



お知らせ

資格喪失後受診による  
給付金(医療費)の返納

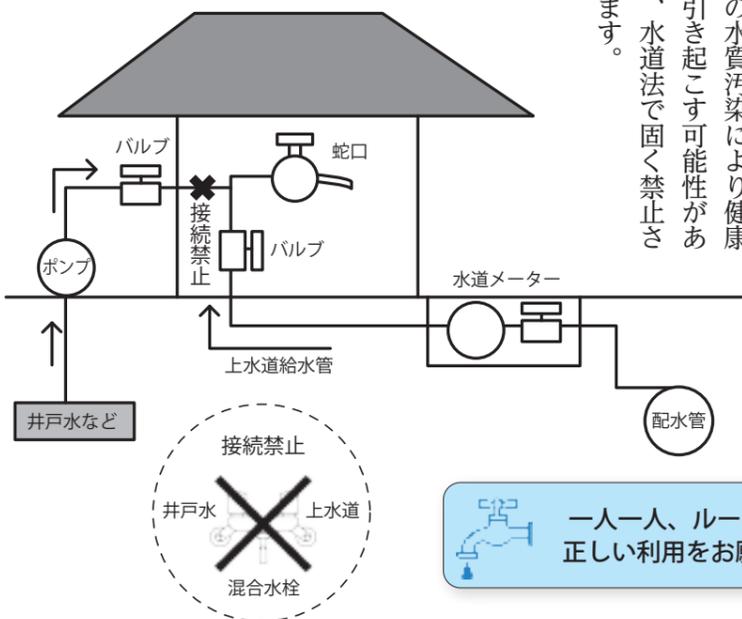
勤め先や家族の健康保険に加入後、新しい健康保険の保険証の交付が遅れたなどの理由で、市の国民健康保険証を使って受診したときは、本来他の健康保険が負担すべき医療費を市が支払っています。この場合、本人から市へ医療費を返還し、返還分を他の健康保険に請求する必要があらります。対象の人については、「資格喪失後の受診に係る療養給付金の返納について」の通知

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。

▽給水管への誤接続(クロスコネクション)の例



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

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もあります。その場合は、返還の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。

☎0869・22・1790

ご活用ください  
市民活動応援補助金

市では、令和6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6年4月1日から令和7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経費です。

申請に必要な書類の様式は市ホームページからダウンロードすることも可能です。▽申請期限 9月30日(月)

☎0869・22・1031



市ホームページ

下水道を正しく  
使いましょう

下水道に汚水以外のものを流すと排水設備や下水道管が詰まり、下水道が使えなくなります。また、中継ポンプ場や浄化センターの機能を低下させることにもつながります。次のことを守って、下水道を正しく使いましょう。  
・台所では、天ぷら油などの廃油類、野菜くずやご飯の残りを流さないでください。  
・水洗トイレでは、ウエットティッシュ、衛生用品、衣類など水に溶けないものを流さないでください。

・有害物質を流さないでください。ガソリン、シンナー、石油およびアルコール類などの揮発性の高いものを流すと、爆発を起こす原因となります。

☎0869・22・5151



下水道課

美しいまちづくり  
にご協力ください

市では、市内の不法投棄パトロールを市環境衛生協議会と市環境美化推進巡视员、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、不法投棄の監視などの活動を続けています。ごみはすべての人が等しく決められたルールに従って適切に処理をする責任が課せられており、不法投棄には、廃

おかやま縁むすびネット  
～登録「無料」キャンペーン実施中～  
http://www.okayama-musubi.jp

おかやま縁むすびネット  
http://www.okayama-musubi.jp

棄物処理法で厳しい罰則が設けられています。もし、不法投棄を見かけたら市役所または瀬戸内警察署に連絡してください。

☎0869・22・1899

なるほど!!健康教室

瀬戸内市市民病院では、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19日(木) 午後2～3時  
▷場所 瀬戸内市市民病院  
▷テーマ 呼吸って奥が深い?～息切れに隠れた病気～  
▷講師 山下真弘氏(内科医師)

▷定員 20人  
▷参加費 無料  
▷申込期限 9月18日(水)

☎0869-22-1234

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)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年以内の免除など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となります。

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取る人は、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で手続きできます。

☎0869-22-1790  
☎086-270-7925(自動音声案内1番→2番)

木造住宅耐震診断・耐震改修等事業費補助金制度

全国各地で地震が頻発しており、いっどこで地震が起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弱を観測しうる...



市ホームページ

木造住宅耐震改修等事業費補助金

補助対象工事費の80%補助/1棟 (ただし限度額80万円まで)

①現況診断 診断員が地震に対する強さを診断します。

木造住宅耐震診断事業費補助金

②補強計画 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、部分耐震改修工事・耐震シェルターの設置・防

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。

※費用は①、②それぞれに発生します。

※費用71200円のうち60000円補助/1棟

(自己負担11200円)

※延床面積200㎡を超える場合は追加費用が発生します。

補助を実施しています。補助対象が限定されるので、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6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。早めにお問い合わせの上、申請してください。



市ホームページ

国申建築住宅課

0869-22-2649



自転車を利用しましょう!

