



Contents

瀬戸内市誕生20周年	2	はつらつ教室で元気づくり・仲間づくり	8
子育て関連情報	4	知っ得!せとうち便、11月の予定表	10
令和7年度幼稚園・保育園・こども園の入園募集	6	瀬戸内市の味、みんなの広場	18



11月1日は「瀬戸内市民の日」



セットちゃん
「市民の日」バージョン

「瀬戸内市民の日」制定を記念して、瀬戸内市マスコットキャラクターセットちゃんも髪型を「11.1」にセットして、皆さんと一緒に20周年をお祝いします。

瀬戸内市誕生20周年を契機として、市民の皆さんがふるさと瀬戸内市に誇りを持ち、伝統行事や文化の継承などを通じて郷土愛を醸成し、活力ある瀬戸内市をつくっていくことを目的に、11月1日を「瀬戸内市民の日」と定めました。今年、市民を対象に以下の記念事業を実施します。この機会にぜひご利用・ご来館いただき、ふるさとの魅力を感じる一日にしてください。

瀬戸内市 誕生 20周年



平成16年11月1日、牛窓町・邑久町・長船町の3つの町の合併により、「瀬戸内市」が誕生し、今年で20周年を迎えます。

市では、目指す将来像「人と自然が織りなす しあわせ実感都市 瀬戸内」の実現に向けて、総合的かつ計画的にまちづくりを進めるための各種施策を展開してきました。

これからも、市民の皆さんとの対話を深めながら、将来を見据えた土地利用計画、ダイバーシティ社会の実現、自助・共助・公助による災害に強いまちづくりなどに取り組み、次代を担う世代が「瀬戸内市で暮らしたい、暮らし続けたい」と思えるまちづくりを進めていきます。

瀬戸内市民限定!

免許証や郵便物など住所が確認できるものを博物館・美術館の受付、市営バスの運転手に提示してご利用ください!

① 備前長船 刀剣博物館

11.1 入館料 無料

11月1日(金)
9:00 ~ 17:00
(入館は16:30まで)

入館特典あり(先着200人)

問 備前長船刀剣博物館
☎0869-66-7767

② 瀬戸内市立 美術館

11.1 入館料 無料

11月1日(金)
9:30 ~ 17:00
(入館は16:30まで)

入館特典あり(先着200人)

問 瀬戸内市立美術館
☎0869-34-3130

③ 瀬戸内市営バス

11.1 運賃 無料

11月1日(金)
全8路線 運賃無料

※土日祝も運行している「虫明・長島愛生 園線」、「牛窓中央線」については11/1(金) ~ 11/4(月・祝)の4日間運賃無料

問 企画振興課
☎0869-22-1113



瀬戸内市誕生20周年記念式典を開催します

瀬戸内市誕生20周年の節目を、市のさらなる飛躍と次世代への継承の契機とするため、「瀬戸内市誕生20周年記念式典」を開催します。

当日は、記念映像の上映やアトラクション上演、記念講演もあります。どなたでも入場できますので、ぜひご来場ください。

▽日時 11月2日(土)
午前9時30分~正午

▽場所 ゆめトピア長船

■式典次第

【第一部】
開式、映像上映、主催者挨拶、来賓祝辞、令和6年度瀬戸内市功労表彰・善行表彰など

【第二部】
一般社団法人日本財団ドワング学園準備会代表理事山中伸一氏による記念講演、山中氏と瀬戸内市長、市内の中学生による「未来をつくる私たちの想い」をテーマにしたトークセッション

問 企画振興課
☎0869-22-1113

瀬戸内市誕生20周年記念パネル展

巡回スケジュール

- ① 瀬戸内市民図書館 11月3日(日・祝) ~ 22日(金)
- ② ゆめトピア長船 11月23日(土・祝) ~ 12月13日(金)
- ③ 中央公民館(邑久) 12月14日(土) ~ 1月10日(金)
- ④ 牛窓町公民館 1月11日(土) ~ 1月31日(金)

※各会場最終日は正午まで

瀬戸内市誕生20周年を記念して、山陽新聞社の写真などで振り返る「瀬戸内市誕生20周年記念パネル展」を市内4カ所で開催します。

平成16年11月の合併から現在に至るまでの写真約20点を展示します。ぜひお越しください。

問 企画振興課
☎0869-22-1113

記念講演会

一般社団法人日本財団
ドワング学園準備会
代表理事
元・文部科学事務次官



山中 伸一氏

東京大学法学部卒業後、文部省(現・文部科学省)に入省。内閣府審議官(教育再生会議担当室副室長)、初等中等教育局長、文部科学事務次官を歴任。退官後、外務省駐ブルガリア特命全權大使を務める。平成30年6月20日より学校法人角川ドワング学園理事長就任。

トークセッション

テーマ『未来をつくる 私たちの想い』

私たちの想い

市内の中学生・
高校生の皆さん



瀬戸内市長
武久 顕也

瀬戸内市のあゆみ

令和6年(2024年) ●瀬戸内市誕生20周年 ●11月1日を「瀬戸内市民の日」に制定

●女子野球タウンに認定 ●ゆめトピア長船が「複合施設」としてリニューアル開館

3 2024. 11

令和2年(2020年)



国宝「太刀無銘一文字(山鳥毛)」を市が取得

平成30年(2018年)



瀬戸内 kirei 太陽光発電所竣工

平成28年(2016年)



●市立図書館オープン ●市民病院がリニューアルオープン

平成23年(2011年)



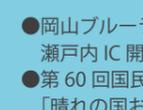
市道南北線開通

平成22年(2010年)



市立美術館オープン

平成17年(2005年)



●岡山ブルーライン瀬戸内 IC 開通 ●第60回国民体育大会「晴れの国おかやま国体」夏季大会(サッカー、セーリング)開催

平成16年(2004年)

