

January
2024
Number.230

せとうち

広
報

Public Relations Setouchi city

1



【表紙写真】錦海堤防から見る日の出

Contents



市長年頭挨拶	2	瀬戸内発見伝	9
令和5年分確定申告	3	令和5年度瀬戸内市功労表彰・善行表彰	10
冒険の森がリニューアルオープン!	4	知っ得!せとうち便	11
令和5年11月行政報告	6	1月の予定表	17
女子野球タウンとして認定されました	8	瀬戸内市の味・みんなの広場	18



令和5年分確定申告

- ・所得税の確定申告について 西大寺税務署 ☎086-942-3815
- ・市県民税の申告について 税務課 ☎0869-22-1114

青色申告、消費税申告、過年度の申告、住宅借入金等特別控除、株式、土地などの譲渡所得、本人死亡の場合の申告相談は、市が開設する申告相談ではお受けできません。税務署が開設する申告相談を利用してください。

※市が開設する会場の開催日程は、広報せとうち2月号に掲載します。

申告にあたっての注意事項

所得税と市県民税の申告相談が、令和6年2月16日（金）から3月15日（金）まで行われます。申告が必要な人は、早めに書類などの準備をしましょう。

申告相談会場の開設は、申告相談の期間中のみとなりますが、所得税の還付に関する申告書は1月から税務署にe・Taxなどで提出できます。

申告が必要な人は早めに準備をしましょう

また、市に納付した保険料、保険料については、申告書に領収書を添付する必要がありますが、1年間の支払額を知らなければならない人は、本人確認のできるもの（マイナンバーカードなど）を持参の上、税務課へお問い合わせください。

社会保険料控除の対象金額を確認しましょう

令和5年1月1日から令和5年12月31日までに支払った国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料は、所得税や市県民税の社会保険料控除の対象となります。

ただし、年金から直接差し引かれた場合は、直接差し引かれた年金受給者本人の控除となり、口座振替や納付書で支払った場合は、実際に支払いをした人の控除となります。領収書や通知、通帳を確認し、申告書に記入してください。

※e・Taxは市の申告会場には設置していません。



年頭挨拶

住みたい・住み続けたいと思えるまちを目指して

あけましておめでとうございます。

不安定な世界情勢や、円安の進行は、物価高騰をはじめ、人々の暮らしにも大きな影響を与えています。また、物流業界をはじめとする2024年問題の影響も懸念されているところです。

国においては、次元の異なる少子化対策として、若者・子育て世代の所得の向上や児童手当の拡充などの経済的支援を打ち出しています。本市においては、これまでも少子化・子育て支援として「子育て楽しむならせとうち」を掲げ、出産・子育て費用の補助、高校生までの医療費の無償化、育児用品の購入補助などを実施してきています。この取り組みの効果や民間の宅地開発の影響もあり、近年子育て世代の転入者が増加しています。

また、高齢者や障害者の方が住みやすいまちづくりを進めていくためには、災害や景観・自然環境に配慮するとともに、公共交通などのネットワークが充実した、安全で快適な住環境を整備していく必要があります。このため、現在「都市計画」の導入に向けた取り組みを進めているところであり、これからも瀬戸内市らしさを継承しつつ、「だれもが住みたい・住み続けたいと思えるまち」を目指していきます。

結びに、皆さまにとりまして本年が明るく希望に満ちた一年となりますよう祈念いたしまして、新年のご挨拶といたします。



瀬戸内市長
武久 顕也

スマホ申告の便利機能

給与所得の源泉徴収票をスマホで読み取り！



青色申告決算書や収支内訳書もスマホで申告！



【西大寺税務署からのお知らせ】 会場ではご自身のスマートフォンを利用した申告を推奨しています

- ▷開設期間 令和6年2月16日（金）～3月15日（金）※土日祝は除く
 - ▷相談時間 午前9時～午後5時（受付は午前8時30分から午後4時まで）
 - ▷会場 西大寺税務署（岡山市東区西大寺中2-24-13）
- ※来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

■確定申告会場では、原則としてご自身のスマートフォンを利用して確定申告書などを作成するため、マイナンバーカードをお持ちの人は次のパスワードとともに持参してください。

- ①「利用者証明用電子証明書」（数字4桁）
- ②「署名用電子証明書」（英数字6文字以上16文字以下）

■申告会場への入場には「入場整理券」が必要です。入場整理券は、当日配付またはLINEアプリによるオンライン事前発行で取得できます（オンライン事前発行は、来場希望日の10日前から申し込み可能です）。

■西大寺税務署での不動産の売却、贈与税の申告相談を希望する人は、次の相談日にお越しください。

- ▷相談日 2月20日（火）、22日（木）、26日（月）から29日（木）、3月1日（金）、5日（火）、7日（木）、13日（水）、15日（金）

■書面で作成した確定申告書などは、広島国税局業務センター岡山東分室へ郵送してください。郵送先：〒700-8689 岡山市北区天神町3番23号



国税庁LINE公式アカウント



写真：牛窓町

冒険の森がリニューアルオープン！



市では、子どもの育ちに欠かせない遊びの環境づくりのため、邑久スポーツ公園内に位置する「冒険の森」の改修を進めていました。

「自然の中での外遊びの楽しさを体験できる公園」「また行きたくなる公園」をコンセプトとし、市民の皆さんのアンケートの回答や複数回の

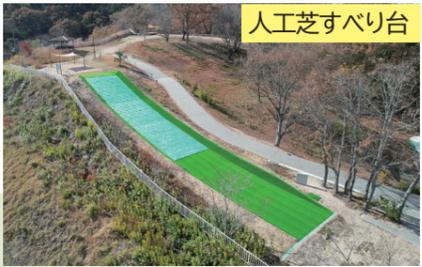
ワークショップでの声を多く取り入れた公園が、ついにリニューアルオープンします。



社会教育課
☎0869-34-5605



オブジェすべり台



人工芝すべり台



スイング遊具



見晴らしデッキ



令和6年2月3日から
プレオープンします！

令和6年2月3日から3月までをプレオープン期間とし、各種イベントを開催します。
本格オープンは令和6年4月からを予定しています。
詳しくは市ホームページやチラシでご案内します。



