

September  
2023  
Number.226

9

# せとうち

Public Relations Setouchi city

広報



## 【表紙写真】邑久高等学校生徒が壁画制作に挑戦

市では、子どもたちの地域への愛着や関心を向上させ、持続可能な地域社会を担う人材育成につなげることを目的に、市内唯一の高校である邑久高校と連携した取り組みを行っています。昨年度から取り組んでいる事業「ズグラフフィートイン 瀬戸内～オープン美術館」では、ヨーロッパ文化で伝統的な壁画技法「ズグラフフィート」を用いて、邑久高校の体育館外壁に春夏秋冬をテーマにズグラフフィート作品を制作しています。昨年完成した春・夏の作品に続き、8月3日に秋・冬の作品が完成し、ついに壁画が完成しました。

Contents	議案特集	2	知っ得!せとうち便	8
	瀬戸内市国土利用計画	4	9月の予定表	17
	認知症について・もの忘れ相談会	6	瀬戸内市の味・みんなの広場	18
	健康ライフ(健康増進普及月間)	7		



自主防災組織等活性化推進事業

1,892千円  
(危機管理課)

住民自治による避難所運営モデル事業

小学校区などを単位とした自主防災組織の結成を進め、大規模災害時に住民自治による避難所運営が実施できる防災体制を整備するため、美和小学校区をモデル地区として、自主防災組織の結成および避難所運営に関する研修・訓練を実施します。



モデル事業第1回の取り組み「避難所運営ゲーム」の様子（令和5年7月4日 美和小学校）

官民連携まちなか再生事業

3,500千円  
(企画振興課)

牛窓地区において、地域資源を最大限に活かした魅力と活力あるまちなかを創造することを目指し、エリアプラットフォームを中心に、未来ビジョンの新規策定を行います。

SDGs推進事業

2,000千円  
(企画振興課)

「瀬戸内市オリジナルSDGsカードゲーム」を活用し、市内小学校などでの出前授業の開催や事業アイデアの募集・表彰、カードゲームのバージョンアップを行います。また、市内の関係者による地域プラットフォームを構築し、地域主体の制度の継続とSDGsに取り組む機運を醸成します。



学校給食共同調理場運営事業

115,000千円  
(市内学校給食調理場課)

物価高騰による保護者の負担を軽減するため、感染症対応地方創生臨時交付金を活用し、小学校・中学校の給食費を令和5年9月分から令和6年3月分まで無償化します。

農村地域防災減災事業

10,000千円  
(建設課)

庄田地区のため池（新池）について、地震・豪雨などに備え、国の補助事業を活用して、耐震調査を行います。



令和5年6月市議会定例会で審議された補正予算などの主な事業を紹介します。

議案特集

地域電力会社設立の準備を進めます

脱炭素先行地域づくり事業（生活環境課）

4,060千円

●ゼロカーボンシティの実現に向けて、脱炭素化の取組と地域課題の解決につなげるために設立を予定している地域電力会社の運営計画の策定を行います。

瀬戸内市は、2050年までに市内の二酸化炭素（CO2）排出量実質ゼロにするため、市民や事業者とともに、ゼロカーボンシティの実現に向けて取り組むことを令和3年2月に宣言しました。この脱炭素を進める取り組みとして、昨年度、環境省の重点対策加速化事業に加え、本年4月28日には、同じく環境省の脱炭素先行地域づくり事業にも選定されました。

脱炭素先行地域づくり事業は、エネルギーの地産地消を進めて、市全域の脱炭素につなげていく計画としており、今後、設立を予定している地域電力会社が主体となって進めていく予定です。

この地域電力会社は、発電事業だけでなく、効率的に脱炭素を進めるための地域のエネルギーマネジメントを担っていくことを目標としています。

地域電力会社の立ち上げにあたっては、会社の事業の詳細、収支計画、資金計画といった具体的な運営計画を、客観的な視点で、当該事業の実現性、採算性、持続可能性などを照査、分析検証し、出資の判断が得られるレベルに精度を高めたうえで、市および共同提案者などの出資につなげる必要があります。



脱炭素先行地域選定証授与式の様子（令和5年6月7日）

瀬戸内市がめざす「地域電力会社」とは？

地域内の再生可能エネルギーによる電力を地域内の公共施設や民間企業、家庭に電力を供給する、地域に密着した電力会社で、エネルギーの地産地消と、エネルギー代金の域内循環を目指します。



STOP・地球温暖化

太陽光パネルなどを設置する人へ補助金を交付しています

瀬戸内市では、市内の脱炭素化を推進するため、自宅に太陽光発電設備・定置用蓄電池・電気自動車等・充放電設備等を設置する人に対して補助金を交付します。

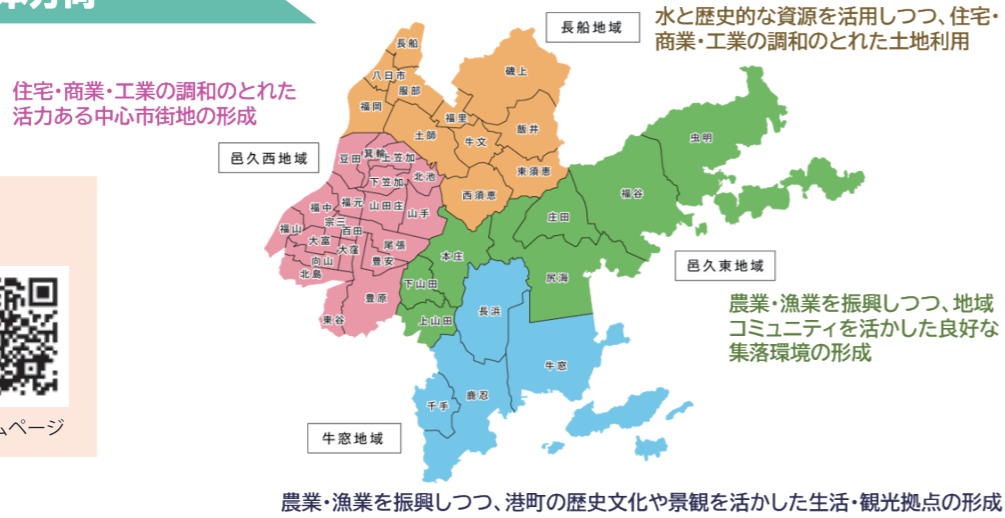
この市民向けの補助金制度は、環境省の交付金を活用し、令和5年度から令和9年度まで実施します。太陽光パネルの設置を予定している人はぜひ補助金の利用を検討ください。詳しくは市ホームページをご確認ください ▶



