広報
# そうじゃ
SOJA CITY

わたしたちが考え、わたしたちが行動するまち

## 赤ちゃん登校日

CONTENTS

●小規模特認校での学び …… 2
●プレコンセプションケア …… 4
●クローズアップ市政 …… 6
●総社賞・教育委員会表彰 …… 8
●お知らせ …… 10
●フォトニュース …… 22

2026
令和８年
No. 260
12



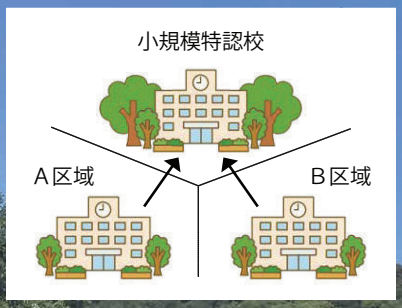
赤ちゃんとの触れ合いから学ぶ
## 命と未来を大切にする心

# ここだから得られる学び
# 小規模特認校

豊かな自然環境を生かした体験活動など、特色ある学校園づくりを行い、少人数教育を進める小規模特認校。小さな学校園だからこそ体験できること、得られる学びがあります。

## 小規模特認校制度とは？

少人数を生かしたきめ細やかな指導や、特色ある教育環境下にある小規模校園で「学びたい、学ばせたい」という幼児児童や保護者に、一定の条件の下、居住する通学区域を越えて、特別に幼児児童の就学・就園を認める制度。市内でこの制度の対象となっているのは、秦・神在・総社西小学校、秦・神在・久代幼稚園の６校園です。




## どうしてその制度が始まったの？

減少傾向にある学校園の幼児児童数を確保し、教育・保育活動の充実と地域の活性化を目指して導入されました。市内学校園の幼児児童数の偏りを解消させる目的もあります。

## 各校園の特徴

### 総社西小学校・久代幼稚園

体全体で表現する楽しさを学ぶ表現活動の授業を実施しています。また、地域住民の協力の下、食育活動にも取り組んでおり、健康な体づくりを目指しています。



IPU・環太平洋大学の学生とダンスで交流

**業間運動**

業間にペース走や縄跳びを実施しています



**食育活動**


園庭で育てたピーマンを収穫。採れたてをいただきます



### 秦小学校・秦幼稚園

豊かな自然を生かした理科・生活科教育に取り組んでいます。科学的能力を育成するとともに、地域の良さを再発見する活動を推進しています。

**ブドウ作り**

学校専用のブドウ畑で地域住民に教わりながら育てています





くらしき作陽大学の学生と理科実験ブースで交流



上秦大池に集まる水鳥などを観察

### 神在小学校・神在幼稚園

地域住民や友達と学ぶ体験授業や、自分や友達の感情を大切にしてその場にふさわしい行動を学ぶSEL教育に力を入れています。



地域住民に教わりながら、植え付けから収穫まで行います



昔遊びやしちりん体験、餅つきをして、地域住民と交流

**水稲体験**

地域住民と田植えから脱穀までの体験を年間通して行います

いつでも見学を受け付けています

**問い合わせ**

▶小学校について　学校教育課（☎0866−92−8358）
▶幼稚園について　こども夢づくり課（☎0866−92−8265）

# 総社の歴史を守り伝える 史跡を受け継ぎ、未来へ

作山古墳では、史跡を未来へ保存し活用するための発掘調査が進められています。また、鬼城山は、国指定史跡への指定から40年を迎えました。総社が誇る二つの史跡で、歴史を守り伝える取り組みが今日も続けられています。

**問い合わせ** 文化財課（☎0866―92―8363）



## 作山古墳

調査活用事業による発掘調査を実施中

詳細は市ホームページで確認できます

HP

### 史跡を次世代に伝えるために

## 調査指導委員会を開催

10月22日、史跡作山古墳調査指導委員会が市庁舎で開催されました。この委員会は、作山古墳の調査や保存活用のあり方を検討する有識者会議で、元県古代吉備文化財センター所長の宇垣匡雅委員長をはじめとする委員5人が出席。委員らは、発掘調査現場を視察し、調査方法や進捗状況を確認し、市に調査に関する指導を行った後、今後の調査方針や重視する事項などについて議論しました。



前方部の調査箇所を確認しながらの指導に熱が入る

### 発掘調査の今を伝える

## 現地説明会のお知らせ

**開催日**

**12月12日（土）～15日（火）**

9月から行われている作山古墳の調査現場で、今年度の発掘調査の状況について、調査担当者が説明します。詳細は市ホームページで確認できます。



HP



## 鬼城山

昭和61年に国の史跡に指定

詳細は市ホームページで確認できます

HP

### 古代山城の魅力を伝える

## 記念講演会を開催

サンロード吉備路で11月3日、鬼城山史跡指定40年記念講演会「瀬戸内の古代山城を語る」が開催されました。140人の歴史ファンが参加。岡山理科大学名誉教授の亀田修一さんの講演のほか、総社市と香川県の埋蔵文化財専門職員による発表とパネルディスカッションが行われ、参加者は興味深く聴き入っていました。



各専門分野からの熱い意見が交わされたパネルディスカッション

### 鬼城山の美しさを伝える

## 学習広場からの眺望が再び

老朽化のため3月から立入禁止となっていた学習広場（展望デッキ）の修繕が、10月下旬に完了しました。広場からは鬼ノ城西門と総社平野が一望できます。



鬼城山の雄大さと総社の歴史を感じることができる眺望



# 今の過ごし方が、未来の自分をつくる

# 未来につながるプレコンセプションケア

若い世代が将来のライフプランを考えながら、日々の生活や健康と向き合う、プレコンセプションケア。この取り組みは、当事者だけではなく、パートナーや職場、社会といった周囲の理解があって初めて成り立つものです。「私には関係ない」と捉えるのではなく、自分や大切な人たちの将来の選択肢を広げる健康づくりとして、知識を広げましょう。

**問い合わせ**　こども課母子保健係（☎０８６６―９２―８２６１）



## プレコンセプションケアって何？

若い世代が**適切な時期に性や健康に関する正しい知識を身につけ**、妊娠・出産を含めた将来の過ごし方を見据えて、**自分の体に向き合い健康を管理**する取り組み。略して「プレコン」と呼ばれます。

## それはどうして大切なの？

結婚や妊娠・出産、子育ては、それぞれの価値観や考え方が尊重されるべきものです。

ただし、将来それらを望んだとき、「選べる自分」でいるには、**適切な時期に正しい知識を身につけておくことが大切**です。プレコンセプションケアは、自分の体と心をどう守るかにもつながるため、妊娠・出産を望まない人にとっても大事な取り組みです。

## 男性には関係ないもの？

ライフプランを考える上で、男女の違いやホルモン、妊娠・出産のリスクなどを学ぶのは、**性別問わず必要なこと**です。また、妊娠・出産は女性だけではなく、二人が共に考えていくライフイベント。男性も、自分やパートナーの体のことを知っておかなければいけません。



## 知ってほしい子宮頸（けい）がんのこと

### 子宮頸がんって何？

子宮頸がんになる主な原因は、ＨＰＶ（ヒトパピローマウイルス）への感染です。このウイルスは、性交渉の経験があれば誰でも感染する可能性があり、女性の多くが一生に一度は感染すると言われています。感染しても、ほとんどの人は時間が経つと検査で見つからなくなりますが、一部の人はがんになってしまうことがあります。

### 何人くらいがんになるの？

日本では毎年、約１万１千人の女性が子宮頸がんになり、約３千人が亡くなっています。患者は20歳代から増え始めて、30歳代までにがんの治療で子宮を失ってしまう人は、年間約９００人にも上ります。

### 予防や対策はできるの？

ＨＰＶワクチンを接種してウイルスへの感染を防ぐこと、20歳からの定期的な子宮頸がん検診で早期発見することが大切です。



## プレコンセプションケアに向けた市での取り組み

### 赤ちゃん登校日の実施





市内中学生と高校生が、赤ちゃんとの触れ合いを通じて命や育児の尊さを学ぶ、体験型授業です。０カ月から４歳までの乳幼児約 20 人と保護者が登校し、生徒と交流。生徒たちは心と肌で実感しながら、将来の子育てに対する興味や親への感謝の気持ち、自分自身を大切にする力を育みます。

### 葉酸サプリの支給



葉酸はビタミンの一種で、胎児の体をつくるのに重要な栄養素。妊娠前から妊娠初期にかけて十分に摂取することが大切です。葉酸が多く含まれる食品を積極的に食べたり、サプリメントを摂ったりと、適切な量を摂取するように心掛けましょう。

市では、葉酸のサプリメントを婚姻時に２つ、親子健康手帳交付時に１つプレゼントしています。

## できることから１つずつ！ プレコンセプションケアを実践してみよう

### Action 1　今の自分を見直す

#### ▶ 適正体重を維持する

BMI は体重と身長から算出される肥満度を表す体格指数。標準値より低くても高くても、病気のリスクが高まるとされています。

BMI ＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）

| BMI 数値 | 肥満度の判定 |
|---|---|
| 18.5 未満 | 痩せている |
| 18.5 以上 25 未満 | 標準の範囲 |
| 25 以上 | 太っている |

