

Tsuyama Public Relations

広報津山

3
2018(平成30年)
No.760



特集“大人の発達障害”を知ろう! ②

市からのお知らせ(平成30年4月から国民健康保険の制度が変わります ほか) ④

まちかど写真館・おめでとう赤ちゃん(平成29年3月生まれ) ⑧・⑨

けいじばん ⑩

津山の歴史 あ・ら・か・る・と(江戸時代の印鑑) ⑬

注目! 今月の津山人(竹内彩佳さん) ⑳

暮らし、
ほんもの。



1月23日(火)・雪遊び
勝北風の子こども園(新野東)

あなたの心の声を聞かせてください
(事例紹介)

“大人の発達障害”
について知ろう!

【Bさんが抱える困りごと】

- ・大切な資料をよく無くしてしまう
- ・机の上の整理整頓ができていない
- ・作業の優先順位をつけることが苦手
- ・状況に応じて計画を修正することが苦手
- ・気になるものが身の回りにあると作業に集中できない



Bさん・20歳代

仕事をするときには、なるべく気になるものを身の回りに置かないように配慮してもらえると助かります。また、優先順位をつけることに迷っているときは、「何を」「どのよう」「いつまで」といったことを一緒に考えてもらえると助かります。

【Aさんが抱える困りごと】

- ・長い説明を聞き取ることが苦手
- ・たくさんの指示を与えられると混乱してしまう
- ・相手の言葉の意図を読み取ることが苦手
- ・「だいたい」や「急ぎで」などの曖昧な表現を理解することが苦手



Aさん・30歳代

ゆつくりと、短めの文章で、具体的に言ってもらえると理解しやすいです。「●●してはいけません」などの否定的な言葉よりも、「▲▲すると良いですよ」などの肯定的な言葉で伝えてもらえると分かりやすいです。口頭での説明だけでなく、メモや手順書など、目で見て分かる資料と一緒にあると理解しやすいです。

相談窓口のご案内

あなたらしく生きる方法を見つけよう!

障害の特性を「個性」として生かしながら社会で活躍する人は数多くいます。あなた自身の得意なこと・苦手なことを、まずはしっかりと知り、あなたらしく生きていく方法を一緒に考えていきましょう。

また、ご家族や地域の皆さんからのご相談も、お待ちしております。

相談窓口 障害福祉課 (市役所1階10番窓口)

連絡先 ☎32-2067、FAX32-2153、✉shoufuku@city.tsuyama.lg.jp

※発達障害情報・支援センターホームページ (<http://www.rehab.go.jp/ddis/>) でも詳しく掲載されています



4月2日 “世界自閉症啓発デー” フルーライトアップ

4月2日の「世界自閉症啓発デー」に合わせて、自閉症をはじめとする発達障害について、広く啓発するための取り組みです。発達障害について理解を広めるための基調色である“青”で、津山市のランドマークである津山城(鶴山公園)備中櫓をライトアップします。

自閉症の特性を理解し、ともに生きる環境づくりを進めましょう。

とき 4月2日(月)・3日(火)午後6時~10時

ところ 津山城(鶴山公園)備中櫓



苦手なこと、困ったこと、ありませんか?

“大人の発達障害”を知ろう!

「大人の発達障害」という言葉を聞いたことがありますか。発達障害といえば、子どもを連想する場面が多いと思いますが、近年、大人になってから発達障害の診断を受ける人が増えてきています。幼少期や学生時代と違い、社会人になってから経験する複雑な人間関係や社会生活の中で、「苦手なこと」や「困ったこと」などを感じて発達障害を意識し始める人もいます。障害の特性は一人ひとりさまざまです。周りの人から理解が得られず困っていたり、一人で悩んでいたりする人もいます。

この記事を通して、大人の発達障害について一緒に考えてみませんか。

障害福祉課(市役所1階10番窓口) ☎32-2067

このような困りごと
ありませんか?



突然、予定が変わると混乱し、動けなくなってしまふ。

初めての場所に行くと、とても不安になり、取り乱してしまう。

大事な仕事の予定を忘れたり、大切な書類を置き忘れたりすることがよくある。

自分の好きなことばかり話してしまい、誰かに止められないと、延々と話し続けてしまふ。

会議でメモを取ることが苦手で、書くことに一生懸命になってしまい、会議の内容が分からなくなってしまう。

発達障害の種類

「発達障害」とは、次に示す症状のもので、通常、低年齢で発現するものとされています。発達障害の種類を明確に分けて診断することは大変難しいとされ、障害ごとの特徴が重なり合って現れることもあり、障害の程度や年齢(発達段階)、生活環境などによっても症状は異なります。

広汎性発達障害(PDD) (特徴) 対人関係や社会性の障害。コミュニケーションの障害。パターン化した行動や興味・関心の偏り。聴覚、触覚などの感覚が過敏または鈍感。言語発達の遅れや知的な遅れを伴う場合がある。

注意欠陥多動性障害(ADHD) (特徴) 不注意なことが多く、集中できない。多動(よく動く)。多弁(よくしゃべる)。衝動的に行動する(考えるよりも先に動く)。知的な遅れを伴う場合がある。

学習障害(LD) (特徴) 「読む」「書く」「計算する」などの能力が全体的な知的発達に比べて極端に苦手。

※このほかにも、「言葉が詰まる(どもる)、発話しにくいなどの吃音症」や「突然、素早い不随意運動を繰り返すトゥレット症候群(チック)」なども発達障害に含まれます

健康

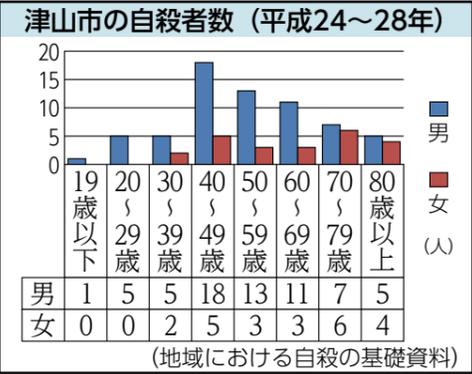
3月は自殺対策強化月間

岡健康増進課(津山すこやか・こどもセンター内) ☎32-2069、美作保健所(椿高下) ☎23-0145、岡山いのちの電話協会(岡山市) ☎086-245-4343

全国では平成28年に2万1,897人が、津山市では平成24～28年に88人が、自ら大切な命を亡くされています。自殺に至る理由の多くは、経済的な問題や人間関係の悪化、病気による身体的な痛みなどによるもので、「追い込まれた末の死」といわれています。

誰もが心の健康を損なう可能性があります。一人ひとりが、悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聞いて、必要な支援につなげて見守る「ゲートキーパー」であることを意識し、掛け替えのない命を大切にしましょう。

悩みやストレス、症状などがつらいときは、一人で抱え込まず誰かに相談しましょう。人と話すことで安心できたり、自分では気付かなかった解決策を見つけたりすることができます。



自殺予防セミナー

とき 3月24日(土)午後1時30分～3時30分
ところ グリーンヒルズ津山リージョンセンター(大田)
演題 心通うコミュニケーション～言い伝え方で変わる人間関係～
講師 中野満知子さん(アサーティブジャパン認定講師)
申し込み 不要

わかちあいの会

大切な人を自死(自殺)で亡くした人同士が語り合うことで、悲しみや苦しみを分かち合い、共に支え合うことを目的とした会です。
とき 3月8日(木) 午後1時30分～3時
ところ 美作保健所
申し込み 不要



