

**法務大臣から委嘱された人権擁護委員による「なやみごと相談所」(無料)**

岡山地方方法務局人権擁護課 ☎086-224-5761

日時	場所
10月3日(月)13時～16時	ウェルポートなださき
10月12日(水)9時30分～12時	高松地域センター
10月12日(水)10時～15時	福祉交流プラザ大井
10月20日(木)9時30分～11時30分	瀬戸公民館
10月27日(木)13時30分～16時	妹尾地域センター

**一目合同相談所(無料・要予約)**

岡山総務省岡山行政監視行政相談センター ☎086-231-4321

10月27日(木)①10時～12時②13時～15時 場 市役所7階大会議室(オンライン相談あり) 内 さまざまな行政機関や関係団体が相談に応じる 申 電話で10月17日～24日に



**定例無料相談**

相談名	日時・内容	場所	問い合わせ先など
法律相談【弁護士】(要予約)	毎週水・木曜13時30分～16時30分 市内在住の人で、1年に1回まで	勤労者福祉センター(北区春日町)	相談予約電話 ☎086-803-1000 (市役所代表) ※予約は各週水曜9時から先着順に受付
クレジット・サラ金法律相談【弁護士】(要予約)	毎週月～金曜(祝日を除く)9時30分～15時20分 クレジット・サラ金、多重債務についての相談	岡山弁護士会館(北区南方一丁目)	予約専門電話 ☎086-234-5888 (平日9時～17時)
電話相談【弁護士】	毎週水曜(祝日を除く)11時～14時 高齢者、遺言・相続問題全般 ※同一案件は1回限り	相談用電話 ☎086-235-1115	岡山弁護士会 ☎086-223-4401
高齢者・障害者法律相談【弁護士】(要予約)	10月7日・14日・21日・28日の各金曜13時～16時10分 相続、遺言、金銭貸借、財産管理などの法律上の問題(市内在住の高齢者・障害者で、1年度に1回まで。1人40分)	ひまわり福祉会館(北区大供二丁目)	(相談予約) 市社会福祉協議会 ☎086-201-0171
面談相談【司法書士】(要予約)	毎週火・木曜(祝日を除く)17時～19時、 毎月第1・3土曜(祝日を除く)10時～12時 相続・登記、借金問題、成年後見など	県司法書士会館(北区駅前町二丁目)	予約受付は、毎週月～金曜(祝日除く)9時～17時 県司法書士会 ☎086-226-0470 17時～19時 岡山総合相談センター ☎086-224-2334
電話相談【司法書士】	毎週月～金曜(祝日を除く)17時～19時 相続・登記、借金問題、成年後見など	相談用電話 ☎086-224-2334	県司法書士会 ☎086-226-0470
面談相談【司法書士】	①10月8日(土)9時30分～12時 ②10月8日(土)9時30分～12時 ③10月20日(木)13時～16時 相続・登記、借金問題、成年後見など	①百花プラザ(西区大寺南一丁目) ②瀬戸公民館(東区瀬戸町瀬戸) ③中区役所	①的場司法書士事務所 ☎086-276-7677 ②日笠司法書士事務所 ☎086-93-1056 ③義國司法書士事務所 ☎086-254-8521
相続・登記・成年後見相談【司法書士・土地家屋調査士】	10月12日・26日の各水曜10時～16時(土地家屋調査士相談は13時から) 土地・建物の相続・登記・境界問題、高齢者・障害者などの成年後見	勤労者福祉センター(北区春日町)	県司法書士会 ☎086-226-0470 県土地家屋調査士会 ☎086-222-4606
税の相談【税理士】(要予約)	毎週月曜13時～16時(祝日を除く) 所得・相続・贈与など各種税の相談	県税理士会館(北区南方一丁目)	中国税理士会岡山東支部・岡山西支部 ☎086-233-1553
相談【マンション管理士】	10月12日(水)13時～16時 マンション生活・管理組合運営などの相談	勤労者福祉センター(北区春日町)	県マンション管理士会 ☎086-238-9901
相談【社会保険労務士】	10月26日(水)13時～16時 一般的年金相談・労働相談	勤労者福祉センター(北区春日町)	県社会保険労務士会 ☎086-226-0164
相談【行政書士】(要予約)	10月26日(水)13時～16時 遺言・相続、マイナンバーカードの申請相談・申請代行、著作権、外国人の入国・在留手続きなどについて	市役所分庁舎6階会議室	(相談予約) 県行政書士会 ☎086-222-9111

生活上の困りごと、要望について行政相談委員(総務大臣委嘱の民間有識者)が無料相談に応じます。

**10月行政相談**

10月17日～23日は「行政相談週間」です。

岡山総務省岡山行政監視行政相談センター ☎086-224-1100

地区	日時	場所	地区	日時	場所
岡山	10月14日(金)13時～15時	南公民館	上道	10月18日(火)10時～12時	上道地域センター
	10月20日(木)13時～15時	中区役所	西大寺	10月19日(水)10時～15時	東区役所
御津	10月3日(月)13時～15時	御津支所	瀬戸	10月20日(木)9時30分～11時30分	瀬戸公民館
藤田	10月8日(土)10時～12時	藤田公民館	妹尾	10月20日(木)13時～15時	妹尾地域センター
児島	10月11日(火)13時～15時	児島地域センター	津高	10月21日(金)13時30分～16時	津高地域センター
興除	10月11日(火)10時～12時	興除地域センター	建部	10月21日(金)13時30分～15時30分	建部町公民館
足守	10月12日(水)10時～15時	福祉交流プラザ大井	瀬戸	10月27日(木)13時～15時	万富公民館
高松	10月12日(水)9時30分～12時	高松地域センター	一宮	10月28日(金)13時30分～15時30分	一宮地域センター
福田	10月13日(木)10時～12時	福田公民館	灘崎	11月7日(月)13時～16時	灘崎公民館

**中小企業向け融資・経営相談会(無料・要予約)**

●融資・経営安定特別相談会

岡山産業振興・雇用推進課中小企業振興室 ☎086-803-1325

日/場・申込先 10月5日・19日の各水曜13時～16時/岡山商工会議所(北区厚生町三丁目 ☎086-232-2266) 内 各種融資・経営問題など 申 開催場所に☎で事前に

●創業相談会

岡山日本政策金融公庫岡山支店 ☎086-225-0010

日 毎週月～金曜(祝日を除く)9時～17時 場 公庫岡山支店 国民生活事業(北区柳町一丁目) 内 創業、経営の多角化、事業転換などに関する融資相談 申 公庫団で事前に

●ライター創業相談会

岡山南商工会本部 ☎086-296-0765

日 10月13日(木)18時～21時 場 岡山南商工会本部(南区藤田) ・各支所 内 創業計画、創業資金、補助金、経理・税金、従業員雇用など

記号説明 日 日時 期 曜日 時 時間 場 場所 内 内容 講 講師 対 対象 定 定員 費 費用など 持 持参品 申 申込 他 その他

# 施設GUIDE ガイド

申し込み記号については、19ページを参照ください。

新型コロナウイルスの影響により内容が変更もしくは、中止になる場合があります

## 岡山シティミュージアム

〒700-0024 北区駅元町15-1  
☎086-898-3000 ㊟086-898-3003  
okayama-city-museum@city.okayama.lg.jp  
開館時間 10時～18時  
休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

### 企画展 池田家文庫絵図展

#### 「岡山城と人々の暮らし」

岡山大学附属図書館所蔵の池田家文庫内の「絵図」を中心にした本展は18回目を迎えます。3年前からは林原美術館の所蔵品も加わり、備前岡山藩の貴重な歴史遺産がその年のテーマに沿って一堂に会する機会となっています。