### Action 2　生活を整える

#### ▶ バランスのよい食事をとる

朝食は抜かずに、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をとるように心掛けましょう。



#### ▶ 過度な飲酒をしない

慢性的な飲みすぎは、生活習慣病などのリスクを高めます。



#### ▶ たばこを吸わない

たばこには多くの有害物質が含まれています。たばこを勧められても断る勇気をもちましょう。

#### ▶ 運動習慣を身につける

運動は健康に良いことばかり。階段の利用やストレッチなど、できることから始めてみましょう。



### Action 3　検査やワクチン接種を受ける

健康診断は病気の早期発見・早期治療につながります。**自覚症状がなくても**、受けるようにしましょう。HPV への感染や風疹、インフルエンザなどは**ワクチンで予防できます**。家族などと相談して、ワクチン接種を検討してみましょう。

### Action 4　かかりつけ医をもつ

ささいなことでも気軽に話せる、信頼のおけるかかりつけ医をもちましょう。日頃の健康相談や専門病院への受診など判断に困ったとき、**どうすれば良いかを相談できて安心**です。

### Action 5　人生をデザインしてみる

今後のライフプランを考えてみましょう。**将来の理想の自分をイメージすることが、健康づくりにつながります。**

## 小学６年生～高校１年生ができること HPVワクチンの接種



HPVへの感染を防ぐ、HPVワクチンを無料で接種できます。対象は、接種時に総社市に住民登録がある小学６年生から高校１年生相当年齢までの女子。

HPVワクチンは若い年齢で接種するほど予防効果が高く、15歳未満で始めれば２回で完了します。期限を過ぎると接種費用が全額自己負担となり、接種が完了するまでに約10万円かかると言われています。早めに接種を検討しましょう。詳細は、市ホームページで確認できます。

HP

## 20歳になったらできること 子宮頸がん検診

HPVワクチンを接種していても、完全にがんを防いでくれるわけではありません。子宮頸がんは、初期の段階では自覚症状がほとんどありません。がんが進行してから症状が現れるため、症状がないうちから定期的に検診を受けることが大切です。

防　災

# 防災連絡会議が発足

**問い合わせ**　危機管理課（☎0866―92―8599）

地震や水害などの大きな災害が起きたとき、すべての市民が安全に避難することはもちろん、避難所の運営やその後の生活の再建など、災害への対応は非常に幅広く、長期にわたります。こうした困難に立ち向かうためには、行政による公助に加えて、一人ひとりの自助と、地域や仲間同士で支え合う共助の力が欠かせません。

自助・共助・公助のそれぞれの立場での防災の担い手が日頃から顔見知りになり、いざというときにスムーズに活動できるようにしようと、市は10月22日に防災連絡会議を開催しました。市長をはじめとする市幹部のほか、外国人防災リーダー、そうじゃ防災士の会、市内の中学生・高校生・大学生からなる学校自主防災コンソーシアムSoja、地域づくり協議会などから47人が出席。それぞれの日頃の活動や抱える課題について活発な情報共有が行われ、参加者らは真剣な表情で互いの報告に耳を傾けていました。今後は、各団体がより詳細な活動報告を行い、相互理解と連携を強めていく予定です。



多様な防災の担い手が一堂に会し、災害時の連携の必要性を確認





それぞれの立場から防災を語る

**皆さんの声を聴かせてください**

## 総社市カスタマー・ハラスメント防止条例（素案）

市では、働く人の尊厳と安全な職場環境を守り、事業者と顧客などが対等な立場で互いに尊重し合える社会の実現を目指し、本条例の制定を進めています。この条例をよりよいものとするため、皆さんから広く意見を募集します。

**素案閲覧場所**　総務課、各出張所、市ホームページ

HP

**対象**　▼市内に在住か在勤、在学の人　▼市内に事業所か事務所を有する個人か団体　▼利害関係を有する個人か団体

**募集期間**　12月1日㈫から22日㈫まで（必着）

**提出方法**　意見と住所・氏名・所属（勤務先や学校など）・連絡先を記入し、窓口に持参か郵送、メール、ファクシミリ、提出フォームのいずれかで提出

**提出先・問い合わせ**　総務課（☎0866―92―8218、Fax 0866―93―9479、メール soumu@city.soja.okayama.jp、〒719―1192　中央一丁目1―1）

提出フォーム

## 企業版ふるさと納税で総社市を応援！

企業版ふるさと納税により、本市に寄付をいただいた企業を紹介します。

**■企業名（本社所在地）**　株式会社宮﨑建築設計事務所（岡山市北区）
**■活用事業**　みんながワクワクするまちを創る事業

**■企業名（本社所在地）**　岡山コンクリート工業株式会社（岡山市東区）
**■活用事業**　集う人にやさしいまちを創る事業

**問い合わせ**　ふるさと納税推進課（☎0866―92―8211）

協　定

# 岐阜県美濃加茂市と災害時相互応援協定締結

10月27日、総社市と岐阜県美濃加茂市は、災害時相互応援に関する協定を締結。大規模災害が発生した際、食料や飲料水の供給や職員の派遣を行うことなどを定めました。

市庁舎で行われた協定締結式には、美濃加茂市の藤井浩人市長と片岡市長が出席し、協定書に署名。藤井市長は、「総社市のことは市政運営でも参考にさせてもらっている。今回協定を締結できてうれしい」と、片岡市長は、「災害時などにはお互いに協力して市民を守るという責任を果たしていきたい」と述べました。

市が災害に関する協定を締結したのは、今回で111件目となりました。

問い合わせ　危機管理課（☎0866―92―8599）



協定書を手にする藤井市長（写真右）と片岡市長

## 熊本地震の爪痕残る
## 熊本県八代市へ職員を派遣

7月に発生した熊本地震で甚大な被害を受けた八代市からの人的支援の要請を受け、市は11月2日から11日まで職員を派遣。職員は八代市職員とともに、復興に向け力を合わせて被災家屋の調査などの業務にあたりました。



専用の器具を使って被災家屋の傾きを測定

問い合わせ　危機管理課（☎0866―92―8599）

## ふるさと総社で働こう！



### 令和9年4月採用
# 市職員募集

市民に寄り添い、地域のために働く職員を募集しています。新卒に限らず、既卒や転職・Uターン希望の人も要件に該当すれば受験できます。

**試験日**　令和9年 1月24日（土）

**試験会場**　市庁舎

**申込期間**　12月23日（水）～1月11日（祝）

**申込方法**　市ホームページに掲載する受験案内に従って申し込む

**試験区分・採用予定人数**　12月下旬、市ホームページでお知らせします

※災害などの影響により試験日程などの変更がある場合は、市ホームページでお知らせします

HP

問い合わせ　職員課（☎0866―92―8220）

# 総社賞

11月3日、市庁舎で総社賞の表彰式が行われました。この表彰は、市政振興に寄与し、市民の模範となる個人や団体を称えるもので、塩津容子さん、山本啓典さん・紀久子さん夫妻が表彰されました。

**問い合わせ**　秘書室（☎0866−92−8215）

### 塩津容子さん（総社三丁目）



備中漆を使い、緻密な文様を描く岡山県独自の加飾技法「描蒟醤（かきんま）」。一度は途絶えた技法でしたが、独学で研究し再現。描蒟醤に取り組む国内唯一の漆芸家として、岡山県指定重要無形文化財の技術保持者に認定されるなど、数々の栄誉に輝かれています。卓越した技を磨き続け、備中漆と漆芸文化を次世代へとつながれています。





### 山本啓典さん・紀久子さん（溝口）

若者の夢の実現と可能性を後押ししたいという思いから、市に多額の寄付を寄せられました。これを原資に総社市人材育成山本あすなろ基金が創設され、経済的理由により大学での修学が困難な人を対象とした、給付型の奨学金制度を開始。志ある学生を支え、市の未来を担う人材の育成に大きく寄与されています。

# 教育委員会表彰

11月2日、市庁舎で総社市教育委員会表彰の表彰式が行われました。この表彰は、教育学術や文化のために貢献した功績が顕著で、他の模範となる個人や団体を称えるもので、藤井三津恵さんが表彰されました。

**問い合わせ**　教育総務課総務係（☎0866−92−8353）

### 藤井三津恵さん（中央二丁目）



医師として市の医療体制を支えた亡き夫の、「子どもの夢を応援したい」という思いを受け継ぎ、市に多額の寄付を寄せられました。これを原資に創設された総社市こども夢応援藤井基金は、スポーツや文化芸術などで優れた成績を収めた児童生徒の表彰に活用されており、子どもたちの夢の実現を後押ししています。

そうじゃ吉備路マラソン関連イベント

## 人物・風景を美しく残す！
# はじめてのスマホ＆写真講座

そうじゃ吉備路マラソンフォトコンテストの審査員・嘉数彰彦さん（元岡山県立大学教授）が撮影の極意を教えます。

| 日　時 | 内　容 | 定員 | 持参品 |
|---|---|---|---|
| 12月20日(日)<br>9:00<br>〜10:30 | 〈中・上級者向け〉<br>入賞を目指した画像処理講座<br>（撮影後の画像処理方法） | 20人 | 画像編集ソフト（無料版可）が入ったパソコン |
| 12月20日(日)<br>10:40<br>〜12:40 | 〈初心者向け〉<br>スマホを使った写真撮影講座<br>※野外での撮影あり | 50人 | スマートフォン、筆記用具 |



**場所**　市庁舎チュッピーホール

**申込方法**　申込フォームか電話で申し込む

申込フォーム

**申込期限**　12月14日(月)（定員になり次第、締め切り）

**申込先・問い合わせ**

そうじゃ吉備路マラソン実行委員会事務局（☎0866−92−8367、スポーツ振興課内）

連載 そうじゃな!

