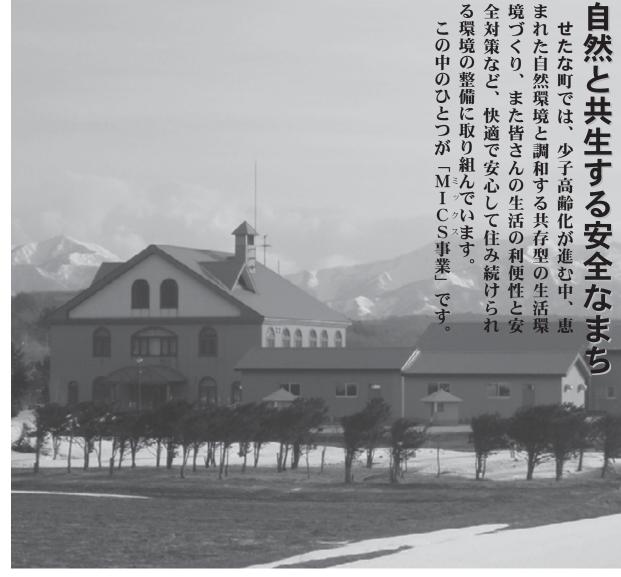
広報 Setana public relations

5 2012 May.

- □MICS処理施設がスタートしました! (p2)
- □年に一度は個別受信機のチェックをしましょう! (p4)
- □新採用職員を紹介します! (p8)
- □ おをたの息はさわやかですか? (p10)



# S 処理施設がスタ 1 しま た 0



◆し尿等の処理につい

センター組合し尿処理施設構成している北部桧山衛生ては、せたな町と今金町で合併浄化槽汚泥などについ で共同処理されて る皆さんの排出されるし尿、この地区以外に住んでい

太田地区、太櫓地区 ※漁業集落排水の利用区域 ※公共下水道の利用区域

ま 6 組

公共下水道の水洗化率向 13年が経過した平 .成19年、 上

て 処理方法について検になり、処理する経の目安を下回し尿処理施設の最の目安を下回しまり、処理する経り、処理が高くなってきたい。

CS事業(汚水処理施設共同 にお果、せたな町と今金町 がそれぞれ所有する下水処 がそれぞれ所有する下水処 がそれぞれ所有する下水処 で結果、せたな町と今金町 がそれぞれ所有する下水処 いろいろな方句いった。
用や維持管理の費用など、
用や維持管理の費用など、
を考え、建設するための費 効果的であるとの 効果的であるとの結論にな整備事業) で処理することが

# ※MICS事業

行う事業。 共同利用を目的とし、 類似している汚水処理施設の(汚水処理施設共同整備事業) 整備を

せたな町では、 しました。 し尿処理施設を併設町では、北檜山下水処

# ◆有効な処理方法を検討

した。 今後も生活環境の向上のた め、町民皆さんのご協力をいた だきながら進めていきます。



落成式終了後の施設見学のようす

### では無いため、一番規模のMICS事業実施は経済的しかし、この3カ所での 大きい北檜山下では無いため、 した。 施設を建設することとしま ります。 平成20年度より 水処理場に 事業を進 の的の

センタ

大成浄 せたなク

-水処理場が

M

CS事業の費用

4月11日、この日は雨の降る 寒い日となり、ふれあいプラザ

での式典の後、引き続きテープ

町内会連絡協議会会長など関

係者約40人が出席し、落成式終 了後は施設に移動。現地で担当 職員から施設内の説明がありま

カットも行われました。

◆落成式

の3カ所の下

水処理場

IJ

せたな町には、

北檜山下

処理をしていました。 雲町の構成2町)に委託して 衛生処理組合(長万部町、八 衛生処理組合(長万部町、八 の2年間はし尿、浄化槽汚

M

CS事業の実施

平成21年度末には、北部

しました。

バッキューム車で し尿・浄化槽汚泥搬入

MICS処理施設 前処理後 水処理施設へ投入

**+** 

処理施設の運転については松山衛生センター組合し尿

施設建設中の平成22年・23年 北檜 M CS事業のメリット MICS事業の総事業費は、5億8千195万5千円。この総額費用に対し社会資本整備総合交付金(国土交通省)、循環型社会形成推進交付金(環境省)等の補助制度を活用した結果、合併制度を活用した結果、合併制度を活用した結果、合併がらは3千623万5千円の支出で建設することがでの支出で建設することがで 進交付金(環境省)等の補 特例債等の起債を除き、 からは3千623万5千 からは3千623万5千

設した効果として、 処理する経費が半 きました。 山下水処理場と、 分以下に抑えることがで し尿、 **冰、浄化槽等汚泥の** し尿処理施設を併

◆処理の流れ◆

**↓**家庭汚水

沈砂池

下水の中の土砂など 沈殿させ除去するた

水処理施設

後志利別川に放流

めの池

円12銭だったのが し尿汲み取り手数料 となり ました。 4月から6 は、 3 0円70銭に値7まで1以7

Setana Public Relations 広報せたな 平成24年5月号

北檜山下水処理場

# 平成23年度情報公開制度 個人情報保護制度の運用状況

町は、情報公開条例と個人情報保護条例を施行し、開かれた町政の推進と個人情報の保護を図 ることにより、町民の基本的人権の擁護に努めています。平成23年度の運用状況について公表 します。

