

市立図書館 (アルネ・津山4階) ☎ 24-2919  
午前10時～午後7時

- **小さな子どものえほんのじかん**  
とき：毎週水曜日10:30～11:00
- **木曜ビデオ館** とき：毎週木曜日14:30～  
内容：1日＝「命のビザ」、8日＝「鎮護国家の美しき仏」、15日＝「まだらの紐／まがった男」、22日＝「道行抄『かくれ里』を旅する 月の巻」
- **むかし話を聞く会** とき：3日(土)14:00～14:30
- **脳を活性化する！「大人の音読会」**  
とき：13日(火)14:00～15:00
- **おはなし会** とき：15日(木)11:00～11:30
- **小学生のための「物語をたのしむ会」**  
とき：17日(土)14:00～14:40
- **ファミリーシアター** とき：19日(祝)14:30～  
内容：「ぼくは王さま たまごどめいたんてい」

加茂町図書館 (加茂町塔中) ☎ 42-7032  
午前10時～午後6時

- **昔話のおはなし会** とき：10日(土)10:30～11:00
- **おはなし会** とき：25日(日)10:30～11:00

勝北図書館 (新野東) ☎ 36-8622  
午前10時～午後6時

- **おはなしタイム**  
とき：1日(木)、18日(日)10:30～11:00
- **名作上映会** とき：毎週日曜日14:00～  
内容：4日＝「時代劇『風光る剣』」、11日＝「ヒッチコック監督『バルカン超特急』」、18日＝「99歳の詩人 柴田トヨ 心を救う言葉」
- **昔ばなしのじかん** とき：24日(土)14:00～14:30
- **おたのしみ映画会** とき：25日(日)14:00～  
内容：ディズニーマニメ「ピーターパン」

久米図書館 (中北下) ☎ 57-3444  
午前10時～午後6時

- **こくちゃんの紙芝居劇場** とき：17日(土)15:30～
- **いっしょにあそぼ！0・1・2・3てくてく**  
とき：21日(火)10:30～11:30

休館日 市立図書館：27日(火)～30日(金) (館内整理期間)  
加茂町・勝北・久米図書館：5日(月)、12日(月)、19日(祝)、23日(金)、26日(月)、27日(火)

● 図書館情報は、市ホームページで

中央児童館 (山北) ☎ 22-2099  
午前10時～午後5時

- **赤ちゃん広場** とき：8日(木)11:00～11:30  
対象：1歳未満児と保護者 定員：10組(先着順)  
受付：8月30日(火)10:00～
- **おじいちゃん・おばあちゃんにプレゼントを作ろう**  
とき：10日(土)14:00～15:00 対象：3歳～小学6年生  
定員：10人(先着順) 受付：3日(土)10:00～
- **お話タイム** とき：14日(水)13:00～13:30
- **お月見・お話の会** とき：15日(木)14:00～14:30

南(ワイワイ)児童館 (横山) ☎ 24-4400  
午前10時～午後5時

- **絵本タイム** とき：1日(木)13:15～13:45
- **親子ヨガ** とき：7日(水)10:30～11:30 ところ：福岡会館(横山) 対象：2歳～未就園児と保護者  
定員：15組(先着順) 受付：8月24日(水)10:00～(電話のみ)
- **赤ちゃんあそぼ！** とき：14日(水)、28日(水)10:30～11:30  
対象：1歳未満児と保護者 定員：15組(先着順) 受付：7日(水)13:00～(電話のみ)
- **いっばいあそぼ♪** とき：21日(水)10:30～11:30  
対象：0歳～未就園児と保護者 ※申し込み不要

加茂(ぐりむ)児童館 (加茂町中原) ☎ 42-3168  
午前10時～午後5時

- **お話タイム** とき：2日(金)13:15～13:45、15日(木)11:00～11:30
- **エアーマット・デー** とき：3日(土)、25日(日)11:00～11:30、14:00～14:30
- **10月のカレンダーづくり** とき：11日(日)13:30～14:30 定員：10人(先着順) 受付：1日(木)10:00～  
※幼児は保護者同伴
- **手型定型アート** とき：19日(祝)10:30～12:00  
対象：幼児と保護者

阿波児童館 (阿波) ☎ 46-2076  
月・水・木・金曜日 午後1時～5時

- **わくわくタイム** とき：7日(水)～16日(金)の開館日15:30～16:30 内容：廃材を使った簡単なおもちゃ作り
- **ふれあいデー** とき：28日(水)15:30～16:30

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)、20日(火)、23日(金)、26日(月)