自転車は、手軽な移動手段として幅広い年齢層に通学や通勤、買い物など多目的な用途で利用されています。

①車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

③夜間はライトを点灯

④飲酒運転は禁止

⑤ヘルメットを着用

岡山県自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例

岡山県においては、令和6年3月22日にこの条例が施行されました。自転車利用者の責務や、県・事業者の役割などのほか、自転車安全利用五則をはじめ、道路交通法令を遵守することや自転車の点検整備に努めることなどが定め

られています。

また、令和6年10月1日からは、自転車利用者(未成年の場合は保護者)、自転車を使用する事業者、自転車貸付事業者は、自転車保険(自転車損害賠償責任保険)などへの加入が義務化されます。

交通安全ルールを守り自転車を安全に利用することももちろん、交通事故に備えて自転車保険に加入し、万が一に備えましょう。



市ホームページ

子宫颈癌予防ワクチンのキャッチアップ接種は令和7年3月31日まで

市では、平成9年4月2日から平成20年4月1日生まれの女性を対象に子宫颈癌予防のキャッチアップ接種を実施しています。

キャッチアップ接種とは、子宮頸がん予防ワクチン接種

の積極的勧奨が一時的に差し控えられていた間に接種の対象だった人で、接種機会を逃した人を対象に実施する予防接種をいいます。

令和4年度から積極的な勧奨を再開していますが、令和7年3月31日でキャッチアップ接種を終了します。

また一度も受けていない人は3回の接種完了まで最短でも約6カ月かかります。期間内での接種は無料ですが、期間を過ぎた接種は全額自己負担となりますので、接種を受ける場合は早めに接種開始しましょう。

市内個別接種実施医療機関は市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

健康づくり推進課 0869-24-8061

9月10～16日は「自殺予防週間」です

令和5年の自殺者数は2万人を超え、また、若い世代の自殺者数が増えていることが社会問題になっています。「最近、何もやる気が起こらない」「眠れなくなった」「食欲がでない」などということはありますか？

また、あなたの身近にいる人が悩んでいる様子なら、まずはやさしく声をかけてください。周囲の気づきと温かな言葉で、大切ないのちを支えることができます。

Table with 2 columns: Action (声をかける, 傾聴する, つなぐ・見守る) and Description (周囲からの温かな一言で、こころの負担を軽くすることができます。)

- いろいろな相談先があります。あなたの声を聴かせてください
●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



健康づくり講演会

知ってほしい! 自分や家族が今備えておきたい子宮頸がん・乳がんのこと

子宮頸がんは20代から、乳がんは40代から罹患率が高くなっています。がんが身近な病気であることを知り、検診の必要性や自己触診の方法について、知識を深めるとともに、今できることを考えてみませんか？

- ▷日時 10月2日(水)午後2~4時
▷場所 ゆめトピア長船 健康スタジオ
▷内容 ■講演「知ってほしい!自分や家族が今備えておきたい子宮頸がん・乳がんのこと!」(講師)セントラル・クリニック伊島 院長 金重恵美子氏
■がん体験者による発表「乳がんを体験して私のがんと分かったとき」



- ※内容は変更する場合があります。
▷発表者 Breast Cancer Network Japan あげぼの会(乳がん体験者の会)
▷定員 50人程度
▷参加費 無料
▷申込期間 8月26日(月)から9月30日(月)まで
▷申込方法 電話またはFAX、申し込みフォームからお申し込みください。(手話通訳・要約筆記あり)



