

まちとつながる

# 市民のひろば

## おかやま

11

Nov.2024

No.1466



「いつまでも働きたい」  
を応援します

### 特集記事 シニアの就労支援 (P2)

#### TOPICS

- ✓ おかやまアーツフェスティバル2024 (P6)
- ✓ 岡山市表彰式 (P8)
- ✓ 健康保険証に関するお知らせ (P15)

広報紙についてのアンケートにご協力ください。



### 折り込み おかやまマラソン2024交通規制

### 岡山市役所

〒700-8544 北区大供一丁目1-1

代表電話 ☎086-803-1000

各支所・地域センター・福祉事務所の  
連絡先は16ページをご確認ください。

岡山市役所  
公式LINE



桃岩郎

のまち岡山

岡山市 検索

# シニアが活躍する 未来へ向かって!

人生100年時代。市では、シニア世代の就労を支援する取り組みを行っています。今回は、新しい職場を見つけ、イキイキと活躍しているお二人にお話を伺いました。



15年間勤めた食品販売店が閉店し、その後は自分の時間を楽しんでいました。ですが2カ月ほど経つと会話や書きものが苦手になり、気持ちまで沈むようになったんです。職探しを始めても年齢のせいか書類選考から先に進めず、さらに落ち込みました。そこで「生涯かつやく支援センター」に相談したところ、仕事が決まりました。

今勤める飲食店では県産の玄米で作ったラーメンやベトナムの麺類などもあり、新しい料理や文化と出会えるのが楽しいですね。また、この店は就労継続支援B型事業所と連携していて、今後は介護や生活支援について学び、施設の利用者さんを支援できるようになるのが目標です。再就職を果たし、「毎日行くところがある、やることがある」ことの喜びを日々実感しています。



さすてなワーク 高島めん匠ももきち  
**津守 登貴子さん(70代)**

勤務: 週3日、1日約5時間  
業務内容: ホール・調理補助

## Case.01

「毎日やるべきことがある幸せ」を実感しています。



## Case.02

「仕事を通して人や地域の役に立ちたい」と考えています。

前職を退職して約半年後、また働きたいという意欲が芽生え、家族の勧めもあって「生涯かつやく支援センター」に登録することにしました。最初に受けた適職診断では「責任ある仕事を任せられる」「社会貢献になる仕事が向いている」などの結果が出て、セカンドキャリアへの自信が持てました。

現在は「せのお病院」の警備員として、電話の取り次ぎや院内巡回、消耗品の補充などを担当しています。間接的とはいえ医療現場の支えになっているという実感があり、大きなやりがいを感じます。再就職で気持ちに張りが出てきたせいか、家族も喜んでくれています。今後も気力・体力が続く限り今の仕事を続け、人や地域の役に立ちたいです。



両備ホールディングス(株) 両備テクノモビリティカンパニー  
**鶴山 勝己さん(70代)**

勤務: 週3~4日、1日約8時間~(3交代制)  
業務内容: 電話取り次ぎ、施設内見回り、消耗品補充など

※撮影のため、帽子とマスクを外しています(表紙を含む)

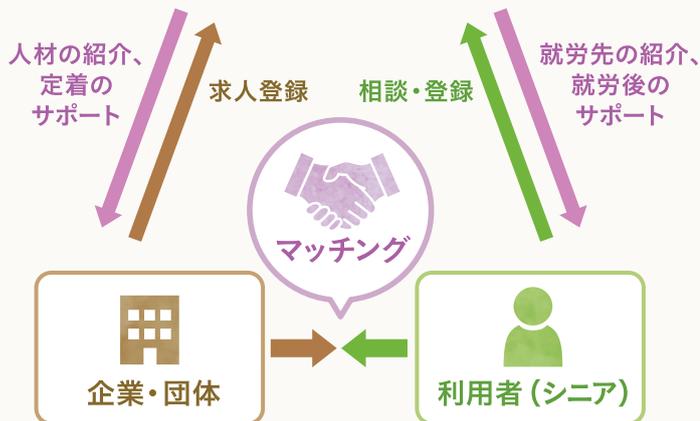
シニアの皆さんの  
「働きたい！」  
をサポート!

# 「生涯かつやく支援センター」を ご存じですか?



 「生涯かつやく支援センター」

「総合受付」から「就職活動・定着支援」まで、就労希望者をトータルでサポートしています。また、企業と調整し、最適な仕事探しのお手伝いをします。



## シニアの皆さんが イキイキと人生を送る お手伝いをしています。

年齢や仕事の目的など、それぞれの状況や希望に合わせた仕事を紹介しています。皆さんも、セカンドキャリアを手に入れて、健康でやりがいに満ちた人生を目指しませんか?



生涯かつやく支援センター/  
精神保健福祉士  
武政雄也さん

お気軽に  
ご相談ください!

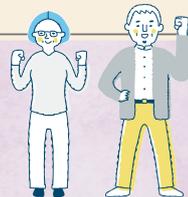
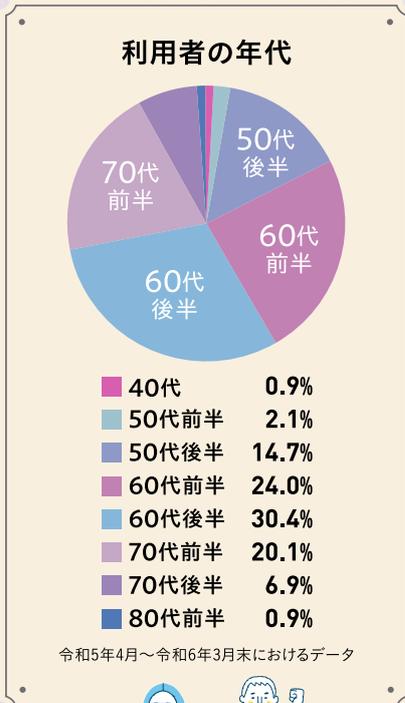


**Q. どんな人が利用していますか?** 40代から80代まで幅広く登録しています。「キャリアを生かしたい」「生活費の足しにしたい」「友人が欲しい」など、希望理由もさまざまです。

**Q. 仕事をする魅力やメリットは?** 「キャリアを生かせる」「人や地域とつながれる」「社会の役に立つ」などさまざまな喜びがあります。仕事を始めた人からは「張り合いがある」「体も元気になった」といった声が聞かれます。

**Q. 自分のペースで無理なく働けますか?** 「週3日」や「1日4時間まで」など無理なく働けます。趣味などのプライベートも楽しみながら働く人や、中には長期療養をしながら、仕事を続けている人もいます。

**Q. 働いた経験がなくても大丈夫ですか?** 心配いりません。これまでの暮らしで培われてきた知識や経験を生かせます。また、履歴書作成や面接練習のお手伝いの他、希望する職場での見学・体験もできるので安心です。



センターを利用して /

幅広い  
ジャンルで  
活躍中!



保育補助



介護補助



調理補助



マンション管理



販売



事務



清掃

### 「生涯かつやく支援センター」の利用の仕方

1

予約



電話やFAXで  
面談日を予約

2

面談・登録



センターにて  
面談を実施

3

セカンドキャリア  
提案



相談員から仕事を提案

4

就労・活動先  
との仲介



就労先の具体的な  
説明をします

5

就労・活動支援



就労スタート

6

定着支援



相談員が就労後も  
フォローします

お問い合わせはこちら

### 生涯かつやく支援センター

北区大供三丁目1-18 (KSB会館4階)

TEL086-225-4080 (平日8:30~17:00)

FAX086-238-2942

※市内在住のおおむね55歳以上で、生活保護を受けていない人が対象



まずは  
こちらから

## 適職診断フェア

市内在住のおおむね55歳以上の人を対象に、  
適職診断フェアを行っています。



定員は各回4人で、事前申込み制(先着順)。専門の相談員との  
面談で、ご自身の興味や経験から、あなたに合う仕事を診断します。

日時 **12月11日(水)・18日(水)**

10:30~11:50 / 13:00~14:20 / 14:30~15:50の3部制

会場 **市勤労者福祉センター** (北区春日町)

☎生涯かつやく支援センター TEL086-225-4080



# 生涯輝ける社会に

※1 市の健康寿命は男性が72.20歳、女性が75.03歳(令和元年)。全国平均よりも低い状況です。市ではその健康寿命を延ばす取り組みなど「PHO」※2の実現を目指して、シニアの就労支援以外にもさまざまな取り組みを実施しています。



※1 健康寿命とは…健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間  
※2 PHOとは…Positive Health Okayamaの略。子どもからお年寄りまで、病気や障害などの有無にかかわらず生きがいを持ち活躍できる社会をみんなで目指すこと

体を動かして  
いつまでも  
健康に!

## あっ晴れ! もも太郎体操

元気でいきいきと暮らしていくために必要な「歩く力」や「食べる力」などの生活機能向上を目的として、誰でも気軽に取り組める体操です。ストレッチ体操・お口の体操・筋力トレーニングを組み合わせた内容で、イスに座り、36分間DVDを見ながら行います。



### 1 ストレッチ体操

- けがの予防
- 疲労の回復
- 血行促進

### 2 口の体操

- 飲み込みをスムーズにする
- かむ力を高める
- 口に潤いを与える

### 3 筋力トレーニング

- 歩く力・立ち上がる力を高める
- バランス能力を高める
- 膝痛・腰痛の予防改善
- 姿勢の改善

#### この体操を始めるには

近くの市ふれあい介護予防センターへ  
ご相談ください。

介護予防センターの職員が  
全3回の体操講習に伺います

講習修了時にDVDをお渡しします

**対象** 5人以上のグループ  
(おおむね65歳以上で市内在住の人)

**場所** 集会所や公民館などの身近な場所  
(椅子、DVDが視聴できる設備が必要)

**実施頻度** 週に1回以上(ご相談ください)

- 市ふれあい介護予防センター  
(中区桑野)……TEL086-274-5211
- 北事務所(北区谷万成二丁目)  
……………TEL086-251-6517
- 南事務所(南区福田)  
……………TEL086-230-0315



## アプリを使って楽しく健康に/ OKAYAMAハレ活プロジェクト

日常の中で、小さな行動を楽しく積み重ね、気づけば心身ともに健康になれる(心や身体が「晴れる」)のが、「OKAYAMAハレ活プロジェクト」です。専用のアプリを利用し、ポイントをためて、特典が当たる抽選に参加しよう! 本プロジェクトへの参加の対象者は市内在住、在勤、在学の18歳以上の人です。



楽しい「一歩」から  
はじめよう!



ダウンロードは  
こちらから



☎OKAYAMAハレ活プロジェクト事務局 TEL050-3093-4278 (平日10:00~17:00)

# ARTS OKAYAMA ARTS FESTIVAL

## おかやまアーツフェスティバル2024 メイン期間が始まります

9月からスタートしたアーツフェスティバル。11月4日からは、メイン期間として市内各地で多くのイベントが開催されます。岡山のまちをあらゆる文化芸術=ARTSで彩り、市民の皆さんへお届けします。詳細はHPをご確認ください。

メイン期間 11月4日(休)~11月24日(日)

詳しくは  
こちら ▶



11/4  
(休)

### オープニングイベント

時間| 13時~ 会場| 表町商店街  
アムスメール上之町時計台前 費用| 無料  
(北区表町三丁目)

出演| 浅越ゴエ (総合司会)、OAF祝祭ウィンドアンサンブル、  
国末しをん (フラメンコダンサー)、  
岡山楷の木少年少女合唱団、IKENOBOYS (池坊)



11/10  
(日)

### テッド・ローゼンタール・トリオ× 岡山フィルハーモニック管弦楽団 -Jazz in Fall-

時間| 14時~ 会場| 岡山芸術創造劇場 ハレノフ  
大劇場 (北区表町三丁目)

費用| 一般=3,000円、19歳以下・25歳未満の学生=1,000円  
※未就学児入場不可

出演| テッド・ローゼンタール・トリオ、  
石崎真弥奈 (指揮)、  
岡山フィルハーモニック管弦楽団 (アンサンブル編成)

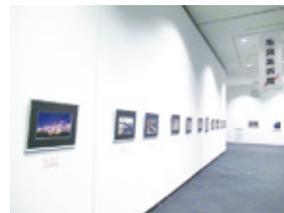


11/13  
(水)~

### 第13回岡山市民美術展

期間| 11月13日(水)~17日(日) 各日10時~17時 (最終日は15時30分まで)

会場| 岡山シティミュージアム4階企画展示室 (北区駅元町) 費用| 無料



11/16  
(土)

### サーカス・シルクール「ニッティング・ピース」

ストックホルムを拠点に活動し、北欧を代表する現代サーカスカンパニーが来日。エアリアルやシルホイール、玉乗り、綱渡りなどのパフォーマンスを繰り広げます。

時間| 15時~ 会場| 岡山芸術創造劇場 ハレノフ  
中劇場 (北区表町三丁目)

費用| 一般=4,000円、U24=2,000円、U18=1,000円  
※未就学児入場不可、推奨年齢10歳以上

演出・コンセプト| ティルダ・ビョルフォシュ 出演| サーカス・シルクール

作曲・サウンドデザイン| サムエル・“ループトゥーク”・アンデション



11/21  
(木)

## シェレンベルガー Welcome Home Concert (追加公演)



**時間** 19時～ **会場** 岡山芸術創造劇場 ハレノワ  
アートサロン (北区表町三丁目) **費用** 2,000円

**出演** ハンスイェルク・シェレンベルガー (オーボエ)、  
福田廉之介 (バイオリン)、七澤達哉 (ビオラ)、  
松岡陽平 (チェロ)

11/23  
(祝)

## シネマ・ザ・ワールド ～映画音楽で旅しよう～

世界各地を舞台とした名曲をお届け。映画音楽とともに世界一周の旅へ出かけましょう。元宝塚歌劇団の希良々うみさんと人気ボーカリスト上原理生さんの歌唱にもご注目ください。

**時間** 14時～ **会場** 岡山シンフォニーホール 大ホール (北区表町一丁目)

**費用** 一般=3,000円、19歳以下・25歳未満の学生=1,000円  
※未就学児入場不可

**構成** 福田廉之介 **出演** 角田鋼亮 (指揮)、  
岡山フィルハーモニック管弦楽団 (管弦楽)  
希良々うみ (ボーカリスト)、上原理生 (ボーカリスト)



11/24  
(日)

## ファイナルイベント (アカペラスペシャルライブ)

アーツフェスティバルメイン期間の最後を飾るのは、人気のアカペラ団体2グループによる、楽器を使わない声だけのスペシャルライブ。鳥城に響き渡る圧倒的な歌唱をお楽しみください。

