

軽自動車税（種別割）の納税通知書を送ります

岡各区市税事務所

北区☎086-803-1175 中区☎086-901-1608

東区☎086-944-5010 南区☎086-902-3510

軽自動車税（種別割）は、4月1日現在の原動機付自転車・小型特殊自動車・二輪の軽自動車・軽三輪・軽四輪・二輪の小型自動車の所有者（使用者）に課税される税金です。5月中頃に納税通知書を送りますので、納期限（5月31日）までに納付してください。

なお、4月2日以降に廃車をして、軽自動車税（種別割）は1年分課税され、還付はありません。

廃車などの手続き窓口は下表のとおりです。

車種区分	手続き窓口
原動機付自転車（125cc以下）・小型特殊自動車	各区市税事務所・支所・地域センター
二輪の軽自動車（125cc超250cc以下）	岡山県自動車整備商工組合（北区富吉）☎050-5540-2072
二輪の小型自動車（250cc超）	中国運輸局岡山運輸支局（北区富吉）☎050-5540-2072
軽三輪・軽四輪・被けん引自動車	軽自動車検査協会岡山事務所（北区久米）☎050-3816-3084

※今年度、身体障害者などの軽自動車税（種別割）の減免を受けられる場合は、納期限までに各区市税事務所・支所・地域センターで申請が必要です。

子育て・教育

個別就学相談会

問申 指導課 ☎086-803-1592



令和6年度に小学校（山南学園を含む）に就学する子どもの保護者を対象に個別就学相談会を開催します。子どもの発達の課題や支援の状況を踏まえた適切な就学について、個別に相談できます。

期間 7月4日(月)～6日(水)

場 岡山ふれあいセンター（中区桑野）

対 知的、情緒、身体などの発達に心配な点のある令和6年度に小学校（山南学園を含む）に就学する子どもの保護者

申 申込書（HPから入手可）を在籍園へ、園に通っていない場合は団で同課へ5月25日までに

他 就学説明会（6月1日(水)・9日(木)開催予定）に出席予定の人や、通っている園や就学予定校と相談中の人は、内容が重複する場合があります。

プレーパーク体験会

問申 地域子育て支援課 ☎086-803-1224

プレーパーク（外遊び）を体験してみたい団体を募集します。詳細はHPをご確認ください。

定 4団体（選考あり）

申 申込書を団・窓口で5月27日までに



子どもの居場所づくり等支援活動立上げ助成金

問申 市社会福祉協議会 ☎086-222-8619

子ども食堂や学習支援など子どもの貧困対策に資する居場所、支援活動を新たに立ち上げるための初期費用の一部を助成補助します。詳細はHPをご確認ください。

対象となる事業 食事の提供、学習支援、生活・社会体験などを実施する子どもの居場所。食材や日用品の提供などの支援活動

補助金額 上限20万円。月12日以上実施する場合は上限80万円

申 申請書に資料を添えて7月29日までに



虐待かな？と思ったら189へお電話を！

問 児童相談所虐待対応ダイヤル189（通話無料）

問 とも福祉課 ☎086-803-1223

子ども虐待は、家庭の中で起こるため発見が困難です。

周りの人が、子どもや親が発する「虐待のサイン」を見逃さず、相談機関に連絡することが大切です。

●次のようなことに気付いたら

児童相談所虐待対応ダイヤル189（通話無料）にお電話を。

- 子どもに不自然な外傷（キズ・アザ・ヤケド）がある
- 子どもの激しい泣き声や大人の怒鳴り声が頻繁に聞こえる
- 衣服や体が極端に不潔である
- 家に帰りがたがらない、ウロウロしている
- いつもお腹を空かせている
- 子どもだけを置いて保護者が外出している



あなたの連絡が、子どもを救い、家庭に支援の手が届ききっかけになります

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。

もの忘れ相談会（要予約）

問 高齢者福祉課 ☎086-803-1230

日/場・申込先 ①5月18日(水)13時～15時/西大寺ふれあいセンター（東区西大寺中二丁目 ☎086-944-1866）②6月3日(金)13時～15時/北ふれあいセンター（北区谷万成二丁目 ☎086-251-6523）申 開催場所に☎で①5月13日までに②5月31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 5月14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

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 5月29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）

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)

岡山地方方法務局人権擁護課 ☎086-224-5761

日時	場所
5月2日(月)13時～16時	さんかく岡山
5月2日(月)13時～16時	ウェルポートなださき
5月9日(月)13時30分～15時30分	建部町公民館
5月11日(水)9時30分～12時	高松地域センター
5月12日(木)10時～15時	足守公民館
5月14日(土)13時～16時	福祉交流プラザ富原
5月16日(月)10時～12時	藤田地域センター
5月18日(水)10時～15時	東区役所
5月20日(金)10時～12時	吉備公民館
5月20日(金)13時30分～16時	津高地域センター

養育費・面会交流相談窓口 (要予約)

岡山県子ども福祉課 ☎086-803-1221

5月24日(火)13時～ 場市保健福祉会館1階(北区鹿田町一丁目) 定4組(1組1時間) 申☎で5月20日17時までに

▶▶ 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 ※5月4日(祝)・5日(祝)は実施しません	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 ※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)	5月13日・20日・27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】	5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】	5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	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)	毎週水曜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】	5月11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】	5月25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】	5月25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

