

# せたな

3

令和8年  
2026  
Mar.



地域貢献に対し感謝状を贈呈

人権擁護委員再任のお知らせ

瀬棚中学校生徒がセターナちゃんのお友達を考案

保健師からの健康アドバイス

3月は自殺対策強化月間です

TOPICS、暮らしの情報 ほか

表紙© 1/24 第33回大成スキー大会 (大成スキー場)

せたな町  
公式LINE

便利なマチの情報を  
LINEでお届けします



## 地域貢献活動に対し株式会社工藤組に感謝状を贈呈

2月12日（木）、せたな町役場で株式会社工藤組（函館市）に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行っていたため、瀬戸島歌地区の海岸清掃を実施、環境美化に貢献されたことに対して感謝状を贈呈したものです。



## 人権擁護委員再任のお知らせ

令和8年1月1日付で、瀬戸区の加賀谷和子さんが法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。

人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づき、人権相談を受けたり、人権の考えを広める活動をしている民間の方々です。



## 瀬戸中学校生徒考案の新ゆるキャラ誕生！

瀬戸中学校の総合学習で瀬戸改良班のゆるキャラ担当（村上朔太郎さん、竹浪 瞭さん、三浦可帆さん、三浦 梨可さん）の4名が、2月10日（火）、考案した新ゆるキャラ「イコロ」を町長へ提案いたしました。

瀬戸中学校の総合学習は全校生徒が各テーマに沿った班編成し、瀬戸区の魅力や課題、地域の現状を考える授業です。



ゆるキャラ担当の4名は人口減少、少子高齢化や観光客が少ないことを分析し、SNSの上手な活用方法を考えた結果、テーマをゆるキャラに設定し、ゆるキャラを活用したイベントの実施や、ゆるキャラ自身がSNS等での発信することによって、町おこしをしたい思いから「イコロ」を制作してくれました。

今後「イコロ」はセターナちゃんとの友達として、活躍いたします。町のホームページにフリー素材として掲載いたしますので、活用が、ぜひよろしくお願いいたします。





※一部抜粋し記載、全ての結果については町ホームページに掲載しています。

# 令和7年度第1回せたな町まちづくりモニターアンケート結果について

せたな町では、町民参加の協働のまちづくりを目指し、町民の皆さまの意見を町政に反映するため、モニター員へアンケートを行っています。今年度のモニター員は15名のご応募がありました。

昨年8月に実施したアンケート内容と結果を報告いたします。

テーマは、「せたな町広報紙・ホームページ・LINE」について実施、モニター員全員から回答をいただきました。また、現在第2回目のアンケートを実施しております。集計が出来ましたら、町ホームページや広報紙でお知らせいたします。

【問1】普段、せたな町に関する情報(事業や行事、お知らせなど)をどのようにして入手していますか。あてはまるものにいくつでも○をつけてください。(複数可)

- 1. 広報せたな 11人
- 2. 議会だより 4人
- 3. テレビ(ローカルニュース・CMを含む) 0人

- 4. ラジオ(ローカルニュース・CMを含む) 0人
- 5. 新聞 0人
- 6. せたな町公式ホームページ 4人
- 7. せたな町公式LINE 13人
- 8. 防災無線 5人
- 9. 回覧板・連絡員配布チラシ 9人
- 10. 町への問い合わせ 0人
- 11. 各公共施設におかれたパンフレット 3人
- 12. 家族・知人・友人 4人
- 13. その他 2人
- 14. 特に情報を得ていない 1人

【問3】町が提供する情報の量について、どのように思われますか。ひとつだけ選んでください。

- 1. 情報量が多すぎる 2人
- 2. 適当 10人
- 3. 情報が不足している 3人

【問6】あなたは「広報せたな」を読んでいきますか。ひとつだけ選んでください。

- 1. すべての記事をじっくり読んでいます 4人
- 2. 関心のある記事だけを読んでいる 10人

- 3. 見出しや写真をざっと見る程度 1人
- 4. ほとんど読まない 0人
- 5. まったく読まない 0人

【問9】あなたは、せたな町ホームページをどのくらい利用していますか。ひとつだけ選んでください

- 1. 日常的に内容を確認している(利用頻度が高い) 2人
- 2. 必要な情報を得たいときにだけ利用している(利用頻度が低い) 8人
- 3. ほとんど利用しない 5人
- 4. 利用したことがない 0人

【問11】どのような情報を知るためにホームページを利用しましたか。(自由記載)

- 検診などの日程確認
- 子育てに関する情報
- せたなのイベントなど
- 給付金等、何かを申請するときのやり方
- 職員の採用情報
- 町のイベントの日程タイムスケジュール
- 観光や、申請書など
- 申請手続きの仕方。役場の開所時間。
- 町の情報を知りたいとき
- イベント

- 1. している 14人
- 2. していない 1人

【問16】あなたは、せたな町公式LINEをどのくらい利用していますか。ひとつだけ選んでください

- 1. 日常的に内容を確認している(利用頻度が高い) 9人
- 2. 必要な情報を得たいときにだけ利用している(利用頻度が低い) 3人
- 3. ほとんど利用しない 1人
- 4. 利用したことがない 0人

【問17】町から配信されている情報で役に立ったものはどれですか?

- 1. ごみの収集日 5人
- 2. 学校給食・幼児給食 3人
- 3. 議会周知 2人
- 4. 健康づくり 3人
- 5. ヒグマ出没 7人
- 6. イベント情報 8人
- 7. 防災情報 6人
- 8. 温泉施設 1人
- 9. 子育て 3人
- 10. 気象情報 3人
- 11. その他 0人

【問20】配信について、具体的に役に立っている点や改善してほしい点があれば教えてください。と連絡が来るのが助かっています。○イベント情報はありがたいです。

- 予約メニューはとても便利です、電話し忘れていても夜でも予約できるところがいいと思います。ラインがあつたらホームページはほとんどみなくても生活できています。
- ゴみの収集日の発信で忘れなくて良い
- イベントの日程が確認できる
- お客様に温泉施設の営業をおしえることができる、できれば料金などのせてほしい
- 給食のメニューはどんなものを食べてるか、家でも作ってみようといつも見えます。
- ごみの情報が前日夜に届くのは、とても助かっています。



# 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31年4月2日から令和2年4月1日までに生まれた児童です。( )内は保護者名です。  
転入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。

