

# 広報せとうち

平成 28(2016)年

# 3

第 136 号



ゆめトピア長船で1月30日、本と人が出会う未来の図書館フェスティバル「BOOKブックこんにちわ!」(パトリシアねっとわーく、BOOKブックこんにちわ委員会主催)と、野菜の健康効果やおいしく食べる方法などを提案する「ベジもっとフェスタ」(瀬戸内市食育推進委員会主催)が同時開催されました。

来場者は各コーナーを回り、本や映画、食育や食事マナーなどについて、楽しみながら理解を深めていました。

【写真①プレゼンターがお薦めの本を紹介する知的書評合戦「ビブリアバトル」/②映写技師(写真上)の指導でフィルム映写機の実況体験/③白熱した食育かるた大会/④野菜の大切さを伝える食育劇「がんばれ!ベジマン」】

## Contents 目次



- 2 親子クラブで仲間づくりをしませんか
- 4 健康ライフ
- 5 瀬戸内発見伝
- 6 まちの話題
- 8 知っ得!せとうち便
- 14 3月の予定
- 15 みんなの広場





▲親子クラブ合同研修会

# 親子クラブで

それぞれのクラブでは、新しい会員を募集しています。市内在住の未就園の子どもとその保護者であれば、いつでも入会できます。あなたも親子クラブで仲間づくりをしませんか。

## 子育て支援センターとは

地域全体で子育てを支援する基盤を形成することにより、子育て家庭などに対して育児支援を図ることを目的に、市が設置しているものです。保育の知識と経験がある保育士などが、子育てへの不安などについての相談・指導、子育てサークルへの支援、園庭開放などを行っています。

## 親子クラブの問い合わせ・申込先

場所	電話番号
牛窓ルンビニ子育て支援センター	0869-34-2309
あいあい保育園子育て支援センター	0869-34-9330
長船ちとせ保育園子育て支援センター	0869-26-3988
邑久子育て支援センター	0869-22-0222
福田子育て支援センター	0869-24-0020
健康づくり推進課	0869-26-5962

※長船町おやこクラブの申込書と受付BOXは、ゆめトピア長船、長船町公民館にあります。

## 長船町おやこクラブ



七夕会で記念撮影



うちわ作り



新聞紙遊び

**活動内容** イチゴ狩り、ピクニック、夏祭りごっこ、英会話、リトミック、プチ運動会、クリスマス会、節分会、クッキングなど

**会員から一言** 月に1回、季節に応じたイベントで、普段なかなか体験できない活動をしています。子どもたちも親同士も仲良くなって、楽しい思い出をつくりませんか。入会をお待ちしています。

活動場所	ゆめトピア長船（長船町土師）など
活動頻度	月1回程度
現会員数	大人27人、子ども32人（平成27年12月現在）

## 今城おやこクラブ

活動場所	今城コミュニティセンター（邑久町向山）など
活動頻度	月1回程度
現会員数	大人17人、子ども18人（平成27年12月現在）
活動内容	保育園や幼稚園などでの交流会、イチゴ狩り、消防署見学、親子クッキングなど。また、クリスマス会やお別れ会では、工作や会食などを行っています。地域の行事にも参加し、地域の人たちと交流する機会がたくさんあります。
会員から一言	グループの規模は小さいですが、イベントや体験を通して、親子で楽しく活動しています。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。入会をお待ちしています。



クリスマス会で記念撮影

# 仲間づくりをしませんか

このページでは、親子クラブについて紹介します。市内で活動する4つのクラブの皆さんに、活動の様子を聞きました。



## ☆親子クラブとは

親子クラブは、親子の交流を通して、地域で子育てをしているみんなが手をつなぎ、より良い子育てを目指している会です。

地域の未就園の子どもとその保護者が、季節の行事などを楽しみ、親子同士の交流を通して、親も子も仲間をつくることができます。

各クラブの仲間同士の交流だけでなく、地域の人の交流も行っています。保育園児や幼稚園児と交流したり、小学校の運動会に参加したりします。愛育委員や栄養委員が参加することもあります。

その他にも、年1回、4クラブ合同の研修会を行っています。研修会では、他のクラブの親子と交流しながら、親子レクリエーションやふれあい遊びなどを行っています。

親子クラブは、保護者同士が子育てをする上での喜びや悩みを共有し、子どもと一緒に成長することができる場となっています。

## 牛窓親子クラブ

活動場所	牛窓ルンビニ子育て支援センター（牛窓町牛窓）、あいあい保育園子育て支援センター（牛窓町鹿忍）
活動頻度	月1回程度
現会員数	大人25人、子ども29人（平成27年12月現在）
活動内容	クッキング、イチゴ狩り、デコ石鹸づくり、七夕会、プール・水遊び、クリスマス会、音楽鑑賞会、お別れ会など
会員から一言	親子みんなで楽しく活動しています。牛窓地域だけでなく、市内在住であれば、どなたでも入会できますので、一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



