

令和4年 **12**月号 NO.201

# 広報 **あさくち**



442年ぶりの 皆既月食×惑星食の天体ショー!



特別観望会「皆既月食を見よう」  
が開催されました

今月のピックアップ

作るなら今! マイナンバーカード

障害者週間特集～誰もが住み慣れたまちで安心して暮らせるために～

## 目次 CONTENTS



### 今月の表紙

11月8日、太陽・地球・月が一直線に並び、月の全体が地球の影に入る「皆既月食」と、天王星が月の影に隠れる「惑星食」が442年ぶりに同時に起こるといふことで、全国各地が注目。

市内で行われた特別観望会には、約90人が市内外から訪れました。この日をとても楽しみにしていたという子どもは「月が赤銅色になって不思議だった。吸い込まれるようだった」と嬉しそうに話していました。

作るなら今!マイナンバーカード	2~3
確定申告の準備をお早めに	4~5
障害者週間特集	6~7
あさくち情報ワイド	8~11
あさくちナイスショット!!	12~13
あさくち情報満載	14~19
としよかんだより	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
令和5年二十歳の集い	24
プラネタリアム冬番組	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

# マイナンバーカード

## 作るなら今!



### これからの暮らしに、手放せない一枚!

- 本人確認書類になる
- コンビニで各種証明書が取得できる
- 健康保険証としても使える
- 新型コロナワクチン接種証明書の電子交付に利用できる
- オンラインで行政手続き
- マイナポータルでもっと便利に
- 民間サービスでも使える



マイナンバーカード  
総合サイト

岡市マイナンバーカードコールセンター  
☎44-5450  
[受付時間] 平日9時~17時





市独自

# 1月末までのマイナンバーカード申請で 3,000円分の商工会共通商品券!

マイナンバーカードの普及促進、地域経済の活性化や物価高騰等の影響による経済的負担への支援のため、対象の市民に1人あたり3,000円分（500円×6枚）の浅口商工会共通商品券を配付します。

**利用可能店** 浅口商工会加盟の取扱店（約330店舗）※商品券配付時に一覧表を同封

対象者	条件	受け取り方
マイナンバーカードをお持ちの人	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 令和5年1月1日時点で、マイナンバーカードを取得している市民 ※カードが有効であること</li> <li>● 令和5年1月中に、マイナンバーカードを受け取った市民</li> </ul>	2月以降に、対象者へ簡易書留で郵送します ※配達完了は2月末予定 ※申請不要
マイナンバーカードを新規に取得する人	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 令和5年1月31日までに、マイナンバーカードを申請し、令和5年2月1日から6月30日までにカードを受け取った市民</li> </ul>	マイナンバーカード交付時にお渡しします

全国  
共通

# 12月末までのマイナンバーカード申請で 最大20,000円分のマイナポイント!

- マイナンバーカードの新規取得等で5,000円分
- 健康保険証としての利用申込みで7,500円分
- 公金受取口座の登録で7,500円分

締切直前は、窓口の混雑が予想されます。  
申請手続きはお早めに!

## 出張申請所で申請をサポート中!

12月の開催予定

日	場所	時間	日	場所	時間
1			17	天満屋ハッピータウン 鴨方店	①
2	中央公民館	①	18		
3			19		
4		20			
5	八重コミュニティハウス	②	21	中央公民館	①
6		22			
7	大谷西コミュニティハウス	③	23		
8			24	金光公民館	①
9		25			
10	健康福祉センター	①	26		
11			27		
12			28		
13	金光公民館	①	29		
14			30		
15			31		
16					

- 時間帯** ①9時30分～16時30分  
②10時～12時30分  
③14時～16時30分

**持ち物** 手ぶらでもできます。  
QRコード付き交付申請書があれば、より簡単に手続きできます。

### 出張申請所での申請で豪華プレゼントが当たるチャンス!

- 1等：スイスホテル南海大阪 ペア宿泊券(1組)
- 2等：ANAクラウンプラザホテル岡山ペアランチ券(5組)
- 3等：QUOカード5,000円分(10名)



最新情報は  
専用Webサイトをご確認ください。  
<https://asakuchi-mynumber-support.jp>



# 準備をお早めに!

問玉島税務署

☎086-522-3121

問本庁税務課

☎44-9040

## ～玉島税務署からのお知らせ～

令和4年分の所得税確定申告は、感染症拡大防止のため、自宅等で、パソコンやスマートフォンでe-Taxの利用をお願いします。

### 1 スマホ専用画面

給与所得以外に雑所得や一時所得がある方など、多くの方が**スマホ専用画面**をご利用いただけます。



確定申告書作成コーナー  
※令和4年分は、令和5年1月上旬公開予定です。

### 2 e-Tax送信

「マイナンバーカード」と「マイナンバーカード対応のスマートフォン」をお持ちの方は、e-Taxで送信できます。



国税庁  
ホームページ

※マイナンバーカード対応のスマートフォン等をお持ちでない方も、「ID・パスワード方式の届出完了通知」に記載されたID・パスワードがあれば、e-Taxで送信できます。

## ▼「医療費控除の明細書」の記載例（抜粋）

**令和〇年分 医療費控除の明細書【内訳書】**  
※この控除を受ける方は、セルフメディケーション税制は受けられません。

住 所 浅口市鴨方町六条院中3050番地 氏 名 浅口 太郎

**1 医療費通知に関する事項**

医療費通知（※）を添付する場合は、右記の1～3区を記入します。  
※医療費控除が実行される医療費の額等を通知する書類で、次の各項目が記載されたものになります。  
（例：健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」）  
①健康保険等の名称、②医療を受けた年月、③医療を受けた品名、品名を付けた病院・診療所・薬局等の名称、④健康保険組合等が支払った医療費の額、⑤医療費等の名称

(1) 医療費通知に記載された医療費の額	(2) (1)のうちその年中に実際に支払った医療費の額	(3) (2)のうち生命保険や社会保険などで補てんされる金額
253,000 円	120,000 円	13,000 円

**2 医療費（上記1以外）の明細** 「領収書1枚」ごとではなく、「医療を受けた方」・「施設等」ごとにまとめて記入できます。

(1) 医療を受けた方の氏名	(2) 病院・薬局などの支払先の名称	(3) 医療費の区分	(4) 支払った医療費の額	(5) (4)のうち生命保険や社会保険などで補てんされる金額
浅口 太郎	〇〇中央病院	<input checked="" type="checkbox"/> 診察・治療 <input checked="" type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	56,300 円	
	〇〇内科	<input checked="" type="checkbox"/> 診察・治療 <input checked="" type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	21,400 円	5,378 円
	〇〇医院	<input checked="" type="checkbox"/> 診察・治療 <input checked="" type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	13,455 円	
浅口 花子	〇〇薬局	<input checked="" type="checkbox"/> 診察・治療 <input checked="" type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	5,455 円	
	〇〇中央病院	<input checked="" type="checkbox"/> 診察・治療 <input checked="" type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	23,450 円	3,369 円
	〇〇医院	<input checked="" type="checkbox"/> 診察・治療 <input checked="" type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	20,500 円	
	△△内科	<input checked="" type="checkbox"/> 診察・治療 <input checked="" type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	11,789 円	
	□□薬局	<input checked="" type="checkbox"/> 診察・治療 <input checked="" type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	3,467 円	

この明細書は、申告書と一緒に提出してください。

明細書は、国税庁ホームページからダウンロードできます。また、税務署・市役所の窓口にもあります。

- 令和4年1月から12月までに支払った領収書を集め、医療を受けた人ごとに、かかった病院・薬局別に集計してください。
- 「医療費通知（医療費のお知らせ）」を添付し、その内容を記入することもできます。

## この費用は対象？ 医療費控除

### よくあるQ&A

**Q**…あんま・はりなどの費用は？  
**A**…治療のためのあんま・マッサージ・指圧師・はり師・きゅう師・柔道整復師などによる施術費は、原則として対象になります。ただし、疲れをほぐすなどの健康維持が目的のマッサージ代などは対象外です。

