



有城防災備蓄倉庫が完成しました！

南海トラフ巨大地震や平成30年7月豪雨災害に相当する大規模災害に備えるため、令和3年3月8日の阿津防災備蓄倉庫（児島阿津）の整備に続き、令和6年3月29日に有城防災備蓄倉庫を旧山陽ハイツグラウンド跡地（有城）に整備しました。本庁・国道2号に近い立地を生かして、平時の備蓄強化とともに、被災時の支援物資の受け入れ・各避難所への物資配送体制の強化が可能となります。



▲備蓄量は市内最大の約760立方メートルであり、10トントラック約32台分の非常食や飲料水、段ボールベッド、衛生用品などを順次備蓄していきます。



▲停電時でも運用可能な設備や、複数台のフォークリフト配備により、迅速な積み荷作業を可能としています。

◆みらいに向かう持続可能なまちづくり

◆特集1 洪水・土砂災害・地震に備えよう ◆特集2 キャリア教育推進事業 ◆特集3 6月5日は環境の日 6月は環境月間
【今月の折り込み】 介護保険のお知らせ（取り外してお読みください） 【今月の別冊】 倉敷けんしんガイド

伊東市長が掲げる「5つの政策」

みらいに向かう 持続可能なまちづくり



5月19日から、引き続き市政を担わせていただくこととなりました。改めて、その重責に身の引き締まる思いです。今期にあたり、「みらいに向かう持続可能なまちづくり」を大きなテーマとして、5つの政策を掲げております。

近年頻発する豪雨災害や南海トラフ巨大地震に備えたライフラインの耐震化、浸水対策、避難計画策定、防災訓練実施など災害に備えるまちづくり。安心して、結婚・妊娠・出産・子育てできるまちづくり。住み慣れた地域で健康で充実した生活を送れる健康長寿のまちづくり。G7サミット大臣会合を2回連続開催したまち・国内有数のものづくりのまちとして世界に誇れる文化・産業のまちづくり。そして、ゼロカーボンシティへの取り組みや都市機能の向上、公共施設の再編整備など、未来を見据えたまちづくり。これらの政策に全力で取り組んでまいります。

今後とも、皆さまのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

倉敷市長

伊東香織

災害に備えるまちづくり

- 地区防災計画や個別避難計画の策定促進
- 防災教育の充実による家庭や地域での避難体制の強化や、防災訓練の充実
- 排水機場の能力向上や、用水路の事前放流・田んぼダムの設置などによる浸水対策の強化
- 水道や下水道、住宅の耐震化推進

子育てするなら倉敷でと言われるまちづくり

- 妊娠期からの切れ目ない伴走型支援体制の充実
- 待機児童対策や子どもが健やかに成長できる環境の充実
- DXを活用した学力向上支援（AI機能搭載の学習支援ソフトの導入）
- 教育環境の充実（義務教育学校の設置、学校施設の長寿命化やトイレの洋式化）

ぬく 温もりあふれる健康長寿のまちづくり

- スポーツの推進による健康づくり、生活習慣病やフレイルの予防
- 医療・介護体制の充実
- 認知症の人と共に生きる地域づくりの推進
- 複合的な課題を抱える世帯への支援充実

世界に誇れる文化・産業のまちづくり

- MICE誘致による文化のまち倉敷への来訪者増加と地域の稼ぐ機会の創出
- 国際的な産業競争力を高めるカーボンニュートラルコンビナートの推進
- 地域産業の競争力強化を図り、その特色や強みを活かして地元就職を促進
- 米粉利用の普及促進による地元産米の消費拡大や、地産地消の推進

みらいを見据えたまちづくり

- ゼロカーボンシティへの取り組み（CO2削減と災害にも強いEV・太陽光発電・蓄電池の導入促進、公共施設のZEB化）
- 倉敷市公式アプリを活用した行政サービス充実（情報発信の強化、手続きのオンライン化）
- 都市機能の向上（幹線道路整備の推進、交通政策の充実、鉄道高架を見据えた倉敷駅周辺の整備推進 など）
- 行財政改革の推進（公共施設個別計画の推進、ふるさと納税の推進、負債削減）

特集1

防災特集

洪水・土砂災害・地震に備えよう

6月～10月は、梅雨前線や台風の影響により降水量が多い「出水期」と呼ばれ、河川沿いや低平地では浸水被害、海岸沿いや低平地では高潮被害、山間部や山すそでは土砂災害が発生しやすい時期です。

ポータルサイト「倉敷防災ポータル」などで最新の防災気象情報を収集するように心掛け、避難情報が出たり、危ないと感じたりしたときは、直ちに避難しましょう。

また、政府の地震調査研究推進本部は、南海トラフ（四国沖から紀伊半島沖の水深4千メートル級の深い溝）で周期的に発生している巨大地震が30年以内に発生する確率を、70～80%と発表しています。前回は昭和21年の昭和南海地震で、県内でも52人が亡くなり、千200戸の建物が全壊するなど大きな被害が出ました。

突然襲ってくる地震には、あらかじめ避難することができません。いつか必ず発生する南海トラフ巨大地震に備え、万全の態勢を整えましょう。

本庁危機管理課 ☎426・3645



災害の危険性が高まった場合などに市が発令する「避難情報」を確認しましょう 警戒レベル4で必ず避難してください！

警戒レベル3「高齢者等避難」で避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人、警戒レベル4「避難指示」で全員が危険な場所から避難しましょう。警戒レベル5「緊急安全確保」は、すでに災害が発生するなど命が危険な状況です。また、必ず発令される情報ではないため、警戒レベル5の発令を待つことなく、警戒レベル4までに必ず避難しましょう。



【警戒レベルの一覧表（内閣府）】

警戒レベル	状況	住民が取るべき行動	避難情報等
5	災害発生又は切迫	命の危険があるため、直ちに安全確保	きんきゆうあんぜんかくほ 緊急安全確保 (必ず発令されるものではない)
警戒レベル4までに必ず避難！			
4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	ひなんしじ 避難指示
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難。高齢者等以外の人にも必要に応じ、普段の行動を見合わせる・避難の準備をする・自主的に避難する	こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認する	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報 (気象庁)

6
2024

主な内容 CONTENTS

- 2 みらいに向かう持続可能なまちづくり
- 3 【特集1】洪水・土砂災害・地震に備えよう
- 6 【特集2】キャリア教育推進事業
- 8 【特集3】6月5日は環境の日
6月は環境月間です
- 9 今月のトピックス
- 28 保健のページ
休日・夜間当番医

市公式SNS・アプリ・ホームページ

フェイスブック インスタグラム
@KurashikiCity @kurashiki_city



X (旧ツイッター) ライン
@Kurashiki_City @kurashikicity



市公式アプリ

iPhone、iPad用 Android用



市ホームページ（広報くらしき）



「広報くらしき」は、パソコンやスマホ・タブレットなどで購読できます。毎月発行日には、市公式ラインや市公式アプリでお知らせしていますので、ぜひ活用してください。

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



あなたや家族の命を守るもの… それは「正確な情報を得ること」です！

●「倉敷防災ポータル」で正確な情報を入手しましょう
災害時には、いち早く正確な情報を得ることが、あなたや家族の命を守ることに繋がります。市では、市民の皆さんが防災情報を分かりやすく入手できるように、「倉敷防災ポータル」を開設していますので活用してください。

他にも、緊急速報メールや緊急告知FMラジオ、テレビのデータ放送（リモコンのdボタンで表示）、ラジオ、ホームページ、スマホ用防災アプリ、県の防災情報メールなどを活用して、気象情報・警戒レベル・台風の進路・河川の水位・港湾の潮位・避難情報などを確認しましょう。
■本庁危機管理課 ☎426・3645



ブックマーク・
お気に入り登録を！



<https://bousai-portal-city-kurashiki-okayama.jp.cache.yimg.jp>

※上記はキャッシュサイト(複製)のアドレスです。災害時のアクセス集中を防ぐため、ブックマークにはこちらを登録し、利用してください。

●倉敷防災ポータルで入手できる情報

- ▶市内に発令中の避難情報
- ▶警報・注意報など、気象庁が発表する情報
- ▶各地点の水位や雨量、河川カメラの情報
- ▶指定緊急避難場所の開設状況や場所、現在地からの経路

- ▶ハザードマップなどの電子データ(ダウンロード可能)
- ▶土砂災害危険度分布、洪水危険度分布、浸水想定区域(洪水・内水・高潮・津波)、土砂災害警戒・特別警戒区域
- ▶消防車が出動した火災など、消防からのお知らせ
- ▶防災に関するさまざまなホームページのリンク集

ハザードマップなどを活用して、避難先や 避難の方法・タイミングを考えておきましょう

日頃からハザードマップなどで、住んでいる場所や通学する学校、勤め先などの災害リスクを把握し、避難先や避難の方法、タイミングなどの避難行動について家族で話し合い、「マイ避難プラン」を作成・共有しておきましょう。

■本庁防災推進課 ☎426・3131

●避難先を確認しておきましょう

避難情報が発令されたとしても、全員が避難しなければならぬというわけではありません。例えば土砂災害の発生を警戒した避難情報が発令された場合に、近くに山や斜面のない平野部にいるのであれば、避難のための移動がかえって危険になる場合もあります。避難情報が「どのような災害を警戒するものなのか」「対象地域はどこか」などを踏まえ、避難の必要性をよく確認し、安全な場所にいる場合はその場所で待機しましょう。

また、避難が必要な場合であっても、市が開設する指定緊急避難場所に行くことだけが避難ではありません。災害想定や状況によって避難可能な場所が異なるので、複数の避難先を検討しておきましょう。

●大雨(洪水)を想定した場合の避難先・方法

- ▼親戚や知人宅などに避難
- ▼車で運動公園駐車場などに避難し、車中避難
- ▼自主防災組織などが運営する届出避難所へ避難
- ▼市が開設する指定緊急避難場所(学校や公民館など)に避難
- ▼自宅の2階以上へ垂直避難(浸水深が3メートル未満の地域に限る)



垂直避難

●ハザードマップの確認方法

各種ハザードマップは、市ホームページまたは市統合型GISから確認できます。

災害想定	市ホームページ	市統合型GIS	問い合わせ先
洪水・土砂災害	○	○	本庁防災推進課 ☎426 - 3131
高潮	○	○	
津波・震度・液状化	○	○	
内水氾濫	○	○	本庁浸水対策室 ☎426 - 3593
ため池	○		本庁耕地水路課 ☎426 - 3441

▶各種ハザードマップ



▶市統合型GIS



▶マイ避難プラン



いざという時にどう行動するか 自分たちで計画を立てておきましょう

●避難行動要支援者の「個別避難計画」を作成しておきましょう

避難行動要支援者とは、高齢者や障がいがある人などのうち、災害時に自力または家族の力だけで避難することが困難な人です。**個別避難計画**は、避難行動要支援者の命を守るため、「いつ」「どこへ」「誰と一緒に」「どうやって」避難するかを、あらかじめ具体的に決めておく計画です。作成に当たっては、本人・家族が主体的に作成する必要がありますが、計画の実効性を高めるためにも、自主防災組織や地区社会福祉協議会、民生委員などを中心とした地域の人、本人の状況に詳しく信頼関係のある福祉専門職や行政と協力して計画を作成することが重要です。

また、共助の取り組みとして、自主防災組織などの地域の団体で作成に取り組めるよう、市では作成手順などの手引きや必要な書類を用意しています。制度の詳細や具体的な作成方法については、市の出前講座を利用することもできます。

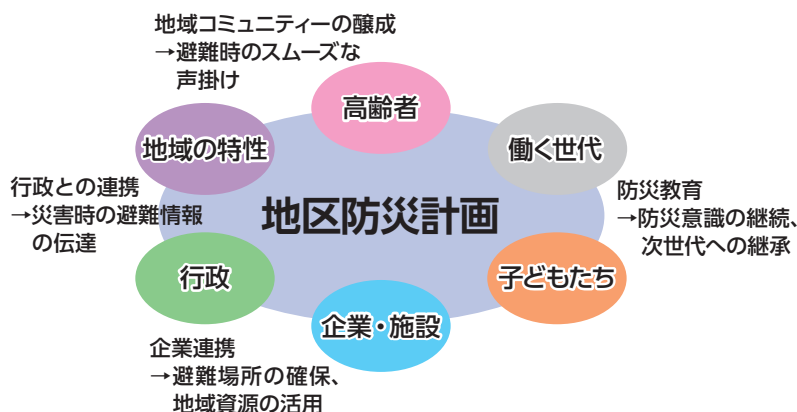
問 本庁防災推進課 ☎ 426・3131

●地域の防災力を向上させるため 「地区防災計画」を作成しましょう

地区防災計画とは、自分たちのまちに災害が起きたときに、地域の皆さん（居住者や事業所）の力を結集して命や財産を守ることを目指す計画です。地域の特性をよく知っている自主防災組織、地域の団体などが中心となって皆さんで作成しましょう。

地域に水害・土砂災害など、どのような災害リスクがあるのかを、地域の中で共有し、家族や地域の人たちの命や財産をどのように守るのか、という対策をしっかりと考え、計画を作成します。また、計画を作成する過程で議論することが、いざという時に助け合う関係づくりの第一歩になり、地域コミュニティの維持・活性化にもつながります。具体的な作成方法については、市の出前講座を利用することもできます。

問 本庁防災推進課 ☎ 426・3131



突然襲ってくる地震に 今から備えましょう

大地震が発生すると、電気・水道・下水道（トイレ）・都市ガス・電話（スマホ）などのライフラインや住まいが、長期間にわたって使えなくなるなど日常生活への大きな影響が想定されます。今から地震に備えましょう。

●地震に対する備え(例)

- ▼住宅を耐震化する。費用などの都合で家全体を耐震化することができない場合は、寝室の対策を優先する
- ※木造住宅などの耐震診断・改修などの補助については13ページに掲載しています。
- ▼家具や電気器具を固定するなどして転倒を防止する
- ▼水・食料・常備薬など、最低3日分（できれば1週間分）の非常備蓄品をそろえる
- ▼スマホなどが使えなくなっても、集まることができる

問 本庁防災推進課 ☎ 426・3131

▼スマホなどが使えなくなっても、集まることができるよう、家族で避難場所を2・3カ所決めておく

問 本庁防災推進課 ☎ 426・3131



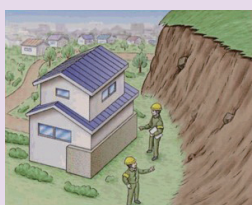
●「くらしきの防災」で防災の知識を身に付けましょう

市における地震や風水害・土砂災害の危険性や、災害時に取るべき行動、普段からの備えなど、防災の基本的な知識をまとめています。電子ブック版をスマホなどで読むことができます。製本版は、本庁防災推進課・各支所で配布



6月は土砂災害防止月間

6月1日～7日は「がけ崩れ防災週間」



土石流・地滑り・崖崩れなどの土砂災害は、人命や財産に甚大な被害を及ぼします。市では土砂災害が多発する梅雨・台風の時期を前に、危険箇所のパトロールなどを行っています。皆さんも危険箇所を調べておき、崖の様子が普段と違うときは、早めに安全な場所へ避難してください。

●日頃から注意しましょう

- ▶避難場所や避難の道順を決めておく
- ▶危険箇所を調べておく
- ▶雨に注意する
- ▶情報に気を配る
- ▶避難の準備をしておく

問 本庁土木課 ☎ 426-3521、児島 ☎ 473-1116・玉島 ☎ 522-8115・水島 ☎ 446-1612・船穂 ☎ 552-5111・真備 ☎ 698-8108の各支所建設課（係）、本庁防災推進課 ☎ 426-3131

仕事って何？知って・体験する

キャリア教育推進事業

市では、若者の職業観の育成や将来の地元就職の促進、地域の活性化を目的に、キャリア教育推進事業を行っています。

昨年4月に開催されたG7倉敷労働雇用大臣会合を受け、働くことの意義や価値について、子どもの頃から考えを深めていけるよう、学校教育・労働雇用の現場・地域が連携して事業を拡充しました。



今年度は、対象を高校生にも広げ、より多くの生徒が地元企業やさまざまな職業を知り、体験できる講座を実施していきます。

☎ 本庁労働雇用政策課 ☎ 426・3415

基礎講座

仕事について考える
マナーを学習する

がくしゃ 企業学び楽舎講座

地元企業を知る
さまざまな職業を知る



基礎講座

中学生・高校生が、仕事の専門家である社会保険労務士やキャリアコンサルタントから、仕事の選び方や労働者に関わる法律、労働者の権利、ビジネスマナーなど、働く上で必要な知識を学びます。



▲ キャリアコンサルタント実施講座



▶ 社会保険労務士実施講座

令和7年度以降の企業学び楽舎講座の協力企業を募集！

応募方法など詳しくは、問い合わせてください。

☎ 本庁労働雇用政策課 ☎ 426・3415

● 今年度は55社が講座を実施

▼ (二財) 倉敷成人病センター

▼ (医) 和香会倉敷スリートホスピタル

▼ 川崎医科大学付属病院

▼ (公財) 大原記念倉敷中央医療機構倉敷中央病院

▼ 倉敷医療生活協同組合コープリハビリテーション病院

▼ 倉敷医療生活協同組合総合病院水島協同病院

▼ (株) 創心會

▼ (社福) しおかぜ

▼ (社福) 郁青会サンバードデイサービス

▼ (社福) 温故知新会地域密着型特別養護老人ホームひかりの里

▼ (社福) 亀龍会特別養護老人ホームくらしき

▼ (社福) ますみ会特別養護老人ホームますみ荘

▼ (社福) クムレ

▼ (社福) くすの木福祉会中山保育園

▼ (社福) 倉敷福德会小谷かなりや認定こども園

▼ (社福) 松園福祉会八幡認定こども園

▼ (社福) 愛育福祉会幼保連携型認定こども園・めばえ保育園

▼ (株) ドルフィン・エイド

▼ (株) ふるいち

企業学び楽舎講座

中学生・高校生が、地元の企業で働く人から、仕事の内容ややりがいなどを聞く他、製品や道具に触れたり、もの作りを体験したりします。教室にいながら、通常の授業では経験できないことを体験でき、さまざまな職業についての理解を深め、働くことや将来の地元就職をイメージする貴重な機会となります。



▲金融業…ゲームでマネープラン体験



▲販売業…商品に触れてみる



▲建設業…測量体験

▼運輸業…フォークリフト乗車体験



▲医療…救命救急体験



受講した
生徒の感想



「あまり興味を持ったことがない職業だったけど、楽しく体験をさせてもらって、興味を持つことができた」
「自分が将来就きたい仕事を見つけるための第一歩になった」
「2つの会社の講座を受講でき、将来に対する視野が広がった。また実際に作業を体験できたことで、仕事の真実味を知ることができた」

- ▼玉島信用金庫
- ▼野村證券(株)倉敷支店
- ▼(株)ディー・エス笹沖(オートバックス)
- ▼(株)ダブルツリー(くるまのハヤシ)
- ▼中央建設(株)
- ▼目黒建設(株)
- ▼(株)カザケン
- ▼(株)ナイカイアーキット
- ▼エムイーシーテクノ(株)
- ▼(株)ヤマダ
- ▼(株)キックワ
- ▼(株)大同設備工業
- ▼(株)中央設備
- ▼(株)松永創作事務所
- ▼倉敷運輸(株)
- ▼センコー(株)岡山主管支店
- ▼(株)江口電機
- ▼日本非破壊検査(株)水島事業所
- ▼ピープルソフトウェア(株)
- ▼下津井電鉄(株)
- ▼中国電力(株)玉島発電所
- ▼中国電力(株)岡山事業所
- ▼三菱ケミカル(株)岡山事業所
- ▼倉敷化工(株)
- ▼(株)テオリ
- ▼水島鋼板工業(株)
- ▼萩原工業(株)
- ▼(株)西鉄
- ▼(株)新来島サノヤス造船
- ▼JFEスチール(株)西日本製鉄所
- ▼(株)シンニチロ
- ▼菅公学生服(株)
- ▼(株)ベティスミス
- ▼坂本織物(有)
- ▼松井織物(株)
- ▼(株)ENGI

※順不同

6月5日は環境の日 6月は環境月間です



6月は全国統一の環境月間です。国連では、1972年6月5日からスウェーデンのストックホルムで国連人間環境会議が開催されたことを記念して、6月5日を世界環境デーとしています。日本でも6月5日を環境の日、6月を環境月間としています。この機会に環境について考えてみませんか。

「くらいふ」「ますたろう」のLINEアニメーションスタンプ配信中!

