



今月号の

注目! 岡山市

市民の皆さんに
大切なお知らせを紹介します!

9月24日(日)開催! ハレ活ポイントが最大250ポイントたまる♪

「みんなでハレ活」開催!

☎OKAYAMAハレ活プロジェクト事務局 ☎050-3093-4278 (平日10時~17時)

見て、からだを動かして楽しめる体験ブースやステージが盛りだくさん!
家族や友達を誘ってぜひご参加ください!

📅9月24日(日)10時~17時予定 📍場 イオンモール岡山 1階 未来スクエア

各コーナーでポイントがたまる! /

- ▶ 岡山リベッツによる卓球体験「ハレ活スマッシュ」
- ▶ 岡山リベッツ白神監督トークショー&簡単!卓球ストレッチ
- ▶ 体力チェック体験会
- ▶ ハレ活クイズ大会(プレゼントあり)
- ▶ キッズブレイクダンス
- ▶ ハレ活ウオークラリー ほか

Check!

ハレ活アプリを使って館内を巡るウオークラリーに参加するとイオンモール岡山専門店で使える
500円分のお買物券をプレゼント!(先着500人)

※一部ご利用できない店舗があります。



▲OKAYAMA
ハレ活プロジェクト
のHPはこちら

OKAYAMA
ハレ活
プロジェクト

アプリを利用して、楽しみながら健康になれる18歳以上の人を対象にしたポイント事業のこと。



岡山駅前広場(東口)乗降場

工事に伴う一般車の規制について

☎西部幹線道路建設課 都心交通整備推進室 ☎086-803-1385



現在、岡山駅東口広場整備工事のため、駅前広場駐車場の利用を停止し、乗降場を縮小して運用しています。今後、工事の進捗に伴い、**9月19日(火)から一般車の駅前広場への出入りを停止**します。



9月19日から利用停止(広場に入れません)

ご迷惑をおかけします

一般車は、駅前広場内に入ることができないため、周辺の駐車場や他の最寄り駅を利用するなど、ご協力をお願いします。



12月6日から、一般車の利用は駅前広場南側(現在のタクシー乗降場)に変更する予定です。

詳細はお問い合わせいただくか、HPをご確認ください。

第81回岡山市民体育大会

問 市民体育大会事務局（市スポーツ大会） ☎086-235-1280



詳細はこちら

期日 10月9日(祝) ※市民ハイキング、ゲートボール大会は10月8日(日)開催

申込 学区参加＝学区体育・スポーツ協会を通じて大会事務局へ**9月8日までに**
 オープン参加＝住所、氏名（団体の場合は全員の氏名）、年齢、電話番号、参加種目をはがきで**9月8日までに**
 （宛て先は各問い合わせ先、または大会事務局までお問い合わせください。）※当日参加は申し込み不要

開催種目	開催場所	参加資格	参加方法	問い合わせ先
学区対抗トラック&フィールド競技	県陸上競技場（シティライトスタジアム）	種目により制限あり（詳細は学区体協へ）	学区	市民体育大会事務局（山下） ☎086-235-1280
グラウンド・ゴルフ大会	六番川水の公園多目的広場	年齢・性別不問（各学区30人まで）	学区	市グラウンド・ゴルフ協会岡山会（古新） ☎090-3746-3979
ペタンク交流大会	県総合グラウンドスポーツの森広場	年齢・性別不問（1チーム3人）	宛・オープン・当日	市ペタンク協会（池田） ☎090-7596-7758
ターゲット・バードゴルフ大会	藤田リバーサイドTBGコース	社会人・性別不問	学区・オープン	市ターゲット・バードゴルフ協会（佐野） ☎086-296-2891
レクリエーション大会	県総合グラウンド多目的広場	年齢・性別不問	当日	市レクリエーション協会（松尾） ☎090-7997-7376
少年柔道大会	岡山武道館	小学生（経験者に限る）	オープン	市柔道連盟（三村） ☎086-267-1400
シニアバレーボール親睦大会	御津スポーツパーク	45歳以上・性別不問	オープン・当日	市婦人バレーボール協議会（岡田） ☎090-4694-6882
ソフトバレーボール交流大会	芳田中学校	18歳以上（高校生不可）・性別不問	オープン・当日	市ソフトバレーボール連盟（大橋） ☎086-264-6636
市民ハイキング ※10/8開催	備中高松駅	年齢・性別不問	当日	市民体育大会事務局（山下） ☎086-235-1280
5時間リレーマラソン	県総合グラウンド補助陸上競技場	年齢・性別不問（個人・5～10人のグループ）	当日	県庁走ろう会（赤木） ✉evjif8393@yahoo.co.jp
ゲートボール大会 ※	大曲ゲートボール場	年齢・性別不問（1チーム5～6人）	オープン・当日	市ゲートボール協会（神崎） ☎090-2005-4831
ティーボール大会	岡山ドーム	年齢・性別不問（1チーム10～15人）	オープン	県ティーボール連盟（豊田） ☎090-7120-9239
少年サッカー大会	瀬戸町江尻レストパーク	市少年サッカー連盟登録チーム（2年生以下）	オープン	市少年サッカー連盟（伊永） ☎090-1688-5146

開催中止の場合は、HPに掲載します

住民税非課税世帯等の皆さんへ

価格高騰重点支援給付金

問 岡山市価格高騰給付金コールセンター ☎0120-372-016
 （土・日曜、祝日を除く、8時30分～17時）

住民税非課税世帯、家計急変世帯を支援するための給付金です。



申請期限
 （消印有効）
9/30(土)



