

せたな

- 実りのとき (p2)
- 秋祭り (p7)
- あなたの視生活は大丈夫? (p14)



写真 / 事比羅神社例大祭 (9月10日)

実りのとき



せたな町には、「後志利別川」を中心に数多くの清流が流れ、北は狩場山、南は遊楽部岳などに囲まれた美しい田園地帯が広がり、自然豊かな環境の中で農業が営まれています。

豊かな自然環境の中で「米」をはじめ、馬鈴しょ、大豆、小豆などの「畑作物」、ホウレンソウ、ブロッコリー、大根などの「野菜」、生乳、牛肉、豚肉などの「畜産物」など、多様な農畜産物が生産されています。

そして、有機農業や自然栽培、放牧畜産などの特色ある農業経営も営まれ、地域農業に彩りを添えています。

農業産出額は約40億円で、町内全ての産業の販売額約190億円の3割を占めており、漁業とともに町の主要産業の一つですが、農家戸数は年々減少しており、高齢化も進んでいます。このため町としても産業担い手育成対策事業など、さまざまな支援をしています。

収穫時期を迎え、米をはじめ実りの多いこの時期、農業に関わるさまざまな立場の方から、そのこだわりや課題について取材しました。

「基本技術」を大事にする

米と高収益野菜

今、米では新しい品種として生産者の皆さんが取り組んでいるのが「ゆめぴりか」です。

米は収穫後、ホクレンを通じて販売していますが、「地産地消」として農協の施設で精米した米を町内の皆さんに提供しています。Aコープきたひやま店では、新米が収穫される時期に新聞折り込みのチラシで米の予約取りまとめをしていますので、皆さんにおいしいお米を食べていただきたいと思っています。

米以外では牛乳や馬鈴しょの生産が多く、施設野菜では輪作物を取り入れながら主にホウレンソウの生産に取り組んでいます。ホウレンソウはハウスで生産すると年に二回三回と収穫でき、軽量なので高齢になつて



Aコープきたひやま店「もぎたて市」には、毎日新鮮な野菜が並んでいます。

も比較的作業がしやすい高収益の魅力ある野菜です。また露地野菜ではブロッコリーに生産者の方が取り組まれています。収穫された農産物は道内外の市場に出荷されていますが、町内の皆さんには、Aコープきたひやま店の「もぎたて市」コーナーで毎朝収穫した新鮮な野菜を販売しています。



北檜山町農業協同組合 営農部長

森 文弥 さん

今後の課題

町の支援である、産業担い手育成対策事業を活用して就農した方もいます。せたな町を選んで農業を始めようとする方にとってはありがたい支援だと思っています。これからも、より魅力ある町にしたいと思っています。我々も協力していきたいと思っています。今後の課題はいろいろありますが、基本技術を見直しながら、安定した収量を確保し、健全経営を図る。やはり基本技術を大事にしていくことです。

ブランド名は「北の白虎」

自信の「コメ」

「北の白虎米」のパッケージで販売しているのは、この地域で収穫された米100%のブランド米で、この愛称で販売しているのは町内だけなんです。

この「北の白虎米」は、店舗での販売や、毎年8月に行っている「北の白虎まつり」など各区のイベントで地域のブランド米として「北の白虎米」をPRさせてもらっています。今年の「北の白虎まつり」もたくさんの方の来場者で盛況に開催できました。これからもお世話になっている皆さんへの感謝の気持ちを込め、よいものを安く還元し、楽しんでいただけるよう続けていきたいと思っています。このブランド名は、米の他にも馬鈴しょ、今年からは花にも、「北の白虎」として出荷しています。



新函館農業協同組合若松支店 営農センター長

沖崎 篤 さん



「北の白虎米」は地元で収穫された100%地元産のブランド米

今後を見据えて

どこも同じ状況があると思います。生産者が高齢化していくことから、担い手対策など課題が色々あります。その取り組みの一つとして直播栽培があります。直播栽培とは、苗を育てて水田に植えるのではなく、水田に直接種をまく方法です。これにより、春の作業が軽減され、その労力を他の作業に有効活用できます。また苗を育てるハウスなどの設備が不要であるなどのメリットがあります。この直播栽培について、これからの担い手となる若い世代が協議会を作って取り組んでいます。さらに今後は、農業生産を共同で行っていく集落営農などの取り組みも検討が必要だと考えています。

「土づくり」「米づくり」

米を作る

米は、「ゆめぴりか」、「ななつぼし」、「きさらぎ」を作っています。農業は本格的に始めて20年。その前は、6年間サラリーマンをしていました。いわゆるUターンしてやっています。米作りは父親の代から2代目ですが、代々たどっていくと私が知ってる限りでは14代目になります。

米づくりの難しさ

除草のタイミングや水の管理、いろいろありますけど、やっぱり水の管理ですね。田んぼに水を入れる、水を抜くっていう水加減。米を作る上で



この基本作業が一番難しいです。言葉で表現するのは難しいですね。



森 正勝 さん
北檜山区愛知

思いは安心な米

私も、私以外の生産者も皆、味はもちろん、消費者に安心なお米を提供することを意識して米作りに取り組んでいます。収穫した米は出荷しますが、町民の皆さんには、地産地消の意味からも、農協のライスセンターで精米したブレンドしていない安心な米を食べてもらっています。

私のこだわりと言えば、土づくりですね。作業を始める春、そして収穫後の残渣物のすきこみをする秋の土づくりです。なかなか思うようにはいかないですけどね。

牧草で「羊」を育てる

せたな町との縁

せたな町に就農したのは、新規就農した方が比較的多かったことで悩みを相談するとわかってもらえ、精神的に助けられること。北檜山農協さんが土地と家を紹介してくれたこと。町に産業担い手の支援制度があったこと。いろんな縁とかかわり合いがありましたね。