**Q**…おむつ代は？

**A**…6か月以上寝たきり状態でおむつの使用が必要であると医師が認めた人のおむつ代は対象です。（医師が発行した「おむつ使用証明書」が必要）

**Q**…通院時のタクシー代は？

**A**…原則、対象となる交通費は電車・バスなどの公共交通機関のみです。  
タクシーは、緊急を要する場合や病院の所在地・病状によって電車・バスなどの利用ができない場合のみ対象になります。

**Q**…肺炎球菌ワクチンやインフルエンザの予防接種は？

**A**…対象外です。

**Q**…松葉づえや車いすなどの購入・賃借料は？

**A**…医師などの指導により購入・賃借する場合のみ対象になります。



所得税の申告が  
2月16日から始まります

# 確定申告の

税務署や市役所の確定申告会場は、大変混み合います。感染症拡大防止のため、事前に、自宅等で医療費控除の明細書や事業所得の収支内訳書等をご準備のうえお越しください。

書類の書き方や計算方法は、国税庁ホームページをご覧ください。お問い合わせ先へお尋ねください。

## 所得税・市県民税の医療費控除

～令和2年分の申告から「医療費控除の明細書」の添付が必須に～

自分や家族の病気・けがの治療代を支払った場合、算式による金額を所得から差し引くことができます。令和4年1月から12月までに支払った領収書を集め、医療を受けた人ごとに、かかった病院・薬局別に集計し、「医療費控除の明細書」に記入し、必ず確定申告書に添付してください。  
(明細書の記載の仕方は本紙4ページを参照)

### 控除額の計算方法

$$\text{医療費控除額 (控除限度額200万円)} = \text{1年間に支払った医療費の合計額} - \text{医療費を補填する保険金などの金額} - \text{10万円または総所得金額の5\% (いずれか少ない方の金額)}$$

- 医療費の領収書の提出は不要です（領収書は5年間保管する必要があります）。また、健康保険組合が送付する「医療費通知（医療費のお知らせ）」を添付することで、医療費控除が受けられます。
- 「領収書原本を添付して、医療費の合計額のみを申告する」という方法では、令和2年分からは、医療費控除として認められなくなりました。

### ◎セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）※1

健康の維持増進や疾病の予防のために一定の取組みを行う人が、特定一般用医薬品等（※2）の購入費を支払った場合、一定金額の所得控除（医療費控除の特例）を受けることができます。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

※1 通常の医療費控除とセルフメディケーション税制は、同時には利用できません。

※2 セルフメディケーション税制で対象となる特定の医薬品とは、医療用医薬品から市販薬に移行した成分を含む医薬品のことです。

- Q…差額ベッド料金は？**  
A…原則、対象外です。ただし、病状により個室を使用する必要があるときや病院の都合で相部屋を使えないなど、やむを得ず個室を利用する場合は対象になります。
- Q…薬局や薬店などで市販されている風邪薬などは？**  
A…医薬品の購入は、一般的に支出される水準を著しく超えない金額であれば対象になります。ただし、栄養ドリンクやビタミン剤など健康増進のためのものは対象外です。
- Q…歯の矯正費は？**  
A…対象外ですが、高校生程度までの発育期の人は対象になります。
- Q…健康診断（人間ドック）費用は？**  
A…対象外ですが、診断の結果、重大な疾病が発見され、引き続きその疾病の治療を受けた場合は、対象になります。
- Q…介護保険制度で提供された一定の施設・居宅サービスの自己負担額は？**  
A…介護サービスの利用については、利用する施設やサービス内容によって対象外のものがあります。詳細は、国税庁ホームページをご覧ください。



## 市障害者自立支援協議会が設立されました

市内の障害福祉事業所、当事者団体、関係機関などで構成する市障害者自立支援協議会が4月に設立されました。

4つの専門部会（地域生活支援部会、就労支援部会、こども支援部会、当事者・家族部会）が設置されており、地域の課題を踏まえ、交流会や研修会などを行っています。

また、次のとおり、障害者週間に啓発イベントを行います。



こども支援部会では、事業所の垣根を超えて、発達障害児への支援のあり方について熱心に意見交換を行いました。

## 障害者週間イベント

場 所 健康福祉センター

日 程 12月3日（土）～9日（金） パネル・作品展示

12月4日（日）10時～15時 福祉プチマルシェ、福祉アート展、福祉ネイル体験

12月4日（日）13時30分～15時 講演会（要申込）

テーマ：「自分らしい生き方探しを応援したい～障害も1つの個性～」

講 師：滝沢 達史さん（放課後等デイサービスホール代表）

※手話通訳・要約筆記あり



市ホームページ

## 障害者への虐待をなくすために

自分の人格や個性が尊重された生き方をすることは、誰もが持っている権利です。しかし、あってはならない虐待が起きています。

皆でこの問題を認識し、地域全体で障害者を見守り、支え合っていきましょう。



### 【虐待の種類やサイン】

種 類	内 容	具体的な行為（例）	虐待のサイン（例）
身体的虐待	障害のある人の体に暴力を加えたり、正当な理由なく身動きがとれない状態にしたりすること	たたく、蹴る、つねる、縛る、閉じ込める	体に傷やあざがある、急におびえたり怖がったりする、傷などの説明が変化する
心理的虐待	障害のある人を侮辱したり、拒否したりするような言葉や態度で、精神的な苦痛を与えたりすること	怒鳴る、悪口を言う、無視する、仲間外れにする	精神的に不安定でパニックになる、自分の体を傷つける、攻撃的になる
ネグレクト（放棄・放任）	食事や洗濯、排せつなどの世話をほとんどせず、障害のある人の心身を衰弱させたりすること	十分な食事を与えない、不潔な環境で生活させる、医者に見せない	空腹を訴える、栄養状態が悪い、体から異臭がするほど汚れている
経済的虐待	同意なく障害のある人の財産や年金、賃金などを使ったり、正当な理由なくお金を与えなかったりすること	年金や賃金を渡さない、勝手に預貯金を使う、生活に必要な金銭を与えない	お金を持っていない、お金を使っている様子がない、生活費の支払いができていない

虐待の通報や相談はこちらへ 障害者虐待防止センター（社会福祉課内） ☎44-7007

FAX 44-7110

虐待を見たり聞いたりしたときや、虐待のことで悩んだときは、迷わず相談しましょう。

12月3日から12月9日までは障害者週間です。

障害の有無に関わらず、誰もが健やかに暮らせる社会を創るため、私たちができることを考えましょう。

## 想像力を働かせ、障害への理解を深めよう

あなたの身近に障害をお持ちの人はいますか？障害は、身体機能だけでなく、精神や知能の発達などにも起こるため、見た目では分からないこともあります。障害について正しく理解されず、適切な対応が受けられない場合、その人たちは悲しい思いをしたり、日常生活に支障が出ることもあります。