※保護者の同意が得られた方のみ掲載しています。

☎ 0137-846260  
教育委員会事務局

新一年生の氏名などにつきましてはこどもたちの  
プライベート情報保護のため、紙媒体のみの掲載  
としています。  
デジタル版には掲載しませんのでご了承ください。

## 令和8年2月8日執行 第51回 衆議院議員総選挙開票結果 (せたな町開票区)

### ◎小選挙区選出議員選挙結果

届出番号	候補者氏名	得票数
1	おおさか 誠 二	1,776 票
2	向 山 じゅん	2,375 票
当日の有権者数	5,827 人	投票総数 4,245 票
投票者数	4,245 人	有効投票 4,151 票
投票率	72.85%	無効投票 94 票

### ◎北海道比例代表選出議員選挙結果

政党等の名称	得票総数
日本共産党	223 票
国民民主党	236 票
中道改革連合	1,146 票
日本維新の会	73 票
社会民主党	44 票
参 政 党	151 票
自由民主党	1,921 票
れいわ新選組	133 票
チームみらい	128 票
日本保守党	42 票
減税日本・ゆうこく連合	22 票
当日の有権者数	5,827 人
投票総数	4,245 票
投票者数	4,245 人
有効投票	4,119 票
投票率	72.85%
無効投票	126 票

## ヘルプマークを知っていますか？

障がい者や難病の方、妊産婦、義足や人工関節、内部障がいなど外見からは配慮が必要なことがわからない方もいます。

このような方々が、周囲の援助や配慮を必要としていることを周囲にわかるようにするマークがヘルプマークです。このマークはストラップ状ですので、カバンなど持ち物につけます。

このマークをつけている方を見かけたときは、席などを譲ったり、困っているようであれば、援助や配慮を心掛け、思いやりのある行動をお願いします。

ヘルプマークの交付を希望される方は、窓口で無料でお渡しできますので各窓口でお申出ください。



問い合わせ先

福祉課障がい福祉係  
瀬棚支所 福祉係  
大成支所 福祉係

☎ 0137-84-5984  
☎ 0137-87-3311  
☎ 01398-4-5511

## 「こども誰でも通園制度」がはじまります

### ■こども誰でも通園制度とは？

令和8年4月から全国の自治体で「こども誰でも通園制度」が始まります。

「こども誰でも通園制度」は、認定こども園や保育所等に通っていない0歳6ヶ月から満3歳までのお子さんを対象に、保護者の就労要件等を問わず、認定こども園や保育所等を一定時間利用できる制度です。

### ■せたな町では？

せたな町でも令和8年4月から開始予定です。

対象：認定こども園や保育所等に通っていない0歳6ヶ月から満3歳までのお子さん

※医療的ケアが必要なお子さんや障がいのあるお子さんの利用については、事前にご相談ください。

実施施設：認定こども園きたひやま・瀬棚保育所・大成保育園

利用方法：午前8時～11時の3時間以内とし、月10時間まで

利用料：1時間 275円（生活保護世帯等は利用料の減免があります）

利用日：土曜日と行事日を除く、開所日

※実施施設の職員体制等によっては、利用できない日もあります。

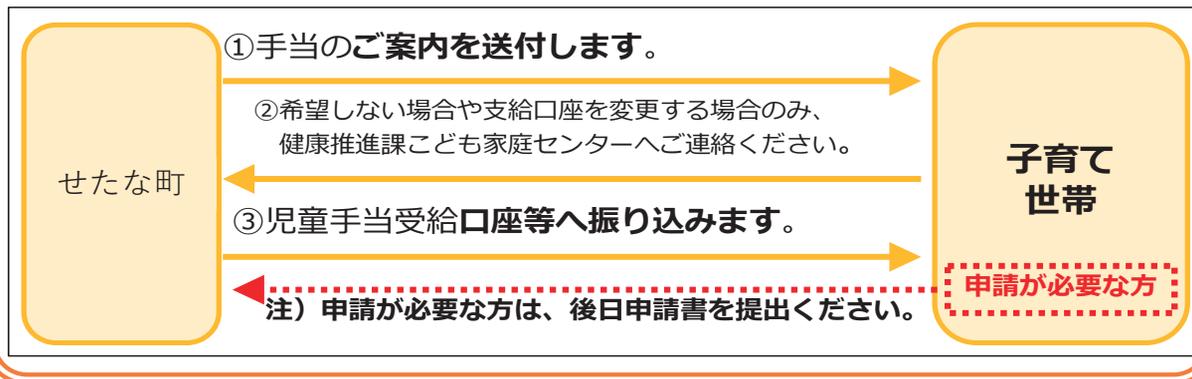
※ご利用までの流れ等の詳細については、町ホームページに掲載する予定です。



## 物価高対応子育て応援手当 対象児童1人につき2万円を1回限りで支給します

■申請は必要ですか？ 原則、**申請は不要**です。

注) 申請が必要な方もいますので、下記をご覧ください。



### 次の方は申請が原則必要です

- 令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童の保護者
- 所属庁から児童手当を受給している公務員
- 10月1日以降に離婚等により児童手当の申請が必要になった保護者

#### ？ うちの子は、対象になるの【対象児童】？

次に記載する児童が対象になります。

- (1) 令和7年9月分の児童手当の支給対象児童（※令和7年9月の出生児童は10月分）
- (2) 令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童

#### ？ だれがもらえるの【支給対象者】？

上記（1）の児童手当受給者、または上記（2）の保護者のうち生計を維持する程度の高い者

#### ？ いつもらえるの【支給時期】？

4月から順次支給を開始予定です。※申請が必要な方は支給時期が異なる可能性があります。入金の確認ができなかった場合は、こども家庭センターまでお問い合わせください。



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）

## 入学・就職・転勤等による引っ越しで、住所を移動される方は 「正確な住所の届出」が必要です！

- 住民票の住所の異動届（転出・転入・転居など）は、国民健康保険及び国民年金の資格の確認や、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。
- マイナンバーカードには、最新の住所を記載する必要があります。引っ越し先の市区町村にマイナンバーカードを持参し、必要な手続きを行ってください。
- 「転出届」はマイナポータルを通じてオンラインで提出できます。

(正当な理由がなく住民票の異動の届出をしない場合、5万円以下の過料に処されることがあります。)

※ 詳しくは担当又は総務省ホームページへ



問い合わせ先

町民課戸籍年金係

☎ 0137-84-5113 (直通)

