

後期高齢者医療の葬祭費の申請

☎医療助成課 ☎086-803-1217

後期高齢者医療制度に加入している人が亡くなった場合、喪主に葬祭費が支給されます。ただし、葬祭を行った日の翌日から2年を経過すると時効により支給できなくなります。

支給額 50,000円

持 振込先口座の分かるもの、故人の後期高齢者医療被保険者証（未返却の場合）

※喪主以外の口座に振込先を指定する場合は、喪主と代理人（口座名義人）の印判が必要です。

手話を学ぼう！

☎障害福祉課 ☎086-803-1236

FAX 086-803-1755

✉shougaiukushi@city.okayama.lg.jp

声を出しながら、手話をやってみましょう。

HPでもご確認いただけます。



痛い

5指を折り曲げ、指を上に向けた右手を震わせる

視覚障害者向けの点字版広報紙と音声版広報CD

☎広報広聴課 ☎086-803-1024 FAX 086-803-1731

✉kouhouka@city.okayama.lg.jp

本紙に掲載している情報のうち、特に生活につながるのある情報を点字にした冊子と、全ての情報を音声で収録したCDを、目の不自由な人に毎月無料で提供しています。

☎・FAX・☎・☎

(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。

母子家庭の母、父子家庭の父への就労支援制度

☎こども福祉課 ☎086-803-1221

対 市内在住で、20歳未満の子どもを養育する母子家庭の母または父子家庭の父で、児童扶養手当受給者と同等の所得水準の人。詳しくはお近くの福祉事務所（母子・父子自立支援員）でご相談ください。

☎福祉事務所窓口で（要事前相談）

●母子及び父子家庭高等職業訓練促進給付金

生活の安定につながる資格を取得するために養成機関に通う場合、生活を支援する給付金を支給します（要件あり）。

対象資格 看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士ほか 給付額 市民税非課税世帯＝月額10万円、課税世帯＝月額7万5000円（最終年度は各4万円加算） 期間 上限4年

●母子及び父子家庭自立支援教育訓練給付金

就労に必要な資格や技能を取得するため指定された教育訓練講座を受講した場合、終了後に受講料の一部を支給します（要件あり）。

給付額 受講料の6割、上限20万円×就業年数（雇用保険法による一般教育訓練の受給資格者はその受給額を差し引いた額）

ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援制度

☎こども福祉課 ☎086-803-1221

高等学校卒業程度認定試験の対策講座を受講する場合、費用の一部を支給します（要件あり）。

対 市内在住で、児童扶養手当受給者と同等の所得水準にあるひとり親家庭の親または20歳未満の子ども

給付額 受講料の60%（上限15万円、受講終了時40%、合格時20%）

☎福祉事務所窓口で（要事前相談）

屋根外壁 塗り替えセミナー

参加費 無料 ご予約 優先

冬の塗装工事が お得って本当??

屋根 塗装 外壁

日時 2022年3月 5日(土) 10:00~12:00

場所 西大寺ふれあいセンター第3研修室
〒704-8116 岡山県岡山市東区西大寺中 2-16-33 **定員8名**

日時 2022年3月20日(日) 10:00~12:00

場所 岡山ふれあいセンター第1研修室
〒702-8002 岡山県岡山市中区桑野 715-2 **定員20名**

お申し込み方法
お電話でお申し込みください。

0120-75-5526

受付スタッフに参加の日時、場所とお名前ご連絡先、参加人数をお伝え下さい。

西大寺ふれあいセンター

岡山ふれあいセンター

講師 外装劣化診断士 杉垣 充樹

講師 外装劣化診断士 道廣 百合花

☑壁を触ると手に白い粉がつく！

☑築10年以上経過している。

☑訪問業者からの電話がしつこい。

☑見積もりの見方って？

☑良い塗装会社ってどこで見分けるの？

☑塗装工事、季節ごとのメリット・デメリット。

☑冬に外壁塗装がお得な理由！

主催 リフォーム & ガーデン **ベストホーム**

地元密着!おかげ様で 今年でご愛顧27周年!!

営業時間 午前10時~午後6時 定休日 第2・4火曜日 毎週水曜日

0120-75-5526

株式会社ベストホーム 岡山県岡山市中区倉田 387-3
外壁塗装専門・ベストホーム高島店 岡山県岡山市中区清水 1-10-12

3月は自殺対策強化月間です

問申 ころの健康センター ☎086-803-1274

死にたいほどつらい気持ちのある人や、ご家族などからの相談を受け付けています。一人で悩まずにぜひ相談してください。

●わかちあいの会（自死遺族の集い）

大切な人を自死で亡くされた人だけの集いです。つらい思いを一人で抱えていらっしゃいませんか。あなたは一人ではありません。ご参加お待ちしております。

日 毎月第2火曜13時30分～15時30分 場 市保健福祉会館4階（北区鹿田町一丁目） 対 ご家族を自死で亡くされた人

しごと

西大寺・瀬戸内地区企業説明会

問 ハローワーク西大寺 ☎086-942-3212



詳細は西大寺地区雇用開発協会HPをご確認ください。

日 3月16日(水)13時～16時

場 第一セントラルビル1号館（北区本町）

対 令和5年3月に大学などを卒業予定の人、既卒3年以内の人、おおむね45歳未満の人

参加企業 東区・瀬戸内市内の企業15社程度（予定）

持 筆記用具

採用

市立保育園・認定こども園の会計年度任用職員募集

問申 幼保運営課 ☎086-803-1225

保育士・保育教諭、給食調理員、看護師、時給パート（保育士、給食調理員、用務・洗濯員）を募集しています。（令和4年度採用）各職種、資格、申し込み方法などは、HPをご確認いただくか、お問い合わせください。

