

# せたな



移住体験から地域おこし協力隊 そして就農 阿江 邦彦さん  
 狩猟免許取得の助成について  
 宅地分譲地のお知らせ  
 マイナンバーカードをお持ちでない方へ  
 栄養士からの健康アドバイス  
 歯と口の健康を考える～歯周病と糖尿病の関係～  
 TOPICS、暮らしの情報 ほか

表紙©瀬棚保育所「手に自作のこいのぼり」の様子 ※詳しくは広報見聞録をご覧ください



せたな町公式マスコットキャラクター  
セターナちゃん

未来

# 移住体験ツアーから地域おこし協力隊 そして就農第1号 牧場主へし協力隊 阿江

## 邦彦さん



4月27日(火)、せたな町民ふれあいプラザにおいて、阿江牧場誕生祝賀会が行われました。

これは、せたな町農業担い手受入協議会が主催したもので、当日は、新型コロナウイルス感染症の影響により、飲食はなく、町内の酪農関係者が激励し、阿江邦彦さんの就農と阿江牧場の誕生を祝いました。

阿江さんは、兵庫県出身で酪農学園大学を卒業後、「将来、酪農をやりたい」と考えながら、畜産業に係る会社に勤めていました。

また、観光で訪れた時に目にしたせたなの海や牧場の風景が印象的で、平成30年1月に参加した「移住体験ツアー」で酪農ヘルパーの仕事ができることを知り、地域おこし協力隊に応募、翌年4月、妻うつきさん、長男陽介君とともにせたな町に移住しました。

地域おこし協力隊として、せたな酪農ヘルパー利用組合の酪農ヘルパー等支援員業務に従事しながら、酪農家に必要な知識と技術、先輩酪農家

とのつながりを得ました。

令和2年11月、「JA畜産経営継承支援事業」を活用し、JAきたひやまから牛舎と育成牛1頭、初任牛6頭の引き渡しが行われ、就農への第1歩が始まりました。



令和3年4月、「阿江牧場(Sunset Farms)」が誕生、酪農ヘルパーを卒業し、乳牛27頭とともに牧場主としての生活が始まりました。

新規就農した阿江さん夫妻は、「私たちがたくさんの人に助けってもらったように周りから頼ってもらえるような酪農家になりたい。そんなゆとりが出来るように、一つずつ課題解決に取り組み、牛も人も健康な牧場作りを目指していきたい」と今後の抱負を語ってくれました。



## 自衛官募集相談員の委嘱が行われました

4月14日(水)、役場第一会議室において、自衛官募集相談員の委嘱式が行われました。

自衛官募集相談員は、自衛隊地方協力本部が行う自衛官の募集に対して、幅広い広報や情報提供など行っています。

今回は、6人の相談員に対して高橋町長と久保函館地方協力本部長の連名により委嘱が行われ、当日は委嘱式に出席した3人の相談員に対して委嘱状が手渡されました。

相談員一覧		
長門 紀夫	鶴入 泰宏	板谷 利雄
熊野 主税	坂上 鉄夫	澁谷美千代



板谷相談員

鶴入相談員

長門相談員

## 新家子幸市さんが自然公園功労者環境大臣表彰を受賞

4月16日(金)、役場応接室において、自然公園関係功労者環境大臣表彰伝達式が行われ、北海道檜山振興局 高橋茂紀くらし・子育て担当部長から北檜山区の新家子幸市さんへ表彰状が手渡されました。

これは、新家子さんが昭和60年から35年にわたり、自然保護監視員として狩場茂津多道立自然公園のせたな町地域を巡回し、標識の点検や動植物の観察、公園内の美化活動など地道な活動が認められたものです。

令和2年度は、全国で25人が表彰され、北海道内では1人でした。



## 行政相談委員の委嘱状伝達式が行われました

令和3年4月1日付で、北檜山区の森奈津美さんが総務大臣から行政相談委員に委嘱され、4月19日(月)、役場応接室で伝達式が行われました。

行政相談委員は、行政についての困りごとの相談や情報提供を行っています。

当日は、北海道管区行政評価局 小林浩二函館行政監視行政相談センター所長から委嘱状が手渡されました。



## 小池 武博さんが北海道指導林家に認定

5月10日(月)、役場応接室において、北海道檜山振興局 渡部芳久森林室長から北檜山区の小池武博さんに北海道指導林家の認定証が手渡されました。

これは、模範的な施業技術を有している林家を知事が認定するもので、小池さんが樹木の成長調査を行うほか、森林の育成方法や再生に取り組み、地域に密着した山づくりを努めていることが認められたものです。

小池さんは「いろいろな活動に積極的に参加しながら、子どもたちに自然や森林の大切さを伝えたい」と今後の抱負を語ってくれました。



令和2年度  
北海道指導林家認定証交付伝達

## （株）高橋建設から寄附金 がありました

4月12日（月）、役場応接室において、株式会社高橋建設せたな本店 専務取締役本店長 坂下正治氏からせたな町へ100万円の寄附がありました。

これは、同社が日ごろからお世話になっている地域への感謝の気持ちとして、産業担い手育成に役立ててほしいと寄附されたもので、当日は坂下本店長から高橋町長へ目録が手渡され、高橋町長から坂下本店長へ感謝の気持ちが伝えられました。  
寄附金は、せたな町の担い手育成のために活用されます。



## （株）三和建設からプレハブの寄附

4月7日（水）、株式会社三和建設 代表取締役大野一氏からせたな町へプレハブ2棟の寄附がありました。

これは、同社が町民憩いの場であるパークゴルフ場の休憩施設として利用してほしいと寄附されたもので、大成パークゴルフ場に設置させていただきました。



## 日本郵便（株）から郵便創業150年記念切手の贈呈

5月10日（月）、役場応接室において、日本郵便株式会社 加藤健北檜山郵便局長から「切手趣味週間・郵便創業150年」オリジナルフレーム切手が贈呈されました。

これは毎年「切手趣味週間」に発行している切手で、今年も郵便創業150年にあたることから明治初期の郵便の様子が描かれた「郵便取扱の図」などを題材としています。

寄贈いただきました切手は、役場本庁舎2階総務課窓口を設置していますので、訪れた際には、ぜひご覧ください。



## 児童手当現況届のご案内

# 提出締め切りは6月30日〈水〉まで

6月1日現在で児童手当を受給している方は、提出期日までに現況届を提出していただくことになっています。

この届けは、児童手当を引き続き受ける要件があるかを確認するためのもので、この届けの提出がないと、10月期以降の児童手当の支払いが差し止めとなります。

手続きが必要な方には、個別案内を郵送しますので、必ず手続きをお願いいたします。



児童手当について  
お気軽にご相談ください

本庁 町民児童課 児童福祉係  
瀬棚支所 福祉係  
大成支所 福祉係

☎ 0137-84-5113  
☎ 0137-87-3311  
☎ 01398-4-5511

◎暑くなるとスズメバチの活動が活発になります

## スズメバチにご注意を!!

### ◆ハチの巣の駆除業者のご紹介

町では、委託業者による蜂の巣の駆除を行っています。

駆除期間は、6月から10月末までの間で、自宅敷地内などでできた蜂の巣を駆除したい場合は、蜂の巣のある場所を確認の上、次の駆除委託業者まで直接ご連絡ください。なお、駆除の際は必ず立会いが必要となります。