障害のある人が、どんなことに困っているのか、どんなサポートを必要としているのか、その人の立場になって、想像力を働かせて、考え・行動することが大切です。

## 障害の種類を理解して、適切な配慮を

障害にはさまざまな種類があり、個人によっても違いがあります。主な障害の特性と配慮の例を紹介します。

### 視覚障害

全く見えない、見える範囲が狭いなど人によって見え方がさまざまです。



点字ブロックの上や周辺に障害物を置いたり、立ち止まったりしないようにする。

### 聴覚障害

全く聞こえない、雑音が混ざるなど人によって聞こえ方がさまざまです。



筆談、手話、口話など会話をするときの方法を確認する。また、長文や複雑な表現は控え、短文で簡潔な情報で伝える。

### 肢体不自由

手や腕(上肢)、足や脚(下肢)、体幹に障害があり、体を思うように動かせない人などがいます。



車いすを使用している人の移動や手動式のドアの開閉などを手伝う。

### 精神障害

統合失調症やうつ病などのさまざまな精神疾患により、日常生活や社会生活のしづらさを抱えています。



不安を感じさせないよう、分かりやすく穏やかに対応する。

### 知的障害

発達期に知的機能の障害が現れ、社会生活への適応のしにくさがあります。



ゆっくり、ていねいに話し、絵や写真などを使い、わかりやすく説明する。

### 内部障害

心臓、呼吸器、腎臓、膀胱・直腸、小腸、肝臓、HIVによる免疫機能障害は、見た目では分かりにくいことがあります。



携帯電話やタバコの煙など公共の場でのルールを守る。

## 障害に関するお悩みは、「はれ～る」へご相談を

市障害者相談支援センター「はれ～る」では、専門員が、障害者や家族などからの日常生活の困りごとや福祉サービスについての相談に応じます。



**開設日時** 月曜日～金曜日  
8時30分～17時15分  
※祝日・12月29日～1月3日を除く

**場 所** 金光町占見新田265-1 (農協の西側、金光駅から徒歩7分)  
※駐車場あり

**連絡先** ☎0865-54-0066 FAX0865-42-6307 ✉info@hare-soudan.com



「はれ～る」  
ホームページ

## 第3弾 **コロナに負けるな!** あさくち生活応援券 使用期限は1月31日まで!

全市民対象に配付している「第3弾コロナに負けるな!あさくち生活応援券」は、2月1日以降は使用できませんので、お早目にご利用ください。

### 対象者 全市民

(8月1日時点で市の住民基本台帳に登録されている人)  
→世帯主に対し同一世帯の対象者分の応援券を一括して簡易書留で郵送しています。



### 配付額 1人あたり5,000円分 (1,000円×5枚)

### 使用期間 1月31日(火)まで

- 市内取扱加盟店(スーパー、小売店、飲食店、サービス業など)で使用できます。詳しくは市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

### まだ受け取っていない人はご連絡ください!

応援券をまだ受け取っていない人は、至急、秘書政策課までお問い合わせください。使用期限を経過すると応援券は無効となり、お渡しできません。

岡本庁秘書政策課 ☎44-9013

## 新型コロナウイルスワクチン接種

新型コロナウイルスワクチン臨時接種は、3月31日(金)で終了します。インフルエンザとの同時流行に備えるためにも、早めの接種をご検討ください。



## オミクロン株対応2価ワクチン接種

12歳以上の方が、最後の接種から3か月経過後に1回のみ接種できます。

### 【期待される効果】

- ①従来株ワクチンを上回る重症化予防効果
- ②オミクロン株への感染・発症予防効果
- ③今後の変異株に対する効果

- 武田社ワクチン(ノバボックス)の接種を希望する人は、市ホームページをご確認いただくか、健康推進課へお問い合わせください。



市ホームページ

岡健康推進課(健康福祉センター内)

☎44-7114

## 水銀使用製品ごみの出し方にご注意ください!

水銀使用製品のごみは、「燃えるごみ」ではなく、指定の回収場所へ出してください。

### 【水銀使用製品とは】

蛍光灯、ボタン電池、乾電池、水銀体温計、水銀温度計、水銀血圧計など

### 【市の回収場所】

- ・本庁
- ・金光総合支所
- ・寄島総合支所
- ・リサイクルセンター
- ・資源物回収日の乾電池回収BOX(電池類・体温計類に限る)

※事業系のごみは回収対象ではありません。



### ⚠️ 水銀使用製品を燃えるごみに出してしまうと

燃やした後の排ガスに混ざり、ごく少量の水銀が大気中に排出され、健康被害や環境汚染をもたらす恐れがあります。

岡岡山県西部環境整備施設組合(里庄清掃工場)

☎0865-64-2186



## 年末年始の市役所窓口等

### 窓口受付

年末 12月28日(水) 17時15分まで  
年始 1月4日(水) 8時30分から

### 住民票・印鑑登録証明書のコンビニ交付

休止期間 12月29日(木)～1月3日(火)  
※利用者証明用電子証明書が入っているマイナンバーカードをお持ちの人が利用できます  
利用時間：6時30分～23時

### 戸籍の届出

24時間365日受け付け  
※休日や業務時間(8時30分～17時15分)外、  
年末年始等は、本庁のみで受け付けます。

### 資源物ストックヤード

閉鎖期間 12月28日(水) 17時～1月4日(水) 9時  
●本庁(庁舎東側駐輪場)  
●金光総合支所(庁舎東側通路)  
●寄島総合支所(寄島老人福祉センター北側)

### し尿くみ取り

休業期間 12月30日(金)～1月3日(火)  
●年末のくみ取りを希望する人は、12月22日(木)までに問い合わせ先へご連絡ください。  
●12月3日(土)、10日(土)、17日(土)、24日(土)は営業します。

#### 問い合わせ先

コンビニ交付・戸籍の届出：本庁市民課 ☎44-9042  
資源物ストックヤード：本庁環境課 ☎44-9043  
し尿くみ取り：株式会社クリーン・システム ☎086-522-5100

## 金光公民館短期講座 恒例! 年越しそば打ち

自分で打ったそばを食べながら、家族そろって楽しい年越しを過ごしましょう。当日は、講師が打ったそばの試食もあります。



**日 時** 12月25日(日)  
●午前の部 9時～12時  
●午後の部 13時30分～16時30分  
**場 所** 金光公民館  
**講 師** 児島 孝一さん  
**対 象** 市内在住または在勤者  
(小学生は保護者同伴)  
**定 員** 各回12人  
**参加費** 1,600円(材料代5人前・試食1食分)  
**申込み** 12月15日(木) 13時までに問い合わせ先へ

※希望者多数の場合は、同日14時に公開抽選をし、後日郵送にて結果を全員に連絡します。  
※参加者以外の入場はできません。

〒金光公民館 ☎42-2845

## クリスマス プラネタリウム

クリスマスソングを聴きながら、クリスマスにまつわる星や冬の星座のお話を聞きます。



**日 時** 12月25日(日) 12時～(約40分)  
**場 所** 岡山天文博物館  
**参加費** 入館料とプラネタリウム観覧料  
**定 員** 先着20人  
**申込み** 12月3日(土) から  
問い合わせ先へ電話  
〒岡山天文博物館 ☎44-2465

# 一貫教育で キラリと光る あさくち! Vol.6

市では、『キラリと光る未来プロジェクト』として、令和元年度から小中一貫教育に取り組んでいます。

今回は金光小学校と金光中学校の具体的な取組を紹介します。

**金光地区のめざす子ども像：**  
『広い視野と思いやりの心をもった、  
心身ともに元気で明るく前向きな子』

## ★子どもたちの活動のキラリ

- 10月27日、金光竹小・金光小・金光吉備小の6年生が金光小学校に集まり、「将来の私と金光町」をテーマに話し合いました。その後、金光中学校で中学校の紹介を受け、授業参観と部活動体験も行いました。
- 年に4回、金光中学校の生徒が、母校の小学校で朝のあいさつ運動を行っています。

## ★家庭・地域と協働のキラリ

- 8月4日、学校運営協議会「熟議の会」で、協議会委員・保護者・教職員・中学生が集まり、「郷土愛」「自己肯定感・自己効力感」「あいさつ」について話し合いました。
- 9月28日、金光小学校6年生が、学校運営協議会委員から金光町の歴史や文化について教わりました。10月24日～28日には学校開放を行い、地域の方々や保護者に、子どもの学習や生活の様子を参観していただきました。
- 9月27日、金光中学校2年生が、学校運営協議会委員から「私の職業経験から伝えたいこと」をテーマにお話を聞きました。10月30日には、PTA人権教育講演会で元金光図書館長の金光英子さんから「茅原基治に学ぶ」をテーマにお話を聞きました。



小学生が、中学校で部活動を体験



「熟議の会」で、金光中学校生徒が発表



金光中学校生徒による、母校でのあいさつ運動



ふるさと金光について学ぶ、小学校6年生

両校の子どもたちの学習や活動にご協力いただける方は、金光小学校【☎42-2049】や金光中学校【☎42-2127】までご連絡をお願いします。

閩教育委員会事務局学校教育課 ☎44-7012

## 第14回市長杯 中学生英語スピーチコンテスト結果

11月1日、中央公民館で英語スピーチコンテストが行われ、市内の中学生23人が参加しました。

上位入賞者は次のとおりです。(敬称略)

