



令和4年度せたな町表彰式

令和4年度「税を考える週間」書道展

後期高齢者医療制度のお知らせ

短期集中連載

ゼロカーボンせたな

保健師からの健康アドバイス

日々の生活習慣の改善で免疫力UP！ワクチンも接種して感染症予防！

TOPICS、暮らしの情報 ほか

表紙◎ 11/6 「町民文化祭瀬棚会場」ちぎり絵体験の様子 ※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

令和4年度 せたな町表彰式



※写真上段左から、小坂橋教育長、佐々木副町長、菅原町議会副議長
同下段左から、高橋町長、新岡博正氏、坂下正治氏、真柄町議会議長

令和4年度せたな町表彰式

11月1日（火）、温泉ホテルきたひやまにおいて、令和4年度せたな町表彰式が行われました。

今年は、渡島信用金庫理事長 伊藤新吉氏、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、小玉忠治氏、中村秀夫氏（町名誉町民）の2つの事業者と2名の方が善行表彰を受賞されました。

式には渡島信用金庫常務理事 新岡博正氏と坂下正治氏が出席し、高橋町長から表彰状と記念品が贈呈されました。



善行表彰受賞者

渡島信用金庫 理事長

伊藤 新吉氏（森町）

町民の福祉の向上及び健康増進のため小型バス1台（937万円相当）を寄附されました。

（株）高橋建設せたな本店

専務取締役本店長

坂下 正治氏（瀬棚区）

教育関連のため、100万円を寄附されました。

小玉 忠治氏（恵庭市）

久遠小学校の子どもたちの育成のため、100万円を寄附されました。

せたな町名誉町民

中村 秀夫氏（東京都）

医療職等を志し進学を望む子どもたちのため、100万円を寄附されました。

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

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

広告
募集中



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

せたな町が「がん予防 功労者」表彰を受賞

11月8日（火）、せたな町役場において、がん予防功労者表彰贈呈式が行われ、公益財団法人北海道対がん協会専務理事 白川賢一氏から高橋町長に感謝状と記念品が手渡されました。

これは、公益財団法人北海道対がん協会が表彰するもので、がんに関する正しい知識の普及・啓発とがん検診の推進に尽力したことが認められたものです。



松林良子さんが永年 勤続功労表彰を受賞

10月14日（金）、せたな町役場において、北海道永年勤続功労社会教育委員表彰伝達式が行われ、小坂橋教育長から北檜山区の松林良子さんに表彰楯が手渡されました。

これは、松林さんが平成23年からせたな町社会教育委員として幅広い年代に対して社会教育の推進を行うほか、北海道青少年育成運動推進指導員などを歴任し、現在も町や檜山管内社会教育の推進とともに社会教育団体の積極的な支援をしていることが認められたものです。



地域貢献活動に対し（株）高橋建設と北海道 ロードメンテナンス（株）に感謝状を贈呈

10月25日（火）、せたな町役場応接室で、株式会社高橋建設せたな本店と北海道ロードメンテナンス株式会社にて感謝状が贈られました。

これは、地域貢献活動の一環として両社が毎年行っているもので、株式会



社高橋建設は町道最内線側溝清掃と町道川尻線・栽培センター通り線草刈を、北海道ロードメンテナンス株式会社は町道最内線・北檜山流雪溝ポンプ場管理用道路横断管清掃に対して贈呈したものです。



新函館農協若松支店に 警察署長から感謝状

10月11日（火）、せたな警察署長室において、交通安全・特殊詐欺被害防止啓発活動の貢献に対する感謝状贈呈式が行われ、中村勉署長から新函館農業協同組合若松基幹支店 伊藤慶晋基幹支店長に感謝状が手渡されました。

これは、同支店が令和元年から交通安全啓発活動には地元産ジャガイモを、特殊詐欺被害防止啓発活動には「だまされ米」の地元産米を啓発グッズとして提供したほか、高齢者宅への同行訪問などを積極的に行い、地域における安全安心に向けた交通安全・特殊詐欺被害防止活動に尽力したことが認められたものです。



鈴木直道知事が来町 「なおみちカフェ」開催

10月18日（火）、鈴木直道北海道知事が来町し、せたな町役場において「なおみちカフェ」が開催されました。

当日は、町内の若手農業者4人と農業の現状と課題のほか、今後の農業のためには農畜産物の付加価値が必要なことなど、様々なことを意見交換しました。



名誉町民 中村隆俊氏 から寄附がありました

11月4日（金）、名誉町民である戸田中央メディカルケアグループ名誉会長 中村隆俊氏から100万円の寄附がありました。

これは、進学を望む子どもたちのために役立ててほしいと寄附されたものです。

いただいた寄附金は奨学資金貸付金の原資として活用されます。



明治安田生命保険相互会社から寄附

11月11日（金）、せたな町役場において、明治安田生命保険相互会社函館支社長 石桁健司氏から「私の地元応援金」寄附目録が高橋町長へ手渡されました。

同社は、地元の元氣プロジェクトとして豊かな地域社会づくりを応援するため、「地元応援金」を行っており、「健康増進」「子育て支援」「介護・認知症対策」に役立ててほしいと集まった35万500円を寄附されたものです。

いただいた寄附金は、町民の福祉の向上のため活用させていただきます。



せたなにつき

10月～11月（近況報告）

新そばシーズン到来です



10月15日（土）、ふれあいプラザ駐車場で北檜山手打ちそば愛好会がせたな産新そば粉の手打ちそばを販売しました。ふれあい市場と併せて200パックを購入数量限定で販売しましたが、即完売となり、急遽、67パックを追加販売しました。



出合いの広場を開催

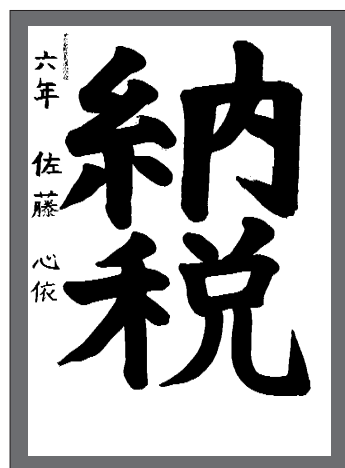
11月5日（土）～6日（日）に出合いの広場事業が開催されました。初の対面開催となった今年は、町内外から計24名が参加しました。せたな町の観光スポットを見学したり、レクレーションで交流を深め、9組のカップルが誕生しました。