また、自宅敷地外や駆除期間外の場合は、土地の管理者か町担当窓口までご相談ください。

※駆除した際、駆除負担金として2,200円(税込)を負担していただきます。



### 蜂の駆除委託業者

町内全域  
有限会社マーク  
(北檜山区北檜山 136-1)  
●平日の連絡先  
0137-84-6333 (会社)  
●休日の連絡先  
090-9087-0784 (狩野)

問い合わせ先

本庁 町民児童課 環境衛生係  
瀬棚支所 庶務係  
大成支所 庶務係

☎ 0137-84-5113  
☎ 0137-87-3311  
☎ 01398-4-5511

## ノーネクタイデーで省エネ対策

9月30日まで実施中

役場ではエネルギー消費が増大する夏季にあわせ、省エネルギー対策として「ノーネクタイデー」を実施しています。

実施期間中の職員の服装については、暑さをしのぎやすい、ネクタイ着用のない省エネ服装としておりますのでご理解願います。

また、期間中役場で行われる会議へ出席される皆さんにおかれましても軽装でご出席ください。

担当：総務課総務係 ☎ 0137-84-5111

## 日本赤十字社資募集のお礼と報告

令和2年度の社資募集につきましては、次のとおりたくさんの方の社資をお寄せいただきました。ご協力をいただきました皆さまの善意に、心より感謝申し上げます。

お寄せいただきました社資は、日本赤十字社北海道支部へ送金し、災害救護活動、救急法講習会の普及などに役立てられています。

今後とも、日本赤十字社の活動に、ご支援・ご協力をお願いいたします。

**総額 1,259,508円**

ありがとうございます  
ありがとうございました



## 日本赤十字社交付金の活用内容

日本赤十字社北海道支部へ送金した社資の一部が交付金として、せたな町（日本赤十字社せたな町分区）へも交付されており、福祉活動・災害救護活動として、次の事業に活用しています。

【R2購入】



避難所用パーテーション 10張  
(210cm × 210cm)

災害時にプライバシーに配慮したスペースを確保した避難所生活を送れます。

【R1購入】



AEDトレーナー



ダミー人形

せたな消防署と連携し、AED講習の出前講座を行っています。

学校の授業や町内会事業等で講習希望がある場合は、せたな消防署へお問い合わせください。

他にも、車イスや歩行器などの福祉用具を貸出しています。貸出を希望する方は、保健福祉課社会福祉係へお問い合わせください。

問い合わせ先

日本赤十字社せたな町分区（保健福祉課社会福祉係）  
せたな消防署

☎ 0137-84-5111  
☎ 0137-84-5709

## 広報紙・ホームページに 広告を掲載しませんか？

広報紙（1回）

- ① 3,500円（縦4.6cm×横8.8cm）
- ② 7,000円（縦4.6cm×横17.6cm）
- ③ 7,000円（縦9.9cm×横8.8cm）
- ④ 14,000円（縦9.9cm×横17.6cm）

ホームページ（バナー広告）

- 1か月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



申し込みお問い合わせ先 まちづくり推進課広報統計係 TEL 0137-84-5111

# 狩猟免許取得の助成について

狩猟免許取得所持者の高齢化に伴い、免許所持者が減少しております。

有害鳥獣による農林水産物の被害が増加している現在、狩猟者確保のため新たに狩猟免許（第一種狩猟免許に限る）、猟銃の所持許可の取得および猟銃を購入された方に対して町が補助金を交付します。

あなたも狩猟免許を取得して有害鳥獣捕獲員になりませんか。

## 1. 補助対象者（次のずれにも該当する方）

- (1) せたな町内に住所がある方
- (2) 新たに狩猟免許の取得等をされた方
- (3) 北海道猟友会檜山北部支部に所属し、せたな町が委嘱する有害鳥獣捕獲員として捕獲活動に従事できる方

## 2. 補助対象経費

下記の経費の合計額を1人1回限りとして補助します。

ただし、千円未満の端数は切り捨てとし、(8)については25万円を上限とします。

- (1) 狩猟免許試験予備講習会受講料
- (2) 狩猟免許試験申請手数料
- (3) 銃砲所持許可の初心者講習会受講料
- (4) 射撃技能講習技能検定料
- (5) 射撃教習を受ける資格認定料
- (6) 銃砲所持許可申請料
- (7) 射撃教習受講料
- (8) 猟銃及びガンロッカー、装弾ロッカーの購入に要した経費



## 3. 申請手続き

せたな町狩猟免許取得補助金交付申請書の他に以下のものが必要となります。

- (1) 取得した第一種狩猟免許及び銃砲所持許可証の写し
- (2) 各種受講料等（補助対象経費）の領収書の写し
- (3) 猟友会に入会したことを証する書面

※詳細については、担当へお問い合わせください。

問 い 合 わ せ 先

本庁水産林務課林業係

☎ 0137-84-5111

## 令和3年度狩猟試験について

試験種別	日時	時間	場所	受験定員	受付期間
網猟免許 わな猟免許 第1種銃猟免許 第2種銃猟免許	7月4日(日)	午前9時～	檜山振興局	20名	6月18日(金)まで

### ■ 申込方法

檜山振興局保健環境部環境生活課に電話で事前予約をとってから、申請書等必要書類を提出

### ■ 詳しくは、令和3年度狩猟免許試験のお知らせ

(<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ks/skn/syuryo/menkyo.htm>)

問い合わせ・申し込み先  
檜山振興局保健環境部環境生活課

☎ 0139-52-6494

# 宅地分譲地のお知らせ

現在、北檜山区（川沿地区）と瀬棚区（夕陽が丘地区）において、町有地を活用し定住促進を目的とした宅地分譲を行っています。

また、町では町内に住宅を新築する場合に、移住定住促進住宅奨励事業（町内業者による住宅新築 100 万円）による奨励金の交付も行っていますので、是非この機会に併せてご検討ください。

なお、詳細につきましては町ホームページでご確認いただくか、建設水道課管財係までお問い合わせ下さい。



## ■分譲地の概要

- 所在地
  - 【川沿地区】 せたな町北檜山区北檜山 131 番地 10 ほか
  - 【夕陽が丘地区】 せたな町瀬棚区本町 900 番地 26 ほか
- 分譲区画数
  - 【川沿地区】 5 区画 (302.14 m<sup>2</sup>～ 331.95 m<sup>2</sup>)
  - 【夕陽が丘地区】 8 区画 (319.58 m<sup>2</sup>～ 495.62 m<sup>2</sup>)
- 分譲価格
  - 【川沿地区】 土地代 1 m<sup>2</sup>あたり 9,600 円 (坪あたり 31,680 円)  
※土地代のほかに下水道負担金として 1 m<sup>2</sup>あたり 300 円を負担していただきます。
  - 【夕陽が丘地区】 土地代 1 m<sup>2</sup>あたり 8,000 円 (坪あたり 26,446 円)  
※土地代のほかに下水道負担金として建物 1 戸につき 90,000 円を負担していただきます。  
上下水道、道路、排水路などは整備済み
- 分譲地の環境