本来の羊の味

私のこだわりは、牧草だけで羊を育て、羊そのものの味を出すことです。穀物を与え成長速度を速める育て方もありますが、本来の生感を重視した育て方にこだわっています。

枝肉から解体してパック詰めまでしているのは、道南でも私以外にいないと思います。食べ方も焼くだけではなく、いろいろな料理方法もあるので



小野 直輝 さん
北檜山区松岡



知ってもらいたいし、羊は人間の生活に昔から縁の深い動物で、そんな「羊」をもっと皆さんに身近に知ってもらいたい。春に羊の毛を刈りますが、子どもたちにその体験なんかもしてほしいと思っています。

命をいただく我々の使命

1頭を全て使い切るといいうのが、動物の命をいただき暮らしている我々の使命だと思っています。肉はもちろん、毛や油、骨、いろいろな部位、全てが使えるのが羊です。

この良さや価値は黙っていては伝わらない。自分からアピールして売り込んでいきたいと思っています。簡単じゃないですけどね、実際大変ですよ。でも自分で選んだ道ですからね。

「美味しさ」にこだわる

一番よい「米」を作りたい

道南生まれ「ふっくりんこ」

私が作っている米の9割は「ふっくりんこ」です。この米は、道南で何年もかけて品質を改良した米で、収量が多い米なんです。

内地米に負けない高い品質の米を作るため、北海道で初めて生産者である私たち自身が、栽培から生産・出荷までの厳しい基準を定め取り組んでいる米です。新函館農協での作付面積の約7割が「ふっくりんこ」なんです。

生産者一人ひとりが、基準をクリアしよう、常に評価の高い道産米を育てようという意識を持ち取り組んでいるので、均一な質の米を全国に出荷しています。



原田 茂 さん
北檜山区若松

米作りの難しさ

水の管理ですね。毎年、天気や気温、湿度など状況が変わるから、これでいいってことがない。だからその年の状況に合わせて、ベストを尽くします。収穫時の結果がどうであれ、栽培している間、その時にできることをやって、結果あの時あしなれば良かったかなと思う時もありますけど、やっただけの結果が出れば納得できますよね。

気持ちを持って作る

作物を育てているからには、やっぱり一番よい物を作りたい、そんな気持ちを持つことが大切だと思います。それが技術的にも精神的にも向上すると思うし、仲間とも常に切磋琢磨してやっています。皆も同じ気持ちだと思いますね。

原木の力で育つ「しいたけ」

じいちゃんのしいたけ

祖父が原木のしいたけ栽培をしていて、子どものころから「じいちゃんのしいたけはおいしい」と思っていました。祖父が栽培を辞めてから3年くらい、買ってくるしいたけは味がいまいち……。おいしいしいたけを作りたい、その思いから、27歳の時に3千本の原木から試験的に栽培を始めました。

原木栽培

しいたけの栽培方法には何種類かありますが、私は「原木栽培」にこだわっています。木の力だけで育てて一切農薬を使わず栽培するというんです。ただ苦勞もあって、6年目になります。原木が乾いているのか、水を含み過ぎているのか、またハウスの温度や湿度の管理がと



ても難しく、次のしいたけの発生に影響があるので非常に苦勞します。

現在は、1万2千本に原木を増やし、北海道原木椎茸の会を通じて出荷し全道全国にせたな町のしいたけを食べてもらっています。町内では3店舗で販売しています。

地域の中の生産者

これからは、地域を担うような、引つ張っていきけるような生産者になりたいので、そのためにはまず自分の経営を安定させたいと思っています。

これからますます生産者も高齢化していきます。地域の生産者には長く農業を続けてほしいという思いがあるので、困っている農家があれば助けられるようになりたいと思っています。



馬場 文宜 さん
北檜山区若松

永年の功績を称えて



瑞宝単光章受章

さとう まつお
佐藤 松夫 氏
北檜山区北檜山

9月3日、春の叙勲で受章された佐藤氏へ檜山振興局地域政策部長から瑞宝単光章の伝達がありました。

佐藤氏は消防吏員として31年にわたり、災害の防除及び被害の軽減等に全力を尽くし、さらに消防体制の充実強化に努めて、地域住民の安泰を保持することに貢献された功績が認められ今回の受章となりました。



事比羅神社例大祭

秋祭り

力強くそして艶やかに

が 瀬棚区と北檜山区では、五穀豊穡、大漁祈願、商売繁盛などを祈願し「秋祭り」が行われました。事比羅神社例大祭(瀬棚区)は、9月9日、10日、真駒内神社例大祭(北檜山区)は、9月15日に行われました。時折の雨に心配しながらの進行とはなりましたが、それぞれ15日に神事やしきたりなどの伝統行事を大切にしながらの進行となりましたが、強い太鼓の響き、踊り子たちの艶やかな舞が披露されました。

真駒内神社例大祭



成人式

決意も新たに

平成24年8月14日、ふれあいプラザで平成24年度せたな町成人式が行われ、平成24年4月2日から平成25年4月1日生まれの65人が華やかな装いで出席しました。卒業生や皆さんが今抱いていた将来の夢や希望を話してくれました。何名かの出席者のお話を紹介します。

- ❖白倉悠貴さん
今、東京の大学に通っています。将来はスポーツショップに勤めてスキーのインストラクターができることを夢見ています。それが無理でもスキー学校で短期間で教えられたらなと思って頑張っています。
- ❖鈴木千景さん
鍼灸師になるために専門学校へ通っています。将来は地元に戻ってきておじいちゃんおばあちゃん、地元の皆さんの体を癒してあげたいと思っています。
- ❖中村太一朗さん
小さいころから漁師か板金業をやりたいと思っていて、漁師の道を選びました。やりたかった仕事ができ、毎日楽しく仕事をしています。
- ❖野坂和馬さん
システムエンジニアになるために専門学校に通っています。自分の行動に責任が持てる大人になりたいと思っています。



医療法人社団 陵仁会

【診療科目】産科・婦人科 (小児科隣接)

