

令和5年 2月号 NO.203

広報あさくち



ふるさとで

気持ちあらたに



令和5年二十歳の集い



今月のピックアップ

令和4年分の所得税の確定申告と市県民税の申告

目次 CONTENTS



今月の表紙

1月8日に開催された「二十歳の集い」。
旧友や家族とふれ合い、あちらこちらで
笑顔がこぼれていました。

令和5年 二十歳の集い

対象者：平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの
293人 ※参加者は、うち221人



二十歳の集い実行委員の皆さん

テーマ「新時代～ASAKUCHI×FAMILY最強～」

支え合うことでどんな困難でも乗り越えていける
『ASAKUCHI×FAMILY』こそ『最強』の世代で
あり『新時代』の先駆者である！との思いが込めら
れています

令和5年二十歳の集い	2～3
令和4年分の所得税の確定申告と 市県民税の申告	4～5
これからは手放せない！マイナンバーカード	6
市立小中学校は4月から 小中一貫教育校(施設分離型)に！	7
あさくち情報ワイド	8～10
あさくちナイスショット	11
あさくち情報満載	12～19
としょかんだより	20
今月の星のたより	21
さわやかあいさつ！笑顔の源	22
休日当番医	22
今月の納税	22
住民の動き	22
健康づくり事業予定表	23
我が家のアイドル	24
「せいめいくんとドームくん」LINEスタンプ	24

浅口市民憲章

いのち輝く、心豊かな生活に努めます
文化と歴史、自然を大切に守ります
平和を愛し、国際理解を深めます



謝辞



記念品等の贈呈



静聴する参加者



恩師からのビデオメッセージ



1月8日、ふれあい交流館「サンパレア」で、「二十歳の集い」が行われました。
 今回は、成人年齢が18歳に引き下げられて以降、初の開催。会場では、晴れわたる空の下、凛々しいスーツ姿や華やかな振袖姿の参加者が旧友との再会を喜び合いました。

式典の前には、小・中学校の恩師からのビデオメッセージが上映され、参加者は当時間を懐かしんで歓声を上げていました。

式典では、来賓の方々による祝辞、記念品・花束の贈呈や、青木大知さんによる謝辞などが厳粛に行われました。

「未来への決意」では、保育士になる夢を叶えるため、勉学に励む遠藤悠月さんが、「子どもたちのために、出来ることを着実に積み重ね、精一杯努力します」と誓いました。

また、来年に二十歳を迎える代へと継承旗が引き継がれました。

人生の大きな節目を迎えた参加者にとって、喜びと周囲への感謝の気持ちを噛みしめる一日となったようです。

感謝と決意を胸に 未来へ向かって

山下 真耶さん (金光町)



苦楽を共にし、助け合ってきた友人、ご指導くださった先生方、温かく見守ってくださった地域の方々、支えてくれた家族に感謝の気持ちでいっぱいです。

自分の行動や発言に責任を持って、地域や社会に貢献できるような大人になります！

自分の行動や発言に責任を持って、地域や社会に貢献できるような大人になります！

北殿 雅樹さん (鴨方町)



このまちを支えていく一員として、今までいただいたご恩を行動で返せるよう、日々努力していきます。

将来の夢は、英語の中学校教師になり、部活動でサッカーを指導することです。生徒の気持ちに寄り添える教師を目指します！

渡邊 海里さん (寄島町)



生まれ育ったまちで今日を迎えられ、とても嬉しいです。

責任感のある大人になり、家族をはじめ様々な方に恩返しをしたいです。

将来は建築士として、地元寄島を盛り上げられるよう、日々精進します！

市県民税の申告

所得税に関すること 固玉島税務署 ☎ 086-522-3121

市県民税に関すること 固本庁税務課 ☎ 44-9040

◆自宅等からパソコン・スマートフォンでの申告を

申告会場は大変混み合います。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、自宅等からパソコンやスマートフォンでのe-Taxをお願いします。詳しくは、本紙17ページ「玉島税務署からのお知らせ」や国税庁ホームページをご覧ください。

◆申告をしなければならない人

所得税の申告	市県民税の申告
<ul style="list-style-type: none">● 給与所得者で<ul style="list-style-type: none">① 給与の年間収入金額が2,000万円を超える人② 1か所から給与の支払を受けている人で、給与所得および退職所得以外の所得の金額の合計額が20万円を超える人③ 2か所以上から給与の支払を受けている人で、主たる給与以外の給与の収入金額と、給与所得および退職所得以外の所得の金額の合計額が20万円を超える人(注) 給与所得の収入金額から、雑損控除、医療費控除、寄附金控除、基礎控除以外の各所得控除の合計額を差し引いた金額が150万円以下で、給与所得および退職所得以外の所得の金額の合計額が20万円以下の人は、申告の必要はありません。● 上場株式などに係る譲渡損失の繰越控除の特例など、一定の特例の適用を受けようとする人● 雑損・医療費・寄附金などの所得控除、住宅借入金等特別控除などの税額控除を受けようとする人	<p>所得税の申告書を提出しなかった人で</p> <ul style="list-style-type: none">● 個人事業・農業を営んでいる人● 地代・家賃・配当などの所得がある人● 給与所得者で、給与支払報告書（源泉徴収票）が勤務先から市役所へ提出されていない人● 医療費・寄附金控除等を受けようとする人● 国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している人（所得の有無にかかわらず18歳以上の人全員）

◆申告に必要なもの（主なもの）

<ul style="list-style-type: none">● マイナンバーカードもしくは通知カード、住民票の写しまたは住民票記載事項証明書【番号確認書類】● 運転免許証・パスポート・身体障害者手帳・在留カード・公的医療保険の被保険者証・年金手帳など ※いずれか1つ【身元確認書類】● 申告書の送付を受けている人は、その申告書 ※「確定申告のお知らせ」ハガキが届いている人は、そのハガキ● 給与所得者および公的年金受給者は、その源泉徴収票	<ul style="list-style-type: none">● 医療費控除を受ける人は、「医療費控除の明細書」または「セルフメディケーション税制の明細書」 ※事前作成必須。● 社会保険料控除を受ける人は、国民年金保険料控除証明書、社会保険料控除に係る納付済額通知書などの支払保険料の証明書● 生命保険料または地震保険料控除を受ける人は、それぞれの保険料控除証明書● その他、一定の特例を受けようとする場合は、それぞれ必要な書類
--	--

◆申告に当たっての注意事項

● 青色申告、住宅借入金等特別控除、雑損控除、株式・土地等の譲渡、暗号資産、本人死亡の場合の申告相談は、税務署でお願いします。

● 各会場にe-Taxコーナーを設けますのでご利用ください。電子申告するには、マイナンバーカードか、事前に税務署で取得したID・パスワードが必要です。（詳しくは、1月中旬に全戸配布したチラシ「玉島税務署からのお知らせ」や国税庁ホームページをご覧ください。）なお、マイナンバーカードは、申請から受取まで約1か月程度かかります。

e-Taxコーナーでは電子送信による提出のほかに、作成した確定申告書を印刷して、書面で提出することもできます。待ち時間の短縮が見込まれますので、e-Taxコーナーをご利用ください。

【所得税の確定申告が不要の人で、市県民税の申告が必要な場合】

3月16日（木）以降～4月中旬まで、本庁税務課にて受け付けています。感染症拡大防止のため、混雑緩和のご協力をお願いします。

申告に関する情報は
確定申告特集ページ
から



国税庁ホームページ



市ホームページ

～新型コロナウイルス感染症拡大防止にご協力ください～

【受付票等の事前作成】

- 受付票** … 受付をスムーズに行うため、事前に作成してください。
- 医療費控除の明細書** … 医療を受けた人・病院等ごとに集計し、事前に作成してください。
(注) 未作成の場合、申告を受け付けできません。
- 事業所得の収支内訳書** … 事業(農業・漁業など)所得の申告に関する伝票(出荷伝票)や領収書を集計し、事前に作成してください。
(注) 未作成の場合、申告を受け付けできません。



