

まちとつながる

市民のひろば おかやま

11
Nov.2025
No.1478



【下石井公園（北区幸町）】

下石井公園・西川緑道公園で、「緑の遊び場プロジェクト 西川・キッズ2025」が開催されました。

フィールドビンゴやビー玉転がし、牛乳パックカーレースなどさまざまな遊びに取り組む、子どもたちの真剣な表情が見られました。

TOPICS

- ✓ 大森雅夫市政4期目がスタート（P2）
- ✓ 令和7年度岡山市表彰式（P3）
- ✓ 子どもの「権利」について一緒に考えてみませんか（P4～5）

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14ページをご確認ください。

市公式LINE



市公式YouTube



大森雅夫 岡山市政 4期目がスタート

岡山市長選挙が10月5日に行われ、
現職の大森雅夫市長が再選されました。
4期目の任期は、10月9日から4年間です。



再選後、初登庁した大森市長（10月6日）

このたびの市長選挙におきまして、市民の皆様からのご信任を賜り、引き続き4期目の市政を担わせていただくことになりました。皆様からお寄せいただいた期待と市長としての責任の重さに改めて身の引き締まる思いです。

平成25年10月に市長に就任してからこれまでの12年間、「住みやすさ」「力強さ」「安全・安心」を市政推進の3本柱に掲げ、常に市政に誠実に向き合い、全力で取り組んでまいりました。

新たな任期におきましても、「初心忘るべからず」の言葉のとおり、初めての頃の新鮮な気持ちや、まだ未熟であるという気持ちを忘れず、さらなる高みを目指して、市民の皆様と共に考え、市政運営にあたってまいりたいと考えております。

そして、岡山市の発展と市民の最大幸福の実現のため、全力を尽くして、岡山のまちの魅力を高め、より「愛着」を持てるまち、さらには市民誰もが「誇れるまち」を実現させてまいります。

市民の皆様には、より一層のご理解とご協力を心からお願い申し上げます。

岡山市長 大森雅夫

略 歴

昭和52年4月	建設省入省
昭和60年6月	熊本県企画開発部企画課長
平成17年9月	国土交通省大臣官房審議官 (建設産業)
平成20年7月	内閣府政策統括官 (防災担当)
平成24年9月	国土交通省国土政策局長
平成25年10月	岡山市長就任

令和7年度 岡山市表彰式

問総務法制企画課 ☎086-803-1081

市勢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459人と3団体、善行表彰で441人と53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日曜日に市役所で行われる令和7年度岡山市表彰式で表彰されます。

有功表彰 3人（氏名・住所・功績）※順不同

長門 修二 氏 北区足守	足守学区連合町内会会長等として住民自治の向上に尽力され市勢の発展に貢献
高橋 正巳 氏 南区あけぼの町	岡山市南区選挙管理委員会委員として選挙の公正な管理執行等に尽力され市勢の発展に貢献
倉田 由紀子 氏 北区清輝本町	岡山市連合婦人会副会長等として地域福祉の向上に尽力され市勢の発展に貢献



長門 修二 氏



高橋 正巳 氏



倉田 由紀子 氏

善行表彰 17人・5団体（氏名・住所・功績）※順不同

水田 京子 氏 南区妹尾	統計調査員として各種統計調査の推進に尽力
二宮 敏男 氏 北区御津中泉	統計調査員として各種統計調査の推進に尽力
津高町内会安全パトロール隊 (隊長 神崎 博志 氏) 北区津高	横井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
千種子供見守り隊 (会長 伊永 高明 氏) 東区瀬戸町可削	千種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
彦崎学区ご近所スクラム隊 (隊長 海本 俊男 氏) 南区彦崎	彦崎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
馬屋下学区安全・安心を守る会 (代表 藤本 悟志 氏) 北区大窪	馬屋下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
旭竜っ子見守り隊 (会長 瀧本 孝 氏) 中区中島	旭竜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
遠藤 彰裕 氏 北区奥田南町	農業水利土木員として地域農業の振興に尽力
奥山 嘉一 氏 中区浜三丁目	農業水利土木員及び水利監督員として地域農業の振興に尽力
西崎 之定 氏 中区清水二丁目	農業水利土木員として地域農業の振興に尽力
行地 輝正 氏 東区西大寺中野	農業水利土木員として地域農業の振興に尽力
小松 貴 氏 東区西大寺中野本町	農業水利土木員として地域農業の振興に尽力
岡本 五樹 氏 東区中尾	農業水利土木員として地域農業の振興に尽力
池内 勝己 氏 南区西七区	岡山市スポーツ推進委員等としてスポーツの普及・振興に尽力
小林 義和 氏 北区栢谷	岡山市スポーツ推進委員等としてスポーツの普及・振興に尽力
棕代 弘 氏 中区藤原光町	岡山市スポーツ推進委員等としてスポーツの普及・振興に尽力
山本 雄三 氏 中区四御神	岡山市のスポーツ関係団体の役員としてスポーツの普及・振興に尽力
東山 直己 氏 南区内尾	岡山市のスポーツ関係団体の役員としてスポーツの普及・振興に尽力
信原 好貴 氏 中区海吉	岡山市のスポーツ関係団体の役員としてスポーツの普及・振興に尽力
草刈 茂子 氏 南区福田	民生委員・児童委員として地域住民の福祉の向上に尽力
三宅 多恵子 氏 北区番町二丁目	民生委員・児童委員として地域住民の福祉の向上に尽力
伏見 正 氏 南区浜野	保護司として地域社会の犯罪予防や更生保護に尽力



水田 京子 氏



二宮 敏男 氏



津高町内会安全パトロール隊長 神崎 博志 氏



千種子供見守り隊長 伊永 高明 氏



彦崎学区ご近所スクラム隊長 海本 俊男 氏



馬屋下学区安全・安心を守る会代表 藤本 悟志 氏



旭竜っ子見守り隊長 瀧本 孝 氏



遠藤 彰裕 氏



奥山 嘉一 氏



西崎 之定 氏



行地 輝正 氏



小松 貴 氏



岡本 五樹 氏



池内 勝己 氏



小林 義和 氏



棕代 弘 氏



山本 雄三 氏



東山 直己 氏



信原 好貴 氏



草刈 茂子 氏



三宅 多恵子 氏



伏見 正 氏

子どもの「権利」について一緒に考えてみませんか

☎こども企画総務課 ☎086-803-1220

子どもの権利は、全ての子どもたちが心も体も健やかに自分らしく育つために必要なものです。全ての子どもは、大人と同じように、一人の人間として生まれながらにその権利を持っています。

また成長の途上にある子どもには、子どもならではの権利もあります。

子どもが生まれたときから持っている「権利」ってなんだろう？

ここでは特に大切な権利を4つ紹介します。

1 生きる権利

しっかり食べたり、眠ったり、
病気やけがをしたら必要な
治療を受けられたりすること

2 育つ権利

遊んだり、勉強したり、休んだりして、
自分らしく育つことができること

3 守られる権利

いじめや暴力によって心や体が
傷つかないように、守られること

4 参加する権利

自由に意見を言えること、
意見を聞いてもらえること

無意識のうちにこんなことをしていませんか？

✓ 子どもの意見を聞かずに決める

- ・まだ小さいから分らないと決めつける
- ・進路・習い事、日常のルールを
子どもの声を聞かずに決めている

まずは子どもに「どう思う？」
と気持ちを聞いてみましょう。

最終判断は大人でも、
子どもが納得できるよう
理由を伝えましょう。



✓ プライバシーを守らない

- ・スマホや日記を無断で見る
- ・友人関係に過度に口を出す

心配なことがあれば「見てもいい？」と
必ず確認し、信頼しあえる関係を築きま
しょう。

✓ 遊ぶ・休む時間を奪っている

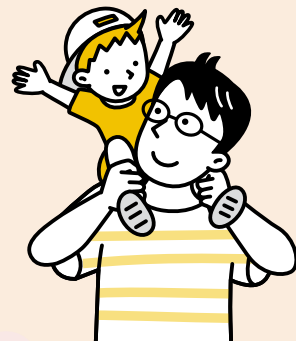
- ・勉強や手伝いを優先させすぎて、
自由に遊ぶ・休む時間が少ない

毎日の生活の中に「自由時間」を組み込
み、遊びや休息も大切な学びであると認識
しましょう。

子どもの権利を知ることから広がる世界

子どもが自分の権利を知って大切にすることは、他のだれかの権利を大切にすることにもつながっていきます。

また、子どもの権利を知るとは、子どもと大人がお互いを大切にして、より良い関係をつくるための手がかりになってくれます。



もっと子どもの権利を守るために

市は、全ての子どもや若者が夢や希望を持ち、将来にわたって幸せな生活を送れるようにするため、令和7年3月に「岡山市こどもの権利に関する条例」を制定しました。

子どもがもっと大切にされるまちを目指しています。

詳しくはこちらをご確認ください。



困ったときは

いじめ、学校の悩みのこと

☎086-207-2170（月～金曜9時～18時30分、土曜9時～16時） 市教育相談室

☎086-803-1129（月～金曜9時～16時30分） いじめ・性被害相談ダイヤル

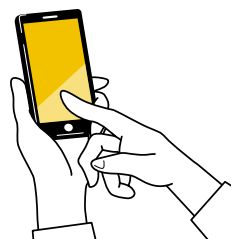
おうちの悩み（いやなこと、お手伝いや家族の世話）のこと

☎086-803-2525（月～金曜8時30分～17時15分） 市こども総合相談所

☎189（年中無休24時間受付） 児童相談所虐待対応ダイヤル

親子のための相談LINE

年中無休 9:00～21:00



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

問こども福祉課 ☎086-803-1223



子ども虐待防止を願って、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、地域の皆さんや企業と連携してオレンジリボンキャンペーンを行うとともに、オレンジリボン啓発グッズを製作し利用していただくことで周知を進めています。

◆オレンジリボン展・チャリティバザー

チャリティーバザーでは協力農家さんの産地直送の新鮮野菜や、協賛企業からの提供品などを市価より格安で販売。売り上げは子ども虐待防止啓発活動に使われます。

📅11月20日(木)8時30分～17時（11時～チャリティバザー）

📍市役所1階市民ホール

📌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、オレンジリボン啓発グッズ販売



【子ども虐待を防ぐためにできること】

◆子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。一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づいたら、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

こども家庭センター	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
児童家庭支援センターどんぐり		☎086-237-7373 ☎090-9417-7300

おかやまアーツフェスティバル2025 メイン期間が始まります！

9月からスタートしたおかやまアーツフェスティバルは、11月1日からメイン期間がスタート。
11月末まで岡山のまちをさまざまなジャンルのイベントで彩ります。メイン期間の注目イベントを紹介します。

小説から聞くクラシック音楽の世界

名作文学に出てくるあのクラシックを、クラシックマニアでもあり、自身も作曲やピアノ演奏を行うふかわりょうのユーモアあふれるソフトなナビゲートでお届けします。

前半は日本の名作文学から、後半は開催中の岡山芸術交流2025のタイトル「青豆の公園」にちなんで、村上春樹著作から楽曲をセレクトしてお送りします。

11月14日(金) 19時～

場 ルネスホール (北区内山下一丁目)

¥【全席自由】一般3,000円、ユース1,000円 (19歳以下、25歳未満の学生も対象)

出演・ナビゲーター ふかわりょう、ソロバイオリン＝青山暖、第1バイオリン＝福田悠一郎、上野美科、第2バイオリン＝蔵川瑠美、大倉理佐、ヴィオラ＝島田玲、土居綾子、チェロ＝菅井瑛斗、岡本渚、コントラバス＝才野紀香、ピアノ＝梶原美依



数井佑介 たったひとりのオーケストラ ～宇喜多家をめぐる音物語2025～

最先端電子楽器奏者・作曲家の数井佑介が、世界初《5次元キーボード》や空中で奏でる《AR楽器》など10台以上の電子楽器で紡ぎ出す驚愕の音世界。“これまで見たことのない！音楽エンターテインメント”を岡山城天守前で体感ください。

11月23日(祝) 17時～

場 岡山城天守前広場 (北区丸の内二丁目)

