

せたな

11



令和7年度地区懇談会開催のお知らせ
11月は「児童虐待防止推進月間」です
保健師からの健康アドバイス
がん検診で早期発見・早期治療を！
TOPICS、暮らしの情報 ほか
表紙©9/25 大成保育園一日おまわりさん

せたな町
公式LINE

便利なマチの情報を
LINEでお届けします



河原泰平町長からのご挨拶



このたびの、せたな町長選挙におきまして、町民の皆様をはじめ多くの方々から温かいご支援とご厚情を賜り、初当選の栄に浴し、2代目町長として町政の重責を担うこととなりました。心から感謝を申し上げるとともに改めてその使命に、身が引き締まる思いでいっぱいです。

合併から20年、初代高橋貞光前町長と町民のみなさまが手を携え、様々な課題を乗り越えて、現在のせたな町を創ってこられたことに、深く敬意と感謝を申

し上げます。
現在、人口減や少子化、全国的な経済構造の変化などにより、地方を取り巻く新たな課題に直面しています。

この荒波を乗り越えるには、少しでも人口減少に歯止めをかけ、魅力あるせたな町を創造、発展させていく必要があります。そのために、

①「自然」「人」「歴史」の『地域資源』を活かしたまちづくり
②「対話」と「協働」による「自治」のまちづくり

③郷土を誇り、未来を支える人づくり

④3区が連携した、いつまでも安心して暮らせるまちづくり

を基軸に、産業の振興や交通網の整備、教育の強化、医療・福祉の連携など、各種施策に取り組んでまいります。

町民のみなさまはもちろんのこと、議会、各関係機関・団体のみなさまとともに、「未来に続くまちづくり」を全力で進めてまいりますので、深いご理解とご協力を、お願い申し上げます。

令和7年度地区懇談会開催のお知らせ

広く町民の皆さんの参加をいただきながら、より良い町づくりを行うため、地区懇談会を開催します。どなたでも参加できます。たくさんのご参加をお待ちしております。

日程	時間	会場	対象地域
11月5日(水)	18:00~	大成町民センター	大成区全域
11月7日(金)	18:00~	瀬棚町民センター	瀬棚区全域
11月10日(月)	18:00~	健康センター	北檜山地区
11月12日(水)	18:00~	若松基幹集落センター	若松地区
11月13日(木)	18:00~	丹羽活性化センター	丹羽地区
11月14日(金)	18:00~	はまなす荘	太櫓地区



なる場合があります。

問い合わせ先

まちづくり推進課広報統計係

☎ 0137-84-5111

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（内線1234）

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン(11月) 児童虐待は社会全体でかわり、解決していくべき問題です

「子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について(第21次報告)」によると、児童虐待による死亡事例は年間65件を超えています。

単純計算すると5日間に1人の子どもが命を落としていることとなります。

◆児童虐待は4種類

○身体的虐待

殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる
など

○性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする
など

○ネグレクト

家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れていかない
など

○心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう(面前DV)
など

◆子どもの関わり方の8つのポイント

- ①子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう
- ②「言うことを聞かない」にもいろいろあります
- ③子どもの成長・発達によっても異なることがあります
- ④子どもの状況に応じて、身の周りの環境を整えてみましょう
- ⑤注意の方向を変えたり、子どものやる気に働きかけてみましょう
- ⑥肯定文でわかりやすく、時には一緒に、お手本に
- ⑦良いこと、できていることを具体的に褒めましょう
- ⑧保護者自身の工夫のポイント
(1)子育てをしているストレスが溜まることもあります。
否定的な感情が生じたときは、まずはそういう気持ちに気付き、認めることが大切です。
(2)自分の時間や心に余裕がないときは、深呼吸して気持ちを落ち着けたり、ゆっくり5秒数えたり、窓を開けて風にあたって気分転換しましょう。
(3)周囲の力を借りると解決することもあります。勇気をもってSOSを出すことで、まだ気づいていない支援やサービスに出会えたりします。

◆子どもや保護者のこんなサインを見落としていませんか?

- 子どもについて
- ・いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声がある
- ・不自然な傷や打撲のあとがある
- ・衣類やからだがいとも汚れている
- ・表情が乏しい、活気がない
- ・夜遅くまで一人で遊んでいる
- 保護者について
- ・地域などと交流が少なく孤立している
- ・小さい子どもを家においたまま外出している
- ・子どもの養育に関して拒否的、無関心である
- ・子どものけがについて不自然な説明をする

児童虐待かも…と思ったら
ご自身が出産や子育てに悩んだら…
子育てに悩む人がいたら…

児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189
または、相談専用ダイヤル ☎0120・189・783
にお電話ください。(通話料無料) ※一部のIP電話からはつながりません。

あなたの電話が親子を守るすべての人が笑顔で暮らせる街へ



あなたの電話で、守れる命があります
児童虐待かも… と思ったら、すぐにお電話ください。

児童相談所 虐待対応ダイヤル **189**
通話料無料

子育てのこと、頼れる場所があります
ご自身が出産や子育てに悩んだら…
子育てに悩む人がいたら…
こちらにご相談ください。

児童相談所 相談専用ダイヤル **0120-189-783**
通話料無料

※一部のIP電話からはつながりません

問い合わせ先

健康推進課子ども子育て支援係

☎ 0137-84-5115(直通)

こんにちは！地域包括支援センターです

～医療と介護の連携を進めています！～

医療と介護の連携とは

せたな町では、人生の最期まで住み慣れた地域で暮らすために必要な、医療・介護・住まい・生活支援などのサービスを切れ目なく受けることができる仕組みづくり（地域包括ケアシステム）を目指しています。そのためには、安心して治療や生活が続けられるように、医療や介護などの専門家がチームとなって対応する取り組みを行っています。

