



問い合わせ先 健康増進課 ☎32-2069 ※料金を掲載していないものは無料です

## 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)、5日(金)	
3歳児健診	16日(火)、17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	11日(木)、12日(金)	13:30~14:20
未満の子ども	18日(木)、19日(金)	

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

## 日本脳炎定期予防接種のお知らせ

生後6カ月から7歳6カ月まで(第1期)と9歳から12歳まで(第2期)の子どもに、日本脳炎の予防接種ができるようになりました。

※詳しくは、健康増進課まで問い合わせください

## 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
24日(水) 10:00~15:30	久米保健センター

対象 市内に在住する20~80歳の人(予約要)

## 離乳食教室

とき	ところ
19日(金) 10:00~12:00	津山すこやか・こどもセンター

対象 生後7~11カ月の乳児と保護者  
内容 調理実習、試食、説明、個人相談  
定員 10人程度(予約要)  
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(あれば)など

## 妊婦歯科検診

とき	ところ
21日(日) 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(日) 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	市役所1階市民ロビー
12:30~15:30	

☆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)

# 11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」  
間さん・さん ☎31-2533
- 女性と子どもの法律相談(予約要)  
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  
間こども課 ☎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 津山男女共同参画センター「さん・さん」  
間さん・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」  
間鶴山塾 ☎22-2523
- 司法書士法律相談(予約要)  
とき 10日(水)、17日(水)9:00~12:00  
ところ 環境生活課(市役所1階1番窓口)  
間環境生活課 ☎32-2057
- 人権・行政合同相談  
とき 4日(木)10:00~15:00  
ところ 加茂町公民館  
間加茂支所市民生活課 ☎32-7032
- 行政相談  
とき 17日(水)10:00~15:00  
ところ 加茂町公民館  
間加茂支所市民生活課 ☎32-7032
- 人権・行政・民生合同相談  
とき 18日(木)10:00~15:00  
ところ 勝北老人憩いの家  
間勝北支所市民生活課 ☎32-7023
- 人権・行政・民生合同相談  
とき 22日(月)10:00~15:00  
ところ 久米支所  
間久米支所市民生活課 ☎32-7011

※相談はすべて無料。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

リージョンセンター西側の芝生広場で9月から新たに始まったキッズサークル。運動遊びを通して基礎体力や体を動かすスキルを身につけます。また、さまざまな年齢の子どもが一緒に遊ぶことで、仲間とのコミュニケーション能力や社会性(ルール)を身につけることも目的の一つです。遊びもさまざま、取材した日はランニング・ダッシュで体をほぐした後、ラクビーボールを使った簡単なボール遊びや童謡に合わせてバンブーダンスをするなど、ちょっとした変わった内容に子どもたちは興味深々。後半は自由遊びで長縄跳びやバランスポールを使った遊びを楽しみました。今後も、跳ぶ・跳ねる・投げる・受ける・走る・運ぶといった全身を使った運動遊び



「遊びの中ですれ違い」を語ると、子どもたちの笑顔や笑い声には力があります。たくさんの子どもが集まって、楽しく友だちづくりができるといいですね。とき 毎週火曜日午後4時30分~6時  
ところ グリーンヒルズ津山リージョンセンター西側芝生広場  
対象 5歳児~小学生  
定員 40人  
会費 年度会費 ¥1000、月会費 ¥3000  
問い合わせ先 グリーンヒルズ津山リージョンセンタートレーニングルーム ☎27-7144



楽しく遊んで友だちいっぱい  
リージョンセンタートレーニングルーム  
元氣ッズクラブ

# じどうかん

# 11月

中央児童館(山北) 午前10時~午後5時  
☎22-2099

お話タイム とき: 10日(水)、26日(金)13:00~13:30  
内容: 絵本、パネルシアター、折り紙、工作

赤ちゃん広場 とき: 11日(木)11:00~11:30 対象: 1歳未満の乳児と保護者 定員: 10組(先着順) 受付: 2日(火)10:00~

親子で遊ぼう とき: 22日(月)10:30~11:30 内容: 親子でふれあい遊び、リトミック

クリスマスグッズをつくろう! とき: 27日(土)10:30~11:30 対象: 5歳児~小学生 定員: 15人(先着順) 参加費: 100円 受付: 6日(土)10:00~

ぐりむ児童館(加茂町中原) 午前9時~午後5時  
☎42-3168

たんぼぼルーム(リトミック) とき: 10日(水)10:00~11:30 内容: 親子でリトミック、保健士による育児相談 対象: 乳幼児と保護者、妊婦

もちつき大会 とき: 14日(日)10:00~11:30 内容: 昔ながらの杵と臼を使ってのお餅つき

たんぼぼルーム(空気砲パンパン) とき: 24日(水)10:00~11:30 内容: 空箱で空気鉄砲を作り、的当て遊び 対象: 乳幼児とその保護者、妊婦

休館日 中央児童館・ワイワイ児童館 1日(月)、4日(木)、8日(月) 15日(月)、21日(日)、24日(水)、29日(月)  
ぐりむ児童館 1日(月)、3日(祝)、8日(月) 15日(月)、22日(月)、23日(祝)、29日(月)

ワイワイ児童館(横山) 午前10時~午後5時  
☎24-4400

2、3歳児の親子でジャンプ☆ とき: 5日(金)10:30~11:30 対象: 2、3歳児と保護者

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

絵本タイム とき: 16日(火)13:15~13:45 内容: 絵本、紙芝居、折り紙

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: 2日(火)10:00~

クリスマスの飾り作り とき: 27日(土)13:30~15:30  
ところ: 福岡会館 対象: 小学生  
定員: 20人(先着順) 参加費: 100円  
受付: 6日(土)10:00~



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

自然物あそび とき: 8日(月)15:30~16:30 内容: 木の実や落ち葉などを使った簡単な小物作り

ステンシルでオリジナルきんちゃく袋を作ろう とき: 13日(土)10:30~11:30