3町が合併し瀬戸内市誕生



3町が合併し瀬戸内市誕生



放課後児童クラブの入所受付を開始します

放課後児童クラブの学区など **問** こども家庭課 **☎0869-24-8004**

クラブ名	学区	問い合わせ先
牛窓ルンビニ児童クラブ	牛窓地区	0869-34-2309 (社会福祉法人 報恩会)
ゆめクラブうみ組・もり組	市内 (応相談)	080-4152-5592 (NPO 法人 あいあいの杜)
今城っ子クラブ1組・2組	今城	086-942-0681 (NPO 法人 あいあいの杜)
キッズクラブ	裳掛	0869-25-0133 (社会福祉法人 報恩会)
邑久オアシスクラブ1組・2組	邑久	0869-24-8125 (NPO 法人 おかやま放課後児童クラブ運営機構)
邑久ルンビニ児童クラブ (邑久ルンビニ第2児童クラブ (開設予定))	市内 (応相談)	0869-24-1309 (社会福祉法人 報恩会)
ゆめっこクラブ1組・2組・3組	邑久	0869-24-2702 (邑久小学校区学童保育所)
美和っ子クラブ	美和	0869-26-2713 (美和っ子クラブ)
長船ちとせ児童クラブ	行幸・国府	0869-26-3988 (社会福祉法人 ちとせ交友会)
みゆキッズクラブ1組・2組・3組	行幸	0869-26-3355 (NPO 法人 おかやま放課後児童クラブ運営機構)
第1・第2ひまわりクラブ	国府	0869-26-6621 (NPO 法人 おかやま放課後児童クラブ運営機構)

令和7年度放課後児童クラブの入所受付を開始します。

放課後児童クラブは、保護者が就労や介護などにより昼間家庭での養育ができない小学校に就学している児童に対して、適切な遊びと生活の場を提供し、児童の健全な育成を図るものです。市のホームページに申込日程を掲載しているのでご確認ください。

放課後児童クラブの運営は、法人や指定管理者などに委託しています。受付開始日時や申請方法などが異なりますので、詳細は各クラブへお問い合わせください。



市ホームページ

邑久ルンビニ児童クラブ、ゆめっこクラブ、美和っ子クラブの入所申込はすでに終了しています。空き状況などの確認は各クラブへお問い合わせください。

瀬戸内市 こどもひろば

外遊びを楽しむまち。瀬戸内市



外遊びを楽しむ「こどもひろば」は、年間を通じて市内各地で開催しています。子どもから大人までどなたでも参加可能です。

「夏の夕焼け1day キャンプ」の様子



問 こども家庭課
☎0869-24-8015



こんな「こどもひろば」があったらいいな。

皆さんの声もお待ちしております！

「こどもひろば」の開催に関する詳しい情報はこちら▶ 市ホームページ「子育て応援サイト」

「こどもひろば」を企業版、個人版のふるさと納税で応援してください。詳しくはこちら▶ 瀬戸内市ふるさと納税ポータルサイト

子育て関連情報



瀬戸内市青少年健全育成推進大会

次代を担う子どもたちへ

次代を担う子どもたちが、高い志と意欲を持つ自立した人間として他者と協働しながら未来を創り出す力を身に付けることができるよう、家庭・地域・学校が互いの役割を認識しつつ連携を強化し、サポートする力を養うため、瀬戸内市青少年健全育成推進大会を開催します（事前申し込み不要）。

- ▽日時 11月23日（土・祝）午後1時～午後3時30分（午後0時30分受付開始）
- ▽場所 ゆめトピア長船
- ▽内容 「明るい家庭づくり」作文表彰および発表
- ・講演会
- ▽参加費 無料（手話通訳・要約筆記あり）
- ▽定員 444人
- 問 社会教育課 **☎0869-34-5601**

「明るい家庭づくり」作文表彰・発表

■時間 午後1時～午後1時20分

市内の小・中学生、保護者を対象に募集した、家族の役割や家庭のあり方などを題材にした「明るい家庭づくり」作文の市優秀賞受賞作品の表彰および発表を行います。

講演会

■演題 「子は育ち、親も育つ。楽しまなくっちゃもったいない」
■時間 午後2時～午後3時30分 ■講師 高野 優氏

育児漫画家・イラストレーターで社会人、大学生の三姉妹の母である高野優氏を招き、漫画を描きながら講演するというユニークなスタイルで育児に関する講演会を行います。



講師：高野 優氏



虐待かもと思ったら「189」

こんなときには、「189」にすぐお電話ください

11月は「児童虐待防止推進月間」

189（いちはやく） 気づいてあげて そのサイン



お住まいの地域の児童相談所につながります（通話料無料）。※一部のIP電話からはつながりません。

深刻な児童虐待事件が後を絶たず、全国の児童相談所の児童虐待相談対応件数も増加しています。

「189（いちはやく）」は、子どもたちや保護者のSOSの声をいち早くキャッチするために、虐待かもと思ったらすぐに児童相談所に通告・相談できる全国共通の電話番号です。

○「189」にかけると、お近くの児童相談所につながります。

○「189」には匿名で通告・相談ができ、通告・相談をした人やその内容に関する秘密は守られます。

▼いつも子どもの泣き声・叫び声や保護者の怒鳴る声が聞こえる

▼不自然なげが（あざ・打撲・やけど）などが見られる

▼衣服や体が極端に汚れている

▼元気がなく表情が暗い

▼食事を与えられていない

▼子どもや家族に暴力を振るっている様子が感じられる

▼小さい子どもを家に置いたまま、よく外出している

▼子育てがつかなくて、つい子どもにあたってしまう

▼近くに子育てに悩んでいる人がいる

また、虐待を受けたと思われる子どもや子育てに悩む保

護者がいたときは、「189」だけでなく、市町村にも匿名で通告・相談ができます。

児童虐待の通告を受けた児童相談所、市町村では、虐待から子どもを守るとともに、子育てに悩む家庭を支援します。

子育てに関して不安なことや気になることがあるときは、一人で悩まず、ご相談ください。

通 相 児 童 相 談 所 全 国 共 通 タ イ ヤ ル **☎189（いちはやく）**

通 相 こ ど も 家 庭 課 **☎0869-24-8006**

相 家 庭 児 童 相 談 室 **☎0869-24-8007**

保育園・こども園の入園募集

保育園・こども園への入園を希望する人は申込案内を確認し、次のとおり申し込んでください。なお、見学を希望する場合は事前に施設への連絡が必要です（見学は必須ではありません）。

