

# せたな



春の叙勲受章者のご紹介

後期高齢者医療・国民健康保険のお知らせ

保健師からの健康アドバイス

熱中症に気を付けましょう

TOPICS、暮らしの情報 ほか

表紙◎ 「おおきくなってかえって来てね」 6/6 ミシン放流体験事業





# 春の叙勲で『瑞宝双光章』『瑞宝単光章』を受章

## 瑞宝双光章

北檜山区 本間 誠一さん



このたび、元日本郵政公社職員特定郵便局長 本間誠一さん（75歳）が「瑞宝双光章」を受章されました。本間さんは昭和42年に郵政省に採用され、若松郵便局を初任地に以来、45年の長きにわたり、郵政事業の発展と地域の活性化に尽力されました。若松郵便局長時代には、職員とともに地域の方々、特に一人暮らしの方への声かけ運動を続け、地域の安全を見守ってこられました。現在は地域をはじめとした様々な役職を務められています。受章にあたり「地域への恩返しとして活動を続けている。この受章を機にさらに頑張っていきたい」と述べられました。

## 瑞宝単光章

北檜山区 菱田 行哲さん  
北檜山区 栗城 優美さん



元檜山広域行政組合せたな町北檜山消防団分団長 菱田行哲さん（72歳）と、元檜山広域行政組合せたな町北檜山消防団 副分団長 栗城優美さん（71歳）が「瑞宝単光章」を受章され、6月6日（火）せたな町役場で、高橋町長から叙勲が伝達されました。菱田さんは、昭和47年4月に北檜山町消防団員を拝命以来49年の長きにわたり、地域防災の発展のため、技術の向上や団員の指導育成に力を注ぎ、消防団の要として、現場指揮の重責を担



い、被害の軽減に大きく寄与したことが認められその功績に対し「瑞宝単光章」が授与されました。栗城さんは、昭和54年5月に檜山広域消防組合北檜山町消防団員を拝命以来41年の長きにわたり、団員の指導育成に尽力し、災害時の対応能力の向上を図るとともに、火災予防の重要性を地域住民に訴え、災害のない街づくりに大きく貢献したことが認められその功績に対し「瑞宝単光章」が授与されました。

# 新日本プロレスリング（株）からTシャツが寄贈されました

5月31日（水）、新日本プロレスリング株式会社取締役会長 菅林直樹氏からせたな町へTシャツ300枚の寄贈がありました。

これは、同社の社会貢献活動の一環として町内各施設や子供たちへ配布してほしいとの願いからTシャツ300枚を寄贈いただいたものです。

寄贈いただいたTシャツは、町内福祉施設、各小学校へ配布されました。





# ニシンの放流体験事業が実施されました

6月6日（火）北檜山区鶴泊漁港太櫓分區で、ニシンの放流体験事業が実施されました。

この事業は「第42回全国豊かな海づくり大会北海道大会協賛行事」として、食卓に安全で美味しい水産食料を届けるため、水産資源の保護・管理と海や川などの環境保全の大切さを広く知り、漁業の振興と発展を図ることを目的として、全国各地で開催されています。



当日は、認定こども園、瀬棚保育所、大成保育園の年長さん29人が参加し、檜山区水産技術普及指導所せたな支所の高山支所長からニシンについて説明を受けた後、約6cmのニシンの稚魚をバケツを使って海に放流しました。園児たちは「おおきくなつてね」「いつてらっしゃい」など声をかけていました。



## 「地震防災対策の現状調査に係る住民向けアンケート」のお知らせ

地震防災対策では、減災目標の達成を目指し、地域の特性に応じて、対策が進められているところです。

この度、内閣府では、今後の防災対策に向けて、皆さまの声を反映させるため避難意識等に関する調査を実施します。一人でも多くの方にご回答いただきたく、ぜひご意見お聞かせください。お忙しい中、大変恐縮ではございますが、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

- 回答フォーム URL : <https://ensurece.co.jp/kaiko2023/>
- 実施期間 : 7月～8月頃を予定
- 回答の際、以下の点にご注意ください。



回答フォーム

- ・回答は1人1回限りとなります。・回答の途中で、回答状況を一時保存することはできません。
- ・選択式の設問は該当する選択肢をチェックしてください。また、記述式の設問は可能な限り具体的にご回答ください。
- ・お答えいただいた内容は、個人が特定できないようとりまとめた後、今後の防災対策の検討に活用させていただきます。

問い合わせ先

内閣府政策統括官（防災担当）付参事官（防災計画担当）

☎ 03-3501-6996

## せたな町総合防災訓練「住民避難訓練」を行います

今年は北海道南西沖地震から30年になるのにあわせて、町内全地区を対象に地震や津波を想定した「住民避難訓練」を実施します。

ぜひ町内会など地域の皆さんで避難訓練に参加していただき「自分の命は自分で守る（自助）」と「地域で助け支え合う（共助）」の大切さを再確認し「いざ」というときに備えましょう！

- 実施日時 7月12日（水）午前10時17分頃
- 訓練内容 防災行政無線の放送を合図に避難を開始し、避難経路や避難場所、避難者の確認を行います。
- 参加方法 町内会などを単位として参加することとなりますので、「参加申込」や「避難する場所」については、お住まいの町内会等へ確認をお願いします。



問い合わせ先

総務課防災係

☎ 0137-84-5111

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## 令和5年度の保険料のお支払いと保険証 (被保険者証)の一斉更新について

### ■ 7月に保険料額をお知らせします

令和5年度の保険料につきましては、7月に個別にお知らせします。

#### 《保険料の計算方法》

<b>均等割</b> <b>51,892円</b> (1人当たり保険料)	+	<b>所得割</b> 令和4年度中の所得— <b>最大43万円</b> × <b>10.98%</b> (本人の所得に応じた額)	=	<b>1年間の保険料</b> <b>【限度額66万円】</b> (100円未満切捨)
--	---	--	---	--

- 1年間の保険料の上限額は、66万円になります。
- 年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。  
※「所得」とは、前年の「収入」から必要経費（公的年金等控除や給与所得控除額など）を引いたものです。  
※前年の所得金額により、43万円の控除額が異なる場合があります。

