

# 知っ得! せとうち便

## お知らせ

### 水道管の凍結に注意

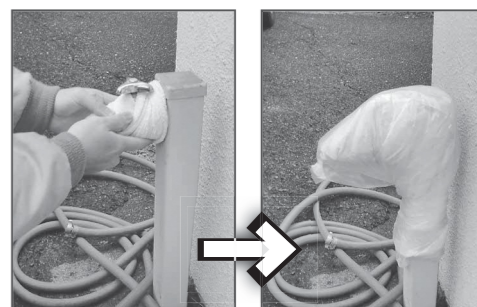
冬になり寒さが厳しくなる  
と、水道管が凍ったり、破裂  
したりすることがあります。  
露出している水道管や蛇口に  
保温材や布などを巻き、その  
上からビニールテープなどを  
巻いて事前の防寒対策をお願  
いします。

なお、水道管が凍った場合  
などには、次の方法で対処し  
てください。また、日頃から  
メーターボックスやバルブの  
位置などを把握しておくよう  
にしましょう。

【水道管が凍って水が出ない  
場合】  
自然に解けるのを待つか、  
凍った部分にぬるま湯をゆっ  
くりかけて溶かしてください。  
※熱湯をかけると、水道管が  
破裂することがあります。

【水道管が破裂した場合】  
メーターボックス内のバル  
ブを閉めて、市が指定する指  
定給水装置工事業者へ修理  
を依頼してください。同事業  
者の連絡先は、市ホームペー  
ジなどでご確認ください。

【上下水道施設課】  
☎0869-22-1326  
HP <http://www.city.setouchi.lg.jp/>



タオルを巻いた上にナイロン袋をかぶせた例

## 新成人をお祝い 瀬戸内市成人式

市では、令和2年瀬戸内市  
成人式を次のとおり開催しま  
す。新成人の皆さんの参加を  
お待ちしております。

▽日時 令和2年1月12日(日)  
・受付  
午前10時～午前10時30分  
・式典・記念行事  
午前10時30分～午後1時

▽場所 ゆめトピア長船

【成人式実行委員会について】

市では、新成人となるメン  
バーで構成する成人式実行委  
員会を組織し、成人式の企画、  
運営をサポートしています。

現在8人の委員で活動して  
います。実行委員は現在も募  
集していますので、興味のお  
ある人はご連絡ください。

【社会教育課】  
☎0869-34-5601



平成31年瀬戸内市成人式の様子

## 冬の節電にご協力を

身近な工夫で、賢く節電し  
ましょう。

- ・夜はカーテンをしつかり閉めて、室内の暖かい空気を逃がさない
- ・使っていない電化製品のコンセントはプラグから抜いて、待機電力を削減する
- ・エアコンの設定温度や風向きを調整する
- ・部屋の湿度を上げて体感温度を高める
- ・照明の明るさや点灯時間を調整する
- ・冷蔵庫の温度設定を季節によって見直す
- ・この他にも、できることはたくさんあります。

無理なく省エネできる  
ちょっとした工夫は、未来のための賢い選択です。家計にも優しい取り組みをぜひ実践してみてください。

皆さんのご理解とご協力をお願いします。

【環境政策推進室】  
☎0869-24-7281

## 交通事故などに 遭ったときは

国民健康保険(国保)に加入している人が交通事故など、第三者(相手)の行為によりけがをした場合で、国民健康保険被保険者証を使用し  
て治療を受けようとするときは、「第三者行為による傷病届」の届出が必要です。

加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると国保が使えなくなる場合があります。示談の前に必ず市役所にご連絡ください。

【医療費負担は加害者の責任  
】  
第三者の行為によって受けた傷病の医療費は、原則として加害者が負担すべきものです。

従って、国保で治療を受けると、国保は加入者の医療費を一時的に立て替え、後から加害者に費用を請求します。

▽持参するもの 国民健康保険被保険者証、印鑑、事故証明書(交通事故の場合)