申込フォーム



市ホームページ

健康づくり推進課 0869-24-8031 FAX 0869-24-8081



1	日	歩こう会 宮本武蔵の里コース 7:19 邑久駅	休	休
2	月		休	休
3	火		休	休
4	水		休	休
5	木	窓口業務の時間延長 17:15~19:00 瀬戸内市役所	休	休
6	金		休	休
7	土		休	休
8	日	⑨マイナンバーカード申請・交付休日窓口 9:00~12:00 瀬戸内市役所 ⑩瀬戸内市陸上競技選手権大会 8:00 備前市総合運動公園 ⑪瀬戸内市団体対抗ソフトテニス大会 8:00 邑久スポーツ公園・長船スポーツ公園	休	休
9	月		休	休
10	火		休	休
11	水	⑦1歳6カ月児健診【対象:令和5年2月生】 13:15~13:45 ゆめトピア長船	休	休
12	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4年5月生】 13:15~13:45 ゆめトピア長船	休	休
13	金	④離乳食講習会【対象:7~12カ月児】 10:00~11:00 ゆめトピア長船 ⑥精神保健福祉相談 13:30~15:00 瀬戸内市役所	休	休
14	土	⑫瀬戸内市スポーツ協会ゴルフ大会 9:00 長船カントリークラブ	休	休
15	日		休	休
16	月	敬老の日	休	休
17	火		休	休
18	水	⑦乳児健診(4カ月児)【対象:令和6年4月生】 13:15~13:45 ゆめトピア長船	休	休
19	木	①②行政・なやみごと相談 10:00~12:00 瀬戸内市役所	休	休
20	金		休	休
21	土	⑬瀬戸内市秋季ペタンク大会 8:00 円張堀城公園	休	休
22	日	⑬瀬戸内市秋季ソフトボール大会 7:00 長船スポーツ公園・邑久スポーツ公園	休	休
23	月	振替休日	休	休
24	火	③育児相談 9:30~11:00 ゆめトピア長船	休	休
25	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3年3月生】 13:15~13:45 ゆめトピア長船	休	休
26	木		休	休
27	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】 10:00~11:00 ゆめトピア長船	休	休
28	土	縁結びサポーターによる無料相談会 13:00~17:00 瀬戸内市役所西棟1階	休	休
29	日	⑭瀬戸内市バドミントン大会 8:30 邑久中学校体育館 ⑭瀬戸内市ダブルステニス大会 9:00 邑久スポーツ公園	休	休
30	月		休	休

⑦ 夏季特別展「瀬戸内市の名宝展」(後期:8月24日~9月23日)

⑤ 「造形作家 玉田多紀 海のいきものダンボール物語より」(開催中~9月1日)  
⑤ 「瀬戸内 SPIRAL2」(9月10日~10月20日)

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  
※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。
- ⑩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
- ⑪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)】  
☎にのろいスクエアせとうち ☎0869-24-8862
- ⑫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
- ⑤ 瀬戸内市立美術館の行事  
☎瀬戸内市立美術館 ☎0869-34-3130
- ⑤ 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/>

9月30日(月)が納付期限の市税・保険料

国民健康保険税【3期】・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。

人の動き《令和6年8月1日現在、かつこ内は前月比》

人口 36,306人 (+37) 男 17,583人 (-23)  
世帯 16,309世帯 (+70) 女 18,723人 (+60)

備前長船刀剣博物館  
秋季特別展

お守り刀展

今見られる形の刀剣(日本刀)は、平安時代から作られ始め、現代に受け継がれています。

これは、刀剣が武器という側面のみならず、信仰の対象、献上品、シンボルなどさまざまな意味を持ち、身近で大切なものであったことにあります。また、古くから、子どもが生まれた際に健やかに成長することを願って「お守り刀」を贈る風習がありました。

本展では、日本刀の製作技術を現代に受け継ぐ刀匠や刀職者が製作した、「令和6年度お守り刀のコンクール」に出品された優品を紹介します。

▽開催期間 10月1日(火)~11月17日(日)  
▽入館料 一般1000円、団体(20人以上)・65歳以上800円、高大生600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(月曜日が祝日・振替休日の場合は開館、翌日休館)  
☎0869-66-7767

相談



生活なんでも相談会

日々の生活の中で困っていること、悩んでいることはありませんか? 弁護士・司法書士・行政書士・土地家屋調査士・税理士・社会保険労務士・社会福祉士など、複数の異なる専門家があなたの相談に応じます。事前予約は不要です。開催時間内であれば時間制限はありません。

▽日時 9月28日(土) 午後1時30分~午後4時  
▽場所 瀬戸内市総合福祉センター(邑久町山田庄862番地1)

▽相談料 無料  
▽相談内容 幅広く相談に応じます。

こんなお困りごと、専門家に相談してみませんか?

- ・成年後見制度の利用を考えている家族がいるが、相続や登記の手続きを教えてください。
- ・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
- ・借金など法律関係のこと
- ・心身の健康面のお悩み など



あなたの結婚をサポートします!

結婚に関するお悩みがある人に向けて、縁結びサポーターによる無料相談会を実施します。ぜひ、お気軽にご相談ください。

▽日時 9月28日(土) 午後1~5時(1組約40分)  
▽場所 瀬戸内市役所西棟1階

▽定員 4組  
▽対象者 結婚希望者  
▽申込期限 9月20日(金)  
※申し込み方法については、市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

☎0869-24-8015

瀬戸内市  
こどもひろば  
外遊びを楽しむまち。瀬戸内市

「子連れでも出かけやすく楽しめる場所を増やしてほしい」そんな子育て世代の声から生まれた「こどもひろば」が、市内各所で開催中! 地域主体での開催も増えています。みなさんの地域でも外遊びを楽しむ「こどもひろば」を開催してみませんか?



「ザリガニとあそぼう! こどもひろば」の様子(福元グリーンタウン北公園)

季節ならではの遊びを楽しもう!



開催情報はこちら「子育て応援サイト」

☎0869-24-8015