5月行政相談

生活上の困りごと、要望について行政相談委員(総務大臣委嘱の民間有識者)が無料相談に応じます。

岡山県総務省岡山行政監視行政相談センター ☎086-224-1100

地区	日時	場所	地区	日時	場所
岡山	5月2日(月)13時～14時	さんかく岡山	上道	5月17日(火)10時～12時	上道地域センター
	5月13日(金)13時～15時	南公民館	西大寺	5月18日(水)10時～15時	東区役所
	5月19日(木)13時～15時	中区役所	瀬戸	5月19日(木)13時～15時	瀬戸公民館
御津	5月2日(月)13時～15時	御津支所	妹尾	5月19日(木)13時～15時	箕島コミュニティハウス
興除	5月10日(火)10時～12時	興除地域センター(仮庁舎)	津高	5月20日(金)13時30分～16時	津高地域センター
高松	5月11日(水)9時30分～12時	高松地域センター	吉備	5月20日(金)10時～12時	吉備公民館
足守	5月12日(木)10時～15時	足守公民館	建部	5月20日(金)13時30分～15時30分	建部町公民館
福田	5月13日(金)10時～12時	福田公民館	一宮	5月27日(金)13時30分～15時30分	一宮地域センター
藤田	5月14日(土)10時～12時	藤田公民館	灘崎	6月6日(月)13時～16時	灘崎公民館

中小企業向け融資・経営相談会(無料・要予約)

●融資・経営安定特別相談会

岡山県産業振興・雇用推進課中小企業振興室 ☎086-803-1325
日/場・申込先 5月11日・25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

●創業相談会

岡山県日本政策金融公庫岡山支店 ☎086-225-0010

日/場 毎週月～金曜(祝日を除く)9時～17時 場 公庫岡山支店 国民生活事業(北区柳町一丁目) 内創業、経営の多角化、事業転換などに関する融資相談 申公庫☎で事前に

●ナイター創業相談会

岡山県南商工会本部 ☎086-296-0765

日/場 5月12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、従業員雇用などに関する相談

境界問題合同相談会(無料・要予約)

岡山県土地家屋調査士会 ☎086-222-4606

5月17日(火)10時～16時(1人30分) 場 県土地家屋調査士会館(北区南方二丁目) 内土地の境界に関する相談

施設GUIDE ガイド

申し込み記号については、14 ページを参照ください。

新型コロナウイルスの影響により内容が変更もしくは、中止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 ㊟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）
※ただし、5月2日(月)は開館

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～」

期間 5月8日(日)まで

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

企画展「第45回 岡山戦災の記録と写真展」

岡山空襲の実態と被害、そして戦中戦後の人々の生活について、さまざまな資料や証言をもとに分かりやすく紹介します。また、今年で開設10周年を迎える岡山空襲展示室の活動を振り返るコーナーも設けます。終戦から75年以上が過ぎ、戦争の記憶と実感が薄れゆく中、本展を平和の尊さと戦争の悲惨さを考える機会としていただければ幸いです。

期間 6月3日(金)～30日(木)



天満屋岡山店付近 1946年頃 岡山空襲展示室蔵

常設展内企画展示「旅と観光と博覧会」

期間 5月8日(日)まで

費 一般310円、高校・大学生210円

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）

岡山フィルハーモニック管弦楽団設立

30周年記念 第72回定期演奏会

日 5月22日(日)15時開演 費 S席5,500円、A席4,400円、B席3,300円、Bユース席1,000円 指揮 秋山和慶 ソリスト 松本和将（ピアノ）

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

南方遺跡～花ひらく弥生文化～（第1回）

日 5月21日(土)13時30分～15時

内 基礎講座（吉備の弥生時代）定 40人

申 同センターへ㊟で5月2日以降に

日応寺自然の森スポーツ広場

〒701-1131 北区日応寺200
☎086-294-4670 ㊟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）

第15回バタールゴルフ大会

日 6月19日(日)10時～13時（雨天時は6月26日(日)に延期）対 小学3年生以上

定 先着72人 費 大人550円、高校生以下300円（保険代含む）申 住所、氏名、年齢、生年月日、電話番号を㊟㊟㊟で6月12日までに 他 4人1組のグループ（3人以下の場合は4人に編成）

犬島自然の家

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

シーカヤック・クラフト体験

期間 6月4日(土)～5日(日) 対 小学4年生以上（小学生は保護者同伴）定 15人

費 大人3,500円、小人2,700円（宿泊・食事代などを含む）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5月13日までに

少年自然の家

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

家族でつくろうSNC II

日 7月3日(日)9時～16時30分 内 水辺の生き物観察など 対 市内在住の家族

定 10家族（応募多数の場合は抽選）
費 1人1,048円 申 イベント名、代表者の郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・電話（FAX）番号、参加者全員の氏名（ふりがな）・性別・生年月日を㊟で6月3日までに（1家族1通）

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「人生、いろいろ」

日 5月19日(木)・20日(金)の各日①10時30分～12時30分②13時30分～15時30分

定 各回先着40人 申 ㊟で

3丁目ユースクリニック（若者のための身体と性のまちかど健康相談スペース）OPEN！

日 5月14日・28日の各土曜14時～17時

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.lg.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／新収蔵品展2022」

期間 7月3日(日)まで

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「うつわの秘密、お見せします。」

期間 5月29日(日)まで

費 館蔵品展と共通

小企画展「鉄 七変化する色彩」

期間 5月31日(火)～7月3日(日)

