



【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）	<b>12月31日（火）</b> 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年度の特定健診（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。



費用 無料  
 福祉課  
 ☎0869・24・8847  
 FAX 0869・24・8840

**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。

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、火災を起ささないようにしましょう。

- ・ 飛沫防止用シートの設置は火気や熱源となるものから距離をとりましょう。
- ・ ストープは、燃えやすいものから離れた位置で使用されるときは、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が、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



市ホームページ

**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。

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」という気持ち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」
講師 白井崇来氏
定員 30人



第2回講師 白井崇来氏



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
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。



1	金				
2	土	瀬戸内市誕生 20周年記念式典 9:30~12:00 ゆめトピア長船 ④瀬戸内市スポ協ゴルフ大会 9:00 長船カントリークラブ			
3	日	文化の日 ④歩こう会 播磨・竜野コース 7:52発 邑久駅			
4	月	振替休日			
5	火		休替	休替	
6	水				
7	木	⑧窓口業務の時間延長 17:15~19:00 瀬戸内市役所			
8	金	⑥精神保健福祉相談 13:30~15:00 瀬戸内市役所			
9	土	せとうちゼミナール (本紙15ページ) 14:00~15:30 ゆめトピア長船			
10	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 ④スポーツウエルネス吹矢岡山東地区交流会 9:00 邑久 B&G 海洋センター ④瀬戸内市秋季野球大会 2日目 8:30 邑久スポーツ公園・長船スポーツ公園 ④瀬戸内市秋季ソフトバレーボール大会 7:00 牛窓中学校 ④瀬戸内市後期卓球大会 8:30 長船スポーツ公園			
11	月		休替	休替	
12	火				
13	水	⑦1歳6カ月児健診【対象:令和5年4月生】 13:15~13:45 ゆめトピア長船			
14	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7月生】 13:15~13:45 ゆめトピア長船 年金相談 (本紙16ページ) 10:00~12:00、13:00~15:00 瀬戸内市役所			
15	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			
16	土				
17	日	瀬戸内市総合防災訓練 (本紙11ページ) 9:00~ 長船中学校			
18	月		休替	休替	
19	火				
20	水	⑦乳児健診 (4カ月児)【対象:令和6年6月生】 13:15~13:45 ゆめトピア長船			
21	木	①②行政・なやみごと相談 10:00~12:00 瀬戸内市役所			
22	金	①②行政・なやみごと相談 10:00~12:00 長船支所			
23	土	勤労感謝の日 ④瀬戸内市ダブルステニス大会 8:30 邑久スポーツ公園・長船スポーツ公園	休館日(展示替え)	休替	
24	日				
25	月				
26	火	③育児相談 9:30~11:00 ゆめトピア長船			
27	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5月生】 13:15~13:45 ゆめトピア長船			
28	木				
29	金	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			
30	土				

- 「第17回お守り刀展覧会」  
★同時開催「大和守安定〜『壬生義士伝』から広がる世界〜」  
⑦ (10月1日~11月17日)
- 「(仮題)発掘された刀剣」 (11月30日~2月11日)
- ⑧「マリー・ローランサン展 - 私が愛したパリ -」 (11月1日~12月22日)

問い合わせ・予約先など

- 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
  - 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
  - 育児相談 (乳幼児に関する相談)**  
☎健康づくり推進課 ☎0869-24-8061
  - 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
  - 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
  - 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
  - 子どもの健診**  
☎健康づくり推進課 ☎0869-24-8061
  - 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
  - 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。
- 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
- ④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/>



**12月2日(月)が納付期限の市税・保険料**  
市県民税【3期】 国民健康保険税・介護保険料【5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10月1日現在、かつこ内は前月比》  
人口 36,195人 (-4) 男 17,564人 (+5)  
世帯 16,275世帯 (+22) 女 18,631人 (-9)

知っ得!せとうち便

▽開館時間 午前9時30分~午後5時  
▽観覧料 一般1500円、団体(20人以上)・65歳以上1300円、小・中学生500円

▽開催期間 11月1日(金)~12月22日(日)

