

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

4月23日～5月12日は「こどもの読書週間」 お楽しみ袋と子どもの本の展示

人気の本や懐かしい本など、おすすめの本を展示します。
 また、図書館司書がおすすめする本が3冊入ったお楽しみ袋の貸し出しも行います。どんな本が入っているかは、開けてからの楽しみ！
 皆さん、ぜひご来館ください。
 とき 5月1日(金)～12日(火)
 午前10時～午後7時
 ところ 市立図書館



5月 市立図書館：26日(火)
 休館日 加茂町・勝北・久米図書館：4日(月・祝)、7日(木)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、26日(火)

●図書館情報は、市ホームページで

館内で映画を上映しています

図書館のDVDやビデオを、視聴覚室の大スクリーンで上映しています。上映後に貸し出しできる資料もあります。ぜひ、ご利用ください。

- ファミリーシアター（親子向け）
世界名作アニメ ピーターパン
とき 5月24日(日)午後2時30分～
- 木曜ビデオ館（一般向け）
とき 毎週木曜日午後2時30分～

	作品名
7日	古地図江戸さんぽ
14日	横綱 千代の富士
21日	知られざる大英博物館 第1集 古代エジプト
28日	知られざる大英博物館 第2集 古代ギリシャ

おいしい津山の食材を食べよう

もうすぐ旬を迎えるアスパラガス。津山地域で多く栽培されていることをご存じですか？生産量は岡山県内で第2位で、市内の農産物直売所やスーパーの地場産野菜売り場で購入できます。穂先が締まり、緑色が濃く太いものがおいしいです。津山産の野菜を食卓にぜひどうぞ。



ここがポイント！ 彩りが鮮やかなレシピです。アスパラガスのほんのりとした甘みを楽しむことができます。

【材料(2人分)】 グリーンアスパラガス…6本(150g)、卵…1個、マヨネーズ…大さじ1、牛乳…小さじ2
【作り方】 ①鍋に水と卵を入れて火にかけ、沸騰したら中火で12分間ゆでる。卵を水で冷まして殻をむき、黄身と白身に分ける。黄身をザルで裏ごしし、白身は細かく刻む。②アスパラガスの下から5cm程度皮をむき、食べやすい長さに切り、ゆでる。③器に②を盛り、①を散らす。④マヨネーズと牛乳を混ぜて添える。

1人当たり 栄養価 エネルギー103kcal、たんぱく質5.5g、脂質7.6g、炭水化物3.5g、食塩相当量0.2g、カルシウム34mg、食物繊維1.4g

食育通信 Vol.86
 毎月19日は食育の日
 図健康増進課 ☎32-2069

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
 親子で遊ぼう

とき：5月18日(月)午前10時30分～11時30分
 対象：未就園児と保護者 申し込み：不要

南(ワイワイ)児童館（横山）午前10時～午後5時 ☎24-4400
 絵本タイム とき：5月19日(火)午後1時15分～1時45分
 内容：絵本や紙芝居の読み聞かせ、折り紙遊び、工作 対象：どなたでも 申し込み：不要

加茂(くりむ)児童館（加茂町中原）午前10時～午後5時 ☎42-3168
 あそぼっと モルックで遊ぼう！ フィンランド生まれのニュースポーツ・モルックで遊みましょう。
 とき：5月31日(日)午後1時30分～2時30分
 対象：小学1年生以上 申し込み：不要 ※雨天中止

阿波児童館（阿波）(月)(水)(木)(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11日(月)・13日(水)・14日(木)・15日(金)午後3時30分～4時30分 申し込み：不要

※4月1日現在の情報です。延期・中止する場合がありますので、事前にご確認ください

今月の一押しイベント 加茂児童館 あそぼっと 親子de運動あそび

親子で一緒に楽しい運動遊びをしましょう。動きやすい服装でご参加ください。

とき 5月22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
 申し込み 不要



●児童館情報は、市ホームページで

5月 中央児童館・南児童館・加茂児童館
 休館日 4日(月・祝)～7日(木)、11日(月)、17日(日)、25日(月)

子どもの心と親の心

自分の心と体を守るために

自分でも気付かないうちに、ストレスや疲れをためてしまうことがあると思います。子どもたちは、理由は分からないが、やる気が出なったり、すべてのことが面倒だと思ったりし、いつもと違う自分に戸惑うことがあるようです。大人は心配して、理由や原因を知ろうと聞き出してしまいがちですが、そのことが子どもを追い込んでしまうことも少なくありません。「休んでも良い」という余裕を大人が持つことで、掛ける言葉や見守り方が変わります。子どもだけでなく、大人も自分の心と体を守るために、時には「休む」ことが必要ではないでしょうか。

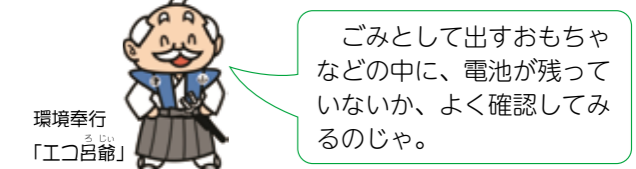
教育相談センター「鶴山塾」 小田中182-2 ☎22-2523
 学校のこと、友だちのこと、家族のこと、気軽に相談してください ※4月から移転しました

おしえてエコるびー

守るんじゃぞ！ 電池類の捨て方！

使用済みの電池は、「資源ごみ」として、地域のごみステーションなどで回収しています。しかし「可燃ごみ」「不燃ごみ」「プラスチックごみ」の袋の中に、電池類が混入されている事例が後を絶ちません。ごみ袋の中に混ざった電池類は、ごみ処理施設で火災の原因になることがあります。必ず「資源ごみ」に分別して出しましょう。次の場所でも回収しています。

- ・イズミゆめマート津山店（伏見町）
- ・カインズ津山店（高野本郷）
- ・津山市役所本庁舎
- ・津山圏域クリーンセンター（領家）



環境奉行「エコるびー」 図環境事業課 3R推進係 ☎32-2203