

まちとつながる

市民のひろば おかやま

11
Nov.2026
No.1490



特集記事 これで新庁舎がまるわかり！（P2）

折り込み おかやまマラソン2026交通規制

TOPICS

- ✓ 令和8年度岡山市表彰式（P6）
- ✓ イルミネーションを見に行こう！（P11）

広報紙のアンケートにご協力ください。
抽選で10名様に「ミコロ・ハコログッズ」を
プレゼント！



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15ページをご確認ください。

市公式LINE



市公式YouTube



これで新庁舎がまるわかり！

高さ約87m、地上17階（中2階含む）・地下2階からなる新庁舎が完成しました。
まちづくりの中核として新たな「顔」となる新庁舎の魅力をお届けします。

新庁舎が完成し、11月24日に全面開庁します。市民の皆さまをはじめ、建設にご尽力、ご協力いただいた関係者の皆さまに深く感謝申し上げます。

現在の本庁舎は完成から半世紀が経過し、耐震性能に課題を抱えていました。建て替えと改修の両面から検討を重ね、長期的なコストや行政サービスの向上などを総合的に考慮した結果、建て替えを決定しました。整備にあたっては、積立基金や有利な財源を活用し、財政負担の軽減を図っています。

新庁舎は巨大地震にも対応できる耐震性を備えた防災拠点であるほか、スマート窓口などの導入により利便性向上が図られています。また、展望テラスなど誰もが気軽に訪れ、憩える空間も充実しています。ぜひ新たな庁舎を訪れ、その魅力を感じていただきたいと思います。今後は現在の本庁舎を解体し、その跡地には公園や広場を整備する予定です。

新たなまちのシンボルとして親しまれる庁舎となることを願っています。



岡山市長 大森雅夫

フロアガイド

新たなまちのシンボルとして、「誰もが利用しやすい場所」を目指す新庁舎。今まで分散していた行政機能を1か所に集め、より利便性の高い市民サービスの提供を行います。加えて、市民の安全を守るための防災拠点としての機能も十分に備えています。

8~15階

多様な働き方に 対応できる執務室

オープンフロアの執務室にはグループアドレスやユニバーサルレイアウトを採用し、働きやすい環境を整えています。

15階

中心市街地が一望 できる展望テラス

長さ約51m、幅約2~4mの広さを誇る展望テラスは開放感たっぷり。四季折々に変化する中心市街地の景色を眺めながら、併設の展望ラウンジでゆっくりとくつろぐことができます。

※当面、立入禁止措置を実施しています。

6階

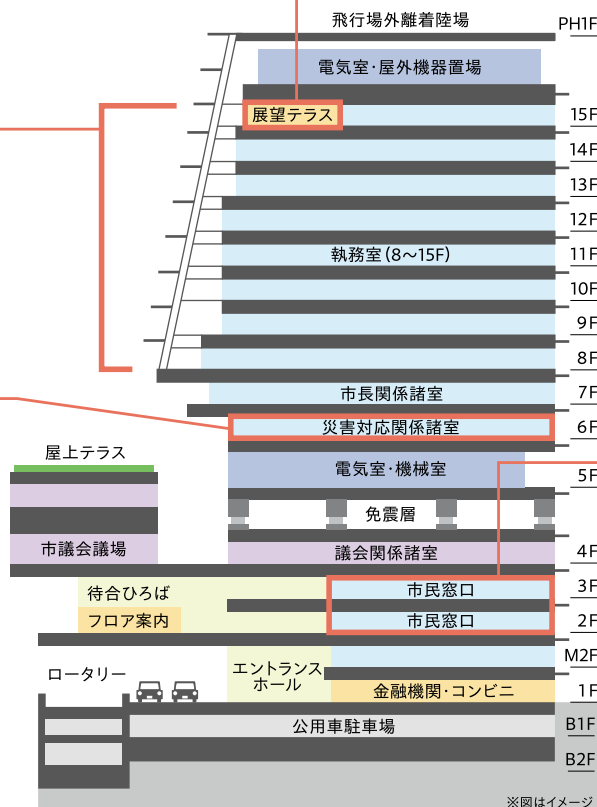
防災拠点機能を ワンフロアに

災害対策本部室や消防指令センターなどの災害対応関係諸室と複数の会議室を配置しています。すぐ上の7階に市長関係諸室を設置することで、指揮命令機能の強化を図っています。

2~3階

市民サービス、 区役所を集約

本庁舎や分庁舎に分かれていた各種証明書の発行、住民異動の手続き、市税の相談などの窓口を集約したことで、より効率よく申請手続きができるようになりました。



新庁舎の

ここに注目!

集約された市民窓口をはじめ、気軽に立ち寄れる展望テラス、さらには南海トラフ地震にも耐えられる免震装置の設置など、新庁舎には注目ポイントがいっぱい。

2階/3階 市民サービスフロア



「スマート窓口」で
待ち時間を短縮!
(詳細はP4を参照)

証明書の発行や相談
がスムーズにできる、快
適で便利な窓口です。

屋上テラス



議場の屋上にある
休憩スポット
6階から行くことができます。

ウッドデッキや芝生広
場で、自然の風を感じ
ながら過ごせます。

※当面、立入禁止措置を実施しています。

15階 展望テラス



広いテラスからの
眺めは圧巻!

※当面、立入禁止措置を実施しています。

市役所筋方面の市
街地を一望できる、
開放的なスペースです。

15階 展望ラウンジ



開放感あふれる、
市民の憩いの場

無人のコンビニを併
設。飲食ができる
スペースも備えています。

4階 議場



「市民に開かれた
議会」を目指す

一面がラス張りで明る
い空間に。壁面や机
には県産木材を使用。

免震層



4・5階の間にある免震
装置で、地震による建
物の倒壊を防ぎます。

地震時の揺れを
抑える装置導入

建物の重さを支えつつも、地震の揺れを抑える45台の免震装置が設置されています。揺れを抑えることで、建物の被害を減らし、設備機器の損傷による停電や断水を防ぐことができます。

スマート窓口で 手続きがより便利に!

「行かない」「書かない」「待たない」「回らない」のコンセプトのもと、ICT技術を活用し、北区役所窓口での手続きがもっと簡単・便利になります。

ポイント

1

「回らない」

手続きごとに、窓口を回る必要がありました。

便利に!

新庁舎では、2階にある市民窓口で一度に手続きができます。



ポイント

2

「書かない」

申請ごとに書類を作成するため、何度も手書きする必要がありました。

便利に!

窓口で職員が必要事項を聞き取りながら申請書を一緒に作成。内容を確認し署名をすれば手続き完了です。

ポイント

3

「待たない」

繁忙期は窓口の待ち時間が長くなり、その日の予定が立てにくいことも。

便利に!

オンラインで事前に来庁予約をすればスムーズに手続きができます。

時間も手間も節約できる、快適な窓口サービスを提供。

子育て世帯が転入する場合、これまでは転入届の他に複数の窓口で児童手当や子ども医療の手続きをする必要がありました。新庁舎では、転入届の受け付けの際に、他に必要な手続きを確認し、その窓口で手続きが完了します。

また、市民課関係の証明書と税証明を取得する場合は別々の建物で手続きする必要がありましたが、新庁舎では1つに集約した証明窓口でワンストップで手続きが可能です。



市民保険年金課
近藤さん

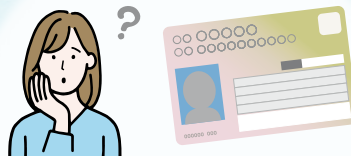
Q パソコンやスマートフォンが苦手ですが、スマート窓口の手続きはできますか?



はい、市民の皆さんにパソコンなどを操作していただくことはありません。職員がヒアリングしながら操作していきます。



Q マイナンバーカードを持っていると、市役所に行かなくても手続きができると聞きましたが?



コンビニで住民票や戸籍の証明、印鑑登録証明書、所得証明書が取得できます。また、スマホなどで転出届のオンライン申請をすることができます。



もっと
便利に

News

新庁舎への移転にあわせて変わること!

1

市内全域で「書かない」窓口(*)が始まります。

対象：各区役所・支所・地域センターなど
※上記ポイント2参照

2

スマホやパソコンで窓口の混雑状況をリアルタイムで確認できます。

近くの窓口が混んでいる時は別の空いている窓口を探すこともできます。11月24日(火)から利用できます。

詳細は
こちら



スマート窓口
特設サイトはこちら



新庁舎には

「おかやま」らしさが満載

1・2階のガラス面に、
特産品の桃のイラスト
をあしらいました。

庁舎の外観



濃灰色(のうかいしよく)の外壁
や庇(ひさし)の重なりなど、岡
山城をモチーフにしています。

県産木材を使用したベンチ



市民窓口フロアにある
ベンチには、木目が美
しい県産木材を使用。

ガラスにプリントされた桃



うじょうつむぎ
烏城紬



2階のフロア案内で
は、県指定郷土伝
統工芸品「烏城紬」
が迎えてくれます。

誰もが使いやすい庁舎へ!

親子傍聴室 5F



議場の一角には、ベ
ビーベッドを備えた
傍聴室を新設。

授乳・搾乳室



授乳・搾乳室を完備。
5階にはベビールームも!

バリアフリートイレ



十分な広さを備え、
手すりやベビーチェ
アなどを設置。

車いす専用傍聴席 5F



議場の傍聴席に設
けた、ゆとりのある車
いす専用スペース。

キッズスペース 2F・12F



待ち時間に子どもが
遊べる専用スペース
を完備。

カフェ 2F



待合ひろばの一角には、
人気店『暮らしと珈琲』
が新たにオープン。

おむつ用ごみ箱も
備えています。

おむつ交換台



市民ラウンジ



各所にイスとテーブ
ルを設置しているので、誰
でも気軽に利用可能。

令和8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たた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462人と3団体、善行表彰で458人と58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日頃に市役所で行われる令和8年度岡山市表彰式で表彰されます。

有功表彰5人 ※順不同



正保 弘行 氏
(福田学区連合町内会会長等)



平松 泰江 氏
(市連合婦人会副会長等)



辻 正子 氏
(内山下地区婦人会会長等)



岸本 博 氏
(農業委員会委員)



今東 徳雄 氏
(農業委員会委員)

善行表彰30人・5団体 ※順不同



白石 優子 氏
(統計調査員)



岸 幹子 氏
(統計調査員)



西村 弘子 氏
(統計調査員)



宇野学区防犯安全パトロール隊
隊長 西川 良典 氏



古都学区安全・安心のまちづくりの会
会長 晴田 和夫 氏



清輝学区地域安全パトロール隊
隊長 青木 幸一 氏



藤田安全パトロール隊
隊長 柏原 公彦 氏



福小シルバーの会
代表 湯川 熙一郎 氏



上田 雅士 氏
(水利監督員)



鈴木 民夫 氏
(水利監督員)



妹尾 英明 氏
(水利監督員)



武田 健児 氏
(水利監督員)



丸山 惣一 氏
(水利監督員)



竹井 秋人 氏
(水利監督員)



矢部 政美 氏
(水利監督員)



松島 重夫 氏
(水利監督員)