えんどう 桔梗 マタニティクリニック

産科・4D超音波・婦人科他(産前・産後の教室も充実しております) 院長 遠藤 力 副院長 白戸 智洋

【診療時間】	日(第2・4)	月	火	水	木	金	土
午前(9:00~12:00)	●	●	●	●	●	●	●
午後(14:30~18:00)	休診	●	●	手術日	●	●	休診
休 診	日曜(第1・3・5)・祝祭日						

※初診の方でもご予約可(予約なしでの来院も可) 函館市桔梗5丁目7-15 TEL(0138)47-3001

http://www.endo-kikyo.or.jp/(メールフォームからのお問い合わせ可) (桔梗駅前通り中の沢小中学校前)

【施設設備】 24時間受付可能、随時福祉ハイヤー(介護士付添い)の送迎可(特別料金半額にて)、日曜(第1・3・5)・祝祭日は休診、第2・4日曜日は午前中診療、入院設備完備、駐車場52台有り、交通機関(バス)5分、めくみ幼稚園併設所下車

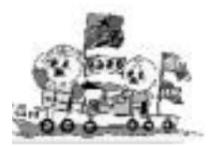
「食品事業者表示適正化技術講座」
 食品事業者は消費者の立場に立って様々な情報をわかりやすく適正な食品表示を行うことが重要です。製造業者・小売・卸業者の方を対象として開催しますので皆さんのご参加をお待ちしております。
 ◆日時／11月5日（月） 13：30～16：30
 ◆場所／北海道檜山振興局 301号会議室
 ◆参加料／無料
 ◆問い合わせ／北海道農政事務所函館地域センター
 ☎0138-26-7800

檜山管内地域意見交換会
 平成25年度からスタートする「道南連携地域政策展開方針」の次期方針について、住民の方々のご意見、ご提案をお伺いするため、意見交換会を開催します。皆さんの積極的なご参加をお待ちしております。
 ◆日時／10月23日（火） 13：30～15：00（予定）
 ◆場所／北海道檜山振興局 4階講堂
 ◆問い合わせ／檜山振興局地域政策部地域政策課（担当 千葉 ☎0139-52-6481）

「新規高卒者就職面接 in 函館」
 平成25年3月新規高等学校卒業予定者を対象とした就職面接会を開催します。
 1人でも多くの生徒が就職内定を得られるよう、事業主の皆さんの参加をお待ちしております。
 ◆日時／11月6日（火） 13：00～16：00
 ◆場所／ロワジールホテル函館
 ◆問い合わせ／ハローワーク函館
 函館公共職業安定所
 ☎0138-26-0735

「脳に損傷を受けた当事者や家族の悩みを聴く相談会」
 交通事故や頭部強打、脳の病気などの後で「以前とどこかが違う」と悩んでいませんか。脳に大きな損傷を受けると、以前とは違う変化に戸惑うことがあります。本人や家族、関係者を対象とした相談会を開催しますので、お気軽に参加してください。
 ◆日時／10月30日（火） 13：30～15：00
 ◆場所／八雲町総合保健福祉施設シルバープラザ
 ◆問い合わせ／八雲保健所 健康推進課 保健師
 ☎0137-63-2168

「漁船海難防止強化旬間」 10月1日から10月10日までの10日間！
 漁船海難の特徴として衝突、転覆海難及び海中転落が目立ち、その主な原因として見張り不十分、気象・海象の不注意等があげられます。このため、荒天日が多くなる時期を前に「漁船海難防止強化旬間」を展開し、漁業者及び漁業関係者に対して、安全運航、安全操業を呼びかけています。
 ☆操業が終わって帰港する時は、気が緩みがちになります。居眠りに十分注意し、見張りを確実にし衝突海難を防止しましょう。
 ☆転覆海難を防止するため、最新の気象情報を入手し無理のない操業を行いましょう。
 ☆海中転落した場合、ライフジャケットを着用していれば救助される可能性が格段に高まります。大切な命を守るため、ライフジャケットを常時着用しましょう。
 ☆漁に出る際は、海水に浸かっても使用できるよう、防水型又は防水パックに入れた携帯電話を身につけ、もしもの時のために『118番』を有効活用できるようにしましょう。
 【問い合わせ先 瀬棚海上保安署 TEL0137-87-3999】



**この町の『介護』という大きな木の
 何本かの枝として その役割を果たしていきたい
 私たち介護職は 一枚一枚の葉として様々なことを吸収し
 『介護』という大きな木が育つ力になっていきたい**
 有限会社ケアステーションせたな

＜弊社の事業所紹介＞
 第4回目は、「訪問介護事業所ケアステーションせたな」と「居宅介護支援事業所ケアステーションせたな」です。
 「訪問介護事業所ケアステーションせたな」は、平成14年10月に開設し、スタッフは、介護福祉士1名、訪問介護員1級1名、訪問介護員2級4名の計6名です。
 「居宅介護支援事業所ケアステーションせたな」は、平成16年6月に開設し、スタッフは、介護支援専門員1名です。
 スタッフの想い：利用者の皆さんが、住み慣れた自宅、慣れ親しんだ地域で、ご自分の想い・希望を大切に、安心して笑顔で過ごしていただけるよう、お手伝いしていきたいと思っております。
 弊社では、介護相談・認知症相談を受けております。（電話：87-2710）
 代表取締役 樋口省三（介護支援専門員、認知症ケア専門士）



「里親」になってみませんか？



10月は「里親を求める運動」を展開中！

子どもの健やかな成長には、家族の暖かい愛情が必要です。しかし、親の病気や離婚あるいは不適切な養育などさまざまな事情により、家庭で生活できない子どもたちがいます。「里親制度」とは、こうした子どもたちを自分の家庭にあたたかく迎え入れ、豊かな愛情と理解により子どもを養育する、児童福祉法に基づいた制度です。子どもが大好きで、養育に対する熱意があり、明るい家庭をお持ちの方（原則としてご夫婦）、里親になってみませんか？里親になってみたい、もっと詳しいことを聞いてみたいとお考えでしたら、児童相談所にお問い合わせください。

