

▽瀬戸内市個別接種委託医療機関（平成 30 年度）

医療機関名	住 所	電話番号 ☎ (0869)
津島医院	牛窓町牛窓 3823	34-3313
竹内医院	牛窓町牛窓 4949-24	34-4888
あいの光医院・牛窓	牛窓町牛窓 3121-1	34-6161
那須医院	邑久町大窪 13-3	22-0140
内田医院	邑久町尾張 39-12	22-5010
藤原整形外科医院	邑久町山田庄 75-1	24-0777
内田クリニック	邑久町本庄 2004-5	22-3020
水野医院	邑久町上笠加 171-5	22-3111
長田医院	邑久町豊原 341-2	22-0001
まつした医院	邑久町尻海 7-1	22-0006
もろおかクリニック	邑久町北島 492-1	086-943-1222
瀬戸内りょうま医院	邑久町尾張 1341-20	22-2800
岡崎内科クリニック	邑久町山田庄 212-1	22-3880
瀬戸内市民病院	邑久町山田庄 845-1	22-1234
裳掛診療所	邑久町虫明 534-2	25-0024
柴田医院	長船町長船 426	0869-66-9008
長谷井内科医院	長船町服部 481-4	26-3630
平井医院	長船町福岡 102-1	26-2006
はっとり医院	長船町土師 1212-5	26-5656
こむら整形外科内科	長船町服部 521-1	26-8882
中川耳鼻咽喉科	長船町服部 522-1	26-8700
おさふねクリニック	長船町土師 332-1	26-8080

**高齢者へのインフル
エンザ予防接種助成**

市では、高齢者を対象にしたインフルエンザ予防接種の助成を10月から平成31年1月にかけて実施します。

予防接種の効果が表れるまで2週間程度かかりますので、できる限り12月中旬までに予防接種を受けましょう。

▽対象者

①満65歳以上で瀬戸内市に住む民票がある人

②満60～64歳の瀬戸内市に住む民票がある人のうち、心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する人およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人（当疾患に関する障害の程度が身体障害者手帳1級相当のもの）

▽実施回数

年度中1回

▽実施期間

10月～平成31年1月

▽費用 自己負担2,000円

▽実施医療機関 左表の市内医療機関および県内相互乗り入れ協力医療機関

※事前に医療機関に問い合わせの上、受診してください。

▽持参するもの 健康保険被保険者証または後期高齢者医療被保険者証（本人確認のため）

▽健康づくり推進課

☎0869・26・5962

お知らせ

ジェネリック医薬品
を利用しませんか

市では、瀬戸内市国民健康保険被保険者の調剤情報を分析し、ジェネリック医薬品（後発医薬品）に変えた場合に、自己負担額が大きく軽減されると思われる人に、「ジェネリック医薬品使用促進のお知らせ」を送付します。

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。

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。

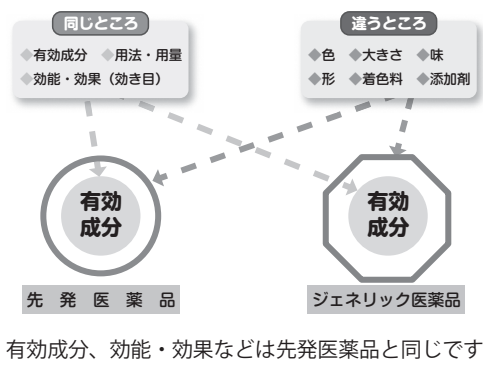
ジェネリック医薬品への切り替えが進むことにより、皆さん一人一人が医療機関などの窓口で支払う薬代が安くなるだけでなく、国民健康保険財政の改善につながります。

利用をご検討ください。

なお、ジェネリック医薬品への切り替えは、医師・薬剤師と十分に相談し、納得した上で行ってください。

▽市民課

☎0869・22・1790



ご協力ください
漁業センサス

11月1日に漁業センサスが実施されます。

この調査は、農林水産省が都道府県・市区町村を通じて実施しており、5年ごとに我が国漁業の生産構造、就業構造を明らかにするとともに、漁村、水産物流通・加工業などの漁業をとりまく実態と変化を総合的に把握することを目的に行われます。