ゆったりデッキ



斜面のぼり

CHECK 邑久スポーツ公園

瀬戸内市邑久町下山田1711-3
☎瀬戸内市スポーツ協会
☎0869-22-2211



令和5年11月市議会定例会が11月27日に開会され、市長が行政報告を行いました。このページでは、その要旨を紹介いたします。なお全文は市ホームページで紹介しています。

市長から

現在国においては、次元の異なる少子化対策の実現のため、本年6月に「こども未来戦略方針」を決定し、「若い世代の所得を増やす」「社会全体の構造・意識を変える」「すべてのこども・子育て世帯を切れ目なく支援する」の3つを基本理念として掲げ、具体的な施策として児童手当の増額や、育児休業手当の増額などが示されています。

本市においては、すでに少子化・子育て支援策として、「子育てを楽しむならせとうち」を掲げ、令和3年度から、出産・子育て費用の補助、また高校生までの医療費の無償化、育児用品購入補助など、13種類の独自施策を実施しています。この取り組みの効果や民間の宅地開発の影響もあ

り、近年子育て世代の転入者が増加しています。

一方で、国の基準での待機児童数は少数であるものの、希望する保育園に入ることができない子どもは増加しています。また、放課後児童クラブは、すでに定員数に達しているクラブも出ています。

このため、現在新たな保育施設や放課後児童クラブの整備について検討を進めています。市では、今後も子育て世代に選ばれるまちを目指して、保育施設などの施設整備を進めるとともに、国の施策では手の届かない、子育て世代が希望するきめ細かいサービスを提供していきます。

複合施設「ゆめトピア長船」の設置

現在改修中のゆめトピア長船を、長船町公民館、長船図書館および文化センターで構

成する複合施設として設置します。複合施設とすることで、社会教育法により制限されていた施設利用が可能となります。構成施設相互の連携を図り、市民の福祉増進、教育および文化の発展に努めます。

ゼロカーボン施策

市では、ゼロカーボンシティ宣言の実現に向けた脱炭素の取り組みを効果的に行うため、環境省の交付金事業である重点対策加速化事業と脱炭素先行地域づくり事業に取り組んでいます。

重点対策加速化事業については、一般家庭への太陽光発電設備や蓄電池、電気自動車等の導入に係る補助金交付申請の受付を6月から開始しています。申請受付の件数は、10月末現在、太陽光発電設備100件、蓄電池76件です。



また、脱炭素先行地域づくり事業では、市内の再生可能エネルギーの普及と電気エネルギーの地産地消を進めるため、地域電力会社の設立準備を進めます。

人と猫が幸せに暮らせるまちづくり

飼い主のいない猫の不妊去勢手術を進めることにより、無秩序な繁殖や、猫による糞尿被害などのトラブルを予防して、地域と飼い主のいない猫の共生を図るため、本市では、飼い主のいない猫に対する不妊去勢手術に対する補助金を交付しています。

これまで多くの自治会やコミュニティが、地域猫活動として取り組んでおり、令和4年度は303匹、今年度は10月末時点で195匹分の不妊去勢手術費用を助成しています。この取り組みにより、飼い主のいない猫に関するトラブ

ルも大きく減少しており、これまで実施されていない地域にも広がりがつつあります。来年度以降も、この取り組みを続けていくために、10月から4回目のクラウドファンディングを実施しています。実施期間は令和6年1月27日までとしています。

新火葬場整備

新火葬場整備事業については、火葬場敷地造成に係る土木工事（第3期）として、現在、道路舗装や造成の仕上げ工事を進めています。令和5年10月末時点の進捗率は67%となっています。岡山ブルーラインの交通安全確保のための交通規制の増加などにより、遅れが生じています。これにより、土木工事の工期延長が必要となるため、今議会に変更契約の議案を提出しています。

建築工事の関係では実施設計が概ね完成しており、現在、建築確認の審査手続きに入っています。全体のスケジュールに影響が出ないよう、土木工事と建築工事の施工調整を行います。

不登校児童生徒への対応

10月17日に、令和4年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果およびこれを踏まえた緊急対策について、文部科学省から通知がありました。国公立、私立の小・中学校の不登校児童生徒数、学校内外で相談を受けていない児童生徒数、90日以上欠席している児童生徒数がいずれも過去最多でした。

本市では、令和3年度と比較して4年度は、小学校でわずかに減少、中学校ではほぼ同等の出現率でした。また、同通知では、不安や悩みを相談できない子どもたちの不安や悩みが従来とは異

なる形で現れたり、一人で抱え込んだりする可能性なども考慮し、引き続き周囲の大人が子どもたちのSOSを受け止め、組織的な対応を行い、外部の関係機関などとも積極的に連携して対処するなどのきめ細かな対応が示されています。

児童生徒が不登校になったとき、大きな悩みや不安を抱える保護者への支援も重要であり、将来の瀬戸内市を担う子どもたちの社会的な自立をめぐり、保護者も含めて支える体制づくりに真摯に取り組みます。

観光振興に関する岡山市との連携事業

昨年度から実施している岡山市との連携事業では、両市の観光資源を活かした観光振興などを進めており、宇喜多家をテーマにした事業では、ゆかりの地を巡るデジタルスタンプラリーや冊子の作成、岡山城でのイベント出展などを行いました。さらに、岡山市が宇喜多家公などを主人

公とする大河ドラマを誘致する目的で本年11月12日に設立した「戦国 宇喜多家を顕彰する会」大河ドラマ誘致をめざして、本市も参画し、宇喜多家の顕彰を通じて、郷土の誇りを醸成することも、当連携事業を通じて本市の魅力在全国に発信していきます。

市民活動団体などに対する新たな支援策

今年度モデル事業として、ふるさと納税の仕組みを活用し、市内で公益性の高い活動に取り組んでいる団体の皆さんが主体的に自らの活動資金集めに関与できる制度を開始します。