### ■情報公開・個人情報開示請求の処理内容

実施機関		=主 / / + 米 /	処理内容				
		請求件数	開示	一部開示	非開示	不存在	合計
町長	情報公開	1	1	_	_	_	1
	個人保護	_	_	_	_	_	_
教育委員会	情報公開	_	_	_	_	_	_
	個人保護	_	_	_	_	_	_
選挙管理 委員会	情報公開	_	_	_	_	_	_
	個人保護	_	_	_	_	_	_
監査委員	情報公開	_	_	_	_	_	_
	個人保護	_	_	_	_	_	_
農業委員会	情報公開	_	_	_	_	_	_
	個人保護	_	_	_	_	_	_
公平委員会	情報公開	_	_	_	_	_	_
	個人保護	_	_	_	_	_	_
固定資産評価 審査委員会	情報公開	_	_	_	_	_	_
	個人保護	_	_	_	_	_	_
議会	情報公開	_	_	_	_	_	_
	個人保護	_	_	_	_	_	_
合計	情報公開	1	1	_	_	_	1
	個人保護	_	_	_	_	_	_

### ●情報公開制度とは?

町と町民の皆さんの共有 の財産である町有情報を公 開することにより、町と町 民の皆さんとの信頼関係を 深め、町政への町民参加に より、開かれた町政を実現 しようとする制度です。

### ●個人情報保護制度とは?

町が持っている町民の皆 さんの個人情報を適切に管 理し、開示、訂正などの権 利を保障し、個人情報を保 護することにより、町民の 皆さんに信頼される町政を 実現しようとする制度で

せたな町では、防災行政無線を使い 災害時の緊急放送や日常の行政情報を お知らせしています。

転入・転出される場合の注意点をお知 らせします。

### ■転入された方へ

戸別受信機は、1世帯に1台無料であ 貸ししています。各区の担当係へ連絡し てください。

### ■転出される方へ

お貸ししている戸別受信機の、返却手 続きをお願いします。

地区ごとに受信機が違いますので、町 内で転居する場合も同様です。

※現在、ご家庭に戸別受信機が設置されていない場合は、無料で貸し出しをしますので、担当 窓口へご連絡ください。

■お問い合せ先

瀬棚総合支所

大成総合支所

総務課防災係

**■**0137-84-5111 地域町民課地域生活係

**1**0137-87-3311 地域町民課地域生活係

**1**01398-4-5511







### 「檜山の森づくり植樹祭inせたな」を開催します!

『檜山の森づくり植樹祭』は、檜山管内の自然豊かな森・川・海を次世代に引き継ぐため、 地域住民参加による植樹祭を平成10年から開催しています。15回目となる今年はせたな町 で開催します。

植樹祭ではサクラマス幼魚の放流もあわせて行いますので、多くの皆さんの参加をお待 ちしております。

日時: 5月19日(土)10時~12時(受付:9時~)

場所:植樹会場⇨北檜山区新成(旧自然休養村)

放流会場⇒北檜山区新成(良瑠石川)

玉川小学校・馬場川小学校・久遠小学校の緑の少年団が育てたどんぐりの苗、天皇・皇 后両陛下が「お手播き」になられたイチイの苗、この他ヒノキアスナロ・ミズナラの苗を 植樹します。

■問い合わせ先 本庁 産業振興課林業振興係 ■ 0137-84-5111 (内線1154)



お問合せる まい調おれま査問 置つ調お をて査問 てし結合いた果せ 変障結合え害果せ 正発地戸 常生デ別 だした。 ルでした。 ルでした。 に し ジラ で 対信 が機 信い応機 でまのの 自延電 体長源 がゴが コー人 にしてください。信機のコンセント信機のコンセントでと電波が重ならっなくなった。 セにな ン差い。 いうぎ トし に込 差まれ

000 から がアンナは がアンナが がアンナは がアンナな がアンケな がアン がアンケな がアンケな がアンケな がアンケな がアンケな がアンケな がアンケな がアンケな がアンケな がアン がアンケな は点はとら

ますれ

かてか?

る場

合

は

き灯入を

セかか

送

が

入ら

な

61

**取近あったお問い** 

合せ

込て

故障かな?

心は各別では、 く消がし、耗入 

な (電池の 「単二型乾電 寿命

Setana Public Relations 広報せたな 平成24年5月号

### こんにちは! 法テラスです!

### 法テラス江差通信 No.6



### 皆さんのための法テラスです!お気軽にご相談を!

- ■「法テラスに相談すること」について、何人かの方から意見を聞かせてい ただく機会があり「弁護士に法律相談するのは勇気がいる…」「法律事務所 を訪ねていくのは最終手段だ…」というお話をいただきました。
- ■広報せたな3月号で、必要もないのに払ってしまったお金を取り戻すこ とが難しいことを例にあげ、問題が起きる前にぜひ相談に来てくださいと お伝えました。しかし、一般の方にとって法律事務所の敷居はまだ高く、問 題が起きる前に気軽に相談しようと言う気になれないのかもしれません。
- この点は私たちの「敷居を下げる」努力不足だと反省しています。
- ■法テラスは、誰でもいつでも気軽に法律相談できるように国が運営している相談所です。まさに敷居 の低い法律事務所をめざして作られたのです。相談料は、1時間程度で5,250円ですが、ある一定の基準 を満たせば無料になります。実際、無料相談が半数を超えます。
- ■相談の結果、弁護士に相談内容の解決を依頼する方は4割程度です。多くの方は相談だけで終わりま すので、法律相談が「最終手段」とは言えません。ただし、相談によって得られたことをその後に活か している方は多いと思います。
- ■問題が起きそうな時は、お気軽に法テラスに相談していただければ幸いです。(弁護士 北舘篤広)

