

お知らせ

8月は北方領土返還運動全国強調月間です

択捉島、国後島、色丹島および歯舞群島の北方四島は、我が国固有の領土です。1855年「日魯通好条約」が結ばれ、択捉島以南を日本の領土と決めましたが、1945年にソ連に不法占拠され、ソ連が崩壊してロシアとなった現在もその状態が続いています。北方四島の一日も早い返還のためには、私たちみんながこの問題への理解と関心を深め、世論を結集させることが重要です。北方領土の早期返還実現に向けて、皆様のご理解とご協力をお願いします。

世界平和を願う祈りの輪を広げましょう

8月15日は終戦記念日です。8月15日の正午にサイレンを鳴らします。戦没者の冥福と世界平和を祈り、1分間の黙とうを捧げましょう。これを機に、ご家庭や職場でも平和の尊さ、大切さを考えてみませんか。現在、ロシアがウクライナに侵攻し、世界平和が脅かされています。戦争のない平和な世界を実現するためには、私たち一人一人が戦争や平和について学び、考えることが大切です。原爆死没者の御霊を慰め、世界平和を願う祈りの輪を瀬戸内市でも広げ、平和の大切さを次の世代へ伝えていきましょう。

民生委員児童委員の交代

このたびは民生委員児童委員が交代しました。新しい委員は次のとおりです。

☎0869・24・7095

岡山県北方領土返還要求運動県民会議(岡山県総合政策局公聴広報課内) ☎086・226・7158

岡山県・瀬戸内市総合防災訓練を実施します

市民の防災意識・避難行動などの向上や、県・市と防災関係機関との連携強化を目的として総合防災訓練を実施します。市民の皆さんも、ぜひご参加ください。

▽日時 9月4日(日)

午前10時から午後0時15分

▽場所 牛窓中学校

▽想定災害 南海トラフを震源域とするマグニチュード

9・0クラスの地震、津波

▽訓練内容 避難訓練、災害

対応訓練、避難所運営訓練

など

危機管理課

☎0869・22・3904

農繁期における交通安全について

田植えや稲刈りなどの農繁期には、農耕車の横転事故や

一般車両との追突事故が全国的に多発しています。

農耕車を運転する場合、シートベルトの着用、低速車マークや反射板の貼付などの事故防止対策をお願いします。

また、一般車両を運転する場合、早朝や夜間は、特に農耕車が見えにくい時間帯となるため、速度や周囲の状況に十分注意し、いつも以上の安全運転をお願いします。

岡山県農業者委員会

☎0869・22・0048

マイナンバーカードの受け取りは済みですか?

マイナンバーカードを申請され、交付通知書(はがき)が届いた人は、受取期間が過ぎた後でもカードを受け取れます。まだ受け取っていない人は、早めにお受け取りください。(はがきに記載している必要書類をお持ちください。)

岡市民課

☎0869・22・1115



登録はこちら

岡山県庁環境管理課

☎086・226・7302

「救急の日」普通救命講習会の開催

瀬戸内市消防本部では、「救急の日」および「救急医療週間」の行事の一環として、一般公募による普通救命講習会を開催します。

▽開催日時 9月11日(日)

午前9時から正午まで

▽場所 瀬戸内市消防本部

2階 研修室

▽内容 普通救命講習I

(心肺蘇生法、AEDの使用

方法、異物除去、止血法

など)

▽募集人数 30人程度

(どなたでも受講可能です)

▽申込期限 9月7日(水)

※当日は動きやすい服装でお越しください。

※新型コロナウイルスの感染

症状によっては、中止す

る場合があります。

岡消防本部警防課

☎0869・22・1492

瀬戸内市の味

ガラエビの塩炒め



◆作り方

- ①ガラエビを洗い、水切りをする。フライパンで水分を飛ばすようにピンク色になるまで炒める。②砂糖、サラダ油を入れ、ガラエビがツヤツヤになり香ばしい香りがしてきたら火を止める。③塩をふり、味をととのえる。

- ◆材料(4人分) ●ガラエビ(140g) ●砂糖(少々) ●サラダ油(少々) ●塩(少々)

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

献血にご協力ください

400ml献血を次のとおり実施します。

▷日時・場所 8月19日(金)

- ・ゆめトピア長船 午前9時~午前10時30分
- ・瀬戸内市役所 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50kg以上の人のみ ※65歳以上の人は、60~64歳の間に献血経験のある人のみが対象

▷持参する物

献血カード、初めての人は本人確認ができるもの(運転免許証など)