この制度により、寄附者は、支援したい団体を直接支援できることになり、ふるさと瀬戸内市の活性化や課題解決に向けた取り組みの実現につながるものと考えています。今後、説明会を実施し、来年度当初からの寄附受付開始を目指します。

瀬戸内市が 女子野球タウンとして認定されました

この度、一般社団法人全日本女子野球連盟（以下、「連盟」とします。）から、令和5年10月30日付で岡山県で初となる女子野球タウンとして認定されました。今後は、女子野球を通じてまちの魅力・地域資源などを広く市内外にPRしていくこと、瀬戸内市を拠点とした女子硬式野球チーム「瀬戸内ブルーシャインズ」をはじめとした地域と協働し、スポーツに限らずさまざまな分野と連携したオリジナル企画を展開して地域活性化に取り組んでいきます。

園社会教育課
☎0869-34-5605



女子野球タウンとは？

女子野球タウン認定公募要項で定める基準を満たした市区町村を、連盟が「女子野球タウン」として認定する制度です。認定後は、市と連盟で協定を締結し、女子野球の普及のみならず、市のPRや地域の活性化を共に進めていきます。

相互の発展を考えるほか、女子野球を通じて国際社会の共通目標として掲げられているSDGsのジェンダー平等や住み続けられるまちづくりを進めるとともにダイバーシティの推進にも取り組むなど、社会的貢献も目指していくものです。



女子野球タウンとして 認定されるとどうなる？

市と連盟が情報交換を行い、双方の資源を最大限に活かし、女子野球の普及振興、地域のシティプロモーション、まちづくりなどを推進します。

連盟から市へのサポート例

- ・女子野球の普及のみならず、まちのPRや地域の活性化を連盟と一緒に考える
- ・野球教室、セミナー、大会、イベント実施時のサポート
- ・コラボレーション企画やオリジナル企画への協力
- ・女子日本代表（マドンナジャパン）ほか著名選手の派遣 など



市内各地の石造物

瀬戸内癸見伝

卷之百五十一

石造物とは

石造物とは、石で作られた物の総称であり、道端にある道標や地蔵、神社仏閣にある石灯籠や鳥居、墓地にある墓石や供養塔など幅広い種類があります。それらは、各地域に残る歴史文化資源として大切に伝えられてきました。

宝光寺の石造物群

牛窓町鹿忍に所在する宝光寺には、市指定文化財である「石造地蔵菩薩坐像」があります。石灰岩製で、総高74cm、小さな単弁を三段魚鱗背に表した蓮台が特徴的で、様式などから室町時代のもと考えられています。

邑久町下笠加の常夜燈

常夜燈とは、現在でいうところの街灯の役割を果たしたものです。海沿いや大きな河川に設置するようなイメージがありますが、物資運搬に利用された水路脇などにも設置され、市内各所に遍在しています。

妙寛寺の古碑

片山日子神社の西を通る道沿いに土師大師堂があり、この堂の裏側に古碑が建っています。元は、妙寛寺跡にあつたものを移したものとされています。

古碑は、五輪塔板碑です。五輪塔は本来、密教の五大元素である地・水・火・風・空を表した四角や円形、三角などの石材を組み合わせたもので、本品はそれを板状の石材に彫刻したものです。

ここには、五輪塔板碑が三つありますが、全て破損しています。年号などは見られませんが、いつのものか分かりませんが、岡山県内でも類例が少ない貴重なものです。



◀石造地蔵菩薩坐像（宝光寺）



▲妙寛寺の古碑



▲下笠加の常夜燈

（引用「せとうちデジタルフォトマップ」(2019年4月18日撮影)
URL:https://setouchi-photomap.jp/img_gallery.cfm?id=2681

このような石造物は、市内各地に多数あり、最も身近な歴史を知る資料の一つではありますが、あまり注目はされておらず、普段よく通る場所でも見逃しているものがあるかもしれません。

今回は各地域で見つけた石造物を紹介します。これを機に身近な歴史文化資源に目向け、探してみませんか。

今回紹介する下笠加の常夜燈は、大庄屋森家の屋敷跡付近にあります。すぐそばに川が流れており、船着き場になっていました。正面に「常夜燈」、裏側に「文政九戌年十二月日」（一八二六）、台座には「五穀成就」「村中安全」「願主森種直」など安全や繁栄を願う銘文や願主名が見えます。

償却資産の申告が義務付けられています

瀬戸内市内に事業用償却資産を所有している人は、当該償却資産の申告が義務付けられています。

該当する場合は申告書などの提出をお願いします。なお、申告書などは税務課または市ホームページにあります。

【申告が必要な人】
事業を行っている個人や法人（工場や商店などを営んでいる人、駐車場やアパートを貸し付けている人、農業者、

お知らせ



漁業者など）のうち、令和6年1月1日現在、事業用の償却資産を所有している人

【申告すべき資産】
令和6年1月1日現在において、瀬戸内市内に所在する事業用償却資産（自己が使用しているもののほか、他人に貸し付けているものも含む）が申告対象となります。

ただし、大型特殊自動車以外の自動車などで自動車税・軽自動車税の課税対象となるものや無形固定資産（ソフトウェア、漁業権、特許権など）、繰延資産（創立費、開発費など）や少額資産は申告の対象とはなりません。

【太陽光発電設備】
個人が自宅に設置した太陽光発電設備は発電容量が10キロワット以上の場合、申告すべき資産の対象となります。

【提出期限】
令和6年1月31日（水）

【国税務課】
☎0869・22・1181



令和6年度人間ドックのご案内

瀬戸内市国民健康保険・後期高齢者医療保険では、保健事業の一環として瀬戸内市民病院にて人間ドックを実施しています。気づきにくい病気の早期発見のためにも、定期的に人間ドックを受診しましょう。