▷入園要件

1. 保護者が就労などにより保育が必要な場合で、保育園・こども園での保育利用を希望する場合
2. 1以外の3歳児～5歳児で、こども園での教育利用を希望する場合

▷受付期間 11月1日（金）～11月25日（月）

午前8時30分～午後5時15分（土、日、祝日を除く）

▷受付場所 新規・転園児（小規模保育事業所から連携施設転園も含む）・・・こども家庭課

▷申込書類配布場所 各保育園・こども園、こども家庭課、長船支所、牛窓支所、裳掛出張所

※入園案内・申込書類は10月28日（月）から配布予定です。事前に受け取り、必要書類を準備の上、受付期間内に提出できるようにしてください。

▷利用者負担額 前期（4～8月）・後期（9月～翌年3月）に分けて、保護者などの市民税額によって決定します。

▷その他 年度途中から入園希望の人もこの期間内に申し込んでください。ただし、出生前の申し込みはできません。また、書類に不足や不備などがある場合は、申込受付ができませんのでご注意ください。

☎こども家庭課 ☎0869-24-8004

公 私	区 分	園名	問い合わせ先 ・申込先☎	定員 (予定)人	入園対象年齢	教育時間	
						保育標準時間 保育短時間	預かり保育時間 延長保育時間
私 立	保	牛窓ルンビニ保育園	0869-34-2309	80	2カ月から就学まで	☎ 7:00～18:00	☎ 18:00～19:00
						☎ 8:30～16:30	☎ 7:00～8:30 16:30～19:00
	保	あいあい保育園	0869-34-9330	70	2カ月から就学まで	☎ 7:00～18:00	☎ 18:00～19:00
						☎ 8:30～16:30	☎ 7:00～8:30 16:30～19:00
	こ ど も 園	邑久ルンビニこども園	0869-24-1309	90	3歳児から就学まで	☎ 8:30～13:30	☎ 7:00～8:30 13:30～18:00
					2カ月から就学まで	☎ 7:00～18:00	☎ 18:00～19:00
長船ちとせこども園		0869-26-3988	100	3歳児から就学まで	☎ 9:00～13:00	☎ 7:00～9:00 13:00～18:00	
				2カ月から就学まで	☎ 7:00～18:00	☎ 18:00～19:00	
小	わくわく保育園	0869-24-8601	19	2カ月から2歳児まで	☎ 7:00～18:00	☎ 18:00～19:00	
					☎ 8:30～16:30	☎ 7:00～8:30 16:30～19:00	
小	小規模保育園 あかとんぼせとうち園 (R7.4.1開園予定)	086-206-2716	18	2カ月から2歳児まで	☎ 7:00～18:00	☎ 18:00～19:00	
					☎ 8:30～16:30	☎ 7:00～8:30 16:30～19:00	
公 立	保	邑久保育園	0869-22-0089	140	6カ月から就学まで	☎ 7:30～18:30	☎ 18:30～19:00
						☎ 8:30～16:30	☎ 7:30～8:30 16:30～19:00
	保	福田保育園	0869-22-0457	156	6カ月から就学まで	☎ 7:30～18:30	☎ 18:30～19:00
						☎ 8:30～16:30	☎ 7:30～8:30 16:30～19:00
	保	長船西保育園	0869-26-4401	126	6カ月から就学まで	☎ 7:30～18:30	☎ 18:30～19:00
						☎ 8:30～16:30	☎ 7:30～8:30 16:30～19:00
	保	長船東保育園	0869-26-3326	105	6カ月から就学まで	☎ 7:30～18:30	☎ 18:30～19:00
						☎ 8:30～16:30	☎ 7:30～8:30 16:30～19:00
	こ ど も 園	今城こども園	086-942-4351	121	3歳児から就学まで	☎ 8:30～14:00	☎ 14:00～18:00
					6カ月から就学まで	☎ 7:30～18:30	☎ 18:30～19:00
	こ ど も 園	裳掛こども園	0869-25-0769	50	3歳児から就学まで	☎ 8:30～14:00	☎ 14:00～18:00
					6カ月から就学まで	☎ 7:30～18:30	☎ 18:30～19:00
						☎ 8:30～16:30	☎ 7:30～8:30 16:30～19:00

保…保育園 小…こども園 小…小規模保育事業所 教…教育時間 保…保育標準時間 保…保育短時間

令和7年度 幼稚園・保育園・こども園

入園募集



幼稚園・保育園・こども園を利用するには、教育・保育の必要性に応じた「教育・保育給付認定」を受けることが必要です。教育・保育給付認定には、下表のとおり区分があり、市が認定する1～3号の区分に応じて、幼稚園・保育園・こども園などが利用できます。

なお、保育園・こども園に申し込む場合は、同時に幼稚園へ申込書類を提出することはできません。いずれか1つの施設を第1希望とし、指定の窓口へ申込書類を提出してください。

教育・保育給付認定の3つの区分

対象	認定区分	利用施設
満3歳以上の幼児について、幼稚園などでの教育を希望する場合	1号認定	幼稚園、認定こども園
満3歳以上の幼児について、「保育を必要とする事由」に該当し、保育園などでの保育を希望する場合	2号認定	保育園、認定こども園
満3歳未満の乳幼児について、「保育を必要とする事由」に該当し、保育園などでの保育を希望する場合	3号認定	保育園、認定こども園など

保育の必要量に応じた区分

2号、3号認定については、保育が必要な時間によって、「保育標準時間」認定と「保育短時間」認定に区分されます。

区分	内容
保育標準時間	保育園・こども園開所時間の内、園の指定する 11時間 の枠の中で、必要とする保育を利用できます。
保育短時間	保育園・こども園開所時間の内、園の指定する 8時間 の枠の中で、必要とする保育を利用できます。



幼稚園の入園募集

幼稚園は、幼児を保育し、幼児の健やかな成長のために適当な環境を与えて、その心身の発達を助長することを目的とする学校教育法に定められた教育機関です。入園手続きは、次のとおりです。各幼稚園に備え付けの書類に必要事項を記入し、入園を希望する幼稚園に提出してください。

