

市立保育園・認定こども園の会計年度任用職員募集

問申 幼保運営課 ☎086-803-1225

保育士・保育教諭、給食調理員、看護師、事務補助等（園務員）、特別支援教育支援員、時給パート（保育士、給食調理員、用務・洗濯員）を募集しています。各職種、資格、申し込み方法などについては、HPをご確認いただくか、お問い合わせください。

市消防職員（大学卒業程度）

問申 各担当課

※申し込み方法など詳細は、募集要項（各担当課などで配布。HPからも入手可）をご確認ください。

試験区分	職務内容	採用予定人員	受験資格	試験日/勤務場所	申込期間	担当課
消防職員（大学卒業程度）	消防関係業務（火災救急救助等の災害防ぎよ、予防、危険物の許認可等）	20人程度	(1) 平成9年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人（学歴不問） (2) 平成14年4月2日以降に生まれた人で次に掲げる人 ア 学校教育法による大学（短期大学を除く）を卒業した人または令和6年3月31日までに卒業見込みの人 イ 岡山市消防職員採用試験委員会がアに該当する人と同等の資格があると認める人	6月18日(日) 北消防署（北区鹿田町二丁目）	5月11日（木）	消防企画総務課 ☎086-234-9971

会計年度任用職員

問申 保健体育課 ☎086-803-1595

募集対象	勤務地	給与など	登録資格	登録方法など
パートタイム 給食調理員 （随時補充パート）	市内市立 小学校	1,025円（時給） （週20時間未満）	資格・年齢不問	勤務時間や給与などの詳細は、同課までお問い合わせください。 試験日、試験方法については別途連絡します。

市社会福祉協議会職員

問申 市社会福祉協議会 ☎086-225-4051

※詳細は受験要項（HPから入手可）をご確認ください。

募集職種	採用予定人員	給与	応募資格	試験日/試験会場	申込方法
事務事業総合職員（正規職員）	2人	大卒 180,765円 短大・専修学校卒 167,169円	昭和39年4月2日以降に生まれた人。学校教育法に規定する大学、短期大学、専修学校（専門課程に限る）を卒業した人。自動車運転免許（普通）を所持。令和5年8月1日から勤務可能な人ほか	6月11日(日)／ 市勤労者福祉センター（北区春日町）	申込書などを団で 4月24日～5月26日 の間に（当日消印有効）

その他

「JR桃太郎線」オリジナルヘッドマークのデザイン募集！



問 プロモーション・MICE推進課 ☎086-803-1333

期間 5月15日(月)まで

同線沿線の吉備路エリアには、造山古墳群や吉備津彦神社、吉備津神社など日本遺産「桃太郎伝説の生まれたまち おかやま」ゆかりの文化遺産が数多く残っています。これら遺産のストーリーの魅力を発信するため、同線を運行する列車のヘッドマークのデザインを募集します。最優秀作品がヘッドマークに採用されます。応募方法など詳細はHPをご確認ください。

他 最優秀賞（1人）・優秀賞（5人）には、豪華な賞品を進呈

●「桃太郎伝説」絵画コンクール（小学生以下）も同時開催します

優秀作品は車内ポスターに使用します。応募方法など詳細はHPをご確認ください。

宝くじは身近なまちづくりに役立てられています

問 財政課 ☎086-803-1146

岡山県内で発売された宝くじの収益金の一部は、岡山市の収入になります。

収益金は、道路整備などの公共事業のほか、災害対策や子育て支援など、市民の皆さんの暮らしに役立てられています。



相談のコーナー

法律	くらし	経営	お悩みごと
----	-----	----	-------

新型コロナウイルスの影響により各相談が中止、あるいは内容が変更になる場合があります。

もの忘れ相談会（要予約）

問 高齢者福祉課 ☎086-803-1230

申 北区北地域包括支援センター ☎086-251-6523

日 5月19日(金)13時～15時 場 北ふれあいセンター（北区谷万成二丁目）
内 もの忘れ、認知症（若年性認知症を含む）に関する相談
申 ☎で5月16日までに

憲法週間無料法律相談会

問 岡山弁護士会 ☎086-223-4401

日 5月11日(木)9時30分～12時（受付11時30分まで）

場 岡山弁護士会館2階大会議室（北区南方一丁目）

他 エレベーター改修工事のため、相談会場までは階段をご利用ください。

岡山住まいと暮らしの相談センター無料相談会（要予約）

問申 岡山住まいと暮らしの相談センター ☎086-206-5581

日 5月28日(日)9時30分～13時 場 きらめきプラザ（北区南方二丁目）
内 空き家、不動産の利活用、相続（終活）、廃業など（随時の相談可）

次のページへ続く

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）

問 岡山地方法務局人権擁護課 ☎086-224-5761

日 時	場 所
5月1日(月)13時～16時	さんかく岡山
5月1日(月)13時～16時	ウェルポートなださき
5月10日(水)9時30分～12時	高松地域センター
5月11日(木)10時～15時	足守公民館
5月13日(土)13時～16時	福祉交流プラザ富原
5月15日(月)10時～12時	藤田地域センター
5月17日(水)10時～15時	東区役所
5月18日(木)13時～15時	福田公民館
5月19日(金)10時～12時	吉備公民館
5月19日(金)13時30分～16時	津高地域センター
5月25日(木)13時30分～15時30分	一宮地域センター