## ■申込要領

- 申込要件
  - ①せたな町在住または在住予定者の方に限ります。
  - ②自己が居住する専用住宅（これに附属する車庫・物置）を建築すること。
  - ③公共的団体等が専用する社宅等（これに附属する車庫・物置）を建築すること。
  - ④建築期限は、契約の日から 5 年以内に建築すること。
  - ⑤土地代金支払方法は、分割または一括払いとする。
  - ⑥その他  
※5 年以内に建築されない場合は、土地代金の 10%を賠償金として徴収し土地を買い戻します。
- 申込期間 申込みは、随時受付しております。
- 決定方法 先着順とさせていただきます。
- その他
  - ①所有権移転登記は、土地代金完納後に町が行います。
  - ②契約及び所有権移転登記に伴う費用は、買受人の負担となります。
  - ③土地売買契約後の宅地の維持管理は、買受人が行うこととなります。

## ■区画毎の面積・価格

### 【川沿地区】

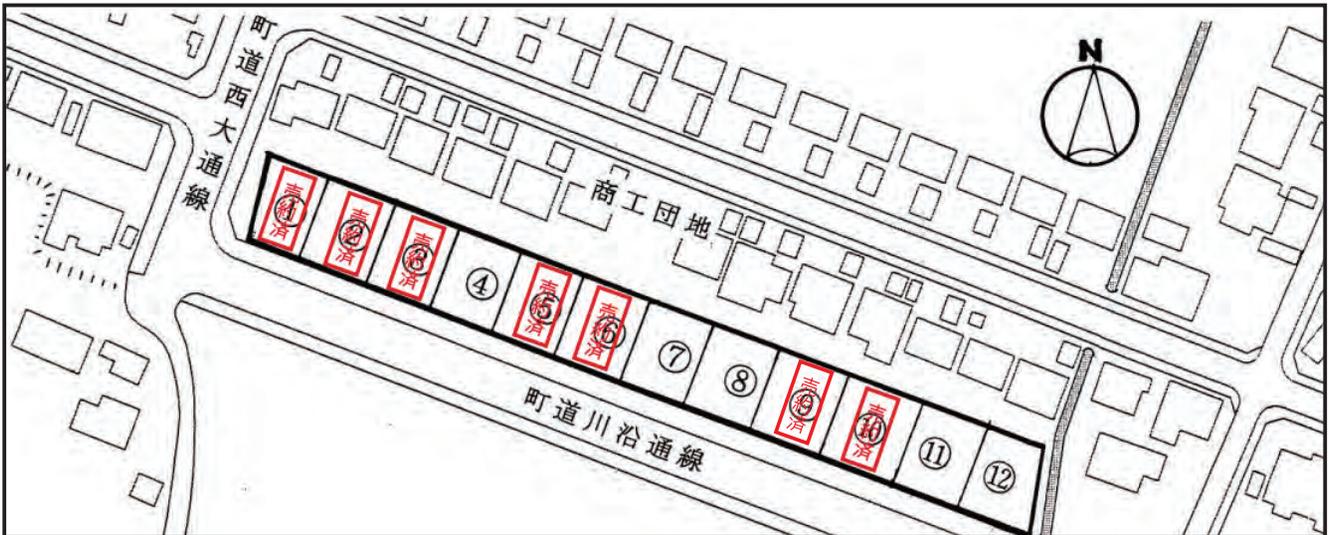
区画番号	所 在	面 積	土地価格	下水道負担金	分譲価格
④	北檜山 131-10	325.74 m <sup>2</sup> ( 98.53 坪)	3,127,104 円	97,700 円	3,224,804 円
⑦	北檜山 131-13	326.52 m <sup>2</sup> ( 98.77 坪)	3,134,592 円	97,900 円	3,232,492 円
⑧	北檜山 131-14	328.52 m <sup>2</sup> ( 99.37 坪)	3,153,792 円	98,500 円	3,252,292 円
⑪	北檜山 131-17	331.95 m <sup>2</sup> (100.41 坪)	3,186,720 円	99,500 円	3,286,220 円
⑫	北檜山 131-18	302.14 m <sup>2</sup> ( 91.39 坪)	2,900,544 円	90,600 円	2,991,144 円

### 【夕陽が丘地区】

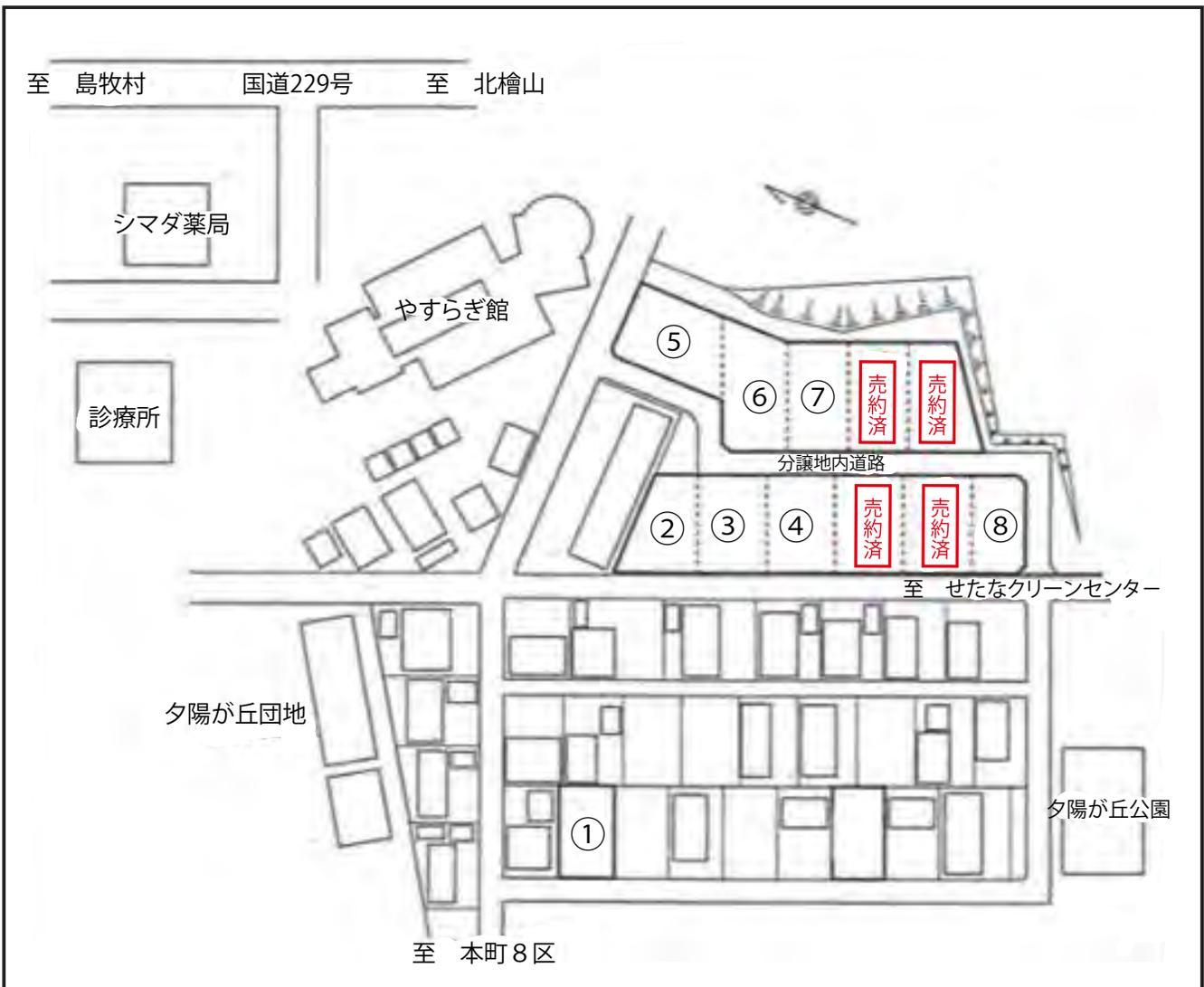
区画番号	所 在	面 積	土地価格	下水道負担金	分譲価格
①	本町 900-26	319.58 m <sup>2</sup> ( 96.67 坪)	2,556,640 円	90,000 円	2,646,640 円
②	本町 864-6	404.08 m <sup>2</sup> (122.23 坪)	3,232,640 円	90,000 円	3,322,640 円
③	本町 864-13	426.09 m <sup>2</sup> (128.89 坪)	3,408,720 円	90,000 円	3,498,720 円
④	本町 864-12	396.94 m <sup>2</sup> (120.07 坪)	3,175,520 円	90,000 円	3,265,520 円
⑤	本町 864-18	376.87 m <sup>2</sup> (114.00 坪)	3,014,960 円	90,000 円	3,104,960 円
⑥	本町 864-17	495.62 m <sup>2</sup> (149.92 坪)	3,964,960 円	90,000 円	4,054,960 円
⑦	本町 864-16	430.36 m <sup>2</sup> (130.18 坪)	3,442,880 円	90,000 円	3,532,880 円
⑧	本町 864-7	396.70 m <sup>2</sup> (120.00 坪)	3,173,600 円	90,000 円	3,263,600 円