■問い合わせ先
 北海道函館児童相談所（北海道渡島総合振興局保健環境部児童相談室）
 函館市中島町37号8番 ☎0138-54-4152

ヒグマに注意



野山に入るときはヒグマと遭遇を避ける対策をしよう

北海道には、ヒグマが広く分布・生息しています。秋には、キノコ採りやハイキング、紅葉狩り、また、魚釣りなどで出かけることが多くなりますが、野山でのヒグマによる人身事故を防ぐため、次のことに注意しましょう。

- ヒグマの出没情報に注意する。
- 一人で野山に入らない。
- クマよけの鈴などで音を出しながら行動する。
- 薄暗いときに野山に入らない。
- 生ゴミは必ず持ち帰る。

「訴訟と調停」

法テラス 八雲通信 No.3

法テラス 八雲法律事務所 弁護士 森田

▽借金や土地、婚姻関係等をめぐるトラブルを解決するのにはどのような方法があるのでしょうか。▽隣人・知人のトラブルは、裁判所に出かけなくても、話し合いで解決できる場合も少なくありません。話し合いがうまくいかず、話し合いができていない場合は、当事者だけで話し合えば、妥協点を交えて話し合えば、妥協点が見つかるかもしれません。▽調停でも話しがまとまらないうときは、裁判所で「訴訟」という手続きをとる必要があります。訴訟では、裁判官が当事者の言い分を聞いて最終的な判断をします。▽これらの他にも、問題解決の方法には様々なものがあります。お困りの問題にどんな解決方法があるか知りたいたときは、「法テラス八雲法律事務所（050-3338383）」または、「法テラス八雲法律事務所（050-3338383）」まで、ぜひご相談予約のお電話をお待ちください。

8/25・26 第19回全道少年軟式野球選抜大会檜山支部地区予選大会

北檜山ラウドネス 太陽グループ杯2年ぶり2回目の優勝

太陽グループ杯争奪第19回全道少年軟式野球選抜大会檜山支部地区予選大会が厚沢部町で行われ、北檜山ラウドネスが優勝し、9月15・16日函館オーシャンスタジアムで行われる北海道大会の出場を決めました。

2回戦、準決勝は、1点差の接戦で勝ち進みましたが、決勝では大量得点で見事優勝。暑い中での熱い戦いで2年ぶり2回目の北海道大会への出場権を勝ち取りました。



8/28 瀬棚海上保安署長より表彰

人命救助の功績をたたえて9名の皆さんが表彰

瀬棚海上保安署で、人命救助の功績のあった方々に対する表彰式が行われました。

8月21日、鵜泊漁港沖で作業船第5新高丸乗組員の海中転落事故の発生情報を受けて直ちに現場へ急行し、海中転落者1名を無事救助した功績が認められ、瀬棚海上保安署長より表彰されました。

- | | |
|---------------|---------------|
| 瀧澤 昌彦さん(北檜山区) | 瀧澤 俊明さん(北檜山区) |
| 加賀谷明朗さん(瀬棚区) | 加賀谷俊明さん(瀬棚区) |
| 加賀谷 翔さん(瀬棚区) | 渡辺 義昭さん(瀬棚区) |
| 斉藤 博さん(瀬棚区) | 工藤 弘さん(瀬棚区) |
| 佐藤 潔さん(瀬棚区) | |



9/1 園児の元気な声が響きました！

あっぱれ！メダル獲得！大成保育園大運動会

灼熱の太陽が照らすグラウンドで、大成保育園『うんどうかい』が行われました。

この日のために、「かけっこ」や「お遊戯」など、毎日練習してきた園児たち。元気よく入場したあと「はとぼっほ体操」で準備を終え、走ったり、飛んだり、踊ったり一生懸命頑張りました。

「転んでも泣かないで最後まで頑張ります！」と宣誓した園児たち、全員最後まで頑張ったごほうびにメダルをもらい笑顔で今年の『うんどうかい』を終えました！



9/4 北檜山小学校鼓笛隊交通安全の願いを込めて行進

三者合同秋の交通安全運動・パレードで啓発活動

せたな地区安全運転管理者協会、北檜山ライオンズクラブ及びせたな町建設協会の三者合同による秋の交通安全運動として北檜山小学校鼓笛隊による交通安全パレードが行われました。

約70名の児童達と三者の関係者は、役場前を出発し国道230号北檜山分岐点を經由、北檜山小学校正門までの長い道のりを、綺麗な隊と素敵なバンドの音色で交通安全への願いを込めて行進し、啓発運動を行いました。



8/22 道路愛護への功績が認められ道路功労者伝達式

北檜山フラワー部会・瀬棚区コミュニティ推進協議会表彰

北檜山フラワー部会(会長 大口 義孝)と瀬棚区コミュニティ運動推進協議会(会長 濱口 多喜雄)が、道路の愛護、環境整備への功績が認められ、北海道開発局から道路功労者表彰が贈られました。

北檜山フラワー部会は、昭和63年から花いっぱい運動に取り組んでおり、地域の花壇に35,500株の花の植栽を行っています。この他、定期的に除草やゴミ拾いなどの清掃活動を行い、道路環境の美化に貢献されています。また、地域の学校や幼稚園などと協力し、美しい町づくりだけでなく、地域のコミュニケーションづくりにもつながる活動が認められ、道路協会長表彰を受賞しました。

瀬棚区コミュニティ運動推進協議会は、平成7年から美化清掃活動に取り組み、「花のまちづくり運動」を行ってきました。また、地域の世代間交流、ボランティア意識の向上を目的に継続した取り組みが認められ、北海道開発局長表彰を受賞しました。



