



テレビ津山
毎朝6時～深夜1時
(月曜は朝10時～)

◇こんにちは市役所さん：3月2日(月)～8日(日) 偶数時台の各15分～
「お願いします！一層のごみ減量化」

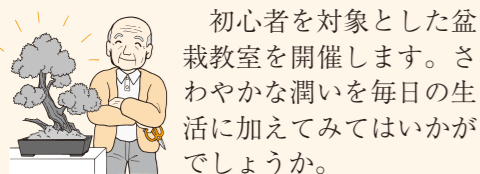
◆情報ホットライン：毎時57分～00分

※放映日時は変更になる場合があります

グリーンヒルズ津山

リージョンセンター ☎27-7150

第4回さわやか盆栽教室



初心者を対象とした盆栽教室を開催します。さわやかな潤いを毎日の生活に加えてみてはいかがでしょうか。

とき 3月15日(日)午前10時～正午
内容 津山松・松柏盆栽の葉透かし、雑木盆栽の植替え、山野草の手入れ作業

受講料 無料
定員 20人 (予約要)
締め切り 3月11日(水)

グラスハウス ☎27-7140

グラスハウスホワイトデー

男女ペアで入館した女性の料金が半額になります。さらに、先着100人の女性にお菓子をプレゼントします。友だちや夫婦、親子など男女カップルでご来館ください。

とき 3月14日(土)午前10時～午後9時

フィットネスプログラム・施設体験会

グラスハウスで体験したいフィットネスプログラムの中の1つを無料体験できます。マシンルームも併せて体験できます。音楽にのって楽しく運動。初めての人には、ストレッチやウォーキングなどの運動もおすすめてです。お気軽にお問い合わせください。



とき 3月22日(日)～28日(土) 営業時間内で120分 (予約要)

予約開始 3月1日(日)午前10時～
用意するもの 室内シューズ・タオル・飲み物

「来場ください」
おかやま文化再発見
出雲街道シンポジウム

とき 3月8日(日)午後1時～4時
ところ グリーンヒルズ津山リージョンセンター
内容 講演Ⅱ「出雲街道知り・楽しみ・活かす」民俗学者・神崎宣武さん、パネリスト・ルイスカッションⅡ 濱家輝雄さんと出雲街道沿線のまちづくり関係者

定員 200人(先着順)
入場料 無料
申込方法 ①住所②氏名③電話番号を記入し、ファックスまたは郵送で申し込む

「相談ください」
多重債務無料法律相談会

専門家による秘密厳守の相談会です。勇気を出してご相談ください。

とき 3月14日(土)午前10時～午後3時
ところ 津山市総合福祉会館
応対者 弁護士会会員、司法書士会会員
受付 会場で先着順に受付
問い合わせ先 県県民生活課 ☎086-226-7346

更新中です
ももっこカード

妊婦や小学6年生までの子どものいる家庭が協賛店★を利用した時に「ももっこカード」を提示することで、各協賛店が独自に設けた割引やプレゼントなどのサービスを受けることができます。

現在交付済みのカードの有効期限は平成21年3月31日です。新しいカードを交付中です。

更新方法 小学生や園児のいる家庭Ⅱ 学校や園を通じて交付、その他の家庭Ⅱ 津山すこやか・こどもセンター、こども課分室(市役所1階11番窓口)、各支所市民生活課の窓口で交付。妊娠届の提出時でも交付

※詳細はこども企画課へお問い合わせください

★協賛店舗は県下で約1700店舗。県ホームページと携帯電話専用サイトにて店舗情報やサービス内容などを公開中

問い合わせ先 こども企画課 ☎32-7027



▲2次元コード

ご参加ください！さん・さんの講座

「さん・さん」おんな・おとこ塾
とき 3月4日(水)午前10時15分～正午
内容 「子どもへの暴力を防ぐために、今あなたにできること」

講師 CAPつやま
定員 30人 ※託児あり(予約要)
締め切り 2月26日(木)

女性のためのコミュニケーション講座

とき 3月7日(土)午後1時～4時
内容 「チームや部下を育てる“ほめ方”“しかり方”」

講師 吉田真知子さん(人材活性コンサルタント)
対象 女性
定員 30人
締め切り 2月28日(土)

ところ さん・さん
受講料 無料
申込方法 ①住所②氏名③年齢④電話番号を伝え、電話・ファックスまたは直接申し込む

問い合わせ先 男女共同参画センター「さん・さん」(アルネ・津山5階) ☎31-2533、☎31-2534

地域包括支援センターフェア

認知症への理解を深めよう
ひとことじゃないよね？
認知症 家族や地域で認知症の人を支えるために自分たちができることや、認知症に対する理解や接し方について考えます。

とき 3月12日(木)午後1時30分～3時30分
ところ 勝北文化センター
内容 講演や寸劇、認知症講座の報告
参加費 無料
高齢者の作品展示

とき 3月16日(月)～19日(木)
ところ 市役所1階市民ロビー

女性と子どもの法律相談

女性と子どもが抱えるさまざまな問題を相談者と行政・弁護士が協力して解決することを目的に開催しています。秘密は堅く守りますので安心してご利用ください。

とき 毎月第1・3月曜日午後1時30分～4時40分(予約要)
ところ 津山すこやか・こどもセンター
相談料 無料



問い合わせ先 こども課 ☎32-2065

津山文化振興財団からののお知らせ

第20回記念津山幼児音楽祭

とき 2月21日(土)午後1時開演
ところ 津山文化センター
出演団体 佐良山幼稚園、田邑幼稚園、田邑保育園、作陽保育園、高野第二保育園、高野保育園、やよい保育園ほか
入場料 無料

優秀映画鑑賞会 シネマの森

とき 3月8日(日)午前10時開場
ところ ベルフォーレ津山(アルネ・津山7階)

上映時間・作品
10:30～「香掛時次郎 遊侠一匹」
12:20～「嵐を呼ぶ男」
14:20～「悪名」
16:15～「人生劇場 飛車角と吉良常」

※上映開始時間は変更になる場合があります

入場料 500円(全席自由・入れ替えなし)

※未就学児の入場は不可

入場券販売所 ベルフォーレ津山、グリーンヒルズ津山リージョンセンター、津山文化センター、加茂町文化センターほか

問い合わせ先 津山文化振興財団 ☎24-0201



津山市少年少女発明(科学工作)クラブ

メンバーになろう！
とき 第2・4土曜日午後2時～4時
ところ 北小学校
対象 小学3年生
～中学3年生
定員 20人程度(多数の場合は抽選)

年会費 5000円
締め切り 3月13日(金)
問い合わせ先 生涯学習課 ☎32-2118



問い合わせ先 津山市地域包括支援センター ☎23-1004