市の環境キャラクター「くらいふ」、下水道キャラクター「ますたろう」のLINEアニメーションスタンプを配信中です。環境メッセージが表示される新しいタイプのスタンプです。売り上げは、環境保全事業などに活用します。料金など詳しくは、市ホームページで確認を。



問本庁環境政策課 ☎426-3391



●環境に関する情報満載のポータルサイト「くらエコ」



イベント情報をはじめ、環境に関する動画や、ごみの分別など、さまざまな情報を掲載しています。ぜひ利用してください。



問本庁環境政策課 ☎426-3391



●高梁川流域生き物調査

住民参加型の生き物調査。今年度は身近な鳥の情報を募集します。高梁川流域圏7市3町全域で見つけた鳥の種類を、市ホームページから報告してください。見分け方など詳しくは、市ホームページで確認を。



□調査期間…6月1日(土)～9月30日(月)

問本庁環境政策課 ☎426-3391

●児島湖流域水質浄化実践活動の助成

児島湖流域の水質浄化に取り組む団体に助成金を交付します。活動実施前に相談してください。

□対象となる活動…児島湖流域内の清掃活動・環境教育活動など □対象…児島湖流域内の協議会・子ども会など □申請方法…問い合わせ先にある申請書を提出

問本庁環境政策課 ☎426-3391

●緑のカーテンの苗をプレゼント

市民の皆さんが育てたゴーヤ(ツルレイシ)の苗を配布します。先着100人(1世帯3株)で、なくなり次第終了

□日時…6月5日(水)10時半～11時半

□場所…環境学習センター正面玄関付近

問環境学習センター ☎440-5607



●瀬戸内海国立公園指定90周年記念「リフレッシュ瀬戸内」の参加者募集

「受け継ごう きれいで豊かな瀬戸の海」を合言葉に、海開きの前に沙美海岸水浴場で清掃活動を行います。申し込み不要。現地集合・解散。軍手・ごみ袋は主催者が準備

□日時…6月23日(日)8時～9時(少雨決行) □場所…沙美海岸西浜

問本庁企画経営室 ☎426-3055

●沙美海岸西浜駐車場・東浜出入口の夜間閉め切り

沙美海岸西浜駐車場は通年、22時～翌朝7時の夜間使用を禁止しています。西浜駐車場・東浜出入口は下記の閉め切り期間中は車止めが設置され、車両の進入ができません。

□閉め切り期間…6月7日(金)～9月6日(金)の22時～翌朝7時 □場所…沙美海岸西浜駐車場＝西側出入口2カ所・中央障がい者駐車場1カ所・東側出入口2カ所 ▶沙美海岸東浜＝西側出入口1カ所・東側出入口1カ所



問沙美海岸西浜駐車場の夜間締切＝玉島支所建設課 ☎522-8115、沙美海岸東浜出入口の夜間締切＝玉島支所産業課 ☎522-8114

●公共の場での夜間花火禁止

条例により、公園・学校・海岸など市内全ての公共の場所での夜間(22時～日の出)の花火は禁止されています。また、市内には夜間花火禁止区域があり、違反者には10万円以下の罰金が科せられる場合があります。近隣住民の迷惑にならないよう、ルールとマナーを守って花火を楽しみましょう。

□禁止区域…酒津公園、沙美海岸西浜・東浜

問本庁環境政策課 ☎426-3391



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。



支え手・受け手の区別なく、共に生きる社会を目指して。
地域共生ガイドブック「きょうから明日へ」

地域の支え合い活動の充実に向けて、地域共生ガイドブック「きょうから明日へ」を作成しました。

年齢を重ねても、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるよう、地域で役割や生きがいをもって活躍する個人や団体の取り組みを紹介しています。社会参加のきっかけづくりや地域活動を活性化するためのヒントもたくさん掲載しているので、ぜひ見てください。

□配布場所：本庁地域包括ケア推進室、市社会福祉協議会各事務所、市ホームページ



問 本庁地域包括ケア推進室 ☎ 426・3417、市社会福祉協議会 ☎ 434・3301



**マイナンバーカードが
郵便局で申請できます！**

6月3日(月)から、一部の郵便局の窓口で、郵便局職員が申請書の記入方法の説明や、申請に必要な顔写真の撮影をサポートします。またマイナンバーカードの申請をしていない人や、カード更新のための有効期限通知書が届いた人は利用してください。カード更新の場合は、現在のマイナンバーカードと「マイナンバーカード・電子証明書有効期限通知書」を持参してください。

カードの受け取りは、本庁・各支所のマイナンバーカードの窓口となります。

問 本庁市民課 ☎ 426・3265

●実施郵便局

- ▶ 倉敷酒津郵便局
- ▶ 児島田の口郵便局
- ▶ 児島塩生郵便局
- ▶ 玉島天満郵便局
- ▶ 玉島富田郵便局
- ▶ 沙美郵便局
- ▶ 穂井田郵便局
- ▶ 倉敷北畝郵便局
- ▶ 倉敷鶴の浦郵便局





自衛官・警察官・消防官による 採用試験合同説明会

自衛官・警察官・消防官の仕事の魅力を、現役職員が分かりやすく伝える採用試験合同説明会を行います。申し込み不要。詳しくは、問い合わせを。

□日時…7月7日(日)13時～16時半
□場所…本庁10階大会議室 □内容…職場紹介、若手職員とのフリートーク、採用案内、個別質問など

☎本庁危機管理課 ☎426-3645



3月に策定した水島地区公共施設再編整備基本構想に基づき、水島公民館・水島児童館・水島図書館を複合化した施設を整備する予定です。整備に当たっての市の考え方を聞いた後、グループに分かれて参加者同士で意見交換などをするワークショップを行います。

□日時…7月6日(土)・21日(日)13時～16時 □場所…ライフパーク倉敷 □対象…市内に住民票があり、両日参加できる人 □定員…30人 □申込方法…6月28日(金)までに下記2次元コードから電子申請か電話(市コ



☎本庁公共施設再編整備支援室 ☎426-3134



ルセンター ☎426-3030)で。多数の場合は抽選
●複合化を検討する施設



次はあなたの自転車が 狙われるかもしれません！

昨年中、県内では自転車を盗まれる被害が2,608件もありました。そのうち、7割以上に鍵が掛けられていませんでした。

●被害に遭わないためのポイント

- ▶いつでも、どこでも、短時間でも、必ず鍵をかけましょう
- ▶ワイヤー錠などで複数の鍵をかけましょう
- ▶できるだけ、管理人が常駐している、または防犯カメラが設置されている駐輪場を利用しましょう

☎倉敷警察署 ☎426-0110、本庁生活安全課 ☎426-3111



「3ベジメニュー」で抽選券をゲット！ 3ベジ推進店キャンペーン

野菜を食べる3つの習慣「3ベジ」を推進する3ベジ推進店で3ベジメニューを注文すると、すてきな賞品が当たる抽選券がもらえます。詳しくは、市食育ポータルで。

□期間…7月1日(月)～8月23日(金) □抽選日・会場…8月24日(土)・25日(日)、アリオ倉敷

☎市保健所健康づくり課食育推進係 ☎434-9868



3ベジを身に付けて生活習慣病を予防！

野菜を食べよう！
3ベジ推進店

1ベジわん
一番最初に野菜を食べる

2ベジもぐ
野菜をよくかんでゆっくり食べる

3ベジもり
野菜を1日350g程度食べる



住民基本台帳の一部の 写しの閲覧制度と閲覧状 況の公表

住民基本台帳閲覧制度により、住民基本台帳から①氏名（通称が住民票に記載されている外国人住民は、氏名と通称）②生年月日③性別④住所の4つの情報を抜粋した住民一覧表の閲覧が、国や地方公共団体の他、報道や学術調査など公共性が高い場合に限り、認められています。令和5年度に住民一覧表を閲覧した人の氏名・閲覧目的などは、6月1日(土)から市ホームページで公表します。

問 本庁市民課 ☎426-3265



地域福祉を推進するためには、ボランティア活動やNPO法人の活動への参加や、保健福祉に関わる委員の活動への理解・協力が重要となります。市地域福祉計画に記載さ



●地域福祉を推進するための身近な取り組み

「地域福祉」とは、住み慣れた家庭や地域で安心・安全に暮らせるよう、住民や地域団体、福祉事業関係者、民間企業、行政機関などが連携・協働しながら、地域全体で生活課題を解決し、一人一人が自立した生活を送ることができる地域社会を実現する取り組みです。市では、令和3年度～7年度の5カ年計画として「市地域福祉計画」を策定し、地域福祉を総合的・計画的に推進しています。



地域福祉を推進しよう！

れている身近な取り組みを紹介しますので、参考にしてください。

●ボランティア活動の活発化

□市民一人一人の取り組み…ボランティア活動やNPO法人の活動に積極的に参加します。自分の能力を地域で生かします。 □地域・団体の取り組み…ボランティア団体による活動内容の情報を発信します。ボランティア団体同士による交流を行います。

●ボランティア人材の養成

□市民一人一人の取り組み…ボランティアに必要な知識を身に付けるため、研修などに参加します。運転ボランティアなど、空き時間を活用したボランティアに取り組みます。 □地域・団体の取り組み…ボランティア団体やサービス事業所などはボランティア活動希望者を積極的に受け入れます。ボランティア講座やリーダー養成研修などへの参加を呼び掛けます。

●保健福祉に関わる委員の活動支援

□市民一人一人の取り組み…民生委員・児童委員・愛育委員・栄養委員などの役割について理解し、積極的に協力します。

□地域・団体の取り組み…地域内の関係団体との連携・協力関係を深めます。地域の情報紙などで保健福祉に関わる委員などの活動を紹介しします。

問 本庁保健福祉推進課 ☎426-3303



国保人間ドックは35歳から受けられます！ 人間ドックの費用を助成

詳しくは、市ホームページや、国民健康保険料の納付書に同封のチラシで確認を。

□実施期間…7月1日(月)～令和7年3月31日(月)
□対象…市の国民健康保険に加入している人で、6年間に35歳～60歳または65歳(昭和39年～平成元年または昭和34年生まれ)になる被保険者。入院中の人・妊娠している人、保険料未納世帯を除く □定員…1,300人 □自己負担額…8,720円 □申込方法…電子申請＝6月1日(土)～下記2次元コードから。定員に達するまで。 ▶窓口申請＝6月3日(月)～8月30日(金)に、①保険証②けんしん(国保特定健診)受診券③窓口に来る人の本人確認書類を、本庁国民健康保険課、児島・玉島・水島の各保健福祉センター国保介護課、船穂支所市民税務係、真備保健福祉課へ持参で。

問 本庁国民健康保険課 ☎426-3281



放課後児童クラブ(学童)で 働いてみませんか？

市ホームページに、アルバイトなどを募集している放課後児童クラブの一覧を掲載しています。放課後児童クラブの仕事に関心がある人は、各クラブへ問い合わせを。 ※市の直接雇用ではありません。面接・採用は、各事業者が行います。



□必要な資格…放課後児童支援員として勤務するには、保育士や教員の資格や、高校卒業後2年以上児童クラブで働いた経験が必要です。補助員としての勤務には、特別な資格は必要ありません。

●放課後児童クラブとは…地域の代表者・保護者などで組織される運営委員会や、社会福祉法人・NPO法人などにより運営されています。保護者が仕事などで昼間家庭にいない小学生を、放課後や夏休みに小学校敷地内の施設などで預かり、生活や遊びの場を与えることで、育児と仕事の両立を支援しています。

問 各放課後児童クラブ、本庁子育て支援課 ☎426-3314



友好都市鎮江市との高校生 オンライン交流参加者募集

中国・鎮江市の学生と、日本語でオンライン交流をします。無料

□日時…8月25日(日)14時～16時 □場所…市立美術館 □対象・定員…市内在住・通学の高校生、6人 □事前研修…7月28日(日)13時半～、市立美術館で。 □申込方法…6月19日(水)17時までに、必要書類を問い合わせ先へ提出。多数の場合は抽選

☎市国際交流協会事務局(本庁国際課内)

☎426-3015



民間保育園・認定こども園 ガイダンスの参加者募集

市内に認可保育園・認定こども園などを設置する社会福祉法人などが合同で、就職説明会を開催します。無料。申し込み不要

□日時…6月29日(土)13時半～15時半 □場所…環境交流スクエア(水島愛あいサロン) □対象…保育士資格があり、保育士登録済みの人(取得見込み可)。保育園・認定こども園への就職を希望する人・学生・既卒者・家族も参加可

☎倉敷市民間保育所協議会事務局(市社会福祉協議会内)☎434-3381、本庁保育・幼稚園課☎426-3367



私立幼稚園・認定こども園 の就職説明会の参加者募集

市内の私立幼稚園・認定こども園を設置する学校法人が集まり、就職説明会を開催。無料。申し込み不要

□日時…6月22日(土)10時～12時 □場所…岡山コンベンションセンター(岡山市北区駅元町14-1) □対象…幼稚園教諭普通免許がある人(取得見込み可)。家族も参加可

☎倉敷市私立幼稚園協会事務局(慈愛幼稚園内)☎444-9236、本庁保育・幼稚園課☎426-3367



8月からは新しい限度額適用認定証を 使ってください

現在交付されている限度額適用認定証などの有効期限は7月31日です。8月以降も必要なのは、国民健康保険担当窓口で申請してください。現在認定証を持っている人に、6月上旬に更新のための申請書を送付します(保険料の滞納がある人を除く)。

●オンライン資格確認が導入されている医療機関などを受診する場合

オンライン資格確認が導入されている医療機関などでは、保険証または保険証利用登録

済みのマイナンバーカードを提示することで、限度額適用認定証の交付を受けていなくても、高額療養費の自己負担限度額を超える支払いを抑えることができます。ただし、保険料の滞納があるなど、限度額適用認定証の交付を受けられない場合は、オンライン資格確認でも自己負担限度額を確認することはできません。詳しくは、厚生労働省ホームページで。

☎本庁国民健康保険課☎426-3282



◀「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」について



◀各区分の自己負担限度額について



ふるさと納税協賛事業者 募集説明会の参加者募集

倉敷市へのふるさと納税推進と観光都市としての全国への魅力発信、地元特産品のPR・販売促進などの相乗効果を図るため、倉敷市にふるさと納税をした市外の人へ進呈する、地元特産品やサービス提供に協力してもらえ事業者を募集しています。

□日時…7月1日(月)15時半 □場所…本庁10階大会議室 □申込方法…6月27日(木)(必着)までに本庁税制課、児島・玉島・水島の各税務事務所にある申込書を持参か郵送、FAX、Eメールで。申込書は市ホームページからも入手可

☎本庁税制課(〒710-8565 西中新田640)☎426-3175、FAX 427-5160、Eメール taxpol-f@city.kurashiki.okayama.jp



▶ふるさと納税
公式ホームページ
「倉敷ふるさと応援基金」





飼い犬などのペットのふんは 飼い主が持ち帰りましょう

犬などのふんを放置されて迷惑している人がいます。また、きちんと持ち帰っているのに疑われ、つらい思いをしている飼い主もいます。飼い犬などのふんは飼い主が持ち帰りましょう!ふんは小袋に入れ、ごみ袋の中ほどに入れて、燃やせるごみとして処理してください。また、排せつを家で済ませてから、散歩に出かけるようにしましょう。

☎本庁環境衛生課☎426-3361、児島支所市民課環境衛生係☎473-4546、玉島支所市民課環境衛生係☎522-8120、水島支所市民課環境衛生係☎446-1915、船穂支所市民税務係☎552-5100、真備支所市民課環境係☎698-1114、市保健所生活衛生課動物管理係☎434-9829



補助制度を活用して 地震に備えましょう

対象・要件など詳しくは、市ホームページで。予算に限りがあります。

●木造住宅の耐震診断・改修等補助制度

昭和56年5月31日以前に着工した木造住宅などの、耐震診断・改修などを行う場合に補助します。

●危険なブロック塀などの撤去補助制度

地震発生時に、ブロック塀などが倒壊し通行人に被害が及ぶのを未然に防止するため、通学路や避難所などへの経路に面するブロック塀などを撤去する場合に、一定の範囲で補助金を交付しています。



☎本庁建築指導課☎426-3501



女性起業家セミナー&交流会 「体験談から学ぶ起業への一歩 ～創業前・初級編」の受講者募集

女性起業家による体験談を聞くことができるセミナーと交流会を開催します。

☐日時…6月7日(金)14時半～16時半 ☐場所…市民会館 ☐対象…創業に関心のある女性、創業後5年以内の女性起業家 ☐定員…先着20人 ☐受講料…無料 ☐申込方法…右記2次元コードから電子申請で。

