

# せたな



小学校新一年生のご紹介

マイナポイント第2弾が始まりました

軽自動車の廃車手続きはお済みでしょうか

保健師からの健康アドバイス

こころの健康について

あなたも認知症サポーターになりませんか？

TOPICS、暮らしの情報 ほか

表紙◎ 1/20 「みんなの健活ヨガ教室」の様子 ※詳しくは広報見聞録をご覧ください



# 小学校入学 おめでとうございます



今年4月に小学校に入学する町内の新1年生は、平成27年4月2日から平成28年4月1日までに生まれた児童30人です。( )内は保護者名です。転入してこられた方などで名簿に載っていない方や住所が変わった方は、教育委員会事務局へご連絡ください。

**教育委員会事務局**  
☎0137・84・6260

新一年生の氏名などにつきましては、子どもたちのプライバシーのため、紙媒体のみの掲載としていきます。

デジタル版には掲載しませんので、ご了承ください。

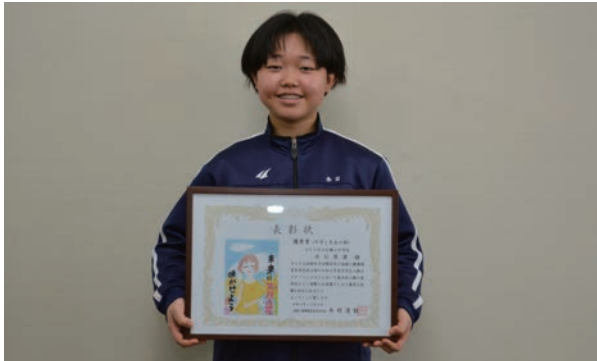


## 人権ポスターコンテストで入賞

令和3年度小学生・中学生人権ポスターコンテスト八雲地区大会で、6人が入賞しました。

北檜山中学校1年 赤石果凜さんと大成中学校2年 松神ほのかさんが最優秀賞を、大成中学校1年 小守林柚さんが優秀賞を受賞したほか、北檜山中学校1年 鈴木廉人さんと北檜山中学校3年 花田葵依さん、北檜山小学校6年 井村礼さんが奨励賞に選ばれました。

このコンテストは、人権尊重の理念を理解し、豊かな人



▶赤石果凜さん

権感覚を身に付けてもらうことを目的に毎年開催しているものです。

最優秀賞の赤石さんと松神さんの作品は、函館地方事務局・函館人権擁護委員連合会主催のコンテストで、赤石さんは優秀賞を、松神さんは奨励賞を獲得しました。

八雲地区大会で入賞した作品は、次の日程で展示されます。

- ・3月16日～3月18日  
せたな町大成支所
- ・3月19日～3月21日  
せたな町民ふれあいプラザ



▶松神ほのかさん(右)と小守林柚さん



マイナンバーカードでマイナポイントをもらおう！

# マイナポイント第2弾

がはじまりました

令和4年1月1日から、下記の3つに該当する方を対象にマイナポイントの付与事業を実施（または実施予定）しています。マイナポイントをもらうためには、申し込みが必要です。申込開始時期に注意してください。



マイナンバーカード申請期限：令和4年9月30日（金）

**①** マイナンバーカードを取得された方のうち、マイナポイント第1弾に申し込みをしていない方  
(マイナンバーカードをこれから取得される方も含みます。)

.....最大5,000円相当のポイント

- 申込開始時期：令和4年1月1日から
- カードの申請期限：令和4年9月末まで
- 申込期限：令和5年2月末まで

※令和3年12月末までにマイナポイント第1弾に申し込んだ方で、まだ20,000円のチャージやお買い物を行っていない場合（最大5,000円分までポイント付与を受けていない方）は、令和4年1月1日以降も引き続き、上限（5,000円相当）までポイントの付与を受けることができます。