令和4年度

「税を考える週間」書道展

最優秀賞

「税を考える週間」（11月11日～17日）に合わせ、小学校児童による書道展が開催され、出展作品164点の中から21点の入賞作品が選ばれました。入賞者は掲載のとおりです。

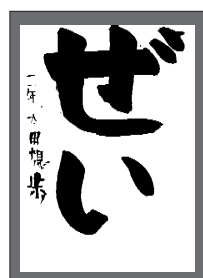


久遠小学校 6年
佐藤 心依さん

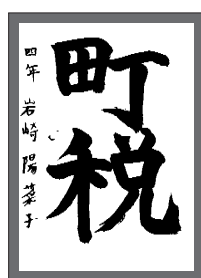
佳作

瀬棚小学校 3年	岡崎 結衣さん	瀬棚小学校 3年	福嶋 夢さん
久遠小学校 3年	寺分 大和くん	北檜山小学校 4年	大久保柊子さん
北檜山小学校 4年	堂端ゆうりさん	久遠小学校 4年	吉見 仁くん
北檜山小学校 5年	水野あま音さん	久遠小学校 5年	星野 日柳さん
久遠小学校 5年	山内湖都音さん	北檜山小学校 6年	阿部莉里佳さん
北檜山小学校 6年	池田 沙羅さん	北檜山小学校 6年	吉田 洸琉さん
瀬棚小学校 6年	竹浪 瞭くん	久遠小学校 6年	水野 暁斗くん

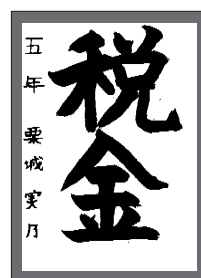
優秀賞



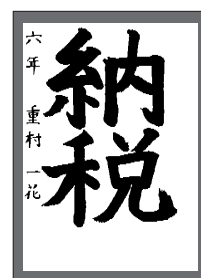
瀬棚小学校 3年
太田 想歩くん



北檜山小学校 4年
岩崎陽菜子さん



北檜山小学校 5年
栗城 実乃さん

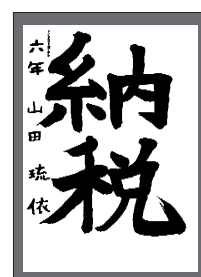


北檜山小学校 6年
重村 一花さん

優秀賞



北檜山小学校 6年
山崎 来音くん



久遠小学校 6年
山田 琉依さん

後期高齢者医療制度のお知らせ ～ 医療費通知について ～

◆ 医療費通知を全受診者へ送付しています

広域連合では被保険者の皆様の医療費総額などについてお知らせする「医療費通知」を年2回、対象期間に医療機関等を受診した全ての被保険者の皆様へ送付します。

これは、医療機関の窓口でお支払いいただいた自己負担分を除いた医療費は、後期高齢者医療制度から支払われていることを具体的に理解していただくとともに、健康管理の重要性を意識していただくことで、医療費の適正化、ひいては被保険者の皆様の負担軽減を図ることを目的としています。

◆ 医療費通知の活用例

- 医療費の推移が一目で把握でき、ご自身の健康状況の把握や健康管理に活用できます。
- 健康診査など皆様の健康増進に役立つ情報をお知らせします。
- 診療日数等に間違いがないか確認しましょう。

【イメージ図】

受診年月	診療を受けた医療機関名称等	診療区分	日数	医療費の総額	自己負担額	食事療養・生活療養費		
						回数	費用額	標準負担額
令和4年1月	〇〇病院	医科外来	1	18,000	1,800			
令和4年2月	××薬局	調剤	1	10,000	1,000			
令和4年3月	△△病院	医科入院	5	202,000	20,200	15	11,490	5,400
合計				230,000	23,000		11,490	5,400

◆ 医療費控除の申告について

- このお知らせは、医療費控除の申告手続で医療費の明細書として使用することができます。
- 医療費控除の申告に関することは、税務署にお問い合わせください。

◆ 注意事項

- 医療機関等の請求遅れや請求内容を審査中のものなど一部の受診記録が記載されていない場合があります。
- 自己負担額は、医療費助成等を受けている場合など、記載されている金額と実際にご自身が負担された金額が異なる場合があります。
- このお知らせは、皆様の受診状況についてお知らせするものであり、請求書ではありません。また、特に手続きなど行っていただく必要はありません。

◆ 発送月・対象診療月

発送月	対象診療月
令和5年1月（上旬）	令和4年1月～9月
令和5年2月（下旬）	令和4年10月～12月

問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合 ☎ 011-290-5601
〒060-0062
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階

本庁町民児童課国保医療係 ☎ 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

令和 5・6 年度

競争入札参加資格審査申請について

令和 5 年度及び令和 6 年度において、せたな町が発注する工事・測量設計又は役務の提供（業務委託）その他の契約に係る一般競争入札又は指名競争入札に参加しようとする方は次のとおり申請書を提出してください。※せたな町では、今年度から北海道市町村入札参加資格共同審査協議会における共同審査の参加自治体となっており、建設工事、設計等に係る競争入札参加資格申請については、インターネットによる電子申請が可能となりましたのでお知らせします。

なお、従来どおり紙による申請も受け付けますが、受付期間が電子申請と異なりますのでご注意ください。

1. 資格の有効期間

- ①工事の請負又は設計（令和 5 年度～6 年度）
- ②その他業務（委託）等（令和 5 年度～6 年度） ※紙申請のみ

2. 受付期間（注）電子申請と紙申請で、受付期間が異なります。

【電子申請】令和 4 年 12 月 12 日（月）から令和 5 年 1 月 31 日（火）

【紙 申 請】令和 5 年 1 月 20 日（金）から令和 5 年 2 月 20 日（月）

3. 紙申請での提出方法

郵送等で提出し、受理票が必要な場合は返信用封筒に切手を貼って同封して下さい。

※ただし、町内業者については、持参も可とします。

受付時間：午前 9 時～午前 11 時、午後 1 時～午後 4 時（土・日・祝祭日は除く）

4. 提出書類

市町村統一様式などの指定の様式及びその他必要書類に別紙様式 1～4 を添付してください。

ただし、北海道様式を準用して差し支えありません。

- ・資本関係・人的関係調書（別紙様式 1）
- ・誓約書（別紙様式 2）
- ・納税に関する調査同意書（別紙様式 3） ※町内業者のみ
- ・請求印登録申請書（別紙様式 4） ※請求印が代表印と異なる場合のみ