クッキング



クリスマス会で記念撮影



音楽鑑賞会

## おくげんきっこクラブ

活動場所	給食試食会
活動頻度	月1回程度
現会員数	大人15人、子ども17人（平成27年12月現在）
活動内容	給食試食会、茶話会



茶話会



親子遠足

**活動内容** 春の遠足、父の日プレゼント作り、給食試食会、バルーンアート、クッキング、クリスマス会、イチゴ狩りなど、その月ごとにさまざまな楽しい内容の活動を行っています。

**会員から一言** アットホームで子どもはもちろん、親同士がほっとできる親子クラブです。少人数で規模は小さいですが、すぐ仲良くなれますよ！楽しい思い出がきっとできます。新しいお友達の入会をお待ちしています。

# 体調の変化を見逃さないで



ストレスが多い現代社会では「うつ病」が増えています。知らない間にうつ病になっていることもあります。うつ病は、絶望感や孤独感が強くなるために、自殺願望へつながりやすく、注意が必要です。

## うつ病の主な症状

種類	内容
心の不調	憂うつな気分、絶望感、やる気・集中力・行動力の低下、何事にも興味・関心がなくなるなど
体の不調	不眠、頭痛、耳鳴り、めまい、食欲不振、腹痛、便秘、下痢など

## ●うつ病とは

「うつ病」とは、憂うつな気分や、無気力な状態が長く続いて日常生活に支障をきたすようになる「病気」で、「気持ち」の問題ではなく、「脳の病気」です。

脳内の神経伝達物質であるセロトニンやノルアドレナリンが何らかの理由で減少することで発症するといわれています。

## ●うつ病の現状

厚生労働省が実施する「患者調査」によると、平成11年に44.1万人だったうつ病などの患者数が、平成23年には95.8万人と、12年間で2.2倍に増加しています。また、15人に1人は一生のうちに経験するといわれており、誰でもなり得る身近な病気です。

## ●うつ病セルフチェック

次の2項目以上が当てはまり、その状態が2週間以上ほとんど毎日続いていて、日常生活に支障が出ている場合は要注意です。

- 毎日の生活に充実感がない
- これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- 以前は楽にできていたことが、今では面倒に感じられる
- 自分が役に立つ人間だと思えない
- わけもなく疲れたような感じがする

「うつ対策推進方策マニュアル」(厚生労働省)

## ◇周囲が気づく変化

- ・以前と比べて表情が暗く、元気がない
- ・体調不良の訴えが多くなる
- ・飲酒量が増える
- ・周囲との交流を避けるようになる など

## ★うつ病の治療

うつ病の治療は、「休養」「薬物療法」「心理療法」「環境調整」の4つで成り立っています。

十分な休養をとって心と体を休ませることは、うつ病治療の第一歩です。職場や学校、家庭などで受けるストレスを軽減できるように環境調整をしてみましょう。

うつ病は、早期に発見して早期に治療を行うことが大切で、早めに対応することで、スムーズな治療へと結びつき、より早期の回復につながります。家族や職場、地域など周囲の人が体調の変化に気付いたら、専門家(医師や保健師など)に相談をしましょう。



# 瀬戸内発見伝

巻之百二十

## 刀匠と名将シリーズ 3 長船派の祖・光忠と織田信長

日本一の刀剣王国である備前国の中で、もっとも隆盛したのは長船派の刀匠たちです。その祖は光忠とされ、もともとは古備前派の近忠の子といわれたり、一文字派から派生したといわれたりと諸説あります。

長船派の祖・光忠は鎌倉時代中期の刀匠で現存作品は少なく、特に在銘品(茎に銘が残っているもの)は全国でも20口前後といわれ、愛刀家垂涎の人気刀匠です。

### 光忠と織田信長

織田信長も光忠のコレクターで、『常山紀談』という書物には「信長光忠が刀を好

み二十五腰まで集められし」と、そのコレクションぶりが紹介されています。中でも戦国武将の三好実休が所持していたことから「実休光忠」と号された名刀があります。本能寺の変で信長が最後に所持していたとされ、信長と一緒に炎上してしまいます。

焼け跡から発見されたときには18カ所も戦鬪の傷が入っていたそうで、信長の壮絶な最期を物語っているようです。その後、刃文を焼き直さ

れてから、豊臣秀吉が信長の形見として大事に保管しましたが、大坂城の落城で再度、炎に飲み込まれてしまいました。そしてまた焼き直され、徳川家康に献上されたとも、行方不明になったともいわれています。

### 多くの名将に愛された光忠

永青文庫が所蔵する「生駒光忠」と号された名刀は、細川家16代当主の細川護立がお

小遣いを前借して購入したもののながら、現在は国宝となっています。また、小早川隆景の愛刀「高麗鶴光忠」や福島正則の愛刀「福島光忠」、徳川家や最上家など多くの名将に愛されました。さらに、出雲大社や厳島神社に奉納され、現在国宝3口、重要文化財15口指定されています。

また、現在の刀剣ブームの主体である「刀剣女子」の中で人気なのが、「燭台切光忠」といわれる御刀です。伊達政宗が所持していて、無礼を働いた家臣を金属製の燭台ごと斬り伏せたことから号され、その後水戸徳川家へ渡りまして、関東大震災で被災し、焼き身となってしまいます。

昨年、被災後初めて公開され多くのファンが押し寄せたそうです。この御刀も一説には信長のコレクションした25

口のうちの1口であったともいわれています。

### 光忠の太刀の見どころ

本作(左上写真)は、信長コレクションかどうかは不明ですが、江戸時代に佐竹家に伝来した、貴重な在銘の光忠の太刀です。作風は身幅が広く、反り深い姿に、地鉄には「乱れ映り」というオーロラのような景色が見え、刃文は蛙子丁子というおたまじゃくしのような形をしたものが所々に見え、柔らかくとても明るく見えます。