**②** マイナンバーカードの健康保険証としての利用申し込みを行った方  
(既に利用申し込みを行った方も含みます。)

.....7,500円相当のポイント

- 申込開始時期：令和4年6月頃開始
- カードの申請期限：令和4年9月末まで
- 申込期限：令和5年2月末まで



**③** 公金受取口座の登録を行った方  
(公金受取口座の登録自体の開始は令和4年春頃を予定しています。)

.....7,500円相当のポイント

- 申込開始時期：令和4年6月頃開始
- カードの申請期限：令和4年9月末まで
- 申込期限：令和5年2月末まで



マイナポイントの予約・申込方法などは、総務省ホームページをご覧ください。

総務省マイナポイント特設ホームページ  
<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp>



問い合わせ先

本庁町民児童課戸籍年金係

☎ 0137 - 84 - 5113 (直通)

# 軽自動車の廃車手続きはお済みでしょうか？

～税金は毎年4月1日にお持ちの方にかかります～

軽自動車税は、4月1日現在、下記の表にある車をお持ちの方に課税される税金です。

4月2日以降に廃車（譲渡・廃棄など）手続きをした場合でも、その年度の軽自動車税は課税されることになります。

車を譲ったり、処分した場合は、お早めに廃車の手続きをしてください。



車種	手続きする場所	必要なもの
原動機付自転車 (125cc以下)	せたな町役場 税務課 ☎ 0137-84-5112 (直通) 瀬棚支所 住民係 ☎ 0137-87-3311	・使用者、所有者の印鑑 ・ナンバープレート ・車名、車体番号、年式が分かるもの
小型特殊自動車 (農耕用・その他)	大成支所 住民係 ☎ 01398-4-5511	
軽三輪車・軽四輪車 (660cc以下)	軽自動車検査協会 函館事務所 函館市西桔梗町 830 番地 11 ☎ 050-3816-1764	・左記にお問い合わせください
軽二輪車 (126～250cc以下)	函館運輸支局 函館市西桔梗町 555 番地 24 ☎ 050-5540-2002	・左記にお問い合わせください
二輪の小型自動車 (251cc以上)		

## 【注意】

◎廃車手続きを業者又は個人の方へ依頼した場合は、手続きが完了しているか、あらためてご確認ください。

◎個人で廃車手続きを行う方は、車の登録抹消手続きと車税の納付義務抹消手続きが必要となりますので、お忘れのないようご注意ください。

問い合わせ先

本庁税務課課税係

☎ 0137-84-5112 (直通)

## せたな出身自衛官

# 活動報告

第5回



瀬棚区出身  
澤田 孝秋  
千歳基地勤務

こんにちは。瀬棚区出身、航空自衛官の澤田孝秋です。今回は自分が航空自衛隊に入隊した動機や自衛隊の魅力、現在の業務内容について報告したいと思います。

自分は小学2年生から高校3年生まで野球をしており、将来は体を使うような職業に就きたいと考えていました。広報官から自衛隊の話を知ることができ、自分にあった仕事だと感じたので、檜山北高等学校を卒業後、航空自衛隊に一般空曹候補生として入隊しました。

最初の約3ヶ月間は埼玉県熊谷基地で自衛官として必要な体力や基礎知識を学びました。初めての事だらけで慣れない集団生活、環境の変化に不安や戸惑いもありましたが、同期の皆と支え合い、とても内容の濃い3ヶ月半を過ごすことができました。

自衛隊の魅力は人間関係だと自分は思います。任務を達成するためにも強い団結力が必要となります。集団で生活するため、同期や先輩、後輩との関係を深めやすく、自然と人間関係が広がっていくと思います。自分の職種について

でも団結力、結束力がとても大切です。自分は現在、千歳市千歳基地にある第3高射群第10高射隊で高射操作員として勤務しています。具体的な業務は日本の脅威となりうる航空機や弾道ミサイルなどをペトリオットミサイルで迎撃することです。任務遂行のために、いつでも安全かつ迅速な対応をすることができるよう日々訓練しています。まだまだ分からないことばかりですが、立派な高射操作員となれるよう先輩に教えていただきながら頑張っています。

最後に航空自衛隊は団結力がとても大切です。そのため、先輩や後輩、同期の支えを忘れず感謝の気持ちを持って、一人前の自衛官になれるようこれからも頑張っていきます。

せたな町から1人でも多く自衛官が増えてほしいと思います。今、自衛官を目指している人、すでに入隊が決まっている人、これから大変なこともあると思いますが、応援してあげてください。