¥ 無料

出演 数井佑介



画/正子公也 ©KIMIYA MASAGO

第57回 岡山市民文芸祭 「岡山市民の文芸」表彰式

12月6日(土) 14時～

部門別に市長賞、教育長賞、入選の皆さんを表彰し、部門ごとに「作品を語る会」を行います。優秀作品を収録した「岡山市民文芸祭作品集」を、事務局などで販売します。

場 西川アイプラザ 多目的ホール (北区幸町)

¥ 無料



BUNRAKU 1st SESSION 曾根崎心中 天神森の段

11月29日(土)・30日(日)

14時～ ※詳細は公式HPをご確認ください。



森野美咲×ヘルムート・ドイチュ ～至高のドイツ歌曲～

11月24日(休) 15時～

※詳細は公式HPをご確認ください。



©Taro Morikawa

ラヴェル生誕150th モーリス・ラヴェルの世界

11月27日(木) 19時～ ※詳細は公式HPをご確認ください。

※屋外のイベントは荒天の場合、中止または開催場所や時間を変更する場合があります。最新の情報は公式SNSをご確認ください。

※各イベントの出演者・曲目などは変更となる場合があります。



▲チケット購入はこちら



▲公式HP



▲公式Instagram

ファイナルイベント

11月30日(日) 16時～

おかやまアーツフェスティバル2025の最後を飾るのは、YouTube再生回数100万回を誇る人気グループWHITEBOX。そして、歌・ダンス・手話を融合し、新しいパフォーマンス・スタイルを確立したパイオニアHANDSIGNによる圧倒的なパフォーマンスをお楽しみください。

場 クレド岡山 ふれあい広場 (北区中山下一丁目)

¥ 無料 出演 WHITEBOX、HANDSIGN



WHITEBOX



HANDSIGN

問 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



子どもたちに夢を！

ファジアーノ岡山

今年も開催！インクルーシブフェスタ2025！

障がいのある人、ない人、年齢や性別などにかかわらず、全ての人がともに楽しみ、ともに体を動かすイベント「ファジアーノ岡山インクルーシブフェスタ2025」を11月29日(土)に岡山ドームで開催します。初めて開催した昨年は、多くの皆さんにご来場いただき笑顔あふれるハートフルな活動となりました。

ファジアーノ岡山では、インクルーシブフェスタを通して、引き続き全ての人々が分け隔てなくスポーツを楽しめる環境づくりに貢献してまいります。



夢に向かって心をついに！

岡山シーガルズ

第79回国民スポーツ大会 バレーボール競技 成年女子6人制 優勝！

9月28日(日)～10月1日(水)にYMITアリーナ（滋賀県草津市）で開催された「第79回国民スポーツ大会（わたしHIGA輝く国スポ）バレーボール競技 成年女子6人制」に岡山県代表として出場し、10年ぶり11回目の優勝を果たしました！



活動拠点を岡山に移し11月1日で25年目！

地域密着型の市民クラブとして歩み続けてこれたのは、地域の皆さんのご理解とご協力があり、どんな時も温かく応援してくださったからです。本当にありがとうございます！これからも岡山シーガルズは皆さんに夢や希望、感動をお届けできるよう、競技活動や地域貢献活動により一層積極的に取り組んでいきます。

25周年記念！チケットプレゼント企画

11月22日(土)・23日(日)にシゲトアリーナ岡山で開催するホームゲーム（群馬グリーンウイングス戦）のチケット（2階自由席）を先着で100組200人にプレゼント！LINE友だち登録で申し込み完了！



卓球で岡山を世界一に

岡山リベッツ

岡山武道館にてホーム戦開催！



ホーム第4戦が岡山武道館にて11月22日(土)・23日(日)に開催されます。シーズンも中盤に入り、大切な一戦となる今回も選手たちが力強いプレーで会場を盛り上げます。両日ともに小・中・高校生を対象とした無料観戦チケット「リベッツパス」が利用できます。未来を担う子どもたちにとって、トップ選手の真剣勝負を間近で体感できる絶好の機会です。ぜひ家族や友人と一緒に会場へお越しいただき、岡山リベッツの熱い試合を応援してください。リベッツパスの申し込み詳細は岡山リベッツ公式HPをご確認ください。

<ホーム戦日程>

開催日	対戦相手	会場
11月1日(土)	琉球アスティーダ	津山総合体育館 (津山市山北)
11月2日(日)	木下マイスター東京	津山総合体育館 (津山市山北)
11月22日(土)	T.T彩たま	岡山武道館 (北区いずみ町)
11月23日(日)	木下マイスター東京	岡山武道館 (北区いずみ町)
令和8年1月10日(土)	金沢ポート	笠岡総合体育館 (笠岡市平成町)
令和8年1月11日(日)	静岡ジェード	笠岡総合体育館 (笠岡市平成町)



バスケットで岡山を熱くする！

トライフープ岡山

2025-26シーズン開幕！

10月のホーム2節を終えシーズンのスタートを切りました。

11月はシゲトアリーナ岡山での開催節があります！2025-26シーズンも青色で会場を染めて勇敢に戦う選手へのご声援をお願いします！

新加入選手2名をご紹介します！



背番号 16 PF ソウ シェリフ

プロフィール
①1992年12月15日
②セネガル
③201cm/90kg

①生年月日 ②出身地 ③身長/体重



背番号 39 PG 中村 瑞稀 (なかむら みずき)

プロフィール
①2002年4月30日
②福岡県
③183cm/76kg

開催日	試合開始	対戦相手	会場
11月2日(日)	18:30	香川ファイブアローズ	シゲトアリーナ岡山 (北区いずみ町)
11月3日(月)	14:05	香川ファイブアローズ	シゲトアリーナ岡山 (北区いずみ町)
11月22日(土)	14:05	東京八王子ビートルズ	津山総合体育館 (津山市山北)
11月23日(日)	14:05	東京八王子ビートルズ	津山総合体育館 (津山市山北)

試合やチケットの情報は随時公式HPで発表します。ぜひチェックしてください！



東区役所公式 Instagram ▶ @okayama_city_higashi_ward



「地域貢献」で子どもたちを元気に！！

東区役所では、地域ぐるみで子どもを育み、にぎわいをつくり出すために、昨年度初めて「あそびひろばin東区」を開催しました。今年度も引き続き同イベントを開催するにあたり、参加団体のうちの1つ、環太平洋大学次世代教育学部こども発達学科の小崎遼介さんへインタビューしました！！

こども発達学科の取り組み・活動を教えてください。

本学科では、「地域貢献」にも力を入れて取り組んでおり、大学周辺地域を中心にイベントなどを開催しています。イベントでは、子どもはもちろん大人も楽しめる運動測定や、歌や踊りを一緒にする演奏会などの活動を行っています。

活動の中で工夫している点は？

社会の当たり前にとらわれず、子どもの伸び伸びとした発想や活動の場を提供できるよう工夫しています。

また学生にとっては、子どもだけでなく、保護者とも関わりを持つことで、学生が参加者全員に寄り添い、共に楽しめるよう工夫しています。

活動を通して学んでほしいことは？

多くの選択肢を提供することで、子どもたちの視点が広がり、新しい学びになってほしいです。

イベントに参加する意気込みを教えてください。

子どもにとっては日常の動き一つ一つが遊びであり、学びになります。当日は、普段できないことを全力で体験してもらうことで、その時間が楽しい思い出・経験になってほしいと思います。同時に、遊びが好きになるきっかけにしてほしいと思います。



こざき しょうすけ
小崎 遼介さん

(環太平洋大学次世代教育学部こども発達学科 講師)

令和5年度に環太平洋大学に着任。保育内容健康・防災教育を専門とし、科学的根拠に基づいて子どもの健康を保持・増進できる保育者の育成を目指している。

夢中になれる 体験がいっぱい

あそびひろばin 東区

日時 **11月23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
- ・長靴投げチャレンジ
- ・秋のしおり作り など

地元高校生による
物販、キッチンカーも
来るよ！

「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



※写真は昨年度開催時のものです。実施内容は異なる場合があります。

◆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



「おかやま市場フェス」を開催します！

「おかやま市場フェス」は、旬の食材の販売や市場ならではのイベントを通じて、消費者の皆さんに市場をより身近に感じてもらうために開く年に1回のイベントです。今年もステージショーなど見どころ満載！市場の認知度を高め、利用者の増加と市場全体の活性化を目指します！



見どころ満載！
マグロの解体ショー！

＼Yummy!／



なす満菜豚汁

青森・津軽の
アップルパイ



県内野菜をたっぷり使った中国学園大
学生考案のレシピ「なす満菜豚汁」の
無料試食も！



岡山市場で働く有志により結成された
「市場果物笛オカリナ隊」が、オカリ
ナの癒やしの音色を披露♪



青森、津軽のうまいもんが
今年もやってくる！

青森県弘前市の
ご当地アイドル
「りんご娘」から
メンバー2人が登場！



おかやま市場フェス

日時 **11月16日(日)**
10時～14時（雨天決行）

会場 岡山市中央卸売市場
（南区市場一丁目）ほか

◆問い合わせ先 市場事業部 ☎086-265-8001



おかやま フォト[📷]日記

支線バス「FLAt（フラット）」の車両が公開

9月19日(金)

支線バス「FLAt（フラット）」とは、商業施設や病院などが集まる地域の拠点とその周辺地域を結ぶバス路線のこと。中区の高島・備前原線、東山・操南台団地線で使用する、乗用車タイプの車両が中区役所で初お披露目されました。



市民の皆さんの投票で選ばれた「シャインイエロー」のカラー



FLAtを動画でも見られます！

車両をもう少し詳しく見たい場合は、QRコードから動画をチェック！



動画はこちら

JR高島駅南口駅前広場の工事が完了！

9月18日(木)

JR高島駅の南口に乗降場などを整備する工事が完了しました。今回の整備で、朝夕のピーク時の自動車による混雑を解消し、安全で利用しやすい駅になりました。



緑の遊び場プロジェクト 西川・キッズ2025が開催

9月21日(日)

下石井公園と西川緑道公園で、自然に触れながらのびのびと遊べるイベントが開催されました。緑の遊び場プロジェクトでは、まちなかでの子どもたちの外遊びを応援。晴れ空の下、フィールドビンゴやビー玉転がしなどで楽しく過ごしました。



広報番組

ON AIR



HPでも動画をご覧になれます。

テレビ

▶山陽放送（RSK）

桃太郎の岡山Cityかわら版Z

「岡山シティミュージアム開館20周年！」

11月15日(土)18時50分～、11月17日(月)22時57分～、
11月19日(水)4時25分～、
11月21日(金)金曜ライブ いまドキッ！内

▶テレビせとうち（TSC）

未来へ躍動☆岡山市 リンリン！

「北区を周遊！ モバイルキーワードラリー」

11月15日(土)20時55分～、11月16日(日)15時55分～、
11月19日(水)21時54分～、11月23日(日)15時55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～、11時20分～

ラジオ

▶RSK山陽放送ラジオ AM1494kHz

わかるわかる岡山市

11月4日・11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13日(水)8時20分～

消費生活豆知識

「定期縛りなし」は回数縛りのない定期購入!!

【事例】

スマートフォンの販売サイトで「定期縛りなし」と表示された美容液を申し込み、届いた美容液を使っていたところ、2回目が届いた。2回目は高額であり申し込んだ覚えがない。そこで、サイトに解約を申し出たが、「初回だけでやめる場合には2回目発送日の10日前までに電話で断ることと規約に記載してある。連絡がなかったため、2回目を払ってもらう」と言われた。

【アドバイス】

「定期縛りなし」と書かれている場合、初回だけでやめるためには、次回発送日の何日前までに電話などで断る必要があるケースが多く見られます。また、初回だけで断る場合は通常価格との差額の支払いが必要になるなど、規約に記載されていることもありますので、安易にクリックせず、規約などを最後までしっかりと確認しましょう。

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

※来所による相談は事前予約をお願いします。
(予約優先)

インターネットによるご相談はこちら





「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

問 人権推進課 ☎086-803-1070

自分には関係ないと思いがちな人権問題。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。一人一人の人権が尊重され、誰もが暮らしやすいまちを共に築いていきましょう。



人権啓発ポスター・標語展

市役所1階市民ホール（北区大供一丁目）

日時 11月26日(水)・27日(木)16時30分まで

市内小・中学生の作品を展示します

岡山ふれあいセンター（中区桑野）

日時 12月9日(火)～15日(月)



第27回人権フェスティバル岡山

人権を楽しみながら学べるステージやブースが盛りだくさん！

日時 12月7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
- ・オープニングセレモニー
 - ・人権啓発ポスター・標語展 優秀作品表彰式
 - ・不思議ワールドZINKENマジックショー
 - ・それいけ！アンパンマン ショー
 - ・人KENまもる君・あゆみちゃんPRタイム
- ほか



生馬 知季 (WORLD-AC)



DB SHOW!!!!



