

# 知っ得！ せとうち便

## お知らせ

### 後期高齢者医療 被保険者証を送付

現在お持ちの後期高齢者医療の被保険者証と限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期限は7月31日までとなっております。

#### 【被保険者証の更新】

後期高齢者医療被保険者証（被保険者証）は毎年8月に更新されるため、7月下旬に新しい被保険者証を送付します。8月以降に医療機関などを受診する際には、必ず新しい被保険者証を窓口へ提示してください。

【一部負担金の割合の見直し】  
医療機関などの窓口で支払う一部負担金の割合は、所得区分に応じて決まります（下表参照）。所得区分は前年の所得により毎年判定し見直すため、新しい被保険者証では、割合が変更されている場合があります。

#### 【減額認定証の更新】

所得区分が低所得者ⅡまたはⅠの被保険者の人が入院する際や高額な外来診療を受けた際に、申請により交付される後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証（減額認定証）を、医療機関などに提示することで、窓口での支払いは自己負担限度額までとなり、1食当たりの食事代も減額されます。

現在、減額認定証をお持ちで、8月以降も所得区分が低所得者ⅡまたはⅠとなる場合は、新しい減額認定証を被保険者証に同封し、7月下旬に送付しますので、申請の手続きは必要ありません。ただし、次に該当する人はご注意ください。

一部負担金の割合	所得区分	説明
3割	現役並み所得者	住民税の課税所得額（各種控除後）が145万円以上ある人や、その被保険者と同じ世帯にいる被保険者。 ※被保険者の収入合計額が2人以上で520万円未満、1人の場合383万円未満の人は、申請により「1割」負担になります。 ※現役並み所得の被保険者（世帯にほかの被保険者がいない場合に限り）であって、世帯内の70歳以上75歳未満の人も含めた収入合計額が520万円未満の人も、申請により「1割」負担になります。
	一般	現役並み所得者、低所得者Ⅱ、低所得者Ⅰ以外の人。
1割	低所得者Ⅱ	世帯の全員が住民税非課税の人（低所得者Ⅰ以外の人）。
	低所得者Ⅰ	世帯の全員が住民税非課税で、世帯全員の所得が必要経費・控除（年金の所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたときに0円となる人および老齢福祉年金受給者。

証は送付されません。所得がない場合でも申告が必要となりますので、市民課で申告をしてください。申告により所得区分が低所得者ⅡまたはⅠとなった場合は、減額認定証が引き続き交付されます。

②長期入院をした人  
平成24年8月1日以降、所得区分が低所得者Ⅱで、減額認定証を持っていた期間内に90日を超える入院日数がある人は、市民課で申請をしてください。

申請が認められた場合、1食当たり160円となる減額認定証が交付されます。

【入院時の負担額】  
①低所得者Ⅱの人  
自己負担限度額24,600円  
食事代（1食当たり）  
90日までの入院 210円  
90日を超える入院 160円

②低所得者Ⅰの人  
自己負担限度額15,000円  
食事代（1食当たり）100円

岡山市民課  
☎0869-22-3958

岡山県後期高齢者医療広域連合  
☎086-245-0090

### 国民健康保険 高齢受給者証を送付

高齢受給者証は70歳から75歳までの人を対象に、加入している医療保険者から交付されます。瀬戸内市国民健康保険では、70歳になる月の末日（1日生まれの人は前月の末日）までに高齢受給者証を送付します。窓口での負担割合は2割（平成26年3月31日までは1割）または3割で、所得により決定します。

また、高齢受給者証を現在お持ちの人に、平成25年8月1日から平成26年7月31日まで有効な高齢受給者証を7月31日までに郵送します。8月1日以降は新しい高齢受給者証を使用してください。

世帯内の国民健康保険加入者の増減や所得に変更があった場合などは、負担割合が変わることがあります。なお、転出や社会保険加入などにより国民健康保険の被保険者でなくなった場合は、被保険者証とともに高齢受給者証を返還し、脱退の手続き