☎本庁商工課☎426-3405



市県民税・森林環境税納税通知書 を送付します

令和6年1月1日に市内に住所があり、市県民税・森林環境税が課税される人に、市県民税・森林環境税納税通知書を送付します。税額は5年1月～12月の所得などに基づいて計算されます。そのため、現在収入がなくても課税されることがあります。なお、3月16日以降に申告書を提出した人は、納税通知書に申告内容が反映されていない場合があります(後日変更通知書を送付)。納付方法は、口座振替やスマートフォン決済アプリ・金融機関・コンビニエンスストアなどで自分で納める普通徴収と、給与や公的年金から天引きされる特別徴収があります。

普通徴収の人と公的年金から特別徴収される人には、6月中旬に発送予定です。また、給与から特別徴収される人には、5月下旬に特別徴収税額の決定通知書を勤務先へ送付しています。

☎本庁市民税課☎426-3181



登録統計調査員を募集

国や県が実施するさまざまな統計調査に従事する登録統計調査員を募集します。職務内容は、説明会出席、調査票の配布・記入方法説明・回収・検査

☐応募資格…責任を持って調査事務や書類管理ができ、秘密を保持できる20歳以上の人 ☐報酬…担当件数などにより算定 ☐調査地域…市内全域 ☐申込方法…右記2次元コードから電子申請か、本庁総務課、市ホームページにある申込書で。随時受け付け



☎本庁総務課統計係☎426-3065



パート限定 女性のためのおしごと 応援フェアの参加者募集

パートタイムで働きたい女性を対象とした会社説明会です。16社が参加。当日参加も可

☐日時…6月21日(金)14時～16時 ☐場所…本庁207会議室 ☐対象…パートタイムでの就職を希望する女性 ☐申込方法…右記2次元コードから電子申請で。 ☐託児…6月12日(水)までに申し込み



☎本庁労働雇用政策課☎426-3415



フレイルを予防しよう！

「フレイル」とは、加齢とともに運動・認知機能が低下し、心身がストレスに弱くなっている状態のことです。

●社会参加も効果的



心と体の健康を保つためには、外出したり人と交流したりして、社会とつながることが大切です。買い物、散歩、友人と会う、趣味活動などの他、地域でボランティア活動に参加することも、社会参加の一つです。自分に合った社会参加の方法を見つけて、フレイルを予防しましょう。

問 くらしき健康福祉プラザ介護予防事業
434・9861

介護予防事業の教室受講者募集

詳しくは、問い合わせを。

□場所…くらしき健康福祉プラザ □対象…市内在住の65歳以上で、7月時点で介護予防事業教室の受講予定がない人 □受講料…無料 □申込方法…6月8日(土)までに本人または同居家族が、電話か窓口で。1人1教室。多数の場合は抽選

●転倒予防教室

はつらつコース

□日時…7月～9月の毎週(火)14時～、毎週(水)14時～、毎週(木)10時～・14時～、毎週(土)14時～ □内容…自宅でも続けられる運動、健康講話など。(火)は椅子を使った運動 □定員…各25人。(火)は15人

男のはつらつコース

□日時…7月～9月の毎週(火)14時～ □内容…自宅でも続けられる運動、健康講話など □定員…25人

ステップコース

□日時…7月～9月の毎週(土)10時～ □内容…マットの上を決められたステップで歩くスクエアステップなど □定員…24人

●食とお口の嚥(えん) むすび教室

□日時…7月～9月の毎週(水)14時～ □内容…講話、調理実習、そしゃく力の確認、健口体操など □定員…12人

問 くらしき健康福祉プラザ介護予防事業 (笹沖180) ☎434・9861

出前転倒予防教室の受講団体募集

地域で運動グループを作り、みんなで集まって続けられる運動や、家でもできる簡単な運動、健康講話(高血圧・口腔・栄養・認知症予防など)の出前講座を受講しませんか。無料

□期間…①10月～12月②1月～3月 □曜日・時間…毎週(火)～(土)の同曜日9時45分～または13時45分～ □場所…地域の公民館や公会堂(受講団体が準備) □対象…市内在住の65歳以上で、おおむね5人以上の団体 □申込方法…7月31日(水)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

問 くらしき健康福祉プラザ介護予防事業 (笹沖180) ☎434・9861



農業用水の安定供給のために 農業用水の水瓶 小阪部川ダム



●小阪部川ダムの受益地で耕作している人は、高梁川用土地改良区の組合員となります

受益地図など詳しくは、高梁川用土地改良区ホームページで確認を。



6月になると田植えが始まり、市内の田んぼは満々と水をたたえます。市内大半の田んぼの水は高梁川を水源としており、高梁川合同堰・笠井堰・潮止堰の3カ所から取水された後、各用水路によって各地区に配水されています。高梁川はいつも豊富な水が流れているように感じますが、干ばつで農業用水の確保に苦労し続けてきた歴史があります。このため、昭和30年に新見市内に貯水量約千500万立方メートルの「小阪部川ダム」が設置され、このダムを管理する高梁川用土地改良区がダムからの放流を調整することで、農業用水を安定的に利用できるようになりました。

またダムでは、近年の突発的な集中豪雨などによる水害を防止するため、一定期間貯水位を低下させる運用や、大きな洪水が予測される際、事前放流により、一時的に洪水調整をするための容量を増やす運用も行っています。しかし、この小阪部川ダムも完成から60年以上が経過し老朽化しており、改修工事を行って施設の長寿命化を図っています。

私たちが何気なく目にする田んぼや用水路の水は、ダムの恩恵により安定供給されています。ダムや用水路などの農業施設や、そこに流れる水の大切さを改めて考えてみましょう。

問 本庁耕地水路課 ☎426・3441

■児童手当現況届の提出

現況届は、児童手当・特例給付を引き続き受けることができるかどうかを確認するためのものです。市では受給者の現況を公簿などで確認するため、現況届の提出は原則不要です。ただし、児童と別居している人など、引き続き現況届の提出が必要な人には6月初旬に書類を送付するので、6月28日(金)までに提出してください。提出がない場合は、6月分以降の手当が受けられなくなるので注意してください。詳しくは、現況届に同封の案内文または市ホームページで確認を。

※児童を養育している人の所得が上限限度額以上の場合、児童手当・特例給付は支給されません。その後、所得が所得上限限度額を下回った場合は、改めて認定請求書などの提出が必要です。提出が遅れると、遅れた月分の手当が受けられなくなる場合があるので、注意してください。

※今年10月に予定されている児童手当の制度改正については、詳細が決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。

■市庁子育て支援課 ☎426-3314、児島 ☎473-1119・玉島 ☎522-8118・水島 ☎446-1114の各保健福祉センター福祉課、真備保健福祉課 ☎698-5113

■倉敷市役所本庁 〒710-8565 西中新田 640

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

■市コールセンター ☎426-3030



子育て

■子育て安心シリーズ講座の受講者募集

子どもを感情的に叱ってしまう子育て期の、心の整え方を学びます。詳しくは、市ホームページで確認を。

■日時：7月6日(土)9時

■場所：市総合療育相談センター「ゆめばる」 ☎434-98

45分～12時15分 □場所：くらしき健康福祉プラザ
□対象・定員：18歳未満の子どもの保護者・30人 □申込み方法：①氏名②連絡先③子どもの年齢を電話かEメールで。
■市総合療育相談センター「ゆめばる」 ☎434-98

くらしの情報

- 子育て、保健・福祉…P15
- 教育、国際理解、産業・観光…P17
- 平和・人権…P18
- 環境・リサイクル…P19
- スポーツ…P20
- 市政…P21
- 安全・安心…P22

■倉敷市の人口と世帯

(令和6年4月30日現在)

人口	474,435	[+ 105]
男	231,243	[+ 95]
女	243,192	[+ 10]
世帯数	220,607	[+ 537]
面積	356.07	平方 ^{キロメートル}

■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

6月の納期限 7/1(月)

- 市県民税・森林環境税
(普通徴収全期・第1期分)
- 国民健康保険料
(普通徴収全期・第1期分)
- 介護保険料
(普通徴収6月分)

■まびいきいきプラザの教室受講者募集

持参品など詳しくは、ホームページで確認するか問い合わせを。



■親子で楽しくいきいきキッズ体操

■日時：①6月5日(水)13時半～14時15分②7月3日(水)13時半～14時15分 □対象：3歳～5歳の子どもの保護者・先着10組 □受講料：無料 □申込み方法：①電話か窓口で。②6月10日(月)12時15分～、電話か窓口で。

■にこにこヨガ0歳クラス
■日時：6月13日(木)10時

保健・福祉

■認知症本人ミーティングの参加者募集

認知症の診断を受けた人が語り合う場。家族同士の

●就学前親子で水慣れ

■日時：7月13日(土)11時半～12時15分 □対象：おむつが完全に取れている就学前の子どもの保護者・先着7組 □受講料：500円 □申込み方法：6月10日(月)12時15分～、電話か窓口で。

■まびいきいきプラザ(真備町川辺2271) ☎698-1555

■福祉用具「夏の特設コーナー」

「自分に合う新しい福祉用具を探してみよう」をテーマに展示。入場無料
■日時：6月～8月(月祝(休)除く)9時～17時 □場所：くらしき健康福祉プラザ

■くらしき健康福祉プラザ保健福祉相談室 ☎434-9849

■国民健康保険料の納付書を送付

令和6年度の納付書（決定通知書）を6月中旬に送付します。保険料率は5年度と同じですが、後期高齢者支援金分の賦課限度額の上限に変更があります。

●6年度の国民健康保険料

□保険料の計算方法…①+②+③=6年度保険料（賦課限度額を超える場合は賦課限度額）

	医療保険分	後期高齢者 支援金分	介護2号保険分 (40歳以上65歳未満)
①所得割額	賦課標準額×7.2%	賦課標準額×2.6%	介護2号該当者の賦課標準額×2.2%
②均等割額 (1人当たり)	26,040円×被保険者数	9,240円×被保険者数	9,240円×介護2号該当者の被保険者数
③平等割額 (1世帯当たり)	21,240円	6,720円	5,280円
賦課限度額 ()は5年度	65万円 (65万円)	24万円 (22万円)	17万円 (17万円)

※賦課標準額…国民健康保険の加入者の5年中（1月～12月）の総所得などから基礎控除（43万円）を引いた額。ただし、合計所得が2,400万円を超えると基礎控除額が減少します。

●低所得世帯の保険料軽減制度

前年中の世帯の所得が軽減基準以下の場合に、均等割額と平等割額の一部を減額します。

●子どもに係る均等割額の減額措置

全世帯の未就学児（6歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある被保険者）について、均等割保険料の5割を減額します。届け出不要

●産前産後期間の保険料減額措置

出産した（予定を含む）国保被保険者について、届け出により所得割額と均等割額を減額します。

□対象…5年11月1日以降に出産した（予定を含む）国保被保険者 □減額される保険料…
出産予定月（または出産月）の前月から出産予定月の翌々月までの最大4カ月相当分（多胎妊娠の場合は出産予定月の3カ月前からの最大6カ月相当分） □届出方法…おやこ健康手帳（母子健康手帳）、世帯主・出産被保険者のマイナンバーが分かるもの、届け出人の身分証明書を持参して窓口で。

●非自発的離職者の保険料軽減制度

解雇や倒産など会社都合の理由で離職した雇用保険の加入者は、届け出により離職した人の保険料負担が軽くなる場合があります。

□対象…離職時点の年齢が65歳未満で、ハローワークで交付される「雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知」の離職理由欄のコードが、11・12・21・22・23・31・32・33・34のいずれかの人 □軽減される保険料…離職日が5年3月31日～6年3月30日の人=5・6年度分 ▶離職日が6年3月31日～7年3月30日の人=6・7年度分 □届出方法…雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知を持参して窓口で。

●保険料の減免

災害に遭ったときや、廃業で収入が著しく減少したときなど、特別な事情がある場合は、保険料の減免制度があります。

●保険料の納付は便利な口座振替で

インターネットから申し込みができます。詳しくは、市ホームページで確認を。

●保険料の納付相談

保険料の納付が困難な人は早めに相談してください。分割納付などで計画的に納めましょう。

問本庁国民健康保険課 ☎426 - 3282（納付相談は ☎426 - 3281）

■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

いくら収入を得たい、生
きがいを見つけたいなど、働
く意欲がある60歳以上の人、
会員になりませんか。オン

ラインでの入会説
明会参加も可
明会参加も可
□日時・場所：
6月4日(火)10時～11時
倉敷市



シルバー人材センター船穂
連絡所 ▼6月5日・7月
10日・8月7日(水)14時～1
同センター本部・同センター

●仕事募集

家事・援助サービス、屋

内外の清掃、水やり、施設
管理など、さまざまな仕事
の注文を随時受け付け

問倉敷市シルバー人材セン
ター本部 ☎426・331
8、本庁健康長寿課 ☎42
6・3315

■医療費の受給資格の更新

●ひとり親家庭等医療費

①更新申請書（申請が必
要な人に6月上旬送付）②
健康保険証の写し③学生で
今年度中に18歳になる人は、
在学証明書④令和6年1月
2日以降に転入した人は、前
住所の6年度所得課税証明
書などを郵送し、手続きを。
●重度心身障がい者医療費

既受給者で該当者には、
6月下旬に新しい証を送付。
既受給者で手続きが必要
人には、随時書類を送付。
新規該当者は申請を。

問本庁医療給付課 ☎426
・3395



教育

■教科書法定展示会

令和7年度から使用する中学校用教科書、現在使用中の教科書（小学校・中学校・高校・特別支援学校用一般図書）、拡大教科書を展示

□日時…6月14日(金)～7月3日(水)9時～17時（日(月)除く） □

場所…倉敷教育センター（ライフパーク倉敷）

☎教育委員会指導課☎426-3831

■初級パソコンCAD市民公開講座の受講者募集

Jw_cadの基本操作から図面の作成まで。

□日時…7月17日(水)・18日(木)18時～20時 □場所…市立

工業高校 □対象…市内在住・通勤のCAD未経験者で、パ

ソコンの操作ができる人 □定員…先着20人 □受講料…

3,000円（教材費） □申込方法…6月30日(日)（必着）までに①

住所②氏名③電話番号④職業（小学生・中学生・高校生・一般）

をFAXかEメールで。

☎市立工業高校☎422-4100、FAX422-4106、Eメール

TS1M74@kurashiki-oky.ed.jp

■失語症者向け意思疎通支援者養成研修講座の受講者募集

失語症者の日常生活での意思疎通を支援し、社会参加を促進する支援者を養成。修了者は、県の失語症者向け意思疎通支援者登録名簿に記載され、失語症者からの要請に応じて活動します。申込方法など詳しくは、ホームページで確認



□初回開催日…7月7日（日）。全9回 □場所…岡山

リハビリテーション病院

□対象…次の全てを満たす

人。①県内在住で失語症者

支援の活動ができる18歳以

上②全日程受講できる③

ウェブ会議サービスZoom

（ズーム）が利用できる

□申込締切…6月14日(金)

☎岡山県言語聴覚士会（倉

敷平成病院内）☎427-1

111、本庁障がい福祉課☎

426-3305

■ぜん息児のための水泳教室の受講者募集

□日時…7月24日(水)・31

日(水)・8月1日(木)・7日(水)・

8日(木)・9日(金)・14日(水)・

15日(木)・21日(水)・22日(木)9

時半～11時半（7月24日は

12時50分まで。学習会あり）。

全10回 □場所…くらしき

健康福祉プラザ □対象…

小・中学生のぜん息児 □

定員…30人 □受講料…無

料 □申込方法…6月10日

（月）（必着）までに①教室名

②氏名（受講者・保護者）

③住所④電話番号⑤生年月

日をはがきで。多数の場合

は抽選

☎本庁医療給付課☎426

・3308

■倉敷北高齢者福祉センターの講座受講者募集

持参品など詳しくは、問

い合わせを。

□場所…倉敷北高齢者福

祉センター □対象…市内

在住の60歳以上 □定員…

各20人 □受講料…無料（教

材費など実費） □申込方法

…6月10日(月)9時～9時半

に、本人が窓口で。電話不可。

多数の場合は抽選

国際理解

■グローバル・コミュニティ・イン・イングリッシュの受講者募集

詳しくは、市ホームページで確認を。

□日時…6月27日(木)18時半～

20時 □場所…倉敷公民館 □

内容…英語によるディスカッション

を通じて英語力を高め、国際理解

を推進 □定員…25人 □受講

料…500円（会員は無料） □申

込方法…6月10日(月)～、電話かE

メールで。

☎市国際交流協会事務局（本庁国

際課内）☎426-3015、Eメール

intntnl@city.kurashiki.okayama.jp

●ゆるらくエクササイズ

□日時…7月4日～の毎

月第1(木)13時～14時。全9

回

●心を伝える絵手紙

□日時…7月9日～の毎

月第2(火)9時半～11時。全

9回

☎倉敷北高齢者福祉セン

ター（宮前92-1）☎423

・2265

産業・観光

■土・日曜講座の受講者募集

□日時…7月6日～9月

28日（8月10日・11日除く）

の毎週(土)13時～16時。受

講は1カ月2回まで。 □

場所…児島産業振興セン

ター □内容…工業用ミシ

■クラフト教室の受講者募集

鷺羽山で採れたドングリ

を使って、キャラクターの

置物を作ります。無料

□日時…6月23日(日)10時

～11時半 □場所…鷺羽山

ビクターセンター □定員

…15人 □申込方法…電話

で。

☎鷺羽山ビクターセンター

☎479-8660



平和・人権

■平和について考えてみませんか

昭和20年6月22日、水島に大空襲があったのを知っていますか。戦争の記憶を風化させないこと、平和の尊さを次の世代に語り継いでいくことが大切です。

●平和の鐘を鳴らします

□日時：6月22日(土)8時36分(水島空襲の日) □場所：水島緑地福田公園平和の鐘前

●戦災のきろく展

□期間・場所：6月20日(木)～26日(水)、水島図書館
▼7月29日(月)～8月2日(金)、本庁1階展示ホール

※開催場所は変更になる場合があるので、事前に確認を。

□内容：水島空襲や広島・長崎の原爆の写真パネルなど、戦争に関連した資料を展示 □被爆者の各種相談：期間中、倉敷被爆者会が受け付けます。詳しくは、同会世羅氏 ☎ 421・7855へ。

■本庁総務課 ☎ 426・3121

■6月23日～29日は男女共同参画週間

性別にかかわらず、職場・学校・地域・家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる男女共同参画社会の実現を、この機会に考えてみましょう。

●男女共同参画週間パネル展

□期間：6月21日(金)～28日(金)の開庁時間。21日は13時～、28日は13時まで。 □場所：本庁展示ホール
■本庁男女共同参画課 ☎ 426・3105

■ハートフルメッセージ・ハートフル絵手紙を募集

「ひとりじゃないよ」をテーマにした、人権に関する作品を募集。各1人1点まで。最優秀賞各1人(副賞は賞金)、優秀賞若干名(副賞は図書カード)。作品は返却しません。詳しくは、市ホームページで確認するか問い合わせて。