【9月8日に開催された医療と介護連携研修会の様子】



今金町・せたな町内で勤務している医療関係者・消防職員・介護職員などが集い災害が発生した場合を予測し、どんな対応が必要なのか検討しました。

問い合わせ先

せたな町地域包括支援センター

☎ 0137-84-5699

宝くじの助成金でコミュニティ活動備品を整備しました

緑町町内会（北檜山区）では、一般財団法人自治総合センターが実施する「一般コミュニティ助成事業」の助成を受けて、花山太鼓や半纏、照明設備一式を整備しました。

この事業は、同センターが宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業で、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的とし行われているものです。

今回の整備によって、北檜山区の真駒内神社例大祭などのコミュニティ活動が一層発展することが期待されます。



ネコや犬 正しい飼い方で楽しいペットライフを！

近ごろ、犬や猫などのペットを飼う人が増えております。それに伴い、ペットの遺棄や虐待、ご近所のトラブルも増加の傾向にあります。

ペットは人間が飼う動物であると同時に、一個の独立した動物でもあります。ペットの遺棄や過度な暴力、心理的に強い抑圧をかける事はもちろん、無視や劣悪な環境に放置したり、健康管理を怠る事も虐待にあたります。近年、動物愛護管理法の改正により動物虐待を行えば最大5年の懲役、または500万円以下の罰金を科することとなりました。

ペットを飼うにあたっては、自分の身体状況やライフスタイル、経済状況等を充分に考慮し、一つの命を預かる者として自覚と責任を持ってペットと共に歩んでいくことが大切です。



◆犬の飼い方注意点

- ① 犬の放し飼いは絶対にしてはいけません
- ② 室内で飼う場合には容易に外へ出られないようにしましょう
- ③ 屋外で飼うときは檻や囲い、又は固定した物に丈夫な鎖等で繋ぎましょう
- ④ 鎖等で繋ぐ場合は、面した道を通行する者に接触しないようにしましょう
- ⑤ けい留用の器具の破損や劣化の状況を常に確認しましょう
- ⑥ 無駄吠えや他人、他の犬をかまさないようにきちんとしつけをしましょう
- ⑦ 犬が他人や他の犬等に危害を加えたときは、すぐに加害届を提出しましょう
- ⑧ また、犬に危害を加えられたときは、被害届を提出しましょう
- ⑨ 犬の登録、狂犬病予防注射はきちんと受けましょう
- ⑩ 不意の妊娠を避けるため、子犬が必要で無い場合は、避妊手術をしましょう
- ⑪ 定期的な散歩や運動で、犬のストレスを発散しましょう
- ⑫ 散歩中の糞尿は、飼い主が責任を持って処分しましょう

◆猫の飼い方注意点

- ① 猫を飼うときは、原則室内で飼いましょう
- ② 外は猫にとって危険がいっぱいです、外には出さないようにしましょう
- ③ 望まない妊娠を避けるため不妊手術をしましょう。ワクチンも積極的に受けましょう
- ④ 野良猫を見かけた場合にも、むやみに餌などはあげないようにしましょう
- ⑤ どうしても外飼いたい場合は、餌や糞尿をこまめに片付け周辺の環境に気を配りましょう、また猫が他人に危害を加える恐れがある場合は外に出さないようにしましょう
- ⑥ 猫は爪を研ぐ習性があるので、家具が破損しないように爪とぎを用意しましょう
- ⑦ 電源コードなどをかじって、感電するケースもありますので、コードカバー等の措置をしましょう
- ⑧ 家に猫を残したまま、長期間外出することは控えましょう

■ペットの一生を見届けるのは飼い主の義務

ペットを飼うことは命を預かることです。寂しいから、可愛いから、可愛そうだからという気持ちで、ペットを飼う気持ちも大変分かりますが、一つの命を預かる者としてペットに充分な自覚と愛情を持ってください。ペットの命は一般的に人間より短いのです。その一生を見届ける義務が飼い主の貴方にあります。そして、ペットが最後を迎えるとき、ペットが幸せな一生だったと思えるような関係を築いてください。



お問い合わせ先

町民児童課環境衛生係
☎ 0137-84-5113 (直通)

瀬棚支所庶務係 ☎ 0137-87-3311

大成支所庶務係 ☎ 01398-4-5511

自主防災組織を結成し、地域防災力を高めましょう！

◆自主防災組織とは

地域住民が「自分たちの地域は自分たちで守る」という考え方をもって自主的に防災活動を行う組織です。

地域の人たちが集まり、お互いに協力しながら防災活動に取り組むことで、被害を最小限度に食い止めることが可能となります。

◆自主防災組織を結成して活動することの効果

- ・平常時には、地域の連帯感や地域コミュニティの向上が図られます。
- ・防災という話題で、家族、隣近所、町内会等で意見やお話をすることで連帯感が増します。
- ・災害時には、各自が取るべき行動を理解していることで、被害を最小限にすることができます。

◆自主防災組織の結成支援及び活動支援について

町では、自主防災組織の結成や活動に対し、下記の支援を行っています。

- ◎自主防災組織の結成支援（自主防災組織を組織・結成する事業）
 - ・1団体 定額1万円に、構成する世帯数×150円を加算した額
- ◎自主防災組織の活動支援（自主防災組織の活動活性化を図る事業）
 - ・1団体 定額1万円に、参加した人数×150円を加算した額

自主防災



☆町内会単位などでの自主防災組織結成をご検討ください。

☆自主防災組織の結成や活動方法などについては、役場防災担当者が説明やお手伝いなどをさせていただきますので、お気軽にお問い合わせください。

問 い 合 わ せ 先

総務課防災係

☎ 0137-84-5111

犯罪等の被害に遭われた方とそのご家族、ご遺族へ

誰もが、ある日突然犯罪等に巻き込まれ、平穏だった生活が一変する可能性があります。犯罪等の被害に遭われた方とその家族や遺族は、犯罪等による被害を受けるだけでなく、その後の周囲との関わりの中で精神的、経済的な負担など、不安や恐怖を抱きながらの生活を余儀なくされる場合も少なくありません。