下水道

下水道事業・農業集落排水事業が公営企業会計に移行

岡下水道課(市役所6階) ☎32-2100

市の下水道事業と農業集落排水事業は、平成30年4月1日から、地方公営企業法の財務規定などを適用し、公営企業会計に移行します。この2つの事業を公営企業会計にして、経営状況を明らかにすることで、独立採算性を高めることを目的としています。

この2つの事業ですでに取得している資産と負債を数値化して管理し、適正で継続性のある健全な経営を目指します。

下水道使用料の定期的な見直しも必要となり、市民の皆さんの生活にも影響します。ご理解とご協力をよろしくお願い致します。



情報

メディアリテラシーを身につけましょう

岡津山男女共同参画センター「さん・さん」(アルネ・津山5階) ☎31-2533

メディアリテラシーとは、情報の本質を読み解き、評価・識別して活用する能力のことです。

情報社会といわれる現代において、その膨大な情報の中には、虚偽のニュースや犯罪の誘引、固定観念の押し付けなど、負の要素も含まれています。そのような情報を無意識のうちに受け取り続けると、誤った知識や偏った考え方を抱えてしまう可能性があります。

例えば、テレビのドラマなどで、夜遅くまで働く夫と家で家事や育児をする妻の場面を見たことはありませんか。これは「男性は外で仕事、女性は家庭」という性別ごとの役割分担の意識を助長するものともいえます。情報を受け取る側も、情報を発信する側も、メディアリテラシーを高め、本質が何であるかを常に考えていくことが大切です。

国保

平成30年4月から国民健康保険の制度が変わります

岡保険年金課国民健康保険係(市役所1階9番窓口) ☎32-2071

平成30年4月から、国民健康保険制度の運営を県と市町村が共同で行うようになります。

- 【県の役割】** 岡山県内の市町村の国民健康保険の財政運営の責任主体となります。
- ・運営方針(県内の統一的な方針)の策定
 - ・県全体での国保の財政運営 など

- 【市の役割】** これまでどおり、加入者(被保険者)の皆さんに直接関係する事業を行います。
- ・保険証の発行や各種申請の受付
 - ・保険料の決定、賦課、徴収
 - ・特定健診や特定保健指導の実施 など

Q. 県内で転居したときの高額療養費の算定はどうなるの?

A. これまで、市町村の間で引越しなどを行った場合、加入する国民健康保険が変わるため、高額療養費の多数該当(12カ月以内に高額療養費の支給が4回以上ある場合に自己負担限度額が下がる仕組み)の回数は通算されていませんでした。今回の制度改正により、平成30年4月以降に県内の市町村で引越しなどを行った場合でも、回数を通算して算定することになります。

Q. 今、持っている保険証や限度額適用認定証はそのまま使えるの?

A. はい、使えます。被保険者の番号などは変わりませんので、今までどおり使用できます。

Q. 他の市町村の窓口でもいろいろな手続きができるの?

A. いいえ、できません。保険証の再発行や高額療養費の申請など、津山市に住民票がある人の手続きは、津山市役所本庁舎または各支所・出張所でお願います。

年金

国民年金保険料 学生納付特例制度

岡保険年金課国民年金係(市役所1階7番窓口) ☎32-2072、各支所・出張所担当課

所得が一定額以下の学生が申請することで、保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。申請時点から2年1カ月前までさかのぼった期間の申請もできます。

対象 大学などに在学する20歳以上で、前年所得が118万円以下の人

申請に必要な物 ①学生証(両面の写し)または在学証明書②年金手帳③印鑑④職場を退職後に学生になった人は離職票または雇用保険受給資格者証

承認期間 4月から翌年3月
 ※すでに申請済みで、平成30年度も在学予定の人には、4月中に日本年金機構から再申請のはがきが届きます。学生納付特例の適用を引き続き希望する場合は、必要事項を記入して返送してください



国保

国民健康保険 加入・脱退の届け出

岡保険年金課国民健康保険係 ☎32-2071 各支所・出張所担当課

退職や扶養から外れるなど、職場の健康保険を脱退したときや、他の健康保険に加入したときには、国保への届け出が必要です。

届け出に必要なものは?

- 世帯主の印鑑(スタンプ印不可)
- 個人番号(マイナンバー)が分かるもの・マイナンバーカード
- 個人番号通知カードなどと運転免許証などの顔写真付きの身分証明書
- 資格喪失証明書など健康保険をやめた日付が分かるもの(国保への加入の場合)
- 国保の保険証と新しくできた保険証(国保を脱退する場合)

届け出が遅れると...

さかのぼって保険料を納めることになったり、医療費をいったん全額負担することになったりします。家族や代理人でも手続き可能です。必ず早めに手続きをしてください。



参加者 宮川朝市は、平成8年に開設し、今年で22周年を迎えます。宮川沿線の有志町内会で運営していて、地元の新鮮な野菜や採れ立ての鶏卵、豆腐、石窯パン、蜂蜜、花など地域の特産品が出品されています。

市長 長い間、朝市の開催にご尽力くださりありがとうございます。また、草刈りなど周辺の環境整備もしてくださっていると聞きます。

参加者 お客さんに気持ち良く来てもらおうと、ゲートポールなどで河川敷を利用している人たちと協力し、環境美化に努めています。しかし、実行委員会のメンバーも高齢になってきて、環境整備や

テナントの設営などに苦労しています。また出店数が増えず、新たなお客さんが増えないのも悩みです。イベントを開催したり、出店料を下げるなどの工夫をしていますが、なかなか効果がでていません。

市長 市の担当課や広報でPRするなど協力したいと思っています。また、市内の高校生は地元の食材を使用した食品の開発などさまざまなことに積極的に挑戦しています。そういった若者の協力を得られると良いかもしれませんね。

参加者 宮川朝市では、昔ながらの手間暇かけたやり方で作ったものを販売しています。生産者が自分の作った商品の良さを、直接お客さんに自信を持って伝えることができることも、魅力の一つだと思います。

市長 近年、生産者とお客さんがふれあいが買えることが、少なくなってきたと感じます。そんな中で、このような体験ができることは、子どもにとっても大切なことだと思いますね。

参加者 今後も市民の皆さんに「宮川朝市に行けば何か面白いものがある」と言ってもらえるよう開催を続けていきたいです。

市長 宮川朝市をまちの風物詩としてこれからも残してほしいです。

第32回
とき 12月21日(木)
テーマ 宮川朝市の現状と今後

参加者
作州津山宮川朝市
実行委員会
村上光男さん(山下)
岡本俊則さん(池ヶ原)
頃安経隆さん(上之町)
岡田勢津子さん(林田)

市民と市長のふれあいトークを開催しました

関秘書広報室 ☎32-2029

シティプロモーションシリーズ⑩

SNSであなたの津山自慢を拡散しよう!