## 土地利用の基本方針

自然環境と美しい景観を 保全・再生・活用する市土管理	<ul style="list-style-type: none"> <li>自然や景観を活かした土地利用で、魅力ある地域づくりを進めます</li> <li>水環境や野生生物の息息・生育地の保全を図ります</li> <li>太陽光発電施設の設置に対し、自然環境や景観などへの十分な配慮を求めます</li> </ul>
地域の特性に応じた 適切な市土管理	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域の特性に応じた適切な土地利用を図るため、都市地域の導入を目指します</li> <li>農地や森林などと調和した快適な農業・漁業集落を形成します</li> <li>風情と歴史が感じられるまちなみの保全・活用を進めます</li> <li>農地、森林は、その機能を持続的に発揮していくための保全などを進めます</li> <li>錦海塩田跡地と長島の今後を見据えた土地利用を検討します</li> </ul>
安全・安心を実現する市土管理	地域特性に合った安全・安心な土地利用を進めます
多様な主体による市土管理	地域主体の市土管理を推進します

## 地域別の土地利用の基本方向



### CHECK

瀬戸内市国土利用計画は、市ホームページで詳しく紹介しています



市ホームページ

## 都市計画の導入へ

# 「瀬戸内市国土利用計画」を策定

企画振興課

☎0869-22-1031



市では、近年、民間バス路線の廃止やJR赤穂線の減便、市周辺部における空き家や荒廃農地の増加など、市民の皆さんの暮らしを支える基盤が弱まってきている状況があります。こうした課題に対応しながら、市の豊かな自然環境や農地、美しい景観を保全しつつ、市民の皆さんが住みたい・住み続けたいと思える安全で快適な住環境を整備していく必要があります。

そこで、昨年度、市民の皆さんの参画を得て、市の土地利用行政の指針となる「瀬戸内市国土利用計画」を策定しました。本計画では、新たに都市地域(都市計画)の導入を目指すことを定めています。市国土利用計画の内容や都市地域の導入に向けた今後の取り組みの一部をお知らせします。

### 土地利用の現状や課題

市の土地利用は森林が全体のおよそ4割を占め、次いで農地が多くなっています。建物が立地する土地は、特に市の北西部に多くなっており、各地域の中心部やJR駅周辺などにも集中して分布しています。

一部地域では農地と住宅地、工業地の混在による無秩序な土地利用が見られるほか、森林での太陽光発電施設の開発では景観の悪化や土砂流出などの懸念があり、こうした状況を放置すれば環境や景観の保全、安全で利便性の高い市街地の形成などに支障をきたすことが考えられます。

そのため、市としては、自然環境と景観の保全・再生・活用や市民生活と産業を支える基盤づくり、安全・安心の確保といった課題に対応しながら、地域の特性を踏まえた土地利用を計画的に進めていく必要があります。

### 土地利用の基本構想

市域の土地(以下、「市土」)は、農業・漁業や観光を中心とする牛窓地域、中心市街地が形成されている邑久西地域、農業・漁業、集落対策活動が盛んな邑久東地域、水資源や観光資源に恵まれ、住宅地や工業地としての土地利用が進む長船地域のそれぞれ異なる個性を持った4つの地域で構成されています。



### 基本理念

## 瀬戸内市らしさを継承しつつ、持続可能な未来を創造する土地利用

こうした4つの地域が連携・補完し合いながら一体となつて、市民の皆さんが将来にわたって守っていききたい風景や営みを残しつつ、市民生活を豊かにするための生活利便性や社会基盤などの維持・充実を図り、新たな魅力と価値の創造を目指します。

そのため、「瀬戸内市らしさを継承しつつ、持続可能な未来を創造する土地利用」を基本理念に、現状の農業地域、森林地域、自然公園地域に加え、計画的な土地利用と、それと連携したインフラ整備を進める手法として、新たに都市地域(都市計画)の導入を目指します。

都市地域は、一体の都市として総合的に開発、整備および保全する必要がある地域で、都市計画法第5条により都市計画区域として指定されている、または指定されることが予定されている地域をいいます。

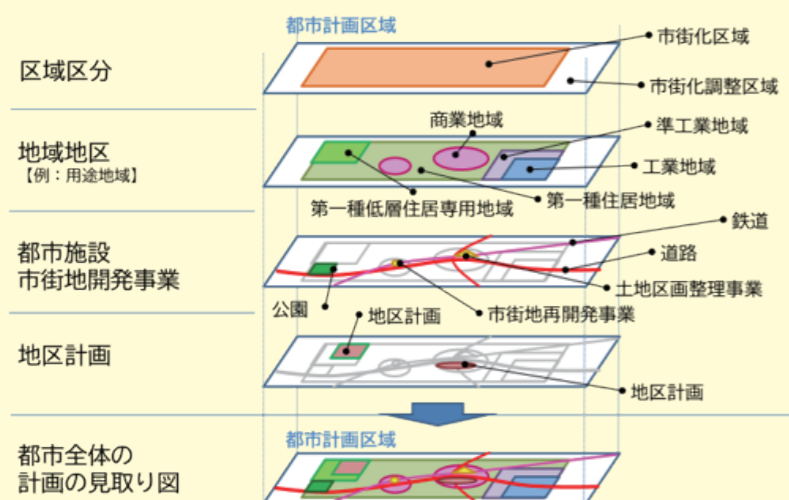
都市計画は、農林漁業との健全な調和を図りつつ、住民が安全で快適に生活や活動ができる都市や生活環境をつくるための手法で、土地の利用や建物を建築する際のルール、道路や下水道、公園・緑地などの整備計画を定めることができます。

市では、今年度から岡山県と協議しながら都市計画区域の指定範囲の検討や市の都市計画に関する基本的な方針(マスタープラン)の作成に着手します。

マスタープランは、市民の皆さんの意見を踏まえて作成することとしており、地域別での意見交換会の開催などを計画しています。開催時期などについては、広報紙やホームページ、回覧などでお知らせします。

市が新たに取り組む持続可能なまちづくりにぜひご参画ください。

## 都市地域(都市計画)の導入に向けて



都市計画制度の概要などは、国土交通省ホームページからご覧いただけます▶



毎年9月は

# 「健康増進普及月間」です！



1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ ～健康寿命の延伸～

日本は平均寿命の延伸による高齢化、社会生活環境の変化などに伴い、糖尿病やがん、脳卒中などの生活習慣病の増加が大きな健康問題となっています。病気の早期発見や早期治療だけでなく、生活習慣を改善して健康を増進することは、生活習慣病などを予防し、「健康寿命」を伸ばすことにつながります。

ふだんから元気に身体を動かすことで、生活習慣病、ロコモティブシンドローム、うつ、認知症などのリスクを下げることができます。今より10分多く、毎日身体を動かしてみませんか？毎日の生活の中で、できることから始めて、少しずつ身体を動かす機会を増やしましょう。

## 生活習慣の中で運動を取り入れましょう

- 早歩きをする ●歩幅を広くする ●エレベーターより階段を使う
- 近くを移動するときは、自転車を使うまたは歩いてみる
- お風呂でストレッチをする
- ラジオ体操をする
- ながら運動をする  
(テレビを見ながら、その場で足ふみ・肩をまわす など)