健康づくり推進課

☎0869-26-5961



ねんぎんのおはなし♪

国民年金の任意加入制度をご存じですか

60歳までに老齢基礎年金の受給資格を満たしていない場合や、40年の納付済期間がないため老齢基礎年金を満額受給できない場合などで年金額の増額を希望するときは、60歳以降でも国民年金に任意加入をすることができます(厚生年金保険・共済組合などの加入者を除く)。

【任意加入をする条件】

次の①~⑤の全ての条件を満たす人

- ①日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満の人
- ②老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない人
- ③20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が480月(40年)未満の人
- ④厚生年金保険、共済組合などに加入していない人
- ⑤日本国籍を有していない人で、在留資格が「特定活動(医療滞在または医療滞在者の付添人)」や「特定活動(観光・保養などを目的とする長期滞在または長期滞在者の同行配偶者)」で滞在しない人

は長期滞在者の同行配偶者)で滞在しない人 ※年金の受給資格期間を満たしていない65歳以上70歳未満の人も加入できます。

※外国に居住する日本人で、20歳以上65歳未満の人も加入できます。

【保険料の納付方法】

原則、口座振替

※外国に居住する日本人で、20歳以上65歳未満の人を除きます。

岡国保年金医療給付課 ☎0869-22-1790

岡山山東年金事務所

☎086-270-7925(自動音声案内2番→2番)

日本年金機構ホームページ

https://www.nenkin.go.jp/index.html



**国民健康保険
限度額適用認定証など**

国民健康保険に加入している人が療養を受ける際に、「限度額適用認定証」(緑色)を医療機関などの窓口で提示すると、同じ医療機関などでのひと月の医療費の支払いが、

自己負担限度額までとなります。また、住民税非課税世帯の人は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」(おうど色)を提示すれば、自己負担限度額が適用され、食事代も減額されます。現在お持ちの認定証の有効

期限は、7月31日までです。8月1日以降も必要な場合は、申請をしてください。ただし、申請できるのは、原則として国民健康保険税完納世帯に限ります。
国保年金医療給付課
☎0869・22・1790

▽所得区分別の申請できる認定証

所得区分(※1)		申請できる認定証
70歳未満	(ア) 所得が901万円を超える人	国民健康保険限度額適用認定証(緑色)
	(イ) 所得が600万円を超え、かつ901万円以下の人	
	(ウ) 所得が210万円を超え、かつ600万円以下の人	
	(エ) 所得が210万円以下の人	
(オ) 住民税非課税世帯の人	国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証(おうど色)	
70歳以上	現役並み所得者Ⅲ(課税所得690万円以上)	申請手続き不要(※2)
	現役並み所得者Ⅱ(課税所得380万円以上)	国民健康保険限度額適用認定証(緑色)
	現役並み所得者Ⅰ(課税所得145万円以上)	
	一般(課税所得145万円未満など)	申請手続き不要(※2)
	低所得者Ⅱ	国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証(おうど色)
	低所得者Ⅰ	

(※1) 所得(70歳未満)とは「基礎控除後の総所得金額等」に当たります。所得の申告がない場合は、所得区分(ア)とみなされます。
(※2) 70歳以上で所得区分が「現役並み所得者Ⅲ」および「一般」の人は、被保険者証兼高齢受給者証が限度額適用認定証の代わりとなりますので、手続きは不要です。

**親子の絆づくりプログラム
赤ちゃんがきた!**

市では、初めての赤ちゃんを育てている母親を対象に、赤ちゃんとの関わり方を学び、子育て仲間をつくる「親子の絆づくりプログラム赤ちゃんがきた!(BPIプログラム)」を開催します。一緒に子育てについて学び、ママ友をつくりましょう。※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては中止となる場合があります。

消防職員を募集

市では、次のとおり消防職員を募集します。詳細は受験案内をご確認ください。なお、新型コロナウイルス感染症の影響により、日程や試験内容などを変更する可能性があります。その場合には、市ホームページに掲載しますので、事前にご確認ください。



消防職員募集
8月1日(月)~8月31日(水)
必着

募 集

市職員を募集

市では、次のとおり職員を募集します。

▽募集職種・受験資格

【保健師】
保健師免許を取得している人または令和5年3月31日までに資格取得見込みの人

【土木技術職】

大学、短期大学(高等専門学校を含む)を卒業した人または令和5年3月31日までに卒業見込みの人

▽年齢要件 いずれの職種も昭和38年4月2日以降に生まれた人

▽採用予定人数

いずれの職種も若干名

▽採用年月日

令和5年4月1日

▽試験日時・場所

1次試験 9月18日(日)
午前9時~ 瀬戸内市役所
2次試験 10月23日(日)