□対象：市内在住・通勤・通学の人 □応募締切：7月31日(水)必着

■ハートフルメッセージ □応募方法：①作品の題

名②100字程度のメッセージ
③氏名(ふりがな) ④住所
⑤電話番号⑥年齢⑦市外在住の人は勤務先か学校名を、郵送かFAX、Eメール、持参で。

●ハートフル絵手紙

□応募方法：作品と①作品の題名②50字程度のコメント③作成年月④氏名(ふりがな) ⑤住所⑥電話番号⑦年齢⑧市外在住の人は勤務先か学校名を、郵送か持参で。

■本庁人権推進室 ☎ 426・3255、FAX 426・0990、Eメール adcrm@city.kurashiki.okayama.jp

■男女共同参画マンガ展の作品募集

男女共同参画をテーマにした4コマ漫画を募集。入賞作品を7点選考し、賞状と図書カードを贈呈

□作品：A4

1	2
3	4

判で平面に限る。下図の順番に配置。カラー作品歓迎。消せるボールペンは使用不可。自作で未発表のものを1人1点まで。フリー素材を含む他

周りが気になるけれど



ほのぼの家族
No. 314

真理 私のクラスで、あるグループの人たちが、係の仕事をしなかった一人の子を強く責めたんだ。

祖母 それからどうなったの。

真理 「それはいじめだよ」と注意した子がいたんだけど、今度は注意した子が、そのグループからいじめられるようになったんだ。

母 そうしたら、クラスの他の子もそのグループの標的になるのを恐れたから、その子は誰からも話しかけられなくなって、孤立したんだってね。

祖父 悪いと思っただけで、周りの動きを見てから、自分の行動を決めようとするんじゃのお。わしらは、どうしても周りを意識するからのお。

父 「同調圧力」というものが生まれるんだな。

祖父 コロナ禍では、その同調圧力が強まって「自粛警察」という現象も起きたからのお。

父 例えば、店舗に自粛を求めた人は「営業を続けるとみんなに迷惑をかける」というのが「世間の空気だ」と思い込んで行動していたんだろうな。

母 今回のいじめも同じで、知らず知らずのうちに、誰かを攻撃したり排除したりしているのね。

真理 その後、クラスで話し合いをして「周りが気になるけれど、勇気を出してお互いがよく理解者となって行動しよう」という意見になったんだ。

母 よい意見になったわね。同調圧力が正しい方向に働くと、いじめを防止することができそうね。

父 逆に、同調圧力が誰かを傷つける時のしくみや問題点をお互いに理解しておかないとな。

※ご感想などは、本庁人権推進室 ☎ 426・3255へ。

者の著作物は使用不可。入賞作品の著作権は市に帰属

□応募方法…9月6日(金)(消印有効)までに、作品と、市ホームページなどにある応募用紙に必要事項を記入し、郵送か持参で。作品は返却しません。

■本庁男女共同参画課 ☎ 426・3105

環境・リサイクル

■浄化槽設置補助制度を利用してください

身近な水路や河川などが生活排水で汚れるのを防ぐため、浄化槽を設置する場合に補助金を交付します。

補助対象区域など詳しくは、問い合わせを。

□対象…市税の滞納がなく、下水道事業計画の区域外、または同計画の区域内であっても下水道整備が当分の間(7年以上)見込まれない区域で、専用住宅(主に居住を目的とする建物または延べ床面積の半分以上を住宅として使用する建物)に浄化槽を設置する人

※次のいずれかに該当する場合は対象外。①賃貸・販売・展示を目的とする専用住宅(賃貸住宅・建売住宅)②農業集落排水処理区域や他の法令などにより、終末処理施設か浄化槽の設置を

義務付けられている住宅団地の区域③補助金交付決定通知を受ける前に浄化槽の設置工事をした人④既存の合併処理浄化槽(被災した住宅を除く)を廃して新たに設置する人⑤市内で合併処理浄化槽を設置した専用住宅(被災した住宅および賃貸を目的とする住宅を除く)に居住している人

●単独処理浄化槽から埋め替える場合の加算補助

単独処理浄化槽を全て掘り起こし適正処分する場合や、埋め替えに伴い宅内配管工事をする場合に加算補助制度があります。詳しくは、問い合わせを。

■本庁合併浄化槽設置推進室 ☎ 426・3583

■事業系一般廃棄物(ごみ)収集運搬業の新規許可・変更許可

市内の事業所から排出される事業系一般廃棄物を収集運搬するために必要な許可です。市の許可を受けている事業者で、積み替え保管施設の新設や変更の他、取り扱う一般廃棄物の種類を追加する場合には変更許可が必要です。いずれも期間内に問い合わせ先と事前協議を。

□事前協議受付期間…6月3日(月)～7月1日(月)

■本庁一般廃棄物対策課 ☎ 426・3375

■公共下水道が利用できません

6月1日から公共下水道が利用可能となった地域の建物所有者に、通知書を送付します。この地域内の建物所有者は、公共下水道への接続が義務付けられています。衛生的な生活環境を守るため、公共下水道への接続をお願いします。市で

は、1年以内に水洗便所に改造(浄化槽の廃止を含む)すると1万2千円の補助金を交付しています。また、金融機関への融資あつせん制度(上限80万円、3年以内の改造の場合は無利子。4年目以降の改造の場合は金融機関と契約した利率)も利用できます。なお、改造工事は市指定の排水設備指定工事店でのみ行えます。公共下水道が利用可能な地域は、市ホームページで確認を。

●倉敷地区…田ノ上、笹沖、福井、中島、粒浦、有城、五日市、西阿知町西原の各一部

●児島地区…児島柳田町、児島通生、林、福江の各一部

●玉島地区…玉島乙島、玉島阿賀崎、玉島黒崎新町の各一部

●水島地区…福田町浦田、福田町福田、連島町鶴新田の各一部

●真備地区…真備町有井、真備町上二万、真備町下二万の各一部
■本庁下水普及課 ☎ 426・3561

●補助額

【浄化槽設置補助(設置に要する費用に相当する額で、補助限度額まで)】

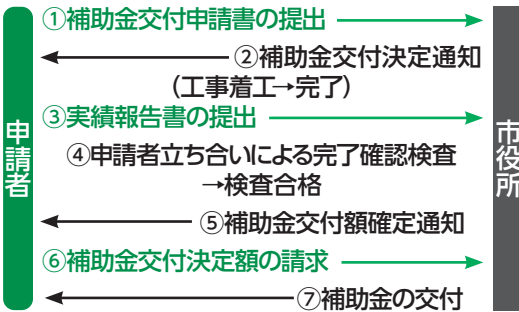
人槽区分	補助限度額
5人槽	360,000円
6～7人槽	462,000円
8～50人槽	585,000円

※表は高度処理型の合併処理浄化槽の金額
※一般住宅の人槽区分は、延べ床面積、台所や風呂の数、居住人員の数、使用水量などにより決定

【単独処理浄化槽から埋め替える場合の加算補助】

加算補助区分	補助限度額
単独処理浄化槽全部撤去	120,000円
宅内配管工事費	300,000円

●申請手続き



※補助金交付申請書を受理して、適正であれば2週間程度で交付決定通知書を送付
※工事完了後14日以内、または令和7年3月10日(月)までに実績報告書の提出が必要

■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 □申込方法…講座名・住所・氏名・電話番号・年齢・学年を電話かFAX、はがき、窓口で。多数の場合は抽選

●夏のビーチクラフト～幸せを呼ぶ貝や海ガメの飾り

□日時…7月14日(日)10時～12時 □定員…12人 □材料費…500円 □申込締切…6月23日(日)

●レジンで作るキラキラ押し花ペンダント

□日時…7月20日(土)10時～12時 □定員…10人 □材料費…550円 □申込締切…6月29日(土)

●糸のご体験!ヒノキのパズル

□日時…7月23日(火)10時～12時 □定員…12人 □材料費…1,000円 □申込締切…7月2日(火)

●大人も子どもも夢中になれる!モザイクタイルで時計作り

□日時…7月30日(火)10時～12時 □定員…12人 □材料費…1,100円 □申込締切…7月9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

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。最新の登録品は右記2次元コードで確認を。



☎クルクルセンター ☎470-6681

■倉敷市役所本庁 〒710-8565 西中新田 640

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

■市コールセンター ☎426-3030



■光化学オキシダントとPM2.5による健康被害を防ぐために

●光化学オキシダント

気温が高く風の弱い日中は、光化学オキシダントが発生しやすくなります。光化学オキシダントが高濃度になると、目がチカチカしたり、喉が痛くなったりするなどの症状が出る場合があります。市では、光化学オキシダントが高濃度になったときに「情報」や「注意報」を発令し、注意を呼び掛けています。注意報発令時は屋外での運動は避け、目や喉に刺激を感じたら、洗眼・うがいをし、安静に

●PM2.5

大気中に浮遊している、直径2.5μm以下の粒子状物質を「PM2.5」と呼びます。肺の奥にまで入り込みやすいため、健康への影響が懸念されています。市では、PM2.5が高濃度になると予想されるときに注意喚起をします。注意喚起が出ているときは、屋外での長時間の激しい運動は避け、特に呼吸器系・循環器系疾患のある人や小児・高齢者は、より慎重に行動してください。

●情報提供サービス

発令情報は、市ホームページ

ジに掲載する他、県では発令情報のお知らせメールを配信しています。メールを受信するためには、ホームページからの登録が必要です。

◀光化学オキシダントの登録用ホームページ



◀PM2.5の登録用ホームページ



☎本庁環境政策課 ☎426-3391

スポーツ

■市スポーツ振興基金助成

市スポーツ振興基金運営委員会では、市民のスポーツ活動を促進するため、市内在住・通勤・通学の人を対象に各種助成事業を行っています。申請方法など詳しくは、ホームページで確認を。また基金では、随時寄付を募っているため、協力をお願いします。



●大会出場者(個人)に対する助成

国民スポーツ大会、全国高等学校総合体育大会、国内選手権大会など、予選・推薦を経て出場する全国大会 ▼国内予選・推薦を経て出場する国際大会 ●研修会への参加や大会の開催などに対する助成 日本スポーツ協会などが主催する競技・生涯スポーツ指導者研修会への参加 ▼市内で開催する各種全国大会・中国大会など ☎スポンサバ ☎434・3410

■市屋内水泳センターの教室受講者募集

●アクアズンバ

□日時…7月3日(水)11時半～12時15分 □対象…18歳以上 □定員…32人 □受講料…520円 □申込方法…6月5日(水)9時～、電話か窓口で。

●夏期子どもスイミング

日時など詳しくは、ホームページで確認を。



□対象…小学生 □申込期間…6月1日(土)9時～10日(月)17時必着

☎市屋内水泳センター(新田2458) ☎424・9192

■スポーツ振興協会のイベント参加者募集

●夏季スポーツ教室

教室内容など詳しくは、ホームページから市内運動公園などにあるチラシで確認するか問い合わせを。

□申込方法…6月11日(火)(必着)までに、ホームページから電子申請か、はがきか市内運動公園などにある申込用紙を郵送か持参で。多数の場合は抽選

■まびいききプラザの教室受講者募集

詳しくは、ホームページで確認するか問い合わせを。



●運動教室(7月～9月)

□内容・日時…からだスッキリヨガ＝(月)9時45分～
▶青竹ステップ＝(金)9時45分～ など □受講料…教室によって異なる。 □申込方法…電話か窓口で。

●小学生水泳教室(7月～9月)

□教室…「水慣れ・クロール初級」「息継ぎクロール」「クロール・背泳ぎ」「4泳法」 □受講料…教室によって異なる。 □申込方法…6月10日(月)(必着)までに①第1・2希望の教室名②氏名③性別④生年月日⑤住所⑥連絡先⑦緊急連絡先(続柄)⑧利用者カードがある人は会員番号を往復はがきで。多数の場合は抽選

●小学生ダンス教室「1から始めるヒップホップクラス」

□日にち…7月4日～9月26日の毎週(木)(8月15日除く)。全12回 □対象・時間…小学3年生以下＝18時～19時 ▶小学4年生以上＝19時10分～20時10分 □受講料…13,200円 □申込方法…6月10日(月)(必着)までに①教室名②氏名③生年月日④住所⑤連絡先⑥緊急連絡先(続柄)⑦利用者カードがある人は会員番号を往復はがきで。多数の場合は抽選

■まびいききプラザ(〒710-1313 真備町川辺 2271)
☎698-1555

■市営プールの夏期臨時職員募集

□職務内容…市営プール(倉敷運動公園・酒津公園・玉島の森・水島中央公園の各水泳場)での監視・改札

□任用期間…7月13日(土)～8月30日(金) □勤務時間…9時半～18時の間で1日7時間

□応募資格…市内在住・通学の人 □定員・賃金…監視員＝30人程度・1,018円、改札員＝10人程度・941円

□応募期間…6月1日(土)～7日(金)に、各公園管理事務所・ホームページにある申込書を希望する事務所へ持参で □選考…面接

■倉敷運動公園☎425-0856、玉島の森☎526-5369、水島中央公園☎444-5001



●市民あるく日

6月9日(日)水島臨海鉄道

栄駅8時15分集合。ライフ

パーク倉敷(約8^{キロメートル})。申し込み不要

●幼児のエンジョイ☆ス

ペース

飛び箱・ミニトランポリン

など、いろいろな道具を使って遊べます。申し込み不要

□日時…6月18日・7月16日(火)10時～12時半

□場所…倉敷運動公園ウエイ

トリフティング場 □対象

…未就園児 □利用料…各

300円 □持参品…室内用

シューズ、飲み物

●親子で運動あそび

□日時…6月22日(土)10時

□場所…倉敷運動公園ウエイトリフティング場

□対象…市内在住の年少・年中組園児と保護者 □定

員…先着15組 □参加費…1組300円 □申込方法…5

月30日(木)9時、電話で。

●体験！トランポリン

□日時…7月6日(土)①9時半～11時②11時15分～12時45分

□場所…玉島の森体育館 □対象…市内在住・通学の小学生 □定員…各

28人 □受講料…800円 □申込方法…6月20日(木)(必

着)までに、ホームページから電子申請か、はがきか

市内運動公園などにある申込用紙を郵送か持参で。1

通につき3人まで。多数の場合は抽選

●倉敷アブレイズ☆ふれあい運動教室

□日時…7月13日(土)10時

□場所…水島ふれあいセンター体育館 □

対象…市内在住・通学の小学1年～3年生 □定員…

30人 □参加費…無料 □申込方法…6月27日(木)(必

着)までに、ホームページから電子申請か、はがきか

市内運動公園などにある申込用紙を郵送か持参で。1

通につき3人まで。多数の場合は抽選

●水球体験の受講者募集

□日時…6月3日～27日の毎週(火)(木)18時半～19時半

□対象…小・中学生 □受講料…500円

●トレーニングルームのこども体操教室の受講者募集

□日時…4歳～小学2年生Ⅱ毎週(月)～(木)16時半～17時25分、毎週(土)13時～13時

着)までに、ホームページから電子申請か、はがきか

市内運動公園などにある申込用紙を郵送か持参で。1

通につき3人まで。多数の場合は抽選

着)までに、ホームページから電子申請か、はがきか
市内運動公園などにある申込用紙を郵送か持参で。1
通につき3人まで。多数の場合は抽選

■児島マリンプールからのお知らせ

詳しくは、ホームページで確認するか問い合わせを。

●夏のアルバイト募集

□職務内容…プール監視

□雇用期間…7月～8月(予定)

□勤務時間…早番Ⅱ9時～16時 ▼遅番Ⅱ16時～21時半

□対象…高校生以上 □賃金…時給932円、

□応募方法…電話で。

●水球体験の受講者募集

□日時…6月3日～27日の毎週(火)(木)18時半～19時半

□対象…小・中学生 □受講料…500円

●トレーニングルームのこども体操教室の受講者募集

□日時…4歳～小学2年生Ⅱ毎週(月)～(木)16時半～17時25分、毎週(土)13時～13時

着)までに、ホームページから電子申請か、はがきか

市内運動公園などにある申込用紙を郵送か持参で。1

通につき3人まで。多数の場合は抽選

●倉敷アブレイズ☆ふれあい運動教室

□日時…7月13日(土)10時

□場所…水島ふれあいセンター体育館 □

対象…市内在住・通学の小学1年～3年生 □定員…

30人 □参加費…無料 □申込方法…6月27日(木)(必

55分 ▼小学3年生以上Ⅱ
毎週(月)～(木)17時半～18時半、
毎週(土)14時～15時 □受講
料…1回千150円
■児島マリンプール☎472・0133

市政

■産前産後の国民年金保険料免除制度

国民年金第1号被保険者が出産したときは、一定期間保険料が免除されます。届け出が認められた期間は、保険料納付済み期間として扱われます。

□対象…出産日が平成31年2月1日以降の国民年金第1号被保険者 □免除期間…平成31年4月以降で、

出産日(予定日)の前月から4カ月間。多胎の場合は

出産日(予定日)の3カ月前から6カ月間 □届出期

間…出産予定日の6カ月前から □手続きに必要なもの…本人確認書類、出産日

(予定日)が分かるもの(お

よこ健康手帳など)

■本庁市民課☎426・3291、倉敷東年金事務所☎

423・6150



■市民モニターを募集

市政や市民生活に関係の深い課題などについて、アンケートに答える「市民モニター」を募集しています。4月30日現在、千613人が登録しています。あなたの声を市政に生かしませんか。回答者の中から年3回の抽選で、地元特産品などが当たります。

□対象…市内在住・通勤・通学の16歳以上で、ホームページの閲覧とEメールを利用できる人 □登録・回答方法など…①市ホームページで登録②Eメールで届くアンケートに回答(年10回程度)③集計結果は市ホームページで公表
■本庁市民広聴課 ☎ 426・3114

安全・安心

■特定計量器(ばかり)定期検査(6月)

事業者などが取引や証明などに使用している特定計量器は定期検査を受ける必要があります。今年度の対象は倉敷・水島・真備地区です。詳しくは、岡山県計

量協会へ。

●真備支所…3日(月)10時～12時・13時～15時

●水島支所…4日(火)10時～12時・13時～15時

●本庁検査室…5日(水)10時～12時・13時～15時、6日(木)10時～12時・13時～15時
■岡山県計量協会 ☎ 086・286・8950、本庁消費生活センター ☎ 426・3922

■6月2日～8日は危険物安全週間

●推進標語「次世代へつなごう無事故と青い地球」

ガソリンなどの危険物は、火災や爆発の危険性が高く、取り扱いを誤ると一瞬にして多くの生命や財産を奪ってしまいます。危険物は細心の注意を払って取り扱いましょう。

●ガソリン購入時の注意点

ガソリンは非常に引火しやすい危険物のため、セルフスタンドでは利用者が自らガソリンを容器に入れることはできません。携行缶でガソリンを購入するときは、必ず従業員に給油してもらってください。

■岡山県危険物保安課 ☎ 426・1195、各消防署

■上級救命講習会の受講者募集

□日時…7月21日(日)8時半～17時半 □場所…消防局 □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・通勤の人。医師・看護師は不可 □定員…先着25人 □受講料…無料
□申込方法…6月3日(月)～21日(金)に、下記2次元コードから電子申請で。
■消防局警防課 ☎ 426・1192



■動画「ため池での水難事故をなくせ」を配信

ため池で発生している痛ましい水難事故を踏まえ、万が一転落した場合の対処方法などの動画を、市消防局YouTube公式チャンネルで配信しています。

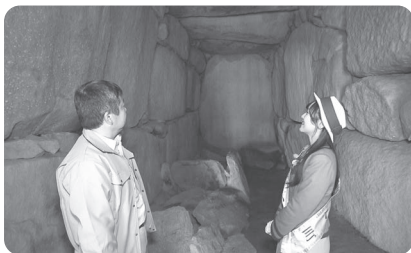


■倉敷消防署 ☎ 422・0119

■市からの情報を発信中!