## 防災行政無線のお知らせ

せたな町では、防災行政無線を使い災害時の緊急放送や日常の行政情報をお知らせしていますが、転入・転出される場合の注意点をお知らせします。

### ■転入される方へ

戸別受信機は、1世帯に1台を無料でお貸ししておりますので転入されたときは、申請をしてください。

※今現在、ご家庭に戸別受信機が設置されていない方についても、無料で貸出をしておりますのでご連絡ください。

### ■転出・転居される方へ

転出される方は、貸出している戸別受信機を返還してください。また、せたな町内で転居される場合は、受信設定の変更が必要になる場合がありますので、担当へご確認ください。



### 故障かなと思う前に確認しよう！

放送が入らないときは、次のことを確認してください。

- 電源ランプは点灯していますか？
- 電源スイッチが入っていますか？
- 電源ケーブルをきちんとコンセントに差し込んでいますか？
- アンテナは伸ばしていますか？
- 屋外アンテナを設置している場合、ケーブルがきちんと接続されていますか？
- Wi-Fi 機器やテレビ等の近くに設置している場合も受信状況が悪くなる場合があります。

※上記以外の場合は故障が考えられますので、担当までご連絡ください。

問い合わせ先

総務課防災係  
瀬棚支所庶務係  
大成支所庶務係

☎ 0137-84-5111  
☎ 0137-87-3311  
☎ 01398-4-5511

## 民生委員・児童委員が一齐改選

任期満了に伴い、令和7年12月1日付けで民生委員・児童委員及び主任児童委員が次のとおり一齐改選されました。

新たな任期は、令和7年12月1日から令和10年11月30日までの3年間となります。心配ごとがある時は、身近な相談者として地域の民生委員へご相談ください。



### ●北檜山区 市外局番 (0137)

氏名	担当区域	電話
鎌田 郁美	新町	84-5597
村田 鈴子	緑町	84-6780
森山 ヤエ子	寿町・長洲	84-4916
大森 美恵子	寿町	84-5690
大串 忠信	元町	86-0398
山本 剛章	本町・中央町	84-5135
原田 まさ子	徳島・松岡	84-5266
工藤 豊	豊岡・兜野	84-4208
本田 孝行	丹羽	84-5623
佐竹 雄志	西丹羽	84-4387
江口 君夫	東丹羽・小倉山	84-6125
松林 良子	若松市街	85-1346
坂井 富士雄	下若松・栄	85-1426
近藤 芳美	二俣・上若松・小川	85-1659
加藤 忠光	富里・濁川	85-1468
大脇 和弘	愛知	84-4317
久保 泰史	太櫓・共和	85-1703
太田 恵子	新成	86-0313

### ●瀬棚区 市外局番 (0137)

氏名	担当区域	電話
成田 憲一	北島歌1・2区	87-2354
目名形喜代子	島歌1・2・3区	87-3587
古畑 郁子	元浦1・2・3・4区	87-3452
山内 微和	三本杉	87-3367
福井 富志子	本町1・2区	87-2109
尊保 和仁	本町4区	87-2269
桂田 富次	本町3・5区	87-3421
小町 美津子	本町6区	87-3604
山崎 順子	本町7区	87-2297
鶴入 泰宏	本町8区	87-3488
大池 法光	本町9・10区	87-3851
森垣 聡	東大里1・3区、西大里	87-2141
関 幸子	東大里2区、共和、南川	87-2074

### ●大成区 市外局番 (01398)

氏名	担当区域	電話
佐藤 勉	太田	4-5978
木村 一夫	富磯	4-5737
佐藤 昌	上浦	4-5345
羽二生延行	都	4-5135
石原 廣純	都	4-5308
山崎 光和	本陣	4-5168
光銭 浩	久遠西部	4-5170
稲船 加代子	久遠東部	4-5520
吉田 裕喜子	花歌	4-6084
阿部 育男	宮野	4-5727
門間 智明	平浜・貝取澗	4-5336
佐野 敏一	長磯	4-5065

主任児童委員は、民生委員・児童委員のうち、子どものことを専門的に担当する委員です。いじめや子育ての不安、様々な子どもに関する相談・支援を行っています。

### ●主任児童委員

氏名	電話
鶴間 真智子	0137 - 84 - 5027
間宮 初美	0137 - 84 - 5128
笹原 昌子	090 - 3390 - 7499
藤谷 久子	01398 - 4 - 5926

問い合わせ先

福祉課社会福祉係

☎ 0137-84-5984 (直通)

## 税金の納付は 一度の手間で安心・確実な口座振替がおすすめです

金融機関の預貯金口座から、毎月自動的に引き落とす口座振替は「納め忘れ」の心配がない、とても便利な納付方法です。

「納めに行く時間がない・・・」「金融機関が遠くて、行くだけでも大変・・・」と、お困りの場合は、令和8年度の納付書が届く前、今からすぐにでも申込みができます。手続ができる金融機関、手続に必要なものは次のとおりです。是非、ご活用ください。

### ■口座振替の手続きができる金融機関

渡島信用金庫、新函館農業協同組合 せたな中央支店、ひやま漁業協同組合、全国のゆうちょ銀行または郵便局

### ■手続き方法

金融機関窓口で受け付けています。(役場で受付はできません。)通帳、印鑑をご持参ください。(詳しくは、各金融機関でご確認ください。)



問い合わせ先

税務課徴収係

☎ 0137-84-5112 (直通)

# こんにちは！地域包括支援センターです

## ～せたな町生活サポートセンターについて～

せたな町では、住み慣れた地域で暮らし続けることができるように、地域の課題になっていることや、あったらいい支え合いの仕組みなどを検討する機会として、生活サポートセンター運営協議会を開催しています。

