



特集

倉敷市グラウンド・ゴルフ場が オープン！ まび復興通信



【10月1日にオープンした倉敷市グラウンド・ゴルフ場で、天然芝の感触を確かめながらプレーを楽しむ皆さん】

「倉敷市災害に強い地域をつくる検討会」を設置

市は、市内全域における防災力の強化を図るため、住民による地区防災計画の策定支援や防災教育の推進、地域による避難行動要支援者の避難対策などを検討する「倉敷市災害に強い地域をつくる検討会」を設置し、9月17日に初会合を開きました。委員長は片田敏孝氏（東京大学大学院特任教授）。詳しくは、「広報くらしき今月号」5ページに掲載しています。

問 本庁防災危機管理室防災推進課 ☎426 - 3131

「平成30年7月豪雨を踏まえたマイ・タイムライン作成支援ツール～逃げキッド」を作成しました

国土交通省は、倉敷市・県備中県民局と共同監修のもと、災害に備えて一人一人が「いつ」「何をするのか」を時系列でまとめた「マイ・タイムライン」を作る際に役立つ準備シートなどを作成しました。真備地区の方々の経験談から、困ったことや避難時に役立ったものも記載しています。誰でも手軽に作成できるので、ぜひ活用してください。ホームページ <http://www.cgr.mlit.go.jp/takaoda/mytimeline/nigekid.html> から入手可

問 国土交通省高梁川・小田川緊急治水対策河川事務所 ☎697 - 3415、本庁防災危機管理室防災推進課 ☎426 - 3131



▲ホームページ

真備地区復興就職フェアを開催します

□日時…11月22日(金)13時半～ □場所…真備支所101会議室 □対象…真備地区で働くことを希望する方 □内容…真備地区に事業所がある約20社による企業説明、面接など □申込方法…問い合わせ先へ電話で。当日参加可

問 本庁労働政策課 ☎426 - 3415



▲ホームページ

被災事業者向け補助金の交付決定者に奨励金を交付します

平成30年7月豪雨による被災後も、各補助金を活用して市内での事業継続に取り組む事業者の方に、奨励金を交付します。詳しくは、市ホームページまたは電話で。

□対象…平成30年7月豪雨により被災し、事業者用り災証明の交付を受けた方のうち、次のいずれかに該当する方。①岡山県グループ補助金または被災地域販路開拓支援事業（小規模事業者持続化補助金）の交付決定を受け、市内に事業所などを有し事業を継続する②岡山県グループ補助金を活用して復旧・整備した施設または設備の貸し付けを継続する □交付額…10万円 □申請期限…各補助金の交付決定から6カ月以内

問 本庁商工課 ☎426 - 3405、市ホームページ番号119012

被災住宅の応急修理制度の申請は12月27日(金)まで

被災した住宅の日常生活に必要な欠くことのできない部分の修理を市が実施する制度です。詳しくは、問い合わせてください。

□対象…次のいずれかに該当する方。り災区分が①「全壊」で応急修理を実施することにより居住が可能となる場合②「大規模半壊」の場合③「半壊」で自らの資力では応急修理をすることができない場合。いずれも応急仮設住宅（建設型・借上型仮設住宅）制度との併用・被災者向け公営住宅に入居されている方の申請はできません。 □限度額…1世帯当たり584,000円 □申請期限…12月27日(金)

問 本庁建築指導課 ☎426 - 3501

2 まび復興通信

3 特集

倉敷市グラウンド・ゴルフ場がオープン!

5 今月のトピックス

13 くらしの情報

21 施設のページ

図書館／児童館／市立美術館／自然史博物館／ライフパーク倉敷

24 相談のページ

26 保健のページ

お知らせ／子育て教室・健康診査／休日・夜間当番医

30 くらしき ほっと情報

イベント／地域情報掲示板／となりまちの話題

34 市民企画提案事業 わが家のアイドル

市の手続きや制度、
施設などに関する問い合わせは

倉敷市コールセンター
☎086・426・3030

おかけ間違いのないよう
お願いします

8時～21時(年中無休)

FAX 086-426-3939

Eメール call-c@city.kurashiki.okayama.jp

倉敷市グラウンド・ゴルフ場がオープン！

特集

10月1日市は、県内最大級の「倉敷市グラウンド・ゴルフ場」を、倉敷川沿いの福原緑地（有城570・3）に新しくオープンしました。

全体を見渡せる平たんな天然芝の4コース、自動散水設備を含む高水準の芝生の管理体制、そしてバリアフリーに配慮した園路などを備えています。

高齢者をはじめ幅広い世代の皆さんが、気軽にスポーツを楽しめ、健康づくりや生きがいづくりができる施設です。ぜひ利用してください。

問 本庁スポーツ振興課 ☎ 426・3855、市グラウンド・ゴルフ場 ☎ 428・5625、市ホームページ番号 123752



下電バスの「山陽ハイツ入口バス停」または「岡山学院大学前バス停」下車徒歩5分



あずまや



松コース

竹コース

第1駐車場 (無料)

管理棟



事務室（受け付け窓口）、休憩室、男女別トイレ、多目的トイレ、倉庫

梅コース

あずまや

藤コース

第2駐車場 (無料)

● 天然芝4コース 32 ホール

天然芝の4コース32ホール（1コースにつき8ホール）を備えています。コース名は、市民の皆さんの健康と長寿を願って、「松」「竹」「梅」そして市花の「藤」としました。

※芝生養生のため、通常は1コースを閉鎖し3コースで運用します。



4月	(火)～(日)7時～18時
5月	(火)～(日)7時～19時
6月	(火)～(日)7時～19時
7月	(火)～(日)7時～19時
8月	(火)～(日)7時～19時
9月	(火)～(日)7時～18時
10月	(火)～(日)8時半～17時
11月	(火)～(日)8時半～17時
12月	(火)～(日)8時半～17時
1月	(火)～(日)8時半～17時
2月	(火)～(日)8時半～17時
3月	(火)～(日)8時半～18時

※(月) (祝) (休) の場合は翌平日は芝生養生日。年末年始(12月28日～1月4日)は休業



グラウンド・ゴルフとは

専用のクラブ・ボール・ホールポスト・スタートマットを使用して、ゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストにホールイン(入って静止した状態)するまでの打数を競います。

【特徴】

- ▶準備が簡単
- ▶ルールが簡単
- ▶プレーヤー数の制限がない



●問い合わせは、市グラウンド・ゴルフ場 ☎ 428・5625 へ

区分		単位	金額 (税込み)	
			市内在住 の人	市外在住 の人
個人使用 (専用使用されてい ないコースの個人・ 団体使用)	一般・ 大学生	1人1日につき	500 円	500 円
		1人1年につき (年間パスポート)	10,000 円	15,000 円
	高校生 以下	1人1日につき	300 円	300 円
		1人1年につき (年間パスポート)	6,000 円	9,000 円
クラブ・ボールの貸し出し		1式1日につき	200 円	200 円

※クラブ・ボールの貸し出しには限りがありますので、できるだけ持参してください。
※年間パスポートの発行には、本人確認書類や顔写真が必要です。詳しくは、問い合わせてください。

●使用料

専用使用(1コース以上の貸し切り)については、問い合わせてください。

●利用方法

予約不要、管理棟窓口で受け付け。ただし、10人以上の団体や専用使用(1コース以上の貸し切り)の場合は事前予約が必要です。詳しくは、問い合わせてください。





■伝統芸能カパハカショー
10時半～・14時～、屋外イベント
ステージで



■ウェイトリフティング体験
1階センターコートで



■ニュージーランドグルメ屋台
屋外イベントステージ付近で

市は、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会に参加するニュージーランドのホストタウンです。来倉するニュージーランド・マオリのカパハカ団による伝統芸能カパハカショーや、踊りに使う「ポイ」を作

るワークショップ、ニュージーランドチーム応援メッセージ寄せ書き、ウェイトリフティング体験、ニュージーランドグルメ屋台など盛りだくさんです。詳しくは、市ホームページで。

□日時：11月4日(休)10時

～17時 □場所：アリオ倉敷屋外イベントステージ・1階センターコート(雨天時は1階センターコート)
■倉敷国際交流協会事務局(本庁国際課内) ☎426・3015、市ホームページ番号125616



倉敷・ニュージーランドホストタウンフェスティバルを開催



「倉敷市災害に強い地域をつくる検討会」を設置

市は、今後の災害対応に生かすために、「平成30年7月豪雨災害対応検証報告書」を4月に取りまとめました。

計画策定などに向けた行動計画を取りまとめていきます。

この報告書の住民の避難行動に関する調査結果では、避難勧告を86%の人が聞き

■本庁防災危機管理室防災推進課 ☎426・3131

ましたが、実際に避難した人は57%でした。市では、この結果を踏まえ、住民への情報提供や周知の在り方、自主的な避難を促進するための検討を行う「倉敷市災害に強い地域をつくる検討会」を設置し、9月17日に初会合を開きました。



▲東日本大震災で子どもたちの犠牲を最小限に抑えた「釜石の奇跡」といわれる岩手県釜石市の防災教育を主導した、片田敏孝氏(東京大学大学院特任教授)を委員長に選出



今月のトピックス TOPICS

「今月のトピックス」では、特に重要な市政情報を詳しくお知らせします。

市プレミアム付商品券の申請期限を11月29日(金)まで延長

市民税非課税者で、市プレミアム付商品券の購入を希望する人が行う購入引換券の申請期限を延長します。期限までに忘れずに申請してください。対象と思われる人で申請書が届いていない場合や、申告などにより令和元年度の市民税が課税から非課税に変更になった場合は、問い合わせてください。

□対象…平成31年1月1日に倉敷市に住民票がある人で、令和元年度市民税(均等割)非課税者。市民税課税者と生計同一の配偶者・扶養親族、生活保護受給者などを除く □申請期限…11月29日(金)消印有効

□申請方法…市から送付した申請書を同封の返信用封筒で郵送か、本庁厚生棟2階プレミアム付商品券室(土(日)祝(休)を除く8時半～17時15分)に持参で。

■市プレミアム付商品券コールセンター(土(日)祝(休)を除く8時半～17時15分) ☎0570-088-203



巡・金田一耕助の小径の参加者募集

ミステリー作家・横溝正史は戦時中、真備町に疎開し、『本陣殺人事件』を執筆。この作品で名探偵・金田一耕助が誕生し、以降、多くの金田一作品が生み出されました。真備町を中心とした備中エリアは、横溝正史作品の聖地。あなたも金田一の世界に触れて

みませんか。申込方法など詳しくは、倉敷観光WEBで。

●「金田一耕助」謎解きラリー

金田一耕助ゆかりの地を巡る謎解きラリーを実施。全4カ所の謎を解き明かした人には、限定オリジナルマスキングテープをプレゼント。申し込み不要

■期間：12月24日(火)まで

(各開催場所の休館日を除く) ■開催場所：①横溝正史疎開宅②真備ふるさと歴史館③JR清音駅(総社市)

④まちかど郷土館(総社市) ■参加費：無料

●「コスプレイベント」1000人の金田一耕助

金田一耕助や横溝正史作品の登場人物などに扮して、横溝正史ゆかりの地を歩きます。要申し込み

■日時：11月23日(祝)12時半～16時半(受け付け12時)

■集合場所：清音駅東交流広場 ■コース：清音駅東交流広場～旧川辺村～旧岡田村～横溝正史疎開宅～真備ふるさと歴史館 □

参加費：500円 □申込締切

：11月8日(金)

【意見交換会】

要申し込み

■日時：11月23日(祝)17時

～19時 ■場所：真備公民館岡田分館 □定員：先着

50人 ■参加費：千500円

■申込締切：11月8日(金)

●「巡・金田一耕助の小径」講演会

網本善光氏(横溝正史研究家)による講演「八つ墓村」

浜田知明氏(探偵小説研究家)による講演「図版諸々」

江藤茂博氏(三松学舎大学学長)を交えた3人によるパネルディスカッション。要申し込み

■日時：11月24日(日)14時～16時 ■場所：市立美術館

■参加費：無料 □申込締切：11月8日(金)

■同実行委員会事務局(本

庁観光課内) ☎426・34

11、倉敷観光WEB <https://www.kurashiki-tabi.jp/kindaichi/>



大山名人杯倉敷藤花戦第2局公開対局



▲里見倉敷藤花

▲伊藤女流三段



▲昨年の倉敷藤花戦の様子。大勢の観客の前で白熱した戦いが繰り広げられました。



▲伊東市長からトロフィーを受け取る里見倉敷藤花



▲大盤解説。初心者から上級者まで楽しめます。

里見香奈倉敷藤花と伊藤沙恵女流三段の対局。大山康晴十五世名人の偉業をたたえて創設された女流公式タイトル戦。「藤花戦」という名称は、市花「ふじ」にちなんで名付けられました。里見倉敷藤花と挑戦者の伊藤女流三段の間で三番勝負を行い、第2局以降が倉敷市で指され、タイトルの行方が決まります。

■日時：11月23日(祝)12時45分～

■場所：芸文館ホール □入場料：無料

■大盤解説：13時半～、アイシアターで。解説は、菅井竜也七段と武富礼衣女流初段

■芸文館 ☎434・0400



11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

●女性に対する暴力には女性の人権軽視が潜んでいます
誰に対しても暴力は決して許されるものではありません。女性に対する暴力には、配偶者などからの暴力であるドメスティックバイオレンス(DV)、性暴力、売買春、人身取引、セクシュアルハラスメント、ストーカー行為などがあり、その根底には女性の人権を軽視する考えが潜んでいます。

●DVに対する正しい理解と認識を

これまでDVは、「夫婦の問題」「他人に相談できない

家庭の問題」として扱われ、暴力として問題視されていませんでした。被害者自身も「殴られる私にも原因がある」と思い、親や周囲の人に相談しても「あなたの努力が足りない。忍耐が足りない」などと言いつけられてきました。平成13年に「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護等に関する法律」が施行され、DVが犯罪となる行為をも含む重大な人権問題であると認識されるようになりましたが、今もなおDVに苦しんでいる人がいます。私たち一人一人が人権やDVに対する

正しい理解と認識を持つことが、DVの防止や被害者の支援につながっていきます。

●市配偶者暴力相談支援センター電話相談専用ダイヤル ☎435・5670 (火) 9時～17時

「今の私の状態ってDV?」と悩んでいた、DVの状態から抜け出したいと思ったりしている人は、勇気を出して相談してください。また、身近な人がDV被害を受けている場合は、相談機関への相談を勧めてください。

岡本庁男女共同参画課 ☎426・3105

■オレンジリボン・パープルリボンを知っていますか



オレンジリボンは子どもへの虐待を防止する運動(11月は推進月間)、パープルリボンは女性への暴力の根絶を訴える運動のシンボルです。子どもへの虐待、女性への暴力をなくしていくために、あなたも「リボン運動」に参加してください。

●運動に賛同する人にリボンを差し上げます!