今の生活に  
プラス・テン  
「+10」

身体を動かす機会や環境がないか、自分の生活や環境を振り返ってみましょう。できることから始め、じっとしている時間を減らし、こまめに身体を動かすことを意識しましょう。周りの人も誘って身体を動かし、みんなで元気になりましょう。

健康のための  
「第1歩」

**気づく**  
身体を動かす機会や環境がないか、自分の生活を振り返ってみましょう。

**始める**  
できることから始めてみましょう。歩幅を広げて、速く歩くなど、今の生活に+10を取り入れましょう。



**達成する**  
目標を決めて、こまめに身体を動かしましょう。18～64歳の方は1日合計60分、65歳以上の方は1日合計40分を目標に！

**つながる**  
自分だけだと続かないことも、家族や仲間と一緒にだと取り組みやすくなります。継続して健康の増進につなげましょう。



# 認知症は早期発見・早期対応が大切です

認知症初期集中支援チームによるサポートをしています！

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気です。適切な治療を早い段階から行うことで、症状が改善したり、進行を遅らせたりすることができます。

市では、できるだけ住み慣れた地域で暮らし続けられるように、認知症またはその疑いがある人やその家族を早期に支援する「認知症初期集中支援チーム」をトータルサポートセンターに設置し、認知症サポート医や保健師などのチーム員によるサポートをしています。

## <対象>

市内の自宅で生活している40歳以上で、ご家族の相談などにより認知症が疑われる人や認知症の人で、次のいずれかに該当する人

- 医療および介護保険サービスを受けていない、または中断している
- 医療または介護保険サービスを受けているが、適切なサービスに結びついていない
- 認知症の症状が著しく、ご家族など支援者が対応に困っている

## <支援内容>

- チーム員による家庭訪問などの実施
- 認知症に関する情報提供
- 医療機関の受診、介護サービス利用の支援
- 生活環境の改善 など

チーム員は、  
認知症サポート医や  
保健師、社会福祉士など



認知症の症状でお困りになったら、まずは

## 瀬戸内市地域包括支援センター 認知症相談窓口にご相談ください

【相談・問い合わせ先】

- ・瀬戸内市地域包括支援センター（邑久町山田庄 862-1、瀬戸内市総合福祉センター内）  
☎0869-24-0001 FAX 0869-24-0061
- ・トータルサポートセンター（邑久町山田庄 845-1、瀬戸内市民病院内）  
☎0869-22-3800 FAX 0869-22-3801

相談は随時受け付けていますが、相談会もご利用ください

# 「もの忘れ相談会」を開催します！

もの忘れや認知症が心配な本人または家族を対象に、もの忘れ相談会を開催します。

気になることがあれば、自分だけ、または家族だけで抱え込まず、まずはお気軽にご相談ください。相談は予約制（1人約30分）で、保健師や社会福祉士、看護師が対応します（相談料は無料）。

## こんなことで困っていませんか？

- ・探し物が多くなった
- ・最近、もの忘れがひどくなった気がする
- ・財布や鍵、通帳などを置いた場所が分からなくなる
- ・今までできていたこと（料理、片付けなど）に時間がかかる、できなくなった
- ・同じものをたくさん買い込んでいる など



▷日時・場所 10月25日（水）午後1時30分～午後3時 瀬戸内市総合福祉センター

▷対象者 もの忘れや認知症が心配な本人またはその家族

▷予約期限 10月18日（水）※電話、FAX、市ホームページのメールフォームで相談者の氏名と連絡先をご連絡ください。

問予トータルサポートセンター ☎0869-22-3800 FAX 0869-22-3801



市ホームページ



お知らせ



資格喪失後受診による給付金(医療費)の返納

勤め先や家族の健康保険に加入後、新しい健康保険の保険証の交付が遅れたなどの理由で、市の国民健康保険証を使って受診したときは、本来他の健康保険が負担すべき医療費を市が支払っています。この場合、本人から市へ医療費を返還し、返還分を他の健康保険に請求する必要があります。

付金の返納について」の通知を郵送します。納入通知書も同封しますので、指定する期限までに市役所または通知に記載しているお近くの金融機関で納付してください。※市としては、返還請求をできる限り減らせるよう医療機関などと調整を図っていますが、調整ができない場合があります。その場合は、手続きが必要ですので、返還請求が届いた人はご協力をお願いします。

市では、令和5年度市民活動応援補助金の交付申請を受け付けています。対象は、令和5年4月1日から令和6年3月31日までに実施する地域の美化活動、レクリエーション活動など自主的に行うコミュニティ活動の

ご活用ください 市民活動応援補助金

対象：自治会または自治会の連合体

市では、令和5年度市民活動応援補助金の交付申請を受け付けています。対象は、令和5年4月1日から令和6年3月31日までに実施する地域の美化活動、レクリエーション活動など自主的に行うコミュニティ活動の

住宅・土地統計調査にご協力ください

市では、10月1日を調査期日として「令和5年住宅・土地統計調査」を実施します。この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、無作為に抽出された全国約340万世帯の人々を対象とした大規模な調査です。

岡企企画振興課



市ホームページ

調査は昭和23年以来5年ごとに行われており、第16回目を迎える今回の調査では、超高齢社会を迎えている我が国における高齢者の住まい方や空き家対策の重要性が年々高まっていることを踏まえ、空

不法投棄は犯罪です!

市では、市内の不法投棄パトロールを市環境衛生協議会、市環境美化推進巡視員、瀬戸内警察署、備前県民局と連携して行っています。定期的にパトロールを行い、清掃や不法投棄防止の啓発看板を設置するほか、不法投棄の監視や撤収などの活動を粘り強く続けています。

マイナポイントの申請・受け取りをお忘れなく!

マイナポイントの受け取り期限は9月末までです。2月末までにマイナンバーカードの申請をされた人が対象です。ポイントの申請・受け取り手続きは早めにお願います。なお、一部の決済サービスでは、各種期限が9月末よりも早期に設定されています。詳しくは「マイナポイント事業」のサイトをご確認ください。

9月24日～30日は結核予防週間です

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症が起きる病気です。毎年、日本では1万人以上の人が、岡山県では約180人が新たに結核と診断されています。早期発見できれば、治療しながらそれまでと同じ日常生活を送ることができ、周りの人への感染を防ぐことができます。次のような症状が2週間以上続く場合は、早めに医療機関を受診しましょう。



総務省ホームページ

市役所または瀬戸内警察署に連絡してください。

0869-22-1899



0869-22-1115



岡山県ホームページ

0866-272-3934

き家の状況などを把握することを主な狙いとしています。調査をお願いする世帯には、9月下旬から調査員が調査書類の配布に訪問します。で、インターネット回答のほか、紙の調査票を郵送または調査員に提出する方法により回答をお願いします。なお、この調査では、便利なインターネット回答をおすすめしています。スマートフォン・タブレット端末にも対応していますので、ぜひご利用ください。