詳細はこちら

支給額 1世帯あたり**3万円**

申請方法

郵便

または特設窓口（保健福祉会館1階（北区鹿田町一丁目））で

住民税非課税世帯への給付金

給付対象となる世帯には、書類をお送りしています。申請期限内に必要な書類の返送をお願いします。

- 対象**
- ① 世帯全員の令和5年度住民税が非課税である世帯
 - ② 令和5年5月1日時点で岡山市に住民票のある人

※以下の人は対象外

- ① 住民税が課税されている人の扶養親族などのみからなる世帯
- ② 住民税が課税となる所得があるのに未申告である人を含む世帯
- ③ 租税条約による住民税の免除を届け出ている人を含む世帯

家計急変世帯への給付金

- 対象**
- ① 予期せず令和5年1月から9月までの家計が急変して、世帯全員が住民税非課税と同様と認められる世帯
 - ② 申請時に岡山市に住民票のある人

※以下の人は対象外

- ① 住民税非課税世帯への給付金対象世帯
- ② 住民税が課税されている人の扶養親族などのみからなる世帯
- ③ 定年退職や季節性のある事業活動などにより収入が減った世帯

歴史遊歩

むかし むかし その昔
～岡山市のワンス・アポン・ア・タイム～

戦国時代、操山は合戦の舞台でした ～明禅寺合戦・龍ノ口城跡～

～明禅寺合戦～

先月号に引き続き、今回も操山をめぐるお話が中心です。操山は戦国時代、明禅寺合戦の舞台となりました。明禅寺合戦とは、備中の戦国大名である三村氏と備前の新興武将である宇喜多氏が、操山の明禅寺城をめぐる激突した合戦です。この合戦は宇喜多直家の生涯でも最大の合戦で、約2万もの大軍で攻め入った三村氏を宇喜多氏はわずか5千の兵で破り、勝利したといわれています。この戦いの後、直家は備前国で覇権を確立します。いわば、操山は近世岡山城を築造するきっかけとなった地といえます。

直家は岡山城の築城とともに城下町の整備を行いました。そして息子の秀家がこれを引き継ぎ、現在の中心市街地の原形ができあがったのです。



▲明禅寺城本丸跡

～龍ノ口城～

もう一つ、お城を紹介します。操山の北、龍ノ口山の山頂に築かれた礮所氏の居城「龍ノ口城」です。礮所氏は備前国西半の戦国大名であった松田氏に属し、周辺の小領主を束ねていました。そのため、備前国東半の戦国大名へと成長しつつあった宇喜多直家と衝突します。龍ノ口城は山の急斜面と旭川に囲まれた堅固な守りであったため、合戦では決着しませんでした。直家の巧みな計略により落城しました。

明禅寺城跡、龍ノ口城跡ともに散策が可能です。城跡へ実際に訪れ、戦国時代を体感してみたいかたがでしょうか。

なお、操山には、6世紀後半から7世紀の古墳も多数築かれています。ぽっかりと空いた横穴式石室に入ると、古墳時代のロマンに浸ることができるかもしれません。



▲明禅寺城山麓から

消費生活豆知識

格安排水管洗浄の契約は慎重に！

【事例】

自宅の郵便受けに排水管洗浄の案内チラシが入っていた。1カ所3千円とのことだったので、安いと思い申し込みをした。後日業者が訪問してきて、渡された見積書は6万円。高額だと感じたが、自分から依頼しているので仕方がないと思い、契約書にサインした。その日のうちに作業が行われ、料金を支払った。自分は3千円のつもりで依頼をしたが、あまりに高額な金額だったので納得がいかない。

【アドバイス】

自分から依頼をしていますが、上記のような契約は訪問販売にあたり、クーリングオフが可能な場合があります。

また、広告の記載内容や、業者の説明に虚偽があった場合は契約の取り消しを求めることが可能な場合があります。あきらめずに消費生活センターにご相談ください。

消費生活センター ☎086-803-1109

相談受付時間：9時～16時 月～金曜

(祝日、年末年始除く)

「消費者ホットライン ☎188」からも相談可

インターネットによるご相談はこちらから



広報番組



ホームページでも動画をご覧になれます。

テレビ

- 瀬戸内海放送 (KSB) 中村家の快適！おかやま生活
「フレイル予防月間」
9月10日(日)22時54分～、
(再) 9月14日(木)15時37分～、9月16日(土)5時45分～
- テレビせとうち (TSC) みらいリンリンおかやま
「プラスチック資源分別回収 令和6年3月スタート！」
9月16日(土)20時54分～、(再) 9月17日(日)15時55分～、
9月18日(祝)9時30分～、9月19日(火)25時～
- 山陽放送 (RSK) 桃太郎の岡山Cityかわら版！
「動物愛護週間」
9月16日(土)18時50分～、9月19日(火)ライブ5時 いまドキッ！内、
(再) 9月20日(水)4時25分～
- oniビジョン
いきいきおかやま／おかやま情報かわらばん
毎日7時30分～、12時～、月～金曜18時45分～、
土・日曜22時45分～

ラジオ

- RSK山陽放送ラジオ AM1494kHz
わかるわかる岡山市
9月5日・12日・19日の各火曜16時10分～16時15分
- レディオモモ FM79.0MHz
シティインフォメーションスクエア 毎週月～金曜9時～
岡山市長の大盛ラジオ 毎月第2木曜8時20分～

情報のひろば

申し込み方法の記号について

☎電話 FAXファクス ㊟電子メール ㊞郵送・はがき ㊟往復はがき ㊞ホームページ
㊟窓 ㊟QRコード

イベント

西大寺朝市を開催します！

問東区役所総務・地域振興課 ☎086-944-5038

新鮮な野菜・果物のほか、飲食物の販売を行います。4年ぶりにぶどうの即売会も実施します。

日 9月10日(日) 8時～11時

場 西大寺グリーンテラス駐車場前 (東区西大寺南一丁目)