【協議会での検討により、平成29年から創設されたサービス】



創設されたサービスに伴い、様々なボランティア（ささえ合い推進員）が活躍しています！！

サービス内容を知りたい方や、ボランティア活動に興味がある方は地域包括支援センターへご連絡ください。

問い合わせ先

せたな町地域包括支援センター

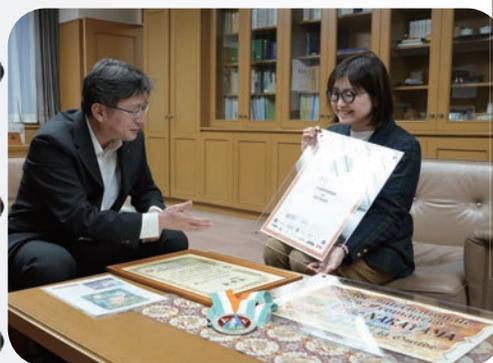
☎ 0137-84-5699  
FAX 0137-84-5065

地域おこし協力隊として㈱マウニーテイル（CHEESEDOM（チーズダム））へ事業所派遣中の中山恵里子隊員が1月20日に町長へ活動報告を行いました。

中山隊員は昨年10月にスイスで開催された、世界で最も権威のあるコンテストのひとつ「ワールドチーズアワード」において、出品したカマンベールチーズ「瀬棚」がブロンズ賞を受賞。（昨年度はスーパーゴールド賞を受賞）さらにアメリカのチーズ専門誌「カルチャー」にて世界のチーズベスト65に日本のチーズで唯一「瀬棚」が選出されました。

また、国内でも10月に東京で開催された「オールジャパンナチュラルチーズコンテスト」で優秀賞を受賞、チーズ業界に貢献した事が認められフランスのギルドインターナショナル協会に叙任されました。

世界でいちばん海に近いチーズ工房「CHEESEDOM」は、2022年に三本杉でスタート、わずか3年で様々な賞を受賞しております。



今後は自身が作る乳製品、すべてをせたな産食材を使用した作品づくりへのチャレンジや、食育にも目をつけており、こどもたちの学校給食へ取り入れることやチーズ作り教室を展開することでチーズへの興味を持ってもらいたいと考えております。

最後に、世界大会で「瀬棚」と名付けられたチーズが受賞したことにより、瀬棚の名前を世界に出すことができたのがうれしく、これからも海のそばでチーズ作りを続けていきたいと笑顔で報告しておりました。

カマンベールチーズ  
「瀬棚」受賞報告

# セールスドライバー募集

職種（正社員）セールスドライバー

- 8割が未経験
  - 充実したサポートで安心
  - 収入もプライベートも充実
  - 月給198,060～216,790円 週5日以上
- お問い合わせはお気軽にヤマト運輸応募受付センターまで  
0120-993-225

(有料広告)



## 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



〈給付型の奨学金について〉  
～修学年数と同年数働くことで返還不要～

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)

## 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）

# 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

■再び注目されつつある再生可能エネルギー

いま、再生可能エネルギーが必要とされる理由やカーボンニュートラル社会を目指す世界的な流れや日本国内のエネルギー事情も踏まえて紹介いたします。

日本は天然資源に乏しく化石燃料を中東諸国からの輸入がメインとなつていきます。限りある資源であることから、このままの消費ペースだと約50年が程度と言われていることもあり、創出できるエネルギーとして「再生可能エネルギー」が注目されて、環境維持や将来世代への負担軽減を図ることも可能となります。

また、近年まで国内では原子力発電に依存していましたが、2011年3月に発生した東日本大震災での福島第一原子力発電所での事故をきっかけとして、原発に依存したエネルギー生産の転換を図る大きな転機となり、安全で安定供給ができる再生可能エネルギーの更なる普及が不可欠ではないかと言われるようになりました。

再生可能エネルギーのなかでも比較的安定供給ができる風力発電は、町内でも大きく事業展開されています。せたな町が位置する日本海は

一定の風力を獲得できることから、2004年に日本初となる洋上風力発電の運転開始をしております。これを境に町内で民間の大規模発電事業が営まれるようになり、昨年7月には檜山沖の海域が促進区域に指定されたことから、今後さらにせたな町を含め、檜山地域では風力発電事業が整備され活発になることが想定されています。

次に太陽光発電は企業だけではなく個人の家庭でも多く導入されているのが見受けられようになってきています。

太陽光発電の強みは災害・緊急時に一部の電気を非常用電源として賄うことができ、遊休地や建物の屋根などに設置するだけで発電することができるので比較的再生可能エネルギーの中では導入しやすいものとなっております。反対に積雪地域では太陽光発電パネルに雪が積もり、大きく発電量が減少してしまい、天候に左右されがちなのがデメリットとして考えられています。

その他にも廃棄物の再利用や農業・林業の副産物をエネルギーに変換する「バイオマス発電」、地球の内部から発生する地熱を利用する「地熱発電」、水の流れや落下を利用して発電機を回して発電する「水力発電」と様々あ

ります。

これからの地球環境を考えたときに再生可能エネルギーの普及による自給率の向上は欠かすことができないと思っております。地域全体で導入を進めていくことが将来への持続可能な未来へと繋がると思われています。







管理栄養士 米川美里の

## 今月の旬なレシピ

### 3月の旬は 春キャベツ です



#### 3月の旬な食材「春キャベツ」

一年中栽培されていますが、季節ごとに特徴があります。冬キャベツは葉がしっかりと巻いていて、甘みがあり煮込み料理に最適です。春キャベツは巻きがゆるく、葉が柔らかいので生食に向いており、みずみずしいのが特徴です。夏場は高冷地で栽培される夏秋キャベツが出回ります。また北海道では、秋に収穫したキャベツを雪の中で保存する「越冬キャベツ(雪の下キャベツ)」があり、甘みが強いことが特徴です。春キャベツは、普通のキャベツより1.2倍ビタミンCが多く含まれています。他にカリウム、マグネシウムなどのミネラルや葉酸、食物繊維が含まれています。また、キャベツから発見されたビタミンUは「キャベジン」とも言われ、胃酸の分泌を抑制、粘膜を保護して胃炎などの炎症を抑えて回復される働き、胃潰瘍や十二指腸潰瘍など胃腸障害を予防・改善する働きがあります。



#### 揚げないメンチカツ (3人分)

- ・合い挽肉 180g
- ・絹豆腐 150g
- ・キャベツ 100g
- ・玉ねぎ 80g
- ・卵 50g

油で揚げないのでヘルシー！キャベツと豆腐でボリュームたっぷりな一品です。

- ・パン粉 50g
- ・片栗粉 20g
- ・濃い口醤油 12g
- ・塩 少々
- ・胡椒 少々
- ・中濃ソース お好みで

#### 栄養成分(1人分)

エネルギー：277kcal / たんぱく質：18.7g / 脂質：14.5g / 炭水化物：22.1g  
塩分：0.9g / 糖質：19.6g / ナトリウム：400mg / カリウム：400mg

