

施設ガイド

イベント／カルチャー／ステージ／その他

申込方法の記号について

☎=電話 ㊚=ファクス ㊚=電子メール
〒=郵送・はがき ㊚=往復はがき
HP=ホームページ ㊚=窓口
QR=QRコード

*詳細は、各施設へお問い合わせください。

新型コロナウイルスの影響によりイベントが中止などになる場合があります。詳細は各施設にお問い合わせください。

岡山シンフォニーホール

〒700-0822 北区表町一丁目5-1
☎086-234-2001 ㊚086-234-1968
開館時間 9時～17時(催事により22時)
休館日 第2・4火曜(祝日の場合は翌平日)

あなたも岡山フィルと共演しませんか

シリーズXVI I am a SOLOIST “オーケストラとの共演”という夢を応援する舞台

日 9月27日(日)15時開演 費 全席自由1,500円 出演 指揮/中井章徳、管弦楽/岡山フィルハーモニック管弦楽団

犬島自然の家

〒704-8153 東区犬島119-1
☎086-947-9001 ㊚086-947-9303
㊚inujima@city.okayama.lg.jp
開館時間 8時30分～17時
休館日 火曜(祝日の場合は翌日)

犬島親子キャンプ

日 9月19日(出)～20日(日)(1泊2日)
対 小学生以上(小学生は保護者同伴)
定 40人 費 大人4,000円、小人3,000円(宿泊・食事代込み)
申 参加者氏名(ふりがな)、性別、学校名・学年、郵便番号・住所、電話(携帯)番号、イベント名を㊚で8月27日までに

勤労青少年ホーム

〒703-8293 中區小橋町一丁目30(福祉文化会館内)
☎086-272-7881 ㊚086-272-7885
㊚fukushibunkakaikan@city.okayama.lg.jp
開館時間 13時～21時(日曜9時30分～17時)
休館日 水曜、祝日

アロマとハーブでウイルスに負けない暮らし

日 8月25日～10月20日の各火曜18時30分～20時30分(※9月22日を除く) 内 抗菌スプレー・ジェルの作成など健康や美容に関する知識を深める 対 15～34歳で市内在住・在勤の社会人 定 先着15人 費 1回1,000円 申 ㊚・㊚で8月18日までに

オリент美術館

〒700-0814 北区天神町9-31
☎086-232-3636 ㊚086-232-5342
㊚orient@city.okayama.lg.jp
開館時間 9時～17時
休館日 月曜(祝日の場合は翌平日)

※令和2年10月1日～約1年間、改修工事のため休館予定

※イベント参加者はマスク着用
館蔵品展「オリエントの美に学ぶ」

期間 9月30日(水)まで開催中
費 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「祈りの聖地・エルサレム-中野晴生写真展」

期間 8月1日(出)～9月30日(休)
費 館蔵品展と共通

学芸員のギャラリートーク

日 8月8日・22日の各土曜14時～15時
費 入館料のみ

ギャラリーコンサート

「パンフルートコンサートwith Panみちゆア・ラルトVol.3」

日 8月29日(出)18時30分 出演 今井勉(パンフルート)、武藤美鶴(ピアノ)

曲目 花祭り/フォルクローレ、ロマーナの祈り/ジェームス・ラスト、亡き王女のためのパヴァーヌ/ラヴェルほか

費 一般2,500円(前売り2,000円)、高校・大学生1,000円、中学生以下500円

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)

木工教室 ミニチュアお家の一輪挿し

日 8月8日(出)①10時～②12時30分～③14時30分～(制作時間約1時間)

定 各回5人 費 800円 申 ㊚で事前に
他 作品は当日持ち帰り

木工教室 お家の貯金箱をつくろう

日 8月29日(出)①10時～②12時30分～③14時30分～(制作時間約1時間)

定 各回5人 費 800円 申 ㊚で事前に
他 作品は当日持ち帰り

陶芸教室 モザイクタイルのコースターをつくろう

日 8月の開館日各日①10時～②12時30分～③14時30分～(制作時間約1時間)

定 各回4人 費 1点520円
申 ㊚で事前に 他 作品は当日持ち帰り



岡山シティミュージアム

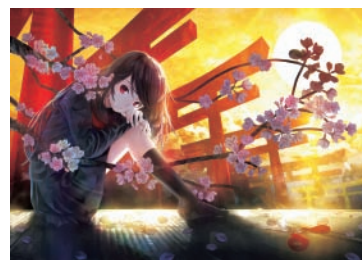
〒700-0024 北区駅元町15-1
☎086-898-3000 ㊚086-898-3003
㊚okayama-city-museum@city.okayama.lg.jp
開館時間 10時～18時
休館日 月曜(祝日の場合は翌平日)