空室あります！

## 町営住宅等の入居者募集

申込期間：2月24日（木）～3月7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	5-47	H 21	79.99 m <sup>2</sup>	3 LDK	26,200 ～ 39,000 円
川沿団地	"	3-369	H 6	71.30 m <sup>2</sup>	3 LDK	21,900 ～ 32,700 円
豊岡高台団地	"	B-29	S 39	33.03 m <sup>2</sup>	2 DK	2,500 ～ 3,800 円
役場前A団地	大成	41	H 4	64.62 m <sup>2</sup>	3 LDK	15,400 ～ 23,000 円
みやこの丘団地	"	10-101	H 10	64.17 m <sup>2</sup>	2 LDK	18,600 ～ 27,700 円
下宮野団地	"	190	H 6	63.21 m <sup>2</sup>	3 LDK	14,500 ～ 21,600 円
あかしや団地	瀬棚	6-202	H 6	73.20 m <sup>2</sup>	3 LDK	18,700 ～ 27,800 円
"	"	49-04	S 49	43.00 m <sup>2</sup>	2 DK	5,800 ～ 8,600 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
都いさりび団地	大成	7-201	H 7	47.20 m <sup>2</sup>	1 LDK	24,000 ～ 32,000 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	6号室	H 8	59.91 m <sup>2</sup>	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 ☎ 0137-84-5114(直通)  
 大成支所産業建設係 ☎ 01398-4-5511  
 瀬棚支所産業建設係 ☎ 0137-87-3311

## 法テラス

### 八雲通信

着任のご挨拶

法テラス八雲法律事務所

弁護士 森田 寛  
 (函館弁護士会所属)

■本年一月より法テラス八雲法律事務所へ赴任いたしました森田寛(もりたひろし)です。どうぞよろしくお願ひします。■出身は埼玉県大宮市(現在のさいたま市)です。中学生の時に長野県に引っ越しをしまして、雪道での車の運転には大変苦労しております。八雲は初めてなのですが、学生時代に札幌市に数年間住んだことがありまして、北海道にはご縁を感じております。■私が所属する法テラス(日本司法支援センター)は、日本全国に法律事務所があり、数年ごとに転勤があります。私も八雲に来る前は、奈良県の山間地にある事務所に所属しておりました。■私は都市部にある事務所よりも、いわゆる「司法過疎地域」(地域に弁護士事務所がほとんどない地域のことです)で生活することが多いのですが、そこでの困りごとは「大きい本屋がないこと」です。法律書などの専門書は札幌などの大都市に行かないとなかなか書店に置いてありません。そこで活用するのがインターネットショッピングです。今は、どこにいてもスマホ一つで簡単に専門書を買える時代になりました。

■スマホ一つでいろいろできる便利な時代ですが、それに伴って増えているのが、ネットトラブルです。■子供が勝手に親である私のクレジットカードを使い、私の名前をインターネットショッピングをしたらしい。カード会社から高額な請求が来ている。取り消すことはできないか」という相談例を考えてみましょう。これはクレジットカードの不正利用(本人以外の利用)の問題といえます。多くのクレジットカード会員規約では、家族や同居人等の不正利用についてはカード会員本人が責任を負うとしています。このため、今回の事例では、親は支払い義務を負う可能性が高いといえます。なお、家族や同居人等以外の者から勝手にクレジットカードを利用された場合、速やかにカード会社に届け出ることで、支払い義務が生じないことになっています。不正利用が疑われる場合は、早めにカード会社に連絡をしてください。■さて、当事務所では、みなさまからの法律相談を承っております。一定の資力要件を充たす方であれば、3回まで無料の法律相談を承ることもできます。お気軽にご相談ください。相談予約のお電話は、「法テラス八雲法律事務所」(050-33383-8366)までお寄せくださいませ。また、「法テラス江差法律事務所」(050-33383-5563)でもご利用ください。