□配布場所…本庁子ども相談センター、本庁男女共同参画課

■オレンジリボン＝本庁子ども相談センター ☎426・3330、パープルリボン＝本庁男女共同参画課 ☎426・3105

■全国一斉「女性の人権ホットライン」☎0570・070・810 強化週間

女性をめぐるさまざまな人権問題に法務局職員・人権擁護委員が応じる専用相談電話です。秘密厳守。無料

□開設日時…11月18日(月)～22日(金)8時半～19時、23日(祝)・24日(日)10時～17時

■岡山地方法務局倉敷支局 ☎422・1260



柳井原地区ほ場整備地の購入者を募集

申込方法など詳しくは、市ホームページで確認するか問い合わせてください。

■募集期間：11月1日(金)～29日(金) □場所：船穂町柳井原ほ場整備地内 □主な条件：①単価は、1平方メートルあたり2千円程度(事業完了後に確定) ②最小購入単位は、1区画(約20坪×約50坪) ③市内在住または、市内で農業を営む人 ④購入する

館で。

農地で金時人参、春大根、ブドウ、スイートピーを作付けする人 ⑤販売予定面積を上回る申し込みがあった場合は、あらかじめ定めた優先順位で決定 □説明会：11月13日(水)19時～20時、船穂公民館で。

■市船穂農業公社 ☎552・5001、本庁農林水産課 ☎426・3425、市ホームページ番号34488



11月5日(火)から住民票の写しなどに旧姓が併記できます

住民票の写し・印鑑登録証明書・マイナンバーカードに旧姓が併記できるようになります。

旧姓併記を希望する場合は、旧姓が記載されている戸籍から現在の氏が記載されている戸籍に至る全ての戸籍謄本などが必要となります。申請方法など詳しくは、

問い合わせてください。

□開始日：11月5日(火)

□申請窓口：本庁市民課、児島・玉島・水島・真備の各支所市民課、庄・茶屋町の各支所市民係、船穂支所市民係

■本庁市民課 ☎426・3265

ぐらしき きらめきのみち

今回の「ぐらしき きらめきのみち」は、「アート×イルミネーション」をテーマに演出！幻想的な“きらめき”が倉敷の夜を彩ります。

今注目を集めている新しいキャンプスタイル「グランピング」のテント体験を初開催！家族や友人と一緒に、素敵なひとときを過ごしてみませんか。

□期間…11月2日(土)～2月14日(金)17時～23時 □

場所…倉敷みらい公園・JR倉敷駅周辺(南北デッキ)

□点灯式…11月2日(土)17時～、倉敷みらい公園で。

問本庁まちづくり推進課 ☎426-3025

●見どころポイント！

【倉敷みらい公園】

★真備地区の竹を使った「竹あかり」×イルミネーション

★プロジェクションマッピングによるデジタルアート

★ボリュームアップした藤棚のイルミネーション

★動物のオブジェが初登場

【JR倉敷駅北デッキ・アンデルセン広場】

★スイッチを押すと光が動き出す「ライティングショー」

★バラの花をモチーフにしたイルミネーション

【JR倉敷駅南デッキ】

★「白壁」をイメージした行燈 あんどん



JR 倉敷駅北（昨年度）



グランピングテントのイメージ（内観・外観）



倉敷みらい公園（昨年度）



竹あかり&三角灯籠



白壁をイメージ（昨年度）

●竹あかり&三角灯籠とうろうづくりワークショップ

11月2日(土)10時～・アリオ倉敷くすのき広場、23日(祝)・12月22日(日)10時～・三井アウトレットパーク倉敷で。作品は持ち帰り可。竹あかり参加の小学2年生以下は保護者同伴。先着50人。無料。申し込み不要

●点灯式イベント

11月2日(土)17時～、倉敷みらい公園で。山地真美（ピアニスト・作曲家）による演奏など。無料

●ミニライブ

11月23日(祝)17時～、倉敷みらい公園で。「リリーグループ」によるステージ。無料

●グランピングテント体験

12月22日(日)13時～21時、倉敷みらい公園で。無料。申し込み不要

●クリスマスミニライブ

12月22日(日)17時～、三井アウトレットパーク倉敷で。「今井柊希と海月と優吾」によるステージ。無料



特殊詐欺被害防止のための機器購入補助や貸し出しを開始



U-1ターン就職希望者を対象とした就労支援事業

振り込め詐欺などの特殊詐欺被害防止対策として、迷惑電話防止機能付き電話機などの購入・設置費用の一部補助制度と通話録音装置の無償貸し出し制度を始めます。制度を利用した人のうち希望者は、警察官の巡回見守り支援を受けることができます。

■対象：次の①～③の全てを満たす人。①市内に住所があり、かつ居住している②満65才以上の人のみの世帯③本人および同一世帯の人に市税の滞納がない

●迷惑電話防止機能付き電話機などの購入費補助

■対象機器：着信時に通話を録音する旨の案内が流れ、自動で録音するなどの機能がある固定電話機・固定電話機に接続する通話録音装置
■条件：新品の対象機器を市内の店舗で購入すること
■補助金額：購入・設置費用の2分の1。上限7千円
■件数：先着50件



購入前に申請してください。

■手続きの流れ：

(1)申請

本庁消費生活センター、各支所、市ホームページで配布する申請書と①購入予定機器の機能が記載されているカタログまたは取扱説明書の写し②設置費用を含む見積書の写しを、11月1日(金)～、持参か郵送で。

(2)交付決定

市から決定通知書・実績報告書・補助金請求書が届く

(3)機器を購入・設置

(4)補助金請求

実績報告書・補助金請求書と①領収書の写し②保証書など機器の型番が記載されているものの写し③補助金を受け取る口座の預金通帳の写しを持参か郵送で。

(5)補助金受領

●通話録音装置の無償貸し出し

固定電話機に接続する通話録音装置を1年間無償で貸し出します。市職員が自宅を訪問し、電話機の接続状況を確認の上、設置します。

■台数：先着50台
■申込方法：本庁消費生活センター、各支所、市ホームページで配布する申請書を、11月1日(金)～、持参か郵送で。

■本庁消費生活センター(〒710-8565 西中新田640) ☎426・3922、市ホームページ番号124923

市では、進学や就職などで県外に住んでいる人などを対象に、市内の企業への就労支援などを行っています。

■本庁企画経営室くらしき移住定住推進室 ☎426・3153

●くらしき移住就労サポートデスク

県外に在住で、市内の企業などへの就職を希望する人に対して、キャリアコンサルティングが仕事探しや転職活動を支援します。業種不問。東京都渋谷区渋谷・大阪府大阪市北区芝田にある各事務所、倉敷市内で相談を随時受け付け

■支援内容：求人紹介、応募書類の書き方アドバイス、面接トレーニング、就職後のフォロー

■くらしき移住就労サポートデスク(クリエアナブキ) ☎0120・109・649

●倉敷で暮らすx介護で働く

令和2年3月末までに県外

から市内に移住する人や市内の大学生などで、市内の介護保険事業所に就職する人を支援します。要件など詳しくは、問い合わせください。

■支援内容：介護職員初任者研修の無料受講、介護福祉士資格保有者(市内在住の学生を除く)への移住費用10万円の支給、求人紹介、応募書類の書き方アドバイス、面接トレーニング、就職後のフォロー
■定員：先着8人
■ハートスイッチ ☎420・1600

●移住支援金制度

東京圏から移住し、県が運営するマッチングサイトに掲載されている中小企業へ就職した人などに、移住支援金を交付する制度を10月から開始しました。要件など詳しくは、市ホームページを確認を。

■本庁企画経営室くらしき移住定住推進室 ☎426・3153、市ホームページ番号124748

瀬戸内倉敷ツーデーマーチのボランティア募集

3月14日(土)・15日(日)の大会期間中、1日だけの参加や団体での申し込みも可

■業務内容…交通誘導、チェックポイントでの参加者対応など
■申込方法…11月15日(金)までに窓口で。

■同実行委員会事務局(本庁スポーツ振興課内、西中新田640) ☎426・3855

消費税軽減税率制度説明会を開催

10月からの消費税率および地方消費税率の引き上げに伴う、消費税の軽減税率制度の説明会を開催します。特に、飲食料品を取り扱う事業者は参加してください。

□対象…全ての事業者 □内容…軽減税率・インボイス制度の概要、区分経理（記帳）から消費税申告書の作成までの流れなど □申込方法…各税務署に電話で。申込締め切りなど詳しくは、国税庁ホームページ<https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/zeimokubetsu/shohi/keigenzeiritsu/06.htm>で確認してください。

●倉敷税務署 ☎422-6440

日にち	時間	定員	場所
11月6日(水)	① 10時半～12時 ② 15時～16時半	各100人	倉敷税務署 大会議室
11月21日(木)			
11月26日(火)			
12月6日(金)			
12月9日(月)			
12月18日(水)			

●児島税務署 ☎472-2630 (ダイヤル後、音声ガイダンスに従い「2」を選択)

日にち	時間	定員	場所
11月8日(金)	15時半～16時半	各20人	児島税務署 会議室
11月22日(金)			
12月6日(金)			
12月13日(金)			

●玉島税務署 ☎522-3137

日にち	時間	定員	場所
11月6日(水)	15時～17時	各20人	玉島税務署 2階会議室
11月21日(木)			
11月25日(月)			
12月3日(火)			
12月11日(水)			

eLTAX(エルタックス) を利用してください

eLTAXは、地方税の手続きをインターネットを利用して行うシステムです。市では、eLTAXの利用を推奨しています。法人市民税の申告や給与支払報告書の提出にはeLTAXを利用してください。

☎本庁市民税課 ☎426-3181



任期付職員を募集

受験資格、業務内容など詳しくは、受験案内で確認してください。

□募集職種・採用予定人員：保育教育職（保育士）・7人程度 ▼保育教育職（幼稚園教諭等）・7人程度 ▼栄養士・2人程度 □任期：4月1日～令和5年3月31日。業務の都合により、本人の同意の上、採用日から5

年間に延長する場合あり
□受験資格…各職種の受験資格を満たす人。年齢不問
□申込方法…11月8日(金)（消印有効）までに郵送で。
□第一次試験…書類選考
□受験案内・受験申込書…本庁総合案内・人事課、児島・玉島・水島の各支所総務課、庄・茶屋町の各支所市民係、船穂支所市民税務係、真備

支所市民課、倉敷駅前連絡所、市保健所保健課で配布。市ホームページからも入手可
☎市職員採用試験委員会（本庁人事課内、〒710-8565 西中新田640）☎426-3141、市ホームページ<http://www2.city.kurashiki.okayama.jp/jinji/saiyo/>



保育園・認定こども園（民間・公立）で働きますか？

保育士の資格を生かして、保育園や認定こども園で働きたい人が保育の現場で活躍できるように、情報提供や就職支援をしています。また、仕事から離れた期間が長かったり、実際に働いた経験がなかったりする人の不安を軽減



できるように、公立保育園・認定こども園で随時、見学・実習体験を行っています。気軽に相談してください。
□相談日時…(月)～(金)8時半～17時15分（祝日除く）
□場所…保育士・保育所支援センター（本庁2階保育・幼稚園支援室内）
☎本庁保育士・保育所支援センター ☎426-3021



障がいのある人の相談窓口

市では、障がいのある人が住み慣れた地域で安心して暮らせるように、基幹相談支援センターと連携して、「相談」「体験の機会・場」「緊急時の受け入れ・対応」「専門性」「地域の体制づくり」の機能を備えた地域生活支援拠点の整備を推進しています。中でも、緊急時の受け入れ・対応については、短期入所（ショートステイ）を行う施設の協力の下、輪番制による支援体制の構築に取り組んでいます。

●基幹相談支援センター

地域活動支援センター（I型）の調整や、指定相談支援事業所に対する専門的な助言・人材育成、障がいのある人への虐待防止対策など、障がいのある人の地域生活支援を推進する活動を行います。

▶倉敷地域基幹相談支援センター（浜町1-2-20）

☎486-3500、FAX486-3501

□開館日時…(土)(日)(祝)(休)・年末年始を除く9時～18時

☎本庁障がい福祉課☎426-3305

●地域活動支援センター（I型）

障がいのある人の憩い・相談・仲間づくりの場。専門相談員による無料相談や、社会参加を支援しています。

▶倉敷地域生活支援センター（生坂836-1）

☎464-4310、FAX464-3980

□開館日時…(月)・第2・4(日)・年末年始を除く9時～15時。電話相談は24時間対応

▶倉敷西部地域生活支援センター（中島269-1）

☎441-3402、FAX441-3409

□開館日時…(月)・第1・3・5(日)・年末年始を除く9時～16時。電話相談は24時間対応

▶児島障がい者支援センター（児島駅前4-83-2）

☎472-3855、FAX472-3852

□開館日時…(月)・年末年始を除く9時～19時。電話相談は24時間対応

▶玉島障がい者支援センター（玉島阿賀崎2-1-10）

☎525-7867、FAX525-7868

□開館日時…(月)・年末年始を除く9時～19時。電話相談は24時間対応

▶水島障がい者支援センター（水島東栄町12-28）

☎440-3334、FAX440-3335

□開館日時…(月)・年末年始を除く9時～19時。電話相談は24時間対応

▶真備地域生活支援センター（真備町川辺2058）

☎441-7800、FAX441-6447

□開館日時…(土)(日)・年末年始を除く9時～17時半。電話相談は24時間対応

☎本庁障がい福祉課☎426-3305

●障がい者虐待防止相談窓口

虐待に気付いた人や相談がある人のための窓口

【日中相談窓口】

▶倉敷地域基幹相談支援センター

☎486-3500、FAX486-3501、Eメール kurashikikikan@link.gr.jp

▶本庁福祉援護課（養護者による虐待）

☎426-3321、FAX422-3389、Eメール wlfsc@city.kurashiki.okayama.jp

▶本庁障がい福祉課（福祉施設の従事者・使用者による虐待）

☎426-3305、FAX421-4411、Eメール wlfdsb@city.kurashiki.okayama.jp

【休日夜間相談窓口】

▶倉敷地域基幹相談支援センター

☎486-3500、Eメール kurashikikikan@link.gr.jp

☎本庁福祉援護課☎426-3321、本庁障がい福祉課

☎426-3305



講演会「山田方谷と山田方谷記念館」の受講者募集

無料。申し込み不要

□日時…11月30日(土)13時半～15時半 □場所…高梁市文化交流館（高梁市原田北町1203-1） □内容…山田敦氏（高梁市山田方谷記念館館長）による講演、磯田耕治氏（新見市大佐山田方谷記念館館長）・山田敦氏によるパネルディスカッション、備中神楽成羽社による備中神楽の公演

□定員…先着200人

☎「山田方谷の軌跡（～奇跡～）」実行委員会事務局（本庁観光課内）☎426-3411



▲備中松山藩の財政を再建した山田方谷

琴浦公民館を建て替えます

老朽化に伴い、11月1日(金)～令和3年3月31日(水)に建て替え工事を行います。期間中は、旧琴浦西幼稚園(児島下の町7-3-21)を仮事務所とします。新公民館の供用開始は、令和3年4月の予定です。

☎琴浦公民館仮事務所 ☎473-0080、市民学習センター ☎454-0011

市有地を一般競争入札で売却

☐応募資格…国内に居住し、市町村税を完納している人(法人も可) ☐資料…本庁公有財産活用室、市ホームページで配布 ☐申込締切…12月2日(月)17時 ☐入札保証金納付期間…12月6日(金)14時まで ☐入札期間…12月9日(月)～13日(金)17時(必着) ☐開札…12月16日(月)14時～、本庁5階502会議室で。

●売却物件…土地(建ぺい率60[㍎]、容積率200[㍎])

所在地	地積(m ²)	用途地域	地目	最低売却価格(円)
西中新田 490 番 40、490 番 41	95.17	第1種住居	宅地	3,050,000
西中新田 490 番 42、490 番 43	86.22	第1種住居	宅地	3,190,000
西中新田 490 番 44、490 番 48	125.15	第1種住居	宅地	4,910,000
青江 835 番 5 外 4 筆	470.33	第2種住居	宅地・雑種地	12,300,000

☎本庁公有財産活用室 ☎426-3161、市ホームページ番号 87385

市有地を貸します

一時使用目的の個人・法人に、市有地を入札方式で貸します。詳しくは、配布資料などで確認を。

☐貸付期間…12月1日(日)～令和2年3月31日(火)(貸付開始日から通算3年を超えない範囲で更新可) ☐応募資格…国内に居住し、市町村税を完納している人(法人も可) ☐資料…本庁公有財産活用室、市ホームページで配布 ☐貸付金額…入札の落札金額 ☐入札…11月19日(火)9時半～、本庁2階第1入札室で。

所在地	地目	面積(m ²)	貸付開始日	予定価格(月額)
茶屋町 486 番 9、486 番 10	宅地	157.06	12月1日	13,403 円

☎本庁公有財産活用室 ☎426-3161、市ホームページ番号 87385

市大学連携講座の受講者募集

☐対象…高梁川流域圏域に在住・通勤・通学の人

☐受講料…無料 ☐申込方法…各締切日(必着)までに市ホームページから電子申請で。①講座名②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥電話番号を電話かEメールも可。1講座につき3人まで。多数の場合は抽選



☎本庁企画経営室 ☎426-3055、Eメール plnpln@city.kurashiki.okayama.jp、市ホームページ番号 90018

倉敷みらい講座「倉敷のミライに予想外を!?大学生が描く倉敷を語ろう!若衆・町衆フォーラム」

●日時…11月24日(日)13時半～15時 ●場所…ライフパーク倉敷 ●内容…倉敷芸術科学大学・くらしき作陽大学の学生が、倉敷の未来について、地域人の語りを通して地域活性化の視点から今できること・これからすべきことを提案 ●定員…70人 ●申込締切…11月14日(木)

2019年 極東国際政治

●日時…11月30日(土)13時～15時 ●場所…ライフパーク倉敷 ●講師…時任英人氏(倉敷芸術科学大学名誉教授) ●定員…50人 ●申込締切…11月20日(水)

親子で楽しく運動遊び&運動能力チェック

●日時…12月1日(日)10時～12時 ●場所…市立短期大学体育館 ●講師…及川直樹氏(市立短期大学講師) ●対象…年中・年長組の親子 ●定員…15組 ●持参品…室内用シューズ、タオル、飲み物 ●申込締切…11月21日(木)

食べて元気!～DHAの優れた効果&くらしき特産野菜から商品開発の道のり

●日時…12月10日(火)15時～16時半 ●場所…くらしき作陽大学 ●講師…万倉三正氏(くらしき作陽大学商品開発交流研究センター長)、河村敦氏(同大学教授) ●定員…40人 ●申込締切…12月4日(水)

輝く中高年女性 心も体もより美しく健康に!