### ◎ 保険料の軽減

#### ① 均等割の軽減（年額）

- 軽減は被保険者と世帯主の所得の合計で判定します。
- 被保険者ではない世帯主の所得も判定の対象となります。
- 昭和33年1月1日以前に生まれた方の公的年金等に係る所得については、さらに15万円を引いた額で判定します。

対象者の所得要件 (世帯主及び世帯の被保険者全員の軽減判定の所得額)	均等割の軽減割合 令和5年度
43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)	7割
43万円+(29万円×世帯の被保険者数) +10万円×(給与所得者等の数-1)	5割
43万円+(53万5千円×世帯の被保険者数) +10万円×(給与所得者等の数-1)	2割

※給与所得者等とは、以下のいずれかに該当する方となります。

- ・給与等の収入金額が55万円を超える方
- ・公的年金の収入金額が60万円(65歳未満)、125万円(65歳以上)を超える方

#### ② 被用者保険の被扶養者だった方の軽減

- この制度に加入したとき、被用者保険の被扶養者だった方は、負担軽減のための特別措置として、所得割がかからず、制度加入から2年を経過していない期間のみ均等割が5割軽減となります。(51,892円→25,946円)  
※被用者保険とは、協会けんぽ等、主にサラリーマンの方々が加入している健康保険のことで、市町村の国民健康保険等は含まれません。

### ◎ 保険料の減免

- 保険料のお支払いが困難な場合は、町民児童課国保医療係へご相談ください。
- 災害、失業などによる所得の大幅な減少、その他特別の事情で生活が著しく困窮し、保険料のお支払いが困難な方については、保険料の減免が受けられる場合があります。

### ◎ 保険料のお支払い方法

- 保険料のお支払いは、原則「年金天引き」です。(申し出によって「口座振替」も可能)  
ただし、次の(1)～(3)のいずれかに該当する方は「年金天引き」の対象となりません。  
「納付書」または「口座振替」にてお納めください。  
※社会保険料控除は、「年金天引き」の方は本人に、「口座振替」の方は口座名義人に適用されます。

- |   |
|---|
| (1) 介護保険料が年金天引きされていない方<br>(年金額が年額18万円未満の方)                    |
| (2) 介護保険と後期高齢者医療の保険料の合計額が<br>介護保険料が天引きされている年金の受給額の<br>半分を超える方 |
| (3) 新たに制度に加入された方の半年の期間  |

※ご注意※  
国民健康保険料(税)の口座振替は自動継続されません。  
再度、町民児童課国保医療係へ申し出を行ってください。

## ■ 保険証が新しくなります (橙色→黄色)

現在ご使用の橙色の保険証の有効期限が令和5年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

7月中に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら、黄色の保険証をご使用ください。

- 新しい保険証の有効期限は、令和6年7月31日です。
- 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、『町民児童課国保医療係』までお申し出ください。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	〇〇年 9月30日
交付年月日	〇〇年 7月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎
性別	男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
資格取得年月日	平成20年 4月 1日
発効期日	平成20年 4月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	390113000 北海道後期高齢者医療広域連合 <b>公印(朱)</b>

新しい保険証は「黄色」です

## ■ 減額認定証 (限度額適用・標準負担額減額認定証)

### 限度証 (限度額適用認定証) も新しくなります (水色→黄緑色)

現在ご使用の水色の減額認定証及び限度証の有効期限が令和5年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

引き続き交付対象に該当する方は7月中に減額認定証及び限度証を交付しますので、8月1日からは黄緑色の減額認定証及び限度証をご使用ください。

新たに必要となる方は、下記の交付要件に該当することをご確認の上、『町民児童課国保医療係』へ申請してください。※有効期間は1年間です。

### ◎減額認定証の交付対象…次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方

区分Ⅱ	○世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方
区分Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方
	○世帯全員の所得が0円の方 ※公的年金控除は80万円を適用 ※給与所得がある場合、その金額から10万円を控除
	○老齢福祉年金を受給されている方

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証	
有効期限	〇〇年 7月31日
交付年月日	〇〇年 8月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎
生年月日	昭和 7年 7月 7日
発効期日	〇〇年 8月 1日
適用区分	区分Ⅱ
長期入院認定書年月日	〇〇年 8月 1日
保険者印	<b>印</b>
保険者番号並びに保険者の名称及び印	390113000 北海道後期高齢者医療広域連合 <b>公印(朱)</b>

### ◎限度証の交付対象…次の3区分のうち、現役並みⅠまたは現役並みⅡに該当する方

現役並みⅢ	住民税課税所得が690万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅡ	現役並みⅢに該当せず、住民税課税所得が380万円以上の被保険者とその方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅠ	現役並みⅢ・Ⅱに該当しない3割負担の方と、その方と同一世帯にいる被保険者の方

後期高齢者医療限度額適用認定証	
有効期限	〇〇年 7月31日
交付年月日	〇〇年 8月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎
生年月日	昭和 7年 7月 7日
発効期日	〇〇年 8月 1日
適用区分	現役Ⅱ
長期入院認定書年月日	
保険者印	<b>印</b>
保険者番号並びに保険者の名称及び印	390113000 北海道後期高齢者医療広域連合 <b>公印(朱)</b>

新しい減額認定証及び限度証は「黄緑色」です

### お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合

〒060-0062  
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階  
☎011-290-5601

町民児童課国保医療係

瀬棚支所 住民係  
大成支所 住民係

☎0137-84-5113 (直通)

☎0137-87-3311

☎01398-4-5511



# 国民健康保険からのお知らせ

## 国民健康保険被保険者証の更新及び、限度額適用・標準負担額減額認定証の更新について

### ■ 国民健康保険被保険者証の更新があります

- ①被保険者証の交付は、7月中に各ご家庭へ郵送します。
- ②70歳以上の被保険者は高齢受給者証が必要なくなり、被保険者証に負担割合の表記がされることとなります。

#### 70歳未満の方の被保険者証イメージ

北海道 国民健康保険 被保険者証	有効期限 交付年月日 適用開始年月日	令和6年7月31日 令和5年8月1日 平成XX年XX月XX日
記号 氏名 生年月日 世帯主名 住所	せたな 国保太郎 平成XX年XX月XX日 国保太郎 北海道久遠郡せたな町〇〇区〇〇12-34	番号 123456(枝番)78 性別 ○
保険者番号 交付者名	010819 せたな町	印