養育費・面会交流相談窓口（無料・要予約）

問 岡山県子ども福祉課 ☎086-803-1221

日 5月23日(火)13時～ 場 市保健福祉会館1階（北区鹿田町一丁目） 定 4組（1組1時間） 申 電話で5月19日17時までに

▶▶ 定例無料相談

相 談 名	日 時・内 容	場 所	問 い 合 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 ※5月3日・4日の各祝日は実施しません	さんかく岡山 （北区表町三丁目）	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～16時30分）
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
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】	5月18日(木)13時～16時 相続・登記、借金問題、成年後見など	中区役所	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】	5月10日・24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	(10日) 勤労者福祉センター （北区春日町） (24日) 市役所7階大会議室	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】	5月10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】	5月24日(水)13時～16時 一般的年金相談・労働相談	市役所7階大会議室	県社会保険労務士会 ☎086-226-0164
相談【行政書士】	5月24日(水)13時～16時 遺言・相続、著作権、外国人の入国・在留手続きなどについて	市役所7階大会議室 控室	県行政書士会 ☎086-222-9111

5月行政相談

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。

問 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	5月1日(月)13時～14時	さんかく岡山	足守	5月18日(木)10時～15時	足守公民館
	5月12日(金)13時～15時	南公民館	瀬戸	5月18日(木)13時～15時	瀬戸公民館
	5月18日(木)13時～15時	中区役所	妹尾	5月18日(木)13時～15時	箕島コミュニティハウス
御津	5月1日(月)13時～15時	御津支所	福田	5月18日(木)13時～15時	福田公民館
興除	5月9日(火)10時～12時	興除地域センター	吉備	5月19日(金)10時～12時	吉備公民館
高松	5月10日(水)9時30分～12時	高松地域センター	建部	5月19日(金)13時30分～15時30分	建部町公民館
藤田	5月13日(土)10時～12時	藤田公民館	津高	5月19日(金)13時30分～16時	津高地域センター
上道	5月16日(火)10時～12時	上道地域センター	一宮	5月25日(木)13時30分～15時30分	一宮地域センター
西大寺	5月17日(水)10時～15時	東区役所	灘崎	6月5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

問 産業振興課経営支援係 ☎086-803-1325

日／場・申込先 5月10日・24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

問 日本政策金融公庫岡山支店 ☎0570-076541

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☎で事前に

●ナイター創業相談会

問 岡山南商工会本部 ☎086-296-0765

日 5月11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・税金など

住宅よろず相談（要予約）

問 県建築士会 ☎086-223-6671

日 5月13日(土)13時30分～16時 場 岡山ふれあいセンター（中区桑野） 内 新築・増築、リフォーム、耐震、空き家などの無料相談

施設GUIDE ガイド

申し込み記号については、11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 FAX086-898-3003
✉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）

特別展「わけあって絶滅しました。展」
シリーズ累計90万部突破！大人気図鑑『わけあって絶滅しました。』シリーズの全国初の巡回展です。「やさしすぎて絶滅」「無敵すぎて絶滅」「筋肉ムキムキで絶滅」「デコリすぎて絶滅」。「え！？そんなことで？！」と驚きの理由で絶滅したいろいろな生き物たちを見て、遊んで、学ぼう。絶滅した生き物の歴史をひもとけば、新たに絶滅を減らすヒントがきっと見つかるはず…！絶滅した生き物たちに、ほろびた理由（わけ）を直接聞くことを目指した展覧会です。
期間 5月21日(日)まで
費 一般1,400円、小・中・高校生1,000円、3歳～未就学児700円



▲コロンビアンモス 頭骨標本（レプリカ） 所蔵：東京サイエンス

常設展内企画展示

「岡山シティミュージアム 収蔵品展」

- ① 備中足守藩木下家資料
- ② 古備前木村コレクション
- ③ 岡山の干拓
- ④ 岡山の現代工芸（ガラス作品など）

期間 6月25日(日)まで

費 一般310円、高校・大学生210円



▲「馬鎧四足大鉢」江戸前期 当館蔵

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）

館蔵品展

「シティ・ライフのはじまり、オリент」

期間 9月3日(日)まで

入館料 一般310円、高校・大学生210円、小・中学生100円、65歳以上無料

小企画展

「金属の煌めき～ラスター彩陶器～」

期間 6月25日(日)まで

費 館蔵品展と共通



学芸員ギャラリートーク

日 5月13日、6月10日の各土曜14時～15時

費 入館料のみ

ワークショップ

「円筒印章をつくろう」ほか

日 5月20日、6月3日の各土曜13時30分～15時30分

費 入館料のみ

Sレコードコンサート

日 5月13日、6月10日の各土曜10時30分～11時30分

費 入館料のみ

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 FAX086-234-1968
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）

岡山フィルハーモニック管弦楽団

第76回定期演奏会

秋山和慶が描くベートーベンの世界

日 5月20日(土)14時開演

費 S席5,500円、A席4,400円、B席3,300円、Bユース席1,000円

出演 秋山和慶（指揮）

曲目 ベートーベン／交響曲第6番「田園」
ヘ長調 作品68、交響曲第5番「運命」
ハ短調 作品67

令和5年度

岡山市小・中学校音楽鑑賞教室
～オーケストラ入門コンサート～

日 6月15日(木)14時開演

費 無料(要申し込み)