●日時…12月14日(土)11時～12時 ●場所…くらしき健康福祉プラザ ●講師…松本明美氏(川崎医療短期大学教授) ●定員…50人 ●申込締切…12月9日(月)

免疫が混乱!自己免疫疾患ってこんなしくみ

●日時…12月19日(木)14時～15時半 ●場所…ライフパーク倉敷 ●講師…大槻剛巳氏(川崎医科大学教授) ●定員…50人 ●申込締切…12月12日(木)

■市子ども条例を知っていますか？

市子ども条例は、日本国憲法や児童の権利に関する条約の理念を尊重し、市内で育つ全ての子どもが幸せに暮らせることを目的としています。大人の役割を明らかにするとともに、地域社会全体で子育て・子育てを支えていく仕組みづくりを推進し、次代を担う子どもが健やかに生まれ育つまちを実現していきます。全ての子どもは未来の希望であり、私たちのまちのかけがえのない宝です。大人は子どもと向き合い、地域の触れ合いを大切にしながら子どもの育ちを支えましょう。子どもにとって、保護者は特別に大切な存在です。家庭が子どもの成長に大きな役割を果たしていることを認識し、子どもが健やかに育つよう愛情を持って育てましょう。

●11月17日は家族の日、10日～23日は家族の週間

この期間を中心に、子どもを家族が育み、家族を地域社会が支えることの大切さについて、考えてみませんか。

問本庁子育て支援課 ☎426・3314

■倉敷市役所本庁 〒710-8565 西中新田 640

■市のホームページ <https://www.city.kurashiki.okayama.jp/>

■倉敷市コールセンター ☎426・3030

くらしの Information 情報

子育て

■地域で子育て応援講座「子育てに活かせるアンガーマネジメント」の受講者募集

□日時：11月16日(土)10時～12時 □場所：くらしき健康福祉プラザ □講師：野村恵里氏(日本アンガーマネジメント協会シニアファシリテーター) □対象：子育て支援のボランティアや子育て世代を見守る活動に興味がある人、子育て中の人 □定員：先着30人 □申込方法：①氏名②住所③電話番号を電話で。

- 子育て、保健・福祉…P13
- 環境・リサイクル…P15
- 人権…P16
- 建設、教育…P17
- 安全・安心、国際理解、スポーツ…P18
- 産業・観光、市政…P20

野村恵里氏(日本アンガーマネジメント協会シニアファシリテーター) □対象：子育て支援のボランティアや子育て世代を見守る活動に興味がある人、子育て中の人 □定員：先着30人 □申込方法：①氏名②住所③電話番号を電話で。

保健・福祉

■市保健福祉功労者表彰式・倉敷マスター認定証授与式

誰でも入場可

□日時：11月7日(木)14時～15時半 □場所：くらしき健康福祉プラザ

問本庁保健福祉推進課 ☎426・3303

■ふれあいボウリング大会の参加者募集

障がいのある人も、そうでない人も、一緒に楽しいひとときを過ごしませんか。

□日時：12月7日(土)9時半～ □場所：サンフラワールボウル □対象：市内

■倉敷市の人口と世帯 (令和元年9月30日現在)

人口	482,308	[- 57]
男	235,291	[- 34]
女	247,017	[- 23]
世帯数	212,354	[+ 167]
面積	355.63平方 ^{キロメ} メートル	

■倉敷市役所本庁

〒710-8565 西中新田 640

■本庁・支所の開庁時間

8時半～17時15分

※(木)は一部窓口で19時まで延長

■玉島地区ねたきり高齢者等介護者リフレッシュ事業の参加者募集

□日時：12月5日(木)10時～15時 □行き先：広島エアポートホテルフォレストヒルズガーデン・道の駅みはら「神明の里」(三原市) □内容：日帰りバス旅行。会食、情報交換、買い物など □対象：玉島・船穂地区在住

問市身体障がい者福祉協会連合会 ☎441・6681、FAX 441・6682、本庁障がい福祉課 ☎426・3305

在住・通勤・通学の人、市内在住で障がいのある人(在宅優先) □定員：先着120人 □参加費：無料(要貸し靴代300円) □申込締切：11月15日(金) 問市身体障がい者福祉協会連合会 ☎441・6681、FAX 441・6682、本庁障がい福祉課 ☎426・3305

11月の納期限 12/2(月)

- 国民健康保険料
(普通徴収第6期分)
- 介護保険料
(普通徴収11月分)
- 後期高齢者医療保険料
(普通徴収第5期分)

■呼吸器の健康相談

呼吸器疾患(ぜんそく、COPDなど)の相談に、医師・栄養士・保健師が応じます。無料

□日にち・場所：11月13日(水)・玉島支所 ▼14日(木)・児島支所 ▼21日(木)・市休日夜間急患センター(新田2689) □受付時間：13時15分～14時

問本庁医療給付課 ☎426・3398

で、在宅介護をしている人 □定員：先着30人 □昼食代：千円 □申込方法：11月28日(木)までに電話かFAXで。

問市社会福祉協議会玉島事務所 ☎522・8137、FAX 523・0054

■倉敷市シルバー人材センターからのお知らせ

●入会説明会

技術や経験を生かしたい、いづらか収入を得たい、生きがいを見つけないなど、働く意欲のある60歳以上の健康な人、会員になりませんか。

□日時・場所…11月8日(金)10時～、玉島市民交流センター ▶13日(水)13時半～、倉敷市シルバー人材センター本部・倉敷市シルバー人材センター船穂連絡所

●仕事募集

事務・技術・軽作業・施設管理など、さまざまな仕事の注文を随時受け付け

☎倉敷市シルバー人材センター本部 ☎426-3318、倉敷市シルバー人材センター船穂連絡所 ☎552-9191、本庁健康長寿課 ☎426-3315

■高梁川流域連携中枢都市圏事業「くらしきフォーラムwith AB-1 (エビワン) コンテスト」を開催

高梁川流域圏域の障がい者施設(就労継続支援A型・B型事業所など)18団体が、自慢のグルメ(軽食・菓子)を販売し、来場者の投票でグランプリを決定するAB-1コンテストや、シンポジウム「支援する人?される人?保護者支援のこれから～保護者だって笑顔になりたいWA!」、障がい体験コーナー、音楽やダンスのステージ、ご当地キャラスタンプラリーなど。入場・駐車場無料

□日時…11月10日(日)10時～16時。雨天決行 □場所…川崎医療福祉大学 ☎同実行委員会事務局(倉敷地域生活支援センター内) ☎464-4310、本庁障がい福祉課 ☎426-3305

■倉敷市役所本庁 〒710-8565 西中新田 640

■市のホームページ <https://www.city.kurashiki.okayama.jp/>

■倉敷市コールセンター ☎426-3030

■柔道整復師の施術を受けた場合の国民健康保険の適用について

整骨院や接骨院などで柔道整復師の施術を受けた場合、国民健康保険が使える場合と使えない場合があるため、施術前に負傷の原因を正確に伝えましょう。

●保険が使える場合

外傷性の骨折、脱臼、打撲、捻挫など

●保険が使えない場合

肩凝り、筋肉疲労、神経痛、ヘルニアなどの慢性的な病気 ※保険医療機関(病院や診療所など)で同じ負傷を治療中の場合は、保険の対象になりません。

☎本庁国民健康保険課 ☎4

26・3281

■高齢者等給食サービス指定事業者の募集

令和2年4月から倉敷・児島・玉島・水島・船穂・真備の各地区で、新たに参加を希望する指定事業者を募集

□選定方法…仕様を満たす事業者からの提案書を基に、審査委員会で選定。仕様については、問い合わせを。

□申込方法…申請書と提案書を提出。11月7日(木)までに事前連絡を。

☎本庁健康長寿課地域包括ケア推進室 ☎426・3417

■12月3日～9日は「障がい者週間」

障がい者週間をテーマに、児童・生徒などが描いたポスターを展示。ライフパーク倉敷以外は、入賞作品のみ展示

□期間・場所…11月25日(月)～29日(金)・本庁展示ホール

▼12月9日(月)～13日(金)・児島支所展示室

▼23日(月)～27日(金)・玉島支所展示ホール

▼1月14日(火)～17日(金)・水島支所展示ホール

▼24日(金)～28日(火)(27日(月)除く)・ライフパーク倉敷

▼2月3日(月)～7日(金)・真備支所

市民ロビー □時間…8時半～17時15分(ライフパーク倉敷)

ク倉敷は9時～17時。各会場とも初日は13時～、最終日は12時まで

●絆のひろば

障がいのある人が製作した雑貨・菓子の販売

□日時…11月8日(金)10時～18時 □場所…イオンモール倉敷セントラルコート

●ふれあいステージ

障がいのある人やボランティア団体などが歌や劇、演奏などを発表

□日時…11月27日(水)10時～15時 □場所…くらしき健康福祉プラザ

●障がい者(児)作品展

市内の障がいのある人が創作した作品を展示

□日時…11月28日(木)～30日(土)9時～17時。最終日は12時まで □場所…ライフパーク倉敷

●ミニ子どもひろば

熱気球の搭乗体験

□日時…12月1日(日)7時50分～ □場所…新田中学校

□対象…市内在住の小中学生・高校生と家族 □定員…200人 □申込方法…11月15日(金)(必着)までに本庁障がい福祉課、各保健福祉センター福祉課、真備保

健福祉課にある申込書を問い合わせ先に持参か郵送、FAXで。多数の場合は抽選

☎本庁障がい福祉課 ☎426・3305、FAX 426・3305、FAX 426・3305

■障がい児を囲む親子ふれあい事業の参加者募集

□日にち…12月7日(土)(雨天決行) □行き先…神戸ハーバーランド □対象…市内在住の3歳～18歳の障がい児と家族 □定員…100人 □参加費…大人2千円、18歳以下千円 □申込方法…11月15日(金)までに、市ホームページ、本庁障がい福祉課、各保健福祉センター福祉課、真備保健福祉課にある申込用紙を両備バスター(〒710-0057 昭和2・1・5) FAX 425・7283へ郵送かFAXで。多数の場合は抽選

☎本庁障がい福祉課 ☎426・3305

■11月11日は「介護の日」

「いい日、いい日」という語呂合わせの介護の日は、介護を身近なものとして捉

■国民健康保険の加入・脱退の届け出はお早めに!

わが国では、病気やけがをしたときに安心して医療を受けられるよう、全ての人何らかの健康保険に加入することになっています。これを国民皆保険制度といいます。職場の健康保険や後期高齢者医療制度の加入者、生活保護受給者などを除き、全ての人国民健康保険(国保)の加入者になります。

●国保加入の届け出を

職場の健康保険から脱退したとき ▶職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき ▶倉敷市へ転入したとき(職場の健康保険などに加入していない場合) ▶子どもが生まれたとき(職場の健康保険などに加入していない場合) ▶生活保護受給者でなくなったとき

【加入の届け出が遅れると】

国保の保険料を最長2年間さかのぼって納めることになったり、保険証がない期間の医療費が全額自己負担になったりします。

●国保脱退の届け出を

職場の健康保険に加入したとき ▶職場の健康保険の被扶養者になったとき ▶倉敷市から転出するとき ▶死亡したとき ▶生活保護受給者になったとき

【脱退の届け出が遅れると】

他の健康保険などに加入しても、届け出をしないと、国保から脱退したことにはなりません。国保の保険料も請求され続けます。また、資格がなくなった後に誤って国保の保険証を使って医療を受けてしまうと、国保が負担した医療費を返さなければなりません。

●届け出は14日以内に

健康保険が変わったときは、その事実を

証明するもの・身分証明書(免許証や年金手帳など)・マイナンバー(個人番号)が記載された通知カードまたはマイナンバーカードを持参して届け出をしてください。なお、代理人が手続きする場合は、世帯主からの委任状と代理人の印鑑・身分証明書が必要です。

※転入・転出、業務時間内の出生・死亡の届け出は、本庁市民課・各支所で手続きできます。

☎本庁国民健康保険課 ☎426-3281

■健康優良世帯へ記念品・表彰状を贈ります

11月上旬に送付

□対象…記念品=国民健康保険に加入し保険料を完納している世帯のうち、被保険者全員が平成29・30年度の2年間に医療機関などにかかることがなかった世帯(昨年度の対象者を除く) ▶表彰状=記念品を贈る世帯のうち、30年度に国保特定健診の対象者全員が健診を受診した世帯

☎本庁国民健康保険課 ☎426-3281

■秋の福祉用具特別展

□日時…11月21日(木)~23日(祝)10時~16時(最終日は14時まで) □場所…くらしき健康福祉プラザ □内容…「腰痛予防について」をテーマに、腰痛予防のためのベルト、サポーターなどを展示。23日11時~13時、ミニ講座「腰・ひざ痛のためのサポーター」。無料。申し込み不要

☎くらしき健康福祉プラザ保健福祉相談室 ☎434-9849

●「介護の日」フォーラムの参加者募集

□日時…11月8日(金)14時~15時半 □場所…くらしき健康福祉プラザ

えてもらう日です。介護の困り事は、一人で悩まず相談してください。

き健康福祉プラザ □内容…「くらしきの介護を元気に」をテーマとした講演 □定員…先着280人

☎市介護保険事業者等連絡協議会事務局(本庁介護保険課内) ☎426-3343

■障がい者スポーツ体験教室「電動車いすサッカー・スポーツ吹き矢」の受講者募集

□日時…11月24日(日)10時~12時 □場所…くらしき健康福祉プラザ □対象…

小学5年生以上(小学生は保護者同伴)。障がいの有無にかかわらず受講可 □持参品…室内用シューズ、飲み物、動きやすい服装 □申込み方法…電話かFAXで。当日受け付け可

☎市障がい者デイサービスセンター ☎434-9855、FAX434-9856

■出前転倒予防教室の受講団体募集

□期間…①4月~6月②7月~9月 □日時…(火)の毎週同曜日10時~の午前コース、14時~の午後コースなど。1回75分。詳しくは、問い合わせを。 □場所…地域の公民館や公会堂(受講団体が準備) □内容…健康体操・講話など □対象…市内在住の65歳以上で、介護保険の認定を受けていない15人以上の団体 □受講料…無料 □申込方法…1月31日(金)までに、希望期間・曜日・時間(第3希望まで可)を電話か窓口で。受講者名簿を提出。多数の場合は抽選

☎くらしき健康福祉プラザ介護予防事業(笹沖180) ☎

434-9861

環境・リサイクル

■リサイクル体験講座の受講者募集

□場所…クルクルセンター □対象…小学3年生以下は保護者同伴 □定員…各15人 □申込方法…①講座名②住所③氏名④電話番号⑤年齢・学年を電話かFAX、はがき、窓口で。多数の場合は抽選

●紙すきでクリスマスカードや年賀状を作ろう

□日時…12月7日(土)10時~12時 □申込締切…11月21日(木)

●張り子のねずみを作ろう

□日時…12月14日(土)10時~12時 □材料費…600円 □申込締切…11月28日(木)

●お正月飾りを作ろう

□日時…12月18日(水)10時~12時 □材料費…400円 □申込締切…12月3日(火)

☎クルクルセンター(〒711-0912児島小川町3697-4) ☎470-6681、FAX470-6685

■家庭用品再利用銀行

(10月8日現在)

品物の提供は無料をお願いします。再利用銀行では品物を引き取ることはできません。最新の登録品は市ホームページで。

●ゆずります (一部抜粋)

▶学習机 ▶サーフボード ▶ダブルベッド ▶2人用ソファ

●ゆずってください (一部抜粋)

▶車いす ▶ミシン ▶電気ストーブ ▶レール付き電車のおもちゃ

問 クルクルセンター ☎ 470-6681

■倉敷市役所本庁 〒710-8565 西中新田 640

■市のホームページ <https://www.city.kurashiki.okayama.jp/>

■倉敷市コールセンター ☎ 426-3030

■浄化槽の維持管理・使用は適正に

浄化槽の管理者は、法律などにより次のことが義務付けられています。①水質検査(法で定められた検査・毎年1回)②保守点検(消毒剤の補充など・毎月1回)③定期清掃(汚泥の引き抜きなど・毎年1回以上)。単独処理浄化槽の一部は半年に1回以上。浄化槽は、汚れを分解する微生物の働きで水を浄化しています。家庭では次のことに注意してください。

▼トイレではⅡ市販のトイレトーパーを使用し、紙おむつや生理用品などを流さない。塩素系洗剤や殺菌剤などを使用しない。▼洗濯ではⅡ洗剤は適量を使

用する。漂白剤は控えめに使用する。▼風呂場ではⅡカビ取り剤(塩素系)は控えめに使用する。▼台所ではⅡ使用済みの食用油や調理くずを流さない。鍋や皿のひどい汚れは、紙で拭いてから洗う。▼浄化槽や枳(ます)ではⅡ空気送風機(ブロー)

ワ)の電源は切らない。マンホールの上のふたの物を置かない。台所から流れ込む枳は、1カ月に1回程度掃除をする。▼配管が詰まる・放流水が濁る・悪臭がするなどの異常時Ⅱ契約している保守点検業者へ直ちに連絡する。

●合併処理浄化槽設置に対する補助制度があります

詳しくは、問い合わせを。

問 本庁合併浄化槽設置推進室 ☎ 426-3583

人権

■市男女共同参画推進センターの講座受講者募集

●ハマイエさんと考えよう!

夫婦の円満コミュニケーション

□日時: 12月3日(火)13時半~15時 □場所: 市男女

共同参画推進センター(天満屋倉敷店6階) □講師: 濱家輝雄氏(加計学園広報室参与) □定員: 先着80人

□受講料: 無料 □申込方法: 問い合わせ先へ電話かFAX、Eメールで。 □託児: 先着順。要申し込み

●フォーラム2000まび

「男女共同参画&クリスマスコンサート」あなたとわたしの歌声喫茶もあるよ」

□日時: 12月22日(日)13時半~16時半 □場所: 真備保健福祉会館 □講師: 車家円陣氏(落語家) □定員: 先着70人 □受講料: 無料

□申込方法: フォーラム2000まび ☎ FAX 698-0452へ電話かFAXで。

●チカク「昔ながらの子育ての知恵」遠野のわらべうたに学ぶ」

□日時: 1月18日(土)10時半~12時②13時半~15時半 □場所: くらしき健康福祉プラザ □講師: 木津陽子氏(保育士) □対象: 定員: ①生後2カ月~10カ月の乳児と保護者・12組②保育士・助産師などの専門職・20人 □受講料: ①800

あいさつの力

健太 おはよう!