特別展「絵師100人展 08」

今回のテーマは「雅」。ポップカルチャーとして人気のある日本のマンガやアニメの分野で活躍する絵師100人以上が、テーマに沿って本展覧会用に書き下ろした作品を一堂に展示し、新しい日本文化の価値に迫ります。県内の学生の作品も展示予定です。

期間 8月7日(金)～9月22日(祝)

費 一般900円、高校・大学・専門学校生700円、小・中学生500円



▲KEI 「桜」

企画展「岡山市立中央図書館所蔵災害の記録」

市立中央図書館に収蔵されている編入合併で引き継がれた旧町村の役場文書や市民から寄贈された古文書から、近世以降、岡山を襲った地震、水害、疫病の貴重な記録を展示します。市域で過去にあった災害の記録をまとめて紹介し、人々が災害にどのように対処してきたかを読み解きます。

期間 8月7日(金)～30日(日)

費 一般310円、高校・大学生210円



▲安政南海地震の被害を知らせる文書「去る五日晩、七時過ぎ、地震にて損し所、左の通り」(国富家文書、岡山市立中央図書館蔵)

男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」

〒700-0822 北区表町三丁目14-1-201
☎086-803-3355 ㊚086-803-3344
㊚sankaku@city.okayama.lg.jp
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「アンを探して」

日 8月28日(金)・29日(出)の各日①10時30分～12時25分②13時30分～15時25分

定 各回先着25人 申 必要

未来のリケジョ応援プロジェクト

①白い粉の謎を追い!②薬剤師を体験!

日 ①8月19日(水)②8月20日(木)の各日10時～12時30分 場 就実大学(中區西川原一丁目)

対 市内在住の小学4～6年女子児童
定 各回先着16人 費 1回100円
申 ㊚で8月1日以降に

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康

場所	講座名	日時(期間) / 内容/対象/定員/費用/申込/その他
■ 岡西公民館 〒700-0054 北区下伊福西町1-48 ☎/📠086-253-7581	発達障がい定例座談会 あおぞら	📅 9月4日(金)10時～12時 対 保護者・祖父母など 申 必要
■ 西大寺公民館 〒704-8115 東区向州1-1 ☎086-942-6252 📠086-942-0774	おうち菜園をはじめよう	📅 8月28日(金)10時～12時 内 多肉植物の寄せ植え 定 15人 費 2,500円 申 8月18日までに
■ 上南公民館 〒704-8166 東区君津636 ☎/📠086-948-3352	上南高齢者大学	📅 8月27日(木)10時～11時30分 内 経営にかける思い、地域にかける思い 申 必要
■ 吉備公民館 〒701-0153 北区庭瀬416 ☎/📠086-293-2170	庭瀬かいわい案内人	📅 8月27日(木)9時30分～12時 内 地域の偉人の足跡をたどる(Bコース) 定 先着20人 申 必要
■ 東公民館 〒703-8233 中区高屋344-1 ☎/📠086-271-1911	スイッチON!えこらいふ	📅 8月24日(月)10時～12時 内 地球温暖化とわたしたちの暮らし 定 30人 申 必要
■ 山南公民館 〒704-8132 東区邑久郷688 ☎/📠086-946-8165	山南さわやか大学	📅 8月21日(金)10時～12時 内 ヒマラヤ遠征に始まるネパールとの交流 対 おおむね60歳以上 定 45人 申 必要
■ 光南台公民館 〒702-8014 南区宮浦1324 ☎/📠086-267-1255	海辺のコンサート	📅 8月23日(日)14時～15時 内 リリーグループによるみんなが知っている 曲ヒットパレード 定 30人 申 必要
■ 東山公民館 〒703-8282 中区平井四丁目13-33 ☎/📠086-276-6202	東山ふれあい大学	📅 8月18日(火)13時30分～15時30分 内 消費税10%導入1年中国地方の 経済の動向と景気の見通し 定 30人 申 必要
■ 瀬戸公民館 〒709-0861 東区瀬戸町瀬戸54-1 ☎086-952-4146 📠086-952-4163	シアター&ちょこっとスタディ SETO 2020	📅 8月28日(金)13時30分～15時30分 内 「綾小路きみまろ 爆笑/ 最新ライブ名演集」と「スマホの落とし穴」 申 必要
■ 万富公民館 〒709-0841 東区瀬戸町万富257 ☎086-953-0610 📠086-953-0715	シアター万富	📅 8月22日(土)13時30分～15時30分 内 人生、いろいろ 定 30人 申 必要

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

自宅でフレイル予防の体操をしましょう!