▷対象者

- ①新3歳児（令和3年4月2日～令和4年4月1日生）
- ②新4歳児（令和2年4月2日～令和3年4月1日生）
- ③新5歳児（平成31年4月2日～令和2年4月1日生）

▷受付期間 11月18日（月）～12月6日（金）

※入園願、認定申請書は11月11日（月）から各幼稚園、総務学務課（牛窓支所内）で配布します。

幼稚園の募集定員と問い合わせ先・申込先

園名	問い合わせ先 ・申込先☎	定員 人			
		3歳児	4歳児	5歳児	預かり保育
牛窓東	0869-34-2104	20	30	30	20
邑久	0869-22-0027	40	60	70	30
国府	0869-26-3446	40	60	60	30
行幸	0869-26-3447	40	60	60	30
今城	令和3年度から今城こども園へ移行しました。				
牛窓西、美和	現在休園中です。総務学務課へお問い合わせください。				

※申し込みが定員を超える場合は、抽選となる場合があります。※申し込み人数によって、集団生活を通じての幼稚園教育が難しいと判断したときは休園となる場合があります。

☎総務学務課 ☎0869-34-5640

▷保育時間 月～金曜日（祝日を除く）

○3歳児 午前8時30分～午前11時30分（給食なし）

※6月からは月～水曜日が午後1時30分まで、9月からは月～金曜日が午後2時までの保育です。

※午後保育がある日は弁当を持参してください。

○4・5歳児 午前8時30分～午後2時（給食あり）

▷利用者負担額 無償

※給食費、材料費などは別途徴収します。

預かり保育について

幼稚園の保育時間終了後、希望する在園児を幼稚園で預かることができます。

預かり保育には、年間預かり保育と一時預かり保育の2種類があります。申込方法など、詳しくは入園を希望する幼稚園にお問い合わせください。

▷対象者 幼稚園へ通園する園児（3歳児～5歳児）

で保護者が預かり保育を希望する人

※3歳児は、午後保育がある日のみ預かります。

▷保育時間 幼稚園降園時～午後6時

（長期休業中は、午前8時30分～午後6時）

※土・日曜、祝日、長期休業中の学校閉庁日、年末年始は利用できません。

▷預かり保育料

①年間預かり保育 月額6,000円（8月は10,000円）

②一時預かり保育 日額500円（8月は1,000円）

※請求により給付が受けられる場合があります。

詳しくは、総務学務課へお問い合わせください。

はつらつ教室で「元気づくり」を始めてみませんか？

☎ 瀬戸内市地域包括支援センター
(瀬戸内市社会福祉協議会内)
☎ 0869-24-7718

「元気づくり・仲間づくり」に興味のある人は、まずは地域包括支援センターに相談ください。はつらつ教室以外に「こんな通いの場があればいいな」という声もぜひお寄せください。



自主活動(はつらつ教室OB会)スタート

はつらつ教室終了後、それぞれのペースで活動を開始します。

はつらつ教室の開催
(週1回・全13回)

週1回の体操やレクリエーションを続けたい気持ちのある仲間が5人以上集まると、生活支援コーディネーターや保健師などが地域に出向き、はつらつ教室の立ち上げを手伝います。

地域包括支援センターに相談

生活支援コーディネーターとは
地域で支え合う仕組みを地域のひとと考え、課題解決の手伝いをする専門職です。

介護予防リーダーの皆さんが活躍しています

はつらつ教室OB会をはじめとする介護予防事業や地域を支えているのが介護予防リーダーです。
市では「介護予防リーダー養成研修」を開催し、現在約140人が研修を修了しています。「はつらつ教室」をはじめ市の介護予防事業に携わり、地域で活躍しています。

介護予防リーダーの声

自分自身の健康にもつながっています！

皆さんの笑顔が私の元気の源です

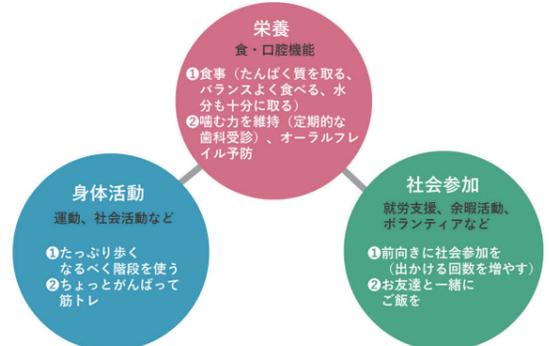
研修で習った脳トレ、レクリエーションで楽しんでいます

介護予防リーダーを募集しています！

自分の地域を元気にしたい人、自分の地域に「はつらつ教室」がなく、新しく集いの場を作りたい人は、地域包括支援センターにご連絡ください。

ミニコラム いつまでも元気に過ごすための3つの柱

いつまでも元気に過ごすための3つの柱は、「栄養(食・口腔機能)」、「身体活動(運動)」、「社会参加」です。
「栄養」「身体活動」「社会参加」は、心と体の健康を守るためにもとても大切な要素で、それぞれが互いに影響しています。どれか1つでも不足すると、心と体が健康な状態で過ごすことが難しくなります。
年齢を重ねても、いつまでも元気に過ごすために3つの柱を意識して、日常生活を送りましょう。



広げよう！介護予防の輪 はつらつ教室で 元気づくり・仲間づくり

☎ いきいき長寿課
☎ 0869-24-8869

市では、皆さんが高齢になっても住み慣れた地域で自分らしく生活できるよう、介護予防事業に取り組んでいます。介護予防事業を通じて「生きがい」や「やりがい」を見つけ、いつまでも元気な生活が送れるよう支援しています。
介護予防事業に興味のある人は、いきいき長寿課または地域包括支援センターにご相談ください。