◆法テラス江差法律事務所 ■050-3383-5563 予約制 ❖

民生委員児童委員は、 身近な相談員です。

こんな時は民生委員へ ご相談ください。

よくある相談例です。

- ❖生活保護に関すること
- ❖各種福祉サービスの利 用に関すること
- ❖普段の暮らしで困って いること
- ◇家族関係で困っている こと
- ❖育児、教育で困っている こと
- ❖その他の困っているこ とや、悩みごと

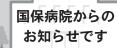
せたな町民生委員児童委員協議会 事務局: 役場保健福祉課福祉係

: 瀬棚総合支所地域町民課

:大成総合支所地域町民課

### 日曜・休日当番医制度の

- 一部が変更になりました
- ■「町内急患当番医」日が新設されました。 (例えば7月16日、9月17日など日曜日を 🥼 除き連続しない休日)



- ■今までの日曜、休日の「休日診療当番医」とは診療体制に違いが あり、緊急時の急患のみの受け入れ対応となりますのでご理解ご 協力お願いします。
- ■問い合わせ先/せたな町立国保病院 ■0137-84-5321

### 檜山振興局檜山北部地区

### 水産技術普及指導所庁舎移転のお知らせ



3月23日から瀬棚総合支所庁舎内 に、檜山振興局檜山北部地区水産技術 普及指導所の事務所が移転しましたの でお知らせします。お間違えのないよ うお願いします。

※電話番号は今までと変更ありません ■0137-87-3121

■広報誌

13 00 13 00 13 00 13 00 13 00 13 00 13 00 13 00 13 00 13 00 13 10 13 10 13 10

①1回 3,500円(縦4.6cm×横 8.8cm) 7,000円(縦4.6cm×横17.6cm) ③1回 7,000円(縦9.9cm×横 8.8cm)

④1回 14,000円(縦9.9cm×横17.6cm)

■ホームページ(バナー広告)

1ヶ月 10,000円(動画は不可) 縦60ピクセル×横150ピクセル 画像はGIF形式、容量は4KB以内



■問い合わせ先/総務課広報統計係 ☎ 0137-84-5111

### ヒグマに注意しましょう

春は『ヒグマ』の活動が活発になります。畑などにヒグマが 出没し、農作物が荒らされる被害情報が報告されます。

### ■畑や山菜採りに行くときは!

- ・できるだけ単独行動を避け、薄暗い時は行動しないようにしましょう。
- ・ヒグマと出合わないために、ラジオなどで常時音を出したり、鈴や笛などで自分の存在をアピールしま
- ・山や畑でヒグマのフンや足跡を見つけたら、すぐに引き返しましょう。
- ■ヒグマに出合ってしまったら!
- ・あわてずに落ち着いて行動しましょう。
- ・大声を出したり、走って逃げたりするとクマが興奮しますので、絶対にやめましょう。
- ■ヒグマを呼びよせないために!
- ・残飯、生ゴミなどはヒグマにとっておいしいごちそうです。
- ・被害にあわない為、ゴミの後始末はきちんとしましょう。
- ■ヒグマ目撃などの情報提供を!
- ・ヒグマを目撃した場合はもちろん、足跡やフンなどを発見したときや、農作物への被害があった場合は 直ちに各区担当係へご連絡願います。

※クマを目撃したり、足跡やフンを見つけた場合はすぐに引き返し、下記へ通報してください。

■問い合わせ先■ 本

庁産業振興課林業振興係 ■0137-84-5111 (内線1158) 瀬棚総合支所産業建設課農林振興係 ■0137-87-3311 (内線3123)

大成総合支所産業建設課農林振興係 ■01398-4-5511 (内線2131)



### 山火事が発生しやすい時期です!!

雪解けが進む5月は、空気が乾燥し火災が非常に発生しやすい時期となり ます。畑での野焼きや山菜採りなどで山に入るときは、火の取扱いには十分 注意しましょう。

山火事防止のために次のことを守りましょう。



### ●畑での野焼きをする場合

- ◈風の強い日は、野焼きをしないようにしましょう。
- ≫消火用器具を用意してから行いましょう。
- ≫火が完全に消えるまでそばにいましょう。
- 山菜採りに山に入る場合
- ≫タバコの投げ捨ては絶対止めましょう。 (タバコを吸う人は携帯用灰皿を必ず持ちましょう。)

―せたな町林野火災予消防対策協議会―

### 安全に釣りを楽しむために ~大切な命を自分で守る~

気温が上がり暖かくなってきましたね。岸壁や磯での釣りを楽しみにしている方も多いと思います。 安全に釣りを楽しむために、出かける前に次のことを確認しましょう。

- ・家族に行き先や帰宅の予定時間を伝えてから釣りに出かけましょう。
- ・ライフジャケットは常時着用しましょう。
- ・立入禁止となっている場所での釣りはやめましょう。
- ・最新の気象情報を入手し、天候が急変した時は、無理をしないように しましょう。
- ・携帯電話など緊急時の連絡方法を確保しましょう。救助が必要な時は 「118番」まで!



きれいな海を守りましょう! ゴミは責任をもって持ち帰りましょう!