関秘書広報室(秘書) ☎32-2026

ツイッターやインスタグラムなど、SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)を利用する人が増えてきました。多くの人に瞬時に情報を伝えられる手段として、さまざまな場面で活用されています。「拡散」という言葉もよく耳にするようになり、SNSで話題になった出来事に人々が注目する時代となりました。市では、このSNSの機能を活用し、現在「#津山自慢キャンペーン」を実施しています。ツイッターかインスタグラムを使って、津山のまちであなたが市内外の人に自慢できることを投稿してください。投稿者の中から抽選で10人に「つやま和牛(5,000円相当)」をプレゼントします。詳しくは、特設ホームページ(<https://www.city.tsuyama.lg.jp/jiman>)をご覧ください。

市民の皆さんが津山のまちを自慢し、積極的に情報発信することがシティプロモーションの大きな力になります。ぜひ、ご参加ください! SNSを利用できない場合は、はがきでの応募も可能です。次の方法からご応募ください。

応募方法 ツイッターかインスタグラムで、津山自慢の内容と理由を「#津山自慢」を付けて投稿する(写真も投稿可)。または、はがきに①津山自慢の内容と理由②住所③氏名④電話番号を書いて送る(はがき1枚につき1投稿、1人10枚まで)

応募先 〒708-8501津山市秘書広報室「#津山自慢」係 締め切り 3月16日(金)必着



特設ホームページ QRコード

津山市城南駐車場の営業開始 と 津山駅北口駐車場の再開

関都市計画課(市役所5階) ☎32-2096

津山市城南駐車場

市が整備を進めている津山市城南駐車場が4月1日(日)から営業を開始します。津山城(鶴山公園)などの観光や商店街などを利用する際に、ご活用ください。また、定期駐車も受け付けています。定期駐車を希望する人はお問い合わせください。

ところ 津山郷土博物館南約80m(山下)

駐車可能台数 81台

駐車料金

最初の1時間まで=300円
以降、1時間ごと=100円
午後7時~翌日午前9時の間=上限500円
定期駐車=月額8,000円



津山駅北口駐車場

平成29年6月から利用を休止していた津山駅北口駐車場を、4月1日(日)から再開します。併せて短時間でも利用しやすい料金体系に改定します。

駐車可能台数 自動車=21台、自転車=約350台

駐車料金(自動車)

最初の30分まで=無料
30分超~1時間まで=100円
1時間超~3時間まで=300円
3時間超~12時間まで=500円
以後、12時間ごと=500円

駐車料金(自転車) 無料



証明書 証明書交付サービス 実施店舗が増えます

関住民票・印鑑証明・個人番号カードに関すること=市民課(市役所1階5番窓口) ☎32-2052
所得・課税証明書に関すること=税制課(市役所2階2番窓口) ☎32-2012

現在、コンビニエンスストアで実施している庁舎外での証明書交付サービスについて、4月1日(日)から全国のイオンモールの店舗でサービスの提供を開始します。

証明書交付サービスを利用するには、マイナンバーカード(個人番号カード)が必要です。この機会に、皆さん、マイナンバーカードの交付申請をしませんか。申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

対象となる証明書の種類 住民票の写し、印鑑登録証明書、所得・課税証明書

交付手数料 1通200円(通常、窓口交付の場合は300円)

サービス提供事業者 全国のイオンモールなど(4月1日~)、サークルKサンクス、ローソン、セブンイレブン、ファミリーマート、ポプラ(一部店舗のみ)



おめでとう赤ちゃん 平成29年3月生まれ (満1歳)



おがわ ひと
小川 維都ちゃん
3月13日生まれ
応募者 小川清香さん
たくさんの笑顔に囲まれて、元気いっぱい大きくなってね◎



さかもと あい
坂本 愛仁ちゃん
3月12日生まれ
応募者 坂本由香さん
いつも笑顔と癒やしをありがとう♡すくすく育ってね!



わたなべ ななこ
渡辺 菜々子ちゃん
3月11日生まれ
応募者 渡辺仁美さん
1歳おめでとう☆これからも元気いっぱい大きくなろうね♡



やまもと りょうと
山本 稜登ちゃん
3月10日生まれ
応募者 山本典明さん
誕生日おめでとう。これからもよろしくね!



つるた ぬると
鶴田 暖人ちゃん
3月8日生まれ
応募者 鶴田梨恵さん
いっぱい食べて元気に遊ぼうね!!



いけだ しおり
池田 汐里ちゃん
3月19日生まれ
応募者 池田千夏さん
これからも元気に大きくなってね!



おほら あさと
小原 旭登ちゃん
3月18日生まれ
応募者 小原 彩さん
お兄ちゃんと元気に大きくなあれ!



にしもと としや
西本 寿也ちゃん
3月17日生まれ
応募者 西本孝也さん
生まれてきてくれてありがとう♡笑顔で元気いっぱい育ってね!



すみよし とうり
住吉 翔環ちゃん
3月15日生まれ
応募者 住吉稚菜さん
生まれてきてくれてありがとう!笑顔の可愛い翔環くんが大好きです♡



たかしま あくと
高島 煌斗ちゃん
3月13日生まれ
応募者 高島大輝さん
1歳おめでとう!大好きだよ♡これからも元気に大きくなってね!



きよとも づき
清友 結月ちゃん
3月31日生まれ
応募者 清友恵子さん
結月ちゃん、元気がかわいく育ってね!



かわしま けんしん
川島 健新ちゃん
3月29日生まれ
応募者 川島文香さん
日々成長する姿に感動だよ♡これからも思い出いっぱい作ろうね♪



のせ さら
能勢 彩良ちゃん
3月28日生まれ
応募者 能勢智可さん
1歳おめでとう☆だすきだよ~♡



おほし ゆり
大橋 友理ちゃん
3月24日生まれ
応募者 大橋弘幸さん
ゆりちゃん1歳おめでとう♡ますます可愛くなってね!!



やまもと ふくとろう
山本 福多朗ちゃん
3月21日生まれ
応募者 山本明男さん
いつもニコニコ笑顔の福ちゃん、元気に大きくなってね!!

平成29年5月生まれ 募集中!

対象 平成30年5月に満1歳の誕生日を迎える赤ちゃん(津山市在住)
締め切り 3月9日(金)午後5時必着
図書広報室(広報) ☎32-2029

応募方法 赤ちゃんの「氏名、ふりがな、生年月日」と、応募者の「氏名、住所、連絡先、お子様へのひとこと」を明記し、写真を添えて、Eメールまたは郵送で送付(Eメールの容量は10メガバイト以内)
送付先 kouhou@city.tsuyama.lg.jp または〒708-8501津山市山北520秘書広報室 ※掲載人数によりお子様へのひとことが掲載できない場合があります。応募者多数の場合は抽選



1/7.13

感動をありがとう! 全国大会準優勝

第26回全日本高等学校女子サッカー選手権大会 準優勝 作陽高校女子サッカー部



平成29年12月30日~平成30年1月7日に神戸総合運動公園ユニバー記念競技場(兵庫県)などで行われた第26回全日本高等学校女子サッカー選手権大会で、作陽高校女子サッカー部が準優勝し、津山が喜びに沸きました。1月7日の決勝戦では、津山市役所とアルネ・津山内に開設したパブリックビューイングで、大勢の市民らが声援を送りました。

同月13日に津山文化センター(山下)で準優勝祝賀会・報告会が行われ、約600人の市民らが選手たちの活躍を称えました。市では、この快挙に対し、作陽高校女子サッカー部に津山市スポーツ栄誉賞を贈りました。

1/7

防火・防災の決意を新たに

平成30年津山消防出初式

消防出初式が吉井川河岸緑地公園南岸(横山)で行われました。消防職員や消防団員、防火クラブ員、消防クラブ員など約1,000人が参加し、市民が安心・安全な生活を送ることができるよう決意を新たにしました。



1/1

新年の初走りに爽やかな汗

第43回津山元旦走り初め大会

毎年恒例の元旦走り初め大会が、グリーンヒルズ津山リージョンセンター(大田)北側を発着点に開催されました。過去最多となる530人のランナーが参加し、約3kmのコースに汗を流しました。