【暗唱の部】優勝 文谷 晴紀 (金光中1年)

準優勝 阿部 永怜 (金光中1年)

【創作の部】優勝 山下 智也 (鴨方中2年)

準優勝 渡辺 花 (鴨方中2年)

特別賞 久一 優生 (金光学園中3年)



能登 世理奈 (金光学園中3年)

雀部 燦 (金光学園中1年)

閩教育委員会事務局ひとつづくり推進課 ☎44-7001

## 国民健康保険に加入している方へ 人間ドック補助金制度

**対象** ①～⑤すべてにあてはまる人

- ①受診日において国民健康保険に加入している40歳以上  
(令和5年3月31日までに40歳になる人も含む)
- ②全額自己負担で人間ドックを受け、8,463円以上の費用負担をした人
- ③令和4年度に、市が実施する特定健診を受けていない人
- ④申請日において納付すべき市税の滞納がない世帯の人
- ⑤特定健診の全ての検査内容の結果を提供できる人

**補助金額** 7,100円(受診者1人につき1回)

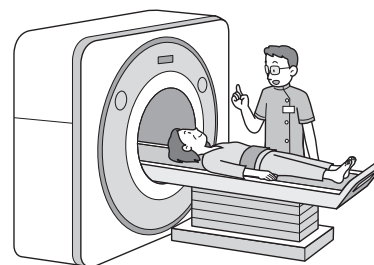
**申請締切** 4月20日(木)

**申請窓口** 健康推進課(健康福祉センター内)

**申請に必要なもの**

- 国民健康保険人間ドック費用補助金交付申請書
- 国民健康保険被保険者証
- 振込先口座が分かるもの(通帳など)※受診者の名義
- 受診結果が確認できる書類(令和4年4月1日～令和5年3月31日の間に受診したもの)
- 領収書
- 特定健診受診券

コピーさせていただけます



市ホームページ

**【備考】**

- ・提供された受診結果は、特定健診および特定保健指導データとして活用します(秘密は守られます)。
- ・申請後、人間ドック費用補助金決定通知書が送付され、申請のあった口座に補助金が振り込まれます。

☎健康推進課(健康福祉センター内) ☎44-7114

## 参加者募集！運動サポーター養成講座

ストレッチや筋トレなど、基本的で安全な運動について学び、「運動サポーター」として地域に広げてみませんか？

●「運動サポーター」とは

地域の人が公会堂やコミュニティハウスなどで運動に取り組む「運動クラブ」を継続的に支援する人です。

**日時** (全3回コース)

1月17日(火)・24日(火)・31日(火)

13時30分～

**会場** 健康福祉センター

**対象** おおむね65歳～75歳までで、運動することに関心があり、安全に楽しく運動する方法について学びたい人(介護認定を受けている人はのぞく)

**内容** 運動実技、健康ミニ講話

**定員** 30人 **参加費** 無料

**申込み** 問い合わせ先に、1月10日(火)までに電話



☎地域包括支援センター(健康福祉センター内) ☎44-7388

## ぐるっといかさインスタフォトラリー

井笠地域内にある指定のスポットを巡ってインスタグラムに写真を投稿し、景品に応募しよう！

**対象スポット**

岡山天文博物館、笠岡市立カブトガニ博物館、星の郷青空市、つばきの丘公園、旧矢掛本陣石井家住宅、シークレットスポット

★3市町周遊で

特産品セットのあたる抽選に応募できます。

★5市町周遊で

達成賞の井笠オリジナルグッズを150人限定でプレゼントします。

応募方法など詳しくは、QRコードを読み取り、イベント専用サイトをご覧ください。



専用サイト

**期間** 2月12日(日)まで

※写真は、2月12日(日)までの投稿が対象です。  
※当選者の発表は、景品の発送をもって代えさせていただきます。

☎井笠広域観光協会事務局(笠岡市商工観光課) ☎0865-69-2147





迫力ある和太鼓の演奏(金光会場)

## 3年ぶりの開催！芸術の祭典 市総合文化祭

10月22日～23日、金光・鴨方・寄島の各公民館などで、市総合文化祭が開催され、多くの市民が参加しました。

会場には、生花・陶芸・書・写真など、丁寧に仕上げられた多彩な作品が展示されました。

また、太鼓・箏曲・フラダンスなどの芸能発表では、各団体から日頃の練習の成果が披露され、来場者を楽しませました。



訪れた人たちは、じっくりと芸術の秋を堪能していました

## 災害時に支援物資を管理 佐川急便との協定調印式

10月25日、佐川急便株式会社との「災害時における支援物資の受入及び配送等に関する協定」調印式が、浅口市役所で行われました。

これは、市内で災害が発生した際に、同社の専門的な物流ノウハウや人員派遣により、支援物資の管理や避難所への配送等の支援を行っていただくものです。

市長は「災害はいつ発生するか分からず、配送や管理のノウハウを持つ同社との協定は心強い」と話しました。



協定書に調印した堀木中国支店長(右)と栗山市長



協定書に調印した松浦代表取締役社長(右)と栗山市長

## 高齢者の見守り活動に協力 明乳松浦との協定調印式

10月31日、株式会社明乳松浦との「地域見守り活動に関する協定」調印式が、浅口市役所で行われました。

これは、市内のおよそ1,000軒が利用する同社の配達業務において、訪問先の高齢者等の異変に気づいた場合、市に情報提供をしていただくものです。

市は、高齢者のみの世帯が年々増加し、コロナ禍以降、人との交流が減っていることから、地域での見守りを強化しています。



## 汗かき、秋の実りを体感! 六条院小学校5年生 稲刈り体験

11月4日、六条院小学校5年生が、小学校近くの田んぼで、稲刈り体験をしました。

この稲は、児童たちが地域のボランティアの方に指導を受けながら、籾まきをして箱苗を育て、田植えを行ったものです。

児童たちは、初めこそ鎌の扱いに戸惑ったもののすぐに慣れ、たわわに実った稲を一株ずつ丁寧に刈り取っていました。



児童たちの手作り看板



穂が落ちないように運び、手際よくはぜに掛けていく児童たち



せいめい望遠鏡の分割鏡の裏側は一体どんな構造に?

## 子どもも大人も楽しんだ あさくち天文台フェスタ

11月5日、岡山天文博物館、京都大学岡山天文台、中央公民館で各種イベントが開催され、市内外から多くの人が訪れました。

せいめい望遠鏡の特別公開では、京都大学の研究者が望遠鏡について説明し、最先端技術で設計された分割鏡を下から見る体験などを行いました。

また、工作ブースでは、フィルムケースに色や模様をつけて回転させると地球や月に見える「惑星ゴマ」作りを家族連れが楽しんでいました。

## 中四国初開催! コスプレ@プラネタリウム

11月12日、岡山天文博物館プラネタリウム室で、初めてコスプレ撮影が行われました。

これは、プラネタリウムを活用した新しい体験メニューの検討と、参加者によるSNSでの情報発信により、「天文のまち」PRにつなげようというものです。

スクリーンには、過去から未来まで、特定の日時の星空や惑星を映し出すことができ、あらゆるシチュエーションでの活用が期待されます。



参加者は、非日常空間での撮影を楽しんでいました



参加者同士で質問し合い、多様な価値観を共有しました

## 対話で深まる「これからの生き方」 中高生だっぴ

11月12日、天草公園体育館で、市内の中学・高校生と、さまざまな職業や年齢の大人が生き方などについて語り合う「中高生だっぴ」が開催されました。

テーマは「今の自分につながっている体験」や「選択するとき大切にしていること」などです。

参加した中学生は「交流する機会が少ない世代や、考え方の違う人と話せてよかった」と話していました。



**催し・講座**

**かがく広場アーチの力学**

丈夫な橋を作るには？  
手作りのアーチを使って学  
びます。

**日時** 1月29日(日)

9時30分～(約2時間)