を行ってください。

### 岡市民課

☎0869-22-1790

### 漏水の早期発見を

漏水は、少量であっても長期間放置すれば、大きな使用水量につながります。

使用水量が多いと感じたときは蛇口を全部閉めて水道メーターを確認してください。水道メーターの中のパイロット（銀色の円盤）が回っていたら、漏水の可能性がります。

漏水箇所が分かる場合は、

市が指定する給水装置工事業者へ修理を依頼してください。

漏水箇所が分からない場合は、調査を指定給水装置工事業者へ依頼するか、上水道施設課で音聴棒による簡易検査（平日午前8時30分～午後5時15分、土日祝日は除く）を行っていただきますので、お問い合わせください。

宅地内での水道管のひび割れや給水器具（蛇口・温水器など）の故障などにより漏水した場合は、漏水分の水道料金や修繕費用は使用者負担となります。ただし、地下や壁の中での漏水の場合、指定給水装置工事業者が修理する

と、使用水量認定（減量）の対象となる場合があります。指定工事業者以外の業者や個人で修理した場合は対象になりません。

・料金・使用水量認定について  
岡上水道業務課  
☎0869-22-1325

・下水道使用料について  
岡下水道課  
☎0869-22-5151

### 海岸をきれいにしませんか リフレッシュ瀬戸内

「リフレッシュ瀬戸内（海岸清掃）」が実施されます。

▽実施日時 7月10日（水）

### おすすめ本



### 梟の系譜 宇喜多四代 上田秀人：著 講談社

戦国時代、備前・美作を統一した宇喜多直家の活躍を中心に描いた歴史小説。タイトルが示すとおり悪役のイメージですが、戦国の世を生き抜く知恵と苦悩を、宇喜多氏の立場から語っています。黒田官兵衛も登場します。

午後5時30分～午後6時30分  
（小雨決行）

#### ▽実施場所

・邑久町福谷 前泊海岸  
・邑久町虫明 扇海岸

▽集合場所 現地（いずれかの海岸）集合

※ごみ袋・軍手は市で用意します。

岡建設課  
☎0869-22-2649

#### ▽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です。

▽持参するもの 献血カード（手帳）（以前献血をした人）  
なくてもかまいません。

岡健康づくり推進課  
☎0869-26-5962

### ねんさんのおはなし♪

### 保険料免除制度

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、申請により保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者（30歳未満）納付猶予制度」があります。

国民年金保険料の平成25年7月分から平成26年6月分までの免除などの申請受付の開始日は7月1日です。また、7月中に申請する場合は、平成24年7月分から平成25年6月分までの期間（前一年間分）も同時に申請できます。

申請により本人・配偶者・世帯主（若年者猶予は本人のみ）の所得審査をします。前年度以降において退職（失業）している場合には、雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票などの公的機関の証明書の写しを添付して申請してください。失業した人の所得を除外して免除の審査を行います。

申請には年金手帳と印鑑が必要です。学生の人で国民年金保険料を納付することが困難な場合は、学生納付特例制度をご利用ください。

岡市民課、各支所・出張所

岡市民課  
☎0869-22-1790

岡山山東年金事務所  
☎086-270-7928

### 献血にご協力ください

400ミリの献血を実施します。

#### ▽日時・場所

①7月11日（木）午前9時30分～午後4時 瀬戸内市役所  
②7月31日（水）午前9時～午後1時 ゆめトピア長船、午後3～4時 牛窓支所



## 障害のある人へのサービス

障害のある人へのサービスの一部を紹介いたします。

- ① 公共料金や税の減免など  
身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を持つている人は、障害の程度・内容などによって、公共料金の割引、税の減免などを受けることができます。また、公共交通機関を利用した場合に手帳を提示すれば運賃の割引が受けられる場合があります。
- ② 医療費の助成(事前申請必要)
- ③ 育成医療・更生医療  
障害の更生のため、治療・手術を受ける場合、医療費の一部が医療保険と公費で助成されます。

特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当、障害児福祉年金があります。対象者や条件など詳細についてはお問い合わせください。

- ④ 在宅福祉サービス  
自宅へ入浴・排泄・食事などの支援をする居宅介護、短期間施設で介護などをする短期入所、日中、日常生活動作や適応訓練を行う児童通所支援、介護・創作活動などを行う生活介護、就労や生産活動などの機会を提供し、支援する就労継続支援など、障害の程度にあわせたサービスを受けることができます。
- ⑤ 福祉用具などの給付(事前申請必要)

