

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(水)、13日(金)	13:00~14:00
1歳6カ月児健診	6日(金)、10日(火)	
3歳児健診	24日(火)、25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

妊婦歯科検診

とき	ところ
15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、カリオスタット(お口の中の状態を知る検査)
定員 18人(予約要、先着順)

高齢者歯科検診・相談

とき	ところ
15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)
問い合わせ先 津山歯科医療センター ☎22-4021

骨密度測定

とき	ところ
16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)

問い合わせ先 健康増進課 ☎32-2069

離乳食教室

とき	ところ
17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、三角巾、筆記用具、母子手帳、おんぶひも(あれば)など

ポリオ予防接種

対象	日	受付時間
生後3カ月~90カ月未満の子ども	17日(火)、18日(水)、19日(木)、20日(金)	13:30~14:00

ところ 津山すこやか・こどもセンター
☆対象期間に、6週間以上の間隔で2回接種
☆対象者には個別に通知します

「愛の献血」にご協力を

とき	ところ
27日(金) 10:00~11:30 12:30~15:30	市役所 1階市民ロビー



原画キャラクター
けいけちゃん

※料金を掲載していないものは無料です

1月の相談

●女性の悩みごと相談

とき 毎週水曜日・21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」
☎さん・さん ☎31-2533

●女性と子どもの法律相談(予約要)

とき 5日(木)・16日(月)13:30~16:40
ところ 津山すこやか・こどもセンター
☎こども課 ☎32-2065

●女性と子どものなやみごと相談所

とき 12日(木)・26日(木)10:00~15:00
ところ さん・さん
☎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
6日(金)13:30~15:30、27日(金)10:00~12:00
ところ 教育相談センター「鶴山塾」
☎鶴山塾 ☎22-2523

●司法書士法律相談(無料・予約要)

とき 11日(水)・25日(水)13:30~16:30
ところ 環境生活課(市役所1階1番窓口)
☎環境生活課 ☎32-2057

●人権・民生合同相談

とき 11日(水)10:00~15:00
ところ 津山市総合福祉会館
☎人権啓発課 ☎31-0088

●行政・民生合同相談

とき 11日(水)10:00~15:00
ところ 加茂町福祉センター
☎加茂支所市民生活課 ☎32-7032

●行政相談

とき 18日(水)10:00~15:00
ところ 加茂町公民館
☎加茂支所市民生活課 ☎32-7032

●人権・行政・民生合同相談

とき 19日(木)10:00~15:00
ところ 勝北老人憩いの家
☎勝北支所市民生活課 ☎32-7023

とき 20日(金)10:00~15:00

ところ 久米支所2階会議室
☎久米支所市民生活課 ☎32-7011

※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

「久米キッズクラブ」では、毎月、小学生向けのいろいろな教室を開催しています。この日は料理教室が開催され、小学1~3年生10人が参加。料理の献立は倭文地区のボランティアスタッフが考え、子どもたちと一緒に料理をしていきます。今回のメニュー料理は「ジャガイモのグラタン」。栄養士の小谷郁恵さんが「ジャガイモの芽を取って」「火加減に気を付けて」とアドバイス。子どもにとって難しい料理のように思えますが、子どもたちは真剣な表情で、ときばきと料理していきます。「料理を通して、旬の食材を知ってほしい。調理器具の使い方などが自然に身に付く」といいです。ね」と小谷さん。



4月から毎月参加している田中七海さん(喬松小3)は「料理は、みんな楽しんで。できあがった料理は、みんなで楽しくおいしくいただきました。このクラブには、料理のほか、火起こしなどの古代技術体験や踊り、お茶、体操の教室もあり、地域ぐるみで子どもたちを育てています。活動日 料理教室Ⅱ毎月第2土曜日午前9時~11時30分 ※そのほかの教室については、お問い合わせください。ところ 倭文ふれあい学習館(里公文)



あ〜おいしい トントん、ジュージュー
久米キッズクラブ (料理教室)

じどうかん

1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: 11日(水)、27日(金)13:00~13:30
内容: 絵本、パネルシアターなど

赤ちゃん広場 とき: 12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: 12月20日(火)10:00~

とんど とき: 14日(土)13:30~ 持ってくるもの: お正月の飾り、書き初め

親子であそぼう とき: 16日(月)10:30~11:30 内容: 子育てについての話 対象: 0~2歳の乳幼児と保護者

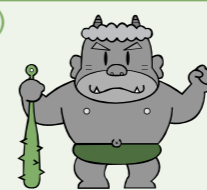
ぐりむ児童館(加茂町中原) 午前9時~午後5時
☎42-3168

とんど とき: 14日(土)13:30~ 持ってくるもの: お正月の飾り、書き初め

まっちゃんとおぼろ とき: 21日(土)13:30~15:00
内容: かるた遊びやこま回し、羽根突きなど

たんぼぼルーム(オニさん遊び)

とき: 25日(水)10:00~11:30
内容: 節分にちなんだ遊び
対象: 乳幼児(0歳~就学前)と保護者、妊婦
※保健師による育児相談あり



ワイワイ児童館(横山) 午前10時~午後5時
☎24-4400

お正月遊び とき: 7日(土)13:30~16:00 内容: 大型かるたや福笑い、羽根突きなど

プレクラブ ワイワイあそぼろ とき: 11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

絵本タイム とき: 17日(火)13:15~13:45 内容: 絵本や紙芝居の読み聞かせ、折り紙

赤ちゃんあそぼろ! とき: 18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(木)10:00~(電話のみ)

ワイワイクッキング とき: 28日(土)13:30~15:30 ところ: 福岡会館(横山) 内容: お菓子作り 対象: 小学生14人(先着順) 参加費: 200円 受付: 7日(土)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

お正月あそびをしよう! とき: 6日(金)15:00~16:00
内容: かるた、こま、すごろくなど

フェルトで作るペンケース とき: 21日(土)10:00~11:30
対象: 小学生以上 定員: 15人(先着順) 参加費: 100円 受付: 11日(水)9:00~

休館日 中央児童館・ワイワイ児童館 1日(祝)~4日(水)、9日(祝)、10日(火)、15日(日)、23日(月)、30日(月)
ぐりむ児童館 1日(祝)~4日(水)、9日(祝)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)