【市民課、牛窓支所、長船支所、裳掛出張所】  
【市民課】  
☎0869-22-1790

## 献血にご協力ください

400ミリリットル献血を次のとおり実施します。

▷日時・場所 12月10日(火)  
・ゆめトピア長船  
午前9時～午前10時30分  
・瀬戸内市役所  
午後0時30分～午後4時30分

▷対象者  
男性17～69歳、女性18～69歳  
※体重が50kg以上の人のみ  
※65歳以上の人の献血については、60～64歳の間に献血経験のある人のみが対象

▷持参するもの  
運転免許証、献血カードなど

【健康づくり推進課】  
☎0869-26-5961

ねんきんのおはなし♪

## 年金の予約相談をご利用ください



セツトちゃん

日本年金機構では、全国の年金事務所、「街角の年金相談センター」で年金相談の予約を実施しています。年金事務所などの窓口で年金請求の手続きや、受給している年金についての相談を希望する人は、ぜひ予約相談をご利用ください。

▷予約相談のメリット

相談を希望する人の都合にあわせて、スムーズに相談できます。また、相談内容にあったスタッフが事前に準備の上、丁寧に対応します(混雑状況によっては、時間どおりに案内できない場合があります)。

▷予約受付専用電話

☎0570-05-4890  
(050で始まる電話でかける場合)  
☎03-6631-7521

▷予約受付時間

午前8時30分～午後5時15分(月～金曜日)

▷予約相談の実施時間

午前8時30分～午後6時(月曜日)  
午前8時30分～午後4時(火～金曜日)  
午前9時30分～午後3時(第2土曜日)

▷予約を対象とする相談内容

年金相談全般

▷受付期間 予約相談希望日の1カ月前から前日まで  
※予約の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。

※お近くの年金事務所でも受け付けています。

【岡山東年金事務所・予約専用電話番号】  
☎086-270-7925(自動音声案内2番)

## 年末年始の ごみ収集日程

年末年始にあたる12月29日(日)から令和2年1月3日(金)までは、家庭ごみの収集をいたしません。しかし、年末は家庭から出るごみの量が増える時期であることから、「燃やすごみ」については、一部の地域において、下表のとおり特別収集を行います。特別収集は、地区ごとに収集日が異なるため、確認をお願いします。

また、12月29日(日)から令和2年1月3日(金)までの間は、「クリーンセンターかもめ」へ直接持ち込むことはできませんのでご注意ください。

【生活環境課】  
☎0869-22-1899  
【クリーンセンターかもめ(牛窓町牛窓228)】  
☎0869-34-3475

▽年末年始の地区別ごみ収集日程

日程	12月			令和2年1月			
	日	29	30	31	1	2	3
地区名	曜日	日	月	火	水	木	金
燃やすごみを月・木曜日に収集する地区		特別収集を除き、12月29日から1月3日までは収集をいたしません。	燃やすごみ特別収集		特別収集を除き、12月29日から1月3日までは収集をいたしません。		
燃やすごみを火・金曜日に収集する地区				燃やすごみ特別収集			