### 【補装具】

日常生活に必要な身体機能を補うための車いすや装具などの器具の交付や修理が受けられます。

▽対象者 身体障害者

### 【日常生活用具】

入浴補助用具、歩行支援用具、火災警報器などの用具が給付されます。

▽対象者 身体障害者、療育手帳所持者など

⑥ 各種助成事業(事前相談必要)  
福祉タクシー助成、身体障害者自動車運転免許取得・自動車改造助成などの制度があります。

- ⑦ ほっとパーキングおかやま  
車いすマークの駐車場を利用することができます。
- ▽対象者 身体障害者手帳(等級、障害部位によって対象とならない場合があります)・療育手帳(A)・精神障害者保健福祉手帳(1級)所持者、難病患者・要介護者・妊婦(期限があります)など



ほっとパーキングおかやま利用証  
有効期限なし(左) / 有効期限あり(右)

### ⑧ 相談支援

障害者やその家族などからの相談に応じます。

## 平成26年成人式は1月12日

平成26年瀬戸内市成人式を次のとおり開催します。対象となる新成人には、7月中旬に案内を送付します。届かない場合はご連絡ください。

▽日時 平成26年1月12日(日) 午前10時30分

▽場所 ゆめトピア長船

▽対象 平成5年4月2日から平成6年4月1日までの期間に生まれ、瀬戸内市に住民票がある人

※市内の中学校を卒業した人も参加できます。参加を希望する場合は事前にご連絡ください。

### 【実行委員募集】

自分たちの手で心に残る



平成25年成人式にて

「成人式」を企画運営する新成人を募集しています。応募期限は8月30日(金)です。

☎0869・34・5601

## B&G海洋センター プールがオープン

### ▽開館期間および時間

- 7月2日(火)～8月31日(土) 午前9時～正午、午後1～8時
- ②長船海洋センタープール 7月2日(火)～18日(木) 午後5～8時
- 7月23日(火)～8月2日(金) 午後1～8時

※土・日・祝日、また右記以外の日は午前9時～正午、午後1～8時

▽休館日 毎週月曜日(海の日を除く)、祝日の翌日

※休館日の翌日は水質管理のため午後のみ開館します。

▽使用料 市内高校生以下は100円、市内一般は200円、市外は400円(1人1回当たり)

※教室開催日はコース制限あり。

### 【無料開放日】

9月1日(日)(午前9時～正午、午後1～5時)に限り、プールを使用料無料で開放します。

☎0869・22・2211

☎0869・22・2211

☎0869・26・4850

## 熱中症に注意しましょう

熱中症は、高温環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして、発症します。めまいや頭痛、痛みを伴う筋肉のけいれんなどの症状が出て、最悪の場合、死に至ることもあります。

高温の屋外だけで起こるのではなく、家の中においても、室温や湿度が高ければ発症する可能性があるため注意が必要です。

### 【熱中症の予防対策】

・風通しのいい服装。

▽対象者 身体障害者・知的障害者・精神障害者・発達障害者・障害児など

### ▽相談場所・日時

地域生活支援センタースマイル  
毎週火～土曜日  
午前9時～午後5時  
☎0869・22・9600

### ⑨ 発達障害専門相談(予約必要)

相談日はお問い合わせください。

▽対象者 発達障害者

### ☎0869・26・5943

### ☎0869・22・1115

### ☎0869・34・3431

### ☎0869・25・0004

知的障害(3人)の相談員を

### 身体障害者相談員 (10人)

氏名(しめい)	地域	相談先☎(市外局番 0869)
大森 進(おおもり すずむ)	邑久	22-1965
木村 晴子(きむら はるこ)		22-0646
雪上 緑(ゆきうえ みどり)		22-0705
砂場 邦彦(すなば くにひこ)		24-0263
寺尾 千枝子(てらお ちえこ)		086-943-6654
岸野 康人(きのの やすと)	牛窓	22-1498
久保木 多喜子(くぼき たきこ)		34-3534
高牟礼 佑而(たかむれ ゆうじ)		34-5393
木村 滲作(きむら りょうさく)		080-5614-9779
出井 稔(いでい みのる)	長船	26-5070

### 知的障害者相談員 (3人)

氏名(しめい)	地域	相談先☎(市外局番 0869)
藤林 小百合(ふじばやし さゆり)	邑久	22-9777
守都 ますみ(もりと ますみ)	牛窓	34-3217
大塚 真理子(おおつか まりこ)	長船	26-3695

