



お知らせ



風しんの無料抗体検査

岡山県では、風しんの無料抗体検査を実施しています。平成24年から25年にかけて全国的に発生した風しんの流行は、渡航者などを通じ海外の流行地域から風しんウイルスが流入したことがきっかけになったと考えられており、定期の予防接種を受ける機会がなく、抗体価（風しんに対する免疫がどのくらいあるかを表す指標）が低い20〜40歳代の男性などを中心に、職場での感染事例が多く見られます。

また、先天性風しん症候群（妊娠初期の妊婦が感染すると、生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓などに障害が生じる可能性が高くなります）が増加し、社会的に問題となっています。罹患歴または予防接種歴が明らかでない人は、まずは抗体検査を受けて、自分の抗体価を知ることが大切です。抗体検査の結果、抗体価が低い場合は、任意の予防接種（有料）を受けることを検討してください。

▽対象者

検査日において岡山県内に住所を有し、次のいずれかに該当する人。
①妊娠を希望する女性
②①の配偶者などの同居者（1歳未満の人を除く）
③風しんの抗体価が低い妊婦の配偶者などの同居者（1歳未満の人を除く）
※過去に風しん抗体検査を受けたことがある人、明らかに風しんの予防接種歴がある人、検査で確定診断を受けた人、既往歴がある人

けた風しんの既往歴がある人を除きます。
※受検できる医療機関など詳しくは県ホームページをご覧ください。

岡山県保健福祉部健康推進課
☎086-226-7331
HP <http://www.pref.okayama.jp/page/380502.html>

エイズなどの夜間無料検査を実施します

HIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染しても、感染を早期に発見すれば、適切な治療によりエイズの発症を防ぐことができます。

岡山県備前保健所では、毎月2回定例検査を行っています。このたびは12月1日の「世界エイズデー」に合わせて、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抗体検査（即日検査）、クラミジア検査、梅毒検査、肝炎ウイルス検査

検査、肝炎ウイルス検査
①夜間検査
▽日時 12月12日（金）
午後4時30分〜午後7時
②定例検査
▽日時 第1・第3金曜日
午前9時30分〜午後3時
岡山県備前保健所保健課
☎086-272-5553
（エイズホットライン）

全国瞬時警報システム の訓練放送と試験放送

市の防災行政無線では、地震・津波や武力攻撃などの災害時に、全国瞬時警報システム（J・A・L・E・R・T）から送られてくる国からの緊急情報も市民の皆さんへお伝えします。

次のとおり、全国一斉に緊急情報の訓練放送と試験放送を行います。地震が起こったときに慌てないために、実際に身を守るための行動をとってみましょう。

なお、市では震度4以上の地震の発生が予想される場合に、J・A・L・E・R・Tを使い、

市民の皆さんに緊急地震速報をお伝えします。



【訓練放送】

▽日時 11月5日（水）午前10時ごろ

▽放送内容

- ①防災行政無線チャイム音
- ②「こちらは、防災瀬戸内市です」
- ③「ただいまから訓練放送を行います」
- ④緊急地震速報チャイム音
- ⑤「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です」
- ⑥「こちらは、防災瀬戸内市です」
- ⑦「これで訓練放送を終わります」
- ⑧防災行政無線チャイム音

【試験放送】

▽日時 11月28日（金）午前11時ごろ

▽放送内容

- ①防災行政無線チャイム音
 - ②「これは、テストです」（3回繰り返し）
 - ③「こちらは、防災瀬戸内市です」
 - ④防災行政無線チャイム音
- ※市内60カ所の屋外放送塔と、行政委員の自宅などに設置している戸別受信機から一斉に放送されます。

▽危険機管理課

☎0869-222-3904

特定健診（集団健診） の追加開催

瀬戸内市国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人を対象にした特定健診（集団健診）を次のとおり追加開催します。

