



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 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)

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、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を行います。子どもたちの笑顔や笑い声にはみんなが元気になる不思議な力があります。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¥300
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
元気ッズクラブ



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~ 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