佐竹家の名刀は、將軍家や他大名から譲ってくれと言われた時の断る理由として、銘のある部分を少し削り、意図的に欠点を作らせたことで有名です。本作もせっかくの光忠の銘が少し削られて見えにくくなっているのも往時の大名間の付き合いの難しさを物語った見どころの一つです。

本作は備前長船刀剣博物館で現在開催中の特別展「備前刀剣王国」で展示しています。



太刀 銘 光忠 (佐竹家伝来)

## い つまでもお元気で

100歳を迎えた高齢者をお祝い

1月29日に満100歳を迎えた浮田ヒサ子さん（牛窓町鹿忍）のお祝いに、2月2日、高原家直副市長らのご利用中の施設を訪問しました。浮田さんは他の施設利用者や家族に見守られながら、笑顔でお祝い状を受け取りました。

また、高原副市長からは「山もあり 谷もありしの人生も よくぞ迎えし 百歳の朝」とお祝いの歌が送られました。長寿の秘訣は「自分のことはなるべく自分できるように心掛けていたこと」。

浮田さん、これからもますますお元気でお過ごしください。



高原副市長からお祝い状を受け取る浮田さん（写真左）

## 自 然の厳しさと家庭の温かさを知る

瀬戸内市 FOS 少年団連盟が耐寒キャンプ



わらや段ボールを集めて家づくり（左上）／保護者の皆さんが作ったおでんと炊き込みご飯で夕食（右下）

1月23日、邑久町山田庄の田んぼで瀬戸内市 FOS 少年団連盟が耐寒キャンプを行いました。

備前市日生町 FOS 少年団連盟と吉備中央町 FOS 少年団連盟からの参加もあり、小中学生の団員、指導者、保護者約70人が参加。わらや段ボールを使用して家づくりを行い、暖かさを感じるその家の中でのおしゃべりや田んぼの中での鬼ごっこを楽しみました。

3時のおやつには、12月の活動で清掃奉仕を兼ねて集めた落ち葉で焼いた焼き芋を食べ、夕食後には、高砂山の展望台までナイトウォークを行いました。

自然の厳しさと家庭の温かさを心に刻み、共同作業を通じて他地域の団員と交流を深めていました。

## 災 害に対する心構えを新たに

瀬戸内市消防出初式

1月17日、中央公民館で消防団員らが出席して、恒例の消防出初式が行われました。

式典では、新入団員に辞令を交付し、消防活動により功績のあった消防団員などに対し、表彰状を授与しました。福池幹夫団長は「今後もより一層消防団の使命を全うするため、平素の訓練はもちろん防火・防災の予防啓発を重点的に推し進め、皆さんと共にさらなる災害対応力の強化を押し進めていかなければならない」とあいさつ。

最後は、瀬戸内市消防の発展を願い、万歳三唱を行い式典を終了しました。



辞令を受ける新入団員（左上）／市消防の発展を願い、万歳三唱（右下）



My Town Topics

## まちの話題

問 秘書広報課：☎0869-24-7095

### 票の大切さを学ぶ

邑久高校で模擬投票

選挙権の年齢が「18歳以上」に引き下げられたのを受け、邑久高校で1月27日、市選挙管理委員会が出前授業（模擬投票）を実施しました。

平成28年夏執行予定の参議院議員通常選挙から新たに有権者となる邑久高校3年生が参加。「金平党」「花林党」「甘納党」の候補者役3人が演説した後、本番同様に投票を行いました。