0869-22-1031

歯周病検診を受けましょう

全身疾患を引き起こす原因となる歯周疾患の早期発見と予防などを目的とした歯周病検診を9月から市内の歯科医院で実施します。検診の対象者に該当し、普段、歯科医院に行っていない人などは、この機会にぜひ受診しましょう。

【実施期間】令和5年9月1日～令和6年2月29日 【対象者】・瀬戸内市国民健康保険に加入中で、年度内に年齢が40歳、50歳、60歳および70歳になる人 ・瀬戸内市後期高齢者医療被保険者で年度内に年齢が80歳になる人 ※対象の人には受診券を郵送しています。

0869-24-7096

衆議院議員選挙の小選挙区改定

衆議院の小選挙区が改定され、岡山県内の小選挙区は5選挙区から4選挙区となりました。瀬戸内市は全域が第2区となります。詳細は市ホームページをご確認ください。

0869-22-0792



市ホームページ

9月10～16日は「自殺予防週間」です

悩みを抱えていたり、つらいことがあったりすると、心や体に変調をきたします。一人で悩まず、周囲の人や相談機関に相談しましょう。悩み事を解決する糸口が見つかり、話すことで心が軽くなるかもしれません。また、あなたの身近にいる人が悩んでいる様子なら、まずは優しく声をかけてください。周囲の気づきと温かなことばで、大切ないのちを支えることができます。

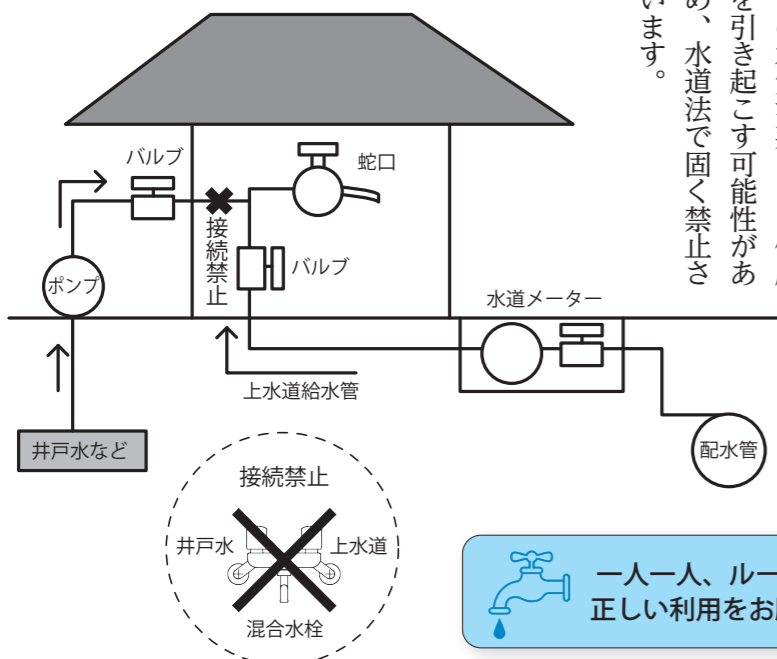
ひとりで悩まずに相談してください

- 声をかける: 周囲からの温かな一言で、心の負担を軽くすることができます。
傾聴する: 相手を否定したり安易に励ましたりせず、じっくりと相手の言葉に耳を傾けることが大切です。
つなぐ・見守る: 早めに専門家に相談するよう促し、専門家につないだ後も温かく寄り添い、見守っていることを伝えましょう。

- こころの健康相談: 毎月1回(要予約)臨床心理士による相談
精神保健福祉相談: 毎月1回(要予約)精神科医による相談
岡山いのちの電話(24時間受付): 086-245-4343
岡山県精神保健福祉センター: 086-201-0828



▽給水管への誤接続（クロスコネクション）の例



一人一人、ルールを守り、正しい利用をお願いします

給水管への誤接続（クロスコネクション）

上水道の給水管に、井戸水などの管やその他設備に使用する管を直接連結することを「クロスコネクション」といいます。

クロスコネクションをすることにより、井戸水などが給水・配水管へ逆流することがあり、水質汚染につながります。この水質汚染により健康被害を引き起こす可能性があります。水道法で固く禁止されています。

現在、給水管がこのような状態（左図参照）になっている家庭や事業所は、瀬戸内市指定給水装置工事業者に依頼の上、早急に切り離してください。

☎0869・22・1326

木造住宅耐震診断・耐震改修等事業費の補助金制度

全国各地で地震が頻発しており、いっどこで地震がおこってもおかしくありません。南海トラフ地震が発生した場合、瀬戸内市においては震度6弱を観測することが予想されているため、地震への備えが必要です。

市では、古い基準（昭和56年5月以前の基準）で建てられた木造住宅の所有者が実施する耐震診断や耐震改修など工事の経費に対して、費用の一部を補助しています。耐震診断、耐震改修いずれも契約・着手前に申請手続きが必要です。詳しくは建築住宅課へお問い合わせください。

▽補助金の種類と費用

① 現況診断  
診断員が地震に対する強さを診断します。

② 補強計画  
診断の結果から、どこを補強すればいいか工事に向けた計画を立てます。

※延床面積200㎡以内の場合、712000円のうち、60000円補助/1棟（自己負担112000円）

※延床面積200㎡を超える場合は追加費用が発生します。費用は①、②それぞれに発生します。

【木造住宅耐震改修等事業費補助金】

〈改修工事〉

補助対象工事費の80%補助/1棟（ただし限度額80万円まで）

※事前に耐震診断の①現況診断と②補強計画を行う必要があります。

※補助金交付決定前に工事契約や工事着手をした場合、同時に行ったりリフォーム工事にかかる費用などは対象外です。

※地震時に避難が困難な高齢者などの命を緊急的に守る目的で、令和5年度から部分耐震改修工事・耐震シェルターの設置・防災ベッドの設置についても補助を実施します。補助対象が限定

されますので、詳しくはお問い合わせください。

▽対象となる木造住宅

- ・昭和56年5月31日以前の古い基準で着工された住宅
- ・地上階数2階建て以下かつ一戸建て住宅
- ・年度内に一つの補助事業が完了することなど

▽申請受付期間

12月8日（金）まで

※受付は先着順で、予算がなくなり次第申請受付を終了します。

☎0869・22・2649

ミニ手話コーナー

「手話で【災害】を表現してみよう!!」

<p>災害</p> <p>左手は小指と親指を立てて、手の甲を相手側に構えます。右手は、人差し指・中指を立てて左手の上で「災」の字の（※部分）を描きます。</p>	<p>台風</p> <p>両手を広げて、右斜め上から左斜め下へ手をポンポンと回しながら下ります（※強い風が吹くイメージです）。</p>	<p>地震</p> <p>両手の手のひらを上にに向けて、両手を同時に前後に揺らします（小さな揺れは小刻みに、大きな揺れは前後に大きく動かします）。</p>
--	---	---

イラスト協力：はっしー

二次元コードを読み込んでみよう!