※収集の日程は、各家庭に配布している「ごみ収集カレンダー」をご覧ください。



### 年末年始も 火災予防を忘れずに!

この時期になると空気が乾燥し、暖房器具や火気を使用する機会も増えることから、火災の発生が増加する恐れがあります。

また、年末年始の休日は外出などで家を留守にすることも多く、事業所なども無人になりがちです。

かけがえのない生命と財産を守るためにも、日頃から火の元には十分注意し、火災のない年末年始を過ごしましょう。

【家庭および地域での防火対策】  
火災は、ちょっとした火の不始末や不注意によって起きています。暖房器具などは、正しく十分注意して取り扱いましょう。

また、家の周囲などを整理整頓し、地域ぐるみで放火されない環境を作りましょう。

【不特定多数の人が出入りする防火対象物の防火安全の確保】  
年末年始に出入りする機会が多くなる百貨店、旅館、飲食店などは、一度火災が発生

すると多大な被害が予想されます。

消防設備の設置、保守点検、避難設備の管理などを徹底し、安全確保を図りましょう。

消防本部予防課  
☎0869・22・1493

### 野外焼却は やめましょう!

ものを燃やすと、火災発生の原因となるばかりでなく、二酸化炭素やその他有毒なダイオキシン類などを発生させる可能性があります。

また、煙や臭いで気分が悪くなる、洗濯物に汚れや臭いがつくなど、近所迷惑になることもあります。

※廃棄物の焼却は、廃棄物処理法により禁止されています。違反すると、5年以下の懲役もしくは1000万円以下の罰金、またはその併科に処せられることがあります。

【例外的に認められているもの】  
・農業を営むために発生するもみ殻、稲わらの焼却

### ノロウイルスに 気を付けましょう

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、1年を通して発生しますが、特に冬季に流行します。

ノロウイルスは指や食品などを介して経口で感染し、ヒトの腸管で増殖します。そして、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。

ノロウイルスにはワクチンがなく、治療は対症療法に限られるので、予防対策を徹底することが大切です。

【清潔(ウイルスをつけない)】  
・調理前や用後は、せっけんを用いて十分な流水で手をよく洗いましょ。

【加熱(ウイルスをやっつける)】  
・加熱が必要な食品は、中心部まで十分に加熱しましょう。  
・ノロウイルスには、加熱(中心部85℃で90秒以上)、次亜塩素酸ナトリウ

ムによる消毒が有効です。

### 健康づくり推進課

☎0869・26・5962

### エイズを正しく 理解しましょう

#### 『UPDATE!』

『UPDATE!』  
『検査・治療・支援』  
(令和元年度「世界エイズデー」  
キャンペーンテーマ)

12月1日は世界エイズデーです。エイズは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染して起こる病気です。

HIVの感染力は弱いため、性的接触以外の日常生活の中でうつることはほとんどありません。感染している人のせきやくしゃみなどで感染することはなく、同じ洋式トイレを使用してもうつりません。

治療法の進歩により、HIV感染の早期把握、早期治療が可能となったことでエイズの発症を予防し、HIV陽性の人も感染していない人と同等の生活を期待できるよう

・たき火など軽微なもの(軽微とは、近隣から苦情がない程度の行為のこと)  
・風俗慣習上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却  
・災害の予防、応急対策または復旧のために必要な廃棄物の焼却  
※ただし、例外であるからといって際限なく燃やすのではなく、風向きや時間帯に配慮して、必要最低限の量を焼却してください。

☎0869・22・1899

### 岡山県最低賃金が改定

岡山県最低賃金が令和元年10月2日から時間額833円に改定されました。使用者は最低賃金額以上の賃金を労働者に支払わなければなりません。  
岡山県労働局賃金室  
☎086-225-2014

### 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!

楽しい・うれしい	おもしろい
両手の指先を胸に付け、交互に、上下に動かす	両手の小指側で両腕を同時に2〜3回大きく動かす

全日本ろうあ連盟発行『わたしたちの手話 学習辞典』

なりました。

また、治療を継続して体内のウイルス量が減少すれば、他の人へ感染するリスクも大きく低下することが確認されています。このように、HIV陽性の人の生活は、大きく変わってきています。

エイズについて正しく理解し、偏見・差別をなくしましょう。

健康づくり推進課

☎0869・26・5962

### 第71回人権週間が始まります

毎年、世界人権宣言が採択された12月10日を「人権デー」と定め、12月4日から人権デーまでの1週間を「人権週間」として、人権尊重思想の普及と高揚を呼び掛けている。

今年で71回目を迎える人権週間は、「みんなで築こう 人権の世紀 ～考えよう相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合う心～」をテーマとし、法務省と全国人権擁護委員連合会は全国的な啓発活動を実施します。