**時間** 15時～ **会場** 岡山城天守前広場 (北区丸の内二丁目)

**費用** 無料 **出演** Rabbit Cat、いろはうたかるた



11/30  
(土)

## ハレノワおとぎ話のダンス「桃太郎対百太郎」 北村成美振付『百太郎』／近藤良平振付『鬼に綿棒』

**時間** 『百太郎』11時30分～、『鬼に綿棒』14時～

**会場** 灘崎文化センター 大ホール (南区片岡)

**費用** 一般=1,000円、U18=500円  
※2歳以下入場不可  
※両ステージ観劇する場合は各回のチケットの購入が必要

**演出・振付・出演** 『百太郎』北村成美、『鬼に綿棒』近藤良平

**出演** 花柳大日翠、井上繭加、大岩主弥、塩田慎二、関口晴、  
土屋望、筒井愛知、春風日和子、レイチェル



### 街角パフォーマンス

街なかで気軽に立ち寄れるパフォーマンスを実施♪  
※下記2回は会場への入館料・入園料が必要です。

日程	時間	会場	タイトル	内容
11月6日(水)	18時～	オリエント美術館 (北区天神町)	グラスハープ×弦楽四重奏 音の細工	弦楽四重奏
11月20日(水)	18時～、18時30分～ (2回公演)	岡山後楽園 (北区後楽園)	幻想の弦楽四重奏	弦楽四重奏

- 屋外のイベントは悪天候の場合、中止または開催場所や時間を変更する場合があります。最新の情報はHP・公式SNSをご確認ください。
- 各イベント・コンサート会場へは、公共交通機関をご利用ください。

おかやまアーツフェスティバル  
実行委員会事務局 ☎086-224-1950  
文化振興課 ☎086-803-1054

令和6年度

# 岡山市表彰式

岡総務法制企画課 ☎086-803-1081

市政の発展や市民の福祉のために力を尽くされた個人や団体の功績を讃える岡山市表彰式は、昭和36年に始まりました。これまでに有功表彰で457人と3団体、善行表彰で433人と48団体が表彰されています。

本年は、次の方々を受賞されました。受賞者は11月3日(祝)に岡山市役所で行われる、令和6年度岡山市表彰式で表彰されます。

## 有功表彰 2人 (氏名・住所・功績) ※順不同

有功表彰は、自治の振興や公益の増進に功労のあった個人・団体に贈られます。



佐藤 俊輔 氏  
倉敷市幸町

岡山市固定資産評価審査委員会委員として税務行政の推進に尽力され市勢の発展に貢献



中原 一郎 氏  
北区清輝本町

清輝学区連合町内会会長などとして住民自治の向上に尽力され市勢の発展に貢献

## 善行表彰 8人・5団体 (氏名・住所・功績) ※順不同

善行表彰は、公共のために尽力され、市民の模範となる個人・団体に贈られます。



旭操セーフティーズ  
(会長 檜垣 義之 氏)  
中区倉益

旭操学区において地域防犯活動を行い安全安心なまちづくりに尽力



佐藤 章二 氏  
中区福泊

農業水利土木員として地域農業の振興に尽力



辻 清美 氏  
北区桑田町

民生委員・児童委員として地域住民の福祉の向上に尽力



可知っ子安全パトロール隊  
(隊長 那須 眞 氏)  
東区可知四丁目

可知学区において地域防犯活動を行い安全安心なまちづくりに尽力



樋詰 紘一 氏  
東区西大寺

農業水利土木員および水利監督員として地域農業の振興に尽力



粕山 公一 氏  
北区野田五丁目

保護司として地域社会の犯罪予防や更生保護に尽力



平田若葉会低学年安全見守り隊  
(代表 兼本 みどり 氏)  
北区平田

西学区において地域防犯活動を行い安全安心なまちづくりに尽力



杉本 功 氏  
東区沼

水利監督員として地域農業の振興に尽力



猪原 君子 氏  
南区泉田三丁目

保護司として地域社会の犯罪予防や更生保護に尽力



津倉地区安全パトロール隊  
(代表 中田 昭久 氏)  
北区津倉町一丁目

伊島学区において地域防犯活動を行い安全安心なまちづくりに尽力



野崎 実 氏  
中区旭東町二丁目

民生委員・児童委員として地域住民の福祉の向上に尽力



南輝学区「なみきクラブ」見守り隊  
(代表 後藤 悦子 氏)  
南区並木町二丁目

南輝学区において地域防犯活動を行い安全安心なまちづくりに尽力



松浦 利子 氏  
北区丸の内二丁目

民生委員・児童委員として地域住民の福祉の向上に尽力





# 熱中スポーツ



## 子どもたちに夢を! ファジアーノ岡山

☎086-948-5654

### U-18 サッカープレミアリーグ 2024 開催中

今シーズンから、ファジアーノ岡山U-18が高校生年代の最高峰リーグ戦「高円宮杯 JFA U-18 サッカープレミアリーグ 2024」に初参戦しています。

また今夏には、U-18所属の末宗寛士郎選手(倉敷市出身)と、千田遼選手(岡山市出身)がU-17日本代表に選出され、試合でも活躍しています。クラブとして育成活動を始めて10年以上経過し、保護者の皆さんや応援して下さるファン・サポーター、地域の皆さんにご支援いただいているおかげで着実に実力をつけています。

U-18プレミアリーグも残り試合わずかとなってきましたが、ホームゲームは残り3試合。若き選手たちの活躍にもご注目ください。



<U-18 サッカープレミアリーグ 2024 日程>

開催日	試合開始	対戦相手	会場
11月17日(日)	11:00	名古屋グランパスU-18	政田サッカー場(東区升田)
11月24日(日)	11:00	東福岡高校	政田サッカー場(東区升田)
12月8日(日)	13:00	サガン鳥栖U-18	神崎山公園競技場(東区神崎町)



## 夢に向かって心をついに! 岡山シーガルズ

☎086-230-5572

### 天皇杯・皇后杯中国ブロックラウンド(女子)

9月14日(土)・15日(日)に、鳥取市のヤマタスポーツパーク県民体育館で開催された中国ブロック予選で優勝し、本戦への出場権を獲得しました。



### 2024-25大同生命SV.LEAGUE WOMEN

9月19日(休)開幕記者会見で、SVリーグに向けた意気込みとユニフォームを披露しました。皆さん応援よろしくお祈りします!



開催日	試合開始	対戦相手	会場
11月23日(祝)	16:05	東レアローズ滋賀	ジップアリーナ岡山(北区いずみ町)
11月24日(日)	16:05		
12月7日(土)	13:05	ヴィクトリーナ姫路	笠岡総合体育館(笠岡市平成町)
12月8日(日)	13:05		

詳細は岡山シーガルズ公式HPをご確認ください。



## 卓球で岡山を世界一に 岡山リベッツ

☎086-239-8824

### 11月3日(祝)・4日(休)にイオンモール岡山でホーム戦開催



11月3日(祝)と4日(休)にイオンモール岡山1階未来スクエアにてホーム戦が行われます。

9月のホーム開幕戦では、1,500人を超えるお客様に会場いただきました。どの試合も手に汗握る内容で、会場が一体となり大変盛り上がりしました。

イオンモール岡山では、五輪選手2人を擁し上位の琉球アスティーダと対戦します。10月1日時点でリーグ3位と好位置につけており、プレーオフ進出のためには負けられない重要な試合です。ぜひ現地で声援をお願いします! コート外や、2階、3階からは観戦無料です。この機会に世界レベルの卓球の試合を体感しに、ぜひお気軽にイオンモール岡山にお越しください。

<ホーム戦日程>

開催日	対戦相手	会場
11月3日(祝)	琉球アスティーダ	イオンモール岡山(北区下石井一丁目)
11月4日(休)	金沢ポート	
11月23日(祝)	T.T彩たま	笠岡総合体育館(笠岡市平成町)
11月24日(日)	金沢ポート	



## バスケットで岡山を熱くする! トライフープ岡山

☎086-230-3886

### 2024-2025シーズンが開幕!

開幕節が終了し、本格的にシーズンが始まりました。11月に笠岡総合体育館と津山総合体育館で試合が開催されます。会場でのご声援、よろしくお祈りします!

### トライフープ岡山所属選手を紹介します



背番号 5 PF アレックス・マーフィー

- プロフィール
- ①1993年6月3日
  - ②アメリカ合衆国
  - ③206cm/104kg
  - ④ファンの皆さんにお会いできるのを楽しみにしています!

①生年月日 ②出身地 ③身長/体重 ④一言



背番号 18 SF 岡田 陸人 (おかだ りくと)

- プロフィール
- ①1993年5月7日
  - ②岡山県倉敷市
  - ③175cm/75kg
  - ④今シーズンも頑張ります!

開催日	試合開始	対戦相手	会場
11月3日(祝)	16:25	金沢武士団	笠岡総合体育館(笠岡市平成町)
11月4日(休)	13:05		
11月23日(祝)	14:05	アースフレンズ東京	津山総合体育館(津山市山北)
11月24日(日)	13:05		

試合やチケットの情報は随時公式HPで発表しますので、ぜひチェックしてください!

東区役所公式 Instagram ▶ @okayama\_city\_higashi\_ward



## 子どもたちの「外あそび」を支援！！

東区役所では、地域ぐるみで子どもを育み、にぎわいを作り出すために、今年度初めて子どもの「外遊び」を支援するイベント「あそびひろばin東区」を開催します。このイベントに参加する団体の1つ、「あそび屋。おせと」の代表 枝廣真祐子さんへインタビューしました。

### 「あそび屋。おせと」とはどういう団体ですか？

子どもたちが自然の中で、木の実・端材・竹・ビニール袋などを用いて作品作りをしたり、思いっきり体を動かしたりするといった「外あそび」を支援しているボランティア団体です。

### 活動の中で工夫している点は？

子どもたちの「やりたい気持ち」を大切にしながら思いっきり遊べる場を提供するよう努めています。

また、子ども同士の交流だけでなく地域の大人たちと自然にふれあえるように工夫しています。

### 活動の目標を教えてください。

活動を通して「楽しい！」と感じた子どもたちが、自発的に「外あそび」をするきっかけになればと思っています。

### イベントに参加する意気込みを教えてください。

子どもたちに自由な発想でのびのびと遊んでほしいのはもちろん、保護者の皆さんに、「外あそび」を楽しむ子どもたちの生き生きとした表情を見てもらえる機会になればと思っています。

また、年齢も立場も問わず、その場にいるみんなが楽しめる時間になるよう頑張りたいと思います。



グループの中心メンバー  
(左から)松原さん 横山さん 枝廣さん

### えだひろ まゆこ 枝廣 真祐子さん

「あそび屋。おせと」代表。平成29年11月に結成。瀬戸地区を中心に活動しながら各種イベントに参加し、子どもたちの主体性を尊重した「あそびの場」を提供している。

やってみたい！がかなう場所

## あそびひろばin東区

日時 11月24日(日)

10時～15時 (雨天決行)

会場 西大寺緑花公園・百花プラザ  
(東区西大寺南一丁目)

内容 ♪ プレーパーク

手作りの道具や自然を使った遊び  
季節を感じる遊びなど

♪ モルック体験

♪ 木のジャングルジム

うらじゃの演舞や  
地元高校生による物販、  
フードコーナーや  
ミニパンマルシェも  
あるよ！



「外あそび」を中心に、  
子どもの「やってみたい！」  
を実現できるイベントです



詳細はHPから



※写真はイメージです。実施内容は異なります。

◆問い合わせ先 東区役所総務・地域振興課 ☎086-944-5038

南区役所公式 Instagram ▶ @okayama.city.minami.ward



# 南区の魅力発掘イベント「DIG in MINAMI-KU 2024 ～実り区のグルメ&カルチャー～」を開催します！

南区役所が昨年から開催している南区の魅力を存分に満喫できるグルメ&カルチャーイベントです。

南区にある店舗や学校・地域団体の活動を知ってもらい、地域の魅力を広く発信します！



日時 **11月23日(祝)**  
10時～15時 (雨天決行)  
会場 南区役所駐車場 (南区浦安南町)



詳細はHPから



## イベントの楽しみ方

### 食べる

- 南区の人気店による出店
- 話題のキッチンカーの出店
- おいしいグルメを堪能しよう！

### 見る

- 浦安小学校金管バンドなどによるステージ発表
- 空飛ぶクルマの展示
- はたらく車の展示 (消防車、パトカーなど)

### 体験する

- 興陽高校によるハーバリウム体験
- 岡山芳泉高校による科学実験体験
- 公園協会によるミニ寄せ植え体験
- 南消防署による消防体験

## 見どころは？

南区内の学校による演奏やダンス、地域団体による和太鼓など盛りだくさんなステージをぜひご覧ください！ステージのタイムスケジュールは、HPで確認できます。

## 誰でも参加できるの？

どなたでもご来場いただけます。入場無料。食べて・見て・体験して、子どもから大人まで楽しめる内容となっていますので、お気軽にお越しください！



▲ 昨年の様子

当日出店する飲食店などの情報は、南区役所のInstagramで随時紹介しますので、お楽しみに！また荒天などで中止する場合もInstagramでお知らせします。

◆ 問い合わせ先  
南区役所総務・地域振興課  
☎086-902-3502



## 宇喜多氏とは？～瀬戸内海流通との関係～

### 宇喜多氏のルーツ

宇喜多直家という人物をご存じでしょうか。享禄2年(1529年)、砥石城(現在の瀬戸内市)に生まれ、幼少期に祖父と父を失い、流浪の境遇から身を立てて裸一貫から備前・美作一帯を治めた戦国大名です。岡山平野に目をつけ、岡山の地に城を築き、城下町の形成にも尽力しました。今回は、直家の生まれた宇喜多氏のルーツについて見ていきましょう。

宇喜多氏の起源に関する史料として、直家の祖父能家の肖像画とその解説文があります。この肖像画は大永4年(1542年)、今から480年ほど前に描かれたものです。解説文によると、宇喜多氏は備前児島に漂着した百済の王子の子孫で、本来は三宅姓であったことが書かれています。



▲宇喜多能家像  
(岡山県立博物館所蔵)

### 宇喜多氏と瀬戸内海流通

三宅氏にはいくつかの系統がありますが、そのうち備前国連島の三宅氏について説明してみましょう。現在の連島(倉敷市水島地域西北部)は丘陵地ですが、江戸時代以前

は瀬戸内海に浮かぶ島でした。三宅氏は連島を拠点とする水軍でした。水軍とは、生活物資や特産品の流通を担う海運業者のことです。ときには、海賊行為も行っていました。興味深いことに、三宅氏には、薩摩国(現在の鹿児島)まで出かけ、九州の有力御家人であった島津氏と交戦した記録が残っています。この戦いは、琉球との交易をめぐる対立したことが原因と考えられています。