今月の手話が動画で見られます

なるほど!!健康教室

瀬戸内市民病院では、さまざまなテーマで健康教室を開催しています。ぜひご参加ください。

- ▷日時 9月21日（木）午後2～3時
- ▷場所 瀬戸内市民病院
- ▷テーマ あなたの知らない動脈硬化の世界
- ▷講師 稲田紀子（臨床検査技師）
- ▷定員 20人
- ▷参加費 無料
- ▷申込期限 9月20日（水）
- ☎0869-22-1234



消費生活 安心ほっとライフ

若者の消費者被害を防ぐ動画コンテスト「OKAYAMA188AWARD」応募作品エントリー受付中!



成年年齢が18歳に引き下げられたことで、若者の消費者被害の拡大が心配されています。

岡山県では、若者をはじめさまざまな世代の人に、どのようなことに気をつければ若者が消費者被害に遭わないかを考えてもらうため、若者の消費者被害を防ぐ動画コンテスト「OKAYAMA188AWARD」（オカヤマイヤワード）を開催しています。

最優秀賞作品は映画館広告とWEB広告として、優秀賞・若者賞作品はWEB広告として使用されます。

【募集概要】

- (1) テーマ 「悪質商法・特殊詐欺から若者を守ろう！」
- (2) 募集作品
  - [ショート動画部門] 15～30秒の動画（撮影方法や表現方法は自由）
  - [ワンカット動画部門] 決められたお題とフォーマット動画に、自作のワン

カット動画を繋げて作品を完成させる。

- (3) 応募資格 日本国内に住んでいる人（プロ、アマ、学生、個人、団体、年齢は問いません。）
- (4) 応募方法 YouTubeまたはTikTokに応募作品をアップロードの上、応募フォームに必要事項を入力。
- (5) 応募期限 10月4日（水）
- (6) 表彰区分など
  - [ショート動画部門] 最優秀賞（1作品）、優秀賞（2作品）、若者賞（2作品）
  - [ワンカット動画部門] ワンカット賞（3作品）
  - ※副賞あり（最高賞金15万円ほか）

【主催】岡山県県民生活部くらし安全安心課  
岡山188AWARD事務局  
☎070-5461-5680



OKAYAMA188AWARD 特設ページ

ねんきんのおはなし♪

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある人へ

国民年金保険料の追納をおすすめします!

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例を受けた期間があると、保険料を全額納付した場合と比べ、将来受け取る年金額が少なくなります。

そこで、将来受け取る年金額を増やすために、10年以内であればこれらの期間の保険料をさかのぼって納める（追納する）ことができます。なお、追納された保険料は全額、社会保険料控除の対象になります。

【追納に関する注意事項】

- ① 追納ができるのは、10年以内の免除等の期間に限られます。
- ② 免除などを受けた期間のうち、原則古い期間の保険料から納めることになります。

③ 免除などを受けた期間の翌年度から起算し、3年度目以降に追納する場合は、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

④ 老齢基礎年金を受けられる人は、追納できません。※追納するためには申し込みが必要です。市役所国民年金医療給付課、各支所・出張所の窓口または年金事務所まで手続きできます。

岡山県国民年金医療給付課  
☎0869-22-1790

岡山県東年金事務所  
☎086-270-7925（自動音声案内2番）



日本年金機構ホームページ

募集

結婚応援者向け  
スキルアップ講座  
受講者募集中!

結婚のお世話をしたい人や、独身の人の手助けをしたい人のためのセミナーを開催します。「誰かの幸せを応援したい」「身近な人の手助けができたらいいな」「結婚支援ってどんなこと?」など興味がある人はどなたでも参加できます。

- ▽開催日 10月10日(火) 10月24日(火)



※2日間で全3回実施します。希望する回にご参加ください。

各回の開始時間など詳細はホームページをご覧ください。

- ▽場所 中央公民館(邑久)

▽参加費 無料

▽内容 各回で内容は異なります。詳しくはホームページをご覧ください。

▽申込方法

下記の二次元バーコードか

ら申し込みください。二次元バーコードからの申し込みができない場合は、ごとも家庭課へご相談ください。

▽申込期限 9月29日(金)



申込フォーム



市ホームページ

岡山市備前市・瀬戸内市結婚支援協議会(瀬戸内市こども家庭課内)

☎0869・24・8015

市営住宅の入居者を募集します

市では、下表のとおり市営住宅の入居者を募集します。

申し込みには条件がありますので、入居を希望する人は事前にお問い合わせください。

▽家賃 収入により決定

▽敷金 家賃の3カ月分

▽入居予定日 10月1日(日)

▽申込期間

9月1日(金)～15日(金) 午前8時30分～午後5時15分(土、日曜日、祝日を除く)

催し物



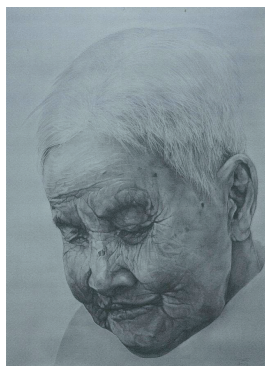
瀬戸内市立美術館  
展覧会

木下晋 生への祈り

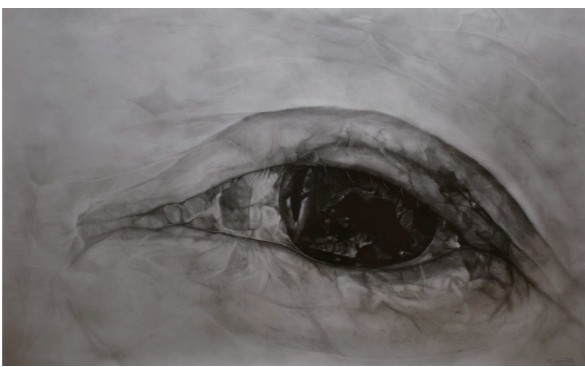
木下晋は富山に生まれ、鉛筆画家の第一人者といわれています。10Hから10Bまでの22段階の濃淡を駆使して、ハンセン病回復者で詩人の桜井哲夫、「最後の替女」と呼ばれた小林ハル、パーキンソン病に苦しむ妻などをモデルに病氣や老い、孤独といった人間の内面世界を精密に鉛筆画で表現しています。

合掌図の作品をはじめ、木下晋の強い祈りや希望、深い愛を感じることができる作品を紹介いたします。

▽開催期間 8月26日(土)～10月15日(日)  
▽観覧料 一般800円、団体(20人以上)・65歳以上700円、中学生以下無料



木下晋「追憶」



木下晋「光陰」

▽開館時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)  
▽休館日 月曜日(祝日を除く)  
祝日の翌日(9月24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