犯罪被害等で、悩んだり困ったりされた方は、ひとりで悩まず、ご相談ください。

【犯罪被害者等支援の総合窓口】

設置場所：せたな町役場 総務課地域生活係

受付時間：月曜日から金曜日まで（祝日、年末年始を除く）

午前8時30分から午後5時15分まで

【見舞金制度があります】

町は、犯罪行為により亡くなられた方のご遺族または傷害を負った方に対し、経済的な負担軽減を図るため、申請に基づき見舞金を支給します。詳しくは 犯罪被害者等支援窓口 [総務課地域生活係] へお問い合わせください。



種 類	金 額	対 象 者
遺族見舞金	30万円	犯罪行為により亡くなられた方のご遺族
傷害見舞金	10万円	犯罪行為により傷害（療養に要する期間が1月以上であると医師により診断されたもの）を負われた方

— 11月25日 から 12月1日 まで「犯罪被害者週間」です —

問 い 合 わ せ 先

総務課地域生活係

☎ 0137-84-5111

せたな町産業等活性化補助金について

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、新規学卒者の雇用、外国人技能実習生等受入費用に対して補助します。(令和7～11年度)

◆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

◆外国人技能実習生等受入補助金

対象者：せたな町内の事業者等
 対象事業：外国人技能実習生等の受け入れに係る初期費用
 (渡航費用、取次費用、健康診断費用、渡航前・入国後講習費用等)
 補助率等：1/2以内、補助上限(雇用者1人当たり)15万円
 助成対象外国人1名につき1回限りとし、1事業所につき年度内5名までとする



問い合わせ先

まちづくり推進課(商工業及び雇用奨励補助金関係)
 農林水産課(農林漁業関係)
 ☎ 0137-84-5111(代表) FAX 0137-84-4657

～固定資産税は、1月1日に所有している方に課税されます～

家屋(住宅、車庫、倉庫など)の新築・増築、取壊しをしたときは届出を

■新築・増築をしたとき

家屋を新築・増築した場合は、家屋課税台帳に登録し、翌年度から固定資産税の課税対象となりますので評価額を計算するため、家屋調査を行います。ご都合のよい日を相談のうえお伺いしますので、入居前に家屋調査を希望される方は、お早めにご連絡ください。
 (※令和7年度以前の未登録家屋がある場合も、ご連絡ください。)

■取り壊しをしたとき

家屋の一部または全部を取壊したときは、年内に届出をしてください。届出がない場合、令和8年度以降も課税されます。

解体を事業者へ依頼した場合は、事業者から代理の届出をすることができます。どちらが届出をするかご確認ください。

(※取壊した建物の用途や取壊しの状況により、土地の住宅用地特例措置が受けられなくなることがあります。)



※法務局に登録されていない家屋の所有者を変更したとき

法務局に登録をしていない家屋を、売ったり譲ったりした場合は、所有者変更の届出が必要です。年内に届出がないと、令和8年度以降も変更前の所有者に課税されます。必ず届出をしてください。

問い合わせ先

税務課課税係

☎ 0137-84-5112(直通)

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

○食品ロスって何？

日本の食品ロス量は年間464万トン、毎日、大型トラック(10トン車)約1、270台分の食料を廃棄しています。日本人一人当たりで換算すると、毎日お茶碗一杯分(約102g)を捨てている計算です。

この464万トンのうち、事業系は231万トンで、主に規格外品、返品、売れ残り、食べ残しなどで、家庭からは233万トン、主に食べ残し、手つかずの食品(直接廃棄)、皮の剥きすぎ(過剰除去)が発生要因です。

日本では、家計における食費は消費支出の中で4分の1を占めています。食料自給率(カロリーベース)は38%で、食料の多くを海外からの輸入に依存しています。

また、世界の食料廃棄量は年間約13億トンで、人の消費のために生産された食料のおよそ3分の1を廃棄しています。

このように、食料を大量に生産、輸入しているのに、その多くを捨てている現実があるので、大量の食品ロスが発生することにより、様々な影響や問題があります。食料ロスを含めた多くのゴミを廃棄するため、ゴミ処理に多額のコストがかかります。

また、可燃ゴミとして燃やすことで、CO2排出や焼却後の灰の埋め立て等による環境負荷が考えられます。

経済の観点では、食料を輸入に頼る一方で、多くの食料を食わずに廃棄している状況は無駄があります。人や社会への観点では、多くの食品ロスを発生させている一方で、9人に1人の子どもが貧困で食事に困っている状況です。