ワールド屋台



消防車乗車体験

それいけ！アンパンマン ショー

©やなせたかし／フレール館・TMS・NTV

日時 12月7日(日)

第1部 11時30分～12時

第2部 14時～14時30分

場所 メインステージ

観覧無料

※諸般の事情により、実施内容や時間の変更、または中止になる場合がございます。

12月3日～9日は「障害者週間」です

問 障害福祉課 ☎086-803-1236

障害の有無にかかわらず、人格と個性を尊重し合いながら共生する社会を実現しましょう。

東京2025デフリンピック開催！

デフリンピックは、4年ごとに開催される耳が聞こえないアスリートを対象とした国際総合スポーツ競技大会です。100周年の記念すべき大会で、日本では初開催。岡山市在住の2人の選手が陸上競技に出場します。みんなで応援しましょう！

期間 11月15日(土)～26日(水)

場所 駒沢オリンピック公園総合運動場（東京都）ほか



石本 龍一朗 選手
(400mハードル)



佐藤 秀祐 選手
(走り高跳び)

第45回

岡山市障害者福祉大会

日時 12月7日(日)13時～

場所 百花プラザ
(東区西大寺南一丁目)

内容 障害者福祉功労者・「障害者週間」作品コンテスト入賞者の表彰、講演など

みんなでつくろう！障害者差別のないまち

障害者差別解消法では、正当な理由なく障害を理由として差別することは禁止されています。障害のある人から「社会的なバリアを取り除いてほしい」という意思表示があった場合には、負担が重くなりすぎない範囲で合理的な対応をすることとされています。

合理的配慮の具体例

（飲食店で）視覚障害のある人にメニューの内容を読み上げる。など

わたしたち一人一人にできること

（歩道で）点字ブロックの上に自転車などを駐輪しない。など



岡山市の日本遺産のトピックを紹介！

問 プロモーション・MICE推進課 ☎086-803-1333

日本遺産とは、地域の歴史的魅力や特色を通じて日本の文化・伝統を語るストーリーを文化庁が認定するものです。本市に構成文化財がある「桃太郎伝説」「北前船寄港地・船主集落」について、旬のトピックや催しをご紹介します。

「北前船」構成文化財に追加認定！

東区の「吉井川沿岸常夜燈群」と郷土料理「コチめし」が、「北前船寄港地・船主集落」の構成文化財として追加認定されました。



乙子常夜燈



コチめし

岡山市造山古墳ビジターセンター 来館者数10万人達成！

「桃太郎伝説」の構成文化財である造山古墳の魅力を発信する造山古墳ビジターセンター（北区新庄下）の来館者数が、8月17日に10万人を達成しました。



日本遺産体験フェスティバル開催！

モモっと楽しむ、モモっと広がる！
桃太郎伝説の世界

「桃太郎伝説」などをキーワードにした体験が盛りだくさん！ワークショップ、ステージイベント、ストーリーを紹介したパネル展示など、楽しみながら日本遺産について学ぼう！詳細はHPをご確認ください。

日時 11月15日(土)・16日(日)の各日10時～17時

場所 イオンモール岡山1F
未来スクエア（北区下石井一丁目）

桃太郎と鬼の顔型マグネット絵付け体験▶
(ワークショップ一例)



「おかやまレキタビめぐり」で歴史を味わおう！

問 プロモーション・MICE推進課 ☎086-803-1333

歴史観光webサイト「おかやまレキタビ」に掲載している市の歴史をテーマにしたイベントをご紹介します。



重ね捺しスタンプ&クロスワードラリー 「秀吉&宇喜多家ラリー」

重ね捺しスタンプラリーで絵を完成させた人に限定御城印をプレゼント（先着300人）。クロスワードラリー正解者は抽選でお米が当たるキャンペーンに応募できます。

期間 11月1日(土)～
令和8年2月28日(土)

会場・台紙配布場所

- ・岡山城（北区丸の内二丁目）
- ・備中高松城址資料館（北区高松）
- ・足守プラザ（北区足守）



限定御城印▶

レキタビ周遊バスツアー 「幻の酒米『雄町米』でほろ酔い旅」

雄町米と児島湾干拓をテーマにしたバスツアーを実施。スペシャルゲストとして元NMB48高野祐衣さん、日本酒ライターの市田真紀さんが同行し、雄町米や児島湾干拓地の農業について日本酒を軸に解説します。

日程 令和8年1月24日(土)

場所 国定農産（南区藤田）、市サウスヴィレッジ（南区片岡）、酒工房独歩館（中区西川原）など

対象 原則20歳以上の人（お酒の試飲あり） **定員** 先着40人

費用 15,000円 **申し込み** HPで11月15日～12月31日の間に

岡山芸術交流2025パブリックプログラム クロージングトークイベント参加者募集



問岡山芸術交流実行委員会事務局 ☎086-221-0033 ✉pp@okayamaartsummit.jp

岡山芸術交流2025パブリックプログラムクロージングイベント「国際展と芸術祭の課題と可能性」トークイベントを実施します。



岡山芸術交流2025
Okayama Art Summit

日時 11月24日(木)18時30分～20時 **場所** 蔭涼寺 (北区中央町)

登壇者 浅田彰 (批評家/京都芸術大学教授)
小崎哲哉 (著述家/アーツ・プロデューサー)
那須太郎 (岡山芸術交流総合ディレクター)

定員 先着50人程度 **申し込み** QRで事前に



雲の海を旅して星空の天守に会いにいこう

秋の烏城灯源郷

問観光振興課 ☎086-803-1332

天守前に広がる紅葉と雲海をイメージしたライトアップ「雲の旅」や、旭川沿いの「秋(あき)彩(いろ)烏城」をお楽しみください。BMXイベントも併催します。



烏城灯源郷



幻想庭園

日程 11月14日(金)～24日(木)17時～20時30分

場所 烏城公園一帯 (北区丸の内二丁目) **費用** 無料



秋の幻想庭園 (同時開催)

場 岡山後楽園

¥ 大人500円、65歳以上200円、高校生以下無料

CHIMERA OKAYAMA JAM

日 11月22日(土)～24日(月)

時 競技は10時30分～17時15分
(22日は10時～17時) ※変動あり
イベント開催は20時まで
(24日は19時まで)

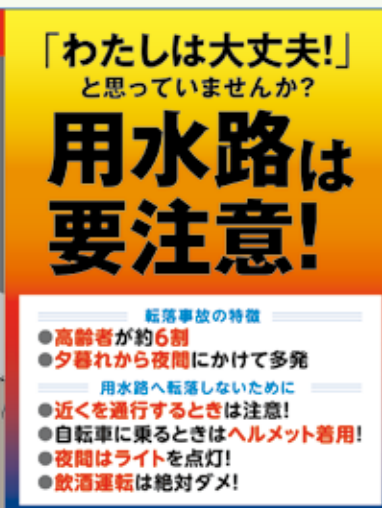
場 岡山城下の段広場 **¥** 無料

他 22日はけん玉の世界大会開催



用水路への転落に気を付けましょう！

問道路港湾管理課 ☎086-803-1416



危険な場所があれば、お近くの ●区役所 (地域整備課、土木農林分室) または農林水産振興課 ●支所 (産業建設課) まで、ご連絡ください。

情 報 の ひ ろ ば

イベント

備前岡山ええじゃないか2025大誓文払い

問産業振興課 ☎086-803-1323

日11月1日(土)～3日(祝)

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

内お買い得品が並ぶワゴンセール、グルメ、eスポーツ大会、地域と連携した音楽やダンスなど



おかやま秋の収穫祭 地産地消マルシェ2025

問農林水産課 ☎086-803-1346

新鮮な農産物やグルメが大集合！産直野菜や有機農産物の販売など約40のブースが並びます。

また、地元農家と飲食店のマッチングにより生まれたオリジナルの地産地消メニューや皆さんからレシピを公募した「桃太郎さんの地産地消どんぶり王選手権」の最優秀作品も会場で販売されます。楽しいステージイベントも！

日11月16日(日)9時～15時

場下石井公園（北区幸町）



第2期 歩く！知る！みつける！ 6市町周遊スマホdeウオーラリー開催！

問保健管理課 ☎086-803-1250

スマートフォンを活用したウオーキングイベント。連携中枢都市圏6市町の指定スポットを巡り、スタンプを集めるとうれしい特典が当たります！

日11月4日(火)～28日(金)

対象者岡山市・備前市・瀬戸内市・早島町・久米南町・美咲町に在住・在勤・在学で18歳以上の人



岡山市平成の合併20年記念パネル展 ～御津・灘崎・建部・瀬戸～

問事業政策課 ☎086-803-1042

日11月15日(土)・16日(日) 場灘崎文化センター（南区片岡）

時施設の営業時間に合わせて開催します。



KOJOお米フェスティバル2025

問興除地区地域振興事業推進協議会（片山さん）

☎090-5691-8635

日11月16日(日)9時～14時（小雨決行）

場興除小学校グラウンド・体育館（南区中畦）

内お米チャンピオンコンテスト、興除小唄、興除産の食材を使った食べ物などの飲食ブース、餅投げほか

岡山市動物愛護フェスティバル2025 ～共に生きる～

問保健管理課 ☎086-803-1276

日11月22日(土)9時30分～15時

場池田動物園（北区京山二丁目）

内動物愛護パネル展示、犬の譲渡会、市内小学生を対象に募集した「好きな動物の絵」優秀作品展示ほか

他当日は周辺道路の混雑が予想されます。できるだけ公共交通機関をご利用ください。なおペットを連れての来場はご遠慮ください。



おかやま桃太郎まつり MOMOTAROH FANTASY 2025

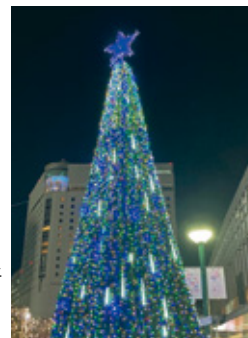
問観光振興課 ☎086-803-1332

「光でつなぐ、桃太郎のまち」をテーマに、岡山の街を光の帯でつなぎ、訪れる全ての人々に温かさや希望を届けます。

日11月27日(木)～令和8年1月4日(日)

点灯時間 17時～22時 ※11月27日は18時～22時

場岡山駅東口広場・西口広場、市役所筋、ハレまち通り



秋の岡山さつき展

問農林水産課 ☎086-803-1346

日12月2日(火)10時～17時・3日(水)9時～15時

場市役所1階市民ホール

内盆栽の展示・苗木の販売、相談コーナー



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	709,681人	-271
男性	341,149人	-133
女性	368,532人	-138

(令和7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 同時期比
人身事故	1,588件	-55
死者数	4人	-9
負傷者数	1,824人	-3

(令和7年9月30日現在)

記号説明

F II ファクス

日 II 日程

時 II 時間

場 II 場所

内 II 内容

講 II 講師

対 II 対象

定 II 定員

¥ II 費用など

持 II 持参品

申 II 申込

他 II その他

14 市民のひろば

岡山市里親フォーラム

問こども総合相談所 ☎086-803-2525

申旭川乳児院 ☎086-275-4308

子どもたちを支える里親家庭の暮らしを知るためのフォーラムです。詳細はHPをご確認ください。

日11月22日(土)14時～16時

場ピュアリティまきび (北区下石井二丁目)

定先着100人

内講演、現役里親さんとのトークセッション

申QRで11月10日までに



福祉・健康

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11日(火)10時～11時30分/万富公民館 (東区瀬戸町万富) ②12月4日(木)13時30分～15時/操山公民館 (中区国富三丁目) ③12月18日(木)14時～15時30分/岡山ふれあいセンター (中区桑野) ※③はオンライン受講可 申市ふれあい公社へ ☎ (086-274-5136) またはメール (sapokuma@mx.okayama-fureai.or.jp) で前日までに。③のオンライン受講は電子申請で11月30日までに (詳細はHP参照)