けいせいばん

お知らせ

身体障害者巡回更生相談

とき 3月15日(木)午前11時～正午
 ところ 神南備園(大谷)
相談内容 肢体不自由・聴覚障害に関すること
持ってくるもの 印鑑、身体障害者手帳、使用中の補装具、年金額の分かるもの
申込方法 障害福祉課に電話または、直接申し込む
障害福祉課(市役所1階10番窓口) ☎32-2067、FAX 32-2153
 その他の相談は18ページにも掲載しています

家畜を飼育している皆さんへ

家畜伝染病の発生防止のため、県への報告が必要です。

12月中のひとの動き (1月1日現在)

人口	102,254人 (前月比△37)
男	48,906人 (同△33)
女	53,348人 (同△4)
世帯	45,095世帯 (同△26)
転入	172人
出生	60人
転出	168人
死亡	101人

3月の納税 (納期限: 4月2日(月))

- 国民健康保険料 (普通徴収) 第9期
- 後期高齢者医療保険料 (普通徴収) 第9期
- 介護保険料 (普通徴収) 第10期

日曜納税窓口
 3月25日(日) 午前9時～午後4時
 納税課(市役所2階1番窓口)

広告募集中

広報津山で市民の皆様へPRしませんか?
公用車広告募集中
 お問い合わせ ☎092-716-1404
 株式会社ホープ

春のスポーツ教室 参加者募集

- ①第1期ふれあいニュースポーツ教室
 とき 4月11日～6月13日の水曜日(全10回) 午前9時30分～11時30分
 ところ 津山総合体育館ほか
 定員 50人程度
 参加費 3,000円(予定)
- ②第1期ふれあいグラウンド・ゴルフ教室
 とき 4月11日～6月13日の水曜日(全10回) 午前9時30分～11時30分
 <予備日: 6月20日(水)、27日(水)>
 ところ 中央公園グラウンド(山北)ほか(雨天時は津山総合体育館)
 定員 50人程度
 参加費 3,000円(予定)
- ③第1期にこにこ体カトレーニング教室
 とき 4月20日～7月27日の金曜日 および、7月19日(木)(全12回) 午前9時30分～11時
 ところ 津山総合体育館
 定員 60人程度
 参加費 3,900円(予定)



共通項目

対象 ①②=市内在住・在勤の人(予定者含む)、③=市内在住の人
申込期間 3月15日(木)～26日(月)
申込方法 スポーツ課に備え付けの申込書(市スポーツ課ホームページから印刷可)に必要事項を記入し、ファクスまたは窓口で直接申し込む
 ※申し込み多数の場合は抽選
 ※参加費は傷害保険料を含む

モーニングスポーツサービス
種目・とき 卓球=4月10日(火)～毎週火曜日午前9時30分～11時、バドミントン=4月13日(金)～毎週金曜日午前11時～午後0時30分
ところ 津山総合体育館
対象 市内在住の人
参加費 1回300円(予定)
 ※参加費は変更になる場合があります。申し込み時にご確認ください
問 スポーツ課(津山総合体育館内) ☎24-0202、FAX 24-7235

『つやま広域企業ガイド2019』配布

県北地域への就職を希望する学生をサポートするため、企業の概要や待遇、採用実績などを掲載した冊子を発行し、希望者に配布しています。就職活動のための情報収集にご活用ください。

掲載企業数 県北地域の企業約190社
対象 平成31年3月に大学、大学院、短大、高校、高等専門学校、専修学校を卒業予定の人
 ※請求方法など、詳しくはお問い合わせください
問 津山広域事務組合(津山圏域雇用労働センター内) ☎24-3633

トライアルステイ(お試し住宅)を開始します

津山圏域(津山市、鏡野町、勝央町、奈義町、久米南町、美咲町)外から移住を希望する人に、津山市での生活環境の体験や仕事探しを行うための機会を提供します。

利用開始日 4月2日(月)
提供場所 材木町61-2
対象 圏域外から津山市へ移住を希望する人または移住を検討している人で3日以上利用する人
体験料 3日以上7日以内11万円、8日以上14日以内12万円
 ※寝具や食事は利用者が用意
 ※申込方法など、詳しくはお問い合わせください

法定相続情報証明制度をご利用ください

相続人が被相続人の出生から死亡までの戸籍謄本などを添えて法務局に申し出を行うことで、法定相続人が誰であるかを証明する書類を無料で交付する制度です。この制度を利用することで、その後の各種相続手続で戸籍謄本などの書類提出が省略できます。

事務局ホームページ(http://www.moj.go.jp/MINJI/minji05_00284.html)をご覧ください
法務局へお問い合わせください

募 集

自衛隊幹部候補生・自衛官候補生募集
募集種目 自衛隊幹部候補生(一般「海・空飛行幹部要員含む」・歯科・薬剤科)・自衛官候補生
 ※種目により応募資格や試験日が異なります。申込方法など、詳しくはお問い合わせください
自衛官候補生は、年間を通じて募集しています
問 自衛隊岡山地方協力本部津山出張所(山下) ☎22-5637

問 仕事・移住支援室 ☎24-3787
問 岡山山地方務局津山支局(田町) ☎22-9155

[介護保険] デイサービスセンター 利用者が楽しく快適・安全に過ごせる機能回復施設です。

つやま西健康クラブ 津山市戸島634 お問い合わせ TEL.28-7331 [担当:森本]	つやま健康クラブ 津山市元魚町60-1(津山郵便局前) お問い合わせ TEL.25-1030 [担当:河井]	おばら健康クラブ 津山市小原79-5(本渡記念循環器クリニック内) お問い合わせ TEL.31-3005 [担当:水島]
--	---	---

■当施設をご利用できる方
 介護保険・要介護認定にて **要支援** **要介護** と認定された方
 ご利用を申込むには 津山市地域包括支援センター(津山市役所1階) TEL.0868-23-1004 または、担当ケアマネジャーさんまたは、各クラブ担当者に直接お電話ください。

今の仕事に満足していますか?
サポート いたします!

700700 検索

各種アウトソーシング人材派遣業 労働者派遣業 派 33-010057
GROP 株式会社グロップ 津山オフィス 津山市川崎143-1 ☎0120-700-700 直通:0868-21-8877

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。津山市が特に推奨等するものではありません。広告の内容について、詳しくは広告主へお問い合わせください。



◆情報ホットライン: 毎時57分~00分
◇3月のこのにちは市役所さんの放送はありません
※放送日時に変更になる場合があります

テレビ津山
毎朝6時~深夜0時

市営墓地区画使用者募集

募集区画(1区画4㎡) ①市営沼墓地(沼463番地) ②6区画、③市営志戸部墓地(志戸部380番地) ④2区画
応募資格 平成30年3月23日時点で津山市に1年以上居住している人(1世帯につき1区画のみ応募可)
永代使用料(1区画あたり) ①4万8千円、②36万円
応募方法 環境生活課(市役所1階1番窓口)に備え付けの申請書に必要事項を記入し、窓口へ直接提出する
募集期間 3月1日(木)~20日(火)
抽選日 3月23日(金)午後2時

抽選会場 津山市役所2階202会議室
※抽選日に会場に来られない場合は応募の取り消しとなります
平成30年度津山市奨学金・磯野記念奨学金奨学生募集
奨学金を無利子で貸与します。
津山市奨学金
対象・月額 高校生(高等専門学校1~3年生)11万円、4千円、大学生(高等専門学校4~5年生)13万円、大募集人数 高校生13人、大学生17人
磯野記念奨学金
対象・月額 大学・短期大学・専修学校・高等専門学校に進学した人13万円