※場所・時間は1次試験合格者に別途通知します。
▽受付期間
7月28日(木)~8月18日(木)
午前8時30分~午後5時
(土・日・祝日を除く)

※郵送の場合は、8月18日(木)必着です。

▽提出書類 市指定の受験申込書、受験票、エントリーシート

※受験案内と市指定様式は、総務課、牛窓支所、長船支所からダウンロードすることもできます。

※受験案内などを郵送で請求する場合、封筒の表に「市役所採用試験受験案内請求」を明記したA4サイズの返信用封筒(140円切手を貼付)を同封して、総務課へ送付してください。(●は「保健師」または「土木技術職」)

▽提出書類

市指定の受験

申込書、受験票、エント

リート

※受験案内と市指定様式は、

総務課、牛窓支所、長船支

所からダウンロードす

ることもできます。

※受験案内などを郵送で請求

する場合、封筒の表に「市

役所採用試験受験案内請求

」を明記したA4サイズの

返信用封筒(140円切手

を貼付)を同封して、総務

課へ送付してください。(●

は「保健師」または「土

木技術職)。

▽提出書類

市指定の受験

申込書、受験票、エント

リート

※受験案内と市指定様式は、

総務課、牛窓支所、長船支

所からダウンロードす

ることもできます。

※受験案内などを郵送で請求

する場合、封筒の表に「市

役所採用試験受験案内請求

」を明記したA4サイズの

返信用封筒(140円切手

を貼付)を同封して、総務

課へ送付してください。(●

は「保健師」または「土

木技術職)。

▽提出書類

市指定の受験

申込書、受験票、エント

リート

※受験案内と市指定様式は、

総務課、牛窓支所、長船支

所からダウンロードす

ることもできます。

※受験案内などを郵送で請求

する場合、封筒の表に「市

役所採用試験受験案内請求

」を明記したA4サイズの

返信用封筒(140円切手

を貼付)を同封して、総務

課へ送付してください。(●

▽自衛官の受験種目など

受験種目	対象者	受付期間	試験日
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の人 (32歳の方は、採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない人)	年間を通じて行っています。	受付時にお知らせします。
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の人 (32歳の方は、採用予定月の末日現在33歳に達していない人)	7月1日(金)~9月5日(月)	1次:9月15日(木)~18日(日) 2次:10月8日(土)~23日(日) ※上記のうち指定する1日
航空学生	海:高卒(見込含)23歳未満の人 空:高卒(見込含)21歳未満の人	7月1日(金)~9月8日(木)	1次:9月19日(月・祝) 2次:10月15日(土)~20日(木) 3次:【海】11月18日(金)~12月14日(水) 【空】11月12日(土)~12月15日(木)
防衛大学校学生	推薦	高卒(見込含)21歳未満、成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる人	9月5日(月)~9月9日(金) 9月24日(土)・25日(日)
	総合選抜 一般	高卒(見込含)21歳未満の人	1次:9月24日(土) 2次:10月29日(土)・30日(日) 7月1日(金)~10月26日(水) 1次:11月5日(土)・6日(日) 2次:12月6日(火)~10日(土)
防衛医科大学校医学科学生	高卒(見込含)21歳未満の人	7月1日(金)~10月12日(水)	1次:10月22日(土) 2次:12月14日(水)~16日(金)
防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生)	高卒(見込含)21歳未満の人	7月1日(金)~10月5日(水)	1次:10月15日(土) 2次:11月26日(土)・27日(日)

