

知っ得！ せとうち便

お知らせ

**ジェネリック医薬品
を利用しませんか**

市では、瀬戸内市国民健康保険被保険者の調剤情報を分析し、ジェネリック医薬品(後発医薬品)に変えた場合に、自己負担額が軽減されると思われる人に、「ジェネリック医薬品に関するお知らせ」を送付します。
ジェネリック医薬品とは、先発医薬品の特許が切れた後に販売される同じ有効成分、同じ効能・効果を持つ医薬品のことです。

一般的に、開発費用が安く抑えられることから、先発医薬品に比べて薬の価格が安くなっています。
ジェネリック医薬品への切り替えが進むことにより、皆さん一人一人が医療機関などの窓口で支払う薬代が安くなるだけでなく、国民健康保険財政の改善につながります。利用をご検討ください。

なお、ジェネリック医薬品への切り替えは、医師・薬剤師と十分に相談し、納得した上で行ってください。
国民健康保険課
☎0869・22・1790

特定健診を受診しましょう

市では、40～74歳の瀬戸内市国民健康保険被保険者を対象にした「特定健康診査(ワシントン健診)」を実施しています。
医療機関で受診する個別健診は、12月20日まで受診することができます。
対象の人は、ぜひ期間内に

受診しましょう。
基本内容
身体計測(身長・体重・BMI)、腹囲測定、血圧測定、内科診察、検尿、採血(血糖・脂質・肝機能・腎機能・貧血)
基本料金
500円(ワンコイン)
国民健康課
☎0869・24・7096

農地利用最適化推進委員の委嘱

瀬戸内市農業委員会は、農地利用最適化推進委員に佐藤辰也氏(邑久町豆田)を委嘱しました。
担当区域は、邑久町福田地区(豆田、福元、百田、宗三、福中)で、任期は令和元年8月1日から令和2年10月31日までです。
国民健康課
☎0869・22・0048



▽瀬戸内市個別接種委託医療機関 (令和元年度)

医療機関名	住所	電話番号 (0869)
津島医院	牛窓町牛窓 3823	34-3313
竹内医院	牛窓町牛窓 4949-24	34-4888
あいの光医院・牛窓	牛窓町牛窓 3121-1	34-6161
那須医院	邑久町大窪 13-3	22-0140
内田医院	邑久町尾張 39-12	22-5010
藤原整形外科医院	邑久町山田庄 75-1	24-0777
内田クリニック	邑久町本庄 2004-5	22-3020
水野医院	邑久町上笠加 171-5	22-3111
長田医院	邑久町豊原 341-2	22-0001
まつした医院	邑久町尻海 7-1	22-0006
もろおかクリニック	邑久町北島 492-1	086-943-1222
瀬戸内りょうま医院	邑久町尾張 1341-20	22-2800
岡崎内科クリニック	邑久町山田庄 212-1	22-3880
瀬戸内市民病院	邑久町山田庄 845-1	22-1234
裳掛診療所	邑久町虫明 534-2	25-0024
柴田医院	長船町長船 426	0869-66-9008
長谷井内科医院	長船町服部 481-4	26-3630
平井医院	長船町福岡 102-1	26-2006
はっとり医院	長船町土師 1212-5	26-5656
こむら整形外科内科	長船町服部 521-1	26-8882
中川耳鼻咽喉科	長船町服部 522-1	26-8700
おさふねクリニック	長船町土師 332-1	26-8080

高齢者へのインフルエンザ予防接種助成

市では、高齢者を対象にしたインフルエンザ予防接種の助成を10月から令和2年1月にかけて実施します。
予防接種の効果が表れるまで2週間程度かかりますので、できる限り12月中旬までに予防接種を受けましょう。
▽対象者
① 満65歳以上で瀬戸内市に住む民票がある人

② 満60～64歳の瀬戸内市に住む民票がある人のうち、心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する人およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人(当疾患に関する障害の程度が身体障害者手帳1級相当のもの)
▽実施回数
年度中1回

▽実施期間
10月～令和2年1月
▽費用 自己負担2,000円
▽実施医療機関 左表の市内医療機関および県内相互乗り入れ協力医療機関
※事前に医療機関に問い合わせの上、受診してください。
▽持参するもの 健康保険被保険者証または後期高齢者医療被保険者証(本人確認のため)
国民健康づくり推進課
☎0869・26・5962