Okayama 福祉・介護フェス 2025

問県福祉人材センター ☎086-226-3507

福祉・介護の仕事の魅力に触れてみませんか？

日11月16日(日)11時～16時

場エキチカ広場 (北区駅元町)

内介護の日川柳表彰式、お仕事紹介や〇×クイズ、就職・資格取得相談、パネル展示、福祉機器展示・体験など



県介護支援専門員協会との「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 F086-245-4711

日11月20日(木)13時30分～15時

場同センター (北区北長瀬表町二丁目)

内介護支援専門員の講話「最期は施設？それとも自宅？費用はいくら？」、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

申氏名、電話番号を☎・ファクス・HPで11月18日までに



在宅医療・介護 市民公開講座 (東区会場)

問申西大寺医師会 ☎086-942-2676

F086-942-4786

日11月27日(木)14時30分～16時30分

場西大寺ふれあいセンター (東区西大寺中二丁目)

テーマ在宅医療&介護のすすめ～住み慣れた地域で、最期まで安心して暮らすために～

内医師・訪問看護師らによる講演とシンポジウム

定先着100人

申住所、氏名などをファクス・HPで11月20日までに



第62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

日11月30日(日)13時45分～16時

場おかやま西川原プラザ (中区西川原)

内自閉スペクトラム症 (ASD) を持つ人の大学進学と大学生生活の課題

¥一般1,500円、会員500円 定168人 申11月27日までに



市民公開講座「^{すいぞう}膵臓がんから命を守る」

問岡山大学消化器内科 ☎086-235-7219

日11月30日(日)14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)

内膵臓がんの基礎知識、早期発見と治療の最前線について

定250人



市民公開講座「ロボット手術について」

問市民病院医事課 ☎086-737-3000

日11月29日(土)10時～11時30分

場市民病院 (北区北長瀬表町三丁目)

内ロボット手術について (消化器、泌尿器)、手術期の口腔ケア 定先着100人 申HPで11月27日までに



シニアのための「eスポーツと健康」講座

問申市ふれあい公社 ☎086-274-5136

日/場①12月18日(木)10時～12時/西川アイプラザ

(北区幸町) ②令和8年1月15日(木)10時～12時/西

大寺ふれあいセンター (東区西大寺中二丁目)

内リズムゲームなどのコンピューターゲーム体験、フレイル健康チェック

対市内在住のおおむね65歳以上の人 定先着30人

申住所、氏名、電話番号、参加人数を☎で①12月11日②令和8年1月8日までに



(広告)

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

(広告)

あなたの街の植木屋さん

お見積0円 (出張料も0円)

7つの安心

- ✓1本からでもOK!
- ✓お茶・食事の気遣い無用!
- ✓トイレは借りません!
- ✓土日祝も作業OK!
- ✓近隣店舗からプロの植木職人が見積!
- ✓お客様の要望に対して丁寧に!
- ✓お見積による1本ずつの明細会計!

市民のひろばおかやまを見た!

先着10名様

見積金額より

10% 割引

剪定作業 高さ3m未満 通常1本 3,300円(税込)から

ホームページはこちら

まずはご相談ください

ハロー いい に わ

0120-86-1128

岡山本店 岡山市北区平野506 受付時間 月～金 9:00～17:00 運営:株式会社First Line

雨漏り 外壁のヒビ ゴミ詰まり

「雨どい」修理専門店へ!

「広報紙の広告を見た」とお伝えいただければ... 通常のお見積りより

2000円OFF!!

放置しないで! 外壁や基礎を痛め、害虫を繁殖させやります!

担当 直通 090-2803-4188

あまとい屋 086-280-8734

岡山中央店 年中無休で営業中! 電話受付時間 / 9:00～19:00

福成工務店 岡山県岡山市南区 福田247-1 代表 露無淳一

学んで実践！介護予防教室 「フレイル予防×スマホ講座」

問市ふれあい介護予防センター北事務所

☎086-251-6517



スマホを活用して人との交流を深めてみませんか。

日12月1日(月)10時～12時 場一宮公民館（北区一宮）

対市内在住のおおむね65歳以上の人

内スマホ操作の基礎（LINEの操作、写真の送信方法、Google
レンズを活用した検索方法など）、フレイル健康チェック

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 F086-236-0052



日12月21日(日)13時30分～16時

場山陽新聞社さん太ホール（北区柳町）

内「友だちってなんだろう？」講演とディスカッション

対市内在住者 定先着270人 申住所、氏名、電話・ファク
ス番号をQR・ファクスで11月10日～12月10日の間に

税・保険・年金

年末調整説明会

問申岡山東税務署 ☎086-225-3141

問申岡山西税務署 ☎086-254-3411

問申西大寺税務署 ☎086-942-3815

問申瀬戸税務署 ☎086-952-1155

源泉徴収義務者に向けて、所得税の年末調整事務に関する
説明会を開催します。

日11月18日(火)10時30分～12時、13時30分～15時

場岡山国際交流センター（北区奉還町二丁目）

定270人 申事前に

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から始
まる電話でかける場合は☎03-6630-2525へ）

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
年金機構から送られる「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

1月1日～9月30日に国民年金保険料を納付した人＝10月
下旬～11月上旬に送付

10月1日～12月31日に初めて国民年金保険料を納付した
人＝令和8年2月上旬に送付

70歳以上の外来療養分の 年間高額療養費（令和6年度分）

基準日（令和7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6年8月1日～令和7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。

申各区役所市民保険年金課・支所・地域センター、各福祉事
務所

◆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。

◆後期高齢者医療制度加入者

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）。

くらし・環境

都市計画原案の縦覧および公聴会の開催

問都市計画課 ☎086-803-1371

都市計画を変更するため、都市計画原案の縦覧お
よび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道路の変更（岡山市決定）／3・
2・岡203米倉津島線

◆都市計画原案の縦覧

日11月5日(水)～18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から概要確認可能

◆公聴会の開催

日12月16日(火)10時～

場市役所1階多目的ルーム

- ・傍聴希望者は、当日9時45分までに受け付けが必要です。
- ・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必要。公述人以外も意見書を提出
可能。詳細は問い合わせいただくかHPをご確認ください。
- ・公述人が多数の場合は、選定する場合があります。
- ・公述申立書や意見書が提出されなかった場合は公聴会を中
止し、公告・HPでお知らせします。

（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。



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

建築物における駐車施設の附置等に関する条例の一部改正（案）に対するパブリックコメント（意見募集）

問申市街地整備課 ☎086-803-1383

F086-803-1765

✉shigaichiseibi@city.okayama.jp

日10月23日(木)～11月21日(金)（土・日曜、祝日を除く）

閲覧場所 同課、情報公開室、中区・東区・南区総務・地域振興課、瀬戸支所・瀬崎支所総務民生課（HPからも閲覧可）

提出方法 意見記入用紙（閲覧場所で配布、HPからも入手可）を同課へファクス・メール・郵送・窓口で



一般競争入札による市有地売払いのご案内

問財産活用マネジメント推進課 ☎086-803-1150

詳細は、実施要領（HPから入手可）をご確認ください。

資料配布・入札参加受付期間10月23日(木)～11月19日(水)

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

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	中区四御神1番102外1筆	宅地	707.49㎡	10,370,000円	第一種低層住居専用地域	11月4日(火) 10時～
②	北区御津新庄3070番1	雑種地	1,009.53㎡	4,143,100円	都市計画区域外	11月4日(火) 13時30分～

児島湖の水質改善のための環境用水の導入

問県環境管理課 ☎086-226-7301

児島湖の水質を改善するために、農業で水を使わない時期（11月～翌年4月）に、旭川の水を農業用水路などを通して児島湖に流す「環境用水」の導入を試験的に行います。例年より用水路の水位が上昇しますが、水が溢れるなどの問題は生じない想定です。詳細は県HPをご確認ください。



スマート農業推進モデル事業補助金のお知らせ

問申農林水産課 ☎086-803-1344

農業技術の向上や生産の効率化に資するICT機器およびロボット技術の導入を支援します。詳細はHPをご確認ください。

対(1)市内管轄の認定農業者、認定新規就農者、農事組合法人
(2)市内の地域計画に「農業を担う者」として登録された人
補助率 1/4以内（上限20万円）

申令和8年1月30日まで※予算がなくなり次第終了



消費生活サポーター育成講座

問消費生活センター ☎086-803-1105

申(株)東京リーガルマインド F086-227-7201

消費生活に関する知識と、それを伝える手法を学び、消費生活サポーターとして地域で活動しませんか。詳細はHPをご確認ください。

日①基礎講座12月16日(火)②選択講座12月17日(水)・18日(木)

場岡山国際交流センター（北区奉還町二丁目）

内①消費生活サポーターに必要な基礎知識②ネットリテラシー、金融リテラシー、エシカル消費、最新の消費者トラブル

対市内在住・在勤・在学の人

申住所、氏名、電話番号、メールアドレスをQR・ファクスで11月1日～30日の間に



上道墓園使用許可申請受付

問申生活安全課 ☎086-803-1277

申請期間 11月20日(木)～12月15日(月)

対市内在住者、市に本籍のある人、市の隣接市町在住者

申申請書類一式（HPで入手可）を窓口・郵便で

※申請は1区画のみ ※応募多数の場合は抽選

他詳細は申請スケジュール（11月4日HP公開）、空き墓所情報（11月20日HP公開）をご確認いただくか、同課へお問い合わせください。



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利用額の0.1%が子育て支援として市に寄付されます。寄付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。

販売場所 イオン、マックスバリュ、マルナカ、ザ・ビッグの各店舗ほか

¥300円（税込み）※アプリ「iAEON」での利用の場合は無料（QRからダウンロード可）



安全・安心

防火委員会だより（第101号）

問消防局予防課 ☎086-234-1199

地域住民への防火啓発などを目的とした「防火委員会だより（デジタル版）」が、市連合防火委員会から発行されました。HPからご確認ください。



(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。

相続税の準備、相続登記は大丈夫ですか？

2024年から相続登記が、2026年から住所等変更登記が義務化！

相続税がかかるのかどうか
わからない



どの専門家に相談したらいいかわからない



将来の相続に備えて
対策したい！

土地や建物の名義が
先代のままになっている

吉井財務グループの
税理士・司法書士が窓口ひとつで対応

相続税 贈与税

相続登記 に関する相談

1時間無料



24時間
LINE予約
受付中



税理士法人 吉井財務研究所



司法書士法人 吉井財務

岡山市北区青江1-4-16



受付時間 平日 9:00～17:30

TEL 086-230-4050



秋の火災予防運動（11月9日(日)～15日(土)） 「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

問 消防局予防課 ☎086-234-1199

火災が頻発する冬の時期に備えて、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テンケンの日

県立岡山工業高校協力の下、ポスターを作成し、市内の町内会を通じて掲示をしています。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。

◆特別消防訓練

日 11月7日(金)

場 龍ノ口山（中区四御神）

◆消防車写生画および山火事防止・住宅防火普及啓発に関するポスター作品展示

日 11月7日(金)12時～17日(月)12時

場 イコットニコット（北区駅前町一丁目）



防火・防災に関する講習

問 日本防火・防災協会 ☎03-6263-9903 F 03-6274-6977

◆対面講習

日 ①防火・防災管理新規講習／12月17日(水)・18日

(木)②甲種防火管理新規講習／令和8年1月20日(火)・

21日(水)③防災管理新規講習／令和8年1月22日(木)

場 労働福祉事業会館（北区津島西坂一丁目）

申 HPまたは申込書（同協会HPで入手可）をファクスで①11月5日～12日②11月13日～20日③11月20日～27日の間に

◆オンライン講習

日 ①甲種防火管理新規講習／12月17日(水)～28日(日)

②防火・防災管理再講習／12月17日(水)～21日(日)③

乙種防火管理講習／12月19日(金)～25日(木)