宇喜多氏は、水軍として名をはせていた三宅氏を起源とすることで、備前の水軍であることを主張したのではないのでしょうか。直家は吉井川の河口付近にある乙子城を手に入れたことで、吉井川流域の物流関係に大きな影響を与え、それが戦国大名へ急成長できた背景のひとつであったと考えられます。直家は、最初から経済の重要性を理解していたのです。天下人の織田信長や豊臣秀吉と共通する視点を持っていたといえます。



▲吉井川と乙子城跡(写真中央の丘陵)

## 消費生活豆知識

### お店で買ったものは、クーリング・オフできません！

#### 【事例】

店舗で一目見て気に入った洋服があったので購入した。家に帰ってから実際に着てみると、似合っていないように思えた。しかも高額で、必要なかったと後悔した。まだ値札をつけたままなので、翌日店舗にクーリング・オフで返品したいと伝えると、対応できないと言われた。

#### 【アドバイス】

店舗での購入に、クーリング・オフは適用されません。店舗によってはレシートを持参すれば、返品に応じる場合もありますが、これはあくまでも店舗のサービスで、店舗側に法的な責任はありません。テレビショッピングやネット通販などで購入した場合も同様です。クーリング・オフは、訪問販売や電話勧誘販売などの不意打ち的な勧誘で商品やサービスを契約した場合、後で冷静になって契約をやめたいと思った時に、一定期間内であれば無条件で契約を解除できる制度です。店舗で購入する時は、サイズや表示内容、質感など確認してから購入するようにしましょう。

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



HP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  
「岡山市のLGBTQ支援」  
11月9日(土)21時54分～、  
(再) 11月14日(木)15時40分～、11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  
「中小企業のデジタル化を応援します」  
11月16日(土)20時54分～、(再) 11月17日(日)15時55分～、  
11月18日(月)9時30分～、11月19日(火)25時～
- 山陽放送 (RSK) 桃太郎の岡山Cityかわら版  
「まちづくりアンバサダーによる北区の魅力発信」  
11月16日(土)18時50分～、11月18日(月)ライブ5時 いまドキッ！内、  
(再) 11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
- おかやまESDなび  
毎日7時50分～、12時20分～、

### ラジオ

- RSK山陽放送ラジオ AM1494kHz  
わかるかわる岡山市  
11月5日・12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18時45分～  
岡山市長の大盛ラジオ 11月14日(木)8時20分～

食べる順番でもっと健康に

**ベジ・ファーストOKAYAMAプロジェクト**



岡保健所健康づくり課 ☎086-803-1263

ベジ・ファーストとは、食事のときに野菜から食べることです。市では、生活習慣病を予防するために、ベジ・ファースト(野菜から食べよう)をスローガンに、自然に野菜摂取が増える環境づくりプロジェクトを進めています。

野菜から食べる「ベジ・ファースト」を  
するとこんないいことが!

- 満腹感が得られ、食べ過ぎを抑えられる
- 食後の血糖値の上昇を緩やかにし、血管を守る
- 野菜から食べる習慣が身につくと、自然に食事全体のバランスが整う

ベジ・ファーストOKAYAMAプロジェクトの協力店舗を登録しています。食事や買い物の際にお店やメニューを上手に選びましょう!



このロゴが目印! 専用HPはこちら▶  
※協力店も掲載しています。



ベジ・ファーストOKAYAMAの協力店に  
なりませんか?

協力店舗には啓発用品(のぼり、ポスター、チラシなど)をお渡しします。また専用HPで店舗を紹介します。

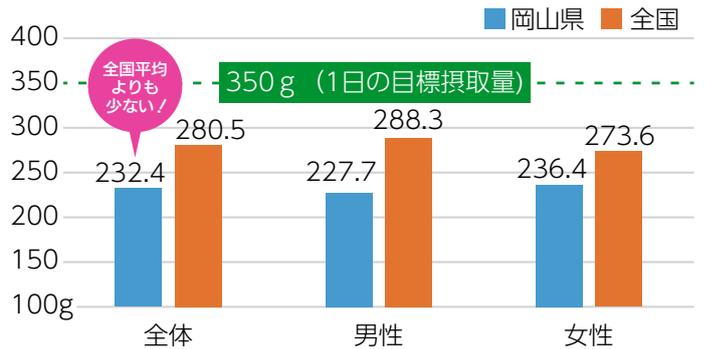
協力店の取り組み内容

- 野菜販売に積極的に取り組む
- 野菜たっぷりメニューの提供 など



協力店の応募フォームはこちら▶

野菜摂取量の平均値(20歳以上)



自分の野菜摂取量が足りているか、  
手のひらをかざしてチェックしてみませんか?

手のひらをセンサーにかざして、推定野菜摂取量を確認できる測定会を実施しています。

直近の測定会の日時

イベント名	場所	日程
推定野菜摂取量測定会	市保健福祉会館 2階健康づくり課前	11月11日(月) 12月10日(火) 10時~16時
	市役所1階市民ホール	12月2日(月) 10時~15時
GGデー健康チェック	イオンモール岡山 1階西C入口付近 (北区下石井一丁目)	11月15日(金) 12月15日(日) 13時~15時

※その他、各地域の健康づくりイベントなどで実施しています。

紙面交流  
(早島町)

**早島IGUSA花ござピンポンチャンピオン大会**

岡早島町生涯学習課 ☎086-482-1511

早島町の伝統工芸品であるイ草で織られた花ござを表面に使用したラケットで行う卓球競技です。ラバー代わりに花ござの凹凸が勝敗を決めるため、技術だけに左右されず、誰もが楽しめるスポーツです。熱戦をぜひ生で体感してみてください。

**日程** 12月7日(土)9時~ **場所** 早島中学校体育館(都窪郡早島町早島)



▲花ござラケット



▲大会の様子

子ども虐待防止のオレンジリボン

# 11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」期間です



☎こども福祉課 ☎086-803-1223

子どもへの虐待防止を願って全国各地で「オレンジリボンキャンペーン」が行われ、市でも街頭キャンペーンや岡山城をオレンジ色にライトアップするなど、地域や企業と連携してさまざまな啓発活動を行っています。地域においても、啓発グッズの製作や着用を通じたオレンジリボンの普及啓発にご協力をお願いします。



## 子ども虐待防止のためにできること

こどもや子育て家庭に関心を持ち、地域での子育てに協力してください。



子育てには思い通りにいかないこともあります。1人で抱え込まず相談しましょう。

あなたの周りで心配な家庭の様子に気付いたら、ためらわず相談機関に連絡してください。

## 【子ども虐待相談窓口】

地域こども相談センター	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
こども総合相談所（児童相談所）		☎086-803-2525

## オレンジリボン展・チャリティーバザー

**日程** 11月15日(金) **場所** 市役所1階市民ホール

**内容** オレンジリボンポスターコンテスト優秀作品や啓発パネル展示、チャリティーバザー（11時～）、野菜やオレンジリボン啓発グッズの販売など ※売り上げは子ども虐待防止啓発活動に使われます。



## 「誰か」のことじゃない。～身近な人権の問題に思いをよせて～

# 12月4日～10日は人権週間です

☎人権推進課 ☎086-803-1070

自分にはあまり関係ないと考えがちな人権問題…。でももしかしたら、普段の生活の中で気づかないうちに人を傷つけていることがあるかもしれません。考え方や行動に気を付け、誰もが暮らしやすいまちを共に築いていきましょう。



## 【えせ同和行為に注意】

「えせ同和行為」とは、同和問題の解決を口実に、不当な寄付を募ったり、電話などで高額な凶書の購入を迫ったりする行為で、個人が狙われるケースもあります。いらないものは「いらない」と断りましょう。「えせ同和行為」が疑われる場合は、同課までご相談ください。

## 【人権啓発ポスター・標語展】

**日程** ①11月26日(火)～28日(木)8時15分～17時15分  
(28日(木)は16時30分まで)  
②12月4日(水)～10日(火)

**場所** ①市役所1階市民ホール  
②岡山ふれあいセンター（中区桑野）

**内容** 優秀作品などの展示

## 第26回人権フェスティバル岡山

### 自分らしさを大切に～個性を描こう！未来に向けて～

**日程** 12月1日(日)10時～15時

**場所** 岡山ドーム（北区北長瀬表町一丁目）

- 内容**
- ◆ぺこぼと遊ぼう
  - ◆ラブリーコンサート そうま君とあいお姉さん
  - ◆似顔絵☆エンタメSTAGE!! 桜小路富士丸
  - ◆消防士体験、パラスポーツ体験 他



▲ぺこぼ



▲(左)あいお姉さん、(右)そうま君



▲桜小路富士丸

# 11月は 過労死等防止啓発月間

☎創業支援・雇用推進課 ☎086-803-1315

過労死とその防止に対する理解を深め、「過労死ゼロ」の社会を実現しましょう。

## 【労働に関する相談窓口】

◆岡山労働局総合労働相談コーナー

☎086-225-2017（月～金曜9時30分～17時）

◆労働条件相談ほっとライン（電話相談）

☎0120-811-610（月～金曜17時～22時／土・日曜、祝日9時～21時※12月29日～1月3日を除く）

## 過労死等防止対策推進シンポジウム

☎申(株)プロセスユニーク

☎0570-080-082 ☎052-915-1523

有識者による講演のほか、過労死のご遺族がお話します。

**日程** 11月19日(火)14時～16時30分

**場所** イオンモール岡山5階おかやま未来ホール（北区下石井一丁目）

**対象** 市民、事業主、企業の人事労務担当責任者など

**申込** ☎または参加申込書を☎で



# 12月2日から現行の 保険証は発行されません



☎（国民健康保険）国保年金課 ☎086-803-1134

☎（後期高齢者医療制度）医療助成課 ☎086-803-1217

12月2日以降、現行の健康保険証の新規発行が終了します。また、マイナ保険証（保険証として利用登録されたマイナンバーカード）の提示が原則となります。

**Q** マイナンバーカードの健康保険証登録方法は？

**A** 医療機関・薬局設置のカードリーダー、セブン銀行ATM、マイナポータルから登録できます。

**Q** マイナ保険証を持っていない場合の受診方法は？

**A** 現在お持ちの保険証は、記載されている有効期限まで使用できます。12月2日以降に有効期限が切れる場合や、新たに国保などへ加入する人へ「資格確認書」を交付します（有効期限1年で毎年8月更新）。提示することで今までと同様に医療機関で受診できます。

※後期高齢者医療制度に加入している人へは、マイナ保険証の保有状況にかかわらず「資格確認書」を交付します。



その他の詳しい情報はQRコードをご確認ください。



国保



後期高齢



## 岡山市長 大森雅夫の 大盛コラム

～躍動するまち おかやまの「今」をお届けします～



### 第2回 「通過点」から「目的地」へ～人と物が集まるまちづくり～

広域交通の利便性を生かし、企業誘致の推進と人の集まる拠点づくりで暮らしを豊かに

味覚の秋ですね。私は栗が好きで、毎年栗おこわやマロンパイを楽しみにしています。

ところで皆さん、岡山市のいいところには何があると思いますか。私は、温暖な気候やおいしいフルーツとともに、広域交通の利便性があると思います。

ただ、私は市長就任前に岡山市が通過点になっていると聞いて、なんとかしなければと思っていました。人口減少の時代になり、これからは単に人口増を目指すだけでなく、広域交通の利便性というポテンシャルを生かして、企業立地や交流人口を増やしていかなければなりません。

そのため、企業の誘致を推進し、令和5年度には広域交通の利便性を重視する物流企業を中心に、市内に294億円もの投資を呼び込みました。多くの企業が集まることで、経済が活性化し、新たな雇用が生まれました。

また、昨年オープンした岡山芸術創造劇場ハレノワでは、市民の皆様にオペラやミュージカルなどを楽しんでいただいています。一方、あるロックのイベントでは、来場者の約6割が県外からお越しの方でした。多くのお客様に訪れていただくことで、まちに大きな活気が生まれ

ます。岡山に特別な目的を持って訪れる人を増やすことが、私たちの目指す方向性です。

現在、岡山市では、プロスポーツイベントや大規模コンサート、展示会などができる、これまで岡山にはなかったアリーナの整備を計画しています。市民の皆様楽しんでいただくのはもちろんのこと、岡山を訪れる人を増やすことで、経済やまちの活力をアップさせ、岡山の子どもたちが誇りに思える、そんな岡山市にしていきたいと思っています。

これからも、より力強く、活気あるまちづくりを進めてまいります。



新しいアリーナのイメージ

# 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 ④電子メール ①郵送・はがき ②往復はがき ③ホームページ  
 ⑤窓⑥QRコード

## イベント

### 備前岡山ええじゃないか2024大誓文払い

④産業振興課 ☎086-803-1323

お買い得品満載なワゴンセールをはじめ、食・音楽・芸術・パフォーマンス・ワークショップなどの家族全員で楽しめるイベントを開催します。



④11月2日(土)～4日(休)

場表町・岡山駅前・奉還町商店街、商店会連合会加盟大型商業施設



### 「さくらとあさひの建部推し旅」開催中！

④たけべ八幡温泉 ☎086-722-2500

建部町出身のイラストレーター神吉李花<sup>かみよしりか</sup>さんによる同温泉オリジナルキャラクターのイラスト展と、ミニキャラの重ね捺しスタンプラリーを開催中です。スタンプラリーを完成させアンケートを回答した人に、抽選で建部町の特産品をプレゼント！詳細はHPをご確認ください。



④11月24日(日)まで

場たけべ八幡温泉（建部町建部上）周辺

他毎週火曜はスタンプラリーを実施しません。



八幡さくら



八幡あさひ

## 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  
各区役所へおつなぎします。

### 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

### 緑の遊び場プロジェクト「下石井公園で遊ぼう」

④庭園都市推進課 ☎086-803-1395

秋の下石井公園で、自然と触れ合いながら思いっきり遊ぼう！

④11月9日(土)10時～15時（荒天中止）

場下石井公園（北区幸町）

内木工工作、ベーゴマ、牛乳パックカーレース、ビー玉転がし、大型ボードゲームほか

### 中央卸売市場「おかやま市場フェス」

④市場事業部 ☎086-265-8001

旬の食材の販売や、市場ならではのイベントを開催します。お買い物や飲食、さまざまなステージイベントをお楽しみください。



④11月17日(日)10時～14時

場中央卸売市場・市場ふくふく通り他（南区市場一丁目）

内マグロ解体ショー、カレーミルクスープの無料試食、青森県弘前市からアップルパイ・りんごジュースなどの販売、果物・魚・花が当たる抽選会ほか 他臨時駐車場あり



## Okayama 福祉・介護フェス 2024

④県福祉人材センター ☎086-226-3507

福祉・介護の仕事を楽しみながら知ってみませんか？

④11月17日(日)11時～16時

場岡山駅エキチカひろば  
（北区駅元町）

内車いすやニュースポーツ体験、ミニコンサート、ラジオ公開収録、川柳の表彰式、就職・資格取得相談、ファジャーノ岡山マスコットキャラクター「ファジ丸」と記念撮影など



### 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	712,615人	-597
男性	342,607人	-282
女性	370,008人	-315

(令和6年9月1日現在)