まだ受診していない人は、この機会にぜひ受診しましょう。

- ▽実施日 11月23日（日・祝）
- ▽受付時間 午前9時30分〜

午前10時30分

▽場所 ゆめトピア長船

▽持参するもの

特定健診受診券、国民健康保険被保険者証、受診料、検尿、昨年度の健診結果
※特定健診受診券は、対象者へ5月に送付しています。

この受診券の有効期限は平成26年8月31日となっておりますが、この健診に限り使用できますので持参してください。

なお、紛失した場合は、事前に連絡してください。

▽市民課（特定健診）

☎0869-244-7096

退職者の 国保税軽減制度

解雇や倒産などの非自発的な退職により国民健康保険に加入した人の保険料が軽減される場合があります。

なお、軽減を受けるには申請が必要です。

▽対象者

退職時に65歳未満で、雇用保険受給資格者証の退職理由

コードが次に該当する人

- ・雇用保険の特定受給資格者（11、12、21、22、31、32）
- ・雇用保険の特定理由退職者（23、33、34）

▽軽減額

保険料は前年の所得などにより算定されますが、前年の給与所得を100分の30として計算します。

▽軽減期間

退職日の翌日の属する月から、その月の属する年度の翌年度末まで（例・10月31日退職の場合、11月1日から平成28年3月31日まで）

▽持参するもの

雇用保険受給資格者証、国民健康保険被保険者証、印鑑

市民課、牛窓支所、長船支所、裳掛出張所
市民課（国保年金係）
☎0869-222-1790

ねんぎんのおはなし

社会保険料控除証明書が発行されます

国民年金保険料は、所得税およ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。

この控除を受けるためには、納付し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26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は、社会保険料（国民年金保険料）控除証明書が11月上旬に日本年金機構本部から送付されます。

年末調整や確定申告の際には、この証明書（または領収証書）の添付が必要となりますので、大切に保管しておいてください。

また、平成26年10月1日から12月31日までの間に今年はじめに国民年金保険料を納付した人については、平成27年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、本人の社

会保険料控除に加えることができます。家族宛てに送られた控除証明書を添付して申告してください。

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書についての不明な点は専用ダイヤルへお問い合わせください。

▽受付期間 11月4日（火）〜平成27年3月16日（月）
※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日から1月3日まではお休みです。

▽受付時間

・月〜金曜日 午前9時〜午後7時
・第2土曜日 午前9時〜午後5時

控除証明書専用ダイヤル
☎0570-058-555
（ナビダイヤル）

※「0570」の最初の「0」を省略したり、市外局番をつけたりしてかけ間違える事例が発生しています。ご注意ください。

「IP電話・PHS電話の場合」
☎03-6700-1144
※通常の電話料金が掛かります。

米トレーサビリティ法を知っていますか

米トレーサビリティ法により、米や米加工品を取り扱う事業者（生産者から外食事業者まで）には次のことが義務付けられています。

【事業者間の取引などにおける記録の作成・保存】
米や米加工品の取引に際し、品名、産地、数量、年月日、取引先名、搬出入の場所を記載した「納品書」「領収書」などを取り交わし保存してください。

【一般消費者への産地情報の伝達】
〔外食店での記載例〕
「当店のお米は岡山県産です。」など

中国四国農政局
☎0869-2233-3193
HP http://www.maff.go.jp/syouan/keikaku/kome_toresa/index.html
〔農林水産省〕



小規模企業共済制度

小規模企業共済制度は、個人事業主（共同経営者含む）・会社などの役員が事業をやめる場合に備えて、あらかじめ資金を準備しておく共済制度で、「小規模企業の経営者のための退職金制度」といえます。掛金は全額所得控除となるため、節税効果があります。

中小企業基盤整備機構コーポレーション（平日午前9時～午後7時、土曜日午前10時～午後3時）
☎050-5541-7171

ミツバチを飼育している人へ

養蜂振興法第3条第1項の規定により、近隣住民への危険防止を図るため、養蜂業者だけでなく、趣味でミツバチ

を飼育している人にも「蜜蜂飼育届」の提出が義務付けられています。

ただし、届出の除外規定も定められているため、詳しくは、お問い合わせてください。なお、蜜蜂飼育届を提出しなかったり、虚偽の届出をした場合には、過料が科される場合があります。

