

まちの行事予定

1月

6	木 先負	◆3か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診、5歳児健診
7	金 仏滅	◆いきいき元気クラブ（ふまねっとクラブ）
8	土 大安	
9	日 赤口	◆日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221
10	月 先勝	成人の日
11	火 友引	◆いきいき元気クラブ(イストレ)
12	水 先負	◆ロタウイルス、B型肝炎、ヒブ、小児肺炎球菌、四種混合、日本脳炎予防接種（乳幼児）（受付）13:10～13:30 としべつ ◆日本脳炎(小学生以上)/ジ ンテリヤ・破傷風(小6)/おたふく予防接種（小中学生）（受付）15:30～15:50 としべつ
13	木 仏滅	
14	金 大安	◆いまカフェ（実施）13:30～15:00 としべつ
15	土 赤口	
16	日 先勝	◆日曜当番医 道南口イナル病院 ☎84-5011
17	月 友引	
18	火 先負	
19	水 仏滅	◆BCG、麻しん風しん混合、水痘、おたふく予防接種(乳幼児)（受付）13:10～13:30 としべつ
20	木 大安	

お知らせ

まちの行事予定については、広報発行日前までに決まっている行事を掲載しておりますが、予定が変更になる場合もございます。

お出かけ前に各施設等に確認の上、ご利用くださいませうお願いいたします。

◆健診のおしらせ◆(●実施予定日：1月6日、2月3日 ●場所：としべつ)

3か月児健診	13:15-13:30	3歳児健診	13:00-13:15
1歳6か月児健診	13:15-13:30	5歳児健診	13:00-13:15

◆いきいき元気クラブ◆

ふまねっとクラブ	1/28	10:00～11:00	としべつ
	1/7, 2/4	10:00～11:30	
イストレ	1/11, 25	13:30～14:30	あったからんど

21	金 赤口	
22	土 先勝	
23	日 友引	◆日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321
24	月 先負	
25	火 仏滅	◆すくすく親子広場(実施) 9:45～11:30 としべつ ◆いきいき元気クラブ(イストレ)
26	水 大安	◆ロタウイルス、B型肝炎、ヒブ、小児肺炎球菌、四種混合、日本脳炎予防接種（乳幼児）（受付）13:10～13:30 としべつ
27	木 赤口	
28	金 先勝	◆いきいき元気クラブ（ふまねっとクラブ）
29	土 友引	
30	日 先負	◆日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221
31	月 仏滅	

2月

1	火 先勝	
2	水 友引	◆ロタウイルス、B型肝炎、ヒブ、小児肺炎球菌、四種混合、日本脳炎予防接種（乳幼児）（受付）13:10～13:30 としべつ ◆日本脳炎(小学生以上)/ジ ンテリヤ・破傷風(小6)/おたふく予防接種（小中学生）（受付）15:30～15:50 としべつ
3	木 先負	◆3か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診、5歳児健診
4	金 仏滅	◆いきいき元気クラブ（ふまねっとクラブ）
5	土 大安	

【今金町無料法律登記相談】

日 時 / 1月20日（木）10:00～12:00
2月17日（木）10:00～12:00

場 所 / 町民センター

予 約 / 相談日の前日、正午までに予約が必要
問合せ / 役場総務財政課 ☎82-0111

【ひやま北部法律相談センター相談日のご案内】

日 時 / 1月14日（金）13:00～16:00

場 所 / せたな町民ふれあいプラザ

問合せ / せたな町役場総務課 ☎84-5111

今月の特集

行政情報

各種情報

まちの話題

情報がわから版

まちの行事予定

学びの道標へ

コリドール交流ネットワーク情報



出かけよう！となりまち

【八雲町八雲地域】

八雲町営スキー場12月25日オープン！（予定）

八雲町営スキー場は、スキーの初心者から上級者まで楽しめる3つのコースがあり、2人乗りリフトや休憩施設も完備され、スキーヤー、スノーボーダーなど多くの方々が楽しむことができます。また、幼児（就学前）と保護者がリフトに同乗する場合は、幼児のリフト料金が無料で大変お得です！！家族揃って八雲のグレンデヘGO！
【オープン日】12月25日(土)※積雪の状況により、オープン日が順延することがあります。

【料金】

○1回券	大人 120円	中学生以下 70円
○11回券	大人 1,250円	中学生以下 730円
○2時間券	大人 960円	中学生以下 560円
○4時間券	大人 1,440円	中学生以下 840円
○6時間券	大人 2,160円	中学生以下 1,260円
○シーズン券	大人 18,850円	中学生以下 10,470円

【場所】八雲町春日767

【問合せ】八雲町総合体育館 ☎62-2141

【八雲町熊石地域】

熊石海洋深層水の分水中！

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。さまざまな効果が期待されていますので、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。

【料金】

小口分水	一般用 (20ℓ)	100円
	業務用 (1立米)	620円
大口分水	一般用 (1立米)	620円
	業務用 (1立米)	620円

【問合せ】熊石海洋深層水総合交流施設 ☎01398-2-2300

【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、泉質は高帳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果があると評判の温泉です。