写真左：北檜山フラワー部会 副会長 大堀正義さん
写真右：瀬棚区コミュニティ運動推進協議会 会長 濱口多喜雄さん

8/24 シーズンを終えた三本杉海水浴場

北檜山中学校1年生が清掃ボランティア活動

北檜山中学校1年生38名が三本杉海水浴場で清掃ボランティア活動を行いました。

この日は、北檜山中学校から瀬棚郷土館までまず徒歩で移動！「せたな町を知ろう」をテーマに瀬棚区の歴史を知るため郷土館を見学し、その後、荻野吟子の開業跡地、立象山、アレウト号慰霊碑など、班ごとに瀬棚区内の歴史に触れ、三本杉海水浴場に集合しました。

海水浴やキャンプシーズンが終わった海水浴場をきれいにしようと、ペットボトルや空き缶、木くずなど8袋のごみを拾いボランティア活動を行いました。



8/24 瀬棚漁火公園ゲートボール場で熱戦！

北部檜山シルバー交通安全ゲートボール大会開催

第25回北部檜山シルバー交通安全ゲートボール大会が、瀬棚区漁火公園ゲートボール場で行われました。

この大会は、せたな地区交通安全協会連合会(会長 桂田富次)が主催となり、交通安全思想の普及と、地域住民と高齢者の交通事故の未然防止に努めることを目的として行われています。

開会式では、来賓として高橋町長や長崎俊一せたな警察署長が出席し、交通事故の防止についてのメッセージを送りました。せたな町と今金町から参加した6チーム、40人の選手が、白熱したチームプレーを展開しました。





「カヌー川下り体験」 ～B & G瀬棚海洋クラブ事業～

9月2日(日)、後志利別川下流域を会場にB & G瀬棚海洋クラブ事業「カヌー川下り体験会」が行われ、町内小学生が参加しました。

この体験会は、カヌーの楽しさや自然の美しさを知ってもらうとともに、水の事故ゼロ運動の推進を目的として実施されました。当日は、天気にも恵まれ、カヌーと自然を満喫しました。



「第7回せたな町民ソフトボール大会」



▲優勝 AF組チーム

9月2日(日)北檜山スポーツ公園で第7回せたな町民ソフトボール大会が開催され、9チーム(約150名)が参加しました。

試合は珍プレー、好プレー、ホームランもたくさん出ていて大会は大変盛り上がりしました。

大会終了後は、各チームが秋の味覚を楽しみながら交流を深め、スポーツの秋、食欲の秋を満喫することができた良い1日になりました。



▲準優勝 寿町宝寿山チーム

大会結果

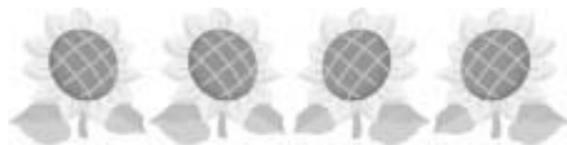
優勝	AF組チーム
準優勝	寿町宝寿山チーム
第3位	新栄山ソフトボール部チーム
第3位	道南ロイヤル病院チーム



Picture book

ボランティア募集!!

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、またブックスタートバ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。連絡をお待ちしています。



■問い合わせ・申込み先
生涯学習課 ☎0137-84-5111 瀬棚教育事務所 ☎0137-87-3322 大成教育事務所 ☎01398-4-5511

「せたな町国際交流のつどい」

8月24日(金)～9月1日(土)、台湾とタイから2名の留学生が来町し、北檜山区内の各ご家庭(ホストファミリー)で充実した9日間を過ごしました。

滞在期間中は、玉川小学校・若松小学校・小倉山小学校の3校で交流を深めたほか、北檜山いきがい学園のクラブ活動に参加するなど、せたな町民と触れ合うことができました。

また、せたな町内を視察し、町の歴史や伝統文化を学んだほか、茶道や陶芸、絵手紙などの文化活動やマリンスポーツ(ボート・マリッジット)を体験し、せたな町内で行われている特色ある活動を学び、見聞を広げることができました。



▲写真右: シュ・ウェイリンさん(台湾) 北檜山区若松 澤田堅一さん宅でのホームステイ
写真左: ウィム・ファン・ファン・ファンさん(タイ) 北檜山区北檜山 山崎和也さん宅でのホームステイ



▲8/27 玉川小学校との交流



▲8/29 若松小学校との交流



▲8/30 小倉山小学校との交流

「生命の大切さ。」 戦場カメラマン 渡部 陽一 ～せたな町文化講演会～



8月27日(月)せたな町文化講演会が町民ふれあいプラザを会場に開催されました。

テレビなどでおなじみの、「戦場カメラマン渡部陽一さん」を講師に迎え、「生命の大切さ。」をテーマに講演を行いました。

渡部さんは「どうして戦場カメラマンになったのか」「戦場の子どもたちの悲惨な状況を世界の人に知ってもらいたい」など、学生時代からのエピソードや経験を身体全体を使いながら舞台狭くと動き回ってお話されました。

鑑賞に訪れた来場者は約400名で、大変盛況な講演会となりました。

「高齢者大学修学旅行」

8月29日(水)～30日(木)札幌・小樽方面を研修地とし、北檜山いきがい学園、大成くおん大学の学生37名が参加しました。

札幌市では、89年ぶりに北海道へやってきた「木下サーカス」を観覧し、2日目の小樽市では「田中酒造」「旧日本郵船」「旧青山別邸」を見学し、歴史や文化に触れ大変有意義な研修となりました。

帰りのバスを降りる参加者の手には抱えきれないほどのおみやげと、この2日間のたくさんの思い出を持って家路につきました。



あなたの視生活は大丈夫？

眼 精 疲 労



目がしょぼしょぼする…いつもの事だからと油断は禁物

「目が疲れてしょぼしょぼする…」目が痛い…と感じることは、日常生活の中で皆さん経験していると思います。が、いつの間にか症状が良くなり、あまり気にすることなく過ごしている方も多いのではないのでしょうか。しかし、中には症状が長く続いたり、体に悪影響を及ぼす場合があります。これを「眼精疲労」と呼び、すぐに症状が改善する「眼の疲労」とは区別されます。