費 館蔵品展と共通

学芸員のギャラリートーク

日 5月14日(土)・28日(土)の各日14時～15時

費 入館料のみ

ワークショップ「オリエン太のアトリエ」

日 5月21日(土)13時30分～15時30分

費 入館料のみ

Sレコードコンサート

日 5月14日(土)10時30分～11時30分

連続講演会「オリエント古代の探求」第1回

日 5月21日(土)13時30分～15時30分

定 50人 費 入館料のみ 申 必要

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

オカリナコンサート（幼児向け）

日 5月15日(日)14時～15時

定 先着親子25組（要事前申し込み）

申 ㊟㊟で5月1日以降に

パンフルートコンサート（幼児向け）

日 5月28日(土)14時～15時

定 先着親子25組（要事前申し込み）

申 ㊟㊟で5月19日以降に

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

メロンにそっくりな器を作ろう

日 5月の開館日①9時30分～②12時30分～（制作時間90分）

定 各回8人

費 1,040円（1点）

申 ㊟で事前に

他 作品は約2カ月後お渡し



記号説明

日

日

時

期

日

時

場

場

所

内

日

講

講

師

対

象

定

日

定

費

用

持

持

他

申

他

申

他

申

他

申

他

申

他

申

他

申

他



Public Hall 公民館



申し込みが必要な講座などは、**窓**・**電**・**電**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（祝日の場合は翌日も）、祝日

場所	講座名	内容
旭東公民館 〒704-8183 東区西大寺松崎310-1 ☎/☎086-943-1154	地域ええとこ発見講座Part2 ～地域のお宝 再確認!!～	☎ 6月9日(木)13時30分～15時 内「お宝求めてプチ旅行 講座編2」公民館で学ぶ地域のええとこ 定先着40人 申必要
	旭東映画会	☎ 5月24日(火)9時30分～11時45分 内映画「フランク・シナトラスペシャル」 定先着40人 申 4月26日以降に
光南台公民館 〒702-8014 南区宮浦1324 ☎/☎086-267-1255	海辺のコンサート	☎ 5月29日(日)14時～15時 内清水ゆき with BluephraselによるJpop 定30人 申必要
	光南台キネマ	☎ 5月21日(土)9時30分～11時05分 内映画「黄金狂時代」 定20人 申必要
御南西公民館 〒700-0951 北区田中157-110 ☎/☎086-244-1855	わくわく文庫	☎ 5月9日(月)10時～11時 内絵本の読み聞かせほか 対未就園児と保護者 定親子15組 申必要
東山公民館 〒703-8282 中区平井四丁目13-33 ☎/☎086-276-6202	「選ぶ」基準はナニ？ ～ファッションと メガネのおはなし～	☎ 6月28日(火)10時～12時 定先着20人 申 5月9日以降に
建部町公民館 〒709-3111 北区建部町福渡496-1 ☎086-722-2212 ☎086-722-2160	建部大学「大人のための おもしろ科学実験」	☎ 5月27日(金)13時30分～15時 内食べ物とイオンについての実験 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 ☎086-952-4163	悠々ナビ	☎ 5月21日(土)13時30分～15時 内百人一首を知ろう 定30人 申必要
	東大寺瓦窯跡を知る	☎ 5月27日(金)13時30分～14時45分 内瀬戸町の魅力探訪 定80人 申必要
万富公民館 〒709-0841 東区瀬戸町万富257 ☎086-953-0610 ☎086-953-0715	東大寺瓦窯跡を知る	☎ 5月20日(金)10時～11時15分 内瀬戸町の魅力探訪 定75人 申必要
	万富はつらつ大学	☎ 5月28日(土)13時30分～15時30分 内キャッシュレス社会がやってくる～違いを知って賢く使おう～ 定30人 申必要

福祉交流プラザ

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

福祉交流プラザ無料法律相談（要予約）

☎申各プラザ ☎ 5月12日(木)13時～15時

実施場所	電話番号
三友（北区岩井二丁目）	☎086-254-1992
富原（北区富原）	☎086-254-2009
さいでん（中区神下）	☎086-279-2753
岡輝（北区新道）	☎086-225-3352
大井（北区大井）	☎086-295-2140
うの（中区浜一丁目）	☎086-273-4572
旭東（中区網浜）	☎086-273-4280
雄神（東区富崎）	☎086-943-7692
山南（東区宿毛）	☎086-946-1543
建部（北区建部町中田）	☎086-722-0306



〒703-8225 中区神下133-3
☎/☎086-279-2753
✉plazasaiden@city.okayama.lg.jp

アロマで認知症予防

☎ 6月3日(金)10時～12時
定15人 費500円（申し込み時に支払い）
申 5月20日までに



〒703-8284 中区網浜837-4
☎/☎086-273-4280
✉plazakyokutou@city.okayama.lg.jp

園芸質問箱

☎ 5月11日(水)13時30分～15時
内園芸の専門家に教わる野菜作りや園芸全般の講習



〒701-1153 北区富原1149
☎/☎086-254-2009
✉plazatomihara@city.okayama.lg.jp

富原健康ウォーキング

☎ 5月26日(木)10時～12時（雨天時は5月30日(月)に順延） 申 5月16日までに



〒700-0843 北区二日市町56
☎086-223-5480 ☎086-223-6728
✉okayama_taiiku@midori-gr.com
開館時間 9時～20時30分
休館日 第1・3水曜

スポーツ講習会参加者募集

☎☎・☎☎・☎・窓口で

卓球	5月13日(金)18時～20時30分
ポッチャ	5月21日(土)9時30分～12時
電動車椅子サッカー	5月21日(土)13時～17時
フライング ディスク	6月4日(土)9時30分～12時
	7月2日(土)9時30分～12時
テニス	6月5日(日)13時～16時
サウンドテーブルテニス	6月12日(日)13時～16時
フロアバレーボール	6月12日(日)13時～16時
車椅子バスケットボール	6月19日(日)13時～17時