※受付票や明細書などは、市や国税庁のホームページからダウンロードできるほか、本庁税務課および各総合支所市民生活課の窓口でも配布しています。

【申告会場でのお願い】

- 37.5度以上の発熱がある人や検温にご協力いただけない場合は、受付をお断りさせていただきます。
- マスクの常時着用、入退場時に会場内にある消毒液での手指消毒をお願いします。
- 混雑状況によって、受付後から申告相談までの間は車などでお待ちいただく場合があります。電話や屋外への掲示でお呼びしますので、携帯電話やスマートフォンをお持ちの人は必ずご持参ください。

◆市役所での申告相談日程 (⚠️ 金光会場の場所は例年と異なります)

場所	鴨方会場 市役所3階会議室	金光会場 金光保健センター1階保健指導室	寄島会場 寄島総合支所2階会議室	
申告相談時間	9時～11時(受付時間:8時30分～11時) 13時～15時(受付時間:12時30分～15時)			
月 日 曜日	【申告相談対象地区】			
2	16 木	駅前団地東	占見新田(道木・福永)	この期間、寄島地区の人は鴨方・金光会場で申告可能
	17 金	駅前団地西	占見新田(駅胡麻屋)	
	20 月	市内全地区		この期間、寄島地区の人は鴨方・金光会場で申告可能
	21 火	みどりヶ丘	占見	
	22 水	六条院東	地頭下・須恵	
	24 金	六条院西	佐方	
	27 月	市内全地区		
	28 火	小坂東	大谷	
3	1 水	小坂西	上竹・八重	この期間、寄島地区の人は鴨方・金光会場で申告可能
	2 木	六条院中(駅前、六愛、修徳を除く)	下竹	
	3 金	市内全地区		この期間、金光地区の人は鴨方・寄島会場で申告可能
	6 月	地頭上・鳩ヶ丘	早崎・大浦・鏡・寄島新開 宮通・山根・尾焼・福井・柴木 東安倉 中安倉・西安倉・国頭 青佐・中新開・片本・三郎	
	7 火	本庄		
	8 水	益坂・駅前・六愛・修徳		
	9 木	深田		
	10 金	鴨方		
	13 月			
	14 火	市内全地区		
	15 水			

- ※2月20日(月)、2月27日(月)、3月3日(金)、3月13日(月)～15日(水)は鴨方会場のみです。
- ※混雑緩和のため、できる限り地区指定日でのご来場をお願いします。
- ※確定申告以外での来庁者も多く、駐車場の混雑が予想されます。ご理解とご協力をお願いします。
- ※玉島税務署では、1月30日(月)から申告会場が開設されています。

これからは
手放せない!

マイナンバーカード

カードで何ができるの?

本人確認書類や健康保険証として利用できるほか、コンビニでの証明書取得や新型コロナワクチン接種証明書の電子交付を受けることができます。

他にもメリット色々!



マイナンバーカード
総合サイト



締切間近!
マイナ
ポイント

2月末までにカードを申請した人は

カード取得後に最大20,000円分の
マイナポイントの申込みができます



- マイナンバーカードの新規取得等分 5,000円分※1・2
- 健康保険証としての利用申込み分 7,500円分※3
- 公金受取口座の登録分 7,500円分※3

※1 マイナポイントの申込み後、選択したキャッシュレス決済サービスでチャージまたは買い物をする必要があります。
※2 マイナンバーカードを取得した人のうち、マイナポイント第1弾の未申込者も含まれます。
※3 健康保険証利用申込み情報や公金受取口座登録情報を確認後、マイナポイント申込みで選択した決済サービスにポイントが付与されます。



サポート
充実!

出張申請所でカードの申請サポートを受けられます

買い物帰りや、地区の人やご家族となど、お気軽にご利用ください。



最新情報は
こちらから

2月の開催日と場所

4日(土)・5日(日) ▶ 寄島公民館
17日(金)~19日(日) ▶ 天満屋ハッピータウン鴨方店
25日(土)・26日(日) ▶ 金光公民館

時 間 9時30分~16時30分
持 ち 物 手ぶらでもOK!
QRコード付き申請書があれば
より簡単に手続きできます。

本庁市民課や各総合支所市民生活課などでも、
ポイント申込みやカードの申請をサポートします!



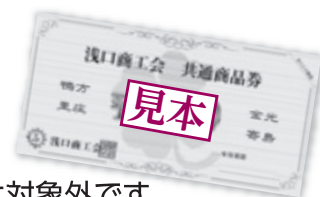
1月末までに
カードを取得
または申請

対象の市民1人あたり3,000円分の
浅口商工会共通商品券を配付します(申請不要)

配付方法 簡易書留で郵送(2月中)

※2月以降にカードを取得する場合はその際にお渡しします。

- 注 意
- 申請後、カード取得がまだの人は、6月30日(金)までにお受け取りください。
 - カード取得者のうち、1月2日以降に転入した人は対象外です。



関市マイナンバーカードコールセンター (平日9時~17時) ☎44-5450



市立小中学校は4月から 小中一貫教育校(施設分離型)に!



市では、子どもたちの「確かな学力」「豊かな心」「健やかな体」を育み、一人ひとりの可能性を最大限に伸ばすために、小中一貫教育に取り組んでいます。これまでも、保護者や地域の皆さまのご協力をいただきながら、「めざす子ども像の共有」や「小中一貫教育カリキュラムの作成」などを行ってきました。

令和5年度からは、中学校区ごとに**特色ある**小中一貫教育の機能をより高めていきます。

金光中学校区 『金光学舎』	鴨方中学校区 『あい・かもがた学園』	寄島中学校区 『寄島学園』
金光中学校	鴨方中学校	寄島中学校
金光竹小学校	鴨方東小学校	寄島小学校
金光小学校	鴨方西小学校	
金光吉備小学校	六条院小学校	

Q. 小中一貫教育校とは?

A. 小学1年～4年生を「前期」、小学5年～中学1年生を「中期」、中学2年～3年生を「後期」として、義務教育9年間を連続したものと捉え直すものです。

計画的・系統的な教育課程を編成し、子どもたちの能力や個性を引き出すことができる教育を行います。

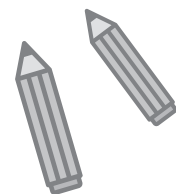
Q. 施設分離型とは?