5. 提出及び問い合わせ先

【電子申請の場合の問い合わせ先】

一般財団法人 北海道建設技術センター 技術審査課

☎ 011-733-2322 E-mail : kyoshin@hoctec.or.jp

【紙申請の場合の提出先及び問い合わせ先】

〒 049-4592 北海道久遠郡せたな町北檜山区徳島 63 番地 1

せたな町役場 財政課 経理入札係 ☎ 0137-84-5111

～社会保険に加入していますか？～

◆建設業における社会保険等未加入業者の排除について

国の「公共工事の入札及び契約の適正化の推進」により、雇用保険、健康保険及び厚生年金保険（以下「社会保険等」という。）に加入義務があるにもかかわらず加入していない方（業者）は、建設工事（土木・建築工事）の競争入札参加資格審査申請ができません。社会保険等に参加義務があっても未加入の場合は、加入手続きをお願いいたします。

なお、社会保険等の加入の有無は、経営規模等評価結果通知書・総合評定値通知書（経審）等をもって確認いたします。

※申請方法等、詳しくは上記担当へ問い合わせるか、せたな町ホームページで確認してください。

※上記様式は、せたな町ホームページからダウンロードして使用してください。

※町の納税証明書「せたな町競争入札参加資格審査申請用」は、本庁税務課もしくは各支所で発行しています。

提出先及び
問い合わせ先

〒 049-4592

北海道久遠郡せたな町北檜山区徳島 63-1

本庁財政課経理入札係

☎ 0137-84-5111

第1回

ゼロカーボン せたな



ゼロカーボンせたな公式ロゴマーク

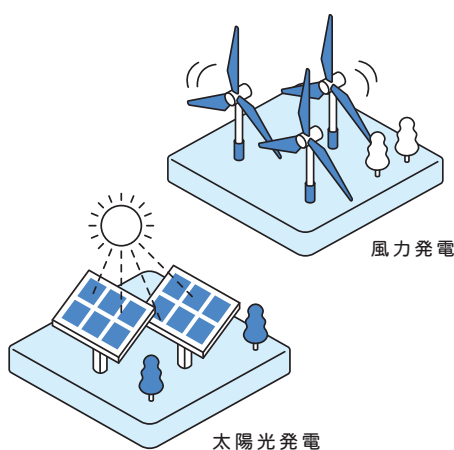
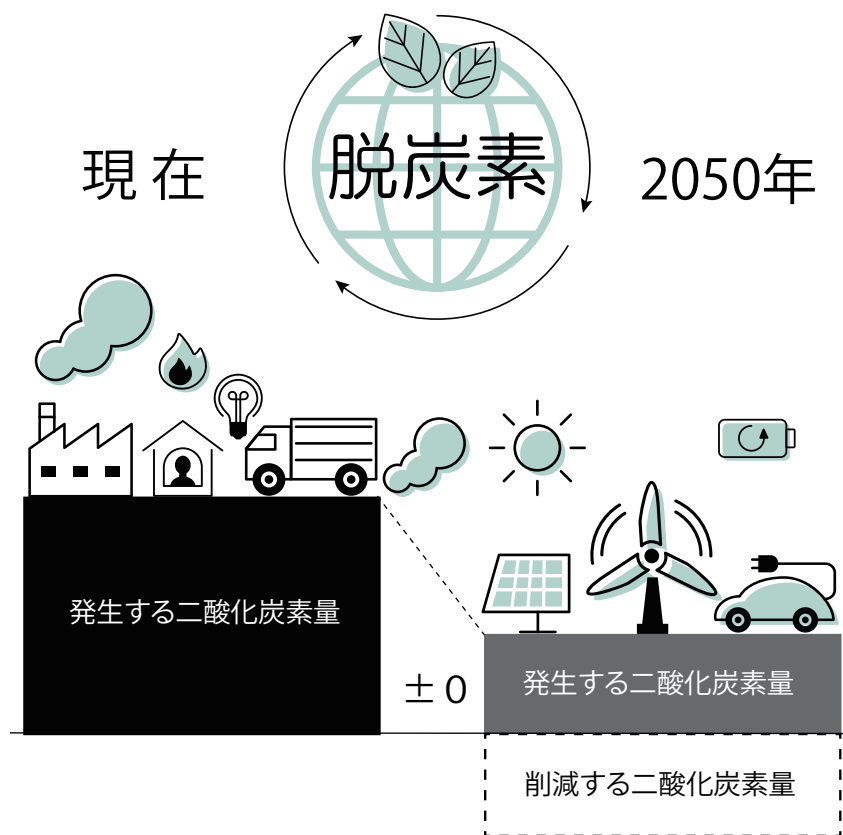


ゼロカーボンとは？

ゼロカーボン（カーボンニュートラル）とは、家庭や企業などから排出される二酸化炭素を削減し、人為的な発生源による排出量と森林などの吸収源による除去量との間の均衡（中立・ニュートラル）を保ち、合計を実質的にゼロにすることです。

どうして、今、ゼロカーボンに取り組むの？

世界の平均気温は、産業革命以前と比べて約1℃上昇しました（気象庁ホームページを参照）。近年、国内外でさまざまな気象災害が発生しています。個々の気象災害や気候変動と二酸化炭素との関係は明確にはさ



れています。今後、豪雨や猛暑のリスクが高まることが予想されており、農業や水資源、自然生態系、自然災害、健康、経済活動に多くの影響が出る可能性があります。二酸化炭素が多く含まれる温室効果ガスは、気候変動の一因とされ、経済活動や日常生活を行うことにより排出されています。一人ひとりの衣食住や移動といったライフスタイルに起因する温室効果ガスが、日本全体の排出量の約6割を占めているとの分析もあり、国や自治体、事業者だけの問題ではない状況となっています。カーボンニュートラルの実現は、誰もが無関係ではなく、あらゆる主体で取り組む必要があります。

せたな町の今までの取り組みと、これからの取り組み

現在、せたな町ではゼロカーボンに取り組むために、基本となる計画の「せたな町地域エネルギービジョン」及び、再生可能エネルギー導入の可能性を地図上に示す「ゾーニングマップ」の作成を進めています。

地域エネルギービジョンとは？

2050年までの脱炭素社会を見据えて、温室効果ガスの排出削減及び持続可能な地球環境の保全並びに豊かで安心・安全な地域経済・社会システムの構築を目指すための指標となるものです。

ゾーニングマップとは？

「再生可能エネルギー導入検討のための情報整理と再生エネルギー候補地の抽出」を目的に、せたな町における風力発電と、太陽光発電について導入目標の策定と、導入が期待できるエリアの各種情報の収集・整理を図り地図上に示すものです。

