

岡市民課
☎0869・22・1115

・市民課、牛窓支所、長船支所、裳掛出張所

▽サービス停止期間
3月9日(月)～22日(日)
▽サービス停止内容
・戸籍全部(個人)事項証明書、戸籍附票の発行
・戸籍証明書交付の利用者登録

▽サービス停止期間中の証明発行窓口

メンテナンスのため、コンビニ交付サービスを一時停止します。

戸籍のコンビニ交付を一時停止します

お知らせ

知っ得！
せとうち便

岡国保年金医療給付課
☎0869・22・1790



一般的に、開発費用が安く抑えられることから、先発医薬品に比べて薬の価格が安く なっています。

■ジェネリック医薬品とは
先発医薬品の特許が切れた後に販売される、同じ有効成分、同じ効能・効果を持つ医薬品のことです。

ジェネリック医薬品の利用を希望する人は、医師や薬剤師にご相談ください。

ジェネリック医薬品(後発医薬品)を利用することで、上手に薬代を節約できる場合があります。

春になると多くの人が悩まされる花粉症は、早めの受診で症状を抑えましょう。

花粉のシーズンが終わるまで薬を続けると費用がかさみますが、安価なジェネリック医薬品(後発医薬品)を利用することで、上手に薬代を節約できる場合があります。

ジェネリック医薬品を使ってみませんか？

「保育の必要性」がある人
・認可外保育施設、一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業を利用する人のうち、

「保育の必要性」がある人
・認可外保育施設、一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業を利用する人のうち、「保育

・幼稚園、認定こども園(幼稚園部分)の預かり保育を利用する人のうち、「保育

▽手続きが必要な人
3歳児から5歳児または市民税非課税世帯の0歳児から2歳児のうち次のいずれかに該当する人(令和8年4月から利用予定の人も含む)

無償化の対象となるためには、事前に「施設等利用給付認定」を受けることが必要です。認定を受けるためには、申請が必要ですので、対象となる人は手続きをしてください。

※年度ごとに申請が必要ですので、令和7年度に認定を受けている人も必要に応じて手続きをしてください。

幼児教育・保育の無償化の認定申請手続き

幼児教育・保育の無償化の認定申請手続き

宝くじの助成金で集会所、防災資機材を整備
一般財団法人自治総合センターが行うコミュニティ助成事業を活用し、邑久町保止自治会が集会所「保止遊楽館」を新築しました。

宝くじの助成金で集会所、防災資機材を整備
一般財団法人自治総合センターが行うコミュニティ助成事業を活用し、邑久町保止自治会が集会所「保止遊楽館」を新築しました。

岡総務学務課
☎0869・34・5640
岡こども家庭課
☎0869・24・8004

スケジュールなど詳細はこちら
市ホームページ

▽提出先
市内の幼稚園、他自治体の新制度未移行幼稚園を利用する人は総務学務課へ提出してください。

それ以外の人はこども家庭課へ提出してください。

この助成は、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な集会施設の整備、安全な地域づくりに対して行うもので、宝くじの受託事業収入を財源としています。

などの防災資機材を整備しました。



整備した防災資機材

保止遊楽館

岡企画振興課
☎0869・22・1031

岡危機管理課
☎0869・22・3904

こころのSOSに 気づこう

健康づくり推進課
☎0869-24-8031

3月は自殺対策強化月間です

3月は、進学や就職、転勤など、生活環境が大きく変動することが多い時期ということもあり、年間月別自殺者が多くなる傾向にあります。

日本における自殺者は、長期的にみると減少傾向にはあるものの、近年は若い世代の自殺者数の増加が問題となっています。自殺をはじめ、こころの健康に関する問題は、子どもから大人まで全世代が抱える問題になっています。

そのままにしておく…

ストレス反応が長く続く場合は、過剰なストレス状態に陥っているサインかもしれません。そのままにしておく、うつ病などのこころの病気につながる可能性もあります。こころやからだのSOSサインに早く気づき、自分に合った方法で対処できることが大切です。

サポートを求めてみよう

こころの不調は、誰にでも起こる可能性があります。「周囲に迷惑をかけたくない…」と一人で抱え込んでいませんか？誰かに話してみることで、少し楽になったり、解決の糸口が見つかったりすることもあります。あなたの周りに様子が心配な人がいたら、まずは一声かけてみてください。「いつもと様子が違うから心配」と声をかけてみるだけでも、悩んでいる人の気持ちは軽くなるかもしれません。