保健師からの健康アドバイス

## こころの健康について

### ストレス対処法を身につけよう！



そろそろ暖かい日も増え、春の訪れを感じられる時期になりますね。

ただ、昨年や今年はコロナウィルスの影響で、外出の機会が少なく状況が続き、なんとなく身体だけでなく、こころに不調をきたしている方も多いのではないのでしょうか。

3月は自殺対策強化月間です。

自殺の原因の多くは「うつ病」などのこころの病気が関係しています。

令和2年の自殺者数は、残念ながら前年に比べ増え、社会的な影響も大きいのではないかと言われています。

しかし、多くの自殺は「うつ病の早期発見、早期治療により予防することができ



### うつ病とは？

うつ病が「なぜ」「どのように」起こるのかは、まだ解明されていません。

感情や意欲は脳が生み出すものであり、その働きになんらかのトラブルが起きて、気分が落ち込み、憂鬱になるなどの症状が出る病気だと言われています。

単なる気分の落ち込みは時間が経過することで回復していきませんが、うつ病は回復せず、日常生活に支障が生じることが特徴です。

### 自分や周りが気づくうつ病のサイン

本人はうつ病のサインがあっても気づかず我慢して受診が遅れる場合があります。

また、周りの人は病気のサインに気が付いたら心配していることを伝え、話を聞いてあげましょう。

下記の症状が2週間以上続くようなら注意が必要ですが、あくまでも目安のため、もし当てはまるかなと感じた方は専門家に相談しましょう。



今月の担当  
西 香奈美です

### ○自分で気づくサイン

- ・憂鬱、気分が重い
- ・何をしても楽しくない、何も興味がわかない
- ・疲れているのに眠れない、1日中眠たい、いつもよりかなり早く目覚める
- ・イライラして、何かを急ぎ立てられているように落ち着かない
- ・悪いことをしたように感じて自分を責める、自分には価値がないと感じる
- ・思考力が落ちる
- ・死にたくなる

### ○体に現れるサイン

- ・食欲がない
- ・疲れやすい
- ・頭痛や肩こり
- ・動悸
- ・めまい

### ○周りが気づくサイン

- ・表情が暗い
- ・涙もろい
- ・反応が遅い
- ・落ち着かない
- ・飲酒量が増える



最近ではインターネット等で調べて自己判断をされる方も多いようですが、正しい診療を受ける機会を遅らせることになるのでお勧めできません。

**うつ病の治療方法**  
うつ病は脳の病気であり、治療しないと悪化して治りにくくなる可能性があります。

治療においては「休養・環境調整」「薬物療法」「精神療法」が大切となります。

**休養・環境調整**  
うつ病になる方の性格的な傾向として、生真面目で責任感があり、自分に厳しい方が多いので、長期休養をとることを周りに頼みづらい方がいますが、焦らず休養を取ることによって回復への早道をつくることができます。

**薬物療法**  
人により効果に違いはありますが、うつ病の治療薬はすぐに効果が現れないことも多くあります。自己判断せず、主治医の先生と相談していきましょう。

**精神療法**  
うつ病の原因となったストレスを振り返り、対処方法を学ぶことで調子のよい状態を維持し、再発を防ぐ目的で行われます。



**うつ病の予防について**  
日常生活で予防のために気を付けてほしいポイントがありますので、紹介します。

- ① 十分な睡眠を心がける
  - ② 自分の性格や考え方を知る
  - ③ 休養をとる
  - ④ 体のリズムをつくる
  - ⑤ 栄養バランスのとれた食事をする
  - ⑥ アルコールを控える
  - ⑦ 適度な運動を心がける
  - ⑧ 一人で悩まないこと
- またストレスコーピングを正しく身につけることも大切です。

**ストレスコーピングとは？**  
仕事や人間関係等のストレスに上手に対処する方法のことで大きく3つの型に分けられます。

**問題焦点型コーピング**  
ストレスになっている問題そのものの解決を試みる

**情動焦点型コーピング**  
ストレスになっている問題ではなく、ストレスだと思う感情や受けとり方をコントロールする

(例) 責任が重いことを任せられた時に「失敗できない」ではなく「期待されている」と考え方を変える など)