会計年度任用職員

募集対象	勤務地	給与など	登録資格	登録方法	担当課
パートタイム給食調理員	市内市立小学校	7時間 7,333円（日額）	資格・年齢 不問	勤務時間や給与などの詳細については、同課までお問い合わせください。 ※試験日、試験方法については別途連絡します。	教職員課 ☎086-803-1586
パートタイム給食調理員	市内市立小学校	5時間・4時間 時給1,059円（週5日勤務） 随時補充パート 時給1,003円（週20時間未満）	資格・年齢 不問	勤務時間や給与などの詳細については、同課までお問い合わせください。 ※試験日、試験方法については別途連絡します。	保健体育課 ☎086-803-1595

市立幼稚園、小・中学校 講師

問申 教育委員会教職員課 ☎086-803-1586



募集対象	勤務地	給与	登録資格	登録方法
幼稚園の講師	市内市立幼稚園	講師（大学新卒） 206,634円（別途諸手当あり）	幼稚園教員免許を有する人	講師等登録申込書（同課HPで入手可）に必要事項を記入し同課まで ※電子申請も可能。詳細は同課HPをご確認ください
小・中学校の教員（講師、非常勤講師）	市内公立小・中学校	講師（大学新卒） 230,337円（別途諸手当あり） 非常勤講師（時間単位）2,791円	必要とする教員免許を有する人	

相談のコーナー

法律 暮らし 経営 お悩みごと

新型コロナウイルスの影響により各相談が中止、あるいは内容が変更になる場合があります。

養育費・面会交流相談窓口（要予約）

問申 ども福祉課 ☎086-803-1221

日 3月22日(火)13時～ 場 市保健福祉会館1階（北区中央福祉事務所内） 定 先着4組（1組1時間以内） 申 ☎で3月18日までに

岡山住まいと暮らしの相談センター無料相談会（要予約）

問申 岡山住まいと暮らしの相談センター ☎086-206-5581

日 3月27日(日)9時30分～16時 場 きらめきプラザ（北区南方二丁目） 内 空き家、不動産の利活用、相続（終活）、廃業などの諸問題に関する相談（随時の相談可）

もの忘れ相談会（要予約）

問 高齢者福祉課 ☎086-803-1230

日 3月18日(金)13時～15時 場 西ふれあいセンター（南区妹尾） ☎086-281-9681 申 開催場所に☎で3月16日までに

住宅よるず相談（要予約）

問申 県建築士会 ☎086-223-6671

日 3月12日(土)13時30分～16時30分（受付16時まで）

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、空き家などの無料相談

暮らしとこころの相談会

問申 岡山弁護士会 ☎086-223-4401

日 3月19日(土)10時～16時

場 きらめきプラザ（北区南方二丁目）

内 借金などの経済問題や労働問題、法律問題、生活苦や心の悩みなどの困り事に弁護士や司法書士、ソーシャルワーカー、心理士などの専門職が対応

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)

問 岡山地方方法務局人権擁護課 ☎086-224-5761

日時	場所
3月5日(土)13時～16時	福祉交流プラザ富原
3月7日・4月4日の各月曜13時～16時	さんかく岡山
3月7日・4月4日の各月曜13時～16時	ウェルポートなださき
3月9日(水)9時30分～12時	高松地域センター

借金・滞納などの請求に困ったら司法書士へ(無料)

問 県司法書士会 ☎086-226-0470

日 3月26日(土)10時～15時 場 県司法書士会館(北区駅前町二丁目) 相談電話086-224-2334(当日専用電話)

内 借金・家賃・奨学金など金銭の請求に関する相談
他 請求書など、相談に関する資料をご用意ください

中小企業向け融資・経営相談会(無料・要予約)

● 融資・経営安定特別相談会

問 産業振興・雇用推進課中小企業振興室 ☎086-803-1325
日/場・申込先 3月2日・16日の各水曜13時～16時/岡山商工会議所(北区厚生町三丁目 ☎086-232-2266) 内 各種融資相談、税務、記帳、財務、販売などの経営上の問題についての相談 申 開催場所に☎で事前に

● 創業定例相談会

問 日本政策金融公庫岡山支店 ☎086-225-0010

日 3月9日・23日の各水曜10時～16時 場 日本政策金融公庫岡山支店(北区柳町一丁目) 内 創業、経営の多角化、事業の転換などに関する融資相談

● ナイター創業相談会

問 岡山南商工会本部 ☎086-296-0765

日 3月10日(水)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、従業員雇用などに関する相談

▶▶ 定例無料相談

相談名	日時・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～16時 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～17時)
電話相談【弁護士】	毎週水曜(祝日を除く)11時～14時 高齢者、遺言・相続問題全般	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)	3月11日・18日・25日の各金曜13時～16時10分 相続、遺言、金銭貸借、財産管理などの法律上の問題(市内在住の高齢者・障害者で、1年度に1回まで。1人40分)	ひまわり福祉会館 (北区大供二丁目)	(相談予約) 市社会福祉協議会 ☎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、 毎月第1・3土曜(祝日を除く)10時～12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～金曜(祝日除く) 9時～17時 県司法書士会☎086-226-0470 17時～19時 岡山総合相談センター☎086-224-2334
電話相談【司法書士】	毎週月～金曜(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】	3月17日(水)13時～16時 相続・登記、借金問題、成年後見など	中区役所	義國司法書士事務所 ☎086-254-8521
相続・登記・成年後見相談【司法書士・土地家屋調査士】	3月9日・23日の各水曜10時～16時(土地家屋調査士相談は13時から) 土地・建物の相続・登記・境界問題、高齢者・障害者などの成年後見	市役所7階大会議室	県司法書士会☎086-226-0470 県土地家屋調査士会☎086-222-4606
税の相談【税理士】(要予約)	毎週月曜13時～16時(祝日を除く) 所得・相続・贈与など各種税の相談	県税理士会館 (北区南方一丁目)	中国税理士会岡山東支部・岡山西支部 ☎086-233-1553
相談【マンション管理士】	3月9日(水)13時～16時 マンション生活・管理組合運営などの相談	市役所7階大会議室	県マンション管理士会 ☎086-238-9901
相談【社会保険労務士】	3月23日(水)13時～16時 一般的年金相談・労働相談	市役所7階大会議室	県社会保険労務士会 ☎086-226-0164
相談【行政書士】	3月23日(水)13時～16時 遺言・相続、著作権、外国人の入国・在留手続きなどについて	市役所7階大会議室 控室	県行政書士会 ☎086-222-9111

