

Tsuyama Public Relations

広報津山

10

2026(令和8年)
No.863



10月号の主な内容
秋を彩る、津山。

作州津山宮川朝市& 30周年記念抽選会



産みたての鶏の卵、新鮮野菜、手作り加工品などを出品。30周年を記念して豪華景品が当たる「農産物抽選会」も実施します。

とき 10月11日(日)午前7時～9時
ところ 城北橋下手河川敷(山北)
問ビジネス農林業推進室 ☎32-2178



ふれあい広場

久米ふるさとまつり



テント村や芸能大会、演歌歌手 野中さおりさんの歌謡ショー、抽選会などを行います。

とき 10月18日(日)午前9時～午後3時30分
ところ 久米総合文化運動公園グラウンド・久米公民館・久米図書館(中北下)
問久米支所地域振興課 ☎32-7011

津山郷土博物館特別展 「むらとまちと美作国―矢吹家資料に見る郷土の『すがた』」

明治初期から幾多の貴重な資料を今日に遺し、在りし日の美作の「すがた」を今に伝えた矢吹正則・金一郎父子。彼らの足跡を紹介します。



天明8年 堀坂村絵図(個人蔵)

とき 10月10日(土)～12月20日(日)午前9時～午後5時
ところ 津山郷土博物館(山下)
問津山郷土博物館 ☎22-4567



津山・城西まると 博物館フェア2026



城西の歴史や大正浪漫を感じながらまちを散策しませんか。模擬店や人力車も登場します。

とき 10月4日(日)午前10時～午後3時
ところ 城西地区
問同実行委員会事務局(城西浪漫館内)
☎22-8688

道の駅久米の里

秋の味覚・収穫祭



久米地域産の新高梨や新米の販売、ガラポン抽選会などを行います。

とき 10月4日(日)午前9時30分～午後3時
ところ 道の駅「久米の里」(宮尾)
問道の駅「久米の里」 ☎57-7234

津山洋学資料館企画展 「緒方洪庵が受け渡した蘭学の灯火―宇田川家・箕作家との師弟の絆―」

蘭学者 緒方洪庵と津山藩医、宇田川家と箕作家の師弟関係に光を当て、彼らが日本の未来のために受け渡した蘭学の灯火を紹介します。



適々齋塾姓名録(日本学士院蔵)

とき 10月24日(土)～11月29日(日)午前9時～午後5時
ところ 津山洋学資料館(西新町)
問津山洋学資料館 ☎23-3324



秋を彩る、津山。



県指定重要有形民俗文化財 津山だんじり
市指定重要有形民俗文化財 徳守神社神輿
大隅神社神輿

東の大隅神社、西の高野神社、総鎮守の徳守神社の秋祭りの総称です。壮麗な各神社の大神輿、町内から出動するだんじりを力強く引き回す姿が見どころです。

とき・ところ 10月18日(日)=大隅神社(上之町)、10月25日(日)=高野神社(二宮)、徳守神社(宮脇町)
※前日土曜日夕方から宵まつり
問同実行委員会事務局(津山商工会議所内) ☎22-3141

津山まつり

高田神社の
獅子舞

雄雌の獅子が勇壮な舞を繰り広げる県指定重要無形民俗文化財の獅子舞を見ませんか。

とき 10月11日(日)午後0時30分～
ところ 高田神社(上横野)
問観光・歴史まちづくり推進室
☎32-2082



県指定重要無形民俗文化財



県指定重要無形民俗文化財

3地区で、桜・梅・柳に模した高さ約3メートルの「花」を奉納し、御神幸に彩りを添えます。

とき 10月25日(日)午後2時～
ところ 物見神社(加茂町物見)
問加茂支所地域振興課 ☎32-7035

物見神社の
花祭り

新野まつり

作州三大まつりの一つに数えられ、新野地域の各社から集まる7体の神輿が練り合い、五穀豊穡を祝います。

とき 11月3日(火祝)午後1時～
ところ 新野山形神事場(新野山形)
問勝北公民館(新野東) ☎36-2101



県指定重要無形民俗文化財



県指定重要無形民俗文化財

竹細工の「花」を激しくぶつけ合うことから「けんか祭り」とも呼ばれる勇壮な祭りです。

とき 11月3日(火祝)午後1時～
ところ 阿波八幡神社(阿波)
問阿波出張所地域振興課 ☎32-7042

阿波八幡神社
の花祭り

愛育委員・栄養委員の活動紹介

見守る・つなぐ



- 地域での声掛け**
妊産婦や乳幼児、高齢者などの地域の人への声掛けや訪問、見守り
- 街頭活動**
感染症予防や禁煙、献血への協力などを街頭で呼びかけ
- 健康相談**
地域の健康福祉まつりなどでの、健康相談やウォーキング、健康づくりの啓発

子育てを支える

- 育児相談**
妊産婦や乳幼児を対象にした、公民館などでの育児相談やふれあい活動
- 健康支援**
地域の親子クラブや在宅の乳幼児を対象にした、親子遊びや交流
- 保育園・幼稚園などへの訪問**
保育園や幼稚園などへの訪問による、むし歯予防の啓発や園児とのふれあい



食から支える



- 男性料理教室**
調理の基本的な知識や作り方を学ぶ教室
- おやこの食育教室**
小学生と保護者の調理実習
- 高齢者のすこやか料理教室**
フレイル予防のための会食や講習会



愛育委員・栄養委員はこれからも地域で身近な活動に取り組みます

少子高齢化や核家族化が進み、地域のつながりが希薄になるなど、社会の環境は大きく変化しています。一人ひとりが住み慣れた地域で安心して生活できる社会を作っていくためには、愛育委員・栄養委員の活動の基本である、きめ細かな声掛けや訪問活動の積み重ねがとても大切です。

今後も地域のさまざまな団体と連携しながら、皆さんの健康づくりを支えていきます。愛育委員・栄養委員の活動にご理解・ご協力ください。



地域で活躍する

愛育委員・栄養委員

赤ちゃんから高齢者まで、地域の皆さんの健康を身近なところで支える「愛育委員・栄養委員」。明るい地域社会を作るため、生涯にわたる健康づくり・食育の推進に向け活動する愛育委員・栄養委員について紹介します。

閤健康増進課（津山すこやか・こどもセンター内） ☎ 32-2069

愛育委員・栄養委員を知っていますか？

愛育委員は母子保健を、栄養委員は食生活の改善を中心に、健康づくりをすすめるボランティアです。乳幼児から高齢者まで地域に住むすべての皆さんの健康づくりのため、行政や地域の団体と連携しながら活動しています。