また、生徒らは計数機など実際の機材を使った開票作業も体験。投票するという経験を通じて、一票の大切さを学んでいました。



演説する甘納党の櫻井佑里香さん（左上）と金平党の古林智君（右下）



初めて投票用紙を受け取る生徒ら



意中の候補者の名前を書いて投票箱に一票を投じました



開票作業に当たる生徒ら



トップ当選した花林党の川角香菜子さん（写真右）に当選証書が手渡されました

### 選挙権年齢の引き下げについて

平成27年6月、選挙権年齢を「20歳以上」から「18歳以上」へ引き下げる改正公職選挙法が成立しました。

平成28年夏の参議院議員通常選挙から適用される見通しで、日本全国で18・19歳の約240万人が新たな有権者になります。

また国政選挙で適用された後は、自治体の首長、議会の選挙などにも適用されます。

※記事中の政党はフィクションであり、実在する、人物・地名・団体とは一切関係ありません。

# 知っ得!せとうち便

## お知らせ

### 教育委員の選任

瀬戸内市教育委員に淵本晴生氏(67歳・長船町長船)が選任されました。淵本教育委員は再任となります。

教育委員は市長が市議会の同意を得て任命し、教育に関する重要事項や基本方針の審議、検討を行うなど、教育行政の運営に当たります。

委員の任期は、平成27年12月25日から平成31年12月24日までの4年間です。

○総務学務課

☎0869・34・5640

### 始まります 春の火災予防運動

3月1日から7日まで全国一斉に春の火災予防運動が実施されます。

春先は空気が乾燥し、風の強い日が多いことから、火災が発生しやすい季節です。まだ寒さが残り、ストーブなど火を使用する機会も多くあります。

日頃から家庭内で防火・防災意識を持ち、火の取り扱いは十分注意するよう心掛けましょう。

また火災を早期に見出し、消火や避難が素早く行えるよう、住宅用火災警報器を設置しましょう。

さらに、春は林野火災が発生しやすい時期です。一度発生すると、春は林野火災が発生しやすい時期です。一度発生すると、春は林野火災が発生しやすい時期です。



生すると大きな被害をもたらします。

風の強い日や乾燥している日は、火気の使用を控えるほか、火気使用時には水バケツなど、すぐに消火ができる準備をして、貴重な森林を火災から守りましょう。

### 消防本部予防課

☎0869・22・1493

### 4月から 邑久交番を開設

4月1日から尾張駐在所、大富駐在所、本庄駐在所を統合して邑久交番を開設します。

邑久交番の場所は、当面は現在の尾張駐在所ですが、夏ごろに建て替え工事のため、大富駐在所に移転予定です。

新しい建物で邑久交番としてスタートするのは、平成29年からです。皆さん、よろしくお願います。

### 尾張駐在所

☎0869・22・0025

### 瀬戸内警察署

☎0869・34・6110

### テロの未然防止にご協力ください

平成28年は、第42回主要国首脳会議(伊勢志摩サミット)および関連する関係会合が開催されます。このうち、5月には倉敷市で教育大臣会合が開催される予定です。

また平成32年にオリンピック・パラリンピック東京大会の開催も決定しています。大規模な国際会議などは、テロを実行しようとする者にとって、格好の攻撃対象となります。

海外でも、平成17年にロンドン中心部の地下鉄トンネル、平成25年に米国内・ポストンマラソンで爆弾テロ事件が発生し、市民が犠牲となつています。

警察としては、こうしたテロの未然防止に向け、関係情報収集・分析、関係機関と連携した水際対策、警戒警備などを推進しています。

皆さんのご理解とご協力をよろしくお願います。

### 瀬戸内警察署

☎0869・34・6110

## 花粉症で通院の人へ ジェネリック医薬品を

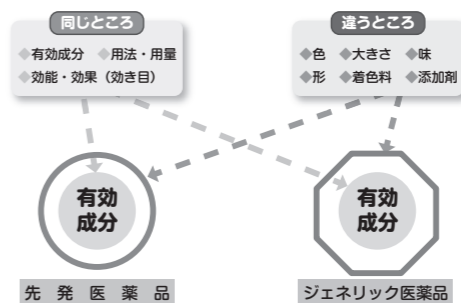
### 使ってみませんか

【ジェネリック医薬品とは】 先発医薬品の特許が切れた後に販売される、同じ有効成分、同じ効能・効果を持つ医薬品のことです。

日本気象協会が発表した『2016年春の花粉飛散予測』によると、中国地方のスギ・ヒノキ花粉の飛散数は前年並と予想されています。花粉症の人にはつらい季節ですが、早めの受診で症状を抑えましょう。

花粉のシーズンが終わるまで薬を続けると費用がかかりますが、安価なジェネリック医薬品(後発医薬品)を利用することで、上手に薬代を節約できる場合があります。

ジェネリック医薬品の利用を希望する人は、医師や薬剤師にご相談ください。



一般的に、開発費用が安く抑えられることから、先発医薬品に比べて薬の価格が安くなっています。

### 市民課

☎0869・22・1790

## ねんぎんのおはなし 日本年金機構におけるマイナンバーへの対応



【日本年金機構におけるマイナンバーの利用延期について】

平成27年9月に「個人情報保護に関する法律及び行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律の一部を改正する法律」が公布され、日本年金機構では、マイナンバーの利用が延期となっております。

【日本年金機構に提出する住民票について】

住民票は、当分の間、マイナンバーの記載がないものを提出してください。日本年金機構では、当分の間、マイナンバーが記載された書類の受付ができません。年金請求手続きなどで提出する住民票は、マイナンバーの記載がないものを提出してください。

【個人番号カードの利用について】

個人番号カードは、年金相談時などにおける本人確認書類として利用することができます。

### マイナンバーについては

通知カードや個人番号カード、マイナンバー制度に関する情報は、左記へお問い合わせください。

### 市民課

☎0120・95・0178

### 年金の手続きについては

### 市民課

☎0869・22・1790

### 岡山東年金事務所

☎086・270・7928

### 自転車のTSMマークを知っていますか

「TSMマーク」は、自転車安全整備士が点検・整備した安全な「普通自転車」に貼るシールのことです。このTSMマークには、傷害保険と賠償責任保険が付帯しています。TSMマークのTとは、Traffic(交通) Safety(安全)の頭文字で、「交通安全」という意味です。



点検・整備はこのマークの自転車店で受けましょう

TSMマークを貼る料金は、自転車の点検・整備を受ける料金となります。点検・整備を受けずにTSMマークだけを貼ることはできません。部品を交換した場合、部品代は別料金です。

毎年1回は点検・整備を受けて、TSMマークを更新しましょう。TSMマーク付帯保険の有効期間は1年です。

公益財団法人日本交通管理技術協会

☎03・3260・3621

HP <http://www.tmt.or.jp/>



グリーンジャンボ宝くじ 1等・前後賞 6億円 県内での宝くじの売り上げは、公園、学校などの教育施設の充実など、県民の皆さんの身近なところに役立てられています。宝くじは、「県内」でご購入ください。 発売期間 2/24 ~ 3/18 お問い合わせ先 岡山県総務部財政課 TEL086-226-7231

