

知っ得！ せとうち便

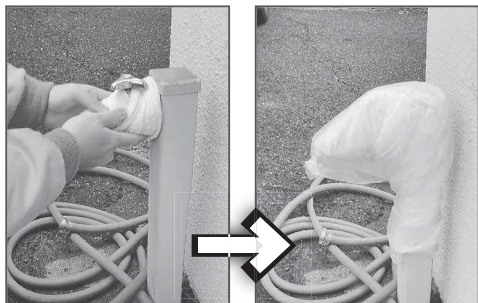
お知らせ



水道管の凍結に注意

冬になり寒さが厳しくなると、水道管が凍ったり、破裂したりすることがあります。露出している水道管や蛇口に保温材や布などを巻き、その上からビニールテープなどを巻いて事前の防寒対策をお願いします。

なお、水道管が凍った場合などには、次の方法で対処してください。また、日頃からメーターボックスやバルブの位置などを把握しておくようにしましょう。



タオルを巻いた上にナイロン袋をかぶせた例

【水道管が凍って水が出ない場合】

自然に解けるのを待つか、凍った部分にぬるま湯をゆっくりかけて溶かしてください。※熱湯をかけると、水道管が破裂することがあります。

【水道管が破裂した場合】

メーターボックス内のバルブを閉めて、市が指定する指定給水装置工事業者へ修理を依頼してください。同事業者の連絡先は、市ホームページなどでご確認ください。

岡上水道施設課

☎0869・22・1326

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

交通事故などに 遭ったときは

国民健康保険（国保）に加入している人が交通事故など、第三者（相手）の行為によりけがをした場合で、国民健康保険被保険者証を使用して治療を受けようとするときは、「第三者行為による傷病届」による届出が必要です。

加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると国保が使えなくなる場合がありますので、該当する場合が速やかに手続きをしてください。

【医療費負担は加害者の責任

第三者の行為によって受けた傷病の医療費は、原則として加害者が負担すべきものです。

従って、国保で治療を受けると、国保の保険者である市は、加入者の医療費を一時的に立て替え、後から加害者に費用を請求します。

▽持参するもの 国民健康保険被保険者証、印鑑、事故証明書（交通事故の場合）

●市民課、牛窓支所、長船支所、裳掛出張所

岡市民課

☎0869・22・1790

中学生人権作文朗読＆公演会 「美作福祉部隊リカイヒロメタインジャー ただ今参上！！」

市では、中学生による人権作文コンテスト優秀作品の朗読と公演会を次のとおり開催します。参加費無料、申し込み不要です。

▷日時 12月8日（土）午後1時30分～午後3時30分（開場：午後1時）

▷場所 ゆめトピア長船

▷講師 薬師寺明子氏（美作大学社会福祉学科准教授）、美作福祉部隊リカイヒロメタインジャー（オリジナルの歌や劇などを通して、障がいを理解し支援の輪を広げることを目的として活動）