### 岡山市内交通事故状況（概数）

区分	件数	対前年同期比
人身事故	1,643件	41
死者数	12人	2
負傷者数	1,828人	27

(令和6年9月30日現在)

記号説明

④日程

時時間

場場所

内内容

講講師

対対象

定定員

¥費用など

持持参品

申申込

他その他

他その他

他その他

他その他



## 新春子ども会かるたとり大会 参加者・参加チーム募集

問 申 市子ども会育成連絡協議会  
☎086-232-3422 ㊟086-803-1718  
✉okayama-kodomokai@carol.ocn.ne.jp  
📅令和7年1月13日(例)10時～  
場 岡山ふれあいセンター (中区桑野)  
内 小学校高学年の部 (チーム戦) / 小学4～6年生3人1チーム、幼児・小学校低学年の部 (個人戦) / 3歳～小学3年生  
申 ㊟・📧で11月29日までに 他 オリジナルかるた使用

## クリスマスクッキング教室 ～一緒に作って食べて、素敵な出会いを♡～ 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  
クリスマスを目の前に控え、楽しい料理作りを通して素敵な出会いを見つけませんか？  
📅12月8日(日)10時～15時  
場 岡山ふれあいセンター (中区桑野)  
対 市内在住または在勤で、主に20歳～30歳代の独身社会人  
定 男女各18人 (応募者多数の場合は抽選。直近2年間、同事業に参加歴のない人を優先) ¥3,000円 (食材・保険代含む)  
申 住所、氏名、電話番号、生年月日などを📧・㊟・📞で11月20日までに



## 秋の岡山さつき展

問 農林水産課 ☎086-803-1346  
さつき盆栽の展示・さつき苗木の販売のほか、さつき盆栽の相談コーナーを設けます。  
📅12月3日(火)10時～17時・4日(水)9時～15時  
場 市役所1階市民ホール



## 福祉・健康

### 第60回岡山県自閉症協会セミナー

問 申 県自閉症協会  
☎086-801-4010 ㊟086-801-4030  
📅11月17日(日)9時45分～12時15分  
場 おかやま西川原プラザ (中区西川原)  
内 セミナー「自閉スペクトラム症(ASD)を持つ中学・高校生の支援と進路選択」  
¥一般1,500円、会員500円 定 168人  
申 ㊟・📧・📞で11月14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。



Green  
management

あなたと街の共存共栄を  
サポートする不動産  
グリーンマネジメント株式会社  
岡山市北区天瀬南町7-1  
TEL.086-230-1382  
岡山県知事免許(02)第005749号

## ひとり親家庭の就労支援制度の 所得要件が変わりました

問 こども福祉課 ☎086-803-1221

就労に役立つ資格取得を応援する制度の利用対象が広がりました。詳細は管轄の福祉事務所の母子・父子自立支援員までご相談いただくか、HPをご確認ください。

申 管轄の福祉事務所窓口で (要事前相談)

### ◆母子及び父子家庭高等職業訓練促進給付金の改正

資格取得で養成機関へ通う間の生活を支援する給付金制度です。所得要件が緩和され、児童扶養手当受給相当の所得水準を超えた場合でも1年は対象となります。



### ◆母子及び父子家庭自立支援教育訓練給付金の改正

就労に必要な資格や技能を取得するため、指定された教育訓練講座を受講した場合、修了後に受講料の一部を支給する制度です。対象者の所得要件は撤廃されました。



### ◆ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援給付金の改正

高等学校卒業程度認定試験の対策講座の受講費用の一部を支給する制度です。対象者の所得要件は撤廃されました。



## 岡山市在宅医療・介護 市民公開講座

問 申 (株)オフィスダン ㊟086-201-3001

自分らしい最期を迎えられるよう在宅医療や介護・人生会議について考えてみませんか。詳細はHPをご確認ください。



### ①東区会場

📅11月30日(土)15時～17時

場 瀬戸公民館 (東区瀬戸町瀬戸)

講 栗井一哉さん (栗井内科医院)、間阪拓郎さん (間阪内科)、岩藤知義さん (岩藤胃腸科外科歯科クリニック) ほか

定 先着150人

### ②南区西会場

📅12月5日(木)14時～16時

場 ウェルポートなださき (南区片岡)

講 橋本健二さん (岡山光南病院)、川邊遥さん・松井清美さん (こうなん訪問看護ステーション) 定 先着100人

### ③北区中央会場

📅12月15日(日)14時～16時

場 市民病院 (北区北長瀬表町三丁目)

講 小林豊さん (のぞみクリニック院長) 定 先着100人

申 住所、氏名、電話番号を📧・㊟で①11月22日②11月28日③12月6日までに

他 第24回岡山市民と医師会の集いと同時開催

## 日本赤十字社との「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 FAX086-245-4711

日11月21日(木)13時30分～15時30分

場同センター（北区北長瀬表町二丁目）

内日本赤十字社岡山県支部による講話「平時の備えや身近なものを使った応急手当を学ぶ」、同センター職員の講話「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☎・FAX・HPで11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



## 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①11月28日(木)14時～15時30分/御津老人

福祉センター（北区御津宇垣）②12月20日(金)14時～15時30分/岡山ふれあいセンター（中区桑野）

申①②とも会場受講は市ふれあい公社へ ☎(086-274-5136)

または 函(sapokuma@mx.okayama-fureai.or.jp)で前日までに。②のオンライン受講はHPで11月30日までに（詳細はHP参照）



## 市民公開講座「肺がんについて」

問市立市民病院医事課 ☎086-737-3000

日11月23日(木)10時～11時30分

場同院（北区北長瀬表町三丁目）

内肺がんについて、医療用ウィッグ選びのポイント、フレイル予防体操

講呼吸器内科医師 定先着100人

申氏名・住所・電話番号を☎で11月21日までに

他駐車場あり（無料処理可）



## 発達障害の理解と支援のための市民講座

問申発達障害者支援センターひか☆りんく

☎086-236-0051 FAX086-236-0052

日12月21日(土)13時30分～16時

場山陽新聞社さん太ホール（北区柳町二丁目）

テーマ多様な家族を支えるために

内講演「アーティスト石村嘉成のキセキ～発達障がいのが子と歩んで～」、実践報告、トークセッション

講石村和徳さん、杉安真矢さん（児童発達支援センターみどり学園園長）、壺内昌子さん（発達障害者支援センター医療専門監）

対市内在住の人 定先着270人

申住所、氏名、電話番号、ファクス番号を☎・FAXで11月11日～12月11日の間に



## 税・保険・年金

### 所得税の年調減税事務に関する説明会 （源泉徴収義務者向け）

問岡山東税務署 ☎086-225-3141

岡山西税務署 ☎086-254-3411

西大寺税務署 ☎086-942-3815

瀬戸税務署 ☎086-952-1155



源泉徴収義務者に向けて、所得税の年調減税事務に関する説明会を開催します。

場所	日時	定員
岡山東税務署	11月20日(水)・26日(火)の各日 10時～11時、14時～15時	各回60人
岡山西税務署	11月20日(水)・21日(木)の各日 11時～12時、14時～15時	各回40人
西大寺税務署	11月7日(水)・26日(火)の各日 10時～11時	各回25人
瀬戸税務署	11月12日(火)・20日(水)の各日 10時～11時	各回25人

場各税務署会議室

申☎で事前に（定員に達し次第受け付け終了）

### 70歳以上の外来療養分の 年間高額療養費（令和5年度分）

申各区役所市民保険年金課・支所・地域センター・福祉事務所  
基準日（令和6年7月31日）時点の所得区分が、一般（後期高齢者医療制度の場合は一般Ⅰ・Ⅱ）または低所得者Ⅰ・Ⅱに該当し、計算期間（令和5年8月1日～令和6年7月31日）内で一般（後期高齢者医療制度の場合は一般Ⅰ・Ⅱ）または低所得者Ⅰ・Ⅱであった月の外来療養の自己負担額の合計が144,000円を超えた場合、超えた金額を申請により支給します。

#### ◆国民健康保険加入者

問各区役所市民保険年金課

支給対象者へは、12月中にお知らせと申請書を送る予定です。郵送での手続きも可能。

#### ◆後期高齢者医療加入者

問医療助成課 ☎086-803-1217

支給対象者で新たに口座登録が必要な人には、12月中にお知らせと申請書を送る予定です。郵送での手続きも可能（すでに高額療養費の口座登録をしている人は申請不要）。

### 社会保険料（国民年金保険料）控除証明書 ～年末調整・確定申告まで大切に保管を～

問ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004(050で始まる電話でかける場合は☎03-6630-2525)

年末調整や申告の際に社会保険料控除を受けるには、日本年金機構から送付される「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」（または領収証書）の添付が必要です。

#### 控除証明書の送付時期

国民年金保険料を①1月1日～9月30日に納付した人▶10月下旬から11月上旬にかけて順次②10月1日～12月31日に初めて納付した人▶令和7年2月上旬



## 一般競争入札による市有地売払いのご案内

問①～⑦財産活用マネジメント推進課 ☎086-803-1150

問⑧～⑩水道局管財課 ☎086-234-5916

詳細は、実施要項（各課で配布。HPからも入手可）をご確認ください。

資料配布・入札参加受付期間 11月22日(金)17時15分まで

他現地説明会は30分の予定。都合により入札を取りやめる場合があります。なお、原則駐車場はありません。

No	土地の所在	地目	(実測)面積	最低売却価格	用途地域	現地説明会
①	中区乙多見 334番2	宅地 (建物付)	土地 1,148.09㎡ 建物 525.99㎡	14,100,000円	第一種 住居地域	11月5日(火) 9時30分～
②	中区神下 447番4	雑種地	664.04㎡	19,600,000円	準工業地域	11月5日(火) 11時～
③	北区津島新野 二丁目 1000番3	宅地	1,002.73㎡	135,490,000円	第一種中高層 住宅専用地域 南側の一部は 近隣商業地域	11月5日(火) 13時30分～
④	北区御津新庄 3070番1	雑種地	1,009.53㎡	4,580,000円	都市計画 区域外	11月5日(火) 15時30分～
⑤	東区金岡東町 一丁目1760番2	宅地 (建物付)	土地 1,662.62㎡ 建物 658.85㎡	9,700,000円	第一種 住居地域	11月6日(水) 10時30分～
⑥	北区岩井二丁目 1077番10 外2筆	宅地 公衆用 道路	157.23㎡	3,200,000円	第一種 住居地域	11月6日(水) 14時～
⑦	中区四御神 1番102 外1筆	宅地	707.49㎡	11,300,000円	第一種 低層住居 専用地域	11月6日(水) 15時30分～
⑧	北区御津草生 1813番2	雑種地	298.77㎡	673,726円	都市計画 区域外	11月7日(木) 10時～
⑨	北区中牧 575番2	宅地	353.37㎡	687,658円	市街化 調整区域	11月7日(木) 14時～
⑩	中区今在家 458番1	水道 用地	382.68㎡	19,526,000円	第二種 中高層住宅 専用地域	11月7日(木) 11時30分～

## 【注意喚起】北区御津地域の三谷川周辺 で有機フッ素化合物が検出されました

問環境保全課 ☎086-803-1281

三谷川周辺で有機フッ素化合物の一種であるPFOSとPFOAの水質調査を行ったところ、国が定める値の超過が確認されました。周辺で井戸水を飲用している場合は利用を控え、同課までご連絡ください。なお、水道局の各水源および旭川本流には影響がなく、水道水はこれまで通り安心して利用できます。

引き続き水質調査などを進めていきます。詳細はHPをご確認ください。



## 証明書自動交付機廃止のお知らせ

問区政推進課 ☎086-803-1033

市内10カ所に設置している証明書自動交付機は、11月29日(金)に廃止します。今後は、より便利でお得なマイナンバーカードを利用した証明書コンビニ交付サービスをご利用ください。なお、印鑑登録証カードは、今後も窓口での印鑑登録証明書交付の際に必要となりますので、大切に保管してください。



## 都市計画原案の縦覧・公聴会

問都市計画課 ☎086-803-1371

FAX 086-803-1741

都市計画を変更するため、都市計画原案の縦覧と公聴会を開催します。



### ◆都市計画原案の内容（種類／名称）

岡山県南広域都市計画公園の変更（岡山市決定）／8・5・岡5烏城公園

### ◆都市計画原案の縦覧

問11月6日(水)～19日(火)の各日 8時30分～17時15分（土・日曜、祝日を除く） 場同課 他HPから概要確認可

### ◆公聴会

公聴会に出席して意見を述べたい人（公述人）は、公述申立書を縦覧期間中に提出してください。公述人以外でも縦覧期間中に意見書を提出できます。提出方法などの詳細は、お問い合わせいただくか、HPをご確認ください。

問12月9日(月)14時～ 場市役所7階大会議室

※公述申立書が多数の場合公述人を選定することがあります。

※公述申立書と意見書が提出されなかった場合は公聴会を中止します。中止の際は、公告・HPでお知らせします。

※傍聴希望者は、当日開催15分前までに要受け付け。

## Cleanup & Coffee Club（11月）

問庭園都市推進課 ☎086-803-1393

ゴミ拾いでまちをきれいにした後、コーヒー（無料）を飲みながらおしゃべりを楽しむ企画です。初めて会う人たちと気軽にお話して、友達の輪を広げませんか。途中退出もできます。

問11月16日(土)9時～10時30分（小雨決行）

場下石井公園（北区幸町）

持マイカップ、軍手



(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。

子どもと関わるのが好き！

子育ての経験、何か活かせないかな…

地域の子どものために力になりたい！

# 岡山市立放課後児童クラブ

## スタッフ大募集

**求人概要**

- 時給: 1,040円～1,200円
- ※資格の有無により時給単価が異なります
- 2～5日/週 勤務
- 3～6時間/日 勤務(応相談)
- 通勤手当支給あり ※～1,000円/日