▽開催期間 11月1日(金)~12月22日(日)

▽観覧料 一般1500円、団体(20人以上)・65歳以上1300円、小・中学生500円

▽開館時間 午前9時30分~午後5時

**催し物**

瀬戸内市立美術館 展覧会

マリー・ローランサン展  
- 私が愛したパリ -

マリー・ローランサンは、1883年にパリで生まれ20世紀前半に活躍した女性画家です。ピカソ、ブラックなどの交流からキュビズムの影響を受けた時期もありましたが、後にパステル調の淡い色調と優美なフォルムが特徴の優しい画風となり、パリで活躍した芸術家の間でも輝く存在となりました。時代と共に変わりゆく彼女の作品を約37点紹介します。

▽開館時間 11月1日(金)~12月22日(日)

▽観覧料 一般1500円、団体(20人以上)・65歳以上1300円、小・中学生500円

▽開館時間 午前9時30分~午後5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)

▽場所 瀬戸内市立美術館

■関連イベント

▽日時 期間中の毎週日曜日 午後1時30分~

▽場所 瀬戸内市立美術館

▽参加費 無料(参加には美術館の鑑賞券が必要です)

【岡山県民文化祭「文化がまちにある!」プログラムin備前】  
事業 特別記念コンサート

▽日時 11月9日(土) 午後2時~午後3時15分

▽場所 牛窓町公民館

▽定員 先着200人

▽参加費 無料

▽申込 不要

【マリー・ローランサン美術館館長 吉澤公寿氏による講演会】

▽日時 11月17日(日) 午後1時30分~午後3時30分

▽場所 牛窓町公民館

▽定員 先着200人

▽参加費 無料(参加には美術館の鑑賞券が必要です)

各申込フォームはこちらから

美術館ホームページ



「接吻」(1927年ごろ)  
マリー・ローランサン美術館所蔵

▽日時 11月23日(土・祝) 午後5~6時

▽会場 瀬戸内市立美術館

▽定員 先着50人

▽参加費 無料(参加には美術館の鑑賞券が必要です)

▽申込方法 ホームページの申込フォームからお申し込みください。

術館の鑑賞券が必要です)

▽申込方法 ホームページの申込フォームからお申し込みください。

【マリー・ローランサンと音楽のタベ アコースティックライブ】

▽日時 11月23日(土・祝) 午後5~6時

▽会場 瀬戸内市立美術館

▽定員 先着50人

▽参加費 無料(参加には美術館の鑑賞券が必要です)

▽申込方法 ホームページの申込フォームからお申し込みください。

**相談**

「女性の権利ホットライン」強化週間

「女性の権利ホットライン」は、夫やパートナーからの暴力、職場などにおけるセクシユアル・ハラスメント、ストーカー被害、女性差別、離婚問題などの女性の権利問題に関する専用相談電話です。岡山県地方務局と岡山県人権擁護委員連合会では、次の7日間を全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間とし、女性をめぐる権利問題について電話相談を受け付けます。

▽期間 11月13日(水)から19日(火)までの7日間

▽受付時間 午前8時30分~午後7時

※土曜日・日曜日は午前10時~午後5時

▽相談担当者 法務局職員および人権擁護委員

▽女性の権利ホットライン ☎0570-070-810

**ミニ手話コーナー**

《手話で【生き物】を表現してみよう!!》

イラスト協力 ほんし

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

<b>イルカ</b> 両手を開いて指を揃えた状態で前後に並べた状態を2回繰り返して動かします(イルカが並んで跳ねている様子です)	<b>アヒル</b> 開いた両手のひらを下に向けて少し斜め後ろへ交互に上下させます(アヒルがペタペタと歩く様子です)	<b>象(ゾウ)</b> 右手をグーにして鼻の前あたりでヒョウヒョウとハの字を描きます(象の鼻が降られている様子です)
---	---	--

**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 11月14日(木) 午前10時~正午、午後1~3時

▽場所 瀬戸内市役所

▽相談料 無料

岡山県東年金事務所 ☎086-270-7925

「自動音声案内1番→2番」