## 募 集

障害のある人に県庁舎を解放します

岡山市内で開催される「おかやま桃太郎まつり納涼花火大会」の当日、身体に障害のある人を県庁舎へ招待します。

▽月日 8月3日(土)

▽場所 県庁9階大会議室

▽対象者 県内在住で、身体障害者手帳を持ち、車いすを使用している人

▽定員 30人(応募多数の場合は抽選)

※付き添いは2人までです。

▽申込期限 7月16日(火)

午後5時(必着)

▽申込方法 福祉課、市民課総合窓口、牛窓支所にある応募用紙に必要事項を記入の上、郵送またはFAXで提出してください。ホームページから電子申請もできます。

### ☎0869・226・7362

### ☎0869・224・6520

HP <http://www.pref.okayama.jp/soshiki/39/>

**市職員を募集します**

市では、次のとおり一般事務職員を募集します。

例年と試験日程が異なりますので、ご注意ください。

短大卒業程度および高校卒業程度の人を対象とした一般事務職員の募集については、別途行います。

**▽受験資格**

昭和29年4月2日以降に生まれた人で、大学を卒業した人か、平成26年3月31日までに卒業見込みの人

**▽採用予定人数**

3名程度

**▽採用年月日**

平成26年4月1日

**▽試験日時および場所**

・1次試験

7月28日(日) 午前9時～

瀬戸内市役所

・2次試験

9月1日(日)

※場所・時間は別途通知します。

・3次試験

10月6日(日)

※場所・時間は別途通知します。

**▽受付期間**

6月12日(水)～7月3日(水)

午前8時30分～午後5時(土、日曜日を除く)

※郵送の場合は、7月3日(水)必着です。

**▽提出書類**

・市指定の願書および履歴書  
・総務課、牛窓支所、長船支所で交付します。  
また、市ホームページからダウンロードすることもできます。

※郵送で請求する場合は、封筒の表に「市役所採用試験受験願書請求 一般事務職希望」と、朱書きし、宛名明記のA4サイズで120円切手を貼付した返信用封筒を同封して、総務課へ送付してください。

**岡山瀬戸内市総務課**

〒701-4292

瀬戸内市邑久町尾張300-1

☎0869-22-3909



HP [http://www.city.setouchi.lg.jp/life/support07\\_1.html](http://www.city.setouchi.lg.jp/life/support07_1.html)

**自衛官の募集・受験説明会**

防衛省では、平成25年度各種自衛官などの募集を左表のとおり行います。

入隊は平成26年3月下旬～4月上旬の予定です。

また、自衛官受験説明会を

受験種目	対象者	受付期間	試験日
自衛官候補生	男子	18歳以上 27歳未満	年間を通じて 受付時にお知らせします
	女子	18歳以上 27歳未満	8月1日(木)～9月6日(金) 9月22日(日)～26日(木)※
一般曹候補生	18歳以上 27歳未満	8月1日(木)～9月6日(金)	1次: 9月16日(月・祝)・17日(火)※ 2次: 10月5日(土)～11日(金)※
航空学生	21歳未満高卒 (見込含)	8月1日(木)～9月6日(金)	1次: 9月21日(土) 2次: 10月12日(土)～17日(木) 3次: 11月9日(土)～12月12日(木)

※試験日の間の指定する1日(状況により試験日を変更する場合があります)

開催します。

**【自衛官受験説明会】**

▽日時 7月6日、27日、8月10日、31日(いずれも土曜日)

・受付 午前9時30分～50分

・説明会 午前10時～正午

**▽場所**

自衛隊岡山地方協力本部

(岡山市北区下石井1-4-1 第2合同庁舎)

岡山自衛隊岡山募集案内所

☎086-224-2824

HP <http://www.mod.go.jp/pco/okayama/>

「瀬戸内市発ブランド」商品を作ってみませんか

市では、「瀬戸内市発ブランド」の商品などの開発を推進するため、市内で生産されている農林水産物や粘土といった鉱物などを活用し農林水産品や商工業品を開発する法人、団体、個人を募集します。