届出時期 毎年1月下旬
届出事項 届出者の住所、氏名、電話番号、飼育場所所在地、飼育予定蜂群数など
岡山県備前県民局農林水産事業部農畜産物生産課畜産班
☎086-2333-9828
HP <http://www.pref.okayama.jp/page/349915.html>

女性に対する暴力をなくす運動

毎年、11月12日から11月25日までは、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。（11月25日は、「女性に対する暴力撤廃国際日」です。）
夫・パートナーからの暴力、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、決して許されるものではありません。

この機会に、女性に対する暴力の問題について考えてみましょう。

個人権啓発室
☎0869-2233-9222



募集

せとうち防災リーダー研修会の参加者募集

市では、自主防災組織の結成や活動活性化の中心を担う防災リーダーを育成するため、「せとうち防災リーダー研修会」を開催します。研修会では、地域で防災活

動を進めるための知識や技術の習得を目指します。研修を受講した人へは、せとうち防災リーダーの証として、修了証などを交付します。
自主防災組織のリーダー・役員など地域の防災活動に携わっている人のほか、自治会（町内会）で自主防災組織の結成や防災訓練などの防災活動に取り組みたいと考えている人、防災知識を深めたい人、防災に関心がある人など皆さんの積極的な参加をお待ちしています。
▽日時 12月13日（土）午前10時～午後4時（午前9時30分受付開始）
※昼食は、事務局で用意します。
▽場所 ゆめトピア長船
▽参加費 無料
▽内容 防災気象情報に関する講義、市の被害想定や避難勧告に関する説明、災害対応カードゲーム「クロスロード」による実習など
▽対象者 市内在住・在勤の人
▽申込方法 危機管理課に備え付けの受講申込書に記入の上、持参、

郵送、FAX、メールにより申し込んでください。

受講申込書は、市ホームページからダウンロードすることもできます。

▽申込期限 11月28日（金）
岡山危機管理課
☎0869-2233-9004
FAX 0869-2233-2969
mail kikikanri@city.setouchi.jp
HP <http://www.city.setouchi.jp/bousai/index.html>



働くための「チャレンジ講座」

瀬戸内市地域自立支援協議会では、就職を希望する障害のある人を対象に、チャレンジ講座を開催します。

講師などから話を聞き、就職に必要な手続きや心構えについて理解を深め、就職に向けての準備を行います。なお参加には事前の申し込みが必要です。
▽日時 11月27日、12月4日、11日、18日（いずれも木曜日）
午後1時30分～午後3時30分（全4回）
▽場所 ゆめトピア長船
▽参加費 無料
▽講師 ハローワーク西大寺、岡山障害者職業センター、岡山障害者就業・生活支援センター職員など
▽内容
①求職活動について
・目標の設定（受講者）
②事業所見学
③求職活動について
・面接の受け方（模擬面接）
・支援方法（職業準備支援）
④まとめ（就職に向けての検証）
※4回の講座を全て受講した人には、修了証を授与します。
▽申込方法
受講を希望する人の氏名、住所、電話番号、障害者手帳の有無、職歴の有無を連絡し

市営住宅の入居者を募集します

市営住宅の入居者を次のとおり募集します。
▽募集団地（団地名、所在地、構造、戸数）
弁天団地、牛窓町長浜6880、57、簡耐2階建、1戸
▽規格 4DK
▽家賃 収入により決定
▽敷金 家賃の3カ月分
▽入居予定日 12月1日（月）
▽申込受付期間 11月4日（火）～18日（火）
午前8時30分～午後5時15分
岡山建設課
☎0869-2233-2649

なるほど!!健康教室

瀬戸内市民病院では、毎月

糖尿病健康セミナー in 東備

糖尿病について学ぶセミナーを開催します。糖尿病の合併症でもある網膜症や失明を防いだり、改善するためにはどうすればよいか学びませんか。
▽内容
・糖尿病食の説明「糖尿病食のウソ・ホント?」と試食
講師 草谷悦子氏（赤磐医師会病院管理栄養士）