自衛官などを募集

防衛省では、令和4年度各種自衛官などの募集を左表のとおり行います。

入隊などは令和5年3月下旬~4月上旬の予定です。

▽提出書類

市指定の受験

申込書、受験票、エント

リート

※受験案内と市指定様式は、

総務課、牛窓支所、長船支

所からダウンロードす

ることもできます。

※受験案内などを郵送で請求

する場合、封筒の表に「市

役所採用試験受験案内請求

」を明記したA4サイズの

返信用封筒(140円切手

を貼付)を同封して、総務

課へ送付してください。(●

は「保健師」または「土

木技術職)。

▽提出書類

市指定の受験

申込書、受験票、エント

リート

※受験案内と市指定様式は、

総務課、牛窓支所、長船支

所からダウンロードす

ることもできます。

※受験案内などを郵送で請求

する場合、封筒の表に「市

役所採用試験受験案内請求

」を明記したA4サイズの

返信用封筒(140円切手

を貼付)を同封して、総務

課へ送付してください。(●

は「保健師」または「土

木技術職)。

お知らせ

募集

催し物

相談

▽参加費 1,045円(テキスト代)
▽申込健康づくり推進課
☎0869・26・5962

※5組以上の参加で開催し、先着順・定員になり次第締め切ります。
▽定員 10組
▽場所 ゆめトピア長船
▽対象 令和4年3~6月生まれの第1子とその母親で、全4回に参加できる人
▽日時 8月19日、26日、9月2日、9日(いずれも金曜日)午前10時~正午(全4回)
▽採用予定人数 若干名
令和5年4月1日

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

▽青少年相談員

氏名(しめい)	学区	相談先☎ (市外局番 0869)
豊田 一枝(とよた かずえ)	牛窓東	090-8997-0628
土井 和子(どい かずこ)	牛窓西	34-4963
松尾 敦(まつお あつし)	牛窓北	34-2503
古松 健二(ふるまつ けんじ)	邑久	22-2517
蟻正 博美(ありまさ ひろみ)	今城	22-1780
河崎 邦夫(かわさき くにお)	裳掛	25-2033
小谷 和志(こだに かずし)	美和	26-8161
長岡 敦子(ながおか あつこ)		26-5151
布野 浩子(ふの ひろこ)	国府	090-5693-1871
水田 正子(みづた まさこ)	行幸	26-2534
神坂 俊規(かみさか としのり)		090-6438-0898
沖津 由美(おきつ ゆみ)		090-7501-0217

岡山県では、地域において青少年やその保護者が悩みや不安を気軽に相談できる窓口として、青少年相談員制度を設けています。
青少年相談員は、非行やいじめ、不登校などの相談や、学校や友人関係の悩みなど幅広い相談に応じます。

岡山県青少年相談員

相談



秘密は厳守しますので、安心してご相談ください。
また、青少年育成活動や学校支援活動への参加・協力、他の青少年の模範となる行為を顕彰する「わかば賞」の推薦・伝達などを行っています。
▽日時 8月18日(木) 午前10時～正午、午後1～3時
▽場所 牛窓町公民館
▽相談料 無料
☎岡山県青少年相談員事務所 0869-270-7925 (自動音声案内1番↓2番)



年金相談

年金事務所の職員が年金の相談に応じます。相談を希望する人は、事前に予約をしてください。
▽日時 8月18日(木) 午前10時～正午、午後1～3時
▽場所 牛窓町公民館
▽相談料 無料
☎岡山県年金事務所 0869-270-7925 (自動音声案内1番↓2番)

ミニ手話コーナー

≪手話で【曜日】を表現してみよう!!≫

<p>※お金がキラリと光っている様子</p> <p>親指と人差し指を輪にして軽く揺らします</p>	<p>※土をバラバラとつまんで落とすイメージです</p> <p>右手の5指を擦り合わせます</p>	<p>※赤と休むを組み合わせます</p> <p>人差し指を口の前に横に動かす(赤)</p> <p>手のひらを下に向けたまま中央に寄せる(休み)</p>	<p>※国旗のイメージです</p> <p>両手を開いて親指を重ね、4指をハタハタと揺らします</p>
---	---	---	--

イラスト協力 ぽん

体引き締め!腹トレ教室

市では、次のとおり「体引き締め!腹トレ教室」を実施します。この教室は、肥満が原因で起る糖尿病、脂質異常症、高血圧などの生活習慣病を解消することを目的としています。
最近、肥満気味だと感じている人、運動不足だと感じている人、検査値が少し気になっている人、いつまでも健康で生き生きとした生活を送りたい人は、ぜひご参加ください。あなたに合った運動、食事を運動指導士、保健師、栄養士と一緒に考えていきます。

日程	主な内容
第1回 9月2日(金)	お腹スッキリするためのお話
第2回 9月13日(火)	脂肪を減らすための運動
第3回 9月22日(木)	内臓脂肪を減らすための食事のお話
第4回 10月4日(火)	膝・腰痛予防運動
第5回 10月18日(火)	体幹を整えるストレッチ
第6回 11月1日(火)	背中スッキリ運動
第7回 11月11日(金)	ポッコリお腹サヨナラ運動
第8回 11月29日(火)	振り返りチェックシート