第40回岡山市障害者親善スポーツ大会
参加者募集

車椅子テニス	7月3日(日)9時～18時
--------	---------------

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康

記号説明
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

福祉文化会館

〒703-8293 中区小橋町一丁目1-30
☎086-272-7881 086-272-7885
✉fukushibunkakaikan@city.okayama.lg.jp
開館時間 9時～17時
休館日 水曜、祝日

障害者センター定期講座受講生募集

日/内 下表のとおり 対 市内在住で障害のある人と付添い人 申 必要

内容	曜日	時間
ちぎり絵教室	第4金曜	10時～12時
生花教室	第4金曜	13時～15時
絵てがみ教室	第1・2土曜	13時～15時
点字講座	第1・3日曜	13時～15時
手話講習会	第2・4日曜	10時～12時

岡山市民会館

〒700-0823 北区丸の内二丁目1-1
☎086-223-2165

HIRAHARA AYAKA "The LIVE 2022"

繊細で圧倒的なボーカルと、音楽家・平原綾香の多才で豊かな表情を見せるパフォーマンス、ジャンルやボーダーをしなやかに行き来しながらお届けするステージをぜひお楽しみください。

日 7月2日(土)18時30分開演

費 前売7,500円、当日8,000円※全席指定、未就学児入場不可

販売期間 5月1日(日)10時から一般発売開始

チケット取扱店 岡山市民会館ほか



(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)

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

見積無料

市民のひろば
おまかせサービス

生垣剪定 (長さ1m高さ2m)
通常2,200円を ※5/1よりスタート!
先着10名様 1,100円! (税別)

1本から20本まで

ガーデンエクステラ

岡山東区店 岡山市東区西大寺東3-4 営業時間 9:00～17:00
岡山中区店 岡山市中区江並4-1

0120-61-4128

Library 図書館

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



ゴールデンウィークの 休館・臨時開館のお知らせ

○…開館 ■…休館

	中 央	幸 町	浦 安	足 守	伊 島	建 部	御 津	瀬 戸	灘 崎	西 大 寺
4/29(祝)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
30(土)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
5/1(日)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
2(月)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
3(祝)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
4(祝)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
5(祝)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
6(金)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

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)

休館終了に伴い通常どおり開館中
仮設館臨時窓口は終了しました。

赤ちゃん 絵本読み聞かせ体験

「ごあいさつ ごあいさつ」

日 5月11日(水)10時30分～11時

対 1歳くらいまでの赤ちゃん 定10組

申 窓ロ・窓で5月4日以降に

にんぎょうげき

「赤ずきんちゃん、はい」

日 5月14日(土)15時～15時40分 定10組

申 窓ロ・窓で5月6日以降に

おやおたのしみ会

日 5月27日(金)10時30分～11時

対 1歳～3歳 定10組

申 窓ロ・窓で5月10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

こどもの読書週間 おはなしの会

日 5月15日(日)15時～15時30分 定10組
程度 申 窓ロ・窓で

文章教室

日 5月18日(水)13時30分～15時30分

赤ちゃん 絵本読み聞かせ体験

日 5月26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 窓ロ・窓で5月7日以降に

えほんのじかん

日 6月4日(土)10時30分～11時 定10組
程度 申 窓ロ・窓で5月24日以降に

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

日 5月11日・18日・25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 5月15日・6月5日の各日曜11時～11時30分 定先着5組程度

おはなしのじかん

日 5月22日(日)11時～11時30分

定先着5組程度

浦安読書サークル

日 6月3日(金)13時～15時

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「ぺんぎんたいそう」ほか

日 5月18日(水)14時30分～14時50分

おはなしひろば～人形劇ほか

日 5月28日(土)10時30分～11時15分

定親子8組 申 5月10日以降に

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

日 5月14日・21日・28日の各土曜11時～11時30分

おはなしの時間

日 6月4日(土)11時～11時30分

相続税の準備は大丈夫ですか?

こんな事で悩んでいませんか?

- ・ 将来の相続に備えて相談(相続対策)したい!
- ・ 相続税がかかるのかどうか、何から手続きしたらいいのか分からない!
- ・ 相続があったのだけど、誰に相談していいのか分からない!

相続専門の税理士にお任せください!

相続税・贈与税の **無料相談受付中!!**

まずはお気軽に
お問い合わせ
ください。

☎086-226-5265

[受付時間/平日 9:00～18:00] ※相談時間は1時間

税理士法人 **吉井財務研究所**

岡山市北区青江一丁目4番16号

お客様の一ひとりに合った
的確なサポートをします!

相続 吉井財務

検索

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

日 5月15日(日)11時～11時30分

申(窓口)・☎で

緑の図書室 西大寺緑花公園
〒704-8117 東区西大寺南一丁目2-3
☎/☎086-943-2298
開館時間 10時～18時
休館日 月曜、祝日

えほんのじかん

日 5月25日(水)15時～15時30分 定12人

申(窓口)・☎で5月1日以降に

こどものじかん～えほん「うさぎであれしいうさぎはうさぎ」ほか

日 5月28日(土)15時～15時30分 定14人

申(窓口)・☎で5月1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 5月14日・28日の各土曜14時～14時30分

申(窓口)・☎で3日前までに

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

おはなし会

「サンドイッチ サンドイッチ」ほか

日 5月28日(土)11時～11時20分

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 月曜、祝日

鉄道等動画上映会(高島正之さん撮影動画)