緑の遊び場プロジェクト 西川・キッズ2023

問庭園都市推進課 ☎086-803-1395

緑豊かな西川緑道公園と下石井公園で、自然の魅力を感じながら遊べます。

日 9月18日(祝) 10時～15時 (荒天中止)

場 西川緑道公園 (水上テラス～平和橋)、下石井公園 (北区幸町)

内 自然探検「手掛かりは一枚の写真」、ネイチャーゲーム、大型ボードゲーム、円卓卓球、木工作「作ってあそぼ!」ほか

花・緑ハーモニーフェスタin西川 (9月)

問庭園都市推進課

☎086-803-1393

西川緑道公園会場で、有機素材を使用したマーケットやダンスイベントを実施。下石井公園会場では「とりめし-1グランプリ」を開催。岡山の名店が提供するとりめしを食べ尽くそう！

日 9月23日(祝) 11時～21時 (下石井公園会場は17時まで)・24日(日) 11時～17時 (西川緑道公園会場は16時まで)

場 下石井公園・西川緑道公園 (野殿橋周辺)



今が旬！岡山のぶどう食べ比べ

問岡山市市場ベジフル会事務局 ☎086-264-8211

日 9月30日(土) 10時30分～11時30分 (無くなり次第終了)

場 中央卸売市場 市場ふくふく通り内休憩所 (南区市場一丁目)

内 野菜ソムリエアプリによるぶどうのお話、ぶどう3～4種類(予定)の食べ比べ、人気投票など

西川緑道公園筋歩行者天国ホコテン！

問庭園都市推進課 ☎086-803-1393

今回は大人気の「こどもホコテン!」。スポーツ体験やキャンドル作りワークショップなど、さまざまな遊びを体験できます。普段は遊べない車道を使って、目いっぱい遊び尽くそう！

日 9月24日(日) 11時～16時 場 西川緑道公園筋西側市道 (桶屋橋南～ハレまち通り)



車両通行止め
西川緑道公園筋西川市道 (桶屋橋南～ハレまち通り)
および野殿橋上
9月24日(日) 10時～17時

史跡彦崎貝塚歴史講座講演会 (第4回)

問埋蔵文化財センター ☎086-270-5066

日 9月30日(土) 13時30分～15時30分

場 灘崎公民館 (南区片岡)

内 岡山県の縄文時代装身具

定 先着50人 (要事前申し込み)

申 同センターへ㊟で9月11日以降に

無料教室「自宅でできる筋トレ教室」

参加者募集

問申 コート岡山南

☎086-246-6211 FAX 086-246-6216

日 11月23日(祝) 13時30分～14時30分

場 コート岡山南 (南区当新田) 対 市内在住の人

定 先着30人 申住所、氏名、電話番号、生年月日を㊟・FAX・

㊞で11月19日までに

岡山市役所

■代表電話… ☎086-803-1000

■所在地… 〒700-8544 北区大供一丁目1-1

区役所

北区役所／中区役所
東区役所／南区役所

※市役所代表電話
(086-803-1000) から
各区役所へおつながります。

支所

御津支所 ☎086-724-1111
建部支所 ☎086-722-1111
瀬戸支所 ☎086-952-1111
灘崎支所 ☎086-363-5201

地域センター

足守地域センター ☎086-295-1111
一宮地域センター ☎086-284-0501
吉備地域センター ☎086-293-1111
高松地域センター ☎086-287-3731
津高地域センター ☎086-294-2411
富山地域センター ☎086-277-7211
上道地域センター ☎086-297-4211
興除地域センター ☎086-298-3131
児島地域センター ☎086-267-2231
妹尾地域センター ☎086-282-3121

福田地域センター ☎086-282-1131
福浜地域センター ☎086-265-4181
藤田地域センター ☎086-296-2221

福祉事務所

北区中央福祉事務所 ☎086-803-1209
北区北福祉事務所 ☎086-251-6530
中区福祉事務所 ☎086-901-1231
東区福祉事務所 ☎086-944-1822
南区西福祉事務所 ☎086-281-9620
南区南福祉事務所 ☎086-230-0321

岡山市の人口 (県毎月流動人口調査)

区分	人数	前月比
総人口	716,128人	-186
男性	344,208人	-31
女性	371,920人	-155

(令和5年7月1日現在)

岡山市内交通事故状況 (概数)

区分	件数	対前年 同時期比
人身事故	1,177件	158
死者数	7人	-10
負傷者数	1,327人	211

(令和5年8月1日現在)

素敵なyour storyを～自然の中で育む恋～ 出会いを求める独身男女の参加者募集



問申 こども企画総務課 ☎086-803-1220

ドイツの森を楽しみながら、新たな出会いを見つけてみませんか？

日 10月22日(日) 9時30分～17時30分

場 おかやまフォレストパークドイツの森 (赤磐市)

対 市内在住または在勤の20～30歳代の独身社会人

定 男女各18人 (応募多数の場合は抽選。直近2年間に同事業の参加歴のない人を優先)

費 3,000円 (昼食、クラフト体験代)

申 問・申・窓口で10月2日までに

記号説明

日

日

時

期

日

時

間

場

場

所

内

容

講

師

対

象

定

員

費

用

な

ど

持

持

参

品

申

込

他

そ

の

他

子育て・教育

子育てで悩んだら相談してください

問 こども福祉課

子育てには思い通りにいかないこともあります。ついイライラして、必要以上に子どもを叱ったり、叩いたりしていませんか？ひとりで不安になったり、しんどくなったら地域こども相談センターに相談してください。一緒に解決していきましょう。

