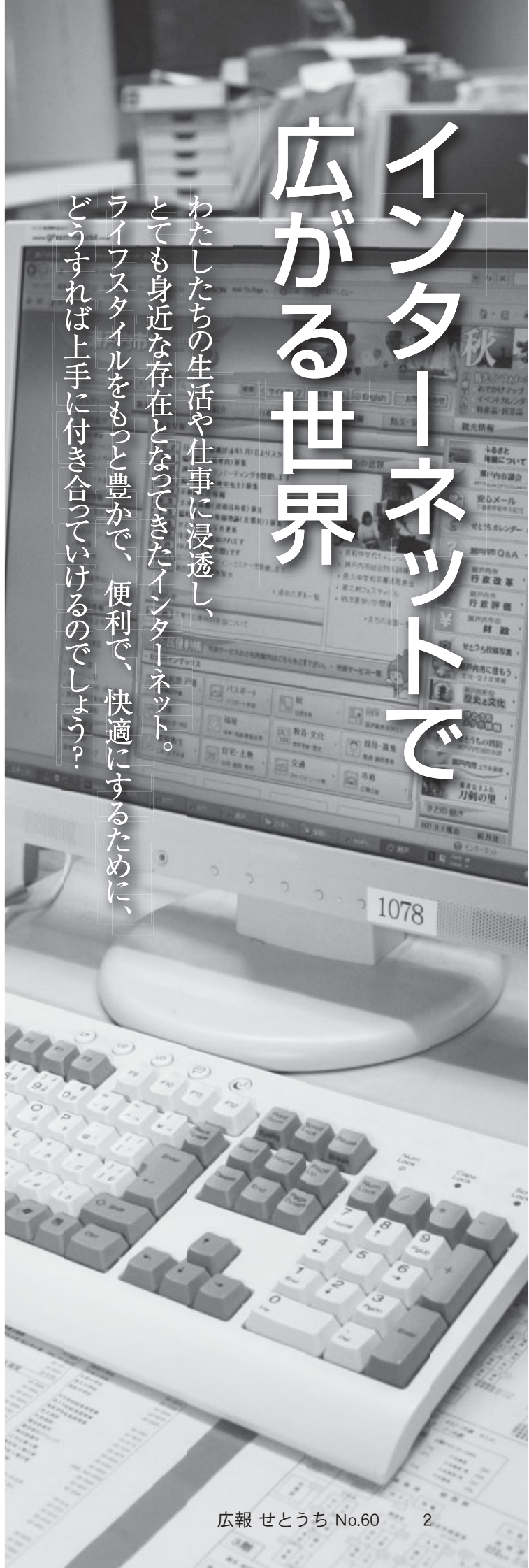


# インターネットで 広がる世界

わたしたちの生活や仕事に浸透し、とても身近な存在となってきたインターネット。ライフスタイルをもっと豊かで、便利で、快適にするために、どうすれば上手に付き合っていけるのでしょうか？



パソコンがあれば、世界中とつながる「インターネット」。

とても便利な反面、ネット社会の危険な落とし穴が存在するのも事実です。でも、使い方にさえ注意すれば、その世界は広がります。

これからの時代を楽しく生活するためにも、ぜひこのページをご覧ください。



ません。ネットワークを生かしたさまざまなサービスも行われています。例えば、オンラインショッピング。簡単に言うと、通信販売のことですが、時間に関係なく、家の中でたくさんの商品の中から欲しいものを注文することが出来ます。一方で、こうしたサービスがめぐってトラブルが多発しているのも事実。信用できる業者を利用する、個人情報を気軽に教えないなど、自己防衛を行うことも必要です。

## インターネットの 将来展望

これまでの主流として、インターネットといえば、ホームページの検索やメールのやり取りが一般的な用途でした。

しかし、今では、ブログやソーシャル・ネットワーキング・サイト（趣味、職業、居住地域などを同じくする個人同士のコミュニケーションを構築し、支援するインターネットを利用したサービス）などの多様なコミュニケーション

## 世界中につながった ネットワーク

複数のコンピュータを接続する技術のことをネットワークといいます。

インターネットとは、このネットワーク同士がさらにつながり合った巨大なコンピュータネットワークのことです。

国や地域に関係なく世界中のネットワークが相互に接続されているので、インターネットに接続さ

ンサービスが次々と誕生しています。

同じ趣味の仲間を見つけて盛り上がり、お困りごと解決サイトで困ったことを相談したりといった、これまでのインターネットの世界にはない新たな使い方、若い人から年配の人まで誰もが楽しめるようになっていきます。

## はじまる ユビキタス社会

ユビキタス社会とは、あらゆる人や物がインターネットにつながることで、さまざまなサービスを提供し、人々の生活をより豊かにする社会のことをいいます。パソコン同士だけでなく家電製品などあらゆる物を含めて、物と物、人と物、人と人がつながることといえます。

以前は、インターネット接続ができるのはパソコンが主でしたが、最近ではパソコン以外にもインターネットに接続できるデジタル家電などが増えてきています。身近なデジタル家電となったデ

れたパソコンは、世界中とつながっていることになりました。

## 使い方を知れば 楽しみ方は無限大

インターネット上には、たくさんの情報が公開されています。

何か調べたいと思ったときは、まずインターネットで検索してみましょう。最近では、ブログ（個人の日記などを簡便な方法で作成し、公開できるサービスの総称）などを作成して、情報を発信している人も多くなっています。しかし、情報の中には、不確かなことやうわさもあります。一つの情報だけでなく、たくさん情報を調べて、それが本物か判断しなければなりません。

情報を検索したり、発信することだけがインターネットではあり

デジタルカメラは、自宅に居ながら写真をインターネット上で公開したり、プリントを依頼したりすることが出来ます。こうしたデジタル家電が増えてくることで、わたしたちの生活に密着したさまざまな利用形態が増えてくるでしょう。

## インターネットに 接続してみよう

一般的なテレビやラジオと違って、インターネットのサービスを利用するためには、接続の契約と利用料金が必要になります。

現在、インターネットへの接続は、民間通信事業者のサービスにより、市内のほぼ全域で利用可能となっています。興味のある人は、一度検討してみたいかがでしょうか？

※NTT西日本では、12月中旬からNTT邑久交換所エリア（具体的には、電話番号が0869-22と24のエリア）の一部地域で、光回線を使った、より高速なインターネット接続サービスの提供を開始する予定です。



お出かけ前には、インターネットでの情報検索が大変役に立ちます。目的地の天気を調べたり、電車や飛行機の時刻を調べて予約したり。見どころや地元の人しか知らないグルメ情報だって手に入れることができます。



# 福祉ネットワーク 公開すこやか長寿 公開録画

観覧者を募集します



武井正子  
Masako Takei



山田邦子  
Kuniko Yamada

市では、NHK岡山放送局、NHK厚生文化事業団と共催で、NHK教育テレビの全国放送番組「福祉ネットワーク 公開すこやか長寿」の公開録画を実施します。

第1部では、順天堂大学名誉教授 武井正子さんを講師に迎え、高齢者や家族の皆さんが自宅で簡単にできる健康法や体操、リハビリ運動などを観覧者の皆さんに参加してもらいながら最新情報を紹介します。

第2部は、タレントの山田邦子さんが自身の乳ガン摘出手術を受けた経験をもとに講演会を行います。どんな時も人生を楽しみながら精いっぱい生きることの素晴らしさを、持ち前の話術とパフォーマンスを交えてお話しします。

応募要領は、左ページのとおり。見て、聞いて、体験して、毎日を元気に、大切に過ごせるよう、たくさんの参加をお待ちしています。

▽日時 平成22年1月30日(土)

【開場】午後1時

【開演】午後1時30分

【終演予定】午後4時

▽会場 ゆめトピア長船

▽内容

【第1部】「福祉ネットワーク・公開すこやか長寿」公開録画

講師 武井正子さん(順天堂大学名誉教授)

ゲスト 山田邦子さん(タレント)

【第2部】講演会「大丈夫だよ、がんばろう！」

講師 山田邦子さん(タレント)

司会 広瀬久美子さん

▽観覧料 無料

※1歳以上のお子さんから入場整理券が必要です。

▽申込方法

往復はがきに次の要領で必要事項をご記入の上、お申し込みください。

【往信用裏面】 ①郵便番号、②住所、③名前、④電話番号

【返信用表面】 ①郵便番号、②住所、③名前

【あて先】 〒701-4264

瀬戸内市長船町土師277-4

瀬戸内市「公開すこやか長寿」係

※郵便往復はがき以外の申し込み

みや記入漏れは無効となります。

※ご応募の際にいただいた個人情報に基づき、抽選結果を連絡します。また、NHKでは、この個人情報を受信料のお願いやイベントなどのご案内に使用させていただきます。

▽応募締切

平成22年1月7日(木) 必着

※応募多数の場合は抽選の上、1枚で2人まで入場できる整理券を発送します。

※当落結果の発送は、平成22年1月15日ごろを予定しています。

▽放送予定

平成22年2月18日(木)

午後8時29分

平成22年2月25日(木)

午後1時20分～1時49分(再放送)

※放送予定は変更になる場合があります。

■問い合わせ先

市いきいき長寿課

〒086-214-4714

午前9時30分～午後7時(平日のみ)

ホームページ <http://www.nhk.or.jp/okayama/>

## 体を動かして、もっと健康に!

「筋力つけて! 健幸教室」を開設します

市では、高齢になっても住み慣れた地域で生活できるよう、介護予防に取り組んでいます。筋力は年齢を重ねることで衰えてきます。

しかし、年齢に関係なく、運動して筋肉を使うことで、筋力は強化され、運動機能は向上します。そこで、楽しく筋力をつける「筋力つけて! 健幸教室」を開催します。いつまでも元気に暮らしていくために、日常生活に運動を取り入れてみませんか?