はつらつ教室は、地域の皆さんと楽しく介護予防に取り組む「通いの場」の1つです。地域のコミュニティセンターなどを活用し、ストレッチや足腰を強くする「椅子でできる筋力トレーニング」などの運動、「栄養のバランス」「口の体操」などの講話やレクリエーションに取り組み、元気に過ごすために必要な介護予防の方法を学ぶことができる教室です。
教室終了後は、自主活動グループ「はつらつ教室OB会」となり、引き続き地域で介護予防に取り組んでいます。
歩いて行ける身近な場所に「はつらつ教室」があることで、高齢になっても住み慣れた地域で、いつまでも元気に過ごせることを目指しています。

はつらつ教室
はつらつ教室OB会
とは

市内の「はつらつ教室OB会」開催場所



● 週1回開催
◆ 月2~3回開催

市内 98カ所

- ・ 邑久町 55カ所
- ・ 牛窓町 16カ所
- ・ 長船町 27カ所

(令和6年8月現在)
※開催場所の詳細は、地域包括支援センターまでお問い合わせください。

お知らせ

マイナンバーカードと健康保険証の一体化

国から示されたマイナンバーカードと健康保険証の原則一体化の方針に基づき、令和6年12月2日から紙の健康保険証(以下、保険証)は発行されなくなり、医療機関などを受診する際は、次の①から③のうち、いずれかを提示してください。

- ①マイナ保険証(保険証として利用登録されたマイナンバーカード)
- ②紙の保険証(令和6年12月1日時点でお手元にある有効な保険証)
- ③資格確認書

次の人には申請いただくことなく資格確認書を交付します。
 ・マイナ保険証を持っていない人
 ・新たに岡山県の後期高齢者医療制度に加入した人
 ・後期高齢者医療制度に加入している人で資格情報が変更した人
 瀬戸内市国民健康保険、岡山県の後期高齢者医療保険に加入している人の紙の保険証は、保険証の発行が廃止される令和6年12月2日以降も、有効期限(最長で令和7年7月31日)が切れるまで引き続き使用することができます。

ただし、住所や自己負担割合など、保険証の記載事項に変更があった場合は、使えなくなりますので、マイナ保険証をご利用ください。

■マイナ保険証を利用するメリット

- ・医療費を20円節約できます。
- ・過去のお薬情報や健康診断の結果を見られるようになるため、身体の状態や他の病気を推測して治療に役立てることができます。

山火事に注意しましょう

冬から春にかけては空気が乾燥している上に、山では枯れた葉や枝がたくさん落ちて積もっています。この時期に火事が起きると、たちまち大きな山火事に発展してしまふ危険性が高くなります。火の取り扱いは、次のことに注意してください。

- ・風が強い時は、火気を使用しない。
- ・燃えやすいものの近くで火気を使用しない。
- ・たばこの吸い殻は投げ捨てず、携帯用灰皿で持ち帰る。
- ・火気を使用する時は、消火用の水を用意してから行いその場を離れない。
- ・火気の始末では、火が完全に消えたことを確認する。
- ・特にバーベキューなどで使用した炭は放置せず、しっかり消火する。
- ・山の樹木が広範囲に焼失してしまうと、その回復には長い年月が必要になります。大切な樹木を守るためにも、一

・限度額適用認定証等の交付を受けなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。

■加入する保険が変わったときは手続きが必要でず

加入する保険が変わった場合(国保から社保へ、社保から国保へ)、これまでと同様に手続きをしないと資格情報が変更になりません。国保喪失の手続きが遅れると、保険税が他の健康保険料と重複して請求されます。

また、他の健康保険に加入しているのに国保の保険資格で医療機関を受診した際は、その医療費を全額返さなければなりません。

社会保険資格を取得・喪失したときは、必ず保険の切り替え手続きをお願いします。

■国保年金医療給付課(国民健康保険)

0869・22・1790
 国保年金医療給付課(後期高齢者医療保険)
 0869・22・3958

スマートフォン緊急時自動119発信機能

近年発売されたスマートフォンやスマートウォッチには、事故や激しい衝撃を受けた場合に衝撃を検出し、一定時間操作がない場合、119番通報を自動で行う機能が搭載されているものがあります。設定を行っていない場合でも初期設定で自動通報が有効になっているものもあります。車の衝突事故が起きたとき以外にも、歩行中や自転車に乗ってスマートフォンを落としてしまったなどの衝撃により、気付かないうちにスマートフォンが自動で119番に発信してしまうケースが全国的に相次いでいます。

■必要がないのに119番が発信されてしまったら

119番通報を受けた消防機関では、「かけ間違い」か通報者が電話の繋がった状態で意識を失ったのかどうか、判断ができません。確認するため折り返し電話をすることや、位置情報を基



消防機関



市ホームページ

0869・22・1333
 消防本部通信指令室

第15回瀬戸内市総合防災訓練

市では風水害を想定し、避難訓練や救出救助、避難所運営訓練などを行います。市民の皆さんも積極的にご参加ください。

- ▽日時 11月17日(日) 午前9時から
- ▽場所 長船中学校
- 一般参加者の駐車場は、長船東保育園、長船B&G海洋センター、ゆめトピア長船です。ゆめトピア長船から訓練会場まではバスで送迎します。

避難行動要支援者名簿・個別避難計画の作成

一人の注意で山火事を防ぎましょう。

0869・22・1492
 消防本部警防課

市では、在宅の要介護者や障がいのある人など、災害時に自ら避難することが困難な人の情報を掲載した「避難行動要支援者名簿」を作成し、同意をした人の情報を、社会福祉協議会、警察、消防団、自主防災組織、民生委員児童委員に事前に提供することで、災害時の避難支援などに役立てています。

また、対象者ごとに、災害時の避難行動などをあらかじめ確認するための「個別避難計画」の作成を推進しています。

対象者には市から12月上旬に同意書と個別避難計画の記入様式を郵送しますので、危機管理課へ提出してください。また、対象者以外の人で名簿への登録などを希望する場合は、お問い合わせください。