岡山県統一  
ノーレジ袋デー

県では、スーパーマーケットやドラッグストア、ホームセンターなどの店舗、消費者・環境団体などや市町村と協力して、毎月10日を「岡山県統一ノーレジ袋デー」と定め、買い物の際にレジ袋をもらわない「マイバッグ持参」を呼び掛けています。

この機会に、レジ袋を当たり前のようにもろう使い捨ての生活を見直して、ごみを出さない「環境にやさしい買い物」を心掛けましょう。

岡山県環境文化循環型社会推進課

☎086・226・7306

東北被災三県からの  
お知らせ〜福島県〜

【食品の安全・安心に向けて】  
福島県では、農林水産物の安全・安心を確保するため、放射性物質のモニタリング検査のほか、産地での自主検査をしています。

平成27年度モニタリング検査結果(平成28年1月31日現在)

種別	検査数	基準値超過数	超過割合
玄米(平成27年産)	約1,039万件	0件	0.00%
野菜・果実	4,480件	0件	0.00%
畜産物	3,901件	0件	0.00%
栽培きのこ	707件	0件	0.00%
山菜・野生きのこ	744件	7件	0.94%
水産物	7,612件	7件	0.09%

検査結果の詳細は「ふくしま新発売。」のホームページをご覧ください。HP <http://www.new-fukushima.jp/>

特に、県内で収穫された米は全て検査し、基準を満たした米袋に検査済シールを貼付しています。

また本年度のモニタリング検査の結果、米、野菜・果実、畜産物、栽培きのこで基準値を超えたものはありません。

流通している福島の農林水産物は、安全性が確認されています。ぜひお買い求めください。

岡山県農林水産部環境保全農業課

☎024・521・7342

募 集

なるほど!!健康教室

瀬戸内市市民病院では、さまざまなテーマで健康教室を開催しています。

- ▽日時 3月17日(木) 午後2〜3時
- ▽場所 瀬戸内市市民病院
- ▽テーマ これからできる危険予知(KY)〜健康で安全に暮らすために〜
- ▽講師 野口佐登美氏(看護師)
- ▽定員 30人
- ▽参加費 100円
- ▽申込期限 3月16日(水)
- ▽申込先 瀬戸内市市民病院 ☎0869・22・1234

成年後見制度・市民後見人・遺言を学んでみませんか

瀬戸内市権利擁護センターでは、判断能力が低下したときに活用する「成年後見制度」と同制度を支える「市民後見人」の活動を知ってもらうために「成年後見セミナー」を開催します。

- また、将来に備える「任意後見制度」「遺言」を紹介し、古い支度についても考えることができる機会となっております。皆さんの参加をお待ちしています。
- ▽日時 3月25日(金) 午後1時30分〜午後3時45分
- ▽場所 ゆめトピア長船
- ▽講師 中西俊平氏(倉敷公証役場公証人)、東原輝幸氏(司法書士)、星尾久美子氏(市民後見人)
- ▽定員 50人
- (先着順、定員になり次第締切)
- ▽参加費 無料
- ▽申込期限 3月22日(火)
- ▽申込先 権利擁護センターほっとせとうち ☎0869・24・7711

牛窓診療所の  
廃止について

牛窓診療所は、昭和20年の町立牛窓病院開設以来、地域に根差した診療を行ってきました。

しかし、諸般の事情のため平成27年7月から休診していましたが、平成28年3月31日で廃止することとなりました。

なお、「瀬戸内市市民病院」牛窓診療所間のジャンボタクシーは、廃止後も当分の間は運行を継続する予定です。

大変ご不便をお掛けすることとなりますが、ご理解をお願いします。

岡山県市民病院 ☎0869・22・1234



平成28年3月31日で廃止になる牛窓診療所

地域情報が満載の  
「せとうち市民便利帳」

を作成します

市では、市役所での各種手続きなどの行政情報や、地域の生活情報などを掲載した「せとうち市民便利帳」を株式会社サイネックス(大阪府大阪市)と協働で発行します。

市民便利帳には、市役所での各種手続き、公共施設の利用案内などの行政情報のほかに、観光、歴史、地図、市内事業所・団体などの広告も掲載されます。

発行は8月の予定です。市内の全世帯へ配布します。編集、印刷など、発行に必要な経費は、市内事業所・団体などからの広告収入で賄います。

広告の募集に協働発行事業者である株式会社サイネックスが事業所などを訪問しますので、ご理解、ご協力をお願いします。

岡山県秘書広報課 ☎0869・24・7095



協定書を手にする村田社長(写真左)と武久市長(写真右)

1月18日、瀬戸内市と株式会社サイネックスは、「せとうち市民便利帳」の協働発行に関する協定を締結しました。武久頭也市長は「市の魅力の発信や転入者への情報提供などの活用を目指していきたい」とあいさつ。株式会社サイネックスの村田吉優代表取締役社長は「官民一体となって、地域を支えていきたい」とあいさつしました。