▷対象者 参加を希望する人は、次の全ての要件を満たす必要があります。

- ・65歳以上で介護保険の認定を受けていないこと
- ・12回全て参加可能であること
- ・自分で会場まで行けること

▷募集人数 20人(先着順)

▷参加料 無料

▷日程 下表のとおり

■問い合わせ・申込先

市いきいき長寿課 ☎0869-26-5948

回	日時	場所
1	12月18日(金)午前10時～正午	中央公民館研修室
2	12月25日(金)午前10時～正午	中央公民館多目的ホール
3	1月8日(金)午前10時～正午	中央公民館研修室
4※	1月9日(土)～21日(木)	健幸プラザ西大寺(岡山市)
5	1月22日(金)午前10時～正午	中央公民館研修室
6※	1月23日(土)～31日(日)	健幸プラザ西大寺(岡山市)
7※	2月1日(月)～2月11日(木)	健幸プラザ西大寺(岡山市)
8	2月12日(金)午前10時～正午	中央公民館多目的ホール
9※	2月13日(土)～2月22日(月)	健幸プラザ西大寺(岡山市)
10※	2月24日(水)～3月4日(木)	健幸プラザ西大寺(岡山市)
11	3月5日(金)午前10時～正午	中央公民館研修室
12	3月12日(金)午前10時～正午	中央公民館多目的ホール

※4、6、7、9、10回目は、上記の日時の中で都合のいい1日を選び(休館日の火曜日を除く)、午前10時～午後9時30分の営業時間に各自でトレーニングを行ってください。



# 幼稚園・学校を公開します

岡山県では、11月1日を「おかやま教育の日」として、この日から1週間を「おかやま教育週間」と定めています。

これを受け、市では各幼稚園、小・中学校でのさまざまな活動の様子を公開します。

左表のとおりです。子どもたちの生き生きとした学びの姿をこの機会にぜひご覧ください。

校園名	問い合わせ先 0869	実施時期	事業名	概要	
幼稚園	牛窓東	34-2104	11月5日(木)	幼稚園公開	保護者、地域の人、未就園児を対象に、幼児の生活や活動の様子を公開する。
	牛窓西	34-3687	11月5日(木)	公開保育	保護者、地域の人を対象に保育を公開する。
	牛窓北	34-3742	11月5日(木)	幼稚園開放日 北小祭り参加	保護者、地域の人を対象に保育を公開および牛窓北小学校のお祭りに参観者と一緒に参加する。
	邑久	22-0027	11月5日(木) 6日(金)	学校開放日 教育講演会	保護者、地域の人に保育を公開するとともに、保護者などを対象に幼児期の子育てについての講演会を行う。
	今城	086-943-8715	11月5日(木)	オープンスクール	保護者や地域の人を対象に保育を公開する。
	玉津	24-0092	11月5日(木)	オープンスクール	保護者や地域の人を対象に保育を公開する。
	美和	26-3445	11月5日(木)	学校(幼稚園)開放	保護者や地域の人を対象に保育を公開する。
	国府	26-3446	11月5日(木)	幼稚園開放日	保護者や地域の人を対象に保育を公開する。
	行幸	26-3447	11月5日(木)	幼稚園開放日	保護者や地域の人を対象に保育を公開する。
	小学校	牛窓東	34-2029	11月5日(木)	学校公開
牛窓西		34-2409	11月5日(木)	オープンスクール	保護者や地域の人に授業を公開し、教育内容を紹介する。
牛窓北		34-2520	11月5日(木)	オープンスクール	保護者や地域の人を対象に、授業、北小祭り(2~4校時)、全校道徳の様子を公開する。
邑久		22-1231	11月5日(木)	学校公開	保護者や地域の人に授業など教育活動を公開する。
今城		086-942-2025	11月5日(木)	学校開放	午前は保護者や地域の人に授業など教育活動を公開し、午後は、親子のふれあいの機会として芸術鑑賞会を開催する。
玉津		24-0555	11月5日(木)	オープンスクール	保護者や地域の人に授業など教育活動を公開する。
裳掛		25-0234	11月5日(木)	学校公開	保護者や地域の人に授業など教育活動を公開する。
美和		26-2051	11月5日(木)	学校開放日 PTAわいわいトーク	保護者や地域の人に授業など教育活動を公開するとともに親子と教職員がニュースポーツで親睦を深める。
国府		26-2015	11月5日(木)	学校開放日	保護者や地域の人に授業など教育活動を公開するとともに学校保健委員会や給食試食会などのPTA活動を実施する。
行幸		26-2258	11月5日(木)	学校開放日	保護者や地域の人に授業など教育活動を公開するとともに4、5学年のPTAふれあい活動を実施する。
中学校	牛窓	34-2048	11月5日(木) 21日(土)	学校公開 ルネサンス活動	午前は地域の人を講師に迎え牛窓のさまざまな文化活動の指導を行ってもらう。午後は参観日として授業を公開する。
	邑久	22-0016	11月5日(木)	学校公開日 瀬戸内市音楽会	保護者や地域の人に授業など教育活動を公開する。午後は、瀬戸内市内3中学校の音楽会を開催する。
	長船	26-2029	11月5日(木)	学校開放日	保護者や地域の人に朝の部活動から下校時刻まで授業など教育活動を公開する。

11月17日(火)は幼稚園ウィークデイ市内全幼稚園の公開と行幸幼稚園で意見交換会を開催

11月13日(金)~19日(木)の幼稚園ウィークは、国公立幼稚園の教育について、理解や推進を図り、幼児教育の充実や関心を高めようとするため、全国各地でイベントや啓発活動が行われます。

本市内の幼稚園でも、幼稚園ウィークデイとして次のとおり幼稚園の公開と市の教育についての意見交換会を開催します。

学区内の幼稚園だけでなく、他の幼稚園もご覧いただけます。皆さん、お気軽にご参加ください。

【幼稚園公開】

▽日時 11月17日(火)

午前9時~午後2時

▽場所 市内全幼稚園

【意見交換会】

▽日時 11月17日(火)

午前10時~11時30分

▽場所 行幸幼稚園

【問い合わせ先】

上表のとおり

就労などの間、児童へ遊びと生活の場を提供

## 平成22年度放課後児童クラブの入所受付を開始

平成22年度放課後児童クラブの入所受付を開始します。放課後児童クラブとは、就労などの理由で昼間保護者のいない家庭における小学校低学年児童に対して、適切な遊びと生活の場を提供し、児童の健全な育成を図るものです。

クラブでは、異なった年齢の児童と一緒に遊ぶことで、社会性やコミュニケーション能力を身に付けることができます。特色のある行事もたくさんあり、入所している児童にとって笑顔で安心して過ごせる第二の家庭となっています。また、保護者にとっても、安心して仕事を続けられ、働く権利と生活を守ることができます。

放課後児童クラブの運営は、各クラブの運営委員会などに委託されています。受付開始日時や申請方法などが異なりますので、各クラブへお問い合わせください。

■問い合わせ先

▽牛窓東・牛窓西・牛窓北学区

牛窓ルンビニ児童クラブ

☎0869-34-2309

▽邑久学区

ゆめつこ邑久組、ゆめつこ福田組

☎0869-24-2702

▽今城学区

今城っ子クラブ

☎0869-942-0681

▽裳掛学区

キッズクラブ

☎0869-25-0350

▽行幸学区

みゆキッズクラブ

☎0869-26-3355

▽国府学区

第1ひまわりクラブ、第2ひまわりクラブ

☎0869-26-6621

▽美和学区

美和っ子クラブ

☎0869-26-2713

## 子育て支援の輪

みんなが子育ての一員です

このコーナーでは、瀬戸内市子育て支援ネットワークを構成する関係機関・団体・組織などを紹介します。同ネットワークは、すべての子どもたちの人権を守り、安心して子どもを生み育てられる地域づくりを目指します。

### みんな仲良く楽しんで子鹿クラブ

子鹿クラブは、牛窓町鹿忍地区の保育園・幼稚園に入っていない子どもと保護者を対象に、月に1回、牛窓ルンビニ保育園やあいあい保育園に集まり、交流を深めています。

「地域のふれあいを大切に、みんな仲良く楽しんでいきます」と同クラブの皆さん。お誕生日会やクリスマス会など、



みんな楽しくたこ焼き作り!