A. 小学校と中学校の校舎が隣接しておらず、異なる敷地に設置されている小中一貫教育校のことです。

Q. 小中一貫教育で、何が変わるの?

- A. ● 小・中学校でめざす子ども像を共有し、教職員が一体となって子どもたちの「生きる力」の育成を図っています。
- 小学校高学年から、一部教科担任制を取り入れています。
- 中学校教員の専門性を活かした研修を小学校とともに進める等、教職員間の「連携」と「協働」が深まっています。
- 小・中学生がともに活動する機会が充実し、義務教育9年間の教育活動の連続性が高まっています。

詳しくは
市ホームページを
ご覧ください。



☎教育委員会事務局学校教育課 ☎44-7012

金光公民館 春の短期講座 金光おこわを作ろう

金光の特産青大豆を使ったおこわを一緒に作ってみませんか。

日時 3月8日(水)

9時～12時

場所 金光公民館

講師 金光おこわ伝達グループの皆さん

対象 市内在住または在勤の社会人

定員 15人

参加費 500円(材料代)

持ち物 エプロン、タッパー、三角巾、タオル、スリッパ等

申込み 3月1日(水)13時までに
問い合わせ先へ(電話可)

●希望者多数の場合、同日14時に公開抽選をし、郵送で結果を全員に連絡します。



〒金光公民館 ☎42-2845

プラネタリウムライブ 「かえりみち...よるのあおぞら」

プラネタリウムの美しい星空の下、情感あふれる歌声をお楽しみください。

日時 3月12日(日)

①12時～13時

②16時30分～
17時30分

場所 岡山天文博物館

出演者 ●きどよしこ&幸重洋平さん

●船守秀一さん

定員 各回25人(先着順)

※幼児以下の人の参加はご遠慮ください。

参加費 高校生以上1,500円

小・中学生500円

申込み 2月13日(月)から受付

問い合わせ先へ電話

または市ホームページ

から電子申請



市ホームページ

岡本庁産業振興課 ☎44-9035

所得・課税証明書をコンビニで取得できます！

2月1日(水)から、コンビニエンスストア等に設置してあるマルチコピー機(キオスク端末)で、マイナンバーカードを利用して本人の所得・課税証明書を取得できます。

利用できる人

市に住民登録があり、マイナンバーカードを持っている人

※証明書が必要な年度の1月1日に住民登録がない人や、未申告で市に課税資料がない人などは取得できません。

※利用者証明用電子証明書(数字4桁の暗証番号)を格納したマイナンバーカードが必要です。

取得できる証明書

本人の最新年度の所得・課税証明書

※過去の証明書や世帯の証明書が必要な人は、窓口にお越しください。

取得できる年度

令和4年度(令和3年中所得)証明書のみ

※令和5年度(令和4年中所得)証明書は6月から取得できます。

手数料

1通につき300円

利用時間

6時30分～23時

※年末年始(12月29日～1月3日)やシステムメンテナンス等の際は、利用できません。

利用できる店舗

マルチコピー機(キオスク端末)を設置している全国のコンビニエンスストア等



岡本庁税務課 ☎44-9040

高梁川流域働き方フェア

テレビ番組でおなじみの
ロンドンブーツ1号2
号の田村淳さんによる
「働くこと」に関するトー
クショーです。

日時 2月26日(日)
13時30分～15時
(開場:12時30分)

場所 倉敷市芸文館(倉敷市中央1丁目18-1)
対象 高梁川流域圏内に在住・通勤・通学の人
内容 「即動力～私たちの『はた楽』に必要な
ちから～」

参加費 無料

申込み 2月8日(水)までに
右記の二次元コードから申請
※申込みは1人ずつ。

※応募者多数の場合は抽選となり、結果
は、2月15日(水)のチケット発送を
もってお知らせ。



問株式会社ウルトラジェイ(受託事業者)
☎086-486-2243(平日10時～17時)

転出届は「マイナンバーカードで」 オンラインでもできます!

市外(国内)に転出する
際、マイナンバーカードを
利用してオンラインで転出
届ができるようになります。

(2月6日以降予定)

利用できる人

署名用電子証明書(英数字の暗証番号)が
有効なマイナンバーカードをお持ちの人
(自分以外の同一世帯員の手続きも可能)

注意

行政手続きのオンライン窓口「マイナポータル」
を通じて転出届を提出した後、転入先市区
町村の窓口で転入届等の手続きが必要です。



詳しくはこちら
デジタル庁「引越しワンストップサービス」

問本庁市民課 ☎44-9042



新型コロナウイルスワクチン接種は3月末まで

(1月19日時点)

令和4年度の新型コロナウイルスワクチン接種は3月31日(金)をもって終了します。
希望する場合は、市内医療機関または県内の接種可能機関での早めの予約・接種をお願いします。
※市の集団接種は終了しました。

【予約・問い合わせ先】健康推進課 ☎44-7114

※接種券を紛失した場合は、再発行できますので、お問い合わせください。
※市新型コロナワクチン接種コールセンターは1月末をもって閉鎖しました。



市ホームページ

【発熱外来】

●新型コロナウイルス受診相談センター
(備中保健所井笠支所) 平日9時～17時
☎0865-69-1675 ☎0865-63-5750

●新型コロナウイルス感染症電話相談窓口
(岡山県) 24時間対応
☎086-226-7877 ☎086-226-7817

感染症対策の徹底

場面に応じたマスク着用、手洗い、手指消毒、3密(密閉・密接・密集)
回避などの対策を引き続き行いましょう。

問健康推進課(健康福祉センター内) ☎44-7114



番組で紹介

市の認知症サポート体制

放送局 ゆめネット11ch 行政 (112ch)**日時** 2月1日(水)～2月28日(火)

6時～23時の毎時00分から15分間

内容 「知って安心 浅口市の認知症サポート」

近年、増加傾向にある認知症高齢者。

「予防したり、進行を遅らせるためには?」「もし、家族や自分がなったら?」…市のさまざまなサポートを知っておくことで安心につながります。

番組では、「健康コミュニケーション麻雀」や「認知症カフェ」、「安心みまもりシール」など、実際の活動の様子などをご紹介します。ぜひご覧ください。



岡地域包括支援センター
(健康福祉センター内) ☎44-7388

町家スプリングコンサート

江戸情緒あふれる町家で、弦楽器アンサンブルによるコンサートを行います。

ぜひ、優雅な音色をお楽しみください。

**日時** 3月11日(土) 13時30分～15時30分**場所** かもがた町家公園交流館**出演** 倉敷アカデミーアンサンブル**定員** 先着20人**申込み** 2月10日(金) 10時から電話で受け付け

岡かもがた町家公園 ☎45-8040

福祉ふれあい交流会
～笑顔でつながる浅口～

障害をお持ちの人や発達が気になる人と、その家族を対象とした交流会を開催します。

的当てや魚釣りゲーム、大型紙芝居、手話遊びなどを体験できます。

**日時・内容**

2月25日(土)

●ゲーム大会 10時～12時

●大型紙芝居 10時30分～11時

●手話遊び 11時～12時

場所 健康福祉センター 3階多目的ホール**定員** 50人程度(先着順)**申込み** 2月22日(水)までに、問い合わせ先へ電話またはファックス**主催** 市障害者自立支援協議会当事者・家族部会

岡社会福祉課(健康福祉センター内)
☎44-7007 ☎44-7110

YouTube「岡山天文博物館チャンネル」
新番組を公開中!

京都大学岡山天文台「せいめい望遠鏡」や国立天文台188cm反射望遠鏡で撮影した天体動画などを紹介する新番組を公開しています。

第1弾テーマ 皆既月食と天王星食

11月8日に起こった、442年ぶりの天体ショーについて、せいめい望遠鏡で撮影した動画とともに解説しています。



「天文王国おかやま あさくちチャンネル」をご覧ください。



岡岡山天文博物館 ☎44-2465



エコの意識まちに広がって ごみの減量・リサイクルに関する 標語コンクール表彰式

12月23日、健康福祉センターで、市内の小学校4年生を対象に行った「ごみの減量・リサイクルに関する標語コンクール」の表彰式が行われました。出席者は、最優秀賞・優秀賞・特別賞を受賞した5人です。

式の後、5人の作った標語が大きくラッピングされたごみ収集車が披露されました。

このごみ収集車は、約1年間、市内を巡回し、ごみの減量化やリサイクルを呼びかける広報に役立てられます。



ごみ収集車には、入賞作品が児童の手書きのままラッピング!