■瀬棚海上保安署 0137-87-3999

13 90 13 90 13 90 13 90 13 90 13 90 13 90 13 90 13 90 13 90 13 90

### ≈次遠小学校。長磯小学校卒業証書授与式≈





3月19日久遠小学校、23日長磯小学 校で卒業証書授与式が行われ、来賓の 方や在校生から励ましやお祝いの言 葉が贈られました。

卒業生は、6年間お世話になった先 生方への感謝の気持ち、下級生との別 れの寂しさ、これから始まる新しい生 活への希望を胸に抱いて、6年間通い 続けた学び舎をあとにしました。

### 「新1年生の皆さんへ」 ~高橋建設から記念品が贈られました~

3月22日、瀬棚区の高橋建設株式会社せたな本店(専 務取締役坂下正治氏)より今年の新入学児童へ文房具 セットが寄贈されました。

これは毎年、高橋建設が社会貢献活動の一環として 行っている取り組みです。

えんぴつ、消しゴムなどさまざまな文房具の入った セットが髙野教育長に手渡されました。ありがとうござ いました。



### ≈春の全国交通安全運動街頭啓発≈



4月6日、新入学児童を交通事故から守ろう 北檜山ライオンズクラブ(黒澤 誠会長) とせたな警察署の街頭啓発が、北檜山小学校で 行われました。

この日は雪が降るとても寒い日でしたが、ラ イオンズクラブの皆さんは、元気いっぱいの新入学児童に交通安 全グッズなどが入った袋を「入学おめでとう。車に気をつけてね。」 と優しく声をかけながら手渡していました。

4月9日、瀬棚保育所の年長組の子どもたち と瀬棚老人クラブの皆さんによる街頭啓発が瀬 棚総合支所前で行われました。

交通事故に遭うことが多いと言われている子 どもと高齢者を代表し、道行くドライバーに安 全運転を呼びかけました。「安全運転お願いし ます。」の声に「はい、気を付けるよ。お疲れさん。」と暖かい会話







4月10日、せたな町交通安全協会(桂田富次会 長) などが渡島信用金庫せたな支店前で、春の全 国交通安全運動に合わせ街頭啓発を行いました。

交通安全協会のほか、交通安全指導員ら約60名 が参加し、2班に分かれ、黄色の旗を振りながら

啓発し、車を止めてパンフレットなどを渡し、ドライバーに交通安 全を呼びかけました。

### ~町の新採用職員をご紹介します~

# 町民の皆さんとんで方は! 今年新採用を放り、せを放町 の職員を放りました。 とれからよるしくお願いし ますい頑張りますい



### 直樹(はらだ なおき) せたな町立国保病院内科医長 (北檜山区)

初めまして原田直樹と申します。昭 和38年生まれの49才、おうし座です。 生まれも育ちも大阪です。兵庫医大を 平成4年に卒業し、専門は特にありませ んが内科全般の診療を担当していまし た。自然豊かなせたな町で勤務できる ことを嬉しく思います。皆様これから どうぞよろしくお願い致します。



### 小林 理望 (こばやし あやみ) せたな町立国保病院内科医長 (北檜山区)

内科全般を担当、その他に循環器 専門医として心臓・血管疾患と、脳 卒中・循環器疾患の危険因子である 高血圧・糖尿病・脂質異常症・喫煙 の管理を担当します。町民の皆様の 健康管理を医学的側面からお手伝い させて頂きます。どうぞ宜しくお願



### 北島 美和 (きたじま みわ) せたな町立国保病院臨床検査室臨床検査係主任 (北檜山区)

4月より国保病院の臨床検査室に 勤務させていただいています。今ま で検査技師として色々な事を経験し てきました。国保病院では人とのふ れあいを大切にして地域医療に尽く していきたいと思いますので、よろ しくお願いします。



### 古田 雅樹 (ふるた まさき) せたな町立国保病院リハビリ室理学療法係主任 (北檜山区)

国保病院のリハビリ室に勤務させて いただくことになり、岐阜県からやっ てまいりました。自分の行動力に自分 でも驚いています。夏の涼しさと豊か な自然を楽しみにしています。冬は10 余年ぶりにスキーがしたいですね。ど うぞよろしくお願いします。



### 小林 勝樹 (こばやし かつき) せたな町立国保病院放射線室放射線係 (北檜山区)

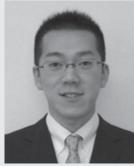
今年度からせたな町立国保病院に 勤務してます。職務は当然のこと町 民の皆様とのつながりを大切に精一 杯頑張っていきたいと思いますので よろしくお願いいたします。



### 翔 (よこやま しょう) 町民児童課児童福祉係

(北檜山区)

今年度から町民児童課児童福祉係で働 く横山翔と申します。私は小さい時から この町で働き、力になりたいと思っていま した。18歳という若さを活かし、早く仕事 を覚えていきたいです。町民の皆様に貢 献できるよう一生懸命努力し頑張ってい きますのでよろしくお願いします。



### 高村 慶太 (たかむら けいた)

保健福祉課福祉係 (北檜山区)

4月1日より、せたな町役場で働 くことになりました、高村慶太と申 します。趣味はマラソンや水泳をし ています。せたな町に引っ越してき て日も浅いですが、一日も早くこの 町に慣れるように頑張っていきたい と考えております。



### 中飯 崇斗 (なかい しゅうと) 産業振興課農業振興係

今年度よりせたな町役場で働かせ ていただくことになりました中飯崇斗 です。私は産業振興課で農業者のみな さんの役に立てるよう頑張りたいと 思っています。野球をやっていたので 野球の方でも地域に貢献したいです。 これからよろしくお願いします。



### 千葉健太郎 (ちば けんたろう) せたな町教育委員会企画総務課学校教育係 (北檜山区)

4月1日付けで教育委員会に配属されま した千葉健太郎と申します。念願であった せたな町役場に採用されとても嬉しいです。 また仕事の他にも、小さい頃からお世話に なっていた剣道少年団の指導を受け持つこ とになりました。仕事も剣道も一生懸命精 **進します。よろしくお願いいたします。** 

が交わされました。

### の 息は 口具 さわ 多 防 ヤ 方 法に です か?

# あなた

せ:と こうを日 ロの生活 気になっている。気になっている生活の中ではいる。 ったことはありまいは大丈夫がい中で会話をする まなる

ること まを原と

■生理的口臭 ■生理的口臭 にしまです。寝ている間に唾液 をたときです。寝ている間に唾液 不快を感じたことはありませんか がが減り、細菌が増えてしまうの のかが減り、細菌が増えてしまうの のかが減り、細菌が増えてしまうの 臭の の液朝かして がの起?