私たち一人ひとりが食べものをもっと無駄なく、大切に消費していく必要があります。

○家庭でできる食品ロスを減らすコツ

買い物時は「必要な分だけ買う」、料理の際は「食べきれる量を作る」、食事の際は「おいしく食べきる」ことが基本です。

①買い物前に、冷蔵庫や食品庫にある食材をチェック！

メモや携帯・スマホで撮影するなどして、買い物時の参考にしましょう。

②使う分、食べられる量だけ買う！

まとめ買いを避け、必要な分だけ買って食べきりましょう。

③期限表示を知って、賢く買う！
利用予定と照らして、期限表示を確認し、すぐに使う予定の食材は、お店の食品棚の手前か

ら撮るようにしましょう。

④食材を適切に保存する！
食品に記載された保存方法に従って保存し、野菜は冷凍、茹でるなど下処理をしてストックしましょう。

⑤食材を上手に使い切る！
残っている食材から使い、作りすぎてしまった料理はリメイクレシピなどで工夫しましょう。

⑥食べきれない量を作る！
体調や健康、家族の予定も配慮して作る量を調整しましょう。



町営住宅等の入居者募集について

申込期間:10月23日(木)～11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
豊岡高台団地	北檜山	A-83	S42	39.42㎡	2DK	3,600～5,300円
南団地	"	B-115	S51	51.25㎡	3DK	7,600～11,300円
川沿団地	"	1-341(2F)	H4	71.30㎡	3LDK	21,200～31,500円
"	"	4-378(2F)	H9	78.55㎡	3LDK	24,000～35,800円
"	"	4-381(2F)	H9	76.53㎡	3LDK	23,400～34,900円
徳島団地	"	1-1(1F)	H13	49.61㎡	1LDK	15,300～22,700円
"	"	1-9(3F)	H13	79.99㎡	3LDK	24,600～36,700円
"	"	3-27(1F)	H16	53.66㎡	1LDK	16,700～24,900円
"	"	5-44(2F)	H21	79.99㎡	3LDK	25,500～38,000円
役場前A団地	大成	41(1F)	H4	64.62㎡	3LDK	15,200～22,700円
みやこの丘団地	"	あじさい棟101(1F)	H9	64.17㎡	2LDK	18,100～27,000円
"	"	いちい棟204(2F)	H10	51.01㎡	1LDK	14,500～21,700円
"	"	つつじ棟105(1F)	H12	72.10㎡	3LDK	20,700～30,800円
下宮野団地	"	185(1F)	H3	60.52㎡	3LDK	13,300～19,800円
あかしや団地	瀬棚	48-10	S48	39.67㎡	2DK	5,100～7,600円
"	"	03-102(1F)	H3	69.49㎡	3LDK	17,000～25,400円
"	"	05-102(1F)	H5	74.64㎡	3LDK	18,800～28,000円
"	"	06-102(1F)	H6	73.20㎡	3LDK	18,500～27,600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
みやこの丘団地	大成	つつじ棟204(2F)	H12	51.01㎡	1LDK	26,000～35,000円
都いさりび団地	"	7-102(1F)	H7	47.20㎡	1LDK	24,000～32,000円

□町有住宅

名称	地区	住宅番号	建設年度	面積	型別	家賃の額
大成町有住宅	大成	旧医師14	S62	126.64㎡	3LDK	22,300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 ☎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

■日に日に気温も下がり、いよいよ冬がやってくるのだと感じております。私が赴任したところには、すでに白銀の世界で新鮮さを感じております。

■さて、今回は、「相続放棄」をテーマにお話します。親や子、兄弟、叔父叔母など、親戚が亡くなると、相続が発生しますが、その親戚に、全く財産がない、それどころか借金がある場合にも相続しなければならぬとなると、困ってしまいますよね。

また、遠方の山など、管理が難しい不動産が遺産になっていたり場合もあり、今後どうすればよいかと悩むこともあるかと思えます。

■そのような場合に、「ご検討いただきたい制度が、「相続放棄」です。「相続放棄」をすると、亡くなった人の「プラスの財産もマイナスの財産もすべて、受け取らなかつたことになりません。そのため、借金を引き継ぐことも、遠方の土地や建物など、自分では管理しきれない不動産を受け取ることもなくなりません。その反面、亡くなった人の「預貯金を受け取ることもできません。そのため、預貯金がある程度ある人の相続は慎重に検討する必要があります。もつとも、借金がある人は、預貯金もほとんどないことが多く、古い家や山林など、売却が困難な不動産は、管理費用と固定資産税がかかる。



相続する？しない？の
決断はお早めに。

法テラス八雲法律事務所

弁護士 小松 真優

(函館弁護士会所属)

■最終的に、どちらが得になるかという点については、慎重に検討すべきですが、「相続放棄をする場合は、原則、「3か月以内」に、「家庭裁判所で「手続き」をしなければなりません。その期間を延長することもできませんが、そのためにも、家庭裁判所への申立が必要で、また、一部でも亡くなった人の財産をもらったり、使ったりしてしまうと、相続放棄はできなくなります。

■近しい人を亡くしたのに、3か月で相続するかどうかを決めなければいけないのは、なかなか大変なことかもしれません。このときすぐ動いていけば借金を負うこともなかったのにと後悔することはないよう、お早めにご相談ください。

■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。相談は事前予約制となっております。相談は「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。



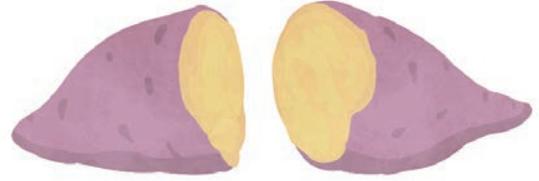
管理栄養士 米川美里の

今月の旬なレシピ



11月の旬は

さつまいも です



11月の旬な食材「さつまいも」

原産地は中央アメリカで、日本では江戸時代に薩摩半島（鹿児島県）から全国に伝わったため、「さつまいも」と呼ばれるようになりました。実は、北海道でも栽培されており、北海道の冷涼な気候は寒暖差が大きいためさつまいもの甘みを引き出す要因となっています。

さつまいもは、食物繊維とビタミンCが豊富です。さつまいもに含まれるビタミンCはでんぷんに守られているため、加熱しても壊れにくいのが特徴です。食物繊維とさつまいもに含まれる「ヤラピン」という成分が便通を整えてくれます。食物繊維は皮に多いので、皮ごと食べるのがおすすめです！



赤飯風さつまいもご飯

(約5人分)

・もち米	1 合(150g)	・さつまいも	100g
・精白米	1 合(150g)	・甘納豆（金時豆）	100g
・水	360ml	・みりん	大さじ2
		・ごま	小さじ1
		・塩	少々

紅ショウガやごま塩はお好みで、さつまいもの代わりに粟を使っても相性ぴったり！

栄養成分（1人分）

エネルギー：204kcal / たんぱく質：2.7g / 脂質：0.1g / 炭水化物：48.0g
塩分：0.1g / 糖質：45.8g / ナトリウム：14mg / カリウム：128mg