地域こども相談センター (受付時間=平日8時30分～17時15分)	
北区中央福祉事務所内	☎086-803-1824
北区北福祉事務所内	☎086-251-6521
中区福祉事務所内	☎086-901-1234
東区福祉事務所内	☎086-944-0131
南区西福祉事務所内	☎086-281-9652
南区南福祉事務所内	☎086-261-7127

子ども虐待とは、親または親に代わる保護者が子どもの体や心を傷つけ、健やかな成長・発達を妨げる行為を言います。親が「しつけ」だと思っても、その行為が、子どもの心身を傷つけるものであれば「虐待」です。虐待を防ぐために、地域の皆さんにできることがあります。

●応援してください

1人1人が、子どもや子育てに関心を持ち、地域での子育てを応援してください。

●連絡してください

子ども虐待は、家庭の中で起こるため発見が困難です。周りの人が、子どもや親が発する“虐待のサイン”を見逃さないことが何よりも大切です。虐待を受けたと思われる子どもに気付いたら、ためらわず **児童相談所虐待対応ダイヤル** **189番 (通話無料)** にお電話ください。



おやこクラブに入りませんか？

問 健康づくり課 ☎086-803-1264

問申 各保健センター (P32参照)



小学校区または中学校区ごとにおやこクラブがあり、交流会や季節のイベントを保護者が企画して開催しています。子ども同士の交流はもちろん、保護者同士も子育ての喜びや悩みを共有しながら親子の仲間づくりができます。見学からでも申し込みが可能ですので、お問い合わせください。詳細はHPをご確認ください。

対 市内在住の就園前の子と保護者

ひとり親家庭「入学お祝いオリジナル絵本」

問 (一社)岡山市ひとり親家庭福祉会

☎086-230-3803 ✉ok.boshikai@gmail.com



岡山後楽園ロータリークラブとひとり親家庭福祉会から、小学校入学お祝いにお子さんだけのオリジナル絵本を作成し、プレゼントします。

対 市内のひとり親家庭で、来年度小学校入学予定の児童

定 100人 (定員になり次第受付終了)

申 問で9月3日～30日までに

他 子どもの名前、誕生日、好きな遊びなどをフォームからご入力ください。絵本は令和6年3月2日の入学お祝い会で贈呈します。

子どもの居場所づくり等支援 活動立上げ助成金

問申 市社会福祉協議会 ☎086-222-8619



子どもの居場所や支援活動を新たに立ち上げる初期費用を一部助成します。詳細はHP (募集要項)をご確認ください。

対象事業 食事の提供、学習習慣の定着や基礎的な学力向上のための学習支援、生活体験・社会体験などを実施し、子どもの孤立を防ぎ、自己肯定感を高める子どもの居場所

補助金額 対象となる経費の上限20万円 (月12日以上実施する場合には上限80万円)

申 所定の申請書に資料を添えて、10月27日までに

福祉・健康

わかちあいの会臨時開催 (自死遺族のつどい)

問申 こころの健康センター ☎086-803-1274



大切な人を自死で亡くされた人だけの集いです。つらい思いを1人で抱えていらっしゃいませんか。あなたは1人ではありません。ご参加お待ちしております。

日 9月2日(土)13時30分～15時30分 場 きらめきプラザ7階 (北区南方) 対 ご家族を自死で亡くされた人

他 相談・問い合わせも随時受け付けています。

手話を学ぼう！

問 障害福祉課 ☎086-803-1236



今月は「食べる」です。声を出しながら、手話をやってみましょう。

食べる

掌を上に向けた左手から
右手2指を口に運ぶ



▶▶福祉・健康の続き

身体障害者心のふれあい交流会

問申市身体障害者福祉協会

☎086-272-7881 (代表)、080-1907-3570

期10月9日(祝)

集合場所・時間 岡山駅西口・8時45分、建部町八幡温泉・8時20分、灘崎支所・8時30分、東区役所・8時15分

行き先 四国水族館・中津万象園

対 市内在住の肢体不自由者・内部障害者

定 先着90人 ※バス4台(内リフトバス2台)

費 1人2,000円(介助者も同額) 持 身体障害者手帳

申 ☎で9月15日までに

聴覚障害者心のふれあい交流会

問市聴覚障害者協会 坂口さん ☎086-297-5778

日10月9日(祝)8時~18時30分(雨天決行。7時45分に岡山駅西口集合)

行き先 高知方面(牧野植物園、桂浜)

対 手話ができる聴覚障害者に限る 定 先着37人

費 3,500円(締め切り後のキャンセルは全額支払い)

持 身体障害者手帳・国民健康保険証など

申 氏名、住所、FAX番号を☎で9月20日までに

知的障害者心のふれあい交流会

問申市手をつなぐ育成会 ☎086-272-9694

申し込み方法などは9月19日以降にお問い合わせください。

日10月22日(日)(8時30分岡山駅南駐車場に集合、18時10分同駐車場解散)

行き先 神戸の港の劇場型アクアリウム「àtoa(アトア)」、めんたいパーク神戸三田

対 成人が付き添い可能で知的障害のある人 定 先着80人

費 大人=6,000円、子ども(6~12歳)=3,000円

岡山県市民後見人養成講座

問申東京リーガルマインド岡山支社

☎080-7570-8960 ☎086-227-7201

期間 10月~12月(全7回)

