって詐欺だよ！

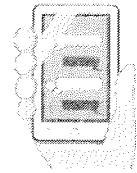
うまい話しには **ウ** **ラ** がある

投資話 には気を付けて

最近、SNSや出会い系サイト、マッチングアプリ等で知り合った者から、嘘の投資話を持ちかけられて、高額なお金を騙し取られる被害が相次いで起きています。

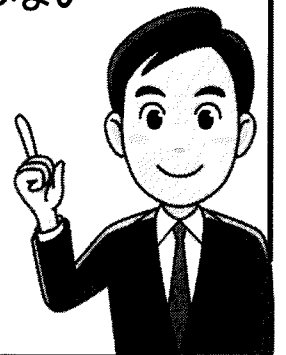
犯人(偽投資家)の騙し文句・手口

- 『必ず儲かる』
- 『投資に詳しい人を紹介する』
- 『将来のために投資しましょう』
- 『投資資金の一部を負担するから』と入金を促す。
- 『FXは儲かる』と勧誘してくる。
- マッチングアプリで出会った相手から投資を勧められる。
- 投資で成功したとSNSでアピールしている。



～「投資詐欺」を見極めるポイント～

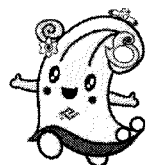
- ① 「絶対儲かる」「元本保証」「高配当」などは信じない
- ② 「損失を補てんする」はあり得ない
- ③ 「FX」「暗号資産」などの勧誘に要注意
- ④ 「いますぐ」「先着〇名」の言葉に流されない
- ⑤ 友人・知人からの紹介は冷静に判断する
- ⑥ 借金を勧めてくる業者は信じない



1度も会ったことない人からの話は安易に信用してはダメ！



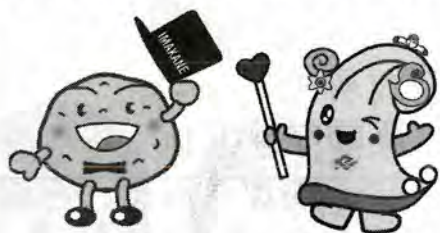
せたな地区防犯協会



年末年始を『安心・安全』に

年末年始は何かと忙しくなり、つい防犯意識が薄れがちになります。思わぬトラブルや犯罪に巻き込まれないよう、地域全体で防犯対策に取り組み「安心安全なまち」を目指しましょう。

年末年始の特別警戒



穏やかな年末年始
を過ごしましょう

空き巣と車上狙いには注意！

旅行や帰省で長期間家を空ける
ときは、玄関や窓の鍵かけを徹
底しましょう。



車から離れる時はわずかな時間
でも施錠し、車内には貴重品を
置いたままにしないよう注意し
ましょう。

二セの電話にはだまされない！

電話でお金の話は全て詐欺です。
怪しい電話がかかってきても慌てず
無視をして警察に相談しましょう。
警察相談専用電話は「#9110」
番です。



特殊詐欺被害防止機能付
の電話機を設置するこ
とが効果的です！

消費者トラブルを 防ぎましょう！

インターネット広告等
を見て、初回お試し料金で
1回だけのつもりで注文
したのに、その後2回目
が送られてきて、高額請
求される被害が多く発生
しています。注文する際
は、契約内容等よく確認
しましょう。

お試しの
つもりが...



子ども達を見守りましょう！



買い物や犬の散歩など日常
生活を送りながら、子ども
達を見守る「ながら見守り
活動」で、子どもを犯罪か
ら守りましょう。

背景にある個々の内面にもっと近づく

医師の
エッセイから

「自閉症の傾向があります」。そのように我が子が診断されたご両親は戸惑ったと言います。「傾向がある」ことを、どう理解したらよいのかということでした。

そのことを相談された別の医師は、「おそらく自閉症であるとは言えないが、けれども全くもってその可能性も否定できるものでもない」と思われたのではないかと答えたと言います。そして、このご両親が「本当に確認したいことは何なのだろうか」と深く考えました。合わせて、これまでの育ちの様子や今の学校の様子を尋ねました。

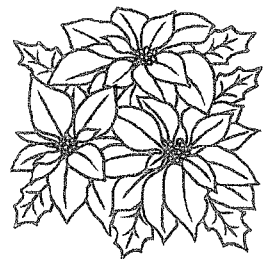
「担任が A ちゃんと言うとちゃんと返事はするが、全員に話をすると、A は『自分には関係ない』って顔をする。朝、友達を遊ぶ約束をしても帰りにその約束を相手が忘れていると、家に帰るなりとても怒る」