～外出を控えているシニアの皆さんへ～



問 岡山市ふれあい介護予防センター
北区の人 ☎086-251-6517
中区・東区の人 ☎086-274-5211
南区の人 ☎086-230-0315

効果

- 姿勢・呼吸を整える
- 顎の力を高める
- 唇・舌・頬の動きを高める

舌の体操 食べる、話す…自分らしくいきいきと過ごすために



舌を下に向けて2秒間しっかりと出します。次に口を開けたまま、舌の先を尖らせて上唇に触れるように2秒間上げます。

4回繰り返す



舌をしっかりと前に出し、左に向けて2秒間伸ばします。次に右に向けて2秒間伸ばします。


4回繰り返す



舌をまっすぐ前に3秒突き出した後、奥に引きます。

4回繰り返す

毎日行いましょう ※HPに動画あり

司書のおすすめ図書
 ～いまこそ読んでおきたい本～

ダブルハピネス
 杉山文野/著 講談社 2006年5月
 性同一性障害である著者の、面白おかしいエピソードも交えて軽妙な語り口で書かれた自身の半生。そこには想像を絶する苦悩や苦痛もあり、友人や家族のおかげで乗り越えられたとも。誰もが「普通」に生きられる社会のため、「違い」に対する知識と受容が不可欠だと再認識させられます。
字のないはがき
 向田邦子/原作 角田光代/文
 西加奈子/絵 小学館 2019年5月
 「げんきな日は、はがきに まるをかいて、まいにち いちまいずつ ポストにいれなさい」お父さんはまだ字も書けない幼い妹にそう言いました。疎開した妹から毎日届くはがきには、元気いっぱい大きなまるが書いてあります。ところがそのまるは、どんどん小さくなっていき…。まるに思いを込めた妹や、はがきを受け取る家族の心情に思いをはせると胸が締め付けられます。向田邦子さん一家の実話をもとに、戦時中を生きた人々の思いを知ることができる1冊です。



図書館

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
(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)

展示「安心できるこころの居場所をつくる」

【期間】8月26日(水)まで開催中

【内】自殺予防やこころの健康問題に対する正しい知識などの理解に役立ててもらうことを目的として、いじめ問題や不登校、自殺、メンタルヘルス、こころのリフレッシュに関する本、関連の小説などを約40冊展示。

浦安総合公園

〒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

浦安読書サークル

【日】9月4日(金)13時～15時 【内】好きな本を
読んでフリートーク 【申】㊚・㊞で

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

読書すごろく

【期間】8月30日(日)まで開催中

【他】すごろく用紙は図書室で配布

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

おはなしかい

【日】8月8日・22日の各土曜14時～14時30分

【場】御津公民館(北区御津宇垣)

【申】㊞で開催日の3日前までに

視聴覚ライブラリー

〒700-0843 北区二日市町56
☎086-223-0097 ㊚086-223-0093
開館時間 10時～18時(木曜は11時～19時)
休館日 月・第2日曜、祝日

名作映画会「山下清物語 裸の大將 放浪記」

【日】8月23日(日)10時30分～12時32分

【定】先着30人

福祉交流プラザさいでん

〒703-8225 中区神下133-3
☎/㊚086-279-2753
㊚plazasaiden@city.okayama.lg.jp
開館時間 9時30分～21時(日曜は17時まで)
※建部は8時30分～17時
休館日 火曜

LGBT支援者(アライ)の見える化のための講演会「多様な性を知ろう」

【日】9月7日(月)10時～11時30分 【申】必要

- 【A】浦安総合公園西地区 〒702-8025 南区浦安西町148-1 開館時間 9時～17時
☎086-261-8588 ㊚086-262-9589 休館日 土・日曜、祝・休日
- 【B】岡山市半田山植物園 〒700-0004 北区法界院3-1 開館時間 9時～16時30分
☎086-252-4183 ㊚086-252-2208 休園日 火曜(祝日の場合は直後の平日)
- 【C】操山公園里山センター 〒703-8234 中区沢田649-2 開館時間 8時30分～17時
☎086-270-3308 ㊚086-270-8353 休館日 火曜(祝日の場合は直後の平日)
㊚satoyama@okayama-park.or.jp
- 【D】岡山市総合文化体育館 〒702-8024 南区浦安南町493-2 開館時間 8時30分～21時
☎086-263-7474 ㊚086-265-5354 休館日 火曜(祝日の場合は直後の平日)
㊚taiiku@okayama-park.or.jp
- 【E】瀬崎町総合公園 〒709-1215 南区片岡119-1 受付時間 8時30分～20時
☎086-362-0845 ㊚086-362-0806
㊚nadasaki@okayama-park.or.jp

・事前申し込みが必要な場合の手続き(全て先着順)および注意事項など

- 【A】講習会名、氏名、電話番号を㊞・㊞で8月3日以降に。
- 【B】イベント名に★印があるものは入園料が必要です。
- 【C】講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を㊞・㊞・㊚・㊞で。※小学生以下は保護者同伴