・作り方・

- ① もち米と精白米は混ぜて洗い、30分くらい水につけて水切りする。甘納豆は手早く洗って水切りする。
- ② さつまいもは、1cm角に切る。水を張ったボウルに入れ10分程入れアク抜きをする。
- ③ 炊飯器に①のもち米、精白米、甘納豆60gと②のさつまいもを入れ、みりんと水を入れ軽く混ぜる。
- ④ 炊飯器通り普通に炊き、炊き終わったら蓋を開けず10分蒸らす。
- ⑤ 残りの甘納豆40g入れ、ざっくりかき混ぜたら完成。お好みでごまと塩をかけて下さい。

「11月23日はお赤飯の日」

11月23日は勤労感謝の日でもあります。全ての生産を祝い勤労を労う「勤労感謝の日」は、新穀を神様にお供えし、その恵に感謝する「新嘗祭」がもとになっています。現在では日々の勤労に感謝する日ですが、元々の穀物に感謝する日という意味も忘れてはいけません。昔より、ハレの日の食卓に欠かせなかったお赤飯の歴史と伝統の継承の目的として、勤労感謝の日の11月23日に感謝の気持ちを込め、「お赤飯の日」と制定されました。

お赤飯は、一般的には小豆赤飯として楽しまれていますが、地域によって入れる豆の種類が違います。北海道、東北地方、山梨県の地域では甘納豆を使用、関東地方ではささげ、千葉県の一部では特産品の落花生を入れるなどさまざまです。全国各地の赤飯を作ってみるのも楽しめそうですね！

がん検診で早期発見・早期治療を！

今月の担当は
干場 美沙代 です



毎年10月は「がん検診受診率向上にむけた集中キャンペーン月間」です。

がん検診の重要性を国民の皆様にご理解頂くために、国、地方自治体、関係団体等が連携・協力してがん検診の普及啓発活動等を、官民一丸となって取り組むことになっています。

がんは、日本の死因の第1位で、高齢化に伴いがんによる死亡者数は今後も増加が見込まれています。がんによる死亡者数を減少させるには、早期発見・早期治療が重要であることから、第4期がん対策推進基本計画（令和5年3月28日閣議決定）では、「がん検診受診率60%以上」を目標に掲げ、その達成に向けての取組を進めています。

検診を受診することで、がんの死亡率を下げる事が証明されており、検診により早期発見できた場合、胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がんは90%以上、肺がんは80%以上が治ると言われています。（厚生労働省 HP より）

せたな町の死因とがん検診受診率について

せたな町でも、がん（悪性新生物）は死因第1位（令和5年）となっており、皆さんにとっても非常に身近な疾患ではないかと思えます。

せたな町のがん検診受診率は、近隣町村の受診率と比較して高い方ではありますが、国が掲げる目標である「受診率60%」に比べると低い状況にあります。

■ 疾病別死亡者数及び死因の割合
（悪性新生物は各がん合算値）

No	死因	せたな町		国	
		人数	割合	人数	割合
1位	悪性新生物	48	28.6%	382,504	24.3%
2位	老衰	20	11.9%	189,919	12.1%
3位	心不全	17	10.1%	99,233	6.3%
4位	虚血性心疾患	12	7.1%	71,286	4.5%
5位	不慮の事故	7	4.2%	40,867	2.6%
6位	肺炎	7	4.2%	75,753	4.8%
7位	脳血管疾患	6	3.6%	104,533	6.6%
8位	慢性閉塞性肺疾患	2	1.2%	16,941	1.1%
9位	糖尿病	1	0.6%	15,448	1.0%
10位	肝疾患	1	0.6%	18,638	1.2%

※人口動態調査

※国保に加入されている方（職場等で検診を受ける機会が少ないと思われる方）の受診率

	胃がん受診率(%)		肺がん受診率(%)		大腸がん受診率(%)	
全国	6.8	道179	5.9	道179	6.8	道179
北海道	4.9	市町村中	4.2	市町村中	4.9	市町村中
せたな町	12.3	59位	10.3	78位	10.8	76位
	乳がん受診率(%)		子宮頸がん受診率(%)			
全国	16	道179	15.8	道179		
北海道	14.5	市町村中	17.4	市町村中		
せたな町	21.7	87位	17.7	71位		



負担が少ない住民検診で早期発見・早期治療！

がん検診には、市町村が実施する「住民検診」、職場で行われる「職域検診」、自分で探して受けに行く「人間ドック」などがあります。市町村の住民検診は、法律に基づいて実施されており、精度管理によってがん検診の質が担保されています。

また、検診の費用の多くは公費で担われており、一部を自己負担することで受診可能です。せたな町でも「住民検診」として各種がん検診を実施しており、検診費用の多くは公費によって賄われ、低価格で検診を受けることができます。精度（がん検診の質）がしっかり管理されており、少ない負担で受診できる「住民検診（各種がん検診）」をぜひ受診していただきたいと思えます。

検査項目	自己負担	公費負担
胃がん検診	600	まとめて 約10,200円
肺がん検診	300	
大腸がん検診	200	
子宮頸部がん検診	600	約5,600円
乳がん検診	600	約5,600円

今後の検診日程について

会場	日程	健診項目
若松基幹集落センター	11月23日（日）	胃・肺・大腸・前立腺がん 特定健診等の各種検診
丹羽活性化センター	11月24日（月祝）	
せたな町健康センター	1月17日（土）	
	1月18日（日）	
バスツアー検診 （札幌がん検診センター）	2月9日（月）	乳・子宮・肺・大腸・前立腺がん 特定健診等の各種検診



9/16

北の白虎ライスターミナル出陣式



9月16日(火)北檜山区若松の北の白虎ライスターミナルで令和7年産米の出陣式が行われました。

当日は生産者や関係者が集まり、新米初出荷のお祝いと施設の安全操業の確認をしました。これから11月にかけて、7種類の食用や飼料用米を受け入れし、作業を行う予定です。