# 健康アドバイス

今月のテーマ
## 見えない感染、HIVについて



塩塚　洋一　医師
吉備医師会から【しおつか泌尿器科クリニック】

## 正しい知識と検査で見えない感染を予防

近年、HIV（ヒト免疫不全ウイルス）の新規感染者数は年間数百人規模で推移しています。かつてのような爆発的増加は見られないものの、今もなお新たな感染が続いています。主な感染経路は性的接触であり、全体の８割以上を占めています。ウイルスは血液や精液、膣分泌液に多く含まれ、粘膜や傷口から侵入します。このほか、注射器の回し打ちや母子感染もありますが、日常の握手や食事、入浴などで感染することはありません。

感染初期（数週間後）には、発熱や筋肉痛などの風邪に似た症状が出ることがあります。しかし、これらは自然に消え、その後は数年から十数年にわたり症状のない期間（無症候期）が続きます。外見では感染が分からないため、自覚のないまま他へ広げてしまう「見えない感染」が最大の特徴です。

自分が感染しているかを知る唯一の方法はHIV検査（血液検査）です。感染の機会から１カ月以降での検査をお勧めします。保健所では、プライバシーに配慮し、匿名・無料で受けられる検査を実施しています。

現在、医療の進歩により、優れた抗ウイルス薬が登場しています。毎日確実に服薬を続ければ、ウイルスの増殖を抑え、エイズの発症を防ぐことが可能です。早期に発見して治療を始めれば、感染前と変わらない生活を長く送ることができます。まずは早期発見・早期治療が大切です。不安な行動があった人は、迷わず保健所の検査をご利用ください。

**問い合わせ**　健康増進課（☎0866−92−8259）

# 安全・安心 総社署からのすすめ

## 慌ただしい年末年始こそ安全運転を

今年も残すところあとわずかになりました。12月は道路環境が大きく変化し、交通事故が起きやすい時期です。大切な人と笑顔で新年を迎えるために、今一度、次の四つのことを意識しましょう。

**●冬の道路環境に注意する**

12月は日没が早く、夕方には周囲が暗くなります。車を運転するときは早めにライトを点灯させ、歩行者や対向車に自分の存在を知らせましょう。また、路面の凍結や霜にも注意が必要です。速度を十分に落とし、車間距離を確保しましょう。

**●歩行者は反射材を活用する**

暗い時間帯になると、運転手は歩行者を見つけにくくなります。反射材や明るい色の服を着用し、運転手から見えやすくしましょう。小さな反射材一つが大きな事故を防ぎます。

**●年末の焦りによる事故を防ぐ**

年の瀬は仕事や家事などの用事が重なり、気持ちが急ぎがちになります。焦りは不注意な運転につながるため、時間に余裕をもって行動しましょう。心にゆとりをもち、焦らず落ち着いて運転することが最大の安全策です。

**●飲酒運転は絶対にしない**

忘年会など飲酒の機会が増える時期ですが、飲酒後の運転は絶対にやめましょう。「少しだけなら大丈夫」「距離が近いから」といった油断が重大な事故につながります。飲酒をする際は、車を置いて出掛けるか、運転代行などを利用しましょう。

交通安全は、一人ひとりの思いやりから始まります。狭い道での譲り合いや歩行者への配慮などを心掛け、年末年始を安全に過ごしましょう。

**監修・問い合わせ**　総社警察署（☎0866−94−0110）

# お知らせ ＼＼Pick Up／／

総社市役所
〒719−1192
総社市中央一丁目1番1号
☎0866−92−8200

このコーナーでは、皆さんに特にお伝えしたい情報を紹介します。

## イベント Soja Global Contest 2026 “VOICE from SOJA”

市内の小学生から高校生までの児童生徒が「地域×グローバル」のテーマをもとに、英語で発表します。

**日時**　12月25日㈭　午後1時から4時まで
**場所**　市庁舎チュッピーホール
**内容**　**▼小学生の部**　暗唱『ももたろう』　**▼中学生の部**　世界に伝えたい地域の魅力をプレゼンテーション　**▼高校生の部**　地域や世界の人々の暮らしをより良くするためのアイデアをプレゼンテーション



**問い合わせ**　学校教育課（☎0866−92−8358）

## 募集 会計年度任用職員募集

令和9年4月1日採用の会計年度任用職員を募集します。

募集要項・申込書は、各窓口に設置しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。試験日時や申込方法、申込期限などの詳細は、市ホームページで確認できます。

交通安全指導員　多文化共生推進員

| 職　種 | 職務内容 | 定員 | 申込先・問い合わせ |
|---|---|---|---|
| 交通安全指導員 | 交通安全教室での指導、交通巡回指導、交通安全行事の運営など | 1人 | 交通政策課（☎0866−92−8249） |
| 多文化共生推進員（ベトナム語・インドネシア語） | 通訳を主とした窓口対応や病院への同行、申請書類の翻訳業務など | 2人 | 人権・まちづくり課国際・交流推進係（☎0866−92−8242） |

## 募集 クリスマス婚活イベント

クリスマスをコンセプトにした婚活イベントを開催します。

**日程**　12月20日㈰
**場所**　サンロード吉備路
**定員**　各30人（申し込み多数の場合は、抽選）
**参加費**　1500円
**申込方法**　申込フォームから申し込む
**申込期限**　12月6日㈰

**■ウキウキ恋活クリスマス in SOJA**
**時間**　午前10時30分から午後1時30分まで
**対象**　20～30歳代の独身者

**■ちょっと大人のときめきクリスマス in SOJA**
**時間**　午後2時30分から5時30分まで
**対象**　30～40歳代の独身者

申込フォーム

申込フォーム

**申込先・問い合わせ　有限会社チアーズ（☎086−461−0506）**

くらし

## 年末年始のごみの収集・し尿のくみ取り

ごみの収集やし尿のくみ取りなどの年末年始の休業日は【表1】のとおりです。令和9年1月の燃やせるごみ以外のごみ収集については【表2】のとおりで、週の数え方が変則的になります。

年内のし尿のくみ取りを希望する場合は、【表3】の締切日までに申し込みをしてください。締切日以降の申し込みは、翌年のくみ取りになります。

**問い合わせ**　▼ごみの収集に関すること　環境課美化推進係（☎0866－92－8338）　▼し尿のくみ取りに関すること　環境課環境係（☎0866－92－8256）

**【表1】年末年始の休業日**

| | | 12/26(土) | 12/27(日) | 12/28(月) | 12/29(火) | 12/30(水) | 12/31(木) | 1/1(祝) | 1/2(土) | 1/3(日) | 1/4(月) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ごみの収集 | | 休 | 休 | | | | 休 | 休 | 休 | 休 | |
| 吉備路クリーンセンター | | 休 | 休 | | | | 休 | 休 | 休 | 休 | |
| 一般廃棄物最終処分場 | | 休 | 休 | | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | |
| し尿収集 | 山手・清音 | 休 | 休 | | | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 |
| | 昭和 | 休 | 休 | | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | |
| | 上記以外 | 休 | 休 | | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | |
| 交流館 | | | | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 |
| 斎場 | | | | | 休 | | 休 | 休 | 休 | 休 | |

※搬入時間　吉備路クリーンセンター　午前9時から午後4時まで
一般廃棄物最終処分場　午前9時から午後4時まで

**【表2】1月のごみ収集日程**

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 1 休 | 2 休 |
| 3 休 | 4 第1週 | 5 第1週 | 6 第1週 | 7 第1週 | 8 第1週 | 9 |
| 10 | 11 第2週 | 12 第2週 | 13 第2週 | 14 第2週 | 15 第2週 | 16 |
| 17 | 18 第3週 | 19 第3週 | 20 第3週 | 21 第3週 | 22 第3週 | 23 |
| 24 | 25 第4週 | 26 第4週 | 27 第4週 | 28 第4週 | 29 第4週 | 30 |
| 31 | | | | | | |