■分譲地区画図

【川浴地区】



【夕陽が丘地区】



問 い 合 わ せ 先

本庁建設水道課管財係

☎ 0137-84-5114 (直通)

# マイナンバーカードをお持ちでない方へ

マイナンバーカード（個人番号カード）をお持ちでない方に、マイナンバーカードの申請に必要なQRコード付き交付申請書が総務省から送られています。申請用紙を紛失されたなど、お持ちでない場合は役場町民児童課又は各支所住民係で再発行できます。

マイナンバーカードは、マイナンバーの提示とご本人確認が1枚のできる唯一のカードです。また、今後はオンラインで行政手続きをすることができたり、健康保険証としても利用できるようになるなど様々な手続きに活用できるようになります。今後ますます便利になるマイナンバーカードを是非作ってみませんか？

※申請方法は以下の5つから選べます。

## スマートフォンから申請する

- 1 スマートフォンのカメラで顔写真を撮影します。
- 2 交付申請書に印刷されているQRコードを読み取り、申請者用専用サイトへアクセスし、メールアドレスなどを登録します。
- 3 登録したメールアドレスに届いたメールから専用サイトへアクセスし、顔写真を登録後、最終確認をして申請します。



## パソコンから申請する

- 1 デジカメやスマホのカメラで撮影した顔写真データを準備します。
- 2 申請者用専用サイトへアクセスし、マイナンバーの交付申請書に記載されている『申請書ID（23桁の数字）』やメールアドレスなどを登録します。
- 3 登録したメールアドレスに届いたメールから専用サイトへアクセスし、顔写真を登録後、最終確認をして申請します。



## 郵便で申請する

- 1 証明写真（6か月以内に撮影したもの）を準備します。
- 2 交付申請書の枠内に写真を貼り付け、申請日と氏名を記載します。
- 3 専用の封筒に入れてポストへ投函します。
- 4 専用封筒がない場合は役場町民児童課又は支所住民係に用意してあります。



## 証明用写真機で申請する

- 1 マイナンバーのマークが付いている証明用写真機のタッチパネルより『個人番号カード申請』を選びます。
- 2 撮影用の料金を投入し、交付申請書のQRコードをかざします。
- 3 画面の案内にしたがって顔写真を撮影し、送信します。



## 役場で申請する

ご自分で申請するのが難しい方は役場で申請を受付します。  
写真も撮影しますので、マイナンバーカード交付申請書をお持ちのうえ、町民児童課戸籍年金係までお越し下さい。  
窓口の状況によりお時間がかかることもありますので、事前にお電話にてお問い合わせ下さい。

平日 8:30 ~ 17:15 にご来庁が困難な場合には、お気軽にご相談ください。

問い合わせ先

本庁町民児童課戸籍年金係  
マイナンバー公式サイト

☎ 0137-84-5113（直通）  
<https://www.kojinbango-card.go.jp/>

## シリーズ 人権擁護

### ◇高齢者の人権◇



介護の際に虐待を受けた、無断で財産を処分されたなどの事案が発生しています。

豊かな知識と経験を基にこれからも社会に貢献したい、地域の人たちと交流し、趣味を楽しみたい・・・。

高齢者が生き生きと暮らせる社会の実現を目指して、高齢者についての理解を深め、高齢者を大切にすることを育てることが求められています。

平均寿命の大幅な伸びや少子化等を背景として、人口のほぼ4人に1人が65歳以上となっております。

このような中、介護者による身体的・心理的虐待や、高齢者の家族等による本人の財産の無断処分等の経済的虐待といった高齢者の人権問題が大きな社会問題となっております。

高齢者の尊厳の保持にとって高齢者虐待を防止することが重要であることから、平成18年4月には、「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」が施行されました。

### ■高齢者虐待の種類

#### ●身体的虐待

- ・殴る、蹴る、部屋に閉じ込める
- ・無理やり食事を口に入れる
- ・ベッドに縛り付けて身体を拘束するなど

#### ●養護の放棄

- ・長期にわたり、入浴させない
- ・十分な水や食事を与えない
- ・部屋を清掃しない など

#### ●心理的虐待

- ・怒鳴る、ののしる
- ・子どものように扱う
- ・意図的に無視するなど

#### ●性的虐待

- ・本人の同意がないのにキス、性器への接触、性交渉を強要するなど

#### ●経済的虐待

- ・年金や現金の無断使用
- ・資産（家や土地など）の無断売却 など

（法務省人権擁護局版「人権の擁護」より）

函館地方司法局八雲支局・八雲人権擁護委員協議会  
TEL 0137-62-2208

## 法テラス

### 八雲通信

### ハンコの意味

法テラス八雲法律事務所

弁護士 塚本 恒  
(函館弁護士会所属)