人間ドックの詳細や申し込みについては、広報せとうち2月号の折り込みチラシでお知らせします。

【対象者】

- 35歳以上の瀬戸内市国民健康保険に加入している人
- 後期高齢者医療保険に加入している人

※ただし、国民健康保険完納世帯の人、後期高齢者医療保険料を完納している人に限りません。

・人間ドックの申し込み
【国民年金医療給付課】
☎0869・24・7096

・人間ドックの検査内容
【瀬戸内市民病院】
☎0869・22・1234

令和5年度瀬戸内市功労表彰・善行表彰



※敬称略・表彰順（表彰は、公職名・個人名・団体名の五十音順で同じ公職の場合は氏名の五十音順、団体は団体名の五十音順）
※氏名の漢字のうち旧字体などは一部を除いて汎用的な文字に置き換えていますのでご了承ください。

令和5年11月1日、市の表彰規則に基づき、市の自治の振興と公益の増進に功労があった人および善行が顕著な人に、瀬戸内市役所で武久顕也市長から表彰状が贈呈されました。

心からお祝いを申し上げますとともに、受賞された皆さんを紹介します。



功労表彰

氏名	公職の種類	表彰事由
廣畑 周子	開発審議会委員 社会教育委員	15年以上にわたり開発審議会委員を務め、無秩序な開発を防止し、市民の健康で快適な生活環境の確保に貢献。また、社会教育委員も15年以上務め、社会教育行政の推進と発展普及に貢献
吉田 建太郎	開発審議会委員	15年以上にわたり委員を務め、無秩序な開発を防止し、市民の健康で快適な生活環境の確保に貢献
港 定明	固定資産評価審査委員会委員	12年以上にわたり委員を務め、豊富な知識と経験に基づき、中立かつ専門的な視点で審査を行い、固定資産税の安定に貢献
青木 康	スポーツ推進委員	15年以上にわたり委員を務め、スポーツの振興と発展・普及に貢献
日下 雅恵	スポーツ推進委員	15年以上にわたり委員を務め、スポーツの振興と発展・普及に貢献
島村 靖彦	スポーツ推進委員	15年以上にわたり委員を務め、スポーツの振興と発展・普及に貢献
永守 修一	スポーツ推進委員	15年以上にわたり委員を務め、スポーツの振興と発展・普及に貢献
林 眞須美	スポーツ推進委員	15年以上にわたり委員を務め、スポーツの振興と発展・普及に貢献
藤岡 昭平	スポーツ推進委員	15年以上にわたり委員を務め、スポーツの振興と発展・普及に貢献
本郷 勇次	スポーツ推進委員	15年以上にわたり委員を務め、スポーツの振興と発展・普及に貢献
山本 博文	スポーツ推進委員	15年以上にわたり委員を務め、スポーツの振興と発展・普及に貢献
阿部 哲哉	土木委員	15年以上にわたり委員を務め、市との連絡調整役として円滑な行政運営に貢献
原野 尚之	土木委員	15年以上にわたり委員を務め、市との連絡調整役として円滑な行政運営に貢献
大森 茂利	農業委員会委員	12年以上にわたり委員を務め、農業振興及び農地利用の最適化等に尽力し、地域農業の発展に貢献
岡竹 時江	美和会館運営審議会委員	15年以上にわたり委員を務め、地域の実情を把握するとともに、多様化・複雑化するニーズに的確な助言を行うなど、美和会館の運営に貢献

善行表彰

氏名・団体名	善行の種類	表彰事由
藤田 琢二	多額の寄附	食のしあわせプロジェクトへの寄附
医療法人社団 岡山純心会 理事長 前田 計子	多額の寄附	ハンセン病療養所世界遺産登録推進事業への寄附
医療法人社団 仁明会 理事長 中村 明彦	多額の寄附	経済的な支援を必要とする子どもの進学・就職応援事業などへの寄附
株式会社 スリーボンド 代表取締役社長 上畑 祐二	多額の寄附	国宝「山鳥毛」里づくり事業への寄附
株式会社 両備システムズ 代表取締役社長 松田 敏之	多額の寄附	夢二のふるさと芸術交流事業等への寄附

適正受診に

ご協力ください



必要な人が安心して医療を受けられるようにすることも、国民健康保険被保険者の皆さんが負担する保険料を有効に活用するため、適正受診にご協力ください。

るときは、医師や薬剤師に相談しましょう。

また、複数の医療機関で薬をもらう場合は、医師や薬剤師に飲み合わせを確認してもらいましょう。

【国民年金医療給付課】
☎0869・22・1790

【小児救急医療電話相談】

夜間の子どもの急な病気にいついての相談窓口が開設されています。

症状への対応方法などについて看護師などが電話で相談に応じるとともに、医療機関の受診について適切なアドバイスをを行います。

▽相談時間
・月～金曜日
午後7時～午前8時（翌朝）
・土・日曜日、祝日など
午後6時～午前8時（翌朝）

必要なが安心して医療を受けられるようにすることも、国民健康保険被保険者の皆さんが負担する保険料を有効に活用するため、適正受診にご協力ください。

①急病の場合を除き、診療時間内に医療機関を受診する
休日や夜間などの時間外受診は、急病人の治療に支障をきたすほか、診察代が割高になります。

②かかりつけ医をもつ
かかりつけ医に日常的に病状・病歴、健康状態を把握してもらうことで、急病時にも素早い対応をしてもらいやすくなります。

③同じ病気で医療機関の重複受診はしない
複数の医療機関にかかると、一貫した治療が受けにくくなり、病気の回復を遅らせる場合があります。

④薬のもらい過ぎ・飲み合わせに注意する
飲み忘れなどで薬が余っている

【小児救急医療電話相談（岡山県）】
☎#8000 または
☎086・801・0018

就学援助制度 (入学前支給)

市では、経済的な理由により就学が困難な家庭に対し、小・中学校での生活に必要な費用の一部を援助しています。例年、年度初めの4月から5月までに申請を受け付け、要件を満たした保護者には、各学期末に援助費を交付しています。

令和6年度新入学者については、「新入学用品費」に限り、入学前に受給できます。
▽申請方法
入学前支給を希望する場合は、次の提出書類を総務学務課へ提出してください。

※今回入学前支給を申請しない場合でも、令和6年度就学援助を5月末日までに申請し、認定となった場合は、入学後に同額を他の支給項目と合わせて支給します。
※入学前支給を受けた人も令和6年度に就学援助の他の支給項目について受給を希望する場合は、改めて申請が必要です。