▷定員 50人

※手話通訳・要約筆記あり（必要な人は、11月28日（水）までにご連絡ください）

岡市民課 ☎0869・22・3922

新成人をお祝い 瀬戸内市成人式

市では、平成31年瀬戸内市成人式を次のとおり開催します。新成人の皆さんの参加をお待ちしています。

▽日時 平成31年1月13日（日）
・受付
午前10時～午前10時30分

・式典・記念行事
午前10時30分～午後1時

▽場所 ゆめトピア長船

【成人式実行委員会について】

市では、新成人となるメンバーで構成する成人式実行委員会を組織し、成人式の企画、運営をサポートしています。

現在12人の委員で活動しています。実行委員は現在も募集していますので、興味のある人はご連絡ください。

岡社会教育課

☎0869・34・5601



平成30年瀬戸内市成人式の様子

献血に ご協力ください

400ミリの献血を次のとおり実施します。

▽日時・場所 12月7日（金）

・ゆめトピア長船

午前9時～午前11時

・中央公民館（邑久）

午後0時30分～午後4時30分

▽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

▽持参するもの

運転免許証、献血カードなど

岡健康づくり推進課

☎0869・26・5961

岡山県最低賃金が改定

岡山県最低賃金が平成30年10月3日から時間額807円に改定されました。使用者は最低賃金額以上の賃金を労働者に支払わなければなりません。

岡岡山労働局賃金室

☎086・225・2014

年末年始の ごみ収集日程



年末年始にあたる12月29日（土）から平成31年1月3日（木）までは、家庭ごみの収集を行いません。しかし、年末は家庭から出るごみの量が増える時期であることから、「燃やすごみ」については、一部の地域において、下表のとおり特別収集を行います。特別収集は、地区ごとに収集日が異なるため、確認をお願いします。

また、12月29日（土）から平成31年1月3日（木）までの間は、「クリーンセンターかもめ」へ直接持ち込むことはできませんのでご注意ください。

岡生活環境課

☎0869・22・1899

岡クリーンセンターかもめ

（牛窓町牛窓228）

☎0869・34・3475

▽年末年始の地区別ごみ収集日程

日程	12月			平成31年1月		
	29	30	31	1	2	3
地区名	土	日	月	火	水	木
燃やすごみを月・木曜日に収集する地区	特別収集を除き、12月29日から1月3日までは収集を行いません。（収集日の切り替えも行いません）					燃やすごみ特別収集
燃やすごみを火・金曜日に収集する地区						

※収集の日程は、各家庭に配布している「ごみ収集カレンダー」をご覧ください。

ねんぎんのおはなし♪ 不審な電話や訪問に ご注意ください！



日本年金機構や厚生労働省などの職員と称して、現金を詐取したり、銀行口座番号や家族構成、預貯金額を聞いたりするなど、不審な電話や訪問が増えています。

不審な電話や訪問があった場合は、できるだけ1人で対応せず、相手の名前や所属、用件を聞いて、メモを控えて家族などに相談してください。

また口座番号などの個人情報や振込を依頼したり、現金を支払ったり、振り込みをしたりせずに、岡山東年金事務所、または警察へお問い合わせください。

岡山東年金事務所
☎086・270・7925
（自動音声案内2番）
日本年金機構
HP <http://www.nenkin.go.jp/>

日本年金機構は、次のことを行います。

●預貯金額や家族構成を電話や訪問で聞くこと
●銀行口座番号や振込先などを電話や訪問で聞くこと
●銀行振込やATMの操作を指示すること

●国民年金保険料を現金で預かること

●届出や申請書の手数料と称して現金を預かること
※各種手続きに手数料は不要です。

なお、日本年金機構職員および委託事業者が訪問する際は、必ず写真身分証明証を携行し、提示します。



防火・防災に対する備え 平成30年度宝くじの助成金で 鼓笛隊セットを整備

市では、宝くじの社会貢献広報事業として（一財）自治総合センターの「コミュニティ助成事業」を活用し、防火・防災備品などを整備しています。

本年度は、10月6日に鼓笛隊セット一式を今城保育園幼年消防クラブへ贈呈しました。鼓笛演奏を通じて幼年消防クラブ員の育成強化や防火思想の普及啓発を図るとともに、市民への火災予防を呼び掛けています。



今城保育園幼年消防クラブによる鼓笛演奏

消防本部予防課 ☎0869-22-1493

ノロウイルスにはワクチンがなく、治療は対象療法に限られるので、予防対策を徹底

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、1年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。

ノロウイルスは指や食品などを介して経口で感染し、ヒトの腸管で増殖します。そして、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。

ノロウイルスに 気を付けましょう

することが大切です。

【清潔（ウイルスをつけない）】

- ・調理前や用後は、せっけんを用いて十分な流水で手をよく洗いましょう。
- ・下痢やおう吐などの症状がある場合は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。