日 5月8日(日)14時～15時30分 定40人

申(窓口)・☎で 他申込多数の場合16時から再度上映

名作映画会「マチネの終わりに」

日 5月22日(日)14時～16時4分 定40人

企画映画会「爆笑王 やすしきよし」

日 5月25日(水)14時～14時58分 定40人

初心者スマホ教室

日 5月28日(土)14時～16時 定16人

申(窓口)・☎で5月7日以降に



Park 公園協会からのご案内



- A 浦安総合公園西地区** 〒702-8025 南区浦安西町148-1 開館時間 9時～17時
☎086-261-8588 ☎086-262-9589
- B 岡山市半田山植物園** 〒700-0004 北区法界院3-1 開園時間 9時～16時30分
☎086-252-4183 ☎086-252-2208 休館日 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 ☎086-270-8353 休館日 火曜(祝日の場合は翌平日)
✉satoyama@okayama-park.or.jp
- D 西大寺緑花公園・百花プラザ** 〒704-8117 東区西大寺南一丁目2-3 開館時間 9時～21時
☎086-944-8716 ☎086-944-8715 休館日 月曜(祝日の場合は翌平日)
✉info-hyokka@okayama-park.or.jp

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(窓口)・☎で5月6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(窓口)・☎・☎・☎で ※小学生以下は保護者同伴
- D** (窓口)・☎で5月6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 草花のタネまき	日 5月24日(火)13時30分～15時 定先着15人 費500円
	はじめてのハンギング バスケット	日 5月25日(水)13時30分～15時 定先着8人 費2,000円
B 半田山 観察会	★四季と自然を 楽しむ会	日 5月12日(木)9時30分～11時30分
	★ハーブ入門	日 5月27日(金)13時30分～15時 定先着15人 申(窓口)・☎で5月9日以降に
C 里山センター	もやい結びを覚えよう!	日 6月4日(土)9時30分～11時30分 対小学4年生以上 定先着10人 費200円+材料費200円 申必要
D 百花プラザ	ガーデニング講座 草花のタネまき	日 5月26日(木)13時30分～15時 定先着15人 費500円



A はじめてのハンギングバスケット B ハーブ入門 クリーピングタイム C 四季と自然を楽しむ会

「市民のひろばおかやま」電子版
岡山ebooks/マイ広報紙

問 広報広聴課 ☎086-803-1024



「市民のひろばおかやま」を電子書籍としてご利用いただける岡山ebooksやテキスト(文字)データ化して記事単位でご覧いただけるマイ広報紙でも提供しています。詳細はHPをご確認ください。



岡山ebooksはこちら



マイ広報紙はこちら

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康



Center 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まれます



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

記号説明

日

日

時

場

内

講

師

対

定

費

持

申

他

その

他

- 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]・[〒]・[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…岡山市民以外は受講料別途必要。詳細はお問い合わせください。 ※2…材料代などを含んだ料金（変動する場合あり）
 - ※3…歩けるようになった10～18カ月の子どもと母親 ※4…65歳以上優先

	講座名	日程・回数	時間	受講料など	締切
岡山	YORIDORIトレーニング～1回から受講できる運動講座～バレトン	6/3(金)	19:00～20:15	630円	5/24
	岡山市手話学校第Ⅰ・Ⅱ講座 ①午前 ②夜間	6/6～(月)全26回	①10:00～12:00 ②18:45～20:45	3,300円 ※1	5/27
	岡山市手話学校第Ⅲ・Ⅳ講座 ①午前 ②夜間	6/6～(月)全26回	①10:00～12:00 ②18:45～20:45	各21,200円 ※2	5/27
	岡山市安全・安心ネットワーク 地域応援人づくり講座 地域福祉分野 普通救命講習	6/11(土)	9:30～12:30	無料	6/1
西大寺	ママのストレッチ&おやこふれあい遊び ※3	5/30～7/4(月)全4回	10:30～11:45	2,520円	5/18
北	岡山市手話学校第Ⅰ・Ⅱ講座	6/6～(月)全26回	18:45～20:45	3,300円 ※1	5/27
	Let's ダンス	6/10～(金)全5回	19:00～20:15	3,150円	5/31
西	大人の塗り絵教室 ※4	6/22(水)	14:00～15:30	630円	6/12
南	季節の園芸教室 初夏編 ※4	6/4(土)	10:00～11:30	2,000円 ※2	5/22

催し 問い合わせは各センターへ

ウェルポートなださき
WAKUWAKUワークショップ
日 6月11日(土)10時～13時 内 チョークアート、フラワー小物作り
定 各10人 費 1,500円～ 申 5月30日までに

西大寺ふれあいセンター
ひよこんざ～とin西大寺ふれあいセンター
日 6月12日(日)13時30分～14時30分 内 親子で楽しむファミリーコンサート 定 130人程度 申 5月31日までに
プール臨時休業のお知らせ
期間 5月27日(金)～6月13日(月)

岡山ふれあいセンター
お父さんと一緒に！かけっこ教室
日 6月5日(日)①9時45分～10時45分②11時15分～12時15分
対 小学1～3年生までの子どもと父親（保護者1人と子ども2人まで） 定 各回15組 申 5月26日までに
父の日に贈ろう！型染アート
日 6月12日(日)10時～12時 対 3歳～小学生までの子どもと保護者（2人1組） 定 20組 費 1,000円から 申 6月2日までに
ふれあい華道展
期間 5月27日(金)～29日(日) 他 最終日は15時まで

西ふれあいセンター
西ふれあいセンターチャレンジDAY！
日 6月25日(土)・26日(日)の各日10時～11時 内 25日＝おやこ運動あそび、26日＝七夕飾り作り 申 [窓]・[☎]・[☎]で6月15日までに