今回は、岡山城とその城下で繰り広げられた人々の暮らしに焦点を当てています。



元禄13年3月[御城内御絵図]  
岡山大学附属図書館蔵

期間 10月22日(土)～11月20日(日)

費 一般310円

#### <同関連行事>

#### 講演会

#### 「近世日光山と諸国の東照宮～建築とまつり～」

日 11月12日(土)14時～（2時間程度）

講 山澤学さん（筑波大学人文社会系准教授）

定 先着60人

申 氏名、電話番号を㊟で10月28日以降に

他 新型コロナウイルスの感染状況でZoom配信となる場合があります。

(広告)

\*広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

## 岡山シンフォニーホール

〒700-0822 北区表町一丁目5-1  
☎086-234-2001 ㊟086-234-1968  
開館時間 9時～17時（催事により22時）  
休館日 第2・4火曜（祝日の場合は翌平日）

### おかやま国際音楽祭2022

#### スペシャルコンサートII

#### 大迫力のオーケストラサウンドで聴く 『ドラゴンクエストの世界』

日 10月22日(土)18時開演

場 大ホール 費 3,000円（全席指定）

出演 佐々木新平（指揮）、岡山フィル  
ハーモニック管弦楽団（管弦楽）

曲目 交響組曲「ドラゴンクエストⅢ」そして伝説へ…



### オペラ VS ミュージカル

#### じゃけん、オペラとミュージカルって何が違うん？

日 11月12日(土)14時開演

場 イベントホール

費 500円（全席自由）

出演 清原邦仁（構成・テノール）、川崎泰子（ソプラノ）、角田奈名子（ピアノ）

曲目 オペラ「トスカ」より『妙なる調和』ほか、ミュージカル「ウエストサイドストーリー」より『トゥナイト』ほか

#### 日本歌曲塾in岡山

#### 塚田佳男公開レッスン聴講者募集

#### ～日本歌曲の奥深さを体験する一日～

日 11月27日(日)①10時～12時25分②13時30分～15時55分③16時10分～17時45分

場 スタジオ1

費 1,000円

申 11月24日までに

## 旧旭東幼稚園園舎（八角園舎）

〒700-0843 北区二日市町56  
☎/㊟086-226-2434  
開館時間 9時30分～16時30分  
休館日 月曜（祝日の場合は翌日）、第2日曜、祝日

### 日本の童謡・唱歌コンサート（幼児向け）

日 10月22日(土)14時～14時30分

定 親子先着25組（要事前申し込み）

申 ㊟・㊟で10月13日以降に

#### うたのコンサート（幼児向け）

日 10月30日(日)14時～15時

定 親子先着25組（要事前申し込み）

申 ㊟・㊟で10月21日以降に

#### 人形劇

日 11月1日(火)10時30分～11時10分

定 親子先着20組（要事前申し込み）

申 ㊟・㊟で10月22日以降に

#### ふれあいコンサート（幼児向け）

日 11月6日(日)14時～15時

定 親子先着25組（要事前申し込み）

申 ㊟・㊟で10月27日以降に

## 環境学習センター「めだかの学校」

〒709-3142 北区建部町建部上609  
☎086-722-1231 ㊟086-722-3100  
開館時間 9時～17時  
休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）

### めだかの学校環境教室

#### 「秋の里山散歩・建部古道歩き」

日 10月16日(日)9時30分～12時

内 秋の里山の自然観察と建部古道歩き

対 小学生と保護者（大人のみの参加も可）

定 先着20人

費 500円

申 ㊟・㊟で10月13日までに



## あらゆる法的トラブルに岡山弁護士会の弁護士が相談に応じています。

**平日昼間の法律相談**  
一般相談 / 40分  
5,500円(税込)

クレジット・サラ金の借入金に関する相談や交通事故に関する民事の法律相談は無料です。その他、一定の収入以下の方は無料で相談が出来るケースもありますので、詳しくは予約時にお問い合わせください。

場所 岡山弁護士会館  
岡山市北区南方1-8-29

毎週月曜日～金曜日 9:30～15:20

きらめきプラザ  
法務局  
検察庁 裁判所 番町

西川 柳川

岡山駅

※弁護士会には駐車場がありません。公共交通機関などをご利用ください。

たすつぴ

まずはお電話でご予約ください

**平日夜間と土日の法律相談**  
一般相談 / 30分  
5,500円(税込)

場所 岡山市勤労者福祉センター2F  
岡山市北区春日町5-6 岡山パブリック法律事務所内

毎週月曜日～金曜日 17:45～20:00  
土曜日・日曜日 13:00～15:15

岡山駅 倉敷 姫路  
岡山事務所 広島銀行 枝川  
セブンイレブン 春日公園  
岡大附属病院

一定の収入以下の方は無料で相談が出来るケースもありますので、詳しくは予約時にお問い合わせください。

☎086-234-5888  
電話受付時間/平日 9:00～17:00

詳しくはホームページをご覧ください 岡山弁護士会 検索  
<https://www.okaben.or.jp/>

注目  
スポーツほか  
情報のひろば  
相談  
施設ガイド  
健康

記号説明  
 日 日時  
 期 期日  
 時 時間  
 場 場所  
 内 内容  
 講 講師  
 対 対象  
 定 定員  
 費 費用など  
 持 持参品  
 申 申込  
 他 その他

### オリент美術館

〒700-0814 北区天神町9-31  
 ☎086-232-3636 FAX086-232-5342  
 ✉orient@city.okayama.lg.jp  
 開館時間 9時～17時  
 休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

以下イベントは芸術交流鑑賞券で鑑賞可  
 （オリент美術館のみ鑑賞の場合500円）

高校生以下無料  
 岡山芸術交流2022

期間 11月27日(日)まで  
 館蔵品展「シティ・ライフのはじまり、オリент」

期間 次年度まで  
 企画展「古代ガラスの創造力」

期間 11月27日(日)まで  
 SPレコードコンサート

日 10月8日(土)10時30分～11時30分  
 ワークショップ「円筒印章を作ろう」

日 10月15日、11月5日の各土曜13時30分～15時30分

学芸員ギャラリートーク  
 日 10月22日(土)14時～15時

### 男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」

改修工事のため、11月頃まで休館  
 ☎086-803-3355 FAX086-803-3344  
 ✉sankaku@city.okayama.lg.jp  
 電話対応時間 9時30分～20時（日曜、祝日は17時まで）  
 休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）

3丁目ユースクリニックin IPU駅前キャンパス「若者のための身体と性のまかど健康相談スペース」開設！

日 10月8日・22日・11月12日・26日の各土曜14時～17時

場 IPU岡山駅前グローバルキャンパス（北区下石井二丁目2-1）

定 各回先着6人程度  
 申 回で

### 埋蔵文化財センター

〒703-8284 中区網浜834-1  
 ☎086-270-5066  
 開館時間 9時～16時30分  
 休館日 日曜、祝日

埋蔵文化財講座  
 「南方遺跡・花ひらく弥生文化-（第4回）」

日 10月15日(土)13時30分～15時

内 南方遺跡の土器  
 定 40人  
 申 同センターへ☎で10月3日以降に

### 足守プラザ

〒701-1463 北区足守979  
 ☎086-295-0001 FAX086-295-2722  
 開館時間 9時～16時30分  
 休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