岩藤 友博 氏
(農業水利土木員)



服部 宥蔵 氏
(農業水利土木員)



田中 豊 氏
(農業水利土木員)



小西 俊光 氏
(スポーツ関係団体の役員)



榎井 信治 氏
(スポーツ関係団体の役員)



荻野 百合子 氏
(スポーツ推進委員等)



熊代 行広 氏
(スポーツ推進委員等)



田中 幹也 氏
(スポーツ推進委員等)



出原 稔 氏
(スポーツ推進委員等)



成本 眞吾 氏
(スポーツ推進委員等)



坂手 弘美 氏
(スポーツ推進委員等)



江田 規子 氏
(民生委員・児童委員)



飯田 輝子 氏
(民生委員・児童委員)



中田 正範 氏
(保護司)



浮田 三郎 氏
(保護司)



遠藤 茂 氏
(農業委員会委員・農地利用最適化推進委員)



林 健二 氏
(農業委員会委員・農地利用最適化推進委員)



岡崎 章二 氏
(農業委員会委員・農地利用最適化推進委員)



岡本 五樹 氏
(農業委員会委員・農地利用最適化推進委員)



受賞者・受賞団体の
功績の詳細はこちら

大森市長の大盛コラム

～ “わくわくする” 桃太郎のまち岡山の実現に向けて～



第24回 子どもたちの未来へ、社会全体で寄り添うために

私は市長に就任して以来、「子どもたちや保護者の皆さんにとって本当に必要な支援とは何か」を考え、保育の待機児童対策をはじめ、子ども医療費助成の拡充や小学校給食費の無償化など、子ども・子育て支援施策に全力で取り組んできました。

<待機児童の解消>

岡山市では保育の待機児童は3年連続で「ゼロ」を達成できていますが、一方で、子どもが小学校に入学した後も児童クラブに預けて働きたいという保護者の方が増えたことで、放課後児童クラブの待機児童数が大幅に増加し、令和6年度には236人に達しました。

そこで「令和9年度の待機児童ゼロ」を目指して、建物の整備、支援員の確保、民間事業者の参入という3つの施策により受け皿の確保に取り組み、今年度は待機児童を7人にまで減少させることができました。

今後も、保護者の皆さんが安心して子どもを預け、働き続けることができるよう、さらなる質の向上にも取り組んでいきます。



▲放課後児童クラブの様子

<不登校の子ども一人一人に適した支援>

学校現場に目を向けると、全国的に不登校の子どもたちが大きく増えています。岡山市でも増加率は低いものの、人数は増加傾向にあり、決して見過ごすことはできません。これまでの不登校の子どもへの支援は「学校に戻れるようにする」という考え方が主流でした。しかし私は、学校以外にも安心して過ごせる居場所が必要ではないか、そうした場で子どもの社会的自立を目指し、社会全体で子どもと保護者をしっかりと支えていこうと考え、「コペルニクスの転回」ともいえる発想の転換を図りました。

具体的には、学校の外で子どもたちを支える教育支援センターを、今月南区に新たに1か所開設し、合計6か所に増やしました。また、保護者の皆さんの経済的負担となっているフリースクールの利用料の補助や、子ども食堂、学習支援といった「子どもの居場所」を運営する団体への運営費補助を今年度から新たに始め、個々に適した支援を切れ目なく行うこととしました。

これからも、岡山市の子どもたちが安心して健やかに暮らしていけるよう、子育て環境の整備や子どもたち一人一人に寄り添う支援に、しっかりと取り組んでいきたいと思っています。



消費生活豆知識



不用品回収サービスで高額請求！

【事例】

インターネット広告で「2トントラック詰め放題で5万円」の不用品回収を見つけ、ベッドやテーブル、椅子などの回収を申し込んだ。翌日業者が来訪し、不用品を見て「50万円になる」と言われた。広告と違うと伝えると、「28万円にする」と言われた。威圧的な態度に怖くなり、その場で現金で支払ってしまった。返金してもらえるだろうか。

【アドバイス】

広告の表示額と実際の請求額が大きく異なる場合は、「訪問販売」とみなされクーリングオフができる可能性があります。支払ってしまった場合でも諦めずに、クーリングオフ通知を出し返金を求めてみてください。また、不用品買取は、ネット広告やチラシに記載された料金のおりとは限りません。依頼する際は、事前に複数の事業者から見積もりを取り、料金や具体的な作業内容を比較検討しましょう。

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)

インターネットからも
相談できます



みてきて、もっと身近に。

広報番組

動画はこちら



テレビ

▶山陽放送 (RSK)

桃太郎の岡山Cityかわら版Z

「市立図書館電子書籍サービス」

11月21日(土)18時50分～、11月23日(日)22時57分～、

11月25日(水)4時25分～、

11月27日(金)金曜ライブ いまドキッ！ 内

▶テレビせとうち (TSC)

リンリン！未来にリンク岡山

「中区和菓子さんぽ」

11月21日(土)20時55分～、11月22日(日)15時55分～、

11月27日(金)21時54分～、11月29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

11月10日・17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12日(木)8時20分～

みりょ区ほっと通信

区からのお知らせや魅力・取り組みなどをお届けします！

東区役所公式 Instagram ▶ @okayama_city_higashi_ward



今年も「あそびひろばin東区」を開催します！

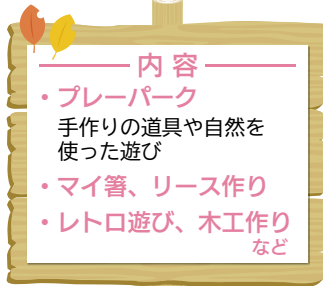
地域ぐるみで子どもを育み、にぎわいを作ろうと始まったこのイベントは、今年で3回目を迎えます。多彩な遊びや工作など、子どもたちが夢中で楽しめる体験がいっぱいです！ぜひお越しください！

外に出れば世界が広がる

あそびひろばin 東区

日程 11月22日(日) 10時～15時 (雨天決行)

場所 西大寺緑花公園・百花プラザ (東区西大寺南一丁目)



地元高校生による物販、軽食販売もあるよ！

詳細はこちら



「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



DIG in MINAMI-KU 2026を開催します！

南区の魅力を発信するこのイベントは今年で4回目。ステージ発表、おいしいグルメ、防災体験と、見どころ満載です！見て、食べて、学んで、みんなで南区の魅力を満喫しませんか？

DIG in MINAMI-KU 2026

～実り区で、見て、食べて、まなBOSAI～

日程 11月21日(土) 10時～15時 (雨天決行)

場所 南区役所 (南区浦安南町)

ステージタイムテーブル

10:00～ オープニングセレモニー

10:10～10:40
浦安小学校金管バンド
バンド演奏

11:00～11:20
イトンちどり保育園
ダンスとお歌

13:00～13:20
岡山芳泉高校書道部
書道パフォーマンス

※出演団体と時間は変更になる可能性があります。
※雨天の場合、ステージイベントは中止になります。



イベントの詳細はこちら



イベント会場へは
支線バス FLAt も
ご利用ください



時刻表はこちら

問い合わせ先

南区役所総務・地域振興課 ☎086-902-3502

まちの未来を つくる人

西大寺高等学校 商業科3年生
商品開発班「もぐぱくボナビーず!!」

もぐもぐ隊 隊長
どうわき なお
堂脇 尚さん

ぱくぱく隊 隊長
きもと ころろ
木元 心さん

Profile

もぐもぐ隊とぱくぱく隊から構成されるもぐぱくボナビーず!! は、1チーム5人ずつで活動している。



何度も試作を重ねた
こだわりの商品です!

「地域に貢献したいという思いから生まれた美味しい銘品たち」

—— 商品開発のきっかけは？

当校の商業科は、授業の一環で地域の企業と協力して、西大寺の歴史や文化を生かした商品開発に取り組んでいます。開発した商品の販売を通じて地元西大寺を盛り上げたいと考え、11月22日に開催されるイベント「あそびひろばin東区」へのブース出展を決めました。

—— 各チームでどんな商品を開発したのでしょうか？

堂脇さん：もぐもぐ隊では、「旨辛韓国風焼きままかり」を手がけました。岡山名物のままかりを若者に食べてほしいと考え、味付けを韓国風にしました。

木元さん：ぱくぱく隊では「おいのり坊や」というサツマイモ味の焼き菓子を作りました。西大寺会陽を象徴する「ふんどし」は、白いアイシングで表現。商品の見た目やパッケージのデザインも全て自分たちで考えました。

—— 手がけた商品の特長を教えてください。

堂脇さん：コチュジャンや山椒を使い、魚特有の臭みや苦みを抑えています。魚の頭から尾までまるごと食べられるところが特長です。

木元さん：今年の西大寺会陽での出来事を踏まえ、美味しさや楽しさの表現だけでなく、会陽に携わる皆さんの安全を祈る思いも商品に込めています。

—— 開発中、一番印象に残ったことは？

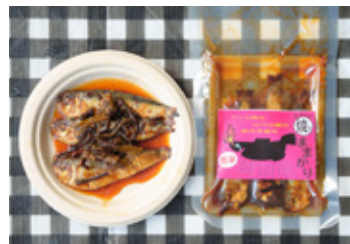
堂脇さん：チーム内の魚が苦手な子の意見を聞きながら骨が柔らかくなるまで熱の通し方を調整したことです。

木元さん：商品のコンセプトを決める段階で、観音院のご住職や商工会議所の方々からお話を聞き、地域の歴史や今後の祭りのあり方を伺いました。身近な祭りのはずなのに初めて知ることも多く、深く印象に残っています。

—— 今後に生かしていきたいことは？

堂脇さん：今回の商品開発を通じて、地域にあたりまえにあるものの魅力に改めて気づきました。この経験を生かして、将来は地域活性化に関わる仕事に就きたいですね。

木元さん：企画からデザイン、販売まで一貫して携われた経験を生かし、将来は起業したいと考えています。



「あそびひろばin東区」をはじめ地域のマルシェや祭り、洋菓子店などさまざまな場所での出店を予定している



子どもたちに夢を！

ファジアーノ岡山

**未来へ羽ばたく若き才能たちの挑戦！
第2回Coppa FAGIANO U-13を開催**



11月21日(土)～23日(祝)に第2回Coppa FAGIANO U-13を開催します。この大会は、全国からジュニアユース(U-13)世代のクラブが集結し、真剣勝負を通じて選手が成長と挑戦の一步を踏み出すための大切な舞台です。未来のスターを目指す若きアスリートたちが、ピッチで泥臭くもひたむきにボールを追いかける姿は、たくさんの感動と元気を与えてくれます。

地域の皆さんに誇りに思ってもらえるクラブを目指し、育成年代の活動やスポーツを通じた地域づくりにも力を入れてまいります。ぜひ未来を担う子どもたちの熱い戦いにご注目いただき、温かいご声援をよろしくお願いします！



卓球で岡山を世界一に

岡山リベッツ

11月14日・15日イオンモール岡山でホーム戦を開催！

14日(土)は木下マイスター東京、15日(日)は金沢ポートと対戦します。アジア大会で優勝した張本智和選手、松島輝空選手も出場予定です。アリーナ席外は観戦無料となっています。国内トップ選手による迫力あるプレーを間近で観戦できる機会です。ぜひ会場へお越しいただき、岡山リベッツへの熱い応援をお願いします！