●月刊くらしき情報局

6月21日(金)16時50分～17時50分、「ライブ5時 いまドキッ!」(RSK山陽放送6ch)内で。倉敷小町がスタジオに生出演。番組放送後、RSK山陽放送公式YouTubeチャンネルでも配信します。



●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。

■本庁くらしき情報発信課 ☎ 426・3061

ボートレース児島6月のレース情報

▶報知新聞大阪発刊60周年記念スポーツ報知杯

5月29日(水)～6月3日(月)

▶にっぽん未来プロジェクト競走in児島

6日(木)～11日(火)

▶デイリースポーツ杯

14日(金)～19日(水)

▶BOAT Boy CUP男女W優勝戦

22日(土)～27日(木)



●レース開催中の(土)(日)はBOATRACE VRスプラッシュバトルやキッズイベントを開催!

詳しくは、右記2次元コードで確認するか、問い合わせを。



■ボートレース児島 ☎ 472・5052

ボートレース児島の収益金は、倉敷市民の皆さんの暮らしに役立っています。

施設のページ

行ってみよう!



図書館

中央☎425-6030 児島☎472-4847 玉島☎526-6011
水島☎446-6918 船穂☎552-9300 真備☎698-9393



- 休館日…中央・児島・玉島・水島・真備図書館＝3日(月) (真備図書館のみ)、10日(月)、17日(月)、24日(月)、28日(金)
▷船穂図書館＝3日(月)、10日(月)～15日(土)、17日(月)、24日(月)
- 申し込み…※は5日(水)9時から受け付け(船穂・真備図書館は10時から)。先着順。電話番号は間違いのないようお願いします。



夏休み!くらしき子ども司書講座(全2回)

司書の仕事などを体験しながら、図書館の上手な使い方や読書の楽しさを伝えるリーダー(子ども司書)になりませんか。7月20日(土)～8月5日(月)の期間中、各図書館(室)で全2回の講座を開催。日時・申込方法など詳しくは、ホームページで。

□対象…市内在住・通学の小学4年～中学生で、期間中2回受講できる人

問各図書館、ライフパーク倉敷図書室

船穂図書館は特別整理期間のため休館します

空調機の更新工事と蔵書点検などのため、休館します。

□期間…6月10日(月)～15日(土)

問船穂図書館☎552-9300

6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

▶ボランティアによる読み聞かせ＝1日(土)11時～。4日(火)11時～。8日(土)14時半～。22日(土)14時半～。25日(火)11時～。27日(木)11時～ ▶英語で楽しむおはなし会＝1日(土)16時～ ▶絵本の扉0.1.2＝14日(金)11時～。0歳～2歳児と保護者。先着10組 ▶はてなちゃんの科学あそび「じしゃく」※＝15日(土)10時半～。講師ははてな三人組。5歳～小学生。未就学児は保護者同伴。先着10人。要参加費 ▶おはなしいっぱいストーリーテリング＝15日(土)14時半～。4歳～ ▶読み聞かせボランティア入門講座(全2回)※＝①27日(木)10時～②7月4日(木)14時～。2回とも参加できる人。10人 ▶ワークショップ「ミニ屏風(びょうぶ)描いてつくって楽しむぞニャゴ!」※＝7月30日(火)①10時～②13時半～。講師は関崎哲氏。①小学1年～3年生②小学4年～6年生。各10人。各500円

児島図書館☎472-4847

▶えほんのへや＝1日(土)10時半～ ▶めるへのへや＝1日(土)14時半～ ▶おりがみひろば「かたつむり」＝8日(土)14時半～ ▶くにおいちゃんのかみしばい＝22日(土)11時～ ▶おはなしひろばスペシャル＝22日(土)14時半～

玉島図書館☎526-6011

▶ワイド版こどものひろば＝8日(土)11時～ ▶てるてるお

はなし会＝15日(土)11時～ ▶あかちゃんのひろば0・1・2＝20日(木)11時～ ▶Story Time～英語絵本のよみきかせ＝22日(土)11時～・16時～。講師はカスティロ彩美氏 ▶七夕短冊ねがいごとコーナー＝22日(土)～7月7日(日) ▶キラキラ七夕飾りをつくろう※＝29日(土)11時～。5歳～。小学2年生以下は保護者同伴。8人。持参品あり

水島図書館☎446-6918

▶ポケットタイムかみしばいのじかん＝1日(土)10時半～ ▶水島絵本の部屋＝6日(木)10時半～ ▶ポケットタイム0・1・2＝21日(金)10時半～。乳幼児と保護者。先着5組 ▶読み手のための紙芝居の会＝21日(金)11時～ ▶ねえ、おはなしして～ストーリーテリング＝22日(土)14時半～。4歳～ ▶七夕たんだくコーナー＝29日(土)～7月7日(日)

船穂図書館☎552-9300

▶おりがみのへや＝8日(土)10時半～。3歳～。4人 ▶たなばたたんだくコーナー＝22日(土)～7月7日(日)

真備図書館☎698-9393

▶こどものほんクイズ＝1日(土)～30日(日) ▶本の木を育てよう!(読書の夏バージョン)＝1日(土)～8月31日(土) ▶おひざにだっこのおはなし会＝7日(金)11時～。0歳～2歳児と保護者。先着5組 ▶わくさんのえいごの絵本のおはなし会＝8日(土)11時～。小学生以下。未就学児は保護者同伴。先着5組 ▶七夕たんだくコーナー＝29日(土)～7月7日(日)

6月の移動図書館

ファミリー号・てまり号・マビツ子笑顔図書館号

- ◆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。

沙美小学校	5日(水)14:45～15:45
倉敷児童館	6日(木)10:40～11:30
庄新町公民館	6日(木)15:00～16:00
藤戸南台公園	6日(木)15:30～16:00
穂井田小学校	7日(金)15:00～16:00
西田公民館	12日(水)15:15～15:45
まびいきいきプラザ	14日(金)10:30～11:00
柳井原小学校	19日(水)14:30～15:10
南浦小学校	26日(水)15:00～16:00
連島北小学校	28日(金)10:20～10:50

自然史博物館 ☎425-6037



●休館日…毎週(月)・25日(火)

●電話での申し込み…受付開始日の10時半～開催日前日の17時に受け付け(休館日除く)



夏だ!昆虫採集

6月23日(日)9時半～11時半、円通寺公園で。身近な所でできる昆虫採集。小学生以下は保護者同伴。無料。当日受け付け



ダルマガエル観察会 リターンズ

7月6日(土)18時～19時半、真備町辻田で。絶滅が心配されるナゴヤダルマガエルを観察。中学生以下は保護者同伴。先着30人。100円。6月21日(金)から電話で申し込み



昆虫標本の作り方

7月6日(土)①9時半～11時半②13時半～15時半。初心者向けの昆虫標本作りの解説と実習。小学生以下は保護者同伴。各先着36人。無料(希望者はテキスト・器具代実費)。6月25日(火)から電話で申し込み

植物標本の作り方②～標本づくり編

7月7日(日)10時～12時。押し葉標本の作り方。小学生以上。小学生は保護者同伴。先着36人。無料(希望者はテキスト・器具代実費)。6月20日(木)から電話で申し込み

ブッポウソウを観察しよう(岡山)

7月13日(土)8時半～17時、吉備中央町・高梁市で。巣箱設置による保護活動が行われている地域を貸し切りバスで訪ねる。中学生以下は保護者同伴。抽選9組(1組は同居家族2人まで)。無料。6月21日(金)(消印有効)までに往復はがきで申し込み

特別企画展「自然史博物館秘蔵お宝展 第2弾」

6月30日(日)まで。当館の収蔵資料100万点超の中から初披露となるお宝標本を公開。通常料金

畠田和一貝類コレクション展10 ～畠田和一が採集していた岡山県の絶滅危惧種6

9月23日(休)まで。岡山県版レッドデータブックに掲載された陸産の種を展示。通常料金

市立美術館 ☎425-6034

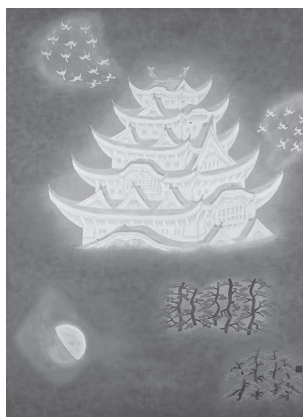


●休館日…3日(月)・10日(月)・17日(月)・24日(月)～7月1日(月)



池田遙邨コーナー展示「鳥のいる風景」

7月7日(日)まで。「城」や「唐津 虹の松原の印象(しぎ)」「寂」など鳥が描かれている作品を展示。観覧無料



◀池田遙邨「城」1953年



▶池田遙邨「唐津 虹の松原の印象(しぎ)」1988年



◀池田遙邨「寂」1970年

児童館

各児童館のホームページでは、開館状況・催しのスケジュールが確認できます。また、催しの様子や遊びの情報、工作などの情報も紹介していますので、確認してください。



倉敷児童館
☎429-1791



倉敷北
児童センター
☎422-6539



児島児童館
☎473-2844



玉島児童館
☎526-3400



水島児童館
☎448-0650



真備児童館
☎697-0831



●休館日…毎週(月) ●図書室のみ休み…28日(金)

6月の催し

市民学習センター☎454-0011

▶子どもシアター(映画)「ぼくは王さま」「かぐやひめ」「はちかつぎ姫」「したきりすずめ」=8日(土)10時半～・14時～。中ホール ▶ランチタイムコンサート～初夏を感じる二胡の音色=9日(日)12時～。大ホール。出演は倉敷二胡教室。小学生以下は保護者同伴。200人。無料。申し込み不要 ▶講演会「心がスッと軽くなる子育て～認めることの大切さ」=30日(日)10時～。中ホール。中学生～。80人。無料。申込方法は、下記の7月開講の講座と同じ

図書室☎454-0015

▶おはなしタイム=毎週(火)～(金)10時半～(6日(木)・14日(金)・27日(木)除く)、毎週(土)(日)14時半～(15日(土)除く) ▶ちょこっとおりがみタイム=毎週(土)10時半～ ▶おはなしタイム0.1.2.=6日(木)10時半～。乳児～ ▶おはなし、とんとん=14日(金)10時半～。乳児～。茶華道室 ▶ストーリーテリングの会=15日(土)14時半～ ▶もくもくのおはなし=27日(木)10時半～ ▶たなばたおねがいコーナー=22日(土)～7月7日(日)。こどもしつ

科学センター☎454-0300

▶わくわく工作室「かんたんのぼり人形」=8日(土)13時～15時。12時半から整理券配布 ▶わくわく実験室「ドライアイスでクールに実験」=22日(土)13時～15時。12時半から整理券配布

科学センタープラネタリウム・全天周映画☎454-0300

内容は定期的に更新。詳しくは、科学センターホームページか電話で確認を。

上映開始時間	全天周映画(約40分間)	プラネタリウム(約50分間)
(土)(日)(祝)(休)	10:30 12:50 15:10	11:40 14:00 16:20
(火)～(金)	15:10	16:20



科学センター
ホームページ

※料金は大人500円、高校生350円、小・中学生250円

たけのこ天文台(真備図書館屋上)

15日(土)に開館。小学生以下は保護者同伴。無料。前日までに科学センター☎454-0300へ電話で申し込み

7月開講の講座

申し込みは、右記2次元コードから電子申請か、往復はがき(1枚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(必着)までに各センター(〒712-8046 福田町古新田940)へ郵送で。多数の場合は抽選。詳しくは、「ライフパークEYE」かホームページで。



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
▶夏バテ予防ストレッチ(全3回)	5日(金)19時	750	30人
▶ニュースポーツ モルックを体験しよう! ※小学生～。小学生は保護者同伴	20日(土)10時	50	20人
▶なぜ恐竜は巨大化できたのか～恐竜のバイオメカニクス ※小学4年～中学生	20日(土)14時	200	30人
▶お金のひみつを学ぼう! ※小学生。小学3年生以下は保護者同伴	24日(水)10時半	200	30人
▶はじめての手話講座(全2回) ※小学生～。小学3年生以下は保護者同伴	24日(水)14時	無料	30人
▶子どもも大人も楽しい☆切りちょうちん作り ※小学4年生～	27日(土)14時	1,700	40人
▶認知症キッズサポーター教室 ※小学4年～6年生	28日(日)10時	無料	30人
▶世界の遊びを体験しよう ※小学4年～6年生	30日(火)14時	無料	30人

科学センター☎454-0300

▶プラネタリウムコンサート～たなばた特集 ※小学生～。小学生は保護者同伴。先着順。6月1日(土)9時から電話で申し込み	6日(土)19時半	大人500 高校生350 小・中学生250	160人
▶科学工作教室「キラキラ光る 立体星座箱」 ※小学1年～3年生。保護者同伴。AかBを明記	14日(日) ①9時半 ②13時	300 300	36人 36人
▶親子科学教室「めざせ! 科学研究の達人」 ※小学生と保護者。AかBを明記	21日(日) ①9時半 ②13時	200 200	12人 12人
▶科学工作教室「モーターでブルぶるロデオ」 ※小学4年～6年生。AかBを明記	28日(日) ①9時半 ②13時	400 400	24人 24人

埋蔵文化財センター☎454-0600

▶はにわの箸置きを作ろう ※小学4年～6年生	24日(水)13時半	100	16人
▶板織りのコースター ※小学4年～6年生	26日(金)13時半	100	16人
▶土偶のランタンを作ろう ※小学4年～6年生	31日(水)13時半	200	16人



子ども

■**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）☎ 434-9870 ▷保育士・保健師相談（火）～（土）（祝）（休）除く、第2・4（日）9～17時 ▷臨床心理士特別相談 15（土）9～16時（要予約）

■**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☎ 698-5114）。（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☎ 426-3337。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

■**教育相談** 教育センター（ライフパーク倉敷）☎ 454-0400。（月）～（土）9～12時・13～16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）（休）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）（休）除く）9～16時。要予約。本庁子育て支援課☎ 426-3314

■**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）（休）除く）9～17時。一般相談および発達検査などの相談。予約制

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。検査は指定医療機関で。

■**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。検査は市保健所で。予約制。予約はエイズホットラインで。中止の場合は、市ホームページなどでお知らせします。

■**心の健康相談** 精神科医による。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。

高齢者

■**高齢者に関する総合相談（介護・保健・医療・福祉・認知症に関する事）** 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。1日（土）13～16時（くらしき健康福祉プラザ）、14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。1日（土）13～15時▷玉島障がい者支援センター☎ 525-7867。9日（日）13時半～15時▷児島障がい者支援センター☎ 472-3855。14日（金）10時半～11時半（市民病院）

外国人

■**外国人相談** 窓口は本庁1階19番。電話相談は☎ 426-3014。（月）～（金）（祝）（休）除く）9時～17時。英語・中国語・ベトナム語など16言語に対応

＊消費生活センターからのお知らせ＊

訪問購入のトラブル

「お皿1枚でも不用品を買い取ります」

不用品の買い取りを依頼したはずが、手放したくない貴金属を買い取られてしまったという「訪問購入」の相談が増えています。

【事例】

「お皿1枚でも不用品を買い取ります」と電話があり、訪問を承諾した。皿を用意していたが、購入業者から「ネックレスなどの貴金属はないか」と言われ、仕方なくネックレスや指輪を見せた。すると、買い取ると言われ、契約書面にサインを求められた。売るつもりはなかったが、しつこく売却を迫られ、また1人で対応していたこともあり、拒否できずサインしてしまった。やっぱり返してほしい。

【アドバイス】

契約書面を受け取った日から8日間は、クーリングオフ制度により訪問購入を解約できる場合があります。また、期間中は物品の引き渡しを拒むこともできます。訪問購入業者には、1人で対応しない、家の中に入らせない、むやみに貴金属を見せないなど、注意しましょう。

他にも「被災地支援に協力してほしい」「なんでもいいから不用品はないか」などと呼びかけ、訪問すると突然、「貴金属はないか」と当初とは別の物品の売却を強く迫るケースもあります。

■**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）



相談のページ



【本庁】は本庁生活安全課で実施

生活 ①、③～⑫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

※③～⑫は中止する場合があります。詳しくは、本庁生活安全課へ問い合わせてください。



①**市民相談** 【本庁】・【支所】(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)8時半～17時。予約優先

③**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5日・19日(水)、玉島12日・26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。

④**交通事故相談** 相談員による。【本庁】交通事故相談所 ☎ 426-3110 (相談専用) (月)～(金)9～12時・13～16時。予約優先 ▷弁護士による。【本庁】(水)13～16時。予約制。予約方法は一般法律相談と同じ

⑤**登記相談(予約制)** 司法書士による相続・登記など。【本庁】6日・20日(木)13～16時 【支所】真備27日(木)13～15時、水島27日(木)13～16時 ▷土地家屋調査士による登記・境界など。【本庁】6日・20日(木)13～16時 【支所】水島・真備27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)** 訴額140万円以内の金銭の貸借など。【本庁】10日・24日(月)13～16時。予約は☎ 426-3111、または【本庁】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】7日・21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。建築全般に関する困りごとなど。【本庁】28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】27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】17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】17日(月)10～12時 【支所】真備3日(月)9～12時、玉島10日(月)9～12時、茶屋町12日(水)9～11時、水島17日(月)13～16時、庄19日(水)10～12時、児島20日(木)13～16時、船穂20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】13日(木) 【支所】児島12日(水)。いずれも9～12時