陶芸教室  
 干支「卯」を作ろう

日 10月中の開館日①9時30分～②12時30分～（制作時間90分まで）

定 各回8人  
 費 1,040円

申 回で事前に  
 他 作品のお渡しは約2カ月後



### 少年自然の家

〒701-1131 北区日応寺4  
 ☎086-294-3461 FAX086-294-1465  
 開館時間 8時30分～17時  
 休館日 月曜、祝日

家族でつくるSNICM  
 日 11月27日(日)9時～15時30分

内 ネイチャーゲーム、自然を生かした活動 対 市内在住の家族

定 35人（応募多数の場合は抽選）  
 費 1,048円（保険代含む）

申 講座名、代表者の郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・電話番号（必ずつながる番号）、参加者全員の氏名（ふりがな）・性別・生年月日を囲で10月28日までに（1家族1通）

山で遊ぼうⅡ  
 日 12月4日(日)9時～15時30分

内 自然散策・自然を生かしたもののづくりなど  
 対 市内在住の家族

定 10家族（応募多数の場合は抽選）  
 費 1人1,048円（昼食代・傷害保険代含む）

申 講座名、代表者の郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・電話番号（必ずつながる番号）、参加者全員の氏名（ふりがな）・性別・生年月日を囲で11月4日までに（1家族1通）

### 障害者体育センター

〒700-0843 北区二日市町56  
 ☎086-223-5480 FAX086-223-6728  
 ✉okayama\_taiiku@midori-gr.com  
 開館時間 9時～20時30分  
 休館日 第1・3水曜

申 回・回・窓  
 障害者スポーツ体験会参加者募集

日 10月29日(土)・30日(日)の各日10時～16時

対 障害者スポーツに興味がある人

体験競技 車椅子テニス、卓球、バドミントン、車椅子バスケットボール、フライングディスク、ボッチャ、スラローム、サウンドテーブルテニスほか（予定）



スポーツ講習会参加者募集

バスケットボール(知的)	11月13日(日)	9時～12時
アーチェリー	11月20日(日) 12月4日(日)	9時30分～12時

第40回岡山市障害者親善スポーツ大会参加者募集

バドミントン	10月23日(日)	9時30分～17時
アーチェリー	12月4日(日)	13時～17時

### 福祉交流プラザ

〒704-8104 東区富崎728-1  
 ☎/FAX086-943-7692  
 ✉plazaogami@city.okayama.lg.jp  
 開館時間 9時30分～21時（日曜は17時まで）  
 休館日 火曜

人権啓発講演会  
 「百歳まで生きる食事法」

日 10月21日(金)10時～11時30分

場 雄神老人憩の家（東区富崎）  
 内 食べてほしい食品と体の関係について

定 20人  
 申 10月19日までに

(広告) ※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。 (広告)

人生100年時代

## 健康寿命を一緒に伸ばしませんか？

体力低下 ストレス増加  
腰痛・膝痛

専門家と一緒に楽しく体を動かしませんか？肩こり、腰痛の改善や転倒防止のエクササイズなど。

まずはお気軽にご相談ください

リハビリ&フィットネス シーアールウェルネス  
 岡山市北区十日市西町11-7  
 TEL.086-227-5500  
 岡シーアールホールディング 岡山市中区平井6-15-34

## 庭木1本から承ります！

お約束 庭木1本より明瞭料金 土日でもOKです トイレはお借りしません お茶はご遠慮します 見積無料

市民のひろばへ  
 生垣剪定（長さ1m高さ2m）  
 通常2,200円を ※10/1よりスタート！  
 先着10名様 1,100円！（税別）

1本からの お庭サービス 株式会社 ガーデンエクスプレス  
 岡山東区店 岡山市東区西大寺東3-4  
 岡山中区店 岡山市中区江並4-1 営業時間 9:00～17:00  
 ☎0120-61-4128

お見積り・お問い合わせは ☎電話 もしくは 2次元バーコードから



# Public Hall 公民館

申し込みが必要な講座などは、・・で各公民館へ

開館時間：9時30分～21時（日曜は17時まで）

休館日：水曜（祝日の場合は翌日も）、祝日

場所	講座名	内容
<b>西大寺公民館</b> 〒704-8115 東区向州1-1 ☎086-942-6252 FAX086-942-0774	ディスコン体験会	📅10月8日(土)10時～12時 内岡山生まれのスポーツ、ディスコンの体験 定15人 申必要
<b>一宮公民館</b> 〒701-1211 北区一宮638-1 ☎/FAX086-284-6224	いちのみや防災講座(第2回)	📅10月28日(金)10時～12時 内要支援者個別避難計画について 定30人 申必要
<b>津高公民館</b> 〒701-1144 北区栢谷1677 ☎/FAX086-294-4222	津高シネマ	📅10月25日(火)13時30分～15時30分 内映画「グランド・ホテル」 定30人 申必要
<b>吉備公民館</b> 〒701-0153 北区庭瀬416 ☎/FAX086-293-2170	庭瀬かいわい案内人	📅10月18日(火)10時～12時 内庭瀬かいわいをたずねる（Aコース） 定先着20人 申10月6日以降に
<b>妹尾公民館</b> 〒701-0206 南区箕島1025-1 ☎/FAX086-282-4747	井戸・史跡見て歩き	📅11月13日(日)9時～12時 内南区内の高尾、福田約7kmを歩く 定20人 申参加費50円を添えて、11月5日まで
<b>興除公民館</b> 〒701-0213 南区中畦589-1 ☎/FAX086-298-2660	興除バリスタ・オープンカフェ 「たのしいオカリナ」コンサート	📅10月22日(土)14時～15時30分 内オカリナの演奏 定30人 申10月3日以降に
<b>足守公民館</b> 〒701-1463 北区足守718 ☎/FAX086-295-1942	ちょっとの工夫で食品ロスを削減しよう！	📅10月28日(金)10時～12時30分 内つけおき冷凍をマスターしよう 定12人 費材料代約800円 申必要
	地域の魅力再発見～足守の歴史	📅11月18日(金)10時～12時 内足守地域の中世～近世 定30人 費保険代50円 申10月12日以降に
<b>旭東公民館</b> 〒704-8183 東区西大寺松崎310-1 ☎/FAX086-943-1154	食品ロスと私たちの暮らし	📅10月6日(木)・31日(月)の各日13時30分～15時30分 内食品ロスの現状、冷蔵庫の整理活用術ほか 定各30人 申必要
<b>光南台公民館</b> 〒702-8014 南区宮浦1324 ☎/FAX086-267-1255	海辺のコンサート	📅10月30日(日)14時～15時 内ギター・マンドリン同好会による「秋風のコンサート」 定25人 申9月25日以降に
<b>御南西公民館</b> 〒700-0951 北区田中157-110 ☎/FAX086-244-1855	わくわく文庫	📅10月31日(月)10時～11時 内絵本の読み聞かせほか 対未就園児と保護者 定親子15組 申必要
<b>灘崎公民館</b> 〒709-1215 南区片岡159-1 ☎/FAX086-362-0408	今日からはじめるエコ宣言！	📅10月25日(火)13時30分～15時30分 内コミュニティパントリーの普及と拡大～食品ロスからSDGsを考える～ 定25人 申必要
<b>建部町公民館</b> 〒709-3111 北区建部町福渡496-1 ☎086-722-2212 FAX086-722-2160	建部大学・高齢者健康セミナー 「胃ろうは第二のお口」	📅10月27日(木)13時30分～15時 内食することは生きること、食べ続けることの重要性について学ぶ 定40人 申必要
<b>瀬戸公民館</b> 〒709-0861 東区瀬戸町瀬戸54-1 ☎086-952-4146 FAX086-952-4163	「私らしい」最後について考える ～いつかくる もしものために 今できること～	📅10月27日(木)10時～12時 内市地域ケア総合推進センター職員による講義 定先着30人 申必要
<b>万富公民館</b> 〒709-0841 東区瀬戸町万富257 ☎086-953-0610 FAX086-953-0715	シアター万富	📅10月8日(土)13時30分～15時30分 内映画「黄昏」 定75人 申必要