祖父 健太、最近やけに元気がいいじゃないか。

祖母 そうそう、眠かったけど、パツと目が覚めたわ。何かあったのかい?

健太 2学期から代わってきた先生のあいさつが、びっくりするほど気合いが入ってるんだ。その先生につられて、知らず知らずのうちに大きな声であいさつをするようになってきたんだ。

母 いいマナーが身に付いてきたじゃない。

祖父 マナーだけじゃあないぞ。あいさつができることは、社会に出て役に立つぞ。

父 健太、元氣よくあいさつをすることで、何か変わったことはないか?

健太 そういえば、あいさつを意識するようになったら、周りの人も笑顔になって、何だか一日が楽しくなったような気がする。

父 いいところに気が付いたじゃないか。あいさつを交わすことによって、お互いの心が通じ合い、楽しく温かい気持ちになるものなんだ。

真理 ただのあいさつと思っていただけ、あいさつには、相手を尊重するという、すごい力があるのね。私もこれから意識してあいさつをするようにするわ。

母 そのとおりね。まずは家族から、そして、学校や職場、地域と、あいさつの輪をどんどん広げていけたらいいわね。

健太 よーし、今日も学校に行ったら、あの先生に負けないよう、笑顔で元氣よくあいさつするぞ!

※ご感想などは、本庁人権推進室 ☎ 426-3255へ。



ほのぼの家族
No. 259

建設

■水島港唐船線バイパス事業に係る環境影響評価準備書の縦覧と説明会

詳しくは問い合わせを。

□縦覧期間…11月5日(火)～25日(月)(県道路建設課、備中県民局工務第二課・井笠地域工務課は、5日・25日は19時まで) □縦覧場所…県道路建設課、備中県民局工務第二課・井笠地域工務課、本庁事業推進課、玉島支所建設課、浅口市産業建設部工業団地推進室、浅口市金光総合支所産業建設課 □説明会の日時・場所…11月12日(火)19時～・玉島支所 ▶13日(水)19時～・金光公民館(浅口市) □意見書の提出方法…12月2日(月)(必着)までに郵送かFAX、持参で。 □意見書の提出先…事業者への意見＝県道路建設課(〒700-8570岡山市北区内山下2-4-6、FAX 224-1194)・備中県民局工務第二課(〒710-8530倉敷市羽島1083、FAX 426-6064)へ。▶県知事への意見＝県環境企画課(〒700-8570岡山市北区内山下2-4-6、FAX 233-7677)へ。

問備中県民局工務第二課 ☎434-7043、玉島支所建設課 ☎522-8115

■酒津公園さくら植樹イベントの参加者募集

樹木匠による桜に関する講義、ソメイヨシノの植樹。参加者には記念品(チューリップの球根)を進呈

□日時…12月1日(日)10時～11時半 □場所…酒津公園 □対象…市内在住の小学生以上(中学生以下は保護者同伴) □定員…50人 □参加費…無料 □申込方法…11月8日(金)(必着)までに、住所・氏名(家族・グループの場合は全員の氏名と代表者)・年齢(学年)・電話番号をはがきかFAX、Eメールで。多数の場合は抽選

問本庁公園緑地課 ☎426-3495、FAX 421-1600、Eメール pkmng@city.kurashiki.okayama.jp

■男女共同参画マンガ展

「男女共同参画」をテーマ

問市男女共同参画推進センター ☎435-5750、FAX 435-5755、Eメール jyosei@city.kurashiki.okayama.jp

に募集した4こま漫画作品を展示

□期間・場所…11月5日(火)～8日(金)・児島支所展示室 ▼11日(月)～15日(金)・水島支所展示ホール ▼18日(月)～22日(金)・玉島支所展示ホール ▼24日(日)～29日(金)(25日(月)除く)・市男女共同参画推進センター(天満屋倉敷店6階) ▼12月2日(月)～6日(金)・本庁展示ホール □時間…8時半～17時15分(市男女共同参画推進セン

ターは10時～17時)。いずれも最終日は14時まで

問本庁男女共同参画課 ☎426-3105

■インターネット上の差別書き込みを根絶しよう

インターネット上の掲示板などへの誹謗・中傷などの無責任な書き込みにより、差別が助長され、重大な人権侵害を引き起こしています。一人一人がモラルを守り、差別書き込みを根絶し

教育

■市立高等学校進路説明会

精思・工業・倉敷翔南・玉島・真備・南の各市立高等学校の授業の様子や、特色ある取り組みなどを説明。各校担当者による個別相談あり。申し込み不要

□日時…12月1日(日)14時～16時半 □場所…市民学習センター □対象…「不

登校で悩んでいる」「基礎から学び直したい」「上級学校に進学するために高等学校の卒業資格を取得したい」「就職に向けた資格を取得したい」などと考えている中学

生や保護者で市立高等学校への進学を希望する人、関係中学校の教員

問市立真備南高等学校 ☎698-1171

■不登校児童・生徒を支援

無料。申し込み不要

●保護者の集い

不安や悩みを話し、アドバイスを聞ける場です。

ましよう。
問本庁人権推進室 ☎426-3255

■居場所(フリースペース)

不登校またはその傾向のある児童・生徒が、学生ボランティアと自由に過ごせる場所です。出入り自由。保護者同伴可。見学自由(保護者のみも可)

□日時…毎週(金)14時～18時 □場所…連島公民館

問教育委員会生涯学習課 ☎426-3845

■音楽会「スローミュージックで贈るクリスマスナイト」の参加者募集

□日時…12月20日(金)19時～20時 □場所…ライフパーク倉敷 □出演…ふらこストリングス □対象…小学生以下は保護者同伴

□定員…先着280人 □参加費…無料 □申込方法…11月1日(金)～、電話か窓口で。

問市民学習センター(福田町古新田940) ☎454-0011

□日時…11月20日(水)18時
□場所…くらしき健康福祉プラザ □対象…不登校またはその傾向のある児童・生徒の保護者 □アド

バイザー…門田昌子氏(川崎医療福祉大学講師)

■成人式などのお知らせ

●令和元年度成人式の開催

市内に住所を登録している人には、12月9日(月)に案内状を送付予定です。16日(月)になっても届かない場合は、問い合わせてください。市外に住所を登録している参加希望者は、式当日に年齢の分かるもの(保険証など)を持参してください。

□日時・内容…1月12日(日)(開場10時半)。オープニングセレモニー11時。▼式典11時半。▼イベント12時。□場所…倉敷スポーツ公園マスカットスタジアム □対象…平成11年4月2日～12年4月1日生まれの人

●令和2年度成人式実行委員の募集

成人式の企画運営に参加して、二十歳の思いを形に残しませんか。成人式までの期間に、本庁で平日19時半から約1時間半の実行委員会を20回程度開催

□対象…平成12年4月2日～13年4月1日生まれで、市内の中学校を卒業または市内在住の人 □申込方法…電話で。 □申込締切…

1次締切11月30日(土)、2次締切12月31日(火)

※1次締切までに申し込んだ人は、令和元年度成人式を見学できます。

☎教育委員会生涯学習課 ☎426-3845

安全・安心

■消費生活学級連絡協議会講演会「自然災害に備える損害保険」の受講者募集

無料。申し込み不要

□日時…11月25日(月)13時半～15時 □場所…本庁10階大会議室 □講師…津森正裕氏(日本損害保険協会) □定員…先着200人 □本庁消費生活センター ☎426-3922

国際理解

■ホームステイプログラムの参加者募集

オーストラリア・サンクトペルテン市を訪問

□期間…2月20日(木)～3月12日(木) □定員…大学生1人 □参加費…約14万円。うち2万円助成(国内移動費含む。燃油サーチャージ

火災のない安全なまちをつくりましょう。

●火災予防運動ミニコンサート

□日時…11月9日(土)14時～ □場所…JR倉敷駅北口憩いの広場など □出演…市消防音楽隊、幼年消防クラブなど

☎消防局予防課 ☎426-1194

■11月25日～12月1日は犯罪被害者週間

ある日突然、何の落ち度もない人が、犯罪に巻き込まれ、命を落としたり、傷害を負ったりすることがあります。犯罪による被害は、犯罪そのものにより心や体が傷つくだけではありません。被害者、その家族や遺族は、その後の生活においても、さまざまな困難に直面しています。犯罪被害者などの置かれている状況について理解を深め、私たちができる支援について考えてみましょう。

●関連書籍の貸し出し・チラシの設置

□期間…10月26日(土)～11月28日(木) □場所…中央図書館 ☎犯罪被害者等支援総合相談窓口(本庁生活安全課内) ☎426-3111

■e-ラーニング受講者を対象とした救命講習会の受講者募集

□日時…12月7日(土)10時～12時 □場所…倉敷消防署 □内容…心肺蘇生法、AED使用方法、止血法、救急車到着までの応急処置 □対象…市消防局管内(倉敷市・早島町・浅口市金光町)に在住・通勤で、おおむね3カ月以内に市ホームページの応急手当WEB講習(e-ラーニング)を受講した人。医師・看護師は不可 □定員…先着30人 □受講料…無料 □申込方法…11月1日(金)～28日(木)に①氏名(ふりがな)②性別③生年月日④住所⑤電話番号⑥e-ラーニングの受講証明書に記載されたID番号を、電話かEメールで。

☎消防局警防課 ☎426-1192、Eメール rescue@city.kurashiki.okayama.jp

■秋の火災予防運動

●防火標語「ひとつづつ いいね!で確認 火の用心」

11月9日～15日は、秋の火災予防運動週間です。空気が乾燥し、火災が発生しやすい時季を迎えます。火の取り扱いに注意し、

スポーツ

■鷺羽山ロードレース大会の参加者募集

一般の部(10^{キロ})の優勝者をおかやまマラソン2020の招待選手として推薦します。

□日にち…1月26日(日) □種目…小学4年生以上・中学生・一般・ファミリーの部 □参加費…高校生以下11350

円(中学生が学校長から団体申し込みする場合は300円)

▼一般・ファミリー11家族千200円 □申込方法…11月12日(火)～12月10日(火)(必着)

に、申込書に参加費を添えて、児島公民館へ持参。現金書留か参加費分の郵便小為替で、申込書と返信用84円切手を同封して郵送も可 □募集要項…ライフパーク倉敷、各公民館、児島公

■「Peek a body測定会～筋肉の緊張度・身体のゆがみを簡単測定」の参加者募集

最新のセンサーカメラで測定します。

□日時…12月7日(土)10時～16時半。
30分ごとに11回開催。12時～、12時半～の回除く □場所…真備総合公園体育館 □対象…市内在住・通勤・通学の20歳以上 □定員…先着11人 □参加費…1,500円 □申込方法…11月11日(月)9時～、①希望時間②氏名③昼間連絡先④生年月日を電話で。

☎Spoサポ ☎434・3410

■親子水泳教室の受講者募集

□日時…11月23日(祝)11時半～12時15分 □場所…市屋内水泳センター □対象…満3歳以上の子どもと保護者 □受講料…1組830円 □申込方法…11月1日(金)9時～、電話か窓口で。ホームページから電子申請も可

☎市屋内水泳センター(新田2458) ☎424・9192、ホームページ <https://www.k-sports.or.jp/jigyodan/>

■児島マリンプールの利用・教室案内

●修繕工事によるプール休館

11月20日(水)～22日(金)はプールのみ休み。
会議室・トレーニング室は営業

●水泳教室

□期間…11月25日(月)～1月27日(月) □申込期間…11月1日(金)～23日(祝)

【大人水泳教室】

□開催日…(月)～(金) □クラス…初心者・歩行～上級(マスターズなど記録会)

□対象…満18歳以上 □受講料…3,000円(全7回)

【こども水泳教室】

水慣れクラスは予約のみ受け付け

□開催日…(火)～(土) □クラス…水慣れ～個人メドレー □対象…身長110センチメートル以上の満5歳以上 □受講料…4,900円(全7回)

☎児島マリンプール ☎472・0133

■市民スポーツフェスティバル「つばめスポーツ振興協会野球教室」を開催

東京ヤクルトスワローズOBによる中学生対象の野球教室。見学のみのみ

□日時…11月16日(土)9時～12時15分

□場所…倉敷運動公園野球場

☎同実行委員会事務局(Spoサポ内) ☎434・3410

■ファジアーノ岡山ホームゲームの日程

倉敷市は、ファジアーノ岡山のホームタウンの1つです。ホームゲーム最終戦!みんなで応援に行こう!

□日時・対戦チーム…11月16日(土)14時～・横浜FC □場所…シティライトスタジアム(県総合グラウンド陸上競技場)

※スタジアムへは公共交通機関を利用してください。

●小学生は「夢パス」で入場無料!

小学生無料観戦パス「夢パス」を、スタジアム前広場で即時発行

☎本庁スポーツ振興課 ☎426・3855、ファジアーノ岡山スポーツクラブ ☎086・948・5654、<http://www.fagiano-okayama.com/>

民館ホームページ <http://www.kurashiki-oky.ed.jp/kojima-ph/>で配布
☎児島公民館(〒711-0913 児島味野2・2・38、児島市民交流センター内) ☎472・7423

■備南たましまロードレース大会の参加者募集
参加費・申込方法など詳しくは、問い合わせを。
□日にち…11月19日(日)。
雨天決行 □会場…玉島北中学校周辺 □種目・対象

：10歳以上一般男子・女子(高校生以上)。80分以内に完走できる人) ▼3歳以下男子・女子(40歳以上)、一般女子(高校生・39歳)、中学生(男子・女子) ▼2歳以下ファミリー(小学生と家

族)
☎同実行委員会事務局(市スポーツ振興協会内) ☎434・3410
■ニュースポーツをやってみよう!
□種目…囲碁ボール、ふらばるバレーボール □参加費…無料
●体験会
□日時…12月1日(日)10時～12時 □場所…水島ふれあいセンター体育館 □対象…市内在住・通勤・通学の小学生以上 □定員…先着30人 □申込方法…11月1日(金)9時～、電話で。
●交流大会
□日時…12月15日(日)9時～ □場所…水島緑地福田公園体育館 □対象…市内在住・通勤・通学の小学生以上 □チーム…囲碁ボールチーム3～5人 ▼ふらばるバレーボール1チーム5～7人(小学生は5年生以上で2人以下) □申込方法…12月4日(水)までに電話で。多数の場合は抽選
☎Spoサポ ☎434・3410

■みんなで歩こう(11月)
●市民あるく日
10日(日)JR児島支所8時45分集合。日光院(約6キロ) ☎Spoサポ ☎434・3410
●倉敷徒歩の会
17日(日)JR新見駅8時52分集合。城山公園(新見市)(約10キロ)。参加費300円
☎異氏 ☎086・281・4287
●児島徒歩の会
10日(日)児島支所8時45分集合。市民あるく日と同じコース ▼16日(土)JR児島駅6時25分集合。井倉狭(新見市)(約10キロ)。参加費980円 ▼24日(日)JR児島駅7時20分集合。白峯寺(坂出市)(約13キロ)。参加費390円
☎種村氏 ☎472・0730
●新倉敷歩く会
10日(日)JR備後赤坂駅8時50分集合。福山市園芸センター(約12キロ)。参加費300円
☎若狭氏 ☎090・3162・1846

ボートレース児島11月のレース情報

★場外発売

- ▶13日(水)・14日(木) GI周年(福岡)★
- ▶13日(水)～18日(月) BOAT Boy CUP
- ▶13日(水)～18日(月) GⅢ企業杯(戸田)★
- ▶15日(金) ヴィーナスシリーズ(三国)★
- ▶16日(土) 一般戦(津)★
- ▶17日(日)・18日(月) 男女W(江戸川)★
- ▶23日(祝)・24日(日) GⅢ企業杯(宮島)★
- ▶23日(祝)～27日(水) GⅢ企業杯(津)★
- ▶23日(祝)～28日(木) スポーツニッポン杯
- ▶25日(月) 一般戦(浜名湖)★
- ▶26日(火)・27日(水) 一般戦(多摩川)★
- ▶28日(木) GI BBCTーナメント(平和島)★
- ▶28日(木) 一般戦(尼崎)★