星に宇宙にわくわくいっぱい! 岡山天文博物館「冬のこどもまつり」

1月9日、岡山天文博物館で、「冬の子どもまつり」が開催され、市内外から多くの家族連れが訪れました。

来場者は、プラネタリウムやオリジナル缶バッジ作り、ビンゴゲームやクイズラリー等の特別イベントを楽しみました。

クイズラリーでは、「11月8日に起こった天文現象は?」や「太陽系の惑星は何個ある?」などの問題を、家族皆で楽しく考えていました。



クイズに挑戦!「今年卯年。『うさぎ座』はある?」

100歳おめでとうございます



小川 亥三武さん
(鴨方町)
【大正12年1月3日生】

催し・講座

ちびっぴらなたりっむ

日時 2月11日(土・祝)
25日(土)

場所 岡山天文博物館
対象 幼児と保護者
内容 プラネタリウム「たいようくんとおつきちゃん」と、にじの会による「楽しいおはなし会」

定員 20人
参加費 入場料と観覧料(幼児は無料)

● 投映中の出入りは自由。
岡山天文博物館
☎ 4412465



**君も望遠鏡博士になろう！
「せいめい望遠鏡見学ツアー」**

岡山天文博物館の隣にある「せいめい望遠鏡」のしくみや歴史をご紹介します。大きな望遠鏡を目の前で見てみませんか？
日時 2月4日(土)
23日(木・祝)

場所 岡山天文博物館
定員 各日先着10人
参加費 200円と入館料
申込み 問い合わせ先へ電話

● 望遠鏡の点検などにより、見学日時の変更および中止になる場合があります。
● 空きがある場合は当日受付を行います。
岡山天文博物館
☎ 4412465

**みんなで国際理解
Feel Free to Join's**

世界各国の人から話を聞き、異文化理解を深めましょう。
日時 2月25日(土)
13時30分～15時

場所 健康福祉センター
講師 グエン・ティ・フォン・アインさん(ベトナム出身)

参加費 300円
小・中学生…100円
幼児・外国人…無料

申込み 不要
岡山国際交流協会事務局
(教育委員会事務局ひとづくり推進課内) ☎ 4417001

**金光公民館 春の短期講座
アロマ香るエアスプレー
を作ろう**

アロマの香りのスプレーを部屋やマスク、枕元などにかけるだけで、呼吸が楽になります。
日時 3月11日(土)
10時～11時30分

講師 吉澤 陽子さん
対象 市内在住または在勤の社会人
定員 15人
参加費 500円(材料代)
申込み 2月28日(火)13時までに問い合わせ先へ(電話可)

● 希望者多数の場合、同日14時に公開抽選をし、郵送で結果を全員に連絡します。
金光公民館
☎ 4212845

西山拙斎顕彰書道展

郷土の先人・儒学者の西山拙斎の功績と人柄を偲び、西山拙斎に関する語句を毛筆で表現した作品を巡回展示します。

期間
① 2月4日(土)～2月16日(木)
② 2月18日(土)～3月2日(木)
③ 3月4日(土)～3月16日(木)
④ 3月18日(土)～3月21日(火・祝)

場所
① 中央公民館
② 金光公民館
③ ふれあい交流館「サンパレア」
④ かもがた町家公園
内容 市内在住または在学の小・中・高校生から募集した西山拙斎に関する文字の書を展示。

● 期間中、市ホームページにも作品を掲載します。
岡山教育委員会事務局ひとづくり推進課
☎ 4417055

有料広告

相続・遺言 不動産の名義変更

- 不動産の贈与・売買
- 相続登記
- 遺言書作成
- 新築登記・担保抹消
- 会社設立・役員変更

どんなことでもお気軽にご相談下さい。
司法書士が丁寧にお応えします。

友田司法書士事務所 ☎ (0865) 47-0064
鴨方町鴨方848 (鴨方中学校前)

有料広告

印鑑・ゴム印・各種印刷物・デザイン
あなたの大切なご印鑑をお彫りいたします
お急ぎの印鑑、間に合わせます!
既製品に無い別注ネームスタンプがその場で出来ます
緑が欠けた印鑑や使っていない印鑑の彫り直しもお気軽にご相談下さい。

改刻
高井印判店
TEL 0865-44-7799 里庄町里見5290-3 (鴨方天草公園前)

市文化財講座

「城殿山遺跡の発掘調査成果」

日時 2月26日(日)
14時～15時

場所 中央公民館
2階大講義室

内容

令和2年度に発掘調査された、鴨方町六条院西にある「城殿山遺跡」の調査成果を紹介します。調査では、1800年前の弥生時代の有力者の墓から、勾玉や鉄剣が出土しました。

今回の講座では、調査成果を通じて、当時の浅口と吉備中枢部との結び付きを紐解きます。

講師 渡邊 恵里子さん

(岡山県古代吉備文化財センター 総括副参事)

参加費 無料

定員 30人(当日先着順)

申込み 不要

岡教育員会事務局ひとづくり推進課
☎44-17055



おせらの折紙とむかしばなし

日時 3月1日(水)
13時30分～15時30分

場所 かもがた町家公園
交流館

内容 折紙と昔話

講師 かもがた町家管理組合むかしむかしの皆さん

参加費 無料

申込み 問い合わせ先へ

定員 先着10人

岡かもがた町家公園
☎45-18040

普通救命講習会Ⅰ

日時 ①3月14日(火)
②3月19日(日)

13時30分～16時30分

場所 笠岡地区消防本部
2階講堂

内容 成人の傷病者に対する心肺蘇生法講習

定員 各10人

申込み ①3月3日(金)
②3月9日(木)

※eラーニング修了者は、申し込みの際に修了者であることをお伝えください。

岡笠岡地区消防組合消防本部

警防課

☎0865-163-17122



募集

空家等対策計画(案)への意見(パブリックコメント)

市では、空家等に関する対策を総合的・計画的に推進するため、平成30年に空家等対策計画を策定しました。

計画期間の満了に伴い、これまでの取組みを整理するとともに、空家に関連した法律改正等を勘案した、より効果的な空家対策を推進していくため改定案を作成しました。このたび、本案に対する意見を募集します。

閲覧・意見募集期間

2月20日(月)～3月6日(月)
(持参の場合は平日8時30分～17時15分)

市ホームページでも閲覧できます。

閲覧場所

本庁まちづくり課

各総合支所産業建設課

対象(次のいずれか)

- 市内在住・在勤・在学の人
- 市に対し納税義務を有する人または法人

意見書の提出

所定の様式に必要事項を記入し、郵送・持参・メール・ファックスで提出してください。

岡本庁まちづくり課

☎44-19044
FAX 44-19477

自衛官候補生

防衛省倉敷地域事務所では、令和4年度採用の自衛官候補生を随時募集しています。受験資格などの詳細は、お問い合わせください。

岡防衛省倉敷地域事務所

☎086-422-17358
(平日9時～17時45分)