# Library 図書館

行事の開催・中止は図書館HPに掲載します。

問い合わせは各図書館へ

※祝日が休館日に当たる場合、その翌日も休み（ただし中央図書館を除く）

※行事参加者はマスク着用（乳幼児除く）

※参加多数の場合、入室制限実施



**伊島** 〒700-0016 北区伊島町二丁目9-38  
☎086-253-0822  
開館時間 10時～18時  
休館日 月・水・第2日曜、祝日

おたのしみ会

📅10月16日(日)11時～11時30分

申・で

## 図書館休館のお知らせ

館内整理のため、下表のとおり休館します。

	中 央	幸 町	浦 安	足 守	伊 島	建 部 町	御 津	瀬 戸 町	灘 崎	西 大 寺
10/2(日)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
3(月)				○						
4(火)				○						
5(水)										
6(木)				○		○	○			
7(金)	○		○	○		○	○	○	○	○
8(土)	○		○	○		○	○	○	○	○
9(日)	○		○	○						
10(祝)	○									
11(火)	○			○	○					
12(水)	○		○				○	○	○	○
13(木)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※伊島図書館については、公民館まつりによる休館の期間（10月7日～9日）を含みます。

**浦安** 〒702-8024 南区浦安南町493-2  
☎/FAX086-265-6141  
開館時間 10時～18時  
休館日 月・第2日曜、祝日

## えほんのじかん

📅10月12日・19日・26日・11月2日の各水曜14時～14時30分

定先着5組程度

## かみしばいのじかん

📅10月16日・11月6日の各日曜11時～11時30分

定先着5組程度

## おはなしのじかん

📅10月23日(日)11時～11時30分

定先着5組程度

## 浦安読書サークル

📅11月4日(金)13時～15時

10月13日(木)から上道公民館でインターネット予約図書を受取を開始

中央図書館

予約は「図書館利用者カード」とパスワードが必要です。図書の貸し出しも「図書館利用者カード」が必要です。

**中央** 〒700-0843 北区二日市町56  
☎086-223-3373 ㊟086-223-0093  
開館時間 10時～18時(木曜は11時～19時)  
休館日 月曜(祝日・振替休日は除く)

読書週間 英語でえほんのじかん

日10月15日(土)15時～15時30分 定10組

申(窓)☎で9月28日以降に

読書週間 ぶっくブックBook

日10月22日(土)15時～15時45分

県内図書館共同企画 秋の図書館福袋  
ブック本袋～福袋(児童書)の貸出

日10月23日(日)10時～

他30袋が無くなり次第終了

読書週間 えほんのじかんスペシャル

日10月26日(水)15時～15時45分 定10組

申(窓)☎で10月12日以降に

**幸町** 〒700-0903 北区幸町10-16  
☎086-234-5188 ㊟086-234-5189  
開館時間 10時～20時(土・日曜は10時～18時)  
休館日 月・第2日曜、祝日

※西川アイプラザのエレベーター改修工事のため、10月以降の行事日程が変更になる場合があります。なお工事中はエレベーター利用不可です。

小学生のためのおはなしの会

日10月23日(日)14時～15時

定10組程度 申(窓)☎で9月25日以降に

韓国語でえほんのじかん

日10月30日(日)15時～15時30分

定10組程度 申(窓)☎で9月29日以降に

読書週間 えほんのじかん

日11月5日(土)10時30分～11時

定10組程度 申(窓)☎で10月1日以降に

読書週間 おはなしの会

日11月6日(日)15時～15時30分

定10組程度 申(窓)☎で10月2日以降に

**灘崎** 〒709-1215 南区片岡186  
☎086-362-5277  
開館時間 9時～17時  
休館日 月・第2日曜、祝日

おはなしのへや

えほん「あきといえば…」ほか

日10月19日(水)14時30分～14時50分

おはなしひろば

人形劇「だるまちゃんとはぐちゃん」ほか

日10月22日(土)10時30分～11時15分

定親子先着8組

申(窓)☎で10月7日以降に

**建部町** 〒709-3111 北区建部町福渡487-1  
☎086-722-4555 ㊟086-722-4550  
開館時間 10時～18時  
休館日 月・第2日曜、祝日

おはなし会

「ぞうちゃんのいやいや」ほか

日10月22日(土)11時～11時20分



# Park 公園協会からのご案内



- A 浦安総合公園西地区** 〒702-8025 南区浦安西町148-1 ☎086-261-8588 ㊟086-262-9589 開館時間 9時～17時
- B 岡山市半田山植物園** 〒700-0004 北区法界院3-1 ☎086-252-4183 ㊟086-252-2208 開園時間 9時～16時30分 休館日 火曜(祝日の場合は翌平日)
- C 西大寺緑花公園・百花プラザ** 〒704-8117 東区西大寺南一丁目2-3 ☎086-944-8716 ㊟086-944-8715 開館時間 9時～21時 休館日 月曜(祝日の場合は翌平日) ㊟info-hyokka@okayama-park.or.jp

事前申し込みが必要な場合の手続き(全て先着順)および注意事項など

**A** イベント名、氏名、電話番号を、(窓)☎で10月6日以降に

**B** イベント名に★印があるものは入園料が必要です。

**C** (窓)☎で10月2日以降に ※受け付けは18時まで

イベント名		内容	
<b>A</b> 浦安	おしゃれに飾る秋の寄せ植え	日10月14日(金)13時30分～15時	定先着15人 費2,000円
	【公園協会ガーデニング講座】 庭木の剪定	日10月25日(火)13時30分～15時	定先着15人 費200円
<b>B</b> 半田山 観察会イベント	★四季と自然を楽しむ会	日10月13日(木)9時30分～11時30分	
	半田山秋の花まつり	日11月3日(祝)9時～16時30分	(無料開園日)
<b>C</b> 百花プラザ	【公園協会ガーデニング講座】 庭木の剪定	日10月27日(木)13時30分～15時	定先着15人 費200円



**A** おしゃれに飾る秋の寄せ植え



**B** 半田山秋の花まつり

## ◆お知らせ 百間川緑地の一部施設利用停止のお知らせ

**利用停止** サッカー場A(中区原尾島)

**停止期間** 12月1日(木)～令和5年3月31日(金)

☎百間川緑地管理事務所 ☎086-273-2453 (8時30分～17時)

**緑の図書室** 〒704-8117 東区西大寺南一丁目2-3  
☎/㊟086-943-2298  
開館時間 10時～18時  
休館日 月曜、祝日

県内図書館共同企画 秋の図書館福袋  
ブック本袋～福袋(一般書・児童書)の貸出  
日10月12日(水)10時～  
他30袋が無くなり次第終了

えほんのじかん

日10月26日(水)15時～15時30分 定5組

申(窓)☎で10月1日以降に

こどものじかん

えほん「ぼく、おおきくなるからね!」ほか

日10月29日(土)15時～15時30分 定5組

申(窓)☎で10月1日以降に

**御津** 〒709-2121 北区御津宇垣1629  
☎086-724-1712  
開館時間 10時～18時  
休館日 月・第2日曜、祝日

おはなし会

日10月8日・22日の各土曜14時～14時30分

申(窓)☎で月初めから3日前までに

**瀬戸町** 〒709-0856 東区瀬戸町下188-2  
☎/㊟086-952-4531  
開館時間 10時～18時  
休館日 月・第2日曜、祝日

おはなし会

日10月8日・15日・22日の各土曜11時～11時30分

おはなしの時間

日11月5日(土)11時～11時30分

**視聴覚ライブラリー** 〒700-0843 北区二日市町56  
☎086-223-0097 ㊟086-223-0093  
開館時間 10時～18時(木曜は11時～19時)  
休館日 月曜、第2日曜、祝日

名作映画会

「ずぶぬれて犬ころ」

日10月23日(日)14時～

定40人

企画映画会

「橋は生きている 児島・坂出ルート架橋技術」

日10月28日(金)14時～

定40人

記号説明

日

日

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時

時



# Center ふれあいセンターからのご案内

休館日 第3土曜  
※ウェルポートなださきからのお知らせも含まます



## 岡山ふれあいセンター

〒702-8002 中区桑野 715-2  
☎086-274-5151 ☎086-274-5100  
✉o-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 西大寺ふれあいセンター