津山市消防団員募集
消防団は、火災や災害から地域を守る大切な組織です。あなたも消防団員になって一緒に地域を守りませんか。
活動内容 火災や台風、集中豪雨、地震などの災害発生時の消火や救助、救出、安否確認、避難誘導、行方不明者の捜索、平常時の訓練や講習、防火広報活動など
待遇 消防団員は特別職の非常勤公務員です。年額報酬や退職報償金(5年以上勤務の場合)、公務災害補償など手厚い制度を備えています
※入団方法など、詳しくはお問い合わせください
津山市消防団事務局(津山圏域消防組合内:林田) ☎22-1190

募集人数 1人
共通項目
応募資格 次のすべてに該当すること①本人または保護者などの学資負担者が津山市に住所を有する②学業・人物ともに優秀で経済的理由により修学が困難と認められる③本人の属する世帯に市税などの滞納がない
償還方法 卒業6カ月後から、貸与月額の半額を毎月返還(返還猶予あり)
申込方法 生涯学習課に備え付けの申請書に記入し、直接提出する
申込期間 3月1日(木)~4月13日(金)
※貸与月額は学校の種類によって異なる
※津山市奨学金には、成績基準と所得基準あり
※津山市奨学金には、定住促進策として、一部返還免除(3分の1)制度あり
生涯学習課(市役所東庁舎3階) ☎32-2009
エスぺリアお楽しみ会「キーホルダー作り」参加者募集
とき 3月10日(土)午前10時~
ところ 加茂町文化センター1エスぺリア(加茂町塔中)

内容 プラスチック板を使用したキーホルダー作り
参加費 500円(材料費含む)
定員 40人(先着順)
締め切り 3月6日(火)
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください
加茂町文化センター ☎42-7031
早春ウォークinつやま参加者募集
とき 3月25日(日)受付午前9時、開始午前10時
ところ 加茂町スポーツセンター(加茂町中原) 発着コース サムハラ神社(加茂町中原) 周辺を巡る約7km
対象 小学生以上(18歳未満は保護者の同意書要。小学生は保護者同伴)
定員 200人(応募者多数の場合は抽選)
参加費 500円(保険代など)
申込方法 津山総合体育館などに備え付けの申込書に記入し、郵送、ファクスまたは直接提出する
締め切り 3月14日(水)
☎708-0004 津山市山北669 津山市体育協会事務局(津山総合体育館内) ☎24-0202、☎24-17235

つやま援農塾 塾生募集

新たに農業を学びたい人や退職後に農業をしたい人が、実践的に農業を学ぶ場です。
研修日 4月~10月の平日
内容 ピオーネまたは野菜(ショウガ、アスパラガス、ブロッコリー、ジャンボピーマン)の栽培方法を学ぶ
対象 市内に在住し、農産物の販売を目的とした農業を目指す人(家庭菜園志向の人は除く)
定員 各15人(先着順)
料金 500円(保険料など)
申込方法 農業振興課(市役所4階)、各支所・出張所担当課またはJATつやま東部管農経済センター(野村)に備え付けの申込書に記入して直接提出する

締め切り 3月16日(金)
※詳しくは、お問い合わせください
園農業振興課 ☎32-2079
グラスハウス講座参加者募集
ノルディックウォーク初心者講習会
とき 3月21日(祝)午前10時30分~11時30分
ところ グラスハウス(大田)周辺
料金 300円(ポールを借りる場合は410円別途要)
体バランスチェック(体組成測定)
実施期間 3月19日(月)~24日(土)午前10時~午後8時(火曜日は定休日)
内容 骨格筋量や筋肉バランス、体の成分などを分析し、

健康運動アドバイスをを行う
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください
園グラスハウス ☎27-7140
津山市弓道教室受講生募集
とき I期11月、II期11月、毎週火・土曜 日午後6時30分~8時30分
ところ 津山市弓道場(山北) 以上の人
対象 平成30年度で小学5年生以上の者
定員 各期約20人
費用 入会費3千円(年会費など別途要)
※弓矢は教室で貸与します
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください
園津山市弓道連盟(安藤さん) ☎090-3176-199

講座・講演会

24
勝北陶芸の里工房 植木鉢作り講座
とき 3月8日(木)午後1時30分~3時30分、10日(土)午前10時~正午
ところ 勝北陶芸の里工房(杉宮)
定員 各日20人(先着順)
参加費 電気窯焼き上げ11520円、登り窯焼き上げ113580円、高校生以下生以下3070円
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください
園勝北支所市民生活課 ☎32-7021

【工事期間】本庁舎=平成31年3月15日まで 東庁舎=平成30年3月15日まで
来庁者の皆さんにはご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。
※工事の状況などにより、期間が変更になる場合があります

市役所本庁舎・東庁舎の耐震化工事

第37回新春津山川柳大会結果

1月21日に、市内外から124人の川柳愛好家に参加し、7つの題で投句を行いました。各題の特選句を発表します。

音 音立てて飲む起きぬけの力水 山崎三千代
竹 竹箒でやさしく拾うのど仏 小澤 誌津子
珈琲 青春はコーヒルンバと江利チエミ 三好孝一
和 金婚の琴瑟和して春の海 塚元 敏子
変化 菱摺も黄ばんで叶う結願日 大森 昭恵
すきま(隙間) 膝本の隙間に知らぬ人がいる 西村 みなみ
暦 君に逢う春一色の花暦 牧野 ねえね
園文化課 ☎32-2121

伝統文化親子教室 進級進学お祝い茶会
とき 3月18日(日)午前11時~正午
ところ 勝北公民館(新野東)
対象 小学生・高校生、一般参加費 200円
※詳しくは、お問い合わせください
園勝北支所市民生活課 ☎32-7021

大切な『家族』だから、温かく送りたい
いつもたくさんの笑顔や驚き、心温まる時間をプレゼントしてくれたペットたち。そんな大切な、大好きな『家族』だからこそ、最後の旅立ちまで見送ってあげませんか? 私たちは最後の旅立ちを飼い主様と共に心をこめてお見送りいたします。
完全個別火葬 ●小動物(うさぎ、フェレット等).....5,000円~ ●猫・犬等.....10,000円~
※火葬のみの金額です。お迎えや納骨など、お客様のご要望に沿った供養もご用意しております(金額が変わります)。超大型犬(60kgまで)承ります。
株式会社セヴィアペットメモリアル 【TEL】0120-4194-14 http://cevia.co.jp/pet.html スタッフ募集!
岡山県苫田郡鏡野町土生780-1(奥津湖畔すぐ) 【営業時間】8:00~18:00(年中無休) セヴィアペットメモリアル 検索 詳しくはお問合せ下さい

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。津山市が特に推奨等するものではありません。広告の内容について、詳しくは広告主へお問い合わせください。

買取 引取 処分する前にご連絡下さい!
こんな時に 便利です!!
空き家の整理 遺品整理 家の解体 引っ越し
●古道具・古家具・古食器・リサイクル品等 ●蔵・店舗・学校・病院・工場等の片付け
※引き取れない物もあります。詳しくはお問い合わせ下さい。
akizus TEL.0120-71-3232 担当 瀬川
古家具と古雑貨のお店
店舗:岡山市北区奉還町1-5-3 倉庫:岡山市東区益野町878 事務所:岡山市北区奉還町1-12-14 古物商許可番号 岡山県公安委員会第721020022068号

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。津山市が特に推奨等するものではありません。広告の内容について、詳しくは広告主へお問い合わせください。