▽申請期限 令和6年1月31日(水)必着
▽提出書類
①就学援助申請書
②児童扶養手当証書の写し
③所得証明書(令和5年1月1日現在、住民票が瀬戸内市にない場合)
④家賃が分かるものの写し
※②がある場合、③と④は不要です。

▽申請書、制度についてのチラシは教育委員会、各小学校、幼稚園、保育園、こども園に備えています。
▽総務学務課
☎0869・34・5640

入札参加資格審査申請を受け付けます

令和6年度の建設工事、測量・建設コンサルタント、物品の製造・販売、役務の提供などの入札参加資格審査申請を次のとおり受け付けます。
申請者資格要件、提出書類などの詳しい内容は、市ホームページの「入札・契約」をご覧ください。

幼児教育・保育の無償化 請求手続

保育の必要性の認定(施設等利用給付認定)を受けている人で、令和5年10月から12月までの間に施設などを利用した人は、償還払い(キャッシュバック)の手続きをすることができま。

該当する人は、請求書に「特定子ども・子育て支援提供証明書兼利用料領収証明書」などの必要書類を添えて、市へ請求手続きをしてください。
スケジュールなどの詳細は市ホームページをご確認ください。
※施設などを利用した人とは「幼稚園、認定こども園(教育利用)の預かり保育を利用した人」および「認可外保育施設、一時預かりなどを利用した人」を指します。

☎0869・24・8004
市ホームページ

マイナンバーカードの 申請・交付休日窓口を開設 します!

▽取扱内容
申請・交付(カードの受け取り)
▽日時
・1月14日(日)
・2月11日(日)
・3月10日(日)
午前9時~午後4時40分
▽場所 瀬戸内市役所市民課
▽持参するもの
【申請用紙】
運転免許証などの本人確認書類、交付申請書または個人番号通知カード(持っている人のみ)
※瀬戸内市に住民登録がある人が対象です。

【カードの受け取り(予約制)】
郵送された交付通知書兼照会書(はがき)に記載している必要書類
※交付は予約制です。平日の午前8時30分から午後5時までに、市民課へ電話で予約してください。

☎0869・22・1115
市ホームページ

▽提出方法 原則郵送
▽受付期間 1月4日(木)~2月29日(木)(必着)
※持参の場合は、土・日、祝日を除く午前8時30分から午後5時15分まで受け付けます。

円契約管財課

☎0869・22・3906
市ホームページ



ミニ手話コーナー

イラスト協力 ほしい
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

《手話で【正月】を表現してみよう!!》
令和6年
あけましておめでとう!
よろしくお願いします

①右手の指先を上にして5指をすぼめて胸の脇に置いたら、前にスッと出しながら指先をフワッと開きます(令和)
②数詞の6を出します(6年)

①両手人差し指を左右からスッと引き寄せて上下に置きます(正月:あけまして)
②両手をおなかあたりの高さで軽く握り、パッと開きながら上へあげます(おめでとう)

①グーにした右手の親指側を鼻に当て、前に出します(よろしく)
②顔の前に右手を立て、前に出しながら頭を下げます(お願いします)

燃やすごみの減量に ご協力ください

市内の家庭から1日に出る燃やすごみの平均量は、1人当たり約450gです。これは大体500mlのペットボトル1本分の重さです。

燃やすごみを減らすと、ごみステーションに持つていくごみ袋が軽くなり、皆さんの負担も減り、ごみの焼却施設への負担軽減にもつながります。

また、地球温暖化の原因である二酸化炭素の排出量も減るので、地球への負担も軽くなります。
燃やすごみを減らすためには、生ごみの水切りや生ごみ処理機の活用、古紙やその他プラスチック製容器包装などの資源ごみの正しい分別など、皆さん一人一人の協力が大切です。

様々な負担軽減のために、燃やすごみ30%減量にご協力をよろしくお願いします。
また、ごみ集積所にごみを出す際に、転んでけがをした

18歳になったら何が変わる?

18歳になったらできること、20歳までできないこと

18歳(成年)になったらできること(例)	20歳になってからできること(これまでと変わらないこと)(例)
<ul style="list-style-type: none">保護者の同意がなくても契約ができる(携帯電話の購入、アパートを借りる、クレジットカードをつくるなど)保護者の同意がなくても結婚できる10年有効のパスポートの取得公認会計士や司法書士、医師免許などの国家資格を取る性同一性障害者の性別変更請求	<ul style="list-style-type: none">飲酒喫煙競馬、競輪、競艇、オートレースの投票券等を買う大型、中型自動車運転免許の取得養子を迎えるなど



消費生活 安心ほっとライフ

令和4年4月に、成年年齢が18歳になって1年以上が経ちました。18歳になると、保護者の同意を得なくても、多くのことが自分の意思でできるようになります。例えば、一人で契約ができたり、クレジットカードを作ったり、ひとり暮らしのアパートを借りたりすることもできます。

しかし、自由が増えた分、未成年者取消ができなくなり、責任も負うようになります。これからも、正しい判断ができるよう、周りの人に相談や確認をすることが大切です。

☎瀬戸内市消費生活センター
☎0869-24-8011

※『消費者ホットライン ☎局番なし188(イヤ!)]でもつながります。

交通事故・違反の防止 について

という報告がありました。ごみを出す際はいつもの場所だからと油断せず、転んだりしないように気を付けて出しましょう。

○生活環境課
☎0869・22・1899

○スピードの出し過ぎは危険

スピードの出し過ぎは、重大事故につながり大変危険です。特に夜間は、視界が狭くなり、速度感覚も鈍りがちです。また、冬は鹿や猪などの動物の飛び出しによる衝突事故が多発します。速度を控えるに運転しましょう。

○交通ルールの遵守

横断歩道の歩行者優先はルールです。横断歩道で、横断しようとしている人や横断中の人がいたら、止まって進路を譲りましょう。合図を出すのは、進路変更の3秒前、右左折の30m手前です。合図をきちんと出して、車の動きを周囲に知らせましょう。