申 HPで①②11月7日～11日③11月14日～18日の間に



市民協働

市民活動リーダー養成講座

問 ESD・市民協働推進センター ☎086-803-1062

✉ esd-smc@googlegroups.com

協働による取り組みづくりを学ぶ講座です。

日 12月6日(土)14時～16時 場 市勤労者福祉センター（北区春日町）

対 市内に活動拠点がある市民活動団体に所属する人

定 先着15人 申 氏名、所属団体、団体所在地、電話番号、メールアドレスを☎・メール・QRで11月28日までに



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 F 086-803-1872

✉ esd-smc@googlegroups.com

日 12月13日(土)13時30分～16時20分（予定）

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賞表彰、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☎・ファクス・メール・郵便・HPで10月24日～12月10日の間に



令和8年度 区づくり推進事業（第1期）

区民が主体的に行う各地域の特色を生かした事業を募集します。採用された事業の経費を一部助成します。詳細は募集の手引きをご確認ください。

対 令和8年4月～令和9年3月実施予定の事業

申 申込書（申し込み先の課で配布。HPからも入手可）を12月1日～令和8年1月13日の間に

◆地域交流部門

問 申 各区役所総務・地域振興課

北区 ☎086-803-1656 中区 ☎086-901-1602

東区 ☎086-944-5038 南区 ☎086-902-3502



部門	内容	補助金限度額	申請事業数
身近な交流部門	小学校区で実施する地域活性化を目的としたイベントほか	上限50万円 (補助率1/2以内)	1小学校区で1事業
広域交流部門	2以上の小学校区で実施する地域活性化を目的としたイベントほか	上限250万円 (補助率1/2以内)	1小学校区で1事業(類似事業がない場合は2事業)

◆地域活動部門

問 申 市民協働企画総務課 ☎086-803-1560

説明会 12月4日(木)14時～16時 場 市役所1階多目的ルーム

事前相談 ESD・市民協働推進センター（同課内）が事前の相談に応じます。希望する場合は月～金曜に電話予約（☎086-803-1062）の上、ご来庁ください。

部門	内容	補助金限度額
地域活動部門	おおむね小・中学校区を単位として、区民が主体的に協働し、地域の課題解決を継続的に図る活動（活動のひろがり期待できる場合は単位町内会でも可）	上限250万円 (補助率1/2以内) ※新規事業の立ち上げ年度に限り4/5以内

スポーツ

おかやまマラソン2025 11月9日(日) 8時45分スタート！

問 おかやまマラソン実行委員会事務局

☎086-226-7904

岡山のまちを大勢のランナーが駆け抜けます。

会場や沿道でランナーを応援して、みんなで大会を盛り上げましょう。

※交通規制情報は本紙折り込みをご確認ください。



◆おかやまマラソンEXPO2025

8日のステージには有森裕子さんが登場！

日 11月8日(土)9時～19時30分・9日(日)9時～15時30分

場 JFE晴れの国スタジアム前広場（北区いずみ町）

※駐車場はありません。公共交通機関でご来場ください。

内 うらじゃ・ダンス・音楽演奏などのステージイベント、岡山のご当地グルメ・特産品の販売・各種体験のブースなど

スポーツ講演会

岡山スポーツ協会 ☎086-235-1280

日12月13日(土)14時30分～

場ピュアリティまきび (北区下石井二丁目)

内「スポーツドクターとして30年の経験から～学生さん・プロの選手・元気な高齢者の生きがいを考える～」

講長尾光城さん (兵庫大学教授)

定100人

申HPで12月8日までに



トライフープ岡山「岡山市民デー」

岡山スポーツ振興課 ☎086-803-1616

トライフープ岡山の応援の輪を広げ、市にも親しみを持ってもらいイベントを開催します。

日12月7日(日)11時30分～

試合 トライフープ岡山VSしながわシティバスケットボールクラブ 14時5分試合開始

場シゲトアアリーナ岡山 (北区いずみ町)

内岡山産の旬の果物などが当たる抽選会、市政PRブースの出展ほか

¥詳細はHP参照



トライフープ岡山と楽しむ「1DAY スポーツアカデミー」参加者募集

岡山スポーツ振興課 ☎086-803-1616

男子バスケットボールチーム「トライフープ岡山」による健康スポーツ教室を開催します。

日12月14日(日)9時30分～11時30分

場シゲトアアリーナ岡山 (北区いずみ町)

対市内・岡山連携中枢圏の市町に在住で、小学生以上の人

定50人 (応募多数の場合は抽選)

申HPで11月24日までに



(広告)

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

(広告)

マンション管理セミナー

参加無料 11/8(土) AM10:00～ 予約制

<会場> 後楽ホテル4F延養の間

講演内容

第1部 マンションセキュリティについて

第2部 塗料と塗装の基礎知識 大規模修繕に向けて

日本ハウズイング株式会社 岡山支店

岡山市北区番山町 3-7 両備番山町ビル 2 階

お問合せ先 **086-221-1511**

マンション管理業：国土交通大臣 (1) 第 034770 号

文化・国際交流

やさしい日本語講座

問申国際課 ☎086-803-1112

外国人に伝わるやさしい日本語を学びます。

日11月17日(月)10時～11時30分

場市役所7階大会議室

定先着70人

申住所、氏名、電話番号を☎で11月10日までに



異文化体験交流会

タイ料理グリーンカレーを作ろう

問申友好交流サロン ☎086-234-5882

F086-234-5878

✉kokusaika_salon@city.okayama.jp

日11月22日(土)14時30分～16時

場出石コミュニティハウス (北区幸町)

対市内在住・在勤の人

定先着15人 ¥500円 (市協議会会員・外国人は無料)

申氏名、電話番号、メールアドレスを☎・メール・ファクスで11月5日～12日の間に



異文化体験交流会

韓服体験と韓国の伝統遊び

問申友好交流サロン ☎086-234-5882

F086-234-5878

✉kokusaika_salon@city.okayama.jp

日12月7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・在勤の日本人および外国人 定先着15人

申氏名、電話番号、メールアドレスを☎・メール・ファクスで11月11日～30日の間に



就労者・求職者

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

介護に関わる約30の事業所が参加予定。詳細はHPをご確認ください。

日11月11日(火)13時～15時30分

場岡山コンベンションセンター (北区駅元町)

対介護関係で就職を希望する人、介護分野に興味のある人

他履歴書不要、服装自由 申☎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
ご利用の方へ

生垣の剪定 (長さ1m 高さ2m)

通常2,200円を
初回限定 1,100円! (税別)

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

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

☎ **0120-61-4128**

図 9:00～17:00

保育のしごと 実習体験研修会

問 岡山県保育士・保育所支援センター

☎086-803-1229

日/場/申

①11月14日(金)/南輝保育園(南区並木町二丁目)/11月7日(金)までに②11月18日(火)/吉備津保育園(北区吉備津)/11月11日(火)までに③11月19日(水)/浜保育園(中区浜一丁目)/11月12日(水)までに ※申し込みは同センター窓口または☎で 時各回9時30分～14時

対 保育資格を有し、市内の保育園などへの就労希望者



11月は「過労死等防止啓発月間」です

問 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※土・日曜、祝日、12月29日～1月3日を除く)

・労働条件相談はっとライン(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

問 申(株)プロセスユニーク

☎0570-026-027 F 052-915-1523

有識者による講演のほか、過労死ご遺族が登壇します。

日 11月26日(水)14時30分～17時

場 岡山国際交流センター(北区奉還町二丁目)

申 HPまたは申込書(HPで入手可)をファクスで



運輸業会社説明会・面接会の開催

問 申 ハローワーク岡山 ☎086-241-3701

日 11月14日(金)14時～15時30分

場 ハローワーク岡山(北区野田一丁目)

内 事業所の担当者から仕事内容のほか、求人票以外の情報も直接聞くことができます。詳細はHP参照

他 履歴書不要、服装自由 申 ☎で



岡山市就職転職サポート 合同企業説明会

問 申(株)穴吹カレッジサービス ☎0120-20-5151

日 12月2日(火)13時30分～16時

場 岡山コンベンションセンター(北区駅元町)

対 市内での就職・転職を希望する人

参加企業 市内企業30社程度(予定) 申 HPで(当日参加も可)



シニアのための就職応援フェア

問 ハローワーク岡山 ☎086-241-3701

問 ハローワーク西大寺 ☎086-942-3212

日 11月17日(月)13時30分～15時30分

場 岡山コンベンションセンター(北区駅元町)

対 おおむね60歳以上で求職中の人

定 先着200人 申 ハローワーク窓口へ10月17日以降に

持筆記用具、参加票、履歴書(なくても可)



シニアのための適職診断フェア

問 申 生涯かつやく支援センター ☎086-225-4080

日 12月10日・17日の各水曜①10時30分～②13時

～③14時30分～ 場 市勤労者福祉センター(北区

春日町)

対 市内在住でおおむね55歳以上の人(生活保護受給者は対象外) 定 各回先着4人

申 ☎で11月28日までに 他 就労相談は常時受け付け中



事業者

公用封筒への広告募集

問 会計課 ☎086-803-1519

令和8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。

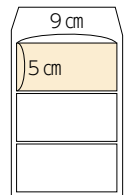
製作枚数 1種類50,000枚

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8年5月(予定)

申 12月19日までに



中小企業向け共済制度のご案内

◆小規模企業共済制度

個人事業主(共同経営者を含む)・会社などの役員が加入できる、小規模企業の経営者のための退職金制度です。

問 (独法) 中小企業基盤整備機構共済相談室 ☎050-5541-7171)

申 最寄りの商工会議所、商工会、青色申告会、金融機関で

◆中小企業退職金共済(中退共)制度

中小企業が加入できる従業員のための退職金制度です。

問 (独法) 勤労者退職金共済機構中退共本部 ☎03-6907-1234) 中退共大阪コーナー ☎06-6536-1851)

申 最寄りの金融機関、委託事業主団体などで

(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。

～司法書士がお応えします～

高齢者・障がい者のための 成年後見相談会

相談例

- ・ひとり暮らしの今後が不安
- ・知的障がいのある子どもの将来が心配
- ・遠方に住む親のことが心配
- ・相続や遺言などについて聞きたい

日時 令和7年11月29日 13:00～16:00

場所 岡山県司法書士会館 2階
岡山市北区駅前町2丁目2-12
(JR岡山駅から徒歩6分)

相談料 無料(一組あたり40分程度)

◆共催: 岡山県司法書士会・(公社)リーガルサポート岡山県支部

◆問合せ先: 岡山県司法書士会事務局
086-226-0470(受付:平日9～17時)

※岡山県司法書士会館には駐車場がありませんので、公共交通機関又は近隣のコインパーキング等をご利用ください。

公益社団法人 成年後見センター・リーガルサポート岡山県支部 岡山市北区駅前町2-2-12

採用

市立保育園・認定こども園の会計年度任用職員

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）を募集しています。詳細はHPをご確認いただくか、お問い合わせください。



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22日(土)9時～12時

場 ピュアリティまきび（北区下石井二丁目）

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、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※全ての職種で経験の有無は不問。

申 ☎で 他当日都合がつかない場合は別途日程調整可能



教育委員会職員募集

問申 教育企画総務課 ☎086-803-1571

詳細は、受験案内（同課で配付。HPから入手可）を確認してください。



試験区分	採用予定人数	職務内容	受験資格	試験日	試験場所	申込期限
司書	若干名	図書館または学校における司書業務など	平成3年4月2日以降生まれの司書の有資格者（資格取得見込者含む）	12月14日(日)	ほっとプラザ大供（北区大供二丁目）	11月20日

会計年度任用職員募集

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	時給：1,063円（週20時間未満）	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。

岡山市立総合医療センター
（岡山市立市民病院）採用試験

問申 市立総合医療センター人事課 ☎086-737-3000

詳細は募集案内（HPから入手可）をご確認ください。検査技師、事務職員など他の職種もHPで募集しています。



試験区分	採用予定人数	受験資格	試験日	申込期間	申し込み方法
嘱託臨床工学技士（正規登用あり）	2人程度	令和8年3月31日までに学校などを卒業する見込みで、当該免許取得見込みの人	12月10日(水)	10月27日(月)～11月26日(水)	受験申込書（HPから入手可）を郵便または窓口へ