私たちは、仕事などで保護者が不在になる家庭の小学生に対して、基本的な生活習慣や遊び、友達とのコミュニケーション等を通して育成支援をしています。

地域の子どものために一緒に働きませんか？

お気軽に  
お問合せください

公益財団法人 岡山市ふれあい公社 子ども支援課

〒702-8002 岡山市中区桑野715番地2

**086-274-5161**

HPは  
こちらから

## ご当地WAONで子育て支援を

問 地域子育て支援課 ☎086-803-1224

ご当地WAON「桃太郎のまち岡山WAON」カードでお買い物をする時、利用額の0.1%が子育て支援として市に寄附されます。寄附されたお金は、赤ちゃんに渡す絵本購入費の一部として活用されています。ご支援をお待ちしています。

販売場所 イオン、マックスバリュ、ザ・ビッグ、マルナカの方各店舗ほか ¥300円



## 文化・国際交流

### エキチカartbox「アーティスト応援プログラム 冬」展示作品募集

問 岡山文化芸術創造 ☎086-201-8000

☎086-201-8004 ✉art\_fes@ocac.jp

〒700-0822 北区表町三丁目11-50



県内で美術分野を学ぶ学生や創作活動を行っているアーティストの皆さんの作品を募集します。

展示期間 令和7年1月13日(祝)～3月23日(日) (2週間ごと入れ替え)

場 岡山駅地下通路広場ショーケース内 (マイナンバーカード駅地下臨時交付センター隣)

申 申込用紙に必要事項を記入の上、☎・☎・☎で各展示期間の15日前までに 他先着順

### 日本文化体験交流会「箏を楽しもう！」

問 友好交流サロン ☎086-234-5882

✉kokusaika\_salon@city.okayama.lg.jp

日本の伝統楽器「箏」の演奏と日本舞踊を鑑賞した後、実際に箏を弾いてみましょう。

日 11月24日(日)14時～15時30分

場 友好交流サロン (北区幸町)

対 市内在住・在勤の外国人市民/先着15人、国際交流に関心のある日本人/先着5人

申 氏名、電話番号、メールアドレスを☎・☎で11月17日までに



## 「やさしい日本語」講座

問 国際課 ☎086-803-1112

外国人や子どもに、分かりやすい日本語で情報を伝えることの大切さや方法を学びます。詳細はHPをご確認ください。



日 11月15日(金)10時～11時30分

場 市役所7階大会議室

定 先着60人 申 氏名、住所、電話番号を☎で11月8日までに

## 市民協働

### 市民協働フォーラム

問 申 ESD・市民協働推進センター

☎086-803-1062 ☎086-803-1872

✉esd-smc@googlegroups.com

日 12月14日(土)13時30分～16時30分

場 能楽堂ホールtenjin9 (北区天神町)

内 おかやま協働のまちづくり表彰、市民協働に関する講演、トークセッションなど 対 市内在住の人 定 先着100人

申 住所、氏名、連絡先を☎・☎・☎・☎・☎で10月25日～11月29日の間に



## 安全・安心

### 秋の火災予防運動 (11月9日(土)～15日(金)) 「守りたい 未来があるから 火の用心」

問 予防課 ☎086-234-1199

火災が頻発する冬の時期に備え、各家庭で火の元を確認して、火災予防に努めてください。

#### ◆11月10日は住宅用火災警報器のイイテンケンの日

「イイテンケンの日」に合わせて、中国学園大学協力の下、ポスターを作成しました。町内会を通じて掲示しています。

また、期間中は県内全14消防本部が主要駅などで住宅用火災警報器の点検の街頭啓発を行います。この機会にぜひ住宅用火災警報器の点検をお願いします。

日 11月2日(土)～17日(日)

場 県内の主要駅など

#### ◆特別消防訓練

日 11月8日(金) 場 中国学園大学 (北区庭瀬)

#### ◆消防車写生画・住宅防火普及啓発に関するポスター作品展示

日 11月8日(金)12時～15日(金)12時

場 岡山駅エキチカ広場向かい



(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)

式当日ヘア着付け / 振袖 / 写真まで完全サポート!

# 振袖 展示会

ご来場予約不要 試着OK!

開催場所 アイアイフォトスタジオ

11月展 11/16(土)17(日) 16H...12:00-18:00  
17H...10:00-17:00

年末年始展 12/28(土)29(日)30(日) 2025年 1/2(木)3(金) 28H/2日...12:00-18:00  
29H/30日/31日...10:00-17:00

成人式 / 卒業式袴 / 七五三 / お宮参り等 着物レンタル・美容・記念撮影 証明写真

有限会社みどりカメラ 撮影予約制 086-942-7575

アイアイフォトスタジオ 岡山市東区大々羅町104-5 定休日なし

【営業時間】 平日 10:00～18:30 土日祝 9:00～18:00

詳細はこちら

## 人生100年時代 CFP®・AFP認定者があなたをサポートします

役立っ セミナー情報 詳細はHPでご確認ください!

ひびろびのりのかみからに 日本FP協会岡山支部 〒700-0904 岡山市北区柳町1丁目1-1 住友生命岡山ビル8F TEL086-227-2824 https://www.jafp.or.jp/shibu/okayama

CFP®は米国外においてはFinancial Planning Standards Board Ltd.(FPSB)の登録商標で、FPSBとのライセンス契約の下に、日本国内においてはNPO法人日本FP協会が商標の使用を認めています。※AFP認定者(日本FP協会認定)

記号説明

日 日程

時 時間

場 場所

内 内容

講 講師

対 対象

定 定員

¥ 費用など

持 持参品

申 申込

他 その他

# 11月9日は119番の日

☎情報指令課 ☎086-253-9978

火事や救急は119番。いざという時、落ち着いて通報するように心がけましょう。

## ◆119番通報3つのポイント

- ①火事が救急かを伝える
- ②場所、住所を正確に伝える
- ③落ち着いて質問に答える

## ◆現場映像119

通報者のスマートフォンを使用して、通信指令員とビデオ通話ができるシステムです。災害の状況などによって、現場の様子の撮影をお願いすることがあります。詳細はHPをご確認ください。



## ◆市消防局からのお願い

119番は緊急回線です。災害の発生状況や救急病院の問い合わせなどは、下記またはHPからご確認ください。



- ▶火災テレホンガイド ☎086-226-0119
- ▶市内救急病院案内 ☎086-231-0119



## 防火・防災管理講習

☎申日本防火・防災協会

☎03-6263-9903 ☎03-6274-6977

講習	日程	場所	申込方法
防火・防災管理新規講習	12月18日(水)・19日(木)	労働福祉事業会館(北区津島西坂一丁目)	☎または申込書(同協会HPで入手可)を☎で
甲種防火管理新規講習	令和7年1月15日(水)・16日(木)		11月14日～21日の間に
防災管理新規講習	令和7年1月17日(金)		11月19日～26日の間に
オンライン乙種防火管理講習	12月18日(水)～24日(火)	—	☎で11月8日～13日の間に

(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)

**KUMON**

もうひとつの大切な時間  
私、先生 くん書写教室の先生になりませんか

教室開設説明会 (時間は10:00~12:00)

岡山 ・11/8 (金) 岡山国際交流センター  
・11/14 (木) 5階 会議室2(11/8) / 4階 交流サロン(11/14)  
(JR「岡山駅」西口より徒歩4分)

指導者養成プログラムで未経験でも安心!

Zoomによるオンライン説明会 予約制 (2日前までに要予約)  
●11/7 (木) 10:00- ●11/19 (水) 10:00- ●12/5 (木) 10:00- ●12/18 (水) 14:00- (各30分) ※ご予約いただいた方にミーティングIDとパスワードをお知らせします。

●ご参加が難しい方、Zoomなどの操作がご不安な方もお気軽にお問い合わせください。  
●25歳~60歳代前半(女性)の方をお願いしています。

ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆 11月無料体験学習(11/10~11/30) 生徒募集中!

株式会社 公文エールアイエル ☎0120-410-297  
岡山市北区下石井2-1-3 岡山第一生命ビル8階

## スポーツ

# 11月10日(日) 8時45分スタート! おokayamaマラソン2024

☎同実行委員会事務局 ☎086-226-7905

総勢16,400人のランナーが岡山のまちを駆け抜けます。皆さんの応援がランナーの力になります。沿道からの応援をお願いします。



☎11月10日(日) 8時45分~

※交通規制は本紙折り込みをご確認ください。



## ◆おokayamaマラソンEXPO2024

ランナーも応援する人も誰もが楽しめるイベントです。11月9日(土)はEXPOステージで有森裕子さんのトークショーが【1部】10時20分~【2部】11時15分~開催されます。



☎11月9日(土)10時~19時30分・10日(日)9時~15時30分

☎シティライトスタジアム前広場 (北区いずみ町)

※会場に駐車場はありませんので、公共交通機関でご来場ください。

☎うらじゃ・ダンス・バンド演奏などのステージイベント、岡山のご当地グルメ・特産品などの販売ブース、RUNRUN♪おokayamaスタンプラリー、手作りうちわ無料体験ほか

## 岡山リベッツと楽しもう! 「健康卓球スクール」参加者募集

☎スポーツ振興課 ☎086-803-1616

卓球の動きを取り入れた簡単な運動を通して、運動・スポーツの習慣化を目指す健康卓球教室の参加者を募集します。



☎12月15日(日)10時~11時30分

☎ジップアリーナ岡山 (北区いずみ町)

☎市内または岡山連携中枢都市圏関係市町に在住の人

☎定20人 (応募多数の場合は抽選)

☎申 ☎で11月22日までに



## トライフープ岡山「岡山市民デー」

問 スポーツ振興課 ☎086-803-1616

トライフープ岡山を応援するとともに、市への愛着を深めるイベントを開催します。



日 12月7日(土)10時30分～

試合 VS立川ダイス/13時5分～

場 岡山武道館 (北区いずみ町)

¥ チケットの価格や購入方法はHP参照

他 岡山産の旬の果物などが当たる抽選会、オール岡山スペシアルアンサンブルの演奏、市政PRブースの出展ほか



### 就労者・求職者

#### 魅力発見カフェ (学生と若手社会人の交流会)

問 申 (株)シーズ ☎0120-988-550

市内企業で働く若手社会人と交流し、市内で働くことや暮らすことについて考えるイベントです。



日/場 ①11月13日(水)14時45分～16時45分/ノートルダム清心女子大学(北区伊福町二丁目)②12月18日(水)15時～17時/オンライン開催③12月25日(水)15時～17時/就実大学・就実短期大学(中区西川原一丁目)

対 大学・短大・専門学校生 (学年不問) 申 用で



#### 必ずチェック最低賃金！

問 岡山労働局 ☎086-225-2014

岡山県の地域別最低賃金が10月2日から時間額982円に改定されました(改定前932円)。

※精皆手当・通勤手当・家族手当、時間外・休日・深夜手当、臨時に支払われる賃金などは、最低賃金不算入です。

※特定の産業には特定最低賃金の定めがあります。

(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。

(広告)

**管理組合運営でのお困りごとや、ささいな疑問**

組合経費の削減  
評価認定制度 etc

**お気軽にお問い合わせください**

☎ 日本ハウズイング株式会社 TEL.086-221-1511  
岡山支店 岡山市北区蕃山町 3-7 両備蕃山町ビル 4階  
マンション管理業：国土交通大臣(5)第030805号

## 保育のしごと 実習体験研修会

問 申 市保育士・保育所支援センター

☎086-803-1229 FAX086-231-1572



市内の保育園で子どもたちと触れ合いながら、保育を体験します。

日/場/申 ①11月14日(木)/旭東保育園(中区網浜) /11月8日までに②11月19日(火)/吉備津保育園(北区吉備津) /11月13日までに③11月22日(金)/平福保育園(南区洲崎三丁目) /11月15日までに ※申し込みは☎または申込書(HPから入手可)を☎で

時 各回9時30分～14時

対 保育士資格を有し、市内の保育園などへの就労希望者



### 女性のための入会説明会参加者募集

問 (公財)市シルバー人材センター

☎086-226-3100

女性を対象に、同センターの入会説明会を開催します。

日 11月26日(火)14時～16時 場 西大寺公民館(東区向洲)

対 市内在住のおおむね60歳以上の女性 定先着30人

申 住所、氏名、年齢、連絡先を☎で11月22日までに

他 参加記念品あり

### 幼稚園、小・中・義務教育学校、高等学校講師等登録会

問 申 教職員課 ☎086-803-1586

日 11月23日(木)13時30分～16時30分

場 岡山コンベンションセンター(北区駅元町)



対 教員免許状を所有し、市内幼稚園、小・中・義務教育学校、高等学校での講師希望者(高等学校は非常勤のみ)、臨時の養護教諭および事務職員希望者、栄養士や給食調理員、学校司書などの会計年度任用職員希望者 ※いずれも経験の有無は不問

他 当日都合がつかない場合は、別途相談の日程調整をします。

### 岡山市合同企業説明会

問 申 (株)KG情報岡山支社 ☎086-241-4554

市内企業約50社が参加する合同企業説明会です。

日 11月21日(木)13時30分～16時

場 杜の街グレースオフィススクエア(北区下石井二丁目)

対 令和7年3月卒業予定の大学生・短大生・専門学校生(既卒3年以内・概ね50歳以下の求職者も可) 申 用で



**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

市民のひろばをのびる方へ

生垣の剪定(長さ1m高さ2m)  
通常2,200円を※11/1よりスタート!  
※初回限定 先着10名様 **1,100円!**(税込)

ガーデンエクスプレス  
カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ  
☎0120-61-4128

岡山東区店 東区西大寺東3-4 岡山中区店 中区江並41  
お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから 9:00～17:00

## 就職氷河期世代対象の合同企業説明会

問申(株)KG情報岡山支社 ☎0120-393-106

✉hyougakishien@kg-net.co.jp

📅11月15日(金)13時～16時

📍岡山コンベンションセンター(北区駅元町)

👤38歳以上53歳以下の人で、市内企業での正規雇用を希望している人

👥参加企業 市内企業35社程度

📱☎・✉・LINEで(詳細はHP参照)

📅予約優先/予約は先着順



## 福祉関係合同事業所説明会「介護就職デイ」

問申ハローワーク岡山 ☎086-241-3701

介護関係で就職を希望する人などを対象とした説明会です。約30事業所が参加予定。詳細はHPをご確認ください。

📅11月18日(月)13時～15時30分

📍岡山コンベンションセンター(北区駅元町)