開催日	会場
11月14日(土)・15日(日)	イオンモール岡山(北区下石井一丁目)
12月19日(土)・20日(日)	笠岡総合体育館(笠岡市平成町)

ホーム開幕戦を「岡山市民デー」として開催！

9月19日(土)岡山武道館で開催されたホーム開幕戦は「岡山市民デー」として実施されました。会場では市政PRブースなども設けられ、卓球観戦とともに岡山市の取り組みに触れていただく機会となりました。



夢に向かって心をついに！

岡山シーガルズ

新加入選手を紹介します！

このたび岡山シーガルズに若泉佳穂選手が入団しました。温かい応援をよろしくお願いします！



背番号 5 わかいすみ かほ 若泉 佳穂

ポジション	オポジット
生年月日	1999年8月20日
身長	176cm
ニックネーム	カホ
出身地	福井県
略歴	福井工業大学附属福井高等学校→中京大学→2022-23ブレス浜松→2025-26アランマーレ山形(現 アランマーレ秋田庄内)
コメント	岡山シーガルズの一員になること、そして恵まれた環境でバレーボールに打ち込めることをうれしく思います。たくさん学びレベルアップをしてチームの勝利に貢献できるように頑張ります！

「カモメ流ストレッチ道場」でみんな健康に！

8月29日(土)に岡山市主催の「のばせ！健康寿命！岡山シーガルズとはじめる『カモメ流ストレッチ道場』」を開催しました。

ストレッチや頭の体操、選手・スタッフが障害物となったアスレチック、ペアで楽しむゲームなど、盛りだくさんの内容で会場は笑顔と笑い声に包まれました。今回のイベントをきっかけに、皆さんが日々の生活に運動を取り入れ、いつまでも健康に過ごしていただければうれしいです！



バスケットで岡山を熱くする！

トライフープ岡山

小学生を授業の一環として試合に無料招待！



岡山市教育委員会、岡山市スポーツ振興課の協力のもと、学校授業の一環として、11月30日(月)に開催する試合に市内の小学生を招待します！「する」スポーツだけでなく、気軽に楽しめる「みる」スポーツを通じて、バスケットボールの魅力やスポーツの楽しさをお届けします！

試合情報・チケット購入の情報は公式HPをご確認ください。

<試合日程>

開催日	試合開始	対戦相手	会場
11月14日(土)	14:05	ベルテックス静岡	津山総合体育館(津山市山北)
11月15日(日)			
11月29日(日)	17:35	ファイティングイーグルス名古屋	シゲトーアリーナ岡山(北区いずみ町)
11月30日(月)	12:35		



／ 今月の旬な情報をお届け！／

注目！岡山市



いよいよクライマックス！

「おかやまアーツフェスティバル2026」 11月のイベントラインナップ



公式HP



公式Instagram

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

9月から始まったアーツフェスティバルも12月13日までとなりました！11月も豪華なイベントが目白押しです！

荘村清志 武満徹へのオマージュ 没後30年に寄せて

世界を代表する作曲家、武満徹。没後30年を迎える2026年、ギタリストの荘村清志が公私ともに親しかった武満への深い敬愛を込めて贈る特別な公演です。

日程 11月12日(木) 19時～

場所 ルネスホール（北区内山下一丁目）

入場料 【全席自由】一般3,000円、ユース（19歳以下または25歳未満の学生）1,000円

曲目 武満徹編曲 12の歌より（荘村へ献呈）早春賦／オーバー・ザ・レインボー、アルハンブラの想い出 ほか

出演 荘村清志（ギター）



荘村清志（ギター） ©Hiromichi NOZAWA

みんなのアニソン・オーケストラ！

各年代のアニソン名曲をオーケストラサウンドと、大塚芳忠の声で振り返るアニソン特化型のコンサートです。

日程 11月20日(金) 19時～

場所 岡山芸術創造劇場 ハレノワ 大劇場（北区表町三丁目）

入場料 【全席指定】一般3,000円、ユース（19歳以下または25歳未満の学生）1,000円

曲目 鉄腕アトム of テーマ、ルパン三世 of テーマ、名探偵コナンのテーマ、紅蓮華（鬼滅の刃より）、ウィーアー！（ONE PIECEより）ほか

出演 松元宏康（指揮）、岡山フィルハーモニック管弦楽団（管弦楽）、大塚芳忠（声の収録出演）、福田廉之介（プログラム監修）



松元宏康（指揮）



岡山フィルハーモニック管弦楽団

イルミネーションの季節がやってきました

イルミネーションを見に行こう！

西川イルミ2026

問庭園都市推進課 ☎086-803-1393

冬の西川緑道公園を華やかな光の装飾で彩ります。水辺に輝く色とりどりのイルミネーションやウッドクリスマスツリーがお目見え。光きらめく星月夜の世界を演出します。

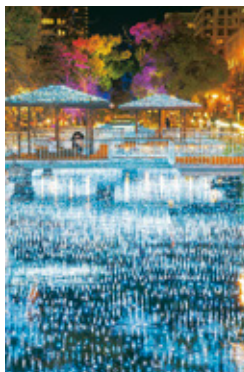
日程 11月6日(金)～
令和9年1月3日(日)

時間 17時～22時

場所 西川緑道公園
（桃太郎大通り～あくら通り）



詳細はこちら



おかやま桃太郎まつり MOMOTAROH FANTASY 2026

問観光振興課 ☎086-803-1332

「光あふれる、岡山の冬」をテーマに、通りを歩く人々を優しい光で包み込み、街全体ににぎわいと温もりを届けたいという気持ちを込めて、イルミネーションで彩り照らします。

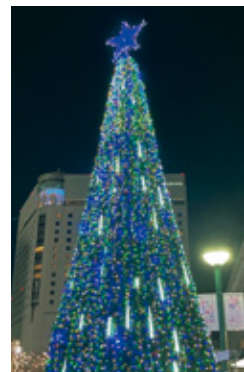
日程 11月26日(木)～
令和9年1月11日(祝)

時間 17時～22時
※11月26日は18時～22時

場所 岡山駅東口広場・西口広場、
市役所筋、ハレまち通り



詳細はこちら



「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



詳細はこちら

自分には関係ないと思いがちな人権問題。でも、日常の何気ない言動や行動が、気づかぬうちに人を傷つけているかもしれません。一人一人の人権が尊重され、誰もが安心して暮らせるまちを共に築いていきましょう。

第28回人権フェスティバル岡山

さまざまなステージやブースで人権を楽しく学ぼう！

日程 12月6日(日)10時～15時（開場9時50分～）

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
 - ・ウクライナの心を伝えるミニコンサート
 - ・巨大跳び箱パフォーマンス
 - ・笑って学ぼう安田大サーカス絆ライブステージ
 - ・人KENまもる君・あゆみちゃんPRタイム



安田大サーカス 絆ライブステージ



跳び箱パフォーマー：坂本康輔、Makoto



ウクライナミニコンサート

人権啓発ポスター・標語展 市内小・中学生の作品を展示します。

市役所本庁舎一階市民ホール

日程 11月25日(水)～27日(金)17時15分まで
※27日(金)は15時まで

岡山ふれあいセンター（中区桑野）

日程 12月8日(火)～14日(月)

見たい！ SNS情報局おかやま

市の公式SNSアカウントの
情報をお届け

問 広報広聴課 ☎086-803-1024



市公式
Instagram



市公式
YouTube

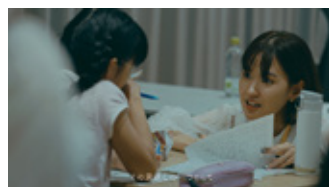
市公式YouTube

**小説家の天川栄人さんが出演する
「Dialogue in Okayama City」
第1弾が配信中！**

市民や事業者と行政が対談する新しい動画企画のシリーズがスタート。天川さんの視点で岡山市の文学を育む豊かな土壌をひもとくとともに、小中学生向け創作教室の取り組みを紹介しています。



動画は
こちらから



市公式YouTube・Instagram

**市内の大学生がリポーターに！
「突撃！追跡！岡山市潜入レポ！」
第1弾が配信中！**

市内の大学生が「岡山市潜入レポーター」となり、市の事業や施策に関係する現場へ突撃取材！

今回のテーマはスタートアップ支援拠点「ももスタ」。その秘密とは——？！



動画は
こちらから



万富東大寺瓦窯跡の歴史に触れてみませんか？

「東大寺サミットin岡山」を開催します！

問 プロモーション・MICE推進課 ☎086-803-1333

東大寺の造営や再建などで歴史的に関係の深い15の市町村が集う「東大寺サミット」を岡山で開催します。

日程 令和9年1月24日(日)9時30分～12時40分

場所 岡山芸術創造劇場 ハレノワ 中劇場（北区表町三丁目）

内容 ・瀬戸中学校吹奏楽部の演奏、生徒会の学習発表
・サミット加盟市町の紹介、サミット宣言
・東大寺別当 橋村公英師による記念講演
・歴史学者磯田道史氏と岡山市長のシンポジウム など

定員 先着600人

申し込み QRで11月24日12時～12月25日12時の間に



申し込みはこちら



駅地下臨時交付センターを拡充！

マイナンバーカードセンターを開設します

問 マイナンバーカードコールセンター ☎0120-425-609

岡山駅地下にある岡山市マイナンバーカード駅地下臨時交付センターを拡充し、新たに岡山市マイナンバーカードセンターとしてオープンします。手続き窓口数を増やすとともに、受付時間も拡大し、よりスムーズな手続きが可能となります。

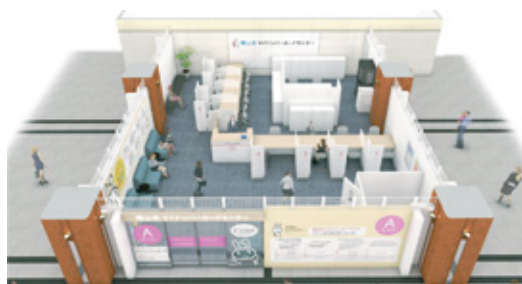
カードの申請や受け取り、電子証明書の更新など、予約不要で土・日曜も手続きできます。岡山駅直結で便利なマイナンバーカードセンターを、ぜひご利用ください。