こころやからだの こんなSOSサインはありませんか？

からだ

- 頭痛 ●動悸や息切れ
- 食欲低下 ●不眠 など



こころ

- イライラ ●不安
- 気分の落ち込み など



行動

- 飲酒量や喫煙量の増加
- 仕事でのミス増加 など



一人で悩まずに相談してみませんか？ ご家族からの相談も受け付けています。

■保健師による相談

電話・面接・訪問で随時行っています。
健康づくり推進課
☎0869-24-8031

■こころの健康相談(要予約)

毎月1回実施 ※臨床心理士による相談
健康づくり推進課
☎0869-24-8031

■精神保健福祉相談(要予約)

毎月1回実施 ※精神科医による相談
岡山県備前保健所
☎086-272-3934

■岡山県こころの健康相談

月～金曜日
午前9時30分～正午、午後1～4時
※祝日・年末年始を除く
☎086-201-0828

■岡山いのちの電話(24時間受付)

☎086-245-4343

■厚生労働省ホームページ「まろうよ こころ」

悩みの内容や相談者の年代、相談したい時間に合わせて、相談先を選ぶこともできます。夜間に相談ができるところ、LINEやチャットで相談できる場所もあります。



厚生労働省
ホームページ

『急ぐ日も 足止め火をとめ 準備よし』
春季全国火災予防運動

3月1日から7日までの7日間、春季全国火災予防運動が実施されます。

春先は空気が乾燥し、風の強い日が多く火災が発生しやすい季節です。また、この時期は林野火災の発生件数も増加傾向にあります。火の元・火の取り扱いには十分注意し火災予防の意識を一層高め、火災から尊い生命と貴重な財産を守りましょう。

■住宅防火 いのちを守る10のポイント

【4つの習慣】

- ・寝たばこは絶対にやめる
- ・ストーブは燃えやすいものから離れた場所で使用する
- ・ガスコンロのそばを離れるときは、必ず火を消す
- ・コンセントは、ほこりを清掃し、不要なプラグは抜く

【6つの対策】

- ・火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用

- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器の設置、点検を行う
- ・寝具や衣類からの火災を防ぐために、防災物品を使用する
- ・火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置する
- ・お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法について確認する
- ・地域ぐるみの防火対策を行うために、防火防災訓練に参加する

■林野火災防止の注意点

- ・乾燥・強風の日は屋外で火を使わない
- ・枯草などのある火災が起こりやすい場所では、たき火をしない
- ・火から目を離さない
- ・消火用の水を準備する
- ・使用後は完全に消火する
- ・たばこの投げ捨て、火遊びは絶対にしない