●外向発売所「児島ガア～コピア」は早朝発売からナイターレースまで営業

7時半～21時。8日(金)～10日(日)は休館。入館無料

問ボートレース児島 ☎472-5051



ボートレースの収益金は皆さんの暮らしに役立っています

市からの情報を発信中

●月刊くらしき情報局

11月15日(金)15時～15時49分、「情報マルシェ3時のおやつ」(RSK山陽放送6ch)内で。

●ラジオで巡る日本遺産のまち・くらしき

毎週(月)8時20分頃～8時半頃、「モーニングくらしき」(エフエムくらしき 82.8MHz)内で。放送済みの回を市ホームページで聞くことができます。

●倉敷市広報チャンネル

KCT314ch・たまテレ 314chで。

●声の広報くらしき～エフエムからこんにちは

毎週(土)10時～10時半・毎週(火)12時25分～12時55分、エフエムくらしき 82.8MHzで。

●倉敷市公式フェイスブック

<https://www.facebook.com/KurashikiCity/>



●倉敷市公式インスタグラム

https://www.instagram.com/kurashiki_city/



●倉敷市公式ツイッター

https://twitter.com/kurashiki_city/



問本庁くらしき情報発信課 ☎426-3061

■倉敷市役所本庁 〒710-8565 西中新田 640

■市のホームページ <https://www.city.kurashiki.okayama.jp/>

■倉敷市コールセンター ☎426-3030

産業・観光

■くらしきミニ起業塾「ネット通販運営のホントのところが上手な働き方」の受講者募集

□日時：11月15日(金)19時～20時半 □場所：くらしき健康福祉プラザ □内容：インターネット販売の基礎知識と賢い活用方法、講師の会社独自の働き方改革、個別相談会(要申し込み) □対象：起業したい人、起業しておおむね7年以内の人 □定員：先着30人 □受講料：無料 □申込方法：電話かFAX、Eメールで。市

ホームページから電子申請も可
問本庁商工課 ☎426-3405、FAX 421-0121、Eメール cmind@city.kurashiki.okayama.jp

■「倉敷の老舗」感謝状贈呈式を開催

市内にある大正7年以前に創業した老舗企業の業績をたたえ、これまでの地域経済への貢献に感謝の意を込めて、感謝状を贈ります。
□日時：11月6日(水)10時～11時 □場所：本庁1階市民ホール

問本庁商工課くらしき地域資源推進室 ☎426-3406
■若手技能者全国大会等出場奨励金

産業技能・技術を競う中国大会・全国大会などに出場する場合の奨励制度
□出場対象：15歳～29歳の①市内在住・通学の中学生を除く学生(個人種目)②市内通学の中学生を除く学生(団体種目)③市内通勤の人 □助成対象：①本人(18歳未満は保護者)②学校③雇用主 □奨励金額：開催場所や大会の種類などにより、出場者1人当たり5千円～2万円。団体の場合は上限あり □申込締切：大会開催日の2週間前
問本庁商工課 ☎426-3405

■鷺羽山まるごとウォーキングの参加者募集

下津井城跡周辺を散策
□日時：11月17日(日)10時～11時半 □集合場所：鷺羽山ビクターセンター □参加費：無料 □申込方法：11月13日(水)までに電話かFAXで。
問鷺羽山ビクターセンター ☎FAX 479-8660

市政

■自治総合センターの「ミニニティ助成事業」

宝くじの助成金で、吉岡町内会(倉敷)がコミュニティ活動備品を整備しました。



問本庁市民活動推進課 ☎426-3107



図書館

●休館日…4日(休)(船穂図書館のみ)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、29日(金)

●<http://www.kurashiki-oky.ed.jp/chuo-lib/index.html>

●申し込み…※は5日(火)9時から受け付け(船穂図書館は10時から)。電話番号は間違いのないようにお願いします。

お知らせ

おはなしカーニバルがやってくる!

図書館の児童室担当司書が集まって、1年に1回おはなし会を開催し、それぞれ得意な演目を披露します。今年は中央図書館から開催します。

問各図書館

11月の催し

◆各図書館では、休館日を除く毎日、絵本や紙芝居の読み聞かせをしています。詳しくは、各図書館へ。

中央図書館 ☎425-6030

▶POP作品展=28日(木)まで ▶ボランティアによる読み聞かせ=2日(土)11時～、5日(火)11時～、9日(土)14時半～、26日(火)11時～、28日(木)11時～ ▶英語で楽しむおはなし会=2日(土)16時～ ▶郷土の魅力発見! 図書館を使った調べる学習コンクール表彰式=3日(祝)10時半～ ▶絵本の扉0.1.2.=8日(金)11時～。0歳～2歳児と保護者。先着15組 ▶おはなしカーニバルがやってくる=9日(土)11時～ ▶大人も楽しむわらべうた=12日(火)10時～。20人。講師は脇本幸子氏(岡山わらべうたの会)。受け付け中 ▶もりのおはなし会=15日(金)14時半～。読み手は倉敷商業高校生 ▶はてなちゃんの科学あそび「むかしなつかしさとうがし〜べっこうあめとカルメ焼きをつくろう」=16日(土)10時半～。講師ははてな三人組。5歳～小学生。10人。要参加費。持参品あり ▶おはなしいっぱいストーリーテリング=16日(土)14時半～。4歳～ ▶倉敷語りの会しらかべ 昼下りの語り=20日(水)14時～ ▶絵本を知ろう! 楽しもう! ~絵本との幸せな出会いのために=21日(木)10時半～。講師は都築照代氏(「つづきの絵本屋」店主)。30人。受け付け中 ▶季節を楽しむおはなしとおりがみ=23日(祝)14時半～ ▶人生を笑顔で送る生き方「終活」※=12月5日(木)14時～。講師は川上恵美子氏(終活カウンセラー上級)。30人

児島図書館 ☎472-4847

▶おはなしフェスティバル=2日(土)10時半～・14時～ ▶おりがみひろば「ケーキ」=9日(土)14時半～ ▶えほんとわらべうた=14日(木)10時半～。読み手はりんごの木 ▶わらべうたで遊ぼう=22日(金)10時半～。講師は脇本幸子氏 ▶くにおじいちゃんのかみしばい=23日(祝)10時半～。読み手は原邦夫氏 ▶おはなしひろばスペシャル=23日(祝)14時半～



玉島図書館 ☎526-6011

▶ワイド版こどものひろば「世界のおはなし」のまき=9日(土)11時～ ▶あかちゃんのひろば0・1・2=13日

(水)11時～ ▶サイエンス&アート・シアター「『見える』を探る〜首ふりドラゴンを作ろう」※=17日(日)13時～。講師は武田芳紀氏。小学生～。15人。小学2年生以下は保護者同伴。要参加費 ▶おでかけ児童館※=21日(木)10時半～。講師は玉島児童館職員。乳幼児親子。15組 ▶水彩画の年賀状=12月7日(土)14時～。講師は赤澤孝子氏。中学生～。10人。要参加費。持参品あり。16日(土)から受け付け

水島図書館 ☎446-6918

▶ポケットタイムかみしばいのじかん=2日(土)11時～ ▶水島絵本の部屋=7日(木)10時半～ ▶ポケットタイムSP「クルマ」=9日(土)11時～ ▶ポケットタイム0・1・2=15日(金)10時半～。乳児～ ▶読み手のための紙芝居の会=15日(金)11時15分～ ▶おまけのリサイクル本会=19日(火)～24日(日) ▶ねえ、おはなしして〜ストーリーテリング=23日(祝)14時半～。5歳～



船穂図書館 ☎552-9300

▶読書週間〜こどもの本クイズ=10月26日(土)～11月10日(日) ▶おりがみのへや「ことり」=9日(土)14時半～。5歳～ ▶おはなしのへや0.1.2.=13日(水)11時～。乳幼児と保護者 ▶国際交流講座「英語リズムであそぼう」※=12月7日(土)10時半～。講師は小野紀子氏。乳児～小学生。20人

仮設真備図書館 ☎698-9393

真備公民館の一室で、一部の図書館業務を行っています。

□利用時間…公民館開館日の10時～17時

▶絵本の読み聞かせ=毎週(土)11時～。読み手は朗読「まきび・野の花」と読み聞かせボランティア

移動図書館

●貸出期間は、次回運行日まで。

●各図書館、ライフパーク倉敷図書室、市内26カ所の公民館へ本を返すこともできます。

11月のファミリー号/てまり号

倉敷児童館	6日(水)	10:40～11:30
農協豊洲支店駐車場	13日(水)	15:15～16:00
藤戸南台公園	7日(木)	15:45～16:15
庄新町公民館	7日(木)	15:00～16:00
琴浦北小学校	15日(金)	15:00～15:45
沙美小学校	6日(水)	14:45～15:45
南浦小学校	27日(水)	15:00～16:00
穂井田小学校	1日(金)	15:00～16:00
連島北小学校	22日(金)	10:20～10:50
柳井原小学校	20日(水)	14:30～15:10

市立美術館

●休館日…5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

☎425-6034

●<https://www.city.kurashiki.okayama.jp/kcam/>

Collection ～新収蔵作品展

2日(土)～3月8日(日)。平成30年度に収蔵した岡本豊彦や斎藤真一の作品を中心に展示。通常料金

▷担当学芸員によるギャラリー・トーク

30日(土)14時～。要観覧券



▲斎藤真一「蓮華暮色 倉橋島にて」1989年

倉敷屏風祭協賛「池田遙邨の屏風」

10日(日)まで。「祇園御社」や「富嶽十景」などを展示。無料

池田遙邨コーナー展示「遙邨の色いろいろ」

12日(火)～1月19日(日)。「池」「灯台」「夜」など、印象的な色彩で描かれた作品を展示。無料

令和2年美術館カレンダー販売中

使用作品は池田遙邨「森の唄」1954年。1枚250円



▲池田遙邨「灯台」1969年

自然史博物館

●休館日…5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

☎425-6037

●<https://www2.city.kurashiki.okayama.jp/musnat/>

11月3日は自然史博物館まつり

3日(祝)8時45分～16時。一日遊べる!楽しく学べる!本物に出会える!イベントやプレゼントなど、盛りだくさん。無料(一部のイベントは有料)

特別陳列「みんなの動物ラボ」

3日(祝)まで、特別展示室で。友の会脊椎動物グループで作製・修復した毛皮や骨などの標本を展示。通常料金

しぜんしくしき賞作品展

9日(土)～12月18日(水)、特別展示室で。自然史博物館友の会が、小・中・高校生を対象として募集した標本や写真を展示。通常料金

特別陳列「畠田和一貝類コレクション展1 畠田和一が発見した新種・新亜種」

3月31日(火)まで、2階事務室前で。通常料金

自然観察会「倉敷みらい公園の生き物しらべ 2019 年秋」

9日(土)10時～12時、倉敷みらい公園で。小学生以下は保護者同伴。無料

自然観察会「おかやま自然探訪 63」

10日(日)11時～14時半、布滝周辺(津山市)で。旧阿波村を訪ね、落合溪谷の紅葉を楽しみながら周辺の自然を観察。中学生以下は保護者同伴。無料

折り紙教室

24日(日)9時半～16時、学習コーナーで。毎月第4(日)開催。未就学児は保護者同伴。無料



児童館

●休館日…4日(休)、5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

●申し込み…※は要申し込み。電話での申し込み不可

●乳幼児の利用は保護者同伴をお願いします。

倉敷児童館 ☎429-1791

▶おはなしあひね=2日(土)13時半～ ▶おもちゃの病院=10日(日)10時～。大人のみ持参不可 ▶卓球教室=16日(土)14時～。小学4年生～ ▶こま・けん玉教室※=17日(日)13時半～(こま)、15時～(けん玉) ▶歌と絵本でABC=20日(水)15時～。20組

倉敷北児童センター ☎422-6539

▶幼児遊びタイム=毎週(水)10時～。乳幼児親子。親子共に上靴持参 ▶ふれあいペタンク大会※=16日(土)9時半～。小学生～。運動靴着用。雨天時は輪投げ大会。上靴持参 ▶どんぐりパーティー※=21日(木)10時～。乳幼児親子。20組。親子共に上靴持参

児島児童館 ☎473-2844

▶おもちゃバンク=1日(金)10時～ ▶育児相談=1日(金)10時～ ▶一輪車教室=9日(土)15時～ ▶やきいも大会・消防自動車が行ってくる※=10日(日)10時半～ ▶おもちゃの病院=17日(日)10時～ ▶もちつき大会※=24日(日)11時～ ▶囲碁・将棋入門=24日(日)14時～

玉島児童館 ☎526-3400

▶元気っ子広場=毎週(水)10時～。乳幼児親子 ▶ベビーマッサージ※=12日(火)10時～ ▶音楽親子遊び※=15日(金)10時半～ ▶将棋入門・大会※=16日(土)13時半～。小学生～。25人 ▶音もだち※=19日(火)10時～。2・3歳児親子

水島児童館 ☎448-0650

▶わらべうたであそぼう※=6日(水)11時～ ▶育児相談=7日(木)10時～ ▶一輪車で遊ぼう=10日(日)14時～ ▶父と子の料理教室※=17日(日)9時20分～ ▶親子ふれあい音楽あそび※=26日(火)11時～ ▶ベビーマッサージをしよう※=29日(金)11時～

真備児童館 (臨時) ☎697-0831

真備保健福祉会館3階で臨時開館しています。

▶おはなしでこい=毎週(金)10時45分～ ▶カレンダー作り※=2日(土)10時～ ▶まきび公園で遊ぼう※=7日(木)10時～。10組 ▶オセロ大会※=9日(土)13時半～ ▶たけのこタイム=12・19・26日(火)10時45分～ ▶リズムでチャチャチャ※=14日(木)10時～。15組

★キッズカーニバル

4日(休)9時半～12時半。菌小学校体育館。各児童館が工作・遊び・カプラなどの催しを用意します。詳しくは、各児童館へ問い合わせを。



ライフパーク倉敷

●休館日…5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月) ●図書室のみ休み…29日(金)

11月の催し

市民学習センター ☎454-0011

▶子ども人形劇「楽しい歌遊び」「パネルシアター」「小さな人形劇を集めた短編集」=17日(日)10時半～・14時～。音楽練習室
▶サンデー倶楽部「玉島だるまの絵付け体験をしよう!」=24日(日)10時～・13時～。小学生以下は保護者同伴。各先着20人。参加費600円。当日受け付け



図書室 ☎454-0015

▶おはなしタイム=毎週(火)～(金)10時半～(7日(木)・8日(金)・21日(木)除く)、毎週(土)(日)14時半～(16日(土)除く)
▶ちょこっとおりがみタイム=2日・9日・16日(土)・23日(祝)・30日(土)10時半～ ▶おはなしタイム012=7日(木)10時半～。乳幼児 ▶おはなし とんとん=8日(金)10時半～。お話しコーナー。乳児～ ▶ストーリーテリングの会=16日(土)14時半～ ▶もくもくのおはなし=21日(木)10時半～

科学センター ☎454-0300

▶わくわく工作室=「青少年のための科学の祭典」のため休み ▶わくわく実験室「種や実のひみつ」=23日(祝)13時～

プラネタリウム・全天周映画

●全天周映画(45分) ●プラネタリウム(50分)

内容は定期的に更新します。詳しくは、科学センターホームページ <https://www2.city.kurashiki.okayama.jp/lifepark/ksc/> か、電話で問い合わせください。

※観覧料大人500円、高校生350円、小・中学生250円

▶(土)(日)(祝) ●10:30 ●11:40

●12:50 ●14:00

●15:10 ●16:20

▶(火)～(金) ●15:10 ●16:20



たけのこ天文台(真備図書館屋上)

当面の間休館

12月開講の講座

申し込みは、往復はがき(1枚につき1講座、6人まで)に講座名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢(学校名・学年)を記入し、開講日の2週間前までに各センター(〒712-8046 福田町古新田940)必着で。ホームページ <http://www.kurashiki-oky.ed.jp/lpk/m-lpk/> から電子申請も可。多数の場合は抽選。詳しくは、「ライフパークEYE」またはホームページで。

市民学習センター ☎454-0011

※市民学習センターの講座の対象は15歳～(対象の記載があるものを除く)

	開講日時	受講料 など(円)	定員
▶ドローン技術の展望	1日(日)10時	200	30人
▶くらしき市民講座「知りたい!子どもの運動能力の伸ばし方～幼児期にできる環境づくり」※5・6歳の子どもの保護者	4日(水)15時	50～	30組
▶くらしき市民講座「多様な性を知ろう～LGBTってなあに?」	7日(土)14時	無料	30人
▶くらしき市民講座「歴史資料講座 明治13年の高梁川水害について」※中学生～	7日(土)14時	無料	60人
▶IQよりも大切? EQ(心の知能指数)を学ぼう!～人の話を「聴ける」ことの大切さ ※中学生～	8日(日)13時半	200	30人
▶これから出産を迎える人のためのパパママセミナー(12月) ※12月と出産予定日を明記。初めての出産を迎える夫婦	13日(金)18時15分	無料	30組
▶くらしき市民講座「東京2020パラリンピック競技!ブラインドサッカー®とゴールボールを体験しよう!」※小学生～。小学3年生以下は保護者同伴	14日(土)14時	50	30人
▶7か月からの 食べて、みがいて、遊んじゃおう!(12月) ※12月と明記。生後7か月～1歳ごろの乳児(氏名・生年月日を明記)と保護者2人(氏名を明記)	21日(土)10時	300	15組
▶ネットトラブルから子どもを守る!～保護者が学ぶインターネットの今 ※子どものネット利用を心配する保護者	21日(土)10時	200	30人
▶くらしき市民講座「親子で学ぶプログラミング(12月)」 ※12月と明記。小学5・6年生と保護者	21日(土)13時半	200程度	32人