津山市では、町内会長の推薦を受けた皆さんが、愛育委員と栄養委員を兼ねて活動しています。

津山市の愛育委員・栄養委員

市内で活動する
委員の人数



815人

市内で活動する
地区の数



40地区

委員の任期



2年

※人数・地区の数は令和8年8月現在の情報です。

活動の起源

昭和11年、乳児の死亡率を低下させようと、恩賜財団愛育会が全国に愛育村を指定しました。その後岡山県下に広がった愛育班活動が、現在の愛育委員の活動の起源です。市愛育委員連合会が昭和35年、市栄養改善協議会が昭和53年に結成されました。

委員の声

皆さんの笑顔がわたしたちのやりがい

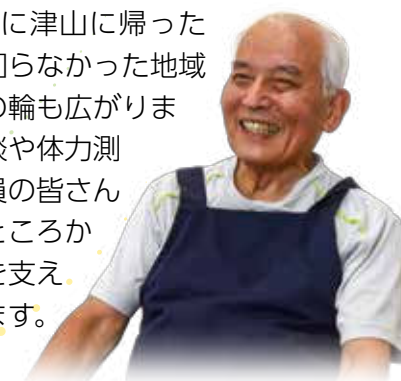
育児・健康相談や、料理教室、3世代交流など、活動を通して地域の人とのつながりが広がっています。皆さんの笑顔を見るとわたしたち自身も元気になります。人のつながりを大切に、これからも活動を続けていきたいです。



地域の人の声

集まりが元気のもとに

男性料理教室に参加しています。50年ぶりに津山に帰ったこともあり、知らなかった地域の人との交流の輪も広がりました。健康相談や体力測定もでき、委員の皆さんには、身近なところから健康づくりを支えてもらっています。



Topic ② 広報津山の電子書籍版がもっと便利に！

岡シティプロモーション推進室 ☎ 32-2029

『広報津山』の電子書籍版が、より見やすくなりました。ぜひご覧ください。インターネットが利用できる環境があれば誰でも利用できます（通信量別途要）。



QR からリンク

音声で読み上げ

多言語で読める



記事内の QR をタップするとホームページにアクセス



AI による音声で本文を読み上げ※



英語・中国語・韓国語・やさしい日本語など 14 の言語に対応※

アプリ版も利用できます



iPhone 版



Android 版

※自動翻訳のため不自然な言い回しや読み間違いがある場合もあります。

Topic ③ 「美作大学のこれからを考える」パネル展示・意見交換

岡高等教育機関連携室 ☎ 32-7001

美作大学の現状や今後のあり方について、市民の皆さんと一緒に考えるため、パネル展示と意見交換会を開催します。会場では、大学を取り巻く状況や大学を公立化した場合の効果や課題などを、パネルで分かりやすく紹介します。展示を自由に見ながら、職員に質問したり、意見を伝えたりできます。

ぜひ気軽にお立ち寄りください。

とき・ところ

- ① 10月1日(木)・2日(金) 市立図書館視聴覚室（アルネ・津山4階）
- ② 10月5日(月)・6日(火) 市役所2階 202会議室
- ③ 10月11日(日)・12日(月・祝) 美作大学（北園町）

開催時間など、詳しくはこちら▶



「森の芸術祭 晴れの国・岡山」2027

— 森の芸術祭ってなに？ —

岡山県北部 12 市町村（津山市、高梁市、新見市、真庭市、美作市、新庄村、鏡野町、勝央町、奈義町、西栗倉村、久米南町、美咲町）を舞台に、2024 年秋に初開催された国際芸術祭です。5 市町（津山市、新見市、真庭市、鏡野町、奈義町）の 21 会場で作品を展示し、延べ約 **52 万人** が来場しました。

岡同実行委員会事務局（岡山市）☎ 086-226-7843



次回開催は

2027 年 秋
会期
令和 **9 年 9 月 18 日** (土)
～ **11 月 23 日** (火・祝)
アート作品設置市町
津山市、高梁市、新見市、真庭市、鏡野町、勝央町、奈義町



Topic ① ごんごバスの路線を変更します

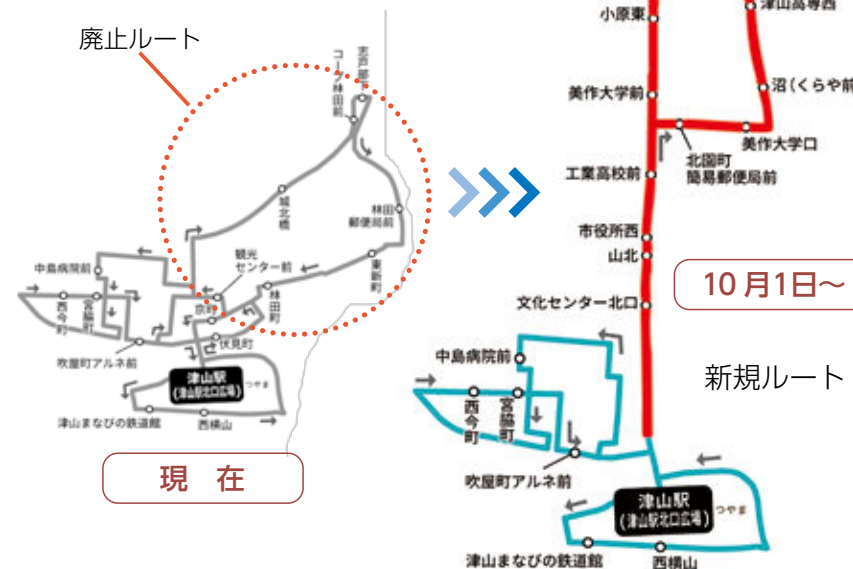
岡商業・交通政策課 ☎ 32-2075

バスは日常の移動を支える重要な交通手段ですが、運転手不足などによる減便が発生しています。より効率的な運行や、交通空白地域（バス路線の無い地域）の解消を目指し、ごんごバスの路線を変更します。一部路線は廃止となりますが、予約型乗合交通「**のるイコつやま**」を利用できる地域もあります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



ごんご小循環線

- ・柳通り区間の**新設**
- ・城東地区の運行**廃止**
- ・鶴山交番前停留所の**廃止**
- ・運行便数を 7 便→**6 便**へ減便



ごんご西循環線

- ・全便の起終点を**津山駅に統一**
- ・運行便数を南まわり・北まわりともに 5 便→**6 便**へ増便

ごんご加茂線

- ・美作滝尾駅付近の経路を、現行の県道 6 号から、西側の旧道を通るルートに変更

ごんご勝北線

- ・運行便数を 3 便→**4 便**へ増便
- ・勝北支所～奥津川の区間を**廃止**

ごんご久米線

- ・路線を**廃止**



AI（人工知能）を活用した予約型乗合交通「**のるイコつやま**」をご利用ください



予約

WEBか電話で予約
（登録なしでも利用可）

運行地域 加茂、阿波、勝北、久米地域

運行時間

- ・加茂、勝北、久米地域＝月曜日～金曜日午前7時～午後6時（土曜日・日曜日・祝日は運休）
- ・阿波地域＝月曜日～金曜日午前6時～午後6時（土曜日・日曜日・祝日は運休）