出前授業の実施

日本の風力発電研究の第一人者で、元足利大学学長の、牛山泉先生を講師に招き、11月24、25日の二日間で町内中学校の1年生を対象に風力発電機の模型を使った実験を行いながら、再生可能エネルギーについての学習の機会を提供していきます。

今後の協議会等の開催予定

地域エネルギービジョンやゾーニングに係る意見をいただくために開催しておりました陸上、洋上部門の専門部会が12月中旬に開催され、これらの専門部会の意見などを最終的にまとめるため第4回再生可能エネルギー協議会を令和4年12月27日に開催し、せたな町地域エネルギービジョンを策定します。

地域エネルギービジョン及び、ゾーニングマップにつきましては、令和5年1月中旬に町ホームページにてパブリックコメントを実施し、2月中旬に完成

したものを町ホームページにて公開する予定です。

ゼロカーボンシティの表明

せたな町は国と同様に、2022年3月2日、2050年までに二酸化炭素排出量を実質ゼロにする「ゼロカーボンシティ」を目指すことを表明しました。

今後は「せたな町地域エネルギービジョン」を策定し、二酸化炭素削減に向けた施策や取組を推進し、町民・事業者の皆様と連携を図りながら、地球温暖化対策を進めていきます。

本町のゼロカーボンシティの表明に対し、国内613番目の地方公共団体として認められ、環境大臣からメッセージが届きました。



北海道せたな町長 高橋 貞光 殿

貴町におかれましては、この度、地方公共団体として2050年の温室効果ガスの排出量実質ゼロ（ゼロカーボンシティ）を目指すことを表明されました。今回の貴町の表明をもちまして、ゼロカーボンシティは国内で613地方公共団体となりました。我が国としての2050年カーボンニュートラルの実現に向け、大変心強く感じております。

近年、国内各地で大規模な災害が多発しているところですが、地球温暖化の進行に伴い、今後、気象災害の更なる頻発化・激甚化などが予測されております。こうした私たちの生存基盤を揺るがす「気候危機」とも言われている気候変動問題に対処するため、2050年カーボンニュートラルの実現を目指す必要があります。

現在、政府としては、2050年カーボンニュートラルや2030年度46パーセント排出削減目標の達成に向け、再生可能エネルギーの最大限の導入などを掲げ、我が国の成長戦略の柱の一つとしていただいております。

環境省としても、脱炭素社会、循環経済、分散型社会への3つの移行を推進し、今までの延長線上ではない、社会全体の行動変容を図ってまいります。

2050年カーボンニュートラルの実現に向けては、今後30年間のうち、とりわけこの5年間、10年間が重要です。このため、地域脱炭素ロードマップに基づき、脱炭素先行地域づくりや、脱炭素の基盤となる重点対策の全国実施を進めていく必要があります。貴町及び他のゼロカーボンシティと連携しながら、地域脱炭素の更なる具体化・加速化を進めてまいります。

環境大臣 山口 壯

環境大臣メッセージ

百歳になられる方々へ「お祝い状」と「記念品」が贈呈されました

せたな町内に住所を有し、今年度で百歳になられる方々へ内閣総理大臣からお祝い状と記念品が贈呈されました。今年度の該当者は、北檜山区3人、瀬棚区2人の計5人で、10月下旬から11月上旬にかけて高橋町長からお祝い状と記念品が伝達されました。

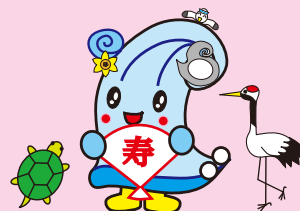
※写真は、ご家族、ご本人の同意を得た方のみ掲載しています。



▶山田 キワさん（北檜山区）



▶岸田 テイさん（瀬棚区）



せたな町産業等活性化補助金のお知らせ

せたな町内の農業、漁業、林業、商工業などの産業全般を対象とし、新規起業者や他分野への参入、新規学卒者への雇用に対して補助します。

◆新規起業者等応援補助金

対象者：せたな町産業担い手育成条例に該当しない新規起業者や事業承継者
対象事業：機械設備等の導入、店舗工場の新築・改装・改築費、外注費等の経費
補助率等：1／3以内、補助上限 100 万円、対象経費の下限 30 万円

◆新規事業補助金

対象者：せたな町内の事業者等
対象事業：他分野への参入又は新たな特産品の開発等のための機械設備等の導入、店舗工場の新築・改装・改築費、外注費等の経費
補助率等：1／3以内、補助上限 100 万円、対象経費の下限 30 万円

◆雇用奨励補助金

対象者：せたな町内の事業者等
対象事業：新規学卒者の正規雇用を行う場合の採用者 1 人当たりの給与費等
補助率等：1／3以内、補助上限（雇用者 1 人当たり）50 万円、対象経費の下限 15 万円
※ 3 年間対象

問い合わせ先

本庁 まちづくり推進課商工労働係（商工業及び雇用奨励補助金関係）
本庁 農務課農政係（農業関係）
本庁 水産林務課水産係（漁業関係）
☎ 0137 - 84 - 5111（代表） FAX 0137 - 84 - 4657

空室あります！

町営住宅等の入居者募集

申込期間：11月24日（木）～12月5日（月）



□町営住宅

団地名	地区	住宅番号	建設年度	面積	型別	家賃の額
徳島団地	北檜山	2-16	H 14	79.99 m ²	3 LDK	25,700 ～ 37,700 円
豊岡高台団地	"	B-29	S 39	33.03 m ²	2 DK	2,500 ～ 3,800 円
役場前A団地	大成	41	H 4	64.62 m ²	3 LDK	15,400 ～ 23,000 円
みやこの丘団地	"	12-104	H 12	64.17 m ²	2 LDK	18,600 ～ 27,800 円
"	"	17-201	H 17	73.45 m ²	3 LDK	21,800 ～ 32,400 円
下宮野団地	"	186	H 3	60.52 m ²	3 LDK	13,300 ～ 19,800 円
夕陽が丘団地	瀬棚	08-102	H 8	74.82 m ²	3 LDK	21,500 ～ 32,000 円
あかしや団地	"	06-202	H 6	73.20 m ²	3 LDK	18,700 ～ 27,800 円
"	"	47-08	S 47	37.73 m ²	2 DK	4,700 ～ 7,000 円

□特定公共賃貸住宅

団地名	地区	住宅番号	建設年度	面積	型別	家賃の額
みやこの丘団地	大成	12-204	H 12	51.01 m ²	1 LDK	26,000 ～ 35,000 円