開設日 11月1日(日)～

場所 岡山駅地下通路広場（北区駅元町）



詳細はこちら



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

用水路への転落事故が多発！

ヘルメットをかぶりましょう

飲酒運転は絶対にやめましょう

夜間はライトを点灯しましょう

「わたしは大丈夫！」
と思っていないか？

用水路は 要注意！

転落事故の特徴

- 高齢者が約6割
- 夕暮れから夜間にかけて多発

用水路へ転落しないために

- 近くを通行するときは注意！
- 自転車に乗るときはヘルメット着用！
- 夜間はライトを点灯！
- 飲酒運転は絶対ダメ！

**転落は
命に関わります**

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。

詳しくはホームページをご覧ください。

岡山市
OKAYAMA CITY



西大寺朝市を開催しました

9月13日(日) 西大寺緑花公園多目的広場（東区西大寺南一丁目）



東区の大人気イベント、西大寺朝市が行われました。

旬の野菜や果物、花木類、雑貨、グルメなど多彩な店舗の出店、ブドウの即売会、ステージイベントなどが開催されました。

晴天にも恵まれ、多くの人に参加していただき、大いに盛り上がりました。

次回の開催予定は12月13日(日)です。ぜひお越しください！

キックボクシング国内大会で 王座を獲得した大村絆人選手 市長を表敬訪問

9月28日(月) 市役所

8月に大阪府で開催されたキックボクシングの大会「ゴールドラッシュ18」にて、RKS スーパーバンダム級（55kg）で王座を獲得した、大村絆人選手（興陽高校3年生）が市長を表敬訪問しました。大村選手は「これからも日々の努力を忘れず、さらにもっと上の舞台に行けるよう頑張ります」と語りました。

大村選手は、12月に県内で開催される大会で、1階級上のフェザー級に挑戦します。



公用車アートラッピングの 完成を記念したお披露目会を開催しました

9月30日(水) 市役所



障害者アート支援事業「HE“ART”FUL」の一環として、公用車にアートラッピングを行い、お披露目会を開催しました。お披露目会には、作品を提供したアーティストの皆さんや市長が出席しました。

日常の中で障害者アートに出会う機会を作り、作品やアーティストの魅力を多くの人々に届けます。

アートラッピングした公用車は令和9年2月末頃まで岡山のまちを走ります。

情報のひろば

イベント

秋の鳥城灯源郷

問 観光振興課 ☎086-803-1332

秋らしい彩りで岡山城一帯を染め上げるライトアップイベント。期間中は、天守の夜間特別開館を行います。

日 11月20日(金)～29日(日)の各日17時～20時30分（天守最終入場20時）
場 岡山城一帯（北区丸の内二丁目）

¥ 天守への入場は有料（中学生以下無料）



おかやまESDフォーラム2026

問 SDGs・ESD推進課 ☎086-803-1351

持続可能な社会の実現に向けて何ができるか一緒に考えてみませんか。

日 11月14日(土)13時～17時

場 岡山国際交流センター（北区奉還町二丁目）

内 「ESD岡山アワード2026」の受賞団体による事例紹介、岡山地域の中高生などの取り組み発表、登壇者と参加者との意見交換など 定 先着40人程度 申 11月5日まで（詳細はHPで）



県手話フェスティバルinおかやま

問 岡山県聴覚障害者福祉協会

☎086-224-2275 F 086-224-2270

きこえる人もきこえない人も手話を通じて楽しむイベントを開催します。

日 11月15日(日)10時30分～15時30分

場 西大寺緑花公園・百花プラザ（東区西大寺南一丁目）



健康、快適、おトクから始める ゼロカーボンライフ

問 NPO法人岡山NPOセンター ☎086-224-0995

省エネアドバイザーによる講演、省エネや再エネ、スマートムーブに取り組む企業や実践者による具体的な事例を通じて、暮らしの中での脱炭素と一緒に考えましょう！

日 11月15日(日)13時～16時

場 さらめきプラザ（北区南方二丁目）

対 市内在住、在学、在勤の人 定 先着80人

申 氏名、メールアドレス、電話番号などをQR・☎などで11月12日までに（詳細はHPで）



おかやま秋の収穫祭地産地消マルシェ2026

問 農林水産課 ☎086-803-1346

新鮮な農産物やグルメが大集合。産直野菜や米粉商品の販売など約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の販売やマルシェオリジナルおにぎりの販売・人気投票などの企画もあります。

日 11月15日(日)9時～15時

場 下石井公園（北区幸町）



いいかも！おかやまの自然 Instagramフォトコンテスト'26

問 環境保全課 ☎086-803-1284

市内の豊かな自然に対する熱い思いを、写真を通して共有してください！

申 11月20日～令和9年1月20日

テーマ 私と自然のいい関係-岡山市の自然-

賞品 Amazonギフト券3,000円分

入賞者数 10人 他 参加方法など詳細はHP参照



課HP



Instagram

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	704,847人	-372
男性	338,525人	-174
女性	366,322人	-198

(令和8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	1,666件	78
死者数	11人	7
負傷者数	1,868人	43

(令和8年9月30日現在)

せのお・みしま子どもまつり

問 同実行委員会（安井さん） ☎090-7133-0172
 日 11月15日(日)10時～15時（小雨決行）
 場 妹尾小学校第2グラウンド（南区妹尾）
 内 妹尾中学校のブラスバンド演奏、地元学童クラブの太鼓演奏、ちくわ笛演奏、大抽選会ほか

KOJOお米フェスティバル2026

問 興除地区地域振興事業推進協議会（川田さん）
 ☎090-9590-6516
 日 11月15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、中学生の吹奏楽、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

藤田ふれあい祭り

問 藤田地区地域振興推進協議会（若林さん）
 ☎086-296-2420
 日 11月29日(日)9時～14時（雨天決行）
 場 JA岡山藤田支所（南区藤田）
 内 米・レンコン・レタスなど特産物の即売、ふなめしの製造販売、傳三郎太鼓演奏ほか



岡山市動物愛護フェスティバル2026

問 保健管理課 ☎086-803-1276
 池田動物園を無料開放し、動物愛護啓発イベントや「好きな動物の絵」最優秀賞の表彰式を行います。
 日 11月29日(日)9時30分～15時
 場 池田動物園（北区京山二丁目）
 他 当日は周辺道路の渋滞が予想されます。できるだけ公共交通機関をご利用ください。ペットを連れての来場は不可。



親子で遊ぼう動物園

問 地域子育て支援課 ☎086-803-1224
 動物に親しみ、親子のふれあいを深めます。
 日 12月12日(土)9時30分～15時
 場 池田動物園（北区京山二丁目）
 対 子ども連れの人
 他 当日は周辺道路の渋滞が予想されます。できるだけ公共交通機関をご利用ください。



牧山&クラインガルテン収穫祭

問 牧山地区収穫祭実行委員会（牧山クラインガルテン事務所）
 ☎086-228-2280（火曜休館）
 来場者・農園利用者と地元住民との交流を図り、1年の収穫を祝います。
 日 11月29日(日)10時～13時（雨天中止）
 場 牧山クラインガルテンふれあい広場（北区中牧）
 内地元野菜などの販売、食べ物コーナー、ステージイベント、紅白餅のプレゼント（先着順）



秋の岡山さつき展

問 農林水産課 ☎086-803-1346
 日 12月9日(水)10時～17時・10日(木)9時～15時
 場 市役所1階市民ホール
 内 さつき盆栽の展示・苗木の販売、相談コーナー



未来につながる婚活セミナー&ミニ交流会

問 ㈱アイリスツーリスト ☎050-3651-5511
 ワークショップを通して、相手との価値観の違いや共通点を見つけるコツを学び、婚活に役立つ気づきを得られます。セミナー後はミニ交流会も。
 日 12月13日(日)13時15分～17時
 場 TKPガーデンシティ岡山（北区中山下一丁目）
 対 市内または連携市町（玉野市、備前市、瀬戸内市、赤磐市、真庭市、和気町、早島町、久米南町、美咲町、吉備中央町）に在住・在勤の20～30歳代で、独身男女
 定 男女各25人（応募多数の場合は抽選）
 申 住所・氏名などHPで11月29日までに



「令和8年度岡山市二十歳の集い」 案内はがき

問 地域子育て支援課 ☎086-803-1607

令和9年1月10日(日)に開催する「令和8年度岡山市二十歳の集い」の案内はがき(式典会場への入場について)を、10月下旬に発送します。入場登録申し込みフォームから事前登録し、当日は完了画面を職員に提示してください。

就職や進学などで市外に住民票がある人も参加できます。

二十歳の
集いHP▶



入場登録申し込み
フォーム▶



子育て・教育

ファミリー・サポート出張登録説明会

問 岡山ファミリー・サポート・センター

☎086-227-2525

生後3カ月～小学校卒業までの子どもの預かり・送迎の育児サポートをしたい人、してほしい人が会員になり、助け合う活動の事業説明と登録説明会を行います。

日 11月16日(月)①10時～②13時～③15時～

場 東区役所 対 市内在住の人 定 各回先着20人

申 電話・HPなどで11月12日までに



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」カードで買い物をすると、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
¥350円(税込)※アプリ「iAEO N」での利用の場合は無料(QRからダウンロード可)



岡山後楽館中学校 令和9年度入学選抜

問 同校 ☎086-226-7100

令和9年度の入学者を募集します。詳細は入学選抜実施要項(10月24日開催の説明会以降同校で配付)をご確認ください。

入学選抜(課題作文・面接) 令和9年1月16日(土)

出願期間 12月9日～11日

学区外出願許可申請 11月4日～20日

福祉・健康

在宅医療・介護 市民公開講座

問 赤磐医師会 ☎086-955-8188

日 11月28日(土)14時～16時

場 瀬戸公民館(東区瀬戸町瀬戸)

内 「災害時『も』安全安心な、医療、福祉、地域の連携を考える」

定 先着150人 申 電話などで11月20日までに



市民公開講座「肝臓がんについて」

問 市民病院医事課 ☎086-737-3000

日 11月21日(土)10時～11時30分

場 同院(北区北長瀬表町三丁目)

内 肝臓がんについて(消化器内科)、食事療法、薬物療法

定 先着100人 申 氏名・住所・電話番号をHPで11月19日までに 他 駐車場あり



岡山大学大学院教授との 「在宅医療コラボ講座」

問 申 地域ケア総合推進センター

☎086-242-3135

日 11月26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 「カードゲームをしながらACPで考える“私らしい”生き方と備え」「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 電話・HPで11月24日までに



日本整形外科学会 市民公開講座 岡山県整形外科イベント「骨と関節の日」

問 まえだ整形外科クリニック 前田裕章 ☎086-245-3001
日 11月29日(日)9時～12時
場 岡山県医師会館（北区駅元町）
内 講演「骨の健康度測定、筋肉量測定」、「ロコモについて」、「逆境への挑戦 誇りを持って地域と生きる」など
定 先着200人

ゲームで楽しく学ぶ「人生会議」 岡山大学病院の救急医と考える、私の未来

問 岡山救急医療セーフティネットワークOKQQ ☎086-235-7427

クイズやゲームを通じて人生会議を体験し、自分が大切にしたいことを考えます。
日 11月28日(土)14時～16時
場 杜の街グレース（北区下石井二丁目）
対 市内在住・在勤の人
定 先着50人
申 HPで11月21日までに

瀬戸いきいき教室（介護予防教室） 「脳スッキリ！音楽療法」講座

問 市ふれあい介護予防センター ☎086-274-5211

日 11月20日(金)10時～12時
場 瀬戸公民館（東区瀬戸町瀬戸）
内 音楽療法（歌唱）、体操、脳トレ
対 市内在住でおおむね65歳以上の人

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13日(金)／南公民館（南区芳泉三丁目）
②12月7日(月)／瀬戸公民館（東区瀬戸町瀬戸）③12月17日(木)／岡山ふれあいセンター（中区桑野）※③はオンライン受講可
時 各日14時～15時30分
申 市ふれあい公社へ☎（086-274-5136）などで前日までに。③のオンライン受講はHPで11月30日までに（詳細はHP参照）