〒704-8116 東区西大寺中二丁目 16-33  
☎086-944-1800 ☎086-944-1801  
✉s-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 北ふれあいセンター

〒700-0071 北区谷万成二丁目 6-33  
☎086-251-6500 ☎086-251-6501  
✉k-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 西ふれあいセンター

〒701-0205 南区妹尾 880-1  
☎086-281-9611 ☎086-281-9612  
✉n-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 南ふれあいセンター

〒702-8021 南区福田 690-1  
☎086-261-7001 ☎086-261-7025  
✉m-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## ウェルポートなださき

〒709-1215 南区片岡 159-1  
☎086-363-5001 ☎086-363-5011  
✉j\_welp@mx.okayama-fureai.or.jp

- 講座**
- ・申し込みは、講座名、郵便番号・住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を（窓）・（〒）・（FAX）・（☎）で
  - ・受講の可否は各講座締め切り後はがきでお知らせします。なお、応募多数の場合は抽選、少数の場合は中止になることがあります。
  - ・ときめきプラザ会員は「生涯学習講座受講割引券」を使用できます（一部対象外講座あり）。
  - ※1…65歳以上優先 ※2…材料代を含んだ金額 ※3…道具が必要な人は別途2,200円程度必要
  - ※4…保護者1人につき小学生2人まで ※5…首のすわった3カ月～1歳未満の子どもと保護者

	講座名	日程・回数	時間	受講料など	締切
岡山	岡山市安全・安心ネットワーク 地域応援人づくり講座 地域福祉分野 「みんなで考えよう！いま必要な地域づくりとは？」	10/16(日)	10:00~12:00	無料	10/6
	岡山市安全・安心ネットワーク 地域応援人づくり講座 健康づくり分野 「人生100年時代を楽しく過ごすための地域でできるフレイル対策」	10/16(日)	14:00~16:00	無料	10/6
	やさしい備前焼 ①午前コース ②午後コース ※1	10/29~(土)全8回	①10:00~12:00 ②14:00~16:00	17,080円 ※2 ※3	10/19
	YORIDORIトレーニング~1回から受講できる運動講座~ マットサイエンス	11/4(金)	19:00~20:15	630円	10/25
	YORIDORIトレーニング~1回から受講できる運動講座~ パレトン	11/11(金)	13:30~14:15	630円	11/1
西大寺	音訳ボランティア入門講座	10/21~11/4(金)	10:00~12:00	630円	10/10
	アクアヌードル&リズム体操 ※1	10/24~3/13(月)	9:55~10:55	5,260円 ※2	10/11
	アクアファイター	10/31~2/20(月)	10:30~11:30	5,260円 ※2	10/18
北	親子でダンス! ※4	11/5(土)	13:30~14:45	630円	10/21
	Let's ダンス!	11/4~(金)全5回	19:00~20:15	3,150円	10/25
西	赤ちゃんと一緒に産後エクササイズ ※5	11/10~(木)全5回	14:15~15:30	3,150円	10/31
	岡山市安全・安心ネットワーク 地域応援人づくり講座 地域福祉分野 「予防救急講座」	11/3(祝)	13:30~15:00	無料	10/24
	ハーバリウムで作るお花畑	11/22(火)	14:00~15:15	1,630円 ※2	11/12
南	体験しよう! リズムフィット★ボクシング	11/5(土)	10:00~11:15	630円	10/26
	季節の園芸教室 初冬編 ※1	11/3(祝)	10:00~11:30	2,000円 ※2	10/21
ウェル ポート	介護職スキルアップ研修 認知症の方のための食事づくり	11/12(土)	13:30~15:30	1,050円	11/2

**催し** 問い合わせは各センターへ

## 岡山ふれあいセンター

### 岡山ふれあいまつり

日 10月22日(土)10時~13時  
内 ステージショー、ワークショップほか  
他 各ブース人数制限あり

## 北ふれあいセンター

### 子育て支援イベント親子でベビーダンス

日 11月13日(日)10時30分~11時45分  
対 首がすわった3カ月~18カ月未満の子ども1人と保護者1人  
定 25組  
申 10月30日までに

### 子育て支援イベント親子でつくろう!~クリスマスグッズ~

日 11月13日(日)10時~11時30分②13時~14時30分  
対 小学生1人と保護者1人 定 各7組 申 10月30日までに

## 西大寺ふれあいセンター

### 西大寺ふれあいうオーキング

日 11月3日(祝)10時~13時  
定 100人 申 10月24日までに 他 小学生以下は保護者同伴

## 南ふれあいセンター

### わくわく映画会 「ざんねんないきもの事典2」

日 10月10日(祝)①10時~11時②14時~15時 定 各回100人  
他 未就学児は保護者同伴

## 西ふれあいセンター

### 西ふれあいまつり

日 11月20日(日)10時~15時 内 ワークショップ、福祉の店ほか  
申 11月10日までに (一部事前申込) 他 各ブース人数制限あり

## ウェルポートなださき

### 施設の改修工事に伴うプール休業

10月から令和5年6月までプールの施設工事予定です。工事期間中はプール施設を利用できません。詳細はHPで。

# 健康のページ

新型コロナウイルスの影響により各種事業が中止になる可能性があります。随時HPでご確認ください。

## 1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

11月受診の対象者（1歳6カ月児健診=令和3年4月生、3歳児健診=平成31年4月生）に、10月末までに健診のお知らせが届くので、日時などを確認の上、保健センターなどで受診してください。

1歳6カ月児  
健康診査



3歳児  
健康診査



## 初めての離乳食講習会

対 初めて離乳食を始めようとする保護者

持 親子手帳（母子健康手帳）

申 市電子申請サービスで事前申し込み **他** 託児なし



月 日	開催時間	場 所	申込受付開始日
11月11日	各日2回開催 ①11:00~12:00 ②14:00~15:00	中区保健センター	10月11日
11月21日		BRANCH岡山北長瀬内ハッシュダブ	10月21日

## 歯と口の健康相談

月 日	受付時間	場 所
11月4日	13:30~15:00	歯の相談室（保健福祉会館3階）

## こころの健康相談

こころの健康（若年性認知症・アルコール関連問題を含む）について専門医が相談に応じます（要予約）。申し込みは各保健センターへ。

※医療機関を受診している人はご遠慮ください。ご家族の相談も可能。

月 日	相談時間	場 所
11月15日	13:30~15:00	南区南保健センター
11月17日	13:30~15:00	中区保健センター
11月24日	13:30~15:00	北区北保健センター
11月25日	13:30~15:00	南区西保健センター

## シニアのための健康相談

低栄養、転倒予防について、食事や運動（筋力維持）のアドバイスを行います（要予約）。申し込みは各保健センターへ。

対 市内在住の65歳以上でBMI 20以下の人など

持 健康診査などの結果

月 日	開催時間	場 所
10月3日	9:30~12:30	北区中央保健センター
10月17日	13:30~16:30	東区保健センター
10月18日	13:30~16:30	北区北保健センター
10月20日	13:30~16:30	中区保健センター
10月21日	9:30~12:30	南区西保健センター
10月27日	13:30~16:30	南区南保健センター