□定住促進住宅

団地名	地区	住宅番号	建設年度	面積	型別	家賃の額
コーポこんぴら	瀬棚	4号室	H 8	59.91 m ²	2 LDK	43,000 円

※入居資格や提出書類については、町のホームページまたは担当にお問い合わせ下さい。

申込先 本庁建設水道課住宅係
大成支所産業建設係
瀬棚支所産業建設係

☎ 0137-84-5114(直通)
☎ 01398-4-5511
☎ 0137-87-3311

法テラス

八雲通信

権利と義務はウラオモテ

～法律学の考え方～

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)

■権利と義務はウラオモテの関係にあるということを聞いたことがある方もいらっしゃるかもしれませんが、よく誤解されがちですが、法律家が権利と義務はウラオモテにあるというとき、「権利を主張する者はまず義務を果たすべきである」という意味で使われることはありません。「AさんのBさんに対する権利は、Bさんから見たらAさんに対する義務である」という、単純な事実を指して権利と義務はウラオモテにあると言っているにすぎないのです。

■さて、裁判という場所はこの権利義務関係を取り扱う場所であり、やや強引な言い方をしてみれば、権利義務関係「だけ」を取り扱う場所でもあります。権利があるからこそ勝訴するのであり、たとえ可哀想な事情があったとしても権利がないのであれば敗訴してしまうのが裁判所というところです。

■このような裁判所のあり方は、法律学という学問が社会をどのように捉えているかということに由来しています。そもそも法律学という学問の成り立ちが、社会を権利と義務の角度から捉え直すことに由来しているもので

あるからです。例えば政治学が権力を切り口に社会を捉え、分析しているのと同じように、法律学は権利義務を切り口に社会を捉え、分析しているのです。例えば所得税を納税しているという同一の事実に対しても、政治学の捉え方をすれば、政治学に国家と国民の権力関係が見出されるのに対し、法律学の捉え方をすれば、納税義務と納税義務が見出されるのです。ここでも、国家の徴税権と国民の納税義務がウラオモテの関係に立っていることが見て取れます。

■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。

日々の生活習慣の改善で免疫力アップ！ワクチンも接種して感染症予防！



冬が近づき気温がぐっと下がり、感染症が流行しやすい季節となりました。

感染症を予防するために、免疫力を向上させる必要があります。

免疫とは、体内で発生した細菌やウイルスなどを常に監視し撃退する自己防御システムのことです。

免疫力を向上させる生活習慣や主な予防接種についてご案内します。

◆免疫力向上させる5つの生活習慣

① バランスの良い食事をとる

● 免疫細胞の原料となる肉・魚・乳製品・大豆類などの良質なタンパク質

● 免疫細胞の働きをサポートする

野菜・キノコ類・果物

● エネルギー源となり免疫機能アップする炭水化物

※玄米や発芽米がお勧め

● 免疫細胞が集まる腸内環境を整える

発酵食品

これらの食品をバランス良く食べるためには、「主食・主菜・副菜」の揃ったメニューを心がけると良いでしょう。

② 適度な運動

軽く汗をかく運動をする日数が多いほど風邪をひく日数も少なく、重症度も低いというデータもあり、適度な運動は免疫力を向上させることがわかっています。

③ 身体を温める

低体温だと、免疫細胞の活性も低下してしまいます。

入浴は、40℃ぐらいのぬるめのお湯にゆつくりと浸かり、身体を温めましょう。

また、根菜類やショウガなど、土の中にできる物は身体を温める作用があると言われていいますので、身体が冷えた日のお食事に取り

り入れてはいかがでしょうか。



今月の担当
干場 美沙代です

④ ぐっすり眠る

質の良い睡眠中は、免疫細胞が非常に活発になると言われています。ストレスを感じると、質の良い眠りを妨げてしまうため、上手にストレスを発散させることも大切です。

⑤ よく笑う

よく笑うことで、唾液に含まれる免疫物質の濃度が上昇したり、免疫細胞が活性化することがわかっています。たとえつくり笑いでも効果があると言われています。「笑う」ことは、免疫力向上以外にも身体に良い効果をもたらすことがわかっているのです。毎日「笑う」ことを意識してみてください。

◆予防接種について ①インフルエンザ予防接種

●接種期間

令和5年1月31日まで
町内の医療機関で接種することが出来ます。

回覧等でもご案内の通り、今年度に限り「0歳～15歳」「60歳～64歳で心臓・腎臓・呼吸器障害があり、身体障害者手帳1級をお持ちの方」「65歳以上の高齢者」の方の接種料金が無料となります。

インフルエンザワクチンは免疫ができるまで接種から2週間程度かかりますので、お早めに接種するようにお願いいたします。

令和4年度予防接種料金

区分	金額
①0歳～12歳 (2回接種)	無料
②13歳～15歳 (中学生)	無料
③16歳～64歳	2000円 (1780円助成)
④60歳～64歳 で心臓・腎臓・呼吸器障害があり、身体障害者手帳1級該当者	無料
⑤65歳以上	無料

②新型コロナウイルス感染症予防接種

●接種期間

令和5年3月31日まで

現在、5歳～11歳の方の1～3回目接種、12歳以上の方の初回接種(1～2回目接種)とオミクロン株対応ワクチンの追加接種(※3～5回目)を実施しております。

また、生後6か月～5歳未満の方の接種も実施予定で、対象者には随時、接種券を送付します。

※年齢や職業、基礎疾患の有無等により接種回数は異なります。また、追加接種は前回接種から3カ月、間隔をあげる必要があります。

新型コロナウイルス感染症は年末年始に再拡大するのではないかと言われています。インフルエンザとの同時流行を予防するため、接種が可能になりましたら、お早めに接種するようにお願いいたします。



保健師からの伝言

新型コロナワクチン接種予約先・予約受付時間

せたな町立国保病院・瀬棚診療所・大成診療所

ワクチン予約専用電話 0137-84-5115 (12歳以上 平日9:00～15:00)
(5～11歳 平日9:00～17:00)

道南ロイヤル病院

代表電話 0137-84-5011 (12歳以上 平日14:00～16:30)



インフルエンザ予防接種と新型コロナワクチン 予防接種の接種間隔について

インフルエンザ予防接種と新型コロナワクチン予防接種については、接種間隔をあけなくてもできます。

今日インフルエンザ予防接種をし、明日新型コロナワクチン接種をしても特に問題ありません。なお、副反応が増強する等の心配な事案は国から示されておりません。

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(直通)
●瀬棚支所 ☎0137-87-3311
●大成支所 ☎01398-4-5511