南ふれあいセンター
わくわく映画会「コラシヨの海底わくわく大冒険！」
日 5月8日(日)①10時～11時②13時～14時 定 各回100人
他 未就学児は保護者同伴
親子で！楽しくリトミック
日 5月22日(日)10時～11時 対 1歳の子どもと保護者（2人1組）
定 15組 申 5月12日までに
親子ワークショップ マスキングテープでコースターをつくろう！
日 5月29日(日)10時～15時 対 幼児～小学生と保護者
定 先着80人
親子ワークショップ 缶バッジをつくろう！
日 5月29日(日)10時～15時 対 幼児～小学生と保護者
定 先着80人

北ふれあいセンター
子育て支援イベント～ママとベビーのためのマットエクササイズ～
日 6月12日(日)10時30分～11時45分 対 首がすわった3～11カ月の子どもと母親（2人1組） 定 親子25組 申 6月2日までに

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HPでご確認ください。

1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

6月受診（御津・建部地区は7月受診）の対象者（1歳6カ月児健診=令和2年11月生、3歳児健診=平成30年11月生）に、5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

対 初めて離乳食を始めようとする保護者

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



月日	開催時間	場所	申込受付開始日
6月17日	各日2回開催 ①11:00~12:00	北区北保健センター	5月17日
6月21日	②14:00~15:00	南区南保健センター	5月20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
5月27日	13:30~15:00	南区西保健センター
6月2日	13:30~15:00	東区保健センター
6月3日	13:30~15:00	北区中央保健センター

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
5月2日	9:30~12:30	北区中央保健センター
5月16日	13:30~16:30	東区保健センター
5月17日	13:30~16:30	北区北保健センター
5月19日	13:30~16:30	中区保健センター
5月20日	9:30~12:30	南区西保健センター
5月26日	13:30~16:30	南区南保健センター

5月31日は世界禁煙デー

5月31日~6月6日は禁煙週間です。

問 健康づくり課 ☎086-803-1263

喫煙はあなたと、家族やあなたの周りの人の健康に影響を与えます。

◆たばこをやめたい人へ

健康保険で禁煙治療が受けられます。医師のアドバイスやサポートを受けることで、禁煙の成功率が高まります。詳細は医療機関にお問い合わせください。



【県内の禁煙治療受診機関】

◆受動喫煙を防ぐため、多くの施設において、屋内が原則禁煙になりました

詳細は



診療一コマで健康ちょっといい話 健康長寿のために

岡山市医師会

健康に対する志向の高まりとともに食に対する関心も高いと思います。そんな中で、一時期は「メタボ」という言葉が盛んにメディアに登場しダイエットに関する情報も巷に溢れていました。しかし昨今、特に高齢者の間では「サルコペニア」「ロコモティブシンドローム」や「フレイル」という言葉で代表されるように筋肉量の減少に伴う様々な問題が注目されています。最近の研究では健康寿命にはフレイルが大きく関与し、むしろメタボリックシンドロームの影響は少ないことが明らかになっています。つまり、低体重は身体の筋肉量の減少を表しており、動くとしんどいといった疲労感であったり、転びやすい、怪我をしやすといった身体の脆弱性につながってしまうということです。

怪我をせず健康に過ごすためには、タンパク質とビタミンDを積極的に取り、適正な身体をつくらなければなりません。タンパク質は卵や牛乳など日常的に取りやすいもので構いませんが、毎食2種類のタンパク質食品を取るように心がけましょう。高齢者の方は若い人達に比べてより多くのタンパク質を取ることが必要です。ビタミンDは鮭や鯛などの魚類やキノコに多く含まれます。そして晴れた日なら10~15分、曇りならば30分程度屋外で過ごすことが勧められます。

健康な身体づくりには、食事と同じように運動することも非常に大切です。ニコニコペースでの散歩のような酸素運動も良いのですが、レジスタンス運動と呼ばれる少し筋肉に負担をかけるような運動も筋肉量を増やすには効果があると言われています。力が入るときに呼吸を止めないで、深い呼吸をゆっくりとしながら行いましょう。

健康寿命の延伸のためには、よく食べ、よく動き、そして社会活動に参加することも重要と言われています。地域社会や趣味の分野で様々な人々つながりながら、いよいよ楽しい日々を過ごしていきましょう。

集団検診での感染対策にご協力ください

- ◎緊急事態宣言中も感染対策を講じて実施の予定です。
- ◎検診を受ける人は来場前の体温測定、マスクの持参・着用が必要です。
- ◎次の人は来場をご遠慮ください。
 - ・いわゆる風邪症状がある人、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

胃がん集団検診

対50歳以上（昭和48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
 ※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。
 費70歳未満（昭和28年4月2日以後生まれ）1,050円、70歳以上（昭和28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。
 持本人確認書類、胃がん検診票、自己負担金または無料券
 他検査前日の夕食（固形物）は22時までに済ませ、検査当日は絶飲食・禁煙で来場ください。

地区	月日	受付時間	場所
京山	6月1日	7:30～8:30	天満屋ハピーズ京山店【手話通訳】
芳泉	6月2日	7:30～9:00	南ふれあいセンター
御南	6月6日	7:30～9:00	御南西公民館
五城	6月7日	7:30～9:00	五城コミュニティハウス
香和（津高）	6月8日	7:30～8:30	グランドマート津高店
藤田	6月9日	7:00～8:30	プラッツ藤田店
牧石	6月14日	7:30～8:30	北公民館 牟佐分館