みんなが気軽に楽しめる活動を通して、地域や子育てについて情報交換を行います。「いろいろなお母さんからいろんな情報を教えてもらえます。みんな仲良しで、気を使わず、何でも相談できるクラブです」と和気あいあいとした雰囲気の中で、親子同士の交流を楽しみ皆さんの姿がそこにありました。

■連絡先

子鹿クラブ(児玉順子さん)

☎0869-34-3453



## 耐震診断・改修費用を補助

市では、地震に強い安全なまちづくりを目的に、昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅の所有者が実施する耐震診断及び耐震改修工事に対して、費用の一部を補助します。

### STEP 1 耐震診断

どの程度地震に耐えられるかを診断します。

「耐震診断」とは…

耐震診断とは、地震に対しての建物の安全性を評価することです。

例えば、地震が発生した際に建物が倒壊する危険性の診断および補強の必要性や、詳細診断内容が分かる仕組みとなっています。

耐震診断補助…費用 42,000円/件（補助金額 28,000円）

### STEP 2 補強計画

住まいを丈夫にする補強計画を立てます。



「補強計画」とは…

補強計画とは、耐震診断の結果「倒壊する可能性がある」と判定された住宅にどのような補強をすれば耐震性が向上するかを検討し、耐震補強工事を行うための計画を立てることです。

### STEP 3 耐震改修工事

地震に対し弱い所を補強します。

「耐震改修工事」とは…

耐震改修工事とは、地震に対して「倒壊する可能性がある」と診断された建物を、地震に対して強くするために行う補強工事のことです。

耐震改修補助…限度額 300,000円/件（建替えも対象）

※事前に住宅の耐震診断を受け、補強計画を作成する必要があります。また、工事着手前に申請が必要です。詳細については、市建設課までお問い合わせください。

なお、市では、市役所1階小会議室にて、毎月第3水曜日午前9時～午後3時に住宅増改築相談窓口を設置し、専門知識を有する相談員が住宅全般についての相談を受け付けています。予約は不要です。

相談内容が外部に漏えいすることはありませんので、お気軽にお越しください。

■問い合わせ・申込先

市建設課 ☎0869-22-2649

## 市営住宅の入居者を募集

市では、市営住宅の入居者を募集します。

▷募集団地

団地名	所在地	規格	構造	戸数
福里西村団地	長船町土師1094-1	3DK	簡耐平屋建	1戸
福里西村Ⅲ団地	長船町服部1509-10	3DK	簡耐平屋建	1戸

▷家賃 収入により決定

▷入居日 12月1日(火)

▷申込受付期間

11月2日(月)～13日(金)

午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)

■問い合わせ・申込先

市建設課 ☎0869-22-2649

## 11月は「児童虐待防止推進月間」

児童虐待防止法が施行された11月を「児童虐待防止推進月間」と定め、児童虐待問題に対する社会的関心の喚起を図っています。

「虐待を受けた」と思われる子どもを見つけたときには、ためらわずに子どもを虐待から救うための行動を起こすことが大変重要です。

子どもの家庭生活上、困っていることや悩みがあれば、市家庭児童相談室まで、ご相談ください。

■相談先

市家庭児童相談室 ☎0869-26-8009

相談時間 午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)

■児童虐待通告先

市子育て支援課 ☎0869-26-5947

### 子どもを虐待から守るための5か条

①「おかしい」と感じたら迷わず連絡(通告)

⇒市子育て支援課へご連絡ください

②「しつけのつもり…」は言い訳

⇒子どもの立場で判断することが大切です

③ひとりで抱え込まない

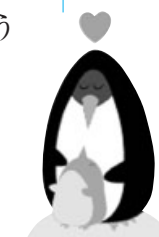
⇒あなたにできることから、即実行しましょう

④親の立場より子どもの立場

⇒子どもの命が最優先です

⑤虐待はあなたの周りでも起こりうる

⇒特別なことではありません



## 瀬戸内市子育て支援講演会を開催

児童虐待防止推進事業および人権啓発事業として、子育て支援講演会を実施しますので、ご参加ください。

虐待を受けた子どもは、愛着障害に始まるトラウマから、非行・自殺企図・家庭内暴力などの症状で、大人に助けを求めます。その子どもが、大人になって、不適切な養育(虐待)を繰り返します。

この悪循環を断ち切るために、地域の皆さんに、良き理解者となっていただき、子育て支援の輪に入っていただけることを願っています。

▷日時 11月22日(日)午後1時30分～3時

▷会場 ゆめトピア長船

▷内容

演題 「健全な子どもを育てるために  
～家族と地域の役割～」

講師 ヘネシー澄子さん(東京福祉大学名誉教授)

※詳細は、本紙今月号の折り込みチラシをご覧ください。

■問い合わせ先

市子育て支援課 ☎0869-26-5947

市市民課 ☎0869-22-3922

## 「女性の人権ホットライン」強化週間



暴力は、その対象の性別や加害者、被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありません。特に、配偶者からの暴力、性犯罪、売買春・人身取引、セクシュアルハラスメント、ストーカー行為など女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成する上で克服すべき重要な課題です。

岡山地方法務局と岡山県人権擁護委員連合会では、下記の7日間を全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間とし、臨時回線を増設し電話相談を受け付けます。相談は無料で、秘密は厳守されます。お気軽にお電話ください。

▷期間 11月15日(日)～21日(土)

▷時間 午前8時30分～午後7時

(土日は午前10時～午後5時)

▷相談担当者 法務局職員、人権擁護委員

■問い合わせ先

女性の人権ホットライン ☎0570-070-810



### 地上デジタル放送の受信を支援

総務省では、経済的な理由などで地上アナログ放送から地上デジタル放送に移行することが難しい世帯に対する支援の受付をしています。

▷支援対象 日本放送協会（NHK）の受信料の全額免除を受けており、次のいずれかに該当する世帯

- ・生活保護世帯などの公的扶助受給世帯
- ・障害者のいる市町村民税非課税世帯
- ・社会福祉事業施設入所者

※すでに、地上デジタル放送を視聴されている世帯は支援の対象外です。

#### ▷支援内容

現在お持ちのアナログテレビに取り付ける「簡易なチューナー」の無償給付を行います。アンテナ改修などが必要な場合にはその支援も行います。

#### ▷申請期限（平成21年度分）

平成21年12月28日（月）

#### ▷申込方法

右記の総務省地デジチューナー支援実施センターにお電話ください。申込書を発送します。

また、申込書は、お近くのNHKの窓口、市福祉課、市保健福祉部邑久分室、牛窓支所および裳掛出張所にも設置されています。

※NHKの受信料全額免除となっている世帯には、NHKから全額免除証明書と申込書が送付されます。

※支援の申し込みには、NHKと受信契約を結び、受信料全額免除の適用を受けてください。

※支援は現物給付です。自分で購入したチューナー、アンテナ改修などの費用を清算することはできません。

#### ■問い合わせ先

##### ▷支援制度について

総務省地デジチューナー支援実施センター

☎0570-033840

##### ▷NHK受信料免除について

NHK視聴者コールセンター

☎0570-000588

市福祉課

☎0869-26-5943



ビデオ端子などで接続することで、アナログテレビでも受信が可能に

### 住宅手当緊急特別措置事業を実施

市では、10月から、離職者で就労能力および就労意欲のある人のうち、住宅を喪失している人または喪失するおそれのある人を対象に、6ヵ月間を限度として住宅手当を支給するとともに、住宅および就労機会の確保に向けた支援を行う「住宅手当緊急特別措置事業」を実施しています。支給に当たっては、さまざまな要件などがありますので、詳細は、市福祉課までお問い合わせください。

住宅手当緊急特別措置事業」を実施しています。支給に当たっては、さまざまな要件などがありますので、詳細は、市福祉課までお問い合わせください。

#### ■問い合わせ先

市福祉課 ☎0869-26-5944

### 狩猟期間のお知らせ

狩猟とは 狩猟免許試験に合格し、狩猟者登録証を受けた人が、わなや散弾銃など法に定められた猟具を使い、狩猟期間にイノシシ、シカ、マガモなどの野生鳥獣を捕獲することです。

狩猟期間中は、野山に出掛ける場合は、銃声がしたら近付かない、目立つ色の服装を心掛けるなど狩猟事故に十分に注意してください。

#### ▷狩猟期間

11月15日（日）～平成22年2月15日（月）

※農作物被害が著しいイノシシおよびニホンジカに限っては、2月28日（日）まで狩猟期間が延長されます。

#### ■問い合わせ先

岡山県自然環境課 ☎086-226-7310



### 障害児福祉年金・心身障害者福祉年金のお知らせ

次の支給要件に該当する人で、平成21年度の申請をまだ行っていない人は、11月30日（月）までに手続きを行ってください。

#### ▷支給要件

##### ○障害児福祉年金

平成21年4月1日までに手帳を取得し、平成21年4月1日以前に1年以上市内に居住している20歳未満の人で、次のいずれかに該当する人。

ただし、児童福祉施設等に入所している人は該当になりません。

- ①身体障害者手帳1～4級を所持している人
- ②療育手帳を所持している人
- ③精神障害者保健福祉手帳1～2級を所持している人

##### ○心身障害者福祉年金

平成19年4月1日までに手帳を取得し、平成19年4月1日以前に1年以上市内に居住している20歳以上の人で、当該障害について支給される公的年金の給付を受けておらず、次のい

れかに該当する人。

ただし、「らい予防法の廃止に関する法律」の規定による国立ハンセン病療養所に入所している人は該当になりません。

- ①身体障害者手帳1～4級を所持している人
- ②療育手帳を所持している人

#### ▷申請手続きに必要なもの

- ・印鑑
- ・身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳
- ・本人名義の通帳
- ・公的年金受給中の人は、受給している公的年金の証書など

#### ■問い合わせ・申請先

市福祉課	☎0869-26-5943
市保健福祉部邑久分室	☎0869-22-1810
市牛窓支所	☎0869-34-3431
市裳掛出張所	☎0869-25-0004

### 瀬戸内市民病院コラム

#### 新型インフルエンザについて

内科医長（呼吸器、アレルギー専門） 白石高昌



新型と聞くと何か新しい病気のようですが、新型インフルエンザは香港カゼ、ソ連カゼと同じように、インフルエンザの一種のタイプです。典型的な症状は、のどの痛みと高熱、筋肉痛など今までの季節性インフルエンザと同じですが、腹痛や下痢などの消化器症状も見られることがあります。怖いのは脳症で、意識障害や死亡することもあります。熱を下げることはかえって危険とされていますので、発熱時に自宅にある風邪薬や熱さましをむやみに使わないようにしてください。感染経路は主に飛沫感染ですが、接触感染も気を付けなければいけません。ですから予防としてはマスク着用や手

洗い、うがいなどが有効です。予防接種は、今年は流行に間に合わない可能性が高いと思われるので自然に治ります。無理して職場や学校に行くとなが感染源となります。自宅でゆっくり休養を取るようにしてください。逆に妊婦や乳幼児、基礎疾患（慢性の呼吸器や心臓の病気、糖尿病、透析患者、ステロイド内服中など）を持っている人は、早めに医療機関を受診して検査を受けるようにしましょう。ただ熱が出て数時間以内に検査を受けると、陰性となり、かえって治療が遅れることがあります。熱が出て半日ぐらいたって受診してください。