葬儀のことなら

葬祭ホール

絆

- 法要・小さなお葬式も承ります
- 他社会員の方もご相談ください
- いざという時の備えに事前相談
- 納得できる価格でお手伝い

24時間受付

TEL(0865)67-6767



吉相グループ お墓のことは吉相まで
TEL(0865)65-3606

有料広告

最下段は有料広告です。掲載している広告の内容などのお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

投票立会人候補者の募集

選挙の投票立会人候補者を募集します。幅広い世代から参加していただけるよう、若い世代の人もぜひご応募ください。

投票立会人とは

投票が公正で確実に行われているかを確認するため、投票所で立ち会いをする人のことです。選挙に関する詳しい知識は必要ありません。

立会期間

投票日当日（7時～18時）および期日前投票期間（8時30分～20時）のうち、希望する日

立会場所

当日投票所（自身の投票区の投票所）または各期日前投票所（本庁・金光総合支所・寄島総合支所）

報酬

当日投票所 9,300円/日
期日前投票所 9,600円/日
（所得税を源泉徴収します）

応募資格

市内在住で選挙権を有する人

応募方法

応募用紙を市選挙管理委員会事務局（本庁総務課内）で受け取り、必要事項を記入して提出してください。応募用紙は市ホームページからダウンロードすることもできます。



募集期間

随時、応募を受け付けています。ただし、選挙期日が近い場合は、その選挙への選任を見送ることがあります。

その他

応募用紙提出後に面接を行い、候補者として登録します。

閩市選挙管理委員会事務局（本庁総務課内）

☎44-7000



おしらせ

人権擁護委員が 委嘱されました

1月1日、筒井誠浩さん（鴨方町・新任）が、法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。任期は令和7年12月31日までです。人権・行政相談では、皆さまの人権に関するご相談にお応えします（詳しくは18ページへ）。

☎44-9042
閩本庁市民課

戦没者等のご遺族の皆さまへ 第11回特別弔慰金の支給

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日において、公務扶助料や遺族年金等を受けている人がいない場合に、第11回特別弔慰金が支給されます。期限までに請求をお願いします。

対象

戦没者等の死亡当時に一定の条件を満たす3親等内親族のうち、最も順位が先の1人

請求期限

3月31日（金）まで

請求窓口（請求書備え付け）

本庁市民課

金光総合支所市民生活課

寄島総合支所市民生活課

●請求書のほか、戸籍等の必要書類があります。詳しくはお問い合わせください。

閩本庁市民課

☎44-9042

閩金光総合支所市民生活課

☎42-7301

閩寄島総合支所市民生活課

☎54-5113

「金光・鴨方処理区」 公共下水道受益者負担金

金光・鴨方処理区の公共下水道受益者負担金第4期の納期限は2月28日（火）です。

閩本庁下水道課

☎44-9038

閩金光総合支所産業建設課

☎42-7303

有料広告

バレンタインジャンボミニ 7同時発売！ 1等・前後賞

バレンタインジャンボ 3億円

県内での宝くじの売り上げは、公園、学校などの教育施設の充実など、県民のみなさんの身近なところに役立てられています。宝くじは、「県内」でご購入ください。

発売期間 2/1(水)～3/3(金)

お問い合わせ先/岡山県総務部財政課 TEL:086-226-7231

TV番組、YouTube、TikTok、Instagram、サイネージ、企業・商品PRなど制作実績多数

映像SNS

企画▶撮影▶編集 ワンストップ対応 開設▶投稿▶分析 運用代行対応

認知度向上 新規顧客獲得 プランニング強化
クリエイティブでサポートいたします

代表：玉井祐次郎 TEL:070-7561-7415 Email: yujiro.tamal@gmail.com

有料広告

最下段は有料広告です。掲載している広告の内容などのお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

事業系一般廃棄物 ごみ処理手数料の改定

倉敷西部清掃施設組合清掃工場では、4月1日(土)から、事業系一般廃棄物のごみ処理手数料を次のとおり改定します。

【改定前】 136円/10kg
【改定後】 153円/10kg

岡倉敷西部清掃施設組合清掃工場
086-526-12338

交通事故を防ぎましょう

12月1日から1月6日まで、県下一斉に年末年始の交通事故防止県民運動が行われました。

ザ・ビッグ鴨方店入口前2か所では、交通事故防止のチラシや啓発用品を入れたもの



北村千代子さん
(浅口聴覚障害者協会)

- 「続く」
- ①両手の親指と人さし指で作った輪をつなぎあわせて、胸の前に置きます。
 - ②その手をそのまま前に動かします。



動画でも
確認できます

岡社会福祉課(健康福祉センター内)
☎44-7007 FAX44-7110

を来店者に配布しました。

参加者は、市交通指導員鴨方支部6人、玉島警察署交通課2人、交通警察協助力員4人です。

引き続き、交通事故防止へのご協力をお願いします。

岡本庁くらし安全課
☎44-9006

春季全国火災予防運動

春の火災予防運動が、3月1日〜3月7日まで全国一斉に実施されます。

日頃から家庭内で防火・防災意識を持ち、火の取扱いに十分注意しましょう。

また、住宅用火災警報器を正しく設置・管理しましょう。

令和4年度全国統一防火標語
「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

岡笠岡地区消防組合消防本部
予防課
☎0865-163-17121

合同林野火災消防訓練

笠岡地区消防組合では、迅速・適切な火災防衛活動のため、合同訓練を実施します。

※訓練中は、公園内の立ち入

りを一部制限させていただきます。

日時 2月19日(日)
9時30分〜12時

場所 笠岡市走出・山口地内

●かさおか古代の丘スポーツ公園内

参加機関

笠岡市消防団・浅口市消防団・里庄町消防団・岡山県消防防災航空隊・笠岡地区消防組合

岡笠岡地区消防組合消防本部
警防課
☎0865-163-17122

2月は北方領土返還運動全国強調月間です

「四島還せ! 声出し合って 動く今」

2月7日は、「北方領土の日」です。2月10日(金)にさん太ホール(岡山市)で

「北方領土返還要求岡山県民大会」、2月19日(日)まで岡山県立図書館で「北方領土パネル展」が行われています。

岡山県北方領土返還要求運動県民会議(岡山県総合政策局公聴広報課内)

☎086-1226-17158

有料広告

新倉敷メディカルスクエア

【診療科】

胃腸外科・内科・外科
肛門外科・整形外科
リハビリテーション科
皮膚科・泌尿器科

敷地内に、ケアハウスあいの泉・サービス付高齢者向け住宅あいの泉・有料老人ホームあいの泉・ショートステイあいの泉・デイサービスげんきなどを併設。

倉敷市玉島 1719

☎(086)525-5001

最下段は有料広告です。掲載している広告の内容などのお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

必ずチェック最低賃金！ 使用者も、労働者も。

岡山県内の最低賃金が改定されました。

地域別最低賃金	時間額	効力発生日
岡山県最低賃金	892円	令和4年10月 1日

特定最低賃金（岡山県内）	時間額	効力発生日
耐火物製造業	954円	令和4年12月30日
鉄鋼業	1,010円	令和4年12月 4日
一般機械器具製造業	972円	令和4年12月29日
電気機械器具製造業	932円	令和4年12月30日
自動車・同附属品製造業	956円	令和4年12月10日
船舶製造・修理業、船用機 関製造業	1,003円	令和4年12月28日
各種商品小売業	910円	令和4年12月11日

岡岡山労働局労働基準部賃金室 ☎086-225-2014
岡岡労働基準監督署 ☎0865-62-4196

**ごみの不法投棄は犯罪
です**
ごみを不法投棄すると、法律では、個人は、5年以下の懲役または1千万円以下の罰金もしくはその両方が科せられる場合があります。法人は、3億円以下の罰金が科せられる場合があります。
市では巡回パトロールを行っているですが、不法投棄されたごみの多くは、誰が捨て

岡本庁環境課
☎44-9043



たか分かりません。その場合、捨てられた場所の所有者が処分することになります。ごみは、適切な方法で処分しましょう。

医療と介護両方のサービスを長期間受ける人へ

高額医療・高額介護合算療養費制度

医療と介護、両方のサービスを長期にわたり重複して受ける世帯は、「高額医療・高額介護合算療養費制度」で負担を軽減することができます。

これは、世帯内の同一の医療保険の加入者について、医療と介護の負担が年額の限度額を超えた場合、申請をするとその差額が支給されるものです。

【国民健康保険・後期高齢者医療の

被保険者で対象となる場合】

- 2月中に郵便でお知らせが自宅に届きます。
- 令和3年8月から令和4年7月に医療保険に変更（社会保険から国民健康保険への変更など）があった人は、お知らせが届かない場合があります。右記の「自己負担限度額」を参考にして、該当する可能性がある場合、お問い合わせください。