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 小六禮次郎／「烏城浪漫」、J.シュトラウス2世／ワルツ「美しく青きドナウ」、ベートーベン／交響曲第5番「運命」第1楽章、シベリウス／交響詩「フィンランディア」



申 右記申し込みフォームから

男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」

〒700-0822 北区表町三丁目14-1-201
☎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）

さんかく☆シアター「神様の思し召し」

日 5月18日(木)・19日(金)の各日①10時30分～12時②13時30分～15時（いずれも日本語吹替なし）

定 各回先着50人

申 電話で事前に

(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。

出張買取
モモタロ

※写真はイメージです。

切手・古銭、記念硬貨の

在庫が足りません！

だから **高く買い取る自信**があります。

代表：
勝浦 涼介

まずは一度

お電話ください！

携帯可・PHS可
フリーダイヤル

0120-938-550

**出張査定
無料**

営業時間：9:00～18:00 岡山店：岡山県岡山市北区伊島町2-20-26-2F 津山店：岡山県津山市下田邑1470 岡山県公安委員会許可 第721280024493号

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（第1回）

日 5月20日(土)13時30分～15時

内基礎講座「吉備の古墳時代」

定40人

申☎で5月8日以降に

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（祝日の場合は翌日も）、第2日曜、祝日

親子運動遊び（幼児向け）

日 5月13日(土)10時30分～11時30分

定親子先着15組（要事前申し込み）

申☎・☎で5月1日以降に

親子おたのしみ会（幼児向け）

日 5月20日(土)10時30分～11時10分

定親子先着15組（要事前申し込み）

申☎・☎で5月10日以降に

二胡コンサート（幼児向け）

日 5月21日(日)10時30分～11時

定親子先着25組（要事前申し込み）

申☎・☎で5月11日以降に

オカリナコンサート（幼児向け）

日 5月28日(日)14時～15時

定親子先着25組（要事前申し込み）

申☎・☎で5月19日以降に

木管アンサンブル（幼児向け）

日 6月2日(金)10時30分～11時

定親子先着25組（要事前申し込み）

申☎・☎で5月24日以降に

少年自然の家

〒701-1131 北区日応寺4

☎086-294-3461 ☎086-294-1465

開館時間 8時30分～17時

休館日 月曜、祝日

家族でつくろうSNCⅡ

（シェアリングネイチャーキャンプ）

日 7月2日(日)9時～16時30分 場少年自然の家とその周辺

内自然を生かした活動、水辺活動 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 申講座名、代表者の郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・電話番号、参加者全員の氏名（ふりがな）・性別・生年月日を☎で6月2日までに（1家族1通）

福祉交流プラザ

開館時間 9時30分～21時（日曜は17時まで）
※建部は8時30分～17時

休館日 火曜

福祉交流プラザ無料法律相談（要予約）

問申各プラザ 日 5月11日(木)13時～15時

実施場所	電話番号
三友（北区岩井二丁目）	☎086-254-1992
富原（北区富原）	☎086-254-2009
さいでん（中区神下）	☎086-279-2753
岡輝（北区新道）	☎086-225-3352
大井（北区大井）	☎086-295-2140
うの（中区浜一丁目）	☎086-273-4572
旭東（中区網浜）	☎086-273-4280
雄神（東区富崎）	☎086-943-7692
山南（東区宿毛）	☎086-946-1543
建部（北区建部町中田）	☎086-722-0306

犬島自然の家

〒704-8153 東区犬島119-1

☎086-947-9001 ☎086-947-9303

☎inujima@city.okayama.lg.jp

開館時間 8時30分～17時

休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）

「シーカヤック・クラフト体験」

期間 6月10日(土)～11日(日)（1泊2日）

対小学4年生以上（小学生は保護者同伴） 定20人

費大人3,500円、小人2,700円（宿泊・食事代などを含む）

申参加者氏名（ふりがな）、続柄、学校名・学年、郵便番号・住所、電話（携帯）番号、イベント名を☎で5月19日までに



足守プラザ

〒701-1463 北区足守979

☎086-295-0001 ☎086-295-2722

開館時間 9時～16時30分

休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

体験教室

「タイルを貼って鯉のぼりプレートを作ろう」

日 5月中の開館日①9時30分～②12時30分～③14時30分～（制作時間90分まで）

定各回8人（限定40点）

費1,040円（1点）

申☎で事前に

他作品は当日お渡し。大きさは、約幅19cm×高さ9cm×奥行0.8cm



日応寺自然の森スポーツ広場

〒701-1131 北区日応寺200

☎086-294-4670 ☎086-294-7153

開園時間 9時～17時

休園日 月曜（祝日の場合は翌平日）

第15回パターゴルフ大会

日 6月18日(日)10時～13時（小雨決行。雨天時は6月25日(日)に延期）

対小学3年生以上

定先着72人

費大人650円、高校生以下400円（保険代含む）

申住所、氏名、年齢、生年月日、電話番号を☎・☎・☎で6月11日までに

他4人1組のグループ（3人以下の場合は4人に編成）



（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。

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）

クレサラ・民事の交通事故は無料!!