その医師は、担任が語りかけるときの A さんのうれしそうな表情、全員を前に話しているとき「自分のことじゃない」と一人遊びにふける A さんの様子を思い浮かべました。そして、友達と遊ぶ約束ができたときのウキウキした表情や、帰り際に「用事ができて遊べなくなった」と言われたとき、怒ったらよいのか泣いたらよいのか、何ともいえない表情を想像しました。

「このような感じなのでしょうかね」と話をしたら、父親は「私は専門医に相談しようと思いましたが、診断名をつけてほしいとは思っていなかったのです」とぼつりと話したと言います。

この医師は、「そうなんだ。この家族は、A さんの育ちを心配してはいても、診断を求めているわけではなかったんだ」と、ご両親の戸惑いが理解できたと言います。

先の A さんの日常生活の様子を話した母親は、「家でも名前を呼んでからだとちゃんと聞くけれど、『ごはんだよ』って言うんだけだとテレビから離れない」と。そのことに対し、「わかるようにちゃんと伝えていないときに、うまくいかないのではないのでしょうか」と母親に仮説を与えると、母親は「テレビに熱中してしまうからなのか」と。「集中力がいいとも言えるけど、バランスがね……。ご両親も大変ですね」と、医師が心底その様子を想像して言葉を出すと母親は、「ええ、ほんとうに」と『少しは、私たちの気持ちがわかりますか』という表情になっていったと言います。



この医師の次の指摘は重要です。

発達障がいの世界でも「パターンを読み取り、タイプ分け」が進んでいること、部分的サインに目が奪われがちです。

その部分的サインで「診断」されることが増加しているのではないのでしょうか。大切なことはその部分的サインの背景にある個々の内面にもっと近づくこと。同時に、その内面は、時に近づきがたい「よくわからない面」もあり、そこに困惑している身近な大人の思いに寄り添うことではないかと思うのです。

考えてみたい2つの効果

ピグマリオン効果 ↔ ゴーレム効果



他の人とのかかわりの中で生活する私たちは、他の人が自分をどうみているのかが心理的作用を引き起こします。次の二つの効果の意味を改めて考えたいものです。

◎ピグマリオン効果

他者から期待されることにより成長が高まるという効果のことです。

ピグマリオン効果 の出やすい期待	<ul style="list-style-type: none">・自主性を持って行動することに肯定的な関心を持つ。・結果をあせらずに答えが出るまで見守る。・答えが出ないことにイラつかず、わかりやすく伝える。・答えが出るようヒントを出す。・要所要所で褒める。
ピグマリオン効果 の出にくい期待	<ul style="list-style-type: none">・相手に細かく指示や要求、命令などの口出しをする。・自分の期待通りの結果にならない場合に、ひどく怒ったり、イラついたりする。・「必ず伸びる」など過度な期待をかけ、褒める。・あなたのためと言いながら、期待をかける側の利益が見え隠れする。

◎ゴーレム効果

他の人に対して悪い印象をもって接することにより、その人が実際に悪い成果の方へ向かうことを言います。ピグマリオン効果とは正反対の意味を持ちます。

(例) 例えば教師が生徒と接する際に、この生徒は成績の良くない生徒だと思いながら、この生徒に対して成績の上がる見込みがないと期待度の低い状態で接すると、その「期待通り」に生徒の成績が下がることがある。

子どもたちは私たち大人の心の奥底まで見通しています。本当に自分のことを思っているのか。それとも自分が他から非難されない行動をとってもらいたいために、自分のことを思っているように見せかけて「褒めて」いるのか。形だけ褒めたとしても本心が見透かされれば「ゴーレム効果」となってしまいます。

■参考：今金高等養護学校公開研修会教育講演（9月22日）

子育ての悩みや心配なことがあれば まずは相談を

お子様のことで心配なことがあれば、担任の先生や各学校・認定こども園・保育所、教育委員会、保健福祉課の保健師、または、きらきらクラブ、今金高等養護学校にお気軽にご相談ください。

◆教育委員会 0137-84-6260

◆保健福祉課 0137-84-5984

◆きらきらクラブ 0137-82-2583

◆今金高等養護学校 0137-82-3121



三本杉岩

12月
瀬棚駐在所
☎ 87-3003

盗難防止のお願い!