#### ■問い合わせ先

瀬戸内市民病院 ☎0869-22-1234

市民に信頼される病院を目指して





# 生活環境

## ハロゲンヒーターの事故が急増！

国民生活センターの発表によると、近年、ハロゲンヒーターによる事故の相談件数が急増しています。



使用には注意が必要

発煙や発火など製品の安全性に関するものが多く、品質不良と思われる事例もありますので、ご使用の製品がリコール対象となっていないか、メーカーや販売店にご確認ください。この他にも安全・品質上疑問な点があれば、使用を一時中断し、メーカーや販売店に連絡してください。

中止してください。使用に当たっては、次のことに注意しましょう。

- ・近くに可燃物を置かないようにする。
- ・その場を離れるときや、就寝のときは、電源を切り、コンセントを抜く。
- ・低温やけどを防止するため、適度な距離を保ち、体の一部分を暖め過ぎない。

## 犬や猫はマナーを守って正しく飼いましょう

ペットの犬や猫と楽しく暮らすために、次のことを守って近所の皆さんに対する気配りをしましょう。

☆鑑札・狂犬病予防注射済票の交付を受ける

登録を受けた時に発行される鑑札と狂犬病予防注射済票を飼い犬に付けるのは、法律で決められた飼い主の義務です。飼い犬がいなくなった場合には、手掛かりにもなりません。交付を受けていない人は、市生活環境課で手続きをしてください。

みんなに迷惑を掛けることになりません。また、猫を引き付け、周りの人に迷惑を掛ける無責任な餌やりはやめましょう。

☆去勢・避妊手術を受けさせる

不幸な野良犬・猫を増やさないため、繁殖を望まないなら去勢・避妊手術をし、終生飼いましょう。

☆猫を捨てない

捨てられた猫は、飢え・病気や寒さなどで無残な死を迎えるか、野良猫となり、

飼い主が責任を持って持ち帰りましょう。

☆トイレのしつけをする

飼い猫が飼い主の知らない間に、近所の庭や公園でふん・尿をした場合でも飼い主の責任になります。ふん・尿は自宅でさせるしつけをしましょう。

☆猫は室内飼いを心掛ける

病気への感染やふん・尿によるトラブルの防止になります。飼い主が分かるように名札を付けると野良猫と区別でき、近所からの信頼も得やすくなります。

マナーを守ってほしいワン!



古武くう

## 警察安全情報

### 乗り物盗の被害防止について

瀬戸内警察署管内では、自転車、オートバイが盗まれる乗り物盗がJR長門久長船駅を中心に多発しています。

乗り物盗の被害に遭わないために、次の被害防止対策を推進しましょう。

また、不審者を見つけた場合には、直ちに110番通報をお願いします。

#### ◆乗り物盗被害防止対策

・自転車、オートバイには、必ず鍵を掛け、チェーン錠などによる二重ロック

をする。

・自転車は、「自転車防犯登録」、オートバイは、「グッドライダー防犯登録」を受ける。

■問い合わせ先

瀬戸内警察署  
0869-34-6110



## 11月25日～12月1日は、犯罪被害者週間

「犯罪被害者週間」は、期間中の啓発事業などを通じて、犯罪被害者の名誉、生活の平穏への配慮などについて、国民の理解を深めることを目的としています。

現代社会では、誰もが突然予想し得ない犯罪に巻き込まれる可能性があります。地域社会が一体となって、被害者を思いやり、支え合う気持ちを共有して、犯罪予防や被害者のためにできることを考えていきましょう。

## 老朽化した消火器に注意!

ます。

破裂事故の原因となっている消火器は、ほとんど点検もされず、長年放置された古い消火器に集中しています。

破裂事故を防止するために、次のことに注意してください。

①設置場所をチェック

消火器が風雨にさらされる場所や湿潤な場所などに設置されていないかを確認するとともに、消火器の状態を点検し、腐食が進んで

老朽化した消火器が破裂する事故が発生しています。

②廃棄は専門業者へ

不用になった消火器は、放射、解体をしないで、直接、回収を行っている設備業者または購入した業者に廃棄を依頼してください。

■問い合わせ先

市消防本部予防課  
0869-22-1333



破裂した消火器は、底の溶接部分が著しく腐食

## 住宅用火災警報器を給付

平成23年5月31日までに住宅用火災警報器の設置が必要となっています。

市では、次の要件をすべて満たす高齢者世帯を対象に住宅用火災警報器の給付を行います。

▼給付要件

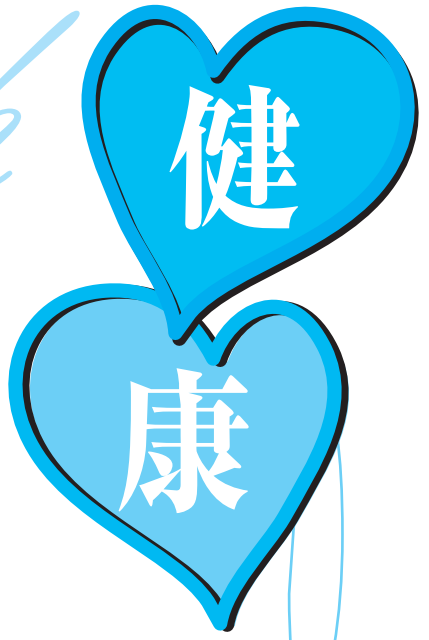
- ・65歳以上の高齢者のみ世帯の人
- ・生計中心者が前年所得税非課税の人または生活保護の人
- ・市内の持ち家に居住の人

※給付については上限があります。

■問い合わせ・申請先

- 市いきいき長寿課  
0869-26-5948
- 市保健福祉部久分室  
0869-22-1810
- 市牛窓支所  
0869-34-3431
- 市裳掛出張所  
0869-25-0004





## もっと知って欲しい「心の病気」



最近、なんとなく続いている気分やからだの不調。このちよつとした変化は、もしかしたら、「うつ病」のサインかもしれません。

精神的なストレスが多い現代社会にあって、うつ病は大きな社会問題でもありません。ストレスは、気付かないうちに蓄積していき、過剰にたまるとうつ病に悪い影響を及ぼします。

うつ病は「心のかぜ」と呼ばれるほど誰でもかかる可能性のある病気です。いくつかの要因が重なり、気分の落ち込みや憂うつな状態が回復せず、長く続いてしまう病気です。

はつきりとした原因は分かっています。脳内の神経伝達物質が正常に働かなくなり、

病気の状態を引き起こすと考えられています。病気を正しく理解し、適切な対応をすることが大切です。

### うつ病の症状

次のような症状が長く続くと人は要注意です。

- 気分が落ち込む
- 今まで楽しめていたことが楽しめない
- 疲れやすくなる
- 寝つきが悪くて、朝早く目が覚める
- 気力、意欲、集中力が低下した状態が続く

身体的症状として、眠れない・疲労感・頭痛・食欲低下などの症状

毎日の小さなイライラに対しては、スポーツ・趣味・レジャーなど、自分なりのストレス解消法を見つけておくことが大切です。

少し深刻な問題に対しては、問題を整理して、解決のための選択肢を考えるようにしましょう。自分の手に余る深刻な問題に直面して、ストレスを感じたときは、独りで抱え込まず、家族や友人（必要な時は専門家）などに相談し、対策を考えることが必要です。社会生活で受けるさまざまなストレスを少しでも軽減するために、睡眠や休養をしっかり取り、心身をじゅうぶんに休ませましょう。

### うつ病が疑われたら

うつ病は治る病気です。まずは、保健師などの専門家に相談し、必要に応じて専門の医療機関を受診しましょう。

うつ病は、本人が気付かないこともあります。周りの人がうつ病のサインに気づき、日常の仕事や家事が困難になるなどの症状があれば、休養を

勧めるなど配慮を忘れないことが必要です。

本市では、精神科専門医による精神保健福祉相談や、臨床心理士によるこころの健康相談を実施しています。本人が相談に来れない場合、家族による相談もできます。

気になる症状がある人は、お気軽にご相談ください。詳しくは、本紙「くらしの情報」コーナーをご覧ください。

**こころの健康づくり県民講座**

▷日時 11月6日(金)  
午後1時30分～3時

▷場所 ゆめトピア長船

▷演題 イキイキ生きる  
～こころの健康づくり～

▷講師 佐藤創一郎慈恵病院精神科医

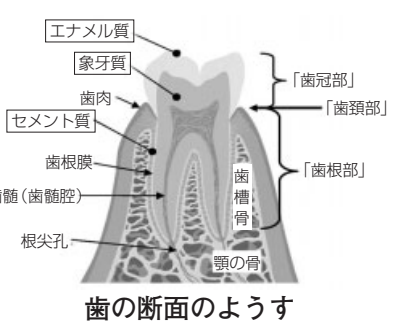
■問い合わせ先  
備前保健所  
☎086-272-3934

## デンタルコラム

### 人の歯の構造について

人の歯は外形的に「歯冠部」と「歯頸部」と「歯根部」に区別されます。生歯の歯冠部は、口の中に露出しているその表面はエナメル質で覆われています。

エナメル質は、上皮が変化したもので歯冠部の外表にあり、エナメル小柱とその間を満たす物質からなり、水分が少なく乳白色または黄白色をしています。電気の不良導体であり、硬さは\*モース硬度計で6～7度で水晶の硬さと同じくらいで96～98%の無機質と2～4%の有機質からなっています。歯根部の表面はセメント質に覆われています。セメント質はモース硬度計で4～5度であり、65%の無機質と35%の有機質からできています。歯を縦に切るとその中央に歯の外形を縮小したようなやわらかい組織の歯髄があります。歯髄の入っている間隙を歯髄腔と呼びます。歯髄は、顎の骨の中から進入した細い神経や血管とさまざまな細胞と体液からなっています。歯髄が正常に機能しているとその歯は生きているといわれます。