**場所** 岡山天文博物館

**対象** 小学生以上10人程度

**講師** 武田 芳紀さん

**参加費** 300円と入館料

**申込み** 12月17日(土)から

問い合わせ先へ電話

岡山山天文博物館

☎44-2465

**ちびっぴらねたりつむ**

**日時** 12月10日(土)

21日(水)

10時～11時

岡山天文博物館

幼児と保護者

プラネタリウム「こ

ぐま座のティオ」と、

にじの会による「楽

しいおはなし会」

20人

**参加費** 入場料と観覧料

(幼児は無料)  
※放映中の出入りは自由。

岡山山天文博物館

☎44-2465

**君も望遠鏡博士になろう！  
「せいめい望遠鏡見学ツアー」**

「せいめい望遠鏡」の歴史  
やしきみをご紹介します。大  
きな望遠鏡を目の前で見てみ  
ませんか？

**日時** 12月11日(日)

24日(土)

11時30分～12時15分

岡山山天文博物館

**定員** 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。

岡山山天文博物館

☎44-2465

国際交流協会

クリスマス会

海外スタイルのクリスマス  
を楽しみます。

**日時** 12月17日(土)

0865-163-1712

13時30分～16時  
健康福祉センター

**参加費** 300円

小・中学生…100円

幼児・外国人…無料

**申込み** 不要

岡市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)

☎44-7001

**普通救命講習会Ⅰ**

**日時**

①1月10日(火)

13時30分～16時30分

②1月15日(日)

9時～12時

**場所** ①里庄町福祉会館

②笠岡地区消防本部

**内容** 成人の傷病者に対す  
る心肺蘇生法講習

**申込み** ①1月4日(水)まで

②1月5日(木)まで

**定員** 各回10人

※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。

岡山地区消防組合消防本部

警防課

☎0865-163-1712

**町家でとんど焼き**

新年の無病息災を祈願するための小正  
月行事「とんど焼き」を行います。

**日時** 1月14日(土)  
10時～11時30分

**場所** かもがた町家公園

**参加費・申込み** 不要

- 正月飾りのプラス  
チックやビニール  
類・不燃物を取り  
外してください。  
お札や人形は、受  
け付けません。
- 雨天・強風の場合  
は中止。



岡かもがた町家公園 ☎45-8040

**危険物取扱者試験**

**日にち** 2月12日(日)

**場所** 岡山市

**試験種類** 甲種・乙種(第1  
～6類)・丙種

**受付期間**

電子申請

12月12日(月)～22日(木)

書面申請

12月9日(金)～19日(月)

岡山地区消防組合消防本部

予防課

☎0865-163-1712

**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、間に合えます!

既製品に無い別注ネームスタンプがその場で出来ます

**改刻** 縁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。

**高井印判店**

TEL 0865-44-7799 里庄町里見5200-1 (鴨方天草公園前)



## 募集

### 自衛官

防衛省倉敷地域事務所では、令和4年度採用の自衛官を募集しています。

**種目** 自衛官候補生  
**募集期間** 随時

受験資格などの詳細は、事務所にお問い合わせください。  
防衛省倉敷地域事務所

☎086-42217358  
(平日9時～17時45分)

## お知らせ

### 市戦没者追悼式

10月29日、中央公民館で市戦没者追悼式を執り行いました。

今年度も新型コロナウイルス感染症の影響により、規模を縮小し、ご遺族代表・関係各位が参列しました。

命の尊さと平和の大切さを若い世代の心に引き継いでいきます。



岡市社会福祉協議会

☎44-7744

岡本庁市民課

☎44-9042

### 農業者年金で老後の備えを

農業者年金とは

国民年金の上乗せ年金として農業者が加入できる年金です。積立方式の終身年金で、80歳までの保障もあります。

**支給期間**

65歳(※①)から終身

仮に80歳前に亡くなった場合も、80歳までの額が死亡一時金として遺族に支給されます。

**対象**

●20歳以上60歳未満で、年間60日以上農業に従事する国民年金第1号被保険者(保険料免除者を除く)

●60歳以上65歳未満の国民年金の任意加入者

金の任意加入者

保険料  
月額2万円(※②)  
～6万7千円

※①農業者老齢年金の場合  
は、65歳以上75歳未満の間  
で、受給開始時期を選択(裁  
定請求)できます。

※②35歳未満で政策支援加入  
の対象とならない人は、保  
険料の納付下限額1万円。

岡独立行政法人農業者年金基金  
☎03-3502-3199

### 交通規制 (金光町大谷地区)

金光教本部の催しなどのため、交通規制が実施されます。

●12月10日・11日

【駐車禁止日時】

12月10日(土) 15時～

12月11日(日) 17時～

【車両通行禁止日時】

12月11日(日) 9時～17時

●年末年始

【駐車禁止】

12月31日(土) 15時～

1月3日(火) 15時～

【車両通行禁止】

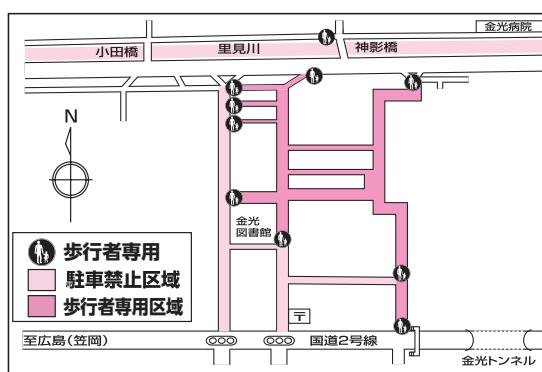
1月1日(日) 6時～17時

1月2日(月) 8時～17時

1月3日(火) 8時～15時

岡金光教本部

☎42-3111



### 2023年版 岡山県民手帳

2023年版岡山県民手帳が発行されました。最寄りの書店でお買い求めください。

価格 700円(税込)

※一部取り扱っていない書店があります。

岡県統計分析課

☎086-2226-7258

有料広告

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

手話をやってみよう! vol.42

「間違える」

- ①両手の親指と人差し指をつまんだ形にして顔の左右におきます。
- ②その両手を目の前で左右に交差させます。



動画でも確認できます



中務加代子さん  
(浅口聴覚障害者協会)

岡社会福祉課(健康福祉センター内)  
☎44-7007 FAX44-7110

**福祉用具展示・体験コーナーを紹介します**

岡山県総合福祉・ボランティア・NPO会館(きらめきプラザ)の「福祉用具展示・体験コーナー」では、身体状況に合わせた用具の選び方、使い方、購入方法について専門相談員のアドバイスが受けられます。

詳しくは、岡山県福祉相談センターホームページ内「福祉用具展示・体験コーナーについて」をご覧ください。

岡山県総合福祉・ボランティア・NPO会館  
☎086122113038

**北朝鮮人権侵害問題 啓発週間**

毎年12月10日から16日まで「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。

この機会に、拉致問題やその他北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めましょう。

岡山山地方務局人権擁護課  
☎086122415761

**家畜の飼養は報告を**

家畜伝染病予防法により、家畜等(牛・水牛・馬・鹿・めん羊・山羊・豚・いのしし・

住宅用火災警報器についてのQ&A

Q1. 設置は必要なの?

住宅用火災警報器の設置が義務化となって10年以上が経過しています。火災からあなたの大切な家族や自身の命を守るため、早期に設置しましょう。

Q2. どこに設置すれば良いの?

基本的には、寝室と寝室がある階の階段上部に設置することが必要です。また、住宅の階数等によっては、その他の箇所(階段)にも必要になる場合があります。

Q3. なぜ寝室に設置する必要があるの?

近年の住宅火災による死者の発生状況を見ると、逃げ遅れが全体の約6割を占めており、就寝中の時間帯が最も多くなっています。

このため、必要最小限で設置効果の高い場所として寝室に設置することとしています。

Q4. どのくらい効果があるの?

総務省消防庁の調査結果によると、住宅用火災警報器が設置されている場合は、未設置の場合に比べて、死者数は半減しています。

Q5. 手入れは必要なの?