**【表3】し尿の年内くみ取り申込締切日**

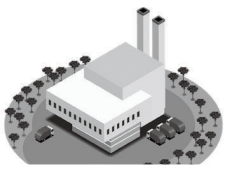
| 地区 | 年内くみ取り申込締切日 | 申込先 |
|---|---|---|
| 山手・清音 | 12月24日(木) | ㈲中央クリーン ☎086－698－1960 |
| 昭和 | 12月18日(金) | ㈱三美産業 ☎0866－99－1420 |
| 上記以外 | 12月19日(土) | ㈲フレヴァン ☎0866－92－4723 |

### ●大量のごみ処理

大量のごみは、吉備路クリーンセンターへ自己搬入してください。年末年始は大変混雑するため、1～2時間の待ち時間を要します。また、処理できるごみの量や大きさに限度があります。

### ●家を出る前に分別を

吉備路クリーンセンターへごみを持ち込む場合は、ごみの種類ごとに袋に詰めたり縛ったりして、家を出る前に分別を済ませてください。施設内での分別作業は、事故や渋滞の原因になります。トラックで搬入する場合は、運搬中にごみが飛散しないよう荷台に覆いをしてください。



**問い合わせ**　吉備路クリーンセンター（☎086－698－3774）

くらし

## 年末年始の水道開閉栓作業休業



**作業の休業期間**　12/29(火)～1/3(日)

水道利用の開始希望日が休業期間中に当たる場合は、事前に開栓しますので、12月25日(金)、午後5時15分までに連絡してください。

長期不在で水道の使用がない場合でも、基本料金が発生します。水道を使用しない場合は、前もって休止手続きをしてください。

**問い合わせ**　総社の水お客様センター（☎0866－92－8326）

総社市役所
〒719−1192
総社市中央一丁目1番1号
☎0866−92−8200

# 12月のイベント

## 2日(水) 9:00～18:00
### 認知症に関する普及啓発展示
**場所**　市図書館
**内容**　24日㈭まで。認知症の普及啓発に関するポスターや書籍の展示
**問い合わせ**　長寿介護課地域ケア推進係（☎0866−92−8373）

## 5日(土) 13:00～16:00
### ハートフルそうじゃ ～障がい福祉フォーラム～
**場所**　山手公民館
**内容**　「できた！がふえる工夫展」と題して、誰もが使いやすい文具などを展示。マルシェ、手話・点字の体験ブースなど
**問い合わせ**　ハートフルそうじゃ実行委員会（☎0866−92−8578、市社会福祉協議会内）

## 5日(土) 14:00～14:30
### おとぎのへやのクリスマス会
**場所**　市図書館
**内容**　ストーリーテリング、パネルシアター、エプロンシアター、折り紙工作など
**問い合わせ**　市図書館（☎0866−93−4422）

## 5日(土) 17:00～21:00
### あかりおひろい
**場所**　商店街通り、総社宮
**内容**　総社商店街通りをほのかに照らす六角あんどんを設置。総社宮回廊こころ夜市も同時開催
**問い合わせ**　NPO法人総社商店街筋の古民家を活用する会（☎080−9970−4867、岡村さん）



## 6日(日) 10:00～16:00
### わくわくマーケット ～その先に、笑顔の花を～
**場所**　和多屋（久代5453）
**内容**　飲食や雑貨の出店、こども神楽によるライブステージなど
**問い合わせ**　わくわくマーケット実行委員会（☎090−7974−3808、秋山さん）

## 13日(日) 10:00～13:00
### 水内地区そば祭り
**場所**　旧維新小学校
**内容**　テナーサックス演奏やこども神楽の演舞。かけそばや総菜、たこ焼きなどの販売
**問い合わせ**　水内地区そば祭り実行委員会（☎090−7991−1316、川鰭さん）

## 20日(日) 14:00～16:00
### 総社ジュニアコーラス定期演奏会
**場所**　市民会館
**内容**　弓削田健介さんの曲の演奏やミュージカル『夢から醒めた夢』を上演
**問い合わせ**　総社ジュニアコーラス（☎0866−99−8039、山田さん）



今月の「そうじゃ家族の日」

12月20日㈰

毎月第3日曜日は「そうじゃ家族の日」です。子どもを囲んで家族の絆を深めましょう。



※市図書館、各公民館は、月曜日休館です

**掲載イベントについて**

11月13日現在で開催予定のイベントを掲載しています。今後、中止や延期になる可能性があります。

## 人権週間

12月4日㈮から10日㈭までは、人権週間です。人権問題などで悩んでいるときには、専用電話や市役所で毎月開催している無料相談で人権擁護委員に相談できます。

▼人権相談所（☎086－422－1260、岡山地方法務局倉敷支局内）　▼みんなの人権110番（☎0570－003－110）

## 北朝鮮人権侵害問題啓発週間

12月10日㈭から16日㈭までは、北朝鮮人権侵害問題啓発週間です。拉致問題は喫緊の国民的課題であり、この問題についての関心と認識を深めていくことが大切です。

**問い合わせ**　人権・まちづくり課人権啓発係（☎0866－92－8253）

## まちかどコンサート

12/19㈯　14:00～15:00

**場所**　まちかど郷土館

**内容**　ベースひとりによるソロライブ。年末特別企画チェロ対コントラバスの聴き比べ会

**問い合わせ**　まちかど郷土館（☎0866－93－9211）

27日㈰ 14:00～

## 第九コンサート

**場所**　市民会館

**内容**　全席自由。一般1500円（当日は500円アップ）、高校生以下無料。未就学児入場不可

**問い合わせ**　くらしき作陽大学・作陽短期大学・総社市包括協定記念コンサート実行委員会（☎0866－92－3491、総合文化センター内）



# くらし

水道

## 貯水槽水道の適正な管理

貯水槽水道は、マンションやビル、病院などで水道水を一旦受水槽に受けて、ポンプなどを使って給水している設備で、建物の受水槽から各蛇口までの部分をいいます。設置者は、検査の実施や安全確保のための管理に努めなければいけません。

**有効容量が10㎥を超える受水槽の設置者**　年に1回以上の清掃や、登録検査機関による貯水槽の検査などが義務付けられています

**問い合わせ**　環境課環境係（☎0866－92－8256）

●　●　●　●　●

**有効容量が10㎥以下の受水槽の設置者**　水道水の安全確保のため、有効容量が10㎥を超えるものに準じた管理に努めてください

**問い合わせ**　上水道課工務係（☎0866－92－8328）



# 募集

農業

## 農地利用最適化推進委員

農地利用の識見を有する農地利用最適化推進委員を募集します。

**担当区域**　第1区（三須、上林、下林、赤浜地区）

**任期**　農業委員会が委嘱した日から令和11年7月19日㈰まで

**報酬**　月額2万5000円

**募集人数**　1人

**申込方法**　推薦申込書か応募申込書を、持参か郵送

**申込期間**　12月15日㈫から令和9年1月15日㈮まで（消印有効）

**その他**　所定用紙は、農業委員会事務局や各出張所の窓口で受け取るか、市ホームページからダウンロード可

HP

**申込先・問い合わせ**　農業委員会事務局（☎0866－92－8313、〒719－1192　中央一丁目1－1）



総社市役所
〒719−1192
総社市中央一丁目１番１号
☎0866−92−8200

**今月の納税**
固定資産税・都市計画税（第４期）　国民健康保険税（第７期）
**納期限**　12月25日㈭。市税の納付には、便利な口座振替をご利用ください。
**問い合わせ**　税務課納税係（☎0866−92−8239）

# 募集

## 住宅
### 市営住宅入居者

**募集住宅**　浅尾住宅２戸（単身可）
**申込期間**　12月１日㈫から10日㈭まで
**面接日**　12月16日㈬
**入居可能日**　令和９年２月１日㈪
**その他**　所得や世帯状況などの要件あり
**申込先・問い合わせ**　建築住宅課営繕住宅係（☎0866−92−8287）

## 防災
### こども防災かるた大会

３人１組でチームを編成し、防災かるたを通して災害への備えについて学びます。
**日時**　令和９年１月24日㈯、午前９時30分から正午まで
**場所**　市庁舎チュッピーホール
**対象・定員**　市内の小学生。高学年チーム、低学年チーム合わせて24組（定員になり次第、締め切り）
**持参品**　筆記用具
**申込方法**　申込フォームから申し込む
**申込期間**　12月１日㈫から１月15日㈭まで
**申込先・問い合わせ**　危機管理課（☎0866−92−8599）




申込フォーム

## 講演
### 親子健康づくり講演会

「みんなでつなぐ、こどもの未来〜学校・家庭・地域で私たち大人ができること〜」と題して、県教育庁人権教育・生活指導課スクールソーシャルワーカーの渡辺英実さんが講演します。
**日時**　令和９年１月25日㈰、午後２時から３時30分まで
**場所**　市庁舎チュッピーホール
**定員**　80人（定員になり次第、締め切り）
**申込方法**　申込フォームから申し込む
**申込開始日**　12月16日㈬
**その他**　〝歩得〟・〝リン得〟健康商品券参加したよポイント対象事業
**申込先・問い合わせ**　健康増進課（☎0866−92−8259）

