

市立図書館 (アルネ・津山4階) ☎ 24-2919
午前10時～午後7時

- 小さな子どものえほんのじかん
とき：毎週水曜日10:30～11:00
- 木曜ビデオ館 とき：毎週木曜日14:30～
内容：4日＝「秘太刀馬の骨1」、11日＝「秘太刀馬の骨2」、18日＝「小澤征爾 西洋音楽と格闘した半世紀」
- むかし話を聞く会 とき：6日(土)14:00～14:30
- 津山中央病院連携健康セミナー とき：17日(水)14:00～15:00 講師：芦川幸江さん(歯科衛生士)
- おはなし会 とき：18日(木)11:00～11:30
- 放送大学連携講座「英語学習の魅力」 とき：20日(土)14:00～15:30 講師：服部美佳さん(岡山大学非常勤講師)
- 小学生のための「物語をたのしむ会」
とき：20日(土)14:00～14:40
- ファミリーシアター とき：21日(日)14:30～
内容：「ネコのミヌース」

加茂町図書館 (加茂町塔中) ☎ 42-7032
午前10時～午後6時

- 昔話のおはなし会 とき：13日(土)10:30～11:00
- おはなし会 とき：28日(日)10:30～11:00

勝北図書館 (新野東) ☎ 36-8622
午前10時～午後6時

- おはなしタイム とき：11日(木)、21日(日)10:30～11:00
- 昔ばなしのじかん とき：27日(土)14:00～14:30

久米図書館 (中北下) ☎ 57-3444
午前10時～午後6時

- いっしょにあそぼう！0123てくてく(幼児向け)
とき：17日(水)10:30～11:30
- こくちゃんの紙芝居劇場 とき：20日(土)15:30～

休館日 市立図書館：24日(水)～30日(火) 特別館内整理期間
加茂町・勝北・久米図書館：1日(月)、8日(月)、15日(祝)、22日(月)、24日(水)、29日(月)、30日(火)

●市立図書館のホームページから、オンラインレファレンス(調査・問い合わせ)ができます
<https://tsuyamalib.tvt.ne.jp/>

中央児童館 (山北) ☎ 22-2099
午前10時～午後5時

- お月見お話の会 とき：6日(土)14:00～14:30
- お話タイム とき：10日(水)、26日(金)13:00～13:30
- 赤ちゃん広場 とき：11日(木)11:00～11:30
対象：1歳未満児と保護者 定員：10組(先着順)
受付：2日(火)10:00～
- 敬老の日プレゼント作り とき：13日(土)14:00～15:00
対象：4歳児～小学生 定員：10人(先着順)
受付：6日(土)10:00～ 参加費：無料
- 親子であそぼう とき：22日(月)10:30～11:30
対象：0～2歳児と保護者

南(ワイワイ)児童館 (横山) ☎ 24-4400
午前10時～午後5時

- 先生とあそぼう☆ とき：2日(火)10:30～11:30
- 絵本タイム とき：4日(木)13:15～13:45
- ワイワイあそぼう♪ とき：10日(水)10:30～11:30
対象：1歳半以上の未就園児と保護者
定員：20組(先着順) 受付：3日(水)10:00～(電話のみ)
- 赤ちゃんあそぼう！ とき：17日(水)10:30～11:30
対象：1歳未満児と保護者 定員：20組(先着順)
受付：3日(水)10:00～(電話のみ)

加茂(ぐりむ)児童館 (加茂町中原) ☎ 42-3168
午前10時～午後5時

- お話タイム とき：5日(金)、17日(水)13:15～13:45
- エアーマット・デー とき：6日(土)10:30～11:00 28日(日)11:00～11:30、14:00～14:30 内容：エアーマットを使った遊びなど ※幼児は保護者同伴
- おはなしなあに とき：12日(金)10:45～11:15
- 育児相談 とき：12日(金)11:30～12:00 内容：保健師と栄養士による育児相談、体重・身長測定など
- じいじ・ばあばの孫育て講座 とき：18日(木)10:30～11:30 定員：15人(先着順) 受付：3日(水)～

阿波児童館 (阿波) ☎ 46-2076

月・金曜日と第2・4・5水曜日午後1時～午後5時、第1・3水曜日午前10時～午後5時、第2・4土曜日午前10時～午後3時

- 絵本のじかん とき：3日(水)16:00～16:30
- しゃぼん玉であそぼう！ とき：13日(土)10:30～11:30
- 作ってあそぼう とき：17日(水)16:00～

休館日 中央児童館・南児童館・加茂児童館：1日(月)、8日(月)、15日(祝)、16日(火)、21日(日)、24日(水)、29日(月)