10月29日、瀬棚区本町の住宅を対象にボランティアの職員と灯油・タイヤ盗難防止の合同パトロールを実施しました。灯油を使う機会が増え、灯油の窃盗事件の発生が懸念されますので、盗難防止のために、鍵付きの盗難防止キャップ等を活用しましょう。また、タイヤの交換時期になって車庫や物置等で保管していたタイヤが盗まれたと気がつくケースもあるため、今一度、タイヤを鍵のかかる場所で保管しているか・タイヤをチェーン等で連結して保管しているかなどの確認をお願いします。



飲酒運転の厳罰

飲酒運転しなくても罰せられます!

同乗罪

酒類提供罪

車両提供罪



～飲酒運転は悪質な犯罪～

飲酒運転は、悲惨な交通事故を引き起こす悪質・危険な犯罪です。お酒を飲むと少量でも運転に大きな影響を及ぼし、重大事故を起こす可能性が高くなります。二日酔いでの運転も「飲酒運転」です。飲酒した翌日に運転する場合は、身体にアルコールが残っていないか確認しましょう。「飲酒をしない、させない、許さない、そして見逃さない」ことを強く意識し、社会全体で飲酒運転を根絶していきましょう。

詐欺被害に遭わないために

10月12日・10月13日、瀬棚診療所と瀬棚郵便局で特殊詐欺被害防止のための啓発を実施しました。年末年始にはお金を使う場面が多くなるのが予想されますので、被害の機会等に、ご家族と詐欺の手口等について会話をしたり、突然、家族を名乗る者から、不審な電話が掛かってきたときのために、家族だけでわかる「合い言葉」を決めておくなど、心の準備も含めた対策をしておきましょう。





公開医療講座『かわら版』Vol.43



寒〜い 冬に流行する感染症①

インフルエンザ流行中！！



冬に流行することが多い感染症。現在町内で流行中のインフルエンザやノロウイルスなどかかると苦しくつらいため特に気を付けておきたいものです。そこで、インフルエンザとノロウイルスについての情報をまとめました。

インフルエンザの症状

典型的なインフルエンザでは、咳や頭痛、鼻水やのどの痛みなどの上気道症状に加えて38度以上の高熱、倦怠(けんたい)感や関節痛などの全身症状が起こります。このような症状が急に表れるのもインフルエンザの特徴です。最近の研究では、コロナの時にも言われていましたが、軽症例や無症候性感染の人も多くいると言われています。高齢者や乳幼児、妊婦さん、免疫力が低い人はインフルエンザにかかると重症化の恐れがありますので特に注意が必要です。



インフルエンザワクチン

インフルエンザワクチンを接種すると、年齢にもよりますが発症を約50～60%減少させる、重症化を防ぎ成人の入院を約70%減少させる、高齢者の死亡リスクを約80%減少させるといった報告があります。ワクチン接種後、約2週間経つとウイルスと闘う「抗体」ができ、最も効果が高くなるのは、接種後1～2か月後です。本来インフルエンザは、1月2月に流行するのですが、全国的に流行のピークが早まっていますので、受験生や旅行など大切な予定がある方は計画的に予防接種を受けましょう！
当院はインフルエンザワクチンがご予約不要で接種可能です！



インフルエンザワクチンに関するQ&A

Q1.すでにインフルエンザに罹ったけどワクチンは接種したほうが良いのでしょうか？

A.接種したほうが良いです。

その理由は…、インフルエンザワクチンは毎年、その年の流行を予測して4種類のウイルス株を選定し製造されていますが、2、3種類が同時に流行することもあり、違う種類のインフルエンザにかかることがあるためです。