予約方法 WESTER アプリまたはウェブサイトか、のるイコつやま窓口
（☎ 06-7638-1699：午前9時～午後5時）に電話で予約する

予約受付 乗車日の10日前から前日午後5時まで

待ち合わせ

自宅周辺・公共施設・
駅などで待ち合わせする

乗車

名前か予約番号を伝え乗車し、降車時に運賃を支払う

WEB予約はこちら▶



育児期間中の国民年金保険料が免除されます

問 市民窓口課（市役所 1 階 7 番窓口） ☎ 32-2072、各支所・出張所
津山年金事務所（田町） ☎ 31-2360

養育(*)する子が1歳になるまでの間、国民年金第1号被保険者の父母の国民年金保険料の納付が免除される制度が、令和8年10月1日から始まります。

免除された期間は、保険料を納付したのものとして、老齢基礎年金の受給額に反映されます。届け出は、10月1日(木)からできます。詳しくは、お問い合わせいただくか、日本年金機構特設ページをご覧ください。

免除期間 子ども（実子・養子）が1歳になる誕生日の前月まで

対象 令和8年10月1日以降、1歳になるまでの子を養育する国民年金第1号被保険者の父母（養父母を含む）

令和8年10月1日より前に出産した場合（単胎）のイメージ

	令和7年 12月	令和8年 1月(出産)	2月	3月	4月	5月	10月	11月	12月
母親	産前産後免除期間 (出産予定月または出産月の前月から4カ月間)						育児免除期間 (産前産後期間に引き続く9カ月間のうち令和8年10月1日以降の月分)		
父親 (養父母)	令和8年10月より前から子を養育						育児免除期間 (令和8年10月1日以降から子どもが1歳になる誕生日の前月まで)		

令和8年10月1日以降に出産した場合（単胎）のイメージ

	令和8年 12月	令和9年 1月(出産)	2月	3月	4月	5月	10月	11月	12月
母親	産前産後免除期間 (出産予定月または出産月の前月から4カ月間)				育児免除期間 (産前産後期間に引き続く9カ月間)				
父親 (養父母)	育児免除期間 (子を養育することとなった日の属する月から子どもが1歳になる誕生日の前月まで)								

令和9年4月 入園児募集

問 こども保育課（津山すこやか・こどもセンター内） ☎ 32-7028

	保育園(所)・認定こども園（保育利用希望）	幼稚園・認定こども園（教育利用希望）
対象	市内在住で、小学校就学前の保育を必要とする乳幼児	市内在住で、令和3年4月2日～令和6年4月1日生まれの幼児
申請が必要な人	●令和9年4月に新規で入園を希望する人（事業所内保育所などを令和9年3月末に卒園予定で希望する人を含む） ●令和8年度の入園申請結果が入所保留で、令和9年度の入園を希望する人	
申請方法	こども保育課、各支所に備え付けの申請書（10月1日(木)～配布。市ホームページから印刷可）に記入し、必要書類を添えて窓口に提出する（申請時に面談あり）	
申請・面談期間	11月2日(月)～13日(金)午前8時30分～午後5時15分 (平日のみ。こども保育課は6日(金)と13日(金)は午後7時まで)	

※令和9年5月以降に入園を希望する人は、令和9年2月1日(月)以降に申請してください。

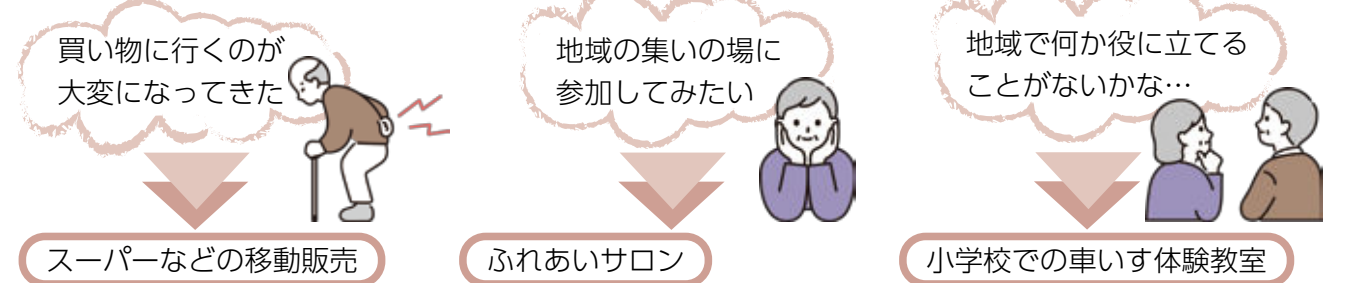


ご相談ください 生活支援コーディネーター

問 津山市社会福祉協議会 ☎ 23-5130

生活支援コーディネーターは、高齢者の皆さんが地域で安心して暮らし続けられるよう「困りごと」と「地域の支え手」をつなぐ調整役です。地域の「あったらいいな」を一緒に考えていきます。

まずは、お気軽にご相談ください。



誰もが安心して暮らせる 地域づくり

問 津山市地域包括支援センター ☎ 23-1004、地域共生社会推進室 ☎ 32-2142

💡 **小地域ケア会議で、一緒に考えませんか？** 連合町内会 35支部で開催

小地域ケア会議とは、誰もが住み慣れた地域で生き生きと暮らし続けていくためにはどうすればよいかを、住民の皆さんと、専門職（行政、社会福祉協議会など）が「福祉目線」で一緒に話し合う場です。

興味のある皆さんは、ぜひお気軽にお問い合わせください。

こんな取り組みをしている地域もあります

- 地域の現状の把握・共有（アンケート、座談会など）
- 支え合い、見守りの仕組みづくり（世帯表の作成、見守り台帳の作成、生活支援事業）
- 集いの場づくり（子育てサロン、出前カフェ、ウォーキング大会などの世代間交流）
- 災害時の体制づくり（災害時支援マップの作成、避難行動要支援者名簿の整理、避難訓練）

笑顔で介護を続けるために 介護おたすけ講座

問 津山市地域包括支援センター ☎ 23-1004、☎ 23-1005

心の負担を少なくしながら介護を続けるための気持ちの捉え方を、専門的な視点から学べます。

■ **介護うつを防ぐ 気持ちの持ち方・とらえ方**

とき 11月11日(水)午後2時～3時30分

ところ 津山市総合福祉会館

講師 松下明さん（奈義ファミリークリニック 医師）

参加費 無料

定員 100人（先着順）

申込方法 ①氏名②電話番号を、電話またはファクスで申し込む

締め切り 11月4日(水)