人権は、人間が幸福な人生を送る上で、最も大切な権利です。人々がお互いに人権を守ることによって明るい社会をつくりましょう。

令和元年度人権啓発活動地方委託事業

### 中学生人権作文朗読 & 人権啓発映画会

市では、次のとおり中学生人権作文朗読&人権啓発映画会を開催します。この機会に、人権について一緒に考えてみませんか。皆様のご参加をお待ちしています。

※事前申し込み不要、手話通訳あり。

▷日時 12月7日(土)  
午後1時30分～午後4時(午後1時開場)

▷場所 中央公民館(邑久)

▷内容

- ・市内中学生による人権作文の朗読
- ・映画「ズートピア」の上映

▷定員 570人(参加費無料)

☎市民課人権啓発室 ☎0869-22-3922



### 消費生活 安心ほっとライフ



### 第34話 友人からの儲け話に注意!

<相談内容>

- ①学校内やSNSで知り合った友人に、「必ず儲かる話がある」と誘われ、投資用ソフトの勧誘を受けた。「お金がない」と断ったところ、消費者金融で借りるように指示されたため借金をして契約をしたが、説明とは異なり儲からず、借金だけが残った。
- ②「この仮想通貨に投資すれば必ず儲かる」と勧められ、「1人勧誘すれば40万円入る。3人誘えば元が取れる」と説明されたが、投資の内容も分からないので断りたい。

<アドバイス>

- 簡単に大金を得られることはありません  
「簡単に儲かる」「大金を稼げる」といったうまい話は、通常ではあり得ません。友人や先輩から誘われても、安易な気持ちで飛びつかないようにしましょう。

人間関係を壊してしまうことも

■ 親しい友人や仲間からの誘いは、断りにくいものです。自分自身が友人を誘う側になると、友人との金銭トラブルを招くなど、人間関係を壊す恐れがあるので注意が必要です。

●借金をしてまで契約しない

「お金がない」と断っても、相手から「借金をすればよい」と言われることがあります。借金をして契約しても、利益を上げられず借金を返済できない場合が多くあります。不必要な契約は、きっぱり断りましょう。

★困ったときは、消費生活センターへ。

☎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。

**エイズなどの臨時夜間検査を実施**

岡山県備前保健所では、毎月2回定例検査を行っていましたが、このたび「世界エイズデー」(毎年12月1日)に合わせて、臨時夜間検査を実施します。

いずれも匿名、無料で受けることができます。希望する場合は、必ず事前に予約をしてください。

**▽検査内容**

HIV検査(即日検査・通常検査)、クラミジア検査、梅毒検査、肝炎ウイルス検査

**【夜間検査】**

▽日時 12月13日(金)  
午後4時30分～午後7時

**【定例検査】**

▽日時 第1・第3金曜日  
午前9時30分～午後3時

〒岡山県備前保健所  
☎086・272・5553  
(エイズホットライン)



**募 集**

**「瀬戸内市e街ギフト」電子商品券の加盟店募集**

市では、11月1日から新たなふるさと納税の返礼品として電子商品券「瀬戸内市e街ギフト」を追加しました。これは、瀬戸内市へふるさと納税として寄附をした人が原則市内の加盟店で利用できるもので、市内の消費促進や観光客誘致を図ることを目的とした返礼品です。



この商品券の加盟店を募集します。加盟店資格など、詳しくは秘書広報課までお問い合わせください。

▽募集期限 随時  
▽秘書広報課  
☎0869・24・7095

**催し物**

**恩原高原 日帰りスキーバス**

瀬戸内市体育協会では、次のとおりスキーバスを運行します。

参加を希望する人は、邑久スポーツ公園または長船スポーツ公園まで直接お申し込みください(電話での申し込みはできません)。

▽行き先 恩原高原スキー場

▽開催日

令和2年1月26日(日)

▽対象者 市内に在住または在勤の人(中学生以下は保護者同伴)

▽参加費

大人3,500円、子ども(中学生以下)2,500円 ※昼食代、リフト券、用具レンタル料金などは含まれません。

▽定員 40人(先着順)

▽申込期限

令和2年1月13日(月)