また、品質は良好で、今年度の収量は平年並みからやや高いと見込まれています。

9/19

「せたなの食を知ろう！」地元食材で調理実習

9月19日(金)北檜山小学校5年生、瀬棚小学校5・6年生の37人によるせたな産食材を使用したスープカレーの調理実習が行われました。

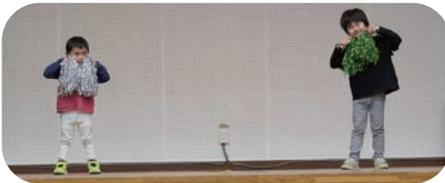
これはJA新はこだてせたな営農センターが、地域を担う子どもたちに対する食農教育として実施するもので、今回で10年目を迎えました。

当日は、スープカレーのCMでもお馴染みの井手剛さん、高橋畜産の高橋社長を講師に、地元農業や栄養のこと、その食材を使って料理し食べることの楽しさを学びました。



10/10

「ずっと元気でいてね」高齢者と子どもの集いを開催



10月10日(金)瀬棚町民センターで、瀬棚老人クラブ連合会による「高齢者と子どもの集い」が開催されました。

当日は73人の会員が参加し、瀬棚保育所の園児7人と玉入れ合戦で交流や、一生懸命踊ったお遊戯に会場はやさしい拍手と笑顔に包まれていました。

10/12

今年も大盛況！せたな新そばまつり

10月12日(日)ふれあいプラザで、北檜山手打ちそば愛好会による「せたな新そばまつり」が開催されました。

当日は爽やかな秋晴れのもと、この日を楽しみにしていた来場者が開店前から長蛇の列を作り、打ちたてのそばを購入したり会場で提供された温かい蕎麦を美味しく味わっていました。



百歳になれる方へお祝い状が贈呈されました

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、高橋町長から伝達されました。(掲載は50音順)



江上 安子さん



岡田 ツツエさん



尾野 テルさん



木村 チギさん



久保 長一郎さん



佐々木 キクエさん



新保 信子さん



高橋 宇ミエさん



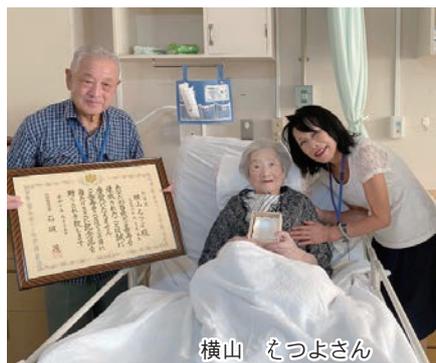
長井 正夫さん



中村 絹枝さん



桃井 ミサさん



横山 えつよさん



和嶋 夕夕ノさん

せたな警察署からのお知らせ

指名手配被疑者の検挙にご協力を！

担当：刑事係

令和7年8月末現在、全国の警察から指名手配されている者は、凶悪事件等で特に警察庁が指定している重要指名手配被疑者をはじめとして、約590人に上っています。

これらの被疑者は、殺人、強盗等の凶悪事件のほか、暴行、傷害、窃盗、詐欺、横領等の事件に関して指名手配されており、再び犯行を行うおそれがあります。警察では、特に重大な犯罪の被疑者を選定した上で、

11月中に全国警察の総力を挙げて追跡調査を行うこととし、これら被疑者の早期検挙に取り組んでいるところです。

指名手配被疑者の発見に向けた捜査活動には、国民の皆さんの御協力が是非とも必要です。指名手配被疑者によく似た人を見かけたといった情報など、どんなわずかなことでも結構ですので、警察に通報していただくようお願いいたします。

犯罪被害者等を社会全体で支えるために

担当：警務係

《犯罪被害者週間》

犯罪被害者等を社会全体で支え、安心して暮らすことができる生活の実現を目指すという趣旨を広く理解してもらうため、毎年11月25日から12月1日までの間は、「犯罪被害者週間」と定められています。

また北海道では、その初日である11月25日が「北海道犯罪被害を考える日」に定められています。

《犯罪被害者等への配慮》

犯罪被害者やその家族の方々の中には、被害を受けた後に、心無い言葉や無理解、プライバシーの侵害などによる二次被害に苦しめられている方もいます。

この方々が日常生活を取り戻すには、行政だけでなく、周りの方々の理解と支えが必要であり、次のような配慮が必要です。

- そばに寄り添う～安心できる方が普段どおり接することだけでも支えになります。
- 話をよく聞く～親身な傾聴は孤立感を和らげることができます。
- 無理に励まさない～励ましの言葉はかえってつらく感じてしまうことがあります。
- ほかの人と比べない～励ましのつもりでも、傷つくことがあります。
- 被害者の行動を責めない～自責の念で苦しんでいる場合、さらにつらく感じます。

《各種相談窓口》

警察相談センター（全般）	#9110
性犯罪被害相談電話	#8103
暴力団相談	011-222-0200
少年相談（固定電話）	0120-677-110

通報及び問い合わせ先

せたな警察署 ☎ (0137) 84 - 6110

秋季における事故防止について

秋季は釣り中の海中転落事故や漁船による事故が多発しています！

1 釣り中の事故

秋季は海水温度が低くなるため、海に落ちないように「足下に注意」し、「夜間は照明点灯」、「複数人での行動」をこころがけましょう。

海に浮いていることや早期の発見・通報等により救助の可能性が高くなるため、「ライフジャケットを正しく着用」し、防水ケース入りスマートフォンを所持するなど「常に連絡手段を確保」しましょう。

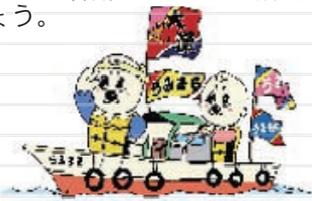
釣りに行く前は「最新の気象をチェック」し、「行先や帰宅時間を家族に伝え」ましょう。