▷対象 40～65歳の瀬戸内市民
▷定員 20人(先着順)
▷時間 午前9時30分～午前11時30分
▷場所 ゆめトピア長船
▷参加費 1,000円
▷申込期限 8月25日(木)
※申し込みの際は、氏名、住所、電話番号を電話またはFAXでお知らせください。
☎健康づくり推進課 0869-26-5961
FAX 0869-26-8002



催し物



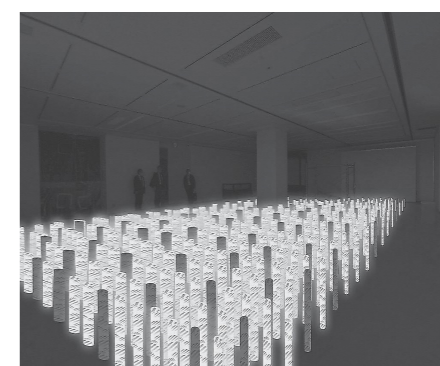
瀬戸内市立美術館 展覧会

m t ART PROJECT
AT SETOUCHI CITY
MUSEUM OF ART

県内を舞台とした今夏の大規模光企画「岡山デザイン・ネーションキャンペーン」の一つとして、犬島および瀬戸内市牛窓を合わせた計5カ所で連携して開催されるm t展。牛窓地区の中心として、美術館ではマスキングテープを用いたアート作品の展示などを行います。

▽期間 8月31日(水)まで
▽観覧料 一般500円、割引400円(団体20名以上または65歳以上)、高校生以下無料
▽場所 瀬戸内市立美術館 4階・3階展示室
▽開館時間 午前9時から午後5時(入館は午後4時30分まで)
▽休館日 毎週月曜日(7月

25日と8月1日を除く)
▽場所 瀬戸内市立美術館
瀬戸内市立美術館
☎0869-34-3130

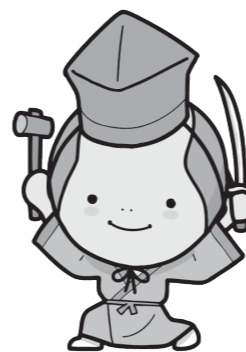


m t 展示イメージ (瀬戸内市立美術館)

備前長船刀剣博物館 夏季特別展

備前長船刀剣博物館では、8月11日から夏季特別展「長船の系譜・700年の栄枯盛衰」を行います。
岡山県は、数多くの刀工が活動していた地として知られますが、中でも長船派は、鎌倉中期から昭和初期まで活動するなど歴史が長く、多くの優品を世に出してきました。今回の展示では、長船派初代の光忠から最後の元之進祐

備前長船刀剣博物館では、8月11日から夏季特別展「長船の系譜・700年の栄枯盛衰」を行います。
岡山県は、数多くの刀工が活動していた地として知られますが、中でも長船派は、鎌倉中期から昭和初期まで活動するなど歴史が長く、多くの優品を世に出してきました。今回の展示では、長船派初代の光忠から最後の元之進祐



備前長船刀剣博物館

▽開催場所 備前長船刀剣博物館
※本展覧会は、事前予約制となっております。
☎備前長船刀剣博物館 0869-66-7767

定まで主だった作品の展示を行い、長船派の歴史や各時代の特徴などを紹介し栄枯盛衰の一端に触れていきます。
また、長船派の刀工と同時期に活動していた他派の刀工を知ってもらうため、国宝太刀 無銘一文字(山鳥毛)など長船派以外の刀剣も合わせて展示します。
▽開催期間 8月11日(木)祝日～9月25日(日)
▽休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日が休館、8月12日は除く)
▽入館料 一般1,000円、高大生800円、中学生以下無料
▽開催場所 備前長船刀剣博物館
※本展覧会は、事前予約制となっております。
☎備前長船刀剣博物館 0869-66-7767

自殺予防研修会

「こころの不安を取り除く...毎日を無事に生きるコツ(日本の心理療法から)」のご案内

令和2年の自殺者は11年ぶりに増加し、その中でも女性と若年層の増加が目立ちました。大切ないのちを守るために、地域でどのような支援が必要か一緒に考えてみませんか。

▷日時 9月29日(木) 午前10時～11時(受付は午前9時30分から)
▷場所 ゆめトピア長船1階 健康スタジオ
▷講師 慈圭病院理事長、日本いのちの電話連盟理事長 堀井 茂男 医師
▷定員 70人
▷申込期限 9月26日(月)
※申し込みの際は、氏名、住所、電話番号を電話またはFAXでお知らせください。
※当日、手話通訳・要約筆記があります。
☎健康づくり推進課 0869-26-5961
FAX 0869-26-8002