相談のコーナー

法律

くらし

経営

お悩みごと

※予約の記載がないものは予約不要

もの忘れ相談会（無料・要予約）

問申 北区北地域包括支援センター ☎086-251-6523

日 11月7日・21日の各金曜13時15分～15時45分

場 岡山赤十字病院（北区青江二丁目）

内 もの忘れ、認知症に関する相談

申 ☎で3日前までに



セミナーおよび専門職による無料相談会

問申 岡山県立図書館 ☎086-224-1317

日 11月16日(日)13時～16時30分

場 県立図書館（北区丸の内二丁目）

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

住宅よろず相談（無料・要予約）

問申 県建築士会 ☎086-223-6671

日 11月8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

岡山・空き家を生まないプロジェクト無料相談会（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16日(日)9時30分～15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・管理・処分、相続（終活）など

11月・12月養育費・親子交流相談（無料・要予約）

問申 こども福祉課 ☎086-803-1221

日 11月25日・12月23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）

申 ☎で開催日の4日前17時までに

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）

岡岡山地方方法務局人権擁護課 ☎086-224-5761

日 時	場 所
11月4日(火)13時～16時	ウェルポートなださき
11月12日(水)9時30分～12時	高松地域センター
11月20日(木)13時30分～15時30分	一宮地域センター

中小企業向け融資・経営相談会（無料・要予約）

●創業相談会

問日本政策金融公庫岡山支店 ☎0570-076541

日～金曜（祝日を除く）9時～17時

場公庫岡山支店（北区柳町一丁目）

内創業、経営の多角化、融資相談 申公庫HPで事前に

●岡山南商工会 ナイター創業相談会

問申岡山南商工会本部 ☎086-296-0765

日11月13日(木)18時～21時

場岡山南商工会本部（南区藤田）・各支所

内創業計画、創業資金、補助金、経理・税金など

▶▶ 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（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 遺言・相続問題全般 ※同一案件は1回限り	相談用電話 ☎086-235-1115	岡山弁護士会 ☎086-223-4401
高齢者・障害者法律相談 【弁護士】（要予約）	毎週金曜13時～16時10分（第1土曜日の前日を除く） 相続、遺言、金銭貸借、財産管理など 1年度に1回まで	ひまわり福祉会館 （北区大供二丁目）	市社会福祉協議会 相談予約電話☎086-201-0171
面談相談【司法書士】 （要予約）	毎週火・木曜（祝日を除く）17時～19時、 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～木曜（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～木曜（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】	11月20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
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・確定申告に関する事前相談（簡易な事案に限る）	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
相続・登記・ 成年後見相談 【司法書士・土地家屋調査士】	11月12日・26日の各水曜10時～16時（土地家 屋調査士相談は13時から） 土地・建物の相続・ 登記・境界問題、高齢者・障害者などの成年後見	（12日）市勤労者福祉 センター（北区春日町） （26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
相談 【マンション管理士】 （要予約）	11月12日(木)13時～16時 マンション生活・管理組合運営などの相談	市勤労者福祉センター （北区春日町）	県マンション管理士会 ☎090-7133-6309
相談 【社会保険労務士】	11月26日(木)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26日(木)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月および祝日の ときは第2土曜） 高齢者・障がい者の悩み全般 ※電話相談は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。

問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10日(月)13時～14時	さんかく岡山
	11月14日(金)13時～15時	南公民館
	11月20日(木)13時～15時	中区役所
御津	11月10日(月)13時～15時	御津支所
興除	11月10日(月)10時～12時	興除地域センター
藤田	11月11日(火)10時～12時	藤田公民館
高松	11月12日(水)9時30分～12時	高松地域センター
妹尾	11月13日(木)13時～15時	箕島コミュニティハウス
足守	11月18日(火)10時～12時	足守公民館

地 区	日 程	場 所
上道	11月18日(火)10時～12時	上道地域センター
西大寺	11月19日(水)13時～15時	東区役所
建部	11月20日(木)13時30分～15時30分	建部町公民館
一宮	11月20日(木)13時30分～15時30分	一宮地域センター
瀬戸	11月20日(木)13時～15時	瀬戸公民館
福田	11月20日(木)13時～15時	福田公民館
津高	11月21日(金)13時～15時	津高地域センター
灘崎	12月1日(月)13時～16時	灘崎公民館

施設ガイド



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 ㊟086-201-8004

チケットについて☎086-201-2200

開館時間 9時～20時

(催事により22時)

休館日 不定休



中国銀行ドリーミーコンサート 親子deクラシック

㊟12月7日(日)11時～

¥【全席指定】おとな(満18歳以上)

1,000円、こども(満4歳以上) 500円

指揮 岡本陸 管弦楽 岡山フィルハーモニック

管弦楽団

岡山フィルハーモニック管弦楽団特別演奏会

㊟12月14日(日)14時～

¥S席 5,500円、ユース (19歳未満、25

歳未満の学生) 1,000円

ソリスト・コンサートマスター 福田廉之介

曲名 エルガー／序奏とアレグロ ほか

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



カルチャゾーン40周年記念 3館連携展示 雲の旅～備前の名刀を追って～



重要美術品 太刀 銘 雲生 (林原美術館蔵)

©林原美術館 TSC create

県立博物館、林原美術館、岡山城の3館ほぼ同時期の会期で雲類25点を主展示とした、全国で初めての展覧会を開催中です。

㊟11月30日(日)まで

¥一般400円、小中学生100円

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(うま)の色付け



㊟12月1日(月)～28日(日)の各日①10時～12時 ②14時～16時

肉焼成済みの干支の置物に、自由に絵の具で色を塗る

定先着150人 ¥700円

㊟11月13日以降に

他作品は当日持ち帰り可。横幅約8cm

岡山シティミュージアム

〒700-0024 北区駅元町15-1

☎086-898-3000 ㊟086-898-3003

✉okayama-city-museum@city.okayama.jp

開館時間 10時～18時

休館日 月曜(祝日の場合は翌平日)



岡山シティーミュージアム開館20周年記念 常設展

「していきみゅーで発見! 岡山の魅力!

2025年秋」

期間 12月14日(日)まで

¥一般310円、高校・大学生210円

<関連イベント>

講演会「岡山における弥生時代から古墳時代の塩づくり～南方遺跡から八幡大塚古墳の時期を中心に～」

㊟11月29日(土)14時～15時30分

定70人 ㊟11月5日以降に

上映会「岡山の『昭和100年』

もの言わぬ証言者たち

～おかでんと懐かしの建物たち～」

㊟12月6日(土)14時～15時30分

定70人 ㊟11月18日以降に

講演会「鬼ノ城から読み解く瀬戸内の

古代山城

～今見えてきた古代国家の防衛ライン～」

㊟12月13日(土)14時～15時30分

定70人 ㊟11月21日以降に



展覧会の来場者全員に20周年記念缶バッジをプレゼント! 3種類のうち、どれがもらえるかは楽しみに。

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

オータムコンサート

㊟11月22日(土)11時～12時

定親子先着30組

㊟11月13日以降に

心と体のリラクゼーション&呼吸法

㊟11月30日(日)10時30分～11時30分

定親子先着15組

㊟11月20日以降に

クリスマスコンサート

㊟12月6日(土)14時～15時

定親子先着30組

㊟11月27日以降に

オリエント美術館

〒700-0814 北区天神町9-31

☎086-232-3636 ㊟086-232-5342

✉orient@city.okayama.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、オリエント」

㊟11月24日(休)までおよび12月2日(火)～令和8年2月8日(日)

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

「古物のひとりごと」

㊟11月24日(休)まで ¥館蔵品展入館料のみ

「三彩～オリエント美術館の陶器コレクション～」

㊟12月2日(火)～令和8年2月8日(日)

¥館蔵品展入館料のみ



多彩釉刺線文皿 11世紀 イラン北東部

ワークショップ

「円筒印章をつくろう」「オリジナル缶バッジをつくろう」など

㊟11月15日・22日、12月6日の各土曜 13時30分～15時30分

¥館蔵品展入館料(一部有料プログラム)

学芸員によるギャラリートーク

㊟11月22日(土)14時～15時

¥館蔵品展入館料のみ

見学会・講演会

「DOCOMOMO Japan 選定記念

オリエント美術館建築見学会・講演会」

㊟11月24日(休)14時～16時

定先着30人 ¥館蔵品展入館料のみ

㊟JIA岡山建築家協会岡山地域会事務局へ

メール(okajia@optic.or.jp) または

ファクス(086-233-8351)で

特別講演会

「東京教育大学、筑波大学の西アジア

考古学調査50年」

㊟12月6日(土)13時30分～15時

定先着50人 ¥館蔵品展入館料のみ

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

企画展をより楽しめる噺

㊟11月15日(土)13時30分～15時

定60人 ㊟11月4日以降に

記号説明

F II ファクス

日 II 日程

時 II 時間

場 II 場所

内 II 内容

講 II 講師

対 II 対象

定 II 定員

¥ II 費用など

持 II 持参品

申 II 申込

他 II その他

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）



木の実を使った工作教室

回 12月7日(日)10時～12時（雨天決行）
対 小学生以上 定 先着10人
¥700円（保険代含む）
持 軍手・ハサミは必須、リボン、ドライ
フラワーなどを持参しても可
申 住所、氏名、年齢、電話番号を窓口・
郵便・ファクスで11月30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「うま」の土鈴に絵付けをしよう

回 11・12月の開館日①9時30分～②12
時30分～③14時30分～（制作時間90
分まで）
定 各回先着8人（各月80点限定）
¥1,300円 申 込で事前に
他 サイズは高さ約11cm×横12cm。作品
は当日持ち帰り

ガイドと歩く秋の陣屋町足守



回 11月8日(土)10時～13時（体験ありの
場合14時30分）
場 足守町並み保存地区一帯、洪庵茶屋、
足守プラザ
内 秋の町並みを巡りランチ、干支の絵付
け体験（希望者）
定 先着30人
¥大人2,300円、小学生以上1,800円（絵
付け体験は別途1,300円）
申 込で11月5日12時までに
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



回 11月29日(土)①10時～②12時30分～
③14時30分～（制作時間90分まで）
定 各回先着10人 ¥1,900円
申 込で11月22日までに
他 高さ約18cm。作品は当日持ち帰り

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）



建部古道歩き

回 11月23日(祝)9時30分～11時30分
場 めだかの学校・法寿山（212m）
内 建部古道歩き（古墳・神社見学）、自
然観察
対 市内在住の小学生以上（未成年は保護
者同伴）
定 先着20人
申 込で10月23日～11月20日の間に

キャンドル作り

回 12月7日(日)①9時30分～②13時～
対 市内在住の小学生と保護者
定 先着20人
¥1個700円
申 込で11月7日～12月4日の間に

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.jp
開館時間 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

「猫と私と、もう1人のネコ」
回 11月20日(木)・21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 込で事前に

市民協働事業

「子どもは日々成長中！子育ての「なんで？
どうする？」をひもとく3日間」
回 11月27日(木)（性教育編）、12月22
日(月)（発達編）、令和8年1月21日(水)
（関わり方編）の各日10時～12時
定 各回先着50人
申 込・ファクス・メール・窓口で事前に
他 託児あり（要申し込み・定員あり）



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

回 12月25日(木)14時30分～27日(土)14時
30分（2泊3日）
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）
¥1人6,500円（保険代含む）
申 必要事項（HP参照）を往復はがきで
11月21日までに（連名不可）



図書館

〒700-0001 北区二日市町56

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）



中
央

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

読書週間 電一郎先生のかわいい電気工作教室

回 11月8日(土)14時～16時
対 小学生（3年生以下は保護者同伴）
定 先着12人 ¥250円

申 窓口・☎で10月25日以降に

赤ちゃん絵本読み聞かせ体験

回 11月12日(水)・22日(土)の各日10時30分～
11時 対 1歳くらいまでの子どもと保護者
郷土展示「足守の歴史を彩る人々」

回 11月20日(木)～12月28日(日)