※新型コロナウイルス感染症の拡大抑制に向けた取り組みとして、変更または中止する場合があります。詳細は各施設にお問い合わせください。

イベント名		内容
【A】浦安	おしゃれに飾る観葉植物の寄せ植え	【日】8月26日(水)13時30分～15時 【定】先着15人 【費】1,600円 【申】㊞・㊞で8月3日以降に
【B】半田山	観察会 ★四季と自然を楽しむ会	【日】8月13日(木)9時30分～12時 【定】先着20人 【申】当日9時から受付
	イベント 植物園!夏休み特別展示	【日】8月8日(土)～16日(日)の各日9時～16時30分 (休園日を除く)
【C】里山センター	夏休みにノルディックウォーク	【日】8月8日(土)10時～11時30分 【対】6歳以上 【定】先着10人 【費】200円(+ポールレンタル代) 【申】必要



【A】おしゃれに飾る観葉植物の寄せ植え



【C】夏休みにノルディックウォーク

◆イベント 【E】瀬崎町総合公園

夏講座 ペットボトルで作る夏の爽やかハンギングバスケット

【日】8月22日(土)①10時～11時30分②13時30分～15時 【対】小学生以上 【定】各回先着10人

【費】100円+材料代400円 【申】㊞で8月1日以降に

◆スポーツ教室 【D】岡山市総合文化体育館

申し込みは、費用を添えて直接8月24日以降に(先着順)。

※定員に達しない教室は中止することがあります。

教室名(全7回)	曜日	開催日	時間	対象	定員	会費
若草クラブ	月	9月14日～11月30日	9:30～11:30	55歳以上	40人	4,000円
バレーボール	月	9月14日～11月30日	9:30～11:30	18歳以上の女性	40人	4,000円
いきいきエアロビクス	月	9月7日～11月16日	10:00～11:30	18歳以上	40人	4,000円
エンジョイスports	木	9月3日～11月19日	9:30～11:30	18歳以上の女性	40人	4,400円
ベーシックヨガ	木	9月3日～11月12日	10:00～11:30	18歳以上	40人	4,000円
ミニバレーボール	金	9月4日～11月13日	9:30～11:30	18歳以上の女性	40人	4,400円
のんびりヨガ	金	9月4日～11月13日	10:00～11:30	18歳以上	40人	4,400円
太極拳	金	9月4日～11月13日	13:30～15:30	18歳以上	40人	4,000円

ふれあいセンター、ウェルポートなださき講座と催し

http://www.okayama-fureai.or.jp/ 休館日：第3土曜



岡山ふれあいセンター

〒702-8002 中区桑野715-2
☎ 086-274-5151 FAX 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 FAX 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 FAX 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 FAX 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 FAX 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 FAX 086-363-5011
✉ j_welp@mx.okayama-fureai.or.jp

講座

- ・申し込みは、講座名、郵便番号・住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を☎・☎・FAX・✉で
- ・受講の可否は各講座締め切り後はがきでお知らせします。なお、応募多数の場合は抽選、少数の場合は中止になることがあります。
- ・ときめきプラザ会員は「生涯学習講座受講割引券」を使用できます（一部対象外講座あり）。

- ※1…65歳以上優先。
- ※2…対象は知的障害・発達障害などの小学生以上で、成人の付き添い可能な人。
- ※3…テキスト、材料代などを含んだ料金（変動する場合あり）。
- ※4…対象は首がすわった3カ月～1歳未満の子どもと母親。

講座名		日程・回数	時間	受講料など	締切
健康啓発講座 睡眠で免疫力を付けよう！ “心理学”から学ぶ、質の良い睡眠のコツ	南	8/22(土)	14:00～16:00	無料	8/12～ 順次
	北	9/6(日)	14:00～16:00		
	岡山	9/12(土)	14:00～16:00		
	西大寺	9/21(祝)	10:00～12:00		
	西	9/21(祝)	14:00～16:00		
西大寺	ウォーキングサポーター養成講座	9/4～(金)全5回	10:00～12:00	1,050円	8/25
	音訳ボランティア入門講座	9/8～(火)全3回	10:00～12:00	630円	8/29
	健康づくりの第一歩！姿勢改善教室 ～正しい歩き方を知ろう～ ※1	9/12(土)	14:00～16:00	630円	9/2
	ふれあいワークショップ「あい♡ラブ♡スシ♡ケーキ」 ※2	9/21(祝)	10:00～12:00	710円※3	9/10
北	芸能ボランティア養成講座（マジック入門）	9/5～(土)全6回	14:00～16:00	6,280円※3	8/20
西	ママと赤ちゃんのふれあい時間	9/3(木)	14:15～15:30	630円	8/24
	脳のトレーニング教室「大人の塗り絵教室」	9/9(水)	14:00～15:30	630円	8/30
南	季節の園芸教室（秋編） ※1	9/5(土)	10:00～11:30	1,630円※3	8/24
なださき	ママとベビーのためのピラティス ※4	9/8～(火)全9回	11:00～12:15	5,670円	8/28