始めました♪

写真投稿フェイスブック

「せとうち☆しゃしんぶ〜みんなで見つける Lovely Setouchi〜」



市では、瀬戸内市内の美しい風景、街並みなどの写真を皆さんから投稿してもらってフェイスブックページを始めました。イベントや観光地などにこだわらず、瀬戸内市の魅力が伝わる、瀬戸内市らしさを感じる一枚をぜひ投稿してください。

投稿写真の中で「いいね!」の数が多かった写真の中から、市が選定し、瀬戸内市ホームページのトップページに掲載します。

利用に当たっては、運用ポリシーと利用規約の内容を確認し、同意した上でご利用ください。また、写真を投稿する際は市ホームページ「写真投稿ルールについて」のページをご確認の上、ルールを必ず守って投稿してください。

岡山県秘書広報課 ☎0869-24-7095  
HP <http://www.city.setouchi.lg.jp/>

せとうち☆しゃしんぶ〜みんなで見つける Lovely Setouchi〜

<https://www.facebook.com/loveseto>

右のQRコード(二次元コード)の画像からもフェイスブックページにアクセスできます。



自衛官幹部候補生  
などを募集

防衛省では、平成28年度自衛官幹部候補生などの募集を次のとおり行います。

岡山防衛省岡山募集案内所  
☎086-224-2824  
HP <http://www.mod.go.jp/pco/okayama/>

自衛官試験の受験科目など

受験科目	対象者	受付期間	試験日
幹部候補生	一般 20歳以上26歳未満の人 (22歳未満は大卒の人※) (修士取得者は28歳未満の人)	3月1日(火)から5月6日(金)まで	5月14日(土)・15日(日) (15日は飛行要員希望者のみ)
	【歯科】20歳以上30歳未満かつ専門の大卒の人※ 【薬剤科】20歳以上28歳未満かつ専門の大卒の人※		5月14日(土)
予備自衛官補	一般 18歳以上34歳未満の人	4月8日(金)まで	4月15日(金)から19日(火)までの指定する日
	技能 18歳以上で保有する技能に応じ53~55歳未満の人		

※大学卒業見込みの人や外国における学校を卒業した人で大学卒業に相当すると認められる人などを含む

催し物



阿藤秀一郎展  
「幻の郷土画家をたどる」

倉敷市児島で晩年を過ごした郷土作家・阿藤秀一郎は、当館ゆかりの佐竹徳と交流がありました。二人の交流に注目しながら、初公開の作品を中心に展示します。  
また、風景画家として知られる阿藤が、風景以外の題材を描いた珍しい作品もご紹介いたします。



阿藤秀一郎「水田と農家」

「笑いヨガ」教室

「笑いヨガ」は、笑うことで免疫力が高まり、ストレスに強い体になり、認知症の予防に良いといわれています。楽しく健康になれる「笑いヨガ」を一緒に体験してみませんか。  
事前に電話で申し込みの上、ご参加ください。  
▽日時 3月18日(金) 午後2~3時  
▽場所 介護事業所まごのて村(巨久町箕輪656-1)

瀬戸内市の味  
ブロッコリーの包み揚げ



- ◆材料(4人分)
- ブロッコリー(小8房)
  - 合いびき肉(400g)
  - 玉ネギ(1/2個)
  - パン粉(2/3カップ)
  - 牛乳(1/4カップ)
  - 卵(1個)
  - 塩(小さじ2/3)
  - コショウ(少々)
  - バター(大さじ2/3)
  - 小麦粉(大さじ4)
  - 卵(1個)
  - パン粉(1カップ)
  - 揚げ油(適量)
  - トマトケチャップ(適量)
  - 粉マスタード(適量)

- ◆作り方
- ①玉ネギはみじん切りにし、バターでしんなりするまで炒める。Aのパン粉は牛乳を混ぜてしっとりさせる。
  - ②ボウルにひき肉と①とBを入れ、粘りが出るまでよく混ぜ、8等分にする。
  - ③ブロッコリーは塩(分量外)を加えてたっぷりの熱湯でゆで、冷水にとって冷まし、水気をふいて、小麦粉をまぶす。
  - ④②を1個手にのせて広げ、③を1個のせて包んで丸く形作る。残りのブロッコリーも同様に包む。包んだら、小麦粉、溶き卵、パン粉を付け、170度の揚げ油で揚げる。
  - ⑤器に盛り、トマトケチャップ、粒マスタードを添える。

今月のレシピは  
鳥崎順子さん(岡山県栄養士会瀬戸内ブロック)です。  
健康づくり推進課 ☎0869-26-5962



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。昨年好評だった「認知症」をテーマとして、認知症診断のための心理検査やその結果の読み方などについて講演を行います。興味がある人、ぜひご来場ください。  
参加費無料、事前申し込みは不要です。

▽開催期間 3月27日(日)まで  
※期間中の休館日は、2月29日(月)、3月7日(月)、14日(月)、22日(火)  
▽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  
▽観覧料 一般400円、団体(20人以上)および65歳以上300円、中学生以下無料  
【ギャラリートーク】  
展示室で作品を鑑賞しながら、学芸員が作品の魅力を分かりやすく解説します(事前の申し込みは不要)。