としてアルコール成分が出されるたて、息が臭う場合があります。 て、息が臭う場合があります。 て、息が臭う場合があります。 に入り、肺から吐く息として出されに入り、肺から吐く息として出されで消化吸収された臭い物質が血液中で消化吸収された臭い物質が血液中で消化吸収された臭い物質が血液中で消化吸収された臭い物質が血液中で消化吸収された臭い物質が出きれるため、

ます。
に減少するので一時的なものになり階好品による口臭は、時間の経過と共働く物やアルコール・タバコなどの口臭は、主にタールやニコチンです。の息が臭くなります。また、喫煙者のいめ息が臭くなります。また、喫煙者の

つこそ多することが必要です。気、鼻や喉の病気、そして糖尿病やが気や、気管支や肺などの呼吸器系の病気をして熱談することをお勧めします。に相談することをお勧めします。 TO TO ●自分でできる!予防方法! まが病病

今月の担当 北檜山区 長 内 京

り身汁」無います。

とも口臭予防には 大切です





■ロ臭の原因である歯周病や舌苔の して歯の汚れを取りましょう。 ・ は にすることが一番大切です。 にすることが一番大切です。 にすることが一番大切です。 にすることが一番大切です。 にすることが一番大切です。 にすることが一番大切です。 にすることが一番大切です。 にすることが一番大切です。 にすることが一番大切です。 潔ての

■01398・2・3111

ラシで、別にも効は見多が か

に汚れを取り除くことが大切です。には、入れ歯専用の歯ブラシできれい間ブラシを利用しましょう。入れ歯い歯と歯の間は、デンタルフロスや歯また、歯ブラシでは汚れが取れにくまた、歯ブラシでは汚れが取れにく

… 大人う))] ↑ ~ からが咲き誇る●プレーめ」が咲き誇る●プレーなどがある「あやめ」などなった。

**ほかめ公園 であやめ公園 ほかい** 

ブフ

場

**場** オ

牧整の4プン

行订

よう!となりまち~

7

てみ

い歯歯

0 1 3 7 z 以方部町役場がもあり●B

・377・2・2・456 い町役場建設課建築住宅公園グループのり●用具貸出無料●お問い合せ先/のり●用具貸出無料●お問い合せ先/のでき誇る●プレー代(町外)/1日券が咲き誇る●プレー代(町外)/1日券ができ誇る●プレー代(町外)/1日券ができがある。

舌をきれいにすると効果的です。と、舌苔がたまりやすい朝起きた時にしょう。1日に何回も磨く必要はない歯ブラシを使用して取り除きまが加ていたら、舌ブラシや、やわらかはいていたら、舌ブラシや、やわらかはので く、舌苔がたまりやすしょう。1日に何回しょう。1日に何回しけっていたら、舌ブラ付いていたら、舌ブラけいていたら、舌ブラけいでいたら、舌ブラー 嫌鏡で舌を観察して、

『第32回落部公園つつじ祭り色鮮やかなつつじが満開~

り実行委員会 (Vださい。 へ (Vださい。 へ (Vださい。 へ

員会■0137・67・2 ● 日時/6月3日(日 の ● 日時/6月3日(日 の ● 日時/6月3日(日 の ● 日時/6月3日(日 が一落部公園(雨天時は変 が一だった、是 が一だった、是 がったがられていた。

■食事をすると□臭が増すと思われ ・ はなります。 ・ こまめに水分摂取をすることで ・ で □臭が増します。 3回の食 ・ で □臭が増します。 3回の食 ・ で □臭が増します。 3回の食 ・ はた、ストレスや緊張した時に□臭 ・ はが、食事を摂らず空腹の状態を作 ・ ますが、食事を摂らず空腹の状態を作 ・ ますが、食事を摂らず空腹の状態を作 ・ ますが、食事を摂らず空腹の状態を作

『第18回熊石あわくま町熊石地域

わ

あ

单

1

『奥美利河温泉山の家』 今金町 (予定)

### ◆担当 北櫓山区 垣本利子◆

■□臭予防効果として販売されている洗口剤、歯磨き剤、サプリメントがあります。また、ガムやタブレット、飴などの食品を使用している人も多いようです。 これらの製品は、香料、殺菌剤、消臭剤などを含んでいますが、直接口臭剤などを含んでいますが、直接口臭を防止する作用は弱く、臭いを隠りを防止する作用は弱く、臭いを隠りを防止する作用は弱く、臭いを受力が大きいと考えられます。 ことが大切です。

こ発方す臭臭

清歯は

清潔にすることが大切です。歯肉、歯間、舌を丁寧に磨き、はわかりにくいですが、まずは、口臭があるかどうかは自分で

皆さんこんにちは!チュン介です!今回、久しぶりに健診結果でよく聞くシリーズ!お届けするよ! 今回は「痛風(高尿酸血症)」のお話だよ!