催し 問い合わせは各センターへ

南ふれあいセンター

わくわく映画会「おしりたんてい」

☎ 8月23日(日)①10時～11時20分②12時～13時20分③14時～15時20分 定 各回50人

親子で一緒に！すくすくサポートエクササイズ

☎ 8月24日(月)14時～15時15分 対 3歳くらいの子どもと保護者
定 12組程度 申 8月14日までに

おやかサマーワークショップ「アロマストーンをつくろう！」

☎ 8月29日(土)10時～12時 対 5歳～小学生と保護者
定 6組程度 費 1人500円程度 申 8月19日までに

おやかサマーワークショップ「スクラップブックをつくろう！」

☎ 8月29日(土)10時～12時 対 5歳～小学生と保護者
定 8組程度 費 1組500円程度 申 8月19日までに



スクラップブック



園芸教室



西大寺ふれあいセンター

写真展「～春から夏へ～季節を彩る風景」

期間 8月9日(日)～23日(日)の各日9時～21時（最終日は16時まで）

ウェルポートなださき

プール臨時休業

機械設備点検のため8月31日(月)～9月2日(水)の間、休業します。

記号説明

日 日 時

期 日

時 間

場 所

内 容

講 師

対 象

定 員

費 用

持 参

申 込

他

そ の 他

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

- 保健課 感染症対策係 ☎086-803-1262
- 健康づくり課 特定疾病係 ☎086-803-1271
- 健康増進係 ☎086-803-1263
- 母子歯科保健係 ☎086-803-1264
- 精神保健係 ☎086-803-1267
- 保健センター
- 北区中央（岡山市保健福祉会館内） ☎086-803-1265
- 北区北（北ふれあいセンター内） ☎086-251-6515
- 御津・建部分室（建部支所総務民生課内） ☎086-722-1114
- 中区（岡山ふれあいセンター内） ☎086-274-5164
- 東区（旧西大寺保健センター） ☎086-943-3210
- 南区西（西ふれあいセンター内） ☎086-281-9625
- 南区南（南ふれあいセンター内） ☎086-261-7051

新型コロナウイルスの影響により各種事業が中止になる可能性があります。随時市HPでご確認ください。

診療一口メモ

健康 ちょっと いい話

紫外線による眼障害

天気の良い夏や雪山の屋外で過ごした後、または溶接光などを直接見ていると、激しい痛みや涙で目が開けていられなくなることがあります。原因は強い紫外線（UV-B・280～315nmの中波長紫外線）による角膜びらんです。目に見える光（可視光）よりも短い（100～400nm）波長の光が紫外線です。近年、夏の暑さが問題になっていますが、日照量に加え紫外線量も、この20年で約1割増加しています。紫外線の眼への影響は、急性の障

害としては角膜びらんがあります。それ以外にも慢性の障害として光老化、発癌、翼状片、白内障などがあります。

予防方法は、サングラスや保護眼鏡を使うことです。その他、気象庁の発表する紫外線量（UVインデックス）をチェックしてください。UVインデックスは5段階に分けられており、その対策は次のとおりです。

- ・1～2 弱い（問題なく屋外で過ごせる）
- ・3～5 中程度（炎天下での日陰利用の推奨、日焼け止め、長袖、帽子の着用）
- ・6～7 強い（炎天下での日陰利用の推奨、日焼け止め、長袖、帽子の着用）
- ・8～10 非常に強い（日中の外出は控え、必ず長袖、日焼け止め、帽子を着用）
- ・11+ 極端に強い（日中の外出は避け、必ず長袖、日焼け止め、帽子を着用）

岡山市内医師会連合会

集団検診での感染対策にご協力ください

新型コロナウイルス感染症予防のために検診環境を整えて、集団検診を再開します。受ける人は、安全な実施にご協力ください。
※来場前に、自宅で体温測定し、問診時にお知らせください。
※来場時は、必ずマスクを着用してください。
※次の項目に当てはまる場合は、来場をご遠慮ください。

- ・いわゆる風邪症状のある人
- ・検診受診の2週間以内に37.5度以上の発熱があった人
- ・検診受診の2週間以内に、法務省・厚生労働省が定める諸外国への渡航歴がある人
- ・検診受診の2週間以内に、新型コロナウイルス感染症の患者やその疑いがある患者との接触歴がある人
- ・新型コロナウイルス感染症の患者と濃厚接触の可能性があり、待機期間中の人