えほんのじかん

回 11月26日(水)15時～15時30分

おやおたのしみ会

回 11月28日(金)10時30分～11時

対 1歳～3歳くらいまでの子どもと保護者

定 先着15組 申 窓口・☎で11月11日以降に
にんぎょうげき

回 11月29日(土)15時～15時40分

おはなしのじかん（ストーリーテリング）

回 12月6日(日)11時～11時30分

子ども写真撮影教室

回 12月6日(土)14時～16時

対 小学生（保護者同伴） 定 先着7組

申 窓口・☎で11月22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

影絵

回 11月8日(土)15時～15時45分

アンサンブルミニコンサート

回 11月15日(土)15時～15時30分

おはなしの会

回 11月16日(日)15時～15時30分

英語でえほんのじかん

回 11月30日(日)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

回 11月16日(日)11時～11時30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

えほんのじかん

回 11月26日、12月3日の各水曜14時～
14時30分

おはなしのじかん

回 11月30日(日)11時～11時30分

浦安読書サークル

回 12月5日(金)13時～15時

かみしばいのじかん

回 12月7日(日)11時～11時30分

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22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8日・22日の各土曜14時～14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

11月19日、12月3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・第2日曜、祝日

おはなし会

11月8日・15日・22日の各土曜11時～11時30分

おはなしのじかん

12月6日(土)11時～11時30分

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

こどものじかん

11月8日・22日の各土曜15時～15時30分

赤ちゃん絵本読み聞かせ体験

11月12日(木)11時～11時30分

対1歳くらいまでの子どもと保護者

申窓口・☎で10月29日以降に

えほんのじかん

11月26日(木)15時～15時30分

教養講座「西大寺のはじまりと奇跡の物語」

12月6日(土)10時～12時

定40人程度 申窓口・☎で11月20日以降に

視聴覚 〒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・第2日曜、祝日

企画映画会2「凍える鏡」

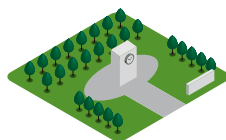
11月11日(火)14時～15時40分

定90人程度 他詳細はHP参照

名作映画会「レンタル×ファミリー」

11月30日(日)14時～15時47分

定90人程度 他詳細はHP参照



公園協会からのご案内



A 浦安総合公園西地区

〒702-8025 南区浦安西町148-1
☎086-261-8588 ☎086-262-9589

開館時間 9時～17時

B 岡山市半田山植物園

〒700-0004 北区法界院3-1
☎086-252-4183 ☎086-252-2208

開園時間 9時～16時30分

休園日 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
☎086-270-3308 ☎086-270-8353
esatoyama@okayama-park.or.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)

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
☎086-944-8716 ☎086-944-8715
info-hyakka@okayama-park.or.jp

開館時間 9時～21時

休館日 月曜 (祝日の場合は翌平日)

	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(水)①10時～②13時30分～ (各回1時間30分) 定各回先着16人 ¥2,000円 申☎で11月5日以降に
	展示 半田山もみじ展	11月22日(土)～12月8日(月)の各日9時～ 16時 (休園日を除く)
B 半田山	四季と自然を楽しむ会	11月13日(木)9時30分～11時30分 ¥入園料のみ
	秋バラ鑑賞会	11月13日(木)13時30分～15時 定10人 ¥入園料のみ 申窓口・☎で11月5日以降に
	子ども自然教室 木の実とタネであそぼう	11月22日(土)10時～11時30分 定家族先着10組20人 ¥入園料のみ 申窓口・☎で11月5日以降に
	半田山のもみじ狩り	11月28日(金)10時～11時30分 定10人 ¥入園料のみ 申窓口・☎で11月10日以降に
C 里山センター	里山の森林観察会	11月15日(土)9時30分～12時 対15歳以上 定先着10人 ¥200円 申窓口・☎で
	楽しく里山の自然発見	11月27日(木)10時～15時 対15歳以上 定先着20人 ¥200円 申窓口・☎で
D 百花プラザ	公園の植物みてあるき	11月29日(土)10時～11時 申窓口で当日9時50分以降に
	秋の星空教室～半月と15年に 1回しか見えない！ 輪がない 土星をみよう～	11月29日(土)17時～19時 対小学生以上 (小学生は保護者同伴) 定先着25人 ¥高校生以上300円、中学生 以下200円 申☎で11月2日以降に

(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)

剪定
伐採
草刈

岡山店

はやぶさ造園

無料 お見積り・出張費

樹木1本から でも対応可能です

0120-737-739 営業時間
8:00～20:00 (不定休)
岡山県岡山市南区芳泉4丁目10-17
運営/株式会社UTO TEL/086-959-4868

暮らしを
彩る

器フェア

in
コンベックス岡山

2025年 12月11日(木)▶15日(月) 10:00～17:00
最終日は16:00まで(入場は閉場30分前まで)
コンベックス岡山 大・中展示場 【入場料】600円 ※高校生以下無料

お問い合わせ先 コンベックス岡山 086-292-6111 器フェア 検索

共催 テレビせとうち CONVEX岡山 山陽新聞社 ティ・シー・シー
(株)ティ・シー・シー 岡山市北区本町6-36 電話:086-231-0111



公民館からのご案内

申し込みが必要な講座などは、窓口・☎・ファクスで各公民館へ

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
操山公民館 〒703-8236 中区国富三丁目9-12 ☎/☎086-271-5030	第4回 操山公民館まつり	☎11月15日(土)・16日(日)の各日9時30分～15時 内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
岡西公民館 〒700-0054 北区下伊福西町1-48 ☎/☎086-253-7581	第46回 岡西公民館文化祭	☎11月15日(土)9時30分～16時・16日(日)9時30分～15時30分 内作品展示、実技発表、健康コーナー（15日15時まで）、茶席（16日11時～14時）ほか
北公民館 〒700-0081 北区津島東一丁目3-14 ☎/☎086-254-4633	第44回 北公民館まつり	☎11月15日(土)10時～16時・16日(日)10時～15時 内作品展示、発表、販売など
一宮公民館 〒701-1211 北区一宮638-1 ☎/☎086-284-6224	やさしい日本語講座	☎11月29日(土)10時～12時 内外国人や子どもにも分かりやすい言葉や表現で伝える大切さ、方法を学ぶ 定20人 申必要
津高公民館 〒701-1144 北区栢谷1677 ☎/☎086-294-4222	令和7年度 津高公民館文化祭	☎11月15日(土)9時30分～16時・16日(日)9時30分～15時30分 内クラブ講座の作品展示・ステージ発表・即売・飲食・抽選会
高松公民館 〒701-1346 北区津寺104 ☎/☎086-287-2057	第53回 高松文化まつり	☎11月8日(土)9時30分～16時・9日(日)9時30分～15時 内作品展示、実技発表、お茶席、体験、販売など
吉備公民館 〒701-0153 北区庭瀬416 ☎/☎086-293-2170	第55回 吉備文化祭	☎11月8日(土)8時50分～16時・9日(日)9時30分～16時 内クラブ講座生による展示・実技発表・茶席など
旭東公民館 〒704-8183 東区西大寺松崎310-1 ☎/☎086-943-1154	男の料理	☎11月20日、令和8年1月15日、3月19日の各木曜10時～13時 定16人 申材料代3,000円（3回分）を添えて11月13日までに
操南公民館 〒702-8006 中区藤崎201-4 ☎/☎086-276-7898	「病院なんか行かん！」と言われたら？～認知症“かも”から始まる家族の対応～	☎11月20日(木)10時～12時 内認知症が心配な人への声かけ、タイミング、相談先などについての話 定20人程度 申必要
山南公民館 〒704-8132 東区邑久郷688 ☎/☎086-946-8165	ラジオ体操1級指導士が語る！ラジオ体操のコツあれこれ	☎11月10日(月)10時～12時 内お話のあと後半は飲み物を楽しみながら交流 定先着20人 ¥100円(飲み物代) 申11月8日までに
御南西公民館 〒700-0951 北区田中157-110 ☎/☎086-244-1855	第29回 御南西公民館文化祭	☎11月15日(土)9時50分～16時・16日(日)10時～15時 内クラブ講座の作品展示・実技発表ほか
旭公民館 〒700-0806 北区広瀬町3-26 ☎/☎086-224-0515	「ウキウキ岡山 宇喜多家に迫る」第3弾	☎11月30日(日)9時30分～12時 内大学生や岡山おもてなし武将隊とゲームやクイズをしながら、宇喜多家ゆかりの地約3kmを巡る 申必要
岡輝公民館 〒700-0865 北区旭本町1-80 ☎/☎086-222-0855	岡輝公民館まつり	☎11月15日(土)9時30分～16時・16日(日)9時30分～15時 内作品展示、実技発表、飲食、喫茶、小学生向けワークショップ
建部町公民館 〒709-3111 北区建部町福渡496-1 ☎086-722-2212 ☎086-722-2160	第45回 建部町文化祭	☎11月22日(土)10時～16時・23日(日)10時～15時30分 内展示、発表、体験 場建部町文化センター（北区建部町建部）他23日10時～15時にマルシェ開催
瀬戸公民館 〒709-0861 東区瀬戸町瀬戸54-1 ☎086-952-4146 ☎086-952-4163	貸し切りバスで行く！郷土の歴史・文化の体験・視察研修	☎11月11日(火)9時～16時 内夢二生家記念館・少年山荘・寒風陶芸会館ほか 定先着30人 ¥5,000円 申窓口で

(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)

美術品・骨董品
鑑定・査定 無料

お宝なんでも鑑定会

岡山 11/7(金) 10:00
岡山プラザホテル
15:00 岡山市中区浜2-3-12 3階

香川 11/8(土) 11:00
穴吹学園ホール
16:00 高松市屋島西町2366-1 2階

11/9(日) 10:30
ハイスタッフホール
15:00 観音寺市観音寺町甲1186-2 1階

◎予約優先制 ◎ご売却の場合は本人確認書類が必要となります

本郷美術骨董館®
ご予約 0120-518-100
神戸芦屋支店:兵庫県芦屋市上宮川町9-7
東京都公安委員会許可 第305471009552号 美術商 (株式会社社染谷尚人事務所)

LINE 鑑定

空き家
アパートの空室

つばめ不動産に任せて
有効活用
させて頂けませんか？

弊社がリフォーム費用を負担します！

7年間は家主負担は0円、8年目以降は家賃収入が得られます！

管理会社変更不要！ 入居付け費用不要！

※弊社は岡山市指定「空家等管理活用支援法人」です。

岡山市南区福田 100番地【岡山県知事(3)第5357号】

株式会社 つばめ不動産 ☎086-236-7000

水曜休：10時半～17時
担当 虫明



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みます



岡山ふれあいセンター

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

西大寺ふれあいセンター

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

北ふれあいセンター

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

西ふれあいセンター

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

南ふれあいセンター

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

ウェルポートなださき

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

- 講座** ・申し込みは、講座名、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を窓口・郵便・ファクス・メールで。
・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	介護職スキルアップ研修「若年性認知症の理解と支援」	12/14(日)	10:00～12:00	1,800円	11/30
	子育て応援ボランティア養成講座	11/25(火)～全4回	10:00～12:00	840円	11/11
	シニアのためのピラティス（3期）※1	12/6(土)～全11回	10:15～11:30	9,020円	11/20
西大寺	高齢者知識習得講座「生活に取り入れたいトレーニング『足ゆびで身体が目覚める!!』」※1	11/20(木)	10:00～11:30	820円	11/10
	介護職スキルアップ研修「介護職のための看取りケア～安心して穏やかな看取りをするために～」	12/6(土)	14:00～16:30	2,700円	11/22
北	ママのための産後おやこヨガ※2	11/21(金)～全7回	13:30～14:45	5,740円	11/11
西	岡山市安全・安心ネットワーク 健康づくり分野「骨粗鬆症を防ぐ生活」	11/27(木)	14:00～15:30	無料	11/17
	みんなで一緒にいきいきレッスン！健康づくりのための筋トレ教室※1	12/4(木)～全3回	14:00～15:15	2,460円※3	11/24
	親子で一緒にクリスマスリースづくり※7	12/7(日)	10:00～11:30	820円※5	11/27
	大人の折り紙教室※1	12/9(火)	10:00～12:00	820円※6	11/29
	親子でつくろう！クリスマスのデコ巻き寿司※4	12/13(土)	9:30～12:30	1,230円※5	11/27
	季節の園芸教室～迎春の寄せ植え～※1	12/19(金)	10:00～12:00	820円※5	12/9
なださき	介護職プロフェッショナル養成研修 コーチング研修	12/11(木)	14:00～16:00	1,800円	11/27
	介護職ファーストステップ研修 人権と尊厳を支える介護/自立に向けた介護	12/13(土)	10:00～12:00	1,800円	11/29