「眼精疲労」は生活習慣を変えるとか、病院を受診するなど何か手を打たなければ自然に治ることはなく、悪化すると吐き気や頭痛など日常生活に支障をきたす可能性もあります。また、背後に目や体の病気が潜んでいる場合もありますので、「ただの目の疲れ」と思わずに早めに病院を受診するようにしましょう。

4つの原因

① 目の病気が…
眼精疲労を訴える方の目を検査すると、目に隠された病気がある場合があります。

例えば、近視や乱視、老眼があるのに矯正をしていなかったり、今ある眼鏡の度数があつていなかったり、目の表面が乾燥するドライアイ、眼圧があがる緑内障などの病気があげられます。

② 体の病気が…

むし歯や歯周病、耳や鼻の病気、自律神経失調症、更年期障害なども眼精疲労の原因になります。

③ 使い過ぎ…

当たり前の事ですが目は使えば使うほど疲れます。テレビ、パソコンを持つ家庭が増えたり、携帯電話、スマートフォンなど、生活が便利になってきている反面で眼を酷使することが増えて

今月の担当
大城区
清水美千子
です

④ 精神的なストレス…
ストレスが強くなるとイライラする。眠れないという精神的症状の他にも血行不良等から目に症状がでてくる場合があります。

3つの対策

① 眼鏡、コンタクトはきちんとあつている？

定期的に視力検査を受けてきちんとあつているか、また眼鏡をかけていない人も視力が悪くなつていないか調べましょう。

② 視環境や、視生活をチエック！

パソコンや携帯電話を使う時の姿勢をチエックしてみましょう。パソコンを使用した時はこまめに休憩をとって目を休ませるようにしましょう。画面をじっと見ていると瞬きの回数が減ってドライアイを引き起こします。

また眼をゆつくりと休ませるためにも睡眠をきちんととるようにしましょう。目をたくさん使っているのに、休ませる時間が少ないと疲れがたまっていくのも当然の事です。

2つのスッキリ

① 眼が疲れているときは温かいタオルを乗せるようにしましょう(充血している時は冷たいタオルが有効的です)。

② 目の周りの骨を指で押さえて気持ちいいと感じる部分を押しください。(眼球を抑えないように注意です)。

見える事が当たり前で普段はそれほど意識していませんが、眼は私たちが得る情報の80%を担っている大切な感覚器官です。
10月10日は眼の愛護デー
この機会に自分の目の生活を見直してみようか？

「コリドー」交流情報館 「行ってみよう!」となりまち

長万部町 第50回長万部町総合文化祭

文化祭が開催されます。舞踊や太鼓など多彩な発表がある「舞台部門」、絵画や写真など力作が揃う「展示部門」、手打ちそば実演やバザー、野菜販売などで賑わう「実演・販売部門」と町内外を問わず楽しめます!お誘い合わせのうえ、多数のご来場をお待ちしております! ●日時/11月3日(出)9時~17時/4日(回)9時~16時/30分 ●場所/学習文化センター(舞台部門)/ファミリースポーツセンター(展示部門)/福祉センター(実演・販売部門) ※出展・出演・出店は長万部町民のみとなります。また野菜販売は4日10時売切れ次第終了。 ●お問い合わせ先/教育委員会社会教育グループ ☎01377・2・2748

八雲町 第23回やくも大漁秋味まつり

八雲の秋の一大イベント「やくも大漁秋味まつり」。復興感謝祭として実施。サケや水産加工品、八雲の物産を格安販売!また、特設ステージを中心に歌謡ショウや復興記念もちまき大会、豪華景品の当たるゲームが盛りだくさん。ご家族・ご友人と一緒にいかがですか? ●日時/10月28日(回)9時~13時 ●場所/八雲漁港特設会場 ●お問い合わせ先/八雲町漁業協同組合 ☎01377・623101

八雲町熊石地域 八雲町熊石地域 試してみよう!熊石海洋深層水

海洋深層水は、熊石漁港内の熊石海洋深層水総合交流施設で行い、ポリタンクやペットボトルなどへの小口分水と車両に積載された大型タンクへの大口分水の2種類の分水施設があります。さまざまな効果が期待されていますので、この機会にぜひお試しください。 ●町外利用者/小口分水 ↓ 一般用(20L) 100円・業務用(1m) 600円・大口分水 ↓ 一般用(1m) 600円・業務用(1m) 600円 ●分水時間/平日の9時~17時 12月~3月・年末・年始は分水できません ●お問い合わせ先/熊石海洋深層水総合交流施設 ☎01398・2・2300

今金町

紅葉を眺めながら 「奥美利河温泉山の家」

春・夏はひと味違う秋の奥美利河温泉山の家、紅葉を眺めながら露天風呂につかり心身共にリフレッシュしてみたいかがあります。 ●日帰り入浴/大人300円/小学生150円/幼児無料 ●宿泊/大人6240円/小学生5565円 ※冬期間休業のため10月いっぱい営業となっております。ぜひお早めにご利用ください。 ●お問い合わせ先・お申し込み先/クラブザピリカ ☎01377・837111

せたな町北檜山区 旬な新鮮食材などが大集合 「せたな町食と産業まつり」

旬な新鮮食材・加工品・珍しい食材などが1つの会場に集結!せたな町が誇る多数の食材を知る機会としてぜひご来場ください。ピンコ大会やどんの実演もあるよ。 ●開催日/10月13日(土)10時~14時 ●場所/せたな町民ふれあいプラザ ●お問い合わせ先/せたな町産業フェスタ実行委員会(事務局/せたな町役場産業振興課 ☎01377・845111)

せたな町瀬棚区 公営温泉浴場「やすらぎ館」

弱アルカリ性温泉で、冷え性、神経痛、火傷などに効き目があります。美肌効果がある成分も含まれているそうです。 ●場所/瀬棚区本町(旧国鉄瀬棚駅跡地) ●営業時間/10時~21時まで ※毎月第1・3月曜日定休 ●入浴料/大人360円/中人140円/小人70円 ●お問い合わせ先/やすらぎ館 ☎01377・873841

せたな町大成区 国民温泉保養センター

広大な自然取潤沢谷の保養温泉地に位置する身心もあつたかになる温泉。お風呂から眺められる四季折々の景色、周辺には遊歩道や公園もあり、大成の自然を満喫できます。 ●場所/せたな町大成区貝取潤 ●入浴料/大人360円/小人100円 ●お問い合わせ先/国民温泉保養センター ☎01398・4・6327

【特定健診伝言板】



皆さんこんにちは!
チュン介だよ!