結核・肺がん検診

対40歳以上（昭和58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、本人確認書類

地区	月日	受付時間	場所
富山	6月1日	9:30～10:00	操陽南山町内会集会所
		10:30～11:30	JA岡山 富山支所
		13:00～13:30	百間川緑地 海吉広場（通称 海吉公園）
		14:00～15:10	ハピーズ円山店 駐車場
		15:40～16:10	富山小学校 東門内（体育館横）
五城（五城）	6月2日	9:45～10:00	中畑公会堂
		10:30～10:40	石上公会堂
		11:00～11:25	平岡西公会堂
		11:45～11:55	寺部公民館

五城（五城）	6月2日	13:20～13:45	五城コミュニティハウス
		14:00～14:15	ひかり団地集会所
		14:45～15:00	上伊田公会堂
		15:20～15:40	小林公会堂
		16:00～16:15	矢原（的場睦明さん宅倉庫前）
生石	6月2日	9:10～10:00	セレモニーホール高松
		10:30～11:00	J R 足守駅前
		11:30～11:50	高松田中公会堂
三門	6月3日	9:00～10:20	ニシナフードバスケット 三門店
		10:50～11:20	岡西公民館
		13:00～13:30	三門公園
鯉山	6月6日	9:30～10:30	鯉山小学校 正門内
		11:00～11:30	向畑駐車場（吉備津）
		13:00～13:30	鯉山コミュニティハウス（吉備津保育園保護者駐車場）
		14:00～14:30	（長江）川井浩平さん宅前
加茂	6月7日	9:30～10:00	大山交差点北側
		10:30～10:50	造山古墳 駐車場
		11:20～12:00	岡山シルバーセンター
		13:30～13:45	日蓮堂前（黒住湯水機場前）
		14:15～14:40	西加茂公会堂

風しん予防対策

問申 感染症対策課 ☎086-803-1262

妊娠希望者などへの風しん予防対策

市では、先天性風しん症候群（CRS）の発症防止を目的として、風しんの無料抗体検査や予防接種費用の助成を行っています。

岡山市 風しん 検索

実施期間 令和5年3月31日まで

◆抗体検査

対 検査日に市に住民登録がある①～③のいずれかに該当する人

- ① 妊娠を希望する女性
- ② ①の配偶者などの同居者
- ③ 風しん抗体価の低い妊婦の配偶者などの同居者

※ただし、対象外となる場合もあるので、事前にお問い合わせください。

費無料 回数 1人につき1回

実施機関 県内の契約医療機関（詳細は市HP参照）

◆予防接種

対 過去に当事業による助成を受けたことがない人のうち、接種日に市に住民登録があり、①②のいずれかに該当する人

- ① 妊娠を希望する風しん抗体価の低い女性
- ② ①または風しん抗体価の低い妊婦のパートナーで、風しん抗体価の低い男性

助成金額 ▶麻しん・風しん混合（MR）ワクチンを接種した場合、7,000円(上限額)

▶風しんワクチンを接種した場合、4,000円(上限額)

助成回数 1人につき1回

申請方法 申請書（同課で配布。HPからも入手可）に、領収書（原本）、抗体価が記載された書類(男性の場合はパートナーのものも必要)を添付し、(窓口・印)で

風しんの追加的対策（成人男性の風しん抗体検査・予防接種）

成人男性（昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれ）が風しん定期予防接種の対象者として追加されています（令和5年3月31日まで）。抗体検査や予防接種を受けるためには、市が発行するクーポン券が必要です。なお、2019年、2020年、2021年にお送りしたクーポン券は有効期間が2023年2月まで延長されたため、そのまま使用できます。

うつ病集団認知行動療法プログラムの参加者募集

問申こころの健康センター

☎086-803-1273 FAX086-803-1772

HP <https://www.city.okayama.jp/0000004266.html>

集団認知行動療法プログラムの参加者を募集します。
 日 6月8日～7月27日の毎週水曜13時30分～15時 (全8回)
 場 ほっとプラザ5階 (北区大供二丁目)
 対 市内在住で現在うつ病治療で通院中の人
 定 10人 申☎で5月18日までに (必要書類あり。詳細はお問い合わせください)



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3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5月】 □診療時間 9時～17時 □往診はできません