岡山市保健所 〒700-8546 北区鹿田町一丁目1-1  
岡山市保健福祉会館（市役所南側）内

- 感染症対策課／感染症対策係 ☎086-803-1262
- 健康づくり課／特定疾病係 ☎086-803-1271
- 健康増進係 ☎086-803-1263
- 母子歯科保健係 ☎086-803-1264
- 精神保健係 ☎086-803-1267

- 保健センター
- 北区中央（岡山市保健福祉会館内） ☎086-803-1265
- 北区北（北ふれあいセンター内） ☎086-251-6515
- 御津・建部分室（建部支所総務民生課内） ☎086-722-1114
- 中区（岡山ふれあいセンター内） ☎086-274-5164
- 東区（旧西大寺保健センター） ☎086-943-3210
- 南区西（西ふれあいセンター内） ☎086-281-9625
- 南区南（南ふれあいセンター内） ☎086-261-7051

## 診療一コマも健康ちょっといい話

### アイフレイルもお忘れなく

岡山市医師会

人生百年時代となり、多くの人が長い寿命を楽しむことができるようになりました。寿命は延びましたが、加齢による人体の機能低下が生じることは、残念ながら変わりありません。

近年、日本老年医学会が「フレイル」という概念を提唱し、一般に啓蒙しています。（※フレイル…活動的な生活ができている状態と要介護の間に位置し、身体的機能や認知機能に低下が見られる状態）

人体の機能の衰えを放置していると、幸せな生活が損なわれてしまいます。そこで「フレイル」に対して適切な対策を講じましょうという呼びかけです。

言うまでもなく眼は人体の一部で、眼も加齢に伴ってその機能が衰えてきます。これについて、眼科領域では「アイフレイル」という言葉を提唱しています。

そもそも、眼は外界の情報の大部分を受け取る器官とされ、これが損なわれると、物にぶつかる、転倒するなどケガの危険が増します。また、テレビやスマホが見えなくなると、楽しみが減ってしまうとともに、必要な情報が得られなくなり、認知症につながることも知られています。

医学の進歩はめざましく、白内障は手術をすれば治すことができるようになりました。緑内障や糖尿病網膜症などは、完全に治すことは困難ですが、早期に発見し、適切に加療することで、日常生活に支障が無い視機能を保つことは十分可能になりました。

「フレイル」という言葉を耳にされたときには、是非「アイフレイル」という言葉も思い出していただき、自覚症状の有無にかかわらず、眼科健診を受けてみてください。

記号説明

日

日時

期

曜日

時間

場所

内容

講師

対象

定員

費用

費用

持ち物

申込み

その他

その他

その他

その他

その他

その他

その他

その他

その他

その他

その他

その他

### 集団検診での感染対策にご協力ください

- ◎緊急事態宣言中も感染対策を講じて実施の予定です。
- ◎検診を受ける人は来場前の体温測定、マスクの持参・着用が必要です。
- ◎次の人は来場をご遠慮ください。
  - ・いわゆる風邪症状がある人、または2週間以内に37.5℃以上の発熱があった人
  - ・2週間以内に新型コロナウイルス感染症（疑いを含む）の患者と接触歴がある人
  - ・新型コロナウイルス感染症の患者と濃厚接触の可能性があり、経過観察期間中の人

### 胃がん集団検診（エックス線検査）

対50歳以上（昭和48年4月1日以前生まれ）で、今年度中に偶数年齢になる人または昨年の胃がん検診を受けていない人  
 ※高齢者、内視鏡検査を希望する人、持病のある人は個別検診（医療機関実施）を受けてください。特に、ピロリ菌検査で陽性を指摘されたことのある人（除菌治療後を含む）や一度も内視鏡検査を受けたことがない人は、胃内視鏡検査を受けてください。

費70歳未満（昭和28年4月2日以後生まれ）1,050円、70歳以上（昭和28年4月1日以前生まれ）500円  
 ※65～69歳で「後期高齢者医療被保険者証」持参者は500円。

「無料券」持参者は無料。

持本人確認書類、胃がん検診票、自己負担金または無料券  
 ※食事（固形物）は検査前日22時までに済ませ、当日は絶飲食・禁煙で来場ください。

地区	月日	受付時間	場所
御休	10月26日	7:30～8:30	おかやまガーデン
富山	11月2日	7:30～9:00	ハッピーズ円山店駐車場（富山地域センター前）
灘崎	11月10日	8:00～9:00	ウェルポートなださき

### 結核・肺がん検診

問感染症対策課 ☎086-803-1262

対40歳以上（昭和58年4月1日以前生まれ）で、職場などで検診を受ける機会のない人（結核患者の多い国から来た外国人などは15歳以上）

費①胸部エックス線撮影／無料②肺がんの痰検査＝胸部エックス線撮影を受ける人のうち、50歳以上で喫煙指数が600以上の希望者／500円（70歳以上および65～69歳で後期高齢者医療被保険者証持参者は200円、無料券持参者は無料）

持結核・肺がん検診票、本人確認書類

地区	月日	受付時間	場所
桃丘	10月27日	10:00～10:20	佐山第一撰果場
		10:50～11:30	桃丘コミュニティハウス
		13:00～13:30	上芳賀共撰場
馬屋下	10月27日	14:00～14:30	下芳賀共撰場
		15:00～15:15	松尾集会所
		15:45～16:20	JA岡山 フライト集出荷場（大窪）
		9:00～9:50	犬養木堂記念館 駐車場（県道川入・巖井線沿い）
吉備	10月27日	10:20～10:50	吉備西幼稚園
		11:20～12:00	吉備公民館
高田（日近）	10月27日	13:50～14:00	コミュニティプラザ杉谷
		14:25～14:35	【会場変更】吉春自転車店駐車場
		15:00～15:10	（日近）渡辺猛行さん宅前
		15:35～15:45	（高田）高田コミュニティハウス
		16:10～16:20	（吉）の場英一さん宅 倉庫付近
伊島	10月31日	9:00～9:30	北ふれあいセンター 北玄関前
		10:00～10:30	伊島小学校 体育館北側
		11:00～11:20	岡山県赤十字血液センター 駐車場
福浜	10月31日	13:30～14:20	マルナカ福富店
		14:50～15:30	わたなべ生鮮館 福富いちば店 駐車場
		16:00～17:00	ホームセンターダイキ 豊浜店 駐車場
高田（岩田）	11月1日	8:50～9:00	（石妻）公会堂前
		9:20～9:35	（山上）岩田ふれあい広場
		9:55～10:05	（上高田）上高田公民館下
大井	11月1日	10:35～10:50	（弓矢）公会堂前
		11:10～11:25	（上之原）坂本産業社宅 倉庫前
		11:45～12:00	（久田）大森橋付近
福谷	11月1日	13:30～13:45	（吉田）森永要さん宅前
		14:05～14:20	（苔山）苔山公会堂
		14:40～14:55	（浮田）旧浮田温泉 翠明館
足守	11月1日	15:30～16:00	足守公民館
平島	11月2日	10:30～11:30	平島小学校
		9:00～10:20	山陽マルナカ平島店 駐車場
江西	11月2日	13:00～13:30	森末コミュニティハウス
		14:00～14:30	観音寺コミュニティハウス
東畦	11月2日	9:00～10:30	東畦小学校
		14:30～15:00	東畦ライフセンター
第一藤田	11月2日	11:00～11:50	都老人憩の家
		13:30～14:00	大曲児童館
		15:30～16:10	JA岡山 藤田支所
		11:10～11:30	西大寺新公会堂
豊	11月4日	13:00～13:20	西大寺新地公会堂
		13:50～14:20	JA岡山 豊支所
		11月15日	14:00～14:20