#### 70歳から74歳までの方の被保険者証イメージ

北海道 国民健康保険 被保険者証 兼高齢受給者証	有効期限 交付年月日 適用開始年月日 発効期日 一部負担金の割合2割	令和6年7月31日 令和5年8月1日 平成XX年XX月XX日 令和XX年XX月XX日
記号 氏名 生年月日 世帯主名 住所	せたな 国保太郎 昭和XX年XX月XX日 国保太郎 北海道久遠郡せたな町〇〇区〇〇12-34	番号 123456(枝番)78 性別 ○
保険者番号 交付者名	010819 せたな町	印

### ■ 限度額適用・標準負担額減額認定証の更新について

外来及び入院で1か月の医療費が高額になった場合でも、医療機関に認定証を提示することで、窓口での支払い（保険適用分に限る）が自己負担限度額までになったり、入院時の食事代が減額されたりします。

認定証の有効期限は、毎年7月31日までとなっています。8月以降も必要な方は、再度申請をしてください。なお、新規の申請は、随時受付けています。

#### ◎ 申請に必要なもの

次を持参し、担当窓口で申請してください。

- 国民健康保険被保険者証
- 有効期限が令和5年7月31日の認定証（以前に交付を受けた人のみ）

- ※ 交付を申請できる認定証は、年齢及び所得区分に応じて異なります。
- ※ 認定証は、申請した月の初日から有効です。月をさかのぼっての発行はできません。
- ※ 国民健康保険税の滞納がある世帯の人には、認定証の交付ができない場合があります。

### 医療費助成受給者証をお持ちの方へ更新申請手続きのお知らせです

医療費助成受給者証（重度心身障がい者医療・ひとり親家庭等医療・子ども医療）の有効期限は令和5年7月31日までです。

現在受給者証をお持ちの方は、自動更新となっておりますので新しい受給者証を7月中に郵送します。

8月以降受診の際は医療機関等に必ずご提示くださいますようお願いいたします。

※受給者証をお持ちの方で、せたな町に住所がない方や令和5年1月2日以降に転入された方などは、住所地（前住所地）の市区町村が発行する所得・課税証明書や住民票などが必要となる場合があります。

該当の方は後日郵送にてご連絡しますので、必要書類をご確認のうえ申請してください。

※受給者証をお持ちでない方で、該当になると思われる方やその他ご不明な点などありましたらお問い合わせ下さい。

問い合わせ先

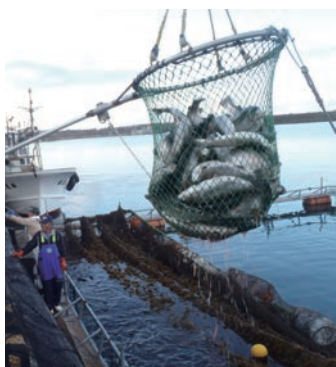
町民児童課国保医療係  
瀬棚支所住民係  
大成支所住民係

☎ 0137-84-5113（直通）  
☎ 0137-87-3311  
☎ 01398-4-5511

# 海面養殖試験事業のトラウトサーモン出荷

5月31日（水）、久遠漁港において、トラウトサーモン海面養殖試験事業により飼育されたサーモンが出荷されました。

この試験事業はひやま漁業協同組合が事業主体となっており、スルメイカの不漁により、地域産業の衰退が懸念されたことから、トラウトサーモンの養殖に取り組みたいとの漁業者の強い要望があり、せたな海域での適応性や採算性を検証する事業として令和3年度から3カ年計画で進められて



おります。2年目の課題として①増肉計数の改善、②飼育期間の延長とし、昨年11月15日に岩手県から搬入した約450gの幼魚を海水馴致（淡水から海水に馴らす）作業後、生け簀で飼育を開始しました。①の課題として、沈むタイプの餌を浮くタイプに変更したことにより、増肉計数（1kg増えるのに必要な餌の量）が1.81から1.46と大きく改善され、②についても飼育期間を2週間延長したことにより、17%の増産が確認されました。

最終生産量は、平均重量2.5kg1928尾、総量約4.8トン、大きいものでは4.7kgとなりました。出荷されたサーモンは、王子サーモン北海道工場で加工され、百貨店やオンラインショップで販売される予定です。また、当日は漁港内の荷捌き所で町民限定還元として約3kgのサーモン100尾が販売されたほか、80尾が町内の商店等に卸されました。水揚げされたサーモンの身は、鮮やかなオレンジ色で脂のりも良く、とろけるような食感が十分に味わえました。



町内飲食店で提供の一品

『敏いとうとハッピー&ブルー』元メインヴォーカル  
ムード歌謡シンガー

## 森本英世 まちおこしコンサート in いまかね 2023

「星降る街角」「わたし祈ってます」「よせばいいのに」

令和5年7月16日(日) 今金町民センター 1F 大ホール ※公共の駐車場を御利用下さい。

2回公演 昼の部 12:15 開場 / 13:00 開演  
夜の部 16:15 開場 / 17:00 開演

※車椅子席をご希望の方は必ず事務局までお問い合わせ下さい。

全席自由 前売券 2,500円(税込) 当日券 3,000円(税込)

□主催 森本英世まちおこしコンサート実行委員会  
□共催 佐藤 栄次 (北檜山区若松出身)  
□お問い合わせ 森本英世まちおこしコンサート実行委員会 事務局 佐藤モーター商会内

TEL 0137-82-1107  
携帯 090-8372-7546

(有料広告)