「痛風」とは、血液中の「尿酸」が増えることにより症状が起こります。食の欧米化やアルコール摂取量

尿酸の素となるのは「プリン体」。プリン体は、腎臓で代謝されたときにできる老廃物で、本来は尿とと もに排出されます。しかし、脂質・タンパク質の摂り過ぎや腎臓の機能が低下してくると、プリン体の処 理がしきれなくなり、尿酸が増加し結晶化が進み、痛みにつながっていきます。(尿酸値の基準値は、7.0mg/dl未満)

「風が吹いても痛い」という名前の通り、激しい関節痛が痛風の特徴(痛風発作)です。7割以上が「足

の親指から起こる」と言われますが、体のあらゆる関節や腱に痛みが起きるとも言われています。痛みは

高尿酸血症は腎臓を悪くさせ、糖尿病や脳梗塞、動脈硬化などの生活習慣病を合併する可能性が高いと

ころに、その真の危険性があります。いわば痛風は、その先に臓器障害や病気が待ち構えていることを示

まずは食べ過ぎないこと。高脂質(揚げ物や脂身の多い肉類)や高タンパク(肉類・魚類・大豆製品) を過剰に食べるのは控え、尿酸の素となる「プリン体」を多く含む食品(肉の内臓、ちりめんじゃこ、す

アルコールに関しては、体内の尿酸の合成を進め、尿酸の体外排出を邪魔する働きがあるので、痛風予 防としては重要ですが、アルコールを飲むなら、糖質やプリン体をカットした、アルコール度数の低い発 泡酒などを選ぶようにしましょう。肥満の方や太り気味の方は、体重を減らしていくのも予防の1つにな

るレ数る▮

# は、四季折々の野の花が楽しめる遊歩ではれる山と川に抱かれた自然浴のキャン呼ばれる山と川に抱かれた自然浴のキャン呼ばれる山と川に抱かれた自然浴り、盛りや多目的広場などが整備されており、盛りたくさんのアウトドアライフが楽しめる川や、周辺には温泉が楽しめる国民宿舎あわび山荘や多目的広場などが整備されており、盛りたくさんのアウトドアライフが楽しめるず。 「長野が楽しめる国民宿舎あわび山荘や多目的広場などが整備されており、盛りたくさんのアウトドアライフが楽しめます。 「長野が楽しめる国民宿舎あわび山荘をは、四季折々の野の花が楽しめる川や、周辺には温泉が楽しめる国民宿舎あわび山荘がも多場が楽しめる町をおりが楽しめる川では、四季が楽しめる川では、四季が楽しめる川では、四季が楽しめる川では、四季が楽しめる。 137・87・3322 137・87・33322 137・87・33322 137・87・33322 137・87・33322 『大成野営場』

さんま等)も控えるのが大事です。

りますので、適度な運動も取り入れましょう。

9,99,99,99

が増え、中高年代のみならず20~30歳代でも増加傾向にあります。

数時間から数日間で治まりますが、そのまま放置するのはよくありません。

また、体内の尿酸の排泄を促すためには、水分をたっぷり摂りましょう。

☆食事と水分摂取で唾液の減少を抑える! ☆口臭が原因となる病気を治療する!

☆口の内をしつかりキレイにお掃除する!

特定健診伝言板

❖痛風とは?

❖原因は?

❖症状とは?

❖予防法?

❖痛みさえ我慢すれば大丈夫?

す危険信号とも言えます。

日 の はたな 町体も はたな 町瀬棚区 6りB&G海洋セン**クター艇庫オー**プ**ター艇庫オー**プ

教育事務所 ■ c の方もインフ ので気軽に利 ので気軽に利 ので気軽に利 ので気軽に利 ので気軽に利 ので気軽に利

で (13 位 (14 位 (15 位 (15 位 (16 d (16 玉川公園。そう つばいに、約20 小仙まつり

コンサート、シ、自衛隊音

公園水

## 学・習・だ・よ・り

世界にたった 1 つだけ!

### 「篆刻講座」・「刻字講座」

4月7~8日、ふれあいプラザで「篆刻講座」・ 「刻字講座」が行われました。

篆刻講座は11名が参加。上山天遂先生(函館 市)の指導のもと、石材に文字を彫り込む細かな 作業が丁寧に行われました。

また、刻字講座は8名が参加。竹浪翆堂先生 (木古内町) の指導のもと、自分で決めた文字を 使い慣れない打ちノミを使い、B5サイズの板に 彫り込み、 鮮やかに着色しました。

参加者が精魂込めて取り組んだ作品は、世界に 1つだけしかない輝いた作品となり、達成感を得 ることができました。

両講座は大変好評だったため、今後続けて開催 する予定です。皆さんも是非ご参加ください。





刻字講座のようす 篆刻講座のようす

中学生・高校生を対象に!

### スポーツ専門講座

3月17~18日、中学生と高校生を対象に「ス ポーツ専門講座」が行われました。

講座の内容は、コーディネーショントレーニ ングから始まり体幹トレーニング、パワートレ ーニング、身体のケアまでプログラムに沿った 質の高いトレーニングを実践しました。

参加した生徒は、体と頭を同時に使うトレー ニングメニューが多く、戸惑いながらも楽しそ うにトレーニングしていました。





中学生のトレーニングのようす

こちらは高校生

### ■瀬棚郷土館の利用について

瀬棚郷土館が5月1日(日)から10月31日(月)までオープンします。

○高校生以上 300円/1人(10人以上の団体240円/1人) ○中学生以下 150円/1人(10人以上の団体120円/1人)

○午前10時から午後5時まで (休館日/月曜日)

●有料資料

○荻野吟子小冊子 500円/○瀬棚町史年表 550円 ○瀬棚昔をたずねて 200円/○絵はがき 300円

●問い合わせ

○瀬棚郷土館 ■ 0137-87-3205 / 瀬棚教育事務所 ■ 0137-87-3322

### ブックスタート ボランティア 募集!!

お母さんと赤ちゃんが絵本でふれあいを深めて もらうため、昨年からブックスタート事業を行っ ています。

毎月3~4カ月の乳幼児を対象に、健診の待ち時間に絵本の紹介や読み聞かせ、ブックスタートパックをプレゼントする活動を行っています。 ボランティアにご協力いただける方を、随時募 集しています。連絡お待ちしています。