園児が防犯標語ポスターを作成

10月17日（月）、認定こども園で園児たちが作成した子供防犯標語「いかのおすし」のポスターをせたな警察署 中村勉署長に手渡しました。

これは全国地域安全運動の一環として行われたもので、「いかのおすし」は各種犯罪や声掛け、つきまとい等から子供自身が身を守るための行動をまとめた標語です。

当日は、園児たちが事業所を回り、手渡す予定でしたが、雨が降ったため、署長に配付を依頼しました。ポスターは北檜山区内の事業所や商店9か所で掲示されています。



町営牧場で退牧作業が行われました

10月20日（木）に山越地区、21日（金）には小川地区の町営牧場において、牛を各酪農家に引き渡す退牧作業が行われました。

今年5月から約5か月間、広い牧草地でたくさんのお草を食べながら走り回った牛たちは、入牧時と比べて約100kgほど大きく、成長していました。

朝8時30分から農協職員や町職員がトラックへ積み込み作業を行う中、牧場から離れることを嫌がる牛もいましたが、病気になることもなく元気に育った牛たちは、各酪農家へ返されました。



「小島よしおトークショー」を開催

10月24日（月）、ふれあいプラザにおいて、3年ぶりとなるせたな町文化講演会が行われました。

お笑い芸人の小島よしお氏を招いて行われたトークショーは、定員300名の会場がほぼ満員となるほど多くの方が来場しました。

当日は、小学生からの質問にわかりやすく答えたり、テーマである「夢を実現するために強い意志を持つことの大切さ」について実体験を交えて語ってくださいました。

最後に、持ちネタの披露もあり会場は大いに盛り上がりしました。



ふれあい市場ファインナルを開催しました

10月29日（土）、ふれあい市場において、「ふれあい市場ファイナル」が開催され、6店が出店し、野菜や花、海産物、新そばが手ごろな価格で販売されました。

当日は、始まる20分ほど前から雨が降り始めたため、入場制限は行いませんでしたが、多くの方が買い物を楽しんでいました。

また、会場では次回のふれあい市場の開催を期待する声もあり、ふれあい市場の終了を惜しんでいました。

今年のふれあい市場は、出店者が集まらず、幾度となく開催が中止されましたが、新型コロナウイルス感染症対策として建物内の入場制限と手指の消毒など、皆さんの協力もあり、大盛況のうちに終了しました。



瀬棚中学校生徒が販売体験をしました

11月4日（金）、ふれあい市場において、瀬棚中学校生徒によるせたな町特産品の販売体験が行われました。

これは、「総合的な学習の時間」を活用して会社の経営を学習する一環として行われたもので、全校生徒が4班に分かれ、模擬会社を設立、商品を生入れ販売しました。

当日は、平日の午前中でしたが、保護者や町民が訪れ、ジャガイモやコメの農産物のほか、いか飯などを購入していました。

生徒たちは、路上で呼び込みをしたり、買い物客に積極的な声をかけ、1時間ほどで商品は、すべて完売しました。



せたな商工会工業部会が塗装ボランティア

10月30日（日）、せたな商工会工業部会（部会長 川端英司氏）が荻野吟子小公園、夕陽が丘公園で塗装ボランティアを実施しました。

これは同会が平成22年から行っているボランティア活動の一環で、今年は両公園内の観光看板や柵、ベンチに防錆塗料の塗布を行いました。



せたなジュニアFCが第24回スクールチャレンジフェスティバルで3位入賞

10月16日（日）、函館市で開催された第24回スクールチャレンジフェスティバル（小学3年生以下大会）でせたなジュニアFCが16チーム中、3位入賞を果たしました。

3連勝で予選リーグを突破、4チームで行われる決勝トーナメントに進出しました。

準決勝で強豪ジュニオールブルーに0対3で敗れましたが、3位決定戦では、日ごろの練習の成果を発揮し、素晴らしいチームワークでジュニオールホワイトに1対0で勝利し3位となりました。

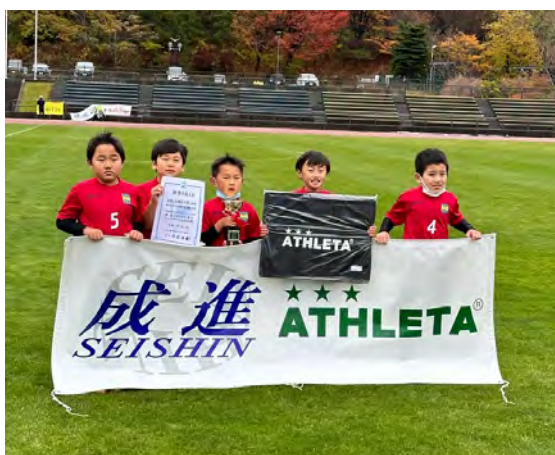


せたなジュニアFC U8が第2回成進・アスレタキッズカップ2022で優勝

11月3日（木）室蘭市で開催された第2回成進・アスレタキッズカップ2022（小学2年生以下大会）でせたなジュニアFC U8が優勝を果たしました。

6人制サッカー大会に5名での参加となりましたが、予選リーグ3試合を1対0、1対0、7対0で勝利し1位トーナメントへ進出しました。

冷たい雨が降る中、人数が少ないながらも準決勝では、北海道コンサドーレ室蘭U8に1対0で勝利し、FC DATE少年団U8と対戦した決勝では、0対0と決着がつかず、行われたPK戦を1対0で下し優勝を勝ち取りました。



公売会のおしらせ

渡島・檜山地方税滞納整理機構では、市町税の滞納により差し押さえた動産の公売会を開催します。

開催日：令和4年12月11日（日）

入札時間：12時～13時（13時開札）

開催場所：渡島総合振興局1階道民ホール（函館市美原4丁目6-16）

公売予定物品：テレビ、ゲーム機、空気清浄機、ゴルフクラブ、ウイスキーなど
公売の参加に必要なもの

①本人確認書類（運転免許証、健康保険証など）

②買受代金（現金）

※代理人が参加される場合は委任状が必要です。

問い合わせ先

渡島・檜山地方税滞納整理機構

☎（0138）47－9599

優良運転者表彰候補者の自己申告について （無事故15年で、かつ、無違反5年以上の方）

◎表彰を受ける資格を有する方

①せたな地区交通安全協会に加入している会員の方

②函館方面・北海道交通安全協会から優良運転者として表彰を受けたことがない方

③平成19年12月31日以前に免許証を取得され、運転経験が満15年以上の方と平成20年1月1日から令和4年12月31日までの15年間無事故の方で（無事故15年以上の方も有資格者です。）なおかつ、平成30年1月1日から令和4年12月31日までの満5年間無違反の方（無違反5年以上の方も有資格者です。）