科学センター ☎454-0300

▶親子科学教室「室内飛行機でアクロバット飛行に挑戦!」※小学生と保護者	1日(日)9時半	700	24組
▶天体観望会「月、冬の星座」 ※小学生以下は保護者同伴。悪天候時はプラネタリウムで解説。申し込み不要	7日(土)19時	無料	—
▶親子科学教室「日本の伝統、和風(わだこ)作りに挑戦!(六角風)」 ※小・中学生と保護者	8日(日)13時	500	18組
▶大人が学ぶサイエンス講座「鏡のクリスマスカードと雪降るボトル作り」	12日(木)10時	600	12人
▶特別天体観望会「部分日食をみよう」 ※小学生以下は保護者同伴。悪天候時は中止。申し込み不要	26日(木)14時15分	無料	—



■**家庭児童相談** 家庭児童相談員による。家庭児童相談室（倉敷☎426-3366・児島☎473-1119・玉島☎522-8118・水島☎446-1114・真備☎698-5113）（月）～（金）9～16時。玉島は（水）除く。真備は（水）のみ。本庁子ども相談センター☎426-3330

▷**こどもあいカード**（小学生に配布）☎0120-15-1155。子ども自身からの相談に応じます。8時半～22時

▷**児童虐待についての相談** 本庁子ども相談センター☎4

26-3337。8時半～17時15分（休日・夜間は宿直へ転送）

▷**赤ちゃん相談ダイヤル** ☎0120-21-4152。9～17時

■**子どもの発達相談** 市総合療育相談センター「ゆめばる」（くらしき健康福祉プラザ）☎434-9882。（火）～（土）（祝除く）9～17時。一般相談および臨床心理士などによる専門相談



高齢者 ■**高齢者に関する総合相談（介護・保健・医療・福祉に関すること）** お住まいの地域の高齢者支援センターへ。センターの案内は、本庁健康長寿課地域包括ケア推進室☎426-3417

障がい者 ■**障がい者定期相談** 市障がい者相談員協議会事務所☎441-6681・FAX 441-6682。2日（土）13～16時（くらしき健康福祉プラザ）、8日（金）10～12時（真備保健福祉会館）▷水島障がい者支援センター☎440-3334。2日（土）13～15時▷玉島障がい者支援センター☎525-7867。16日（土）10～12時（船穂公民館）▷児島障がい者支援センター☎472-3855。16日（土）13時半～15時（倉敷リハビリテーション病院）

仕事

■**職業情報提供コーナー** 【支所】水島☎446-1904。（月）～（金）（祝除く）8時半～12時・13～17時

■**内職** 社会福祉事業団☎422-1254。（月）～（金）（祝除く）9～12時・13～16時

■**若者就職相談** おかやま若者就職支援センター（市民活動センター）☎434-2321。（月）～（金）・毎月第1（土）（祝除く）8時半～17時（受け付け9～16時）▷くらしき地域若者サポートステーション（くらしきシティプラザ西ビル5階）☎486-5162。（月）～（金）（祝除く）9～18時。第2・4（金）は20時まで。（土）は月1回

■**就労相談・職業紹介** 【支所】ワークプラザたましま（玉島支所）☎522-8131。（月）～（金）（祝除く）8時半～17時

保健

■**肝炎相談・検査** 相談は市保健所保健課感染症係☎434-9810、倉敷☎434-9822・児島☎473-4371・玉島☎522-8113・水島☎446-1115・真備☎698-5111の各保健推進室で。検査は予約制、市保健所または指定医療機関で。予約は市保健所保健課感染症係で。

■**エイズ・性感染症相談・検査（匿名・無料）** 相談はエイズホットライン☎434-9099、市保健所保健課感染症係☎434-9810、または各保健推進室で。検査は予約制、市保健所で。予約はエイズホットラインで。

■**栄養相談** 予約は市保健所健康づくり課食育推進係☎434-9868。相談は市保健所または各保健推進室で。

■**心の健康相談** 予約・相談は市保健所保健課精神保健係☎434-9823、または各保健推進室で。

＊ 消費生活センターからのお知らせ ＊

通信販売の定期購入に注意！ 契約内容をよく確認しましょう

【事例】 インターネットで、「お試し1箱980円」というダイエットサブリの広告を見て注文をした。1回のみのお試しと思っていたが、しばらくしてまた商品が届き、2回目以降は7,000円で5回の定期購入になっていることが分かった。いつでも解約できると記載されていたが、業者に電話がつかない。

【アドバイス】 事例のように通信販売で、通常より低価格で商品を購入できると思い申し込んだが、実際には数回の定期購入が条件になっていた、また「いつでも解約できる」「次回発送10日前までに電話すれば解約できる」

などの記載があっても業者に電話がつかない、という相談が多く寄せられています。通信販売にはクーリングオフ制度はありません。契約が成立すれば、返品・交換については業者のルール（返品特約）に従うことになります。一方的に受け取り拒否したり、返品したり、支払いを放棄したりしても解約になりません。通信販売で購入する際には、次のことに注意しましょう。

- ▶定期購入が条件になっていないか
- ▶解約・返品条件は記載されているか
- ▶解約の方法や申し出先（電話番号・Eメールアドレスなど）が記載されているか
- ▶業者への連絡履歴（電話・FAX・Eメールなど）を残す

問 本庁消費生活センター☎426-3115（相談専用・来所する場合は予約優先）



【本庁】は本庁生活安全課で実施

生活 ①、④～⑫の問い合わせ先

【本庁】…本庁生活安全課 ☎426-3111 【支所】
…児島 ☎473-1112・玉島 ☎522-8128・水島
☎446-1112・真備 ☎698-1115 の各支所市民課
※全て(土)(日)(祝)(休)は休み

①**市民相談** 【本庁】(月)～(金)8時半～17時15分 【支所】
児島・玉島・水島(月)～(金)9～16時、真備(月)～(金)8時半
～17時15分

②**消費生活相談** 消費契約のトラブル、多重債務の整理
方法。本庁消費生活センター ☎426-3115 (相談専用)。
(月)～(金)9～16時。予約優先

③**交通事故相談(予約制)** 相談員による。【本庁】(月)～(金)
9～12時・13～16時 ▷弁護士による。【本庁】(水)13～
16時。本庁交通事故相談所 ☎426-3110

④**一般法律相談(予約制)** 弁護士による。【本庁】(火)(水)
13～16時 【支所】児島・水島6日・20日(水)、玉島13日・
27日(水)13～16時。予約は相談日の前週の(木)8時半～☎
426-3111、または【本庁】窓口で受け付け。1年度(4月
～翌年3月)に1人1回30分、倉敷市民に限る。

⑤**登記相談(予約制)** 司法書士・土地家屋調査士によ
る。登記・相続・境界など。【本庁】7日・21日(木)13～
16時 【支所】玉島28日(木)13～15時。予約は☎426-
3111、または【本庁】窓口で随時受け付け

⑥**司法書士による少額法律相談(予約制)** 【本庁】11日・
25日(月)13～16時。予約は☎426-3111、または窓口で
随時受け付け

⑦**不動産相談** 県宅地建物取引業協会相談員による。不
動産の賃貸借・売買など。【本庁】1日・15日(金)10～12時・
13～15時

⑧**住宅建築相談** 県建築工事業協会相談員による。建築
全般のトラブルに関する事。【本庁】1日・15日(金)10～
12時・13～15時

⑨**年金・労務相談** 社会保険労務士による。【本庁】28
日(木)13～16時

⑩**行政書士による相談** 相続・遺言、著作権、外国人
の入国・在留手続きなど。【本庁】18日(月)13～16時

⑪**行政相談** 行政相談委員による。国・特殊法人への要
望、苦情、相談など。【本庁】18日(月)10～15時 【支所】
真備保健福祉社会館5日(火)9～12時、玉島11日(月)9～12
時、茶屋町13日(水)9～11時、水島14日(木)10～15時、
庄20日(水)10～12時、児島21日(木)13～16時、船穂
21日(木)13時半～16時

⑫**原爆被爆者相談** 県原爆被爆者会相談員による。【本
庁】14日(木) 【支所】玉島8日(金)、児島13日(水)。いずれ
も9～12時

■**なやみごと(人権)相談** 人権擁護委員による。【本
庁】11月は休み 【支所】茶屋町13日(水)9～11時、水
島14日(木)10～15時、庄20日(水)10～12時、児島
21日(木)10～16時、船穂21日(木)13時半～16時、
玉島は11月は休み。岡山地方法務局倉敷支局 ☎422-
1260、本庁人権推進室 ☎426-3255

■**年金相談(予約制)** 21日(木)10～12時・13～15時。
児島支所401会議室。予約は、倉敷東年金事務所 ☎42
3-6150。問い合わせは、児島支所市民課 ☎473-1112

■**保健福祉相談** 保健福祉相談室(くらしき健康福祉プ
ラザ) ☎434-9849。(火)～(日)(祝除く)9～17時15分。
福祉用具、住宅改造モデルの展示・体験コーナーもあり

■**介護保険相談** 本庁介護保険課 ☎426-3343、児
島・玉島・水島の各保健福祉センター国保介護課、真
備保健福祉課。(月)～(金)(祝除く)8時半～17時15分

■**なやみ相談** ウィズアップくらしき ☎435-5670。(火)
～(土)9～17時。面接相談は☎435-5750(要予約)。家
庭、職場、地域での人間関係の悩みなど

■**女性の弁護士による法律相談** ウィズアップくらしき ☎
435-5750。14日・21日(木)13～16時。予約は7日(木)9
時～(電話予約のみ、10人)。離婚・DVに関する事など

■**結婚相談** 倉敷結婚相談所(くらしきシティプラザ西
ビル) ☎427-0667。(火)～(日)(祝除く)9～17時(受け
付け9～16時)

■**日常生活自立支援事業** 市社会福祉協議会(くらしき
健康福祉プラザ) ☎434-3364。(火)～(日)(祝除く)8時
半～17時15分。福祉サービスの利用手続き・支払いの
支援

■**生活自立相談** 市生活自立相談支援センター(くらしき
シティプラザ西ビル) ☎427-1288。(月)～(金)(祝除く)9
～17時。仕事や生活に困っている人を支援

■**子育て支援相談** 市子育て支援センター(く
らしき健康福祉プラザ) ☎434-9865 ▷保育
士・保健師相談(火)～(土)(祝除く)、第2・4(日)
9～17時 ▷臨床心理士特別相談30日(土)9～16時
(要予約)

■**教育相談** 教育センター(ライフパーク倉敷) ☎454-
0400。(月)～(土)9～16時。育児、しつけ、学業、交友関
係、不登校、進路、発達障がいに関する事など

■**青少年の相談** 青少年育成センター(月)～(金)(祝除く)
9～17時。いじめ、不登校、引きこもり、家庭内暴力、
非行、進路、学校生活、思春期の悩み、友人・親子関
係など。どなたでも。相談は☎426-3741、来所、Eメー
ル young-kokoro@kurashiki-oky.ed.jp で。

■**ひとり親家庭相談** 母子・父子自立支援員による。
倉敷 ☎426-3358・児島 ☎473-1119・玉島 ☎522-
8118・水島 ☎446-1114 (月)～(金)(祝除く)9～16時。
本庁子育て支援課 ☎426-3314

保健のページ

健康がいちばん！



■ 11月10日～16日は「アルコール関連問題啓発週間」

アルコール依存症は、飲酒のコントロールができなくなる病気で、性格や意志の弱さなどにかかわらず、誰でもなる可能性があります。日本では109万人以上いると推計され、家族や周りの人を巻き込みやすい病気です。依存症が疑われる場合は、本人や家族だけで問題を抱え込まず、専門の医療機関などに相談しましょう。

● 飲酒習慣を見直しましょう

飲酒チェックツール「SNAPPY-CAT」を利用してみましょう。飲酒習慣を振り返ることができます。

SNAPPY-CAT

検索



問市保健所保健課精神保健係 ☎434-9823

■ 12月1日は「世界エイズデー」

● HIV感染者・エイズ患者は増え続けています

HIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染し、免疫機能が低下することで、特定の感染症を発症した状態をエイズといいます。国内のHIV感染者・エイズ患者は年々増加し、2万人を超えています。HIV感染は早期に見出し治療を継続すれば、エイズ発症や他者への感染を防ぐことができる病気です。自分のためにもパートナーのためにも、積極的に検査を受けましょう。

● HIV感染は血液検査で分かります

市保健所ではHIV検査を行っています。匿名可。無料

【定例検査】

第2・4（火）午後（予約制）

【休日迅速検査】

12月1日（日）13時～15時（予約不要。先着50人）

【夜間迅速検査】

3月17日（火）18時～19時半（予約制）

▶ 相談・検査予約専用電話

エイズホットライン ☎434-9099

● レッドリボンを知っていますか？

レッドリボンは、エイズに対する理解と支援のシンボルです。エイズを正しく理解し、偏見・差別をなくしましょう。

問市保健所保健課感染症係 ☎434-9810

■ 11月14日は「世界糖尿病デー」

日本の成人のうち糖尿病が強く疑われる人は、平成28年の厚生労働省の調査で、1千万人に上ることが分かりました。この機会に糖尿病のことをよく理解し、予防・早期発見に努めましょう。

● 糖尿病の症状

糖尿病は、膵臓から分泌されるインスリンの量が少なくなったり、働きが弱まったりして、血糖値の高い状態が続く病気です。自覚症状がありませんが、「喉がよく渇く」「手足がしびれる」などの症状が現れることがあります。

● 怖いのは合併症

糖尿病を放置していると、血管と神経が傷つき、さまざまな合併症が引き起こされます。

主な合併症は「しめじはえのき」の文字から始まる病気

- し 神経障がい
- め 目の障がい（網膜症）
- じ 腎臓の障がい（腎症）
- は 歯（歯周病）
- え 壊疽（足先などが腐る病気）
- の 脳血管疾患
- き 虚血性心疾患

● 糖尿病予防のポイント

- ① 食事は、腹八分目を心掛け、3食を規則正しく、「主食」「主菜」「副菜」をバランス良く食べる
- ② 無理のない適度な運動をする
- ③ 禁煙する
- ④ 肥満の人は適正体重にする

● 健診を受けましょう

糖尿病の重症化予防には早期発見・早期治療が重要です。健診を受け、自分の健康状態を確認しましょう。

問市保健所健康づくり課健康増進センター ☎434-9866

■ 食育栄養まつり

「健康づくりと食生活・糖尿病を予防しよう」をテーマに開催

□ 内容：パネル展示、試食、お弁当コンクールの展示（児島会場）、食卓展示（玉島会場）、健康・歯科・栄養相談、体組成・骨密度などの測定体験

● 児島地区「筋力アップでフレイル知らず!!」

□ 日時：11月17日（日）10時～14時

□ 場所：児島市民交流センター

● 玉島地区「適正体重を知って維持しよう! part2」

□ 日時：11月24日（日）10時～14時半

□ 場所：玉島市民交流センター

問市保健所健康づくり課食育推進係 ☎434-9868

■ ぐらしき健康応援事業講演会「あなたの常識、それダメ!」運動で学力アップ・認知症予防の秘訣教えます!」の受講者募集

□ 日時：11月17日（日）11時～12時

□ 場所：児島市民交流センター

講師：脇本敏裕氏（川崎医療福祉大学講師）

□ 定員：先着80人

□ 受講料：無料

□ 申込方法：11月10日（日）までに市コールセンター ☎4226

（日）までに市コールセンター ☎4226、3030へ電話で。

1 問児島保健推進室 ☎473-437

■市の健康診査・がん検診などを実施中!