■**年金相談(予約制)** 20日(木)10～12時・13～16時。児島支所401会議室。予約は、倉敷東年金事務所 ☎ 423-6150。問い合わせは、児島支所市民課 ☎ 473-1112

■**なやみごと(人権)相談** 人権擁護委員による。【本庁】6月は休み 【支所】茶屋町12日(水)9～11時、水島13日(木)10～15時、玉島20日(木)10～15時、児島20日(木)13～16時、船穂20日(木)13時半～16時。真備保健福祉会館・庄は6月は休み。岡山地方法務局倉敷支局 ☎ 422-9679、本庁人権推進室 ☎ 426-3255

■**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)(休除く)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)(休除く)8時半～17時15分

■**なやみ相談** ウィズアップくらしき(天満屋倉敷店6階) ☎ 435-5670。(火)～(土)9～17時半。面接相談は☎ 435-5750(要予約)。DV、離婚、家庭での悩みなど

■**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。13日・20日(木)13～16時。予約は6日(木)9時～。電話予約のみ、10人。DV、離婚に関することなど

■**心理カウンセリング** 臨床心理士による。ウィズアップくらしき ☎ 435-5750。27日(木)13～16時。電話予約のみ、3人

■**結婚相談** 倉敷・高梁川流域マリッジサポートセンター ☎ 427-0667。(火)～(日)(祝)(休除く)9～17時(要予約)

■**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)(休除く)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)(休除く)9～17時。仕事や生活に困っている人を支援

仕事

■**市内保育園・認定こども園・幼稚園への就職相談** 市保育士・保育所支援センター(本庁保育・幼稚園課内) ☎ 426-3021。(月)～(金)(祝)(休除く)8時半～17時

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

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

■**若者就職相談** ジョブカフェおかやま(本庁舎西側第2分室) ☎ 434-2321。(月)～(金)(祝)(休除く)9～16時受け付け。要予約 ▷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)、第1・3(土)(祝)(休除く)9～17時

■**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)(休除く)8時半～17時

■**労働相談** ライフサポートセンターくらしき(倉敷労働会館) ☎ 427-8822。(月)(水)(金)10～17時。要予約。電話相談 ☎ 0800-200-3410

保健のページ

健康がいちばん！



60歳～65歳の対象者には公費助成 高齢者肺炎球菌ワクチンを受けましょう

肺炎は日本の死亡原因の第5位で、成人の肺炎の約2～3割は肺炎球菌が原因と考えられています。肺炎球菌ワクチンは、病気を起こしやすい型の菌に対して一定の効果があり、60歳～65歳の対象者には左表の公費助成をしています。予防接種を受けて肺炎を予防しましょう。66歳以上の人は、全額自己負担となります。また、過去に肺炎球菌ワクチンを接種したことがある人は対象外です。

閩市保健所保健課感染症係 ☎434・9810

対象	接種方法
接種時に市内に住民票がある満65歳の人(令和5年度に65歳になった人は、すでに送付されている予診票が66歳の誕生日前日まで使用可)	65歳の誕生日前後に送付する予診票と、保険証などを持参(4月・5月が誕生月の人には6月に送付) ※予診票がない場合、全額自己負担
接種時に市内に住民票がある60歳～64歳で、心臓や腎臓などの内部疾患で身体障がい者手帳1級、または同程度であると医師の診断書で確認できる人	予診票の送付なし。接種前に予診票の交付申請が必要。詳しくは、問い合わせてください。

□場所…県内の実施医療機関。市内は「保健所だより」や市ホームページで確認を。□接種回数…1回 □自己負担額(公費助成後) …3,000円

●減免制度

生活保護受給世帯や市民税非課税世帯の人、中国残留邦人の自立支援受給者は、接種前に減免予診票の交付を受けてください(接種後の減免申請は不可)。減免申請専用電話☎434・9807で受け付け



▲高齢者肺炎球菌予防接種について



▲市内の実施医療機関



▲減免の申請方法



■くらしき健康応援団講座～お一人様からOK講座「睡眠の質をあげてみませんか？」の受講者募集

少人数や1人でも受講できるので、気軽に申し込んでください。詳しくは、市ホームページで確認を。



※おおむね10人以上のグループ・団体などは、「くらしき健康応援団講座」出前講座を活用してください。

□日時…7月10日(水)10時～11時半

□場所…くらしき健康福祉プラザ

□対象…市内在住・通勤・通学の人

□内容…睡眠についての講話、家でできる運動体験、測定体験(ストレス計。9時半～10時。先着15人) □定員…25人 □申込方法…7月3日(水)までに電話で。 □託児…6月28日(金)までに申し込み

閩市保健所健康づくり課健康管理係 ☎434・9820



■O・157などの腸管出血性大腸菌感染症に注意しましょう

●腸管出血性大腸菌感染症とは

大腸菌の中でも、ベロ毒素を作り出し、出血性の下痢を引き起こす腸管出血性大腸菌に汚染された食物を食べることで起こる感染症です。潜伏期間は約3日～8日で、激しい腹痛や水様性下痢の後、血便が続く。

嘔吐や38℃台の高熱を伴うことがあります。年間を通して発生していますが、特に6月～10月が多く、昨年は県内で105人の感染者が発生し、腸管出血性大腸菌感染症注意報が出されました。感染力が強く、乳幼児や高齢者は重症化しやすいので注意が必要です。疑わしい症状があるときは、すぐに医療機関を受診しましょう。家庭内で感染者が出た場合は患者の便やおむつの取り扱いに注意し、二次感染にも気を付けてください。

●予防のポイント

▼肉などの食品は内部まで十分に加熱する(中心温度75℃以上で1分以上)

▼他の食品に菌が付着しないよう、生肉に触れた箸やまな板・包丁などは使い分ける

▼調理や食事をする前やトイレの後、動物を触った後は、せっけんで30秒以上かけて手を洗い、汚れが残しやすい手首、手の甲、親指や指先は特にしっかり洗う

閩市保健所保健課感染症係 ☎434・9810

■6月から市のけんしん(生活習慣病予防健診・がん検診など)が始まります！

5月末に対象者には「けんしん受診券」を送付しています。受診の際には必ず持参してください。けんしん

■熱中症に気を付けましょう

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調整機能が正常に働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。立ちくらみ・頭痛・吐き気などの症状が起こり、重症化すると意識を失うなど死に至る可能性もあります。熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能や体の調整機能も低下しているので、注意が必要です。



●注意が必要な時や場所

- ▶体が暑さに慣れていないのに気温が急上昇する日
- ▶風が弱い日・湿度が高い日
- ▶室内や夜間でも熱中症は起こるので注意

●熱中症を予防するために

- ▶通気性のよい服を着て、帽子や日傘などで直射日光を避ける
- ▶室温計で温度を小まめに確認する
- ▶遮光カーテンやすだれ、扇風機、エアコンなどを上手に活用する
- ▶室内でも、のどの渇きを感じていなくても、小まめに水分補給する
- ▶予防するために「暑さ指数」を確認する

☎市保健所保健課総務係 ☎434-9800

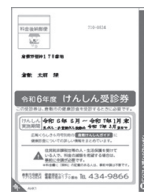


▲倉敷市の暑さ指数



▲厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」

実施期間は令和7年1月末まで（乳がん・子宮頸がん検診は3月末まで）です。
※今年度のけんしん受診券は茶色の印字です。
生活習慣病予防健診は、今年度もワンコイン500円で受診できます。生活習慣病やがんは、初期症状に気付かず知らないうちに進行する可能性があります。年に一度は健診を受けて、自分の健康について確認しましょう。治療中の人も、かかりつけ医に相談して受診してください。日程や受



●歯周病検診

歯周病は、糖尿病などの全身疾患との関連が指摘されています。気付かないうちに進行し重症化することがあるので、この機会に受診してください。実施医療機関は、「倉敷けんしんガイド」で確認を。
■対象…市内在住で、令和6年4月1日～7年3月31日に40・50・60・70歳になる人
■期間…6月～7年1月末
■料金…40・50・60歳 800円



■健康づくり事業の受講者募集

- 対象…市内在住・通勤・通学の18歳以上
- 場所…くらしき健康福祉プラザ

【短期教室】

- 申込方法…6月1日(土)～上記2次元コードから電子申請で。8日(土)9時～電話が窓口も可

栄養セミナー「お手伝いだ!ベジ★ランチ」(小学生親子限定、保護者は60歳以下)

- 日時…7月20日(土)10時～12時
- 内容…親子で野菜を使った簡単な調理実習
- 講師…若狭あさみ氏
- 定員…先着12組(保護者1人に小学生1人)
- 受講料…524円
- 材料費…開催日の1週間前までに1,000円を窓口で。

休養セミナー「親子でお花の小物づくり」(小学生親子限定)

- 日時…7月25日(木)10時～11時半
- 内容…親子で季節を感じる小物作り
- 講師…平川真由美氏
- 定員…先着10組(保護者1人に小学生2人まで)
- 受講料…524円
- 材料費…開催日の1週間前までに500円(子ども2人の場合は1,000円)を窓口で。

【健康づくり運動教室】

デトックスヨガ

- 日時…毎週(木)19時～20時
- 講師…副島斉子氏
- 定員…先着15人
- 受講料…524円
- 申込方法…ヘルスチェック(要予約、2,095円)を受けて健康づくり運動教室(レッスン)の会員になり、開催日前月の15日～申し込み



☎くらしき健康福祉プラザ健康づくり事業(笹沖180) ☎434-9875



短期教室申し込み

■妊婦歯科健康診査

おやこ健康手帳と同時に妊婦歯科健康診査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

☎市保健所健康づくり課健康増進センター ☎434・9822・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…市内在住で、疾病や障がいにより歯科医院への通院が困難な在宅療養者であり、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
☎倉敷歯科医師会 ☎422・2122

☎市保健所健康づくり課 ☎434・9868、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

すこやか子育て ～健康診査と教室～

参加する際の注意事項など詳しくは、市ホームページで確認を。

幼児健康診査の対象者は個別に通知します。



■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…令和4年11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、バスタオル

●受付日時・場所…13時～14時

【倉敷】26日(水)・27日(木)、市保健所

【児島】5日(水)、児島保健福祉センター

【玉島】7日(金)、玉島保健福祉センター

【水島】18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(おおむねの目安)…令和4年5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、バスタオル

●受付日時・場所

【倉敷】10日(月)9時半～10時半・13時半～14時、市保健所

【児島】5日(水)9時半～10時、児島保健福祉センター

【玉島】7日(金)9時半～10時、玉島保健福祉センター

【水島】24日(月)13時～14時、水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

■3歳児健康診査

身体測定、内科・歯科健診、視覚検査、保健・歯科指導、栄養相談、尿検査など。無料

●対象…令和2年12月生まれ

●持参品…おやこ健康手帳、健康診査受診票、尿、バスタオル

●受付日時・場所…13時～14時

【倉敷】12日(水)・13日(木)、市保健所

【児島】6日(木)、児島保健福祉センター

【玉島】11日(火)、玉島保健福祉センター

【水島】19日(水)、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

■乳幼児教室

「子育てはじめの一步教室」「離乳食と歯の教室」「子どものための歯の教室」の日程など最新の情報は、市ホームページで確認するか、問い合わせてください。

☎子育てはじめの一步教室＝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 ▶離乳食と歯の教室・子どものための歯の教室＝市保健所健康づくり課食育推進係 ☎ 434-9868

子育て コラム

水分補給はお茶・水にしましょう！ 子どもの頃からの習慣付けが大事です

規則正しい食生活は子どもの発達のためにも、虫歯予防のためにも大切です。食事やおやつを食べると口の中は酸性になり、歯のカルシウムが溶け出しますが、しばらくすると唾液の作用で再石灰化され、元の状態に戻り、虫歯になるのを防いでくれます。しかし、口の中に食べ物やジュースなどの甘い飲み物が入る回数が多いほど口の中が酸性の状態が続き、虫歯になりやすくなります。さらに寝ている間は唾液の作用が弱まり、虫歯になる危険性が高くなります。



暑くなってきましたが、ジュースを飲む回数が増えたり、就寝前の1時間以内に飲んだりしていませんか。おやつは、ジュースを含めて1日2回以下にし、時間を決めましょう。寝る前はお茶・水以外の飲食も控えましょう。

子どもの頃からの習慣付けが、虫歯予防だけでなく生活習慣病予防にもつながります。普段の水分補給はお茶・水にしましょう。

☎市保健所健康づくり課食育推進係 ☎ 434-9868

愛の献血



400 ミリリットル献血に協力してください。

☐日時…6月17日(月)9時半～11時、12時15分～15時半 ☐場所…本庁

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時～17時、真備地区 9時～13時
当番医は変更になる場合があるので、受診前に市ホームページか宿直室へ確認を。

宿直室（本庁 ☎ 426-3033・児島 ☎ 473-1111・玉島 ☎ 522-8110）

● 外来のみ ● 急患のみ ● 保険証持参



6/2(日)

- わきや内科クリニック ☎ 421-5547（笹沖）
- 児島中央病院 ☎ 472-1611（児島小川町）
- 藤田医院 ☎ 522-2009（玉島中央町）
- 源医院 ☎ 698-5050（真備町有井）

6/9(日)

- 街の診療所ふじた医院 ☎ 423-7717（福島）
- 市民病院〔外科・小児科含む〕 ☎ 472-8111（児島駅前）
- 小野内科医院 ☎ 525-0700（玉島八島）
- まさび病院 ☎ 698-6511（真備町箭田）

6/16(日)

- 藤井ハートクリニック ☎ 423-8211（白楽町）
- すぎはら眼科・循環器科内科 ☎ 428-2868（茶屋町）
- 児島聖康病院〔外科のみ〕 ☎ 472-7557（児島下の町）
- 西原内科眼科医院 ☎ 472-2112（児島味野上）
- のぞみクリニック ☎ 526-5252（玉島乙島）
- まび記念病院 ☎ 698-2248（真備町川辺）

6/23(日)

- たけだ小児科 ☎ 427-5553（大島）
- 市民病院〔外科・小児科含む〕 ☎ 472-8111（児島駅前）
- ゆのき医院 ☎ 522-8371（新倉敷駅前）
- 呉妹診療所 ☎ 698-2220（真備町尾崎）

6/30(日)

- たかや内科小児科 ☎ 466-0550（中島）
- チクバ外科胃腸科肛門科病院〔外科のみ〕 ☎ 485-1755（林）
- 沼本医院 ☎ 477-7267（児島田の口）
- 守屋おさむクリニック ☎ 522-6131（玉島乙島）
- 松田クリニック ☎ 697-1522（真備町川辺）

7/7(日)

- ふちもとクリニック〔内科のみ〕 ☎ 434-0088（幸町）
- 児島中央病院 ☎ 472-1611（児島小川町）
- 当真内科医院 ☎ 525-2800（玉島八島）
- 平本胃腸科外科クリニック ☎ 698-9811（真備町川辺）

夜間当番医

内科系 20時～22時（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時からお知らせ

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）

急患センター 地図①

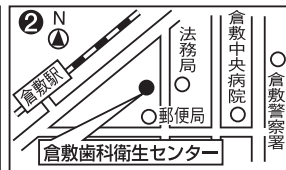
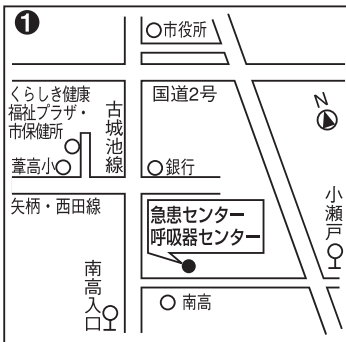
内科・小児科 ☎ 425-5020（新田）

▶（日）（祝）（休）＝9時～12時半、13時～17時（内科医・小児科医が診察） ▶ 夜間＝20時～22時（内科医が診察）

倉敷歯科衛生センター診療所 地図②

☎ 422-2122（昭和）

（日）（祝）（休）＝10時～12時、13時～15時



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、受診前に市ホームページか宿直室へ確認を。

宿直室（児島 ☎ 473-1111・玉島 ☎ 522-8110）



児島地区 ■ 10時～12時、13時～15時

玉島地区 ■ 10時～12時、13時半～15時

6/2(日)

- 滝下歯科 ☎ 473-8738（児島柳田町）
- はちまん歯科 ☎ 525-8008（玉島）

6/9(日)

- 大瀧（洋）歯科医院 ☎ 479-9554（下津井吹上）
- のぞみデンタルクリニック ☎ 454-7251（玉島）

6/16(日)

- 石井歯科医院 ☎ 477-8881（児島田の口）
- 正道歯科医院 ☎ 526-5018（玉島）

6/23(日)

- アキラ歯科診療所 ☎ 474-6480（児島上の町）
- さわき歯科医院 ☎ 526-6818（玉島）

6/30(日)

- あかり歯科クリニック ☎ 472-8030（児島駅前）
- クローバー歯科クリニック ☎ 441-4184（玉島上成）

7/7(日)

- 上野歯科医院 ☎ 472-1818（児島駅前）
- 草地歯科医院 ☎ 528-2200（玉島勇崎）

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

ロビーコンサート

マービーふれあいセンターで。無料。申し込み不要。詳しくは、マービーふれあいセンター ☎698・9111へ。
◆リコーダーアンサンブル爽
6月1日(土)12時10分〜「東京ブリウギ」「愛の花」他

伊丹典子(マンドリン)

6月8日(土)12時〜。「北の国から」「少年時代」他

ピアノを弾く会

6月6日(木)〜10日(月)9時〜16時50分、玉島文化センターで。ホールの舞台でコンサート。ランドピアノを自由に演奏できます。2千500円(50分)

アルスクらしき寄席

6月8日(土)14時〜、芸文館アイシアターで。桂あやめ、桂八十八、桂三語、月亭秀都、渡辺あきら(ジャグリング)。全席指定。一般2千500円、大学生以下500円(当日各500円増)。未就学児入場不可。詳しくは、アルスクらしきチケットセンター ☎434・0010へ。

まびいきいきプラザまつり & 市児童館キッズカーニバル

6月29日(土)10時〜12時、ま

地域情報掲示板

玉島ハーバーフェスティバル

6月1日(土)・2日(日)10時〜16時、水島港玉島地区外貿1号埠頭(ふとう)特設会場。海上自衛隊艦艇・警察車両・消防車両などの展示や高梁川流域の特産品販売、地元企業の展示ブースなど。詳しくは、同実行委員会事務局(玉島商工会議所内) ☎526・0131へ。

夢百話ふれあい朗読会

6月9日(日)13時半〜、倉敷公民館で。長田弘・向田邦子・太宰治・中島敦などの名作を朗読。無料。申し込み不要。詳しくは、くらしき朗読座石川氏 ☎425・0888へ。

ミドルからの心と身体トレーニング

6月15日〜8月31日の毎週(土)9時半〜11時半、玉島市民交流センターで。瞑想、ヨガ、

ファジアーノ岡山ホームゲーム

〜倉敷市はファジアーノ岡山のホームタウンの1つです

鹿児島ユナイテッドFC戦

6月9日(日)19時〜

ザスパ群馬戦

6月22日(土)19時〜

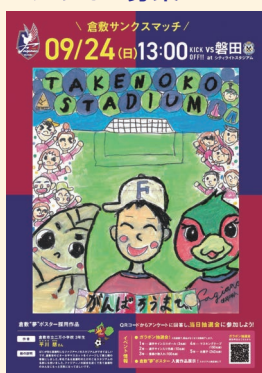
シティライトスタジアム(県総合グラウンド陸上競技場)で。スタジアムへは公共交通機関を利用してください。

小学生は「夢チケ」で入場無料!