特定健診・がん検診を受けましょう

特定健診（簡易版）

問医療保険課 ☎ 32-2071

少ない自己負担で、簡単に受けることができます。

対象 40～74歳の国民健康保険加入者

自己負担額 200円

健診内容 問診、身体測定、診察、血圧測定、尿検査（糖・たんぱく）、血液検査（脂質、肝機能、血糖、クレアチニン、尿酸）

申込方法 申込専用フォームか電話で医療保険課に申し込む



とき		ところ	定員
10月9日(金)	午前9時～11時	津山すこやか・こどもセンター	各20人
	午後1時～3時		
10月14日(水)	午前10時20分～午後0時20分	イオンモール津山インター2階 イオンホール（河辺）	20人
	午後2時20分～4時		15人

婦人科検診

問健康増進課 ☎ 32-7009（健診専用）

定期的に健（検）診を受け、自分の健康状態を把握しましょう。定員になり次第、締め切ります。

とき 10月29日(木)午後1時～3時

ところ 津山すこやか・こどもセンター

健（検）診内容 乳がん（マンモグラフィのみ）、子宮頸がん

申込方法 申込専用フォームか電話で健康増進課に申し込む



10月17日～23日は薬と健康の週間

問医療保険課 ☎ 32-2071

成分は同じで価格は安い

ジェネリック医薬品を使いましょう

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、先発医薬品と同じ有効成分で作られた薬です。先発医薬品と同じ効能・効果が認められていて、安心して使うことができます。

開発費用が抑えられるため、価格が安くなり、医療費の削減に大きな効果があるだけでなく、皆さんが薬局で支払う薬代も安くすることができます。

津山市国保のジェネリック医薬品の普及率は96.03%（*）で、たくさんの方が利用しています。

* 令和8年4月分 医薬品数量ベース



知っていますか？「ポリファーマシー」

ポリファーマシーは、たくさんの薬を服用することで、副作用などを起こしている状態のことです。

薬の種類が増えると、薬の飲み忘れや飲み間違いにつながり、医療費もかかります。

「副作用かな」と思う症状が現れたり「薬の種類が多いかな」と感じたら、医師や薬剤師に相談してください。

自分の判断で、薬をやめたり減らしたりしないよう注意しましょう。

ポリファーマシーを防ぐには…

- ✓ かかりつけ薬局で服薬の状況を把握してもらう
- ✓ 家族に服薬の管理・サポートをしてもらう
- ✓ 病院や薬局でマイナ保険証を利用するとき、医師や薬剤師への情報提供に同意し、過去の薬剤情報を把握してもらう

子ども・高齢者のワクチン予防接種 費用助成

問健康増進課（津山すこやか・こどもセンター内）☎ 32-2069

接種できる医療機関など、詳しくはお問い合わせください。

子どものインフルエンザ

助成対象は、皮下注射または経鼻接種のどちらか1種類です。

詳しくはこちら▶



接種方法	皮下注射	経鼻接種
対象	生後6カ月～中学3年生相当の人	2歳～中学3年生相当の人
助成回数	13歳未満＝2回（2～4週間の間隔を空け2回接種） 13歳以上＝1回	1回
自己負担額	接種1回につき、接種料金から1,000円を引いた額	
接種場所	市内と勝田郡内の協力医療機関（事前予約要）	
助成期間	10月1日(木)～令和9年2月28日(日)	

高齢者のインフルエンザ・新型コロナワクチン

市県民税非課税世帯の人、生活保護を受給している人は、減免制度があります。

事前に申請が必要です。

詳しくはこちら▶



	インフルエンザ	新型コロナワクチン
対象	● 65歳以上の人 ● 60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害のある人（身体障害者手帳1級相当）	
助成回数	1回	1回
自己負担額	2,140円	3,020円
接種場所	県内の協力医療機関（事前予約要）	
助成期間	10月1日(木)～令和9年2月28日(日)	10月1日(木)～令和9年3月31日(水)

救急医療の利用は適正に



問健康増進課 ☎ 32-2069

安心できる医療体制を守りましょう

「日中は仕事があるから」「日中に行くより、待ち時間が短そう」などの理由で、夜間や休日に、救急医療機関を利用していませんか。

医療機関が限られた医療スタッフで運営する中で、緊急性の低い救急搬送や患者が増えると、必要な救急治療が遅れる原因になります。

救急車をむやみに呼んだり、手輕に夜間や休日の診療を受けたりすることがないように、ご協力ください。

救急安心センター事業（＃7119）

令和8年7月から利用できる時間帯が拡大しました。急なけがや病気で救急車を呼ぶか迷ったときは、ご利用ください。

番号 # 7119 または ☎ 086-222-7119

利用時間 24時間365日（土曜日、日曜日、年末年始も対応）

小児救急医療電話相談（＃8000）

15歳未満の子どもの急な病気で不安なときは、ご利用ください。

番号 # 8000 または ☎ 086-801-0018

利用時間 平日＝午後7時～翌日午前8時、土曜日＝午後6時～翌日午前8時、日曜日・祝日・12月29日～1月3日＝午前8時～翌日午前8時

津山市景観賞 市民投票

問都市計画課 ☎ 32-2096

景観賞は、市内の魅力的な景観をつくる取り組みを表彰する制度です。

市民投票を行うので、ぜひ投票してください。皆さんからの意見をもとに最終選考し、決定します。パソコンやスマートフォンでも投票できます。

投票期間 10月19日(月)～11月6日(金)

投票方法 市ホームページ投票専用フォームか、市役所1階市民ロビーで投票する



令和7年度景観賞受賞作品



デザイン部門
ヒノキのコミュニティ しんきん二宮支店



活動部門
キャップでつくろう！みんなの津山城！



フォト部門
木の枝からの景色

TSUYAMA WOMEN's LAB 第1期生募集

問津山市人づくり事業運営委員会事務局（みらい産業課内：東庁舎1階）☎ 24-0740、FAX 24-0881、✉ info@tsuyama-biz.jp

自分を見つめ直し、多様な生き方・働き方に触れながら、自分らしい未来を考える講座です。交流や対話を通して、新しい視点や仲間と出会い、一步を踏み出してみませんか。

とき 11月19日(木)・12月10日(木)・令和9年1月19日(火)午後2時30分～5時

ところ 津山市地域交流センター（アルネ・津山4階）

対象 仕事・家庭・自分自身について、変えてみたいが何から始めたらよいか分からず迷っている女性

定員 20人

参加費 3,000円（全3回）

申込方法 申込フォームで申し込むか、必要事項を記入した申込書を、ファクス、Eメールまたは窓口提出する

締め切り 11月13日(金)



市民公開講座 2040年を視野に入れた地域共生社会づくり

問津山市人づくり事業運営委員会事務局☎ 24-0740、FAX 24-0881、✉ info@tsuyama-biz.jp

2025年問題の次に課題といわれる「2040年」に目指すべき地域共生社会について「介護予防」の視点から考えてみませんか。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