1回さまざまなテーマで健康教室を開催しています。
▽日時 11月21日（金）午後2～3時
▽場所 瀬戸内市民病院
▽テーマ インフルエンザについて
▽講師 白石高昌氏（呼吸器内科医）
▽定員 30人
▽参加費 100円
▽申込期間 11月4日（火）～20日（木）
岡山瀬戸内市民病院
☎0869-2233-1234

講演①「継続は力なり」運動を続けるためのヒント」
講師 清瀬直子氏（おさふねクリニック理学療法士）
講演②「糖尿病から目を守る」
講師 坂口紀子氏（岡山市民病院眼科診療部長）
▽日時 11月29日（土）午前11時30分～午後2時30分（午前11時受付開始）
（講演①は午後0時40分から）
▽場所 おさふねサビエリア（長船町長船1133-2）
▽定員 50人
▽参加費 500円
試食に参加する場合のみ
▽申込方法 電話
▽申込期限 11月15日（土）
岡山東備糖尿病療養指導セミナー事務局（平病院内）
☎0869-933-1155



金融・経済について 学びませんか

岡山県金融広報委員会では、金融・経済に関する知識を学ぶ「金融経済講演会」を開催します。

▽日時 11月8日(土) 午後1時30分～午後3時30分
▽場所 さん太ホール
(岡山市北区柳町2-1-1)

▽テーマ
日本の経済・金融の見方

▽講師 伊藤元重氏(東京大学大学院経済学研究科教授)

▽定員 300人
(先着順、定員になり次第締切)

▽参加費 無料
▽申込方法
電話、FAX、郵送で申し

込んでください。
※FAX、郵送の場合は氏名、住所、電話番号を記入の上、送付してください。

岡山県金融広報委員会
「金融経済講演会」係
〒700-8707
岡山市北区丸の内1-6-1
(日本銀行岡山支店内)

☎086-227-5128
FAX086-227-6350

催し物



司馬遼太郎著・西山英雄
雄装画「播磨灘物語」
展 官兵衛の世界を描く

瀬戸内市立美術館では、「司

馬遼太郎著・西山英雄
雄装画「播磨灘物語」
展 官兵衛の世界を描く」を開催しています。

黒田官兵衛の生涯を描いた、司馬遼太郎著「播磨灘物語」(1973年から1975年にかけて新聞に連載)のために、日本画家・西山英雄(1911-1989年)が手がけた装画を中心とした展覧会です。



△西山英雄 装画 備前長船の刀工の仕事場

10月28日からは、装画20点を入れ替え、展示を一新して、後期展覧会として開催いたします。前期に観覧した人は、観覧券を提示することで、割引料金が適用されます。

▽期間 11月30日(日)まで
※休館日は11月4日(火)、10日(月)、17日(月)、25日(火)です。
▽開館時間
午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

▽観覧料 大人500円、団体(20人以上) および65歳以上400円、中学生以下無料
※前期に観覧した人は、観覧券を提示することで、割引料(400円)で、観覧できます。

岡山県立美術館
☎0869-34-3130

あじさい講座

地域福祉の向上を目的に、あじさい講座を開催します。参加費無料、事前申し込み

▽日時 11月7日(金)～9日(日)
午前9時～午後4時
▽場所 長島愛生園日出会館
ふれあいホール
▽内容 入所者・職員・看護学生・保育園児の作品(絵画、写真、陶芸、短歌、俳句、手芸など)
岡山愛生園入所者自治会
☎0869-25-1033

Books 今月のおすすめ本
岡山あるある
岡山県民なら納得! 共感と爆笑間違いなし。岡山県民でない人もこれを読めば岡山県の魅力が分かるんじゃない! 「田舎の人は市街に出ることを『岡山に行く』と表現」など、岡山県のあるあるネタ全222本を紹介しています。
県庁坂ノボル:著 メンポ田宮文明:画
TOPックス