〒瀬戸内市体育協会事務局  
☎0869・22・2211

**瀬戸内市立美術館 展覧会**

**驚愕の超写実展**

ホキ美術館×MEAM (ヨーロッパ近代美術館)

日本初の写実絵画専門美術館として2010年に開館したホキ美術館。創設者・保木将夫氏が収集した写実絵画は約60作家、480点を数え、近年の写実ブームの火付け役となりました。

同じころ、スペイン・バルセロナでも現代写実絵画専門美術館としてMEAM(ヨーロッパ近代美術館)が開館しました。

今回は、ホキ美術館から野



生島浩「月隠り」2011年

田弘志、森本草介、中山忠彦の作品を含む38点とMEAMから19点、合わせて57点の写実絵画を展示します。

現実よりもリアルな写実の神髄に触れてください。

▽開催期間 11月16日(土)～令和2年1月19日(日)

※期間中の休館日は、毎週月曜日(1月13日を除く)、12月28日(土)～令和2年1月4日(土)、1月14日(火)

▽観覧料 一般1,000円、団体(20人以上)65歳以上900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

【ギャラリートーク】

展示室内で作品を鑑賞しながら、作品の魅力解説しま

**相 談**



**弁護士・司法書士・税理士などによる合同無料相談会**

家庭のこと(相続、遺言、離婚など)、借金(過払金請求、破産、債務整理など)、登記や農地、税金、墓地や墓石に関すること、その他何でも無料で相談に応じます。

相談は1人30分以内で予約優先です。予約がない場合、長時間お待ちする場合がありますので、あらかじめ電話で予約の上、お越しください。

▽日時 12月7日(土)

午前10時～午後1時

▽場所 中央公民館(邑久)

〒瀬戸内市

☎0869・24・7700

お問い合わせ

募集

催し物

相談

**宝くじの助成金で コミュニティ活動用備品を購入**

本庄地区コミュニティ協議会が、令和元年度のコミュニティ助成事業を活用し、コミュニティ活動で活用する備品を購入しました。

コミュニティ助成事業は一般財団法人自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ組織の行う地域の連帯感に基づく自治意識を盛り上げる事業を対象に助成を行うもので、宝くじの受託事業収入を財源としています。



夏祭りなどで活用されるかき水器

〒企画振興課 ☎0869・22・1031

**令和2年度大会関係日程調整会議**

瀬戸内市体育協会では、令和2年度の大会などの年次の計画として、以下の対象施設の利用を希望する団体を対象に、日程調整会議を開催します。

調整会議に参加を希望する団体の代表者は、あらかじめ事務局にお問い合わせください。

▷日時 12月21日(土) 午前10時30分～

▷場所 邑久B&G海洋センター

▷対象施設 邑久・長船スポーツ公園 邑久B&G海洋センター

▷参加申込期限 12月8日(日) 午後5時

〒瀬戸内市体育協会事務局

☎0869・22・2211

**瀬戸内市の味**

**里芋の豆乳がらタン**



- ◆材料(2人分)
- 里芋(500g)
- 玉ねぎ(1/2個)
- 豆乳(2カップ)
- とろけるチーズ(適宜)
- バター(20g)
- 塩、黒こしょう(少々)



**◆作り方**

- ①里芋は、皮つきのまま竹串がスッと通るまで蒸し、皮をむく。小さければそのまま、大きいものは半分に切る。
- ②玉ねぎは1cmの厚さに切る。
- ③鍋にバターを入れて弱火で玉ねぎをじっくり炒め、しんなりしてきたら里芋と豆乳を加えて煮詰める。
- ④好みのとろみがついたら火を止め、塩、黒こしょうで味付けする。
- ⑤耐熱容器にバター(分量外)をぬり、④を移し入れ、とろけるチーズをまんべんなく散らす。
- ⑥230度で10分を目安に、表面に焦げ目がつくまで焼く。

今月のレシピは 楽食の会です。  
〒健康づくり推進課 ☎0869・26・5961