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

たすつひ

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

まずはお電話でご予約ください

☎086-234-5888

電話受付時間／平日 9:00～16:30

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/>



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

記号説明

日

日

時

期

日

時

間

場

所

内

容

講

師

対

象

定

員

費

用

持

参

申

込

他

そ

の

他

場所	講座名	内容
北公民館 〒700-0081 北区津島東一丁目3-14 ☎/FAX 086-254-4633	きた♪北ミュージック	日 5月12日(金)14時～15時 内 ピアノ演奏とトーク 定 40人 申 必要
高松公民館 〒701-1346 北区津寺104 ☎/FAX 086-287-2057	シアター高松	日 6月6日(火)13時30分～15時10分 内 映画「恋する弁当男子」
妹尾公民館 〒701-0206 南区箕島1025-1 ☎/FAX 086-282-4747	ノルディックウォーク	日 5月19日(金)9時30分～12時 場 妹尾地域センター集合 内 約4kmを歩く 定 20人 費 保険代50円 申 5月12日までに
福田公民館 〒701-0203 南区古新田1186 ☎/FAX 086-282-3773	大人のための名画鑑賞会	日 5月25日(木)10時～12時 内 映画「駅馬車」 定 40人 申 5月1日以降に
旭東公民館 〒704-8183 東区西大寺松崎310-1 ☎/FAX 086-943-1154	公民館で旅気分Part2 ～くつろぎのひとときを～	日 ①5月25日(木)②6月22日(木)の各日13時30分～15時 内 ①四国お遍路歩き旅（後編）②青春18きっぷの旅Ⅱ 定 48人 申 5月1日以降に
	旭東映画会	日 5月23日(火)9時30分～12時 内 映画で楽しむシェイクスピア 文学「マクベス」 定 44人 申 4月25日以降に
光南台公民館 〒702-8014 南区宮浦1324 ☎/FAX 086-267-1255	光南台実年大学	日 5月16日(火)10時15分～11時45分 内 岡山の民話に学ぶ 定 30人 申 必要
御南西公民館 〒700-0951 北区田中157-110 ☎/FAX 086-244-1855	わくわく文庫	日 5月8日(月)10時～11時30分 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
岡輝公民館 〒700-0865 北区旭本町1-80 ☎/FAX 086-222-0855	岡山空襲の遺跡をたどる	日 5月22日(月)10時～12時 内 岡山空襲B29墜落現場の見学 定 25人 費 バス代1,000円 申 必要
御津公民館 〒709-2121 北区御津宇垣1629 ☎086-724-1441 FAX 086-724-1666	みつ元気プロジェクト ～音楽と青空市～	日 5月27日(土)10時～14時ごろ 内 中庭でのコンサートと駐車場 でのマルシェ、おもちゃの病院とワークショップも実施
建部町公民館 〒709-3111 北区建部町福渡496-1 ☎086-722-2212 FAX 086-722-2160	建部大学「笑いヨガ」	日 5月26日(金)13時30分～15時 内 万代京央子さんの指導で笑い の健康体操「笑いヨガ」の体験 定 40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）
※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

日 5月21日(日)11時～11時30分

申 で

ゴールデンウィークの 休館・臨時開館のお知らせ

○…開館 …休館

	中 央	幸 町	浦 安	足 守	伊 島	建 部 町	御 津	瀬 戸 町	灘 崎	西 大 寺
4/29(祝)	○									○
30(日)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
5/1(月)				○						
2(火)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
3(祝)	○									
4(祝)	○									
5(祝)	○	○	○							○
6(土)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※通常の休館日を含みます

中央

〒700-0843 北区二日市町 56
☎086-223-3373 FAX 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）

絵本読み聞かせ体験

日 ①5月10日(水)②5月27日(土)10時30分～11時
対 1歳くらいまでの赤ちゃん 定 各10組
申 で①は5月3日以降に、②
は5月20日以降に

こどもの読書週間 にんぎょうげき

日 5月13日(土)15時～15時40分 定 10組
申 で5月6日以降に

こどもの読書週間 大型かみしばい

日 5月14日(日)15時～15時40分 定 10組
申 で5月7日以降に

えほんのじかん

日 5月24日(火)15時～15時30分 定 10組
申 で5月10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（5/5は開館）

金よう日おたのしみ会

日 5月19日(金)15時～15時30分

定 先着15組程度

おはなしの会

日 5月21日(日)15時～15時30分

定 先着15組程度

えほんのじかん

日 6月3日(土)10時30分～11時

定 先着15組程度

おはなしの会（ストーリーテリング）

日 6月4日(日)15時～15時30分

定 先着15組程度

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 5月13日・27日の各土曜14時～14時30分

申(窓口・☎)で月初めから当日13時30分まで

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 月曜、第2日曜、祝日

おはなし会

日 5月13日・20日・27日の各土曜11時～11時30分

おはなしの時間

日 6月3日(土)11時～11時30分

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「ぐるぐるカレー」ほか

日 5月17日(水)14時30分～14時50分

おはなしひろば

人形劇「あおいめくろいめ ちゃいろのめ」ほか

日 5月27日(土)10時30分～11時15分

浦安 〒702-8024 南区浦安南町 493-2
 ☎/☎086-265-6141
 開館時間 10時～18時
 休館日 月・第2日曜、祝日（5/5は開館）

えほんのじかん

日 5月10日・17日・24日、6月7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

日 5月21日(日)、6月4日(日)の各日11時～11時30分

定 先着5組程度

おはなしのじかん

日 5月28日(日)11時～11時30分

定 先着5組程度



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 開館時間 9時～17時
 ☎086-261-8588 ☎086-262-9589