【連絡先】 教育委員会生涯学習課 0137-84-5111 (内1251)

大成教育事務所 社会教育係 01398-4-5511 (内2203)

瀬棚教育事務所 社会教育係 0137-87-3322 (内3131)

### 玉川公園水仙まつりロードレース大会開催

■日 時/5月13日(日) 【小雨決行】

開会式 :午前9時10分 スタート:午前9時30分

■会 場/せたな町立玉川小学校グラウンド

■コース/玉川小学校グラウンド→旭峠方面折り返し ※その他/ロードレース大会を安全に進行するため、 走路での応援を遠慮願います。応援する際は走路反対 側の歩道から行うようご協力お願いします。



■問い合わせ先 水仙まつりロードレース大会実行委員会 (教育委員会生涯学習課体育振興係) **1**0137-84-5111

(甲か同時マタート)

			(男女问時スタート)		
順番	種目別	距離	発走予定時刻		
1	小学生1年	2 km	9時30分		
2	一 般 *高校生以上40歳未満	10km	9時50分		
3	一 般 *40歳以上	10km	9時50分		
4	オープン(全部門) *全選手同時スタート	1 · 2 · 5 km	9 時55分		
5	小学生2年	2km	10時10分		
6	小学生3年	2 km	10時30分		
7	小学生4年	2 km	10時40分		
8	中 学 生	3 km	10時50分		
9	小学生5年	3 km	11時10分		
10	小学生6年	3 km	11時30分		
			1 181-11 1-1		

※申込人数により発走順が変更になることがあります。

### 

■開館期間:5月1日~9月30日

■休館日等:毎週月曜日

(気象や海面状況により臨時休館する場合もあります)

■利用時間:午前10時~12時/午後13時~16時

(学校などの使用時は、一般の方はご利用できない

場合が あります)

問い合わせ先:海洋センター艇庫事務室 面0137-87-2388

瀬棚教育事務所

**10137-87-3322** 





### B&G海洋クラブ員の募集について!

海洋性及び陸上のスポーツ・レクリエーションの実践活動を通じて、クラブ員の豊 かな人間形成と体力の向上を図る。また、海事に関する理解を深め、クラブ員相互の 親睦を図ることを目的としており、この趣旨の賛同者によって構成されています。

◇B&G海洋クラブ員になると◇

B&G海洋センター艇庫のヨット・カヌー・ウィンドサーフィンなど(マリン ジェット・シャワーを除く) の使用料が無料となります

■年会費(1人): 高校生以下300円、一般1,000円、指導員2,000円

■申込方法など詳しくは、瀬棚教育事務所までお問合せください。 ■0137-87-3322

### 夕陽が丘パークゴルフ場(瀬棚区)4月5日(木)オープンしました!

- ●使用料/無料(休憩所に備え付けの受付の名」 簿に記入してください)
- ●利用時間/時間制限はありません。
- **●トイレの使用**/クリーンセンター内のトイレ を使用してください。

\*使用時間:9時~17時

●用具の貸出し/用具の貸出しを希望される場合 は、事前に瀬棚教育事務所へ申込 み願います。

【問い合わせ先】

■瀬棚教育事務所

**1**0137-87-3322

### 戸籍の窓口

(3月1日~3月31日届出)



○竹内 蒼翔 <ん

### |ご結婚おめでとう

長内 解人 さん 北檜山 L藤田 北檜山 京さん - 吉村 誠 さん 都 L福岡 蘭越町

○木村 イヨさん (92歳) 豊 岡 ○金子 友子さん (60歳) 二 俣 ○野口 哲憲さん (60歳) 富 里 秀さん (84歳) 元 浦 ○新保 勝利さん (74歳) 本町1区 〇山川 美惠さん (70歳) 長 磯 ○藤谷 勲さん ○石田トミヱさん (95歳) 宮 野 ○星野ヒサノさん (88歳) 宮 野

この欄に掲載をしている方は、本人または ご家族の了解を得た方のみ掲載しています。

### 人口と世帯

3月末現在(前月比) 人口 9,417人 (-57) 男 4,432人 (-33) 女 4.985人 (-24)

4.513世帯 (-14)

忘れないで納期限

納期限は

世帯

5月31日(木)です 忘れずに納めましょう

### 国民宿舎 あわび山荘 調理人、応接員、パート募集

■資格条件/パートは大成区在住に限る。公社で送迎 いたします。■委細面談 ■面接随時 ■応募/履歴 書持参の上お申込みください。

お問い合せ 龠01398 - 4 - 5522 お気軽にお問い合せください!