## シニアのための就職応援フェア

問ハローワーク岡山、ハローワーク西大寺

☎086-241-3701、086-942-3212

各企業の人事担当者から直接話を聞けるイベントです。

📅11月21日(木)13時30分～15時30分

📍岡山コンベンションセンター(北区駅元町)

👤おおむね60歳以上で求職中の人 📅先着200人

📄履歴書(なくても可)

📅ハローワーク窓口へ10月22日以降に

## その他

### 就農の初期投資を支援します

問農林水産課 ☎086-803-1346

市から青年等就農計画の認定を受けた市内在住の認定新規就農者を対象に、次の費用の一部を補助します。詳細はHPをご確認ください。

👤国の経営発展支援事業などの採択を受けた農業用機械・施設・資材などの取得、改良またはリース費、老朽化ハウス撤去費や農地賃料など



## 事業者

### 企業人材育成セミナー

問産業振興課 ☎086-803-1325

売上向上につながる営業スキルや、価格転嫁の戦略的な進め方などを解説します。

📅11月25日(月)13時30分～16時30分

📍岡山コンベンションセンター(北区駅元町)

📄「売上アップの秘訣 成功する営業スキルと価格転嫁の戦略～顧客の心をつかむ質問術と価値を伝える方法～」

👤中小企業・小規模事業者など 📅先着50人

📅11月22日までに

📍主催 岡山市・岡山商工会議所



### 公用封筒への広告

問申会計課 ☎086-803-1519

令和7年度に市役所で共通して使用する公用封筒(長形3号)裏面への掲載広告を募集します。詳細はHPをご確認いただくか、お問い合わせください。

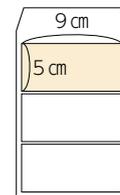
📄製作枚数 1種類50,000枚

📄掲載枠 1枠縦5cm×横9cm(最大3枠)

📄掲載料 1枠75,000円

📅供用開始 令和7年5月(予定)

📅12月20日までに



### 業務改善助成金のご案内

問岡山労働局 ☎086-224-7639

中小企業・小規模事業者が、生産性向上のための設備投資などを行い、事業場内最低賃金を一定額以上引き上げた場合、その費用の一部を助成する制度です。詳細はHPをご確認ください。



## 採用

### 市職員採用試験〔12月実施〕

問人事委員会事務局 ☎086-803-1554

詳細は、受験案内(市役所1階総合案内、各区役所・支所などで配布、HPからも入手可)をご確認ください。



試験区分		採用予定人数	受験資格(年齢は令和7年4月1日時点)	試験日	申込期限
任期付職員	任期付保育士	12人程度	保育士資格を有し、保育士登録済みの人 (令和7年3月31日までに取得・登録見込みの人を含む) (年齢不問) 【任期】令和7年4月1日～令和10年3月31日(予定)	12月1日(日)	11月21日(木)

### 福渡病院看護師(会計年度任用職員)

問申同院事務局 ☎086-722-0525

看護師を募集しています。勤務時間や給与などの詳細はお問い合わせください。



募集対象	勤務地	給与など	登録資格	その他
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	時給1,036円 (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お問い合わせください。 試験日、試験方法は別途連絡します。

## 市立保育園・認定こども園・幼稚園 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、時給パート（保育士、給食調理員、用務・洗濯員）、市立幼稚園での特別支援教育支援員を募集しています。各職種、資格、申し込み方法などはHPをご確認いただくか、お問い合わせください。

## 市社会福祉協議会 児童館職員募集

問申市社会福祉協議会 ☎086-225-4051



詳細はお問い合わせください。

募集職種	採用予定人数	職務内容	応募資格	勤務場所
児童館職員 (嘱託職員)	2人	児童の遊び指導、 子育て支援など	・保育士または教員免許の資格を有する人（取得見込者を含む） ・普通自動車運転免許を有する人 ・令和7年4月1日から勤務可能な人	市内の8児童館 のいずれか

# 相談のコーナー

- 法律
- 暮らし
- 経営
- お悩みごと

※予約の記載がないものは予約不要

### 「遺言・相続」講演会&相談会 (無料・要予約)

問申岡山地方法務局 ☎086-224-5656(音声ガイダンス4番)

日11月17日(日) ①講演会10時~11時20分②相談会11時30分~16時 場県司法書士会館(北区駅前町二丁目)

### 住宅よるず相談 (無料・要予約)

問申県建築士会 ☎086-223-6671

日11月9日(土)13時30分~16時30分

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

### 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11月17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)、廃業などの諸問題に関する相談

### 全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

問申岡山地方法務局人権擁護課 ☎086-224-5761

日11月13日(水)~19日(火)の各日8時30分~19時(土・日曜は10時~17時)

内夫・パートナーからの暴力やストーカーなど、女性の人権問題などの悩みごとに関する電話相談

相談電話☎0570-070-810

### 11月・12月養育費・面会交流相談 (無料・要予約)

問申子ども福祉課 ☎086-803-1221

日11月26日・12月24日の各火曜13時~

場市保健福祉会館1階(北区鹿田町一丁目)

定各回4組(1組1時間) 申☎で各開催日の4日前までに

### もの忘れ相談会 (要予約)

問申高齢者福祉課 ☎086-803-1230

申中区地域包括支援センター ☎086-274-5172

日11月15日(金)13時~15時 場岡山ふれあいセンター(中区桑野)

内もの忘れ、認知症に関する相談 申☎で3日前までに

次のページへ続く

(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。

## 給湯器の故障・家の水もれスピード修理

メーカーを問わず  
対応します

ガス給湯器  
電気温水器  
販売・修理・保守点検  
岡山県内出張可能



ソーラー式給湯システム



ガス給湯器



エコキュート



ボイラー

## NASA

開発の  
セラミック入り塗料

窓ガラスの断熱施工

製造元: Superior.products.international II.Inc.

建設業・塗装業 / 岡山県知事許可 第24804号

# (株)オオスギ 0120-49-4923

岡山市北区辰巳21-119

オオスギ

## 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

日程	場所
11月5日(火)13時～16時	ウェルポートなださき
11月9日(土)13時～16時	福祉交流プラザ富原
11月11日(月)13時30分～15時30分	建部町公民館
11月13日(水)9時30分～12時	高松地域センター
11月20日(水)13時～15時	御津支所
11月22日(金)13時30分～15時30分	一宮地域センター

## セミナー及び専門職による無料相談会

岡山県青年司法書士協議会 中津さん ☎086-250-0620

11月24日(日)13時～16時30分 岡山県立図書館(北区丸の内二丁目)

相続登記申請義務化についてのセミナー、相続、遺言、税金、境界などの相談(相談会は予約優先)

## ▶▶ 定例無料相談

相談名	日程・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	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9時30分～15時20分(祝日を除く) 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11時～14時(祝日を除く) 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17時～19時、毎月第1・3土曜10時～12時 (全て祝日を除く) 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)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17時～19時(祝日を除く) 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】	11月21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】	11月13日・27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	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) 所得税を中心とした簡易な事案の相談	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】(要予約)	11月13日(水)13時～16時 マンション生活・管理組合運営などの相談	市役所7階大会議室	県マンション管理士会 ☎090-7133-6309
相談【社会保険労務士】	11月27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】	11月27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
高齢者・障がい者なんでも相談会	毎月第1土曜13時～15時(1・5月、祝日のときは第2土曜) 高齢者・障がい者の悩み全般 ※電話は30分	きらめきプラザ(北区南方二丁目) 電話相談☎070-5042-9253	NPO岡山高齢者・障害者支援ネットワーク事務局☎086-222-0019

## 11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。

岡山県総務省岡山行政監視行政相談センター ☎086-224-1100

地区	日程	場所
岡山	11月8日(金)13時～15時	南公民館
	11月21日(木)13時～15時	中区役所
児島	11月8日(金)9時30分～12時	児島地域センター
藤田	11月9日(土)10時～12時	藤田公民館
御津	11月11日(月)13時～15時	御津支所
興除	11月12日(火)10時～12時	興除地域センター
高松	11月13日(水)9時30分～12時	高松地域センター
妹尾	11月14日(木)13時～15時	箕島コミュニティハウス
足守	11月15日(金)10時～12時	足守公民館

## 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

岡山県産業振興課経営支援係 ☎086-803-1325

岡山商工会議所 ☎086-232-2266

11月6日・20日の各水曜13時～16時

岡山シティホテル厚生町(北区厚生町三丁目)

各種融資、経営相談など

### ●創業相談会

日本政策金融公庫岡山支店 ☎0570-076541

毎週月～金曜(祝日を除く)9時～17時

公庫岡山支店国民生活事業(北区柳町一丁目)

創業、経営の多角化、融資相談 公庫で事前に

### ●岡山南商工会 ナイター創業相談会

岡山南商工会本部 ☎086-296-0765

11月14日(木)18時～21時

岡山南商工会本部(南区藤田)・各支所

創業計画、創業資金、補助金、経理・税金など

# 施設GUIDE ガイド

申し込み記号については、16ページを参照ください。

## オリエント美術館

〒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)

### 特別展

「ガラスの創造力-色彩と煌めきの4000年-」  
11月24日(日)まで  
¥一般1,500円、高校・大学生800円、中学生以下無料

### <特別展関連イベント>

#### ワークショップ

11月16日(土)・23日(木)の各日13時30分～15時30分

「切り子風プラバンをつくろう」など

¥特別展入館料のみ

「ガラスのペーパークリップをつくろう」など

¥特別展入館料+材料代(100円～1,000円)

### ギャラリーコンサート

「バルトルド・クイケン フラウト・トラヴェルソ・ソロ・リサイタル 響きのかたち～18世紀前中期のフルート独奏曲～」

岡バルトルド・クイケン岡山

公演実行委員会

☎090-2805-5064

11月14日(木)18時30分～20時

定120人



▲詳細はこちら

### 特別講演会

「町田市立博物館のガラスコレクション」

11月16日(土)13時30分～15時30分

定50人 ¥500円(友の会会員は300円)

申☎・☒事前に

### 学芸員によるギャラリートーク

11月23日(木)14時～15時

¥特別展入館料のみ

### 館藏品展

「シティ・ライフのはじまり、オリエント」

12月7日(土)～

¥一般310円、高校・大学生210円、小中学生100円、65歳以上無料

### <館藏品展関連イベント>

小企画展「あかがね-多様な性質をもつ金属-」

12月7日(土)～令和7年2月16日(日)

¥館藏品展入館料のみ

### ワークショップ

「銅線でミニワイヤーアートをつくろう」など

12月7日(土)13時30分～15時30分

¥館藏品展入館料のみ

### <その他イベント>

#### SPLレコードコンサート

11月9日(土)10時30分～11時30分

## 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)

### 企画展

池田家文庫絵図展「江戸時代のはじまりと池田家」

11月9日(土)～12月8日(日)

¥一般310円(20人以上の団体は250円)



「関ヶ原合戦図」  
岡山大学附属図書館蔵

### <関連イベント>

#### オープニングトーク

11月9日(土)10時10分～(30分程度)

¥企画展入場料のみ

### 講演会

「中世の終わり～中国地方の戦国時代～」

11月23日(木)14時～16時 定80人

申☎で11月10日以降に

### 特別展

「ヨシタケシンスケ展かもしれない」

11月23日(木)～令和7年1月13日(祝)

¥一般1,300円、中高生1,000円、小学生600円



## 岡山城天守

〒700-0823 北区丸の内二丁目3-1  
☎086-225-2096  
営業時間 9時～17時30分

### 第8回企画コーナー展示 直家から秀家へ

11月1日(金)～12月28日(土)

¥一般(15歳以上)400円、小中学生100円

### 家紋缶バッジづくり

11月4日(木)、12月8日(日)の各日①10時～12時②13時～15時

¥天守入場料のみ

### 見どころスライドトーク

11月9日(土)、12月1日(日)の各日①11時～②14時～(15分程度) 場不明門

## 岡山芸術創造劇場 ハレノワ

〒700-0822 北区表町三丁目11-50  
☎086-201-8000 FAX086-201-8004  
開館時間 9時～20時  
(催事により22時)



### ハレノワ創造プログラム「終点 まさゆめ」

「安楽死」がテーマの新制作高齢者演劇。

岡ボックスオフィス ☎086-201-2200

11月29日(金)18時30分～・30日(土)14時～、12月1日(日)14時～

対小学生以上

¥【全席自由】一般3,000円、U24(24歳以下)1,000円

作・演出 松井周 出演・演出協力 菅原直樹

### 燐光群「沖縄戦と琉球泡盛」

岡ボックスオフィス ☎086-201-2200

12月13日(金)19時～・14日(土)14時～・15日(日)13時～

対小学生以上

¥【全席自由】一般前売3,000円、ペア前売(2枚セット)5,000円、U25(25歳以下)・学生2,000円、U18(18歳以下)1,000円

作・演出 坂手洋二

### ハレルワークショップ「ハレノワダンスラボ」

若手ダンサーのスキルアップを目的とした連続ワークショップ。

12月8日・22日、令和7年1月5日・19日、2月2日・16日の各日曜

対15～35歳で5年以上のダンス経験者

定5人程度 ¥5,000円

申☒で12月1日までに

### おかやま文化芸術振興事業「写真家 浅田政志とつくる“ハレの日”のワンシーン」エピソード・被写体募集

市民参加型写真展を来年3月に開催。

撮影日 令和7年2月23日(日)・24日(祝)の各日9時～21時(1組1時間程度)

対上記撮影日に来館し、被写体となる人定14組(1組あたり人数制限なし、エピソード選考あり)

¥1,000円(1組)

申☒で“ハレの日”にまつわるエピソードを11月30日までに

## 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

### 埋蔵文化財発掘調査速報展スライド会

11月16日(土)13時30分～15時

因松尾宮ノ花遺跡、南方釜田遺跡、造山古墳、万富東大寺瓦窯跡ほか

定40人

申☎で11月5日以降に

記号説明

日 日程

時 時間

場 場所

内 内容

講 講師

対 対象

定 定員

¥ 費用など

持 持参品

申 申込

他 他

その他

## 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）

### ベートーベン第九演奏会2024

日12月8日(日)14時～  
¥S席5,500円 A席4,400円 B席3,300円 B席ユース1,000円  
出演 指揮：秋山和慶、ソリスト：塚村紫、梶谷栄里子、中島康博、木村善明  
合唱：岡山“第九”を歌う市民の会、管弦楽：岡山フィルハーモニック管弦楽団  
曲目 交響曲第9番（ベートーベン）