図 消防本部予防課

☎0869・22・1493

高機能消防指令センター
本運用が始まりました

救急体制のさらなる充実を図るため、令和6年度から整備していた高機能消防指令センターが令和7年12月に完成し、本運用を開始しました。

老朽化した設備の更新を行い、車両誘導性能、情報伝達機能などが向上し、より早く確実に出動隊が現場へ到着できるようにになりました。

また、市の防災情報伝達システムへの文字情報送出機能も取り入れ、耳の不自由な人への情報提供も可能になりました。

今後も時代の変化や地域の実情に合った消防・救急体制の整備を進め、市民の生命と財産を守る取り組みを継続します。

■災害出動自動案内番号を次のとおり変更しました。

災害出動情報案内電話番号
☎050・1724・2119

図 消防本部通信指令室

☎0869・22・1333

募集

自衛官などを募集

防衛省では令和8年度各種自衛官などの募集を行っています。

入隊時期は令和9年3月下旬～4月上旬の予定です。詳しい資料などが必要な人はお問い合わせください。



岡山地方協力本部
ホームページ

図 自衛隊岡山募集案内所

☎086・224・2824

催し物

女子野球タウンイベント

市内に活動拠点を置く女子硬式野球チーム「瀬戸内ブルシャインズ」と「環太平洋大学女子硬式野球部」によるエキシビジョンマッチを開催します。

ぜひ、球場で球春の訪れを感じながら、女子野球の魅力を感じてください。

▽日時 3月20日（金・祝）

▽場所

邑久スポーツ公園野球場

▽イベント内容

- ・午前10時40分 開会
- ・午前11時 試合開始
- ・野球体験会（試合終了後午後2時ごろ開始予定）

▽参加費 無料（事前申込不要）
※スケジュールは変更する場合があります。最新情報は市ホームページをご確認ください。

図 社会教育課

☎0869・34・5605

ミニ手話コーナー ―手話で春を表現してみよう！―

タンポポ

立てた左の人差指に、指を開いて軽く曲げた右手をのせたら、右手だけをフワフワと動かしながら右上に移動させます。

※タンポポの種子が飛んでいく様子が表現されています。

てんとう虫

軽く人差指を曲げた左手の甲に[虫]、右手の親指と人差指の2指で作った輪を、場所を変えながら3回つけます。

※てんとう虫の模様のイメージです。

ちょうちん

開いた両手の親指を交差させて、4指をパタパタと上下させます。

※蝶々がとんでいるイメージです。

イラスト協力：
はっし

今月の手話の
動画はこちら



市ホームページ



キッチンカーも
出店予定！

ねんきん定期便のペーパーレス化にご協力ください

ねんきんのおはなし

日本年金機構では、年金制度への理解を深めることを目的として、国民年金または厚生年金保険の加入者（被保険者）の皆さんへ、「ねんきん定期便」を毎年誕生月にお送りしています。これまでの保険料納付額や年金加入期間、年金加入実績に応じた受給見込額などを確認することができます。

「ねんきんネット」にログインすれば、パソコンやスマートフォンで電子版「ねんきん定期便」をいつでも確認できます。ダウンロードができるため、年金記録の管理・保存に便利です。

「ねんきんネット」から紙の「ねんきん定期便」の郵送を停止することができます。紛失の心配がなく、環境にもやさしいペーパーレス化推進のため、ぜひ電子版「ねんきん定期便」をご利用ください。

「ねんきんネット」は、日本年金機構のホームページで「ねんきんネット」と検索するか、マイナポータルからアクセスしてください。

■電子版「ねんきん定期便」

国民年金または厚生年金保険に加入中の人が利用できます（20歳以上60歳未満で、年金未加入の人（年金加入義務のある人）を含む）。共済組合に加入中の人は、電子版「ねんきん定期便」を利用できません。

図ねんきん定期便・ねんきんネット専門ダイヤル ☎0570-058-555

受付時間 月～金 午前8時30分～午後5時15分（月曜日のみ午後7時まで）

第2土曜日は午前9時30分～午後4時

※休日、祝日（第2土曜日は除く）、12月29日～1月3日は利用できません。

詳しくは
こちらから▶



2026年 3月の予定

1	日	②歩こう会 神崎梅園・西大寺緑化公園コース 8:29発 邑久駅		
2	月		休替	
3	火			3月13日まで休館（改修およびメンテナンス工事）
4	水	⑦1歳6カ月児健診【対象：令和6年8月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
5	木	⑦2歳児健診【対象：令和5年11月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船 ⑧窓口業務の時間延長 17:15～19:00 瀬戸内市役所		
6	金			
7	土	②瀬戸内市スポーツウエルネス吹矢大会 9:00 B&G海洋センターサブアリーナ		
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 ②瀬戸内市シングルテニス大会 9:00 邑久スポーツ公園テニスコート		
9	月		休替	
10	火			
11	水	⑦乳児健診（4カ月児）【対象：令和7年10月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
12	木	⑤こころの健康相談 13:30～16:30 瀬戸内市役所		
13	金	⑥精神保健福祉相談 13:30～15:00 瀬戸内市役所		
14	土	②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		
15	日	縁結びサポーターによる相談会（詳細は本紙12ページ） 13:00～17:00 瀬戸内市役所		
16	月		休替	休替
17	火			
18	水	⑦3歳児健診【対象：令和4年9月生】 13:15～13:45 ゆめトピア長船		
19	木	①②行政・なやみごと相談 10:00～12:00 瀬戸内市役所		
20	金	春分の日		
21	土			
22	日			
23	月		休替	
24	火	③育児相談 9:30～11:00 ゆめトピア長船		
25	水	①②行政・なやみごと相談 10:00～12:00 牛窓支所		
26	木			
27	金	①②行政・なやみごと相談 10:00～12:00 ゆめトピア長船 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		
28	土			
29	日			
30	月		休替	休替
31	火			