備前福岡ART小路

演劇・ダンス・建築・絵画・現代アートなどのアーティスト(芸術家)らが芸術表現や作品展示を行う「備前福岡ART小路」を開催します。

岡山県などが進めている、地域のイメージアップやにぎわい創出につながる文化イベントの企画・コーディネートができる人材を育成することを目的とした「まちアトマネジメント講座」の受講生による催しです。参加費無料、事前申込は不要です。

当日会場付近では、地域の特産品などを販売する備前福岡の大手(午前8時から午後2時まで)も開催されます。買い物などと合わせて、ぜひご来場ください。

【一遍上人伝説】福岡「市」(絵巻)
▽日時 11月23日(日・祝) 午前9時30分～午前10時
▽場所 妙興寺境内
▽内容 朗読と音楽に合わせた忍者風アクションの演劇



△福岡に昔からある井戸(妙興寺北側広場)

▽アーティスト 大岩主弥氏(殺陣)、大西千夏氏(演劇)、高須悠嵩氏(ダンス)

【帯アート】包む
▽日時 11月23日(日・祝) 午前9時30分～午前10時

▽場所 妙興寺境内

▽内容 演劇「一遍上人伝説」の舞台装置の一つとして、着物の帯を使った空間演出を行います。

▽アーティスト 野崎泉氏(和装)

【うぐいす】
▽日時 11月23日(日・祝) 午前10時～午後2時

▽場所 仲崎邸から妙興寺までの路上

▽内容 移動式の小屋で「一遍上人絵伝」に描かれた福岡の市を表現します。

▽アーティスト 高原次郎兵衛

衛正伸氏(建築)
【井戸端ラウンジ】
▽日時 11月23日(日・祝) 午前9時～午後2時

▽場所 妙興寺北側広場(七つ井戸周辺)

▽内容 井戸の周りに、参加者が楽しめる不思議な仕掛けがあります。

▽アーティスト 花田洋通氏(現代アート)

【PEACE&LOVE】地球にありがとう!」
▽日時 11月23日(日・祝) 午前9時～午後2時

▽場所 上小路北側入り口付近の七つ井戸

▽内容 参加者が地球への感謝の言葉を井戸に向かってささやきます。

▽アーティスト ラデック・プレディギエル氏(絵画)

【PARADISE】パラダイスの旗」
▽日時 11月23日(日・祝) 午前9時～午後2時

▽場所 仲崎邸から望むことのできる周辺の田畑に立てた7本のカラフルな旗

※仲崎邸から一望できます。

戦没者追悼式

市では平成26年度戦没者追悼式を次のとおり開催します。ご遺族の皆さんの出席をお願いいたします。

▽日時 11月10日(月) 午前10時
▽場所 ゆめトピア長船
岡福祉課
☎0869-26-5941



平成25年度戦没者追悼式

相談



「女性の人権ホットライン」強化月間

岡山地方事務局と岡山県人権擁護委員連合会では、次の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、法務局職員や人権擁護委員が電話相談を受け付けます。

相談料は無料で、秘密は厳守されます。お気軽にお電話ください。

▽期間 11月17日(月)～23日(日・祝)
▽時間 午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時)