10~11月の各種検診のお知らせだよ。
お申込みは、各区の保健師まで!

- 〈子宮がん検診〉
 - 10月27日(土):健康センター
 - 11月25日(日):瀬棚保健センター
 - 11月26日(月):大成町民センター
- 〈乳がん検診〉
 - 10月28日(日):瀬棚保健センター
 - 11月3日(土):健康センター
 - 11月4日(日):大成町民センター
- 〈総合健診:特定健診・胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診など〉
 - 11月17日(土):若松基幹集落センター(イエローパレス)
 - 11月18日(日):丹羽活性化センター(水仙パレス)

※乳がん、子宮がん、大腸がん検診の無料クーポンや肝炎ウイルス検査の無料ハガキが届いている方は、ぜひ検診を受けとね。

「がん検診」のお話。

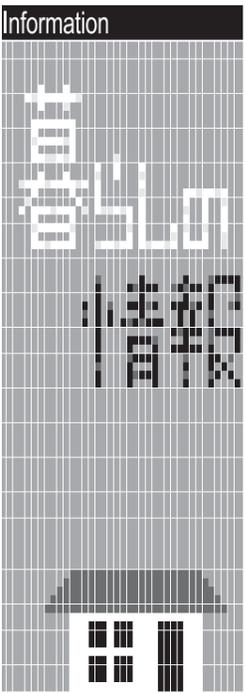
毎年、胃・肺・大腸・前立腺がん検診は特定健診と一緒に、乳・子宮がん検診は単独で行っています。がんの種類によりますが、50歳以降が発病しやすい年齢で、生活習慣病を気にする年齢と同じような年代です。

せたな町では、特に「前立腺がん」がこの数年、数名ずつ発見されています。前立腺がんの発病しやすい年齢は60歳代以降と言われ、中高年に多い病気ですが、早期発見の観点から言うと、50歳代から検診を受けたいほうがよいと言われています。

残尿感や尿が出るまでに時間がかかるなどの症状の有無に関わらず、一度検査を受けてみませんか?検査方法は、血液の検査で、料金は2,000円です。

特定健診と一緒に受診されてもいいですし、がん検診だけの受診も大歓迎です。ぜひこの機会に各種がん検診を受診してください。

- 北檜山区 健康センター ☎0137・84・5984
- 大成区 大成総合支所 ☎01398・4・5511
- 瀬棚区 瀬棚総合支所 ☎0137・87・3311



ご利用ください

無料調停相談のお知らせ

金銭・売買・土地建物・サラ金借関係、交通事故による損害賠償、家庭内・親族間のなど、身近な紛争に関する調停手続の利用について、ご相談ください。

●開催日時

・10月5日(金)10時～15時
江差町文化会館会議室

●問合せ 江差簡易裁判所庶務課
☎0139・52・0174

●利用ください

・10月18日(木)10時～15時
八雲町公民館2階

●問合せ 八雲簡易裁判所・函館家庭裁判所八雲出張所
☎0137・62・2494

●利用ください

●法律・登記相談のお知らせ(事前予約制)
相続・贈与・売買・会社設立・債務整理・成年後見等心配ごとについてご相談ください。

●問合せ 八雲保健所健康推進課
☎0137・63・2168

さい。どなたでもご自由に相談できます。(相談無料・事前予約制)

●日時

・10月10日(水)10時～12時

●予約締切

・10月5日(金)(先着4名まで)

●場所/ふれあいプラザ

●担当相談員/司法書士 森 奈津美

●予約先 役場総務課総務係

☎0137・84・5111

●利用ください

●精神保健相談(心の健康相談)の実施について
八雲保健所では、精神保健及び同障がい者福祉に関する相談を実施します。

●日時

・10月11日(木)13時～15時

●場所/八雲保健所

●相談員/精神科医師又は心理相談員

●問合せ 八雲保健所健康推進課
☎0137・63・2168

●利用ください

●全道一斉「無料法律相談会のお知らせ(予約制)」
法的トラブルを解決するための情報やサービスを受けられるよう無料法律相談を開催します。(事前予約)

●日時/10月17日(水)

13時～16時まで

●場所/ふれあいプラザ

●相談料/無料

●申込受付期間/10月1日～5日

●予約先 役場総務課総務係

☎0137・84・5111

●予約先 役場総務課総務係

☎0137・87・3311

●予約先 役場総務課総務係

☎01398・4・5511

●予約先 役場総務課総務係

☎01398・4・5511

●利用ください

●函館裁判所出張手続案内の開催について
函館裁判所から職員が出張し住民の皆様を対象とした出張手続案内を行います。(予約制)

●日時

・10月18日(木)13時～16時

●場所/瀬棚総合福祉センターやすらぎ館

●予約方法/10月11日(木)までに函館地方裁判所事務局総務課まで

課長まで電話でお申込みください。

●問合せ 函館地方裁判所
☎0138・38・2372

●利用ください

●北檜山職業相談室での取り扱いについて
雇用保険受給手続から認定・給付まで、ご本人の申し出によりハローワーク八雲で受付が出来ますのでご利用ください。

●派遣日時
・10月24日(水)13時～17時
・10月25日(木)9時～12時

●問合せ 北檜山職業相談室
☎0137・84・5724

●問合せ ハローワーク八雲
☎0137・62・2509

●問合せ ハローワーク江差
☎0139・52・0178

●活用ください

●「国の教育ローン」のご案内(日本政策金融公庫)
「国の教育ローン」は、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子