**ストレス解消型コーピング**  
自分の気持ちを話し、他者に聞いてもらうことによつて気持ちを発散させる (例) 誰かに話を聞いてもらう 気晴らしになることなど)

これらを組み合わせ、ストレスを抱えすぎないようにしましょう。



**こころの相談窓口**

せたな町では、相談窓口を設けています。

体の健康に関することだけでなく、心の悩みがある方もお気軽にご相談ください。つらい時には周りの人に相談することも大切です。

◆北檜山区  
せたな町健康センター保健師  
☎0137-84-5984

◆瀬棚区  
瀬棚支所 保健師  
☎0137-87-3311

◆大成区  
大成支所 保健師  
☎01398-4-5511

◆こころの電話相談  
☎0570-064-556

◆北海道いのちの電話 SNS相談窓口 LINE 公式アカウント



**保健師からの伝言**

～こころの講演会～

町民を対象にうつ病や自殺予防に関する講演会を開催する予定です。詳細は決まり次第、回覧文書にてお知らせいたします。

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

# こんにちは！ 地域包括支援センターです

## あなたも認知症サポーターになりませんか？

### 認知症サポーター養成講座&認知症サポーターステップアップ講座



認知症は、超高齢社会である日本にとって大きな社会課題だと認識されており、2025年には、全国の高齢者（65歳以上）の約5人に1人が「認知症」または「認知症の予備軍」といわれていますが、まだまだ誤解や偏見があるのが現状です。

認知症は、誰もがなる可能性のある病気です。他人事ではない身近なこととして関心をもつことが重要です。

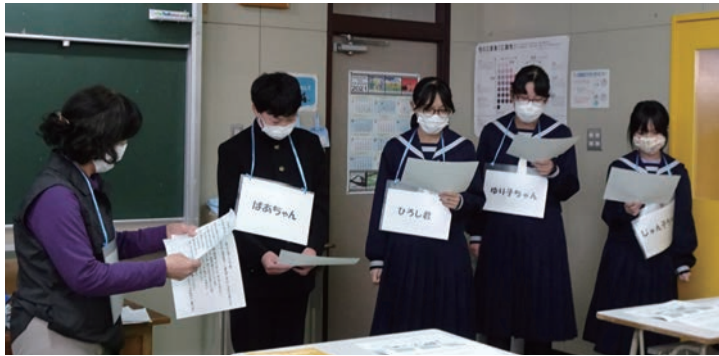
その手始めとして、認知症サポーター養成講座を受講し、認知症のことを知るきっかけにしてみたいいかがでしょうか。

○認知症サポーターとは  
地域や職場において、できる範囲で認知症の人や家族を手助けする人を認知症サポーターといえます。

○認知症サポーター養成講座とは  
認知症に関する正しい知識と理解を学ぶ講座です。地域や職場での少人数の出前講座も行っています。受講は無料です。

◆小・中学校でも「認知症サポーター養成講座」を開催しています。  
町内の小・中学校の授業の一環として、「認知症サポーター養成講座」を実施しています。

認知症についての講話に加え、児童、生徒と先生が寸劇に参加し、接し方について学んでいます。



○認知症サポーターステップアップ講座とは  
個々でできる範囲で手助けしていた認知症サポーターが、チームを組んで地域の認知症の人や家族に対して生活面での支援などに取り組みするために、認知症についてより理解を深める講座です。受講は無料です。

認知症サポーター及び各出前講座については、地域包括支援センターにお問い合わせください。

- ☎ 地域包括支援センター
- ☎ 0137-845699
- ☎ 瀬棚支所
- ☎ 0137-873311
- ☎ 大成支所
- ☎ 01398-45511





## 北海道日本ハムフア イターズ「野球教室」

1月15日(土)、せたな町民体育館において、北海道日本ハムフアイターズ「野球教室」が開催されました。当日は、講師に北海道日本ハムフアイターズベースボールアカデミーの立石尚行コーチと大塚豊コーチを招いて行われ、町内の小学生16人が参加しました。