場市勤労者福祉センター(北区春日町)※開催形式により場所変更の可能性あり

内 成年後見人などを地域住民が担えるような心構えや知識、実務を学ぶ(前期分に相当)。

費 8,000円(テキスト代)

申 ☎・☎で9月20日までに

他 市内在住の人は、12月~令和6年2月(全5回程度)に市が実施する研修(後期分に相当)も受講可。応募多数の場合、お断りする場合があります。

(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。

講演会「認知症を知ろう」

問申高齢者福祉課

☎086-803-1230 ☎086-803-1754

✉ninchishoshien@city.okayama.lg.jp

認知症とは何か、当事者への接し方などを学びます。また同日、市役所1階で認知症啓発のパネル展を開催します。

日9月21日(休)13時30分~15時30分 場市役所本庁舎7階大会議室 講中島誠さん(市認知症疾患医療センター長)

定先着200人 申住所、氏名、電話番号を☎・☎・☎で9月19日までに



認知症サポーター養成講座

問高齢者福祉課 ☎086-803-1230

正しく認知症のことを学ぶための講座です。

日/場①9月11日(月)10時~11時30分/平島コミュニティハウス(東区東平島)②10月13日(金)14時~15時30分/岡山ふれあいセンター(中区桑野)※オンライン受講可

申会場受講の場合は、市ふれあい公社地域包括支援課(☎086-274-5136 ✉sapokuma@mx.okayama-fureai.or.jp)へ☎・☎で前日までに※②のオンライン受講の場合は、電子申請で9月30日までに(詳細はHPをご確認ください)



第11回世界アルツハイマーデー記念講演会in岡山

問市認知症疾患医療センター(岡山赤十字病院内)

☎086-222-8843

日9月28日(休)18時~20時30分

場山陽新聞社さん太ホール(北区柳町二丁目)

内講演テーマ「認知症、最近の話題」

講座長=中島誠さん(市認知症疾患医療センター)、北村直也さん(岡山済生会総合病院)、石津秀樹さん(慈圭病院)、寺田整司さん(岡山大学大学院精神神経病態学教室)

定会場=300人、オンライン=500人

申☎または岡山赤十字病院HPから9月17日までに



特定保健指導の面接を受けた人に運動クーポンを発行します

問国保年金課 ☎086-803-1133

市の国保では健診結果から、生活習慣の改善が必要な人へ特定保健指導をご案内しています。特定保健指導の初回面接を受けた人には、市内にある運動型健康増進施設でご自身の状態に合った運動プログラムを無料で体験できるクーポン券を発行します。希望者へは、初回面接終了時に申込書を配布します。 ※定員に達した場合は、申し込み受け付け終了

出張買取 **モモタロ**

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

出張査定 無料

まず一度 **お電話ください!** ☎ **0120-938-550**

携帯可・PHS可 フリーダイヤル

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

市民病院との「在宅医療コラボ講座」

問申 地域ケア総合推進センター ☎086-242-3135

日 9月21日(休)13時30分～15時30分

場 地域ケア総合推進センター (北区北長瀬表町二丁目)

内 市民病院脳神経内科医師による講話「認知症の予防と治療(仮)」、地域ケア総合推進センター職員による「在宅医療・介護と人生会議のすすめ」

対 市内在住・在勤の人 定 先着30人 申 住所、氏名、電話番号を☎・☎で9月19日までに 他 OKAYAMAハレ活プロジェクトのポイント付与対象事業です。



第12回薬物乱用防止キャンペーン

問 保健管理課 ☎086-803-1276

日 9月10日(日)11時～17時

場 イオンモール岡山 1階 未来スクエア (北区下石井一丁目)

内 パネル展示、啓発資料の配布、トライフープ岡山の試合(予定)



市民公開講座「第30回あなたのための健康・栄養教室」

問 市民病院入退院管理支援センター ^{にご} 兒子さん・矢萩さん

☎086-737-3000 (代表)

日 9月30日(土)11時～13時

場 市民病院1階多目的ホール (北区北長瀬表町三丁目)

内 講演会(脳卒中について)、リハビリ指導(嚥下について)、試食会、血圧・血糖測定などの体験コーナー

定 先着40人 費 700円(昼食代) 申 氏名・電話番号を☎・☎で9月22日までに 他 駐車場あり(無料精算可)



フリースタイルヨガ

問申 西川アイプラザ ☎086-234-5877

西川アイプラザで開講のヨガ講座。無理せず、楽しく身体を動かしてみませんか。

日 9月13日～11月22日の毎月第2・第4水曜18時30分～20時 場 西川アイプラザ4階会議室(北区幸町)

対 市内在住・在勤の人 定 先着20人 費 9,000円(全6回)

申 住所、氏名、電話番号に受講料を添えて☎へ9月6日までに 他 体験参加可(有料)。詳細はお問い合わせください。

障害者雇用支援月間パネル展

問 障害福祉課 ☎086-803-1234 ☎086-803-1755

働く障害者を紹介するパネルなどを展示します。

日 9月25日(月)・26日(火)の各日8時30分～17時

場 市役所本庁舎1階市民ホール

在宅医療・介護ミニ市民公開講座

問申 西大寺医師会

☎086-942-2676 ☎086-942-4786

在宅医療と人生会議について、その現実と意義、価値などについて、分かりやすくお話しします。

日 10月5日(休)13時30分～15時30分 場 西大寺緑花公園・百花プラザ多目的ホール(東区西大寺南町一丁目)

内 テーマ「どうする多死社会と在宅医療 ～よく生きよく死ぬ為の在宅医療の拡充に向けて～」 講 野田憲男さん(野田内科医院院長) 定 先着100人 申 氏名を☎で9月29日までに