■在宅ワークの推進が叫ばれる時勢柄、脱ハンコに関する話題を目にすることが多くなってきました。

民間企業でも押印の必要性を見直す動きが広がるほか、官公庁の内部手続きや、行政手続きにおける押印の必要性の再検討に向けた洗い出しが行われています。

■ところで、これまで何のためハンコを押しているのでしょうか？

確かに、行政手続きや司法手続きの中には、法令によって押印が要求されているものもあります。

しかしながら、民間企業で用いられているハンコのほとんどは法律上ハンコを必要としません。

例えば、契約は契約書にハンコがなければ成立しないものはありません。

それにもかかわらず、なぜこれまでハンコを押してもらっていたのでしょうか？

■ハンコを求めていることの背景には、「中身に納得してからでないと、ハンコを押さない」、反対から言えば「ハンコが押してある」ということは、その当時はその内容に納得していたということだ」という考えがあります。

少なくともその時点では納得していたことの証として、ハンコを押印してもらっている例が多いのではないのでしょうか。

もちろんハンコは偽造もできますので、これは絶対の法則とまでいえる考え方はありません。

とはいえ、本人がハンコを押したことで争いが生じない場合も相当程度ありますから、ハンコはそれなりの意味を果たしてきたように思います。

■このようにハンコがこれまで果たしてきた役割を振り返ると、単純にハンコを廃止するのみだと、最終的に合意へ至った内容が何であったか、あとから争いが生じやすくなるように思われます。

例えばメールのやり取りの文面ではつきりさせておくなど、ハンコとは別の手段で、お互いが合意した内容をはつきりさせておく手立てを講じておく必要があるでしょう。

■さて、当事務所では、各種法律相談を受け付けています。

一定の要件を満たす方については、3回までの無料法律相談や、ご自宅・入所施設等への無料出張相談も実施しておりますので、少しでも気になることがございましたら、お気軽にぜひ「法テラス八雲法律事務所（050-33383-8366）」まで相談予約のお電話をお寄せください。

また、「法テラス江差法律事務所（050-33383-5563）」でも、ご相談を承っておりますのであわせてご利用ください。

栄養士からの健康アドバイス

## 歯と口の健康を考える ～歯周病と糖尿病の関係～



6月4日～10日は「歯と口の健康週間」。

6（む）4（し）と読めることから、6月4日を虫歯予防デーとしていたのが始まりで、歯と口の健康を見直す一週間です。

歯は食べ物を噛むためだけでなく、「食事を楽しむ」「表情を豊かにする」「発音を助ける」「運動能力に影響を与える」など、多くの役割を担っています。

そのため、歯を失うと食べ物がかみやすくなり、栄養状態が悪くなり、運動機能も低下し、全身の健康状態に様々な影響を及ぼします。

「口の健康は全身の健康に影響する」と言われるように歯はとても大切です。

大切な歯を守るため、「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という「8020（ハチマルニイマル）運動」や、「一口30回以上噛んで食べよう」という「噛ミング30（カミングサンマル）運動」など、歯に関する啓発運動が展開されています。

歯を失う二大原因は「むし歯」と「歯周病」。

特に大人が歯を失う原因で最も多いのは歯周病で、40歳以上では、半数以上の方に歯周病が認められると言われています。

誰でもなり得る歯周病ですが、実は糖尿病と深い関係にあることをご存知ですか？

今回は歯周病と糖尿病の関係についてのお話です。

### ○そもそも歯周病とは？

プラーク（磨き残しの歯垢）が歯周ポケット（歯と歯肉の隙間）にたまり、細菌が繁殖して、歯の周りに炎症が起こる病気で、放置すると歯肉が炎症を起こし、歯が抜けてしまいます。

### ○歯周病と糖尿病はなぜ関係があるの？

歯周病が悪化すると、歯周病菌から作られる毒素が歯肉から血管を通り体内へ流れ込むため、毒素から体を守ろうとする働きが起きます。

その際、作られる物質（TNF-α）には、血糖値を下げるインスリンを効きにくくする働きがあります。

そのため、歯周病が悪化す

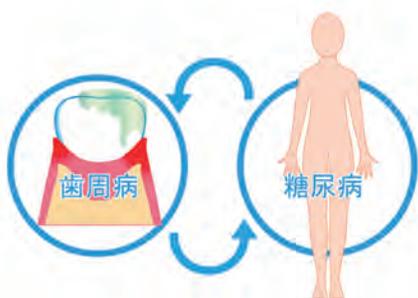


今月の担当  
田中 みさちです

ればするほど、インスリンの効きもどんどん悪くなり、血糖値が高くなります。つまり、歯周病が悪化すれば糖尿病も悪化するということです。

逆に、糖尿病があると歯周病の進行を早めることが分かっています。

特に、糖尿病の検査値であるHbA1cが7.0%を超えると歯周病の悪化を早めると言われています。



○ 歯周病は予防できる！

歯周病予防の基本は歯垢がつかないようにすること。毎日の丁寧な歯磨きが大切です。歯と歯の間は歯ブラシだけでは磨ききれませんが、歯間ブラシやデンタルフロスなどを使って取り除きましょう。

また、定期的な歯石除去も歯周病予防の基本です。歯石とは、歯垢が石灰化したもので、歯石の上に歯垢が付きやすいので取り除く必要があります。

歯石は自分で取ることはできませんので、歯医者さんで除去してもらいましょう。歯周病予防には、定期的な歯科検診も必要です！

歯医者さんは「虫歯になったら行くところ…」と思っていまいませんか？

歯科検診では歯石除去に加え、歯の健康チェックや歯磨き指導なども行ってくれますので、3〜6ヶ月に1回は歯科検診を受診しましょう。歯の健康は身体の健康です！

定期的な歯科検診と毎日の丁寧な歯磨きで、健康な歯と健康な身体を維持し、楽しく生き生きとした毎日を過ごしましょう！！

栄養士のおすすめ料理  
『6月は食育月間です！』

一度は耳にしたことがある食育。食育とは、生きるために欠かせない「食べる力」を育むことです。「生きるうえで基本」と位置付けられており、健康な毎日を過ごすためにも正しい食の知識や食事を選択する力を養うことが大切です。

- ① 1日3食欠食なく食べる
  - ② 家族で楽しく食卓を囲む
  - ③ 親子で一緒に食材の買い物に行く
  - ④ 消費期限をチェックすること
  - ⑤ 旬の食材を食べること
- これら全てが食育の一つです。6月は食育を強化・推進する食育月間。身近なことから食育に取り組んでみませんか？

◎ 6月の旬「アスパラガス」

春から初夏にかけて伸びだすアスパラガス。疲労回復効果のあるアスパラギン酸を多く含むのが特徴です。また、血管を強化するルチン・骨を健やかに保つビタミンK・貧血を予防する葉酸など、機能性成分をバランス良く含んでいます。下処理でむいた皮と茹でると、香りが移り、風味よく茹で上がります。皮は捨てずに一緒に茹でましょう！

◇ アスパラガスのオーブン焼き

材料

- ・アスパラガス 2〜3本
- ・ベーコン 1枚
- ・卵 1個
- ・オリーブ油 小さじ1
- ・粉チーズ 大さじ2分の1
- ・ブラックペッパー (お好みで)