B 岡山市半田山植物園

〒700-0004 北区法界院 3-1 開園時間 9時～16時30分
 ☎086-252-4183 ☎086-252-2208 休園日 火曜（祝日の場合は翌平日）

C 操山公園里山センター

〒703-8234 中区沢田 649-2 開館時間 8時30分～17時
 ☎086-270-3308 ☎086-270-8353 休館日 火曜（祝日の場合は直後の平日）
 ☎sato-yama@okayama-park.or.jp

**D 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 開館時間 9時～21時
 ☎086-944-8716 ☎086-944-8715 休館日 月曜（祝日の場合は直後の平日）
 ☎info-hyakka@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、(窓口・☎)で5月9日9時以降に

B イベント名に★印があるものは入園料が必要

C 講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を、(窓口・☎・☎・☎)で ※小学生以下は保護者同伴

D (窓口・☎)で5月3日以降に ※受け付けは18時まで

イベント名		内容
A 浦安	【公園協会ガーデニング講座】 草花のタネまき	日 5月25日(休)13時30分～15時 定 先着15人 費500円 申 必要
	はじめてのハンギングバスケット	日 5月26日(金)13時30分～15時 定 先着15人 費2,200円 申 必要
	株分け苗を寄せ植えに	日 6月9日(金)13時30分～15時 定 先着15人 費1,500円 申 必要
B 半田山	★半田山春の花まつり	日 5月4日・5日の各祝日9時～16時 肉苗モノ市や各種体験イベントなど
	★半田山自然塾 植物園の スゲ属植物の観察	日 5月13日(土)10時～12時 定 先着20人 費入園料のみ 申(窓口・☎)で5月1日以降に
	★四季と自然を楽しむ会	日 5月11日(休)9時30分～11時30分（雨天決行） 費入園料のみ
	★アジサイの観察と育て方	日 6月8日(休)13時30分～15時（雨天決行） 定 先着15人 費入園料のみ 申(窓口・☎)で5月15日以降に
C 里山センター	森林音楽セラピー	日 5月14日(日)10時～12時 対 中学生以上 定 先着15人 費200円 申 必要
D 百花プラザ	公園の植物みてあるき 【百花彩園関連イベント】	日 5月20日(土)①11時15分～②12時～③14時～ (各30分) 定 各回先着15人 申 当日受付
	【公園協会ガーデニング講座】 草花のタネまき	日 5月23日(火)13時30分～15時 定 先着15人 費500円 申 必要



A はじめてのハンギングバスケット

B 半田山春の花まつり

D 公園の植物みてあるき

緑の図書室 西大寺緑花公園 〒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
 （4/29、5/5は開館）

こどものじかん

えほん「ノラネコぐんだんパンこうじょう」ほか

日 5月13日(土)15時～15時30分 定 7組

申(窓口・☎)で5月2日以降に

えほんのじかん

日 5月24日(水)15時～15時30分 定 5組

申(窓口・☎)で5月2日以降に

春のこども会

大型紙芝居「くれよんさんのけんか」ほか

日 5月27日(土)14時～15時 定 7組

申(窓口・☎)で5月2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「パンダくんのにおぎり」ほか

日 5月27日(土)11時～11時20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

企画映画会 「ハリーポッターと魔法の歴史」

日 5月19日(金)14時～ 定 60人

名作映画会 「汚れなき悪戯」

日 5月28日(日)14時～ 定 60人

第1回インスタ映えする写真撮影教室

日 6月3日(土)13時～16時 定 16人

申(窓口・☎)で5月2日以降に



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れます



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 ☎・☎・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)。

	講座名	日程・回数	時間	受講料など	締切
岡山	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	6/2(金)	19:00～20:15	630円	5/23
	岡山市手話学校第Ⅰ・Ⅱ講座(午前・夜間)	6/5～(月)全31回	午前10:00～12:00 夜間18:45～20:45	3,300円※1 (市外在住13,040円)	5/26
	岡山市手話学校第Ⅲ・Ⅳ講座(午前・夜間)	6/5～(月)全31回	午前10:00～12:00 夜間18:45～20:45	各24,320円 ※1	5/26
	YORIDORIトレーニング～1回から受講できる運動講座～バレトン	6/9(金)	13:30～14:45	630円	5/30
北	岡山市手話学校第Ⅰ・Ⅱ講座(夜間)	6/5～(月)全31回	18:45～20:45	3,300円※1 (市外在住13,040円)	5/26
	岡山市安全・安心ネットワーク地域福祉分野「普通救命講習Ⅰ」	6/15(木)	9:30～12:30	無料	6/5
	Let'sダンス	6/9～(金)全5回	19:00～20:15	3,150円	5/30
西	脳のトレーニング「大人の折り紙教室」※2	5/31(水)	10:00～12:00	930円※1	5/21
	ママと赤ちゃんのふれあい時間※3	6/8(木)	14:15～15:30	630円	5/29
南	季節の園芸教室「初夏編」※2	6/3(土)	10:00～11:30	2,000円※1	5/21
なださき	ママとベビーのためのピラティス※3	5/30～(火)全8回	10:30～11:45	5,040円	5/21