問い合わせ先

《国民健康保険・後期高齢者医療に加入の人は》
岡本庁市民課 ☎44-9042

《協会けんぽ・組合管掌健康保険・船員保険・
共済組合加入の人は》

岡高齢者支援課（健康福祉センター内） ☎44-7113

●自己負担限度額（令和3年8月～令和4年7月の医療保険+介護保険）

70歳未満の人

所得区分	自己負担限度額
「所得」が901万円を超える	212万円
「所得」が600万円を超え901万円以下	141万円
「所得」が210万円を超え600万円以下	67万円
「所得」が210万円以下	60万円
住民税非課税世帯	34万円

70歳以上の人

所得区分	自己負担限度額
課税所得が690万円以上	212万円
課税所得が380万円以上690万円未満	141万円
課税所得が145万円以上380万円未満	67万円
課税所得が145万円未満	56万円
住民税非課税世帯（低所得Ⅱ）	31万円
住民税非課税世帯（低所得Ⅰ）	19万円

令和4年分 確定申告

スマホとマイナンバーカードでe-Tax!



申告納税	所得税および復興特別所得税・贈与税	令和5年3月15日(水)まで
	消費税および地方消費税(個人事業者) <small>事業者・住民税の申告期限: 令和5年3月15日(水)まで</small>	令和5年3月31日(金)まで

確定申告に関する質問はAIチャットボットの「ふたば」にご相談ください。



詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

確定申告 検索

申告書の作成手順は国税庁の動画サイトをご参照ください。

国税庁動画チャンネル NTA .ch

確定申告会場への入場には整理券が必要です。

(申告書等の提出のみ場合は不要です)

LINEなら事前発行できます。



整理券は各会場当日配付します。

税務署

岡玉島税務署 ☎086-522-3121



岡教育委員会事務局ひとづくり推進課 ☎44-7001

申込み 3月3日(金)までに金光公民館へ

※当日集金

参加費 1ペア2,000円

内容 A・B・C・Dクラス

対象 市内在住・在勤・在学者を含む中学生以上のペア

場所 金光スポーツ公園 テニスコート

日時 3月19日(日) 9時~(小雨決行)

※雨天時: 3月21日(火・祝)に延期

スポーツ大会ソフトテニスの部

スポーツ

岡教育委員会事務局ひとづくり推進課 ☎44-7001

申込み 2月18日(土)17時までに問い合わせ先へ

参加費 1チーム1,000円

内容 9人制で、男子が1~3人必ず参加

場所 天草公園体育館

日時 3月5日(日) 受付9時 開会9時15分

第43回親睦バレーボール大会

第43回親睦バレーボール大会

※開催未定分については、決まりしだいお知らせします。
岡教育委員会事務局金光分室 ☎42-12845
岡教育委員会事務局学校教育課 ☎44-17012
岡教育委員会事務局寄島分室 ☎54-13110

日	時	場 所
2月4日(土)	中止	金光公民館図書室
3月4日(土)	未定(※)	
2月4日(土)	9時~12時	健康福祉センター
2月25日(土)		
3月11日(土)		
3月25日(土)	中止	ふれあい交流館「サンパレア」
2月4日(土)		
3月4日(土)	未定(※)	

教育相談(要予約)
不登校、社会・学校不適応、一般育児問題など、子どもの健全な育成のために、臨床心理士が相談に応じます。相談は無料です。

相談

人権・行政相談(無料)

いじめ・差別・DV・児童虐待など人権に関する問題の相談に人権擁護委員が応じます。また、国・県・市などが行う行政施策に対する疑問、苦情、要望などの相談に行政相談委員が応じます。

日	時	場所
2月20日(月) 3月20日(月)	9時~11時	金光総合支所
2月17日(金) 3月17日(金)	13時~15時	浅口市役所
2月22日(水) 3月22日(水)	13時~15時	寄島総合支所

※申込み不要。いずれの会場でも相談を受けることができます。

岡本庁市民課

☎44-9042

無料法律相談(要予約)

土地・家屋のトラブル、金銭の貸借、夫婦間のもめごと

など日常生活で起きる様々な法律問題の相談に弁護士が応じます。(1人30分)

申し込みの際は、氏名、住所、電話番号、相談内容の番号(①相続②金銭③離婚④交通事故⑤不動産⑥その他)をお伝えください。

また、必要に応じて相手方の氏名(社名など)もお尋ねする場合があります。

日時 3月7日・28日(火)
13時~16時

場所 浅口市役所

対象 市内在住者

申込み 2月8日(水) 8時
30分から予約受付開始(電話のみ)

※同じ人からの相談は、年度内1回まで。

※市行政に関わる相談などは不可。

岡本庁市民課

☎44-9042



出張ハローワーク(要予約・無料)

就職・職業相談、求人情報の提供、紹介状の発行、履歴書の書き方指導などハローワーク笠岡の職員が対応します。

また、13時から託児所を設けることができますので、予約時にお申し込みください。

日時 2月3日・17日(金)
3月3日・17日(金)

10時~15時(12時~13時は除く)

場所 健康福祉センター

対象 市内在住者

申込み 問い合わせ先へ(託児は10日前まで)

岡本庁市民課

☎44-9042

サポステ出張相談(要予約・無料)

くらしき地域若者サポートステーション(通称「サポステ」)は、中学校卒業後、様々な要因で無業状態にある若者の職業的自立(復学を含む)を支援する機関です。就労や自立に関する悩みなどの相談に応じます。

日時 2月21日(火)

場所 健康福祉センター
14時~16時
市内在住の15~49歳の働くことや将来について不安を抱えている人やその家族

申込み 問い合わせ先へ

くらしき地域若者サポートステーション

☎086-486-5162

認知症介護者の会ささえあい

認知症の人を介護する家族が日頃抱えている悩みや不安を話し合う会です。

日時 2月28日(火)
10時~11時45分

場所 健康福祉センター

対象 3階多機能研修室

認知症の人を介護する家族や、認知症介護の経験を持つ家族

内容 座談会・情報交換等

申込み 不要

岡地域包括支援センター

(健康福祉センター内)

☎44-7388

あなたの街で会いましょう! 弁護士無料相談会

岡山弁護士会では、弁護士事務所がない県内市町村で、無料相談会を開催します。

日時 2月28日(火)
13時~17時

場所 健康福祉センター

相談時間 30分以内

申込み 不要

岡岡山弁護士会

☎086-223-4401

酒害相談(無料)

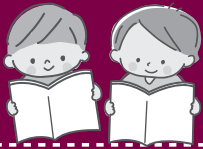
日時 2月5日・19日(日)
3月5日・19日(日)

場所 金光公民館

申込み 不要

岡中国断酒修養会

☎090-4105-1945



としょかんだより



すいせん図書



「幾千年の声を聞く」
青羽 悠／著 中央公論新社

世界の中心にそびえる巨大な「木」。人々は枝の上に家を建て、各地から人が集まった。やがて国ができ、文明が生まれたが、他国から訪れた学者は、その「木」は本来地球には存在しないものだ気がつき…。



「せかいでいちばんおおきなネコ」
風木 一人／作 絵本塾出版

とっても大きな黒いネコがいる。どれくらい大きいかわかる？イヌよりもライオンよりも大きい。「でも、ゾウよりは小さいでしょ？」いやあ、もっともっと大きい。「まさかトラックくらい？」もっともっと。ずーっと大きい。どれくらいかというところ…。