発達障害の理解と支援のための市民講座

問 発達障害者支援センターひかりんく

☎086-236-0051

日 12月19日(土)13時30分～15時30分

場 市役所15階大会議室

内 体験談と講演「私が『語る』暮らし・楽しみ・働くこと」、ディスカッション 市内在住の人 定 先着150人

申 住所、氏名、電話・ファクス番号をQRなどで11月9日～12月9日の間に（詳細はHPで）



文化・国際交流

「やさしい日本語」講座

問 国際課 ☎086-803-1112

外国人や子どもにも分かりやすい日本語を学びます。

日 11月12日(木)10時～11時30分

場 市役所本庁舎7階大会議室

定 先着50人 申 11月6日までに（詳細はHPで）



税・保険・年金

国民健康保険料の納付は原則口座振替で

問 料金課 ☎086-803-1171

口座振替は、次の①～④のいずれかで手続きできます。

①市内金融機関での手続き

金融機関届出印、預（貯）金通帳、資格確認書または資格情報のお知らせ、本人確認書類を持参し窓口で

②Pay-easy（ペイジー）口座振替受付サービスでの手続き

世帯主本人名義のキャッシュカード（※）、本人確認書類を持参し、同課または各区役所市民保険年金課の窓口で
※中国銀行、トマト銀行、おかやま信用金庫、ゆうちょ銀行、岡山市農協、晴れの国岡山農協に限る

③口座振替依頼はがきでの手続き

専用はがき（同課、各区役所・支所・地域センターなどに設置）を郵便で

④Web口座振替受付サービスでの手続き

HPで。一部対象外の金融機関がありますので、詳細はHPをご確認ください。



年末調整・確定申告に必要な社会保険料 (国民年金保険料) 控除証明書が届きます

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)



年末調整や確定申告で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。年末調整・確定申告まで大切に保管してください。

控除証明書の送付時期

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9年2月上旬に送付

70歳以上の高額療養費(外来年間合算)の支給申請

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
1年間の外来療養の自己負担額が14万4千円を超えた場合、超えた分を支給します。

対象期間 令和7年8月1日～令和8年7月31日(対象者となる月のみ)

対象者 基準日(令和8年7月31日)時点で、所得区分が「一般(後期高齢者は一般Ⅰ・Ⅱ)」または「低所得者Ⅰ・Ⅱ」に該当する人

◆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発送します。郵送での手続きも可。



◆後期高齢者医療制度加入者

問医療助成課 ☎086-803-1217

対象者のうち口座登録が必要な人へ12月中にお知らせと申請書を発送します(口座登録済みの人は申請不要)。郵送での手続きも可。



くらし・環境

環境用水の導水に伴う 用水路の水位にご注意ください

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を通じて児島湖に導水する事業を行います。例年に比べ用水路の水位が上昇しますので、水路内で作業などを行う場合はご注意ください。詳細はHPをご確認ください。



一般競争入札による市有地売却

問①～③:財産活用マネジメント推進課 ☎086-803-1150

問④・⑤:水道局管財課 ☎086-234-5916

詳細は、実施要領(各課で配布。HPからも入手可)をご確認ください。



現地説明会 11月6日(金)

資料配布・入札参加受付期間 10月22日(木)～11月18日(水)

他現地説明会は30分間の予定。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㎡	9,900,000円	第一種低層住居専用地域	9時30分～
②	北区関西町1514番7	宅地	181.31㎡	2,400,000円	第一種住居地域	11時30分～
③	北区御津新庄3070番1	雑種地	1,009.53㎡	3,896,800円	都市計画区域外	15時～
④	北区中牧575番2	宅地	353.37㎡	632,532円	市街化調整区域	10時30分～
⑤	北区下足守1379番1外3筆	水道用地 山林	12,248.39㎡	3,670,000円	市街化調整区域	14時～

市営墓地使用者募集

問申生活安全課 ☎086-803-1277

対象墓地 上道墓園(東区草ヶ部)、富崎墓地(東区富崎)、都墓地(南区藤田)、六区墓地(南区藤田)、なださきメモリーパーク(南区片岡)、西辛川墓地(北区西辛川)、大井墓地(北区大井)

対市内在住者、市内に本籍のある人、市の隣接市町在住者

申申請書(同課、各区役所・支所・地域センターで10月28日以降に配布。HPからも入手可)を同課窓口へ11月5日～25日の間に(応募多数の場合は抽選)※いずれか1つの墓地のみ応募可

他使用料などの詳細は募集要項をご確認ください。



ミツバチを飼育している皆さんへ

問備前県民局農畜産物生産課 ☎086-233-9828

ミツバチを飼育する人(趣味の範囲で飼育している人を含む)は、「蜜蜂飼育届」の提出が必要です。

詳細はHPをご確認いただくか、お問い合わせください。



都市計画案の縦覧

問都市計画課 ☎086-803-1371、1372
都市計画を変更するため、計画案を縦覧します。
HPからも概要を確認できます。



◆都市計画案の内容（種類／名称）

- ①岡山県南広域都市計画公園の変更（岡山市決定）／5・5・岡7北長瀬未来ふれあい総合公園
- ②岡山県南広域都市計画道路の変更（岡山市決定）／3・4・岡426北長瀬野田線
- ③岡山県南広域都市計画地区計画の決定（岡山市決定）／富吉産業団地地区計画
- ④岡山県南広域都市計画再開発方針の決定（岡山市決定）

◆都市計画案の縦覧

日11月5日(木)～19日(木)の各日8時30分～17時15分（土、日曜を除く）場 同課（④は市街地整備課でも縦覧可）
他案について意見のある人は、縦覧期間中に意見書を提出できます。提出方法など詳細は、お問い合わせいただくか、HPをご確認ください。

必ずチェック最低賃金！

問岡山労働局賃金室 ☎086-225-2014
県内の最低賃金が10月2日から時間額1,104円に改定されました（改定前1,047円）。
※精皆動手当・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。
※岡山県最低賃金には、県内の全ての労働者とその使用者に適用される「地域別最低賃金」のほか、特定の産業の労働者とその使用者に適用される「特定最低賃金」があります。



安全・安心

防火・防災管理講習

問申日本防火・防災協会
☎03-6263-9903



講習	日程	場所	申し込み
防火・防災管理新規講習	12月16日(水)・17日(木)	岡山商工会議所 (北区厚生町三丁目)	HPで 11月12日～25日の間に
甲種防火管理新規講習	令和9年 1月19日(火)・20日(水)		HPで 11月25日～12月8日の間に
防災管理新規講習	令和9年 1月21日(木)		HPで 11月27日～12月10日の間に

秋の火災予防運動11月9日～15日

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、火災予防に努めてください。特に近年はハンディファンなどのリチウムイオン電池製品をはじめとした電気火災が増えています。電気火災の詳細は右記QRの動画をご確認ください。

◆11月10日は住宅用火災警報器のイテンケンの日

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。

防火委員会だより（第103号）の発行

問消防局予防課 ☎086-234-1199



市連合防火委員会から防火啓発を目的とした機関紙が発行されました。消火器プレゼントキャンペーンも実施していますので、詳細はQRをご確認ください。

消防指令センターが市役所新庁舎に移転します

問情報指令課 ☎086-234-9978

（移転前:086-253-9978）

防災機能をさらに高めるため、西消防署から市役所新庁舎へ移転し、新システムにて運用を開始します。

日11月2日(月)～



スポーツ

西大寺駅伝競走大会

問市スポーツ協会 ☎086-235-1280



日令和9年2月7日(日)※小雨決行

場吉井川第1緑地陸上競技場（東区西大寺射越）

部門①小学生②女子③中学男子④高校男子⑤一般男子

対県内在住・在学・在勤または県内クラブなどへ所属する人で、1チーム5人+監督1人（補員2人）

¥①2,000円②③3,000円④⑤5,000円

申HPで12月1日までに



今年10回目！「おかやまマラソン2026」 11月8日(日)8時45分スタート！

問 同実行委員会事務局 ☎086-226-7904

約16,000人のランナーがシグトーアリーナ岡山前を一齐にスタート！岡山のまちを駆け抜けるランナーを応援して、みんなで一緒に盛り上がりましょう！
※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EXPO2026

日 11月7日(土)9時～19時30分・8日(日)9時～15時30分

場 JFE晴れの国スタジアム前広場（北区いづみ町）

※駐車場はありません。公共交通機関でご来場ください。

内 有森裕子さんによるトークショー、岡山出身アーティストの音楽ステージ、岡山の特産品やご当地グルメの販売

就労者・求職者

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。

◆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（厚生労働省受託事業者）

☎0570-036-222



有識者による講演のほか、過労死ご遺族が登場します。

日 11月30日(月)14時～16時45分

場 岡山国際交流センター（北区奉還町二丁目）

申 HPなどで（詳細はHPで）

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14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、市内市立幼稚園、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、用務員、学校司書などの会計年度任用職員希望者※いずれの職種も経験の有無は不問

申 事前に☎で

他 当日都合がつかない場合は、別途日程調整可



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17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、介護分野に興味がある人

申 ☎で

他 履歴書不要、服装自由



シニアのための就職応援フェア

問 申ハローワーク岡山 ☎086-241-3701

問 申ハローワーク西大寺 ☎086-942-3212

日 11月18日(水)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歳以上で求職中の入

定 先着200人

申 ハローワーク窓口で

持 筆記用具、参加票、履歴書（なくても可）



女性のための入会説明会

問 申市シルバー人材センター ☎086-232-6656

日 11月26日(木)14時～16時

場 同センター青江事業所（北区青江二丁目）

対 市内在住のおおむね60歳以上の女性 定 先着20人

申 住所、氏名、年齢、連絡先を☎・HPで11月19日までに

他 参加記念品あり



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

専門の就労相談員が、あなたに適した職種・業種などを一緒に考えます。

日 12月11日・18日の各金曜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 市内在住のおおむね55歳以上の人（生活保護受給者は対象外）

申 ☎で11月30日までに

他 就労相談は常時受け付け可



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8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12月4日までに（当日参加可）



