

# 手話で話そう

図障害福祉課 ☎ 32-2067

vol.1

大雨で危険が迫っていて、逃げる必要があります

耳が聞こえないと、雨や風の音、緊急放送など、音声で周りの様子を判断することができません。

手話や筆談など、その人に合った方法で危険を知らせてください。

伝えるときは、あやふやな言い方は避け、できる限り、短い言葉ではっきりと伝えましょう。

※地域の集まりやサークル、会社などに、出前手話教室をしています。詳しくは、お問い合わせください

大雨

危険

逃げる

大丈夫だよ



両手の指先を下に向け、上から下に力強く2～3回下ろす



危険を伝える表情も大切です

両手の指先を折り曲げ、胸を軽く2回たたく



両手を握って交互に素早く腕を振る（非常口の絵をイメージ）



「安心して」という表情で、右手の指先を左胸、右胸の順に当てる



筆談で

伝える時は…

「大雨で危険」「逃げる必要」「●●（避難場所の名前）」「一緒に逃げよう」など、具体的に短い言葉で伝えましょう。



## 子どもの心と親の心

### 疲れる前に休んでもいい

4月になり「気持ちを新たにしよう」「新しい生活に早く慣れよう」と、いつもよりはりきって過ごしていませんか。

子どもたちは、いつもと変わらないように見えても、疲れているという自覚がないまま過ごしていたり、無理をしていたりすることがあります。中には、しんどいと言いつけない子どももいます。

「休んでもいい」という選択肢を持つことは、自分をコントロールするために必要な力と考えることができます。これは、自分自身を大切にすることにもつながっていくと思います。

「しんどくなる前に、疲れていなくても『休む』という視点から、子どもたちに声をかけてみてはどうでしょうか。

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

## おしえてエコるびー

### 「3きり運動」で食品ロスを減らそう！

#### 食べきり

適量を注文する、1回で食べ切れる量を作る、余った時はリメイク料理を作るなど、食べ残しを無くす工夫で、無駄なく食べ切りましょう。

#### 使いきり

食品を期限までに使い切る、食べられる部分をできるだけ捨てないなど、調理の時に工夫しましょう。

#### 水きり

生ごみはたくさんの水分を含んでいます。「食べきり・使いきり」の後に生ごみは、しっかり水を切って減量しましょう。

「3きり運動」で、  
食品ロスも減って  
エコじゃのう



環境奉行  
「エコるびー」

図環境事業課 3R推進係 ☎ 32-2203

作州津山  
宮川朝市

とき 5月14日(日)午前7時～10時（売り切れ次第終了）  
ところ 宮川河川敷・城北橋西詰（山北）  
図ビジネス農林業推進室（市役所4階） ☎ 32-2178

※放し飼いの鶏の卵、  
新鮮野菜、手作り加工品などを販売

## 津山市公式 LINE 友だち登録募集中！



市公式LINEに友だち登録し、市政情報やイベント情報を入手することができます。

AI（人工知能）が回答する「AIチャットボット」を使い、窓口の申請手続きや、市政情報を調べることができます。

### これから始めるシニアの方向けLINE講座

市公式LINEとの友だち登録の仕方など、操作方法を学びます。

とき 5月19日(金)午後1時30分～3時

ところ 市立図書館

持ってくるもの LINEアプリをダウンロードしたスマートフォン

定員 15人（先着順）

申込方法 まちカレホームページ申込専用フォームか、電話または窓口で直接申し込む

申込期間 5月1日(月)～12日(金)

図市立図書館 ☎ 24-2919



### AIチャットボットの使い方

市公式LINE「リッチメニュー」から「AIに質問する」をタップして使うことができます



表示された候補の中から、知りたい項目を選ぶ

または

キーワード欄に質問を入力後、送信ボタンを押す

図秘書広報室 ☎ 32-2029

## しばたゆり マテリアルカラース - Material Colors -

『山羊の原 2023』に描かれている「山羊」は細かく刻んだ山羊の毛、「梅」は梅の木から削った粉など、実際の対象物から作品が作られています。

不思議な技法で描かれた作品の数々をご覧ください。

とき 4月29日(土・祝)～5月14日(日)

午前10時～午後6時（入館は午後5時30分まで）

ところ ポートアート&デザイン津山（川崎）

休館日 毎週火曜日

作家在廊日 4月29日(土・祝)・30日(日)、5月6日(土)・7日

(日)・8日(月)・12日(金)・13日(土)・14日(日)

### トークイベント

とき 5月6日(土)午後2時～3時

出演者 しばたゆりさん、三井知行さん（蒜山ミュージアム学芸員）

※参加希望者は、開始30分前までに入館してください



Material Colors - 山羊の原 2023

図ポートアート&デザイン津山 ☎ 20-1682