募集団地

団地名	所在地	構造	規格	戸数
津行団地	牛窓町長浜 6865-62	簡耐 2階建	3DK	1戸
西浜団地	牛窓町鹿忍 847-41	簡耐 2階建	3DK	1戸
東町団地	牛窓町牛窓 2229-3	簡耐 2階建	3DK	1戸
飯井団地II	長船町飯井 744	簡耐 2階建	3DK	1戸

岡市建築住宅課

☎0869・22・2649

健康づくりを習慣化!  
ヘルスチャレンジ  
2023



パンフレット

運動、食事、口腔ケアなどに関する4種類のチャレンジコースとキッズコースの全5種類のコースの中から、1コースを選んで30日間チャレンジしませんか。チャレンジ結果報告者の中から抽選で700人に「ばんそうこうとハンドタオル2枚」をプレゼントします。

備前長船刀剣博物館  
秋季特別展

赤羽刀とたどる戦後の刀剣史

先の大戦後、GHQの指令の下、全国各地で武装解除を目的に刀剣類が接収されました。本展覧会では、文化庁所蔵の「赤羽刀」を中心に展示します。接収された刀剣の一部である「赤羽刀」が先人たちの努力で廃棄を免れて残され、現在の刀剣類の登録審査制度に至る歴史をたどります。

▽開催期間 【前期】9月16日(土)～10月9日(月・祝) 【後期】10月14日(土)～11月19日(日)  
※前期・後期で展示刀剣が変わります。  
▽入館料 一般800円、団体(20人以上)700円、高校・大学生500円、中学生以下無料  
※本展覧会は、入館者数を制限しているため、事前予約をお勧めします。

▽実施期間 6～11月末までのうち30日間  
▽参加費 無料  
▽報告期間 11月30日(木)  
▽報告方法 パンフレット付属のハガキまたはインターネットで報告してください。  
▽パンフレット設置場所 健康づくり推進課、各支所・出張所、中央公民館(邑久)、牛窓町公民館、長船町公民館、岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター  
☎086・271・7880

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とした早期就職のための公的職業訓練です。今回、10～12月に開講するコースの受講者を順次、募集

創業塾を開催します

市では、創業に必要な知識やノウハウを習得してもらうため、専門家の講義による創業塾を備前市、和気町と合同で開催します。

この創業塾は「産業競争力強化法」に基づき、認定を受けた創業支援事業計画の特定創業支援事業に該当し、修了者(4回以上受講)は創業関連の支援を受けることができます。

▽対象者 これから創業を考えている人、創業して間もない人、市内外問いません。  
▽日時 10月29日、11月5日、12日、26日、12月3日(いずれも日曜日) 午前10時～正午

していただきます。  
▽募集科 事務、デザイン、介護福祉分野など  
※開講日、訓練期間(2～6か月)などは、各コースによって異なります。詳しくは、「高齢・障害・求職者雇用支援機構岡山支部」のホームページをご覧ください。



ホームページ

受講料

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。(所定の手続きが必要となります)。

▽場所 備前市役所

▽定員 40人

▽受講料 無料

▽申込方法

10月13日(金)までに産業振興課に置いてある申込書を提出してください。申込書は市ホームページからもダウンロードできます。



岡市産業振興課

☎0869・22・1284



市ホームページ

おかやま縁むすびネット  
～登録「無料」キャンペーン実施中～

おかやま縁むすびネットは、岡山県が運営する結婚支援システムです。県内3か所(岡山、倉敷、津山)にあるセンターで、専門スタッフが丁寧に対応します。自宅でもスマホ等からも利用できます。

2人のこれから、最初の1歩を岡山で。

おかやま縁むすびネット 検索

おかやま出会い・結婚サポートセンター  
岡山市北区中山下1-9-40 新岡山ビル7階  
TEL 086-236-0802 (日・月・祝日:休館)  
開所時間/9:00～18:00  
https://www.okayama-musubi.jp

お知らせ

募集

催し物

相談

▽日時 9月24日(日)  
午後1時～5時(1組約40分)  
▽場所 中央公民館(邑久)  
▽対象者  
結婚希望者または結婚希望者の親族  
▽定員 8組  
▽申込期限 9月15日(金)  
※申し込み方法は、市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

▽日時 9月24日(日)  
午後1時～5時(1組約40分)

**こんなお困りごと、専門家に相談してみませんか?**

- ・家族に成年後見制度の利用を考えているが、どうしたらいい?
- ・相続に係る手続きの方法を教えてください。
- ・相続、借金など法律関係のこと ・心身の健康面のお悩み
- ・高齢者、障がい者の制度やサービスのこと
- ・税金、年金、不動産関係の相談 など



**福祉の仕事 地域のミニ就職相談会を開催します!**

福祉関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

**ミニセミナーも同日開催**

事前申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

テーマ  
「はじめての相続・生前対策」

時間  
午後1時30分から1時間程度



人材センターホームページ

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、



岡山県がん診療連携協議会ホームページ

**あなたの結婚をサポートします!**

**相談**



**生活なんでも相談会**

**生活なんでも相談会**

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

福岡県関係の採用担当者や面接をすることが出来る相談会を開催します。「未経験でも働ける?」「職場見学や職場体験はできるの?」など、

**スマホ体験教室に参加しませんか?**



スマホに興味がある人や初めての人向けに2種類のスマホ体験教室を開催します。どちらも受講料は無料です。スマホを持っていない人にはスマホを貸し出します。

**受講料無料**

**少人数制によるスマホ体験教室**

DX戦略室  
☎0869-24-7567

①～④の講座ごとに申し込みを受け付けています。各講座先着3人ですが、何回でも受講可能です。

開催日	場所	時間・講座内容	申込方法
9月11日(月) 9月25日(月) 10月3日(火) 10月10日(火)	瀬戸内市役所 本庁舎駐車場	①午前11時～正午 「スマホを触ってみよう」 ②午後1～2時 「スマホを触ってみよう」	申込期限までに電話で申し込みをしてください。 【申込期限】各講座の開催日前日
10月17日(火)	牛窓町公民館 鹿忍分館駐車場	③午後2時15分～3時15分 「アンドロイドの使い方(入門編)」	☑️スマホ教室受付センター ☎0800-111-9442 (受付時間)午前10時～午後6時 ※土日・祝日も受付しています。
10月24日(火)	玉津コミュニティセンター駐車場	④午後3時30分～4時30分 「アンドロイドの使い方(基礎編)」	
10月31日(火)	長船町公民館 美和分館駐車場		