整骨院や接骨院で柔道整復師の施術を受ける人へ

整骨院などの看板や広告に「各種保険取扱」とあっても、国民健康保険が使える場合と使えない場合があります。

施術を受ける際には、負傷原因を正確に伝え、国民健康保険の対象になるかどうか理解した上で受診しましょう。

【国民健康保険が使える場合】

- ・骨折、脱臼(緊急の場合を除き、あらかじめ医師の同意を得ることが必要です)
- ・打撲、挫傷(肉離れを含む)
- 【国民健康保険が使えない場合】
- ・日常生活による疲れ、体調不良や単なる肩こり
- ・スポーツなどによる肉体的疲労
- ・病氣(神経痛・五十肩・ヘルニアなど)からくる痛み



※必ず領収証を発行してもらい、金額の確認をしてください。
 ※市から施術内容をお尋ねすることがあります。

0869・22・1790
 国保年金医療給付課



昨年の防災訓練の様子

0869・22・3904
 危機管理課

【特定健診（個別健診）の受診期間】 **令和6年12月31日（火）まで**

40歳～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）」	
これから受診予定の人（個別健診）	12月31日（火） までに市、岡山市または備前市（一部を除く）の医療機関で受診してください。 ※受診の際は、事前に医療機関にお問い合わせください。
医療機関に通院している人	かかりつけ医に相談のうえ、診療情報の提供にご協力をお願いします。
医療機関で「人間ドック」を受けている人	全額自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。 ※市の特定健診や人間ドックを受けた人、職場などで人間ドックの補助を受けた人は除きます。

※「けんこう39健診」（20～39歳までの瀬戸内市国民健康保険被保険者）、「後期高齢者健診」（75歳以上の瀬戸内市後期高齢者医療被保険者）は市内医療機関のみで受診可能です。

令和7年2月に今年度最後の【未受診者健診】を実施します	
プレミアム国保総合健診（40～74歳のみ）	令和7年2月1日（土）（受付時間：午前8～11時） 人間ドック並みの検査内容となっており、オプション検査（別途料金）もあります。電話でお申し込みください。 ★本年度に年齢が40～74歳になる国民健康保険被保険者の人が対象です。
ワンコイン健診（集団健診）	令和7年2月2日（日）受付：午前8時30分～午前10時30分 電話またはハガキ（郵送済みの受診券に同封）もしくは右記二次元コードにて予約が可能です。予約なしでも受診できますが、予約者優先で受付します。

※両日ともにゆめトピア長船で実施します。

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40～74歳までの人を対象にした令和6年度の特健診（ワンコイン健診）は、

12月31日（火）で終了します。まだ受診していない人は、左表を確認し、早めに受診しましょう。
国保年金医療給付課
 ☎0869・24・7096

申込フォーム



ねんきんのおはなし♪

産前産後期間の国民年金保険料が免除されます

単胎妊娠の場合は出産予定日または出産日の前月から4か月間、多胎妊娠の場合は出産予定日または出産日の3か月前から6か月間、国民年金保険料が免除されます。

この免除期間は、保険料を納付したとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。また、付加保険料を納めることができます。

対象者は、国民年金第1号被保険者で平成31年2月1日以降に出産した人です。任意加入期間の人は対象になりません。

届出は、出産予定日の6か月前からでき、出産後でも可能です。また、平成31年2月1日以降に出産をしている人で届出をしていない場合は、今からでも手続きできます。届出の際、母子健康手帳など出産予定日が確認できるものを持参してください。

国保年金医療給付課 ☎0869-22-1790

岡山東年金事務所 ☎086-270-7925 『自動音声案内2→2』



障害者週間

12月3日（火）から9日（月）は「障害者週間」です。

障害者週間は、障害のある人の福祉について国民の関心と理解を深めるとともに、障害のある人が社会、経済、文化そのほかのあらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めるために定められています。

週間に合わせて「ヘルプマーク」と「ヘルプカード」について、ご紹介します。

ヘルプマークは、援助や配慮が必要なことが外見から分かりにくい人が、周囲に配慮を必要としていることを知らせるためのマークです。

ヘルプカードは、いざというときに手助けしてもらいたいことや自分の情報（障害などの特性や連絡先など）を記載するカードです。身につけておくことで、困ったときに周囲に手助けをお願いしやすくなります。

ヘルプマークやヘルプカード



瀬戸内市ヘルプカード



ヘルプマーク

秋季全国火災予防運動

「守りたい 未来があるから 火の用心」

11月9日（土）から15日（金）まで秋季全国火災予防運動が実施されます。

ドを身につけた人を見かけたら、公共交通機関で席を譲る、困っているようであれば声をかけるなど、思いやりのある行動をお願いします。

▽対象者 義足などを使っている人や内部障害の人、妊娠初期の人など、援助や配慮を必要としている人

▽交付・申請場所 福祉課・牛窓支所・長船支所・裳掛出張所

▽費用 無料

福祉課
 ☎0869・24・8847
 FAX 0869・24・8840

火災が発生しやすい季節を迎えるにあたり、市民一人一人が火災予防に対する意識を持ち、火災を起こさないようにしましょう。

・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。

・ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

・住宅用火災警報器を設置する。

・住宅用消火器等を設置する。

※感染症対策での注意点
 手指消毒のため消毒用アルコールを使用する機会などがあります。次の点に注意しましょう。

- ・引火しやすいので、火気の近くで使用しない。
- ・設置・保管する場合は直射日光が当たる場所や高温となる場所は避けましょう。
- ・室内の消毒や消毒用アルコールの詰替えなどにより可燃性の蒸気が滞留するおそれがある場合には、通気性の良い場所や換気が行われている場所で行いましょう。
- また、密閉した室内で多量の消毒用アルコールの噴霧を行うことは避けましょう。

業務時間外の外線電話対応が変わります

効率的な電話対応および職員の負担軽減を目的として、市役所本庁舎の業務時間外の外線電話対応に自動音声ガイダンスを導入します。

導入は10月30日（水）からで、自動音声ガイダンス対応となる時間帯は、平日午後5時15分から翌日午前8時30分まで、土曜日、日曜日、祝日および年末年始の終日です。