- ・やむを得ない事情で当番医が変わる場合がありますので、受診の前に確認してください。
- ・「小児科」受診の際は、休日急患当番医が「内科系」のため、各当番医に受診が可能かどうかあらかじめ確認してください。
- ・あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) は、赤磐医師会病院の内部に設けられますが、運営は医師会病院ではなく医師会本体が行っているため、連絡先など間違いのないよう、お気を付けください。
- ・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・灘崎 ※3
第1日曜 5月1日	庄医院 (内科) ☎277-0270 中区山崎	酒井内科小児科 (内科) ☎255-2131 北区白石西新町	陽クリニック (内科小児科) ☎943-8778 東区西大寺新地	吉井外科内科クリニック ☎952-3331 東区瀬戸町沖	たけべクリニック ☎722-0063 北区建部町建部上	南岡山医療センター (内科) ☎086-482-1121 早島町早島	岡山光南病院 ☎282-0555 南区東畦
祝日 5月3日	三田医院 (内科) ☎272-7770 中区門田屋敷一丁目	たなか内科診療所 ☎259-1551 北区田中	岡村一心堂病院 (内科) ☎942-9900 東区西大寺南二丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	深澤内科医院 ☎284-1151 北区西辛川	撫川クリニック (内科小児科) ☎292-8133 北区撫川	
祝日 5月4日	原おとな子どもクリニック (内科) ☎277-8233 中区藤崎	いのくち内科クリニック ☎253-8000 北区大安寺東町	岡山西大寺病院 (内科) ☎943-2211 東区金岡東町一丁目	岩藤胃腸科外科歯科クリニック ☎952-1166 東区瀬戸町沖	福渡病院 ☎722-0525 北区建部町福渡	南岡山医療センター (内科) ☎086-482-1121 早島町早島	
祝日 5月5日	はいさ内科医院 (内科) ☎272-2593 中区門田屋敷四丁目	たつみ内科クリニック ☎246-6500 北区辰巳	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	今井医院 ☎284-0043 北区西辛川	重井医学研究所 附属病院 ☎282-5311 南区山田	
第2日曜 5月8日	内科小児科 吉岡医院 ☎275-4111 中区国府市場	岡田メディカルクリニック (内科) ☎255-2345 北区伊福町三丁目	大西内科消化器科医院 (内科) ☎943-9191 東区益野町	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	えばらクリニック ☎287-3300 北区加茂	かりや内科 (内科小児科) ☎250-2017 北区庭瀬	さとう内科クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
第3日曜 5月15日	吉岡内科医院 (内科) ☎272-0353 中区国富	せとうちクリニック (内科) ☎236-8470 北区野田三丁目	上南クリニック (内科小児科) ☎948-5539 東区君津	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	佐藤医院 ☎722-1122 北区建部町川口	にしがわ診療所 ☎239-2450 北区中撫川	みやけ内科クリニック (内科) ☎296-7778 南区藤田
第4日曜 5月22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	小林内科診療所 ☎226-5022 北区青江五丁目	澤原内科小児科医院 ☎297-6711 東区中尾	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	渡辺医院 ☎287-7232 北区吉備津	三宅おおふくクリニック (内科) ☎281-2020 南区大福	葵クリニック (内科) ☎728-0008 南区藤田
第5日曜 5月29日	高屋クリニック (内科) ☎271-0055 中区高屋	きらめきクリニック (内科) ☎252-5358 北区下伊福一丁目	すどうクリニック (内科) ☎942-3890 東区西大寺中野	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	難波医院 ☎294-3366 北区横井上	野崎医院 (内科小児科) ☎292-0101 北区庭瀬	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

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康

参加無料
相談無料

市民の窓口 塗装講座
初めて塗装をお考えの方!
塗装工事を見積中の方!

外壁塗装 雨漏り 屋根塗装 勉強会

参加無料 5月20日(金) 10:00~11:30 西大寺ふれあいセンター

参加無料 5月22日(日) 10:00~11:30 西大寺ふれあいセンター

過去154回 600名以上が参加した! 工事で失敗しない為の3つのポイント

- 絶対に知っておきたい外壁・屋根の基礎知識
- 成功事例と失敗事例・劣化写真のご紹介
- 業者選びのポイント ※日時のご都合が合わない方は、個別相談を承ります。お気軽にお問い合わせください。



よくある質問

- お電話にてお客様から多くいただいたご質問をまとめました。どうぞご参考になさってください。
- Q1 どのような雰囲気ですか?
疑問点などはその場で自由に質問していただけます。また参加されている方も少人数制でお話しながら気軽に学んでいただけます。
- Q2 売込み・しつこい勧誘等ありませんか?
営業活動は一切行っておりません。
- Q3 なぜ、無料なのですか?
私たちは地域に住む方々の生活や建物に関する問題を解決することを目的としていますので、費用をいただくことはありません。
- Q4 参加には予約が必要ですか?
勉強会にご参加いただくためには予約が必要です。電話または電話、または下記QRコードからのご予約を承っております。座席数に限りがございますので、お早めにお問合せください。

- ### こんな方はご参加下さい
- ✓ 良い会社の見分け方を知りたい方
 - ✓ 安心・安全な工事を知りたい方
 - ✓ 適正工事金額を知りたい方
 - ✓ 正しい知識を学びたい方
 - ✓ 専門家に一度相談したい方

- ### セミナー参加メリット
- 1 売込みはありません!
 - 2 密を回避する感染症対策を徹底した会場なので安心してご参加いただけます。
 - 3 専門家による実例情報!
 - 4 塗装の疑問を解消できます!



予約制 感染症対策も含め、席数が少なくなっておりますので、お早目のご予約をお願い致します。こちらの参加は完全予約制となっております。必ず事前申込みをお願い致します。

「市民の窓口塗装講座申し込み」とお伝え下さい。

受付時間/10:00~18:00

0120-957-951

株式会社ミナン 岡山本店 岡山市北区今7丁目22-22

お問合せはこちら

主催 株式会社ミナン minan

※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。

創業112年 おかげさまで 50 設立

お盆の準備は おまかせください



HPはこちらから

家紋入提灯



二重 ワイン色 11号 桐箱袱紗付 一個入

数量限定

天然木・外火袋絹張り 高さ85cm×火袋径33cm コード式



ケヤキ調 ブラウン色 サクラ色

二重 11号 一個入

天然木・外火袋絹張り 高さ82cm×火袋径33cm 組立簡単マグネット式



二重 陽照燈 一個入

組立不要 数量限定

天然木・外火袋絹張り 本体高さ68cm×火袋径16.5cm

切り子灯籠



一個入 総柄製 本体長さ28cm

光触媒



LED

組立不要

一個入

ルミナス 胡蝶蘭DX 高さ47cm コード式 光触媒

- お盆のご準備は、お近くの小林朱雲堂へ
- 岡山店 岡山市北区上中野 1丁目19-36 ☎086-241-1114
 - 青江店 岡山市南区泉田 21番地2 ☎086-233-8585
 - 原尾島店 岡山市中区浜 3丁目2-11 ☎086-271-7448
 - 西大寺店 岡山市東区西大寺 中野本町11-32 ☎086-942-5559

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。