戦没者追悼式

市では、令和元年度戦没者追悼式を次のとおり開催します。
戦没者の御霊に対し、謹んで哀悼の誠を捧げ、ご遺族の皆さんのご労苦に対し心からの敬意を表したいと考えています。
ご遺族の皆さんの出席をお願いします。
▷日時 11月1日(金) 午前10時～
▷場所 ゆめトピア長船
国民健康課 ☎0869-26-5941



平成30年度戦没者追悼式

下水道へ 早期に接続しましょう

下水道への接続は、下水道が使えるようになってから、くみ取り便所の場合は3年以内、浄化槽の場合は遅滞なく接続することが、下水道法で義務付けられています。
市内を流れる河川の水質改善など、市の良好な環境を守っていくため、ご協力をお願いします。
国民健康課
☎0869-22-5151



下水道マスコットキャラクター「スイスイ」

国民年金保険料の納付は口座振替がお得です!

国民年金保険料の納付に口座振替を利用すると、保険料が自動的に引き落とされるため、納め忘れを防ぐことができます。
また、当月分保険料を当月末に振替納付することにより月々50円割引される早割制度や、2年分・1年分・6カ月分を口座振替でまとめて納付することで割引される前納制度があります。

▽前納保険料額 (今年度の金額)

納付方法	1カ月分	6カ月分	1年分	2年分	
割引がない場合	16,410円	98,460円	196,920円	395,400円	
前納	現金払い クレジットカード納付 (カッコ内は割引額)	前納制度なし	97,660円 (800円)	193,420円 (3,500円)	380,880円 (14,520円)
	口座振替 (カッコ内は割引額)	16,360円 (50円)	97,340円 (1,120円)	192,790円 (4,130円)	379,640円 (15,760円)

口座振替の申出書は、市民課、牛窓支所、長船支所、裳掛出張所、金融機関、年金事務所の各窓口にあります。希望する人は、納付書または年金手帳、預金通帳、金融機関届出印を持参の上、申出書に必要事項を記入し、各窓口へ提出してください。
国民健康課 ☎0869-22-1790
国民健康課 ☎086-270-7925 (自動音声案内2番)



木造住宅の耐震診断費用が改定されます

市では、古い基準で建てられた木造住宅の所有者が実施する耐震診断の費用に対して、その一部を補助しています。10月1日から消費税増税により診断費用が改定されるため、自己負担額が変更になりますので、ご注意ください。なお、補助を受けるには着手前に申請手続きが必要です。

▽木造住宅耐震診断事業費補助金(現況診断・補強計画)

- 延床面積 200㎡以内の場合
費用 71,200 円のうち 60,000 円補助 (1 棟)
【自己負担額】 11,200 円
- 延床面積 200㎡を超える場合、100㎡ごとに追加となる費用
費用 9,100 円のうち 8,000 円補助 (1 棟)
【自己負担額】 1,100 円

対象となる木造住宅の条件や申請方法など、詳しくは建設課へお問い合わせください。

☎0869-22-2649

法定相続情報証明制度

法務局では、登記所(法務局)に戸除簿謄本等と相続関係を一覧に表した図(法定相続情報一覧図)を出すことで、登記官がその一覧図に認証文を付した写しを無料で交付する制度(法定相続情報証明制度)を設けています。

この一覧図の写しを利用することで、各種相続手続き(平成30年4月から相続税の申告手続きにも利用可能)をスムーズに進めることができますので、ぜひご利用ください。詳細については、法務局のホームページをご覧ください。か、最寄りの法務局にお尋ねください。

岡山山地方務局備前支局
☎0869-64-2770

建設業退職金共済制度

建設業退職金共済制度は、中小企業退職金共済法に基づき、建設現場で働く人の福祉

の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

加入できる事業主は、建設業を営む人で、対象となる労働者は、建設業の現場で働く人です。掛け金は、月額310円です。

制度の内容など、詳しくはお問い合わせください。岡山建設退共岡山県支部(岡山建設会館内)
☎086-225-4133

働き方改革の準備はできていますか

岡山働き方改革推進支援センターでは、就業規則の作成方法、賃金規定の見直し、労働関係助成金の活用など、労務管理に関する課題について、社会保険労務士などの専門家が相談に応じます。