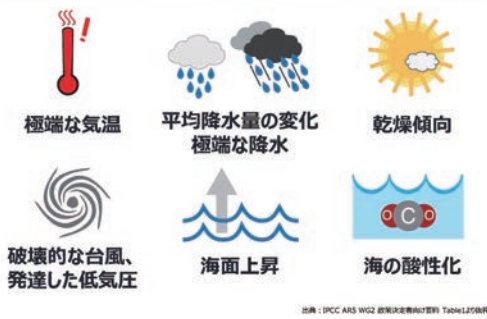


# ゼロカーボン せたな



ゼロカーボンせたな公式ロゴマーク

## 地球温暖化で変わる気候



出典：環境省 HP 地球温暖化と私たちの暮らし・未来

## 地球温暖化の現状について

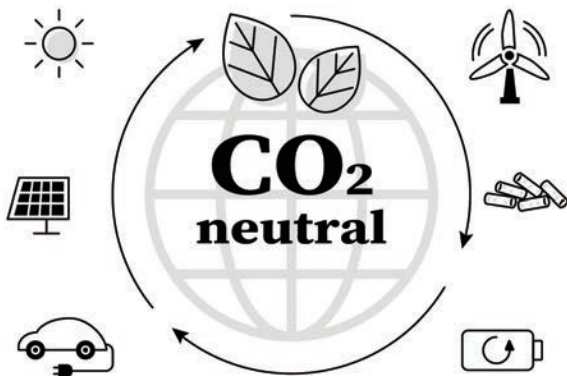
世界の平均気温は、産業革命以前と比べて約1℃上昇しました。地球温暖化による気候の変化は気温上昇の他にもさまざまあり、ここ数十年の気候変動は、人間の生活や自然の生態系に影響を与えています。たとえば、生態系への影響、食料生産や健康など人間への影響が観測され始めています。

地球温暖化の原因となっている温室効果ガスは、経済活動や日常生活を行うことで排出され、その一つである二酸化炭素排出量で見

ると、日本は世界で5番目の排出国となっています。

また、国内の温室効果ガスの排出量を消費ベースから見ると、衣食住や移動など、私たちのライフスタイルに起因する温室効果ガスが、日本の排出量の6割を超えるという分析もあり、国や自治体、事業者だけの問題ではない現状となっています。

そのため、誰もがゼロカーボン（カーボンニュートラル）の実現に向けて主体的に取り組み、ライフスタイルに起因する二酸化炭素を削減していく必要があります。



## 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、家庭や企業等から排出される二酸化炭素等の温室効果ガスを削減し、人為的な発生源による排出量と森林等による吸収量を差し引いて、排出量の合計値を実質的にゼロにすることです。

誰もがゼロカーボンの実現に取り組む必要がありますが、どのように取り組みべきか分からない方も多いと思います。そこで紹介するのが、環境省が推進している「COOL CHOICE」とその取り組みの一つである「ゼロカーボンアクション30」です。詳細については、ゼロカーボンせたなで今後紹介する予定ですが、ぜひ一度環境省のHPをご覧ください。



未来のために、いま選ぼう。



ひとりひとりができること  
ゼロカーボン  
アクション30

環境省ホームページ (COOL CHOICE ページ)  
<https://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/>



空室あります！

# 町営住宅等の入居者募集

申込期間：6月22日（木）～7月4日（火）



## □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	H14	79.99 m <sup>2</sup>	3LDK	25,200～37,600円
川沿団地	〃	1-339	H4	69.29 m <sup>2</sup>	3LDK	20,700～30,900円
豊岡高台団地	〃	A-73	S41	39.19 m <sup>2</sup>	2DK	3,400～5,000円
役場前A団地	大成	41	H4	64.62 m <sup>2</sup>	3LDK	15,400～23,000円
みやこの丘団地	〃	11-101	H11	64.17 m <sup>2</sup>	2LDK	18,500～27,500円
下宮野団地	〃	186	H3	60.52 m <sup>2</sup>	3LDK	13,300～19,800円
あかしや団地	瀬棚	03-102	H3	69.49 m <sup>2</sup>	3LDK	17,000～25,400円
ぼぶら団地	〃	52-05	S52	53.51 m <sup>2</sup>	3DK	8,000～12,000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	H12	51.01 m <sup>2</sup>	1LDK	26,000～35,000円
〃	〃	12-206	H12	64.17 m <sup>2</sup>	2LDK	36,000～56,000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
コーポふとろ	北檜山	2号	H16	81.81 m <sup>2</sup>	3LDK	45,000円

## □町有住宅

団地名	地区	住宅番号	建設年度	面積	型別	家賃の額
若松町有住宅	北檜山	旧教72	S62	68.85 m <sup>2</sup>	3LDK	10,900円
富里町有住宅	〃	旧教99	H3	85.05 m <sup>2</sup>	3LDK	14,000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 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

### 「相続放棄」

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)

■今回は、相続手続の中の「相続放棄」についてお話しします。相続が発生すると、亡くなった方の財産を相続人が引き継ぐこととなります。財産として思いつくのは、預貯金、土地建物などの不動産、自動車などのプラスの価値があるものです。しかし、「マイナスの財産」、つまり借金についても「財産」であるため相続することになります。■遺産を調べた結果、プラスの財産が多ければ、そこから借金を支払うことができますので、相続人の負担はありません。では、プラスの財産はほとんどなく、借金がたくさんある場合、相続人は、自分の財産で借金を返すしか方法はないのでしょうか。

■このような場合、選択肢のひとつとして「相続放棄」という手続きが用意されています。「相続放棄」を行うと、その人は初めから相続人にはならなかったとみなされます。このため、家庭裁判所で「相続放棄の申述」を行うことで、亡くなった方の借金を相続人が背負うのを防ぐことができるようになります。ただし、相続放棄をする場合には、次の点に注意が必要です。■一つ目は、相続放棄をすると、預貯金などのプラスの財産を受け継ぐ権利も放棄したことになる点です。亡くなった方の財産が、プラスのものやマイナスのものとのいずれもあった場合には、相続放棄をするかどうかは慎重に判断する必要があります。■二つ目は、相続放棄ができるのは、原則として、相続人が「相続開始があったこと」を知った時から「3か月以内」とされている点です。身近な人が亡くなるか相続のことを考えている余裕がありません。気が付くと、この「3か月」の期間が過ぎてしまっていた、というケースも非常に多いので注意する必要があります。■最後に、相続放棄を一度行うと、原則として撤回はできません。借金の調査に時間がかかるような場合は、「3か月」の期間の延長を家庭裁判所に申し出る制度も用意されています。■さて、当事務所では、皆様からの各種法律相談を承っております。一定の資力要件を満たす方は、3回まで無料の法律相談をすることもできます。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」(☎050-3383-8366)まで相談予約の電話をお寄せください。



保健師からの健康アドバイス

## 熱中症に気を付けましょう



暖かな日が続くようになり、畑や庭いじり、ウォーキングなど外での活動が楽しい季節になりました。しかし、暑い中で活動をしていたり、水分をとる量が少なかったりすると「熱中症」と呼ばれる病気にかかってしまう可能性があります。今回は夏に発症する事が多い「熱中症」についてお話をします。