急ぎの用件などは、これまで同様にご対応いたしますので自動音声ガイダンスに従って操作してください。ご理解ご協力をお願いします。

総務課
 ☎0869・22・3909

LED防犯灯へ早めに取り替えましょう

蛍光灯は、製造に使用される水銀の国際規定により令和9年末までに製造と輸出入が廃止されます。

蛍光灯をLED化すると、二酸化炭素の排出量削減により環境への負荷を低減することができます。また、消費電力が少ないため電気料金を安く抑えることもできます。地域が管理する防犯灯（防犯灯管理番号Bで始まるもの）で蛍光灯の器具については、LED防犯灯への計画的な取り替えをおすすめします。

取り替えには、LED防犯灯設置事業補助金を活用することができます。詳細は、市ホームページをご確認ください。なお、地域が管理する防犯灯については、地域の電気契約などで詳細をご確認ください。

危機管理課
 ☎0869・22・3904



市ホームページ

狩猟期間のお知らせ

11月15日から狩猟期間が始まります。

狩猟期間は、原則として令和7年2月15日までですが、岡山県においてはイノシシとニホンジカに限って狩猟期間を1カ月延長し、令和7年3月15日までとしています。

狩猟期間中に野山へ出かける際には、目立つ色の服装を心掛け、わなの標識がある場所には近づかないようにするなど、十分注意してください。また、狩猟者は関係法令とマナーを守り、安全を最優先した狩猟を行ってください。

岡山県鳥獣害対策室
086-226-7439
岡山県備前県民局森林企画課
086-233-9832

狩猟期間中の捕獲補助金について

市ではシカおよびイノシシによる農作物などの被害を防止するため、狩猟期間のシカ

およびイノシシの捕獲に対する助成を行っています。

対象者
・瀬戸市内に住所を有する人で、当該年度において岡山県の狩猟者登録を行った人
・岡山県岡山区区猟友会瀬戸内市瀬戸内分会の会員

※鳥獣の保護および管理並びに狩猟の適正化に関する法律に基づき適正に捕獲をした人に限りです。
捕獲補助金の申請をお考えの場合は、事前に産業振興課までお問い合わせください。

0869-24-7221
岡山産業振興課

下水道へ早期に接続しましょう

下水道への接続は、下水道が使えるようになってから、くみ取り便所の場合は3年以上、浄化槽の場合は遅滞なく接続することが、下水道法で義務付けられています。

市内を流れる河川の水質改善など、市の良好な環境を守っていくため、ご協力をお願いします。

岡山水道施設課
0869-22-1326



市ホームページ

願います。

岡山水道課
0869-22-5151

水道水の水質検査結果

令和6年7月に、市内5地点で、水質基準項目(51項目)および水質管理目標設定項目(31項目)について水質検査を実施しました。その結果、全ての項目で基準値や目標値を下回っていません。

また、PFOS・PFOAも、福山浄水場5ナノグラム/L未満、長船水源地5ナノグラム/Lと、国の暫定目標値(PFOS・PFOAの合計が50ナノグラム/L)以下でした。

今後も継続的に水質検査を実施して、水道水の安全性を確認します。なお、検査結果の詳細は市ホームページで公開しています。

募集

女子野球タウン認定記念講演会

女子野球タウン認定を記念して、福岡ソフトバンクホークス元監督の工藤公康氏による講演会を開催します。

申し込み方法などの詳細は市ホームページをご確認ください。

日時 11月23日(土・祝)
午後6~8時
(午後5時30分受付開始)

場所 ゆめトピア長船
内容 開会行事、講演会
演題 「野球と私の人生」
参加費 無料(手話通訳・要約筆記あり)

定員 400人
※申込者多数の場合は抽選になります。



講師 工藤公康氏



市ホームページ

0869-34-5605
岡山社会教育課

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れば、嬉しいな」など興味がある人はどなたでも参加できます。

開催日 11月27日(水)
場所 瀬戸内市役所西棟1階

参加費 無料
申込方法 市ホームページをご確認ください。

申込期限 11月25日(月)



市ホームページ

0869-24-8015
岡山備前市・瀬戸内市結婚支援協議会(市こども家庭課内)

せとうちゼミナールを開催します

市では、次のとおりダイバーシティ推進に関する講座「せとうちゼミナール」を開催します。参加を希望する人は、事前にお申し込みください(いずれの会場も手話通訳・要約筆記・ヒアリンググループあり)。

【第1回】

NHK・Eテレ番組の監修を務め、各種メディアでも活躍中の哲学者、小川仁志氏の哲学カフェです。

日時 11月9日(土)
午後2時~午後3時30分

場所 ゆめトピア長船
演題 「哲学カフェ」ダイバーシティ社会とは何か?

講師 哲学者・山口大学国際総合科学部教授 小川仁志氏

定員 30人



第1回講師 小川仁志氏

0869-24-8015

【第2回】

トランスジェンダー当事者の臼井崇来氏に、自分らしく生きることについてお話しいただきます。

日時 12月3日(火)
午後1時30分~午後3時

場所 中央公民館(邑久)
演題 「多様性社会を楽しむ生きるキノのキノ」自分を信じる勇気、隣人を信じる勇気

講師 臼井崇来氏

定員 30人



第2回講師 臼井崇来氏



第2回申込フォーム

0869-22-3922
岡山ダイバーシティ推進室

子ども用品無料交換会

瀬戸内市社会福祉協議会では、次のとおり子ども用品無料交換会を開催します。まだ使える子ども用品を持ち寄って、お友だちに贈る感覚で交換しませんか?

日時 12月1日(日)
午前10時~午後3時

場所 瀬戸内市総合福祉センター(入場無料)

交換できるもの
・子ども服、靴、帽子全般(洗濯済みのもの)

・マタニティ用品、未開封のおむつ

・市内の保育園、こども園、幼稚園、小学校、中学校の制服と体操服(洗濯済みのもの)

・未使用の文房具、絵本、図鑑

募集方法 持参(市総合福祉センター、市社会福祉協議会長船・牛窓出張所、ゆめタウン邑久店)または郵送

※送料は発送者負担です。
0869-22-2940
岡山瀬戸内市社会福祉協議会

ウォーターサーバーのレンタル契約に注意!