### 日本歌曲塾in岡山 塚田佳男公開レッスン聴講者募集～日本歌曲の第一人者による緻密で情熱的なレッスン～

12月14日(土)①10時～12時15分②13時15分～15時30分③15時45分～18時  
¥1,000円 申12月11日までに

### 親子deクラシック

日12月15日(日)11時～  
¥大人1,000円（満18歳以上）、子ども（満4歳以上）500円  
指揮 石崎真弥奈  
出演 岡山フィルハーモニック管弦楽団  
曲目 ジャンポリミッキー、SPIRITED AWAY SUITE「千と千尋の神隠し」（久石譲）組曲 ほか

## 岡山城備前焼工房

〒700-0823 北区丸の内二丁目3-1  
☎086-224-3396  
営業時間 9時～17時30分

### 干支（へび）の色付け

日12月1日(日)～28日(土)の各日①10時～12時②14時～16時  
内焼成済みの干支の置物に、自由に絵の具で色を塗る  
定期間中先着150人  
¥700円  
申☎で11月10日以降に  
他作品は当日持ち帰り、横幅約6cm



## 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）  
12/29～1/4

### 木の実を使ってクリスマスリースを作ろう！

日12月1日(日)10時～12時  
対小学生以上 定先着10人  
¥600円（保険代含む）  
持ちボン、ドライフラワーなどを持参しても可  
申住所、氏名、年齢、電話番号を☎☎・☎・㊟で11月24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）

### 陶芸教室 干支「巳」の土鈴に絵付けをしよう

日11月の開館日①9時30分～②12時30分～（制作時間90分まで）  
定各回先着8人（80点限定）  
¥1,040円 申☎で事前に  
他作品は当日持ち帰り

### 木工教室 クリスマスツリーを作ろう

日12月7日(土)①10時00分～②12時30分～③14時30分～（制作期間90分まで）  
定各回先着10人 ¥1,700円  
申☎で12月1日までに  
他高さ18cm、作品は当日持ち帰り



## 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 ㊟086-803-3344  
✉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「ケアニン こころに咲く花」

日11月21日(木)・22日(金)の各日①10時30分～12時10分②13時30分～15時10分  
定各回先着50人 申事前に☎で

### 男の介護講座「続・介護される人・介護する人どちらにもやさしい介護を」

日12月7日(土)10時～12時  
対市内在住の男性 定先着30人  
申☎・㊟・☎・☎で事前に

### 市民協働事業「女性の健康を考える～生理とそのケア～」

日11月17日(日)10時～12時  
定先着20人  
申☎・㊟・☎・☎で事前に  
他託児あり（要事前申込・定員あり）

### 市民協働事業「夫婦で楽しむ産前産後の子育て」セミナー（第1・2回）

日①「心」編：11月30日(土)10時～11時30分②「技」編：12月7日(土)14時30分～16時

定先着10組  
申☎・㊟・☎・☎で前日までに  
他託児あり（要申込・定員あり）

### パープルリボン講演会「DVに気づいたら 気づく、つなぐ、支える～被害者支援の現場から」

日11月17日(日)13時30分～15時  
定先着30人  
申☎・㊟・☎・☎で事前に

## 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「紅葉の里山歩き」

日11月10日(日)9時30分～11時45分  
内山の秋探し、焼き芋、竹コップ作り  
対小学生と保護者  
定20人 ¥300円  
申☎で10月10日～11月7日の間に

### めだかの学校環境教室「建部古道歩き」

日11月24日(日)9時30分～11時30分  
対小学生以上（未成年者は保護者同伴）  
定20人  
申☎で10月24日～11月21日の間に

## 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

### 自然の中での学習会 II

日12月25日(水)14時～27日(金)14時30分（2泊3日）  
内自然散策・クラフトなど  
対市内在住の小学1～3年生  
定60人（応募多数の場合は男女比・学年比を考慮して抽選）  
¥5,650円（保険代含む）  
申講座名、郵便番号、住所、電話番号、児童氏名（ふりがな）、性別、生年月日、学校名、学年、保護者氏名（押印）を☎で11月22日までに（連名不可）

## 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（祝日の場合は翌平日）、第2日曜、祝日

### 日本の童謡・唱歌コンサート（幼児向け）

日11月17日(日)14時～14時30分  
定親子先着30組  
申☎☎・☎で11月7日以降に

### 人形劇（幼児向け）

日11月26日(火)10時30分～11時10分  
定親子先着25組  
申☎☎・☎で11月15日以降に

### 親子おたのしみ会（幼児向け）

日12月7日(土)10時30分～11時10分  
定親子先着15組  
申☎☎・☎で11月28日以降に

## 福祉交流プラザ

中区神下133-3  
☎/㊟086-279-2753  
✉plazasaiden@city.okayama.lg.jp

### 子育て講座「むし歯予防教室」

日11月29日(金)10時～11時30分  
内むし歯予防の話と簡単な工作  
対未就園児と保護者  
定先着10組 持飲み物、タオル  
申住所、氏名、電話番号を☎☎・☎で11月22日までに



# 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

場所	講座名	内容
<b>操山公民館</b> 〒703-8236 中区国富三丁目9-12 ☎/☎086-271-5030	第3回操山公民館まつり	☑ 11月16日(土)・17日(日)の各日9時30分～15時 ☑ 公民館講座の作品展示、実技発表、体験コーナー、茶席、喫茶ほか
<b>岡西公民館</b> 〒700-0054 北区下伊福西町1-48 ☎/☎086-253-7581	おはなし会	☑ 11月19日(火)11時～12時 ☑ 「はたらく」をテーマにした絵本の読み聞かせ ☑ 親子
<b>西大寺公民館</b> 〒704-8115 東区向州1-1 ☎086-942-6252 ☎086-942-0774	第50回西大寺公民館文化祭	☑ 11月9日(土)10時～16時・10日(日)10時～15時40分 ☑ クラブ講座の作品展示、舞台発表、体験コーナー、茶席、喫茶ほか
<b>一宮公民館</b> 〒701-1211 北区一宮638-1 ☎/☎086-284-6224	撫川うちわ製作体験会	☑ 11月26日(火)13時～15時 ☑ 撫川うちわの仕上げ工程の体験 定10人 ¥受講料200円、材料代3,000円 申必要
<b>津高公民館</b> 〒701-1144 北区栢谷1677 ☎/☎086-294-4222	津高文化祭	☑ 11月16日(土)・17日(日)の各日9時30分～15時30分 ☑ 作品展示、発表、販売、飲食物提供など
<b>高松公民館</b> 〒701-1346 北区津寺104 ☎/☎086-287-2057	第52回高松文化まつり	☑ 第1部 11月4日(月)・5日(火)・7日(休)の各日10時～15時 第2部 11月9日(土)9時40分～16時・10日(日)10時～15時
<b>吉備公民館</b> 〒701-0153 北区庭瀬416 ☎/☎086-293-2170	第54回吉備文化祭	☑ 11月9日(土)・10日(日)の各日9時30分～16時 ☑ クラブ講座生による展示、実技発表、茶席、販売など
<b>福田公民館</b> 〒701-0203 南区古新田1186 ☎/☎086-282-3773	第45回福田公民館まつり	☑ 11月9日(土)10時～17時・10日(日)10時～16時頃 ☑ 作品展示、実技発表、茶席ほか
<b>旭東公民館</b> 〒704-8183 東区西大寺松崎310-1 ☎/☎086-943-1154	使ってみよう！やさしい日本語	☑ 11月30日(土)10時～12時 ☑ やさしい日本語の基礎を学び、外国人と交流する 定30人 申必要
<b>操南公民館</b> 〒702-8006 中区藤崎201-4 ☎/☎086-276-7898	干支の絵付け体験	☑ 11月30日(土)13時～15時 ☑ 素焼きの干支に自由に絵付けをする 定20人 ¥2,000円 申参加費を添えて☎に11月24日17時までに
<b>御南西公民館</b> 〒700-0951 北区田中157-110 ☎/☎086-244-1855	第28回御南西公民館文化祭	☑ 11月16日(土)9時50分～16時・17日(日)10時～15時 ☑ クラブ講座の作品展・実技発表ほか
<b>旭公民館</b> 〒700-0806 北区広瀬町3-26 ☎/☎086-224-0515	第25回旭公民館文化祭	☑ 11月23日(祝)9時30分～16時・24日(日)9時30分～15時 ☑ 実技・展示発表、喫茶コーナー、(24日のみ)健康測定・相談コーナー
<b>岡輝公民館</b> 〒700-0865 北区旭本町1-80 ☎/☎086-222-0855	第21回岡輝公民館まつり	☑ 11月16日(土)9時30分～16時・17日(日)9時30分～15時 ☑ クラブ講座の作品展示、実技発表、喫茶ほか
<b>灘崎公民館</b> 〒709-1215 南区片岡159-1 ☎/☎086-362-0408	第12回灘崎文化まつり	☑ 11月17日(日)9時30分～15時30分 場灘崎文化センター、灘崎公民館、ウェルポートなださきほか ☑ 作品展示、舞台発表、出店など
<b>建部町公民館</b> 〒709-3111 北区建部町福渡496-1 ☎086-722-2212 ☎086-722-2160	第44回建部町文化祭	☑ 11月23日(祝)10時～16時・24日(日)10時～15時30分 場建部町文化センター ☑ 展示、発表、体験 他24日はマルシェを開催
<b>瀬戸公民館</b> 〒709-0861 東区瀬戸町瀬戸54-1 ☎086-952-4146 ☎086-952-4163	LiveSETO2024	☑ 11月17日(日)12時20分～15時50分 ☑ 県内で活躍するユニット2組による邦楽ライブ 定300人

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



# Library 図書館

**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（水曜は11時～19時）  
休館日 月曜（祝日・振替休日は除く）

歴史講座「岡山の近代の歴史家たち」  
☑ 11月10日(日)14時～16時 定先着60人  
郷土展示「朝鮮通信使と岡山藩の儒学者たち」  
☑ 11月21日(木)～12月28日(土)

えほんのじかん  
☑ 11月27日(水)15時～15時30分  
おはなしのじかん  
☑ 12月7日(土)11時～11時30分

行事開催・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）



読書週間

「電一郎先生のふしぎ電気実験教室」

☑ 11月9日(土)14時～15時30分

☑ 小学生（保護者同伴）定6組 ¥100円

☑ ☎☎で10月26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  
 11月16日(土)11時～11時20分

**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  
 11月9日(土)14時～14時30分

**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

影絵  
 11月9日(土)15時～15時45分  
 読書週間「おはなしの会」  
 11月17日(日)15時～15時30分  
 小学生のためのおはなし会(ストーリーテリング)  
 11月30日(土)10時30分～11時30分  
 えほんのじかん  
 12月7日(土)15時～15時30分

**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  
 11月17日(日)11時～11時30分  
 申 窓 函

**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  
 11月20日、12月4日の各水曜14時30分～14時50分

**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  
 11月9日・16日の各土曜11時～11時30分  
 おはなしの時間  
 12月7日(土)11時～11時30分

**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

赤ちゃん絵本読み聞かせ体験  
 11月8日(金)11時～11時30分  
 対1歳までの赤ちゃんと保護者  
 申 窓 函 で10月25日以降に  
 こどものじかん  
 11月9日(土)15時～15時30分  
 教養講座「宇喜多直家の一生と西大寺の城」  
 11月17日(日)10時～12時 定40人程度  
 申 窓 函 で11月1日以降に  
 こどものじかん  
 11月23日(祝)15時～15時30分  
 えほんのじかん  
 11月27日(水)15時～15時30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 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(祝日の場合は翌平日)  
 ✉satoyama@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(祝日の場合は翌平日)  
 ✉info-hyokka@okayama-park.or.jp

	イベント名	内 容
A 浦安	クリスマスリースづくり	11月19日(火)①10時～11時30分 ②13時30分～15時 定 各回先着16人 ¥1,800円 申 函 で11月5日以降に
	公園の植物みてあるき	12月2日(月)10時～11時 申 窓 函 で当日9時50分以降に
B 半田山	展示 半田山もみじ展	11月16日(土)～12月8日(日)の各日9時～16時
	四季と自然を楽しむ会	11月14日(木)9時30分～11時30分 ¥入園料のみ
	観察会 半田山もみじ散策	11月16日(土)～12月8日(日)の各日9時～16時30分(入園は16時まで) ¥入園料のみ
	半田山植物園のもみじ観察	11月29日(金)10時～11時 定先着15人 ¥入園料のみ 申 函 で11月6日以降に
D 百花プラザ	公園の植物みてあるき	11月30日(土)10時～11時 申 窓 函 で当日9時50分以降に
	子ども自然教室 球根を植えよう	11月30日(土)13時30分～15時 定 親子先着10組 ¥700円 申 函 で11月2日以降に



A クリスマスリースづくり



B もみじ観察



D 公園の植物みてあるき

◇お知らせ C 操山公園里山センター 休館のお知らせ  
 建物工事のため、11月30日まで全館休館の予定です。  
 ※百間川緑地管理事務所は営業しています。

**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

えほんのじかん  
 11月13日・20日・27日、12月4日の各水曜14時～14時30分  
 おはなしのじかん  
 11月24日(日)11時～11時30分  
 かみしばいのじかん  
 12月1日(日)11時～11時30分

**ラ・ヴィータ** 〒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1「『深夜食堂』の25話から27話」  
 11月12日(火)10時30分～11時45分  
 定90人程度  
 企画映画会2「誰がために鐘は鳴る」  
 11月12日(火)14時～16時45分  
 定90人程度  
 名作映画会「シンプルギフト」  
 11月24日(日)14時～15時30分  
 定90人程度



**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 ☎・☎・☎・☎ 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	シニアのためのピラティス ※1	12/14~(土)全10回	10:15~11:30	6,300円	11/29
	らくらくヨガ ※1	12/4~(水)全15回	13:30~14:45	9,450円	11/20
西大寺	介護職スキルアップ研修「介護職のためのメンタルヘルスケア（実践編）認知行動療法を取り入れたストレス対処法」	11/30(土)	10:00~12:30	1,570円	11/17
	初心者向け 高齢者優先	マットエクササイズ、コンディショニングヨガ、ベーシックヨガ、たのしくボールエクササイズ、かんたん健脚づくり教室、らくらくリンパコンディショニング、エンジョイエアロ&コアトレ（託児付）、ふれあいピクス（知的障害者対象） イス体操とストレッチ、腸&リンパ美人エクササイズ、QOL向上！フィットネスクラス、らくらくゆっくりピラティス			詳細は西大寺ふれあいセンターへ
北	ママのための産後おやこヨガ ※2	12/6~(金)全7回	13:30~14:45	4,410円	11/26
	新聞エコバックを作ろう！！	12/15(日)	14:00~15:30	1,000円 ※4	12/3
西	ボランティア先生の教室「七宝焼でアクセサリー作り」	11/19(火)~全3回	10:00~12:00	無料 ※3	11/9
	クリスマスリースを作ろう	12/7(土)	10:00~11:30	630円 ※3	11/27
	岡山市安全安心ネットワーク 地域人づくり講座 地域福祉分野「災害時に役立つバッククッキング」	12/11(水)	10:00~12:00	無料	12/1
南	料理教室～冬の彩りおたのしみプレート♪ ※1	12/15(日)	10:00~13:00	940円 ※3	12/4
	季節の園芸教室「冬編」 ※1	12/7(土)	10:30~12:00	2,000円 ※4	11/24
なださき	いきいき健康講座 はじめてのリンパマッサージ～かんたんセルフケアで巡りのいい身体づくり～ ※1	12/1(日)	10:00~11:30	630円	11/17
	お腹から健康に導く臓活ヨガ® ※1	12/11~(水)全12回	10:30~11:45	7,560円	11/27

