

# 10

2011 October

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
9/25	9/26	9/27	9/28	9/29	9/30	1 ⑪思春期こころの健康相談 10:00～15:00 地域生活支援センタースマイル
2 体協 瀬戸内市卓球ミックスダブルス交流大会 9:00～ 牛窓体育館	3	4 ⑩身体・知的障害専門相談 13:00～17:00 地域生活支援センタースマイル	5 ②心配ごと相談 9:00～12:00 邑久町総合福祉センター	6 ⑬わーく相談会 13:30～16:00 ゆめトピア長船	7	8 ⑪思春期こころの健康相談 10:00～15:00 地域生活支援センタースマイル 体協 市長杯ベタンク大会 8:30～(受付) 邑久スポーツ公園グラウンド(駐車場)
9 体協 歩こう会 笠岡湾コース 8:29 邑久駅発赤穂線	10 体育の日 体協 瀬戸内市スポーツフェスティバル10:00～ 邑久スポーツ公園一帯	11 ⑦こころの健康相談 13:30～15:00 ゆめトピア長船	12 ②心配ごと相談 9:00～12:00 ゆめトピア長船 ⑩身体・知的障害専門相談 13:00～17:00 地域生活支援センタースマイル	13 ①③行政・なやみごと相談 10:00～12:00 瀬戸内市役所	14 ⑧精神保健福祉相談 13:30～15:00 ゆめトピア長船	15 ⑪思春期こころの健康相談 10:00～15:00 地域生活支援センタースマイル
16 体協 瀬戸内市秋季ソフトバレーボール大会 9:00～ 牛窓中学校体育館 体協 瀬戸内市秋季ソフトボール大会 9:00～ 邑久スポーツ公園野球場 長船スポーツ公園多目的広場 体協 瀬戸内市ダブルステニス大会 9:00～ 邑久スポーツ公園テニスコート	17	18 ⑩身体・知的障害専門相談 13:00～17:00 地域生活支援センタースマイル	19 ①③行政・なやみごと相談 10:00～12:00 牛窓町公民館 ②心配ごと相談 9:00～12:00 邑久町総合福祉センター ④住宅増改築相談 9:00～15:00 瀬戸内市役所	20	21	22
23 体協 瀬戸内市秋季バレーボール大会 9:00～ 長船スポーツ公園体育館	24	25 ⑤育児相談・すこやか歯の教室 9:30～11:00 ゆめトピア長船 ⑦こころの健康相談 13:30～15:00 ゆめトピア長船 ⑩身体・知的障害専門相談 13:00～17:00 地域生活支援センタースマイル	26 ②心配ごと相談 9:00～12:00 牛窓町公民館	27 ⑨乳幼児こころの健康相談 14:00～15:00 ゆめトピア長船 ⑬わーく相談会 13:30～16:00 ゆめトピア長船	28 ③なやみごと相談 10:00～12:00 ゆめトピア長船 ⑥離乳食講習会 10:00～11:30 ゆめトピア長船 ⑧精神保健福祉相談 13:30～15:00 地域生活支援センタースマイル	29
30	31	11/1	11/2	11/3	11/4	11/5

体協の行事についてのお問い合わせは下記へお願いします。  
 ■問い合わせ先 瀬戸内市体育協会 ☎0869-22-2211 HP <http://setouchi-taikyo.or.jp/>

## 10月納期の市税・保険料

市県民税【3期】 国民健康保険税【4期】  
 介護保険料【4期】 後期高齢者医療保険料【2期】  
 ※納付期限は10月31日(月)です。  
 ※納付には口座振替が便利です。ぜひご利用ください。

## 人の動き 《平成23年9月1日現在》

人口	39,203人	(-21)
男	18,702人	(+4)
女	20,501人	(-25)
世帯	14,645世帯	(-10)



## 子どもの健診

▷場 所 ゆめトピア長船  
 ▷受付時間 午後1時15～45分

■問い合わせ先 健康づくり推進課 ☎0869-26-5962

健診名	月日	対象
乳児健診 (4・5カ月児)	10月18日(火)	平成23年5月生
乳児健診 (9・10カ月児)	10月19日(水)	平成23年1月生
1歳6カ月児健診	10月12日(水)	平成22年3月生
2歳児健診	10月13日(木)	平成21年6月生
3歳児健診	10月26日(水)	平成20年4月生