相談方法など、詳しくはお問い合わせください。岡山働き方改革推進支援センター
☎0120-947-1888
HP <http://www.oka-hatarakikata.com>

募集

令和2年度コミュニティ助成事業を募集

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備などに対して助成を行い、地域コミュニティ活動の充実・強化を図る、コミュニティ助成事業を募集しています。

申請を検討している団体はお気軽にご相談ください。なお、事業の詳細は市ホームページに掲載していますので、ご確認ください。

▽申請期限 10月10日(木)
▽申込企画振興課

☎0869-22-1031
HP <http://www.city.setouchi.lg.jp/>



求職者支援訓練受講者募集

求職者支援訓練とは、雇用保険を受給できない求職者などを対象に、全国の民間教育訓練機関が実施する「就職」を目的とした公的な職業訓練です。

今回、10~12月に開講するコースの受講者を順次、募集しています。所定の手続きが必要となりますので、詳しくはお問い合わせください。

▽募集料 基礎コース・実践コース(介護福祉、事務分野、デザイン分野、理美容分野)
▽開講日、訓練期間(2~6カ月)などは、コースによって異なります。

▽受講料 原則無料(テキスト代などは自己負担)

※一定の要件(収入・資産など)を満たす人には、職業訓練受講給付金(月10万円と交通費(所定の額))が支給される場合があります。

岡山ハローワーク西大寺
☎086-942-3212

発達障がい支援者研修会

市では、「発達障がいが少し気になる」と感じるお子さんを理解するために、発達障がいの特性や支援の方法について学ぶ「発達障がい支援者研修会」を開催します。

保護者の人や、お子さんとの関わりに不安がある人だけでなく、地域の人も、どなたでも参加できます。

みんなで発達障がいについて理解を深めましょう。多数のご参加をお待ちしています。参加希望の人は、事前電話でお申し込みください。

▽日時 11月30日(土) 午前10時~午前11時30分

▽場所 福田保育園

▽テーマ 「みんなで知ろう 発達障がいの人の世界」

▽講師 諏訪利明氏(川崎医療福祉大学准教授)

▽定員 45人
※定員になり次第締め切ります。

▽参加費 無料
岡山子育て支援課
☎0869-26-5946

セットちゃんフレンズ会員大募集!!

セットちゃんや瀬戸内市を応援し、情報発信などのPRを行う「セットちゃんフレンズ」の会員を募集しています。一緒にセットちゃんや瀬戸内市を全国にPRしませんか。皆さんの入会をお待ちしています!

入会方法など、詳しくは事務局までお問い合わせください。

- 【会員特典】
- ・セットちゃんフレンズ会員証
 - ・セットちゃんグッズ
- 岡山セットちゃんフレンズ事務局(秘書広報課)
☎0869-24-7095



〜瀬戸内市民限定〜 結婚相談所特別優待プラン

市と連携協定を交わしているハピライズ株式会社が運営する「結婚相談所サンマリエ」では、入会に当たり、初期費用と会費月額24カ月分が無料となる瀬戸内市民限定の特別優待プランをご用意しています(別途お見合い料や成婚費用などが必要です)。



市民限定だよ!

申し込み方法など、詳しくは、市ホームページを確認するか、企画振興課までご連絡ください。
岡山企画振興課 ☎0869-22-1113
HP <http://www.city.setouchi.lg.jp/>

国際交流員ソフイーの冒険!



ソフィー ディラード (平成29年7月任用)

こんにちは、Bonnie! 国際交流員として着任してから、2年が経ちました。本当にあっという間に時間が過ぎたような気がします。国際交流員2年目は、主に2つの大きなプロジェクトに携わりました。

1つ目は、昨年10月にイギリス、イタリア、スペインを訪れ、日本刀の製作工程をテーマにスピーチを行ったことです。どの国でも会場は満席になり、質問をする人もたくさんいて、大好評でした。