● 児童館情報は、市ホームページで

ときわ園9:50～10:20 ⇒ 高野公民館11:10～11:50 ⇒ 広野小学校13:00～13:30 ⇒ 弥生小学校14:30～16:20	5日(月)
佐良山小学校10:00～10:40 ⇒ 津山駅駅前11:05～11:35 ⇒ 一宮小学校12:50～13:30 ⇒ 林田小学校14:30～16:00	6日(火)
北小学校10:00～10:40 ⇒ 総社東第二遊園地11:10～11:40 ⇒ 高田小学校13:00～13:30	7日(水)
高倉小学校10:15～10:45 ⇒ 衆楽公園駐車場(市役所東側)12:00～13:10 ⇒ 小原会館14:00～14:40 ⇒ 院庄公民館15:20～16:20	8日(木)
成名小学校10:15～11:00 ⇒ 清泉小学校13:00～13:40 ⇒ 大崎小学校14:40～16:15	9日(金)
秀実小学校10:15～11:00 ⇒ 中正小学校12:50～13:20	12日(月)
阿波公民館10:35～11:00 ⇒ 旧JA上加茂11:25～11:50 ⇒ 加茂小学校13:00～13:40 ⇒ めぐみ荘14:00～15:00	13日(火)
向陽小学校10:15～10:45 ⇒ 鶴山小学校13:00～14:00 ⇒ 塩手荘14:40～15:10	14日(水)
勝加茂小学校10:15～11:00 ⇒ 新野小学校13:00～13:30 ⇒ 広戸小学校14:30～16:00	15日(木)
喬松小学校10:15～10:45 ⇒ 道の駅「久米の里」11:25～12:00 ⇒ 誠道小学校13:00～13:40 ⇒ 田邑公民館15:00～16:00	16日(金)
河辺小学校10:15～10:45 ⇒ 東小学校13:00～13:45	21日(水)

ぶつくまる

災害時に役立つレシピ

～食の備え～

災害が発生した時、冷蔵庫に残っている野菜や、乾物・缶詰などを活用し、短時間で手軽に作ることができるレシピを紹介します。日常生活でも役に立つので、ぜひお試しください。

問健康増進課 ☎ 32-2069

**食育通信**  
Vol.64  
毎月19日は食育の日  
津山市食育推進キャラクター「しよたん」

切干大根の塩昆布あえ



【材料(4人分)・準備するもの】切干大根…20g、キュウリ…1本、塩昆布…10g、煎りゴマ…大さじ1、ポリ袋…1袋  
【作り方】①切干大根を洗って水で戻し、食べやすい長さに切って水気を取る。②キュウリを千切りにする。③ポリ袋に①と②を入れ、塩昆布・煎りゴマを加えて一緒にあえる  
※常備している乾物と冷蔵庫に残っている野菜で、手軽にできるメニューです ※ポリ袋を使って調理するので、食器を汚さず食材を混ぜることができます

1人当たり栄養価

エネルギー29kcal、たんぱく質1.2g、脂質0.9g、カルシウム58mg、食物繊維1.8g、塩分0.5g

コーン入りホットケーキ



【材料(小8枚分)・準備するもの】ホットケーキミックス…200g、コーン缶(クリームタイプ)…小1缶(190g)、水…100cc、サラダ油…少々、厚手のポリ袋…1袋、カセットコンロ…1台、フライパン…1つ  
【作り方】①厚手のポリ袋にホットケーキミックスを入れ、コーン缶と水を加えて混ぜる。②熱したフライパンにサラダ油を薄く敷き、①のポリ袋の先を少し切って材料を絞り出して焼く。③表面にプツプツと穴が開いてきたら裏返し、中に火が通るまで焼く  
※ボールやお玉などの調理器具を使わずに調理することができるメニューです

1枚当たり栄養価

エネルギー112kcal、たんぱく質2.3g、脂質1.2g、カルシウム26mg、食物繊維0.9g、塩分0.4g

はぐくみつやまっ子

子どもを非行から守る！

ある会で、万引きについて話をしていた時、ある人からの発言にハッと気付かされることがありました。

その人が、あるお店にいた時、知らない子が不審な動きをしていたそうです。しばらく見てみると、お店の品物を自分のカバンに入れようとしていたので、近付いて、思いつきの名前で「〇〇ちゃん」と呼び掛けました。その子はビックリした顔をして振り返り、品物をそっと置きました。その人は「あっ、〇〇ちゃんじゃなかった。間違えてごめんね」と言いながら、その場を立ち去ったそうです。

その人のさり気ない声掛けで、子どもの万引きを未然に防ぐことができたのです。その子の心にも、おそらく何か伝わるものがあっただろうと思います。

注意することも必要ですが、大人から声を掛けてもらうことで、見守られているという意識が生まれ、子どもを非行から守ることができると思います。みんなの温かい目で、つやまっ子を守り、育てていけるといいですね。

津山市青少年育成センター  
市役所東庁舎3階 ☎ 31-8650

学校のこと、友だちのこと、  
青少年の悩みごと、  
ご相談ください

おしよエコるびー

不燃ごみの正しい分別をお願いします

平成28年3月まで不燃ごみとして分別していたもので、4月から可燃ごみや資源ごみに変わったものがあります。

可燃ごみや資源ごみが不燃ごみに混ざっていると、収集できませんので、正しい分別をお願いします。

- 革製品、プラスチック製品、ゴム製品、ビニール製品、プラスチック容器包装のうち、汚れが取れない(洗えない)もの → **可燃ごみ**へ
- 乾電池、割れていない蛍光灯、水銀体温計 → **資源ごみ**へ
- ガラス、陶磁器類、金属類、小型家電製品など → **不燃ごみ**へ

※缶・びんはこれまでどおり資源ごみです



最終処分場を長い期間、大切に使用していくために必要なことなんじゃ

問環境事業課3R推進係 ☎ 32-2203