申込フォーム

## 講座
### シュトレン作り教室

クリスマス菓子パンのシュトレンを作ります。
**日時**　12月19日㈮、▼午前９時30分から午後０時30分まで　▼午後１時から４時まで
**場所**　西公民館
**対象・定員**　市内の小学生（小学３年生以下は保護者同伴）。各５人（申し込み多数の場合は、抽選）
**参加費**　1000円
**持参品**　エプロン、三角巾、マスク、手拭き、上履き
**申込方法**　申込フォームから申し込む
**申込期間**　12月１日㈫から８日㈫まで
**申込先・問い合わせ**　西公民館（☎0866−92−0446）

申込フォーム

## 講座
### そば打ち体験講座

**日時**　12月19日㈯、午前９時から午後０時30分まで
**場所**　清音公民館
**対象・定員**　市内に在住か在勤、在学の人。８人（定員になり次第、締め切り）
**参加費**　1100円
**持参品**　エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用容器
**申込期間**　12月１日㈫から16日㈬まで
**申込先・問い合わせ**　清音公民館（☎0866−94−0131）



■マイナンバーカード受け取り専用窓口【要予約】
**日時・場所**　▼12月6日㈰、9:00～12:00　ワンストップ課　▼12月8日㈫、山手出張所　▼12月9日㈬、清音出張所　≪いずれも9:30～12:00≫
**問い合わせ**　ワンストップ課（☎0866－92－8370）

教室

## 心と体を芯から緩める ゆる体操

**日時**　12月13日㈰、午後1時から2時まで
**場所**　働く婦人の家
**対象・定員**　市内に在住か在勤、在学の人。15人（定員になり次第、締め切り）
**参加費**　500円
**持参品**　ヨガマットかバスタオル
**申込期限**　12月12日㈯
**申込先・問い合わせ**　働く婦人の家（☎0866－93－1180）

講座

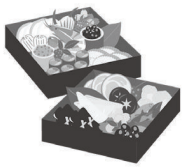
## 迎春の生け花

**日時**　12月27日㈰、午前10時から正午まで
**場所**　働く婦人の家
**対象・定員**　市内に在住か在勤、在学の人。15人（定員になり次第、締め切り）
**参加費**　3500円
**持参品**　花器、剣山、花ばさみ、水切りボウル、雑巾
**申込期限**　12月17日㈭
**申込先・問い合わせ**　働く婦人の家（☎0866－93－1180）

講座

## 年末年始のおもてなし料理

基本のおせちと手軽なアレンジ料理を作り試食します。
**日時**　12月26日㈯、午前10時から午後2時まで
**場所**　働く婦人の家
**対象・定員**　市内に在住か在勤、在学の人。16人（定員になり次第、締め切り）
**参加費**　3500円
**持参品**　エプロン、マスク、三角巾、食器用布巾、筆記用具
**申込期限**　12月22日㈫
**申込先・問い合わせ**　働く婦人の家（☎0866－93－1180）



講演

## 福祉の支えあいフォーラムin総社2026

美作大学生活科学部講師の松尾彰さんが「地域共生社会の実現に向けて」と題して講演。福祉委員の活動報告も行います。
**日時**　令和9年1月16日㈯、午後1時から4時まで
**場所**　市民会館
**対象・定員**　地域福祉活動に関心のある人。600人（定員になり次第、締め切り）
**申込方法**　申込フォームから申し込む
**申込期限**　12月18日㈮
申込フォーム
**その他**　正午からてのひらマルシェによる出店あり
**申込先・問い合わせ**　市社会福祉協議会地域共生推進課地域福祉係（☎0866－92－8552）

### ◆生活用品交換銀行

生活用品交換銀行は、リユース（再利用）を進める取り組みです。「不要になったけど、まだ使えるしもったいない」、「新しいものを調達するより、誰かに譲ってもらえたら」といったときは、「ゆずります」「もとめます」の情報を活用してください。

**ゆずります**　麻雀（まあじゃん）セット、電気ヒーター、電気あんか、かいまき毛布（ベスト調）、吸い物椀、尺八、ポータブルカセットテープカラオケセット、座敷テーブル、七輪（しちりん）、エレクトーン、介護用トイレ、テレビ、硬式用テニスラケット・ボール、扇風機、植木鉢、火鉢、ウォーターベッド、金びょうぶ、プリンターインク、犬用ゲージ（可搬式）、湯飲みセット

**もとめます**　作業着、ジャージ、CDラジカセ、刺しゅうセット、自転車、折り畳みシングルベッド、レンガ、掃除機、編み機、ハンガーラック、大人用三輪車、ミシン、プリンター、物干し台、サッカーゴール、バスケットボールゴール、サングラス、単管パイプ、カセットコンロ、裁縫道具、スケートボード、シルバーカー、草刈り機、シニアカー、電気自転車

ベビー用品や学用品など、掲載しきれないものは市ホームページに掲載しています。また、掲載までに交渉が成立する場合があります。詳しくは問い合わせてください。交渉成立後は無料引き渡しが原則です。
HP
**問い合わせ**　環境課美化推進係（☎0866－92－8338）

総社市役所
〒719−1192
総社市中央一丁目1番1号
☎0866−92−8200

# 募集

講座

## 家庭でできる脳トレ・健康体操講座

日本健康運動指導士会理事の石尾正紀さんが、気軽に家庭でできる脳トレ・健康体操を指導します。

**日時** 12月19日㈮、午後1時30分から3時まで

**場所** 東公民館

**対象・定員** 市内に在住か在勤の人。30人（定員になり次第、締め切り）

**申込期限** 12月16日㈬

**申込先・問い合わせ** 東公民館（☎0866−93−2995）

# 催し物

企画

## 雪舟生誕地公園イベント情報

**場所** 赤浜2025

**開館時間** 午前9時から午後5時まで

●●●●●

**▼雪舟（音楽）交流イベント** 12月5日㈮、20日㈯、いずれも午前10時から午後4時まで。バイオリン、ビオラ、チェロ、コントラバスの試奏体験会

**問い合わせ** 雪舟（音楽）交流イベント（☎070−9105−3276、野山さん）

# 伝言板

自衛隊

## 自衛官募集

防衛省では、2等陸海空士を募集しています。

**2等陸海空士（任期制自衛官）** 陸2年、海・空3年の任期制隊員コース。任期終了後は民間企業への就職や継続任用を選択可

**その他** 詳細は防衛省・自衛隊岡山地方協力本部ホームページで確認できます

**問い合わせ** 自衛隊岡山地方協力本部高梁地域事務所（☎0866−22−2314）

HP

企画

## そうじゃ街なか大冒険

カミガツジプラザを発着点に、商店街通り周辺の店舗などを巡りスタンプを集め、条件を満たすと景品がもらえます。

**日時** 12月5日㈯、午前10時から午後3時まで

**問い合わせ** 総社移住・創業サポートセンター（☎0866−95−2127）

体験

## 易しいレクリエーションダンスを踊ろう

**日時** 12月13日㈯、午後1時30分から3時30分まで

**場所** サンワーク総社

**対象・定員** 市内に在住の未経験者。20人（定員になり次第、締め切り）

**持参品** 体育館シューズ

**申込先・問い合わせ** レクリエーションダンス実行委員会（☎090−4573−8163、土井脇さん）

企画

## 巨樹探訪ウオーク

美袋駅を発着点に、下倉八幡神社の巨樹などを巡る約1㎞のコースを歩きます。

**日時** 12月6日㈯、午後1時30分から4時まで

**定員** 20人（定員になり次第、締め切り）

**参加費** 1000円（中学生以下は無料）

**申込先・問い合わせ** 総社巨樹の会（☎0866−93−9839、渡辺さん）

# Book 市図書館へ行こう！

**問い合わせ**　市図書館（☎0866−93−4422）　**開館時間**　9:00 ～ 18:00
**休館日**　12 月 7 日㈪、14 日㈪、21 日㈪、28 日㈪ ～令和 9 年 1 月 4 日㈪

## ［今月の催し物］

**●おひさまタイム**
**日時**　12 月 8 日㈫、午前 11 時から
**内容**　幼児のための絵本の読み聞かせ

**●おはなしのへや**
**日時**　12 月 12 日㈯、19 日㈯、いずれも午後 2 時から
**内容**　絵本の読み聞かせ

**●りんご読書会**
**日時**　12 月 16 日㈫、午後 2 時から
**内容**　『紅雲町ものがたり』吉永南央・著

**●このゆびとまれ**
**日時**　12 月 22 日㈫、午前 11 時から
**内容**　乳幼児のための絵本の読み聞かせ

**●アニメのへや**
**日時**　12 月 26 日㈯、午後 2 時から
**内容**　『それいけ！アンパンマン　アンパンマンとメリークリスマス』（48 分）

## ［おすすめの本］

### 過去と未来とわたしたち

藤沢健太・文　福音館書店



たくさんの原子が集まってできているわたしたちの体。徳川家康やクレオパトラの原子も、自分の体の中に少しずつ入っている!? わたしたちはどこから来て、どこへ行くのか。宇宙物理学者による科学入門書。