その時、ヨーロッパにおける日本刀への関心と人気がとても高いことが分かり、ヨーロッパ向けの市のPRに力を入れたと思います。

そこで、2つ目のプロジェクトとして、海外旅行者向け

に市の魅力を紹介するためのウェブサイト「Visit Setouchi」(ビジット瀬戸内)を立ち上げました。

これは、「瀬戸内市国際プロジェクト」という協会のメンバーと一緒に作成したもので、本年3月から公開しています。

市の観光地はもとより、飲食店、宿泊施設などを、英語とフランス語で宣伝しています。定期的に更新していますので、ぜひご覧ください。

そして、これからの3年目は、多文化共生の取り組みも頑張っていきたいです。

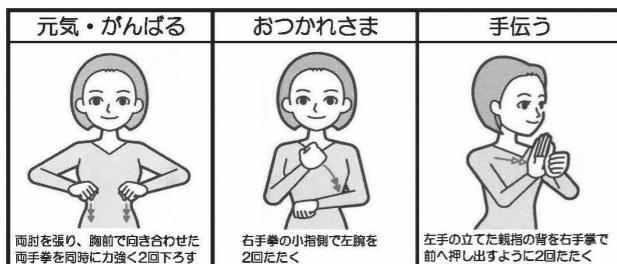
市内に暮らす外国人は、増加傾向にあります。国籍に関係なく、みんなが安全・安心に生活できたり、相互理解を深めたりできる取り組みを行っていきたいと思います。

これからの1年間も気合いを入れて頑張ります!

Visit Setouchi (ビジット瀬戸内)のURL
HP <http://visitsetouchi.com/>

ミニ手話コーナー「簡単な手話を覚えてみよう!」

気持ちを込めて表現しよう!



両手を張り、胸前で向き合わせた両手を同時に強く2回下ろす
右手拳の小指側で左胸を2回たたく
左手の立てた親指の背を右手拳で助へ押し出すように2回たたく

全日本ろうあ連盟発行『わたしたちの手話 学習辞典1』

相談

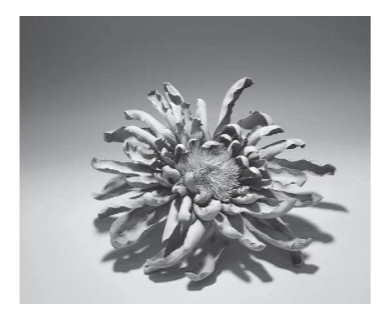
10月7、13日は行政相談週間
一日合同相談所

総務省では、行政相談週間に合わせて、国、県、市の職員などが相談に応じる「一日合同相談所」を開設します。
税金、登記、戸籍、雇用、労働問題、道路、福祉、介護、農地、DV、犯罪被害、消費生活、社会保険、相続・遺言、

催し物

瀬戸内市立美術館
展覧会

「驚愕! 超絶の世界展」
これまでの概念や常識の範囲を超えた「超絶の作品」を制作する作家が、今アートの世界で注目されています。
その作品の緻密さや写実性は、明治時代の工芸品に見られる超人的な技巧を彷彿とさせます。
この展覧会では、絵画・工芸の分野で大きな反響を呼んでいる超絶技巧の作家7人を紹介します。



新宮さやか

まるで写真のような絵画、丁寧な作業の反復によって作られた繊細で緻密な陶芸、細かな部分まで表現した切り絵といった、すさまじい集中力から生まれた驚異の世界をご覧ください。

▽出品作家
大森浩平、加藤直樹、今野朋子、新宮さやか、田村敬星、辻、服部真紀子
▽開催期間 9月14日(土)～11月10日(日)
※期間中の休館日は、10月7日(月)、15日(火)、21日(月)、23日(水)、28日(月)、11月5日(火)
▽観覧料 一般600円、団体(20人以上)・65歳以上500円、中学生以下無料
▽開館時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
▽場所 瀬戸内市立美術館
▽関連イベント
「ワークシヨップ」
「G&A(グ&ア)」
自然物を構成している「要素」を紙におこし、その形を紙粘土で立体にして作品を作ります。



服部真紀子

※事前申し込みが必要です。ただし、空きがあれば当日参加も可能です。
▽日時 10月6日(日)
(1回目) 午前10時～正午(2回目) 午後1～3時
▽講師 加藤直樹(作家)
▽定員 各回20人
▽参加費 無料
※別途観覧料が必要です。
▽申込期限 10月5日(土)
園瀬戸内市立美術館
☎0869-34-3130