**講座内容**

「スマホを触ってみよう」「アンドロイドの使い方(入門編)」「アンドロイドの使い方(基礎編)」

体験機を使用して指の操作、カメラ、音声アシスタント機能が学べます。

スマホの画面の見方、電話、文字入力、メールの送信方法が学べます。

カメラ・動画の撮影、二次元バーコードの読み取り、マップを使いながら基本操作、ルート検索が学べます。

**公民館でのスマホ体験教室**

①・②の講座ごとに申し込みを受け付けています。各講座先着8人です。

開催日	場所	時間・講座内容	申込方法
10月6日(金)	牛窓町公民館	午前10時～午後1時 講座①	必要事項を記載した用紙を下記の住所へFAXまたは郵送してください。 <b>電話での受付は行っていません。</b> 【申込期限】開催日の3週間前 【必要事項】 ・住所、氏名(ふりがな)、年齢 ・電話番号・メールアドレス ・希望日時 ・お持ちのスマホの機種(アンドロイド・アイフォンなど) 【送付先】 〒700-8634 岡山市北区柳町2-1-1 山陽新聞社スマホ教室サポート窓口 FAX 050-3737-9043 ☎086-803-8195 (電話受付時間:平日午前10時～正午、午後1～4時)
10月19日(木)		午後1時30分～午後4時30分 講座②	
10月11日(水)	中央公民館(邑久)	午前10時～午後1時 講座①	
10月13日(金)		午前10時～午後1時 講座②	
10月12日(木)	長船町公民館	午前10時～午後1時 講座①	
10月18日(水)		午後1時30分～午後4時30分 講座②	
11月7日(火)	裳掛コミュニティセンター	午後1時30分～午後4時30分 講座①	

**講座内容**

講座①  
電源の入れ方、ボタン操作、電話、カメラの撮影、アプリのインストール方法、相談会

講座②  
アプリのインストール、インターネットの使い方、地図アプリやSNSの使い方





Calendar table for September 2023 with columns for day, date, and events. Includes events like '瀬戸内市体協ゴルフ大会' and '瀬戸内市陸上競技選手権大会'.

問い合わせ・予約先など

- List of consultation services including: ①行政相談 (Mainly administrative general consultation), ②なやみごと相談 (Mainly human rights and nearby concerns), ③育児相談 (Infant care consultation), ④離乳食講習会 (Weaning food seminar), ⑤こころの健康相談 (Mental health consultation), ⑥精神保健福祉相談 (Mental health and welfare consultation), ⑦子どもの健診 (Child health check), ⑧窓口業務の時間延長 (Window service extension), ⑨マイナンバーカード申請・交付 (My Number Card application/delivery), ⑩消費生活相談 (Consumer life consultation), ⑪発達障害専門相談 (Specialized consultation for developmental disabilities), ⑫住宅増改築相談 (Housing renovation consultation).

- ⑬備前長船刀剣博物館の行事 (Event at Bizen Nagabune Dojo Museum), ⑭瀬戸内市立美術館の行事 (Event at Setouchi Municipal Museum), ⑮瀬戸内市スポーツ協会の行事 (Event at Setouchi Sports Association).

⑰ 夏季特別点「戦乱と流行 -南北朝時代の刀剣-」(開催中~9月10日) 「赤羽刀とたどる戦後の刀剣史」(前期9月16日~10月9日・後期10月14日~11月19日)

⑱ 「木下晋展一生への祈り」(開催中~10月15日)

縁結びサポーターによる相談会
▷開催日 9月24日(日)
▷場所 中央公民館(邑久)
▷その他詳細については本誌15ページをご確認ください。
☎子ども家庭課 ☎0869-24-8015

人の動き 《令和5年8月1日現在、かつこ内は前月比》
人口 36,419人 (+15) 男 17,585人 (+38)
世帯 16,019世帯 (+16) 女 18,834人 (-23)

10月2日(月)が納付期限の市税・保険料
国民健康保険税・介護保険料【3期】
※納付には口座振替が便利です。ぜひご利用ください。

まちの話題

そのほかの話題はこちらから▶
(問) 秘書広報課 ☎0869-24-7095

泥んこになって友情を深める



7月2日、邑久町豊原の田んぼで瀬戸内市FOS少年団連盟が泥んこ大会を開催しました。小学生の団員、指導員、保護者ら95人が参加。水を張った田んぼの中で綱引きや、だるまさんが転んだ、ビーチフラッグならぬ「田んぼバット」などで全身泥まみれになりました。バットめがけて泥水に飛び込む迫力に会場は大いに盛り上がりました。全身泥んこになって楽しみ、他市町の団員との友情も育んでいました。

女子小学生バッテリーが始球式でノーバウンド投球

7月25日、マスカットスタジアムで行われた第105回全国高等学校野球選手権記念岡山大会決勝戦で牛窓東小学校6年生のおおはま はな(投手)ととこ きなほ(捕手)が始球式を務めました。
「今年、瀬戸内市に社会人女子野球チーム『瀬戸内ブルーシャインズ』が誕生し、ずっと野球ができる場所が増えて嬉しい。これからも女子の選手がたくさん増えて、勇気が持てるように」という2人の気持ちのこもったハガキで応募したところ、選ばれました。
決勝戦の開始を待ちわびる大観衆が見守る中、大濱さんが全力でボールを投げるとノーバウンドで床さんのミットにしっかりと収まり、場内からは割れんばかりの歓声と拍手が送られました。



いつまでもお元気で

5月20日に満100歳を迎えた坂本清子さん(邑久町)のお祝いに、武久頭也市長らが施設を訪問し、お祝い状などを贈呈しました。
生まれも育ちも高梁市備中町。20代で結婚し、仕立て屋の夫を支えながら男3人女3人の子どもを育て上げました。96歳まで高梁市で過ごしていましたが、腰を痛め入院したことをきっかけに三女の住む瀬戸内市に転居しました。ひとの悪口を言うことがなく、几帳面な性格。趣味は洋裁で、96歳まで服を縫ったり、フランス人形を作ったりしていたそうです。
現在は、施設に入居し穏やかに過ごしています。
長寿の秘訣は「骨が丈夫で骨折しなかったこと」。坂本さん、これからもますますお元気で過ごしてください。



ご家族、武久市長とともに記念撮影をする坂本さん(写真前列中央)

瀬戸内FOS少年団泥んこ大会

全国高校野球岡山大会決勝戦始球式

市内の軟式野球チーム「牛窓シーファイターズ」で4年生の時からバッテリーを組んでいる2人。「きなちゃんだから安心して投げられた。終わってホッとしている」と大濱さん。また床さんは「一生の思い出になった」と振り返りました。

100歳を迎えた高齢者をお祝い

5月23日に満100歳を迎えた高橋良子さん(牛窓町)のお祝いに、武久頭也市長らが自宅を訪問し、お祝い状などを贈呈しました。
兵庫県姫路市飾磨区で6人きょうだいの末子として生まれ、結婚を機に夫の住む牛窓町に移り住みました。早くに夫を亡くしましたが、農業を営み一男一女を育てあげました。
几帳面で明るく、誰とでもすぐ仲良くなれる性格です。現在は週に5日デイサービスに通いながら、草取りなど庭の手入れもしているそうです。
長寿の秘訣は「畑がある裏山の坂道を上り下りしていたので足腰が丈夫であったこと」。高橋さん、これからもますますお元気で過ごしてください。



武久市長とともに記念撮影をする高橋さん(写真右)

# みんなの広場

わが家の宝1歳です!