胃がん集団検診

対50歳以上（昭和46年4月1日以前生まれ）で、今年度中に偶数年齢になる人または昨年の胃がん検診を受けていない人
費70歳未満（昭和26年4月2日以後生まれ）1,050円、70歳以上（昭和26年4月1日以前生まれ）500円 ※65～69歳で「後期高齢者医療被保険者証」持参者は500円。「無料券」持参者は無料。
持公的身分証明書、胃がん検診票、自己負担金または無料券 ※検査前日の夕食（固形物）は22時までに済ませ、検査当日は絶飲食・禁煙。 ※内視鏡検査を希望する人や持病のある人は、個別検診（医療機関で実施）を受けてください。特に、ピロリ菌除菌後の人はエックス線検査でなく、医療機関で内視鏡検査による個別検診をお勧めします。 ※今年度の手話通訳者派遣会場は伊島のみです。

地区	月日	受付時間	場所
中山 (一宮)	9月4日	7:00～8:30	J A岡山フライト集出荷場(大窪)
	9月8日	7:00～8:30	ザ・ビッグ岡山一宮店
伊島	9月9日	7:30～8:30	天満屋ハピーズ京山店【手話】
江西	9月10日	7:30～9:00	江尻親和コミュニティハウス
	9月7日 9月11日	8:00～9:00	ウェルポートなださき

結核・肺がん集団検診

対40歳以上（昭和56年4月1日以前生まれ）で、職場などで検診を受ける機会のない人（結核患者の多い国から来た外国人などは15歳以上）
費①胸部エックス線撮影/無料②肺がんの痰検査=胸部エックス線撮影を受ける人のうち、50歳以上で喫煙指数が600以上の希望者/500円（70歳以上および65～69歳で後期高齢者医療被保険者証持参者は200円、無料券持参者は無料）
持結核・肺がん検診票、公的身分証明書

地区	月日	受付時間	場所
興除	8月19日	9:00～10:00	ローソン 岡山興除店
		10:30～10:50	興除地域センター
		11:20～11:50	興除園
		13:00～13:20	興除コミュニティハウス
		13:50～14:10	内尾南部公会堂
吉備	8月20日	14:40～15:00	中畦学校地公会堂
		8月21日	14:30～15:10
吉備	8月20日	9:00～10:30	J A岡山 吉備資材店 駐車場
		11:00～12:00	アーバンホール庭瀬 駐車場(男女別検診会場)
		13:30～14:30	エヴァホール庭瀬 駐車場
		15:00～15:20	延友公民館
		8月28日	9:00～9:50
10:20～10:50	吉備西幼稚園		
11:20～12:00	吉備公民館		
曾根	8月21日	9:30～9:50	西畦 黒田操一郎さん宅前
		10:20～10:50	曾根小学校
		11:20～11:50	(株)山陽米肥広場

(結核・肺がん集団検診の続き)

Table with columns for location, date, and time. Includes entries for 曾根, 高田(日近), 大井, 足守, 芳泉, 馬屋上, 野谷, 横井, 高田(岩田), 福谷, 御野, 出石, 鹿田, 第三藤田, 第二藤田, 津島, 中山, 大野.

(結核・肺がん集団検診の続き)

Table with columns for location, date, and time. Includes entries for 大野, 妹尾, 東畦, 第一藤田, 牧石.

1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

9月受診の対象者(1歳6カ月児健康診査=平成31年2月生、3歳児健康診査=平成29年2月生)に、8月末までに健康診査のお知らせが届くので、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

【対】離乳食初心者の保護者 【持】親子手帳(母子健康手帳) 【申】市電子申請サービスで事前申し込み 【他】託児なし



Table with columns: 月日, 開催時間, 場所, 申込受付開始日. Includes dates 9月4日 and 9月29日.

子どもの歯の相談

対象は1歳から就学前の幼児です。親子手帳(母子健康手帳)を持参。希望者にはフッ素塗布(1,000円)を行います。

Table with columns: 月日, 受付時間, 場所. Includes date 8月18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。※医療機関を受診されている人はご遠慮ください。ご家族の相談も可能。

Table with columns: 月日, 相談時間, 場所. Includes dates 8月28日, 9月3日, 9月17日.

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。【対】市内在住の65歳以上でBMI20以下の人など 【持】健康診査などの結果

Table with columns: 月日, 開催時間, 場所. Includes dates 8月3日, 8月17日, 8月18日, 8月20日, 8月21日, 8月27日.