**熱中症とは**  
高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分（ナトリウム等）のバランスが崩れたり、体内の調整機能が壊れるなどして発症する障害のことをいいます。

かつては、夏の暑さや炎天下の中で具合が悪くなることを日射病、また重症度によって「熱疲労」「熱けいれん」「熱射病」と言っていました。必ずしも熱が加わる灼熱の状態でもなく、発症する恐れがあることから現在では熱中症とひとくくりにして呼ばれるようになりました。

熱中症は炎天下の中で発症すると思われていますが、熱帯夜の中エアコンを使用せずに寝るなど室温が上がっても発症する可能性があります。

### 熱中症の原因

熱中症の原因は体温が上昇して体温を調節する機能のバランスが崩れ、体内に熱がたまってしまふことにおきまふ。私たちの身体は体温が上がった時に、体内の体温を維

持するために、皮膚の温度を上げたり、汗をかいたりして熱を体外へと逃がします。この機能が損なわれる事によって熱中症が起きます。

○気象条件（気温が高い、多湿である、風が弱い、日差しが強いなど）

○65歳以上または15歳未満

高齢になると体内の水分量が若い頃に比べて減ります。（成人だと体内の水分量は60%、高齢者だと50〜55%）また、暑さを感じにくくなったり、熱を発散しづらい身体になるため、熱中症になりやすくなります。

子どもは汗をかく能力が未熟でしっかりと汗をかくことができません。また、身長が低い子どもは地面からの照り返しの熱の影響を受けますので、気温が高い日に散歩に行くときには保護者の方がしっかりと見てあげることが大切です。（例えば、大人の顔の高さで32度くらいの暑さを感じる時、幼少期の子供は35度くらいの温度を体感しています）

・健康状態がよくない

・持病がある（糖尿病、心疾患、肺疾患など）

・肥満

【症状】軽度な熱中症の場合、めまいやだるさ、気持ち悪さなどの症状が見られ、重くなるにつれて吐き気を強く感じたり意識症状が出てきたりします。その重症度によって1度〜3度にわかれます。

今月の担当は  
清水 美千子 です



### Ⅰ度（軽度）

- ・めまい
- ・立ちくらみ
- ・筋肉のこむらがり
- ・手足のしびれ 等

### Ⅱ度（中度）

- ・頭痛
- ・吐き気や嘔吐
- ・身体のだるさ
- ・力がいらぬ

### Ⅲ度（重度）

- ・高体温
- ・意識がない
- ・けいれん
- ・呼びかけに反応しない
- ・まっすぐあるけない

病院受診の目安としては、Ⅰ度が徐々に改善するようであれば様子を見ても良いといわれていますが、悪化する、それ以上の症状がある場合は病院受診がすすめられています。

### 熱中症の症状が出たら

※Ⅱ度以上の方はすぐに病院に受診をしてください。

熱中症の治療の基本は身体が熱がこもりにくい環境に避



難したうえで水分や電解質、糖分を摂取することです。本人が飲める場合は塩分や水分が配合された経口補水液をゆつくりとこまめに飲みます。自力で飲むことができない場合は病院受診をしてください。

また、身体の中に熱がこもっていますので、身体を冷やす必要があります。アイスノンなどで身体を直接冷やしたり、冷風機などで風を身体に当てる方法があります。

### 熱中症の予防のために

熱中症の予防のために、屋外では日傘の利用、帽子の着用、日陰に入ってからこまめに休憩をとったりしましょう。

気温の高い日は日中は外出控えること大事です。畑作業などをする場合は日が昇る前、もしくは日が沈む頃にを行うようにしましょう。

また、屋内での熱中症も注意が必要です。室温を確認しながら、扇風機やエアコンで温度を調節するなどしましょう。



せたな町では、乳幼児健康相談と合わせて、就学前のお子様にフッ素塗布を行っています(塗布間隔は4か月に1度)。また、歯科医師による歯科健診や相談も行っていますので、ぜひご利用下さい。

- ・日 時：毎月乳幼児健康相談日 13時00分～15時30分
- ・場 所：せたな町健康センター



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 知っていますか？「ケアラー」のこと

心や体に不調がある家族の介護・看護・療育・世話などをする方「ケアラー」と言い、そのうち18歳未満の子供のことを、「ヤングケアラー」と言います。

ヤングケアラーは、本来大人がするような家事や、家族の世話などのケアを日



常的に行うことで、学校生活に影響がでることもあると言われています。

ケアラーは、家族から頼りにされている一方で、介護に関する悩みや不安を知られたくないとの考えから、周囲に相談することができず、心身に負担を抱えている場合があります、特にヤングケアラーは本人や家族

に自覚がないといった理由から、支援が必要であったとしても、そのことが表面化しにくくなっています。

近年、国はケアラーへの支援に力を入れており、北海道においても令和4年3月にケアラー支援条例を公布するなど、対策が強化されています。

ケアラーがひとりで行えることには限界があります。悩みや不安がある場合には、独りで悩まず、ご相談ください。



ヤングケアラーの方は、勇気を出して、先生やスクールカウンセラーなどに頼れる大人に相談してみましよう。

せたな町地域包括支援センターでは、介護を希望される方だけでなく、ケアラー(介護者)の方の相談も受け付けております。お気軽にご連絡下さい。

### 【相談窓口】

- 地域包括支援センター  
☎0137-84-5699
- 瀬棚支所  
☎0137-87-3311
- 大成支所  
☎01398-4-5511

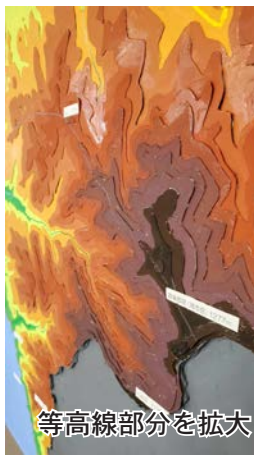




## 大成中学校卒業作品 「大成区の立体地図」

この作品は、令和4年度大成中学校B組の生徒による卒業作品「大成区の立体地図」です。

地形図等高線転写を松田峻吾くん、用紙の切断加工を佐藤楓さん、彩色と仕上げは寺分涼真くんがそれぞれ分担して作り上げたものです。「生まれ育った大成のことを知ろう」というテーマで取り組みました。等高線に沿って画用紙を切り取り、貼り合わせるという地道な作業の連続でしたが、根気よく活動して完成させたものです。完成した作品は大成支所に展示されています。