【加熱（ウイルスをやっつける）】

- ・加熱が必要な食品は、中心部まで十分に加熱しましょう。
- ・ノロウイルスには、加熱（中心部85℃で90秒以上）、次亜塩素酸ナトリウ

ムによる消毒が有効です。
健康づくり推進課 ☎0869-26-5962

こころの病気について
当事者を知る！
交流研修会

こころの病気は、日本人のおよそ40人に1人の割合で発病し、生涯を通じて5人に1人がかかるともいわれている病気です。しかし、精神障がいについては偏見があり、当事者が地域の中で孤立し、苦しんでいる場合もあります。

今回は、体験者の発表や交流を通じて、精神障がいについて正しく理解することを目的に開催します。どなたでも参加可能です（要約筆記あり）。

▽日時 平成31年1月25日（金）午後2～4時

▽場所 ゆめトピア長船

▽申込方法 平成31年1月18日（金）までに電話またはFAXで氏名、連絡先、お住まいの地区をご連絡ください。

▽申込健康づくり推進課 ☎0869-26-5962
FAX 0869-26-8002



芋煮鍋



◆材料（4人分）

- 里芋（12個）
- 角こんにゃく（1枚）
- 牛ももスライス肉（300g）
- 白ねぎ（2本）
- だし汁（1,500cc）

<調味料>

- みりん（大さじ4）
- しょうゆ（大さじ4）
- 砂糖（大さじ1と1/2）

◆作り方

- ①里芋は、よく洗って水から15分ぐらいゆでて、皮をむき、半分に切る。
- ②角こんにゃくは、一口大にちぎり、水から1分ほどゆでる。
- ③牛ももスライス肉は一口大に切る。
- ④白ねぎは、2cm幅の斜め切りにする。
- ⑤鍋にだし汁、調味料A、①と②を入れて煮る。時々あくを取りながら里芋がやわらかくなるまで煮る。
- ⑥肉と白ねぎを入れ、あくを取りながら7～8分煮る。

今月のレシピは 瀬戸内べじたぶるです。

健康づくり推進課 ☎0869-26-5961



消費生活 安心ほっとライフ

第25話 無料の占いサイトの 鑑定で高額請求

<相談事例>

スマートフォンで「無料占いサービス」と書かれたサイトに登録をした。鑑定料が低額だったため、深く考えず、前世などの鑑定をしてもらっていた。ところが、占い師から1日に何通も呪文のようなメールが届くようになり、無視すると返信をせかされるようになった。メールの内容も段々不安をあおるようなものになってきたので、従わなければ良くないことが起こると思い、有料のメールのやり取りを続けた。その結果、100万円以上もサイトに支払ってしまった。だまされたと思うので、料金を返してもらいたい。

<アドバイス>

- 占い師から不安をあおるようなメールが届き、やむを得ず有料でのやり取りを続けさせられています。あの手この手で連絡を長引かせ、高額な利用料金を請求する特徴は「サクラサイト」と酷似しています。



- ★現金を振り込んだ場合の救済は難しいですが、クレジットカードを利用している場合は、一部の返金があった例もあります。
- ★占いサイトのやり取りを印刷したり、写真を撮ったりするなどして、できる限り証拠を残しておきましょう。

★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

《受付方法は抽選です》

瀬戸内市国民健康保険・後期高齢者医療保険
平成31年度人間ドック

瀬戸内市国民健康保険・後期高齢者医療保険では、病気の早期発見のため、保健事業の一環として人間ドックを実施しています。

人間ドックの受付は、多くの皆さんからのご意見をもとに、平成30年度の間人間ドックから、先着順をやめ、抽選としています。申し込みの順番に限らず、申込期間中に受付した人の中で優先順位を抽選で決めています。