☎0869・22・3922

人権擁護委員が 法務大臣から 委嘱されました

人権擁護委員が法務大臣から委嘱されました。
人権擁護委員は、啓発活動やなやみごと相談など、人権擁護活動を行っています。

☎0869・34・6110
瀬戸内警察署

○飲酒運転の根絶

飲酒運転による交通事故が後を絶ちません。飲酒運転を「しない」「させない」社会環境づくりを、みんなで推進しましょう。

河野 弘道さん(新任・
炭田 由美子さん(再任・
牛窓町牛窓)

※任期は令和6年1月1日
〜令和8年12月31日
☎ダイヤリシティ推進室

**新しい農業委員と
農地利用最適化推進
委員が決まりました**

令和5年6月に実施した公募により、新たに農業委員と農地利用最適化推進委員が選任されました。任期は、令和5年11月1日から令和8年10月31日までの3年間です。

なお、会長は藤原和正氏、会長職務代理は尾上昭則氏と

石黒五月氏がそれぞれ就任しています。

岡山県内市農業委員会事務局
☎0869-22-0048

▽農業委員 (敬称略)

氏名 (しめい)	担当地区
太田 修 (おおた おさむ)	市内全域
尾上 昭則 (おのうえ あきのり)	
出射 實 (いでいみのる)	
宮本 英美 (みやもと ひでみ)	
由喜門 尊 (ゆきかど たかし)	
藤原 由果 (ふじわら ゆか)	
宇津木 康文 (うつぎ やすふみ)	
石黒 五月 (いしぐろ さつき)	
藤原 和正 (ふじわら かずまさ)	
大森 茂利 (おおもり しげとし)	
久山 英之 (くやま ひでゆき)	

※氏名の漢字のうち旧字体などは汎用的な文字に置き換えていますのでご了承ください。

▽農地利用最適化推進委員 (敬称略)

氏名 (しめい)	担当地区
山本 昌明 (やまもと まさあき)	牛窓 (幡・師楽・関町・大浦・東町・中浦の一部)
服部 千敏 (はっとり ちとし)	牛窓 (紺浦・栄町・綾浦・中浦の一部・前島)
松本 英樹 (まつもと ひでき)	鹿忍 (大向・小向・沖・東・西脇・子父雁・千手の一部)
高田 和之 (たかた かずゆき)	鹿忍 (西浦・中浦・畑・野上・平山・千手の一部)
時實 乙伊 (ときざね つぎよし)	長浜
山崎 徹 (やまさき とおる)	邑久 (尾張・豊安)
大河原 律夫 (おおがわら りつお)	邑久 (山手・山田庄)
佐藤 辰也 (さとう たつや)	福田 (豆田・福元・百田・宗三・福中)
岡崎 浩 (おかざき ひろし)	今城 (大富・福山・向山・北島)
田中 伸五 (たなか しんご)	豊原 (東谷・豊原・大窪)
正富 清人 (まさとみ きよと)	本庄 (本庄・上山田・下山田)
吉田 宏 (よしだ ひろし)	笠加 (上笠加・下笠加・箕輪・北池)
山内 桂三 (やまうち けいぞう)	玉津 (尻海・庄田)
小西 健文 (こにし たけふみ)	裳掛 (福谷・虫明)
大森 幹男 (おおもり みきお)	美和 (西須恵・東須恵)
福池 正美 (ふくいけ まさみ)	美和 (飯井)
時岡 加卓 (ときおか たくし)	国府 (牛文・磯上)
大森 文生 (おおもり ふみお)	国府 (福里・土師)
山本 祐章 (やまもと ひろあき)	行幸 (福岡・八日市)
久米 啓之 (くめ ひろゆき)	行幸 (服部・長船)

募 集

**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。

▽日時 令和6年2月16日(金)、22日(木)、3月1日(金)、8日(金)

午前10時~正午(全4回)

▽場所 長船町公民館

▽対象者 令和5年9月~12月生まれの第1子とその母親で、全4回に参加できる人
▽定員 10組
※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。

**第5回障がい者
ワークフェア開催**

在学中の生徒やその家族、就労の意思がある障がいのある人、企業・教育・福祉・行政機関などの支援者を対象として、障がい者ワークフェアを開催します。

できるだけ、事前の申し込みをお願いします。

▽日時 令和6年1月27日(土)午後1時30分~午後4時

▽場所 中央公民館(邑久)

▽内容 ①「働く」ことをテーマにした講演会

②市内の就労継続支援事業所の説明会・作業体験・授産品の販売

▽参加費 無料

▽申込方法 電話またはFAXで氏名、住所、連絡先をご連絡ください。

**あなたの力が地域の
介護の支えになります!
介護アシスタント募集中!**

介護アシスタントとは、高齢者施設などで介護の補助的な仕事を担う人のことで、働きながら介護のことを学んだり、地域への貢献がでたりします。

業務内容は食事の配膳・片付け、清掃、洗濯物たたみ、シーツ交換などです。例えば1日3時間・週3回程度など勤務時間は施設・事業所と相談できます。

家事や仕事経験を生かして、福祉・介護の職場で活躍してみませんか?

瀬戸内市で福祉の仕事をお探しの方は、福祉人材センターへご相談ください。

介護アシスタントの詳細は、ホームページもしくは電話でお問い合わせください。

岡山県福祉協議会 岡山県福祉人材センター
☎086-226-2888

**国民健康保険税の
産前産後免除制度が
始まります**

令和6年1月1日から、出産される国民健康保険被保険者の保険税の所得割額と均等割額が、産前産後期間の4カ月間(多胎妊娠の場合は6カ月間)免除されます。

【免除対象期間】 出産予定日(出産日)の前月(多胎妊娠の場合は3カ月前)から翌々月までの期間

※ただし、免除対象月は令和6年1月からとなります。

(例) 令和5年11月出産の場合↓令和5年12月出産の場合↓令和6年1月分・2月分の保険税を免除

【必要書類】 母子健康手帳(出産などが確認できる書類)と、届出する人の本人確認書類(運転免許証、マイナンバー)