等高線部分を拡大

## 大成保育園

### 交通安全教室

5月16日(火)、大成保育園で交通安全教室が行われました。園児たちはせたな警察署のおまわりさんから横断歩道の正しい渡り方や信号機の使い方を教えてもらった後、本物の横断歩道と信号機を使って練習をしました。

その後、大成駐在所の前で交通安全旗をもってドライブバーへ交通安全を呼びかけました。



## 60年に一度?

### 笹の花が開花

5月17日(水)、町内の方から「笹の花が咲いている」との情報をいただきました。早速写真を撮りに行ったところ、満開となっていました。

笹の一生は長く、60年以上と言われています。地下茎でつながっていて、一度だけ花を咲かせ種を残し、その後一斉に枯れてしまいます。そしてその種から新しい芽が出て次の世代へとつながっていきます。

縁起が良い竹の代用品として使われ、また竹より小ぶりなことから、花言葉は「小さな幸せ」と言われています。



## 令和5年度

### 高齢者大学入学式

5月19日(金)、せたな町民ふれあいプラザにおいて令和5年度せたな町高齢者大学入学式が行われました。北檜山いきがい学園・大成くおん大学・瀬棚寿大学の入学式は合同で開催しており、今年は北檜山いきがい学園に1人が入学し、在校生は53人となりました。

入学式終了後の記念公演では、パフォーマーの「たっち」さんを招き、北海道では珍しいマジックパフォーマンズと笛やアコーディオン、ウクレレの演奏を交えた楽器パフォーマンスのショーを開催しました。それぞれの大学では、合同事業や3区それぞれの定例講座など、さまざまな活動が予定されています。





## ふれあい市場直売会 オープン!

5月20日(土)から、せたな町の旬な海の幸、山の幸の食材や加工品などを生産者が直接販売するふれあい市場直売会がはじまりました。オープン初日は晴天に恵まれ、9店舗が出店し、沢山のお客さんで賑わい、買い物を楽しんでいました。

開催期間は5月20日から10月28日までの毎週土曜日に、温泉ホテルきたひやま横のふれあい市場で開催されます。



## 北檜山剣道連盟が 各部門で入賞

5月20日(土)、厚沢部町総合体育館において「令和5年度 檜山小中学生剣道錬成大会」が開催され、子どもたちが各部門で上位入賞するなど活躍を見せました。成績は次のとおりです。

【種目】 個人戦

【部門】

- 小学校2年生以下の部 (男女混合) 優勝/弥左 菜里奈
- 小学校3・4年生の部 (男女混合) 優勝/奈良 奏汰
- 小学校5・6年生の部 (男女混合) 優勝/弥左 大地



## ひまわりの絆 プロジェクト

5月29日(月)、認定こども園で「ひまわりの絆プロジェクト」取り組みの一環として、ひまわりの種まきを実施しました。

平成23年に交通事故で亡くなった当時4歳の男の子が生前育てていたひまわりの種を受け継ぎ、咲かせていくことで、交通安全と命の大切さを伝えていく運動です。

当日はめるん組の児童20名が参加し、せたな警察署のマスクットキャラクター「せたなタイガ」と一緒に交通事故根絶の願いを込めて、ひまわりの種を植えました。



## 瀬棚保育所交通安全 保育が行われました

6月2日(金)、瀬棚保育所で交通安全保育が行われました。

当日はめるん組3名、ぶどう組5名の園児が保育所前の広場に作成した道路と横断歩道を使って、先生から信号機の見かた、横断歩道の渡りかたを教してもらい、一人ひとり渡る練習をしました。





## 海上保安大学校・海上保安学校学生募集

海上保安庁では、令和6年4月期採用の学生を募集します。

### ◆待遇

海上保安大学校、海上保安学校は入学金、授業料等は一切不要です。学生生活に必要な制服や寝具等は貸与されます。なお、教科書、食費、身の回り品等は自己負担です。入学と同時に国家公務員としての身分を与えられるため、海上保安大学校、海上保安学校では、毎月約15万円の給与やいわゆるボーナスが支給されるほか、国土交通省職員として、国土交通省共済組合員としての社会保障を受けることができます。

### ◆受験資格

海上保安大学校	① 2023年4月1日において高校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない者及び2024年3月までに高校又は中等教育学校を卒業する見込みの者 ② 人事院が①に掲げる者と同等の資格があると認める者
海上保安学校	① 2023年4月1日において高校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して12年を経過していない者及び2024年3月までに高校又は中等教育学校を卒業する見込みの者 ② 人事院が①に掲げる者と同等の資格があると認める者

### ◆試験日程

		海上保安大学校	海上保安学校
受付案内配布期間		6月14日(水)～	
受付期間	インターネット	8月24日(木)～9月4日(月)	7月18日(火)～7月27日(木)
1次試験		10月28日(土)、10月29日(日)	9月24日(日)

### ◆申込方法等

申込方法、試験内容等は下記のホームページまたはQRコードをご覧ください。  
海上保安庁ホームページ <https://www.kaiho.mlit.go.jp/recruitment/admission/>



### 問い合わせ先

瀬棚海上保安署

☎ (0137) 87 - 2634

三 ね 航  
わ さ か イ ル た 艦  
か



## 体験航海のお知らせ

お申し込みはこちらから→  
応募締切：7月21日(金)



時期：令和5年8月4日(金)～5日(土) 場所：瀬棚港(東-5.5m岸壁)  
時間：4日(金) 5日(土)  
13:00～14:00 艦艇見学 09:00～10:00 体験航海  
14:00～15:00 体験航海 10:30～12:00 艦艇見学  
13:00～15:00 艦艇見学

対象者：小学5年生～(小学生の場合は、保護者等が同伴)

★ご質問等ございましたらお気軽にこちらまでお問い合わせください

函館地方協力本部今金地域事務所 長 2等陸尉 佐野 晃一 080-4405-9194

## 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  
「平和」をテーマに作品展示 平和祈念館

昭和58年(1983年)の終戦記念日に、展示品の数々が町に寄贈され平和を祈念して開館いたしました。丸木位里・俊夫妻「原爆の凶・母子像」など、反戦と平和を願う心が生んだ美術工芸品を展示。前庭には、世界的彫刻家、本郷新の作品群が並んでいます。「入場は無料」