先着順ではありませんので、あわてずに申込期間中に申し込みをお願いします。

申込期間などの詳細は、広報せとうち1月号の記事、2月号の広報紙折り込みチラシ（桃色）でお知らせします。

人間ドックの申し込みについては、市民課へ

☎0869-22-1790

人間ドックの検査内容につ

いては、瀬戸内市民病院へ
☎0869-22-1234

瀬戸内市国民健康保険 特定健診の受診は お早めに

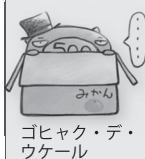
瀬戸内市国民健康保険に加入している40歳から74歳まで

の人を対象にした平成30年度の特定健診（ワンコイン健診）は、12月21日で終了します。

まだ受診していない人は、左表を確認し、お早めに受診をお願いします。

市民課

☎0869-24-7096

40～74歳の瀬戸内市国民健康保険被保険者を対象とした「瀬戸内市特定健診（ワンコイン健診）」		
受診した人	お疲れさまでした。健診結果などでご相談があれば、市民課（特定健診）へお問い合わせください。 ★昨年度も受診している人は、粗品を進呈します（引き換えのハガキが届きます）。	
受診していない人 	これから受診しようと思っている人	12月21日までに市内または岡山市（一部除く）の医療機関で受診してください。 ※予約制の場合もありますので、事前に医療機関にお問い合わせください。
	医療機関で検査を受けている人	市から10月に送付した「特定健康診査結果報告書」に問診と検査結果を記入し、同封の返信用封筒で市民課に返送してください。または、市役所（市民課）へ健診結果を持参してください。 ★提出者全員にトイレットペーパーを進呈！
	市外の医療機関で「人間ドック」を受けている人	全額実費で人間ドックを受けた人は、申請により5,000円の助成が受けられます。 ※詳細は、市民課（特定健診）へお問い合わせください。

※瀬戸内市国民健康保険の人間ドックを申し込んでいる人は、「特定健診」を受診したとみなされますので、「特定健診結果報告書」は届きません。

催し物



瀬戸内市立美術館
展覧会

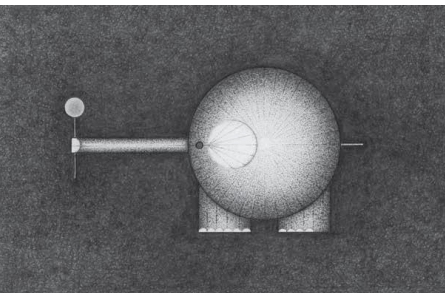
まど・みちおのうちゅう

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 10月26日（金）～12月9日（日）

※期間中の休館日は、11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



まど・みちお《ぞう（さん）》
1977（昭和52）年7月 周南市美術博物館蔵

ゆめトピア・
ハートフルコンサート

歌って笑って医者いらず講座
岡山楷の木少年少女合唱団と一緒に
親子で歌おうクリスマス

岡山楷の木少年少女合唱団と一緒に歌いましょう。まさに歌って笑って医者いらず。誰もが楽しめる講座です（申し込み不要）。

▽日時 12月22日（土）

●1回目「小さな友達も歌って踊ろう！」

午前11時～（午前10時30分開場）

●2回目「家族みんなで冬の美しいハーモニ―を楽しみましょう！」

午後1時～（午後0時30分開場）

▽場所 ゆめトピア長船

▽講師

川崎泰子氏（ソプラノ歌手）



川崎泰子

日中平和友好条約締結
40周年記念

第2回 海がつなぐ記憶
景德鎮巨匠・佐竹徳展

かつて牛窓では、中国への船が出るなど、大陸との交流が盛んに行われていました。それにちなみ、千年以上の歴史をもつ景德鎮（ケイデフジン）の技術と洗練された美的感覚を受け継ぐ、現代中国の焼物界を代表する作家の作品を展示します。

日中平和友好条約締結40周年を記念した、中国を代表する文化研究家・デザイナーの王超鷹氏による企画展示です。

また、景德鎮の焼物に当館所蔵の佐竹徳の絵画作品をあわせて展示し、海がつないだ縁についてご紹介します。

▽開催期間 12月15日（土）～平成31年1月10日（木）

※期間中の休館日は、12月17日（月）、25日（火）、28日（金）～平成31年1月4日（金）、7日（月）

▽観覧料 一般400円、団



佐竹徳「牛窓オリーブ園」

体（20人以上）・65歳以上300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（入館は午後4時30分まで）