#### ・作り方・

- ① フライパンにパン粉30gを入れ、きつね色になるまで炒る。
- ② 絹豆腐は、ペーパータオルに包んで1時間ほど置いておく。
- ③ キャベツは粗みじん切り、玉ねぎはみじん切りに切る。切り終わったら、片栗粉をまぶす。
- ④ ボウルに②の絹豆腐、合い挽肉を入れしっかり混ぜる。
- ⑤ ④に③のキャベツと玉ねぎ、残りのパン粉20g、濃い口醤油、卵、塩、胡椒を入れしっかりと混ぜる。
- ⑥ 広げたクッキングシートに⑤を入れ、上下の端を重ね合わせるようにして2回折りたたみ、端をねじるようにして包んで端は上に向ける。
- ⑦ フライパンに⑥を並べ入れ、隙間から水(分量外:200ml)を加える。中火で熱し、煮立ったら弱火にしてふたをする。10~15分程蒸らす。(加熱時間はあくまで目安です。足りない場合は様子を見て時間を追加してみてください。)
- ⑧ ⑦のフライパンから⑥を取り出し、クッキングシートを広げ①のパン粉をふりかけたら完成。

#### 3月7日は「メンチカツの日」

関西地方で「メンチカツ」のことを「ミンチカツ」と呼ぶところも多く、「3(み)」と「7(しち)」を「ミンチ」と読む語呂合わせからきています。また、3月は受験シーズンもありメンチ「カツ」で受験に勝つという願いも込められ制定されたと言われています。

メンチカツの由来は、はっきりとした説はないのですが、「メンチ」はひき肉を意味する英語「mince(ミンズ)」が「ミンチ」となり、「カツ」は英語で「cutlet(カットレット)」に由来する「カツレット」の短縮形とされ、「メンチ」と「カツ」を合わせた語が、「メンチカツ」の由来と言われています。明治時代東京の洋食店が「ミンズミートカツレット(挽肉のカツレット)」として販売されたのが起源とされており、関東から関西へ渡り全国へ広まったと言われています。日本独自日本生まれの洋食になります！



## 保健師からの健康アドバイス

# 3月は自殺対策強化月間です

自殺予防は誰もが心掛け取り組むべき問題です。身近な人々の変化に気づき、支え合うことが予防に繋がります。困った時や、悩んでいる時には迷わず相談をしましょう。自分一人で抱え込まず、適切な支援を受けることで、命を守ることができます。

今月の担当は  
小寺 美優 です



### こんなサイン気を付けて

#### 【言葉や態度の変化】

「死にたい」「もう何もしたくない」など、命に関わる言葉を口にする  
「どうせ無駄だから」など、希望を完全に失ったような発言をする  
以前とは違い、極端に明るく振る舞うようになる

#### 【感情の不安定さ】

急に落ち込む、怒りっぽくなる、感情が不安定になる  
極度に孤立し、誰とも会話をしなくなる

#### 【行動の変化】

社会的に引きこもりがちになる  
物理的に力を抜いて無気力になり、何事にも無関心になる  
普段とは違って、物理的な危険を伴う行為（無謀な運転など）を取る



### 「話を聞く」ことが安心に

自殺のリスクが高い人々にとって、最大の救いは「話を聞いてもらうこと」です。誰かに心の内を話すことで、気持ちが軽くなることがあります。自分の気持ちを理解してもらえると安心感、思いとどまるきっかけになることも多いです。

- ・最後まで遮らずに聞く
- ・「話してくれてありがとう」と伝える
- ・無理に励まさない、評価や否定をせずまずは聞く
- ・「最近どう？」と日常的に声をかける
- ・解決しようとせず、気持ちに寄り添う



### 自分自身も大切に

日常的にストレスを減らす工夫が効果的です。過度なストレスを溜め込まないようにしましょう。

#### 【適度な休息と趣味を持つ】

定期的にリラクゼーションできる時間を確保し、心身の健康を維持しましょう。趣味を持つことも心の安定に役立ちます。

#### 【運動や食生活の改善】

健康的な食生活と適度な運動は、心の健康にも良い影響を与えます。

#### 【社会的つながりを大切にする】

友人や家族、同僚との会話や交流は、孤独感が軽減します。定期的に連絡を取り合い、支え合うことが重要です。

### こころの健康チェック

最近2週間の様子について当てはまるほうにチェックを付けてみてください。（カッコ内）は点数です。

1. 毎日の生活が充実していますか？	はい (0)	いいえ (1)
2. これまで楽しんでやれていたことが、今も楽しんでできていますか？	はい (0)	いいえ (1)
3. 以前は楽にできていたことが、今では億劫に感じられますか？	はい (1)	いいえ (0)
4. 自分は役に立つ人間だと考えることができますか？	はい (0)	いいえ (1)
5. わけもなく疲れたような感じがしますか？	はい (1)	いいえ (0)
6. 死について何度も考えることがありますか？	はい (1)	いいえ (0)
7. 気分がひどく落ち込んで、自殺について考えることがありますか？	はい (1)	いいえ (0)
8. 最近ひどく困ったことや、つらいと思ったことがありますか？	はい (1)	いいえ (0)

1～5の項目で2点以上

6～7の項目で1点以上

8の項目で「はい」と答えた方

→ いずれかに該当する時は、専門家（医師・保健師等）への相談をおすすめします。



もし、周囲に気になる人がいる、自分が今悩んでいると思ったら・・・  
公的な電話相談先もあります。電話ではなく、SNS等のチャット機能を用いた相談ができるものもありますので、厚生労働省のホームページをご確認ください。

#いのちSOS

☎0120-061-338 (24時間対応)

よりそいホットライン

☎0120-279-338 (24時間対応)

せたな町健康センター保健師

☎0137-84-5115

厚生労働省HP  
「まもろうよこころ」



## 初心者スキー教室を開催



1月8日・9日・14日・15日の4日間、丹羽スキー場で、せたな町教育委員会主催による初心者スキー教室が行われ、のべ35人が参加しました。

教室は、せたなスキー協会の協力により、スキー初心者の児童を指導していただきました。

スキー協会の指導により、最終日には全員が斜面を1人で滑れるようになり、さらにスキーが好きになった様子でした。

## 北檜山剣道スポーツ少年団大健闘！

1/17

1月17日（土）、北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル森で「第14回小学生低学年剣道交流大会」が開催され、渡島・檜山管内の小学校3年生以下の子どもたちが熱い試合を繰り広げ、次の部門で優秀な成績をおさめました。