講師からは、グローブの使い方から様々なポジションを体験する大切さなどが伝えられ、学ぶことが多い貴重な時間でした。



## コロナワクチン追加 接種が始まりました

2月13日(日)、大成町民センターで新型コロナウイルス集団接種が行われ、7月31日までに2回目接種が終了した244人が接種しました。

新型コロナウイルス追加接種は、2月27日(日)と3月13日(日)に大成町民センターで集団接種行われるほか、大成診療所以外の町内医療機関で個別に接種することができま



## 「鬼をやっつけろ！」力を合わせて鬼退治

節分の2月3日(木)、町内の園児が豆まきを行いました。

認定こども園では、新型コロナウイルス感染症対策のため、クラスごとに行われました。

節分について勉強した後、登場した鬼に泣き出してしまいう子もいましたが、みんな力で合わせて鬼を退治しました。

大成保育園では、本来の豆まきは大豆を使って行われることを勉強した後、ボールで鬼退治を、瀬棚保育所では、本格的に炒った大豆を使用し、年少組が見守る中、鬼を退治して



認定こども園きたひやま



大成保育園



瀬棚保育所





## 函館地方気象台からのお知らせ

○令和4年4月1日から函館地方気象台の天気予報、気象警報・注意報に関する電話対応の時間帯が変更となります。

電話番号：0138-46-2212

対応時間帯：平日8時30分～17時15分

○自動音声電話による気象情報の提供も行っておりますので、こちらもご利用ください。

電話番号：0138-46-0901

対応時間帯：24時間対応

## 自動音声電話の利用方法

函館地方気象台では、自動音声電話にて各種気象情報を提供しています。

**気象情報（自動音声）電話番号 0138-46-0901**

現在発表中の特別警報、警報、注意報に関する情報の後、以下の操作により情報をお聞きいただけます。

<p><b>天気予報</b> →「1#」をプッシュします</p> <p>地域を選択後、本日、明日、明後日の天気予報が流れます。</p> <p>○お聞きになりたい「地域の番号+#」をプッシュします。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>全地域 → 「0#」 渡島地方 → 「1#」 檜山地方 → 「2#」</p> </div> <p>もう一度聞く場合 → 「1#」 終了する場合 → 「0#」または切断</p>	<p><b>観測結果</b> →「2#」をプッシュします</p> <p>地点を選択後、観測結果（風向・風速、気温、湿度、天気等）が流れます。</p> <p>○お聞きになりたい「観測地点の番号+#」をプッシュします。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>全地点 → 「0#」 函館 → 「1#」 江差 → 「2#」</p> </div> <p>もう一度聞く場合 → 「1#」 終了する場合 → 「0#」または切断</p>	<p><b>特別警報・警報・注意報</b> →「3#」をプッシュします</p> <p>市区町村を選択後、発表中の特別警報、警報、注意報が流れます。</p> <p>○お聞きになりたい市町名の“あかさたな”を選択した後、「当該市町の番号+#」をプッシュします。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>市町の番号等は、下表を参照ください</p> </div> <p>もう一度聞く場合 → 「1#」 他の市町の警報等を聞く場合 → 「2#」 天気予報、観測結果を聞く場合 → 「3#」 終了する場合 → 切断</p>
---	--	--

行(番号)	市町(番号)	行(番号)	市町(番号)	行(番号)	市町(番号)	行(番号)	市町(番号)	行(番号)	市町(番号)	
あ行(1#)	厚沢部町(1#)	あ行(1#)	長万部町(5#)	さ行(3#)	鹿部町(1#)	は行(6#)	函館市(1#)	ま行(7#)	森町(2#)	
	今金町(2#)		乙部町(6#)		知内町(2#)		福島町(2#)		や行(8#)	八雲町熊石(1#)
	江差町(3#)		か行(2#)		せたな町(3#)		北斗市(3#)			八雲町八雲(2#)
	奥尻町(4#)		上ノ国町(1#)	な行(5#)	七飯町(1#)	ま行(7#)	松前町(1#)			
			木古内町(2#)							

### 問い合わせ先

函館地方気象台

☎ (0138) 46 - 2211

## 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  
長万部公園バンガロー予約開始!  
(4月1日)

4月1日(金)から長万部公園バンガローの予約受付を開始します!GWや夏休み期間などは、利用者が集中するのでご予約はお早めにご家族、ご友人などお誘い合わせのうえ、多くのご利用をお待ちしております!※新型コロナウイルスの感染状況等により申込日時を変更する場合があります。●料金/バンガロー1棟1泊6千円※バンガロー1棟で、5〜7名程度が利用(宿泊)可能です。●長万部町役場建設課建築公園係 ☎01377-22456

●八雲町八雲地域  
八雲町営スキー場の営業時間変更のお知らせ 最終営業日3月6日!