▽場所 瀬戸内市立美術館

★関連イベント

※以下のイベントは全て、申し込み不要、要観覧料です。

【音楽会1】

マリンバ（正富明日香氏）とオーボエ（正富彩香氏）による、まど・みちおの世界をお楽しみください。

▽日時 12月2日（日）

午後1時30分～（約30分）

【音楽会2】

木管五重奏（木管五重奏団 ミュスカ）による、まど・みちおの世界をお楽しみください。

▽日時 12月9日（日）

午後1時30分～（約30分）

恩原高原
日帰リスキーバス

瀬戸内市体育協会では、次のとおりスキーバスを運行します。

参加を希望する人は、邑久スポーツ公園または長船スポーツ公園まで直接お申し込みください（電話での申し込みはできません）。

▽行き先 恩原高原スキー場 パノラマゲレンデ

▽日程 平成31年1月27日（日）

午前6時邑久スポーツ公園発、午前6時15分長船町公民館発、午後7時ごろ帰着予定

▽対象者 市内に在住または在勤の人（中学生以下は保護者同伴）

▽参加費

大人3,500円、子ども（中学生以下）2,500円

相談



弁護士・司法書士・税理士など
による合同無料相談会

家庭のこと（相続、遺言、離婚など）、借金（過払金請求、破産、債務整理など）、登記や農地、税金、墓地や墓石に関する、その他何でも無料で相談に応じます。

相談は1人30分以内で予約優先です。予約がない場合、長時間お待ちさせる場合もありますので、あらかじめ電話で予約の上、お越しください。

▽日時 12月15日（土）

午前10時～午後1時

▽場所 中央公民館（邑久）

図 奥田さん

086・221・3322

邑久・長船スポーツ公園、邑久 B&G 海洋センター使用における

大会関係日程調整会議

瀬戸内市体育協会では、大会などの年次的計画として、以下の対象施設の利用を希望する団体を対象に、日程調整会議を開催します。

調整会議に参加を希望する団体の代表者は、あらかじめ事務局にお問い合わせください。



▷日時 12月22日（土）午前10時30分～

▷場所 邑久 B&G 海洋センター

▷対象施設

- ①邑久スポーツ公園
- ②長船スポーツ公園
- ③邑久 B&G 海洋センター

▷参加申込期限 12月16日（日）午後5時

図 瀬戸内市体育協会事務局 0869-22-2211

【オープニング&オープニングコンサート】

景德鎮巨匠・佐竹徳展のオープニングおよび山地真美氏（ピアニスト・おかやま観光大使）によるコンサートを開催します。

▽日時 12月15日（土）

●オープニング

午前11時～（約30分）

●オープニングコンサート

午前11時30分～（約30分）

【ギャラリートーク】

作品を鑑賞しながら、作品の見どころを解説します。

▽日時

●「まど・みちおのうちゅう」

会期中の日曜日

午前11時～（約20分）

●「景德鎮巨匠・佐竹徳展」

会期中の日曜日

午後1時30分～（約30分）

図 瀬戸内市立美術館

0869・34・3130

地域おこし協力隊通信 Vol.9



でぐち 由美子 隊員
(平成30年9月着任)

9月に13番目の地域おこし協力隊員に着任しました出口由美子です。

瀬戸内市への移住を決めたのは、夫の「瀬戸内海を眺めながら暮らしたい」の一声でした。『じゃあそつしよう！』

とはいえ「瀬戸内の海は広いぞ！どこに住む？」と考えだして間もなく瀬戸内市地域おこし協力隊の募集に巡り合いました。

任務は、瀬戸内市移住交流促進協議会の一員として協議会の交流事業の企画立案・実施、広報を担当するというものです。

簡単に言うと、瀬戸内市に移住したい人や交流したい人を増やすという役割です。大阪出身で三重県と愛知県に住んだことがある経験を生かせると思います、応募したところ、



移住相談会に参加した
出口隊員