(広告)

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

**全力で応援!! 次世代に残さない!**

**老後・相続の問題は元気なうちに相談!!**

**民事信託**

実家信託、アパート信託、認知症対策などお任せ下さい。

**成年後見**

申立書類の相談から後見人の引受までお任せ下さい。

**遺言・贈与**

法改正にも対応! 生前に決めておく人が増えています。

**相続・名義変更**

戸籍から書類作成 手続代行までお任せ下さい。

**無料相談**

相談時間はお1人1時間

要事前予約 (前日迄受付10:00～18:00) お電話でご予約ください。

司法書士法人 **アレクシア (一休法務事務所)**

岡山市北区野田3丁目1-1 東光野田ビル3F 受付時間/平日 9:00～18:00

※土曜日の営業は、相談会等の事前予約のみの対応となります。法律相談は、司法書士法第三条 第一項第六号および第七号に定められた事項に限る。司法書士法第三条に定める訴訟標的の範囲に限る。

☎0120-193-552

ホームページからもご相談承ります

アレクシア 一休法務事務所 検索

<https://www.ikkyuu-law.com/>

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康



豊	11月15日	14:50~15:30	豊小学校
西大寺	11月4日	15:00~16:00	東区保健センター
	11月15日	9:30~10:30	JA岡山 西大寺支所前
		11:00~11:20	吉原撰果場
千種	11月7日	13:00~13:30	西大寺観音院 第2駐車場
		10:30~11:30	万富公民館
		13:30~13:50	弓削コミュニティハウス
御休	11月7日	14:20~14:40	大内公民館
		9:30~10:00	浅川団地集会所
		10:30~10:50	上道公民館 御休分館
		11:20~11:50	御休小学校
雄神	11月7日	13:10~13:40	寺山公会堂
		14:30~15:10	福祉交流プラザ雄神
朝日	11月9日	15:30~15:50	河本修省社
		9:30~9:50	久々井公会堂
		10:20~10:40	旧JA岡山 朝日事業所
開成	11月9日	11:10~11:30	(正儀)三輝建設駐車場(大工町クラブ隣)
	11月17日	13:30~13:50	旧JA岡山 九幡事業所
政田	11月9日	11:25~11:45	旧JA岡山 金田事業所
	11月17日	14:20~14:50	上南公民館
可知	11月11日	10:30~11:00	政田小学校
		9:30~10:30	可知小学校
		11:00~11:30	(笹野町)サービスセンターおかやままがり苑 駐車場
彦崎	11月14日	13:00~13:30	中川町 河野フード
		14:10~14:40	古都コミュニティハウス
迫川	11月14日	9:10~10:00	植松児童館
		10:30~11:30	彦崎分館(灘崎体育センター隣)
太伯	11月16日	13:00~13:30	迫川分館跡地
		14:00~15:00	ウェルポートなださき
		9:30~10:00	用木倉庫
		10:30~11:00	西吉塔集会所 東広場
		11:30~11:50	西村町内会館
		13:20~13:50	乙子公民館
西大寺南	11月17日	14:20~14:40	東浦クラブ
		15:10~16:00	山南公民館
芥子山	11月17日	9:30~10:00	西大寺南コミュニティハウス
		13:30~14:30	旭東公民館
御津南(牧山・葛城)	11月24日	15:00~15:45	松新町公会堂東隣
		9:30~9:45	中山公会堂
		9:30~9:45	大坪撰果場
		10:15~10:30	湯須(常長義雄さん宅車庫前の広場)
		11:00~11:10	鍋谷(内藤さん宅横の広場)
御津(金川)	11月29日	11:30~11:40	田土(公園)
		14:00~14:20	川高公民館広場

御津南(宇垣)	11月21日	14:40~15:10	葛城地区コミュニティハウス	
		10:10~10:25	吉尾撰果場	
		10:50~11:25	御津南コミュニティハウス	
		11:40~11:55	小山公会堂	
		13:20~13:45	山条公会堂	
		14:05~14:25	宇垣原みどり団地 入口の広場	
		14:45~15:05	旧JAみつ 富谷農業倉庫	
		15:20~16:00	御津公民館(旧文化センター)	
		11月24日	13:20~13:30	(小田)舞原繁栄さん宅車庫付近
			14:00~14:30	河内公会堂
14:50~15:20	母谷公会堂			
理美容	11月29日	9:00~11:00	岡山県赤十字血液センター(理美容組合関係)	
		9:30~9:50	江田智宏さん宅(国道向い側)駐車場	
		10:05~10:15	久師井 旭清苑	
		10:30~10:55	旧JAみつ 草生農業倉庫	
御津(金川)	11月29日	11:10~12:00	金川コミュニティハウス	
		13:30~13:40	大園大曾根橋横の広場	

### 10月は骨髄バンク推進月間です

☎健康づくり課特定疾病係 ☎086-803-1271

白血病などの血液疾患には、骨髄移植などが有効な治療法の一つです。そのためには、善意の提供者(ドナー)の存在が不可欠です。一人でも多くの患者に移植の機会が確保されるよう、骨髄バンクへの登録をお願いします。なお、市では骨髄などの提供者とその人が勤務する事業所に奨励金を交付しています。

### 岡山市いいお産サポート事業 「いいお産の日in岡山市2022 ~いのちを育む家族のきずな~」

☎健康づくり課母子歯科保健係 ☎086-803-1264

出産の現状を多くの人に知ってもらい、妊娠・出産・育児について知るためのイベントです。お産に興味のある人なら誰でも参加できます。詳細は市HPをご確認ください。

☎11月23日(例)11時~16時

☎岡山ふれあいセンター(中区桑野)

☎体験コーナー(要予約)

赤ちゃん人形育児体験・妊婦体験、沐浴実習、マタニティストレッチ、ベビーマッサージ

妊娠・出産・子育てコーナー(予約不要)

相談コーナー、市内産科医療機関・助産施設情報パネル展示など

☎体験コーナーは☎で10月26日から



(広告)

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

(広告)

**庭木の剪定・庭リフォームはプロの庭師に!**

造園技能士が **剪定** 相談見積り **無料** 最短即日 **見積可能**

**剪定料金 (1日例)**

コノテガシワ	高さ 2.5m×12本
スギ	高さ 7m×2本
シマトネリコ	高さ 2m×1本

全部まとめて **25,300円(税込)**

**お庭のことなら何でもご相談ください!**

ニワドットプロ **フリーダイヤル【10:00~19:00】** 東証スタンダード上場 株式会社KG情報 岡山市北区平田 170-108 **0120-335-332**

**美術品の整理でお悩みの皆様**

美術品専門店ですので お茶道具、煎茶道具、額、軸など、美術品を一点一点丁寧に査定し **買取** 致します。

生前整理等お悩みの方お気軽にご相談ください。(出張可)

**ギャラリー 碧苑**  
岡山表町商店街紙屋町内

**TEL.086-238-5605**

岡山県公安委員会許可 第721010020237号 美術品商 三沢一郎

記号説明

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

☎

# 休日急患診療

## ●岡山市休日夜間急患診療所（内科・小児科）

☎086-225-2225 北区東中央町3-14 旧市民病院別館 1階

※発熱を伴う場合、受診前に必ずお電話ください。

□受付時間 ※往診はできません  
(診療は受付開始時間の30分後から)