カードなど)
岡国保年金医療給付課
☎0869-22-1790

**宝くじ助成金で防災
資機材を整備**

一般財団法人自治総合センターの宝くじ助成金(地域防災組織育成助成事業)を活用し、福岡連合町内会自主防災会が、発電機、ヘルメット、毛布、チェーンソーなどの防災資機材を整備しました。今後さまざまな自主防災活動で活用していくこととしています。



自主防災組織を編成している団体であれば、宝くじ助成金を利用することができます。詳しくは、お問い合わせください。

ねん さんの おはなし♪

20歳になったら国民年金

【将来の大きな支えに】

国民年金は20歳以上60歳未満の人が加入する制度です。国が責任をもって運営するため、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

【老後のためだけのものではありません】

国民年金は、年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。

障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(「子のある配偶者」や「子」など)が受け取れます。

原則として、保険料を納めなければ年金を受け取れません。しかし、所得が低く保険料を納めることが困難な人には以下の制度があります。

○学生の場合

前年所得が基準以下の学生を対象とした、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

○学生ではない場合

前年所得が基準以下の人には、国民年金保険料の納付が免除及び猶予される「免除・納付猶予制度」があります。

※学生納付特例や免除・納付猶予を受けた期間があると、保険料を全額納付したときと比べて、受け取る年金額が少なくなります。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こと(追納)ができます。

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

岡国保年金医療給付課 ☎0869-22-1790

岡山県年金事務所 ☎086-270-7925

『自動音声案内 2→2』

日	月	元日	休館日	休館日
1	月	元日		
2	火			
3	水			
4	木	官公庁仕事始め ⑧窓口業務の時間延長 17:15～19:00 瀬戸内市役所		
5	金			
6	土	⑥瀬戸内スポ協ゴルフ大会 9:00 長船カントリークラブ		
7	日			
8	月	成人の日		
9	火		替	替
10	水	⑦1歳6カ月児健診【対象：令和4年6月生】 13:15～13:45 中央公民館		
11	木	⑤こころの健康相談 13:30～16:30 瀬戸内市役所 ⑦2歳児健診【対象：令和3年9月生】 13:15～13:45 中央公民館		
12	金	④離乳食講習会【対象：7～12カ月児】 10:00～11:30 中央公民館 ⑥精神保健福祉相談 13:30～15:00 瀬戸内市役所		
13	土			
14	日	⑨マイナンバーカード申請・交付休日窓口 9:00～16:40 瀬戸内市役所 ⑥歩こう会 東山公園・護国神社 8:29 邑久駅発 ⑥瀬戸内市スポーツウェルネス吹矢大会 9:00 B&G 海洋センターサブアリーナ		
15	月		替	替
16	火			
17	水	⑦乳児健診(4カ月児)【対象：令和5年8月生】 13:15～13:45 中央公民館		
18	木	①②行政・なやみごと相談 10:00～12:00 瀬戸内市役所		
19	金			
20	土	⑥瀬戸内市新春パタンク大会 8:00 円張釣公園		
21	日			
22	月		替	替
23	火	③育児相談 9:30～11:00 中央公民館		
24	水	①②行政・なやみごと相談 10:00～12:00 牛窓支所 ⑦3歳児健診【対象：令和2年7月生】 13:15～13:45 中央公民館		
25	木			
26	金	①②行政・なやみごと相談 10:00～12:00 長船支所 ④離乳食講習会【対象：4～6カ月児】 10:00～11:30 中央公民館		
27	土			
28	日	⑥瀬戸内市冬季ソフトバレーボール大会 7:00 牛窓中学校体育館		
29	月		替	替
30	火	⑥瀬戸内市卓球夜間親睦大会 19:30 牛窓西小学校		
31	水			

問い合わせ・予約先など

- 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)】
☎ダイバーシティ推進室 0869-22-3922
 - ③育児相談(乳幼児に関する相談)
☎健康づくり推進課 0869-24-8061
 - ④離乳食講習会
【対象：生後4カ月以上の乳児の保護者(要予約・無料)、
定員：4～6カ月児8人、7・8カ月児6人、9～12カ月児6人】
☎健康づくり推進課 0869-24-8031
 - ⑤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 0869-24-8031
 - ⑥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
 - ⑦子どもの健診
☎健康づくり推進課 0869-24-8061
 - ⑧窓口業務の時間延長(市民課、税務課等の業務の一部)
※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
・国保年金医療給付課 0869-22-1790
・税務課 0869-22-1114
 - ⑨マイナンバーカード申請・交付休日窓口
※交付については事前予約が必要です。
☎市民課 0869-22-1115
- ※①～⑨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)
☎消費生活センター 0869-24-8011
 - 発達障害専門相談
【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)】
☎にじいろスクエアせとうち 0869-24-8862
 - 住宅増改築相談
【相談員：住宅相談員(要予約・相談日はお問い合わせください)】
☎建築住宅課 0869-22-2649
- 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
 - ⑧瀬戸内市立美術館の行事
☎瀬戸内市立美術館 0869-34-3130
 - ⑨瀬戸内市スポーツ協会の行事
☎瀬戸内市スポーツ協会 0869-22-2211
HP <https://setouchi-taikyo.or.jp/>

⑦「新収蔵品展」(開催中～2月4日)

⑧「興柁優護・澁澤星展」(1月6日～3月3日)

人の動き 《令和5年12月1日現在、かつこ内は前月比》

人口	36,502人 (+10)	男	17,669人 (+22)
世帯	16,171世帯 (+44)	女	18,833人 (-12)

1月31日(水)が納付期限の市税・保険料

市県民税【4期】 国民健康保険税・介護保険料【7期】

※納付には口座振替が便利です。ぜひご利用ください。

催し物



瀬戸内市立美術館
展覧会

興柁優護・澁澤星展

日本美術院の主催する院展で活躍している気鋭の日本画家、澁澤星。日本だけでなく、ロンドンやベルリンなど、グローバルな活躍を見せている油彩画家、興柁優護。この2人の若手画家は共に秀桜基金留学賞を受賞し、海外での美術留学を経験しています。

