

5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

講演会「知られざる剣の達人」

津山市在住の時代小説作家・平茂寛さんが、4月に新刊『隠密刺客遊撃組式剣魔推参』を出版しました。

主人公である剣の達人・平山行蔵子龍について、執筆の秘話を語ります。皆さん、ぜひ、ご来場ください。

とき 5月19日(日)午後2時～3時30分

ところ 市立図書館

講師 平茂寛さん

※この図書は市立図書館で借りることができます



5月の休館日
 市立図書館：28日(火)
 加茂町・勝北・久米図書館：2日(木・祝)、6日(月・休)、13日(月)、20日(月)、27日(月)、28日(火)

●図書館情報は、市ホームページで

第1回つやま 本でまちぶら

津山まちなかカレッジに「まちライブラリー」ができて1年が経過しました。市内の3カ所にあるまちライブラリーと市立図書館で、本を通じて新しい世界に出会うブックイベントを開催します。

とき 5月18日(土)午前10時30分～午後3時

ところ 市立図書館、津山まちなかカレッジ（アルネ・津山4階）、ZibaPlatform（山下）、まちなかサロン再々（ソシオー番街）

内容 植本祭（参加者同士がお気に入りの本を持ち寄って読書を楽しむ催し）、ブックカフェ など

●図書館情報は、市ホームページで

5月 児童館だより

中央児童館（山北）午前10時～午後5時 ☎22-2099

お話タイム

とき：5月8日(水)・24日(金)午後1時～1時30分

対象：どなたでも（申込不要）

南(ワイワイ)児童館（横山）午前10時～午後5時 ☎24-4400

赤ちゃんあそび

とき：5月8日(水)午前10時30分～11時30分

対象：0歳児と保護者 定員：15組 受付：4月24日(水)午後1時～（電話のみ・先着順）

加茂(ぐりむ)児童館（加茂町中原）午前10時～午後5時 ☎42-3168

手型・足型アート

とき：5月20日(月)午前10時30分～正午

対象：幼児と保護者（申込不要）

阿波児童館（阿波）(月)(水)(金) 午後1時～5時 ☎46-2076

わくわくタイム メッセージカードと小物作り

とき：5月8日(水)・9日(木)・10日(金)午後3時30分～4時30分

対象：どなたでも（申込不要）

今月の一押しイベント 加茂児童館 あそぼつと・親子deふれあい遊び

小西千恵子さん（幼児体育指導員）と一緒に親子でふれあい遊びを楽しみましょう。おじいちゃんやおばあちゃんとの参加もお待ちしております。

とき 5月24日(金)午前10時30分～11時30分

ところ 加茂児童館

対象 幼児と保護者

参加費 無料

申し込み 不要



●児童館情報は、市ホームページで

5月の休館日
 中央児童館・南児童館・加茂児童館
 1日(水・祝)～7日(火)、13日(月)、19日(日)、27日(月)

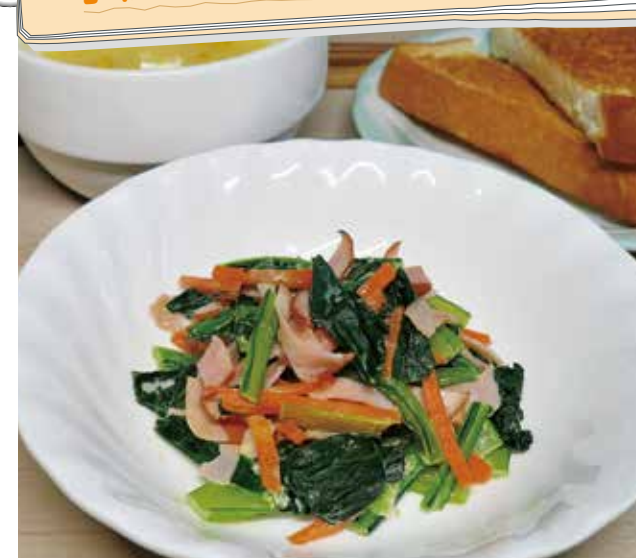
朝ごはんは一日の活力の源

忙しい朝の食事をご飯やパンなどの主食だけで済ませていませんか。身近にある食材で手軽に作れるおかずを紹介します。おかずが一品増えるだけで、栄養のバランスが良くなり、満足度も高まります。しっかり食べて元気に過ごしましょう。

図健康増進課 ☎32-2069



小松菜とハムのマヨネーズ炒め



【材料(4人分)】小松菜…1袋、ニンジン…40g、ハム…4枚、サラダ油…小さじ1、塩…少々、こしょう…少々、マヨネーズ…大さじ1

【作り方】①小松菜を葉と茎の部分に分け、それぞれ3cm幅に切る。②ニンジンを千切りにする。③ハムを半分に切ってから5mm幅に切る。④フライパンにサラダ油を敷いて熱し、小松菜の茎、ニンジン、ハムを炒める。しんなりしたら小松菜の葉を入れて炒める。⑤④に塩、こしょう、マヨネーズを入れて炒め、味をなじませる。

1人当たり栄養価

エネルギー65kcal、たんぱく質2.5g、脂質5.2g、炭水化物2.5g、食塩相当量0.5g、カルシウム90mg、食物繊維1.2g

子どもの心と親の心

気になることや不安な気持ちを整理しましょう

4月から始まった新生活の中で、子どもたちには、新しく友だちになった子との付き合い方や学校・学級の雰囲気の違いなど、さまざまな気になることが出てきます。大人にとっては大したことではないと思うことでも、子どもたちは不安に感じることがあります。子どもたちは、気になることを上手に整理することができないと、ストレスを感じてしまいます。

子どもたちが気持ちを整理することができるよう、気になっていることに耳を傾け、一緒に考えてみましょう。そうすることで子どもたちは安心し、気になることや不安なことについて、前向きに考えることができるようになるのではないのでしょうか。

教育相談センター「鶴山塾」
 学校のこと、友だちのこと、
 山下87番地 ☎22-2523 家族のこと、
 気軽に相談してください

おしえてエコるびー

小型家電をリサイクルしよう

津山市では小型家電をリサイクルするため、小型家電回収ボックスを設置しています。小型家電に使用されている希少金属（レアメタル）や金などの貴重な金属を回収し、リサイクルを行っています。

対象品目 回収ボックスの35cm×20cmの投入口に入る小型家電

設置場所 市役所本庁舎、各支所・出張所、グリーンヒルズ津山リージョンセンター（大田）、イオン津山店（河辺）、ヤマダ電機テックランド津山店（河辺）



ノートパソコン、パソコンのケーブル類、携帯電話、ゲーム機、デジタルカメラなどを出せるんじゃ。ただし、電池は取り除いて出すのじゃぞ。

図環境事業課 ☎32-2203