八雲町営スキー場(春日)の営業時間が変更となります。また、最終営業日はリフト無料開放となりますので、ご利用ください。●時間/3月1日(火)〜3月6日(日) ●平日/午後5時〜午後9時 ●土日/午前9時〜午後9時※リフトの運行時間は、営業終了の15分前までです。●リフト券 ●1回券/大人1200円、中学生以下700円 ●11回券/大人12500円、中学生以下7300円 ※このほかにも時間券があります。●八雲町教育委員会体育課 ☎01377-22141

●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。さまざまな効果も期待されています。この機会に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。●小口分水/一般用(200円) ●業務用(1000円) ●大口分水/一般用(1000円) ●業務用(1000円) ●熊石海洋深層水総合交流施設 ☎01398-22300







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 (3月〜4月分)
    - ・3月11日(金)
    - ・4月8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
- 問 函館弁護士会  
☎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
    - 3月9日(水) 10時〜12時
    - 3月7日(月)
  - 予約締切
    - 3月7日(月)
  - ※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
- 問 役場総務課総務係  
☎01337・84・5111

ご利用ください

### 裁判所出張手続案内のお知らせ

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

- 日時
    - 4月21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
    - 4月14日(木) までに函館地方裁判所総務課まで電話でお申込みください。
- 問 函館地方裁判所  
☎01338・38・2372

お知らせします

### 自動車税種別割の住所変更をお忘れなく

自動車税種別割は、4月1日現在の登録に基づいて課税される税金です。

引越して住所が変わったときなどは、運輸支局で変更登録をしてください。

次の場合は、運輸支局で登録手続きが必要です。

- ・住所が変わったとき(変更登録)
- ・自動車を売買したとき(移転登録)
- ・自動車を売却しなくなったとき(抹消登録)

令和4年度の自動車税種別割納税通知書を確認にお届けするために、3月中に手続きをお願いします。

変更申請が間に合わないときは、札幌道税事務所自動車税部にご連絡いただくか、道税ホームページから住所変更手続きをしてください。

問 札幌道税事務所自動車税部  
☎011・746・1190

お知らせします

### 令和5年歌会始の題は「友」です

令和5年歌会始の題は「友」と定められました。詠進歌は、お題を読み込んだ自作の短歌で一人一首とし、未発表のものに限ります。

#### ●詠進の期間

9月30日(金)まで宮内庁へ※歌に詠む場合は「友」の文字が詠み込まれていればよく、「友人」「学友」「友好」のような熟語にしても差し支えありません。

詳しくは、宮内庁ホームページをご確認ください。  
宮内庁ホームページ  
<https://www.kunaicho.go.jp>

お知らせします

### 令和2年国勢調査

令和2年10月にご協力いただいた国勢調査のせたな町の結果をお知らせします。

・基準日 令和2年10月1日	73,988人
・人口(実際の居住人数)	
・平均年齢	57.8歳
・15歳未満	5,877人
・65歳以上	34,833人
・65歳以上人口比	47.1%
・世帯数	35,344世帯
・うち一般世帯数	35,177世帯
・65歳以上単独世帯	7,722世帯
・3世代世帯数	1,188世帯

前回(平成27年)と比べ、人口は10,775人減、15歳未満は、1,622人減、3世代世帯数も44世帯減りました。また、平均年齢は1.8歳高くなり、65歳以上の人口比率は4.7%増えました。

#### ふるさと応援寄附金

1月1日から1月31日受付分  
合計226件  
3,539千円





## 次回 移動町長室 Move mayor room

3月8日(火) 瀬棚支所

- ◎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。

### ◎お詫び

先月発行の広報せたな2月号13ページのトピックス「北海道選抜」の中で氏名に誤りがありました。このことについて、ご本人並びに関係者の皆様にお詫び申し上げます。訂正します。