「いざ」というときに住宅用火災警報器がきちんと働くよう、日頃から点検ボタンを押すなどの作動確認をしておきましょう。また、製造から10年が経過すると、部品やバッテリーが劣化し、正確に作動しないおそれがあります。製造から10年を目安に新しいものに交換しましょう。

岡笠岡地区消防組合消防本部予防課 ☎0865-63-7121



鶏・あひる・うずら・きじ・ほろほろ鳥・七面鳥・だちょう(う)を1頭(羽)でも飼養している人(愛がん用含む)は、毎年2月1日の飼養状況等の報告が義務付けられています。報告している人には、井笠

家畜保健衛生所から書類が届きますので、引き続き報告をお願いします。新規で報告する人はお問い合わせください。

岡山県井笠家畜保健衛生所  
☎086618418221

**免許取得応援!** 入校期限 R4.12/27(火)迄

AT オートマチック車 ●普通免許 MT マニュアル車 ●普通免許

**250,350円** (総額) **283,350円** (総額)

岡山県公安委員会指定 **笠岡自動車学校** 〒714-0097 岡山県笠岡市十番町1番2  
https://www.oka-ankyoo.or.jp/kasajiko/

詳しくはお気軽にお問い合わせください。 ☎0120-19-5161

◆初めて免許を取得する方が対象です。◆左記料金は初回検定料・諸経費及び仮免許交付申請料 2,850円(非課税)を含んだ総額です。◆特別料金のため他の割引との併用はできません。◆入校期限が過ぎますとこの料金は適用不可となります。◆次の料金が別途必要となる場合があります。○補習料(一時限)普通車:税込5,400円○技能検定再受験料:税込7,150円○仮免許学科再受験料:泉証紙代1,700円/非課税○在籍6ヶ月を越えた場合の写真再撮影料:税込1,100円◆技能教習のキャンセルは、当日の予約時間2週間前までにご連絡をお願いします。無断欠席又は遅れた場合には、キャンセル料として1回につき5,000円(税込)をお支払いいただきます。◆高速教習は実車にて行います。◆途中退校の場合はお申込み時に説明する当校の規定によります。◆教習ローンご希望の方は事前にお問い合わせください。



～考えよう 相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合う心～

毎年12月4日から12月10日までを「人権週間」と定め、全国的な啓発活動を展開しています。市では、人権擁護委員による相談所の開設や駅前での啓発活動、人権の花写真展を開催します。

人権の花写真展

期 間 12月23日(金)まで  
場 所 中央公民館、金光公民館、寄島総合支所

人権の花運動は小学生を対象とした活動で、子どもたちが「人権の花」を栽培することにより、命の大切さ、お互いの立場を考え協力し合うことを理解し、思いやりの心を育てることを目的としています。

人権啓発標語 優秀作品

市内の小学6年生と中学2年生の児童・生徒から、622点の応募がありました。審査の結果、次のとおり優秀賞を決定しました。(敬称略)

小学生の部

- |                    |              |
|--------------------|--------------|
| あいさつは 笑顔になれる 愛言葉   | 川北 有起 (金光小)  |
| SNS 見えない先に 心あり     | 黒川 蒼真 (金光小)  |
| 言葉はね 花にもとげにも 変わるもの | 森 梨奈 (鴨方東小)  |
| 無関心 それもりっぱな いじめだよ  | 安田 夏歩 (鴨方東小) |
| ありがとう その一言で すくわれる  | 遠藤 羽菜 (六条院小) |

中学生の部

- |                        |               |
|------------------------|---------------|
| その言葉 自分に言われて 悲しくない?    | 古澤 道夫 (金光中)   |
| ～十人十色～ 気づいてよ 僕や私の良いところ | 西山 豪人 (鴨方中)   |
| 気づいてる? 君は誰かの 宝物        | 古城 斗真 (鴨方中)   |
| いじめなし やさしい世の中 つくるんじゃ   | 今城 和也 (鴨方中)   |
| その言葉 ひとつひとつに 責任を       | 山本 佳奈 (金光学園中) |

閩本庁市民課 ☎44-9042

**酒害相談(無料)**  
日 時 12月4日・25日(日)  
1月8日・15日(日)  
場 所 13時～15時  
金光公民館  
申込み 不要

**相談**

閩教育委員会事務局ひとづくり推進課 ☎44-7001  
● 1月12日(木) 19時30分から中央公民館で代表者会議を行います。

**大会**  
日 時 1月22日(日) 受付9時～  
**場所** 天草公園体育館  
**対象** 市内在住・在勤・在学の中学生以上の女性  
**参加費** 1チーム1,000円  
**申込み** (代表者会議時に集金) 1月7日(土)まで 問い合わせ先へ

**スポーツ**

浅口カップ女子バレーボール大会

閩教育委員会事務局学校教育課 ☎44-7012  
閩教育委員会事務局金光分室 ☎42-2845  
閩教育委員会事務局寄島分室 ☎54-13110

※いずれの会場でも相談を受けることができます。

日 時	場 所
12月3日(土) 1月7日(土)	9時～12時 金光公民館図書室
12月10日(土) 12月24日(土) 1月14日(土) 1月28日(土)	9時～12時 健康福祉センター
12月3日(土) 1月7日(土)	14時～17時 ふれあい交流館「サンパレア」

**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。

閩中国断酒修養会 ☎090-4105-1945



**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
12月5日(月) 1月16日(月)	9時~11時	金光総合支所
12月9日(金) 1月20日(金)	13時~15時	浅口市役所
12月7日(水) 1月25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** 1月10日・17日(火) 13時~16時  
**場所** 浅口市役所  
**対象** 市内在住者  
**申込み** 12月14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

**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** 12月20日(火) 1月17日(火) 14時~16時

**場所** 健康福祉センター  
**対象** 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  
**出張ハローワーク(要予約)** 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。

☎086-486-5162

**出張ハローワーク(要予約)**

健康福祉センター

☎44-9042

**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** 12月20日(火) 10時~11時45分  
**場所** 健康福祉センター 2階ボランティア研修室  
**対象** 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  
**申込み** 不要

☎44-17388

**司法書士による無料法律相談(要予約)**

登記・相続等の相談に、司法書士がお答えします。  
**日時** 12月17日(土) 13時~16時

**場所** 中央公民館1階 第3会議室  
**内容** 登記全般・相続・遺言・成年後見等  
岡岡山県司法書士会(友田)

☎47-10064

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

年末ジャンボミニも同時発売

1等・前後賞

**年末ジャンボ 10億円**

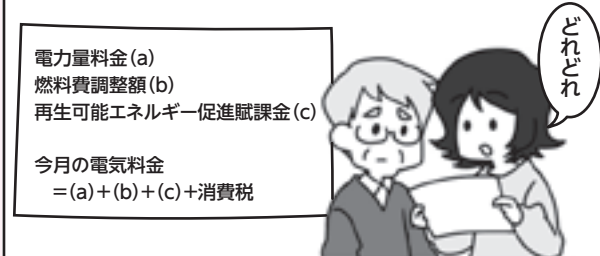
県内での宝くじの売り上げは、公園、学校などの教育施設の充実など、県民のみなさんの身近なところに役立てられています。宝くじは、「県内」でご購入ください。

発売期間 **11/22(火)~12/23(金)**

お問い合わせ先/岡山県総務部財政課 TEL086-226-7231



契約の切り替えトラブル



自分で計算して比較検討しましょう。

【アドバイス】

- 検針票の情報を伝えるだけで契約になることがあります。取り扱いには慎重に。
- 電気契約は、契約前と契約時に書面を交付する義務があります。すぐ確認して保管しましょう。

閩市消費生活センター(本庁産業振興課内) ☎44-9035  
閩消費者ホットライン ☎188

飲酒運転の根絶

しない! させない! 許さない!