3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	日時	場所	地区	日時	場所
岡山	3月7日(月)13時～14時	さんかく岡山	上道	3月15日(火)10時～12時	上道地域センター
	3月11日(金)13時～15時	南公民館	福田	3月15日(火)10時～15時	福田公民館
	3月17日(木)13時～15時	中区役所	西大寺	3月16日(水)13時～15時	東区役所
御津	3月7日(月)13時～15時	御津支所	瀬戸	3月17日(木)13時～15時	瀬戸公民館
興除	3月8日(火)10時～12時	興除地域センター	津高	3月18日(金)13時30分～16時	津高地域センター
高松	3月9日(水)9時30分～12時	高松地域センター	建部	3月18日(金)13時30分～15時30分	建部町公民館
妹尾	3月10日(木)13時～15時	妹尾地域センター	一宮	3月25日(金)13時30分～15時30分	一宮地域センター
藤田	3月12日(土)10時～12時	藤田公民館	灘崎	4月4日(月)13時～16時	灘崎公民館
足守	3月15日(火)13時～15時	足守公民館			

施設ガイド

申込方法の記号について

- ☎電話 FAXファクス 窓☑窓口
 ㊟電子メール 〒郵送・はがき
 往復はがき HPホームページ

※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。

岡山シティミュージアム

〒700-0024 北区駅元町15-1
 ☎086-898-3000 FAX086-898-3003
 ㊟okayama-city-museum@city.okayama.lg.jp
 開館時間 10時～18時
 休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

特別展「きかんしゃトーマス展～ソドー島のなかまたちが教えてくれたこと～」

世界中の子どもたちに愛されている「きかんしゃトーマス」の原作、『汽車のえほん』シリーズが出版されてから75周年を記念した原画展です。絵本の挿絵原画や原作者ウィルバート・オードリー牧師の直筆草稿、撮影に使われた模型など貴重な資料を展示。おはなしの名シーンを再現したソドー島のジオラマも登場。親子でトーマスの世界をお楽しみいただけます。

期間 3月26日(土)～5月8日(日)
費 一般・高校生1,000円、小・中学生800円、3歳以上小学生未満600円



レジナルド・ダルビー『トーマスのさかなつり』1949年 ©2022 Gullane(Thomas)Limited.

常設展内企画展示「旅と観光と博覧会」

新幹線岡山開業50周年と日本における鉄道開通150周年に当たり、江戸時代から昭和期までを中心とする岡山の旅と観光をめぐる歴史を振り返るとともに、地域の紹介に大きな役割を果たした博覧会についても取り上げます。

期間 3月12日(土)～5月8日(日)
費 一般310円、高校・大学生210円



吉田初三郎 岡山市鳥瞰図屏風（当館蔵）

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 FAX086-234-1968
 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）

ミュージカルワークショップ受講生募集
 ミュージカルをもっと勉強してみたい人、初めてだけど舞台上に立ってみたい人。あなたの夢が叶います！詳細は、HPでご確認ください。

ホールサポーター14期生募集のお知らせ
内 演奏会・イベント当日の来客対応や広報など事業運営全般のサポート **対** サポーター研修を受講可能で、月1回程度サポート活動が可能な18歳以上の人
定 15人程度 **申** 申込書（HPから入手可）を☑☎・☎・☎で
他 面接の日程は応相談

少年自然の家

〒701-1131 北区日応寺4
 ☎086-294-3461 FAX086-294-1465
 開館時間 8時30分～17時
 休館日 月曜、祝日

ドキドキ！ワクワク！山の学校！
日 4月23日(土)9時30分～24日(日)13時45分（1泊2日）**内** 採火活動、施設見学、ネイチャーワーク、トリムなど（雨天時プレイホール活動）**対** 当施設を1学期に利用する市立小の新4年生と保護者（兄弟姉妹の付き添い不可）

定 13組（応募多数の場合は抽選）
費 児童2,199円、保護者3,247円（食事・保険代含む）**申** 講座名、郵便番号・住所、参加者全員の氏名（ふりがな）・性別・生年月日・児童との続柄・学校名・電話番号を☎で3月25日までに

日応寺自然の森スポーツ広場

〒701-1131 北区日応寺200
 ☎086-294-4670 FAX086-294-7153
 開園時間 9時～17時
 休園日 月曜（祝日の場合は翌平日）

写生大会
 ひこうきや花の絵をかきませんか？

期間 3月26日(土)～4月6日(水)
対 3歳～小学6年生 **申** ☑☎で期間中の各日16時までに、団体参加は☎で前日までに **他** 全作品を管理棟内に掲示、最優秀作品・優秀作品に賞状・副賞授与

足守プラザ

〒701-1463 北区足守979
 ☎086-295-0001 FAX086-295-2722
 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 陶の兜を作ろう
日 3月の開館日の各日①9時30分～②12時30分～（制作時間約90分）**定** 各回4人（30点限定）**費** 1点3,130円
申 ☑☎で事前に **他** お渡しは約2カ月後

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 FAX086-803-3344
 ㊟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）

国際女性デー×哲学カフェ（オンライン）
 「わたしのからだはわたしのもの？」

日 3月12日(土)14時～16時
定 Zoom＝先着12人 **申** 必要
 さんかくマルシェ「ミモザ寄席」
日 3月13日(日)13時30分～15時30分
定 50人 **申** ☑☎で