作り方

1. アスパラガスは根本を切り落とす。皮が硬い場合はピーラーでむき、厚さ3ミリの斜め薄切りにする。
2. 耐熱容器にアスパラガスを並べ、その上にベーコンを乗せ、オリーブ油を回しかける。ベーコンは2センチ幅に切る。
3. 中央をくぼませて卵を割り入れたら、220℃に熱したオーブン(トースターでもOK)で卵が半熟になるまで8〜10分ほど焼く。
3. 焼きあがったら粉チーズとブラックペッパーをかけて完成！



粉チーズの代わりにピザ用チーズやとろけるチーズでもOK！  
また、トマトを加えると彩りもよくさらに美味しく♪



栄養士の田中 みさちです

健診申込・健康相談などは  
各保健師まで

- せたな町健康センター ☎0137-84-5984
- 瀬棚総合支所 ☎0137-87-3311
- 大成総合支所 ☎01398-4-5511

## せたな町立国保病院 新院長のご紹介

令和3年4月1日付でせたな町立国保病院院長に大島昌輝医師が就任しましたのでお知らせします。



院長 大島 昌輝

森利光前院長から院長職の櫛くまきを引き継がせて頂きました。

この櫛を次世代へ繋ぐことが私の役目と考えております。

「地域が必要とする医療は何か？それは持続可能なのか？」を常に問い続け、職員と想いを共有しながら、町民に信頼される病院になるよう努力しております。

5月下旬から町民への新型コロナウイルスワクチンの接種が本格的に始まりません。

当院では、午後の一般診療を短縮してワクチン接種を行うこととしております。

ご来院の皆様へご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

## 令和3年度「せたな町成人式」 成人を迎えられる方をご紹介します！

今年度、成人を迎えられる、平成13年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた46人の皆さんをご紹介します。

成人式は、8月14日（土）、せたな町ふれあいプラザで開催予定ですが、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、開催を延期する場合があります。

なお、本町出身者で進学や就職のため、町外に転出されている方も出席できますので、出席を希望する方は、担当までご連絡ください。

成人を迎えられる方の氏名につきましては、プライベート情報保護のため、紙媒体のみの掲載とし、デジタル版には掲載しませんので、その旨ご了承ください。

●問い合わせ先

教育委員会事務局 ☎ 0137-84-6260

## 大成区貝取澗川でサケの稚魚放流体験

4月14日(水)、大成区の貝取澗川で久遠小学校1、2年生4名によるサケの稚魚放流体験が行われました。

当日は、檜山地区水産技術普及指導所せたな支所の高山支所長からサケの生態について説明を受けた後、約千尾のサケの稚魚を川に放流しました。

この放流事業は、せたな町大成地域マリナビジョン事業の一環として行われ、子どもたちに漁業の魅力や魚類の生態を理解してもらう目的で行われています。

今後の予定として、キツネメバルやニシンの放流、漁業者指導によるウニ漁体験など、秋にはサケの観察会や生態学習を行う予定です。



## みんなでゴミ拾い!

## サッカー・野球・バスケット少年団

4月24日(土)、サッカー少年団、野球少年団、バスケットボール少年団が北檜山市街地のゴミ拾いを行いました。

当日は2班に分かれ、「北檜山小学校から北檜山スポーツ公園まで」と「ふれあいプラザから真駒内さけ観察広場を通って町民体育館まで」の範囲を行い、空き缶やペットボトル、マスクなどのたくさんゴミを拾いました。



## 建災防江差分会 講習会のご案内

募集種目	日時	時間	会場	受講料	申込期間
車輛系建設機械運転業務従事者安全衛生教育(再教育)【学科のみ】	6/22	9:00～	檜山建設会館	9,270円	6/1～6/11
玉掛安全衛生教育(再教育)【学科のみ】	6/23	9:00～	檜山建設会館	9,482円	6/1～6/11
フルハーネス型安全帯特別教育【学科・実技あり】	6/28	9:00～	檜山建設会館	7,410円	6/1～6/11

問い合わせ・申し込み先  
建災防江差分会(檜山建設協会内) ☎ (0139) 52 - 1813

### 新規学校卒業者の求人は ハローワークに申込みを

新規学校卒業者(高校・中学)の求人は  
6月1日(火)からハローワークにて受付  
開始、7月1日(木)公開開始です。

新型コロナウイルス感染症終息後を見据  
えた人材確保のため、求人をご検討願いま  
す。

問い合わせ先  
ハローワーク函館 ☎ 0138 - 88 - 1323  
【北檜山区・瀬棚区】  
ハローワーク八雲 ☎ 0137 - 62 - 2509  
【大成区】  
ハローワーク江差 ☎ 0139 - 52 - 0178

### 6月は「外国人労働者問 題啓発月間」です!

外国人は「ルールを守って」適正に雇用  
しましょう。

- ①雇い入れる前に就労が認められるか在留資格を確認してください。
- ②外国人の雇入れと離職は、必ずハローワークに届け出てください。
- ③労働保険・社会保険等の加入をはじめ適正な雇用管理を行ってください。

問い合わせ先  
函館労働基準監督署 ☎ 0138 - 87 - 7600  
ハローワーク函館 ☎ 0138 - 88 - 1323  
【北檜山区・瀬棚区】  
ハローワーク八雲 ☎ 0137 - 62 - 2509  
【大成区】  
ハローワーク江差 ☎ 0139 - 52 - 0178

### コリドール交流情報館

「行ってみよう!となりまち」

●長万部町  
「2021おしゃまんべ毛がにまつり」中止のお知らせ

例年、6月下旬もしくは7月上旬に開催しておりました「おしゃまんべ毛がにまつり」は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため昨年に引き続き中止となりました。開催を楽しみにして下さった皆さんには、大変申し訳ございませんがご理解をいただきますようお願い申し上げます。

●長万部商工会

☎ 013777・22270  
長万部町役場産業振興課  
☎ 013777・22455

●八雲町八雲地域  
第39回八雲山車行列の中止について

7月2日(金)・3日(土)に開催を予定していましたが「第39回八雲山車行列」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、山車行列を観に来てくださる観光客、地域住民、運営に携わる多くの方々への健康に配慮し、主催者である八雲山車行列実行委員会が総合的に判断し、今年の開催も中止することとしました。開催を楽しみにして下さっていた皆様には大変申し訳ありませんが、何卒ご理解いただけますようお願い申し上げます。

●八雲山車行列実行委員会(公民館内)  
☎ 013777・633131

●八雲町熊石地域  
熊石青少年旅行村

平田内川沿いに広がるキャンプ場「熊石青少年旅行村」。広大な芝生におおわれ、ほどよく点在する樹木が爽やかな木陰をつくり出します。ツリーハウス・キノコログは子どもに大人気。また、パークゴルフ場やバーベキューコーナー、ケビンなど宿泊でも日帰りでも十分満足いただけます。※新型コロナウイルス感染症対策に伴う国の緊急事態宣言等何らかの措置がとられた場