記事説明 日 日 時 期 日 時 時間 場 場所 内 内容 講 講師 対 対象 定 定員 費 費用など 持 持参品 申 申込 他 その他

休日急患診療



●岡山市休日夜間急患診療所（内科・小児科）

☎086-225-2225 北区東中央町3-14 旧市民病院別館 1階

□受付時間 ※往診はできません。
(診療は受付開始時間の30分後から)

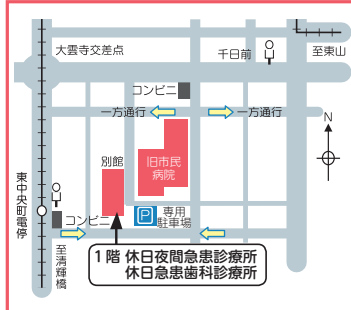
【内科】

日曜、祝日、年末年始
9:30~11:30、12:30~16:30、
20:00~22:30

【小児科】

日曜、祝日、年末年始
9:30~11:30、12:30~16:30、
19:00~22:30

平日の月~土曜 20:00~22:30



●岡山市休日急患歯科診療所

☎086-225-8280 北区東中央町3-14 旧市民病院別館 1階

□受付時間 日曜、祝日、年末年始
10:00~11:30

※当分の間、診療時間を午前中のみとしております。
※急患に限ります。予約・往診はできません。

●在宅当番医（内科系）

下表のとおり（令和2年6月末現在）。
市HPでもお知らせしています。

□診療時間 日曜、祝日、年末年始 9:00~17:00

※やむを得ない事情で当番医が変わる場合があります。
往診はできません。

●岡山県小児救急医療電話相談

☎#8000または☎086-801-0018

子ども（おおむね15歳以下）の夜間急病時の対応方法
や医療機関への受診などについて、看護師などが電話で
相談に応じ、適切な助言を行います。

□受付時間 土・日曜、祝日、年末年始 18:00~翌朝 8:00
平日の月~金曜 19:00~翌朝 8:00

●岡山県精神科救急情報センター

☎086-225-9080（県精神科医療センター内）
※救急受診が必要な人に受診先を紹介します。

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

●救急病院の問い合わせ

☎086-231-0119

岡山市内救急病院案内（消防局・24時間対応）

岡山市休日急患当番医表（内科系）【令和2年8月】

□診療時間 9時~17時 □往診はできません

☆ やむを得ない事情で当番医が変わる場合がありますから、受診の前に確認してください。

☆ 「小児科」受診の際は、休日急患当番医が「内科系」のため、各当番医に受診が可能かどうかあらかじめ確認してください。

	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 8月2日	てらだ内科 クリニック(内科) ☎277-0005 中区円山	尾上内科・ 循環器内科医院 ☎238-1080 北区久米	マツザキ クリニック(内科) ☎944-4777 東区西大寺松崎	森クリニック ☎086-954-4747 赤磐市周匝	サンノゼの丘 クリニック(内科) ☎286-0888 北区芳賀	難波医院 ☎724-0008 北区御津金川	せのお病院 (内科) ☎282-1211 南区妹尾	渡辺医院 (内科) ☎362-0363 南区彦崎
第2日曜 8月9日	岡山ハート クリニック(内科) ☎271-8101 中区竹田	たなか内科 診療所 ☎259-1551 北区田中	津田内科 小児科医院(内科) ☎278-4123 東区古都南方	あかいわファミリー クリニック(内科小児科) ☎086-955-9251 赤磐市河本	大橋内科医院 ☎284-5552 北区一宮	芳賀佐山 診療所 ☎284-7272 北区芳賀	南岡山 医療センター(内科) ☎086-482-1121 早島町早島	さとう内科 クリニック(内科) ☎296-8822 南区藤田
祝日 8月10日	鈴木内科医院 ☎273-0101 中区門田屋敷三丁目	いのくち内科 クリニック ☎253-8000 北区大安寺東町	時末消化器科 内科医院(内科) ☎942-2317 東区西大寺中一丁目	栗井内科医院 ☎953-0617 東区瀬戸町万富	大守クリニック ☎284-2777 北区櫛津	中山医院 (内科) ☎299-0005 北区西山内	S S K茶屋町 クリニック(内科) ☎086-428-9000 倉敷市茶屋町	うちおグリーン クリニック(内科) ☎282-5722 南区内尾
第3日曜 8月16日	氏平医院 (内科) ☎272-1372 中区古京町一丁目	たつみ内科 クリニック ☎246-6500 北区辰巳	西大寺中央 クリニック(内科) ☎943-9211 東区松新町	うえおか内科医院 (内科小児科) ☎952-5665 東区瀬戸町江尻	鳥越医院 ☎284-7211 北区櫛津	木村医院 ☎295-0010 北区大井	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
第4日曜 8月23日	庄医院 (内科) ☎277-0270 中区山崎	岡山メディカル クリニック(内科) ☎255-2345 北区伊福町三丁目	中村内科医院 (内科小児科) ☎942-3838 東区金岡東町一丁目	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	マスカット内科 クリニック(内科) ☎294-7111 北区菅野	井上医院 ☎295-0014 北区大井	原田内科医院 ☎282-0318 南区妹尾	葵クリニック (内科) ☎728-0008 南区藤田
第5日曜 8月30日	三田医院 (内科) ☎272-7770 中区門田屋敷一丁目	せとうち クリニック(内科) ☎236-8470 北区野田三丁目	コープ西大寺 診療所(内科) ☎944-0088 東区西大寺中二丁目	うえの内科小児科 医院(内科小児科) ☎086-956-0505 赤磐市桜が丘西	前田医院 (内科) ☎284-7676 北区櫛津	ももたろう 整形外科医院 ☎295-2557 北区下足守	中島病院 ☎282-0218 南区妹尾	さとう内科 クリニック(内科) ☎296-8822 南区藤田