新着本

(所蔵館についてはお問い合わせください。)

- えほん
 - ・はやくおきちゃった サワイ ワタル
 - ・きょうりゅうバスでがっこうへ リウ スーユエン
 - ・ちいさいひなた 山田 美津子
 - ・みち 三浦 太郎
 - ・くまの子ウーフのたからもの 神沢 利子
- こどもの本
 - ・奉還町ラブソディ 村中 李衣
 - ・クイズ研究会チームスリー まはら 三桃
 - ・ぐうたら魔女ホーライ来る！ 柏葉 幸子
 - ・かいけつゾロリのおやじギャグ & なぞなぞ大じてん 原 ゆたか
 - ・ほんとうにあったふしぎな話 桜井 信夫
- おとなの本
 - ・特殊清掃人 中山 七里
 - ・老害の人 内館 牧子
 - ・秘密にしていたこと セレステ イング
 - ・バカと無知 橋 玲
 - ・CONTACT ART 原田 マハ

2月

休館日のお知らせ

○は休館日

鴨方図書館

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

金光さつき図書館

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

寄島図書館

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

2月25日～28日は蔵書点検

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、内容が変更・中止となる場合があります。

行事予定

金光さつき図書館 (☎42-6637)

- おはなしおもちゃばこ (3歳～小学生)
日時 2月4日(土) 11時～11時30分
場所 絵本コーナー
- おはなしおもちゃばこ piccolo (0～2歳)
日時 2月17日(金) 11時～11時20分
場所 絵本コーナー

寄島図書館 (☎54-3144)

- おはなしのふね (0～2歳)
日時 2月10日(金) 10時30分～11時
場所 絵本コーナー
- 絵本と紙芝居のたまたま箱 (3歳～小学生)
日時 2月18日(土) 10時30分～11時
場所 多目的室

鴨方図書館 (☎44-7004)

- 紙芝居とおはなしの会 (3歳～小学生)
日時 2月18日・25日(土)
14時～14時30分
場所 えほんのへや
- ぴよちゃんくらぶ (0歳～2歳)
日時 2月9日(木)
10時30分～11時
場所 えほんのへや
- ぬいぐるみのおとまり会 (2歳～小学生)
日時 2月4日(土) 16時～17時
5日(日) 9時～17時(お迎え)
場所 絵本コーナー
定員 先着8人 ※要申込(電話可)
- 鴨方図書館40周年記念講演会
日時 2月18日(土) 14時～16時
場所 中央公民館 2階大講義室
内容 「鴨方藩 二万五千石の成立と展開」
講師 谷一 尚 さん
定員 先着30人 ※要申込(電話可)
- 鴨方図書館40周年記念展示
期間 2月1日(水)～2月26日(日)

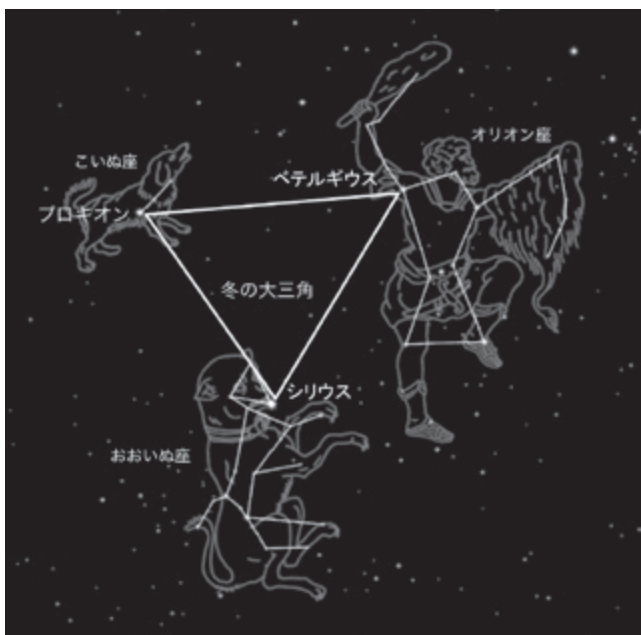
市の星「シリウス」

市では、平成28年に市の星を「シリウス」に制定しました。



「シリウス」ってどんな星なの？

おおいぬ座の1等星シリウス



ステラナビゲータで作成

おおいぬ座の口先で輝くシリウスは、ギリシャ語で「焼き焦がすもの」という意味があります。その名を表すように、全天にある1等星の中で最も明るい星です。

オリオン座のベテルギウス、こいぬ座のプロキオンとともに「冬の三角」の星としても知られています。

肉眼で見ると1つの星ですが、実際には約-1.5等級の「シリウスA」と約8.5等級の「シリウスB」がお互いに重力的な影響を与え合っている連星です。



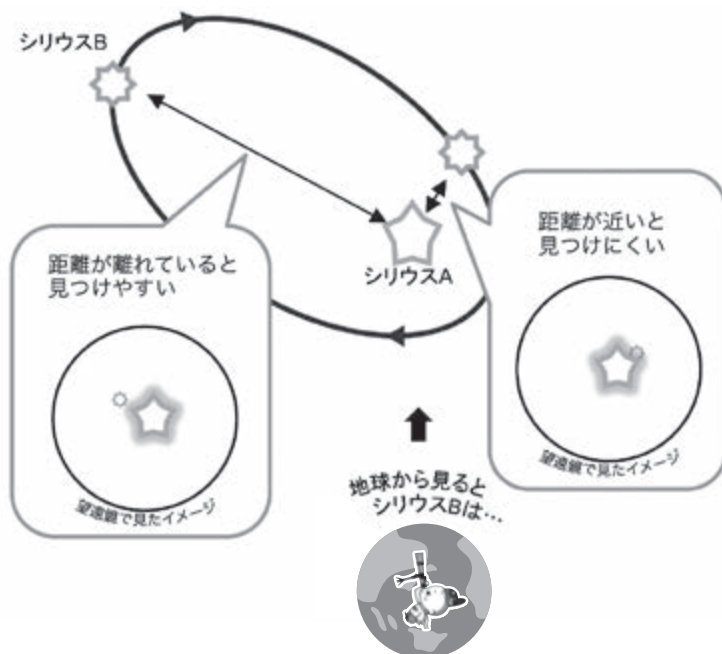
シリウスはもともと明るいうえに、地球からの距離が約9光年と近いから、明るく見えるんだ。

連星の「シリウスB」

シリウスBは、地球の2倍の大きさですが、質量は太陽と同じくらいという高密度の天体です。約1億2,000万年前に星の一生を終えた“白色矮星”だと考えられています。

シリウスAの周りを楕円軌道で回っているため、地球から見たときに、シリウスA・Bの距離が変化します。

2つの星の距離が近いと、明るいシリウスAにシリウスBが隠されてしまいますが、2021年～2024年頃までは距離が離れているため、シリウスBの観察チャンスです。



2019年に撮影された「シリウスA」と「シリウスB」



今が観察の絶好のチャンス！ぜひ望遠鏡で見てみてね。

第3回 子育てアドバイス ～卒乳のタイミング～

1歳を過ぎる頃、個人差はありますが、エネルギーや栄養のほとんどを食事から摂れるようになります。

むし歯を予防し、口を育てるためにも、1歳半を目安に、母乳や哺乳瓶の卒業を目指しましょう。

【卒乳のポイント】

- 生活リズムを整えて、1日3食の習慣づくり…母乳やミルク以外の食べ物に慣れ、噛めるようにしましょう。母乳やミルクは時間を決めて、お腹がすきやすいリズム作りをしましょう。
- コップやマグを使っての水分補給の練習…初めは口の広い浅めのお椀等で練習してみましょう。