## 未来に残そう 青い海

海や海岸で、ゴミの不法投棄、焼却をすることは法律で禁止されており、違反すると罰せられます。

せたな町の海をキレイに保ち、これから始まる海水浴シーズンを気持ちよく楽しむため、自分が出したゴミは自分で持ち帰る、指定のごみ袋に入れて指定のごみ収集場所に入れる等、適正に処分するようお願い致します。



海のもしものは  
「118番」まで

問い合わせ先  
瀬棚海上保安署

☎ (0137) 87 - 2634

## 令和3年度（10月）採用 檜山広域行政組合消防職員募集

採用区分	採用予定署	受験資格要件等
消防吏員	奥尻（1名）	平成 3年4月2日～平成 15年4月1日までに生まれた者
	せたな（1名）	平成 10年4月2日～平成 15年4月1日までに生まれた者
全署共通資格要件等		全署共通欠格事項
<ul style="list-style-type: none"> <li>●身長・体重 おおむね身長 165 cm以上、 体重 52 kg以上</li> <li>●視力 視力両目（矯正視力を含む）で0.7以上、かつ、一眼でそれぞれ0.3以上で色覚正常で心身健全な方</li> <li>●聴力 正常であること</li> <li>●資格 普通自動車運転免許第1種（MT）取得者</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>●日本国籍を有しない者</li> <li>●地方公務員法第16条の次のいずれかに該当する者                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終るまで又はその執行を受けることができなくなるまでの者</li> <li>・当該地方公共団体において懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から二年を経過しない者</li> <li>・日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他団体を結成し、又はこれに加入した者</li> </ul> </li> </ul>

◆第1次試験 【日時】令和3年6月27日（日） 江差町文化会館  
【試験内容】教養試験、作文試験

◆第2次試験 第1次試験の合格者に通知されます。

◆受付期間 令和3年5月27日（木）～ 令和3年6月11日（金）まで  
※郵送の場合も6月11日（金）必着

◆申込方法 各消防署に備付の「申込書」に必要事項を記入の上、受験票（写真貼付）とともに消防本部または各消防署に提出

申込書はホームページからもダウンロードできます。【www.hiyama.or.jp】

問い合わせ先  
檜山広域行政組合消防本部庶務課庶務係

☎ (0139) 52 - 3026(直通)

●せたな町  
『せたなの色彩 三色の世界』  
「フインスタグラム」フォトコンテスト作品募集中

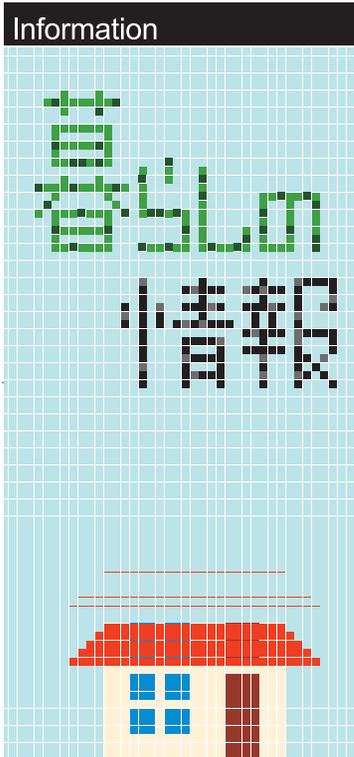
■青色部門（海・空など） #せたなの青色  
■緑色部門（山・森など） #せたなの緑色  
■黄色部門（夕陽・花など） #せたなの黄色  
■入賞/各部門から優秀賞5点を選出  
■入賞得点/せたな町の特産品orギフトカード5千円相当  
■入賞作品/観光PR用としてせたな町観光協会ホームページやSNSで活用  
■投稿方法  
①スマートフォン等に「フインスタグラム」アプリをインストール  
②「@setanatown」を検索し、せたな町観光協会をフォロー  
③応募したい部門の写真を用意する  
④投稿画面のキャプション入力欄に応募部門の「せたなの〇色」と「@setanatown」を付けてシェア（投稿）  
■応募締切/令和3年10月31日  
■入賞された方には、ダイレクトメッセージで11月下旬に連絡します。

問合せ先 せたな町観光協会  
☎ 0137・84・6205  
ホームページ <http://Setanavi.jp>

●今金町  
ピリカ旧石器文化館 体験メニューが拡充

国指定史跡ピリカ遺跡のガイダンス施設「ピリカ旧石器文化館」は、貴重な出土品の展示をはじめ、大型の解説パネルや映像などで旧石器文化を学べるようになっていきます。体験学習室ではアクセサリーづくりや火起こし体験など計6種類のメニューがあり、開館日なら予約なしでも体験できます。ぜひこ来館ください。■時間/9時30分～16時30分 ■休館日/月曜日  
問合せ先 旧石器文化館  
☎ 0137・83・2477

合には、その期間は休場となる場合があります。■入村料（1人1日）/小中学生220円、高校生以上450円  
問合せ先 旅行村管理棟 ☎ 01398・2・3716



Information

# 暮らしの情報

ご相談ください

## 函館弁護士会による法律相談のお知らせ

せたな町で月1回法律相談所を開設しております。金銭関係や不動産関係、家事関係など法律上の問題でお困りの方はぜひご相談ください。

なお、相談をご希望の方は、予約制・先着順となっておりますので、事前に函館弁護士会までご連絡ください。(相談無料)

- 日時 (6月〜7月分)
  - ・6月11日(金)
  - ・7月9日(金)
- 実施時間/13時〜16時
- 相談件数/6件
- 場所/ふれあいプラザ



☎01338・41・0232

ご相談ください

## 司法書士による無料相談のお知らせ

相続・贈与・売買・会社設立・債務整理・成年後見など心配ごとについてご相談ください。(相談無料・予約制)

- 日時
  - 6月9日(水) 10時〜12時
  - 6月9日(水) 10時〜12時
  - 6月7日(月)
- 予約締切
  - ※先着4名まで
- 場所/大成町民センター
- 担当相談員
  - 司法書士 森 奈津美

☎01337・84・5111

## 心の健康相談の実施について

令和3年度北海道八雲保健所精神保健専門相談を実施します。心の健康相談をご希望の方は、ぜひご利用ください。※相談は、全て事前の申し込み(実施日の前の週の金曜日

**忘れないで納期限**

**●固定資産税**

納期限は **5月31日(月)** です  
忘れずに納めましょう

納税通知書は5月10日に発送しております

まで)が必要となります。

- 日時/6月10日(木)
  - 13時30分〜15時30分
- 場所/八雲地域保健室

☎01337・63・2168

ご相談ください

## すずらん無料法律相談会のお知らせ

弁護士があなたの町にうかがい無料の相談をいたします。

完全予約制とし、前日までに1件も予約がなかった場合は中止となります。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当日はマスクを着用のうえ、相談を受けられるようお願いいたします。

- 日時
  - 6月10日(木) 13時〜16時
- 予約開始/5月31日(月)
- 場所/役場大成支所
- 相談料/無料

☎01398・4・5511

ご相談ください

## 6月1日は「電波の日」です

総務省では6月1日を「電波の日」と定め、6月10日までの「電波利用環境保護周知啓発強化月間」に電波利用に関するルールの周知・啓発活動を行います。

総務省 北海道総合通信局では、電波の使われ方を監視し、適正な電波環境の維持に努めています。

電波に関する困りごとやご相談は、お問い合わせください。

●電話受付時間

- 8時30分〜12時、13時〜17時(土・日・祝日を除く)