飲酒運転は重大事故につながる危険な行為です。飲酒の機会が増えるこの時期は特に気を付けましょう。

飲酒運転しないさせない運動

- 酒を飲んだら運転しない。
- 運転するなら酒は飲まない。
- 酒を飲んだ人の車には同乗しない。
- 使用者は、従業員に飲酒運転を命じたり、認めたりしない。
- 酒を飲んだ人には車を運転させない。
- 酒を飲んだ人には車を貸さない。
- 運転する人には酒をすすめない。

STOP!  
飲酒運転



飲酒運転の罰則

- 酒酔い運転  
5年以下の懲役または100万円以下の罰金
- 酒気帯び運転  
3年以下の懲役または50万円以下の罰金
- 運転者以外にも適用される罰則があります。

12月1日～1月6日は年末・年始の交通事故防止県民運動期間です

何かと慌ただしい時期ですが、外出の際は、ゆとりをもって行動し、交通安全に気を配りましょう。

閩本庁くらし安全課 ☎44-9006

有料広告

特賞は、歳末大感謝祭加盟店で使える5,000円分の商品券!

500円(税込)お買い上げ毎にスクラッチカードを1枚進呈!

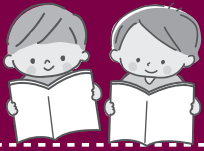
浅口商工会「歳末大感謝祭」

売出し期間  
12/1(木)～  
12/31(土)

スクラッチカードを軽くこすると、当たりかハズレかがわかります。

当たり券および特賞5,000円分の商品券は、次回のお買い物から歳末大感謝祭加盟店でご利用いただけます。

当たり券および特賞商品券の使用期限：令和5年2月28日(火) 浅口商工会 ☎0865-44-3211



# としょかんだより



## すいせん図書



「嘘つきジェンガ」  
辻村 深月／著 文藝春秋

見栄、不安…。ほんの出来心から積み上げてしまった嘘。一線をこえたら、もう戻れない。騙す側、騙される側、それぞれの心理を巧みに描く小説集。



「おふくさんの12かげつ」  
服部 美法／作 大日本図書

私の名前はむつき。むつきは1月のことよ。年のはじめに集まって、仲睦まじく過ごす月なのよ…。1月から12月までの旧暦の月の名前を持つ12人のおふくさんたちが、どんな月なのか紹介する歳時記絵本。

12月

## 休館日のお知らせ

	日	月	火	水	木	金	土
鴨方図書館						1	2
金光さつき図書館	4	5	6	7	8	9	10
寄島図書館	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

○は休館日

※年始は、1月4日(水)まで休館

## 新着本

(所蔵館についてはお問い合わせください。)

### ○えほん

- からっぽのにくまん まつなが もえ
- ママってすごい！ クリス ホートン
- ふっと… 内田 麟太郎
- キーウの月 ジャンニ ロダーリ
- ぼくとお山と羊のセーター 飯野 和好

### ○こどもの本

- やまの動物病院 なががわ ちひろ
- 生き抜け！ 山口 理
- 父さんのゾウ ピーター カーナバス
- ふしぎなことばことばのふしぎ 池上 嘉彦
- 捨て犬・未来ときたら、イノシシにであう！ 今西 乃子

### ○おとなの本

- #真相をお話します 結城 真一郎
- 首取物語 西條 奈加
- 事件は終わった 降田 天
- 忘れたとは言わせない トーヴェ アルステルダール
- 世界一役に立たない育児書 かねもと
- 運動脳 アンデシュ ハンセン

## 行事予定

※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。

### 市立 金光さつき図書館 (☎42-6637)

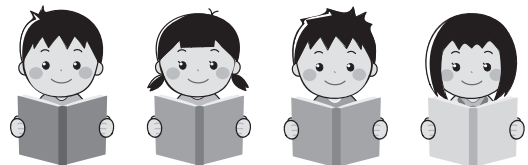
- おはなしおもちゃばこ (3歳～小学生)  
日 時 12月10日(土) 11時～11時30分  
場 所 絵本コーナー
- おはなしおもちゃばこ piccolo (0～2歳)  
日 時 12月16日(金) 11時～11時20分  
場 所 絵本コーナー
- クリスマスおはなし会 (小学生まで)  
日 時 12月18日(日) 14時～15時  
場 所 絵本コーナー  
定 員 先着12人 ※要予約  
申込み 12月6日(火) から受付(電話可)

### 市立 寄島図書館 (☎54-3144)

- おはなしのふね (0～2歳)  
日 時 12月9日(金) 10時30分～11時  
場 所 絵本コーナー
- クリスマスお楽しみ会(絵本と紙芝居のたまたま箱)(小学生まで)  
日 時 12月24日(土) 10時30分～11時20分  
場 所 寄島総合支所2階 会議室  
定 員 先着15人 ※要予約  
申込み 12月10日(土) から受付(電話可)

### 市立 鴨方図書館 (☎44-7004)

- 紙芝居とおはなしの会 (3歳～小学生)  
日 時 12月3日・10日・17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 12月8日・22日(木)  
10時30分～11時  
場 所 えほんのへや
- クリスマスお楽しみ会 (小学生まで)  
日 時 12月24日(土) 14時～15時  
場 所 2階視聴覚室  
定 員 先着15人 ※要予約  
申込み 12月10日(土) から受付(電話可)





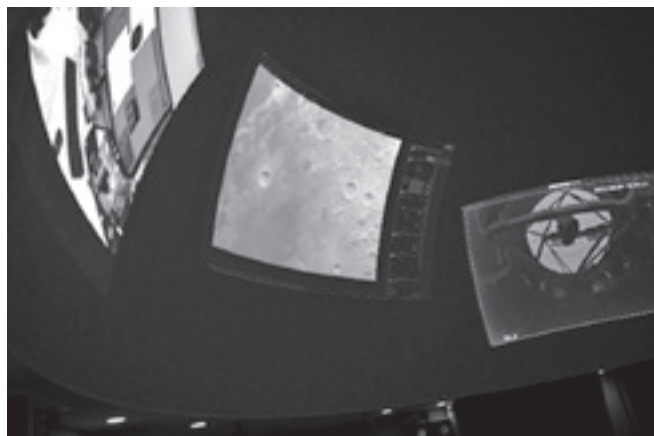
# 今月の星のたより

## せいめい望遠鏡で「でんし かんぼう 電視観望」

### 電視観望とは

望遠鏡に取り付けたカメラで天体の映像をとらえ、テレビなどのモニターで観察することを「電視観望」といいます。

肉眼だと白くぼんやりとしか見えない天体でも、電視観望でははっきりとした姿を見ることができ、色の特徴などもわかります。また、大人数で同時に見ることができ、望遠鏡を覗くことが難しい子どもや視力の悪い人でも見えるなどの利点があります。



岡山天文学博物館プラネタリウム室での  
電視観望会の様子



9月4日、せいめい望遠鏡の電視観望会が初めて行われたよ！  
月や星はどんなふうに見えたのかな？

京都大学岡山天文台の「せいめい望遠鏡」は、鏡の大きさが直径3.8mで、東アジア最大級の研究用の望遠鏡です。

初めての電視観望会には「こども天文クラブ」の子どもたちを招き、月や星雲、星団、土星を観察し、普段使っている望遠鏡との見え方の違いを体感してもらいました。

また、研究者が望遠鏡を操作する様子も見学してもらうことができました。



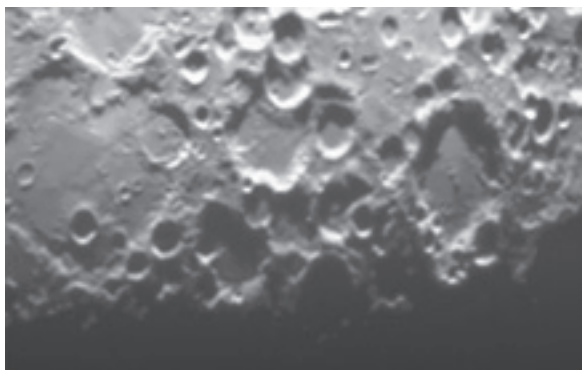
せいめい望遠鏡見学の様子  
望遠鏡の特徴や動きなどを研究者に説明してもらいました。