※1…材料代を含む ※2…65歳以上優先 ※3…首がすわった3カ月～1歳未満の子どもと保護者

催し

問い合わせは各センターへ

岡山ふれあいセンター

父の日に贈ろう! 型染めアート

日 6月4日(日)13時30分～15時30分 対 3歳～小学生と保護者(2人1組) 定 20組 費 1,000円～ 申 5月25日まで

北ふれあいセンター

WAKU★WAKUふれあいDay in北ふれあいセンター

日 5月28日(日)10時～15時 内 工作コーナー、児童館遊びなど
定 工作は材料が無くなり次第終了 他 未就学児は保護者同伴

南ふれあいセンター

わくわく映画会

日 5月7日(日)①10時～11時10分②13時～14時10分
定 各回100人 他 未就学児は保護者同伴

ウェルポートなださき

ベビーマッサージ&ふれあい遊び

日 6月18日(日)10時30分～11時45分 対 首がすわった3カ月～1歳未満の子どもと保護者2人まで 定 20組 申 6月8日まで

西大寺ふれあいセンター

西大寺認知症映画上映会

日 5月28日(日)①10時～12時②13時30分～15時30分
内 映画の上映、相談コーナーなど 定 各回130人
申 5月18日まで 他 未就学児は保護者同伴
プール臨時休業のお知らせ
期間 5月26日(金)～6月4日(日)

西ふれあいセンター

西ふれあいセンターチャレンジDAY!

日 ①6月4日(日)10時～11時30分②6月11日(日)10時～11時
内 ①負担が少ない身体の使い方を学ぼう! ②お花のフォトフレームづくり
対 ①高校生以上②小学生以上
定 ①30人程度②20人程度
費 ①無料②800円 申 ①5月25日まで②6月1日まで

健康のページ

岡山市保健所 〒700-8546 北区鹿田町一丁目 1-1
岡山市保健福祉社会館（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（岡山市保健福祉社会館内） ☎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

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。

診療一コマモ 健康ちょっといい話

心不全について

岡山市医師会

胸の真ん中にある心臓は、体中の隅々にまで血液を送り出す強力なポンプです。心臓の動きが悪くなることを「心不全」と言います。とても悪くなると心臓は止まってしまう。

私たちの健康や生命予後に大きく関係する「心不全」は、2017年に「心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気です」と定義されました。2018年に国会で、国民の健康増進のため「脳卒中・循環器病対策基本法」が成立し、5カ年計画に基づき、都道府県を中心に心不全についても対策を進めていくことになりました。

心不全の原因には、心筋梗塞や心臓弁膜症、不整脈をはじめとする心臓病がありますが、高血圧症や高脂血症、糖尿病、動脈硬化症などの全身疾患は心臓に負担をかけ続けることで心不全を引き起こします。

心臓の動きを調べる検査には心電図、胸部レントゲン、血液検査(BNP)などありますが、心臓の音を聴診器で聴いたり、首や足の血管の視診と触診も参考になります。

心不全の症状は動機や息切れ、倦怠感、むくみ、眩暈など多彩であり、ひどくなると寝ていても息が苦しくなります。心不全の予後改善には早期発見、治療継続が大切です。そんな症状があれば、かかりつけの先生に相談して下さい。



1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

6月受診（御津・建部地区は7月受診）の対象者（1歳6カ月児健診＝令和3年11月生、3歳児健診＝令和元年11月生）に、5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

- ☑ 初めて離乳食を始めようとする保護者
- ☑ HP掲載の予約システムで事前申し込み
- ☑ 他託児なし



月 日	開催時間	場 所	申込受付開始日
6月2日	各日2回開催 ①11:00～12:00 ②14:00～15:00	南区西保健センター	5月2日
6月6日		南区南保健センター	5月6日

歯と口の健康相談

月 日	開催時間	場 所
6月2日	13:30～15:00	歯の相談室（岡山市保健福祉社会館内）

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。※医療機関を受診されている人はご遠慮ください。ご家族の相談も可能。

月 日	開催時間	場 所
6月1日	13:30～15:00	東区保健センター
6月23日	13:30～15:00	南区西保健センター
6月28日	13:30～15:00	北区中央保健センター

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。

☑ 市内在住の65歳以上でBMI 20以下の人など

☑ 健康診査などの結果

月 日	開催時間	場 所
5月1日	9:30～12:30	北区中央保健センター
5月15日	13:30～16:30	東区保健センター
5月16日	13:30～16:30	北区北保健センター
5月18日	13:30～16:30	中区保健センター
5月19日	9:30～12:30	南区西保健センター
5月25日	13:30～16:30	南区南保健センター

5月31日は世界禁煙デー

5月31日～6月6日は禁煙週間です。

☑ 健康づくり課 ☎086-803-1263

喫煙はあなたと、家族やあなたの周りの人の健康に影響を与えます。

◆たばこをやめたい人へ

健康保険で禁煙治療が受けられます。医師のアドバイスやサポートを受けることで、禁煙の成功率が高まります。詳細は医療機関にお問い合わせください。



【県内の禁煙治療受診機関】 岡山県 禁煙治療 検索

◆多くの施設において、原則屋内禁煙です

◆屋外や家庭などで喫煙をする際、望まない受動喫煙を生じさせないように、周囲への配慮が定められています

詳細は なくそう! 望まない受動喫煙 検索



集団検診での感染対策にご協力ください

- ・発熱などの体調不良がある場合は来場をご遠慮ください。
- ・来場前の体温測定・来場時のマスク着用をお願いします。

胃がん集団検診

対 50歳以上（昭和49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29年4月2日以後生まれ）1,050円、70歳以上（昭和29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