とき 11月14日(土)午後2時～4時（受付＝午後1時30分～）

ところ グリーンヒルズ津山リージョンセンター（大田）

講師 水野正明さん（名古屋大学院 健康医療ライフデザイン研究教育センター 特任教授）

定員 100人程度

参加費 無料

申込方法 申込フォームで申し込むか、必要事項を記入した申込書を、ファクス、Eメールまたは窓口提出する

締め切り 11月6日(金)



みんなで考えよう ところとからだの健康

生活習慣病を予防しよう！健康づくりパネル展

糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病は、静かに進行し、放っておくと命にかかわる大きな病気にもつながります。自分自身や大切な人のために、今日から健康づくりを始めませんか。

とき 10月2日(金)～26日(月)午前10時～午後7時

ところ 市立図書館（アルネ・津山4階）

内容 生活習慣病の予防、健診のすすめなど

問医療保険課 ☎ 32-2071



10月はピンクリボン月間～ブレスト・アウェアネス（乳房を意識した生活）を始めよう

乳がんは自分で見つけることができるがんです。

普段からの自己検診と定期的なマンモグラフィ検査で、早期発見できるようにしましょう。

ブレスト・アウェアネス～4つのポイント

- ① 普段の自分の乳房を知る
- ② 乳房の変化に気を付ける（しこり、赤みなど）
- ③ 変化に気付いたら、すぐに医師に相談する
- ④ 40歳になったら2年に1回、乳がん検診を受ける

問健康増進課 ☎ 32-2069、32-7009（健診専用）

乳がん検診を行っています

対象 市内在住の40歳以上の奇数年齢の女性

期間 毎年4月～翌年3月31日

方法

- **集団検診** 決まった日時に、津山すこやかこどもセンターで受診
- **個別検診** 都合のよい日時を医療機関に予約して受診

10月10日は世界メンタルヘルスデー～こころの健康、大切に～

メンタルヘルスについての意識を高め、偏見をなくし、正しい知識を普及するため、1992年に世界精神保健連盟が10月10日を「世界メンタルヘルスデー」と決めました。

シルバーリボンは、脳やこころに関係する病気や障害、メンタルヘルスについての理解を進める運動のシンボルです。

周囲にこころに不調を感じている人はいませんか。まずは不調に気づき、声を掛けてみてください。

また、自分自身のこころに不調を感じたときは、休んだり、相談したりしましょう。

問健康増進課 ☎ 32-2069

相談先

健康増進課 ☎ 32-2069

厚生労働省 まもろうよこころ

電話やSNSでの相談先を紹介しています▶



グリーンライトアッププロジェクト～臓器移植について考えよう～

10月16日は、「移植」のこと、「いのち」のことを話し合い、臓器提供に関する意思を確認する「グリーンリボンデー」です。

移植医療の普及・啓発、ドナーへの感謝、移植を待つ人や医療従事者へのエールを込めて、緑色の光で建物などを照らします。

●グリーンライトアップ

津山中央病院（川崎） 10月13日(火)～18日(日)

津山城（鶴山公園）北側城壁 10月16日(金)～18日(日)

●グリーンリボンが窓に浮かび上がる

とき 10月9日(金)～16日(金)

ところ 津山すこやか・こどもセンター

問健康増進課 ☎ 32-2069



●健康パネル展

とき 10月1日(木)～27日(火)

ところ 市立図書館

農業委員・農地利用最適化推進委員を紹介

問農業委員会事務局（農業振興課内：市役所4階）☎32-2159

7月の改選で、農業委員19人と農地利用最適化推進委員34人が新しく任命・委嘱されました。農地の売買や贈与、転用、貸し借り、農業者年金のことなど、お気軽にご相談ください。

農業委員（敬称略）

井堀 光広	植本 幸男	大谷 毅	太田 裕恭
尾島 宏明	児玉 伸正	齊藤 主税	坂本 弘治
高畑 亨	高山 武仁	竹内 靖人	寺谷 政史
長森 健樹	仁木 紹祐	林田 繁隆	福井 勇人
藤木 祥史	森元 義明	薮田 弘美	



農業委員の活動

- 農地の権利移動に関する許可
- 農地転用の審議 など

農地利用最適化推進委員（敬称略）

津山地域					加茂・阿波地域	勝北地域	久米地域
東津山・城東・城南・中央・鶴城・城北・城西・西苫田・東苫田	高倉・神庭・滝尾・成名・高野	二宮・院庄・佐良山・福岡・福南	広野・大崎・河辺	田邑・一宮・高田	上加茂・新加茂・西加茂・東加茂・阿波	新野・広戸・勝加茂	大井西・大井東・大倭・久米・倭文東・倭文中
木下 稔	赤松 英雄	石田 泰将	中村 真也	大畑 和久	大内 隆次	芦田 隆之	岡 隆彦
寺谷 政史	大谷 涉	土居 茂樹	久常 正人	中井 秀男	小原 広久	有元 順一	桂木 英一
永禮 淳一	先本 直美	矢山 幸史		水杉利坊人	草薙 孝明	菅原 正明	松永 一敏
	長瀧 薫				厨子 一彦	杉浦 武	光成 美文
	藤井 裕一				田邊 晃次	西田 利明	村井 健二
	米井 崇恭					濃野 勉	森里 佳枝

農地利用最適化推進委員の活動

- 担当地区の農地パトロール
- 農地の集積・集約化
- 耕作放棄地の発生防止・解消 など



農業委員・農地利用最適化推進委員の活動の様子

窓口で交付していますヘルプマーク・カード・シール

問障害福祉課（市役所1階10番窓口）☎32-2067、各支所・出張所

●ヘルプマーク

外見からは分からなくても支援や配慮が必要であることを伝えるためのマークです。

●ヘルプカード

緊急連絡先や必要な支援内容を記載できるものです。ヘルプカードを提示されたときは、支援をお願いします。



●ヘルプシール

障害のある人が日頃感じている「理解してほしいこと」「配慮してほしいこと」を言葉にしたコミュニケーション支援シールです。ノートや手帳、スマートフォンなどに貼ってご利用ください。



個人住民税の制度が変わります

問課税課 ☎32-2015

物価上昇による家計への影響などを踏まえ、令和8年度の税制改正で、給与所得控除の見直し、同一生計配偶者や扶養親族の合計所得金額に対する要件の引き上げなどが行われることとなりました。

■主な改正点

項目	内容
給与所得者に適用される給与所得控除	最低保障控除額を69万円に引き上げ（現行：65万円） ■特例 令和9・10年度分を74万円に引き上げ 対象 給与収入金額が220万円以下の人
同一生計配偶者と扶養親族の合計所得金額の要件	62万円以下に引き上げ（現行：58万円以下）
ひとり親の生計を一にする子の総所得金額などの要件	62万円以下に引き上げ（現行：58万円以下）
勤労学生の合計所得金額要件	89万円以下に引き上げ（現行：85万円以下）