調査の結果は、漁業や漁村の振興政策の策定など、水産行政の基礎となりますので、調査へのご理解・ご協力をお願いします。

▽企画振興課

☎0869・22・1031



ねんぎんのおはなし♪

年金の予約相談をご利用ください

日本年金機構では、全国の年金事務所、「街角の年金相談センター」で年金相談の予約を実施しています。年金事務所などの窓口で年金請求の手続きや、受給している年金についての相談を希望する人は、ぜひ予約相談をご利用ください。

▷予約相談のメリット

相談を希望する人の都合にあわせて、スムーズに相談できます。また、相談内容にあったスタッフが事前に準備の上、丁寧に対応します（混雑状況によっては、時間どおりに案内できない場合があります）。

▷予約受付専用電話

☎0570-05-4890
（050 で始まる電話でかける場合）

☎03-6631-7521

▷予約相談の実施時間

午前8時30分～午後6時（月曜日）
午前8時30分～午後4時（火～金曜日）
午前9時30分～午後3時（第2土曜日）

▷予約を対象とする相談内容

年金相談全般

▷受付期間 予約相談希望日の1カ月前から前日まで

※予約の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。

※お近くの年金事務所でも受け付けています。

〒岡山県岡山年金事務所・予約専用電話番号

☎086-270-7929

岡山県岡山年金事務所

☎086-270-7925（自動音声案内2番）



「セツちゃん」に投票をお願いします！

ゆるキャラグランプリ 2018 に、瀬戸内市マスコット「セツちゃん」がエントリーしています。

平成25年の初出場以来、皆さんの応援によって順位を上げ続け、昨年は41位（ご当地ランキング）になりました。今年の目標は、30位以内！

ゆるキャラグランプリの公式ホームページで投票することができますので、皆さん、ぜひセツちゃんを応援してください！

▽秘書広報課 ☎0869-24-7095

月日	ご当地 ランキング	票数
9月 7日	24 位	9,696 票
8月 31 日	26 位	7,682 票
8月 20 日	28 位	4,060 票
8月 8 日	40 位	846 票



皆さん、応援お願いします

★投票方法（投票期間：11月9日まで）

右のQRコードをスマートフォンや携帯電話で読み取り、ゆるキャラグランプリの投票用ページにアクセスして投票してください。

※初回はID登録が必要です。

※1人「1日1票」投票することができます。

■ゆるキャラグランプリ公式 HP <http://www.yurugp.jp/>



募 集



平成31年度コミュニティ
助成事業を募集

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備などに対して助成を行い、地域コミュニティ活動の充実・強化を図る、コミュニティ助成事業を募集しています。

申請を検討している団体はお気軽にご相談ください。

なお、事業の詳細は市ホームページに掲載していますので、ご確認ください。

▽申請期限 10月11日（木）

▽申込方法

▽お問い合わせ

HP <http://www.city.setouchi.jp/>



健康づくり講座
「手軽にできる運動教室」

「最近、お腹が少し出てきたみたい」「二の腕が気になってきた」「運動したいけど、どうしたらよいの?」という人、また、運動が苦手な人にも楽しくできる運動を紹介します。

▽日時 10月19日（金）

午前10時～午前11時30分

▽場所 長船町公民館

▽内容

●腹トレ、二の腕
スッキリ&美尻！

●肩こり・腰痛解消！

▽講師 南淵淳氏（健康運動指導士、OSKスポーツクラブ）

▽対象

30～50歳代の瀬戸内市民

▽定員 70人

（定員になり次第、締め切り）

▽持ちこるもの

汗ふき用タオル、水分補給のための飲み物

▽参加費 無料

▽申込方法 電話またはFAXで住所、氏名、電話番号

をご連絡ください。

求職者支援訓練
受講者募集

求職者支援訓練とは、雇用保険を受給できない求職者などを対象に、全国の民間教育訓練機関が実施する「就職」を目的とした公的な職業訓練です。

今回、11～12月に開講するコースの受講者を順次、募集しています。

所定の手続きが必要となりますので、詳しくはお問い合わせください。

▽募集科 基礎コース・実践コース（介護福祉、医療事務、事務分野など）

※開講日、訓練期間（2～6カ月）などは、コースによって異なります。

▽受講料 原則無料（テキスト代などは自己負担）

※一定の要件（収入・資産など）を満たす人には、職業訓練受講給付金（月10万円と交通費（所定の額））が支給される場合があります。

▽お問い合わせ先

☎0869-942-3212

生ごみ減量にチャレンジ！
生ごみ処理機「キエーロ」
市民モニター募集

「キエーロ」は、木箱の中の黒土（畑の土で代用できます）に生ごみを埋め込み、かき混ぜるだけで、土の中の微生物の力により生ごみを分解することができるシンプルな生ごみ処理機です。