歯の断面のようす

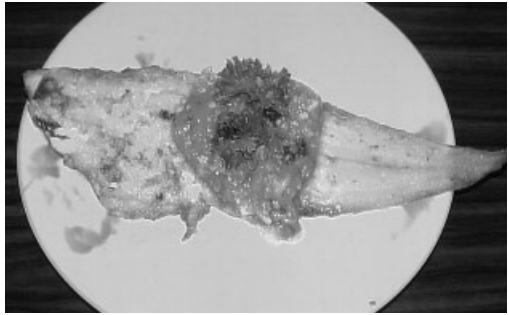
顎の骨とつながっている根尖孔以外の部分は象牙質に包まれています。象牙質は象牙細管と間質からなっています。象牙質は骨細胞のない骨組織のようなものとなっていて不透明な淡黄色で、硬さはモース硬度計で5～6度となり、骨より少し硬く弾力に富んでいて電気にはエナメル質と同じく不良導体で、28%の有機質と72%の無機質からなっています。歯冠部と歯根部の境を歯頸部といいます。歯と顎の骨との間には歯根膜という組織があり、歯と骨を歯根膜繊維でつないでいて、クッションのような役割をしています。

このように歯は小さなものですが、結構複雑な構造をしていますのでどの部分が欠けても、異常が起こっても上手に食べることができなくなります。大事な歯を大切に長持ちするように手入れを良くしてください。なお、歯についての疑問は、かかりつけの歯科医へお問合せください。（\*鉱物の硬度を調べるための計測器で、一般に1～10段階で表示されます。10は最も硬い鉱物で、ダイヤモンドです）

瀬戸内市歯科医師会

## 瀬戸内市の味

### 【ゲタのムニエルトマトソース】



### ◆材料(4人分)

- ゲタ ..... 4尾
- 塩・こしょう ..... 少々
- 小麦粉 ..... 適宜
- サラダ油 ..... 大さじ1
- バター ..... 大さじ1
- パセリ ..... 適宜

### 【トマトソースの材料】

- 完熟トマト ..... 2個  
またはホールトマト缶 ..... 1缶
- タマネギ ..... 1/4個
- ニンニク ..... 1かけら
- サラダ油 ..... 大さじ2
- 塩・こしょう ..... 少々

### ●作り方

- ① トマトは湯むきして、細かく刻む。
- ② タマネギとニンニクはみじん切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、②を香りが出るまで炒める。①を加え、焦げないように混ぜながら半量になるまで煮詰め、塩・こしょうで薄めの味に整える。
- ④ 下処理をしたゲタに塩・こしょうをし、小麦粉を薄くまぶす。サラダ油とバターを入れ、熱したフライパンで色よく焼く。
- ⑤ 皿に盛り、トマトソースを掛け、パセリを添える。ソースに刻んだパセリを散らす。

柴田 順子さん  
(牛窓町漁協女性部)



これからゲタの美味しいシーズンになります。いつもは煮付けて食べることが多いですが、ムニエルにしてトマトソースを掛けると、臭みが消えて子どもでも食べやすくなります。





芝刈りを行う生徒たち(長船町公民館)



ストローを使ったレクリエーション(長船荘)

## 働くって大変だけど楽しい 長船中学校2年生がチャレンジワーク

9月15日から17日までの3日間、長船中学校の2年生がチャレンジワークを行いました。

今年で14回目を迎えたチャレンジワーク。この行事



広報紙用の写真を選ぶ細川君

は、中学生が実際に職場を訪ね、そこで働くことと、仕事をすることの厳しさを感じて、将来に役立てていく学習です。

51カ所ある事業所から市企画振興課で職場体験を行った細川楓生君が取材した「特別養護老人ホーム長船荘」と「長船町公民館」での様子を伝えます。

長船荘に行った生徒は、一年生の時に訪問して、興味を持ったからと職場体験の場を選んだそうです。「高齢者の皆さんへの言葉づかいが難しかったけど、

楽しい時間が過ごせました」と笑顔で話していました。

公民館に行った4人は、担当の人から指導を受けながら、芝刈り機を使ったり、書類の整理をしたりしていました。生徒の一人は、「思っていたより大変でしたが、公民館はいろいろな仕事があって、疲れたけど面白かったです」と話していました。

### 【感想】

写真を撮ったり、記事を書いたりして、大変でしたが、貴重な体験になりました。(細川楓生)

## いつまでもお元気で

赤枝静恵さんが満100歳に



関係者を前にお礼のあいさつをする赤枝さん

9月20日に赤枝静恵さん(邑久町豊安)が満100歳を迎えました。

9月24日、高畑靖明備前県民局健康福祉課長や谷田孝史市保健福祉部参与がお祝いに、入所している邑久ナーシングを訪問。職員や入所者の皆さんに見守られながら、お祝い状

や記念品を手渡されると、赤枝さんは、元教師らしいしつかりとした口調でお礼を述べていました。

長生きの秘訣は、何事にも熱心に、こだわりをもって取り組むこと、また、何でも食べることだそうです。赤枝さん、これからも元気で過ごしてください。

## 救急業務の大切さをPR 国府幼稚園教諭の太田知那さんを一日救急隊長に委嘱



クイズを通して救急について楽しく学習

救急の日の9月9日、瀬戸内市消防本部は、救急業務に対する地域住民の正しい理解と認識を深めるとともに、応急手当の普及啓発のため地域住民に正しい理解と認識を深めてもらうおと、国府幼稚園の太田知那さんに一日救急隊長を委嘱しました。

太田さんは、同消防本部で救急技術訓練などを見学後、国府幼稚園に行き、救急に関するクイズを出題。園児たちは正解するたびに大はしゃぎでした。また、長船町のスーパーでは、チラシを配布し、応急手当の大切さを市民の皆さんに呼び掛けました。

## 虫明八景が切り絵に 道の駅黒井山グリーンパークゆうゆう交流館が制作

邑久町虫明の景観をまとめた「虫明八景」の切り絵はがき・便せんが完成しました。

これは、道の駅黒井山グリーンパークゆうゆう交流館が、虫明の自然や歴史を身近に感じてもらおうと版画家友田充さん(京都市)に制作を依頼していたものです。

「虫明八景」は、虫明に陣屋を構えた岡山藩筆頭家老の伊木忠親が1680年



切り絵を手にするゆうゆう交流館の三宅久雄支配人



虫明の美しい景観を切り絵で表現

に選定したもので、忠親の主君の二代藩主池田綱政がその八景を和歌に詠み、六代將軍徳川家宣に仕えた新井白石が漢詩を作り、多くの文人たちに広まりました。切り絵には、この和歌や漢詩も添えられており、诗情あふれる作品となっています。

はがき(8枚セット)、便せん(32枚つづり)ともに420円で同館ギャラリーにて販売しています。

## 団地のオアシスにみんな集まれ! コミュニティカフェひまわりがオープン

9月29日、福元グリーンタウンの中央公園(邑久町福元)にコミュニティカフェひまわりがオープンしました。

同団地ができて約30年。現在、住民の高齢化が進み、その孤立化が問題となる中、人とのつながりを見直すことで、明るく過ごせるきっかけにと、岡山県備前県民局と岡山市の市民グループが開講しているまちづかいリーダー養成講座に参加し



このカフェでは誰もが知り合い

ている谷原和子さんと吉田かよ子さんらの呼び掛けで実施されたものです。当日は、友達を誘ったり、通り掛かりの人に声を掛けたりして、初回にもかかわらず多くの人が集まり、カフェは、大にぎわい。コーヒー、緑茶、紅茶の飲み物や持ち寄ったお菓子が振る舞われ、いろんな話に花を咲かせていました。

参加者の一人は「知らない人と話ができて、友達づくりになった。次回もぜひ参加したい」と笑顔で話していました。

開催日時は、毎週火曜日午後1〜4時(雨天中止)。参加費として、1人100円をお願いしています。どなたでも自由に参加できます。皆さんも楽しいひとときを一緒に過ごしてみませんか。



# 瀬戸内発見伝

## 巻の五十八

### お守り刀と名刀伝説

世界に多くの名刀伝説がある中で、日本はその逸話の数が群を抜いて多いといわれています。

#### 名刀伝説

代表的な逸話として、神話より伝わりし、三種の神器の一つ「草薙剣」をはじめ、天照大神に仕える神の鳥・八咫鳥がもたらした平家重代の名宝「小鳥丸」、切らずして骨まで砕く足利尊氏の愛刀「骨喰藤四郎」、將軍家からの督促に土佐一国に変えても手放さないとした山内家の家宝「一國兼光」などがあります。

り、厄災を払い、御家の宝物として大事にされてきた御刀たちは、いつしか伝説となり、名刀と呼ばれるようになりました。

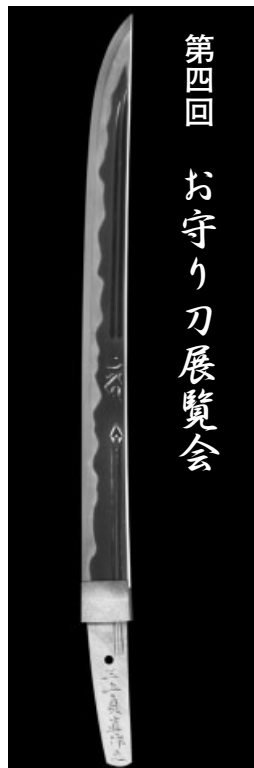
#### 名刀論

「人を切らず、ただ人の業だけを断ち切る」ものが究極の名刀と定義したのは、『精霊の守り人』(上橋菜穂子著)のアニメ化された番組に出てくる刀匠の言葉。原作には無いシーンですが、その風貌と語りが亡くなった人間国宝の隅谷正峯刀匠をほうふつとさせ、引き込まれてしまいます。