※令和8年1月1日～12月31日の収入を基礎とする、令和9年度の個人住民税から適用されます。

滞納処分を強化しています

問納税課（市役所2階1番窓口）☎32-2014

市税（料）は、福祉、医療、教育、ごみ処理、道路や公園の整備など、わたしたちが安心して暮らすことができるまちづくりを進めるための重要な財源です。

滞納は、期限内に納付した人との間に不公平が生じるだけでなく、市の財政を圧迫します。

納期限を過ぎると督促状を発送します。延滞金が発生する場合があります。

また、滞納した場合は、資産、収入などの財産を調査して差し押さえ、滞納した市税（料）に充てることになります。期限内に納付してください。

納期限を過ぎると…

督促状の送付



財産の調査



財産の差し押さえ



滞納税（料）に充当

？ 少額の滞納でも差し押さえされますか。

金額に関係なく、滞納すると差し押さえの対象になります。

？ 承諾なしに財産を差し押さえられました。このようなことが許されるのですか。財産の調査はプライバシーの侵害ではありませんか。

財産の差し押さえは、法律に基づいた正当な行政処分で、本人への事前の告知や同意は必要ありません。

差し押さえの前に行う財産の調査も法律に基づくもので、個人情報保護法には触れません。

？ 住宅ローンなど借入金の返済があり、税金（料）が払えませんか。

借入金の返済があることだけで、市税（料）の徴収が猶予されるものではありません。納付が難しい場合は早めにご相談ください。



納付に困ったら相談を

災害での被災、病気、失業、事業の廃止や休止など、やむを得ない事情で期限内の納付が難しくなった場合は、そのままにせず、早めに相談してください。

なお、平日以外に、金曜夜間窓口や日曜納税窓口もあります。

●金曜夜間窓口 毎週金曜日午後7時まで（祝日・年末年始を除く）

●日曜納税窓口 毎月最終の日曜日午前9時～午後1時（12月は第3日曜日）

おめでとう赤ちゃん 令和7年10月生まれ (満1歳)



おおもり ちひろ
大森 千優ちゃん
10月23日生まれ
応募者 大森陽代さん
優しいことがいっぱい
できる人になって
ね。
千優、大好きだよ♡



ふじもと い ち り う
藤本 一千琉ちゃん
10月11日生まれ
応募者 藤本真歩さん
1歳おめでとう！
沢山食べて大きくな
ってね♪
幸せをありがとう♡



おおぶ おと は
大部 乙葉ちゃん
10月11日生まれ
応募者 大部華鈴さん
ニコニコ笑顔が可愛
いおとちゃん♡これ
からも毎日笑顔で過
ごせますように♡



たけうち し どう
竹内 志道ちゃん
10月8日生まれ
応募者 竹内愛さん
1歳オメデトウ♡
毎日が幸せでいっば
いです。生まれてき
てくれてありがとう。



こにし か の
小西 楓乃ちゃん
10月4日生まれ
応募者 小西沙絵さん
毎日幸せをありがと
う♡これからも元氣
にすくすく大きくな
ってね！



とうき しろ ほ
唐木 彩羽ちゃん
10月29日生まれ
応募者 唐木一成さん
毎日たくさんの幸せ
をありがとう♡これ
からも笑顔いっばい
元気に育ってね！



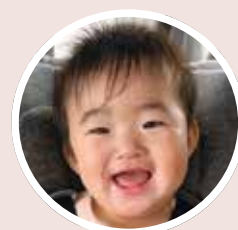
しばた ゆ り り
柴田 結理ちゃん
10月25日生まれ
応募者 柴田功平さん
1歳おめでとう！
これからも笑顔いっ
ぱい元気に育ってね
♡



かんだ き ょ う
神田 貴衣ちゃん
10月25日生まれ
応募者 神田大輔さん
にこにこ貴衣ちゃん、
1歳おめでとう！
これからもものびのび
大きくなあれ！



とよた な こ
豊田 菜心ちゃん
10月14日生まれ
応募者 豊田貴臣さん
1歳おめでとう！
これからも笑顔いっ
ぱい、楽しい毎日を
過ごそうね！



とよた わ こ
豊田 環心ちゃん
10月14日生まれ
応募者 豊田貴臣さん
1歳おめでとう！
これからもその笑顔
のままで大きくなっ
てね！

令和7年12月生まれ 募集中！ 関シティブロモーション推進室 ☎ 32-2029

対象 令和8年12月に満1歳の誕生日を迎える赤ちゃん（津山市在住）

締め切り 10月9日(金)午後5時必着

写真は市ホームページでも紹介！

応募方法 赤ちゃんの「氏名、ふりがな、生年月日」と、応募者の「氏名、住所、連絡先、お子様へのひとこと」を
明記し、写真を添えて、Eメールまたは郵送で送付（Eメールの容量は10メガバイト以内）

送付先 kouhou@city.tsuyama.lg.jp または〒708-8501津山市山北520広報津山担当

※お子様へのひとことは36文字以内（記号を含む。） ※応募者多数の場合は抽選

※送付後、到着確認の連絡が無い場合は、お手数ですがシティブロモーション推進室 ☎ 32-2029 までご連絡ください。

7/28

ふるさとの魅力を表現！

美作大学 × C'snet 出身地の魅力を表現した手拭い作品発表会



美作大学児童学科の1年生が、それぞれの出身地の魅力を1枚の手拭いに表現しました。津山クリエイティブ人材ネットワーク「C'snet」のメンバー 山本侑香さんがアイデア出しなど制作を支援。お互いのふるさとの魅力に触れる機会になりました。



8月1日・2日
津山納涼ごんごまつり IN 吉井川



ふるさとで過ごす
夏のひととき

8月12日
勝北サマーフェスティバル
IN 塩手 2026



8月13日
阿波ふるさとふれあい納涼星空祭り



8月14日
かもの夏まつり



お知らせ

不動産無料相談会

とき 10月20日(火)午前10時～午後4時

ところ 市役所2階大会議室
相談内容 不動産の価格、賃料、売買など
申し込み 不要

図課税課資産税土地係・家屋係 ☎ 32-2016

一日合同相談所

行政相談月間に合わせ、国の行政機関や市、弁護士、司法書士、税理士、行政書士が一堂に集まります。法律・登記・年金・税・行政などの相談に、各専門家が対応します。完全予約制で料金は無料、相談時間は1人25分以内です。

秘密は堅く守られます。

とき 10月16日(金)午前10時～午後3時

ところ 市役所2階大会議室

申込方法 電話で申し込み

申込期間 10月7日(水)～14日(水)