ホームゲームの自由席(A・バック)に無料で入場できます。ホームページから申し込み

公式戦「倉敷サンクスマッチ」のPRポスター「倉敷「夢」ポスター」のデザイン募集

対象は、市内在住・通学・通園の小学生以下。応募用紙に「わたしの夢と倉敷市とファジアーノ岡山」をテーマにした作品を描き、6月24日(月)(消印有効)までにファジアーノ岡山スポーツクラブへ郵送で。応募用紙は公



▲昨年採用された、平川想さん(二万小学校)のデザイン

も園、市立幼稚園・小学校で配布。優秀賞1点をポスターデザインに採用し、入賞者は9月29日(日)の倉敷サンクスマッチへ招待し記念品を贈呈

問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(〒704-8163岡山市東区升田614-11) ☎086-948-5654



olive House

営業時間/10:00~18:00 休み/日曜・祝日

あなたの家・不動産 買取ます! 査定無料!

一戸建て
土地
マンション
収益物件

株式会社
オリーブハウス
倉敷市新倉敷駅前3-111-1
(TEL) 086-523-5005
■宅地建物取引業者免許番号: 岡山県知事 (1) 第5804号

ひとりで悩んでいませんか?

～あなたの悩み解消の手助けをします～

相談無料

相談内容 労働相談・生活相談・法律相談
金融相談・奨学金相談 etc

相談日/月・水・金曜日(祝日は除く)
時間/10時〜17時
※但し、裁判や実務依頼される場合はそれぞれの
取り決め額の費用がかかります

(一社)岡山県労働者福祉協議会
ライフサポートセンターくらしき
倉敷市稲荷町 5-38(倉敷労働会館内)

ご相談はこちら(秘密厳守)
0120-60-3412

(広告) 広告の内容については、直接広告主へお問い合わせください。なお、広告内容は倉敷市が推奨するものではありません。

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

イベント名など100字程度(問い合わせ先電話番号必須)。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10日までにEメールか電子申請、持参で。掲載は抽選により決定。詳しくは、市ホームページで確認を。

問本庁くらしき情報発信課(西中新田640) ☎426・3061、Eメール koho@city.kurashiki.okayama.jp



健康講座など。50歳以上。15人。千500円(12回分)。申込方法など詳しくは、イキイキ・マイフルの会富岡氏 ☎080・1937・6994へ。

◆子どもわくわくコンサート

6月16日(日)14時～15時半、水島公民館で。「アイドル」勇気100%、指揮者体験など。無料。申し込み不要。詳しくは、倉敷アカデミックウィング事務局佐藤氏 ☎090・4897・8648へ。

◆初夏の楽しい音楽会 エレガントなギターの調べ

6月22日(土)13時半～15時、環境交流スクエア(水島愛あいサロン)で。高尾和樹(ギター)による映画音楽を中心とした演奏会。小学生以上。先着200人。無料。申込方法など詳しくは、環境交流スクエア ☎440・5511へ。

◆プロ野球公式戦

JERAセントラル・リーグ「阪神VS中日」 6月25日(火)。ウエスタン・リーグ「阪神VS広島」 7月26日(金)。倉敷スポーツ公園マスカットスタジアムで。倉敷市や県、

地元報道機関などで構成する「岡山にプロ野球を誘致する会」は、公式・オープン戦、キャンプなどの誘致活動を行っています。詳しくは、岡山にプロ野球を誘致する会 ☎463・7070へ。

◆市民公開講座「倉中医療のつづき」

6月26日(水)13時～14時、倉敷中央病院付属予防医療プラザで。熱中症についての講演。申込方法など詳しくは、倉敷中央病院広報室 ☎422・0210へ。

◆八間川調査隊

6月29日(土)9時～12時、東川町公民館集合。八間川で生き物調べや水質調査体験など。小学生と保護者。先着30人。無料。6月26日(水)までに電話かEメールで申し込み。電話 ☎440・0121、Eメール webmaster@mizushi-na-for.jp へ。

◆なつやすみリハビリのお仕事体験

①7月31日(水)(小学4年～

6年生) ②8月1日(木)(中学生)、川崎リハビリテーション学院で。リハビリ検査体験・治療器具作成など。①24人②12人。保護者同伴。無料。7月13日(土)までにホームページから申し込み。詳しくは、同学院 ☎464・1179へ。

◆かわさき夏の子ども体験教室

8月20日(火)・21日(水)9時～11時半(小学1年～4年生)、13時～16時(小学5年～中学生)。川崎医科大学現代医学教育博物館で。災害救助体験、医師体験、看護師体験、ドクターヘリ見学など。各日55人(保護者同伴)。無料。6月10

国・県・その他の団体からのお知らせ

◆二級河川里見川水系河川整備計画(原案)への意見を募集

6月7日(金)～7月8日(月)、県河川課・県政情報室、備中県民局総務課、本庁土木課、玉島支所建設課などで閲覧。意見がある人は閲覧期間中に問い合わせ先へ郵送かFAX、Eメールで。詳しくは、県河川課(〒700-8570岡山市北区内山下2-4-6) ☎086-226-7479、FAX086-223-2705、Eメール kasen@pref.okayama.lg.jp へ。

◆運輸業会社説明会

6月20日(木)14時～16時、本庁207会議室で。運輸業10社が参加する会社説明会。申込方法など詳しくは、倉敷わかものハローワーク ☎430・0705へ。

◆男おひとりさま料理カンタン教室

9月13日(金)・25日(水)・10月11日(金)・25日(金)・11月6日(水)・22日(金)・12月13日(金)13時半～17時、ライフパーク倉敷で。全7回。講師と男性サポーターが基本から丁寧に指導。50歳以上で料理初心者の方。18人。1万5千400円。8月16日(金)までに申し込み。詳しくは、シニア世代のサバイバル男料理の会小西氏 ☎090・6600・4607へ。

◀農林水産省公式YouTubeチャンネル

日(月) 24日(月)にホームページから申し込み。詳しくは、川崎学園 ☎462・1111へ。

自立の方から要介護まで 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

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

通所リハビリ・介護 おげんき倶楽部

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。

社会福祉法人 白寿会 倉敷市玉島1719 Tel.086-525-5001(または5002)

(広告) 広告の内容については、直接広告主へお問い合わせください。なお、広告内容は倉敷市が推奨するものではありません。

カンザスシティー市から姉妹都市提携 50周年記念訪問団が来訪！



▲50周年を記念して、ペギン・ブランク団長と伊東市長が訪問の記念品を贈り合いました。また、訪問団は琴の演奏や茶道を体験。日本の多様な文化に触れながら交流を深めました。

問本庁国際課 ☎426・3015

倉敷市と米国・カンザスシティー市は1972年5月に姉妹都市提携を結び、学生の相互派遣をはじめ、文化・芸術・スポーツなどさまざまな分野で市民交流を重ねてきました。2022年に姉妹都市提携50周年を迎えましたが、コロナ禍のためオンライン交流会などを行いました。今回、その記念訪問団として、4月15日～18日の日程で、姉妹都市提携功労者など市民29人が倉敷市を訪れました。滞在中は表敬訪問や文化交流、市内見学、これまで市民交流に参加した人々との再会など、半世紀にわたる旧交を温めました。

また、学生の相互派遣は昨年再開し、今年は7月に行う予定です。両市の新たな交流の輪がさらに広がります。

まちの話題



わが家のアイドル

令和5年
4月
生まれ



ふじわら しんたろう
藤原 慎太郎ちゃん
2日生まれ



まつい りゅうと
松井 琉翔ちゃん
2日生まれ



うへだ りは
植田 凛羽ちゃん
3日生まれ



おおさき つむぎ
大崎 紬生ちゃん
3日生まれ



たかふじ はく
高藤 春来ちゃん
3日生まれ



もりや りお
守屋 棕生ちゃん
4日生まれ



ひがし ここ
東 瑚幸ちゃん
5日生まれ



しげまさ りく
重政 碧玖ちゃん
14日生まれ



おおにし ちさと
大西 千智ちゃん
15日生まれ



とくだ さくら
徳田 さくらちゃん
24日生まれ



いとう じゅんや
伊藤 潤哉ちゃん
27日生まれ



ひうら かなた
日浦 奏汰ちゃん
28日生まれ

市内在住で、令和5年6月生まれの赤ちゃんの写真を募集します。6月10日(月)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)と必要事項を、下記2次元コードから電子申請で。抽選で「広報くらしき8月号」に掲載。掲載できなかった赤ちゃんは、抽選で市広報チャンネル(KCT314ch・たまテレ314ch)で放送します。



◀わが家のアイドル
掲載申し込み

ずっと気になっていた…
パソコン・スマホ

きちんと勉強してみませんか?

日本最大級のパソコン・スマホ教室

創業25周年 わかるとできる

電話受付時間：10時～20時 土日祝は16時まで(休校日あり)

株式会社プライマリー 岡山市北区富田341-10 ※入会する場合、別途入会金等がかかります。

個々に合わせた勉強で
しっかり身につきます!



無料体験
受付



まずは**7月**無料説明会に行こう!

各教室1日 3回 開催。
詳しくは教室まで。

イオンタウン水島校
☎ 086-448-3660

7月11日(木)

マルナカマスカット校
☎ 086-462-2121

7月12日(金)

マルナカ新倉敷校
☎ 086-441-8338

7月16日(火)

(広告) 広告の内容については、直接広告主へお問い合わせください。なお、広告内容は倉敷市が推奨するものではありません。

#素敵な庭とお家のこと



外装工事・エクステリアは地域密着・安心安全と実績の当社へお任せ!

お客様の声

多いお悩み

どこに頼めばいいかわからない。
自分の思いがなかなか理解してもらえない。
外構の予算がないから後にしよう。
お家を建てる時、建物にはこだわったけど外構工事まで気が回らなかった。

玄関まわりの段差

雨が降ったらドロドロになる

車が汚れる・乗り降りて雨に濡れたくない

道路・隣の家から丸見え

留守のときも荷物を受け取りたい

家族・友達が集うスペースがほしい

土間コンクリート・フェンス・カーポート・機能門柱など
お家のこと何でもお気軽にご相談ください。

ご相談・お見積りはもちろん無料!

エクステリアショップ **K・Reborn** なら
そんな悩みも解決できます。

✓ **ご予算にあったご提案**

✓ **満足度の高いアドバイス**

✓ **打合せ・追加工事も即対応**

全て自社でプランニングから施工までいたしますので
中間マージンの発生しない安心価格でご提供できるのです。



取扱いメーカー



三協アルミ



LIXIL



四国化成



ヨドコウ イナバ物置



(株)K・Reborn

素敵な庭、つくります

エクステリアショップ

(株)K・Reborn【(株)ケイ・リボーン】

株式会社 カツウラ 倉敷市羽島253-2

TEL:086-697-5171

営業時間/9:00~17:00 日曜日定休(ご予約の方のみ対応)

\インスタ、Googleはこちら!/\



【Instagram】

【Google】



国土交通省・経済産業省・環境省の補助金を利用して
省エネリフォームをすることが出来ます

断熱・高断熱窓・住宅設備など

YKK AP・LIXIL 合同

住宅リフォーム補助金セミナー開催

2024年度『先進的窓リノベ事業』『子育てエコホーム支援事業』

リフォーム補助金の概要を住設メーカー各社が詳しく解説

6/8(土)

(先着順 24 名様)

【会場】

マービーふれあいセンター

6/12(水)

(先着順 15 名様)

【会場】

倉敷商工会館

6/23(日)

(先着順 24 名様)

【会場】

水島愛あいサロン

6/29(土)

(先着順 30 名様)

【会場】

くらしき健康福祉プラザ

三協住宅サービス(株) ご予約はこちらから

☎ 086-421-8081

倉敷市宮前35-1

【営業時間】9:00~18:00【定休日】毎週月曜日、第1・第3・第5日曜日



先着順

参加無料

要予約

【セミナー時間について】

8日・23日・29日は10時~

12日は13時半~開始 (約90分)



地域若者サポートステーションは 「働きたい」あなたの一步を応援します



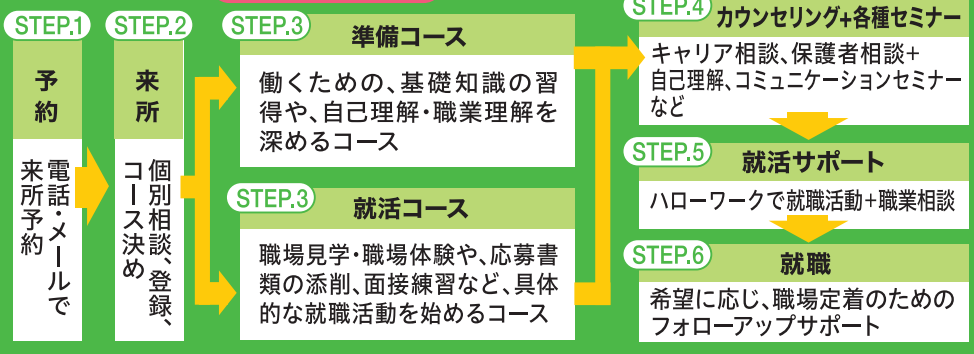
地域若者サポート ステーションとは？

働くことについて悩みを抱えている若者の皆さんが就労に向かえるよう、多様な支援サービスでサポートする機関です。来所相談・カウンセリング・若者キャリア開発プログラム等を提供し、職業的自立の支援を個別的・継続的・包括的に実施します。

対象 15歳～49歳の方とその保護者
(50歳以上の方もご相談ください)

支援の流れ

予約制 相談無料



●そのほかにもプログラムいろいろ。まずはお問合せください。

安心！ 職場見学体験

求人募集している企業にサポステスタッフが同行。職場見学・体験を実施。

合同 企業説明会

この説明会で出会ったご縁から就職に繋がった例も多数。

職業 講話

企業で働く先輩たちから仕事への思いや経験談を聞き、職種や職業を知ろう。
※ご参加いただける企業様も募集中！

くらしき地域若者サポートステーションは、厚生労働省・岡山県委託事業で、労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団が運営しています。

就職氷河期世代を応援しています！！

くらしき地域若者サポートステーション

☎086-486-5162

開館日 平日9:00～17:00

休館日 土日祝日・年末年始

〒710-0055 倉敷市阿知1-7-2 くらしきシティプラザ西ビル5F

FAX.086-486-5163

<https://kura-sapo.roukyou.gr.jp/>



皆様に愛されて、
25 周年。



預金保険制度
対象商品

創立 25 周年記念定期預金、期間限定で販売いたします！

創立 25 周年記念定期預金
アニバーサリー 25

販売期間：令和 6 年 6 月 3 日～令和 6 年 9 月 30 日

※アニバーサリー 25 は預金保険制度の対象商品です。決済用預金を除く他の預金と合算して、お一人様元本 1 千万円までとのお利息は、預金保険の対象となります。



朝銀西信用組合 倉敷支店

〒712-8022 岡山県倉敷市水島北緑町 8-7

☎0120-798-602

朝銀西信用組合はファジャー岡山を応援しています。



© 2017 F.O.S.C.



介護保険

令和6(2024)～8(2026)年度に65歳以上の人(第1号被保険者)に納めていただく介護保険料額が決定しましたのでお知らせします。また、介護保険制度が次のとおり改正されました。

主な改正点等

- 介護保険料額が変わります 2
- 介護サービスを利用する際の主な変更点について 4



倉敷市高齢者保健福祉計画及び 倉敷市介護保険事業計画を策定しました。

令和6(2024)年度から令和8(2026)年度までの3年間の高齢者の介護サービスや保健福祉施策のあり方、介護保険料等について定める第9期計画を策定し、市ホームページに掲載しています。

計画に基づき、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、地域包括ケアシステムをさらに推進し、「温もりあふれる健康長寿のまち 倉敷」の実現を目指します。

具体的には、高齢者が元気で活躍できる地域づくりを進め、介護予防や健康づくり、フレイル予防に取り組むとともに、ボランティア活動の推進や生活・介護支援サポーターの養成など、地域で活躍する人づくりを強化します。

また、認知症基本法を踏まえ、認知症の方やその家族の経験・思いなどの発信支援や社会参加の機会の確保に努め、認知症の方を含めた地域共生社会の実現に向けた取組を推進します。

さらに、認知症や医療・介護が必要になっても、在宅生活を希望する高齢者の願いが叶えられるよう、在宅医療・介護の連携などを進めるとともに、介護人材の確保と資質向上を進めます。

高齢者人口の急増に伴う介護保険利用者の増加等により、介護保険料の基準額を年額75,000円（月額6,250円）から、年額77,400円（月額6,450円）に変更しました。

みなさんが、どの介護保険料の段階に該当するかは、毎年度6月中旬に郵送いたします。

介護保険料決定通知書又は介護保険料納入通知書にてご確認ください。

65歳以上の人(第1号被保険者)の介護保険料額(令和6(2024)～8(2026)年度)

保険料段階	市町村民税	対 象 と な る 人	保険料額（年額）
①	世帯全員が 非課税	・ 世帯全員が市町村民税非課税で、老齢福祉年金受給者 ・ 生活保護受給者	22,060円 (基準額×0.285)
②		・ 本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円以下の人	32,900円 (基準額×0.425)
③		・ 本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が120万円超えの人	51,480円 (基準額×0.665)
④	本人が非課税 で世帯の誰か が課税	・ 本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円以下の人	66,180円 (基準額×0.855)
⑤		・ 本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円超えの人	77,400円 (基準額)
⑥	本人が課税	・ 本人の前年の合計所得金額が120万円未満の人	92,880円 (基準額×1.20)
⑦		・ 本人の前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の人	100,620円 (基準額×1.30)
⑧		・ 本人の前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の人	116,100円 (基準額×1.50)
⑨		・ 本人の前年の合計所得金額が320万円以上420万円未満の人	131,580円 (基準額×1.70)
⑩		・ 本人の前年の合計所得金額が420万円以上520万円未満の人	147,060円 (基準額×1.90)
⑪		・ 本人の前年の合計所得金額が520万円以上620万円未満の人	162,540円 (基準額×2.10)
⑫		・ 本人の前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満の人	178,020円 (基準額×2.30)
⑬		・ 本人の前年の合計所得金額が720万円以上820万円未満の人	185,760円 (基準額×2.40)
⑭		・ 本人の前年の合計所得金額が820万円以上920万円未満の人	193,500円 (基準額×2.50)
⑮		・ 本人の前年の合計所得金額が920万円以上の人	201,240円 (基準額×2.60)