■場所／長万部町字長万部413番地  
■時間／午前10時～午後4時 休館日／毎週月曜日、祝日の翌日、年末年始  
■教育委員会社会教育課 ☎ 01377-22748

◎八雲町熊石地域  
緑に包まれた心地よい自然の中でくまいしパークゴルフ場

緩やかな斜面を活用して、適度な変化のある全長936m、18ホール。ロングコースやショートコース、戦略的なコースもあり、子どもから高齢者まで楽しめる工夫がされています。

■利用時間／日の出から日没まで  
■利用料金／1日券310円、シーズン券12560円 ■定休日／毎月第2・4月曜日  
■熊石総合支所産業課 ☎ 013998-23111

### ◎今金町

7月オーブン予定  
クアプラザピリカいちご狩り情報

6シーズン目を迎えたハウスで栽培される甘酸っぱい「すずあかね」を、今シ





## ～旬の魚を食べよう～ ひやまお魚ウィーク

ひやまの獲れたて水産物を使った料理を**期間限定で提供!!**

スタンプを集めて**豪華景品**をゲット!

### ひやまお魚ウィーク

～開催期間～

2023.6.24(土)～6.30(金) ウニ&アワビ

### スタンプラリー

- お魚ウィーク対象のメニューを食べて、スタンプを集めよう。
- 抽選で合計66名様に、ひやまの水産加工品をプレゼント!!

スタンプ2個

**D**ランク  
1,000円相当  
**30**名

スタンプ3個

**C**ランク  
2,000円相当  
**18**名

スタンプ4個

**B**ランク  
4,000円相当  
**12**名

スタンプ5個

**A**ランク  
8,000円相当  
**6**名



こののぼりが  
目印!



飲食店等の詳細については、檜山振興局HPから  
<https://www.hiyama.pref.hokkaido.lg.jp/ss/sis/144857.html>



7月17日は

## 「北海道みんなの日」

北海道の価値を見つめ直し、これからの北海道を考える日

1869年(明治2年)、北海道の名付け親とされる松浦武四郎が、明治政府に「北加伊道(ほっかいどう)」という名称を提案した7月17日は、「北海道みんなの日」、愛称「道みんなの日」です。

北海道の魅力と価値を再発見し、北海道を誇りに思う心を育み、より豊かな北海道を築き上げることを期する日として平成29年に制定しました。

この日をきっかけに、道民の皆様には北海道に愛着や誇りを持っていただき、北海道の魅力を発信する機会としていただければ幸いです。



北海道

## 局地的大雨から身を守るために

「局地的大雨」は、発達した積乱雲の下で起こります。短い時間でも強い雨が降ると、河川や水路等が短時間に増水するなどの急激な状況変化によって、重大な事故を引き起こすことがあります。「真っ黒な雲が近づいてきた」、「雷の音が聞こえた」、「急に冷たい風が吹いてきた」といった変化を感じたら、速やかに危険な場所(川や低い場所)から離れ、気象庁ホームページなどで最新の気象情報や「雨雲の動き(高解像度降水ナウキャスト)」をこまめに確認し、安全な場所で積乱雲が過ぎ去るのを待ちましょう。

【気象庁HP】雨雲の動き  
(高解像度降水、雷、竜巻発生確度ナウキャスト)  
<https://www.jma.go.jp/bosai/nowc/>



【気象庁HP】雨雲の動き(軽量版)  
<https://www.jma.go.jp/bosai/rain/>



気象庁

### ●せたな町

「セタスタグラム」  
フォトコンテスト 開催中!

青色部門(海・空など)

#セタスタブルー

緑色部門(山・森など)

#セタスタグリーン

黄色部門(夕陽・花など)

#セタスタイエロー

笑顔部門(人物の笑顔)

#セタスタスマイル

■入賞/各部門から3点ずつ選出

■入賞特典/5000円相当のせたな町の特産品

■入賞作品/観光PR用としてせたな観光協会ホームページ等で活用

■参加方法

①インスタグラムの検索ページで「@setanatown」を検索

②応募したいテーマに沿った写真を用意する

③インスタグラムに写真を投稿する

④入賞のお知らせ

■応募期間/令和5年9月30日まで

入賞された方には、ダイレクトメッセージからご連絡します。通知をONにしてください。

●せたな観光協会 ☎0137-84-6205

せたな観光協会ホームページ <http://setanav.jp/>

ズンもいちご狩りでご提供いたします。  
■期間/7月～10月 ■日時/開催日の約1週間前にホームページやSNSで告知します ■料金(30分)/大人1500円 小学生700円 幼児300円  
詳細は下記までお問合せください。 ☎クアフラザピリカ ☎0137-83-7111



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 (7月～8月分)
    - ・7月14日(金)
    - ・8月18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  
01338-41-0232



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
    - 7月12日(水) 10時～12時
    - 7月10日(月)
  - 予約締切 7月10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
- ☎ 役場総務課総務係  
01337-84-5111

ご相談ください

**心の健康相談の実施について**

令和5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**

**町・道民税**

納期限は **6月30日(金)** です  
忘れずに納めましょう  
納税通知書は6月12日に発送しております

ご利用ください

- 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まで)が必要となります。
- 日時/7月13日(木) 13時30分～15時30分
  - 場所/今金地域保健支所
- ☎ 八雲保健所保健係  
01337-63-2168

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
    - 8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 8月10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。
- ☎ 函館地方裁判所  
01338-38-2372

お知らせします

**自動車税種別割を納め忘れていませんか？**

令和5年度の自動車税種別割の納期限は、5月31日でした。7月上旬の時点で納税の確認ができない方へ、7月18日(火)に督促状を発送します。督促状を受け取っても納税せず放置した場合、差押えなどの滞納処分の対象となりますので、ご注意ください。

まだ納税されていない方は、至急納税してください。(納税の確認には、10日程度かかる場合があります。)

また、すぐに納税できない事情がある方は、早急に檜山振興局に連絡して下さい。

☎ 檜山振興局税務課納税係  
01339-52-6473

お知らせします

**不正改造は犯罪！まわりのみんなが迷惑！**

自動車は、生活に欠かせない移動手段となっているのみならず、娯楽の道具としても認識されており、しかしながら、不正改造を施された車両が存在し、生活の安全・安心を脅かしていることが問題となっております。