今後も行っていく予定です。  
ぜひ、参加してね！



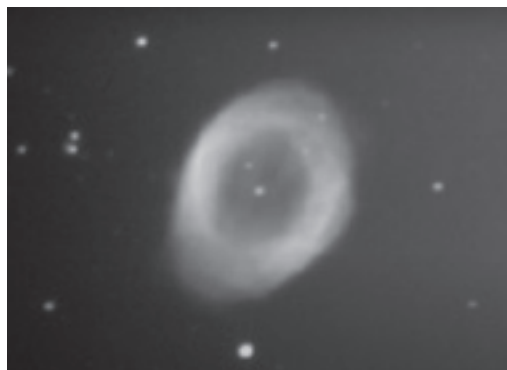
### せいめい望遠鏡で撮影された天体

月面の様子



©京都大学岡山天文台、国立天文台

M57



©京都大学岡山天文台、国立天文台

月のクレーターの大きさや影、重なっている部分がよくわかるね！



M57は、こと座に位置する<sup>わくせいじょうせいうん</sup>惑星状星雲。  
中心に星の一生を終えつつある星があることがわかるね。

## 高血圧 ～自覚がなくても要注意！～



高血圧は、安静時でも、慢性的に血圧が高い状態（140/90mm Hg 以上）です。

### 高血圧になると

血管に常に負担がかかり、内壁が傷ついたり、動脈硬化が起こりやすくなります。動脈硬化は、脳卒中や心疾患、慢性腎臓病などの病気を引き起こします。

### 予防・改善するには？

#### ●「減塩」が第一歩

1日の塩分摂取量目標値は、男性7.5g未満、女性6.5g未満（高血圧の人は6g未満）です。

#### ～やってみよう～

- ①うどんやラーメンの汁は残す。
- ②天然だし（昆布・かつおなど）で下味をしっかりつけ、薄味でもおいしく仕上げる。

③みそ汁やスープは野菜をたくさん入れて汁の量を減らす。

④レモン・ワサビ・辛子などの香辛料を利用し、味にアクセントをつける。

#### ●野菜でサラサラ血液&しなやか血管

野菜には、体内の余分な塩分を排出して血圧を下げるカリウムが豊富に含まれています。1日あたり350g以上を目安に野菜を食べましょう。

#### ●運動を習慣に

ウォーキングや軽いジョギングなどの有酸素運動がおすすめです。

岡健康推進課（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～

### 高血圧予防レシピ 減塩! 豆乳豚汁



#### 材料と分量（4人分）

具材	豚ばら薄切り肉	100g
	白菜	200g
	人参	1本
	しめじ	1袋
	油揚げ	1枚
	水	300ml
A	和風顆粒だし	小さじ1/2
	みそ	小さじ1・1/2
	無調整豆乳	200ml
	粗びき黒こしょう	少々
	小ねぎ（小口切り）	適量

- ① 具材を食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に分量の水を入れ、白菜の芯と人参をゆでる。火が通ったら、しめじ・白菜の葉・豚肉・油揚げを加える。
- ③ 全体に火が通ったらAを加え、沸騰する直前で火を消す。
- ④ お碗に盛って、ねぎをのせる。

#### ～ memo ～

- ★豆乳でまろやかになり、減塩でもおいしくなります。
- ★黒こしょうを入れることで、味にパンチが出ます。
- ★洋風だしに変えると、洋食にも合うスープになります。

#### 〔栄養成分値（一人当たり）の目安〕

エネルギー：168kcal  
たんぱく質：8.6g 脂質：11.7g  
炭水化物：10.3g 食塩相当量：0.9g

岡健康推進課（健康福祉センター内） ☎44-7114

## 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。

12月 4日(日)	磯川内科医院	里庄町	☎64-2001
12月11日(日)	金光病院	金光町	☎42-3211
12月18日(日)	ほかも医院	金光町	☎42-6616
12月25日(日)	すくすくこどもクリニック	鴨方町	☎44-5400
12月29日(休・年末)	みわ記念病院	金光町	☎42-5000
12月30日(金・年末)	さかの整形外科	鴨方町	☎45-8881
12月31日(土・年末)	鴨方第一内科クリニック	鴨方町	☎44-9333
1月 1日(日・年始)	国定病院	里庄町	☎64-3213
1月 2日(月・年始)	鴨方クリニック	鴨方町	☎44-2602
1月 3日(火・年始)	鴨方整形外科	里庄町	☎44-6252
1月 8日(日)	上田内科クリニック	鴨方町	☎44-3147
1月 9日(月・祝)	金光病院	金光町	☎42-3211

## 今月の納税

税目	固定資産税	第3期
	国民健康保険税	第6期
	介護保険料	第6期
	後期高齢者医療保険料	第6期
納期限	12月26日（月）	

## 住民の動き

令和4年10月末現在  
（住民基本台帳人口）

男	16,268人 (-13)
女	17,174人 (+6)
計	33,442人 (-7)
世帯数	14,420世帯 (+4)

（ ）内は前月比

# 健康づくり事業予定表

(12月1日から1月10日まで) 岡健康推進課 (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。

12月14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。

12月 1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／新規の人は要予約
1月 5日(木)			

## ～おとなのけんしん～

集団けんしんは終了しました。指定医療機関では1月末まで実施しています(胃がん[ピロリ菌]検診、子宮頸がん検診は除く)。指定医療機関へ必ず事前にお問い合わせください。

## ～献血～

12月13日(火)	13:00～16:00	浅口市役所	
-----------	-------------	-------	--

## ～子どもの健診・教室～

※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

12月15日(木)	12:45～14:45	健康福祉センター	対象:令和4年7月26日～令和4年9月10日生まれ
-----------	-------------	----------	---------------------------

### ■1歳児すくすく教室

12月 2日(金)	12:45～14:45	健康福祉センター	対象:令和3年12月8日～令和4年1月19日生まれ
-----------	-------------	----------	---------------------------

### ■1歳6か月児健診

12月 8日(木)	12:45～14:45	健康福祉センター	対象:令和3年4月17日～令和3年6月4日生まれ
-----------	-------------	----------	--------------------------

### ■2歳6か月児歯科健診

1月 5日(木)	12:45～14:45	健康福祉センター	対象:令和2年6月15日～令和2年7月23日生まれ
----------	-------------	----------	---------------------------

### ■3歳児健診

12月22日(木)	12:45～14:45	健康福祉センター	対象:令和元年5月17日～令和元年7月19日生まれ
-----------	-------------	----------	---------------------------

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



1歳になりました!

我が家のアイドル

令和3年12月生まれ




ふくだ りくと  
福田 理久音くん  
(12月2日生まれ)



こんこう とわ  
金光 杜和くん  
(12月14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2月生まれのお子さんの写真を12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QR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




くりやま さねちよ  
栗山 実千代くん  
(12月20日生まれ)

# 令和5年 二十歳の集い

～『新時代～ASAKUCHI×FAMILY最強～』～

日時 令和5年1月8日(日)  
受付 12時15分～13時  
開式 13時30分～

場所 ふれあい交流館「サンパレア」

対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人  
市出身で市外在住の人でも出席できますので、問い合わせ先へ連絡してください。

※コロナ禍での開催にあたり、入館時に検温を実施し、その際に37.5℃以上の発熱がある場合は入館をお断りさせていただきますのでご了承ください。また、保護者の方の入館はご遠慮ください。今後の状況により、やむを得ず、開催内容の変更や中止をさせていただきます場合があります。



岡教育委員会事務局ひとづくり推進課 ☎44-7001


## 岡山天文博物館 プラネタリウム冬番組「水の惑星 星の旅シリーズ」

上映期間 12月10日(土)～3月5日(日)

土星のリングや彗星など太陽系にある水の天体を、迫力あるCGで体験しながら、水の惑星・地球を見つめ直す旅に出かけましょう。

生命あふれる海をもった地球の各地で撮影した星空や、心地よい水中映像をお楽しみください。

- 観覧には、入館料とプラネタリウム観覧料が必要です。
- 12月6日(火)～9日(金)は番組組替等のため、休館します。



岡岡山天文博物館 ☎44-2465