SUI  
令和4年4月8日生まれ

西垣内 瑞ちゃん

お住まい 邑久町豊安  
ひとこと

生まれてきてくれてありがとう  
毎日たくさん笑いかけてくれる  
スイちゃんが大好きだよ! いっぱい思い出す  
つらくうねね

父 聖さん  
母 佑菜さん



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)からのひとことを記入
  - ② 短歌・俳句・川柳・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。
- 〒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

## 第9回 黙水さんまつり

瀬戸内市歴史まちづくり財団では、飛鳥時代に須恵器を生産した寒風古窯跡群を発見した地元の考古学者・時實黙水氏を顕彰する「黙水さんまつり」を開催します。

寒風古窯跡群を史跡として守ることができたのは、黙水さんによる須恵器への探求心と情熱、地道な努力があったからです。事前申し込みは不要です。皆さん、ぜひお越しください。

▷日時 9月30日(土) 午前9時~午後3時  
▷会場 寒風陶芸会館 ▷参加費 入場無料  
▷内容

- ・講演会(午前10時~午前11時30分)  
「胎土分析からみた平城京に運ばれた須恵器」  
講師: 白石純氏(岡山理科大学生物地球学部教授)
- ・史跡めぐり・移動遊び場プレーカー
- ・寒風ボランティア活動展示・電動ロクロ体験
- ・古代のすざろく「かりうち」体験 など



☎寒風陶芸会館 ☎0869-34-5680

## 私たちと一緒に活動しませんか シルバー人材センター会員募集!

シルバー人材センターでは、毎月第1・第3月曜日(月曜日が祝日の場合は火曜日)に入会説明会を行っています。シルバー人材センターでの活動に関心のあるシニアの皆さんは、ぜひお気軽にお越しください。お待ちしております。

入会・説明会に関するお問い合わせは、瀬戸内市シルバー人材センター事務局へご連絡ください。

【入会説明会(下半期)】  
▷日時 令和5年10月2日、16日、11月6日、20日、12月4日、18日(いずれも月曜日)、令和6年1月9日(火)、15日(月)、2月5日、19日、3月4日、18日(いずれも月曜日)  
午後1時30分~  
▷場所 瀬戸内市シルバー人材センター事務局(邑久町上笠加125-1)  
☎瀬戸内市シルバー人材センター事務局 ☎0869-24-0467



## 文芸コーナー(敬称略)

朝涼や神楽の笛が浦町に  
藤井 トメ(牛窓町牛窓)

鴨家族猛暑の中で田草取り  
服部 文枝(邑久町大窪)

いつしかに植田青田となりにけり  
的場 松葉(牛窓町長浜)

炎天下往来の人の影もなく  
原野信一郎(牛窓町牛窓)

梶子の匂ひあふるる朝散歩  
野口 慶子(牛窓町牛窓)

朝焼けの瀬戸内海やフェリー着く  
後藤 靖子(牛窓町牛窓)

離農してやはり気になる天気です  
服部 敬一(邑久町大窪)

浣刺体操一番若い七十二  
誕生日とてパースデイ唄う  
上山 幸子(邑久町豊安)

高僧はすでに彼岸へ同好の  
佳人早世夏萩の寺  
桂舟道人(邑久町山田庄)

難聴の吾を氣遣いし叔母の居て  
心づくしの荷の届きたる  
舟積由紀子(牛窓町鹿忍)

孫たちに行こう行こうとせがまれて  
アンパンマンの映画見に行く  
大倉 衛(長船町飯井)

## 瀬戸内市の味

ナスは  
今が旬です!

### ナスの野菜グラタン



- ◆材料(4皿分)
- ナス(2本)
  - 玉ねぎ(中1個)
  - にんじん(中1本)
  - マッシュルーム(4個)
  - ピーマン(2個)
  - ウインナー(100g)
  - 小麦粉(70g)
  - バター(20g)
  - 牛乳(400cc)
  - サラダ油(大さじ1)
  - 顆粒コンソメ(小さじ1)
  - 塩・こしょう(適量)
  - チーズ(適量)

- ◆作り方
- ① ナスは縦半分にし、1cm幅の斜め切り、玉ねぎ、マッシュルームは薄いスライス、にんじん、ピーマンは千切り、ウインナーは斜め切りにする。
  - ② フライパンに油を熱し、①を炒め、コンソメ、塩・こしょうを入れる。
  - ③ 野菜がしんなりしたら、火を弱め、バターを入れて溶かし、小麦粉を振り入れて混ぜる。
  - ④ 牛乳を少しずつ混ぜながら加え、とろみがついたら火を弱める。
  - ⑤ グラタン皿に④を入れ、チーズをのせてオーブントースターでこんがり焼き色がつくまで10分ほど焼く。

今月のレシピは「J」A岡山女性部」です。  
☎健康づくり推進課 ☎0869-24-8031

## Let's Enjoy Tennis!!

### 硬式テニス教室のご案内

前期10~12月、後期1~3月の各10回コースです。

一般クラス 開催: 10~3月の木曜日

<初級・中級コース>  
▷初回日 10月5日(木)  
▷時間 午後1時30分~午後3時  
▷定員 8人(先着順)

ジュニアクラス 開催: 10~3月の水曜日

<小学生コース>  
▷初回日 10月4日(水)  
▷時間 午後5~6時  
▷定員 8人(先着順)



▷参加対象 市内・市外問わず誰でも参加可能  
▷参加費(当日集金)  
一般クラス: 1,500円/90分  
ジュニアクラス: 1,000円/60分  
申し込み・キャンセルなどは電話・メールで受け付けています。詳細はお問い合わせください。

☎瀬戸内市スポーツ協会 ☎0869-22-2211  
mail info@setouchi-taikyo.or.jp



瀬戸内市スポーツ協会  
ホームページ

出張買取 モモタロ

切手・古銭、記念硬貨の  
**在庫が足りません!**  
だから **高く買い取る自信**があります。

出張査定 **無料**

まずは一度 **お電話ください!** ☎0120-938-550

営業時間: 9:00~18:00 岡山店: 岡山県岡山市北区伊島町2-20-26-2F 津山店: 岡山県津山市下田邑1470 岡山県公安委員会許可 第721280024493号

まじめなお掃除屋さん  
**CLiP** クリップ

(株)オータニ CLiP事業部  
岡山県瀬戸内市長船町服部 321-25  
TEL.0869-26-4710  
https://majime-osouji.com/

どんなお掃除も **心を込めて** 仕上げます!

★人気のお掃除メニュー★ エアコン レンジフード 各13,200円~

現地訪問、オンライン、お電話などご希望に合わせて無料でお見積もりいたします。