保護者のための市職員仕事説明会

問 人事委員会事務局 ☎086-803-1554

日 12月20日(日)10時～11時

場 市役所本庁舎

内 採用試験の概要や仕事内容の説明、質疑応答など

対 就職活動を迎える人の保護者（本人と一緒に参加も可）

定 先着100人

申 11月13日～12月9日の間に（詳細はHPで）



新庁舎Walk

～職場としての市役所を知ろう～

問 人事委員会事務局 ☎086-803-1554

職場としての市役所の雰囲気をリアルに感じてみませんか？

日 12月21日(月)～23日(水)（各日4回催行）

場 市役所本庁舎

内 庁舎内の複数の職場を職員と歩いて見学

対 市役所で働くことに興味関心がある人、進路選択に迷っている学生、転職を考えている社会人

定 各回先着14人

申 11月13日～12月9日の間に（詳細はHPで）



事業者

公用封筒への広告募集

問 申会計課 ☎086-803-1519

令和9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9年5月（予定）

申 12月18日までに



中小企業向け共済制度

◆小規模企業共済制度

問（独法）中小企業基盤整備機構 共済相談室

☎050-5541-7171

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。

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

問（独法）勤労者退職金共済機構 中退共本部

☎03-6907-1234（中退共本部）

☎06-6536-1851（中退共大阪コーナー）

中小企業が加入できる従業員のための退職金制度です。

申 最寄りの金融機関、委託事業主団体などで



事業承継セミナー

問 産業振興課 ☎086-803-1325

事業承継に関する動向解説や第三者承継を実施した当事者のトークセッションなどを通じて、承継の最初の一步を分かりやすく学べます。

日 11月18日(水)14時～16時

場 杜の街グレース（北区下石井二丁目）

対 市内企業の経営者、後継者、事業承継支援者など

定 会場先着30人※オンライン参加は定員なし

申 ☎・HPで11月13日までに



市民協働

令和9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9年4月～令和10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9年1月12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3日(木)14時～16時

場 市役所6階小会議室6-8、9、10

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。なお、新規で事業を始める場合は事前相談が必要です。12月21日までに相談ください。

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

採用

会計年度任用職員募集

問申教職員課 ☎086-803-1586



募集対象	勤務地	給料	登録資格	登録方法など
パートタイム給食調理員（5時間） 給食調理員4時間サポート（4時間）	市内市立小・義務教育学校	時給1,165円	資格・年齢不問	勤務時間や給与、試験の詳細などはお問い合わせください。

市立小・中・義務教育学校 講師、非常勤講師募集

問申教職員課 ☎086-803-1586



募集対象	勤務地	給与	登録資格	登録方法
小・中・義務教育学校の教員（講師、非常勤講師）	市内市立小・中・義務教育学校	講師（大学新卒の場合） 292,616円（別途諸手当あり） 非常勤講師（時間単位）3,022円	必要とする教員免許を有する人	講師等登録申込書（HPで入手可）を提出（詳細はHP参照）

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からも入手可）をご確認ください。

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
社会人経験者（司書）	若干名	図書館または学校における司書業務など	昭和40年4月2日～平成13年4月1日生まれで、司書の資格を持ち、図書に関わる社会人経験が直近5年のうち3年以上ある人	12月6日(日)	市役所本庁舎	11月17日

市立総合医療センター（市民病院）採用試験

問同センター人事課 ☎086-737-3000



受験資格や申込方法など詳細は募集案内（HPから入手可）をご確認ください。他の職種もHPで募集しています。

試験区分 ①事務職員（システム）②救急救命士 採用予定人数 若干名

試験日 ①随時②12月21日(月) 申 ①随時②12月4日までに受験申込書（HPから入手可）を提出（詳細はHPで）

相談のコーナー

法律 暮らし 経営 お悩みごと

もの忘れ相談会（無料・要予約）

問申各区地域包括支援センター

日 12月4日(金)13時15分～15時35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



法務大臣から委嘱された人権擁護委員による「なやみごと相談所」(無料)

問 岡山地方法務局人権擁護課 ☎086-224-5761

日程	場所
11月2日(月)13時～16時	さんかく岡山
11月2日(月)13時～16時	ウェルポートなださき
11月27日(金)13時30分～15時30分	一宮地域センター

次のページへ続く

▶▶ 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 ※第1週は5日(木)・6日(金)に実施 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 (第1週目の予約は5日(木)9時から)
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)	予約専用電話 ☎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19日(木)13時～16時 相続・登記、借金問題、成年後見など	中区役所	義国司法書士事務所 ☎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11日・25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	(11日)市勤労者福祉センター (北区春日町) (25日)市役所15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11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25日(木)13時～16時 一般的年金相談・労働相談	市役所15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25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6階小会議室 (6-5)	県行政書士会 ☎086-222-9111
養育費・親子 交流相談(要予約)	11月24日(火)13時～17時 1組1時間 離婚などに係る養育費や親子交流など	市保健福祉会館1階	こども福祉課 ☎086-803-1221 ※予約は ☎ で開催日の4日前までに
ひとり親家庭等 専門相談(要予約) 【司法書士】	11月22日(日)13時～16時 離婚に関する相談、各種書類の作成など	きらめきプラザ (北区南方二丁目)	(一社)市ひとり親家庭福祉会 ☎086-230-3803 ※予約はHPで開催日の4日前までに
空き家対策相談会 (要予約)	11月28日(土)10時30分～14時30分 空き家、不動産の利活用、相続(終活) など	県立図書館 (北区丸の内二丁目)	岡山住まいと暮らしの相談センター ☎086-206-5581
住宅よろず相談 (要予約)	11月14日(土)13時30分～16時 新築・増築、リフォーム、耐震、空き家など	岡山ふれあいセンター (中区桑野)	県建築士会 ☎086-223-6671
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。
☎総務省岡山行政監視行政相談センター ☎086-231-4323

地区	日程	場所
岡山	11月9日(月)13時～14時	さんかく岡山
	11月13日(金)13時～15時	南公民館
	11月19日(木)13時～15時	中区役所
御津	11月2日(月)13時～15時	御津支所
興除	11月9日(月)10時～12時	興除地域センター
藤田	11月10日(火)10時～12時	藤田地域センター
高松	11月11日(水)10時～12時	高松地域センター
妹尾	11月12日(木)13時～15時	箕島コミュニティハウス
足守	11月13日(金)10時～12時	足守公民館

地区	日程	場所
上道	11月17日(火)10時～12時	上道地域センター
西大寺	11月18日(水)13時～15時	東区役所
瀬戸	11月19日(木)13時～15時	瀬戸公民館
福田	11月19日(木)13時～15時	福田公民館
建部	11月20日(金)13時30分～15時30分	建部町公民館
津高	11月20日(金)13時～15時	津高地域センター
一宮	11月27日(金)13時30分～15時30分	一宮地域センター
灘崎	12月7日(月)13時～16時	灘崎公民館

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

ちょっと
おでかけ

施設ガイド



岡山シティミュージアム

📍北區駅元町
☎086-898-3000



企画展「岡山大学文明動態学研究所
第2回特別展 鹿田遺跡と1950's Okayama
-発掘とカラー写真から記憶をたどる、未来へつなぐ-」

📅11月23日(祝)まで
¥一般310円、大学生以下・65歳以上無料
企画展「池田家文庫絵図展 江戸幕府・岡山藩と朝鮮」

平成17年から岡山大学図書館と共同で開催している展覧会です。池田家文庫と林原美術館の資料から、江戸幕府・岡山藩と朝鮮との関係をひもときます。

📅11月7日(土)～12月6日(日)
¥一般310円、大学生以下・65歳以上無料
※チケット半券提示でどちらの企画展も観覧可。(当日のみ有効)

<関連イベント>講演会
「江戸幕府の外交一朝鮮通信使を中心に」
📅11月14日(土)14時～16時
定70人 申☎で10月20日以降に

岡山城備前焼工房

📍北區丸の内二丁目
☎086-224-3396



干支(ひつじ)の色付け
📅12月1日(火)～28日(月)の各日①10時～12時②14時～16時
内焼成済みの干支の置き物に、自由に絵の具で色を塗る 定先着150人 ¥700円
申☎で11月11日以降に 他横幅約7.5cm

さんかく岡山

📍北區表町三丁目
☎086-803-3355



さんかく☆シアター
「ケアニン～あなたでよかった～」
📅11月19日(木)・20日(金)の各日①10時30分～12時20分②13時30分～15時20分 定各回先着50人 申☎で事前に

市民協働事業
生きる力(ライフスキル)を育み、未来をつくるプレコンセプションケア
📅11月15日・29日、12月6日の各日
曜13時30分～15時30分 定各回先着20人 申☎・窓口などで事前に

参画学習支援事業 パープルリボンセミナー・こどもの未来を守るために、いま大人たちができる事とは
📅11月15日(日)10時～12時
定先着30人 申☎・窓口などで事前に

岡山芸術創造劇場 ハレノワ

📍北區表町三丁目
☎086-201-8000



熾光群
「原爆は京都に落とされるはずだった」
米軍の原爆投下候補地リスト第一位は、京都だった。「3発目の原爆」は落とされていたのか。

📅11月21日(土)・22日(日)の各日①13時～②18時～(22日は①のみ) 対小学生以上
¥【全席自由】一般3,500円、U24(24歳以下)2,000円

竹田モモコ×内藤裕敬「他人」
「日本の劇」戯曲賞2022最優秀賞受賞作品が待望の再演決定!

📅12月19日(土)15時～、20日(日)14時～
対小学生以上 作竹田モモコ 演出内藤裕敬 出演原日出子、畑中咲菜、平松美紅
¥【全席自由】一般3,500円、U24(24歳以下)2,000円

「ジャズ大名」
傑作小説から生まれた舞台版。音楽とダンスの狂乱で観客を熱狂の渦に巻き込む!
📅令和9年1月16日(土)・17日(日)の各日①13時～②18時～(17日は①のみ)
対小学生以上 原作筒井康隆<「エロチック街道」(新潮文庫)所収>

上演・台本 福原充則、山西竜矢 演出 福原充則 出演千葉雄大、藤井隆、入野自由、大堀こういち ほか
¥【全席指定】S席8,000円、A席7,000円、U24(S・A席から選択可)5,000円

岡山フィルハーモニック管弦楽団
ニューイヤーコンサート
📅令和9年1月24日(日)14時～
対小学生以上 出演キンボー・イシイ(指揮)、中桐望(ピアノ)、岡山フィルハーモニック管弦楽団 曲目J.シュトラウスⅡ世/ワルツ「美しく青きドナウ」ほか
¥S席5,500円、A席4,400円、B席3,300円、B席ユース(19歳以下または25歳未満の学生)1,000円

少年自然の家

📍北區日応寺
☎086-294-3461



自然の中での学習会Ⅱ
📅12月25日(金)13時30分～27日(日)14時30分(2泊3日)
内自然散策・クラフト・館内探検など
対市内在住の小学1～3年生
定60人(応募多数の場合は抽選)
¥7,500円(保険料含む)
申11月20日までに(詳細はHPで)

オリエント美術館

📍北區天神町
☎086-232-3636



特別展「古代黄金の物語」
📅11月23日(祝)まで
¥一般1,600円、高校・大学生1,200円、中学生以下無料※中学生以下の子どもと同伴の人は200円引き



SPレコードコンサート
📅11月14日(土)10時30分～11時30分
特別展「オリエン太のアトリエ」
📅11月14日・21日の各土曜13時30分～15時30分
¥特別展入館料(一部有料プログラムあり)

学芸員によるギャラリートーク
📅11月14日(土)14時～15時
¥特別展入館料のみ

館蔵品展
「シティ・ライフのはじまり、オリエント」
小企画展「東西青銅器の饗宴」
📅12月5日(土)～令和9年3月7日(日)
¥一般310円、高校・大学生210円、小・中学生100円、65歳以上無料