※詳しくは、ホームページをご覧ください
だくか、お問い合わせ
をください。

図岡山行政監視行政相談センター ☎ 086-231-4321

そのほかの相談は、25ページに掲載しています

里親になりませんか？

10月は里親月間

里親とは、それぞれの事情で親と離れて暮らす子どもたちを、自分の家庭に迎え入れて育てる人のことです。

子どもたちの心のケアと健やかな成長には、温かい家庭に迎え入れられ、自分が愛されていると実感できることが大切です。詳しくは、岡山県ポータルサイトをご覧ください。

図津山児童相談所(山北) ☎ 23-5131

地目変更登記をお忘れなく

農地転用の許可・届出の目的どおりに転用が完了しているにもかかわらず、登記地目が農地のままになっている土地があります。課税地目が「宅地」「雑種地」などでも、土地登記簿上の地目が変わったことにはなりません。該当する土地の所有者は、速やかに最寄りの法務局で手続きしてください。

図農業委員会事務局(農業振

興課内) ☎ 32-2159

10月1日は浄化槽の日

浄化槽は正しく管理することで初めて機能を発揮します。次のことに注意してください。
●定期的に検査・点検・清掃する

●浄化槽の電源を切らない
●水に溶けないものをトイレに流さない
●塩素系洗剤や殺菌剤を使わない
●残った天ぷら油や調理くずを流さない

合併処理浄化槽を設置する人へ

下水道事業が認可されていない区域や、農業集落排水区域以外の地域で、合併処理浄化槽を設置する人に、補助金や浄化槽改造資金融資あっせん制度があります。詳しくは、

お問い合わせください。

図下水道課(市役所6階) ☎ 32-2100

10月11日～20日は

安全・安心まちづくり旬間

県内で、一斉防犯パトロールや防犯啓発キャンペーンを行います。県民総ぐるみで犯罪のない、安全で安心なまちづくりを推進しましょう。

図環境生活課 ☎ 32-2056

津山市戦没者追悼式

申込不要です。各支所・出張所から送迎バスが出ます。詳しくは、お問い合わせください。

とき 10月15日(木)午前10時～11時30分

ところ 津山総合体育館

※お供え物はお断りします。

図生活福祉課 ☎ 32-2063

10月は食品ロス削減月間

食品を無駄にしないことは、環境を守るだけでなく家計の節約にもつながります。

食品ロスを防ぐ3つのポイント

●冷蔵庫をチェック 買い物前に冷蔵庫の中身を確認し、使い切れる量だけ買う習慣をつける



●おいしく食べきる 外食の際は、食べきれる量を注文し、残さずおいしく食べきる

●食材を使いきる 「家にあるものだけで料理する日」を作り、余りがちな食材を上手にアレンジする

図環境事業課 ☎ 32-2203

年金受給者の皆さん 扶養親族等申請書が届きます

公的年金の源泉徴収対象者に、「扶養親族等申告書」が届きます。申告書は、令和9年2月以降の年金から源泉徴収する所得税で、配偶者控除などの各種控除を受ける場合に必要です。

申告書に記載された期限内に提出してください。

提出方法 同封の返信用封筒

市立図書館 講座のお知らせ

「じんぞう」を守れば人生はもっと元気になる～知っておきたい腎臓の話～

とき 10月4日(日)午後2時～3時30分

講師 内田治仁さん(岡山大学学術研究院医療開発領域腎臓・糖尿病・内分泌内科 教授)

締め切り 10月3日(土)

小説と共に生きるといこと～なぜ、どのように、岡山大で小説を書いているのか？～

とき 11月1日(日)午後2時～3時30分

講師 岡崎隼人さん(作家)

申込期間 10月1日(水)～31日(土)

共通項目

定員 各40人(先着順)

申込方法 電話、窓口または専用申込フォームで申し込み

図市立図書館(アルネ・津山4階) ☎ 24-2919

中央公民館 講座のお知らせ

電子申請または電話で申し込んでください。

かんたん薬膳教室

とき 10月12日(月・祝)午前10時～正午

講師 久保敦子さん(国際中医薬膳師)

定員 16人(応募者多数の場合は抽選)

参加費 1,000円(材料費)

締め切り 10月1日(水)

きらきらガラスで彩るミニ多肉ポット作り

とき 11月10日(火)午前10時～11時

講師 きよはらちひろさん(ガラスフュージング講師)

定員 15人(応募者多数の場合は抽選)

参加費 1,200円

締め切り 10月27日(火)

図中央公民館(大谷) ☎ 24-5111
(平日午前9時～午後5時)

8市連携合同企業説明会

「就活フェスタ 秋の陣」

県内企業52社が、合同企業説明会を開催します。詳しくは、お問い合わせください。

とき 10月16日(金)午後1時30分～4時

ところ 岡山コンベンションセンター(岡山市)

対象 令和9年3月に大学、短大、高専、専門学校などを卒業予定の人、卒業後3年以内の人、おおむね50歳以下の人

図岡山市創業支援・雇用推進課 ☎ 086-803-11315



募集

けの申込書(市ホームページから印刷可)に記入し、資格証または免許状の写しを添えて、郵送またはこども保育課の窓口へ直接提出する



締め切り 10月21日(水)午後5時15分必着

※職種・受験資格など、詳しくはホームページをご確認ください。

図〒708-8501津山市山北520こども保育課(津山すこやかこどもセンター内) ☎ 32-7028



宝くじの助成金で整備しました

令和8年度自治宝くじの助成で、津山市連合町内会大崎支部が机や椅子などのコミュニティ備品を整備しました。



図地域づくり推進室 ☎ 32-2032

津山市地域防災計画を修正しました

市では、国の防災計画や県の地域防災計画の修正、近年発生した災害などを踏まえ、地域の災害・災害復旧などについて定める基本的な計画「津山市地域防災計画」を見直しました。

修正点

- ①災害対応の強化
- ②被災者支援の充実・避難所環境改善
- ③復旧・復興の迅速化
- ④消防防災力の強化
- ⑤防災DXの加速
- ⑥計画中に記載の防災気象情報の名称を新しい防災気象情報に変更



図危機管理室 ☎ 32-2042

計量器（はかり）の定期検査

商店や工場、病院、薬局、野菜出荷などの商品取引や調剤、証明に使う計量器は、計量法で定期検査が義務付けられています。

2年に1回の定期検査を行うので、受けてください（検査手数料は有料）。

とき	ところ	
10月1日(木)	勝北文化センター（新野東）	①②
2日(金)	阿波出張所（阿波） 加茂町公民館（加茂町塔中）	①②
5日(月)	久米支所（中北下）	①
6日(火)	津山浄化センター（川崎）	
7日(水)	高野公民館（高野本郷）	
8日(木)	河辺公民館（国分寺）	
9日(金)	JA晴れの国岡山 津山西支店（院庄）	②
13日(火)～ 16日(金)、 19日(月)～ 22日(木)	津山市役所本庁舎東側車庫	