### 丘の上の小さな本屋さん

アルバ・ドナーティ・著　河出書房新社



人口わずか 180 人の村でひとりの女性が開いた書店。年老いた両親や親戚付き合い、本屋があることを喜ぶ村の子どもたち、遠方から訪れるお客さんとの交流……。書物への愛と信頼に満ちた、151 日間の思索記録。

## ［せっしゅう文庫巡回日程（12 月）］

| 月日（曜） | 駐車場名 | 駐車時間 |
|---|---|---|
| 12 月 4 日㈮ | ゆめタウン | 14:30 ～ 15:00 |
| | 西公民館神在分館 | 15:10 ～ 15:40 |
| 12 月 5 日㈯ | ときわたんぽぽ児童クラブ | 14:20 ～ 14:40 |
| | 桃山団地集会所 | 15:00 ～ 15:30 |
| 12 月 6 日㈰ | 日羽公民館 | 10:30 ～ 11:00 |
| | 西公民館新本分館 | 14:30 ～ 14:50 |
| | 中央公民館総社北分館 | 15:20 ～ 15:40 |
| 12 月 8 日㈫ | 東公民館服部分館 | 14:30 ～ 15:00 |
| 12 月 9 日㈬ | 山手保健センター | 13:30 ～ 14:30 |
| | 西公民館久代分館 | 15:20 ～ 15:50 |
| 12 月 10 日㈭ | 昭和公民館 | 14:00 ～ 14:30 |
| | 清梁園 | 15:00 ～ 15:20 |
| 12 月 16 日㈬ | JR 豪渓駅前 | 14:40 ～ 15:00 |
| | 中央公民館池田分館 | 15:20 ～ 15:50 |
| 12 月 20 日㈰ | 上林会館駐車場 | 10:30 ～ 11:00 |
| | 槁集会所 | 14:00 ～ 14:20 |
| | 昭和公民館富山分館 | 14:40 ～ 15:00 |
| | 種井公会堂 | 15:20 ～ 15:40 |
| 12 月 22 日㈫ | 大谷公会堂 | 14:30 ～ 15:00 |
| | 西公民館秦分館 | 15:20 ～ 15:50 |
| 12 月 23 日㈬ | 東阿曽公会堂前 | 14:30 ～ 15:00 |
| | 東公民館阿曽分館 | 15:10 ～ 15:40 |
| 12 月 26 日㈯ | 清音公民館別館 | 10:00 ～ 10:30 |
| | 総社中央小学校玄関 | 11:00 ～ 11:20 |

## ［今月の新刊］

| 分野 | 書名 | 著者など / 出版社 |
|---|---|---|
| 一般 | わらで作る日用品と縁起物 | 高橋伸一 / グラフィック社 |
| 一般 | ちょうどいいカタチのバッグ | 日本ヴォーグ社 |
| 一般 | 食パンとバゲット | 大野有里奈 / グラフィック社 |
| 一般 | はじめてのチャバタ | 茂木恵実子 / 主婦と生活社 |
| 一般 | 癒やしの小どんぶり | ワタナベマキ / Gakken |
| 一般 | 海辺のエール | 青山美智子 / KADOKAWA |
| 一般 | 希望の子 | 一穂ミチ / 文藝春秋 |
| 一般 | 未だ本能寺にあり | 今村翔吾 / 幻冬舎 |
| 一般 | 0 秒前の彼女 | 今村昌弘 / 双葉社 |
| 一般 | 川崎警察遠雷雨 | 香納諒一 / 徳間書店 |
| 一般 | VS. シャングリラ | 櫛木理宇 / 祥伝社 |
| 一般 | 中華食堂ひばり亭 | 坂井希久子 / 角川春樹事務所 |
| 一般 | 路上の輝き | 佐々木譲 / 河出書房新社 |
| 一般 | 東京魔法少女 | 実石沙枝子 / 講談社 |
| 一般 | グレー・ラブストーリーズ | 島本理生 / 筑摩書房 |
| 一般 | かぐや姫の怨霊 | 高田崇史 / 新潮社 |
| 一般 | 凍りつく夏 | 伏尾美紀 / 小学館 |
| 一般 | あかつき便り | 川上弘美 / 毎日新聞出版 |
| 一般 | ま、さじ加減でしょ。 | 綿矢りさ / 集英社 |
| 児童 | くらやみパーティー | 岡田よしたか / 佼成出版社 |
| 児童 | とりとりどり | 北村ハルコ / 大日本図書 |
| 児童 | 10 歳からの図解でわかる選挙 | メイツユニバーサルコンテンツ |
| 児童 | どのくらいキケンなの？ | 少年写真新聞社 |
| 児童 | 木がたおれたあと | 岩波書店 |
| 児童 | びっくり箱学園のびっくりしない子どもたち | 石川宏千花 / くもん出版 |

市図書館の本は、市図書館カウンターやホームページ、せっしゅう文庫、電話で予約できます

# 当番医




■救急（☎ 119）　■吉備医師会（☎ 0866−93−5976）
■消防・救急なんでも相談（☎ 0866−93−1119）【24 時間、消防・救急・医療機関などについて相談ができます】
※小児科や外科など、当番医で診られない場合がありますので、必ず事前に電話で確認をしてください

## 日曜・休日

**診療時間　9：00 ～ 17：00（受付時間は 16：30 まで）**
※混雑時には、早めに受付終了する場合があります

| 月日（曜） | 医療機関名<br>所在地・電話番号（市外局番 0866）<br>（担当の薬局名） | |
|---|---|---|
| 12 月 6 日(日) | 診療ドクター杉生<br>門田　☎ 92-5771 | やまもと医院<br>三輪　☎ 93-7773<br>みわ薬局 |
| 12 月 13 日(日) | さかえ外科内科クリニック<br>真壁　☎ 93-8800<br>エスマイル薬局まかべ店 | 岡ハートクリニック<br>岡谷　☎ 93-3033 |
| 12 月 20 日(日) | 薬師寺慈恵病院<br>総社一丁目　☎ 92-0146<br>きび薬局 | 薬師寺医院<br>中央一丁目　☎ 93-6555<br>マスカット薬局総社店 |
| 12 月 27 日(日) | 渡辺医院<br>真壁　☎ 92-7222<br>よしだ薬局リブ店【10 時開店】 | 杉本クリニック<br>駅前二丁目　☎ 92-1000 |
| 12 月 29 日(火) | 友野内科医院<br>富原　☎ 92-8822<br>エスマイル薬局ほのぼの店 | 三宅内科小児科医院<br>井手　☎ 93-8511<br>つばさ薬局 |
| 12 月 30 日(水) | 泉クリニック<br>小寺　☎ 94-5050<br>あんず薬局 | 谷口レディスクリニック<br>真壁　☎ 94-3300 |
| 12 月 31 日(木) | しおつか泌尿器科クリニック<br>金井戸　☎ 90-0055<br>ザグザグ薬局総社東店 | 森下病院<br>駅前一丁目　☎ 92-0591<br>アイ薬局駅前店 |
| 1 月 1 日(祝) | 原田整形外科医院<br>井手　☎ 94-8881<br>すみれ薬局 | 谷向内科<br>井手　☎ 94-8801 |

## 救急告示病院

夜間などの時間外に緊急の診療が必要なとき
※受診前に、必ず電話で確認をしてください

| 医療機関名 | 所在地 | 電話番号（市外局番 0866） |
|---|---|---|
| 森下病院 | 駅前一丁目 | ☎ 92-0591 |
| 薬師寺慈恵病院 | 総社一丁目 | ☎ 92-0146 |
| 長野病院 | 金井戸 | ☎ 92-2361 |

### 岡山県救急安心センター
**＃7119 か ☎ 086−222−7119**
緊急性や受診の必要性について、看護師などが 24 時間相談に応じます。

### 小児救急医療電話相談
**＃8000 か ☎ 086−801−0018**
夜間や早朝の子どもの急な症状について、小児科医師や看護師が相談に応じます。

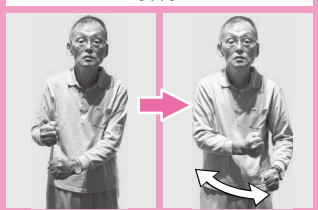
### 休日当番医の適正受診にご協力を
休日当番医は、休日中の急な病気やけがに対応するものです。「平日は学校や仕事があるから」、「平日は医療機関が混んでいるから」といった理由で当番医を受診するのは控えましょう。
急を要する人がスムーズに診察を受けられるよう、皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いします。