ワークショップ「オリエン太のアトリエ」
📅12月5日(土)13時30分～15時30分
¥館蔵品展・小企画展入館料(一部有料プログラムあり)

足守プラザ

📍北區足守
☎086-295-0001



陶芸教室
干支(ひつじ)の土鈴に絵付けをしよう
📅11月中の開館日①9時30分～②12時30分～③14時30分～
(制作時間90分まで)
定各回8人(先着80点)
¥1,300円(1点)
申☎で事前に



木工教室 クリスマスツリーを作ろう
📅11月28日(土)①10時～②12時30分～③14時30分～
(制作時間90分まで)
定各回10人
¥1,900円(1点)
申☎で事前に



図書館からのお知らせ

各館の行事・展示情報
などはこちら



市立図書館 電子書籍サービスを開始しました。詳細はHPをご確認ください。



中央図書館

北区二日市町
☎086-223-3373

歴史講座「国富家文書と岡山東照宮の祭礼」

11月5日(土)14時～16時

えほんのじかん

11月25日(水)15時～15時30分

おやこおたのしみ会

11月27日(金)10時30分～11時

対1～3歳の幼児と保護者

定先着15組

申11月10日以降に

赤ちゃん絵本読み聞かせ体験

11月28日(土)10時30分～11時

おはなしのじかん

12月5日(土)11時～11時30分

幸町図書館

北区幸町
☎086-234-5188

影絵

11月14日(土)15時～15時45分

読書週間おはなしの会

11月15日(日)15時～15時30分

英語でえほんのじかん

11月29日(日)15時～15時30分

えほんのじかん

12月5日(土)15時～15時30分

浦安総合公園図書館

南区浦安南町
☎086-265-6141

おはなしのじかん

11月22日(日)11時～11時30分

えほんのじかん

11月25日・12月2日の各水曜14時～14時30分

かみしばいのじかん

12月6日(日)11時～11時30分

伊島図書館

北区伊島町二丁目
☎086-253-0822

おたのしみ会

11月15日(日)11時～11時30分

建部町図書館

北区建部町福渡
☎086-722-4555

おはなし会

11月28日(土)11時～11時20分

御津図書館

北区御津宇垣
☎086-724-1712

おはなし会

11月14日・28日の各土曜11時～11時30分

瀬戸町図書館

東区瀬戸町下
☎086-952-4531

おはなし会

11月14日・21日・28日の各土曜11時～11時30分

おはなしのじかん

12月5日(土)11時～11時30分

瀬崎図書館

南区片岡
☎086-362-5277

おはなしのへや

11月18日・12月2日の各水曜14時30分～14時50分

西大寺緑花公園緑の図書室

東区西大寺南一丁目
☎086-943-2298

赤ちゃん絵本読み聞かせ体験

11月11日(水)11時～11時30分

対1歳くらいまでの子どもと保護者、妊婦 申窓口・☎で10月28日以降に

こどものじかん

11月14日・28日の各土曜15時～15時30分

えほんのじかん

11月25日(水)15時～15時30分

教養講座「西大寺と北前船」

11月29日(日)10時～12時

定40人程度

申窓口・☎で11月12日以降に

視聴覚ライブラリー

北区二日市町
☎086-223-0097

名作映画会「消えない灯り」

11月22日(日)14時～15時14分

定90人程度 他詳細はHP参照

企画映画会

12月8日(火)①10時30分～11時45分②14時～16時14分

因①「深夜食堂」第28～30話②「マダム・イン・ニューヨーク」

定各回90人程度 他詳細はHP参照

公園協会からのお知らせ

各施設のイベント情報は
こちら



半田山植物園

北区法界院
☎086-252-4183

四季と自然を楽しむ会

11月12日(休)9時30分～11時30分

¥入園料のみ

半田山コレクション 秋の野草の観察会

11月12日(休)13時30分～15時

定先着20人

申窓口・☎で11月2日以降に

子ども自然教室 秋のかんざつ会

11月14日(土)10時～11時30分

定先着家族10組

申窓口・☎で11月2日以降に

半田山もみじ散策・もみじ展

11月21日(土)～12月7日(月)9時～16時

操山公園里山センター

中区沢田
☎086-270-3308

写真展「自然写真家 難波由城雄の日常 in 後楽園」

12月27日(日)までの各日8時30分～17時

※休館日を除く



【ガーデニング講座】

秋植え球根のダブルデッカー (二層植え)

11月18日(水)13時30分～15時

定先着15人 ¥2,300円

申☎で11月3日以降に

里山のバードウォッチング

11月20日(金)9時～12時

定先着20人 ¥200円

申窓口・☎で事前に

里山まるごとクラフトデイ

11月28日(土)10時～15時

内「シュロの工作」「自然素材のキーホルダー」などクラフト体験

他詳細はHPで

西大寺緑花公園・百花プラザ

東区西大寺南一丁目
☎086-944-8716

【ガーデニング講座】

秋植え球根のダブルデッカー (二層植え)

11月19日(木)13時30分～15時

定先着15人 ¥2,300円

申☎で11月3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

公園の植物みてあるき

日11月28日(土)10時～11時

申当日9時50分以降に窓口で

子ども自然教室 秋のかんさつ会

日11月28日(土)13時30分～15時

定先着家族10組

申窓口・☎で11月3日以降に

星空教室～土星をみよう～

日12月5日(土)17時30分～19時30分

対小学生以上（小学生以下は保護者同伴） 定先着30人 料中学生以下200円、高校生以上300円

申窓口・☎で11月3日以降に

浦安総合公園西地区

📍南区浦安西町

☎086-261-8588

【ガーデニング講座】

秋植え球根のダブルデッカー（二層植え）

日11月13日(金)13時30分～15時

定先着15人 料2,300円

申☎で11月4日以降に

クリスマスリースづくり

日11月18日(水)①10時～11時30分②13時30分～15時 定各回先着16人

料2,000円 申☎で11月11日以降に

子ども自然教室 秋のかんさつ会

日11月21日(土)10時～11時30分

定先着家族10組

申窓口・☎で11月4日以降に

公園の植物みてあるき

日11月30日(月)10時～11時

申当日9時50分以降に窓口で

ドライフラワーで作る

洋風しめ縄リース

日12月9日(水)①10時～11時30分②13時30分～15時

定各回先着16人

料1,500円 申☎で12月2日以降に

公民館からのお知らせ

その他各公民館の
イベント情報などはこちら



操山公民館

📍中区国富三丁目

☎086-271-5030

第5回操山公民館まつり

日11月14日(土)・15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

📍北区下伊福西町

☎086-253-7581

第47回岡西公民館文化祭

日11月14日(土)・15日(日)の各日9時30分～16時（15日は15時30分まで）

内作品展示、実技発表、体験コーナー、茶席ほか

北公民館

📍北区津島東一丁目

☎086-254-4633

第45回北公民館まつり

日11月14日(土)・15日(日)の各日10時～16時（15日は15時まで）

内作品展示、実技発表、体験・喫茶コーナー、販売ほか

建部町公民館

📍北区建部町福渡

☎086-722-2212

第46回建部町文化祭

日11月14日(土)・15日(日)の各日10時～16時（15日は15時30分まで）

場建部町文化センター（北区建部町建部上）

内展示、発表、体験

他15日はマルシェ開催

高齢者健康セミナー「認知症について」

日11月26日(木)13時30分～15時

内「もしも」の時に慌てないために早期発見と最新治療について学ぶ

定30人 申必要

御南西公民館

📍北区田中

☎086-244-1855

第30回御南西公民館文化祭

日11月14日(土)・15日(日)の各日10時～16時（15日は15時まで）

内公民館講座の作品展、実技発表ほか

東公民館

📍中区高屋

☎086-271-1911

スイッチON！えこらいふ～SDGsを学ぼう～

日12月10日(木)13時30分～15時30分

内「サイレントフォールアウト」鑑賞と講演 定40人 申必要

操南公民館

📍中区藤崎

☎086-276-7898

干支の絵付け体験

日11月28日(土)10時～12時

内陶芸の絵付け体験

定30人（先着順）

料2,000円（申し込み時に集金）

申必要（窓口のみ）

山南公民館

📍東区邑久郷

☎086-946-8165

2026山南学区安全安心フェス

日11月22日(日)10時～13時（雨天時は29日(日)）

内親子で鑑識体験、交通安全講話、パトカー試乗体験、反射神経測定体験ほか

瀬戸公民館

📍東区瀬戸町瀬戸

☎086-952-4146

LIVE SETO2026

日11月22日(日)13時～16時

内アリスの歌を中心に懐かしのフォークソングや歌謡曲などをお届けします。

出演TRAIAD（トライアド）

定460人

岡山中央公民館

📍北区蕃山町

☎086-224-0515

第1回岡山中央公民館文化祭

日11月21日(土)・22日(日)の各日9時30分～16時（22日は15時まで）

内実技・展示発表、高校生企画クラフトコーナー、健康測定・相談（22日のみ）

「ウキウキ岡山シリーズ

あつまれ！未来の岡山城主」

日11月14日(土)9時30分～12時

内大学生、岡山おもてなし武将隊のガイドで石山公園周辺や岡山中央公民館を巡る。

申必要

他ワークショップあり

大元公民館

📍北区大元上町

☎086-241-8526

第48回大元公民館文化祭

日11月14日(土)9時50分～17時・15日(日)10時～15時30分

内作品展示、実技発表、茶席、喫茶、体験コーナーほか

西大寺公民館

📍東区向州

☎086-942-6252

第54回西大寺公民館文化祭

日11月14日(土)・15日(日)の各日9時30分～16時（15日は15時40分まで）

内公民館講座の作品展示、舞台発表、茶席、喫茶ほか

東山公民館

📍中区平井四丁目

☎086-276-6202

東山みんなdeごみゼロ作戦

日11月28日(土)9時30分～12時

内川ごみの現状の話（講義）と、倉安川のごみ拾い（実践）

対小学生以上（低学年の子どもは保護者同伴）

申11月21日までに

ふれあいセンターからのお知らせ

掲載している講座やイベントは一部です。その他情報はこちらからご確認ください。

岡山ふれあいセンター

📍中区桑野
☎086-274-5151



北ふれあいセンター

📍北区谷万成二丁目
☎086-251-6500



南ふれあいセンター

📍南区福田
☎086-261-7001



西大寺ふれあいセンター

📍東区西大寺中二丁目
☎086-944-1800



西ふれあいセンター

📍南区妹尾
☎086-281-9611



ウェルポートなださき

📍南区片岡
☎086-363-5001



講座

- ・申し込みは、講座名、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を窓口で（詳細はHPで）
- ・受講の可否は各講座締め切り後お知らせします。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	傾聴ボランティア養成講座	11/29(日)～全8回	10:00～15:00	1,790円	11/15
	おうちクリスマスを彩る☆手作りブッシュ・ド・ノエル（託児付）※1	12/6(日)	10:00～12:15	1,230円※2	11/15
西大寺	介護職ファーストステップ研修「障害の基礎Ⅰ」	11/25(水)	10:00～12:00	1,800円	11/11
	介護職スキルアップ研修 「施設での大往生を支えるには……寄り添うためのチーム作り～」	12/11(金)	18:00～20:30	2,700円	11/27
北	ママとベビーのためのピラティス ※3	12/4(金)～全7回	13:30～14:45	5,740円	11/24
西	季節の園芸教室～迎春の寄せ植え～ ※4	12/18(金)	10:00～12:00	820円※5	12/4
なださき	介護職ファーストステップ研修 「リスクマネジメント（基礎編）」	12/9(水)	10:00～12:00	1,800円	11/25
	介護職ファーストステップ研修 「意思決定支援と権利擁護（基礎編）」	12/9(水)	13:00～15:00	1,800円	11/25