消費生活 安心ほっとライフ

<相談事例>

- 携帯電話ショップなどのお店で、ウォーターサーバーの無料レンタルとミネラルウォーター(月額約3千円)の契約を勧められ契約した。
●スマートフォンから申し込み手続きをし、契約書は渡されていない。
●2カ月間利用したが、やはり必要ないので解約したいと思い事業者に連絡すると、解約料が1万円を超えると知って驚いた。

<アドバイス>

- ウォーターサーバーのレンタル契約は、サーバーのレンタル料は無料でも、実際は水を定期購入する契約です。
●水の購入を継続しないと解約料がかかることがあるので注意が必要です。
●本当に必要かよく考えましょう。
●契約内容や解約条件などもよく確認し、契約書は書面でもらうようにしましょう。
●場合によってはクーリング・オフができる可能性があります。
●困ったときはすぐに瀬戸内市消費生活センターにご相談ください。

消費生活相談窓口(生活環境課内)

0869-24-8011

※『消費者ホットライン 局番なし188(イヤヤ!)]でもつながります。



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

歴史講演会
宝物になった備前刀
—奉納刀剣、名物刀剣、注文打—

瀬戸内市は、かつて日本最大の刀剣産地として栄え、優れた刀剣を数多く生み出しました。本講座では、備前刀の名品の中でも、神に捧げられた「奉納刀剣」、造形や伝来に由来する名前をもつ「名物刀剣」、武将からの特別な依頼でつくられた「注文打」を中心に、日本刀の魅力を紹介します。

▷対象者 市内・市外問わず参加可

▷日時 12月7日（土）午後1時30分～午後3時（午後1時開場）

▷場所 ゆめトピア長船

▷講師 佐藤寛介氏（独立行政法人 国立文化財機構 東京国立博物館 学芸企画部企画課特別展室室長）

▷定員 400人（先着順）

▷参加費 無料

〒瀬戸内市歴史まちづくり財団
☎0869-24-7788 FAX 0869-24-7008



瀬戸内市 はっくつ!

シーサイドマルシェ

ノートルダム清心女子大学の学生が初めて企画する瀬戸内市の魅力発信マルシェ！見渡す限りの海と瀬戸内市に関係するさまざまなお店が出店します。牛窓の海風で回る風車のワークショップもしています！

食・海・風—瀬戸内市の魅力をたくさんの人に肌で感じてほしい！そんな熱い思いを持った学生が開催するマルシェにあなただも“ちょっと”行ってみませんか？詳しくはnopakのInstagramをご覧ください！

▷日時 11月16日（土）正午～午後5時（小雨決行）
※雨天時は11月17日（日）に延期

▷場所 県営棧橋（牛窓町牛窓3910-3）

Instagramアカウント (@_nopak_12) へお問い合わせください▶

瀬戸内市学生等チャレンジ補助金採択事業

瀬戸内市 はっくつ!

シーサイドマルシェ

ノートルダム清心女子大学の学生が初めて企画する瀬戸内市の魅力発信マルシェ！見渡す限りの海と瀬戸内市に関係するさまざまなお店が出店します。牛窓の海風で回る風車のワークショップもしています！

食・海・風—瀬戸内市の魅力をたくさんの人に肌で感じてほしい！そんな熱い思いを持った学生が開催するマルシェにあなただも“ちょっと”行ってみませんか？詳しくはnopakのInstagramをご覧ください！

▷日時 11月16日（土）正午～午後5時（小雨決行）
※雨天時は11月17日（日）に延期

▷場所 県営棧橋（牛窓町牛窓3910-3）

Instagramアカウント (@_nopak_12) へお問い合わせください▶

文芸コーナー (敬称略)

秋晴れに夢のせ走る代々木の地
久安佐江子（邑久町北島）

雨追ふてそびらの日射し虹を生む
的場 松葉（牛窓町長浜）

夜半ば目覚め聞こゆる虫の声
原野信一郎（牛窓町牛窓）

秋風に今朝の空すみ渡る
野口 慶子（牛窓町牛窓）

鈴虫の宿は裏庭夜々豊か
後藤 靖子（牛窓町牛窓）

アゼ道でトンボにバツタ秋近し
服部 文枝（邑久町大窪）

お月見団子
うさぎとすずきのよや過ごす
川野 富子（邑久町尻海）

祈るだけ能登に向かって手を合わす
服部 敬一（邑久町大窪）

秋彼岸車窓から見るふる里へ
木も草なべて繁りに繁る
上山 幸子（邑久町豊安）

いわし雲千載一遇にも似たる
暑き夏より抜け出して秋
舟積田紀子（牛窓町鹿忍）

朝のしじまに香るコーヒー
桂舟道人（邑久町山田庄）

幼き日ゴジラモスラの映画見て
夢を咲かせた秋の夕暮れ
大倉 衛（長船町飯井）

瀬戸内市の味

ブロッコリーは今は旬です

ブロッコリーと豚しゃぶのおろし和え

■材料（2人分）

- ブロッコリー（1/2株）
- 豚肉（しゃぶしゃぶ用）（100g）
- 酒（大さじ1）
- 塩（小さじ1/2）
- 大根おろし（1/2カップ）
- ポン酢しょうゆ（大さじ1～2）

■作り方

- ①ブロッコリーは小房に分ける。茎は皮を厚めにむき、棒状に切る。
- ②鍋に湯をわかして酒を加え、豚肉をさっとゆでてざるに上げる。
- ③ゆで汁のアクを除き、塩を加えて①をゆで、ざるに上げて水気をしっかり切る。
- ④ボウルに豚肉、ブロッコリーを入れ、ポン酢しょうゆで味を付ける。大根おろしを加えて混ぜ、器に盛る。

■アドバイス
ブロッコリーの茎にも栄養があるので、捨てずに使いましょう。

今月のレシピは 瀬戸内べじたぶる 健康づくり推進課 ☎0869-24-8031

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 11月21日（木）午後2～3時

▷場所 瀬戸内市民病院

▷テーマ コツコツ防ごう 骨粗しょう症

▷講師 岩野麻衣子氏（看護師）

▷定員 20人

▷参加費 無料

▷申込期限 11月20日（水）

〒瀬戸内市民病院 ☎0869-22-1234