緊急告知防災ラジオで津山市の情報を配信中

放送時間 毎日 午前7時30分～、午後0時30分～、午後6時30分～ ※自動起動で配信します



2018 津山城下町雛めぐり

とき 3月1日(木)～4月3日(火)
ところ ①中心商店街、②城西地区、③城東地区、④津山城(鶴山公園)周辺
内容 店先などの各会場でさまざまな時代を彩ってきた雛人形の展示



ソシオー番街「おかみさんの雛まつり」

とき 3月1日(木)～5日(月)午前10時～午後4時
内容 雛まつりコンサートや絵手紙教室、押し花絵教室など
※詳しくは、お問い合わせください

①津山城下町雛めぐり事務局(山下) ☎22-7654、②城西公民館 ☎31-0102、③城東街づくり協議会(中川さん) ☎090-4149-8012、④津山市観光協会 ☎22-3310

春の洋ラン展

とき 3月2日(金)～4日(日) 午前10時～午後6時(4日は午後5時まで)
ところ 津山文化センター展示館(山下)

入場料 無料
園農業振興課 ☎32-2079
武道体験スタンプラリー
とき 3月4日(日)午前10時～正午

ところ 津山総合体育館
内容 武道7競技(合気道、空手道、弓道、剣道、柔道、少林寺拳法、相撲)を体験し、スタンプラリーを行う

新入社員教育講座

とき 4月12日(木)・13日(金) 午前9時～午後4時30分(2日間の内どちらかを選択)
ところ 津山圏域雇用労働センター
対象 平成30年4月に新しく入社する人
定員 各回100人
内容 ビジネスマナー、名刺交換・電話応対などの接遇

出する、あるいはホームページから申し込む
締め切り 3月9日(金)
津山広域事務組合 ☎24-3633、☎22-9647
男女共同参画「さんさん」セミナー
子育てや人間関係のストレスを笑顔に変えるコミュニケーション方法を学びます。
とき 3月11日(日)午後1時30分～3時

ところ 津山男女共同参画センター「さんさん」(アルネ・津山5階)
演題 ほめて輝く!自分磨き「心があつたまる生き方」

認知症に関する相談を受け付けます

相談内容に応じて、医療、介護などの適切な情報を提供します。お気軽にご相談ください。
とき 3月12日(月)午後1時15分～5時15分
※4月以降は毎月第2水曜日(時間は同じ)
市内在住の人で、次のいずれかに該当する人は認知症初期集中支援チームが支援します。

- ①認知症の診断を受けていない
②継続的な医療を受けていない
③介護保険サービスを受けていない
④認知症の症状が強く、困っている

認知症初期集中支援チームとは
在宅生活をする上でどのような困難があるかを確認し、おおむね6カ月を目安に集中的に支援するチームのことです。
※詳しくは、お問い合わせください

津山市地域包括支援センター(市役所1階) ☎23-1004

講師 渡邊祐貴子さん(一般社団法人日本ほめる達人協会認定講師)
定員 40人(先着順)
※無料託児あり(予約要・3月3日(土)締め切り)
お問い合わせください
園さん・さん ☎31-2533

第36回津山市文化財調査報告会
文化財保護や文化財を生かしたまちづくりに向けて策定している「歴史文化基本構想」と、それに関連する調査・研究について文化庁職員や本構想の審議会委員が講演を行います。
とき 3月17日(土)午後1時30分～4時30分
ところ グリーンヒルズ津山リージョンセンター(大田)

講師 尾崎聡さん(岡山学院大学教授)ほか
参加費 無料(申し込み不要)
津山弥生の里文化財センター ☎24-8413

イフメン・イフジ料理教室
とき 3月18日(日)午前10時～午後1時
ところ 中央公民館(大谷)
献立 ベーコンとアスパラガ

観覧費 無料
園さん ☎31-2525

津山洋学資料館春季企画展
明治維新を迎え、大きく変化していった医学。津山洋学資料館の資料から「文明開化」とその時期の美作地域における「医学」を紹介します。
とき 3月10日(土)～6月24日(日)
ところ 津山洋学資料館(西新町)

企画展名 明治150年記念「洋学資料館所蔵資料から見た文明開化と美作の医学」
見たい文明開化と美作の医学」
※入館料要
津山洋学資料館 ☎23-3324

平成29年度つやま生活美術習作展
とき 3月24日(土)～26日(月) 午前10時～午後6時(26日は午後4時まで)
ところ 津山市立文化展示ホール(アルネ・津山4階)
内容 書道教室と日本画教室の受講生の作品展
入場料 無料
園文化課 ☎32-2121

津山市地産地消センター「サンヒルズ」12周年祭
とき 3月10日(土)午前9時～(完売次第終了)
ところ サンヒルズ前駐車場(大田)
内容 餅つきの実演販売、サンヒルズ特製焼きそばやぜんざいの販売、豚汁の無料サービス(数量限定)など
※店内で買い物をした人に粗品進呈(数量限定)
津山市地産地消センター「サンヒルズ」 ☎27-7131



スのおにぎらず、イチゴのヨーグルトパニールパフェほか
講師 砂田真紀さん、小林弥生さん(管理栄養士)
対象 料理に関心のある男性とその子ども・孫(小学生程度)
定員 15組程度(先着順)
参加費 1組700円
持つてくるもの エプロン、三角巾(大判のハンカチ)、手拭きタオル
締め切り 3月11日(日)
※無料託児あり(予約要)
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください
園さん・さん ☎31-2533

第26回「梅の里」梅まつり
とき 3月1日(木)～31日(土)
ところ 津山市神代梅の里公園(神代)
内容 梅ジャム・梅ゼリーなどの梅加工品や軽食の販売
※3月17日(土)・18日(日)にはイベント・テント村を開催
津山市神代梅の里管理組合 ☎57-2075

イベント

作州津山宮川朝市
とき 3月11日(日)午前8時～11時
ところ 宮川河川敷・城北橋西詰(山北)
園みらい産業課 ☎32-2117

加茂の朝市
とき 3月18日(日)午前9時～10時
ところ 加茂町インフォメーションセンター駐車場
津山市観光協会北支部 ☎42-7011

岡山年金手続代行センター
面倒でわかりにくい年金の手続き...社労士が代行いたします。
無料相談!!
安心のご相談・見積りは無料!!
●老齢年金 裁定請求・繰上げ請求・障害者特例請求など
●遺族年金 裁定請求・未支給年金請求など
詳しくはホームページで http://nenkin-seikyuu.net
色んな障害でお困りの方 障害年金のご相談は 岡山障害年金相談室まで
http://okayama-nenkin.com/index.html
無料相談(ご説明・見積り)後に代行業務を依頼され、年金手続の代行が完了した時点で手数料をご請求させていただきます。
お電話からのご相談もお伺いしております。 代表/社会保険労務士 河野 正明
TEL.086-255-9588 岡山市北区矢板東町4-15 コスマイン矢板II101

GREEN LIFE | グリーンライフグループ
サービス付き高齢者向け住宅
グリーンライフ 津山元魚町
要介護度の高い方も安心してお住まいいただけます。
見学・問合せ随時受付中!! 365日お気軽にお問合せ、ご見学ください。
グリーンライフ津山元魚町 〒708-0061 岡山県津山市元魚町69番地
TEL.0868-22-1213 FAX.0868-22-1214