さんかく☆シアター「スキャンダル」
日 3月17日(木)・18日(金)の各日①10時30分～12時20分②13時30分～15時20分（全回日本語字幕のみ）
定 各回先着40人 **申** ☑☎で

埋蔵文化財センター

〒703-8284 中区網浜834-1
 ☎086-270-5066
 開館時間 9時～16時30分
 休館日 日曜、祝日

埋蔵文化財講座
 「造山古墳周辺の遺跡めぐり」
日 3月19日(土)10時～15時（雨天時は翌日に順延）**定** 24人 **持** 弁当・水筒
申 同センターへ☑☎で3月7日以降に

旧旭東幼稚園園舎（八角園舎）

〒700-0843 北区二日市町56
 ☎FAX086-226-2434
 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

スプリングコンサート（幼児向け）
日 3月20日(日)14時～15時
定 親子先着25組（事前申し込み必要）
申 ☑☎☎で3月8日以降に
 うたとアンサンブル（幼児向け）
日 3月26日(土)14時～15時
定 親子先着25組（事前申し込み必要）
申 ☑☎☎で3月8日以降に

環境学習センター「めだかの学校」

〒709-3142 北区建部町建部上609
 ☎086-722-1231 FAX086-722-3100
 開館時間 9時～17時（2月は9時30分～16時30分）
 休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）

めだかの学校環境教室「巣箱作り」
日 3月20日(日)10時～12時 **対** 小学生と保護者 **定** 先着10人 **費** 500円
申 ☑☎☎で3月17日までに

オリエント美術館

〒700-0814 北区天神町9-31
 ☎086-232-3636 FAX086-232-5342
 ㊟orient@city.okayama.lg.jp

現在休館中です。再開館は令和4年4月（予定）です。詳細は随時お知らせします。

場所	講座名	日時（期間）／内容／対象／定員／費用／申込
興除公民館 〒701-0213 南区中畦589-1 ☎/FAX 086-298-2660	興除★おもちゃの病院	日 3月25日(金)10時～12時（受け付けは11時まで） 内 壊れたおもちゃの修理 他 実費必要
東山公民館 〒703-8282 中区平井四丁目13-33 ☎/FAX086-276-6202	東山なないろシアター	日 3月17日(木)9時45分～12時 内 映画「そして父になる」 定 先着25人 申 必要
御南西公民館 〒700-0951 北区田中157-110 ☎/FAX086-244-1855	わくわく文庫	日 3月14日(月)10時～11時 内 紙芝居 対 未就園児と保護者 定 親子15組 申 必要
建部町公民館 〒709-3111 北区建部町福渡496-1 ☎086-722-2212 FAX086-722-2160	建部大学	日 3月25日(金)13時30分～15時 内 バスガイドさんが案内する 模擬体験旅行～岡山発！天橋立へ～ 定 40人 申 必要
瀬戸公民館 〒709-0861 東区瀬戸町瀬戸54-1 ☎086-952-4146 FAX086-952-4163	3.11を忘れない 東日本大震災 当時の学校現場では！！	日 3月11日(金)13時30分～14時30分 内 東日本大震災当時の学 校現場や被災地での体験について語る 定 80人 申 必要
万富公民館 〒709-0841 東区瀬戸町万富257 ☎086-953-0610 FAX086-953-0715	スプリングコンサート	日 3月26日(土)14時～15時30分 内 杉山麻里さんのピアノ独奏 賛助出演あり 定 75人 申 必要
	万富はつらつ大学	日 3月12日(土)13時30分～15時 内 生活まると元気アップ！ 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

岡山市からの情報をチェック!

SNS や広報番組で情報発信しています。
災害時の情報ツールとしてもご活用ください。

LINE

タイムリーに情報発信!



Facebook

Facebookから 検索

Twitter

@Okayama_city



YouTube

岡山市公式チャンネル



桃太郎のまち岡山 Instagram

okayama_city_official



岡山市A | チャット

気軽に質問してね



(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。

安心初めてのお墓えらび

永代供養墓って
どんなお墓?
将来の供養や管理が
心配だわ...

- 従来のお墓に比べて少し小さめです
- 永代供養つきで、供養・管理の心配がありません
- 契約後の費用は一切かかりません

悩んでいても解決しません。お墓の専門店にご相談ください!

あなたに合った
お墓が見つかります

石豊なら墓石やデザイン墓、樹木葬や納骨堂、
墓じまいまでたくさんの選択肢の中から選べます!

いしとよ 0120-37-9481

岡山市中区門田本町2-1-3 営業時間8:30～17:30 / 定休日 水曜日・第1火曜

東山聖光苑:パラの樹木葬
納骨堂合祀タイプ

1名様 15万円 (税別)

詳しくはホームページへ 石豊 検索
http://www.ishitoyo.net/
株式会社 石豊

図書館 Library

行事の開催・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）

※行事参加者はマスク着用（乳幼児除く）

※参加多数の場合、入室制限実施

中央 〒700-0843 北区二日市町 56
☎086-223-3373 FAX086-223-0093
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）

工事に伴う休館および臨時窓口

休館 4月下旬まで（予定）

臨時窓口 予約図書の受け渡しを第3駐車場内臨時窓口で実施（3月下旬までの予定）

※以下は八角園舎（北区二日市町）で実施

絵本読み聞かせ体験

日 3月9日(水)10時30分～10時50分

対 1歳まで **定** 10組

申 ☎で3月2日以降に

おやこおたのしみ会

日 3月25日(金)10時30分～11時

対 1歳から3歳まで **定** 10組

申 ☎で3月10日以降に

幸町 〒700-0903 北区幸町 10-16
☎086-234-5188 FAX086-234-5189
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