令和2年1月まで(乳がん・子宮頸がん検診は2年3月まで)市が実施するけんしんを受けることができます。けんしん受診券を必ず持参。実施医療機関など詳しくは、倉敷けんしんガイドや市ホームページで確認してください。けんしん受診券、倉敷けんしんガイドが届いていない人は、問い合わせ先へ連絡を。

●生活習慣病予防健診(国保特定健診)

治療中の人は、主治医などに相談してください。

□対象…国民健康保険に加入している40歳～74歳

●歯周病検診

□対象…市内在住で、平成31年4月1日～令和2年3月31日に40・50・60・70歳になる人。対象者には、けんしん受診券を送付 □料金…40・50・60歳＝800円 ▶70歳＝300円

※実施医療機関は、倉敷けんしんガイドで確認してください。

●妊婦の歯周病検診

おやこ健康手帳と同時に妊婦歯科検診依頼票を交付しています。できるだけ体調が安定している時期に受診してください。無料

□対象…市内在住の妊婦

問市保健所健康づくり課健康増進センター ☎434-9866、倉敷 ☎434-9822・児島 ☎473-4371・玉島 ☎522-8113・水

島 ☎446-1115・真備 ☎698-5111の各保健推進室

■歯科医による歯科訪問健康診査

□対象…市内在住の40歳以上の在宅寝たきり者などで、歯科医院への通院が困難であり、訪問による歯科健康診査ができる人。家族の立ち会いが必要 □料金…無料 問倉敷歯科医師会 ☎422-2122

■障がい者(児)の歯科診療

一般の病院や歯科診療所での診療が困難な人は利用を。要予約

□日時…毎週(木)14時～17時(休診の場合あり) □場所…倉敷歯科医師会館(昭和2-2-17)

問本庁障がい福祉課 ☎426-3305、FAX421-4411、倉敷歯科医師会 ☎422-2122、FAX426-9200

■難病患者・家族交流会の参加者募集

□日時…12月4日(水)13時半～16時 □場所…市保健所 □内容…講演、座談会、個別相談 □対象…市内在住のIgA腎症・一次性ネフローゼ症候群の患者と家族 □申込方法…前日までに電話で。介助・車いすなどを希望する人は、申し込み時に申し出を。

問市保健所保健課保健医療係 ☎434-9812

■健康づくり事業

休養セミナー

●場所…くらしき健康福祉プラザ4階

【コンディショニングdeコリ解消】

●日時…11月14日(木)13時半～15時

●定員…60人 ●料金…524円(別途材料費300円) ●申し込み…受け付け中

【サンキャッチャーでキラキラライフ】

●日時…12月12日(木)13時半～15時

●内容…窓辺に飾る雑貨作り ●定員…20人 ●料金…524円(別途材料費500円) ●申し込み…11月14日(木)9時～

健康づくり実践セミナー「プールで燃焼するゾ!!」

●日時…1月9日～3月12日の毎週(木)10時～12時(全10回) ●場所…くらしき健康福祉プラザ4階 ●定員…30人 ●料金…4,714円(別途材料費600円) ●申し込み…受け付け中

お出かけ運動教室

●対象…市内在住・通勤の18歳以上 ●料金…無料 ●申込締切…12月13日(金)。多数の場合は抽選

【玉島会場 からだスッキリ エクササイズ】

●日時…1月7日～3月24日の毎週(火)10

時～11時(2月11日・25日除く。全10回)

●場所…玉島市民交流センター ●定員…40人

【児島会場 アクティブヨガ】

●日時…1月10日～3月27日の毎週(金)10時～11時(2月14日・3月20日除く。全10回) ●場所…児島市民交流センター

●定員…50人

健康づくり運動教室

初めての人はヘルスチェック(要予約・2,095円)を受けてから参加を。

●教室・日時…プール開放＝(火)(金)17時45分～20時、ベーシックヨーガ＝(火)19時～20時、ゆる体操～ゆるめて健康!＝(水)19時～20時、心と身体の癒(い)しのヨーガ＝(木)19時～20時 ●場所…くらしき健康福祉プラザ4階 ●料金…1回524円(3時間以内。トレーニングジム・プール利用可) **ヘルスチェックを受けてみませんか?**

生活習慣病予防をサポートします。

◆特定保健指導も随時受け付け中!(要利用券)

問くらしき健康福祉プラザ健康づくり事業 ☎434-9875

■健康くらしき21・Ⅱ睡眠講演会「質の良い睡眠のために」の受講者募集
□日時…1月12日(日)13時半～15時半
□場所…くらしき健康福祉プラザ
□内容…千葉伸太郎氏(太田睡眠科学センター所長)による講演、

睡眠クイズ □定員…先着280人 □申込方法…1月5日(日)までに市コールセンター ☎426-3030へ電話で。託児を希望する人は、12月25日(水)までに申し出を。
問市保健所健康づくり課 ☎434-9820

■「わが街健康プロジェクト」講演会の受講者募集
□日時…11月26日(火)13時～15時
□場所…市民会館 □内容…嚥下、摂食障がいに関する講演など
問同事務局(倉敷中央病院内) ☎422-5218

■犬・猫の譲渡・見学会 要申し込み
□日時…休日Ⅱ11月23日(祝)9時～12時 ▼平日Ⅱ(月)～(金)13時～16時半
□場所…市保健所
問市保健所生活衛生課動物管理係 ☎434-9829

すこやか子育て ～健康診査と教室～

■1歳6カ月児健康診査

身体測定、内科・歯科健診、保健・歯科指導、栄養相談、アレルギー健診。無料

●対象…平成30年4月生まれ

●持参品…おやこ健康手帳、健康診査受診票、アレルギー健診用問診票

●受付日時・場所…13時～14時

【倉敷】27日(水)・28日(木)、市保健所

【児島】6日(水)、児島保健福祉センター

【玉島】1日(金)、玉島保健福祉センター

【水島】19日(火)、水島保健福祉センター

☎倉敷 ☎434-9822・児島 ☎473-4371・玉島 ☎522-8113・水島 ☎446-1115・真備 ☎698-5111 の各保健推進室

■2歳児歯科健康診査

歯科健診、歯科指導、フッ素塗布(希望者のみ)。無料

●対象…平成29年10月生まれ

●持参品…おやこ健康手帳、歯ブラシ、健康診査票、フッ素塗布に関する調査票

●受付日時・場所

【倉敷】11日(月)9時半～10時半・13時半～14時、市保健所

【児島】6日(水)9時半～10時、児島保健福祉センター

【玉島】1日(金)9時半～10時、玉島保健福祉センター

【水島】18日(月)13時～13時半、水島保健福祉センター

☎市保健所健康づくり課健康管理係 ☎434-9820

■3歳児健康診査

身体測定、内科・歯科健診、保健・歯科指導、栄養相談、尿検査など。無料

●対象…平成28年5月生まれ(真備は28年3月～5月生まれ)

●持参品…おやこ健康手帳、健康診査受診票、尿

●受付日時・場所…13時～14時

【倉敷】13日(水)・14日(木)、市保健所

【児島】7日(木)、児島保健福祉センター

【玉島】12日(火)、玉島保健福祉センター

【水島】20日(水)、水島保健福祉センター

【真備】21日(木)、真備保健福祉会館

☎倉敷 ☎434-9822・児島 ☎473-4371・玉島 ☎522-8113・水島 ☎446-1115・真備 ☎698-5111 の各保健推進室

■離乳食教室

●対象…離乳食を開始する生後5カ月前後

●持参品…おやこ健康手帳、筆記用具

●日時・場所…10時半～12時(受け付け10時15分～)

【倉敷】6日(水)、市保健所

【玉島】18日(月)、玉島保健福祉センター

☎市保健所健康づくり課食育推進係 ☎434-9868

■子育てはじめての一步教室

●対象…生後6カ月までの乳児と保護者

●持参品…おやこ健康手帳、バスタオル

●受付日時・場所…午前受け付けは9時半～10時、午後受け付けは13時45分～14時

【倉敷】22日(金)午前、市保健所

【児島】26日(火)午前、児島保健福祉センター

【玉島】20日(水)午後、ひろば・わたぼうし

【水島】28日(木)午後、水島保健福祉センター

【真備】25日(月)午前、真備保健福祉会館

☎倉敷 ☎434-9822・児島 ☎473-4371・玉島 ☎522-8113・水島 ☎446-1115・真備 ☎698-5111 の各保健推進室

■子どものための歯の教室

歯(口)の話、個別歯科相談。無料

●対象…0歳～就学前の乳幼児と保護者

●持参品…歯ブラシ

●受付日時・場所…15日(金)9時半～10時、市保健所

☎市保健所健康づくり課健康管理係 ☎434-9820

子育て コラム

乳幼児突然死症候群から 赤ちゃんを守りましょう



11月は乳幼児突然死症候群(SIDS)の対策強化月間です。SIDSとは、乳幼児が何の予兆や既往歴もないまま死に至る、原因の分からない病気です。平成29年は全国で77人がこの病気によって亡くなっており、乳児期の死亡原因の第4位となっています。予防法はまだ確立されていませんが、次の3つのポイントを守ることによって、発症率が低くなるとされています。

①1歳になるまではあおむけに寝かせる

医学的な理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、あおむけに寝かせましょう。

②できるだけ母乳で育てる

③妊婦や赤ちゃんの周りでたばこを吸わない

(厚生労働省ホームページ「乳幼児突然死症候群(SIDS)について」より)

☎市保健所健康づくり課健康管理係 ☎434-9820

妊婦・子育て相談ステーション「すくすく」

妊娠・出産から子育て期の育児の悩みやサービス利用に関する相談に応じます。来所による相談可

●日時…(月)～(金)(祝休除く)8時半～17時15分

●場所…倉敷・児島・玉島・水島・真備の各保健推進室内

☎倉敷 ☎424-0606・児島 ☎472-0606・玉島 ☎523-0606・水島 ☎446-0606・真備 ☎697-0606の各すくすく

休日・夜間当番医

トピックス

くらしの情報

施設

相談

保健

地域情報

休日当番医 内科系 9:00 ~ 17:00

当番医は変更になる場合があるので、受診前に次のいずれかで確認を。



- ①市ホームページ番号 125238
- ②宿直室(本庁 ☎ 426-3033・児島 ☎ 473-1111・玉島 ☎ 522-8110・真備 ☎ 698-1111)
- ★印…小児患者を小児科医が診察
- 外来のみ ●急患のみ ●保険証持参

11/ 3(祝)

- 藤野内科循環器科医院 ☎ 426-1143 (浜ノ茶屋)
- 児島中央病院〔外科含む〕 ☎ 472-1611 (児島小川町)
- 藤沢脳神経外科病院 ☎ 528-3111 (玉島勇崎)
- まび記念病院 ☎ 698-2248 (真備町川辺)

11/ 4(休)

- 吉田内科クリニック ☎ 430-3838 (新田)
- 新見脳神経外科医院 ☎ 474-2200 (児島稗田町)
- 田嶋内科 ☎ 474-3310 (児島柳田町)
- 玉島協同病院 ☎ 523-1234 (玉島柏島)

11/10 (日)

- よしみつ小児科医院 ☎ 434-2221 (五日市)
- ★市民病院〔外科含む〕 ☎ 472-8111 (児島駅前)
- 当真内科医院 ☎ 525-2800 (玉島八島)
- 呉妹診療所 ☎ 698-2220 (真備町尾崎)

11/17 (日)

- はりがや小児科 ☎ 460-0025 (水江)
- 児島聖康病院〔外科のみ〕 ☎ 472-7557 (児島下の町)
- 沼本医院 ☎ 477-7267 (児島田の口)
- ゆのき医院 ☎ 522-8371 (新倉敷駅前)
- 松田クリニック ☎ 697-1522 (真備町川辺)

11/23 (祝)

- 難波医院 ☎ 455-9009 (福田町古新田)
- すぎはら眼科・循環器科内科 ☎ 428-2868 (茶屋町)
- 児島第一診療所〔外科のみ〕 ☎ 472-2555 (児島味野)
- 古谷医院 ☎ 478-5525 (下津井吹上)
- プライムホスピタル玉島 ☎ 526-5511 (玉島)

11/24 (日)

- まさよし内科小児科クリニック ☎ 455-9848 (福田町浦田)
- ★市民病院〔外科含む〕 ☎ 472-8111 (児島駅前)
- 玉島中央病院 ☎ 526-8111 (玉島阿賀崎)
- 平本胃腸科外科クリニック ☎ 698-9811 (真備町川辺)

12/ 1(日)

- たけだクリニック ☎ 440-0022 (連島町鶴新田)
- 児島中央病院〔外科含む〕 ☎ 472-1611 (児島小川町)
- 守屋おさむクリニック ☎ 522-6131 (玉島乙島)
- 川辺内科 ☎ 697-1011 (真備町川辺)

夜間当番医

内科系 20:00 ~ 22:00 (診察時間厳守)

- ▶テレホンガイド児島 ☎ 472-1123
- ▶テレホンガイド玉島 ☎ 522-1123

※ 19:00 からお知らせ

急患センター

内科・小児科 ☎ 425-5020 (新田)

▶(日)(祝)(休) = 9:00 ~ 12:30、13:00 ~ 17:00 (内科医・小児科医が診察)

▶夜間 = 20:00 ~ 23:00 (内科医が診察)

地域連携小児夜間・休日診療 (毎日 24 時間体制)

- 倉敷中央病院 (小児科) ☎ 422-0210 (美和)
- 川崎医科大学付属病院 (小児科) ☎ 462-1111 (松島)

倉敷歯科衛生センター診療所

(日)(祝)(休) 10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 15:00 ☎ 422-2122 (昭和)

歯科当番医 (児島・玉島地区)

当番医は変更になる場合があるので、受診前に次のいずれかで確認を。



- ①市ホームページ番号 125238
- ②宿直室 (児島 ☎ 473-1111・玉島 ☎ 522-8110)

児島地区 ■ 10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 15:00

玉島地区 ■ 10:00 ~ 12:00、13:30 ~ 15:00

11/ 3(祝)

- 難波歯科医院 ☎ 472-2049 (児島味野)
- さとう歯科クリニック ☎ 523-1118 (玉島八島)

11/10 (日)

- 須藤歯科診療所 ☎ 477-8746 (児島唐琴)
- 井手歯科医院 ☎ 528-2500 (玉島勇崎)

11/17 (日)

- 石井歯科医院 ☎ 477-8881 (児島田の口)
- さとう歯科クリニック ☎ 523-1118 (玉島八島)

11/24 (日)

- 橋本歯科医院 ☎ 472-4602 (児島下の町)
- クローバー歯科クリニック ☎ 441-4184 (玉島上成)

12/ 1(日)

- おさき歯科 ☎ 477-4848 (児島田の口)
- はちまん歯科 ☎ 525-8008 (玉島)

愛の献血

400 ミリリットル献血に協力してください。

□日時…11月18日(月)9時半~11時、12時~15時半 □場所…本庁

くらしき ほっと情報

イベント情報や市民の皆さんから
寄せられた地域情報などを紹介します。



イベント

■せい児島瀬戸大橋まつり

11月9日(土)9時〜17時、10日(日)9時〜16時、
児島ボート
レース場駐
車場で。織
維製品など
の即売大テ
ント村、飲み
食い横丁、児
島こども将
棋大会など。
JR児島駅
から無料シャトルバスを運行。公共
交通機関で来場を。詳しくは、同振興
会(児島商工会議所内) ☎472・
4450へ。



■好きです水島フェスティ バル

11月3日(祝)9時半〜13時
半、水島支所で。展示、パ

■倉敷フォトミニマル講評 会

11月3日(祝)13時、芸文館
203会議室で。倉敷フォトミ
ニマルディレクターの飯沢耕
太郎氏(写真評論家)による
選出作品の講評。無料。詳
しくは、市文化振興財団 ☎
434・0505へ。

■市民公開講座「防ぐぞ！ 治すぞ！脳卒中」

11月9日(土)14時〜16時、
くらしき健康福祉プラザで。
宇野昌明氏(川崎医科大学
付属病院院長補佐)を座長
に開催。八木田佳樹氏(同

■公民館祭(11月・12月)

講座生、公民館グループによる活動発表
や作品展示など。詳しくは、各公民館へ。

▶11月1日(金)〜3日(祝)=茶屋町 ☎42
8-1315 ▶2日(土)・3日(祝)=倉敷東 ☎
425-7774、新田 ☎427-6354、
庄 ☎462-5151、連島南 ☎448-
9631、玉島 ☎526-7625 ▶9日(土)・
10日(日)=西阿知 ☎465-0836、連島
☎448-0655、本庄 ☎475-2202、
玉島北 ☎526-5315 ▶16日(土)・17
日(日)=下津井 ☎479-8633、唐琴(展
示のみ) ☎477-7977、郷内 ☎485-
4164、玉島東 ☎526-7726、玉島
黒崎 ☎528-3143 ▶17日(日)=真備
☎698-0042 ▶24日(日)=唐琴(発
表のみ) ☎477-7977 ▶30日(土)・
12月1日(日)=玉島西 ☎528-2713 ▶
6日(金)〜8日(日)=倉敷 ☎423-2135

■市都市景観絵画展

11月18日(月)〜22日(金)、本
庁1階展示ホールで。市内の
小・中学生による「私の大好
きな町の景観」をテーマとし
た絵画を展示。詳しくは、本
庁都市計画課都市景観室 ☎
426・3494へ。

■くらしき健康福祉プラザ まつり

11月23日(祝)10時〜14時、
くらしき健康福祉プラザ
で。お楽しみステージ、作品
展示、段ボール迷路、おで
かけ児童館、各種体験コー
ナー、スタンブラリー(記念
品あり)、模擬店など。詳し
くは、くらしき健康福祉プ
ラザ ☎434・9850へ。

HouseDO 玉島店オープン!! 営/10:00~18:00 休/水・祝

あなたの家・不動産 査定 買取ます! 無料

■宅地建物取引業者免許番号:岡山県知事(1)第5804号

倉敷市新倉敷駅前3-111-1
(TEL) **086-523-5005**

HouseDO ハウスドゥ玉島店 【株式会社オリブハウス】

企画・デザイン・印刷・web

K 株式会社 コーセイカン

〒701-0112 岡山県倉敷市下庄1126-6 Tel.086-463-2500(代)
<https://www.ko-seikan.co.jp/>

(広告)掲載している広告の内容などのお問い合わせは、直接広告主へお願いします。



くらしき農業まつり

11月24日(日)9時～14時、
マービーふれあいセンター西
側の駐車場。地元出演者による
ステージ、倉敷産の新鮮
野菜・水産加工品・手作り
食品の販売など。井原鉄道
吉備真備駅・岡田小学校から
無料シャトルバスを運行。
詳しくは、本庁農林水産課
☎426・3425へ。

住みよい玉島・環境健康まつり

11月24日(日)10時～14時
半、玉島市民交流センター
で。環境フェスティバルと
玉島地区食育栄養まつりの
同時開催。親子でエコが学
べる体験測定、展示、試食、
健康相談、ご長寿大集合な
ど。詳しくは、環境フェス
ティバルⅡ玉島支所市民課☎
522・8120、玉島地区
食育栄養まつりⅡ玉島保健
推進室☎522・8113へ。

