

市役所本庁舎

開庁時間のお知らせ

【通常開庁時間】午前8時30分～午後5時15分 【時間延長窓口】毎週金曜日午後7時まで
 【時間延長の業務内容】戸籍、住民票、印鑑登録、印鑑証明書、パスポート交付、国民健康保険、後期高齢者医療、年金、介護、市民税、固定資産税、納税証明書、納税相談

文化庁令和2年度
伝統文化親子教室事業

津山伝統文化茶道教室
おひろめ茶会と終了式
とき 1月17日(日)午前10時30分～午後0時30分
ところ 中央公民館(大谷)

参加費 300円
小・中学生茶道教室 ひなまつり子ども茶会と終了式
とき 1月31日(日)午前10時30分～午後0時30分
ところ 勝北公民館(新野東)

参加費 300円
園茶道教室(濃野さん)
☎29-2410

子育てサポート講習会

子どもの発達に応じた食事
とき 1月20日(水)午前10時30分～正午
ところ さん・さん

講師 市健康増進課栄養士
定員 15人程度
申込方法 電話、ファクスまたは窓口で直接申し込む
締め切り 1月13日(水)
※託児あり(予約要)

園津山ファミリー・サポートセンター(さん・さん内)
☎31-8753、☎31-2534(火曜日と祝日は休み)

陶芸体験講座

自分だけの小皿、箸置きを作ってみませんか。
とき 1月30日(土)午後1時～3時
ところ 中央公民館

講師 米山千晴さん(陶芸作家)
定員 8人(応募者多数の場合抽選)

参加費 1200円
持ってくるもの 手拭き、エプロン
申込方法 電話または窓口で直接申し込む
締め切り 1月22日(金)
園中央公民館☎24-5111

津山洋学資料館 オムニバス講演会

病に向き合う医師たち
津山洋学資料館の職員が、日頃の研究成果を紹介します。
とき 1月31日(日)午後1時30分～3時
ところ 津山洋学資料館(西新町)

定員 40人(先着順)
参加費 無料
申込方法 電話
園津山洋学資料館☎23-333

在宅医療・介護を考える市民フォーラム

アドバンス・ケア・プランニングってなに？自分らしく生きられるよう話し合いを始めよう！
将来、病气やけがをしたときに、自分が望む医療やケアについて考えてみませんか。

とき 2月27日(土)午後1時～
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 津山中央病院化学療法センター長野中泰幸さん
定員 120人
申込方法 電話、ファクスまたは窓口で直接申し込む
締め切り 1月29日(金)
園高齢介護課(市役所1階11番窓口)☎32-2070、☎32-2153

イベント

加茂の朝市

とき 1月17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
園津山市観光協会北支部☎42-7011

おいしい津山の食材を食べよう

津山地域で栽培されているショウガは、10月下旬から11月上旬に収穫した後に貯蔵し、囲いショウガとして一年中出荷しています。

ショウガには、血行や消化を促し、殺菌作用があるショウガオールなどが含まれているので、寒い季節におすすめの食材です。



毎月19日は食育の日
園健康増進課☎32-2069



しょうがクッキー

【材料(16枚分)】 ホットケーキミックス…75g、A(ショウガ(すりおろし)…10g、サラダ油…大さじ1、ハチミツ…大さじ1、牛乳…大さじ1)

【下準備】 オープンを160度に温める。
【作り方】 ①ボウルにAを入れて混ぜ、ホットケーキミックスを加えて切るように混ぜる。②①を16等分し、厚さ2～3mmの円形にする。好みの型で抜いてもよい。③②を天板に並べ、温めたオーブンで13～15分焼く。

ハチミツを使います。乳児ボツリヌス症予防のため、満1歳までは食べさせないでください。

ここがポイント! ショウガの量は好みで調整しましょう。チョコレートやナッツを飾ってもよいです。

1枚当たり 栄養価 エネルギー29kcal、たんぱく質0.4g、脂質1.0g、炭水化物4.6g、食塩相当量0.1g、カルシウム6mg、食物繊維0.1g

子どもの心と親の心

親子で同じ時間を

同じ家の中にいるのに、日々の忙しさから、家族それぞれが個々に過ごしていたり、他のことに気をとられながら会話をしたりしていませんか。

鶴山塾で子どもたちと一緒に過ごしていると、日々の雑談の中から、困っていること、悩んでいることなど、本音の部分の話してくれることがあります。話を聞いていると、子どもたちはいろいろなことを見て、考え、葛藤しながら生活しているように感じます。

思うように会話がはずまなくても、同じ時間を共有することで、子どもの本音や考えを知る機会になると思います。

親子で一緒に楽しく過ごす時間を意識して作る場所から始めてみませんか。

教育相談センター「鶴山塾」 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
小田中182-2 ☎22-2523

なるほど! 暮らしの豆知識

住宅の点検商法にご用心

事例 「瓦が傷んでいるようなので無料で点検しませんか」と業者に勧誘され、不安になり依頼しました。「次の台風に備えてすぐに修理した方がいい」と急かされ、120万円の契約をしましたが、冷静になって考えると高額だと思うのでやめたい。

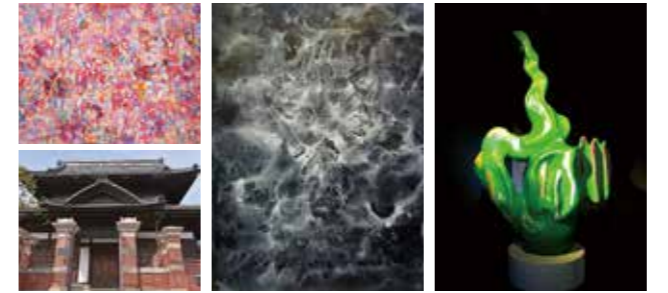
アドバイス 災害に乗じて、業者から必要のない家屋の修理を迫られたという相談が増えています。業者の話や点検結果をうのみにせず、契約を急かされてもすぐ契約しないで、複数の事業者から見積もりを取るなど、慎重に考えましょう。またクーリング・オフを使い、契約を解除できる場合もあります。詳しくは、津山市消費生活センターにご相談ください。

困ったときの相談先 環境生活課☎32-2056、津山市消費生活センター☎32-2057

1月のPORT ART&DESIGN TSUYAMA 中西 學 2010-2020展

大阪府出身で現代美術家の中西學さんの作品展です。「光」や「渦巻く水」など、絶え間なく変化する現象をテーマにした作品です。

とき 1月9日(土)～2月2日(火)午前10時～午後6時
休館日 1月12日(火)、13日(水)、19日(火)、26日(火)
ところ ポートアート&デザイン津山(川崎)
入館料 無料



園ポートアート&デザイン津山☎20-1682

おくやみ窓口をご利用ください

おくやみ窓口では、亡くなった人に関する市役所での手続きに必要な書類を一括で作成し、ご遺族の負担を少なくできるよう、手続きを簡素化し支援を行っています。事前予約が必要です。

とき 平日午前9時30分～午後4時30分(年末年始除く)
ところ 市民窓口課(市役所1階7番窓口)
利用方法 来庁日の前日までに電話(☎32-2072)で申し込む
※市内に住民票がある人が亡くなった場合に利用できません
※内容により、おくやみ窓口だけで手続きが完結しない場合があります
※従来どおり、各担当部署の窓口、各支所・出張所でも手続きできます

園市民窓口課☎32-2072

※12月2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