金よう日おたのしみ会

日 3月18日(金)15時～15時30分

定 10組程度 **申** ☎☎で2月22日以降に

おはなしの会

日 3月20日(日)15時～15時30分

定 10組程度 **申** ☎☎で2月22日以降に

赤ちゃん 絵本読み聞かせ体験

日 3月24日(木)15時～15時30分

対 1歳くらいまでの赤ちゃん

定 10組程度 **申** ☎☎で3月8日以降に

おはなしの会

日 4月3日(日)15時～15時30分

定 10組程度 **申** ☎☎で3月23日以降に

浦安 〒702-8024 南区浦安南町 493-2
☎/FAX086-265-6141
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

日 3月9日・16日・23日の各水曜14時～14時30分

定 先着5組程度

かみしばいのじかん

日 3月20日(日)11時～11時30分

定 先着5組程度

おはなしのじかん

日 3月27日(日)11時～11時30分

定 先着5組程度

浦安読書サークル

日 4月1日(金)13時～15時

(公財)岡山市公園協会 各施設の講習会・イベント案内

(<https://www.okayama-park.or.jp/>)



- 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 FAX086-262-9589
- B 岡山市半田山植物園** 〒700-0004 北区法界院 3-1 開園時間 9時～16時30分
☎086-252-4183 FAX086-252-2208 休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）
- C 操山公園里山センター** 〒703-8234 中区沢田 649-2 開館時間 8時30分～17時
☎086-270-3308 FAX086-270-8353 休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）
✉satoyama@okayama-park.or.jp
- D 西大寺緑花公園・百花プラザ** 〒704-8117 東区西大寺南一丁目 2-3 開館時間 9時～21時
☎086-944-8716 FAX086-944-8715 休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）
✉info-hyokka@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 イベント名、氏名、電話番号を☎☎で3月4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☎☎・FAX・☎で

D ☎☎で3月2日以降に ※受け付けは18時まで

イベント名		内容
A 浦安	ガーデニング講座 みずこけで観葉植物のこけ玉づくり	日 3月16日(水)13時30分～14時30分 定 先着15人 費 500円 申 ☎☎で3月4日以降に
B 半田山	展示 サクラ展	日 3月26日(土)～4月18日(月)9時～16時30分
B 半田山	観覧会 ★四季と自然を楽しむ会	日 3月10日(水)9時30分～11時30分
C 操山センター	楽しく里山の自然発見	日 4月7日(水)10時～15時 対 15歳以上 定 先着15人 費 200円 申 3月10日9時以降に
D 百花プラザ	ガーデニング講座 みずこけで観葉植物のこけ玉づくり	日 3月15日(火)13時30分～14時30分 定 先着15人 費 500円 申 ☎☎で3月2日以降に
D 百花プラザ	公園の植物みてあるき	日 3月19日(土)10時～11時 定 先着10人

◆お知らせ 百間川緑地施設の一部利用再開について

- ①テニスコートA（中区東川原）1～4番コート、テニスコートC（中区神下）1・2番コート
利用再開 4月1日(金)から
 - ②サッカー場A（中区原尾島）
芝生養生のため、4月～11月（予定）の間は、日曜8時～17時のみ利用可能。
- 問** 百間川緑地管理事務所 ☎086-273-2453（8時30分～17時）

緑の図書館 〒704-8117 東区西大寺南一丁目2-3
☎/FAX086-943-2298
開館時間 10時～18時
休館日 月曜、祝日

こどものじかん～えほん「はるですよ」ほか
日 3月12日・26日の各土曜15時～15時30分 **定** 14人
申 ☎☎で3月1日以降に

瀬戸町 〒709-0856 東区瀬戸町下188-2
☎/FAX086-952-4531
開館時間 10時～18時
休館日 月・第2日曜、祝日

おはなし会
日 3月12日・19日・26日の各土曜11時～11時30分

おはなしの時間
日 4月2日(土)11時～11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
えほん「みんなともだち」ほか
日 3月16日(水)14時30分～14時50分

おはなしのへや
えほん「はるといえば…」ほか
日 4月6日(水)14時30分～14時50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

おはなし会
日 3月20日(日)11時～11時30分
申 ☎☎で2月20日以降に

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
日 3月12日・26日の各土曜14時～14時30分 **申** ☎☎で3日前までに

建部町 〒709-3111 北区建部町福渡487-1
☎086-722-4555 FAX086-722-4550
開館時間 10時～18時
休館日 月・第2日曜、祝日

おはなし会「でんしゃでいこう でんしゃでかえろう」ほか
日 3月26日(土)11時～11時20分

視聴覚 ☎086-223-0097 FAX086-223-0093
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

中央図書館休館中は、福祉文化会館（中区小橋町一丁目）で開館。来館前に☎連絡必要。

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康

ふれあいセンター、ウェルポートなださき講座と催し

<https://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 ㊚086-274-5100
✉o-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

■ 西大寺ふれあいセンター

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

■ 北ふれあいセンター

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

■ 西ふれあいセンター

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

■ 南ふれあいセンター

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

■ ウェルポートなださき

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

- 講座**
- ・申し込みは、講座名、郵便番号・住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を(☎)・(〒)・(㊚)・(✉)で
 - ・受講の可否は各講座締め切り後はがきでお知らせします。なお応募多数の場合は抽選、少数の場合は中止になることがあります。
 - ・ときめきプラザ会員は「生涯学習講座受講割引券」を使用できます(一部対象外講座あり)。
 - ・受講料以外に別途材料代など必要となる講座もあります。詳細はお問い合わせください。