※③の無事故・無違反の2つの資格がそろった方が候補者として申告できます。

◎申告先等

免許証と印鑑を持参の上、せたな地区交通安全協会（せたな警察署内）へ来署してください。

◎期日

令和5年1月13日まで（土、日、祝日、12月29日～1月3日は除く。）

※15年表彰を授与され、無事故無違反20年表彰、30年表彰に該当すると思われる方又は、30年表彰を授与され交通栄誉章を希望される方は、申告してください。

申告及び問い合わせ先

せたな地区交通安全協会連合会（せたな警察署内）

☎（0137）－84－6110

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
源泉100%かけ流し「長万部温泉」

寒くなってきたこの時期は「長万部温泉」でゆったりリフレッシュ。源泉100%かけ流しで、泉質は高張性弱アルカリ高温泉で湯上がり後も身体がポカポカ。神経痛や冷え性などに高い効能があると評判の温泉です。■住所／長万部町字温泉町■温泉日帰り入浴料金／約500円■長万部温泉利用協同組合☎01377・2・2270

●八雲町八雲地域
木彫り熊資料館企画展
木歩 引間二郎展 期間延長開催

八雲で店を構えて木彫り熊を作っていた引間二郎氏の初期～後期までの作品を展示します。■開催期間・時間／12月18日（日）まで 午前9時～午後4時30分※開催期間の祝日は開館します。■入場料／無料■場所／八雲町木彫り熊資料館■八雲町郷土資料館☎01376・3・3131

●八雲町熊石地域
熊石海洋深層水を分水中！

海洋深層水の分水は、熊石漁港内の熊石海洋深層水総合交流施設で行っており、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。さまざまなお効果が期待されていますので、ぜひお試しください。なお、冬期間（12月～3月）については、小口販売機の営業が平日のみとなります。■料金／小口分水 一般用（20ℓ）100円、業務用（1ℓ）620円、大口分水 一般用（1ℓ）620円、業務用（1ℓ）620円■熊石海洋深層水総合交流施設☎01398・2・2300

●今金町

ピリカスキー場 今シーズンの
ファミリースーズン券発売中！

ピリカスキー場では今シーズン券を早期割

冬季における漁船操業時の注意点

冬季における漁船の操業においては、不注意による人身事故や天候の急変による海難、暖房器具等による火災発生等が予想されます。

漁業者の皆様におかれましては次のことに注意して、安全に操業を行いましょう。

- ・作業時には、揚網機にカップ等の着衣が巻き込まれることがないように、袖口を締め付け、また、ロープの輪の中に足を入れないよう身の回りに注意しましょう。
- ・海中転落した場合、ライフジャケットを適切に着用していれば、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適切に常時着用しましょう。
- ・海上では天候が急変する可能性があるため、最新の気象情報を入手し、天候の悪化が予想されるときは、操業を早めに切り上げる等、無理をしないようにしましょう。
- ・暖房器具等の近くに、燃えやすいものを置かないようにしましょう。

安全を第一に考え、
漁を行いましょう。



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

陸上自衛隊 高等工科大学一般受験案内

応募資格	中卒（見込含）17歳未満の男子
受付期間	令和4年10月1日（土）～令和5年1月6日（金）
試験科目	口述試験、筆記試験（作文を含む。）及び身体検査
試験日程	1次：令和5年1月14日（土）又は15日（日） 2次：令和5年1月26日（木）～1月29日（日）までの間で希望する1日
合格発表	1次：令和5年1月20日（金） 2次：令和5年2月9日（木）
入学時期	令和5年4月上旬

※詳しくは、こちらまでお問合せ下さい

自衛隊函館地方協力本部今金地域事務所 所長 佐野 晃一 携帯電話 080 - 4405 - 9194

●せたな町 「せたな町割（せたな町宿泊割引）」 実施中！

旅をしたい。美しい景色を見たい。そんなあなたにせたな町をオススメ。観光を目的に対象施設に宿泊した場合、宿泊代金が割引される「せたな町割」を実施しています。せたな町割の利用は、対象施設に予約もしくはチェックイン時に直接申し込みください。

■宿泊料割引（一人1泊料金、5連泊まで対象）

・4千円～5千999円	3千円引
・6千円～7千999円	4千円引
・8千円～9千999円	5千円引
・1万円～1万4千999円	7千円引
・1万5千円～1万9千999円	1万円引
・2万円以上	↓13500円引

■割引対象者

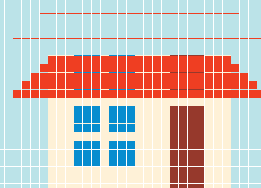
観光を目的にした宿泊に限り、ワクチン3回接種済みである方、又は、PCR検査等の結果が陰性だった方に限ります。

※国又は北海道からの支援制度との併用はできません。予算が無くなりしだい終了します。新型コロナウイルス感染症の状況により停止、又は中止となる場合があります。

詳しくは、せたな観光協会ホームページでご確認ください。 <http://setanavi.jp/>

引販売中です。12月1日～12月16日中の購入ですと、通常料金より10%オフとなりお得です。また、ファミリーシーズン券は更にお得となっています！
■12月1日～12月16日中購入のファミリーシーズン券価格●親子2名（大人1名、小学生1名）31680円●親子2名（大人1名、中学生1名）33840円●親子3名（大人1名、小学生2名）43920円●親子3名（大人1名、中学生2名）48240円
右記の他にも親子4名や、兄弟姉妹でのファミリーシーズン券もあります。※シーズン券、通常料金などについてはお問合せください。シーズン券を持っていると、スキー場営業期間中ピリカ温泉入浴料が「半額」！中学生以上275円、小学生100円
■オープン予定日／令和4年12月24日
■クローズ予定日／令和5年3月26日
■クアブラザピリカ ☎ 0137・83・7111