虫やにおいもほとんど出ません！生ごみの減量化・資源化を推進するため、「キエーロ」の市民モニターを募集します！

▽応募要件

次の全てに該当する人

①市内在住者

②キエーロ講習会（11月1日

（木）午後2時から瀬戸内

市役所で開催）に参加できる人

③モニター期間中の調査（アンケート）に協力できる人

④生ごみの減量化に関心があり、モニター期間終了まで

続けることができる人

⑤設置場所を確保（日当たり・風通しの良い場所）で

きる人

▽お問い合わせ先

☎0869-942-3212

▽申込期限 10月18日（木）
▽申込方法 電話またはFAX
☎0869-26-5961
FAX 0869-26-8002

チャリティーイベント
エアロビクス

西日本豪雨災害チャリティーイベントとしてエアロビクスを開催します。

参加費は、義援金として日本赤十字社岡山県支部を通じて被災地に届けられます。

事前申し込みが必要です。

月 日	時 間
10月27日（土）	午前10～11時
11月3日（土）	午前10～11時
11月7日（水）	午後7～8時
11月14日（水）	午後7～8時
11月21日（水）	午後7～8時

▽場所 邑久B&G海洋センター
▽参加費 1回500円

▽お問い合わせ先

☎0869-22-2211

mail: info@setouchi-taikyo.or.jp



市役所でキエーロ実証実験中！

▽モニター期間

11月上旬～平成31年3月末

▽募集件数 20件

（応募多数の場合は抽選）

▽応募方法 生活環境課に置いてある応募用紙を提出してください。

▽応募期間

10月1日（月）～31日（水）

（土・日曜日、祝日を除く）

▽留意事項

モニターの人には、キエーロ講習会に参加していただき、講習会当日に「キエーロ」を貸与します（モニター期間終了後、希望者には差し上げます）。また、資源循環型の有機肥料（10kg）も一緒にお渡しします。

▽お問い合わせ先

☎0869-22-1899

▽お問い合わせ先

☎0869-22-1899

▽お問い合わせ先

☎0869-22-1899

▽お問い合わせ先

☎0869-22-1899

▽お問い合わせ先

☎0869-22-1899

消費生活
安心ほっとライフ

第24話 リボ払いだったの？
（クレジットカードの利用明細は必ず確認を！）

＜相談事例＞

金融機関口座からデパートのクレジットカードの引き落としが、毎月一定額であることに気付き、デパートに問い合わせると、5年前と3年前の車検代や買い物した際の代金40万円分の支払いが今も続いていることが分かった。7年前にカード契約した際に、支払い方法を「リボ払い」（※）にしていたらしい。

※リボ払い（リボルビング払い）：クレジットカードの支払い方法で、利用金額や件数にかかわらず、毎月一定の額や割合を支払うこと。

＜アドバイス＞

●クレジットカードで支払う際、一括払いとしたはずなのに、リボ払いになっていたという相談があります。



★カードを申し込む際は、初期設定が「リボ払い」になっているカードもあるので、支払方法や規約をしっかりと確認しましょう。

★リボ払いは、月々の支払いを一定額に抑えられる反面、支払い期間が長期化し、手数料がかさむことがあるので注意が必要です。

★カードの利用明細は必ず確認し、少しでも不審なことがあったら、すぐカード会社に問い合わせることが大切です。

★困ったときは、消費生活センターへ。

▽瀬戸内市消費生活センター

☎0869-24-8011



地域おこし協力隊通信

Vol.8



しまはら だいい 隊員
（平成30年7月着任）

7月から地域おこし協力隊として赴任しました。前職は大阪と兵庫で飲食業を営んでおり、その際、会社の保養所を牛窓に建てたことがご縁で、たくさんの方の皆さんと出会いました。