Q2.インフルエンザに罹った後はどのくらいの間隔をあけると良いのでしょうか？

A.インフルエンザは感染後、治療薬を開始すれば1週間以内で症状が改善することがほとんどです。症状が回復してから1～2週間間隔をあければいつでも接種可能です。

ワクチンどうしよう？

【インフルエンザの予防】

① マスクの着用

人ごみに出る時や、咳が出る時 など

② 室内の湿度・室温

湿度：50～70% 室温：20～25度程度に保つ

③ 生活習慣

適度な運動 睡眠時間の確保 バランスの良い食事



☆インフルエンザはアルコール消毒が効果的です。手指消毒をしましょう。



冬に流行する感染症②



IMSグループ道南ロイヤル病院
医療公開講座『かわら版』vol.43

ノロウイルスについて知っておこう！



ノロウイルス(感染性胃腸炎)は感染力がとて強く、流行期は11月～3月です。感染経路は主に2つ。1つは食べ物を介した感染で、特にノロウイルスをためやすい牡蠣(かき)による感染が多くなっています。もう1つは、人から人への感染で感染者が「吐いたもの」や「便」に触れた手を介して、ノロウイルスが体内に入ることによって感染します。感染を広げないためにも吐物をきちんと処理することが大切です。

ノロウイルスの症状は？

①強い吐き気 ②おう吐 ③下痢
体内に増殖したウイルスを排泄しようとしてこのような症状が出ます。多くの場合、1～2日で症状は治まり、自然に回復します。

***脱水予防のため水分摂取を！**



- ・嘔吐が半日～1日以上続く場合
- ・乳幼児はぐったりしている場合
- ・尿が半日以上でない 唇が渇いている

病院受診

注意

家庭で対処する時は下痢止めを使用しないでください。腸の動きが弱くなりウイルスが排泄されにくく治りが遅くなります。

☆ノロウイルスにはアルコールは無効です。消毒はハイターなどの次亜塩素酸が効果的です

皮膚科外来診療のお知らせ

R5年12月とR6年1月の皮膚科外来診療は下記の通りとなります。

<令和5年12月>

日にち	午前診療	午後診療
1日(金)		14:00～17:00 *病棟回診後
2日(土)	8:30～11:30	
15日(金)		14:00～17:00 *病棟回診後
16日(土)	8:30～11:30	
29日(金)		14:00～17:00 *病棟回診後
30日(土)	8:30～11:30	

<令和6年1月>

日にち	午前診療	午後診療
5日(金)		14:00～17:00 *病棟回診後
6日(土)	8:30～11:30	
19日(金)		14:00～17:00 *病棟回診後
20日(土)	8:30～11:30	

* 金曜午後の診療は病棟回診後の14:30頃開始となります。
* 病棟回診の状況によっては時間が前後することもございます。
地域医療推進室 令和5年11月27日

今月のひとさら～のり塩ささみかカツ～

栄養士:田原 史夕

本格的に雪も積もり始めましたね。雪かきなどの力仕事が増えるこれからの時期にピッタリなメニューをご紹介します！
鶏ささみは筋肉のもととなる、たんぱく質が豊富です。その他にも、代謝に必要なナイアシンや、血管の健康を保ち骨の形成を促すビタミンKなど、ビタミン類が多く含まれています。

材料

- ・鶏ささみ 6本(300g)
- ・片栗粉 大さじ1
- ・パン粉 大さじ10
- ・青のり 大さじ1

[A]

- ・酒、醤油 各小さじ1
- ・和風だし 小さじ1.5
- ・マヨネーズ 大さじ1

作り方

- ①鶏ささみは縦半分に切り筋を取る。
- ②①に【A】と片栗粉を加えて揉み込み、20分程冷蔵庫へ。
- ③パン粉と青のりを混ぜて②全体にまぶす。
- ④フライパンに油を入れ中火で熱し、両面こんがり揚げ焼きにする。



豆知識

知ってますか？ COPDと骨粗しょう症の関係

担当：放射線科

COPDは慢性閉塞性肺疾患と言い、肺の組織が壊れ、酸素を取り込みづらくなってしま病気で。一番の原因として喫煙が挙げられます。

骨粗しょう症は骨が脆くなってしまい、骨折しやすくなってしま病気で。

こちらは栄養不足や運動不足、痩せすぎが主な原因となります。基本的には女性に多い病気で、実はCOPDも大きな原因となり、発症している場合、骨粗しょう症になりづらいつわられている男性でも骨粗しょう症を引き起こしてしまうことが多くなります。

当院では、COPDの進行度を検査できる胸部CT検査、骨粗しょう症の進行度を検査できるDXA検査を行っています。

今なら2024年3月31日までの期間限定で、胸部・腹部CT検査(肺解析・体脂肪解析付き)、DXA検査、肺スパイロ検査のセットを特別価格の11,000円(税込)で受けることができますので、この機会にぜひお試しください！



と骨粗しょう症を併発している男性の一例