2 漁船による事故

操業中は「常時適切な見張りを徹底」し、衝突や乗揚げを防止し操業中の負傷事故にも注意しましょう。

「最新の気象・海象情報をチェック」し、防水ケース入りスマートフォンを所持するなど「常に連絡手段を確保」しましょう。

ライフジャケットを正しく着用していれば救助される可能性が高まるので「ライフジャケットを常時正しく着用」しましょう。



海のもしものは「118番」

問い合わせ先

瀬棚海上保安署 ☎ (0137) 87 - 2634

12月1日は「個人事業税」 第2期分の納期限です

個人事業税は、個人で事業を営む方に課税される道税です。忘れずに納めましょう。

道税は、納付書に付されたeL-QR（地方税統一二次元コード）を読み取ることで、自宅やオフィスなどから、スマホやパソコン等を利用してキャッシュレスで納付できます。

詳しくは〈地方税お支払いサイト〉をご確認ください。

【地方税お支払いサイト】

<https://www.payment.eltax.lta.go.jp>



問い合わせ先 檜山振興局税務課

課税に関すること ☎ 0139-52-6472

納税に関すること ☎ 0139-52-6473

北海道立江差高等看護学院社会人 入学試験（Ⅱ期）の実施について

北海道立江差高等看護学院では、令和8年度社会人入学試験（Ⅱ期）を実施します。

あなたの社会人経験を看護の世界で役立ててみませんか？江差高等看護学院は、社会人学生を応援します！！

試験日程：令和8年1月13日（火）

試験科目：小論文・面接

出願期間：令和7年11月4日（火）～

12月8日（月）（消印有効）

募集要項：募集要項及び必要書類は本学院窓口で配布のほか、インターネットからダウンロードできます。

詳しくはコチラ
（北海道HP）



問い合わせ先

北海道立江差高等看護学院

☎ 0139-52-1417



令和7年度自衛官等採用案内



採用種目		受付期間	試験期日
自衛官候補生		年間を通じて行っております。	受付時又は自衛隊函館地方協力本部のホームページにてお知らせします。
一般曹候補生	第3回	9月16日～11月21日	○1次試験 11月29日～12月4日 ○2次試験 令和8年1月6日～13日 ※いずれか1日を指定されます。
陸上自衛隊 高等工科学校生徒	推薦	10月1日～11月28日	令和8年1月10日～12日 ※いずれか1日を指定されます。
	一般	10月1日～ 令和8年1月15日	○1次試験 令和8年1月24日・25日 ○2次試験 令和8年2月12日～15日 ※いずれか1日を指定されます。

自衛官募集HP
はコチラ→



問い合わせ先

自衛隊函館地方協力本部今金地域事務所 ☎ 0137-82-0258

税を考える週間～これからの社会に向かって～

国税庁では、国民の皆様に租税の意義や役割、税務行政に対する知識と理解を深めていただくため、毎年11月11日から17日を「税を考える週間」として、集中的に様々な広報広聴施策を実施しています。

1 国税庁ホームページによる情報発信

国税庁ホームページ

国税庁ホームページ内に「これからの社会に向かって」をテーマとした特設ページを設け、国税庁の重点的な取組についてご紹介しています。



2 SNSを利用した広報

YouTubeの「国税庁動画チャンネル」にPR動画を掲載するとともに、各種情報をX(旧Twitter)で発信します。

3 講演会やイベントの開催

全国各地で、講演会や関係民間団体・地方公共団体等と連携した各種イベントを開催しますので、ぜひご参加ください。また、大学生や専修学校生等を対象とした講演会や説明会では、国税の職場の魅力の紹介や各国税局で実施する仕事体験等のイベントについてもお知らせしています。

4 八雲税務署からのお知らせ

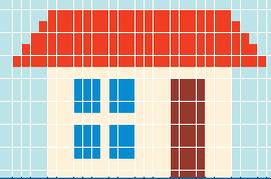
税を考える週間に合わせて書道展の作品を展示いたします。

八雲町：はびあ八雲 11/10(月)～11/16(日)
森町：森町公民館(前半) 10/22(水)～11/3(月)
：森町公民館(後半) 11/18(火)～11月下旬から12月上旬
：森町砂原公民館 11/5(水)～11/16(日)
今金町：総合体育館「あいきゅーぶ」ホール 11/11(火)～11/17(月)
せたな町：せたな町本庁舎・瀬棚支所・大成支所口ビー 11/11(火)～11/17(月)

はびあ八雲では書道展のほか、税に関する絵はがきコンクールの展示も行います。ぜひお越しください。

問い合わせ先 八雲税務署 ☎ (0137) 63 - 2196

せたなの 情報



忘れないで納期限

●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(金)です
忘れずに納めましょう

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(11月)12月分)
 - ・11月14日(金)
 - ・12月12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 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」ことについてご相談
ください。
(相談無料・予約制)

- 日時
 - 11月12日(水) 10時~12時
 - 11月10日(月)
- 予約締切
11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
総務課総務係
☎01377・84・5111

ご相談ください

こころの健康相談の 実施について

令和7年度北海道八雲保健所
精神保健専門相談を実施します。
こころ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まで)
が必要となります。

- 日時/11月13日(木)
13時30分~15時30分
 - 場所/今金地域保健支所
- 八雲保健所健康支援係
☎01377・63・2168



町長の主な動静

(9月1日から30日)