夏野菜を食べよう

～旬の野菜をとり入れましょう～

トマトやピーマン、キュウリなど、夏野菜が採れる季節になりました。今回は、旬のピーマンを使った春巻きを紹介します。家族で一緒に作ってみませんか。



ピーマンの焼き春巻き



1人当たり栄養価
エネルギー146kcal、たんぱく質5.5g、脂質7.5g、カルシウム12mg、食物繊維1.9g、塩分0.4g

毎月19日は食育の日
問健康増進課 ☎ 32-2069

【材料(4人分)】ピーマン…8個、ツナ水煮缶…1缶、サラダ油…小さじ1、しょうゆ…小さじ1、コショウ…少々、水溶き片栗粉(片栗粉…小さじ1、水…大さじ1)、春巻きの皮…4枚、小麦粉のり(小麦粉…小さじ2、水…少々)、ごま油…大さじ2
【作り方】下準備①春巻きの皮は4つに切る②ピーマンは千切りにする調理③フライパンでサラダ油を熱し、ピーマンをさっと炒めた後、ツナ水煮缶を汁ごと加えてさらに炒める④具材が少ししんなりしたら、しょうゆとコショウを加えて味付けをし、水溶き片栗粉を加えてとろみをつける⑤④が冷めたら春巻きの皮で三角形に包み、皮の端を小麦粉のりで止める⑥フライパンでごま油を熱し、両面がこんがりするまで焼く



つやまっ子はくみQ&A

子どもの教育などの相談窓口

Q 子どもの教育や子育てのことで相談したいことがあります。どこか、相談窓口はありますか？

A 市では、子どもに関する問題や悩みなどの相談を津山市青少年育成センターで受け付けています。

また、個別の問題や悩みなどに専門的に応える県や警察などの相談窓口もあるので、ご利用ください。

- 【主な相談窓口】
学業・進路・問題行動など 津山教育相談室(田町) ☎ 24-1424
少年非行・補導・被害少年の保護など 津山少年サポート(林田) ☎ 23-6110
児童福祉・子どもの養育・心身障害など 津山児童相談所(山北) ☎ 23-5131

津山市青少年育成センター 家族のこと、友だちのこと、
市役所東庁舎3階 ☎ 31-8650 青少年の悩みごと、
ご相談ください

なるほど！ 暮らしの豆知識

通信販売での買い物にご用心

【事例】
テレビショッピングで真珠のネックレスを注文しました。

しかし、後日届いた商品はテレビで見た印象と違い、価格ほどの価値は無いように思えたので、返品を申し入れましたが、断られてしまいました。

【注意】
テレビやラジオのショッピング番組などの通信販売では、通常、商品を受け取った日から8日以内であれば、返品ができます。しかし、事業者が返品の可否や期限を決めている場合は、それに従うことになります。
ショッピング番組では、返品品の可否などの重要事項が分かりにくいことがあります。契約内容を、よく確認してから注文をしましょう。



困ったときの相談先 市民相談室 ☎ 32-2057、
土・日曜日は県消費生活センター ☎ 086-226-0999

北小学校10:00～10:40⇒総社東第二遊園地11:10～11:40⇒高田小学校13:00～13:30	3日(水)
高倉小学校10:15～10:45⇒衆楽公園駐車場(市役所東側)12:00～13:10⇒小原会館14:00～14:40⇒院庄公民館15:20～16:20	4日(木)
成名小学校10:15～11:00⇒清泉小学校13:00～13:40⇒大崎小学校14:40～16:15	5日(金)
ときわ園10:00～10:30⇒高野公民館11:10～11:50⇒広野小学校13:00～13:30⇒弥生小学校14:30～16:20	8日(月)
佐良山小学校10:00～10:40⇒津山口駅前11:05～11:35⇒一宮小学校12:50～13:30⇒林田小学校14:30～16:00	9日(火)
向陽小学校10:15～10:45⇒鶴山小学校13:00～14:00⇒塩手荘14:40～15:10	10日(水)
勝加茂小学校10:15～11:00⇒新野小学校13:00～13:30⇒広戸小学校14:30～16:00	11日(木)
喬松小学校10:15～10:45⇒道の駅「久米の里」11:25～12:00⇒誠道小学校13:00～13:40⇒田邑公民館15:00～16:00	12日(金)
阿波公民館10:25～10:50⇒旧JA上加茂11:20～11:50⇒加茂小学校13:00～13:40⇒めぐみ荘14:00～15:00	16日(火)
河辺小学校10:15～10:45⇒東小学校13:00～13:45	17日(水)
秀実小学校10:15～11:00⇒中正小学校12:50～13:20	18日(木)