秀桜基金留学賞とは、美術作家・高橋秀とコラージュ作家・藤田桜が設立した賞であり、日本の未来を担う若者達に海外での美術留学を援助するといふものです。将来の活躍が囁かされる2人の作品を展示することで、日本のアート界のこれからを紹介します。

▽開催期間 1月6日(土)～3月3日(日)



澁澤星「ニ・≠」

▽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

▽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 毎週月曜日・1月9日

※祝日の1月8日(月)は開館し、9日(火)は祝日の翌日で休館します。

▽場所 瀬戸内市立美術館
瀬戸内市立美術館
☎0869-34-3130



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



い つまでもお元気で

100歳を迎えた高齢者をお祝い

10月17日に満100歳を迎えた島村ルリ子さん(長船町磯上)のお祝いに、10月27日、武久市長らが入所している施設を訪問しました。島村さんは「皆さんのおかげです。ありがとうございます」とお祝い状を受け取りました。

穏やかで物静かな性格です。花が好きで、自宅には鉢植えや花瓶がたくさんありました。

長寿の秘訣は「長寿の家系であること」。現在は施設でおだやかに過ごされています。

島村さん、これからもますますお元気で過ごしてください。

10月17日に満100歳を迎えた坪田民江さん(邑久町北島)のお祝いに、11月7日、武久市長らが入院している病院を訪問しました。坪田さんは2人の息子さんとともにお祝い状を受け取りました。

結婚後は農業で生計を立て、夫婦で田んぼを1丁耕作していました。生命保険の外交員をしていたこともあり、畑仕事が好きで、入院するまで野菜作りに専念していました。

長寿の秘訣は「60歳ごろから仕事を引退し、無理をせず過ごしていたこと」。

坪田さん、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する島村さん(写真中央)



ご家族、武久市長とともに記念撮影する坪田さん(写真前列中央)

みんなの広場

MAHIRO
令和4年8月26日生まれ

那須 満優ちゃん
お住まい 長船町福里

ひとこと
お姉ちゃんのこと大好きなまひろちゃん
1歳のお誕生日おめでとう。まひろの人生が
名前のとおり、優しさが溢れますように！
(父 洋彦さん 母 理穂さん)



人権啓発展示会

邑久光明園友愛会では、1月28日の「世界ハンセン病の日」に合わせて、人権啓発展示会を開催します。
邑久光明園内外の歴史からハンセン病問題に触れ、人権について考えてみませんか。

- ▷日時 令和6年1月25日(木)～28日(日)
午前9時～午後4時
- ▷観覧料 無料
- ▷場所 「道の駅」黒井山グリーンパーク
ゆうゆう交流館



こみよたん

☎(公財)邑久光明園友愛会(邑久光明園福祉室内)
☎0869-25-1574

市民ギャラリー



▶山本敏子さん(牛窓町牛窓)



▶ペンネーム 風花さん(長船町東須恵)

投稿を募集しています

- 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
- 短歌・俳句・川柳・詩
- 催し物の告知や募集
- イラスト・絵手紙
- 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。紙面の都合上掲載できない場合もありますので、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

文芸コーナー (敬称略)

振り返る我が人生の舞台裏
服部 敬一(邑久町大窪)

立冬の海は疾風に荒嵐
原野信一郎(牛窓町牛窓)

庭先に今年も並ぶつるし柿
野口 慶子(牛窓町牛窓)

大山の岩肌白し冬紅葉
後藤 靖子(牛窓町牛窓)

新米をかみしめ日々を感謝する
服部 文枝(邑久町大窪)

着ぶくれて一人の鍋も淋しけれ
藤井 トメ(牛窓町牛窓)

舞い込みし喪中ハガキの二、三枚
命を想ふ喜寿の山坂
舟積 由紀子(牛窓町鹿忍)

夕空を見上げば少し欠けた月
消え入るやうなこぼろぎの声と
上山 幸子(邑久町豊安)

刈り終えて並ぶ稲株日暮れ野に
満目蕭条降りしきる雨
桂舟道人(邑久町山田庄)

菊薫る夢とロマンの瀬戸内市
恋を抱きしめ乙女が走る!
大倉 衛(長船町飯井)

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 令和6年1月18日(木)
午後2～3時
 - ▷場所 瀬戸内市民病院
 - ▷テーマ 「認知症にまつわる今昔」
 - ▷講師 森一徳氏(薬剤師)
 - ▷定員 20人
 - ▷参加費 無料
 - ▷申込期限 1月17日(水)
- ☎瀬戸内市民病院
☎0869-22-1234



「せとうちゼミナール」を開催します

市では、次のとおり男女共同参画に関する講座「せとうちゼミナール」を開催します。参加を希望する人は、事前に電話でお申し込みください。

- 【第3回】
- ▷日時 令和6年1月30日(火)
午後1時30分～午後3時
 - ▷場所 中央公民館(邑久)
 - ▷演題 「逆境を乗り越えた女性社長
～しなやかに凛として潔く～」
 - ▷講師 株式会社岡三食品代表取締役 田所雅江氏
 - ▷定員 30人(手話通訳・要約筆記・ヒアリンググループあり)
- ☎ダイバーシティ推進室
☎0869-22-3922



瀬戸内市の味

チーズいももち



今月のレシピは
今城地区栄養改善協議会
健康づくり推進課
☎0869-24-8031

- ◆材料(4人分)
- じゃがいも(中4個)
 - ピザ用チーズ(60g)
 - 片栗粉(大さじ4)
 - 塩・こしょう(少々)
 - サラダ油(適量)
 - オーロラソース(ケチャップ、マヨネーズ(適量))
- ◆作り方
- ①じゃがいもは皮をむき、適当な大きさに切り、茹でてつぶす。
 - ②①に④を入れ、よく混ぜ合わせ、小さく丸める。
 - ③フライパンにサラダ油を熱し、両面をこんがり焼く。
 - ④オーロラソースをつけて食べる。
- *サニーレタス、ミニトマトを添えると彩りのよい仕上がりになります。
*オーロラソースの代わりに好みでしょうゆをつけてもおいしいです。

じゃがいもは
今が旬です