※1…65歳以上優先 ※2…首がすわった3カ月～1歳未満の子どもと母親 ※3…1回のみ受講も可（受講料820円） ※4…小学生と保護者（保護者1人につき子ども2人まで） ※5…別途材料代必要 ※6…別途材料代500円程度必要 ※7…3歳以上小学生以下の子どもと保護者（幼児1人、小学生2人まで）

催し 問い合わせは各センターへ

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6日(土)15時～17時 定40人

申11月25日までに 他小学生以上（小学生は保護者同伴）

西ふれあいセンター

西ふれあいまつり

☎11月16日(日)10時～15時 内移動動物園、福祉の店ほか

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21日(金)～11月30日(日) 内西大寺高校写真部による写真展 他詳細はチラシ・HPで

南ふれあいセンター

南ふれあいまつり

☎11月23日(祝)10時～15時 内ステージパフォーマンス、体験ブース、ゲームコーナー、フードや雑貨販売など

ウェルポートなださき

マンズリーステージ第25回「音のひろば」

☎11月22日(土)13時30分～15時 内公募した市民によるコンサート 他詳細はチラシ・HPで

WAKUWAKUワークショップ

☎12月7日(日)10時～12時 内チョークアート、レーザーフラット、マカロンキーホルダーづくりほか

¥500円～1,500円程度

記号説明

F Ⅱ ファクス

日 Ⅱ 日程

時 Ⅱ 時間

場 Ⅱ 場所

内 Ⅱ 内容

講 Ⅱ 講師

対 Ⅱ 対象

定 Ⅱ 定員

¥ Ⅱ 費用など

持 Ⅱ 持参品

申 Ⅱ 申込

他 Ⅱ 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

診療
一口メモ

健康ちょっといい話

五十肩について

岡山市医師会

「五十肩」というのは正式な医学用語ではなく医学的には「肩関節周囲炎」または「凍結肩」と呼ばれます。中年以降、特に50歳前後に多くみられ、肩の関節を動かすための腱やその周りの組織が年齢とともに傷んで炎症を起こすのが主な原因と考えられています。多くの場合、1～2年ほどで自然に良くなります。ただし、似た症状を示す病気に、石灰性腱板炎（すじにカルシウムがたまる病気）、腱板断裂（肩のすじが切れる）、上腕二頭筋長頭腱損傷（力こぶのすじの障害）などがあり、区別が必要です。

肩関節周囲炎の経過としては、

- 1.急性期（数週間～数カ月）は炎症が強くなり、痛みが悪化する時期です。特に夜に痛みが強く、眠れないこともあります。三角巾などで腕を休ませたり、痛み止めの薬や注射で症状を抑えます。
- 2.拘縮期では炎症や痛みは少しずつ治まりますが、肩の動きが硬くなってきます。この時期は無理に動かすと逆効果なので、温めたり、軽く動かす程度にとどめます。
- 3.回復期になると肩の硬さと痛みがだんだん良くなってきます。この時期は運動療法として肩をしっかりと動かすことが大切です。ここで運動をきちんとしないと、肩の動きが元に戻らず生活に支障が残ることがあります。

注意点として、なかなか良くならないときは、レントゲン・MRI・超音波検査などでしっかり原因を調べることが大切です。

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6年5月生、3歳児健診＝令和4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で事前に 他託児なし



月 日	開催時間	場 所	申込受付開始日
12月2日	各日2回開催 ①11:00～12:00	東区保健センター	11月2日
12月9日	②14:00～15:00	中区保健センター	11月9日

こころの健康相談

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

※医療機関を受診している人はご遠慮ください。ご家族の相談も可能。

月 日	相談時間	場 所
11月18日	13:30～15:00	南区南保健センター
11月27日	13:30～15:00	北区北保健センター
12月4日	13:30～15:00	北区中央保健センター
12月12日	13:30～15:00	中区保健センター

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	時 間	場 所
11月10日	9:30～12:30	北区中央保健センター
11月17日	13:30～16:30	東区保健センター
11月18日	13:30～16:30	北区北健センター
11月20日	12:30～15:30	中区保健センター
11月21日	9:30～12:30	南区西保健センター
11月27日	13:30～16:30	南区南保健センター

日曜日に助産師がお母さんと赤ちゃんを支援します

健康づくり課

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

岡山ふれあいセンター

（中区桑野）



集団検診での感染対策にご協力ください

・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51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31年4月2日以後生まれ）1,050円、70歳以上（昭和31年4月1日以前生まれ）500円

※65～69歳で後期高齢者医療保険に加入していることが分かる書類を提示した人は500円。「無料券」持参者は無料。

対本人確認書類、胃がん検診票、自己負担金または無料券

他検査前の食事（固形物）は前日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。受診には検診機関による基準があります。詳細はHPをご確認ください。

地区	月日	受付時間	場所
福浜 (福浜・平福)	11月10日	7:30～9:00	福浜公民館
西大寺	11月11日	7:30～9:00	東区保健センター
中山(一宮)	11月27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

問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7年度に40、50、60、66歳になる人は無料）。

対受診券、岡山市国民健康保険の加入を確認できるもの（マイナ保険証または資格確認書）

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

問健康づくり課 ☎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

問健康づくり課 ☎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

問感染症対策課 ☎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制定されました。

一人一人がエイズの正しい知識を持ち、身近なものとして語り合うことで、感染の早期発見、治療につながることを目指しています。ぜひこの機会に検査を受けてみませんか。

パネル展

日11月28日(金)～12月1日(月)

場市役所1階市民ホール

エイズ・性感染症検査（夜間即日・要予約）

日12月1日(月)・2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QRで



HPVワクチン無料接種 ラストチャンスをお忘れなく

問感染症対策課 ☎086-803-1262

HPVワクチン（子宮頸がん予防ワクチン）のキャッチアップ接種と高校1年相当の人の定期予防接種の接種期間が令和8年3月31日で終了します。

HPVワクチンは、3回接種（15歳未満でシルガード接種を開始した人を除く）で、2回目と3回目の接種には3カ月以上の間隔をあける必要があります。早めの接種をご検討ください。詳細はお問い合わせください。

対次の条件を満たす人

①平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性（令和4年4月1日～令和7年3月31日に1回以上HPVワクチン接種をしている人に限る）

②平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれの女性（高校1年相当）



さわやか健康ひろば～健康市民おかやま21普及啓発イベント～

問南区南保健センター ☎086-261-7051

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、肌年齢などが分かる健康チェックコーナー、医療・介護コーナー、歯科コーナー、がん予防コーナー、ニュースポーツや車いす体験ができるふれあいコーナーなど、参加するだけで自然に健康になれるコーナーが多数あります。また、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。

日12月7日(日)10時～12時

場南ふれあいセンター（南区福田）

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

◇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

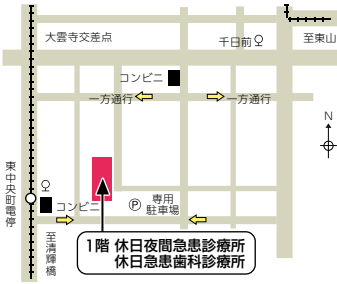
9:30～11:30、12:30～16:30、
20:00～22:30

【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

◇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。

▶救急医療電話相談

医療機関に受診するかどうか迷った際、看護師などが
電話で相談に応じ、適切な助言を行います。

【おとな】 ☎#7119 または ☎086-222-7119

【こども】 ☎#8000 または ☎086-801-0018
(15歳以下)

◇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。

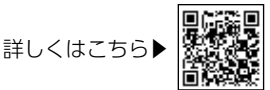
◇受付時間 土・日曜、祝日、年末年始 8:30～翌朝8:30
平日の月～金曜 17:00～翌朝8:30

▶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7年11月】診療時間 9時～17時（休憩時間12時～13時）

- ・やむを得ない事情で当番医がかわる場合がありますので、受診の前にご確認ください。
- ・「小児科」受診の際は、事前に各当番医へ受診可能かご確認ください。
- ・休憩時間は診療の状況に応じて変わる場合があります。往診はできません。



	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2日	内科小児科 吉岡医院 ☎275-4111 中区国府市場	尾上内科・ 循環器内科医院 ☎238-1080 北区久米	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)※4 ☎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	さとう内科 クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
祝日 11月3日	吉岡内科医院 (内科) ☎272-0353 中区国富	藤本循環器内科 クリニック ☎222-1505 北区北方一丁目	ふじわら クリニック 内科小児科 ☎942-3520 東区中川町	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	深井医院 ☎287-2011 北区高松	南岡山 医療センター (内科) ☎086-482-1121 早島町早島	池田医院 (内科) ☎362-3100 南区彦崎
第2日曜 11月9日	おかやま内科 糖尿病・健康長寿 クリニック ☎272-1439 中区中納言町	岡山みなみ クリニック ☎250-5882 南区浜野二丁目	津田内科 小児科医院 (内科) ☎278-4123 東区古都南方	山陽クリニック (内科小児科) ☎086-955-7111 赤磐市上市	前田医院 (内科) ☎284-7676 北区櫛津	河原内科医院 ☎086-480-1112 早島町早島	あいあいえん 診療所(内科) ☎086-470-2000 倉敷市串田
第3日曜 11月16日	高屋クリニック (内科) ☎271-0055 中区高屋	にいや内科 クリニック ☎803-2189 北区北方二丁目	陽クリニック (内科小児科) ☎943-8778 東区西大寺新地	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	済生会 吉備病院 (内科) ☎287-8655 北区高松原古才	かりや内科 (内科) ☎250-2017 北区庭瀬	葵クリニック (内科) ☎728-0008 南区藤田
第4日曜 11月23日	さつき内科 クリニック ☎206-1351 中区西川原	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	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	山下クリニック (内科) ☎284-5511 北区櫛津	せのお病院 (内科) ☎282-1211 南区妹尾	庵谷医院 (内科) ☎086-485-0057 倉敷市林
祝日 11月24日	ゆうゆう クリニック (内科) ☎275-7716 中区賞田	酒井内科 小児科 (内科) ☎255-2131 北区白石西新町	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)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	西村内科 小児科医院 ☎287-6886 北区加茂	木下医院 せのお駅前 ☎282-1188 南区東畦	寺沢クリニック (内科) ☎281-7211 南区東畦
第5日曜 11月30日	桜のみち内科 クリニック ☎275-2227 中区中井	たなか内科 診療所 ☎259-1551 北区田中	藤原内科 循環器科医院 (内科) ☎942-2173 東区西大寺東三丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	福本クリニック (内科) ☎284-8811 北区首部	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

※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
※4 赤磐医師会病院内に設置されていますが、運営は医師会本体です。連絡先にご注意ください。

外装リフォーム 2024年度KFケミカル 岡山施工実績 No.1
ワールドセラシリーズ

外壁塗装 屋根工事 雨漏り・防水



訪問販売一切なし 創業26年 施工実績3,000件超! ※2025年5月時点

minan

株式会社 ミナン

お問い合わせはこちら

営業時間▶9:00~18:00 定休日▶水曜日

Instagram

LINE

本店▶岡山市北区今7丁目22-22 中央店▶岡山市中区円山90-9 YSタウン円山101

通話料無料

0120-957-951



お金を借りたことがある方へ

消費者金融やカードローンを2010年以前に利用していれば、
過払い金が発生し、返金の可能性があります。

ひとつでも心当たりがあればお電話ください

いつ・いくら借りたか記憶があいまい

亡くなった家族が借金をしていた

借金の返済に追われて、生活が苦しい



梅木和美
司法書士

安藤静香
司法書士

小林紹恵
司法書士

私たちが親身になって対応します

払い過ぎたお金が戻ってくる・毎月の返済額を減らせる可能性もあるためご相談ください。



司法書士法人

杉山事務所

相談
無料

0120-10-2877

携帯からも
カンタンに
無料診断!



【主たる事務所】東京都新宿区新宿2-13-12 代表司法書士 杉山一穂 東京9453号 簡裁代理認定番号512093号 東京司法書士会所属
※司法書士が扱える案件は1件につき140万円以下に限る ※正式な手続きの際には司法書士との面談が必要 年中無休9:00~19:00