		講座名	締切
岡山	初心者向け	女性のためのヨガ、気功八段錦太極拳、ピラティス、男性のためのヨガ、かんたんジャズダンス&ストレッチ、かんたんエアロ&筋力UP、からだコンディショニング、かんたん!キックボックス	詳細は岡山ふれあいセンターへ
	高齢者優先	シニアのためのピラティス、らくらくヨガ	
	知的障害者対象	チャレンジダンス教室	
	託児付き	女性のためのピラティス、アクティブヨガ	
	子どもと保護者対象	ママのための産後おやこヨガ	
西大寺	初心者向け	マットエクササイズ、ペルヴィス(骨盤調整)、ヨガ、ハワイアンダンス、Shape Upエンジョイダンス、シェイプアップアクア、水中ストレッチ&筋肉体操	詳細は西大寺ふれあいセンターへ
	高齢者優先	楽しく筋力アップ!イス体操とストレッチ、簡単エアロビクス、QOL向上!フィットネスクラス、脳スッキリ!体スッキリ!エクササイズ、絵手紙、アクアウオーク+いきいき脳体操、いきいき水中ウオーク	
	知的障害者対象	ふれあいビクス、ふれあいダンス	
	託児付き	リフレッシュヨガ、エンジョイエアロ&コアトレ	
	その他	和太鼓(初心者対象)	
北	初心者向け	ピラティス、筋トレ講座、シェイプアップ、マットエクササイズ、アクティブヨガ、バレトン、リズムフィット☆ボクシング、楽しく筋力UPトレーニング、ボディーヨガ、ハワイアンダンス	詳細は北ふれあいセンターへ
	高齢者優先	らくらく脳トレいす体操、フットセラピー&姿勢すっきり体操、ストレッチポールでリラックスストレッチ、笑いヨガ、中国健康体操~練功~、実用習字	
	託児付き	エアロビクス、ボディーヨガ	
	知的障害者対象	たのしくたいそう	
	子どもと保護者対象	ママのための産後おやこヨガ	
西	初心者向け	ペルヴィス®~骨盤調整~、エアロビクス、シェイプアップ、マットサイエンス、ピラティス、くつろぎのヨガ、リズムフィットボクシング	詳細は西ふれあいセンターへ
	高齢者優先	ストレッチと気功、ゆる体操、ゆるケアサイズ、健康ストレッチ&フィットネス、アクリル画、備前焼	
	託児付き	リフレッシュエアロ&yoga、Enjoyシェイプアップ	
	子どもと保護者対象	親子リトミック、赤ちゃんと一緒に産後エクササイズ、ママと赤ちゃんのふれあい時間	
	その他		
南	初心者向け	エアロビクス・ストレッチ、ボディーヨガ、かんたん!キックボックス、いきいき健康ストレッチ&フィットネスマットエクササイズ、リラックスヨガ、筆ペン講座、フラワーアレンジメント、キレイになるためのヨガ、男性のためのヨガ	詳細は南ふれあいセンターへ
	高齢者優先	フットセラピー&姿勢すっきり体操、筋力アップ&簡単エクササイズ、水彩画、筆ペン講座、ゆる体操、スポーツ吹矢、笑いヨガ、折り紙教室、現代俳句、アンチエイジングエクササイズ	
	託児付き	ピラティス、リフレッシュエアロ&体幹トレーニング	
	子どもと保護者対象	ママとベビーのためのピラティス、赤ちゃんエクササイズ、ベビーと一緒に産後からのビューティ・ペルヴィス	
	その他		
なださき	高齢者優先	おなかひきしめエクササイズ~めざせ!-5歳~、楽しく運動☆脳トレ・筋トレ・ストレッチ、リンパマッサージ&体調改善エクササイズ	詳細はウェルポートなださきへ
子どもと保護者対象	ママとベビーのためのピラティス		

催し 問い合わせは各センターへ

■ 西大寺ふれあいセンター

講座作品展
期間 3月6日(日)~20日(日) (最終日は15時まで)

■ 南ふれあいセンター

わくわく映画会 世界名作アニメ バンビ
日 3月13日(日)①10時~11時10分②13時~14時10分
定 各回100人 他 未就学児は保護者同伴
講座作品展
期間 3月13日(日)~26日(土)

■ 北ふれあいセンター

実用習字講座作品展
期間 3月13日(日)~27日(日) (最終日は15時まで)
子育て支援イベント~ベビーダンス~
日 3月27日(日)10時30分~11時45分
対 首がすわった3カ月~1歳5カ月の子どもと保護者(2人1組)
定 親子25組 申 3月17日までに

■ 岡山ふれあいセンター

備前焼講座作品展
期間 3月8日(火)~29日(火)

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

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／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。

幼児健診などでの感染対策にご協力ください
 ◎来場前に体温測定し、会場ではマスクを着用（乳幼児を除く）。
 ◎次の人は来場をご遠慮ください。
 ・風邪症状が続く、または2週間以内に37.5℃以上の発熱があった人
 ・2週間以内に新型コロナウイルス感染症（疑いを含む）の患者と接触歴がある人
 ・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、経過観察期間中の人

1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

4月受診（御津・建部地区は5月受診）の対象者（1歳6カ月児健診＝令和2年9月生、3歳児健診＝平成30年9月生）に、3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。



初めての離乳食講習会

- 対 初めて離乳食を始めようとする保護者
- 持 親手帳（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



月 日	開催時間	場 所	申込受付開始日
4月20日	各日2回開催 ①11:00～12:00	南区西保健センター	3月18日
4月26日	②14:00～15:00	南区南保健センター	3月25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。

月 日	相談時間	場 所
3月24日	13:30～15:00	北区北保健センター
4月1日	13:30～15:00	北区中央保健センター
4月7日	13:30～15:00	東区保健センター

シニアのための健康相談

低栄養、転倒予防について、食事や運動（筋力維持）のアドバイスを行います（要予約）。申し込みは各保健センターへ。
 対 市内在住の65歳以上でBMI 20以下の人など
 持 健康診査などの結果

月 日	開催時間	場 所
3月7日	9:30～12:30	北区中央保健センター
3月15日	13:30～16:30	北区北保健センター
3月17日	13:30～16:30	中区保健センター
3月18日	9:30～12:30	南区西保健センター
3月24日	13:30～16:30	南区南保健センター
3月28日	13:30～16:30	東区保健センター