他 検査前日の夕食（固形物）は22時までに済ませ、検査当日は絶飲食・禁煙で来場ください。

地 区	月 日	受付時間	場 所
建部	6月6日	7:30～9:00	鶴田連絡所
香和（津高）	6月7日	7:30～8:30	グランドマート津高店

結核・肺がん検診

対 40歳以上（昭和59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
生石	5月24日	9:45～10:45	【2台】セレモニーホール高松
		11:15～11:30	J R足守駅前
		11:15～11:55	庄内小学校
加茂	5月24日	13:00～13:30	（政所）山陽道橋架下付近
		14:00～14:30	（橋向）田口博正さん宅前の空地
		15:00～15:15	東加茂公会堂
高松	5月24日	13:30～14:10	ファミリーマート 高松稲荷店
		14:40～15:10	造り山団地 入口
妹尾	6月1日	9:00～10:00	【2台】西ふれあいセンター 南側駐車場
		10:30～11:00	ザグザグ妹尾店
		11:30～11:40	ハマはうす 駐車場（妹尾駅前筋）
箕島	6月1日	13:00～13:15	呑海寺公会堂
		13:45～14:00	箕島小学校
		14:30～14:40	ファミリーマート 岡山箕島店
		15:10～15:30	妹尾地域センター 駐車場
太伯	6月2日	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
		14:20～14:40	東浦クラブ
		15:10～16:00	山南公民館

大元	6月5日	10:10～10:40	北長瀬みずほ住座
		11:10～11:30	西古松東公園
		13:00～14:10	宗忠神社
富山	6月5日	14:50～15:20	池ノ内公会堂
		15:50～16:20	ダイヤクリーニング 海吉店
鯉山	6月5日	9:30～10:30	鯉山小学校 正門内
		11:00～11:30	向畑駐車場（古備津）
		13:00～13:30	鯉山コミュニティハウス（古備津保育園保護者駐車場）
		14:00～14:30	（長江）川井浩平さん宅前
岡南	6月6日	9:00～10:00	県立岡山南高校
		10:30～11:30	ザ・ビッグ 奥田南店
		13:00～13:20	青江公会堂
		13:50～14:20	岡輝公民館
五城（五城）	6月7日	14:50～15:10	岡山市旭西浄化センター
		9:45～10:00	石川眞之さん宅工場跡（中畑929）
		10:30～10:40	石上公会堂
		11:00～11:25	平岡西公会堂
		11:45～11:55	寺部公民館
		13:20～13:45	五城コミュニティハウス
		14:00～14:15	ひかり団地集会所
		14:45～15:00	上伊田公会堂
		15:20～15:40	小林公会堂
		16:00～16:15	矢原（的場睦明さん宅倉庫前）

風しん予防対策

問 感染症対策課 ☎086-803-1262

妊娠を希望する人へ

市では、先天性風しん症候群（CRS）の発症防止を目的として、風しんの無料抗体検査や予防接種費用の助成を行っています。

岡山市 風しん 検索

実施期間 令和6年3月31日まで

◆抗体検査

対 検査日に市に住民登録がある①～③のいずれかに該当する人

- ① 妊娠を希望する女性
- ② ①の配偶者などの同居者
- ③ 風しん抗体価の低い妊婦の配偶者などの同居者

※ただし、対象外となる場合もあるので、事前にお問い合わせください。

費 無料 **回数** 1人につき1回

実施機関 県内の契約医療機関（詳細は市HP参照）

◆予防接種

対 過去に当事業による助成を受けたことがない人のうち、接種日に市に住民登録があり、①②のいずれかに該当する人

- ① 妊娠を希望する風しん抗体価の低い女性
- ② ①または風しん抗体価の低い妊婦のパートナーで、風しん抗体価の低い男性

助成金額 ▶麻しん・風しん混合（MR）ワクチンを接種した場合、7,000円（上限額）

▶風しんワクチンを接種した場合、4,000円（上限額）

助成回数 1人につき1回

申請方法 申請書（同課で配布。HPからも入手可）に、領収書（原本）、抗体価が記載された書類（男性の場合はパートナーのものも必要）を添付し、**（密）**・**（印）**で

予防接種を受ける機会のなかった成人男性へ

成人男性（昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれ）に、風しん抗体検査・予防接種のご案内をしています。該当者にはクーポン券を送付しており、記載の有効期間に関わらず2024年3月末まで利用できます。この機会に抗体の有無を確認し、ない場合は予防接種（無料）を受けましょう。

産後ケア事業を拡充しました！

☎健康づくり課母子歯科保健係 ☎086-803-1264

令和5年4月から宿泊・日帰り産後ケアに加え、訪問産後ケア、多胎児の公費や利用日数の加算を始めました。産後ケア事業は出産後のお母さんが地域で安心して子育てできるよう、県内の契約医療機関および助産所で実施し、市が費用の一部を負担します。対象は産後1年未満の母親とその赤ちゃんです。詳しくは市HPをご確認ください。