## 今月の手話

・掃除　・片付ける
・忙しい

**ワンポイントアドバイス**
「片付ける」は物をそろえて、横に置く様子を表しています

掃除



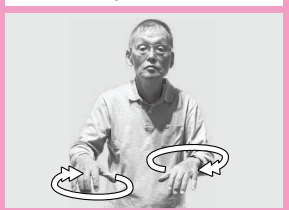
両手でほうきの柄を持つように拳を握り、掃く動きをする

片付ける



両手の指先を前にして手のひらを向かい合わせ、同時に下ろして左へ移動させる

忙しい



両手の手のひらを下に向け、指先を軽く曲げて左右交互に回す



● 休日の当番医
　内科系・外科系と歯科
● 夜間などの時間外に緊急の診療が必要なとき
● 水道修繕事業者

## 水道修繕事業者

水道管や蛇口の修理が必要な場合は、市指定給水装置工事事業者一覧表の事業者に直接連絡してください。一覧は、市ホームページで確認できます。

HP

**問い合わせ**　総社の水お客様センター（☎0866−92−8326）

## 歯科当番医

**診療時間**　9：00～12：00
※受診前に、必ず電話で確認をしてください

| 月日（曜） | 医療機関名<br>所在地・電話番号（市外局番 0866） |
|---|---|
| 12月 6日(日) | むかえ歯科・小児歯科<br>井手　☎31-8500 |
| 12月 13日(日) | むとう歯科医院<br>総社　☎94-4118 |
| 12月 20日(日) | 総社むらき歯科・こども矯正歯科<br>門田　☎93-9876 |
| 12月 27日(日) | 吉井歯科医院<br>総社一丁目　☎92-5370 |

# 相談

### ▶なやみごと何でも相談所

**12月6日(日)**、午前9時30分から午後2時30分まで。倉敷市男女共同参画推進センター（天満屋倉敷店6階会議室）

弁護士資格を有する人権擁護委員（要予約）や法務局職員が悩み事について相談に応じます。

**申込先・問い合わせ**
岡山地方法務局倉敷支局（☎086−422−9679）

### ▶不動産無料相談

**12月10日(木)**、午前10時から正午までと、午後1時から3時まで。市庁舎4階会議室402。

岡山県宅地建物取引業協会相談員による、不動産の賃貸借・売買などに関する相談。

**問い合わせ**　人権・まちづくり課人権啓発係（☎0866−92−8253）

### ▶年金相談

**12月24日(木)**、午前9時30分から午後0時30分まで。市庁舎6階会議室601。

国民年金や厚生年金の給付の相談。前日までに予約が必要。

**申込先・問い合わせ**
倉敷東年金事務所（☎086−423−6150）

### ▶無料法律人権行政相談

**令和9年1月6日(水)**、午後1時30分から4時30分まで。市庁舎6階会議室602。

相談員は弁護士（要予約。年度内に1人1回まで利用可）、司法書士、行政相談委員。弁護士への予約受付は、12月15日(火)から開始。定員になり次第、締め切り。弁護士以外への相談は、当日午後4時ごろまで会場前で受け付け。

**申込先・問い合わせ**
人権・まちづくり課人権啓発係（☎0866−92−8253）

## ■令和8年10月分の市長交際費

| 支出の種別 | 件数 | 金額 |
|---|---|---|
| お供え | 1件 | 5,000円 |
| お祝い | 0件 | 0円 |
| お見舞い | 0件 | 0円 |
| 会費 | 0件 | 0円 |
| その他 | 0件 | 0円 |




## 『手話』で広げよう心の輪

手話が身近な言語になるよう、日常生活で使える簡単な手話を紹介します。

皆さんも手話で話してみませんか。

**問い合わせ**　福祉課障がい福祉係（☎0866−92−8269）

総社市女性消防団「kibikibi レディース」は、たくさんの応募の中から選ばれ、9月25日に北海道札幌市で行われた第31回全国女性消防団員活性化北海道大会で発表の機会を得ました。発表したのは、「チュッピー！危機一髪の巻」と題した、地震をテーマにした防災啓発寸劇。地震と火災に襲われたチュッピーを、住宅用火災警報器がモチーフのヒーロー・住警器ガールズたちが助け、安全に避難するという話です。仕事や家庭の合間を縫って台本や衣装、小道具などを全て手作りし、何度も消防署に集まって練習に励みました。その結果、本番でもしっかりと発表でき、総社市と私たちの活動をアピールできました。



自慢のキャラクター達が全国の舞台へ

普段は幼児防火教室や救急救命講習など、火災予防や防災・救急の普及啓発活動をしている私たち。活動を通して年代や地域を越えた仲間ができ、自分の安全安心にも役立つ知識が学べます。一緒に活動してみたい人は、市消防本部へ問い合わせてみてください。

（kibikibi レディース団員）

●娘に誘われて、昨年初めて〝歩得〟に参加、現在2年目です。歩数計を借りて参加していて、持って歩くと一歩一歩が健康につながっているような気分になります。娘はスマホで参加していて、専用の送信機がなくても歩数が送信できて便利とのこと。娘に教えてもらって私もスマホに〝歩得〟のデータが見られるアプリを入れました。いつでも簡単に歩数やポイントが確認でき、アプリを開くたびにやる気が出ます。歩く以外でも、ヘルシーメニューを食べた領収書の提出で貯まるポイントもあって驚き。最近は仕事を引退した友人と会食することも多いので、ヘルシーメニュー全制覇を目指し、一覧を見て順番に食べに行くのが楽しみです。


そうじゃ！ヘルシーメニューは塩分量などを基準に市が認定。外食でも野菜がたっぷりとれる

今や私の生活の一部になっている〝歩得〟。少しずつ足取りも体も、心まで軽くなってきたような気がします。次に友人に会ったら、今度は私が誘う側になって紹介ポイントもゲットし、今年こそ満額の商品券を受け取れるように頑張るぞ！

（60歳代女性参加者）

## そうじゃ特産商品シリーズが当たる

# 広報クイズ

今月の『広報そうじゃ』を読んで、次の文の●に入る言葉を答えてください。

クイズ応募

**Q** プレコンセプションケアとは、若い世代が将来のライフプランを考えながら、日々の生活や健康と向き合う取り組みのこと。略して「●●●●」と呼ばれます。

【応募方法】 市公式LINEのアンケート(右上のQR)から応募するか、はがきやメールに答えと住所、氏名、電話番号、市政や広報紙に対するご意見やご要望を明記のうえ、編集室へ。メールの場合は件名に「広報クイズ回答」と記載してください。正解者の中から2人に「そうじゃ小学校ライスカレー」2個、「そうじゃ赤米がゆ」1個をセットで贈ります。いただいた意見などに対して、担当課から連絡することがあります。

【応募期限】 1月4日(月)

【10月号の答え】 ガラス張り

【10月号の当選者】 橋本航基さん（宍粟）、河上眞一さん（総社）

［応募総数 22件］

【応募先】 〒719-1192 中央一丁目1番1号 総社市役所政策調整課 メール seisaku@city.soja.okayama.jp

## 人口・世帯数（令和8年10月31日現在）

人口 69,424人（前月比－21人）
（うち外国人住民 2,302人 前月比＋26人）
男 33,810人（前月比－14人）
女 35,614人（前月比－7人）
世帯数 30,658世帯（前月比＋26世帯）

## 市民憲章

わたくしたちは、美しい自然と豊かな吉備文化にはぐくまれている総社市民です。

このことに誇りと責任をもち明るく豊かなまちをつくることにつとめます。

1 郷土を大切に
美しい環境を まもりましょう。
1 生涯学び
明るい家庭を きずきましょう。
1 たがいに助け合い
あたたかいまちを つくりましょう。

## 市の花・木・鳥

◎市の花/れんげ ◎市の木/もみじ ◎市の鳥/タンチョウ

# 子育て王国そうじゃ

## 小児医療費公費負担制度



子どもたちが安心して医療を受けられるように、一人ひとりが適正受診を心掛けましょう

市では、中学生までの医療費を公費で負担する小児医療費公費負担制度を実施しています。子どもの健康維持と子育てにかかる経済的負担の軽減を目的としたこの制度を継続していくために、医療機関の適正な受診にご協力をお願いします。

子どもたちが健康に過ごすためには、予防が大切です。早寝・早起き・朝ごはんで規則正しい生活を送るとともに、手洗い・うがい・歯磨きの基本的な生活習慣を身につけましょう。

**【医療費適正化のためにできること】**

- 同じ病気やけがで複数の医療機関を受診する「はしご受診」はやめましょう
- 医療機関は診療時間内に受診しましょう
- 小児救急医療電話相談（#8000 か☎ 086−801−0018）を利用しましょう
- かかりつけ医で予防接種や健診を受けましょう