たまにしか来ない私を釣りに連れて行ってくださったり、地域のお祭りに誘っていただいたりと皆さんの親切に触れているうちに、「いつか牛窓に移住して暮らしたい」「自分の力を地域のために生かせるような活動をしたい」と考えるようになりました。

そうこうしているうちに、

なんと拍子で会社の売却も話が進み、具体的に移住のスケジュールを立てたとき、瀬戸内市が有害鳥獣対策の地域おこし協力隊を募集していることを知りました。

もともと狩猟に興味があ



箱罾の見回りをしている脇原隊員

り、有害鳥獣として扱われているイノシシなどの野生動物をただ駆除するのではなく、地域の財産として活用できるような仕組みを作りたいと考え、地域おこし協力隊に応募しました。

その後ありがたく採用していただき、市役所の農林水産課の有害鳥獣対策室で活動しています。現在は部署の皆さんにご指導いただきながら、まずは農作物被害を食い止めるため、防護柵の設置関連の業務を中心にしています。

今後はより地域の理解を深め、資源の有効活用ができるよう取り組みを行おうと考えています。

寒風古窯跡群 「須恵器制作・焼成 プロジェクト2018」

牛窓町長浜にある寒風古窯跡群では、今から約1400年前に須恵器という焼き物が焼かれていました。

飛鳥時代の陶工たちに想いをはせながら、学習会や制作体験を試してみませんか。

【講演会「古代の器のかたちを考える」はやり、つくりかた、つかいかた】

▽日時 10月14日（日）
午後1時30分～午後3時

▽場所 瀬戸内市民図書館

▽講師 金田明大氏（奈良文化財研究所）

▽参加費 無料

▽定員 50人（要申し込み）

「円面硯をつくろう！」体験学習会

奈良時代は須恵器製の丸い形の硯が一般的で、円面硯と呼んでいます。オリジナルの円面硯を作ってみませんか。

▽日時
●10月27日（土）
午後1時30分～午後3時
●11月11日（日）

「ぞうさん」「やぎさんゆうびん」「ふしぎなポケット」など、誰もが口ずさんだことのあるこれらの童謡を生み出したのが詩人まど・みちおです。平成26年2月28日、104歳でこの世を去ったまど・みちおは、生涯にわたって詩を書きつづけ、その作品数は2千を超えています。

この展覧会では、まど・みちおの詩人としての足跡をたどるとともに、50代はじめに集中的に描いた絵画作品を通して、その独特の宇宙観を紹介します。

▽開催期間 9月1日（土）～10月21日（日）
※期間中の休館日は、10月1日（月）、9日（火）、15日（月）

▽観覧料 一般400円、団体（20人以上）・65歳以上300円、中学生以下無料

小林陽介
アノ山見天空（熊谷守一像）2008年



▽開館時間 午前9時～午後5時

【以下、展覧会共通】

▽開館時間 午前9時～午後5時

※期間中の休館日は、10月29日（月）、11月5日（月）、12日（月）、19日（月）、26日（月）、12月3日（月）

▽観覧料 一般700円、団体（20人以上）・65歳以上600円、中学生以下無料

【以下、展覧会共通】

▽開館時間 午前9時～午後5時

▽開館時間 午前9時～午後5時

※期間中の休館日は、10月29日（月）、11月5日（月）、12日（月）、19日（月）、26日（月）、12月3日（月）

▽観覧料 一般700円、団体（20人以上）・65歳以上600円、中学生以下無料

【以下、展覧会共通】

▽開館時間 午前9時～午後5時

瀬戸内市立美術館 展覧会

― 追悼・鬼才木彫家が
遺したもの ―
小林陽介遺作展

「ぞうさん」「やぎさんゆうびん」「ふしぎなポケット」など、誰もが口ずさんだことのあるこれらの童謡を生み出したのが詩人まど・みちおです。平成26年2月28日、104歳でこの世を去ったまど・みちおは、生涯にわたって詩を書きつづけ、その作品数は2千を超えています。