【種目】  
個人戦

【成績】

小学校3年生男子の部  
優勝 竹田 航生  
準優勝 中居 優真

小学校2年生男子の部  
第3位 佐藤 健士朗



1/17

## 子ども体力チャレンジ祭り開催



1月17日（土）、せたな町民体育館で令和7年度子ども体力チャレンジ祭り「体力・運動能力テスト」が行われました。

このテストは、文部科学省が実施する「新体力テスト」を基に毎年行われているもので、結果はさまざまな統計などにも活用されます。

当日は24人の子どもたちが参加し、過去の最高記録や自分の記録を意識しながら6種目の体力測定にチャレンジしました。

## デジタル広報紙「ほっかいどう」を公開しました

北海道では、北海道の魅力や道内各地域の取り組みを、映像、音声により、わかりやすくお届けするデジタル広報紙「ほっかいどう」について、このたび、新たなコンテンツ（Vol.2）を公開しました。

- ・特集：「あいにく」が教えてくれる犬猫たちとの幸せな暮らし方（北海道動物愛護センター、愛称「あいにく」）
  - ・地域情報：14（総合）振興局地域の魅力やイベント等
- URL：<https://digital-kohoshi-hokkaido.pref.hokkaido.lg.jp>



## まなびっく 春季「技能講習」受講生を募集します！

種 類	開催日	受講料	申込締切日
玉掛け技能講習（定員10名）	4月22日（水）～ 24日（金）	30,805円 （テキスト代含む）	4月13日（月）

申込は先着順となります。

申込・お問合せ：電話またはホームページからの事前予約となります。詳しくは下記にお問合せ下さい。

※申込が少ない場合は、中止することがあります。

### 申込及び問合せ先

（一社）檜山地域人材開発センター ☎（0139）52－0160 FAX（0139）52－0188  
【公式HP】檜山地域人材開発センター運営協会まなびっく [hiyama-manabikku.or.jp](http://hiyama-manabikku.or.jp)



## 令和8年度（第1回）北海道警察官採用試験案内

### ◆試験区分及び受験資格

学歴	A区分	学校教育法による大学（短期大学を除く。）等を卒業した者 （令和9年3月末日までに卒業見込みの者を含む。） ※高度専門士の称号を取得又は令和9年3月末日までに取得見込みの者を含む。
	B区分	A区分以外の者（学校教育法による高等学校に在学中の者を除く。）
年齢	平成6年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた者	

◆採用予定人数 男性警察官（A区分140名程度 B区分40名程度）

女性警察官（A区分50名程度 B区分20名程度）

◆受付期間 令和8年3月1日（日）から4月10日（金）17時まで

### ◆第1次試験

試験日	4月26日（日）		
試験内容	A区分	教養試験、論文試験、適性検査	試験地 函館、札幌、千歳、室蘭、苫小牧など 道内16か所、道外2か所
	B区分	教養試験、作文試験、適性検査	

### ◆第2次試験（第1次試験合格者対象）

試験日	6月上旬から6月中旬	試験内容	口述試験、体力試験、身体検査
-----	------------	------	----------------

◆最終合格者の発表 令和8年7月17日（予定）

◆採用予定 令和8年10月1日以降（卒業見込者は令和9年4月1日以降）

問い合わせ先 せたな警察署 警務課警務係 ☎（0137）84－6110

## バス運転手合同就職相談会

近年、地域交通を支えるバス事業者等においては、運転手の高齢化や人材不足が深刻化しており、地域住民や観光客にとって必要な路線の維持が困難となっています。

道南地域公共交通活性化協議会と函館地区バス協会は、バス運転手の業務に興味・関心のある方や就職・転職を検討されている方を対象に、就職相談会を開催します。バス会社8社が個別ブースを設け、採用条件や育成制度など各種相談を受け付けます。

未経験の方や大型二種免許未取得の方もお気軽にご相談ください。（相談無料・予約優先）

■日 時 令和8年3月15日（日） 8：30～16：30

■場 所 渡島総合振興局3階講堂

■予約方法 3月12日（木）までに渡島総合振興局ホームページの  
参加申込みフォーム又は電話によりお申込みください。

※詳しくは、渡島総合振興局HP（下記2次元バーコード）をご覧ください。



渡島総合振興局HP



参加申込みフォーム



### 問い合わせ先

渡島総合振興局地域政策課 ☎（0138）47－9431

## 海上保安学校（特別）学生・海上保安官募集

令和8年10月期入学の海上保安学校学生と令和9年4月期採用の海上保安官を募集します。  
受験申込みは、インターネットにより行ってください。なお、受験料はかかりません。

### ◎採用試験の日程等

		海上保安学校学生採用試験（特別）	海上保安官採用試験
受付期間		3月2日（月）9：00～3月23日（月）受信有効	2月19日（木）9：00～3月23日（月）受信有効
第1次	試験日	5月10日（日）※5月29日（金）合格発表	5月24日（日）※6月24日（水）合格発表
	試験地	札幌市・函館市・小樽市・旭川市・釧路市	札幌市
第2次	試験日	6月3日（水）～6月24日（水）	7月7日（火）～7月14日（火）
	試験地	小樽市	
最終合格発表		7月24日（金）9：00	8月12日（水）9：00
受験資格		①令和8年4月1日において高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して13年を経過していない者	①平成8年4月2日以降に生まれた者で大学（短期大学を除く、以下同じ）を卒業した者
		②令和8年9月までに高等学校又は中等教育学校を卒業する見込みの者	②令和9年3月までに大学を卒業する見込みの者
		③人事院が上記と同等の資格があると認める者	③人事院が上記と同等の資格があると認める者
採用予定数		約260名	約30名
※採用予定数は変動することがあります。			
採用予定日		令和8年10月	令和9年4月

海上保安庁の業務及び海上保安学校、海上保安大学校の詳細は、海上保安庁ホームページ又は人事院ホームページをご覧ください。



海上保安庁HP



人事院HP

問い合わせ先 第一管区海上保安本部総務部人事課 ☎ (0134) 27 - 0118  
 海上保安庁ホームページ <https://www.kaiho.mlit.go.jp/recruitment/>  
 人事院ホームページ <https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html>

## 講習会受講者募集

建災防江差分会では、有資格者の充足を図るため、次のとおり講習会を開催いたします。

### ◎職長・安全衛生責任者能力向上教育◎

- 日 時 令和8年3月24日（火） 8：55～16：00
- 学科会場 檜山建設会館（江差町字円山 299-15）
- 受講料 11,000円（税込）
- 申込期間 2月2日（月）～3月13日（金）（定員30名）

