



## 元気な子どもを育てるために

健診	日	受付時間
乳児健診	9日(火)、10日(水)	13:00~14:00
1歳6カ月児健診	2日(火)、3日(水)	
3歳児健診	23日(火)、24日(水)	

ところ 津山すこやか・こどもセンター  
☆対象者には個別に通知します



## ポリオ予防接種

対象	日	受付時間
生後3~90カ月未満の子ども	16日(火)・17日(水)・18日(木)・19日(金)	13:30~14:20

ところ 津山すこやか・こどもセンター

## 離乳食教室

とき	ところ
12日(金) 10:00~12:00	津山すこやか・こどもセンター

対象 7~11カ月の子どもと保護者  
内容 調理実習、試食、説明、個人相談  
定員 10人程度  
持ってくるもの エプロン、三角きん、筆記用具、母子手帳、おんぶひもなど

問い合わせ先 健康増進課 ☎32-2069

## 骨密度測定

とき	ところ
15日(月) 9:00~16:00	津山すこやか・こどもセンター

対象 市内に在住の20~80歳以上の人(予約要)

## 妊婦歯科検診

とき	ところ
21日(祝) 9:00~12:00	津山歯科医療センター(沼)

内容 歯科検診、ブラッシング指導、歯垢の染め出し(希望者)、カリオスタット(口の中の状態を知る検査)

定員 18人(予約要、先着順)

## 高齢者歯科相談

とき	ところ
21日(祝) 9:00~12:00	津山歯科医療センター(沼)

対象 65歳以上の人(予約要)

内容 歯科検診、歯科相談

問い合わせ先 津山歯科医療センター ☎22-4021

## 「愛の献血」にご協力を

とき	ところ
26日(金) 10:00~11:30 12:30~15:30	市役所 1階市民ロビー

☆献血会場では、栄養士による食生活相談や体脂肪、腹囲の測定も行います(10:00~11:30、13:00~15:00)

※料金を掲載していないものは無料です

# 3月の相談

### ●女性の悩みごと相談

とき 毎週水曜日・20日(土)10:00~16:00  
ところ 津山男女共同参画センター「さん・さん」  
園さん・さん ☎31-2533

### ●女性と子どもの法律相談

とき 1日(月)・15日(月)13:30~16:40  
ところ 津山すこやか・こどもセンター  
園こども課 ☎32-2065

### ●女性と子どものなやみごと相談所

とき 11日(木)・25日(木)10:00~15:00  
ところ さん・さん  
園さん・さん ☎31-2533

### ●鶴山塾特別教育相談

とき 毎週火・木曜日13:30~16:30、5日(金)13:30~15:30、19日(金)14:00~16:00、26日(金)10:00~12:00  
ところ 教育相談センター「鶴山塾」  
園鶴山塾 ☎22-2523

### ●無料法律相談(司法書士・予約要)

とき 3日(水)・17日(水)13:30~16:30  
ところ 環境生活課(市役所1階1番窓口)  
園環境生活課 ☎32-2057

### ●行政相談

とき 19日(金)10:00~15:00  
ところ 津山市総合福祉会館  
園環境生活課 ☎32-2057

### ●人権相談

とき 3日(水)10:00~15:00  
ところ 津山市総合福祉会館  
園人権啓発課 ☎31-0088

### ●人権・行政合同相談

とき 9日(火)10:00~15:00  
ところ 阿波公民館  
園阿波支所市民生活課 ☎32-7042

### ●勝北老人憩いの家

とき 18日(木)10:00~15:00  
ところ 勝北老人憩いの家  
園勝北支所市民生活課 ☎32-7021

### ●倭文ふれあい学習館

とき 23日(火)10:00~15:00  
ところ 倭文ふれあい学習館  
園久米支所市民生活課 ☎32-7011

### ●加茂支所

とき 26日(金)10:00~15:00  
ところ 加茂支所  
園加茂支所市民生活課 ☎32-7032

※このほかにもさまざまな相談窓口が設けられています。詳しくは「津山市暮らしの便利帳」をご覧ください

小学5年生以上を対象にしている「津山市民弓道教室」。取材に訪れた日、帰宅途中の会社員や主婦などに交じって小学生も静かに弓を引いていました。「弓道は年齢や経験を問わないのです。その人の体格や体力に適した弓を使用することで、誰でも対等に競技ができ、ともに楽しめるスポーツですよ」と指導者の田淵さん。夜の静寂を切り裂いて飛ぶ矢、そして的中した音が響く。「的に向かった時の緊張感、矢を離れた時や中つたときの爽快感は最高です」と目を輝かせる教室生。



緊張感と爽快感を味わおう

## 津山市民弓道教室

組めることも魅力。練習の成果は段級審査や射会などで発揮。昨年は団体で県中学生弓道大会に、個人では全国中学生弓道大会に出場できました」と教えてくれました。ただいま、平成22年度の教室生を募集中です。



練習期間 1期 4~7月、2期 9~12月  
練習日 期間中の毎週水曜日 午後6時30分~8時  
ところ 津山高校弓道場  
費用 入会金 3千円、毎月 1千円  
※弓・矢は教室で用意  
問い合わせ先 津山市民弓道連盟・田淵さん ☎22・9617

# じどうかん

中央児童館(山北) 午前10時~午後5時  
☎22-2099

### ひなまつり会

とき: 6日(土)14:00~15:00 内容: 学生マジシャン・藤森大樹さんによるマジックショー

### お話タイム

とき: 11日(木)、25日(木)15:00~15:30 内容: 絵本やパネルシアター、紙芝居、エプロンシアターなど

### おもちゃの病院

とき: 13日(土)10:30~11:30 内容: 壊れたおもちゃの修理 ※コンピュータ類は不可。1人1個まで

ぐりむ児童館(加茂町中原) 午前9時~午後5時  
☎42-3168

### ビックリ・ドッキリ・科学のふしぎ

とき: 6日(土)14:00~15:00 内容: 実験遊び

### たんぼぼルーム(ひなまつり)

とき: 10日(水)10:00~11:30 対象: 乳幼児と保護者、妊婦 参加費: 親子で100円 締め切り: 3日(水)

### たんぼぼルーム(親子であそぼう)

とき: 24日(水)10:00~11:30 対象: 乳幼児と保護者、妊婦

### わくわくスポーツ大会

とき: 28日(日)13:30~15:00 内容: 大縄跳びを使った遊び

休館日 中央児童館・ワイワイ児童館・ぐりむ児童館 1日(月)、8日(月)、15日(月)、21日(祝)、22日(休)、29日(月)

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: 4日(木)、16日(火)13:15~13:45

### 親子で遊ぼう

とき: 5日(金)10:30~11:30 対象: 幼児(1~3歳)と保護者

### 1歳児あつまれ!

とき: 12日(金)10:30~11:30 対象: 1歳児と保護者

### 赤ちゃんあそび!

とき: 17日(水)10:30~11:30 対象: 1歳未満の乳児と保護者 定員: 15組(先着順) 受付: 3日(水)10:00~

阿波児童館(阿波) 月・金曜日 午後1時~5時  
☎46-2076 水曜日 午前9時~午後5時

### 将棋で遊ぼう

とき: 6日(土)10:30~12:00 内容: 本将棋や山崩しなど