この展覧会では、まど・みちおの詩人としての足跡をたどるとともに、50代はじめに集中的に描いた絵画作品を通して、その独特の宇宙観を紹介します。

▽開催期間 9月1日（土）～10月21日（日）
※期間中の休館日は、10月1日（月）、9日（火）、15日（月）

▽観覧料 一般400円、団体（20人以上）・65歳以上300円、中学生以下無料

小林陽介
アノ山見天空（熊谷守一像）2008年

相談

10月15～21日は行政相談週間
一日合同相談所

総務省では、行政相談週間に合わせて、国、県、市の職員などが相談に応じる「一日合同相談所」を開設します。

税金、登記、戸籍、雇用、労働問題、道路、福祉、介護、農地、DV、犯罪被害、消費生活、相続・遺言、土地の境界、法律相談のほか、県や市の行政に関することなど、お気軽にご相談ください。

▽日時 10月15日（月）
午前10時～午後3時

※弁護士、税理士、司法書士への相談は、事前に予約が必要です（10月9日（火）

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

行政書士による 無料電話相談会

岡山県行政書士会では、行政書士制度の普及を図るため、電話による行政書士無料相談会を開催します。

▽日時 10月3日（水）～5日（金）午前10時～午後4時

▽相談内容（相談料は無料）
●3日 建設業関係・土地利用関係など官公署への各種許可申請、遺言相続
●4日 遺言相続、外国人の出入国関係、著作権
●5日 遺言相続、成年後見契約、その他

▽相談電話番号（フリーダイヤル）
☎0120・783・842

岡山県行政書士会事務局
☎086・222・9111

瀬戸内市の味

そうめん南瓜とあげの煮物

◆材料（4人分）
●そうめん南瓜（200g）
●油あげ（1/2枚（50g））
●にんじん（1/3本（40g））

＜調味料＞
●だし汁（200ml）
●砂糖（大さじ1）
●みりん（大さじ1）
●しょうゆ（大さじ2と1/2）
●酒（大さじ1）

◆作り方
①そうめん南瓜は、2～3cmの輪切りにして種を取る。鍋に湯を沸かし、そうめん南瓜を入れて7～8分ぐらいゆでる（先がほぐれてきたらよい。ゆですぎると味が悪くなる）。ゆであがったら、水にとって冷まし、菜箸でほぐす。
②油あげは短冊切り、にんじんは千切りにする。
③にんじんと調味料を鍋に入れて火にかける。沸騰したら①②を入れ、ふたをして弱火で5分ほど煮る。
④ふたを開け、水気が少なくなるまで煮る。

今月のレシピは
料理本「瀬戸内市のおいしい味、あつまれ」
若い世代に瀬戸内市の郷土料理や農水産物を使った料理を紹介するために作成した料理本です。市ホームページにも掲載しています。
岡山健康づくり推進課 ☎0869・26・5961
HP <http://www.city.setouchi.lg.jp/>

農家の兄さんの大運動会の逆襲！

岡山地方新農業経営者クラブ連絡協議会が中心となって、農業にちなんだ大運動会を開催します。子ども向けの競技や賞品、農作物の販売もあります。

▷日時 11月25日（日）午後1時～午後5時30分ごろ
※農作物販売は、午前10時～午後0時30分、午後4時30分～午後5時の2回に分けて行います。

▷場所 瀬戸町総合運動公園（岡山市東区瀬戸町南方1311）

▷対象 自由・年齢制限なし

▷参加費 1人500円（保険代）

▷定員 120人程度（応募多数の場合は抽選）

▷申込期間 10月1日（月）～31日（水）必着

▷申込方法 氏名、住所、年齢、性別、連絡先をメールでご連絡ください。

岡山備前広域農業普及指導センター ☎086・233・9850
mail : okayamanougoukouryuuin@gmail.com
HP : <http://www.pref.okayama.jp/page/572927.html>

税金 あれこれ

西大寺税務署から
平成30年7月豪雨に関するお知らせ

このたびの平成30年7月豪雨により被害を受けられた皆さまに、心からお見舞い申し上げます。

今回の豪雨により被害を受けられた場合には、税制上の措置（手続き）があります。申請の手続きについては、西大寺税務署にお問い合わせください。

税務署での税務相談の事前予約について

税務署での税務相談は、事前予約制です。事前予約がない場合は、日を改めていただく場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

岡山西大寺税務署 ☎086・942・3815