※1…託児付き（託児は満1歳から就学前の子ども対象、託児料は子ども1人につき370円） ※2…その他経費（材料代など）2,000円

※3…首がすわった3カ月～1歳未満の乳児とお母さん ※4…65歳以上優先 ※5…その他経費（材料代など）2,500円程度

岡山ふれあいセンター

療育まつり

📅11月23日(祝)10時～14時 内各種体験・飲食コーナー、グッズ販売 料一部有料 他詳細はHP参照

北ふれあいセンター

ひよこんさーと

📅12月5日(土)14時～15時

定80人程度 申11月24日までに 他小学生以下は保護者同伴

ウェルポートなださき

WAKUWAKUワークショップ

📅12月6日(日)10時～12時 内レーザークラフト、デコスイーツワークショップほか 料500～1,500円程度

西ふれあいセンター

西ふれあいまつり2026

📅11月22日・29日の各日曜10時～14時

内ワークショップ、屋台ほか

料一部有料 他幼児は保護者同伴。詳細はHP参照

南ふれあいセンター

南ふれあいまつり

📅11月15日(日)10時～15時

内移動動物園、ステージショー、スタンプラリー、縁日ほか

料一部有料 他幼児は保護者同伴。詳細はHP参照

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

料 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

健康ちょっといい話

冬の時期にはなぜかゆい

岡山市医師会

冬になると、肌にかゆみを感じて病院を受診される方も多いのではないのでしょうか。かゆみは外部の環境や肌の変化を感じる大事な感覚の一つですから、それを感じた際には注意が必要です。さて、冬の時期のかゆみにはいろいろなものが関係しています。

まず、冬場に湿度が低下すると皮膚表面の乾燥が進行します。暖房や電気毛布などの使用によっても同様のことが生じます。特に年配の方はかゆみを感じやすいのではないのでしょうか。皮膚表面には皮脂の膜があり、角層と呼ばれる部分には細胞間脂質、天然保湿因子などの乾燥から守る成分が存在していますが、加齢によりこれらの保湿成分が減少し、外からの刺激を受けやすくなりかゆみにつながると考えられます。さらに入浴が簡単にできる現代、洗いすぎによる乾燥も問題となります。入浴時には、洗いすぎに注意しましょう。石けんの泡をつくり手洗いとし、こすりすぎないようにしましょう。風呂上がりには、肌に保湿ローションやクリームを使用することも対策になります。乾燥だけでなく、皮膚炎になっている場合はステロイド含有の薬剤の使用も有効です。十分な対策をして冬にかゆみを感じないで過ごしたいものです。



1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

12月受診（御津・建部地区の人は1月受診）の対象者（1歳6カ月児健診：令和7年5月生、3歳児健診：令和5年5月生）の人に、11月末までに健診のお知らせが届きますので、日時などを確認のうえ、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1日	各日2回開催 ①11:00～12:00	南区南保健センター	11月1日
12月15日	②14:00～15:00	中区保健センター	11月15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。

月 日	相談時間	場 所
11月24日	13:30～15:00	南区南保健センター
11月26日	13:30～15:00	北区北保健センター
12月3日	13:30～15:00	北区中央保健センター
12月11日	13:30～15:00	南区西保健センター

シニアのための健康相談

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

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2日	9:30～12:30	北区中央保健センター
11月16日	13:30～16:30	東区保健センター
11月17日	13:30～16:30	北区北保健センター
11月19日	12:30～15:30	中区保健センター
11月20日	9:30～12:30	南区西保健センター
11月26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

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

胃がん集団検診

対 50歳以上（昭和52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や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32年4月2日以後生まれ）1,050円、70歳以上（昭和32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。

持 本人確認書類、胃がん検診票、検診料金または無料券
他 食事は前日の22時までに済ませ、検診当日は絶飲食・禁煙で来場ください。注意事項などの詳細は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27日	7:30～9:00	福浜公民館

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 健康づくり課

☎ 086-803-1202（けんしん専用ダイヤル）



特定健診・がん検診の受診期間は12月末までです。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8年度に40、50、60、66歳になる人は無料）。

持 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です

問 健康づくり課

☎ 086-803-1202（けんしん専用ダイヤル）

世界糖尿病デーは、糖尿病の予防や治療の大切さを広く知ってもらうための日です。糖尿病は初期に自覚症状が少なく、放置すると目・腎臓・神経などに合併症を引き起こすことがあります。

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、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。健康診査と併せて、がん検診も受けましょう。

11月15日は世界早産児デーです

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です

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。夜間検査もあるのでご利用ください。

◆ エイズパネル展

日 11月30日(月)～12月1日(火)

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 11月30日(月)・12月1日(火)の各日17時20分～20時

場 市保健福祉会館3階

申 エイズ・性感染症ホットライン ☎ 086-803-1269

（祝日除く月～金曜の各日9時～12時）またはQRで



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 北区天瀬6-10

◇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 北区天瀬6-10

◇受付時間 日曜、祝日、年末年始 9:30～11:30、13:00～14:30
※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

医療機関を受診するか迷った際、看護師などが電話で助言を行います。

【おとな】☎#7119 または ☎086-222-7119

◇受付時間 24時間365日

【こども】☎#8000 または ☎086-801-0018

◇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

岡山市休日急患当番医表（内科系）【令和8年11月】

診療時間 9時～17時（休憩時間12時～13時）

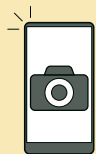
- ・やむを得ない事情で当番医が変わる場合がありますので、受診の前にご確認ください。
- ・「小児科」受診の際は、事前に各当番医へ受診可能かご確認ください。
- ・休憩時間は診療の状況に応じて変わる場合があります。往診はできません。

詳細はこちら▶



	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・ 瀬崎 ※3
第1日曜 11月1日	三田医院 (内科) ☎086-272-7770 中区門田屋敷一丁目	西岡外科 (内科) ☎086-253-8808 北区花尻みどり町	井上内科 小児科医院 ☎086-297-9333 東区東平島	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎086-952-1166 東区瀬戸町沖	あしもり クリニック ☎086-295-1133 北区下足守	茶屋町駅前 クリニック (内科) ☎086-420-0007 倉敷市茶屋町	松木内科 (内科) ☎086-362-0247 南区宗津
祝日 11月3日	原おとな子ども クリニック (内科) ☎086-277-8233 中区藤崎	のなか内科腎 診療所(内科) ☎086-253-5173 北区野殿東町	岡村一心堂病院 (内科) ☎086-942-9900 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	深井医院 ☎086-287-2011 北区高松	岡山水清会病院 ☎086-293-3355 北区西花尻	みやけ内科 クリニック (内科) ☎086-296-7778 南区藤田
第2日曜 11月8日	内科小児科 吉岡医院 (内科) ☎086-275-4111 中区国府市場	三戸内科医院 ☎086-229-3331 北区牟佐	藤田病院 (内科) ☎086-943-6555 東区西大寺上三丁目	長島病院 (内科) ☎086-952-1355 東区瀬戸町瀬戸	田中胃腸科 (内科) ☎086-287-9200 北区小山	木村医院 (内科小児科) ☎086-482-0028 早島町早島	さとう内科 クリニック (内科) ☎086-296-8822 南区藤田
第3日曜 11月15日	吉岡内科医院 (内科) ☎086-272-0353 中区国富	福島内科医院 ☎086-255-1281 北区清心町	コープ西大寺 診療所(内科) ☎086-944-0088 東区西大寺中二丁目	栗井内科医院 ☎086-953-0617 東区瀬戸町万富	鳥越医院 ☎086-284-7211 北区檜津	重井医学研究所 附属病院 ☎086-282-5311 南区山田	庵谷医院 (内科) ☎086-485-0057 倉敷市林
第4日曜 11月22日	おかやま内科 糖尿病・健康長寿 クリニック ☎086-272-1439 中区中納言町	いろどり クリニック (内科) ☎086-206-1028 北区幸町	野田内科医院 (内科) ☎086-278-3318 東区藤井	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	井上医院 ☎086-295-0014 北区大井	せのお病院 (内科) ☎086-282-1211 南区妹尾	渡辺医院 (内科) ☎086-362-0363 南区彦崎
祝日 11月23日	高屋クリニック (内科) ☎086-271-0055 中区高屋	渚本医院 (内科) ☎086-241-9484 北区西古松二丁目	渡辺内科 (内科) ☎086-942-2124 東区西大寺中野	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	マスカット内科 クリニック (内科) ☎086-294-7111 北区菅野	すぎはら眼科・ 循環器科内科 ☎086-428-2868 倉敷市茶屋町	岡山光南病院 ☎086-282-0555 南区東畦
第5日曜 11月29日	さつき内科 クリニック ☎086-206-1351 中区西川原	西下内科医院 ☎086-253-8131 北区津島西坂一丁目	岡山西大寺病院 (内科) ☎086-943-2211 東区金岡東町一丁目	森クリニック ☎086-954-4747 赤磐市周匝	済生会 吉備病院 (内科) ☎086-287-8655 北区高松原古才	笛木内科医院 (内科) ☎086-292-0033 北区庭瀬	うちおグリーン クリニック (内科) ☎086-282-5722 南区内尾

※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。



やっぱり岡山が好き！市民参加型フォトニュース

おかフォト

皆さんがInstagramに投稿した岡山市の日常や風景の写真ををご紹介します♪



@mie_korinboさん

岡山後楽園



応募方法は
こちら



市公式
Instagram

ベジ・ファーストOKAYAMAプロジェクト

わくわく岡山サラダ

健康づくり課 ☎086-803-1263



「サラダは脇役」というイメージを変えるサラダを4回にわたってご紹介。今回は第2回です。キューピー㈱と共同開発したレシピで、岡山らしさを取り入れ、身近な食材を無駄なく活用しています。



詳しい
レシピはこちら

わくわく宝探し！「レタスの宝探しサラダ」 ～レタスを開くと“宝”が見つかる！～

材料(2人分)

れんこん(小)……………1/2節
ベーコン……………4枚
うずらの卵(水煮)……………4個
ブロッコリー……………60g
にんじん……………50g
レタス/サニーレタス(大)…4～6枚
キューピーマヨネーズ……………大さじ3
おろしにんにく……………小さじ1



Point!

レタスを開くと「宝」に見立てたうずら卵が見つかり、宝探し気分！「宝」はお好きなものに代用可能。主菜にもなる食べ応えのある一品です。