誤 「前川 喜一さん」  
正 「前側 喜一さん」

## 戸籍の窓口

(1月1日～1月31日届出)



### お誕生おめでとう

○笠谷 <sup>りあ</sup> 莉杏ちゃん (優斗) 本町9区

### おくやみ申し上げます

- 原田 文夫さん (84歳) 徳島
- 新保 秀雄さん (100歳) 兜野
- 小崎 琢也さん (90歳) 北檜山
- 長澤 嘉代さん (104歳) 北檜山
- 伊勢喜久代さん (92歳) 北檜山
- 長谷川行雄さん (87歳) 都
- 土谷 幸子さん (89歳) 久遠
- 新屋 隆人さん (68歳) 花歌

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1月末現在 (前月比)

人口	7,352人	(-16)
北檜山区	4,383人	(-10)
大成区	1,301人	(-6)
瀬棚区	1,668人	(±0)
男	3,468人	(-14)
女	3,884人	(-2)
世帯	3,994世帯	(-8)

## 戸籍年金係からのお知らせ

### ◎年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乘せして支給されるものです。

受け取るためには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が行います。

#### ■対象となる方

・老齢基礎年金を受給している方で、以下の要件を全て満たしている方

- (1) 65歳以上である
- (2) 同一世帯の全員が住民税非課税である
- (3) 年金収入金額とその他所得額の合計が881,200円以下である

・障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方で、以下の要件を全て満たしている方

- (1) 前年の所得額が4,721,000円以下である

#### ■請求手続き

・新たに年金生活者支援給付金を受け取れる方

日本年金機構から請求等に関するお知らせが送付されます。同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)を記入し提出してください。

・これから年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または、役場で請求手続きが必要です。

#### ■給付を装った詐欺にご注意を!

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。

日本年金機構や厚生労働省から、電話で家族構成や口座番号・暗証番号を聞いたり、手数料等の金銭を求めることはありません。

年金生活者支援給付金のご請求でお困りのときは、お電話ください。

『給付金専用ダイヤル』0570-05-4092(ナビダイヤル)

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:4月21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

「みんなで楽しく健康になろう」

# みんなの健活ヨガ教室を開催

Koho - kenbunroku



1月20日(木)、せたな町健康センターにおいて、「みんなの健活ヨガ教室」が行われ、13人が参加しました。このヨガ教室は昨年10月、せたな町と明治安田生命が町民の健康増進などを図ることを目的に締結した包括連携協定により実施される初めての連携事業となります。

ヨガ未経験の方もいらっしゃいましたが、函館在住でヨガインストラクターなど幅広く活動されている芝田美香氏の指導で、楽しく約1時間ヨガを体験しました。

参加された皆さんからは、激しい動きはないが充実した疲労感があり、気軽に楽しめるので、機会があればまた体験したいといった声がありました。

なお、町では引き続き、このような連携事業を定期的に開催していく予定です。

### 編集後記

●冬季五輪で史上初の技を成功させ金メダルを獲得したスノーボードの平野歩夢選手や小林陵侑選手など日本人の活躍が報じられています。4回前半ジャンプに挑戦したフィギュアスケートの羽生結弦選手も話題です。皆さんに広報が届く頃には、既に五輪は終わっています。大逆転でデンマークに勝利したカール・リング女子のロコソラーレは諦めない強い気持ちで勝敗を分けたと思います。「挑戦」「諦めない気持ち」「全てを出し切る力」素晴らしいと思います。▼新型コロナウイルスのオミクロン株が猛威を振るい、いっどこで感染するかわからない状況です。子どもの感染も広がっています。オミクロンは重症化しにくいと言っても重症化しないわけではありません。軽症でもコロナが原因になり、持病の悪化や誤嚥性肺炎などで亡くなる方もいます。ワクチン追加接種の発症予防効果と入院予防効果に期待しながら、「手洗い」や「マスクの着用」、寒くて忘れがち「こまめな喚起」など基本の感染対策を徹底して「うつらない」「うつさない」を心がけたいと思います。【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