から流れてきた葉っぱがスパッと切れ、他方は葉が御刀を避けて流れていった。さてどちらが名刀か? という問答を交えた話があります。答えは両方とも名刀だといいます。しかし、「武士たるもの、所持せし御刀の徳をもって敵を退ける方がなおい」と説いていきます。つまり葉が避けていく御刀の方がより名刀であると説いているのです。

というのです。日本には「刀は抜かざるに利あり」という言葉があります。これは、御刀を抜いて物事を収めるより、抜かず物事を収める方がよ

#### 第四回 お守り刀展覧会



備前長船刀剣博物館では、第四回目となるお守り刀展覧会を開催します。

お守り刀は、新生児や花嫁、人生の門出の際に与える習慣で、御刀に秘められている神秘的な力で、目に見えぬ災難などから身を守り、健やかな成長を願う思いが込められたものです。

現在、展示されている御刀達も、大切に手入れを行うことで、百年、二百年の時を超えて伝わる「伝家の宝刀」になることでしょう。

また、すでに名刀となった御刀も、多数展示してい

り価値があるという意味ですが、前述の刀匠の考えからすれば、日本には名刀が生まれる素地があるように思います。

ます。文化庁所蔵、重要文化財「太刀 銘 豊後国行平作」は、鎌倉初期の細身で優美な姿をし、極めて格調高い名品です。行平は鬼神を弟子に作刀したなど鬼伝説とともに語られることが多い刀匠。ぜひ一度お越しください。

▼開催期限 12月6日(日) 11月15日(日)

▼会場 備前長船刀剣博物館 午後1時30分～3時

▼問い合わせ先 備前長船刀剣博物館 ☎0869-66-7767



岡山・兵庫ふるさとレールスタンプラリーが開催されます。岡山県と兵庫県を結ぶJR山陽本線、赤穂線、姫新線沿線には、おいしいものや見どころがいっぱい。鉄道旅でスタンプを集めながら、各地の歴史・文化・風景を楽しみましょう。

スタンプを集めて応募すると、抽選で5万円の旅行券やデジタルカメラなどの賞品が当たります。

応募用紙と詳細は、JR各駅や市役所に置いてあるパンフレットをご覧ください。

▶実施期間 11月1日(日)～平成22年2月28日(日)

▶応募期限 平成22年3月10日(水) 必着

■問い合わせ先 岡山県備前県民局協働推進室 ☎086-233-9890

### 宝くじ助成金で整備

本年度、2地区のコミュニティ協議会がコミュニティ助成事業を利用して、交流事業やふれあい事業などに必要な備品を整備しました。玉津地区では、調理器具や物品を保管するための物置を、本庄地区では、視聴覚機器と調理器具をそれぞれ購入しました。

コミュニティ助成事業は、財団法人自治総合センターが、コミュニティ組織(自治会・町内会など)や自主防災組織を対象に助成を行うもので、宝くじの収益金の一部を財源にしています。

この事業は、地域振興と宝くじの普及広報を目的としていることから、整備した備品などには、「宝くじ助成金」のロゴなどの表示が必要。申請が認められれば、通常、最高で250万円の助成をうけることができます。

地域の活性化にぜひこの制度を利用してください。

#### ■問い合わせ先

市企画振興課 ☎0869-22-1031



宝くじは、広く社会に普及されています。

## 今月のおすすめ本



外科医 須磨久善

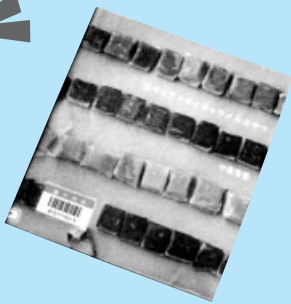
海堂 尊 著

自身が医師でもある「チームバチスタの栄光」の作者が、日本で初めてバチスタ手術を行った神の手を持つといわれる世界的な心臓外科医の須磨久善氏の姿をつづった初のノンフィクション作品です。

生キャラメルとキャラメルおやつ

中島 有香 著

話題の生キャラメルがおうちで簡単にできる! 塩・黒糖・ミルク・ヨーグルト・抹茶など、人気の味12種類の作り方を紹介。キャラメルクリームを使ってできるやさしいシンプルおやつもお試しくささい。



小学館の図鑑・NEOぶらすくべらる図鑑

小学館 刊

約50のテーマで世界最大!世界最小!世界最速!など、いろいろなもののサイズ、能力、特徴を比べる図鑑です。大迫力のビジュアルで比べる面白さ! 新たな発見と驚きのトビラが開きます。



上記の本は市内各図書館・室で借りられます。

#### ■問い合わせ先

牛窓図書館 ☎0869-34-5653  
中央公民館図書室 ☎0869-22-3761  
長船町公民館図書室 ☎0869-26-2501  
ホームページ <http://lib.city.setouchi.lg.jp/>





代表電話番号 市外局番 0869  
 瀬戸内市役所 ☎22-1111  
 牛窓支所 ☎34-3431  
 長船支所 ☎26-2001  
 ゆめトピア長船 ☎26-8001  
 教育委員会 ☎34-5640  
 上下水道部 ☎22-1325  
 消防本部 ☎22-1333  
 裳掛出張所 ☎25-0004  
 瀬戸内市ホームページアドレス  
<http://www.city.setouchi.lg.jp>  
 携帯電話用QRコード



生活習慣病教室

市民病院では、生活習慣病教室を毎月1回、開催していきます。興味のある人は、ご参加ください。

▽日時 11月19日(木) 午前11時

▽場所 瀬戸内市民病院

▽テーマ 大腸がん検診について

▽定員 30人(病院食付きは24人)

▽参加費 500円(食事付き) 100円(食事なし)

■問い合わせ・予約先

瀬戸内市民病院

☎0869-22-1234

戦没者追悼式

瀬戸内市では、平成21年度戦没者追悼式を、次のとおり

開催します。ご遺族の皆さんのご出席をお願いします。

▽日時 11月11日(水) 午前10時

▽場所 ゆめトピア長船

■問い合わせ先

市福祉課

☎0869-26-5941

まじげり講演会

日本料理などに添える「つまもの」用の葉っぱを地域の農家で栽培し、産業として育てた葉っぱビジネスの仕掛け人でもある横石さん。

瀬戸内市商工会では、この

横石さんを講師に招いて、地

域に活力を吹き込み、地域再

生のモデルとなっている、徳

島県上勝町での取り組みを紹介

します。

詳しくは、本紙折込チラシ

をご覧ください。

▽日時 11月15日(日) 午後2時30分

▽場所 ゆめトピア長船

▽テーマ 「そうだ、葉っぱを

売ろう！」

▽講師 横石知二さん(株い

ろどり代表取締役)

▽参加費 無料(事前申込不要)

■問い合わせ先

瀬戸内市商工会

☎0869-22-1010

「かきの日」イベント

勤労感謝の日である11月23日は「かきの日」です。

栄養豊富なカキを食べて疲れ

を吹き飛ばしてもらおうと、

毎年全国各地でイベントが開

催されます。

邑久町漁協でも、次のとお

り「岡山かき」をPRするイ

ベントを開催します。これか

ら旬を迎える虫明のカキをせ

ひご賞味ください。



▽日時 11月23日(月・祝) 午前9時(カキがなくな

り次第終了)

▽場所 邑久町漁協直売所(道

の駅黒井山グリーンパーク

内)

▽内容 殻付きカキ、むき身

カキ、カキの佃煮の販売、

焼きカキ、カキの味噌汁の

試食

※試食は、先着300人

■問い合わせ先

邑久町漁業協同組合

☎0869-25-0231

豊穣感謝祭

道の駅黒井山グリーンパークでは、収穫の秋、豊かな自然の恵みに感謝して、豊穣感謝祭を開催します。

地元生産者の皆さんが、丹

誠込めて育てた季節の食材を

使った親子料理教室や伝統芸

能のアトラクションなどイベ

ントが盛りだくさん。

来場者には、先着500人

にアヒル米で作ったおにぎりの

プレゼントもあります。

皆さんも参加してみたいは

かがですか?

▽日時 11月1日(日) 午前9時

▽場所 道の駅黒井山グリーン

ンパーク

■問い合わせ先

道の駅黒井山グリーンパーク

☎0869-25-0891

家族介護者交流会

▽日時 11月10日(火)

午後1時10分~3時

▽場所 あじさいのおか牛窓

▽内容

労働保険に入ろう!