診療一コマモ 健康ちょっといい話

口腔粘膜に発生する疾患

岡山市内歯科医師会連合会

口の中の粘膜に生じる疾患には様々なものがあります。時々見かけるのは、アフタ性口内炎で、円形の白い潰瘍とその周囲を囲むように赤くなるのが特徴的な疾患です。物が触れたり、刺激の強い食事によって痛みを強く感じます。発生の原因はよくわかっていませんが、傷がきっかけで生じたり、体調が落ちた時に生じやすい傾向があります。

通常2週間ぐらいで自然治癒しますが、同時に何カ所も出現したり、繰り返し生じるとかなり苦痛です。対処法として、口腔内を清潔な状態に保ち、潰瘍面にステロイド軟膏を塗布して膜をつくったり、シートを貼って刺激を抑え痛みを和らげて治癒を待ちます。潰瘍面は細菌が繁殖しやすいため、消毒作用のあるうがい薬などを使った後にステロイド軟膏の塗布を行ってください。

他にも、水泡が出現する疾患（口唇ヘルペス、帯状疱疹など）、白斑が出現する疾患（白板症、カンジダ症など）、発赤が生じる疾患（扁平苔癬など）、着色が生じる疾患（色素性母斑など）、腫瘍性疾患などがあります。

また、小さな唾液腺の出口がふさがることによって唾液が貯留して、小さな水風船の様に膨隆する粘液嚢胞が、口唇などに出現することもあります。症状が気になる場合には、かかりつけ医や専門医への受診をお勧めします。

注目
スポーツほか
情報のひろば
相談
施設ガイド
健康

3月の第2木曜日は「世界腎臓デー」

☎健康づくり課健康増進係 ☎086-803-1263

慢性腎臓病（CKD）は生活習慣病（糖尿病・高血圧など）と関連が深く、日本人の8人に1人がかかると推計されています。年に一度は健診を受けて、腎臓の働きをチェックしましょう。

「世界腎臓デー2022inおかやま もっと腎臓をしよう～ぼっけえ大事なんじゃ～」

📅3月21日(祝)10時～15時30分

◆慢性腎臓病に関する啓発

🕒10時～12時

📍J R岡山駅エキチカ広場（旧ももたろう観光センター隣）

📄不要

※来場者には啓発グッズを先着順で配布します

※個別相談はありません

※新型コロナウイルス感染状況により、中止となる場合があります

◆県民公開講座

講演会「腎臓を守る生活習慣～コロナ時代の注意点～」

🕒13時30分～15時

📍県医師会館 三木記念ホール（北区駅元町）

📄必要。かかりつけ医へお問い合わせください

※新型コロナウイルス感染状況により、オンライン配信のみとなる場合があります

※詳細は県医師会HPをご確認ください

子ども予防接種週間

☎感染症対策課 ☎086-803-1262

3月1日(火)～7日(日)は、「子ども予防接種週間」です。予防接種手帳などで未接種の予防接種がないか履歴を確認しましょう。市では未接種の定期予防接種がある場合は接種をお勧めしています。この週間中は**土・日曜**にも接種を行う医療機関があります。ただし、定期予防接種の対象年齢を外れるなど定期外の予防接種となる場合は実費負担となりますのでご注意ください。

特に今年4月に小学校就学予定（平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ）で、**麻しん・風しん予防接種が済んでいない人**は、定期予防接種の期間が**令和4年3月31日まで**です。この機会にぜひ接種を受けましょう。接種間隔などの詳細は、予防接種手帳をご確認ください。

◆子どもの定期接種の対象となる予防接種

ヒブ	生後2カ月～5歳未満（※1）
小児用肺炎球菌	生後2カ月～5歳未満（※1）
BCG	生後0～12カ月未満で1回接種
B型肝炎（※2）	生後0～12カ月未満で3回接種（27日以上の間隔を置いて2回接種した後、1回目から139日以上の間隔を置いて3回目を接種）
四種混合（または三種混合・ポリオ）Ⅰ期（※3）	生後3～90カ月未満に初回3回接種後、6カ月以上あけて1回接種（三種混合を接種する場合は、生後3～90カ月未満に初回3回接種、6カ月以上あけて1回接種）
麻しん・風しん（混合またはそれぞれ単独）	生後1～2歳未満で1回と、小学校就学前の1年間で1回接種
水痘（※4）	生後1～3歳未満で3カ月以上あけて2回接種
日本脳炎Ⅰ期（※5）	生後6～90カ月未満に初回2回接種後、6カ月以上あけて1回接種
日本脳炎Ⅱ期（※5）	9～13歳未満で1回接種
二種混合Ⅱ期	11～13歳未満で1回接種
ロタウイルス感染症ワクチン（※6）	【ロタリックス】27日以上の間隔を置いて2回経口投与 生後6週に至った日の翌日から、生後24週に至る日の翌日まで 【ロタテック】27日以上の間隔を置いて3回経口投与 生後6週に至った日の翌日から、生後32週に至る日の翌日まで

（※1）接種回数は接種開始月齢や接種間隔などにより異なります。

（※2）B型肝炎は、平成28年10月から始まった定期予防接種です。

（※3）百日せきにかかったことがある人は、二種混合を選択することも可能です。

（※4）水痘は、平成26年10月から始まった定期予防接種です。

（※5）日本脳炎は、以下の特例がありますのでご注意ください。

①平成19年4月1日以前生まれの人で、かつ20歳未満の人
Ⅰ期およびⅡ期の不足回数（1～4回）を接種することができます。

②平成19年4月2日から平成21年10月1日生まれの人
生後90カ月までにⅠ期分（合計3回）の接種が完了しなかった場合、Ⅱ期年齢（9歳～13歳未満）でⅠ期の不足回数分を接種することができます。