財団法人貝取澗温泉公社

(有料広告)

### 小学生~高校生贝た的贝夏休み海外派遣参加者募集!

財団法人国際青少年研修会では、10事業の参加者を募集しています 体験を通して、お互いの理解や交流を深め、国際性を養うことを目的に 行います。事前研修会では仲間作りから丁寧に指導いたしますので、安 心してご参加いただけます。

- ■内容 ホームステイ・ボランティア・文化交流・学校体験・英語 研修・地域見学・野外活動など
- 米国・英国・豪州・カナダ・サイパン・カンボジア・フィジー
- 平成24年7月26日(木)~8月14日(火) 8~18日間 ※事業により異なる
- 小3~高3の方まで ※事業により異なる 6月1日(金)および11日(月) ※事業により異なる ■締切
- ※この他、参加費など詳しくは、お問い合せください。

【お問い合わせ先・資料請求先】

財団法人 国際青少年研修協会 ■03 (6459) 4661 型03 (6459) 4633 E-MAIL info@kskk.or.jp ホームページ http://www.kskk.or.jp

### 戸籍年金係からのお知らせ

### 学生の方は「学生納付特例制度」の申請手続きを

■学生納付特例制度(学生免除)とは…

国民年金に加入している所得のない学生が、申請により在学 期間中の保険料を社会人になってから納められる制度です。

- ❖学生免除に該当すると次の特典があります!
  - ≫国民年金保険料の納付が猶予されます。
- ≪学生免除を受けた期間から10年間は保険料を追納できます。
- ≫学生免除期間は保険料が追納されないと65歳からもらう 国民年金の額には反映されませんが、年金の受給資格期間 には反映されますので追納をお勧めします。
- ◇学生免除中の障害事故については、障害の程度に応じて障 害基礎年金を受給できます。
- ■申請手続きについて

学生証(コピーでも可)又は在学証明書と印鑑をもって、お 近くの年金事務所か役場戸籍年金係へお越し下さい。 また、23年度中に学生免除をし、24年度も引き続き学生免除を 希望する方で、24年度も同じ学校に在学される方には、ハガキ 形式の申請書が送付されますので、手続きをお忘れなくお願い

します。

- ■問い合わせ先/函館年金事務所 0138-56-1165
- ・本庁町民児童課戸籍年金係 [担当/山川] 0137-84-5111 (内線1139)
- ・瀬棚総合支所地域町民課戸籍年金係 [担当/山本] 0137-87-3311 (内線3000)
- ·大成総合支所地域町民課戸籍年金係 [担当/萩原] 01398-4-5511 (内線2118)

### 談神 **'**保 実相 施談

て健

司法書 担当相

奈津美

士談 せ 員ふた

いれあいぱ (先着4:

'名まで)

プラ

つ心 いの

7 □ · 山 6 2 職業 ワ

相続・贈与・売買・相続・贈与・売買・ ● 10 ( 12 ) ( 13 ) ( 14 ) ( 15 ) ( 17 ) (

ў Э 2 7 7 5 12 17 5 0 2 2 4 ・ク江差

5月月日10日日 9 13 江での北 差出で職権山

知法

登記相談

約の

制お

らせ

ご利用ください の一人続 つ談 

0

雲保健所健康推進

10 精票(計) 心理相談員神科医師又は は健所今金支所 は時~15時

対策室

-国孤児等

ます。

員/

お知らせします 株大残留邦人の皆さんへ老 横太残留邦人の皆さんへ老 齢基礎年金のお知らせ 一定の要件に当てはまってい での方々に、満額の老齢基礎 年金を支給する制度が始まった での要件に当てはまってい での要件に当てはまってい での要件に当てはまってい での要件に当てはまってい での要件に当てはまった での要件に当てはまった での要件に当てはまった での要件に当てはまった

付談無料 ごご自由に ・会社が ・会社が

・にだ心設

### 業務拡張につき従業員を「せたな町民」から募集いたします

職種 : 清掃員 勤務先: せたな雅荘(旧楢崎病院)・温泉ホテルきたひやま

資格 : 不問(健康な方) 時給:705円~750円

時間:\*せたな雅荘(6月開所の為時間変更あり)

\*温泉ホテルきたひやま

(a)8:30~17:00[実働 7 時間]予定 (b)8:30~14:30[実働 5 時間]予定 (a)11:00~19:30[実働7時間] (b)9:00~14:00[実働 4.5 時間]

(c)8:30~12:00[実働 3.5 時間]予定

※交通費規定支給 制服貸与 試用期間3か月

三洋技研工業株式会社 011-221-7609

まずはお気軽にお電話下さい 募集担当 桧山営業所 神野 携帯 090-2053-5093

Setana Public Relations

2012 · 5 No.8



「おはようございます」とあいまりましたが、元気よくとなりましたが、元気よくとなりましたが、元気よくとなりましたが、元気よくとなりましたが、完気がです。がら、緊張ぎみに登校です。背負った新1年生がお父さ カラフルなランドセルをで入学式が行なわれました。4月6日、町内の小学校

象的でした。というでは、その人学式、そして大事に育の入学式、そして大事に育の入学式、そして大事に育めのでした。 さん遊んでのびのび育ってたくさん勉強して、たく 印さた育顔

式では、

新入生への歓迎の言葉を、

な元気良く返事をし、2年を読み上げられると、みん式では、一人ひとり名前いさつをして学校へ。

ていました。 歓迎の言葉もきちんと聞生のお兄さんお姉さん方 いの

編

後

结











ものすごい枚数を撮り で覧ください。『いい で覧ると「そんな で、皆さん8ページを す。皆さん8ページを す。皆さん8ページを す。皆さん8ページを す。皆さん8ページを す。皆さん8ページを る施設のこと。皆さん がいつも聞いている防 で毎日の生活に直接関 に毎日の生活に直接関 で毎日の生活に直接関 がいつも聞いている防 がいつも聞いている防 がいつも聞いている防 がいつも聞いている防 がいつも聞いている防 れにしてもデジタル 顔~』ですよ~。▼ いいなとも思わせても作っている間、春って に触れることが多く、 タート」「新人」「入学」 から出る汚水を処理 奴ですよね。 メラってよく働くい オープン」こんな文字 今月は皆さんの家

■編集・発行 せたな町総務課広報統計係 〒049 - 4592 久遠郡せたな町北檜山区徳島63番地1 面0137 - 84 - 5111/200137 - 84 - 4657