☎011・737・0099

ご利用ください

## 函館裁判所出張手続案内のお知らせ

函館裁判所から職員が出張し住民の皆さんを対象とした出張手続案内を行います。(相談無料・予約制)

- 日時
  - 6月17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
  - 6月10日(木)までに函館地方裁判所事務局総務課長まで電話でお申込みください。

☎01338・38・2372

## ふるさと応援寄附金

※4月1日から4月30日受付分  
合計338件  
5,373千円



## 次回予定 移動町長室

### 6月15日(火) 大成支所

- 移動町長室は9:00から開設し、終了時刻は11:30までとなります。
- 当日は区内を巡回して不在のこともありますので、御用の際は事前に予定をお問い合わせください。
- 公務の都合上、急に日程を変更する場合がありますのでご理解願います。

## 戸籍の窓口

(4月1日～4月30日届出)



### お誕生おめでとう

- 中山 <sup>あおば</sup>蒼葉ちゃん (頌人) 北檜山
- 野上 <sup>さくら</sup>紗来良ちゃん (浩司) 豊岡
- 中村 <sup>すずか</sup>涼楓ちゃん (智史) 北檜山

### ご結婚おめでとう

- 東間 一穂さん 松岡
- 青柳 愛さん 小樽市

### おくやみ申し上げます

- 瀧澤 久雄さん (77歳) 新成
- 川村 政一さん (95歳) 二俣
- 近藤 文夫さん (93歳) 若松
- 岡島 ナツさん (96歳) 北檜山
- 池田 和子さん (83歳) 北檜山
- 小川 チヨさん (91歳) 北檜山
- 佐々木フチエさん (91歳) 若松
- 須藤千枝子さん (81歳) 北檜山
- 石田恵美子さん (77歳) 二俣
- 長田 勉さん (69歳) 徳島
- 矢部 深雪さん (57歳) 若松
- 山賀 尚義さん (81歳) 丹羽
- 八幡 直司さん (92歳) 若松
- 佐藤 セツさん (85歳) 上浦
- 田中 英一さん (88歳) 宮野
- 土谷喜久子さん (78歳) 貝取潤
- 鶴見フサエさん (100歳) 本町5区
- 佐藤 静子さん (81歳) 島歌
- 平賀 金吾さん (91歳) 本町4区
- 高田 八重さん (92歳) 本町4区

ご家族の同意を得た方のみ掲載しています。

人口と世帯		
4月末現在 (前月比)		
人口	7,489人	(- 4)
北檜山区	4,453人	(+ 16)
大成区	1,334人	(- 12)
瀬棚区	1,702人	(- 8)
男	3,528人	(+ 1)
女	3,961人	(- 5)
世帯	4,062世帯	(+ 15)

## 戸籍年金係からのお知らせ

### 『ねんきん定期便』について

「ねんきん定期便」は、毎年誕生月に国民年金および厚生年金保険の加入者（被保険者）の方に対して、保険料納付の実績や将来の年金給付に関する情報をわかりやすい形でお知らせし、年金制度に対する理解を深めていただくことにより、国民の年金制度に対する信頼を向上させることを目的としてお送りしているものです。

◎「ねんきん定期便」は、下図のように年齢によって形式や記載される内容が異なります

区分		送付形式	内容	備考	
毎年 (節目の年以外)	50歳未満	はがき	直近1年間の情報	これまでの加入実績に応じた年金額 年金見込額	被保険者の誕生月に郵送
	50歳以上				
節目の年	59歳	封書	全期間の年金記録情報	年金見込額	
	35、45歳			これまでの加入実績に応じた年金額	

### ◎受け取られた際の手続き

「ねんきん定期便」に記載されている年金加入記録の内容を十分にご確認ください。

年金加入記録に「もれ」や「誤り」がある場合には、「年金加入記録回答票」に必要事項をご記入いただき、同封の返信用封筒にてご返送いただくか、年金事務所にご提出ください。

#### 年金加入記録に「もれ」や「誤り」があった場合の手続きの流れ



年金加入記録回答票を記入し、返送してください。

- ・記入方法は「年金加入記録回答票」の裏面をご覧ください

日本年金機構において年金加入記録の調査・確認を行います。

- ・調査、確認の結果をお送りするまでに相当時間がかかりますことご理解ください。

### 函館年金事務所による年金相談 (完全予約制：先着7名)

日時：9月16日(木) 10:30～15:00 / 場所：せたな町役場

#### 国民年金に関するお問い合わせ先

- ◎函館年金事務所 ☎ 0138-56-1165
- 本庁 町民児童課 戸籍年金係 ☎ 0137-84-5113 (直通)
- 瀬棚支所 住民係 ☎ 0137-87-3311
- 大成支所 住民係 ☎ 01398-4-5511



せたな町公式  
マスコットキャラクター  
セターナちゃん

## 広報見聞録

大空を元気にスイスイと

# たくさんの「こいのぼり」

Koho - kenbunroku



認定こども園



大成保育園



瀬棚保育所



5月5日のこどもの日を前に、町内の園児がこいのぼりを作りました。同じように作っても個性が出ています。みんな、力作ぞろいの「こいのぼり」を手にて得意げです。

### 編集後記

●新型コロナウイルス感染拡大防止のため、緊急事態宣言が発令されました。北海道から道民に「不要不急の外出や移動を控える」「特定措置区域（札幌・小樽・旭川・石狩管内）との往来を控える」「飲食の実践（少人数、短時間、深酒や大声を出さない、会話はマスク）」「路上・公園等における集団での飲食など感染リスクの高い行動を控える」などの要請が出されました。せたな町内の公共施設も閉鎖されています。第4波は変異株と呼ばれるウイルスが主流で、従来型よりも感染力が強く、屋外での集団飲食など3密（密接・密閉・密集）の全てに当てはまらなくても感染リスクがあるそうです。今まで以上に気を付けて、早く収束することを祈るばかりです。▼今回の表紙は、園児の得意顔です。コロナの影響で今年もイベント等が中止になっていますが、少しでも明るい雰囲気届けられたら幸いです。▼せたな町内のおすすめ絶景スポットをご存知の方は、広報統計係まで教えてください。広報誌内で皆様にお知らせしたいと思いません。【竹内】

### ご利用ください

### 役場（担当課）への直通電話番号一覧

※通話中の場合は、代表電話（0137-84-5111）へおかけください。

税務課	町民児童課	建設水道課	保健福祉課	教育委員会
0137-84-5112	0137-84-5113	0137-84-5114	0137-84-5984	0137-84-6260

編集・発行 せたな町まちづくり推進課広報統計係  
〒049-4592 久遠郡せたな町北樽山区徳島63番地1  
TEL 0137-84-5111 / FAX 0137-84-4657

せたな町公式サイト  
<https://www.town.setana.lg.jp/>