**問い合わせ**　こども課子育て支援係（☎ 0866−92−8268）

毎月19日は食育の日



チュッピー

早ね早おき朝ごはん

## チュッピー子育てほっとメール

kosodate@city.soja.okayama.jp

子育ての相談をしたくても時間がとれない人、窓口で相談しにくい人の悩みに、チュッピーと市職員・保健師が答えます。



QR

**問い合わせ**　こども課子育て支援係（☎ 0866−92−8268）

## 栄養委員おすすめレシピ

## 黒豆きな粉蒸しパン



おやつで手軽にタンパク質をとることができます！

エネルギー181kcal／食塩相当量0.3g

**●材料（４人分）**

●絹ごし豆腐…80g　●黒豆の煮豆…60g
Ⓐ卵…1個、砂糖…小さじ2、油…小さじ2
Ⓑホットケーキミックス…100g、きな粉…大さじ2

**●作り方**

①蒸し器を火にかけ、蒸気を上げておく。
②ボウルに豆腐を入れて泡だて器で滑らかになるまで混ぜ、Ⓐを加えてよく混ぜる。さらにⒷを加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
③汁気を切った黒豆を半量加えて混ぜる。
④カップに③を入れ、残りの黒豆を上にのせる。
⑤蒸し器に入れ、中火で15分蒸す。（電子レンジの場合は、1人分を耐熱カップに入れ、600Wで3分程加熱する）

**協力**　常盤地区栄養委員会、岡山県立大学栄養学科







## スポーツの秋を満喫

### 市民総合スポーツ祭

10月12日、市スポーツセンターや総社北公園陸上競技場などで市民総合スポーツ祭が開催されました。テニスやバドミントン、ニュースポーツなど15種目に約620人が参加。参加者同士で交流を深めながら、心地よい汗をかいていました。

1 深く呼吸をしながら、ゆったりと柔らかく体を動かす【太極拳】 2 緊張感漂う静けさの中、集中力を高める【弓道】 3 一進一退の攻防が続いた男女混合ダブルス【卓球】 4 ベンチやスタンドからの声援を背に、全力を尽くす【軟式野球】



## ちびっこ消防士が誕生



結成式に参加した27人の園児たち

10月20日、すずらん保育園で幼年消防クラブの結成式が行われました。園児をちびっこ消防士に認定し、認定証を授与。園児は誓いの言葉を述べ、園歌の合唱を披露しました。市内の幼年消防クラブは13クラブになりました。

## 地域の守り手の技術が光る



日頃の訓練の成果を発揮

10月25日、総社市消防団実戦放水訓練大会が市消防本部で行われ、市内18分団が出場しました。分団ごとに小型ポンプでの放水を実施。技術の正確さやスピードを競い合いました。優勝は秦分団、準優勝は山田分団でした。

## 地域の行政窓口が新たに



山手幼稚園の園児が歌を披露

山手出張所が山手公民館内に移転した11月4日、同公民館で移転オープン記念セレモニーが行われました。地域住民など約60人が出席。旧出張所の思い出や地域との関わりを振り返りながら、新たな門出を祝いました。

## 秋晴れの吉備路を歩く



秋空の下、みんなでウオーキング

11月1日、山手公民館を発着点にそうじゃ吉備路ウオーキング大会が開催されました。市内外から約500人が参加。参加者は、備中国分寺や江崎古墳など吉備路の歴史と秋の景観に触れながら、健康増進に励んでいました。

## 日常に寄り添う芸術を味わう



街中で見つけた作品に見入る

10月23日から25日まで、総社商店街通り周辺でまちなか美術館が開催されました。来場者は、街を美術館に見立てたアート作品の展示やライブ、作品作りの体験などを通して、暮らしの場に広がる芸術を楽しんでいました。

## 赤米文化に触れる



相川さんと一緒に刈り進める

11月4日、新本の本庄国司神社神田で本庄国司神社赤米保存会が赤米の稲刈りを行いました。新本小学校の児童と歌手で総社赤米大使の相川七瀬さんが参加。児童は同保存会から指導を受けながら、丁寧に刈り取っていました。









1 はしご車を画用紙いっぱいに描く　2 ドローンの格好良さに夢中　3 普段は乗る機会がない救助用ボート　4 女性消防団員に教わりながら心肺蘇生と AED 操作を体験

## 描いて、触れて、体験して、防火・防災を学ぶ

### 消防写生大会・消防フェスタ

消防写生大会と消防フェスタが 11 月 7 日、市消防庁舎で開催されました。市内の家族連れら約 450 人が参加。子どもたちは気に入った消防車両の絵を描いたり、防火服の試着や非常食の試食などができる体験ブースを回ったりして、消防の仕事への理解を深めていました。

カメラ フォトニュース まちの話題

## ●ミニフォト

### 秦地区の誇る史跡を巡ろう



秋晴れの下で気持ち良く山歩き

10 月 10 日から 12 日にかけて、サントピア岡山総社を発着点とした秦の郷スタンプラリーが開催されました。市内外から 319 人が参加。参加者は自然に触れながら史跡を巡り、集めたスタンプで景品を獲得していました。

### いつまでも自分らしく生きる



市内外から約１１０人が来場

サンロード吉備路で 10 月 21 日、認知症に関するフォーラムが開催されました。若年性認知症当事者の藤田和子さんが新しい認知症観について講演。参加者は、共に支え合える地域づくりに向けて何ができるかを考えていました。

### 教育特区を体験してみよう



楽しいレッスンで英語に親しむ

10 月 27 日、英語特区の山田幼稚園で一日入園が行われました。６組の親子が参加し、在園児らと一緒に遊びや英語のレッスンを体験。参加者は、英語でのあいさつや歌などの英語特区ならではの取り組みに関心を高めていました。

### 池上さん 100 歳おめでとう



家族に祝福される池上さん

池上菊江さん（井手）が 10 月 21 日に満 100 歳の誕生日を迎えられ、市から記念品が贈られました。イ草業に携わり、趣味の編み物や旅行を楽しんでいたという池上さん。きちんと食事をとることが長寿の秘けつだそうです。

### 近藤さん 100 歳おめでとう



家族に祝福される近藤さん

近藤富美子さん（清音黒田）が 10 月 30 日に満 100 歳の誕生日を迎えられ、市から記念品が贈られました。趣味で木目込み細工や大正琴を楽しんでいたという近藤さん。よく歩き、しっかりと働くことが長寿の秘けつだそうです。

### みんなの力で総社をきれいに



河川敷グラウンドでのごみ収集

11 月 1 日、市内各地でクリーン作戦が行われました。約 220 人が高梁川河川敷グラウンドや中央文化筋・市役所通り周辺を重点的に清掃し、約 1.2t のごみを収集。参加者は環境保全について考えながら熱心に作業していました。

令和8年12月号 No. 260
令和８年12月１日発行

# 市庁舎に込められたふるさとの魅力




令和７年４月にリニューアルオープンした総社市役所。建物随所に取り入れられている市内全17地域にまつわる意匠や展示について、月替わりで紹介します。

**問い合わせ**　財産管理課（☎0866−92−8227）

## Vol.12　正木山登山・トレイルランパネル展示【久代地区】

市庁舎２階廊下には、正木山の写真パネルが展示されています。美しい自然や眺望はもちろん、登山やトレイルランなどが満喫できることで有名な正木山。パネルで紹介されている小学校行事での登山やトレイルラン大会の写真から、たくさんの人が正木山を愛し楽しんでいることが伝わってきます。







山道など自然の道を走るスポーツ・トレイルラン。正木山は岡山トレイルラン発祥の地としても知られている

## 消費生活ワンポイントアドバイス　～消費生活に関するよくある事例にお答えします～

### Q　不安をあおるメールが届きました

クレジットカード会社を名乗り、「あなたのカードが不正利用されているので、すぐに手続きをしてください」というメールが届きました。

### A　不審なメールは無視をしましょう

まずは詐欺を疑い、安易に返信したり、メールの記載のリンク先にアクセスして個人情報やカード番号を入力したりしないようにしましょう。

**消費生活相談員からのワンポイントアドバイス**

- 気になる場合はカード会社の正規の窓口などに確認をしてみましょう
- 不安に感じたり対処に困ったりしたら、市消費生活センターにご相談ください



**問い合わせ**　市消費生活センター（☎0866−92−8527、交通政策課内）

## 今月の表紙



10月から11月にかけて、市内の中学校や高校で行われた赤ちゃん登校日。つどいの広場に通う乳幼児とその保護者が学校を訪問し、生徒と交流していました。

## 編集後記

■今月号は防災や消防の話題が盛りだくさん。安全安心な暮らしは日頃の備えや訓練から、と再認識しました。（T・K）

■自分には関係ないと考えていたプレコン。食事や運動などを一つずつ見直そうと思います。（S・N）

■そうじゃ吉備路ウオーキング。歩きながら見る吉備路の風景はいつも以上にきれいに感じました。（T・J）

■思わず開いてしまいそうな不審メールが届いてヒヤッとしました。日々のセキュリティ意識を高めることが大切だと改めて痛感しました。（O・H）

発行／総社市役所　編集／政策調整課広報広聴係
電話 0866-92-8214　メール seisaku@city.soja.okayama.jp
〒719−1192　岡山県総社市中央一丁目１番１号

配布／総務課
電話 0866-92-8218　FAX0866-93-9479
総社市役所のホームページ https://www.city.soja.okayama.jp/

VEGETABLE OIL INK 再生紙を使用しています。