「うつ病集団認知行動療法プログラム」参加者募集

問申 こころの健康センター

☎086-803-1273

期間 10月18日～12月6日の各水曜13時30分～15時(全8回)

場 市勤労者福祉センター(北区春日町)

対 市内在住で、現在うつ病治療で通院中の人 定 10人

申 ☎で9月27日までに

他 提出書類あり。詳細はお問い合わせください。



第21回岡山市民と医師会の集い

問申 岡山市医師会 ☎086-201-1188

在宅・訪問診療の医師や専門職と一緒に、病気になっても安心して自宅で過ごすために必要な医療と介護について考えましょう。

日 10月14日(土)15時～17時

場 市民病院1階多目的ホール(北区北長瀬表町三丁目)

内 テーマ「最期まで自分らしく生きる～アドバンス・ケア・プランニング(ACP)～」 講 佐藤涼介さん(佐藤医院院長)

対 市内在住・在勤の人 定 先着100人

申 住所、氏名、電話番号を☎・☎で9月28日までに



「ギャンブルからの回復支援プログラム」参加者募集

問申 こころの健康センター ☎086-803-1273

日 ①10月24日②11月28日③12月26日④令和6年1月23日⑤2月27日の各火曜13時30分～15時30分(全5回)

場 保健福祉会館(北区鹿田町一丁目)など

対 市内在住でギャンブルの楽しみ方を改めたい人※事前面接あり(精神疾患で通院中の人は不可。依存症で通院中の人は可)

定 10人 申 ☎で10月13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。

人生100年時代

ちゅうぎんがご家族と一緒に大切なご資金を守るお手伝いをします。

ちゅうぎん
財産管理
サポート信託

安心の
元本保証

詳しくはこちら

特殊詐欺から守る!

ご親族(同意者兼手続代理人)さまにも一緒に資金の用途を確認してもらうことで「特殊詐欺の被害」を防ぎます。
見守り機能でさらに安心。

ご家族にパトタッチ!

要介護状態・認知症と診断されたとき等にはご親族(同意者兼手続代理人)さまに払出しをおまかせできます。

ご家族に負担をかけない!

「長期入院して医療費・介護費を家族に負担してもらうのは大変」などの不安を取除きます。

※預金とは異なります。

申込金額・契約手数料等詳しくは、お近くの **ちゅうぎん** または当行ホームページでご確認ください。

株式会社 中国銀行

(令和5年7月1日現在)

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 他

他 他

18 市民のひろば おかやま

第59回岡山県自閉症協会セミナー

問岡山県自閉症協会

☎086-801-4010 ㊟086-801-4030

✉asj.okayama.seminar@gmail.com

内セミナー「親亡き後の住まい ～グループホームの現状と課題、そして今後～」

●会場開催

日9月24日(日)13時30分～16時30分 場おかやま西川原プラザ (中区西川原) 費会員=500円、一般=1,500円 定162人

申㊟・㊟・㊟で9月21日までに

●オンデマンド開催 (YouTube)

期間10月7日(土)・8日(日) 費会員=無料、一般=1,000円

申㊟で9月28日までに



屋外広告物の適切な表示と維持管理

問都市計画課 ☎086-803-1373

市内で屋外広告物を掲出する場合は市長の許可が必要です。道路上に置かれている立看板や広告旗などは、まちの景観を損なうだけでなく、歩行者などの通行上危険ですので、掲出を禁止しています。

9月1日～10日は「屋外広告物適正化旬間」です。10月上旬には市内で違反広告物のパトロールを行います。

9月21日(木)～30日(土)は秋の交通安全市民運動 「交通ルール 守って笑顔 晴れの国」

問生活安全課 ☎086-803-1106

◆重点目標

- ①子どもと高齢者をはじめとする歩行者の安全の確保
- ②夕暮れ時と夜間の交通事故防止および飲酒運転などの根絶
- ③自転車などのヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- ④横断歩行者優先の徹底
- ⑤運転中のスマートフォンなど使用禁止の徹底
- ⑥スピードダウンの励行



⑦自転車の安全利用とヘルメット着用に向けた理解の促進

市では、「岡山市自転車の安全で適正な利用を促進するための条例」に基づき、市内で自転車を利用する人に「自転車損害賠償保険などの加入」や「子ども(小学生以下)のヘルメット着用」を義務化しています。また令和5年度から、全ての自転車利用者に対しヘルメット着用の努力義務が課せられています。交通ルールとマナーを守り、自転車を安全で快適に利用しましょう。

「ESDコーディネーター研修」参加者募集

問SDGs・ESD推進課

☎086-803-1351 ㊟086-803-1777

✉esd@city.okayama.lg.jp



持続可能な社会をつくる担い手を育てるために、さまざまな団体や組織をコーディネートし、企画書作成などによって課題解決するスキルを身につける研修を開催します。応募方法などの詳細は、お問い合わせいただくか、HPをご確認ください。

日①11月16日(木)②11月24日(金)③12月14日(木)④令和6年1月11日(木)の各日10時～17時

場市勤労者福祉センター(北区春日町)

対岡山地域で持続可能な地域づくりに向けた活動をしている、または将来的にその役割を担う意志がある18歳以上の人(全4回参加必須)

定16人程度 申 申込書を㊟・㊟・㊟で9月29日までに

税・保険・年金

年金生活者支援給付金制度

問給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。新たに受け取りの対象になる人には日本年金機構が9月初旬頃から順次お知らせを送付しますので、内容をご確認いただき、同封のはがき(請求書)を提出してください。今後年金の請求手続きをする人で、要件に当てはまる場合は、年金と併せて請求手続きをしてください。制度など詳細はお問い合わせください。