※合計所得金額は、マイナスの場合0円で計算します。

●用語説明

※老齢福祉年金とは

明治 44 年 4 月 1 日以前に生まれた方または大正 5 年 4 月 1 日以前に生まれた方で一定要件を満たした人が受給している年金です。

※課税年金収入額とは

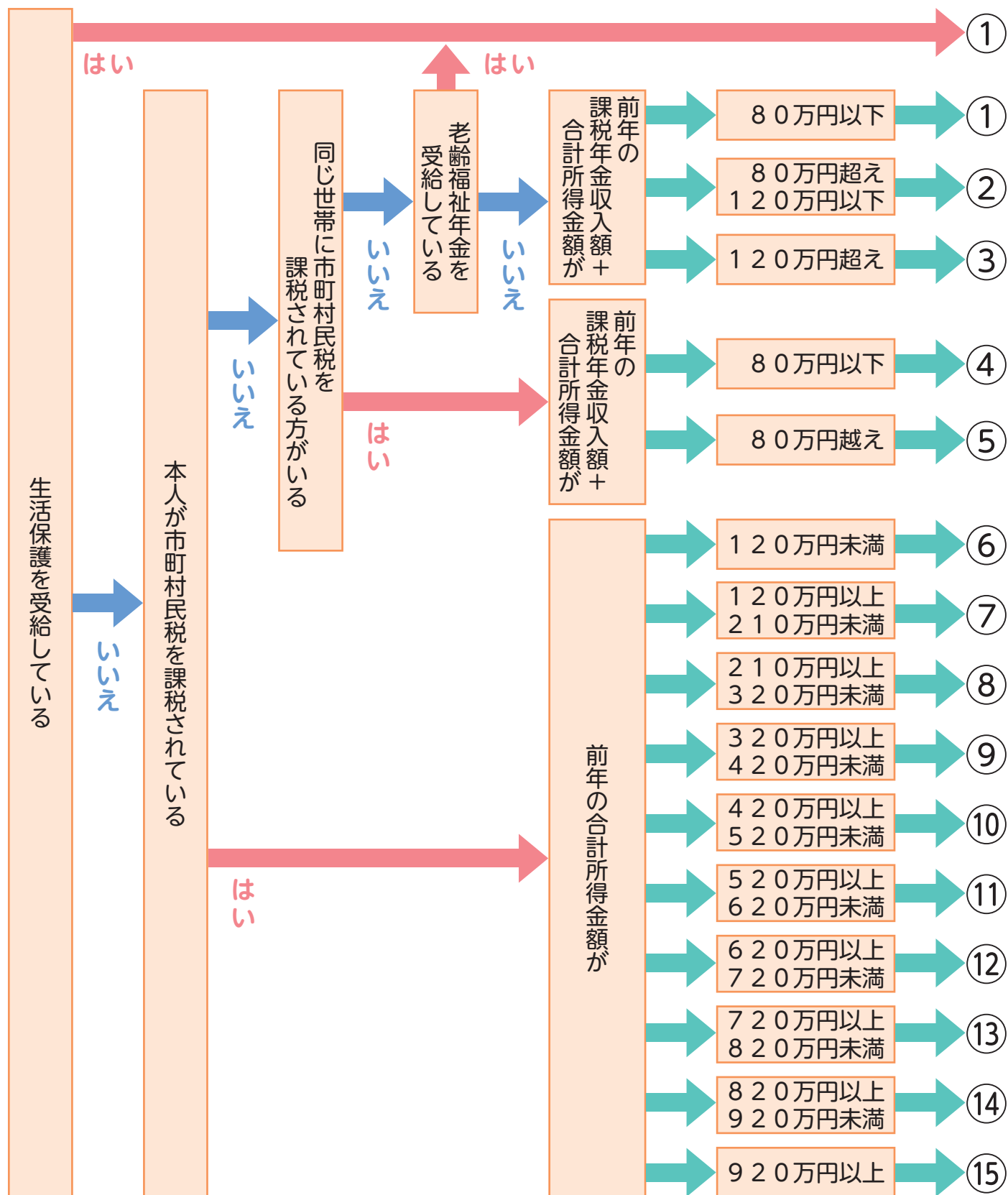
市町村民税の課税対象とされる公的年金等の収入金額のことで、遺族年金、障害年金、老齢福祉年金などは含みません。

※合計所得金額とは

地方税法上の合計所得金額（地方税法第 292 条第 1 項第 13 号に規定される合計所得金額（各種所得控除前の所得金額をいいます。）から租税特別措置法に規定される長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した後の金額をいいます。）

(注) 第 1 ～ 5 段階の判定に用いる合計所得金額について

- ・給与所得（所得税法第 28 条第 1 項）が含まれる場合は、当該給与所得については、当該額（租税特別措置法第 41 条の 3 の 3 第 2 項の規定による控除がある場合は、その控除前の金額）から 10 万円を控除した額（0 を下回る場合には、0 とします。）として計算します。
- ・公的年金等に係る雑所得（所得税法第 35 条第 2 項第 1 号）が含まれる場合は、合計所得金額から当該額を控除した金額とします。



令和6年4月から

指定を受けた居宅介護支援事業所でも要支援のケアプランを依頼することができるようになります。

居宅介護支援事業者が介護予防支援事業者としての指定を受けることが可能となることに伴い、要支援の方の介護予防サービス計画等（ケアプラン）の作成を、地域包括支援センター（高齢者支援センター）だけでなく、介護予防支援の指定を受けた居宅介護支援事業所にも依頼することができるようになります。

令和6年4月から

一部の福祉用具について貸与・販売の選択利用ができるようになります。

利用者の過度な負担を軽減しつつ、制度の持続可能性の確保を図るとともに、福祉用具の適時・適切な利用、利用者の安全を確保する観点から、一部の福祉用具について貸与と販売の選択制が導入されます。選択対象の福祉用具は下記のとおりです。利用にあたっては介護支援専門員（ケアマネジャー）へご相談ください。

- ・スロープ（取り付けに際し、工事を伴わないもの）
- ・歩行器（歩行車を除く）
- ・単点杖（松葉づえを除く）及び多点杖

選択制の対象となる福祉用具

令和6年8月から

介護施設の居住費に係る基準費用額が見直されます。

近年の光熱水費の高騰に対応し、在宅で生活する方との負担の均衡を図る観点から、令和6年8月より、基準費用額（居住費）が日額60円引き上げとなります。なお、利用者負担第1段階の多床室利用者については、その利用者負担が増えないよう0円で据え置かれます。

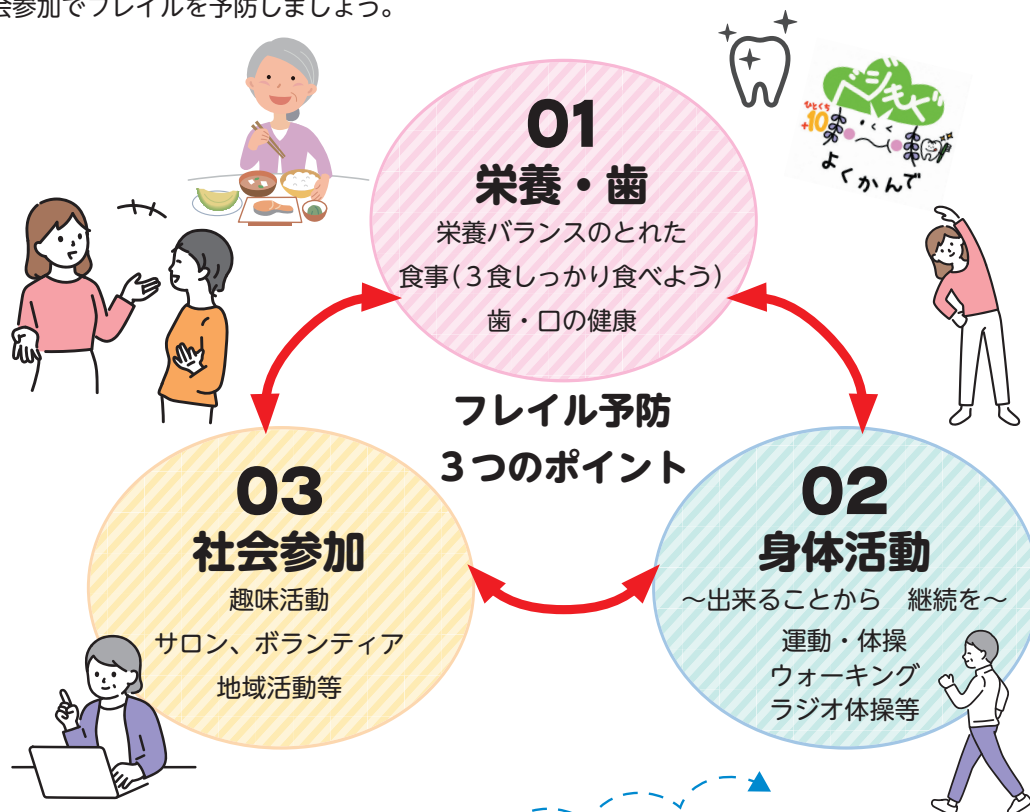
			基準費用額 (日額)	負担限度額(日額) 【 】はショートステイの場合			
				第1段階	第2段階	第3段階①	第3段階②
食 費			1,445 円	300 円 【300 円】	390 円 【600 円】	650 円 【1,000 円】	1,360 円 【1,300 円】
居 住 費	多床室	特養等	915 円	0 円	430 円	430 円	430 円
		老健・医療院等	437 円(※)	0 円	430 円	430 円	430 円
	従来型 個室	特養等	1,231 円	380 円	480 円	880 円	880 円
		老健・医療院等	1,728 円	550 円	550 円	1,370 円	1,370 円
	ユニット型個室的多床室		1,728 円	550 円	550 円	1,370 円	1,370 円
	ユニット型個室		2,066 円	880 円	880 円	1,370 円	1,370 円

※一部の施設(介護老人保健施設においては「その他型」及び「療養型」、介護医療院においては「Ⅱ型」)については令和7年8月より多床室の基準費用額が 437 円/日 ⇒ 697 円/日 に変更となります。

これからも 自分らしく すごすために

フレイルって何だろう？

「フレイル」とは、加齢とともに運動・認知機能が低下し、心身がストレスに弱くなっている状態のことです。フレイルに早めに気づき、適切な取り組みをすることで改善と言われています。栄養バランスのとれた食事・歯と口の健康、身体活動、社会参加でフレイルを予防しましょう。



フレイルを予防する食事の 1 2 3

ワン ツー スリー

いろいろな食品を食べることは、栄養状態を良好に保つことができ、フレイル予防につながります。からだの機能の維持や筋肉・体力の維持のため、下の絵の10品目のうち、7品目以上の食品を毎日食べましょう。二重丸で囲まれた品目は、たんぱく質を多く含む食品なので、特に意識して食べましょう。

合言葉は… **さ あ に ぎ や か に い た だ く**



健康教室に参加してみよう！

● 転倒予防教室

フレイル予防、運動などを楽しく学ぼう！

● 認知症予防教室

脳トレや運動などの認知症予防をやってみよう

● 出前健康講座

仲間を集めて、講師を呼ぼう！

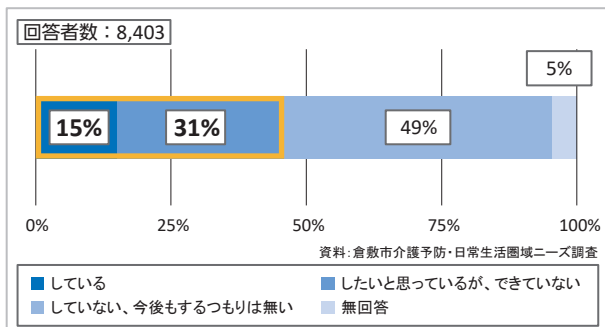
○ 日程や会場についての問い合わせ先

くらしき健康福祉プラザ 介護予防事業 Tel: (086) 434-9861 (火曜日～土曜日 8時30分～17時15分 ※祝日は除く)

生涯現役！経験を活かしてみませんか？

ボランティア活動の効果について

倉敷市が高齢者の方を対象に行ったアンケートでは、「ボランティア活動をしている」または「したいと思っている」と回答した方が5割近くいました。



また、「している」と回答した方は、他と比べて生活の満足度・幸福度がともに高くなっていました。ボランティア活動に参加することで、やりがいや生きがいを感じ、生活の満足度や幸福度を高めることにつながるとうかがえます。

ボランティアを始めるには

倉敷市では、ボランティア活動を始めたい方を応援するため、「**倉敷市いきいきポイント制度**」を行っています。

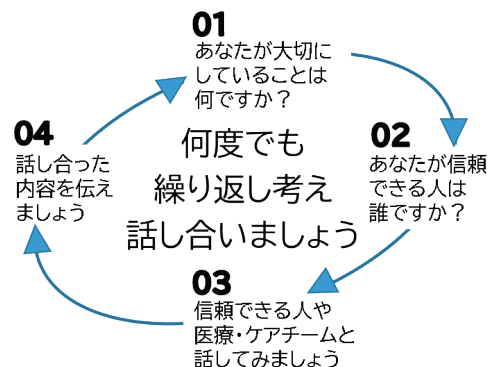
この制度に登録すると、ボランティア受入先の紹介、活動先選びのお手伝いなどの支援が受けられます。また、ボランティア活動の実績に応じて貯まった**ポイントを換金**することができます。



年間 **5,000 円**
まで換金できます

○制度に関する問い合わせ先
倉敷市社会福祉協議会
倉敷ボランティアセンター
TEL: (086) 434-3350

元気なうちからはじめてみませんか？



Q 人生会議ってなに？

▲ もしもの時のために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取組みを**人生会議 (ACP: アドバンス・ケア・プランニング)**と呼びます。

Q 何を話そう？

▲ 例えば・・・自分が大切にしていることや生きがい、もしもの時の延命治療希望の有無やどこで療養したいか、介護が必要になった時に、どこ(家や施設など)で生活がしたいか、など。

Q なぜ必要なの？

▲ 誰でも、いつでも命にかかわる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約7割の方が、医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。

だからこそ、希望する医療やケアについて、**自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが重要**です。

認知症と共に生きる地域へ

認知症ってなに？

認知症は、様々な原因で脳の働きが悪くなり、記憶力や判断力などの認知機能が低下することで、日常生活に支障が出ている状態をいいます。

2025年には 65歳以上の約5人に1人 になるといわれています。今や認知症は誰もがなり得るもので、多くの人にとって身近なものになっています。



認知症かな？またはもの忘れで不安になったら・・・

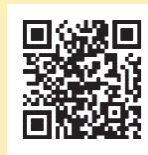
早く気づいて対応することで、その後の病気の進行を遅らせることや、介護の負担軽減につなげることができます。「認知症かな」「家族のもの忘れが気になるけど、どうしたらいい？」と思ったら、まずは身近な相談窓口にご相談してみませんか。

必要に応じて、認知症初期集中支援チーム（認知症サポート医である専門医・看護師・社会福祉士等からなるチーム）のサポートを受けることができます。

まずは、かかりつけ医もしくは、高齢者支援センターへご相談ください。

認知症は、
早期診断・早期対応 が
大切です。

『もの忘れがはじまったら～認知症に備えるパンフレット～』は二次元コードからご覧いただけます。



倉敷市認知症サポーター犬
笑（えみ）ちゃん

仲間や専門職等と出会える場

● 認知症カフェ

認知症の人とその家族、地域の人など、誰でも気軽に集い、つながることができる「認知症カフェ」。みんなで気軽に話しができる居場所を目指します。詳しくはホームページをご覧ください。



● 本人ミーティング

認知症の診断を受けた方同士が集まり、本人が主になって、自分の体験や思いなどを語り合う場です。

同時に家族の交流会も実施しています。

日程は、ホームページをご覧ください。



外出時に活用してみませんか？ ～認知症による行方不明への事前の備え～

● GPS 端末の購入費等助成（上限 1 万円）

【注意】 購入・レンタル開始前の事前申請が必要。

購入・レンタル開始後は受け付けていません。

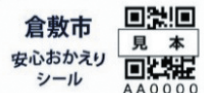
※対象者、機器、経費等に要件があります。

● 倉敷市安心おかえりシール交付（50 枚まで無料）

⇒あらかじめ身の回りの物（服や鞆等）に貼ることで、外出後に保護された際に、発見・保護してくれた方とご家族が専用ホームページで連絡を取り合うことができます。

地域の皆様へ

倉敷市安心おかえりシールを貼った方が、困られているところを見かけた際には、声掛けと、二次元コードの読み取りにご協力ください。



高齢者に関する総合相談窓口

倉敷市 高齢者支援センター



高齢者が住み慣れたまちで安心して暮らしていくために、保健・医療・福祉に関する総合的な相談支援を行う拠点として、高齢者支援センター（地域包括支援センター）を設置しています。お住まいの地域の高齢者支援センターは右の二次元コードを読み取ってご確認ください。



高齢者のさまざまな相談に応じます！

介護や健康のこと

- 介護保険や介護サービスの相談をしたい。
- 親の物忘れについて相談をしたい。
- 健康のために運動する場所を教えて。

権利を守ること

- 成年後見制度について知りたい。
- 近所の高齢者が虐待を受けている。



住みやすい地域づくりに取り組んでいます！

- 市内の65歳以上の方を対象に、家庭訪問をしています。
- 介護予防教室を開催しています。
- 介護サービス利用のためのお手伝いをします。
- 地域づくりに向けた話し合いや地域の活動を支援しています。
- 関係機関と連携して、高齢者の虐待や消費者被害の早期発見や防止に取り組んでいます。



問い合わせ先（1～4ページについて）

介護保険課

TEL (086) 426-3343

児島保健福祉センター 国保介護課

TEL (086) 473-1114

玉島保健福祉センター 国保介護課

TEL (086) 522-8185

水島保健福祉センター 国保介護課

TEL (086) 446-1123

玉島保健福祉センター 真備保健福祉課 国保介護係

TEL (086) 698-5112

問い合わせ先（5～8ページについて）

健康長寿課 地域包括ケア推進室

TEL (086) 426-3417