※1 赤磐医師会エリアを含む ※2 都窪医師会エリアを含む ※3 北児島医師会エリアを含む

● 問は問い合わせ先 ● 申は申し込み先です ※申し込み先が市役所の場合は〒700-8544 北区大供一丁目1-1まで ●

8月は相続登記はお済みですか月間

岡山県司法書士会では8月を「相続登記はお済みですか月間」と定め、岡山県下の司法書士が相続に関する相談に無料で対応する活動を行っております。相続登記を長期間にわたって放置していると、相続関係が複雑になって後日さまざまなトラブルが発生しがち。このようなトラブルを未然に防ぐためにも、相談事のある方はお近くの事務所にお問い合わせみてはいかがでしょうか。

岡山県司法書士会

岡山市北区駅前町二丁目2番12号 TEL.086-226-0470(平日9時~17時)

無料
面談
相談

場所 岡山県司法書士会館(岡山市北区駅前町二丁目2番12号)
相談日 毎週火・木曜日(祝日除く)17時~19時
毎月第1・3土曜日(祝日除く)10時~12時
予約受付 平日 9時~17時 TEL.086-226-0470
平日 17時~19時 TEL.086-224-2334
※予約制、同じ内容での無料相談は2回まで

無料電話相談 おかやま総合相談センター 月~金曜日(祝日除く)17時~19時 **TEL.086-224-2334**

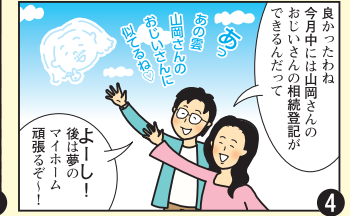
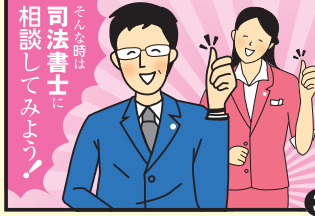
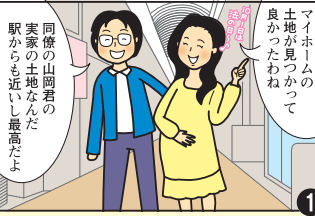
遺産の相続を強力サポート!

相続の登記は司法書士です



日本司法書士会連合会

不動産登記~土地の売買ができない編~



※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。

各種クレジットカード・各種ローンカード・その他借入カード

利用者 捜索中!

どこで借りたか **うろ覚えでも OK**

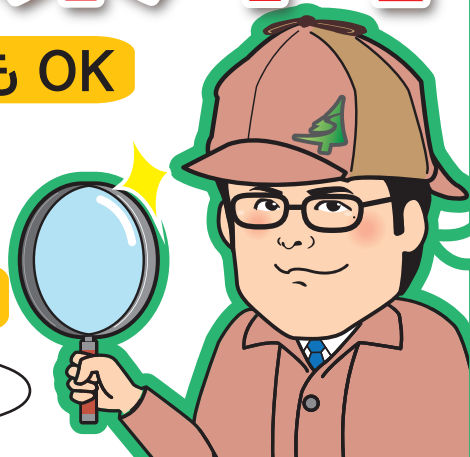
カードや契約書 **不要**

家族や会社に **秘密厳守**

消費者金融以外の借入れでも!

現金が戻ってくる可能性があります!!

クレジットカードや
カードローンを利用
したことはありませんか?



司法書士法人 代表司法書士 杉山一穂
杉山事務所

0120-316-571

岡山市北区中山下1丁目8番45号 086-234-2877/年中無休 9:00~19:00 ※司法書士法第3条に定める代理権は訴訟額140万円以内です。他、不動産登記・法人登記・訴訟代理・相続問題等。岡山県司法書士会所属 司法書士 土屋良文 岡山767号 簡裁代理認定番号712160号