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）

次表のとおり（令和5年3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5年5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
祝日 5月3日	横田内科 クリニック（内科） ☎272-2202 中区国富	あけぼの クリニック ☎902-2211 南区築港新町一丁目	岡村一心堂病院 （内科） ☎942-9900 東区西大寺南二丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所（内科） ☎086-955-0393 赤磐市下市	おかやま西 クリニック（内科） ☎250-1000 北区榑津	せのお病院 （内科） ☎282-1211 南区妹尾	
祝日 5月4日	江森内科・ 循環器科 ☎275-7474 中区中井一丁目	あだち内科クリニック （内科小児科） ☎902-0551 南区三浜町二丁目	岡山西大寺病院 （内科） ☎943-2211 東区金岡東町一丁目	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎952-1166 東区瀬戸町沖	黒住外科内科 ☎284-5400 北区一宮	南岡山 医療センター（内科） ☎086-482-1121 早島町早島	
祝日 5月5日	清野内科医院 （内科） ☎278-5535 中区雄町	佐々木医院 （内科） ☎253-0230 北区西崎本町	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	福渡病院 ☎722-0525 北区建部町福渡	重井医学研究所 附属病院 ☎282-5311 南区山田	
第1日曜 5月7日	戸川医院 （内科） ☎275-0705 中区高島新屋敷	河合内科西口 クリニック（内科） ☎251-2491 北区奉還町一丁目	井上内科 小児科医院 ☎297-9333 東区東平島	栗井内科医院 ☎953-0617 東区瀬戸町万富	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	赤司整形 外科医院 ☎293-3557 北区平野	さとう内科 クリニック（内科） ☎296-8822 南区藤田
第2日曜 5月14日	長井クリニック ☎276-2111 中区円山	さとうファミリー クリニック（内科小児科） ☎254-5500 北区野殿東町	澤原内科 小児科医院 ☎297-6711 東区中尾	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所（内科） ☎086-955-0393 赤磐市下市	あしもり クリニック ☎295-1133 北区下足守	庭瀬ファミリー クリニック ☎903-4114 北区平野	池田医院 （内科） ☎362-3100 南区彦崎
第3日曜 5月21日	畑クリニック （内科） ☎272-7117 中区原尾島三丁目	まつお内科 クリニック ☎246-2323 北区上中野一丁目	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	鳥越医院 ☎284-7211 北区榑津	しまばら内科消化器科 クリニック（内科） ☎292-2555 北区平野	さとう内科 クリニック（内科） ☎296-8822 南区藤田
第4日曜 5月28日	ただとも胃腸内科 ・外科（内科） ☎277-7572 中区江崎	尾上内科・ 循環器内科医院 ☎238-1080 北区久米	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	田中胃腸科 （内科） ☎287-9200 北区小山	いいい内科・胃大腸内視鏡 ・IBDクリニック ☎282-0500 南区妹尾	松木内科 （内科） ☎362-0247 南区宗津

※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

募集期間

令和5年4月1日▶令和6年3月31日

特別
優遇金利定期
預金スマイル

年0.5%

3年定期預金

税引き後

・個人0.398425%・法人0.423425%

1年定期預金

税引き後

・個人0.31874%
・法人0.33874% 年0.4%

(既存定期からの預け替えは対象となりません。)



お預入金額	お取扱対象	預金の種類	お預入条件
100万円以上	組合員の方 (組合員：同時加入可)	◇スーパー定期	新たな資金、定期積金 からの振替資金

朝銀西信用組合は
ファジアーノ岡山を
応援しています。

Shinkum Bank
信用組合
しんくみ

朝銀西信用組合
本店営業部

☎ 0120-798-601

〒700-0023 岡山県岡山市北区駅前町2-6-19

33歳以上の方に返金のお知らせ

申請するだけで 還付金?



電話でお問い合わせ
かんたんに返金を受けられます

現在33歳以上の方で消費者金融などでお金を借りた経験がある人は、お金が還付される可能性が高いという。この還付金は、「過払い金」という国や法律が認めている制度であり、いまだ多くの人が申請をしていない。その理由は、「どうせ私には当てはまらない」「手続きが面倒くさい」「手数料がかかる費用の方が高そう」など。しかし、実際にはそれらの理由は何れも間違っているという。借金問題に詳しい司法書士法人杉山事務所の杉山一穂代表による「自分には当てはまらない」と思い込んでいる人ほど多くの過払い金があります。実際に現金100万円以上が戻ってきた方もいます。手続きはともかんタンで、0120-316-571に電話して、一度司法書士とお

QRコードで手軽にお問い合わせできます※1

※1 会費や相談料はかかりません。費用は完全成功報酬制なので、還付される金額が少ない場合は、申請をしなくても問題ありません。その際の調査費用は無料です。また、年齢がご高齢であるほど還付される可能性は高くなります。フリーダイヤルで問い合わせるだけで返金額等、ある程度はわかりませんが、間違えていても問題ありませんので一度お電話くださいという。司法書士法人杉山事務所は、相談や依頼などの初期費用無料で、調査の結果、過払い金が発生していなければ、費用は一切かかりません。完全成功報酬制。テレビやラジオでCMが流れている過払い金、まだ多くの人に還付のチャンスがある証拠が切れる前に0120-316-571に電話してみてください。どうか。



司法書士法人 杉山事務所 0120-316-571

※1 完済後 10年もしくは最後の取引から 10年経過すると時効です

調査費用
相談費用
¥0

大阪市中央区難波2-3-7 南海難波御堂筋ウエスト8階 / 年中無休9:00~19:00 大阪司法書士会所属 司法書士 杉山一穂 大阪3897号 簡裁代理認定番号512093号
※司法書士法第3条に定める代理権は訴訟額140万円以内です。他、不動産登記・法人登記・訴訟代理・相続問題等。※1 QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。