【住所】長万部町字温泉町

【料金】約500円

【問合せ】長万部温泉共同利用組合 ☎01377-2-2270

【せたな町】

『せたな町の地酒』好評発売中！
地方発送対応できます。

忘新年会、年末年始は、せたなの特産物を酒の肴にせたなの地酒を飲み比べてみませんか。

【特別純米酒 よしこ】

せたな町産「ななつぼし」を使用した、特別純米酒「よしこ」と特別純米原酒「よしこ」を販売中です。

●特別純米酒720ml 1,570円 1.8リットル

3,120円/特別純米原酒 720ml 1,570円

【問合せ】温泉ホテルきたひやま ☎84-4120

【純米吟醸酒 北の白虎】

新函館農協若松基幹支店せたな地区水稻部会の酒米「彗星」で作った純米吟醸酒「北の白虎」を販売中です。

●720ml 1,630円

【問合せ】新函館農協若松基幹支店 ☎85-1331

【純米酒 吟子物語】

せたな町産有機栽培米を使用した、純米酒「吟子物語」と純米原酒「吟子物語」を販売中です。

●純米酒 720ml 1,470円 1.8L 2,950円

●純米原酒720ml 1,780円 1.8L 3,600円

【問合せ】セラーズ神田 TEL.013787-3045

互いの優しい助け合い

「老齢年金、障害・遺族補償」

国民ねんきん

国民年金保険料の割引制度を ご存知ですか？

※詳細につきましては、
税務住民課戸籍年金グループ ☎82-0111
へおたずねください。

国民年金保険料は月額16,610円（令和3年度）です。お支払いは、郵送される納付書を使用し、毎月納めることができますが、口座振替や一定期間まとめて納付「前納」することによるお得な割引制度があります。

■保険料を納付できるところ

銀行などの金融機関、郵便局、コンビニエンスストア、MMK設置店、電子納付など

■前納割引制度

保険料を1年分などにまとめて納付「前納」にすると、割引が適用されてお得です。また、現金納付に比べ、口座振替で前納するほうが割引率は高くなります。

■保険料の納付方法

◆口座振替での納付【一番お得な納付方法】

手間がかからず、納め忘れを防ぐことができる便利な口座振替がおすすめです。毎月保険料を納付する場合、当月分保険料を当月末に引き落とす「早割」は、月額50円の割引となります。「前納」のお申し込みは、お早めをお願いします。

◆納付書「領収（納付受託）済通知書」での納付

郵送される納付書に記載の「納付期限」（または使用期限）までに現金により、上記の納付できるところで納付することができます。

・電子納付「Pay-easy（ペイジー）」

お手持ちのスマートフォンやパソコンを利用して、インターネットバンキング等からお支払いの手続きや納付（手数料無料）ができます。

◆クレジットカードでの納付（継続納付）

函館年金事務所へ手続き書類を提出し、保険料をクレジットカードから継続的に納付することができます。なお、カードの利用限度額や有効期限にご注意ください。

*現金で毎月納付（納付期限：翌月末日）	199,320円	（1年度分：割引なし）
*現金で1年前納（納付期限：4月末日）	195,780円	（3,540円割引）
*口座振替で1年前納（振替日：4月末日）	195,140円	（4,180円割引）

栄養士ネットワーク掲示板

今金町の食材を使った料理を紹介

☆あべがわじゃがいも☆

特産品の今金男しゃくと、お正月にあまりがちな「きな粉」を使って作った、とても簡単で喜ばれるおやつ感覚の料理を紹介します。計量カップや、大さじ不要！！だいたいの目分量で作れちゃいます。もちろん、今金高等養護学校の給食にも登場しています。ホッと一息のあてにどうぞ。

【材料（4人分）】

★今金男しゃく	中3～4個	☆きな粉	お好みの量
★揚げ油	適量	☆砂糖（三温糖）	お好みの量
		☆塩	ひとつまみ



＜作り方＞

1. 芋を洗い、皮をむいて小さめのひと口大に切る。
※油はねしないよう、水気をしっかりふき取って下さい。
2. 鍋に油をいれ、中温（170～180℃）になるまでの間に、お皿などに☆の同量のきな粉と砂糖にひとつまみの塩を加え混ぜ合わせる。
3. 油が中温になったところで、①の芋を揚げる。
※途中芋が焦げないよう、しっかり火が通るように揚げていきます。
4. 揚げ上がった芋の油をきりボウルで、②のきな粉をまぶしたら完成です。
（1人あたり エネルギー129kcal、たんぱく質2.7g、脂質3.9g、炭水化物21.5g、カルシウム9mg、食物繊維1.8g、塩分0.04g）

【ポイント】

目分量は自分が思うより、少し少ないぐらいの分量で作って下さい。（足りない場合は後で増やせばよいです。）揚げ上がった芋に、素早くきな粉をまぶすと良いです。また、器に盛りつけた後に追いきな粉をふりかけてもOKです！