- 1日 第1回せたな町医療等対策審議会
- 2日 挨拶回り、農業センター圃場説明会
- 3日 半島振興市町村協議会会長用務(東京都)
- 5日 北檜山ライスターミナル初出荷、第2回北部松山衛生センター組合議会臨時会
- 8日 せたな町有害鳥獣対策協議会移動町長室(瀬棚区)
- 9日 百歳高齢者に対する記念品贈呈(きたひやま荘)
- 11日 第11回議会運営委員会、百歳高齢者に対する記念品贈呈(ロイヤル病院・国保病院)
- 12日 全国簡易水道協議会理事会・要望活動(東京都)
- 16日 第3回議会定例会(10月1日)
- 18日 決算審査特別委員会
- 19日 百歳高齢者に対する記念品贈呈(大成区・瀬棚区)
- 22日 決算審査特別委員会
- 24日 決算審査特別委員会
- 25日 挨拶回り(函館方面)
- 26日 挨拶回り(檜山方面)
- 28日 決算審査特別委員会
- 29日 病院機関挨拶回り、臨時町村会(札幌市)

職員募集

～募集職種～

- 看護師・准看護師 ○経理職
 - 介護福祉士 ○リハビリセラピスト
 - 看護補助員 ○社会福祉士
 - 介護支援専門員 ○医療ソーシャルワーカー
- 【無資格可】

正職員・パート不問(2時間~OK!)

『未経験』や『ブランク』がある方も大歓迎!

悩んでいる方は是非一度連絡ください!

高校生のアルバイトも大歓迎です!

〔問い合わせ〕 お気軽にお問合せ下さい♪

道南ロイヤル病院

☎0137-84-5011 総務課 渡部 まで

(有料広告)

道南ロイヤル病院 奨学金のご案内

返還不要

～給付型の奨学金について～

看護師を目指す学生へ

月額 **70,000円** (84万円/年×修学年数)

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士を目指す学生へ

月額 **50,000円** (60万円/年×修学年数)

薬剤師を目指す学生へ

月額 **50,000円** (60万円/年×修学年数)

現在在学中の学生もお気軽にご相談ください!

生活援助貸付金制度あり ※上記奨学金と併用可

〔問い合わせ〕 道南ロイヤル病院

☎0137-84-5011 担当者まで

(有料広告)

戸籍の窓口

(9月1日～9月30日届出)



おくやみ申し上げます

- 高橋 和春さん (71歳) 若松
- 工藤 博さん (91歳) 豊岡
- 佐藤 英治さん (90歳) 北檜山
- 笠井 健治さん (77歳) 北檜山
- 大倉 昭三さん (83歳) 都
- 横山つよ子さん (100歳) 都
- 平澤 秀男さん (81歳) 都
- 三國 ヨネさん (94歳) 宮野
- 安藤フミエさん (96歳) 本町

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7年9月末現在 (前月比)		
人口	6,513人	(- 11)
北檜山区	3,998人	(- 4)
大成区	1,067人	(- 4)
瀬棚区	1,448人	(- 3)
男	3,082人	(- 6)
女	3,431人	(- 5)
世帯	3,742世帯	(- 7)



実りの秋・豊穡の秋
(北檜山区栄)



広報担当の
ちいさな写真展

次回 移動町長室 Move mayor room

11月4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。

戸籍年金係からのお知らせ

基礎年金番号・年金手帳について

■基礎年金番号とは

基礎年金番号は、年金加入記録を管理するためのキーとなる番号です。日本年金機構では、原則1人の方に1つの基礎年金番号を発行しています。基礎年金番号は、年金手帳や基礎年金番号通知書に記載されています。

※基礎年金番号は、メールや電話ではお答えしていません。

■年金手帳等の変遷(概要)

- ①厚生年金保険被保険者証は、昭和29年5月～昭和49年10月に厚生年金の被保険者資格の取得手続きをおこなった方に発行されます。
- ②茶色の手帳は、昭和35年10月～昭和49年10月に国民年金の被保険者資格の取得手続きをおこなった方に発行されます。手帳の色はおおむね5年ごとに更新されており、茶色以外にも水色や薄橙色などがあります。
- ③オレンジ色の手帳は、昭和49年11月から平成8年12月までに被保険者資格の取得手続きをおこなった方に発行されます。
- ④青色の手帳は、平成9年1月から令和4年3月までに被保険者資格の取得手続きをおこなった方に発行されます。共済組合の加入期間のみの方には、「基礎年金番号通知書」をお渡ししています。基礎年金番号通知書は年金手帳の代わりになりますので、大切に保管してください。

■令和4年4月から「基礎年金番号通知書」により基礎年金番号をお知らせします

令和4年4月以降、被保険者資格の取得手続きをとり、初めて年金制度に加入する方には、これまでの年金手帳に代わり「基礎年金番号通知書」が発行されます。



※既に年金手帳をお持ちの方には、発行されませんので、引き続き年金手帳を保管してください。

国民年金に関するお問い合わせ先

- ◎函館年金事務所 ☎ 0138-31-9086
- ◎町民課 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

秋の交通安全運動

交通安全啓発運動が行われました

Koho - kenbunroku

▼9月12日 檜山北高等学校



▼9月22日 せたな地区交通安全協会連合会



▼9月25日 大成保育園



9月21日から9月30日の10日間、秋の全国交通安全運動実施に伴い、町内でも様々な交通安全啓発運動が実施されました。

12日（金）に檜山北高等学校の生徒30名が国道230号沿い丹羽活性化センター前で、丹精込めて育てたピンカの花120鉢をドライバーへ手渡し、交通安全を呼びかけました。22日（月）には、せたな地区交通安全協会連合会など約25名の関係団体の方々により、北檜山区市街地の国道沿いで旗の波街頭啓発を行い、ドライバーに向けて旗を掲げて交通安全を呼びかけました。

また、25日（木）は、大成保育園の園児4名が「一日おまわりさん」になって大成区市街地の商店などをまわり、「安全運転おねがいます！」と交通安全の願いを込めた手作りのお守りを手渡しました。

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	町民課	建設水道課	福祉課	健康推進課	教育委員会
0137-84-5112	0137-84-5113	0137-84-5114	0137-84-5984	0137-84-5115	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/>