岡山女性の人権ホットライン
☎0570-070-810



1	土	④東備地区スポーツ吹矢大会 9:00～ 邑久B&G海洋センター		
2	日			
3	月	文化の日 ④瀬戸内市剣道大会 7:00～ 長船スポーツ公園		
4	火		休替	休替
5	水	②心配ごと相談 9:00～12:00 瀬戸内市総合福祉センター	休替	休替
6	木	⑩わーく相談会 13:30～16:00 地域生活支援センタースマイル ⑫窓口業務の時間延長 17:15～19:00 瀬戸内市役所	休替	休替
7	金			
8	土			
9	日	④瀬戸内市秋季軟式野球大会 9:00～ 邑久スポーツ公園、長船スポーツ公園 ⑤歩こう会 和意谷コース 8:29 邑久駅発赤穂線 ⑥瀬戸内市秋季バレーボール大会 9:00～ 長船スポーツ公園 ⑦瀬戸内市シングルテニス大会 9:00～ 邑久スポーツ公園	休替	休替
10	月		休替	休替
11	火	⑦こころの健康相談 10:00～12:00 ゆめトピア長船		
12	水	②心配ごと相談 9:00～12:00 ゆめトピア長船 ⑪1歳6か月児健診【対象：平成25年4月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
13	木	⑪2歳児健診【対象：平成24年7月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
14	金	⑥離乳食講習会【対象：4～6カ月児】 10:00～11:30 ゆめトピア長船 ⑧精神保健福祉相談 13:30～15:00 ゆめトピア長船		
15	土			
16	日	④瀬戸内市秋季軟式野球大会 9:00～ 邑久スポーツ公園、長船スポーツ公園		
17	月		休替	休替
18	火			
19	水	②心配ごと相談 9:00～12:00 瀬戸内市総合福祉センター ④住宅増改築相談 9:00～15:00 瀬戸内市役所 ⑪乳児健診(9か月児)【対象：平成26年2月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
20	木	①③行政・なやみごと相談 10:00～12:00 瀬戸内市役所 ⑨乳幼児こころの健康相談 13:30～15:00 ゆめトピア長船		
21	金			
22	土			
23	日	勤労感謝の日 ④瀬戸内市卓球大会(後期) 9:00～ 長船スポーツ公園		
24	月	振替休日		
25	火	⑤育児相談 9:30～11:00 ゆめトピア長船	休替	休替
26	水	①③行政・なやみごと相談 10:00～12:00 牛窓支所 ②心配ごと相談 9:00～12:00 牛窓町公民館 ⑪3歳児健診【対象：平成23年5月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
27	木	⑩わーく相談会 13:30～16:00 地域生活支援センタースマイル		
28	金	①③行政・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【対象：7～12カ月児】 10:00～11:30 ゆめトピア長船 ⑧精神保健福祉相談 13:30～15:00 ゆめトピア長船		
29	土	④瀬戸内市民体協コンペ 9:00～ 長船カントリークラブ		
30	日	④瀬戸内市バドミントン大会 9:00～ 邑久中学校体育館 ⑤ファイナルカップ 9:00～ 長船スポーツ公園		

- 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(予約不要・無料)】
岡総務課 ☎0869-22-1112
- ②心配ごと相談
※前日までに予約をしてください。
岡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(予約不要・無料)】
岡人権啓発室 ☎0869-22-3922
- ④住宅増改築相談
岡建設課 ☎0869-22-2649
- ⑤育児相談(乳幼児に関する相談)
岡健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
- ⑥離乳食講習会
【対象：生後4カ月以上の乳幼児と保護者(予約不要・無料)】
岡健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
- ⑦こころの健康相談
【相談員：臨床心理士(要予約)】
岡健康づくり推進課 ☎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)】
岡岡山県備前保健所 ☎086-272-3934
- ⑨乳幼児こころの健康相談
【相談員：臨床心理士(要予約)】
岡健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
- ⑩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】
岡地域生活支援センタースマイル
☎0869-22-9600
- ⑪子どもの健診
岡健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
- ⑫窓口業務の時間延長(市民課、税務課、収納推進課の業務の一部)
※取り扱いができない業務もあります。詳細はお問い合わせください。
岡・市民課 ☎0869-22-1115
・税務課 ☎0869-22-1114
・収納推進課 ☎0869-22-2464
- ※①～⑫の日時は、左のカレンダーをご覧ください。
- ⑬消費生活相談(架空請求・訪問販売などに関する相談)
(予約不要・市役所開庁日に相談受付)
岡生活環境課 ☎0869-22-1899
- ⑭障害に関する相談(身体・知的・精神(ひきこもりを含む)・発達障害などに関する相談)
岡地域生活支援センタースマイル
☎0869-22-9600
- ⑮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)】
岡福祉課
☎0869-26-5943
- ⑯備前長船刀剣博物館の行事
岡備前長船刀剣博物館 ☎0869-66-7767
- ⑰瀬戸内市立美術館の行事
岡瀬戸内市立美術館 ☎0869-34-3130
- ⑱体育協会の行事
岡瀬戸内市体育協会 ☎0869-22-2211
HP <http://setouchi-taikyo.or.jp/>