### 【内科】

日曜、祝日、年末年始

9:30~11:30、12:30~16:30、  
20:00~22:30

### 【小児科】

日曜、祝日、年末年始

9:30~11:30、12:30~16:30、  
19:00~22:30

平日の月~土曜 20:00~22:30



## ●岡山市休日急患歯科診療所

☎086-225-8280 北区東中央町3-14 旧市民病院別館 1階

□受付時間 日曜、祝日、年末年始  
10:00~11:30

※当分の間、診療時間を午前中のみとしております。  
※急患に限ります。予約・往診はできません。

## ●在宅当番医（内科系）

下表のとおり（令和4年8月末現在）

市HPでもお知らせしています。

□診療時間 日曜、祝日、年末年始 9:00~17:00

※やむを得ない事情で当番医が変わる場合があります。  
往診はできません。



## ●岡山県小児救急医療電話相談

☎#8000または ☎086-801-0018

子ども（おおむね15歳以下）の夜間急病時の対応方法  
や医療機関への受診などについて、看護師などが電話で  
相談に応じ、適切な助言を行います。

□受付時間 土・日曜、祝日、年末年始 18:00~翌朝8:00  
平日の月~金曜 19:00~翌朝8:00

## ●岡山県精神科救急情報センター

☎086-225-9080（県精神科医療センター内）

※救急受診が必要な人に受診先を紹介します。

□受付時間 土・日曜、祝日、年末年始 8:30~翌朝8:30  
平日の月~金曜 17:00~翌朝8:30

## ●救急病院の問い合わせ

☎086-231-0119

岡山市内救急病院案内（消防局・24時間対応）

## 岡山市休日急患当番医表（内科系）【令和4年10月】 □診療時間 9時~17時 □往診はできません

- ・やむを得ない事情で当番医が変わる場合がありますので、受診の前に確認してください。
- ・「小児科」受診の際は、休日急患当番医が「内科系」のため、各当番医に受診が可能かどうかあらかじめ確認してください。
- ・あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所（内科）は、赤磐医師会病院の内部に設けられますが、運営は医師会病院ではなく医師会本体が行っているため、連絡先など間違いのないよう、お気を付けください。
- ・発熱を伴う場合、各当番医の受診前に必ずお電話ください。

	旭川東地域	旭川西地域	西大寺・上道	瀬戸 ※1	一宮・津高・御津・建部・高松・足守	吉備・妹尾・福田 ※2	藤田・興除・灘崎 ※3
第1日曜 10月2日	庄医院 (内科) ☎277-0270 中区山崎	三浦内科医院 (内科) ☎252-6783 北区伊福町二丁目	岡山西大寺病院 (内科) ☎943-2211 東区金岡東町一丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	あおぞら内科・整形 外科クリニック (内科) ☎284-3113 北区一宮山崎	せのお病院 (内科) ☎282-1211 南区妹尾	渡辺医院 (内科) ☎362-0363 南区彦崎
第2日曜 10月9日	三田医院 (内科) ☎272-7770 中区門田屋敷一丁目	同仁病院 (内科) ☎252-2661 北区下伊福上町	大上クリニック (内科) ☎297-3535 東区東平島	あかいわファミリー クリニック (内科小児科) ☎086-955-9251 赤磐市河本	あしもり クリニック ☎295-1133 北区下足守	前田医院 (内科小児科) ☎282-0812 南区妹尾	さとう内科 クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
祝日 10月10日	原おとな子ども クリニック(内科) ☎277-8233 中区藤崎	酒井内科 小児科(内科) ☎255-2131 北区白石西新町	澤原内科 小児科医院 ☎297-6711 東区中尾	森クリニック ☎086-954-4747 赤磐市周匝	鳥越医院 ☎284-7211 北区檜津	中島病院 ☎282-0218 南区妹尾	
第3日曜 10月16日	はいさ内科医院 (内科) ☎272-2593 中区門田屋敷四丁目	岡田メディカル クリニック (内科) ☎255-2345 北区伊福町三丁目	すどうクリニック (内科) ☎942-3890 東区西大寺中野	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	田中胃腸科 (内科) ☎287-9200 北区小山	三宅おおふく クリニック(内科) ☎281-2020 南区大福	うちおグリーン クリニック (内科) ☎282-5722 南区内尾
第4日曜 10月23日	内科小児科 吉岡医院 ☎275-4111 中区国府市場	せとうち クリニック (内科) ☎236-8470 北区野田三丁目	野口医院 (内科小児科) ☎943-5131 東区可知二丁目	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	マスカット内科 クリニック(内科) ☎294-7111 北区菅野	そうしん クリニック茶屋町 ☎086-428-9000 倉敷市茶屋町	松木内科 (内科) ☎362-0247 南区宗津
第5日曜 10月30日	吉岡内科医院 (内科) ☎272-0353 中区国富	しげとし 内科小児科医院 (内科小児科) ☎222-2627 南区新保	藤田病院 (内科) ☎943-6555 東区西大寺上三丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	深井医院 ☎287-2011 北区高松	あさひクリニック (内科) ☎282-6606 南区大福	さとう内科 クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田

※1 赤磐医師会エリアを含む ※2 都窪医師会エリアを含む ※3 北児島医師会エリアを含む

岡山・倉敷・玉野に16ホール

家族葬/一般葬/社葬  
法要/ギフト

# アーバンホール

心配事、ご相談ください。

- さまざまな宗派に対応
- 寺院様・牧師様等のご紹介もさせていただきます



葬儀に際して一番大切なことは、「心を込めて故人を見送ること」です。



ホール使用料  
光熱費

**無料**

家族葬のお問い合わせはアーバンホールへ

岡山

岡南 西市 西川原 藤田 庭瀬 富山  
 ☎(086) 902-1122 ☎(086) 244-3377 ☎(086) 271-0011 ☎(086) 296-2233 ☎(086) 293-2200 ☎(086) 206-4433  
 南区福吉町31-20 南区米倉31-3 中区西川原125-1 南区藤田2008-1 北区瀬川70-1 中区福泊285

倉敷

堀南 老松 中庄 藤戸 福田 玉島 児島 児島上の町 **玉野** 田井 荘内

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

塗替えをお考えのお母さん、お父さんへ大切なご案内です

塗替えリフォーム専門店 アート建装の  
**手塗りで生きる職人技!**



外壁の塗替えリフォーム価格		屋根の塗替えリフォーム価格	
外壁20坪	35.8万円 (税込価格 39.38万円)	屋根10坪	9.3万円 (税込価格 10.23万円)
外壁25坪	40.5万円 (税込価格 44.55万円)	屋根15坪	13.9万円 (税込価格 15.29万円)
外壁30坪	45.2万円 (税込価格 49.72万円)	屋根20坪	18.6万円 (税込価格 20.46万円)

【アート建装 倉敷店】 営業時間/10:00~18:00  
定休日/毎週水曜日



外壁塗装・室内塗装、塗替えリフォームは  
アート建装にお任せを!!

「お母さん方は10年に一度の塗替えですが、私たちは来る日も来る日も住宅塗装しかしていません。外壁塗装、リフォームのことなら、プラン・提案・縦横無尽。時には失敗したりしますが、絶対に放ったらかしにはしない。これがアートの姿です。毎日この町のどこかで、一生懸命仕事して、お客様対応しますので塗替えの際はぜひ一度、お尋ねくださいね。」

二代目親方 鈴木 朋己(最前列)

**アート建装**

☎相談窓口 ☎0120-37-4040

【アート建装 本店】岡山県倉敷市新倉敷駅前3丁目108-2  
【アート建装 倉敷店】岡山県倉敷市中央2丁目21-7 **新店舗**

株式会社メグハウスファミリアルグループ  
http://www.artkensou.com/ **アート建装** **検索**

スマホからはコチラ

広告募集

詳しくは、広報広聴課  
(☎086-803-1024)へ  
お問い合わせください。