⑦ テーマ展「魅了する刀剣―收藏品セレクション―」
（開催中～5月6日）

⑧「五山の名画と出会う―日本画巨匠展―」（3月14日～5月17日）

スポーツ協会からのお知らせ

歩こう会入会受付について

歩こう会会員の入会・更新手続きを次のとおり行います。受付日に手続きができない人は、邑久スポーツ公園事務局で随時受け付けします。

⑦日時 3月8日（日）午前9時～正午
⑦場所 ゆめトピア長船
⑦持ち物 旧出席カード（更新する人）

⑦瀬戸内市スポーツ協会 ☎0869-22-2211

HP <https://setouchi-taikyo.or.jp/>

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）】
①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）】
②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）
③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】
④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）】
⑤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）】
⑥岡山県備前保健所 ☎086-272-3934
- ⑦子どもの健診
⑦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。
⑧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。
⑨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）
⑩消費生活センター ☎0869-24-8011
- ⑪発達障害専門相談
要予約・相談日はお問い合わせください。
⑪福祉課 ☎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）】
⑫建築住宅課 ☎0869-22-2649
- ⑬備前長船刀剣博物館の行事
⑬備前長船刀剣博物館 ☎0869-66-7767
- ⑭瀬戸内市立美術館の行事
⑭瀬戸内市立美術館 ☎0869-34-3130
- ⑮瀬戸内市スポーツ協会の行事
⑮瀬戸内市スポーツ協会 ☎0869-22-2211
HP <https://setouchi-taikyo.or.jp/>



人の動き 《令和8年2月1日現在、かつこ内は前月比》

人口	35,836人	(-21)	男	17,391人	(-16)
世帯	16,377世帯	(+11)	女	18,445人	(-5)

お詫びと訂正

広報せとうち2月号3ページ「困ったときはお近くの民生委員・児童委員へ」において次のとおり誤りがありましたのでお詫びして訂正します。
長船地域 国府 山田・西岡氏名（誤） 浦上 普（正） 浦上 晋

瀬戸内市美術館
展覧会

企画展

「五山の名画と出会う―日本画巨匠展―」

本展では、近代日本画の巨匠で五山と呼ばれた東山魁夷、杉山寧、高山辰雄、加山又造、平山郁夫による日本画を紹介します。

五山はそれぞれ異なる時代背景やスタイルを持ちながらも、日本画の伝統を受け継ぎつつ現代的な視点で新しい芸術を創造し、日本画の新しい地平を切り開きました。

日本画の持つ深い奥行きと豊かな感性を感じ取ることが



東山魁夷「静夜（フィンランド）」

できる展示です。

▽開催期間 3月14日（土）

～5月17日（日）

▽観覧料

一般600円、団体（20人以上）・65歳以上500円、中学生以下無料

▽開館時間

午前9時30分～午後5時（入館は午後4時30分まで）

▽休館日

毎週月曜日（5月4日は除く）、祝日の翌日（4月30日（木）、5月7日（木））

▽場所 瀬戸内市立美術館

※設備改修工事のため3月13日（金）まで休館します。

⑩瀬戸内市立美術館

☎0869-34-3130

相談

あなたの結婚をサポートします！
縁結びサポーターによる相談会

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 3月15日（日）

午後1～5時（1組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

▽申込締切 3月9日（月）

※詳細はホームページをご覧ください。



市ホームページ

⑩備前市・瀬戸内市結婚支援協議会（こども家庭課内）
☎0869-24-8015

瀬戸内タウンミーティングを開催します

⑩秘書広報課
☎0869-24-7095

市民の皆さんと市長との意見交換の場として、次のとおり「瀬戸内タウンミーティング」を開催します。これからの瀬戸内市について、意見や提案をお寄せください。皆さんの参加をお待ちしています！

日時・場所

市内3カ所で開催します。内容は同じですので、どの会場に参加しても構いません（手話通訳・要約筆記あり）。

※2月8日の衆議院議員選挙の実施に伴い、1月号でお知らせした日程を変更しています。

2月28日 土

牛窓

10:00～12:00
牛窓町公民館
3階大会議室

2月28日 土

邑久

14:00～16:00
中央公民館
1階研修室

3月1日 日

長船

14:00～16:00
ゆめトピア長船
1階健康スタジオ

参加資格

瀬戸内市内に在住・在勤・在学している人

内 容

- ・市長講演「これからの瀬戸内市について」
- ・市民の皆さんと市長との意見交換



2月28日（土）の邑久会場はオンライン（Zoom）での開催も予定しています。参加申込など詳細はこちらから▶



市ホームページ