## 各種相談

- ①行政相談(主に行政全般に関する相談)  
 【相談員:行政相談委員】  
 ■問い合わせ先  
 総務課 ☎0869-22-1112
  - ②心配ごと相談(内容はどんな相談でもOK)  
 【相談員:心配ごと相談員、弁護士(要予約)】  
 ■問い合わせ・予約先 瀬戸内市社会福祉協議会  
 本 所 ☎0869-22-2940  
 長船支所 ☎0869-26-3100  
 牛窓支所 ☎0869-34-6924
  - ③なやみごと相談(主に人権や身近な悩みごとに関する相談)  
 【相談員:人権擁護委員】  
 ■問い合わせ先  
 人権啓発室 ☎0869-22-3922
  - ④住宅増改築相談(住宅に関する相談)  
 【相談員:住宅相談員】  
 ■問い合わせ先  
 建設課 ☎0869-22-2649
  - ⑤育児相談・すこやか歯の教室(乳幼児に関する相談)  
 ■問い合わせ先  
 健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
  - ⑥離乳食講習会(離乳食の作り方・試食会)  
 【対象:生後4カ月以上の乳幼児と保護者(予約不要・無料)】  
 ■問い合わせ先  
 健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
  - ⑦こころの健康相談(心の健康に関する相談)  
 【相談員:臨床心理士(要予約)】  
 ■問い合わせ・予約先  
 健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
  - ⑧精神保健福祉相談(精神保健福祉に関する相談)  
 【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
  - ⑨乳幼児こころの健康相談  
 【相談員:専門相談員(要予約)】  
 ■問い合わせ・予約先  
 健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
  - ⑩身体・知的障害専門相談  
 【相談員:専門相談員(要予約)】  
 ■問い合わせ・予約先  
 地域生活支援センタースマイル  
 ☎0869-22-9600
  - ⑪思春期こころの健康相談  
 【相談員:思春期保健相談士(要予約)】  
 ■問い合わせ・予約先  
 地域生活支援センタースマイル  
 ☎0869-22-9600
  - ⑫わーく相談会(障害者の生活や仕事に関する相談)  
 【相談員:岡山障害者就業・生活支援センター相談員】  
 ■問い合わせ・連絡先  
 福祉課 ☎0869-26-5943
- ※①～⑫の相談日は、左ページのカレンダーをご覧ください。  
 ○消費生活相談(架空請求・訪問販売などに関する相談)  
 【相談員:消費生活相談員、生活環境課職員(予約不要・市役所開庁日に相談受付)】  
 ■問い合わせ先  
 生活環境課 ☎0869-22-1899
- 発達障害専門相談  
 【相談員:臨床心理士(要予約・相談日はお問い合わせください)】  
 ■問い合わせ・予約先  
 地域生活支援センタースマイル  
 ☎0869-22-9600

## 生活習慣病教室

▷日時 10月20日(木) 午前11時～  
 ▷場所 瀬戸内市民病院  
 ▷テーマ 「血液サラサラの話」  
 ▷講師 浅海昇氏(医師)  
 ▷定員 30人(テーマに沿った食事付きは24人)  
 ▷参加費 食事付き500円(食事なし100円)  
 ■問い合わせ・予約先  
 瀬戸内市民病院 ☎0869-22-1234

## 介護教室

▷日時・場所  
 ①10月11日(火) 午前10時～午前11時30分 裳掛コミュニティセンター  
 ②10月11日(火) 午後1時30分～午後3時 中央公民館  
 ▷テーマ 「転倒予防体操」  
 ▷講師 山本早紀氏(淳風会健康管理センター・健康運動指導士)  
 ▷参加費 無料  
 ■問い合わせ先  
 邑久在宅介護支援センター ☎0869-22-9503

## あじさい講座

▷日時 10月15日(土) 午前10時～午前11時30分  
 ▷場所 あじさいのおか牛窓(牛窓町長浜1745-1)  
 ▷テーマ 「認知症の理解と予防～みなさん大丈夫ですか?～」  
 ▷講師 榎原伸二氏  
 (万成病院リハビリテーション部長 作業療法士)  
 ▷参加費 無料(事前連絡は不要)  
 ■問い合わせ先  
 在宅介護支援センターあじさい ☎0869-34-6366

## 子どもの発達相談

▷日時 11月2日(水)  
 ※時間は予約後に決定します。  
 ▷場所 ゆめトピア長船  
 ▷相談員 小児科専門医ほか  
 ■問い合わせ・予約先  
 健康づくり推進課 ☎0869-26-5962

## ポリオ予防接種

▷日時 10月6日(木)、11月17日(木) 午後1時30分～午後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  
 ▷料金 無料  
 ▷持ち物 母子健康手帳、予診票(記入したもの)  
 ※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  
 健康づくり推進課 ☎0869-26-5962

## 骨骨健康貯筋クラス

▷日時 10月5日(水)、19日(水) 午前9時30分～午前11時  
 ▷場所 邑久B&G海洋センター  
 ▷内容 椅子を使ったストレッチ、セラバンドを使った運動など  
 ▷参加費 1回300円(年間会員は3,000円)  
 ■問い合わせ先  
 瀬戸内市体育協会 ☎0869-22-2211

## 法律相談

法律的な問題について弁護士と相談ができます。相談を希望する人は、事前にご予約ください。予約開始日は10月3日(月)からで、定員は8人で締め切りとなります。  
 ▷日時 11月10日(木) 午前10時～午後3時  
 ▷場所 牛窓町公民館  
 ▷相談料 無料  
 ■問い合わせ・予約先  
 総務課 ☎0869-22-1112