面倒でわかりにくい年金の手続き...社労士が代行いたします。
無料相談!!
安心のご相談・見積りは無料!!
●老齢年金 裁定請求・繰上げ請求・障害者特例請求など
●遺族年金 裁定請求・未支給年金請求など
詳しくはホームページで http://nenkin-seikyuu.net
色んな障害でお困りの方 障害年金のご相談は 岡山障害年金相談室まで
http://okayama-nenkin.com/index.html
無料相談(ご説明・見積り)後に代行業務を依頼され、年金手続の代行が完了した時点で手数料をご請求させていただきます。
お電話からのご相談もお伺いしております。 代表/社会保険労務士 河野 正明
TEL.086-255-9588 岡山市北区矢板東町4-15 コスマイン矢板II101

ひとりで悩んでいませんか?
あなたの悩み解決の手助けします~
相談内容 労働相談・生活相談・法律相談・就職相談・福祉相談etc.
相談無料 TEL.0868-35-2433
【相談日】月・水・金(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支払いが必要です。
ライフサポートセンターつやま
(一社)岡山県労働者福祉協議会 津山市山下92-1 津山圏域雇用労働センター内

リンパケア整体と矯正施術の 女性専用 作楽整体院
津山でタイ本校のライセンスが取れる! タイ式セラピースクール併設!
60分 5,000円
90分 7,500円
120分 10,000円
(税別・初回検査料金・部材費別途)
津山市高野本郷1266-11 専用P有
料金・営業時間等、ブログにてご確認ください
完全予約制<当日予約OK!>
LINEID sakuraseikotyu 作楽整体院 検索
☎0868-26-8998 ライン・お電話にてご予約ください。

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。津山市が特に推奨等するものではありません。
広告の内容について、詳しくは広告主へお問い合わせください。

3月 図書館だより

市立図書館 (アルネ・津山4階) 午前10時～午後7時 ☎24-2919
 加茂町図書館 (加茂町塔中) 午前10時～午後6時 ☎42-7032
 勝北図書館 (新野東) 午前10時～午後6時 ☎36-8622
 久米図書館 (中北下) 午前10時～午後6時 ☎57-3444

図書館ボランティアまつり

図書館ボランティア (団体・個人) による活動紹介と体験コーナーを開催します。

とき 3月25日(日)午前10時～午後4時
 ところ 市立図書館

参加団体・個人	内容
あいあいスマイル	おはなし会
津山語りの会いろりば たとびんどろう	民話の語り
朗読ボランティア	わくわくおはなしランド
津山ストーリーテリングの会	ストーリーテリングの楽しみ
おっはなし会	物語をたのしむ会
修理ボランティア	本の修理と装備体験・工作
布えほんボランティア	布えほんであそぼう

3月の休館日
 市立図書館：27日(火)
 加茂町・勝北・久米図書館：5日(月)、12日(月)、19日(月)、22日(木)、26日(月)、27日(火)

●図書館情報は、市ホームページで

開館40周年 (平成30年4月) 開館当初から蔵書数が約27倍になりました

市立図書館では、開館当初から、地域の皆さんとともに蔵書の充実や読書活動の推進などの取り組みを進め、図書館開館時(昭和53年)から約27倍の蔵書数になりました。

今後も県北最大の蔵書数を誇る強みを生かし、皆さんのさまざまな学習活動に応えていきます。

蔵書数の推移

昭和53年4月	市立図書館開館時	16,771冊
昭和58年3月	旧図書館(山下)開館時の年度末	39,604冊
平成11年4月	新図書館(アルネ)開館時	123,519冊
平成17年3月	市町村合併時の年度末	317,021冊
平成29年3月	平成28年度末実績	459,866冊

正しいやり方で効果抜群! 「スクワット」のススメ

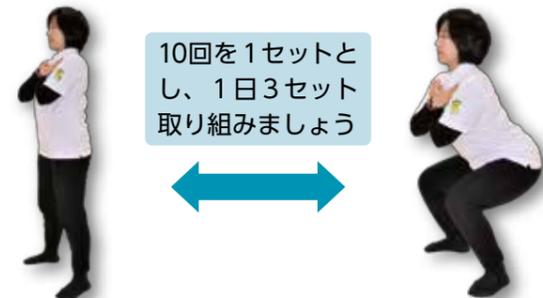
Let's Exercise

図健康増進課 (津山すこやか・こどもセンター内) ☎32-2069

太ももやお尻などの大きな筋肉や体幹を鍛える「スクワット」を紹介します。全身の筋肉を鍛えることで代謝が良くなり、痩せやすい体になります。また、筋力低下の防止にもオススメで、ウォーキングやジョギングなどの有酸素運動の前に行うと、さらに効果的です。

スクワットの方法

- ①胸の前で腕を組む
- ②足を肩幅の広さに開いて立つ
- ③お腹に力を入れ、背筋を伸ばす
- ④お尻を後ろに突き出すイメージで、太ももの裏と床が平行になるくらいまで4秒かけてしゃがみ、4秒かけてゆっくりと立ち上がる



注意点 膝をつま先より前に出し過ぎると、膝を痛めてしまうので気を付けましょう



3月 児童館だより

中央児童館 (山北) 午前10時～午後5時 ☎22-2099
 南(ワイワイ)児童館 (横山) 午前10時～午後5時 ☎24-4400
 加茂(ぐりむ)児童館 (加茂町中原) 午前10時～午後5時 ☎42-3168
 阿波児童館 (阿波) 月・水・木・金曜日 午後1時～5時 ☎46-2076

中央児童館

育児相談 とき：3月13日(火)午後10時30分～11時30分
 内容：保健師や栄養士による相談、身体測定
 対象：未就園児と保護者、妊娠中の人

南(ワイワイ)児童館

絵本タイム とき：3月1日(木)・20日(火)午後1時15分～1時45分
 内容：絵本や紙芝居、折り紙など

加茂(ぐりむ)児童館

エアーマット・デー とき：3月3日(土)・25日(日) 午前11時～11時30分、午後2時～2時30分
 内容：エアーマット遊び 対象：小学生まで

阿波児童館

わくわくタイム とき：3月5日(月)、7日(水)～9日(金)午後3時30分～4時30分
 内容：廃材を使った写真立て作り

3月の休館日
 中央児童館・南児童館・加茂児童館
 5日(月)、12日(月)、18日(日)、22日(木)、26日(月)

●児童館情報は、市ホームページで

今月の一押しイベント 中央児童館 ひなまつりコンサート

市内の音楽グループ・リトルウィンドによるコンサートです。

みんなで楽しく音楽を聴きながら、ひなまつりのお祝いをしましょう。

皆さん、ぜひご参加ください。

とき：3月3日(土)午後1時30分～2時30分

ところ：中央児童館



はぐくみつやまっ子

家庭でよく話し合おう スマートフォンの使い方

卒業や入学、進級などをきっかけに、自分専用のスマートフォンを手にする子どもたちが多くなると思います。

スマートフォンは便利な情報機器ですが、使い方を誤ると、いじめや予期せぬトラブルに巻き込まれる恐れもあります。例えば、オンラインゲーム内でアイテムを購入するなどして、クレジットカード会社から多額の請求がくるという場合もあります。

子どもにねだられるままに与えるのではなく、それぞれの家庭で使い方についてよく話し合っ、約束事を決めましょう。

子どもも大人も、スマートフォンを上手に利用したいですね。

津山市青少年育成センター 家族のこと、友だちのこと、青少年の悩みごと、ご相談ください
 市役所東庁舎3階 ☎31-8650

おしえてエコるびー

省エネ家電に買い替えよう!