11月1~30日は、労働保険

適用促進月間です。事業主の

皆さん、労働保険への加入は

お済みですか? 従業員を1

人でも雇用している事業主の

人は、労働保険(労災保険・

雇用保険)に加入することが

法律で義務付けられています。

加入手続きを行っていない事

業主の人は、加入手続きを早

めに行ってください。

また、労働保険の事務処理

を代行して行う、労働保険事

務組合制度がありますのでご

利用ください。



その他

■問い合わせ先

西大寺公共職業安定所

☎086-942-3212

備前福岡の各市で国文祭PR

備前福岡の各市で、来年10

月に開催される国民文化祭の

PRを行います。

当日は、「あつ晴れ!おかや

ま国文祭」盛り上げ隊の「風

の楽団「Viento」によるオカ

リナ演奏も実施(午前11時

11時30分、妙興寺中庭)。皆さ

ん、この機会に備前福岡の大

市に足を運んでください。

▽日時 11月22日(日)

午前8時~午後2時

▽場所 長船町福岡市場小路一帯

■問い合わせ先

備前福岡の各市実行委員会

☎0869-26-3211

市臨時職員募集

職種	臨時職員(司書)
採用予定人員	1人
受験資格	司書の資格を有する人
勤務場所	瀬戸内市内図書館
勤務内容	図書館の用務
採用期間	12月1日~平成22年3月31日(育児休業等代替期間)
試験日・場所	11月22日(日)市中央公民館
試験内容	作文・面接試験
受付期限	11月15日(日)月・祝日を除く 午前8時30分~午後5時
提出書類	受験申込書(市中央公民館で交付)、履歴書、資格を証する書面
問い合わせ・提出先	〒701-4221 瀬戸内市邑久町尾張465-1 瀬戸内市中央公民館 ☎0869-22-3761



### 裁判員制度

皆さんもご承知のとおり、本年5月21日から新しく始まった裁判員制度は、来年、実施2年目を迎えます。

地方裁判所では、昨年と同様に、市区町村の選挙管理委員会が、選挙人名簿の中から、くじにより無作為に抽出した名簿を基に、平成22年分の裁判員候補者名簿を作成します。この名簿に登録された人には、名簿記載通知が11月に届きます。

この通知は、平成22年2月ごろから平成23年2月ごろまでの間に、裁判所に出向いて、裁判員に選ばれる可能性があることを事前に知らせ、あわせて心づもりをしてもらうために送るものです。

また、この通知書と合わせて、裁判員になることができない人や1年を通じて裁判員となることができない場合の理由などをお尋ねする調査票も送付します。なお、実際の事件の裁判員候補者を選ばれ

た場合は、具体的な裁判の日程を前提に、あらためて辞退の希望をうかがいます。

裁判員制度の円滑な実施に、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

#### ■問い合わせ先

岡山地方裁判所事務局  
☎086-222-6771

### 世界エイズデー

12月1日は、世界エイズデーです。

WHO（世界保健機関）が、1988年にエイズまん延防止とエイズ患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的としてこの日を定め、エイズに関する啓発活動の提唱を始めました。

わが国におけるHIV感染者・エイズ患者の新規報告数は、依然として増加傾向にあります。

現在では、HIVは早期発見による適切な治療の効果が高まってきていて、医療機関や最寄りの保健所で検査も受けることができます。

### ポリオ予防接種

ポリオは「小児マヒ」と呼ばれ、生ワクチンを口から飲む予防接種です。以前は流行を繰り返していましたが、予防接種の効果で現在は、国内での自然感染は報告されていません。

しかし、現在でもインド、アフリカなどではポリオの流行があり、海外との交流も多い時代なので、予防のためにワクチンを飲んで免疫を付けておきましょう。

▷日時 11月4日(水)午後1時30分～2時  
▷場所 ゆめトピア長船

▷対象年齢 生後3カ月～90カ月  
▷接種方法 6週間以上あけて2回経口投与  
▷接種料金 無料  
▷持参するもの ①母子健康手帳  
②予診票（記入したもの）

▷接種に際してのお願い 発熱や下痢をしているとワクチンの効果が弱まるので、延期してください(予診票は、会場にもあります)。

■問い合わせ先  
市健康づくり推進課 ☎0869-26-5962

### 不正ガソリン110番

不正ガソリンとは、正規のガソリンに、ガソリン以外のもの（灯油やアルコール燃料など）を混ぜて増量したものです。

このようなガソリンを車に使用すると、悪影響があるばかりでなく、揮発油税の脱税行為になる恐れがあります。

次のようなことに気付いたら、不正ガソリン110番に情報をお寄せください。○ガソリンの給油時に変な

お問い合わせ先

○ガソリンを給油した後、車の調子が何かおかしい



お問い合わせ先

広島国税局消費税課  
☎082-221-9211

### オンライン請求

自宅や会社のパソコンから、オンラインによる土地・建物や会社の登記事項証明書の送付請求ができるようになっていきます。

オンラインによる登記事項証明書の請求手数料は700円で、返信郵送料は法務局負担で不要です。窓口請求と通常の郵送請求は1,000円

で、郵送請求の返信郵送料は、請求者の負担となります。

また、オンラインによる不動産登記や会社・法人登記の申請も可能です。登記内容により最大5,000円の登録免許税が安くなります。

ぜひ、オンラインでの証明請求、登記申請をご利用ください。詳しい利用方法などについては、法務局ホームページをご覧ください。

#### ■問い合わせ先

岡山地方法務局備前支局  
☎086-64-2770  
ホームページ <http://houmukyoku.moj.go.jp/>



### 「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が発行されます 一年末調整・確定申告まで大切に保管を！

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告において、全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。

この社会保険料控除を受けるためには、支払ったことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、平成21年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付した人については、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が本年11月上旬に社会保険庁から送付されますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書（または領収証書）を添付してください。

また、10月1日から12月31日までの間に、

今年初めて国民年金保険料を納付する人については、来年の2月上旬に送付されます。

なお、家族の国民年金保険料を納付した場合も、本人の社会保険料控除に加えることができますので、家族あてに送られた控除証明書を添付の上、申告してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」についてのご照会は、控除証明書のはがきに表示されている専用ダイヤルまたは社会保険事務所へお問い合わせください。

#### ■問い合わせ先

専用ダイヤル  
☎0570-070-117  
岡山東社会保険事務所  
☎086-270-7928





# 11月行事予定

1	日	体協 秋季軟式野球大会1日目(邑久スポーツ公園野球場、長船スポーツ公園多目的広場)8:30~ 体協 近隣親善ソフトテニス大会(邑久スポーツ公園テニスコート)9:00~ スポ少 市長杯サッカー大会(邑久スポーツ公園多目的グラウンド)9:30~
2	月	
3	火	文化の日 体協 剣道大会(長船スポーツ公園体育館)9:00~ 長島健康ウォーク(邑久光明園)10:00~15:00
4	水	心配ごと相談(邑久町総合福祉センター)9:00~12:00
5	木	知的障害者専門相談(地域生活支援センタースマイル)13:00~17:00
6	金	
7	土	思春期こころの健康相談(地域生活支援センタースマイル)10:00~15:00
8	日	体協 バドミントン大会(邑久中学校体育館)9:00~ 体協 秋季軟式野球大会2日目(邑久スポーツ公園野球場、長船スポーツ公園多目的広場)8:30~ 体協 歩こう会 閑谷学校コース(8時57分邑久駅発赤穂線)
9	月	こころの健康相談(ゆめトピア長船)13:30~15:00
10	火	育児相談(ゆめトピア長船)9:30~11:00 身体障害者専門相談(地域生活支援センタースマイル)13:00~17:00
11	水	心配ごと相談(ゆめトピア長船)9:00~12:00
12	木	知的障害者専門相談(地域生活支援センタースマイル)13:00~17:00
13	金	乳幼児こころの健康相談(ゆめトピア長船)14:00~15:00
14	土	思春期こころの健康相談(地域生活支援センタースマイル)10:00~15:00
15	日	体協 シングルステニス大会(邑久スポーツ公園テニスコート)9:00~ 体協 卓球大会(長船スポーツ公園体育館)9:30~ 刀剣文化講演会&シンポジウム(備前おさふね刀剣の里)13:30~15:00
16	月	
17	火	身体障害者専門相談(地域生活支援センタースマイル)13:00~17:00
18	水	心配ごと相談(邑久町総合福祉センター)9:00~12:00 住宅増改築相談(瀬戸内市役所)9:00~15:00 年金相談(瀬戸内市役所)10:00~15:00
19	木	行政・なやみごと相談(瀬戸内市役所)10:00~12:00 知的障害者専門相談(地域生活支援センタースマイル)13:00~17:00 消費生活相談(瀬戸内市役所)9:00~12:00
20	金	精神保健福祉相談(ゆめトピア長船)13:30~15:00
21	土	
22	日	瀬戸内市子育て支援講演会(ゆめトピア長船)13:30~15:00
23	月	勤労感謝の日
24	火	育児相談(ゆめトピア長船)9:30~11:00 身体障害者専門相談(地域生活支援センタースマイル)13:00~17:00
25	水	行政・なやみごと相談(牛窓町公民館)10:00~12:00 心配ごと相談(牛窓町公民館)9:00~12:00
26	木	知的障害者専門相談(地域生活支援センタースマイル)13:00~17:00
27	金	行政・なやみごと相談(ゆめトピア長船)10:00~12:00
28	土	思春期こころの健康相談(地域生活支援センタースマイル)10:00~15:00
29	日	体協 少年ソフトボール大会(長船スポーツ公園多目的広場)8:30~
30	月	こころの健康相談(ゆめトピア長船)13:30~15:00

## 各種相談・その他

### 行政相談

◇月日・場所  
11月19日(木) 瀬戸内市役所  
11月25日(水) 牛窓町公民館  
11月27日(金) ゆめトピア長船  
◇時間 午前10時~正午  
◇内容 相談員 行政相談委員  
■問い合わせ先  
市総務課 ☎0869-22-1112

### なやみごと相談

◇月日・場所  
11月19日(木) 瀬戸内市役所  
11月25日(水) 牛窓町公民館  
11月27日(金) ゆめトピア長船  
◇時間 午前10時~正午  
◇内容 相談員 人権擁護委員  
■問い合わせ先  
市市民課 ☎0869-22-3922