### ◎職長・安全衛生責任者教育◎

- 日 時 令和8年3月30日（月）～31日（火） 8：45～17：55
- 学科会場 檜山建設会館（江差町字円山 299-15）
- 受講料 22,660円（税込）
- 申込期間 2月2日（月）～3月13日（金）（定員30名）

### ◎不整地運搬車運転技能講習◎

- 日 時 令和8年4月14日（火）～15日（水）  
8：45～18：00頃
- 会 場 【学科】檜山建設会館（江差町字円山 299-15）  
【実技】乙部町（学科時にお伝えします）
- 受講料 38,830円（税込）
- 申込期間 2月2日（月）～4月3日（金）（定員20名）

問い合わせ先  
建災防江差分会 ☎ (0139) 52 - 1813

## 融雪について

気温が上がってくると、積雪が解ける現象である「融雪」により、災害が発生するおそれがあるため、「なだれ注意報」や「融雪注意報」、「洪水注意報・警報」で注意を呼び掛けています。最新の防災気象情報は、気象庁ホームページで確認できます。



気象庁ホームページ  
「渡島・檜山地方の  
防災気象情報」



気象庁

## 石綿による疾病の労災補償・救済について

中皮腫や肺がんなどを発症し、それが労働者として石綿ばく露作業に従事していたことが原因であると認められた場合には、労働者災害補償保険法に基づく各種保険給付や石綿による健康被害の救済に関する法律に基づく特別遺族給付金が支給されます。

石綿による疾病は、石綿を吸ってから非常に長い年月を経て発症することが大きな特徴です。

中皮腫などで亡くなられた方が過去に石綿業務に従事されていた場合には、労災保険給付等の支給対象となる可能性がありますので、最寄りの労働基準監督署又は都道府県労働局にご相談ください。

問い合わせ先

北海道労働局労働基準部労災補償課

☎ 011 - 709 - 2311

## 財務専門官募集

財務省北海道財務局では、財政・金融等のプロフェッショナルとして活躍する財務専門官を募集しています。

### 【受験資格】

・平成8年4月2日から平成17年4月1日生まれの者  
・平成17年4月2日以降生まれの者で大学を卒業する見込みの者など別に定める者

### 【申込受付期間】

申込みはインターネットにより行ってください。  
2月19日(木)9時から3月25日(月)【受信有効】  
申込専用アドレス  
<https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

### 【第1次試験日】

令和8年5月24日(日)



問い合わせ先

北海道財務局人事課人事係

☎ (011) 709 - 2311 (内線 4252)

## 後期高齢者医療制度のお知らせ ～運営協議会委員の募集について～

北海道後期高齢者医療広域連合では、住民の皆様の代表として、制度の運営に関する重要事項を審議していただく運営協議会委員を募集しています。

【応募資格】道内在住の満18歳以上の方

(ただし、議員や公務員等を除く)

【募集人数】5名

【任期】令和8年7月から2年間

(開催は年2回を予定しています)

【応募方法】北海道後期高齢者医療広域連合及び市区町村窓口にある応募要領を参照してください

【応募締切】令和8年4月30日(木)

【選考】選考委員会を設置し、提出された小論文等により総合的に委員を選考します

【報酬など】1日につき5,000円の報酬と旅費を支給します

問い合わせ先 北海道後期高齢者医療広域連合

札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階

☎ (011) 290 - 5601

## やってみませんか！スマホでの確定申告

スマートフォンがあれば、ご自宅から国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用して申告書を作成できます。自動計算のため計算誤りがなく、マイナンバーカードを使えば、作成したデータはそのままe-Taxで送信できますので、とても便利です。

申告期限が近づきますと確定申告会場は大変混雑しますので、ぜひご自宅からスマートフォンでの確定申告をご利用ください。なお、税務署での申告を希望される方は、申告関係書類のほか、次の3点をご持参ください。①スマートフォン、②マイナンバーカード、③マイナンバーカードのパスワード2つ(署名用電子証明書、利用者証明用電子証明書)、またはID・パスワード

※マイナンバーカード及び電子証明書の有効期限にご注意ください。

### ○確定申告の納付は、「振替納税」が便利です!

『振替納税』を利用すると、金融機関や税務署に出向くことなく、振替日に自動でご自身の預貯金口座から引き落としされます。また、一度手続を行うと継続してご利用いただけます。

令和7年分の確定申告で『振替納税』を利用したい場合、ご利用される税目(所得税・消費税)の納付期限内に確定申告書と「振替依頼書」を提出する必要があります。

また、『振替納税』以外にも、ダイレクト納付、インターネットバンキング、クレジットカード納付、スマホアプリ納付及び二次元コードによるコンビニエンスストア納付がありますので、是非ご利用ください。

※詳しくは、国税庁ホームページの「確定申告特集」をご覧ください。

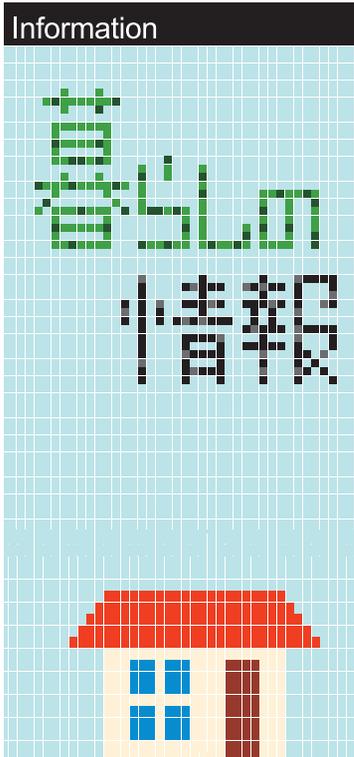
税目	確定申告期限(納付期限)	振替納付日
申告所得税	令和8年3月16日(月)	令和8年4月23日(木)
個人事業者の消費税	令和8年3月31日(火)	令和8年4月30日(木)

国税庁ホームページ  
はコチラ! →



問い合わせ先 八雲税務署

☎ (0137) 63 - 2148



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13日(金)  
・4月10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

### 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  
3月11日(水) 10時〜12時
- 予約締切  
3月9日(月)
- ※先着4名まで
- 場所 / 町民ふれあいプラザ
- 担当相談員  
司法書士 森 奈津美