近年、家電製品の省エネ化が進み、古いものから新しい省エネ製品に買い替えた方が、環境にも家計にも優しいとされています。そのため、環境省では「COOL CHOICE 5つ星家電買換えキャンペーン」を実施し、省エネ性能の高い家電(統一省エネルギーラベルの星の数が多いもの)やLED照明への買い替えを推奨しています。

例えば、10年前から使っている冷蔵庫を買い替えた場合、年間、約47%の二酸化炭素排出量の削減、約8,235円の電気代の節約になります。お使いの家電製品を見直して、この機会に買い替えを検討してみてはいかがでしょうか。



統一省エネルギーラベル 図 低炭素都市推進室 ☎32-2051

休日診療 津山市医師会 検索

小児救急医療電話相談 ☎#8000 土・日・祝18:00~翌8:00、平日19:00~翌8:00

救急医療案内 ☎23-9910

健康 問健康増進課 ☎32-2069

元気な子どもを育てるために

Table with 3 columns: 内容, とき, 時間. Rows include 乳児健診, 1歳6カ月健診, 3歳児健診.

ところ 津山すこやか・こどもセンター

離乳食教室

Table with 2 columns: とき, ところ. Row: 1日(木) 10:00~12:00 津山すこやか・こどもセンター

内容 調理実習、試食、説明、個別相談など
対象 7~11カ月児と保護者
定員 10人程度 (予約要)
持ってくるもの エプロン、三角巾、親子(母子)健康手帳など
申込先 健康増進課 ☎32-2069



相談

Table with 4 columns: 相談名, とき, ところ, 問い合わせ先. Rows include 育児相談・健康相談, 女性の悩みごと相談, etc.

※10ページのお知らせにも掲載があります



津山の歴史 あ・ま・か・る・と

江戸時代の印鑑

現代の生活で、印鑑はとても大切なものです。その起源は、江戸時代にあるといわれています。江戸時代でも、借金をする時や藩に嘆願書を提出する時など、さまざまな場面で押印が必要でした。

津山藩内で財政改革が進みつつあった享保8年(1723)10月、藩は村を運営するために必要な費用に関する計算書類の整備を図っていました。その中で、「村人全員の印鑑が必要書類などについて、印鑑を押すときはそ



▲江戸時代、ほとんどの印は朱色ではなく、墨色だった



▲紙を継いでいる部分や綴りの綴目に印鑑が押されている場合もある

の書類の趣旨をよく理解し、自分で押すという定めがある。しかし、地区によっては村の人々の印鑑を庄屋が預かり、印鑑の持ち主である村の人々は、書類の趣旨が分からないまま印鑑を押されている事例があるようなので、以後そのようなことがないよう「しなさい」という藩から村への申し渡しがありました。しかし、享保の改革が頓挫し、その数十年後に行われた宝暦の改革では様子が違います。『津山市史』によると、津山藩は村の庄屋・組頭に対し、村人の内5人の印鑑を持って出頭し、書類に押印するよう申し付けます。その書類とは、財政状況が苦しかった津山藩が、江戸の商人に対して村の建物などを抵当に入れて借金をするための書類だったといわれています。半ば強引に自分の印を押され、建物などを抵当に入れられた村の人々の驚きは、相当なものだったと想像できます。このような印鑑をめぐるさまざまな出来事は、残された古文書を見ただけでは分からない、当時の人々の事情を考えさせる興味深い事例です。

問津山郷土博物館 ☎22-4567

「情報」を募集しています!

Section for '市政へのご意見・広報クイズ' with contact info for Kouhou@city.tsuyama.lg.jp and 32-2152.

Section for 'イラスト・絵手紙' with details on how to submit drawings and postcards.

広報クイズ 正解者の中から抽選で5人に当たる!

Section for '今月号の特集' and '応募方法' with details on the quiz and prize drawing.

Section for 'イラスト・絵手紙' featuring two children's drawings: 'イラスト 絵手紙' by 犬塚 恵子さん and '山県 富美子さん'.



第4回東京国際ピアノコンクール 一般部門 第1位 竹内 彩佳さん (勝部出身)

東京音楽大学大学院2年生。平成29年11月に東京都で開催された若い才能を発掘する同コンクールに出場し、第1位に輝いた。その翌日、ベルフォーレ津山(アルネ・津山7階)で開催された第10回津山国際総合音楽祭「つやま若い芽のコンサート」に出演し、コンクールで演奏した曲、プーランクの「ナゼールの夜会」を披露し、観客を魅了した。4月から美作大学で非常勤講師として勤務する傍ら、定期的に演奏活動も行う予定である。



竹内彩佳ピアノリサイタル

とき 3月24日(土)開場午後3時、開演午後3時30分

ところ モンレーヴ (大田)

※チケットの購入方法など、詳しくはお問い合わせください
☎モンレーヴ ☎27-7822



ピアノを始めたきっかけは？

母の勧めで3歳から音楽教室に、4歳からピアノ教室に通い始めたことがきっかけです。小さい頃からピアノを弾くことが大好きで、毎日ピアノを弾いていました。小学3年生の時、市内で行われたピアノコンクールで金賞を受賞し、もっとピアノを上手に演奏したいという気持ちが強くなり、さらに練習に打ち込むようになりました。

その後も、国内外の多くの指導者から演奏技術を学び、「表現する」ことの奥深さを知るにつれ、今なお、ピアノを演奏することへの情熱が増しています。

ピアノの魅力は？

鍵盤にかかる指先の角度や重みのかけ方、リズムなど、少しの違いでいろいろな音色を奏でられることが魅力ですね。

また、自分の中で思い描いた風景を演奏で表現し、聴く人にも同じような風景を思い起こさせることができることにも魅力を感じています。演奏者の感性が曲に表れる楽器なので、さまざまな音楽の世界に触れて感性を磨いています。

東京国際ピアノコンクールで1位になった時の感想は？

当日は、朝から程良い緊張感で気持ちの集中を保つことができていたので、上手に演奏できる予感がしていました。それでも、まさか1位になれるとは思っていなかったもので、本当に驚きました。

津山の皆さんへメッセージを

わたしは津山で多くの人に支えられ、育ててもらいました。これからは、自分が学んだことを生かして、ピアノや音楽の素晴らしさを伝えていきたいです。



「1月に行く、2月は逃げる、3月は去る」と言いますが、早いものでもう3月号です。平成29年度はBz津山公演やS・L・C-11号の移設など、華々しい出来事が数多くありました。平成30年度はどのような年になるか、新しいイベントや出来事を「広報津山」でしっかりと伝えてできるよう取り組んでいきます。(W)

作陽高校サッカー部の皆さん感動をありがとうございました。男子も女子も全国の舞台で一生懸命プレーする姿に心打たれました。子どもたちの心にも響いたと思います。わたしの5歳の娘も「サッカーする」と言い始めました。今回の作陽高校の活躍で、市内のサッカー人口が増えるのではないのでしょうか。(雨)

最近、間食や食べ過ぎの影響で、体重計に乗るとビックリ…。元の体重に戻さないといけないなど考えていたところ、ちょうど今月号のレッツエクササイズのスワットの記事を担当したので、始めてみました。テレビを見ながらでもできるので、気に入っています。継続できているので効果が楽しみです。(☺)

編集・発行
津山市総合企画部秘書広報室(市役所3階)
〒708-8501 岡山県津山市北520番地

☎ 0868-32-2029
☎ 0868-32-2152
✉ kouhou@city.tsuyama.lg.jp

広報津山は、著作権保護のため再生紙と植物性インキを使用しています。読み終えた後リサイクル(雑誌)にご協力ください

☆広報津山はホームページで閲覧できます
https://www.city.tsuyama.lg.jp/



☆津山のフェイスブックはこちら
https://www.facebook.com/city.tsuyamakouhou