●授乳に代わる寝かしつけの方法…日中は身体を動かし、就寝時は絵本読みや抱っこ等を試してみましょう。数日すると、授乳なしでも寝付けるようになることが多いです。



卒乳は、お子さんや家族の体調や環境が落ち着いている時が最適です。お子さん一人ひとり、タイミングや方法が違うため、家族が疲弊することも少なくありません。

子育てで困ることがあれば、市の育児相談等をご利用ください。

閩健康推進課（健康福祉センター内） ☎44-7114

おいしく楽しく♪ ～Let's Try! 簡単レシピ～

余っているお餅で！ レンジで簡単！チョコ餅



材料と分量（6個分）

- 餅……………1個（50g）
- 牛乳……………20ml
- ミルクチョコレート……………40g
- ミルクココア（粉）……………適量

- ① 餅は4等分に、チョコレートは細かく刻んでおく。
- ② 大きめの耐熱容器に餅と牛乳を入れて、ラップをかけ電子レンジ（600W）で約1分半加熱する。耐熱性のゴムベラで混ぜる。
- ③ ②にチョコレートを加えて、溶けるまでよく混ぜ合わせる。
- ④ ラップにミルクココアをふり、③をのせ、さらに上からミルクココアをふる。成形して冷蔵庫で30分冷やす。冷やしたら6等分に切り分ける。

～ memo ～

- ★お正月に余った餅を使って簡単に作ることができます。
- ★時間が経つと固くなるため、なるべく早めに食べましょう。
- ★ホワイトチョコレートと抹茶パウダーで作るのもおすすめです。

閩健康推進課（健康福祉センター内） ☎44-7114

【栄養成分値3個あたりの目安】

- エネルギー：178kcal
- たんぱく質：2.8g 脂質：7.5g
- 炭水化物：25.5g 食塩相当量：0.1g

休日当番医

（診療時間は9～17時）

- 休日に、けがをしたり急病になった人のための診療です。急患ではない場合は平日に受診しましょう。
- 休日当番医は変更になることがあります。当日に電話等で確認し、事前に症状を説明のうえ、かかりましょう。

2月 5日(日)	よりしま中西医院	寄島町	☎54-2324
2月11日(土祝)	白神医院	寄島町	☎54-2025
2月12日(日)	にいつクリニック	里庄町	☎64-3622
2月19日(日)	磯川内科医院	里庄町	☎64-2001
2月23日(木祝)	ほかま医院	金光町	☎42-6616
2月26日(日)	すくすくこどもクリニック	鴨方町	☎44-5400
3月 5日(日)	金光病院	金光町	☎42-3211

市内から里庄町の病院に電話をかける時は、市外局番（0865）をつけてください。

今月の納税

税目	固定資産税	第4期
	国民健康保険税	第8期
	介護保険料	第8期
	後期高齢者医療保険料	第8期
納期限	2月28日（火）	

住民の動き

令和4年12月末現在
（住民基本台帳人口）

男	16,244人（-12）
女	17,138人（-21）
計	33,382人（-33）
世帯数	14,425世帯（+4）

（ ）内は前月比

健康づくり事業予定表

閩健康推進課
 (健康福祉センター内)
 ☎44-7114

詳しくは、令和4年度 浅口市健康づくりガイド「おとなの健康編」・「妊娠～親子の健康づくり編」でご確認ください。

今後の新型コロナウイルスの感染拡大状況に応じて、中止・延期となる場合がありますので、ご了承ください。随時、市ホームページでおとなのけんしん、子どもの健診・教室等の開催状況を掲載しますので、ご確認ください。



月 日	受付時間	場 所	注 意 事 項
-----	------	-----	---------

～各種相談～

■健康相談・育児相談…保健師・管理栄養士が健康づくりや育児の相談に応じます。

2月15日(水)	9:30～11:30	健康福祉センター	市内全地区／要申込
----------	------------	----------	-----------

■心の相談…精神科医師が、心の健康や病気の相談に応じます。

2月 2日(木)	10:00～11:30 (9:30～番号札配布)	健康福祉センター	市内全地区／新規の人は要申込
3月 2日(木)			

～子どもの健診・教室～

■マタニティクラス…妊婦さんとそのご家族が安心して赤ちゃんを迎えるための教室です。※託児はありません。

2月20日(月)	13:15～13:30	健康福祉センター	市内全地区／要申込／定員：7組／内容：第2回〔歯科医師による妊娠中のお口のケアと一生大切な歯のお話・お口のチェック(希望者のみ歯科健診・歯周病チェック)、管理栄養士による妊娠中に大切な栄養と食事のお話〕
----------	-------------	----------	---

■はじめまして子育てルーム…第1子で1歳のお誕生日までのお子さんと保護者が対象です。

2月10日(金)	13:15～13:30	つどいの広場のびっ子	市内全地区／要申込／定員：7組／内容：育児についてのお話、育児相談(保健師)、親子のふれあい(保育士)、体重測定、フリートーク
----------	-------------	------------	---

※次の健診・教室は、約3週間前に案内を郵送しています。届かない人、都合が悪い人はご連絡ください。

■乳児健診

2月 1日(水)	12:45～14:45	健康福祉センター	対象：令和4年9月11日～令和4年10月20日生まれ
----------	-------------	----------	----------------------------

■1歳児すくすく教室

2月17日(金)	12:45～14:45	健康福祉センター	対象：令和4年3月5日～令和4年4月30日生まれ
----------	-------------	----------	--------------------------

■1歳6か月児健診

3月 9日(木)	12:45～14:45	健康福祉センター	対象：令和3年7月20日～令和3年8月31日生まれ
----------	-------------	----------	---------------------------

■2歳6か月児歯科健診

2月22日(水)	12:45～14:45	健康福祉センター	対象：令和2年7月24日～令和2年9月3日生まれ
----------	-------------	----------	--------------------------



1歳になりました！
我が家のアイドル
令和4年1・2月生まれ



りゅう しんと 龍 心渡くん (1月11日生まれ)
かねもと ゆあ 金本 優空ちゃん (2月4日生まれ)



りゅう とうご 龍 到吾くん (2月10日生まれ)
りゅう ゆうご 龍 悠吾くん (2月10日生まれ)
やました ひろの ちゃん 山下 ひろののちゃん (2月14日生まれ)
みやけ すい 三宅 穂ちゃん (2月24日生まれ)
たに たもね 谷田 百音ちゃん (2月28日生まれ)
みずかみ るい 水上 累くん (2月28日生まれ)

ご家庭のアイドルを募集しています！

広報あさくちにお子さんの写真を載せませんか。市に住民票がある令和4年4月生まれのお子さんの写真を2月末までに電子申請またはEメール、郵送にてお申し込みください。郵送の場合は写真の裏面に保護者の氏名・連絡先、子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・住所・性別を明記してください。また、Eメールの場合は、タイトルを「我が家のアイドル」とし、本文に各項目を記載し、jpegファイルで送信してください。なお、応募された写真は返却しません。

電子申請：市電子申請サービスによるお申し込みは右記二次元コードをご利用ください。



Eメール：hisyoseisaku@city.asakuchi.okayama.jp
送り先：〒719-0295(住所不要)浅口市役所秘書政策課

★岡山天文学博物館マスコットキャラクター★

好評販売中 LINEスタンプ

『せいめいくんとドームくん』



天文のまち あさくちのキュートなスタンプ
全16種120円。LINE STOREまたはLINEアプリ内スタンプショップにてお求めください★
岡本庁秘書政策課 ☎44-9037