



元気な子どもを育てるために

| 健診 | 日 | 受付時間 |
|----------|----------------------|-------------|
| 乳児健診 | 11日(火)、12日(水)、14日(金) | 13:00~14:00 |
| 1歳6カ月児健診 | 4日(火)、5日(水)、7日(金) | |
| 3歳児健診 | 18日(火)、19日(水)、21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

骨密度測定

| とき | ところ |
|--------------------|----------------|
| 13日(木) 10:00~15:00 | 勝北保健福祉センター |
| 17日(月) 9:00~16:00 | 津山すこやか・こどもセンター |

対象 市内に在住する20~80歳の人(予約要)

母親歯科教室

~子どもをむし歯から守る学習会~

| とき | ところ |
|----------------|---------------|
| 16日(日) 9:00~正午 | 津山歯科医療センター(沼) |

対象 未就学の子どものを持つ保護者
 内容 歯科医師による家庭で実践できるむし歯予防の話と歯科相談
 定員 20人(予約要・先着順)
 問い合わせ先 津山歯科医療センター ☎22-4021

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

10月の相談

- 女性の悩みごと相談
 とき 毎週水曜日10:00~16:00
 ところ 津山男女共同参画センター「さん・さん」
 岡さん・さん ☎31-2533
- 女性と子どもの法律相談
 とき 3日(月)・17日(月)13:30~16:40
 ところ 津山すこやか・こどもセンター
 岡こども課 ☎32-2065
- 女性と子どものなやみごと相談所
 とき 13日(木)、27日(木)10:00~15:00
 ところ さん・さん
 岡さん・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
 7日(金)13:30~15:30、28日(金)10:00~12:00
 ところ 教育相談センター「鶴山塾」
 岡鶴山塾 ☎22-2523
- 司法書士法律相談(無料・予約要)
 とき 5日(水)、19日(水)13:30~16:30
 ところ 環境生活課(市役所1階1番窓口)
 岡環境生活課 ☎32-2057
- 行政・民生合同相談
 とき 20日(木)10:00~15:00
 ところ 久米支所
 岡久米支所市民生活課 ☎32-7011
- 人権・行政・民生合同相談
 とき 20日(木)10:00~15:00
 ところ 勝北老人憩いの家
 岡勝北支所市民生活課 ☎32-7023



※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

離乳食教室

| とき | ところ |
|--------------------|----------------|
| 25日(火) 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(予約要)
 持ってくるもの エプロン、三角巾、筆記用具、母子手帳、おんぶひも(あれば)など

妊婦ばんぼこ学級

| とき | 内容 |
|-----------------------|---------------------------------|
| 26日(水) 10:00~14:00 | 「バランスの良い食事を取ろう」 ~栄養士の話・調理実習~ |
| 11月11日(金) 13:30~16:00 | 「お産に向かって準備しよう」 ~助産師の話・呼吸法~ |
| 11月20日(日) 10:00~12:00 | 「赤ちゃんが生まれたよ」 ~沐浴・妊婦体験など~ |

ところ 26日=さん・さん(アルネ・津山5階)、
 11月11日・20日=津山すこやか・こどもセンター
 対象 妊婦(できるだけ3回ともご参加ください)
 定員 20人(予約要・先着順)
 参加費 200円(調理実習代として)

「愛の献血」にご協力を

| とき | ところ |
|-----------------------------------|------------|
| 28日(金) 10:00~11:30 12:30~15:30 | 市役所1階市民ロビー |

「ツヤマ、ファイト!」練習に入る前に大きな円陣を組んで、気持ちを一にする津山ハンドボール教室。平成12年、岡山国体(平成17年開催)を前に設立され、現在は、部員は小学1年生から中学3年生までの101人。体育館には、子どもたちの元気な声と熱気が響きます。れ、ホイッスルの音が響きます。「ハンドボールは、投げる、捕る、ダッシュ、ジャンプ、持久力、そして判断力と少年期の心身の発育に必要な運動要素をすべて持っているスポーツ。身体能力が鍛えられるので、中学校に上がった後も、いろいろなクラブ活動で活躍している卒業生が多くいるんですよ」と語る代表の畝本昭則さん。



津山ハンドボール教室
 ダッシュ・ジャンプ・シュート
 きて、とても楽しんでみながらも参加してほ「笑顔で話してくれたいのは男子・女子キャプテンの春名友希也さん(弥生小6年生)と畝本由真さん(東小6年生)」。額を流れる汗と指導を受けるときの真剣なまなざしが印象的な、爽やかなチームです。
 とき・ところ 金曜日(1カ月に2~5回) 午後6時30分~8時30分・津山総合体育館
 対象 小・中学生
 会費 入会費12千円、年会費116千円(小学1~3年生)・8千円(小学4~5年生)・3千円(小学3年生)
 問い合わせ先 畝本昭則さん ☎090-136361279



じどうかん

中央児童館(山北) 午前10時~午後5時
 ☎22-2099

お話タイム とき: 12日(水)、28日(金)13:00~13:30
 内容: 読み聞かせ、パネルシアター、折り紙など

赤ちゃん広場 とき: 13日(木)11:00~11:30 対象: 1歳未満の乳児と保護者 定員: 10人(先着順) 受付: 9月27日(火)10:00~(電話のみ)

親子であそぼう とき: 17日(月)10:30~11:30 内容: 保育士による歌や体を使った親子遊び 対象: 乳幼児(0~2歳児)と保護者

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(お兄さんと一緒) とき: 12日(水)10:00~11:30 内容: 体育指導委員による親子遊び、保健師による育児相談 対象: 乳幼児と保護者、妊婦

たんぼぼルーム(お話ランド) とき: 26日(水)10:00~11:30 ところ: 加茂町図書館 内容: 手遊びや本の読み聞かせ、工作など

グリムキッチン(カレー作り) とき: 30日(日)10:00~13:00 参加費: 100円 持ってくるもの: 米1合、野菜 締め切り: 25日(火) ※幼児は保護者と同伴

ワイワイ児童館(横山) 午前10時~午後5時
 ☎24-4400

けん玉で遊ぼう とき: 1日(土)13:30~15:00 講師: 松本卓さん(けん玉名人) 持ってくるもの: けん玉(あれば)

絵本タイム とき: 6日(木)、18日(火)13:15~13:45 内容: 絵本や紙芝居の読み聞かせ、折り紙

2、3歳児の親子でジャンプ☆ とき: 7日(金)10:30~11:30 対象: 2、3歳児の幼児と保護者

プレクラブ ワイワイあそぼ♪ とき: 12日(水)10:30~11:30 対象: 1歳~平成23年4月2日以降に2歳になる幼児と保護者

赤ちゃんあそぼ! とき: 19日(水)、26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: 5日(水)10:00~(電話のみ)

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

スタンプあそび とき: 14日(金)15:30~16:30 内容: イモや落ち葉を使ったスタンプ遊び

染物あそび とき: 22日(土)10:00~正午 定員: 15人(先着順) 参加費: 100円 持ってくるもの: 汚れてもよい服装 受付: 5日(水)~ ※幼児は保護者と同伴

休館日 中央児童館・ワイワイ児童館 3日(月)、10日(祝)、11日(火)、16日(日)、24日(月)、31日(月)
 ぐりむ児童館 3日(月)、10日(祝)、11日(火)、17日(月)、24日(月)、31日(月)