国土交通省では、車両の安全確保及び環境保全を図るため、「不正改造車を排除する運動」を全国的に展開しております。函館運輸支局では、6月

を強化月間として重点的な取組を行っております。

この機会に不正改造についての認識を深めていただき、不正改造は絶対に行わないようにしましょう。

詳しい情報はこちらをご確認ください。

☎ 北海道運輸局函館運輸支局  
01338-49-8864

ふるさと応援寄附金

5月1日から5月31日受付分  
合計414件  
7,164千円

**移動町長室**

**7月11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。



## 戸籍の窓口

(5月1日～5月31日届出)



### お誕生おめでとう

- 大原 <sup>あきな</sup>明奈ちゃん (正臣) 愛知
- 大西 <sup>か</sup>いち華ちゃん (凌雅) 瀬棚区共和
- 西田 <sup>うる</sup>海琉くん (大輝) 元 浦
- 小林 <sup>はるか</sup>桜果ちゃん (亮) 都

### おくやみ申し上げます

- 山下 修さん (76歳) 北檜山
- 佐々木ツエさん (94歳) 徳島
- 長谷部松子さん (91歳) 愛知
- 福田 博さん (85歳) 兜野
- 青木 民さん (96歳) 若松
- 加藤 勇雄さん (85歳) 栄
- 鶴見 博昭さん (76歳) 本町5区
- 板谷 ナツさん (83歳) 本町6区
- 細川ちよ子さん (78歳) 本町8区
- 田丸サカエさん (92歳) 本町2区
- 立花 幸子さん (65歳) 瀬棚区共和
- 本村 純一さん (82歳) 都

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5年5月末現在 (前月比)

人口	7,069人	(- 4)
北檜山区	4,288人	(± 0)
大成区	1,206人	(+ 3)
瀬棚区	1,575人	(- 7)
男	3,346人	(- 6)
女	3,723人	(+ 2)
世帯	3,936世帯	(+ 3)



5月16日 桜並木  
国道229号線 (宮野)



広報担当の  
ちいさな写真展

## 戸籍年金係からのお知らせ

### ご存知ですか？ 国民年金『免除・納付猶予制度』

令和5年度の国民年金保険料の月額額は16,520円です。保険料は毎月納めていただきますが、収入の減少や失業、また働いていない学生の方は保険料を納めることが難しくなることもあります。

でも未納のままにしておくと、将来の「老齢基礎年金」や、障害や死亡など不測の事態が生じたときの「障害基礎年金」「遺族基礎年金」が受け取れなくなるかもしれません。

経済的な理由により、保険料を納付することが困難な場合は保険料を免除又は納付猶予が出来る制度があります。

### ◎国民年金の保険料を納めるのが難しい方に知ってほしい 4つの制度

#### ◆制度1 経済的に保険料が納められない方に「申請免除」制度

収入の減少や失業等により保険料を納めることが経済的に難しいとき、保険料の全額または一部が免除されます。

承認された期間は年金の受給資格期間に算入されますが、将来受取る年金額を計算するときは保険料を納めた時に比べて2分の1 (全額免除の場合) になります。

\*審査対象者：本人・配偶者・世帯主

\*承認期間：保険料の納付期限から2年を経過していない期間

\*審査は年度単位 (7月～翌年6月) で行います。

#### ◆制度2 50歳未満の方に「納付猶予」制度

50歳未満の方 (学生以外) で、働いていないなどの理由で生活に余裕がない場合、保険料が猶予されます。

承認された期間は年金の受給資格期間に算入されますが、将来受取る年金額は増えません。

\*審査対象者：本人 (50歳未満)・配偶者・世帯主

\*承認期間：保険料の納付期限から2年を経過していない期間

\*審査は年度単位 (7月～翌年6月) で行います。

#### ◆制度3 20歳以上の学生の方は「学生納付特例」制度

学生で前年所得が基準以下の場合、在学期間中の保険料が猶予されます。10年以内であればさかのぼって納めることも可能です。

将来の年金受給額を増やすためぜひ追納をオススメします。

\*審査対象者：学生本人

\*承認期間：保険料の納付期限から2年を経過していない期間

\*審査は年度単位 (4月～翌年3月) で行います。

#### ◆制度4 障害基礎年金や生活保護を受けている方に「法定免除」制度

障害基礎年金、障害厚生年金の1級及び2級の受給権者、生活保護法による生活扶助を受けている方、ハンセン病療養所、国立療養所などに入所している方は保険料が免除されます。

\*法定免除に該当する方でも保険料の納付申出により保険料を納められます。

※お手続きはお近くの年金事務所または役場年金窓口へお越し下さい。

### 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

◎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  
マスクキャラクター  
セターナちゃん

# 広報見聞録

## 走った！跳んだ！引いた！ 町内小中学校で運動会開催！！

Koho - kenbunroku



5月20日(土)から6月3日(土)にかけて、町内小中学校で運動会、体育祭が開催されました。雨での順延等もなく予定どおりの開催となりました。子どもたちは元気いっぱい日頃の練習の成果を発揮していました。

### 編集後記

●6月3日(土)は北檜山小学校の運動会でした。▼学校の雨で寒い運動会になつてしまいましたが、子どもたちの元気いっぱい張りつめた姿を写真に収めることが出来ました。▼コロナも緩和され、これから様々なイベントが開催される予定ですが、対策をしっかりと夏にせたなを楽しみましょう！  
【阿部】  
●せたなサーモン水揚げの取材に行ってきました。朝6時半にカッパを着て張り切って久遠漁港へ向かいましたが、到着した時にはすでに終盤でした。来年ももっと早起します。▼6月に入り、さわやかな春の陽気からジメジメ、ムシムシとしてきましたね。春から夏へと季節の移り変わりを感じています。▼皆さんが今月号の広報を手にとっていただいている頃は、せたな町でも夏のイベントシーズンがスタートしている頃でしょうか。短い北海道の夏、私もカメラ片手に楽しみたいと思います。  
【西田】



広報せたな

2023・7 No.215

編集・発行 せたな町まちづくり推進課広報統計係  
〒049-4592 久遠郡せたな町北檜山区徳島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/>



### 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