行政相談のお知らせ

「秋の行政相談週間」10月15日(月)～21日(日)

行政相談週間にちなんで、次のとおり特設行政相談所を開設します。毎日の暮らしの中で、国の役所や特殊法人などが行なっている仕事について、困っていること、納得できないこと、意見をお持ちの方はお気軽においでください。相談は無料で、秘密は守られます。

【相談内容】
年金、老人保健・福祉、道路、登記、郵便、消費者保護、雇用保険、役所の窓口サービス等

- 行政相談委員/山田卓哉さん
 - ・10月16日(火) ふれあいプラザ
 - ・10月17日(水) やすらぎ館(瀬棚区)
 - ・時間は、上記いずれも10時～11時です
- 行政相談委員/西村スミ子さん
 - ・10月18日(木) 大成町民センター
 - ・時間は14時～16時です

戸籍の窓口

(8月1日～8月31日届出)



お誕生おめでとう

- 栗城あずみちゃん(将勝) 若松
- 伊瀬 音羽ちゃん(亮) 豊岡
- 笠谷 彩巴ちゃん(真悟) 北檜山

おくやみ申し上げます

- 廣瀬 はるさん(95歳) 北檜山
- 藤谷 正志さん(77歳) 都
- 金子 真さん(69歳) 北檜山
- 森本 静枝さん(84歳) 北檜山
- 小澤吉太郎さん(74歳) 徳島
- 櫻井壽美子さん(83歳) 本町5区
- 西村 アヤさん(74歳) 三本杉
- 磯野 五郎さん(80歳) 宮野

この欄に掲載されている方は、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

8月末現在(前月比)

人口	9,344人 (-11)
男	4,404人 (-3)
女	4,940人 (-8)
世帯	4,519世帯 (-3)

地域包括支援センターからのお知らせ

高齢者の権利擁護研修会(高齢者の権利を守る研修会)
「老後の安心! 老い支度について考えましょう」
～後見人、遺言、尊厳死、葬儀などについて～

- 講師: ゆあさ社会福祉士事務所 所長 湯浅 弥氏
- 場所: 健康センター
- 日時: 10月29日(月) 13:30～15:30

戸籍年金係からのお知らせ

後納制度(国民年金保険料の納付可能期間の延長)の納付が始まります

◆これまでは、国民年金保険料を納め忘れたまま2年を超えると、保険料を納めることができませんでしたが、**本年10月から3年間に限り、過去10年以内の納め忘れた保険料を納めることができる**、後納制度が始まります。(納付期間は、平成24年10月1日から平成27年9月30日までの3年間です。)

◆過去10年以内の保険料を納めていただくことで、将来の年金額を増やしたり、年金の受給権につなげることができるようになります。また、平成27年10月からは受給資格期間が10年に短縮されることが予定されています。これまで受給資格期間を満たさなかった方が年金を受給できる場合や、後納制度を利用することで受給できるようになる場合があります。

※後納制度は事前申し込みが必要ですが、審査の結果、後納制度による納付をご利用いただけない場合があります。

詳しくは『国民年金保険料専用ダイヤル:0570-011-050』または函館年金事務所へお問い合わせください。

函館年金事務所による年金相談(完全予約制)

- ◇日時: 10月3日(水) 11:00～15:20
- ◇会場: せたな町役場

◆将来のため、もしものために国民年金保険料を納めましょう
◆わからないことは、戸籍年金係までお気軽にご相談ください

- 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)

忘れないで納期限
個人町・道民税 第3期
国民健康保険税 第4期
納期限は
10月31日(水)です
忘れずに納めましょう



こちらが集魚効果の期待が大きい、高層魚礁です。



魚礁のまわりには円筒魚礁も設置されます。

8月22日、久遠漁港で北海道日本海沿岸（離島を除く）で初の鋼製高層魚礁が完成しました。
この完成にあわせて、久遠小学校の児童5・6年生21名が、大成地域マリンビジョンの一環として、魚礁の製作方法や歴史、魚礁の効果や生態を学習しました。
高さ約15m、幅約13mの魚礁を目の前にすると、児童たちはその大きさに驚いていましたが、説明を聞く

様子は真剣そのもの。この日は、漁業者も見学し魚礁の効果を再認識していました。
魚礁は主にメバル類専用で、今年度1基、25年度2基、26年度2基が貝取潤沖に投入される予定です。
通常は、敷地内に入ることはできませんが、今回は施工業者である前田組さんのご厚意により見学させていただきました。

こんなことも…

町内の前浜では、国の「環境・生態系保全活動支援事業」を活用し、磯焼け対策に取り組んでいます。漁業者が中心となり取り組んでいる藻場（沿岸に形成された様々な海草・海藻の群落）の保全活動に対して、国・道・町が平成21～25年度まで支援しているものです。

瀬棚・太櫓・久遠・貝取潤の4地区の磯焼けとなっている海域に、栄養塩類の供給としてイカゴロを海中に投入しているほか、密集している海域のウニを採取して海藻の種苗を保護する取り組み、また磯焼け海域に成熟したコンブの胞子を供給する活動などを行い豊かな前浜を目指し努力しています。



イカゴロを海中に投入



ウニの密度管理作業

編集後記

▼今年ほど残暑の厳しい年はなかったのではないでしょうか。お盆が過ぎれば、9月になればと、一気に肌寒くなる覚悟で蒸し暑さに耐えていました。いっつも暑い。▼今月は農業にたずさわる皆さんの話をうかがうことができました。私は暑い冬の寒い冬の、ただ感じるままをあいさつ代りに言葉にしていくだけです。雨や風、自然を受け入れながらお仕事をされている皆さんのお話しには、だからこそ自信というか、信念というか、こだわりを感じました。忙しい時期だということに押しかけて話をうかがったにもかかわらず嫌な顔もせず対応していただきました。ありがとうございます。▼四季それぞれの良さがあふれる「実りの秋」はいいですね。広報が届く頃には「寒くなつたね」「なんて言うているの」でしょうか。(濱野)