応募団体(個人)のうち、市が適当と認める事業につき、商品開発が必要となる経費を1団体(個人)につき30万円を限度として最大6団体

体(個人)に助成します。対象者は、審査委員会が審査し、決定します。

**▽事業の対象者**

市内に事業所を有する法人

または団体(任意団体を含む)、市内に住所を有する個人

**▽受付期間**

8月1日(木)～8月30日(金)午後5時まで(必着)

**▽応募方法**

産業振興課で配布する応募様式(市ホームページにも有)に必要事項を記入の上、提出してください。

**岡山産業振興課**

☎0869-22-3934

HP [http://www.city.setouchi.lg.jp/setouchi\\_kirei/index.html](http://www.city.setouchi.lg.jp/setouchi_kirei/index.html)

**なるほど!!健康教室**

市民病院では、次のとおり健康教室を開催します。

▽日時 7月12日(金) 午前11時～

▽場所 瀬戸内市民病院

▽テーマ 暑さに負けない!!夏を元気に過ごすコツ

☎0869-25-1278

**相談**



弁護士・司法書士・税理士 合同無料相談会

家庭(相続、遺言、離婚)、借金、登記や農地、墓地や墓石に関する事などについて無料で相談に応じます。

お待たせする場合がありますので、あらかじめご了承ください。

▽日時 7月13日(土) 午前10時～午後2時(相談時間1人30分以内、先着順)

▽場所 中央公民館(邑久)

岡畑さん

☎0869-22-2970

**催し物**



あやとり・お手玉・折り紙など 昔遊びを楽しみませんか

邑久町更生保護女性会で

**環境フェスタ インせとうち**

市消費生活問題研究協議会では、エコ遊び、人形劇、フリードコーナーなど、環境について楽しく学べる環境フェスタ

▽日時 7月25日(木) 午後6時～午後8時30分

※雨天決行。荒天の場合、花火大会のみ翌日開催。

**長島愛生園で納涼夏まつりを開催**

インせとうちを開催します。資源ごみ回収も行います。

▽日時 7月7日(日) 午前10時～午後2時

▽場所 ゆめトピア長船

▽参加費 無料(一部有料)

岡山生活環境課

岡山久町更生保護女性会大原さん

☎0869-22-1899

**邑久光明園で納涼夏祭りを開催**

▽日時 8月1日(木) 午後5時30分～午後8時30分

※雨天時は、翌日同時刻に実施。

▽場所 邑久光明園売店前広場

▽内容 花火大会、福引(空くじなし)、カラオケ、夜店、各種ゲーム

※花火の打ち上げは、午後8時から行います。

岡山久光明園入所者自治会

☎0869-22-2970

**瀬戸内市の味**

すずきとあさりのトマトスープ



- ◆材料(4人分)
- スズキ(骨の少ない切り身4切れ)
- アサリ(20個)
- ミニトマト(10個)
- ニンニク(1片)
- タカノツメ(1/2本)
- 大葉(2枚)
- 酒(100cc)
- 水(150cc)
- オリーブオイル(小さじ2)
- 塩(少々)
- コショウ(少々)

- ◆作り方
- ①スズキは塩、コショウをする。
- ②アサリは砂抜きし、ザルにあげる。
- ③ミニトマトは半分に切り、ニンニクはつぶす。タカノツメはキッチンバサミで小口に切る。
- ④フライパンにオリーブオイルとニンニクを入れて中火にかける。ニンニクの香りが出てきたら、スズキの皮を下にして入れ、両面を焼く。
- ⑤アサリ、ミニトマト、タカノツメ、酒、分量の水を加える。沸騰したらふたをする。
- ⑥アサリの口が開いたらふたを取る。味をみて薄ければ塩で味を整える。
- ⑦皿に盛り、せん切りにした大葉をのせる。

今月のレシピは 大倉絹子さん(22年会)です。 健康づくり推進課 ☎0869-26-5962

**全国海難防止強調運動**

海上保安庁では、7月16日(火)から31日(水)までを「全国海難防止強調運動」期間として、官民の関係者が一体となった海難防止運動を推進します。

▷自己救命策確保3つの基本

- ①海に出る際には、常にライフジャケットを着用する
- ②携帯電話は防水パックに入れ、携帯する
- ③海の緊急電話は118番へ

岡山海難防止強調運動玉野地区推進連絡会議 玉野海上保安部 ☎0863-32-3589