### 心配ごと相談

◇月日・場所  
11月4日(水) 邑久町総合福祉センター  
11月11日(水) ゆめトピア長船  
11月18日(水) 邑久町総合福祉センター  
11月25日(水) 牛窓町公民館  
◇時間 午前9時~正午  
◇内容 相談員 心配ごと相談員、弁護士(要予約)  
■問い合わせ先  
市社会福祉協議会本所 ☎0869-22-2940  
市社会福祉協議会長船支所 ☎0869-26-3100  
市社会福祉協議会牛窓支所 ☎0869-34-6924



## 人の動き

《平成21年10月1日現在》  
人口 39,484人(-14)  
男 18,833人(-5)  
女 20,651人(-9)  
世帯 14,351戸(+14)

### 育児相談

◇月日・場所  
11月10日(火)・24日(火)  
ゆめトピア長船  
◇時間 午前9時30分~11時  
■問い合わせ先  
市健康づくり推進課 ☎0869-26-5962

### こころの健康相談

◇月日・場所  
11月9日(月)・30日(月)  
ゆめトピア長船  
◇時間 午後1時30分~3時  
◇内容 相談員 臨床心理士 要予約  
■問い合わせ・予約先  
市健康づくり推進課 ☎0869-26-5962

### 精神保健福祉相談

◇月日・場所  
11月20日(金) ゆめトピア長船  
◇時間 午後1時30分~3時  
◇内容 相談員 精神科専門医 要予約  
■問い合わせ・予約先  
備前保健所 ☎086-272-3934

### 乳幼児こころの健康相談

◇月日・場所  
11月13日(金) ゆめトピア長船  
◇時間 午後2~3時  
◇内容 相談員 臨床心理士 要予約  
■問い合わせ・予約先  
市健康づくり推進課 ☎0869-26-5962

### 身体障害者専門相談

◇月日・場所  
11月10日(火)・17日(火)・24日(火)  
市地域生活支援センタースマイル  
◇時間 午後1~5時  
◇内容 相談員 専門相談員 要予約  
■問い合わせ・予約先  
市地域生活支援センタースマイル  
☎0869-22-9600

### 知的障害者専門相談

◇月日・場所  
11月5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)  
市地域生活支援センタースマイル  
◇時間 午後1~5時  
◇内容 相談員 専門相談員 要予約  
■問い合わせ・予約先  
市地域生活支援センタースマイル  
☎0869-22-9600

### 思春期こころの健康相談

◇月日・場所  
11月7日(土)・14日(土)・28日(土)  
市地域生活支援センタースマイル  
◇時間 午前10時~午後3時  
◇内容 相談員 思春期保健相談士 要予約  
■問い合わせ・予約先  
市地域生活支援センタースマイル  
☎0869-22-9600

### 住宅増改築相談

◇月日・場所  
11月18日(水) 瀬戸内市役所  
◇時間 午前9時~午後3時  
◇内容 相談員 住宅相談員  
■問い合わせ先  
市建設課 ☎0869-22-2649

### 消費生活相談

◇月日・場所  
11月19日(木) 瀬戸内市役所  
◇時間 午前9時~正午  
◇内容 相談員 くらしの相談員  
■問い合わせ先  
市生活環境課 ☎0869-22-1899

### 年金相談

◇月日・場所  
11月18日(水) 瀬戸内市役所  
◇時間 午前10時~午後3時  
◇参加費 無料  
※社会保険事務所の職員が年金の相談に応じます。  
■問い合わせ先  
市市民課 ☎0869-22-1790

### 子どもの健診

◇時間 午後1時15~45分  
◇場所 ゆめトピア長船  
◇内容  
・乳児健診(4・5カ月児)  
11月17日(火) 対象:平成21年6月生  
・乳児健診(9・10カ月児)  
11月18日(水) 対象:平成21年2月生  
・1歳6カ月児健診  
11月11日(水) 対象:平成20年4月生  
・2歳児健診  
11月12日(木) 対象:平成19年7月生  
・3歳児健診  
11月25日(水) 対象:平成18年5月生  
■問い合わせ先  
市健康づくり推進課 ☎0869-26-5962





# わが家の宝1歳です!



**田中 聡介 ちゃん**  
(巨久町北島)  
平成20年9月19日生

☆両親 裕章・昌子さん  
☆両親から ねえねと仲良く、元気に、優しく大きくなってね!



**森木 麗愛 ちゃん**  
(長船町服部)  
平成19年12月4日生

☆両親 隆三・悦子さん  
☆両親から いつも元気いっぱいの麗愛。誰からも愛される女の子になってね!



**日下 涼 ちゃん**  
(長船町福岡)  
平成20年3月14日生

☆両親 朋之・映香さん  
☆両親から 可愛い笑顔でお姉ちゃんと仲良く元気に育ってね!!!

## 幸運を呼び込んだ 藤色のボール

巨久町山田庄にお住まいの木下一枝さん(瀬戸内市グラウンドゴルフ協会巨久会所属)が、岡山県グラウンド・ゴルフ協会主催の第6回県知事杯交歓大会で、見事女子の部の総合優勝を飾りました。

女子の部に出場した木下さんは、愛用のボールを使ってホールインワンを成功するなど、好調にスタートしますが、競技中にこのボールが真つ二つになるアクシデントに遭遇。  
その後の競技を、初めて使う藤色のボールで冷静に続けた結果、トータル57打でホールアウト。最後は、プレーオフの接戦を制しての勝利となりました。  
この藤色のボールは、大会当日の朝、ご主人の武夫さんがプレゼントしてくれたもの。まさしく幸運を呼び込むボールとな



夫への感謝を込めて一句。  
「つれあいのプレゼンボールで県知事杯」

つたようです。  
これからも、夫婦仲良くグラウンドゴルフを楽しんでください。

## 編集後記



▼五七五わずか17文字に込められた、世界最小の文学と称される俳句。冠句や川柳もそうですが、自然界の森羅万象のすべてが題材となり、限られた少ない字数の中に思いを込め、作者の意図する情景が浮かんでくる、誇るべき日本の文化ですね。▼若輩者のわたしにとって、皆さんから寄せられる俳句などの投稿作品は、知らない漢字や物の名前などを学ぶ絶好のチャンス!日々勉強です。 利光

▼義父の墓参りに和歌山県の新宮市に帰省してきました。紀伊半島縦断に力尽きて、家族旅行は、今年もこれでおしまい。でも、深夜立ち寄った大台ヶ原では、びっくりする数の星を見ることができ、子どもたちは大喜び!▼「思い出は、お金で買えないものだよ」って言うてくれた人がいます。どこにも連れて行けず、安く上げてしまったけど、その言葉どおり小さな心にちゃんと残ったようです。ナベ

# みんなの広場

## 文芸コーナー

月に濡れ鈴虫の音に聴く鼓動  
谷口 正子さん (牟窓町牛窓)  
句碑の背を叩く如くに鉦たたき  
的場 松葉さん (牟窓町長浜)  
朝顔や庭木の枝に花咲かせ  
原野信一郎さん (牟窓町牛窓)  
墓参りはしゃぐ孫等の後を行く  
野口 慶子さん (牟窓町牛窓)  
虫の声音たてぬやう戸締めまりす  
刈屋 長子さん (牟窓町牛窓)  
血洗う厨窓にも秋の風  
福本 曙生さん (牟窓町牛窓)  
喪の家に秋暑ひそかに影ありて  
原野 孝子さん (牟窓町牛窓)  
百日紅ねねの霊屋へ足延ばす  
平野 五香さん (牟窓町牛窓)  
地下足袋の轆を掛けて五十年  
浦上 栄子さん (長船町磯上)

冠句  
天高し 背筋伸ばしてワルツ踏む  
豊田 瑞代さん (牟窓町牛窓)  
忘れ果て 招魂の碑は草生して  
三谷 康彦さん (巨久町豊安)  
未完の詩 夢をつないで生さる幸  
塩見 愛子さん (牟窓町長浜)  
天高し 少年口笛吹いて来し  
後藤 靖子さん (牟窓町牛窓)  
立ち直る 心と共に身も軽く  
谷元久美子さん (牟窓町長浜)

俳句  
蜘蛛の糸柿の枯れ葉をかつちりと  
堤 明子さん (長船町磯上)  
しみじみと秋の夜長を仕舞風呂  
吉川 孝夫さん (牟窓町牛窓)  
野を駆る子供と走る秋の雲  
片島 秋月さん (長船町福岡)

川柳  
浦上 栄子さん (長船町磯上)



△山本敏子さん (牟窓町牛窓)

## せとうちトピックス

**市民大学講座「村塾」**  
市民大学講座としておなじみの「村塾」が、次の日程で開催されます。  
▽月日 11月21日(土)  
※以降の予定 12月19日(土)、平成22年1月17日(日)、2月21日(日)、3月21日(日)  
▽時間 午後1〜4時  
▽場所 市中央公民館  
▽内容 「キリスト教思想と西洋倫理思想」  
▽講師 稲村秀一教授 (岡山大学社会文化科学)  
▽参加費 毎回600円  
■問い合わせ先  
福光さん  
0869-24-0022

## 投稿募集中!

①イラスト・絵手紙  
②短歌・俳句・詩  
③1歳の赤ちゃん  
④イベント案内の告知 など  
☆応募方法  
住所・氏名・電話番号(1歳の赤ちゃんは写真と両親の名前、赤ちゃんの生年月日、両親からのひとこと)を明記の上、はがき・FAX・電子メールなどで市企画振興課へ送付してください。お待ちしています。  
匿名・ペンネーム希望の場合は、その旨もお書きください。  
☆留意点  
・掲載の都合上、投稿作品をすべて掲載できない場合があります。  
・原則として、原稿や作品は返却しませんので、ご了承ください。  
■問い合わせ・応募先  
市企画振興課  
〒701-4292  
瀬戸内市巨久町尾張300-1  
☎0869-22-1031  
FAX0869-22-3304  
電子メール:  
hiroba@city.setouchi.lg.jp