●総務課総務係  
☎01377845111

### 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。

- 日時 / 3月12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  
☎01377632168

お知らせします

### 宮野駐在所の統廃合について

現在の宮野駐在所は、平成18年に建築され運用して参りましたが、地域の実情に鑑み、令和8年3月末日をもって廃止し、大成駐在所に統合することになりました。

これまで地域住民に支えていただき運用することができましたこと、厚く御礼申し上げます。

せたな警察署では、今後とも地域の安全安心に尽力してまいりますので、ご理解とご協力のほどお願い致します。

なお、事件・事故で緊急の場合は「110番」通報をお願いします。

- 統合先 大成駐在所
- 住所 大成区都239番地1
- 電話  
0139845454

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時などは、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  
・自動車を買ったとき  
・自動車を売却したとき

※令和8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。

●変更登録が間に合わない時は道税ホームページの「自動車税種別割住所変更手続」から納税通知書の送付先変更をしてください。

- 札幌道税事務所自動車税部  
☎0117461190

お知らせします

### ほくでんネットワークからお知らせ

2026年5月から、引越などによる電気の使用は、ほくでんネットワークによる電気メーターの通電(遠隔操作)が必要となります。希望日から電気を使用するためには、まず、契約を希望する電力会社へ使用開始の手続き

を済ませることがポイントです。

ほくでんネットワークは、電力会社からの申込みを受けて使用開始日までに通電(遠隔操作)を行います。電気の使用が決まったら電力会社へ早めの手続きをお忘れなく。

ほくでんネットワーク(株) 八雲ネットワークセンター  
☎01200660913 (ガイダンス5)

### 町長の主な動静

- 1日 真駒内神社元旦祭
- 3日 大成消防団出初式
- 5日 瀬棚消防団出初式
- 6日 榎山消防団出初式
- 7日 せたな町新年交礼会
- 8日 人権擁護委員委嘱状交付式
- 12日 衆議院議員向山じゅん「ともに道南の未来を語る会」
- 13日 移動町長室(瀬棚区) 杉の子林業グループ通 常総会
- 15日 産業担い手育成事業奨励金交付式
- 16日 第1回全員協議会
- 19日 第1回議会臨時会、町内会連絡協議会研修会
- 22日 TMG・AMGグループ病院訪問(埼玉県)
- 23日 IMS病院本部挨拶、第18回B&G全国サミット(東京都)
- 28日 第2回議会臨時会、第2回政策調査特別委員
- 30日 医療機関挨拶回り(札幌市)

## 戸籍の窓口

(1月1日～1月31日届出)



### お誕生おめでとう

○山崎 瑠音くん (勝裕) 若松

### おくやみ申し上げます

- 澤谷 大史さん (48歳) 新成
- 佐藤 孝一さん (95歳) 二俣
- 平賀 実さん (75歳) 若松
- 坂上トク子さん (97歳) 富里
- 結城 和子さん (81歳) 丹羽
- 原田富士男さん (73歳) 西丹羽
- 小野サツキさん (99歳) 豊岡
- 牧 早苗さん (64歳) 北檜山
- 長坂 キンさん (81歳) 太田
- 大野 祥子さん (77歳) 富磯
- 高田 春代さん (91歳) 長磯
- 斉藤ゆき子さん (77歳) 島歌
- 三浦 邦夫さん (84歳) 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8年1月末現在 (前月比)		
人口	6,429人	(- 20)
北檜山区	3,946人	(- 14)
大成区	1,056人	(- 5)
瀬棚区	1,427人	(- 1)
男	3,054人	(- 5)
女	3,375人	(- 15)
世帯	3,697世帯	(- 4)

先月発行の広報せたな2月号12ページ「後期高齢者医療制度のお知らせ」の記事に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

- 誤【1年分の自己負担額の計算期間：  
令和5年8月1日～令和6年7月31日】
- 正【1年分の自己負担額の計算期間：  
令和6年7月1日～令和7年7月31日】

## 次回 移動町長室 Move mayor room

### 3月10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

### 『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

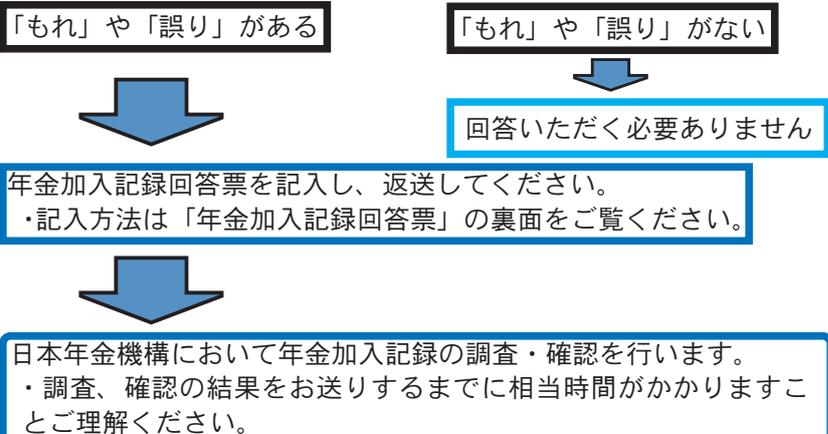
区分	送付形式	内容	備考
毎年 (節目の年以外)	はがき	直近1年間の情報	被保険者の誕生月に郵送
		これまでの加入実績に応じた年金額 年金見込額	
節目の年	封書	全期間の年金記録情報	被保険者の誕生月に郵送
		これまでの加入実績に応じた年金額 年金見込額	

### ◎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



### 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

3年ぶりの開催

第33回大成スキー大会が開催

Koho - kenbunroku

▼元気いっばいに選手宣誓！



▼会場から「かわいい～」と歓声が



▼大人だって負けていられません！圧巻のスピードにカメラが追いつきません



▼滑り終わって最高の笑顔です♪



1月24日（土）第33回大成スキー大会（大成スキー協会主催）が開催されました。今年は積雪量も十分で3年ぶりの待ちに待った大会となりました。

途中、何度か雪が強くなる場面もありましたが、ゲレンデの状態は良好で、皆さん素晴らしい滑走を見せていました。

競技終了後は、豪華景品が当たるお楽しみ抽選会で盛り上がり、最後は特製の豚汁を食べて冷えた体を温めました。

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/>