▽日時 会期中毎週日曜日 午後2時~(約20分間)  
▽参加費 右記の観覧料  
岡山県立美術館  
☎0869-34-3130



ももたろう未来塾の塾生を募集

県では、地域づくりに取り組む次世代リーダーの育成を目的とした「ももたろう未来塾」の塾生を募集します。当塾では、6月から平成29年3月までの月1回(原則日曜日の午後)、地域づくりの第一線で活躍中の講師による講義と、数名のグループに分かれて研究課題に取り組みグループ研究を実施します。熱い志を持つ皆さん、岡山の未来について、一緒に考え

てみませんか。  
▽対象者 県内在住の概ね18歳から45歳までの人  
▽募集人数 20人程度  
▽応募締切 4月8日(金)  
▽受講料 無料  
▽講座会場 岡山市内(北区 南方 きらめきプラザほか)  
※託児サービスが利用可能  
▽申込方法 入塾申込書を提出してください。詳しくは左記までお問い合わせください。

岡山岡山県民生活部県民生活交通課  
☎086-226-7287

おすすすめ本  
『ワンダー』  
R・J・パラシオ:作  
中井はるの:訳 ほるぶ出版

Book's  
今月の

オーガストは生まれつきある顔の障がい以外は、普通の子。10歳から初めて通学を始めます。周囲は彼を避けるようになりすが……。彼自身、家族、級友それぞれの愛情や成長に触れられる物語です。



西大寺地区雇用開発協会では、平成29年3月に大学などを卒業予定の人を対象とした「企業説明会 in 西大寺」を開催します。  
参加費無料、事前の申し込みは不要です。  
▽内容  
・西大寺地区雇用開発協会  
員事業所から会社概要、求める人材などについての説明  
・参加企業情報など各種情報の提供  
・職業相談  
▽参加予定企業  
瀬戸内市内と岡山市東区の企業(約20社)  
▽日時 3月23日(水)

午後1時30分~午後3時30分  
▽場所 百花プラザ(岡山市東区西大寺南1-2-3)  
▽対象者 平成29年3月に大学など(大学院、大学、短期大学、高等専門学校、専修学校)を卒業予定の人および既卒3年以内の人  
▽持参するもの 筆記用具  
岡山ハローワーク西大寺  
☎086-942-3212  
西大寺地区雇用開発協会  
HP <http://saidaji-kokai.jp/>

お知らせ

募集

催し物

# みんなの広場

秘書広報課 ☎0869-24-7095

投稿をお待ちしています

- ① 1歳のお子さんの写真  
氏名、住所、生年月日、家族（氏名、続柄：2人まで）からのひとことをご記入
  - ② 短歌・俳句・詩
  - ③ 催し物の告知や募集
  - ④ イラスト・絵手紙
  - ⑤ 瀬戸内市の風景などの写真  
写真の題名、撮影場所・日時、コメント、市ホームページへの掲載可否などを記入
- ★応募方法  
住所・氏名・電話番号を明記し、はがき・FAX・電子メールなどで秘書広報課へ送付してください。匿名・ペンネームを希望する場合は、その旨もお書きください。
- ★留意点  
原則として、投稿作品や原稿は返却しません。掲載の都合上、全ての作品や原稿を掲載できない場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- ☎秘書広報課  
〒701-4292  
瀬戸内市邑久町尾張300-1  
☎0869-24-7095  
FAX 0869-22-3304  
mail: hiroba@city.setouchi.lg.jp

## 朗読ボランティア レディーボイス 音訳CDの編集者を募集します

朗読ボランティアのレディーボイスでは、目の不自由な人に広報せとうち、社協通信を音訳し、CDにしてお届けしています。

このたび、その音訳CDを編集する人を急募しています。パソコンが得意な人、編集に興味がある人、ぜひご協力をお願いします。

また、朗読ボランティアも募集しています。興味がある人は、お気軽にお問い合わせください。

☎朗読ボランティア レディーボイス事務局  
☎0869-34-3519

Aito  
平成27年1月2日生まれ



わが家の宝1歳です!

朝山 <sup>あいと</sup>愛斗ちゃん  
お住まい 長船町土師  
ひとこと  
これから元気に  
優しい男の子に育ってね♡  
(母 あかねさん)

## 市民ギャラリー



▲山本敏子さん

## 編集後記

▼昨年4月に広報担当になってからもうすぐ1年。あつという間の1年でしたが、皆さんはいかがでしたでしょうか。▼広報紙やHP以外にフェイスブックやツイッターでも市のHOTな情報を発信しています。そちらもぜひ一度ご覧ください！  
でっかい

▼せとうち☆しゃしんぶろぐみんで見つける Lovely Setouchi。フェイスブックを始めました(本紙11ページに掲載)。皆さんからの瀬戸内市のLOVELY♡な写真をお待ちしています。素敵な写真で瀬戸内市をPRしてくださいね\*  
ちひろ

## 文芸コーナー

(敬称略)