親子でクリスマスコンサート

11月30日(土)10時半～11時
半、まびいきいきプラザ仮施
設で。岡山ヴェルデウイン
ド・アンサンブルによる金管

五重奏。就学前の子どもと保
護者。20組。無料。申込方法
など詳しくは、まびいきい
きプラザ仮施設内事務所☎
080・8230・1519へ。

自然の家大感謝祭

12月1日(日)9時半～15時
半、少年自然の家で。雨天決
行。「作る・遊ぶ」などを体
験。小学生以下は要引率者。
無料(昼食はカレーライスあ
り。500円。数量限定)。申し
込み不要。詳しくは、少年自
然の家☎477・5100へ。

倉敷音楽アカデミー市民公開講座後期

バイオリンⅡ1月4日(土)・
5日(日)、芸文館第2練習室
で。講師は漆原啓子氏。▼
チェンバロⅡ17日(金)・18日(土)、
芸文館アイシアターで。講師
は岩淵恵美子氏。いずれも聴
講無料。詳しくは、市文化振
興財団☎434・0505へ。

白壁倉敷将棋フェスタ

1月26日(日)10時～、芸文
館で。①将棋大会(団体戦)
②子ども将棋大会(個人戦)
③プロ棋士による指導対局。
無料。申し込みは、①②12

月1日(日)、FAXかエメー
ルで。③12月20日(金)(必着)
までに往復はがきで。詳しく
は、大山名人記念館(〒710-0046
中央1・18・1) ☎・FAX
434・0003、Eメール
oyama-mm@arskip.へ。

地域情報掲示板

菊花展

11月18日(月)まで、倉敷み
らい公園で。菊花振興会員が
丹精して作った菊を展示。詳
しくは、倉敷市菊花振興会☎
428・2841へ。

秋の音楽会

11月2日(土)14時～、市民
会館で。無料。詳しくは、わに
診療所☎425・7022へ。

倉敷文化芸能祭

11月3日(祝)12時～、くらし
き健康福祉プラザで。無料。
詳しくは、浅上氏☎428・
1597へ。

ブルーサークルフェスタ

「今日からできる糖尿病予防」
11月9日(土)9時～14時、
倉敷成人病クリニックで。動
脈硬化や血管年齢などの検

査、口の健康や食事運動療
法に関するセミナー。無料。
申し込み不要。詳しくは、倉
敷成人病センター☎422・
2111へ。

小学6年生による税に関する絵はがきコンクール展

11月9日(土)～17日(日)9時
～17時15分、市立美術館で。
租税教育活動で実施したコ
ンクールの優秀作品を展示。
詳しくは、倉敷法人会女性
部会☎430・6117へ。

玉島ふるさとふれあい物産展

11月10日(日)9時～15時半、
玉島市民交流センターで。地
元特産品の販売・紹介、抽選
会など。詳しくは、玉島商工
会議所☎526・0131へ。

家事家計講習会

11月10日(日)10時～13時半、
くらしき健康福祉プラザで。
「教育費の山・ライフプラン
をたてる」をテーマとした講
習、子どもレストランなど。
小学生親子。大人300円(食事
代実費)、子ども200円。申込
方法など詳しくは、倉敷友の
会☎427・3541へ。

自立の方から要介護の方まで
ケアハウス **あいの泉**

地域密着型
特別養護老人ホーム **あいの泉**
ショートステイ併設

グループ内併設
サービス付高齢者向け住宅
有料老人ホーム **あいの泉**
倉敷市玉島1723-1
TEL086-525-5050

新倉敷メディカルスクエアとなり
(整形外科・消化器外科・内科・肛門外科・
皮膚科・リハビリテーション科)

入居につきましては下記までお気軽にお問合せください。
倉敷市玉島1719 **Tel.086-525-5001(または5002)**

(広告) 掲載している広告の内容などのお問い合わせは、直接広告主へお願いします。



広報くらしき「地域情報掲示板」への掲載記事を募集します

不特定多数を対象とする、市民などが行うイベントなどの地域情報（営利・政治・宗教目的のものを除く）。内容はイベント名・日時・場所・内容・対象・料金・問い合わせ先など100字程度。提出原稿を基に編集します。申し込みは、営利・政治・宗教目的ではない旨を記載し、掲載希望月の2カ月前の15日までに郵送かFAX、Eメール、電子申請、持参で。掲載は抽選により決定。詳しくは、問い合わせを。

問本庁くらしき情報発信課（〒710-8565西中新田640）☎426-3061、FAX426-4095、Eメールpubinfo@city.kurashiki.okayama.jp

◆おかだ式健康体操

11月11日(月)14時～15時、くらしき山陽ハイツで。ボールの上に寝て腰痛・肩凝り・関節痛を改善。先着20人。無料。申込方法など詳しくは、岡田氏☎080・1900・7263へ。

◆一般公開講演会「最近のキャッシュレス化状況」

11月11日(月)14時～15時半、倉敷商工会館で。講師は宅和博彦氏（玉島信用金庫理事長）。先着60人。無料。申込方法など詳しくは、倉敷法人会☎430・6117へ。

◆住宅相談室

11月14日(木)10時～16時、15日(金)9時～15時、本庁1階・真備支所1階で。新築・増改築工事や維持管理の相談、木造住宅耐震診断（要確認申請添付図面）など。無料。詳しくは、岡山県木造住宅建設協会☎086・252・2925へ。

◆市民健康講座「家族みんなで取り組もう！骨粗鬆症対策！」

11月17日(日)13時～14時半、倉敷中央病院付属予防医療プラザで。講師は大成和寛氏（川崎医科大学講師）。無料。詳しくは、倉敷瀬戸内ロータリークラブ事務局☎466・3959へ。

◆人権啓発活動事業講演会「知って見る見た目問題」

12月1日(日)10時～12時15分、芸文館202会議室で。「見た目」をテーマとした講演と「見た目」に困難を抱える当事者を交えたパネルディスカッション。講師は外川浩子氏（マイフェイス・マイスタイル代表）他。130人。無料。託児あり。申込方法など詳しくは、

国・県・その他の団体からのお知らせ

◆おかやまマラソン

おかやまマラソン＝11月10日(日)8時45分スタート。7時45分ごろ～15時15分ごろ、コースと周辺道路で大規模な交通規制あり。岡山市内へ出掛ける際は車の使用を控え、公共交通機関の利用を。▶おかやまマラソンEXPO＝9日(土)10時～19時半・10日(日)9時～15時半、シティライトスタジアム（県総合グラウンド陸上競技場）前広場で。ご当地グルメ・特産品販売・イベントステージなど。詳しくは、同実行委員会事務局☎086・226・7905へ。

◆瀬戸中央自動車道 早島IC・水島ICの舗装補修工事

11月11日(月)～2月7日(金)21時～翌6時（雨天順延）、夜間通行制限を行い、舗装補修工事を実施します。利用できない出入口があるため注意を。詳しくは、本州四国連絡高速道路(株)岡山管理センター☎483・1100、ホームページ<https://www.jb-honshi.co.jp/>で。

◆「人権の花」運動写真展・「世界人権宣言」書画パネル展

11月15日(金)～17日(日)、イオンモール倉敷1階ワクワクコートで。詳しくは、岡山地方法務局倉敷支局☎422・1260へ。

◆和食料理教室

12月1日(日)10時～13時、倉敷中央学校給食共同調理場で。小学5年～中学生。200円。申込方法など詳しくは、市学校給食会☎441・5112、ホームページ[https://www.kura-kyu.](https://www.kura-kyu.https://www.kura-kyu.)

◆人権啓発活動事業講演会・リフレクティングトーク「被害と加害の対話」

12月15日(日)10時～16時半、芸文館202会議室で。講師は藤岡淳子氏（もふもふネット代表）他。90人。無料。申込方法など詳しくは、CAPおかやま☎090・6339・9740へ。

空き家のお悩み、お気軽にご相談ください。

住んでいる家が
空き家になりそう。

空き家は放って
おいて大丈夫なの？



空き家を
所有する
デメリットは？

専門の資格を持ったスタッフが
相続の視点からも不動産管理・活用をサポートいたします。



株式会社 アーバンクリエイティブ

〒710-0803 岡山県倉敷市西阿知町999-10
TEL.086-466-1212 FAX.086-466-1225
宅地建物取引業者免許番号：岡山県知事許可（2）第5331号

歴史情緒あふれる矢掛の町並みを、
豪華な衣装に身を包んだ大名行列が練り歩く

今年で44回目を迎える矢掛町の一大行事。今年は、昨年の豪雨災害で浸水被害を受けた町西部の小田商店街も練り歩き、被災地を盛り上げます。

秋の一日、豪華絢爛（けんらん）な時代絵巻をぜひ楽しんでください。

☎同実行委員会（備中西商工会矢掛支所内）☎0866-82-0559

◆日時 11月10日(日)9時～16時（小雨決行）
※大名行列は11時半～小田商店街、
13時半～矢掛商店街

◆場所 小田商店街・矢掛商店街

◆イベント

- ▶飛脚駅伝大会
- ▶お茶席
- ▶備中本陣太鼓
- ▶ふるさと物産市
- ▶備州岡山城鉄砲隊
- ▶備中神代神楽



やかげ観光大使

やかっぴ



...

...

となり
まちの話題

【早島町との紙面交流】

早島 IGUSA
花ござピンポン世界大会

第2回目となる「早島 IGUSA 花ござピンポン世界大会」を開催します。子どもや初心者が楽しめる卓球教室や、中・高校生や留学生によるカフェもあります。2代目世界王者誕生の瞬間に立ち会いに、イ草の新しい魅力を発見しに、ぜひ来場してください。

※選手の参加申し込みは10月末で締め切ります。

☎同実行委員会事務局（早島町生涯学習課内）☎482-1511

- ◆日時 11月23日(祝)9時～
- ◆場所 早島中学校体育館
(早島町早島2180)
- ◆参加費 無料



花ござピンポンとは、イ草で織られた花ござを使用したラケットで行う、新感覚の卓球競技です。技術だけでなく、ラバー代わりの花ござの凹凸が勝敗を左右するので、誰もが楽しめます。



市民企画提案事業

問 本庁市民活動推進課(本庁舎西側分室、〒710-0833
西中新田 620-1) ☎426-3107、市ホームページ番号
102016



制度をリニューアルしました！

令和2年度市民企画提案事業を募集

市民企画提案事業は、地域の身近な課題の解決を目指し、市民団体などが実施する公益的な自主事業や、市民と市が協働で実施する事業の経費の一部を市が負担するものです。初めてでも取り組みやすいコースを新設した他、協働事業の補助率を見直すなど、制度をリニューアルしました。詳しくは、問い合わせてください。



私が主役のまちづくり



▲今年度実施団体の活動の様子

自主・新規チャレンジコース【新設】

(新規で申し込む団体が単独で事業を実施。活動実績不問)

- 補助率…経費の 75 %以内
- 補助額…15 万円以内

自主・協働準備コース (協働の準備をしながら団体が単独で事業を実施)

- 補助率…経費の 80 %以内
- 補助額…30 万円以内

協働・市民提案コース (団体が企画を提案し、市と協働で事業を実施)

- 補助率…経費の 90 %以内
- 補助額…50 万円以内

協働・行政提案コース

(市が提示するテーマに沿って団体が企画を提案し、市と協働で事業を実施)

- 補助率…経費の 100 %以内
- 補助額…50 万円以内

□応募方法…本庁市民活動推進課、各支所、各図書館、ライフパーク倉敷、各公民館などで配布する募集要項で確認を。市ホームページからも入手可 □応募期限…12月16日(月) □応募説明会…11月7日(木) 14時～、市民活動センターで。要予約



やまひら まい
山平 茉衣ちゃん
1 日生まれ



いぎ しんたろう
猪木 進太郎ちゃん
2 日生まれ



たなか はやと
田中 準人ちゃん
8 日生まれ



たきざわ らん
滝沢 藍ちゃん
11 日生まれ



うめの かなと
梅野 叶都ちゃん
14 日生まれ



おおが ゆら
大賀 夢来ちゃん
14 日生まれ



うえの うた
植野 宇多ちゃん
17 日生まれ



おかした ゆず
岡下 ゆずちゃん
17 日生まれ



ひらい あんな
平井 杏奈ちゃん
17 日生まれ



みたに あやね
三谷 彩寧ちゃん
17 日生まれ



きむら こはる
木村 心陽ちゃん
20 日生まれ



おざき ひろふみ
尾崎 寛文ちゃん
28 日生まれ



平成 30 年

9 月 生まれ

平成 30 年 11 月生まれの赤ちゃんの写真を募集します。11 月 20 日(木)までに、赤ちゃんの写真(顔全体が写り、顔の上下左右に余裕があるもの)の裏面に、氏名(ふりがな)・性別・生年月日・住所を記載し、本庁くらしき情報発信課(〒710-8565 西中新田 640)へ郵送か持参で。抽選で「広報くらしき 1 月号」に掲載します。また、抽選で市広報チャンネル(KCT 314ch・たまテレ 314ch)でも放送。応募された写真は返却しません。

高齢者向けお食事宅配サービス

すべて手作りの優しい美味しさを。～まごころ込めて食卓へお届けします～

秋の試食キャンペーン実施中!!

お試し
3食 **1,000円!** 【税込】 **とってもお得!**

1週間の内、好きな3日間をお選びください。ご自宅までご試食をお届けします。前日の13時までのご注文orキャンセルOK

【キャンペーン期間】11月末迄

選べる3つのお食事コース

岡山県産コシヒカリ使用 契約農家 / エコファームエーのー

どれを選んでもお値段は3食で1,000円(税込)!!

※期間中、1回のみのご利用となります。
※キャンペーン以外の価格は税別表記です。

日替わり弁当(普通食)の一例



普通食

季節の野菜がたっぷりの和食中心のメニューです。

おかずのみ ご飯+おかずセット

550円 600円



カロリー・塩分調整食

主に糖尿病等で栄養管理が必要な方のためのお食事です。

おかずのみ ご飯+おかずセット

600円 650円



低たんぱく食

主に腎機能が低下してきた方のためのお食事です。

おかずのみ ご飯+おかずセット

600円 650円



優食

【ご試食・ご注文・お問合せはこちらから!】

TEL.086-444-2779

【受付】8:30～17:30
【無休】年末年始除く

体に優しい 優れたバランス (株)優食 〒712-8063 倉敷市水島南幸町6-2

2019年11月から 売電価格が大幅変更されます!

上手な『卒FIT』で安心の生活を!

住宅用太陽光発電を設置されているご家庭で、「卒FIT」が話題になっています。

余った電力(余剰電力)は国が定めた固定価格買取制度(FIT)で10大手電力会社へ売電されております。

しかしFIT終了に伴い、今までの売電単価での買取りが終了し、11月以降、ぞくぞくと買取期間満了のご家庭がでています。

なんと全国で約53万件ともいわれています。

この状況は「2019年問題」と言われ、2019年以降は毎年卒FITを迎えるご家庭があるのです。

対策はお済みですか??お宅の太陽光発電

『ひだかや』なら自家消費や新電力を詳しくご案内できます!

中国電力の
売電単価は、
7.15円/kWh
と大幅安値に!!

ECO

上手な『卒FIT』のご相談・お問い合わせは



ひだかや株式会社



0120-24-4608

倉敷市西富井1076 TEL086-424-4608(代) FAX086-424-4638 営業時間/9:00～18:00 定休日/日曜日



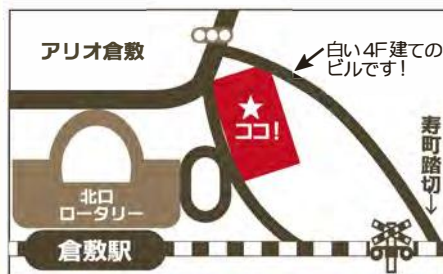
マツパー倉敷



290台 コイン パーキング

プリカを使うと、1日（入庫から24時間）が
なんと！実質769円24銭で停められます！

※10,000円で13,000円分使えるお得なプリペイドカード（前払いの金券）
を購入いただき駐車料金のお支払いに充ていただくことで、実質の割引
となります。駐車料金そのものが安くなるわけではありません。



倉敷駅北口すぐ！

倉敷市寿町1-26

お気軽にお電話ください！

☎ 086-422-2910

マツパー倉敷

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！

（下記は見積例です）



外壁の塗替えリフォーム価格 （税別）	
外壁 20坪	35.8万円
外壁 25坪	40.5万円
外壁 30坪	45.2万円

屋根の塗替えリフォーム価格 （税別）	
屋根 10坪	9.3万円
屋根 15坪	13.9万円
屋根 20坪	18.6万円

営業時間/10:00~18:00 【アート建装 本店】
定休日/毎週水曜日



**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（最前列）



アート建装

☎ 0120-37-4040

【アート建装 新倉敷店】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**

（2019年10月、来店型塗り替えリフォーム専門店「アート建装倉敷店」がオープン!!）

株式会社メガハウスファミリアグループ

<http://www.artkensou.com/> **アート建装** 検索