12月1日(月)が納付期限の市税・保険料
国民健康保険税【5期】介護保険料【5期】
※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26年10月1日現在、かつこ内は前月比》

人口	38,446人 (-62)	男	18,352人 (-22)
世帯	15,060世帯 (-20)	女	20,094人 (-40)



さつまいもの甘辛煮



- ◆材料(4人分)
- サツマイモ(400g)
 - 焼肉用の牛もも肉(160g)
 - サラダ油(大さじ1)
 - ブロッコリー(1/2個)
 - 卵(2個)
 - A
●レモン汁(1/2個分)
 - みりん(100cc)
 - B
●焼肉のたれ(大さじ3)
 - ショウガ(15g)
 - C
●スープの素(大さじ1)
 - トウバンジャン(大さじ1)
 - 薄口しょうゆ(大さじ2)
 - 酒(大さじ1)
 - ショウガ(みじん切り、15g)
 - ネギ(1本)

- ◆作り方
- ①サツマイモは輪切りにして水にさらす。浅めの鍋にサツマイモとAを入れ、サツマイモがのぞかないように水の量を調節し、串が通るようになるまで煮る。
 - ②牛もも肉にBをもみ込み、30分おく。フライパンにサラダ油を敷いて、Bをもみ込んだ牛もも肉を炒め、火を通す。
 - ③ブロッコリーは小房に分けて、ゆでておく。卵はゆでて殻をむき、飾り切りしておく。
 - ④①の残り汁にCを入れてひと煮立ちさせる。
 - ⑤皿に①②③を盛り付け、④を好みの量全体に回しかける。

今日のレシピは
寺下史子さん(JA岡山女性部せとうち支部)です
岡健康づくり推進課
☎0869-26-5962

公益財団法人人権教育啓発推進センターでは、日常生活での困りごと、嫌がらせ、差別などについて、アイヌの人からのさまざまな相談を専用電話で受け付けています。

▽相談期間
平成27年3月31日(火)まで
※日曜日、祝日、12月27日(土)～平成27年1月4日(日)を除く

▽相談時間 午前10時～午後5時

▽相談料 無料

▽相談先 アイヌの方々のための相談専用電話
☎0120-771-208

犯罪被害者や家族のための相談窓口

毎年11月25日から12月1日まで、「犯罪被害者週間」です。近年、殺人や強盗などの凶悪犯罪が後を絶たず、子ども、女性などを対象とした犯罪も依然として多発しています。

瀬戸内警察署では、犯罪の被害に遭った人やその家族が抱える問題、要望に対応するため、相談窓口を設置しています。お気軽にご相談ください。

年金相談

年金事務所の職員が年金の相談に応じます。希望する人は、事前に予約をしてください。

- ▽日時 11月27日(木) 午前10時～午後3時
- ▽場所 瀬戸内市役所
- ▽相談料 無料
- ▽岡山山東年金事務所

岡山県では、岡山県司法書士の協力を得て、司法書士による「多重債務無料法律相談会」を開催します。

事前予約は不要、秘密は厳守されます。

「たばこクイットライン」(禁煙相談窓口)
電話の通話料金は必要ですが、相談料は無料です。面会による相談も可能で、未成年者からの相談にも応じています。

岡山県くらし安全安心課
☎086-226-7346

岡山県では、岡山県司法書士の協力を得て、司法書士による「多重債務無料法律相談会」を開催します。

事前予約は不要、秘密は厳守されます。

- ▽日時 11月29日(土) 午前10時～午後3時
- ▽場所 岡山県消費生活センター

アイヌの人に対する専用相談窓口

※開設場所は、岡山赤十字病院(岡山市北区青江2-1-1)です。

▽相談時間 月～金曜日 午前9時～正午、午後1～4時

岡岡山県保健福祉部健康推進課
☎086-226-7328