くらし・環境

用水路の浚渫・藻刈・清掃活動に対する交付金

問各區役所農林水産振興課、北区役所土木農林分室、各支所産業建設課

町内会や水利組合など地域団体が取り組む用水路の浚渫、藻刈、清掃などの活動に対し、申請に基づいて水路浚渫等交付金を交付しています。なお、来年度から新規にこうした活動に取り組み、交付金の給付を受けることを検討する場合は、事前の相談が必要です。

詳細は、最寄りの区役所などにお問い合わせください。

屋外広告物有資格者点検完全義務化

問都市計画課 ☎086-803-1373



市では、屋外広告物の落下事故防止を目的として、地上から上端までの高さが4mを超える全ての屋外広告物について、有資格者点検が10月1日から完全義務化されます。

(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。

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

任意後見契約や成年後見申立てのお手伝いをいたします。

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係争の範囲に限る。

一休さん ここに

☎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/>

高齢者向け安全運転セミナー

問交通安全防犯室 ☎086-803-1106



高齢運転者とその家族を対象に、加齢に伴う身体能力や判断能力の変化を理解するための安全運転セミナーを開催します。参加者には交通安全グッズを差し上げます。

日10月10日(火)13時30分～15時30分

場岡山ふれあいセンター（中区桑野）

内講演会「高齢者のための車に潜む危険と事故防止対策について」、サポカー体験試乗会、反射神経測定体験会

対市内在住の人 定先着100人

申氏名、電話番号を☎・☎で9月29日までに

計量器（はかり）定期検査日程（9月分）

問（一社）岡山県計量協会

☎086-286-8950

取引・証明に計量器を使っている人は、最寄りの場所で検査を受けてください。なお、農家の人で出荷時に農協などで再計量を受ける人は、任意検査です。また、ご家庭でお使いの体重計などの精度確認は無料で行います。

月	日・曜日	10時～11時30分	13時30分～15時	
9月	1日(金)	J A岡山 (旧) 牧山事業所	—	
	4日(月)	J A岡山 (旧) 牟佐事業所	大久保選果場	
	5日(火)	牧石小学校 (体育館前)	—	
	6日(水)	竜之口小学校	J A岡山高島支所	
	7日(木)	財田小学校	沢田選果場	
	8日(金)	旭竜小学校	幡多小学校	
	11日(月)	宇野小学校※		
	12日(火)	南輝小学校	福島小学校	
	13日(水)	浦安小学校	J A岡山福浜低湿倉庫前	
	14日(木)	J A岡山芳田支所	芳泉小学校ひばり分校	
	15日(金)	清輝小学校※		
	19日(火)	岡南小学校	—	
	20日(水)	J A岡山今支所	西小学校	
	21日(木)	J A岡山白石支所	J A岡山大野支所	
	22日(金)	石井小学校※		
	25日(月)	大元中央公園※		
26日(火)	岡西公民館※			
27日(水)	本庁舎地下1階 計量検査室※			
28日(木)	本庁舎地下1階 計量検査室※			

※10時～12時、13時～15時に実施

(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。

令和5年度 岡山北商工会 創業セミナー 受講生募集! 各回20名

● 創業を検討中または創業後3年以内の方にオススメ ● 実績豊富な講師によるわかりやすいセミナー

- 第1回 令和5年10月25日(水) 18～20時
「創業時の心構え～成功する経営者になるために～」
・自分が実現したい創業のイメージ ・ビジネスプランの作成に向けて
- 第2回 令和5年11月1日(水) 18～20時
「成功する経営者を目指して～想いを形に～」
・イメージを形に ・ビジネスプランの実現に向けて
- 第3回 令和5年11月8日(水) 18～20時
「売れるマーケティングと営業・広告戦略のキホン」
・売れるマーケティングの基本と考え方
・ファンを増やす営業・広告戦略と戦術の考え方

第1回・第2回講師 藤田 悠久雄氏
第3回講師 前田 和信氏



問い合わせ先
☎086-294-2345
✉okayamakita@okasci.or.jp

開催場所 岡山北商工会津高支所
岡山市北区吉宗676-1

セミナー参加者向け個別相談会 令和5年11月14日(火)・16日(木)・24日(金)・28日(火) ※予約制

岡山北商工会 〒709-2121 岡山市北区御津宇垣1630-1 TEL:086-724-2131
令和5年度伴走型小規模事業者支援推進事業

スマート通勤おかやま2023参加者募集中!

問交通政策課 ☎086-803-1376



問岡山国道事務所計画課 ☎086-214-2310

「スマート通勤おかやま」は、マイカー以外での通勤や在宅勤務、混雑時間を避けたマイカー通勤を行う取り組みのことです。あなたもまちとカラダにやさしい通勤をしてみませんか? 10月4日(水)・11日(水)では特に参加を募っておりますので、ぜひご参加ください。

期間10月2日(月)～13日(金) ※1日だけの参加も可

申☎で会員登録 他部門別に特に貢献した団体の表彰や、個人別の取組効果のフィードバックを実施

令和5年住宅・土地統計調査にご協力を

問政策企画課統計調査室 ☎086-803-1051



全国から無作為に選ばれた住戸・世帯を対象に、10月1日現在で調査します。この調査は住宅数、居住状況、空き家の実態などの把握を目的に実施します。調査結果は、国や地方公共団体の「住生活基本計画」などの基礎資料のほか、幅広く利用されます。調査をお願いする住戸・世帯には、9月頃から調査員が伺い、調査書類をお配りします。