10月1日(火)は美術館の開館記念日のため、瀬戸内市民は、瀬戸内市立美術館の観覧料が無料です。
免許証など、市民であることが分かるものを受付でご提示ください。

司法書士による無料相談会・セミナー
岡山県青年司法書士協議会では、司法書士、土地家屋調査士、税理士による無料相談会および相続に関するセミナーを開催します。
相談会では、相続、遺言、成年後見、境界トラブル、税金など、日常生活に関する身近な法律問題についてのご相

園総務課
☎0869-22-1112

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)
ハロウィンジャンボミニ3千万円
(1等2千万円・前後賞各500万円合わせて)
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
各1枚 300円
9月24日の2種類同時発売!
発売期間 9/24(火)～10/18(金)
公益財団法人岡山県市町村振興協会

園岡山行政監視行政相談センター
☎086-231-4322

土地の境界、法律相談のほか、県や市の行政に関することなど、お気軽にご相談ください。
▽日時 10月8日(火)
午前10時～午後3時
※受付は午後2時30分まで。
※弁護士、税理士、司法書士への相談は、事前に予約が必要(9月30日(月)午前8時30分から受付開始)。
▽場所 岡山市役所
(岡山市北区大供1-1-1)
▽相談料 無料
園岡山行政監視行政相談センター
☎086-231-4322

瀬戸内市の味
マッシュルームの肉詰め和風あんかけ
◆材料(4人分)
●マッシュルーム(12個) ●鶏ミンチ(100g) ●にんじん(1/2本) ●玉ねぎ(1/4個) ●卵(1/2個) ●片栗粉(小さじ1) ●しょうゆ(小さじ1) ●塩、こしょう(少々)
＜和風あん＞
●にんじん(小1/2本) ●玉ねぎ(1/4個) ●ピーマン(1個) ●めんつゆ(100cc) ●水(50cc) ●片栗粉(小さじ1) ●水(小さじ1)
◆作り方
①マッシュルームのじくを手で折り取る。
②①のじく、にんじん、玉ねぎをみじん切りにする。鶏ミンチ、卵、片栗粉、しょうゆ、塩、こしょうを加えてよく混ぜ、肉ダネをつくる。
③マッシュルームの内側に片栗粉を少々ふり、②を丸く詰める。
④フライパンに油を熱し、③を入れ、ふたをして両面蒸し焼きにする。
⑤和風あん用のにんじん、玉ねぎ、ピーマンを千切りにし、ゆでる。
⑥鍋にめんつゆ、水を入れて軽く沸騰させ、④の水溶性片栗粉を加えてとろみをつけて火を止める。
⑦⑥に⑤を加え、マッシュルームの肉詰めにかける。
◆今日のレシピは 農協女性部です。
園健康づくり推進課 ☎0869-26-5961

消費生活 安心ほっとライフ
第33話 チケット転売に関するトラブル増加中!!
＜チケットの高額転売が禁止に＞
6月14日に、チケット不正転売禁止法が施行されました。これにより、人気のコンサートや舞台などのチケットを業者や個人が買い占め、オークションやチケット転売サイトなどで高額転売する行為が禁止されました。
＜アドバイス＞
★正規のルートでチケットを購入しましょう。公演が延期や中止になった場合でも、きちんと補償が受けられます。
★コンサートやイベントによっては、転売されたチケットでは会場に入れないことがあります。
★公式サイトであるような表示をしている転売サイトもあります。サイト運営事業者の所在地および連絡先を確認してから利用しましょう。
園瀬戸内市消費生活センター
☎0869-24-8011
※消費生活相談は『消費者ホットライン』☎局番なし188(イヤヤ!)]もご利用できます。

献体にご協力ください
献体とは、死後、自分の遺体を医・歯学生の解剖実習のために、大学へ無償で提供することです。解剖実習は、人体の構造を知るための大切な学問であり、そのために遺体を寄贈することは、「信頼できる医師、医療従事者」を育てることにつながります。医学・歯学の発展のため、ご協力をお願いします。
※献体には、家族や親戚の同意が必要ですので、十分に話し合しましょう。
園ともしび会(岡山大学医学部内)
☎086-235-7092