※1…65歳以上優先 ※2…対象は首がすわった3カ月～1歳未満の子どもと母親 ※3…材料代別途1,000円程度必要 ※4…材料代含む

**催し** 問い合わせは各センターへ

**西大寺ふれあいセンター**

写真展 私のお気に入り～My Favorite～  
☎11月1日(金)～7日(木) (7日は16時まで)

**西ふれあいセンター**

西ふれあいまつり  
☎11月17日(日)10時～15時 内ステージショーほか

西ふれあい映画会  
☎12月1日(日)①10時～10時50分②13時～14時15分  
内①「おしりたんてい」②「紅白が生まれた日」  
定各回192人 他未就学児は保護者同伴

**南ふれあいセンター**

ふれあいコンサート  
☎11月9日(土)14時～15時頃  
内愛光苑施設関係者による演奏、合唱 定80人程度

南ふれあいまつり  
☎11月24日(日)10時～15時  
内ステージパフォーマンス、ミニ動物園、福祉の店ほか

**北ふれあいセンター**

注連縄作り体験&しめ飾りを作ろう！  
☎12月7日(土)15時～17時  
対小学生以上（小学生は保護者同伴）  
定40人 申11月26日までに

**ウェルポートなださき**

子育てハッピータイム♪  
～心とからだを育むベビーマッサージ&リズム遊び～  
☎12月6日(金)10時～11時  
対首がすわった3カ月～1歳未満の子どもと保護者  
定15組（子ども1人につき保護者2人まで）  
申11月29日までに

**WAKUWAKUワークショップ**

☎12月15日(日)10時～12時  
内チョークアート、レザークラフト、アニマルポンポン作り  
ほか ¥300円～1,500円程度

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

# 健康のページ

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

- 感染症対策課／企画調整係 ☎086-803-1262
- 感染症対策係 ☎086-803-1290
- 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

## 1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

12月受診（御津・建部地区は1月受診）の対象者（1歳6カ月児健診＝令和5年5月生、3歳児健診＝令和3年5月生）に、11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
- ☑ 親子手帳（母子健康手帳）
- ☑ 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
12月3日	各日2回開催 ①11:00～12:00	南区南保健センター	11月3日
12月13日	②14:00～15:00	中区保健センター	11月13日

## 診療一口メモ 健康ちょっといい話

### 子どものワクチン、もし時期を逃したら

岡山市医師会

ワクチン（予防接種）には、接種した個人が免疫をつける意味と、接種していない周囲の家族や社会も病原体に接触する機会が減ることにより、結果的に感染症から守られているという意味があります。また、病気による体の負担だけでなく、看病する大人の心理的負担、経済的負担も予防しているのです。そのためには、より多くの人がワクチンを受けることが重要です。

しかしながら、手術・長期療養・信条・うっかり忘れていたなどの理由で接種機会を逃してしまう場合があります。このような状況でも、標準的なワクチンスケジュールからは外れてしまいますが、規定の回数を接種することにより完了できます。ただし、場合によっては任意接種（有料）になったり、ある時期を過ぎると接種できないこともあります。

もしワクチンの接種時期を逃してしまっても、できる状況になったときや思い出したときに、あらためて予定を立てるようにしましょう。変則的となったワクチンスケジュールを計画するのもかかりつけ医の役割ですから、叱られるのではないかとためらう必要はありません。接種すべきかどうか、どのように接種を進めたらよいか、迷っている方はインターネット等の情報だけで判断せず、是非かかりつけ医に相談してみてください。

## 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	開催時間	場所
11月19日	13:30～15:00	南区南保健センター
11月28日	13:30～15:00	北区北保健センター
12月5日	13:30～15:00	北区中央保健センター
12月12日	13:30～15:00	東区保健センター

## 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BMI20以下の人など
- ☑ 健康診査などの結果

月日	開催時間	場所
11月11日	9:30～12:30	北区中央保健センター
11月15日	9:30～12:30	南区西保健センター
11月18日	13:30～16:30	東区保健センター
11月19日	13:30～16:30	北区北保健センター
11月21日	13:00～16:00	中区保健センター
11月28日	13:30～16:30	南区南保健センター



## 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。
- ・来場前に自宅で体温測定をしてください。
- ・来場時はマスク着用をお願いします。

## 胃がん集団検診

☑50歳以上（昭和50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度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。

¥70歳未満（昭和30年4月2日以後生まれ）1,050円、70歳以上（昭和30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」の所持者は当日提示すると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
幡多	11月20日	7:30～9:00	東公民館
西大寺	11月27日	7:30～9:00	東区保健センター
中山（一宮）	11月29日	7:00～9:00	ザ・ビッグ岡山一宮店

## 特定健診・がん検診はお済みですか？ 実施期間終了まであとわずかです

☑保健所健康づくり課

☎けんしん専用ダイヤル 086-803-1202

特定健診・がん検診の受診期間は12月末までと  
なっていますので、早めに受診しましょう。

◆特定健診（国民健康保険加入の40歳～74歳対象）

血液検査や尿検査などが500円（令和6年度に40、50、60、66歳になる人は無料）。

持受診券、国民健康保険証

◆がん検診

※詳細は「けんしん・予防接種ガイド」やHPをご確認ください。



## 11月14日は世界糖尿病デーです

☑保健所健康づくり課

☎けんしん専用ダイヤル 086-803-1202

世界では5秒に1人が糖尿病で命を奪われています。世界糖尿病デーは、全世界での糖尿病の脅威に対応するために制定されました。市では、糖尿病治療をする人が増加傾向です。糖尿病についての理解を深め、生活を見直すきっかけとしましょう。

糖尿病には、発症予防、早期発見、定期治療が大切です。発症予防や重症化予防のために、今年は必ず健康診査を受けましょう。また、糖尿病の合併症として、がんも指摘されています。通院していても、がん検診を忘れずに！必要な場合は精密検査も受けましょう。

## 11月17日は世界早産児デーです

☑保健所健康づくり課 ☎086-803-1264

世界早産児デーは、世界の早産における課題や負担に対する意識を高めるために、2008年にヨーロッパNICU家族会（EFCNI）および提携している家族会によって制定されました。

早産児とは、妊娠37週未満で生まれた赤ちゃんのことです。早産児や小さく生まれた赤ちゃんの健やかな成長と、ご家族への理解と応援の輪が広がることを願い、岡山城をシンボルカラーの紫色にライトアップします。

## 12月1日は世界エイズデーです

☑保健所感染症対策課 ☎086-803-1290

世界エイズデーは世界全体でエイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的にWHO（世界保健機関）が制定したものです。

世界エイズデーにちなみ、エイズキルト・パネル展とHIV夜間即日検査を開催します。

◆エイズキルト・パネル展

☑11月29日（金）～12月2日（月）

場市役所1階市民ホール

◆HIV検査・性感染症検査（夜間・要予約）

☑12月2日（月）・3日（火）の各日17時20分～20時

場市保健福祉会館3階

申祝日除く月～金曜の各日9時～12時にエイズ  
ホットライン（☎086-803-1269）または☎で



## さわやか健康ひろば

☑南区南保健センター ☎086-261-7051

楽しく健康について学んでみませんか。普段の食生活に野菜が足りているか測定できる「ベジチェック」体験、体力チェックや骨密度などの測定、医療・介護コーナー、高齢者・車いす・妊婦体験、福祉の店の出店など健康に関するコーナーが多数あります。また、健康市民おかやま21普及啓発イベントで、岡山市健康ポイント事業「ハレ活プロジェクト」のポイントがたまります。

☑12月1日（日）10時～12時

場南ふれあいセンター（南区福田）

他各種測定は11時45分まで

## 日曜日に助産師がお母さんと 赤ちゃんを支援します

☑保健所健康づくり課

申岡山母子の支援を考える会 ☎090-7974-3666

妊娠中の過ごし方や母乳での子育てなど、妊娠、出産、子育ての不安・悩みなどの相談や、希望者にはベビーマッサージ、乳房マッサージなど、癒やしのケアを行います。（一部有料・要予約）

☑毎月第2・4日曜13時～16時

場岡山ふれあいセンター（中区桑野）



# 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  
9:30~11:30、13:00~15:00

※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6年9月末現在）

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 土曜 18:00~翌朝8:00

日曜、祝日、年末年始 8:00~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6年11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、お気をつけください。
- ・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 11月3日	原尾島クリニック (内科) ☎271-3777 中区原尾島三丁目	井戸内科医院 (内科) ☎241-0041 北区今七丁目	マツザキ クリニック (内科) ☎944-4777 東区西大寺松崎	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	今井医院 ☎284-0043 北区西辛川	せのお病院 (内科) ☎282-1211 南区妹尾	うちおグリーン クリニック (内科) ☎282-5722 南区内尾
祝日 11月4日	おきもと 内科と外科の クリニック (内科) ☎230-2211 中区関	西岡外科 (内科) ☎253-8808 北区花尻みどり町	津田内科 小児科医院 (内科) ☎278-4123 東区古都南方	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎952-1166 東区瀬戸町沖	坂野内科医院 ☎294-5025 北区吉宗	かりや内科 (内科小児科) ☎250-2017 北区庭瀬	庵谷医院 (内科) ☎086-485-0057 倉敷市林
第2日曜 11月10日	岡山照陽 クリニック (内科) ☎274-1700 中区倉田	いろいろ クリニック (内科) ☎206-1028 北区幸町	ふじわら クリニック (内科小児科) ☎942-3520 東区中川町	山陽クリニック (内科小児科) ☎086-955-7111 赤磐市上市	黒住外科内科 ☎284-5400 北区一宮	青木内科 小児科医院 (内科小児科) ☎281-2277 南区大福	池田医院 (内科) ☎362-3100 南区彦崎
第3日曜 11月17日	矢野医院 (内科) ☎275-3757 中区中井一丁目	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	マスカット内科 クリニック (内科) ☎294-7111 北区菅野	にしがわ診療所 ☎239-2450 北区中撫川	岡山光南病院 ☎282-0555 南区東睦
祝日 11月23日	旭竜クリニック (内科小児科) ☎275-6768 中区中島	西下内科医院 ☎253-8131 北区津島西坂一丁目	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	浦上ファミリー クリニック ☎284-1221 北区一宮	重井医学研究所 附属病院 ☎282-5311 南区山田	須田外科 内科医院 ☎362-3221 南区西紅陽台三丁目
第4日曜 11月24日	横田内科 クリニック (内科) ☎272-2202 中区国富	露野医院 (内科小児科) ☎241-3933 北区西長瀬	藤田病院 (内科) ☎943-6555 東区西大寺上三丁目	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	津高台診療所 ☎251-0372 北区津高台一丁目	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

※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

ポリテクセンター岡山 公共職業訓練のご案内

# 受講生募集中



就職率  
**89.4%**  
2023年度実績

ポリテクセンター岡山では、求職者の方々を対象に、就職に必要な技能及び知識を習得するための職業訓練を受講料無料で実施しています。(一部自己負担あり)

## 見学説明会 & 体験会 開催中!

見学会・体験会への参加をご希望の方は事前にお申込みください。

### <令和7年1月開講コース対象>

- 11月13日(水)・20日(水)
- ・CAD・ものづくりサポート科
- ・ICTシステムサポート科
- ・金属加工技術科(企業実習付き)

### <令和7年2月開講コース対象>

- 12月11日(水)・18日(水)
- ・CAD・NC機械科
- ・溶接技術科
- ・電気設備技術科

見学説明会 12:45~15:10 定員30名  
体験会 15:15~16:45 定員10名

見学説明会・体験会への参加は、雇用保険受給者の求職活動実績として認められます。

### ・月2回開催中!

見学説明会では、各コースの内容についての説明、実習風景の見学等を行います。

### ・見学説明会終了後には体験会も実施!

体験会では各コースの訓練内容を実際に体験することができます。(希望者のみ)

#### ~体験内容~

- ・CAD・NC機械科 : 3次元CAD体験
- ・CAD・ものづくりサポート科 : 3次元CAD体験
- ・ICTシステムサポート科 : ウェブページ作成
- ・溶接技術科 : AR溶接体験
- ・金属加工技術科 : AR溶接体験
- ・電気設備技術科 : 電気配線接続作業

ポリテクセンター岡山  
☎086-241-0940

岡山市北区田中580番地 駐車場・駐輪場有  
岡山駅よりバス13系統ポリテクセンター岡山前下車徒歩1分  
北長瀬駅よりバス23系統ポリテクセンター入口下車徒歩3分

ポリテクセンター  
岡山のHPへは  
こちらから➡



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

## 外装リフォーム 専門店

2023年度KFケミカル  
ワールドセラシリーズ 岡山施工実績



# 外壁塗装 屋根工事 雨漏り・防水



### 塗装専門ショールーム

遮熱・断熱・防水  
防藻・防カビ・抗菌  
詳しくはこちらから ▶▶▶

MINAN 検索

外壁塗装・屋根塗装

### 屋根専門ショールーム

雨漏り診断・修理  
雨樋・瓦・板金  
詳しくはこちらから ▶▶▶

屋根リフォーム岡山 検索

屋根カバー・葺き替え

### 大規模修繕専門ショールーム

工場・倉庫・店舗  
屋上・ベランダ防水  
詳しくはこちらから ▶▶▶

大規模修繕岡山 検索

マンション・大規模修繕

minan 株式会社 ミナン

建設業許可 岡山県知事(般-25)第21569号 (旧(有)御南塗装工業)

お問い合わせはこちらから 営業時間▶9:00~18:00 定休日▶水曜日

0120-957-951



QRコードの商標は  
株式会社デンソー  
ウェブの登録商標です。