せたな町の 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（12月～1月分）

・12月9日（金）

・1月13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

●函館弁護士会

☎0138・41・0232

ふるさと応援寄附金

10月1日から10月31日受付分

合計1337件

19、143千円

ご相談ください

法律・登記・行政相 談の無料相談会のお 知らせ

相続・贈与・売買・会社設立・債務整理・成年後見・行政相談など、心配ごとについてご相談ください。

（相談無料・予約制）

●日時

12月14日（水）10時～12時

●予約締切

12月12日（月）

※先着4名まで

●場所／せたな町大成支所

●担当相談員

司法書士 森 奈津美

●役場総務課総務係

☎0137・84・5111

ご相談ください

心の健康相談の実施 について

令和4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

忘れないで納期限

- 固定資産税【第4期】
- 国民健康保険税【第5期】

納期限は
11月30日（水）です
忘れずに納めましょう

- 町・道民税【第4期】
- 国民健康保険税【第6期】

納期限は
12月26日（月）です
忘れずに納めましょう

お知らせします

一定面積以上の土地 取引には届出が必要 です

土地の売買・賃借・交換・営業譲渡など、一定面積以上の土地取引に係る契約をした場合には、国土利用計画法の規定により、その土地が所在する市町村に届出が必要です。

【届出の対象となる面積】

・市街化区域 2千㎡以上

・市街化区域以外の都市計画区域内 5千㎡以上

・都市計画区域外

1万㎡以上

【届出者】

・土地の権利取得者（買主等）

【届出期限】

・契約締結日から2週間以内

※提出期限を過ぎた場合でも、届出書の提出にご協力

願います。

【提出書類】 各3部

・土地売買等届出書

・土地売買等契約書の写し

・土地の位置を明らかにした縮尺5万分の1以上の地形図

次回予定 移動町長室

12月6日（火） 大成支所

- ◎移動町長室は9：00から11：30までの開設となります。
- ◎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。

・土地及びその付近の状況を明らかにした5千分の1以上の図面

・土地の形状を明らかにした図面

・委任状（代理人が届出する場合）

【罰則】

届出をしないと法律で罰せられることがあります。

※提出様式や制度についての詳細は、せたな町ホームページをご覧ください。

【届出・問合せ先】

まちづくり推進課まちづくり推進係

☎0137・84・5111

せたな町ホームページ

<https://www.town.setana.lg.jp>

戸籍の窓口

(10月1日～10月31日届出)



お誕生おめでとう

○嶋守凜^{りせあ}星空ちゃん(俊雄)南 川

おくやみ申し上げます

○工藤 スエさん(89歳)豊 岡
○武藤 文雄さん(85歳)都
○千葉 ハナさん(87歳)宮 野
○高橋 紀夫さん(82歳)北島歌

ご家族の同意を得た方のみ掲載しています。

人口と世帯

令和4年10月末現在(前月比)

人口	7,192人	(-13)
北檜山区	4,336人	(-5)
大成区	1,238人	(-6)
瀬棚区	1,618人	(-2)
男	3,408人	(-4)
女	3,784人	(-9)
世帯	3,967世帯	(-8)

戸籍年金係からのお知らせ

◎付加保険料を納付しませんか？

◆基礎年金に上乘せ

老齢基礎年金の年金額は777,792円(令和4年度の満額)ですが、老後に受ける老齢基礎年金をより高いものにしたいと考えている方のために、**付加年金制度**があります。

これは毎月の国民年金保険料(16,590円)に付加保険料を上乘せして納めることで、上乘せの付加年金を受け取ることができる仕組みです。

◆付加保険に加入できる人

付加年金に加入することができるのは、**国民年金の第1号被保険者または任意加入被保険者の方(65歳以上の方を除く)**です。

ただし、保険料納付の免除・猶予を受けている方や国民年金基金に加入している方は加入できません。

手続は役場本庁又は各支所にて随時受付しています。

◆付加保険料・年金の額は？

付加保険料の額は1ヶ月400円です。手続き後送付される納付書でお近くの金融機関又はコンビニエンスストア等で納付して下さい。

付加年金の額は「200円×付加保険料納付月数」です。つまり保険料400円に対して年金額200円ですから、受給開始から2年間で付加保険料相当分の年金を受け取ることができます。

◆納めていただく際の注意点

1. 付加保険料の納付は、申し込みした月分からです。
2. 納期限は**翌月末日**と定められています。
3. もし納期限を過ぎてしまっても、期限から2年間は納めることができます。
4. 納付をやめたいときは『付加保険料納付辞退申出書』の提出が必要です。
5. 国民年金基金に加入している方は付加保険料を納めることができません。

<11月30日(いいみらい)は「年金の日」です!!>

ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、ご自身の年金記録からさまざまな条件を設定した上で、年金見込額の試算をすることもできます。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

○日本年金機構ホームページ(ねんきんネット)

https://www.nenkin.go.jp/n_net/



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 |

マイナンバーカード特設窓口を開設しています。

☆12月の特設窓口☆

- 夜間(毎週木曜日)／1日、8日、15日、22日、29日 午後7時まで
- 休日(第2・4日曜日)／11日、25日 午前9時から正午まで
- 場所／本庁・瀬棚支所・大成支所

※休日窓口については12月末までの開設となります。



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

力作が勢ぞろい

町民文化祭「作品展示の部」が開催

Koho - kenbunroku



瀬棚会場



北檜山会場



北檜山会場



11月5日(土)～6日(日)の2日間、町民文化祭「作品展示の部」が町民ふれあいプラザ及びB & G海洋センター体育館で開催されました。会場の都合で大成会場は中止となりましたが、様々なサークルや個人の力作が出展されたほか、体験コーナーが設けられ多くの人で賑わいました。

編集後記

●今回の表紙は町民文化祭です。各会場には、作品展示のほか、様々な体験コーナーがあり、たくさんの方が挑戦していました。初めて挑戦した方も多く、説明を熱心に聞きながら、一つ一つ慎重に行い、できた作品を手に満足そうな顔が印象的でした。また、茶会コーナーでは、楊枝を使って和菓子を食べることに挑戦している方もいて、文化祭がよい経験の場になったのではないかと思います。▼11月8日に皆既月食がありました。惑星食もあり、同時に見られるのは442年ぶりだそうです。失念していて、気が付いたのは午後9時半頃。慌てて空を見上げると雲でほぼ見えず、写真も撮れませんでした。次回の皆既月食は2025年9月8日午前2時半頃からだそうです。次こそは最初から見たいです。▼新型コロナウイルス感染症の再拡大が懸念されています。寒くなり、換気することが嫌な季節になりました。せたな町も感染者が多くなっています。先日オミクロン株対応ワクチンを接種しました。12月18日の集団接種の枠はまだまだ空いていますよ【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