目の覚める如きさみどり飾り藁  
的場 松葉(生窓町長浜)  
五香宮大屋根青く海牙ゆる  
奥山登志行(生窓町牛窓)  
白波を立てて吹きさぶ師走風  
原野信一郎(生窓町牛窓)  
散紅葉掃き寄す庭の日溜まりに  
野口 慶子(生窓町牛窓)  
竹林の乾きし音や冬さざる  
後藤 靖子(生窓町牛窓)  
梅探ぐる午後の日差し古墳山  
原野 孝子(生窓町牛窓)  
冬さざる空家通りと呼ばむかな  
平野 五香(生窓町牛窓)  
賀状描き父の手彫りの印を捺す  
福本 曙生(生窓町牛窓)  
一病に一喜一憂去年今年  
藤井 留女(生窓町牛窓)  
初便り鼓動が胸に伝わりぬ  
谷口 正子(生窓町牛窓)  
小豆粥祝い納めて箸白し  
片島 秀月(長船町福岡)  
忙がないころばないのと言いきかせ  
ゆるりゆるりと八十路の橋を  
竹内 和女(生窓町牛窓)  
あくがれのプルシエンコ舞ふ氷上に  
金髪なびかせ床しきポーズ  
上山 幸子(邑久町豊安)  
目白二羽白梅の枝渡りつつ  
ふくらみ初めし蕾ついでむ  
朝霧 好子(生窓町鹿忍)  
父様の遺愛の松は如何ならん  
貴船山下も雪と偲べば  
桂舟道人(邑久町山田庄)  
雪もよい見まがふ古木の枝先に  
梅の真白き蕾膨らむ  
舟積由紀子(生窓町鹿忍)

## 2016年3月の予定

☎阿藤秀一郎展 一幻の郷土画家をたどる (～3月27日)

1	火			
2	水	②心配ごと相談 9:00～12:00 瀬戸内市総合福祉センター ⑩乳児健診(4カ月児)【対象:平成27年10月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船	備前刀剣王国	
3	木	⑪窓口業務の時間延長 17:15～19:00 瀬戸内市役所	3月27日	
4	金			
5	土			
6	日	⑬瀬戸内市春季バレーボール大会 8:30～ 長船スポーツ公園 ⑭瀬戸内市リーグ戦 7:00～ 長船スポーツ公園 ⑮歩こう会 鹿久居島コース 8:57 邑久駅発		
7	月		休替	休替
8	火			
9	水	⑩1歳6か月児健診【対象:平成26年8月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
10	木	⑩2歳児健診【対象:平成25年11月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
11	金	⑥離乳食講習会【対象:4～6カ月児】 9:45～10:00 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		
12	土			
13	日	⑬瀬戸内市リーグ戦 7:00～ 長船スポーツ公園		
14	月		休替	休替
15	火			
16	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		
17	木	①③行政・なやみごと相談 10:00～12:00 瀬戸内市役所 ※子どもの人権相談も実施 ⑨乳幼児こころの健康相談 13:30～15:00 ゆめトピア長船		
18	金			
19	土	⑬瀬戸内市スポーツ吹矢大会 9:00～ 邑久B&G海洋センター ⑭瀬戸内市民体協コンペ 8:00～ 長船カントリークラブ		
20	日	春分の日		
21	月	振替休日		
22	火	⑤育児相談 9:30～11:00 ゆめトピア長船	休替	休替
23	水	①③行政・なやみごと相談 10:00～12:00 牛窓支所 ※子どもの人権相談も実施 ⑩3歳児健診【対象:平成24年9月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
24	木			
25	金	①③行政・なやみごと相談 10:00～12:00 ゆめトピア長船 ※子どもの人権相談も実施 ⑥離乳食講習会【対象:7～12カ月児】 9:45～10:00 ゆめトピア長船 ⑦こころの健康相談 9:00～11:00 ゆめトピア長船		
26	土			
27	日		休替	休替
28	月		休替	休替
29	火			
30	水			
31	木			

⑦戦国の備前刀展 (平成28年3月31日～5月15日)

- 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)】  
☎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。  
☎瀬戸内市社会福祉協議会  
本所 ☎0869-22-2940
- 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)】  
☎人権啓発室 ☎0869-22-3922
- ④ 住宅増改築相談  
☎建設課 ☎0869-22-2649
- ⑤ 育児相談 (乳幼児に関する相談)  
☎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)】  
☎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)】  
☎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)】  
☎健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
- ⑩ 子どもの健診  
☎健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
- ⑪ 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。  
☎市民課 ☎0869-22-1115  
☎税務課 ☎0869-22-1114  
☎収納推進課 ☎0869-22-2464  
※①～⑩の日時は、左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)  
(予約不要・市役所開庁日に相談受付)  
☎生活環境課 ☎0869-22-1899
- 障がいに関する相談 (身体・知的・精神(ひきこもりを含む)・発達障がいなどに関する相談)  
☎地域生活支援センタースマイル  
☎0869-22-9600
- わーく相談会 (障がい者の生活や仕事に関する相談)  
【相談員:岡山障がい者就業・生活支援センター相談員】  
☎地域生活支援センタースマイル  
☎0869-22-9600
- 発達障がい専門相談  
【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)】  
☎福祉課  
☎0869-26-5943
- ⑦ 備前長船刀剣博物館の行事  
☎備前長船刀剣博物館 ☎0869-66-7767
- 美 瀬戸内市立美術館の行事  
☎瀬戸内市立美術館 ☎0869-34-3130
- 体 瀬戸内市体育協会の行事  
☎瀬戸内市体育協会 ☎0869-22-2211  
HP <http://setouchi-taikyo.or.jp/>

## 人の動き 《平成28年2月1日現在、かつこ内は前月比》

人口	38,216人 (-26)	男	18,249人 (-15)
世帯	15,293世帯 (+7)	女	19,967人 (-11)

市税・保険料の納付には口座振替が便利です。ぜひご利用ください。