回答方法 インターネット、郵送、調査員へ提出のいずれか

マイナポイント申込期限は9月末まで! 手続きはお早めに



問岡山市マイナンバーコールセンター

☎0120-425-609

ご自身のスマートフォンからでも申し込み可能です。各区役所に支援窓口を開設していますので、ご利用の際は、日時などの詳細をHPでご確認ください(9月の土・日曜開設日は、3日(日)・10日(日)・23日(祝)・30日(土))。申込期限が近くなると、窓口の混雑が予想されますので、早めの手続きをお願いします。

各決済サービスによって申込終了日が異なります。9月末よりも早く申し込みを締め切る決済サービスもありますので、事前にご確認ください。

市営住宅入居希望者(2次募集)

問申岡山市営住宅管理センター ☎086-206-5560



〒700-0904 北区柳町二丁目6-25 朝日生命岡山柳町ビル2階

1次募集で申し込みのなかった住宅の2次募集です。対象住宅は9月下旬にHPへ掲載予定です。詳細はHPをご確認ください。

申 申込書と必要書類を同センターまたは各区役所☎へ10月5日～12日の間に(土・日曜、祝日を除く)

マンション管理基礎セミナー

問申 住宅課

☎086-803-1466 FAX086-803-1879

✉juutaku@city.okayama.lg.jp

分譲マンションの適正管理に必要な基礎知識を専門家などから学びます。

日 10月14日(土)13時～17時

場 西川アイプラザ5階 (北区幸町)

内 【1部】講演①「管理組合の適正な運営について」講演②「マンションコミュニティと防災」【2部】情報提供【3部】個別相談会(要予約)

定 先着100人

申 申込書に住所、マンション名、氏名、電話番号、年齢を記入の上、☎・✉・☎・☎で9月24日までに



人権啓発活動補助金(後期募集)

問申 人権推進課 ☎086-803-1070

市内で活動する市民団体やNPOが自主的に企画して実施する人権啓発の講演会や研修会、啓発イベントなどの人権のまちづくり活動を募集します。採用された場合、活動経費の一部を助成します。

申 9月4日～22日の間に

スポーツ

トライフープ岡山「岡山市民デー」



問申 スポーツ振興課

☎086-803-1616

11月3日(祝)にジップアリーナ岡岡で開催されるトライフープ岡山Bリーグ公式戦(vs徳島ガンバロウズ)において、「岡山市民デー」を実施します。

●親子ペア無料招待

対 市内在住の小学生と保護者(2人1組)

定 100人(50組) ※応募多数の場合は抽選

申 ☎で10月13日までに

●エスコートキッズ

対 市内在住の小学生 定 12人 ※応募多数の場合は抽選

申 ☎で10月6日までに

安全・安心

住宅防火・防災キャンペーンについて

問 予防課

☎086-234-1199

✉yobouka@city.okayama.lg.jp

住宅火災から高齢者を守るため、「老人の日・敬老の日」に「火の用心」の贈り物をキャッチフレーズに、キャンペーンを実施します。

期間 9月1日(金)～21日(木)

対 市内在住の人 申 ☎で電子アンケートに回答

他 回答者の中から抽選で5人に、住宅用消火器または防災製品をプレゼントします。当選者には消防局から連絡します。



各種防火・防災管理講習

問申 日本防火・防災協会

☎03-6263-9903

FAX03-6274-6977



内容	期日	場所	申込期間
防火防災管理新規講習	10月26日(木)・27日(金)	岡山商工会議所 (北区厚生町三丁目)	9月4日～11日
甲種防火管理新規講習	11月21日(火)・22日(水)		9月27日～10月4日

申 ☎または申込書(同協会HPで入手可)を☎で各申込期間中に

市民協働

赤ちゃんねこのミルクボランティア養成講座

問 保健所衛生課

☎086-803-1259

市内で保護・収容される猫の多くは哺乳が必要な離乳前の子猫です。これらの子猫を自宅などに引き取り、哺乳・離乳食の給餌、排せつ補助、健康管理および譲渡などを行う「ミルクボランティア」を養成する講座を開催します。

日 9月23日(祝)13時30分～

場 岡山ふれあいセンター(中区桑野)

対 ミルクボランティアに興味のある人

定 50人

申 NPO法人倉敷猫まもりの会(☎070-8949-3628)へ☎で9月21日までに



岡山市民ハイキング

問 市スポーツ協会 ☎086-235-1280

期 9月10日(日)

コース 宇野駅(8時50分集合)→四国汽船乗船→宮之浦港→直島本村→宮之浦港→宇野駅(8km) ※乗船運賃は各自負担
持しおり(健康チェックカード※当日も配布)、雨具ほか
他 当日7時に暴風警報が発令されている場合は中止

第71回東区テニス大会

問申 東区役所総務・地域振興課 ☎086-944-5038

日 10月15日(日)8時30分～

場 瀬戸町総合運動公園(東区瀬戸町南方)

対 ペアまたはペアのどちらか1人が東区在住・在勤・在学

定 先着48ペア 費 1ペア3,000円

申 申込書(同課で配布)を同課へ10月2日までに



第7回全日本BMXフリースタイル選手権大会 岡山市役所で開催!

問 スポーツ振興課 ☎086-803-1616

9月14日(木)～17日(日)(予備日18日(祝))に市役所構内駐車場で開催します。16日(土)・17日(日)には観覧エリアやフードなどのブースを設け、無料で観覧可能です。(14日・15日は練習走行などのため、観覧スペースなし)

また、大会の会期を含む9月14日(木)～18日(祝)の5日間を、「OKAYAMA BMX DAYS」とし、市中心部の店舗などの協力で、各種サービスにより大会を盛り上げます。