（※6）初回接種の標準的な接種期間は、生後2カ月に至った日から出生14週6日後までの間となっています。

記号説明

📅

🕒

📍

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

📄

休日急患診療

●岡山市休日夜間急患診療所（内科・小児科）

☎086-225-2225 北区東中央町3-14 旧市民病院別館 1階
 ※発熱を伴う場合、受診前に必ずお電話ください。

□受付時間 ※往診はできません
 （診療は受付開始時間の30分後から）

【内科】

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

【小児科】

日曜、祝日、年末年始
 9:30～11:30、12:30～16:30、
 19:00～22:30
 平日の月～土曜 20:00～22:30



●岡山市休日急患歯科診療所

☎086-225-8280 北区東中央町3-14 旧市民病院別館 1階

□受付時間 日曜、祝日、年末年始
 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4年1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4年3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かわる場合がありますので、受診の前に確認してください。
- ・「小児科」受診の際は、休日急患当番医が「内科系」のため、各当番医に受診が可能かどうかあらかじめ確認してください。
- ・あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所（内科）は、赤磐医師会病院の内部に設けられますが、運営は医師会病院ではなく医師会本体が行っているため、連絡先など間違いのないよう、お気を付けください。
- ・発熱を伴う場合、各当番医の受診前に必ずお電話ください。

	旭川東地域	旭川西地域	西大寺・上道	瀬戸 ※1	一宮・津高・御津・建部・高松・足守	吉備・妹尾・福田 ※2	藤田・興除・瀬崎 ※3	
第1日曜 3月6日	清野内科医院 (内科) ☎278-5535 中区雄町	あけぼの クリニック (内科) ☎902-2211 南区築港新町一丁目	岡山西大寺病院 (内科) ☎943-2211 東区金岡東町一丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	あおぞら内科・整形 クリニック (内科) ☎284-3113 北区一宮山崎	井上医院 ☎295-0014 北区大井	茶屋町駅前クリニック (内科小児科) ☎086-420-0007 倉敷市茶屋町	さとう内科 クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
第2日曜 3月13日	戸川医院 (内科) ☎275-0705 中区高島新屋敷	あだち内科クリニック (内科小児科) ☎902-0551 南区三浜町二丁目	マツザキ クリニック (内科) ☎944-4777 東区西大寺松崎	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	鳥越医院 ☎284-7211 北区榑津	ももたろう 整形外科医院 ☎295-2557 北区下足守	撫川クリニック (内科小児科) ☎292-8133 北区撫川	せのお駅前クリニック 整形外科 ☎281-3131 南区東畦
第3日曜 3月20日	長井クリニック ☎276-2111 中区円山	河合内科西口 クリニック (内科) ☎251-2491 北区奉還町一丁目	コープ西大寺 診療所 (内科) ☎944-0088 東区西大寺中二丁目	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎952-1166 東区瀬戸町沖	マスカット内科 クリニック (内科) ☎294-7111 北区菅野	あしもり クリニック ☎295-1133 北区下足守	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 3月21日	畑クリニック (内科) ☎272-7117 中区原尾島三丁目	コープ大野辻 クリニック (内科) ☎805-0335 北区今三丁目	藤田病院 (内科) ☎943-6555 東区西大寺上三丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	前田医院 (内科) ☎284-7676 北区榑津	田中胃腸科 (内科) ☎287-9200 北区小山	すぎはら眼科・ 循環器科内科 ☎086-428-2868 倉敷市茶屋町	渡辺医院 (内科) ☎362-0363 南区彦崎
第4日曜 3月27日	池上医院 (内科) ☎279-0227 中区下	佐々木医院 (内科) ☎253-0230 北区西崎本町	ふじわらクリニック 内科小児科 ☎942-3520 東区中川町	石原医院 ☎952-0162 東区瀬戸町瀬戸	山下クリニック (内科) ☎284-5511 北区榑津	深井医院 ☎287-2011 北区高松	前田医院 (内科小児科) ☎282-0812 南区妹尾	葵クリニック (内科) ☎728-0008 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

まごころの 小林朱雲堂



HPは
こちらから

創立50周年 ありがとうの感謝をこめて



大感謝祭

仏壇・仏具・お墓のご相談承ります



塗替えをお考えのお母さん、お父さんへ大切なご案内です

塗替えリフォーム専門店 アート建装の 手塗りで生きる職人技!



外壁の塗替えリフォーム価格		屋根の塗替えリフォーム価格	
外壁20坪	35.8万円 (税込価格 39.38万円)	屋根10坪	9.3万円 (税込価格 10.23万円)
外壁25坪	40.5万円 (税込価格 44.55万円)	屋根15坪	13.9万円 (税込価格 15.29万円)
外壁30坪	45.2万円 (税込価格 49.72万円)	屋根20坪	18.6万円 (税込価格 20.46万円)

【アート建装 倉敷店】 営業時間/10:00~18:00
定休日/毎週水曜日

お気軽にご来店ください!!

外壁塗装・室内塗装、塗替えリフォームは アート建装にお任せを!!

「お母さん方は10年に一度の塗替えですが、私たちは来る日も来る日も住宅塗装しかしていません。外壁塗装、リフォームのことなら、プラン・提案・縦横無尽。時には失敗したりしますが、絶対に放ったらかしにはしない。これがアートの姿です。毎日この町のどこかで、一生懸命仕事して、お客様対応してしますので塗替えの際はぜひ一度、お尋ねくださいね。」
代表 清水めぐみ (右端)



アート建装

☎相談窓口 ☎0120-37-4040

【アート建装 本店】岡山県倉敷市新倉敷駅前3丁目108-2
【アート建装 倉敷店】岡山県倉敷市中央2丁目21-7 **新店舗**

株式会社メグハウスファミリアグループ

http://www.artkensou.com/

アート建装

便利なネット予約



※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。

広告募集

詳しくは、広報広聴課
(☎086-803-1024)へ
お問い合わせください。