時間 ①午前10時30分～正午
②午後1時30分～3時

図岡山県計量協会（岡山市） ☎ 086-286-8950

第70回ソシオのフリーマーケット出店者募集

とき 11月8日(日)午前10時～午後2時

ところ ソシオ一番街

応募資格 ごみ減量に関心がある人（事業者不可）

販売品 家庭で使わなくなった品物（販売目的で仕入れたもの、食品、違法のものを除く）

出店料 1500円

出店スペース 1枠2.5m×1.8m

申込方法 ①郵便番号②住所③氏名・ふりがな（団体の



場合は団体名・責任者名）
④電話番号⑤販売品を、はがき、EメールまたはWebサイトで申し込む（1人1枠まで）

締め切り 10月25日(日)必着（応募者多数の場合は抽選）

※18歳未満は保護者同伴要
※出店者用の駐車場無料サービスあり（1台のみ）
※友人との隣接希望の場合、申込書に記入

図 708-0022 津山市山下27-4ソシオ一番街事務局 ☎ 22-7654（日曜日・火曜日を除く午前10時～午後4時）、☒ sociotree@lbangai.com

ご推薦ください
優良従業員表彰

とき 11月11日(水)午後1時30分～3時

ところ 津山鶴山ホテル（東新町）

対象 10月1日現在、津山・英田・真庭圏域内にある事業所で、同一事業所に15年以上または25年以上勤務し、他の模範となり今までこの表彰を受けていない人

料金 被推薦者1人につき5千円

締め切り 10月9日

※申込方法など、詳しくは津



イベント
8市町周遊
スマホウォークラリー

山広域事務組合ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

図 津山広域事務組合（津山圏域雇用労働センター内） ☎ 24-3633

第19回レッツチャレンジフッキングー作品展示

※参加には、QRから登録が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

図 健康増進課 ☎ 32-2069



ワーク・ライフ・バランス推進企業の募集

市では、仕事と生活の両立や男女がともに働きやすい職場環境づくりなど、ワーク・ライフ・バランスに積極的に取り組む企業を「津山市ワーク・ライフ・バランス推進企業」に認定し、取組事例を広く紹介しています。

対象 市内に事業所を有する企業

申込方法 申請書（市ホームページから印刷可）に必要書類を添えて、郵送、Eメールまたは窓口に直接提出する

申込期間 10月1日(木)～12月25日(金)



性の多様性講座参加者募集

「普通」の思い込みに気づくことから

性のあり方による差別や偏見を無くし、性の多様性への理解を深めるための基礎を学びます。

とき 10月18日(日)午後2時～3時30分

ところ 市立図書館

講師 上村茂仁さん（ウイメンズクリニック・かみむら

ワーク・ライフ・バランス推進セミナー受講者募集

なぜ、あの会社には人が集まるのか？人手不足時代の、中小企業のワーク・ライフ・バランス戦略！

県内で中小企業の採用支援に携わる講師に、人手不足の時代に選ばれる会社になるための戦略を学びます。

とき 10月23日(金)午後2時～4時

第35回津山市写真展

美作地域を撮影した写真作品を募集・展示し、優秀作品を表彰します。

■作品募集

応募方法 文化課（東庁舎2階）に郵送または窓口に直接提出する

ところ さん・さん

対象 市内企業の経営者、労働担当者など

講師 植田貴也さん（ワークファミリープラス代表）

定員 20社（先着順）

申込方法 専用申込フォーム、電話または窓口で直接申し込む

締め切り 10月16日(金)

図 さん・さん ☎ 31-2533



表彰式

とき 11月11日(水)午後4時

ところ 市立文化展示ホール

賞 大賞1点、特選2点、入選10点

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

図 708-8501 津山市山北520文化課 ☎ 32-121



若者交流イベント参加者募集

全3回の若者交流イベントを初開催します。1回のみの参加も可能です。

第1回 しあわせ色の宝探し～ナチュラルカラーピクニック de 謎解き～

とき 11月7日(土)午後1時～4時

ところ まきばの館（美咲町）

第2回 消えた城下町の色を探せ！～レトロカラーハント de 謎解き～

とき 11月29日(日)午後1時～4時

ところ 城東地区ほか

第3回 アートに隠された未来のメッセージ～わたし色発見 de 謎解き～

とき 1月17日(日)午後1時～4時

ところ 奈義町現代美術館（奈義町）ほか

共通項目

対象 20～35歳の独身の人

定員 各30人（応募者多数の場合は抽選）

料金 各500円

申込方法 チアーズホームページから申し込む

締め切り 各回の2週間前

結婚支援者・親向けセミナー参加者募集

とき 10月14日(水)午後1時30分～3時30分

ところ 市立図書館

講師 荒木直美さん（婚活コーディネーター）

対象 結婚支援者、独身者の親など

定員 30人

申込方法 電話、Eメール、ファクスまたは専用申込フォームで申し込む

締め切り 10月9日(金)

図 仕事・移住支援室 ☎ 24-3633、☎ 22-9647、☒ sigoto-iju@city.tsuyama.lg.jp



応募期間 10月13日(火)～19日(月)

■作品展示





津山市食育研修会

学校給食を通じて、子どもと家族の健康づくりにについて考えてみませんか。

とき 11月20日(金)午前9時45分～午後0時15分

ところ 草加部学校食育センター(草加部)

対象 津山市立小中学校に通う児童生徒の保護者

定員 30人

料金 395円(給食試食代)

申込方法 専用申込

フォームで申し込む

締め切り 10月30日(金)

図保健給食課 ☎32-2117

わたしの町のたからもの

市内の小学4年生～中学生が感じた、津山の魅力を描いた絵画展です。

とき・ところ

①10月23日(金)～27日(火)午前9時30分～午後6時

②10月28日(水)～11月6日(金)午前10時～午後7時

③11月11日(水)～25日(水)午前8時30分～午後5時

※最終日は、①②午後3時

※最終日は、①②午後3時

まで、③午後4時まで

※②③は、優秀作品のみ展示
図学校教育課 ☎32-2114

第25回ふれあいコンサート津山

中国5県を中心に演奏活動を行う、陸上自衛隊第13音楽隊が演奏を披露します。

とき 10月3日(土)開場11時5時、開演11時

ところ 津山文化センター(山下)

図津山防衛協会

☎22-3141

聞こえにくい人たちの

ふれあいおしゃべり会

耳が聞こえにくくなって困っている人やその家族、聞こえにくい人の支援を行いたい人が集まり、茶話会とミニゲームを楽しめます。要約筆記者が会話を補助します。

とき 10月8日(木)午後1時30分～3時30分

ところ 津山市総合福祉会館

定員 20人程度

申込方法 1週間前までに電話、ファクスまたはEメールで申し込む(当日参加可)

図津山市難聴者協会事務局

☎24-6808、☎22-1269、✉sinsho246808@wine.ocn.ne.jp

図津山市難聴者協会事務局

☎24-6808、☎22-1269、✉sinsho246808@wine.ocn.ne.jp



片足立ち

- ✓姿勢を真っすぐにし、片足を少し上げる。
- ✓左右とも1分間で1セット。1日3セットを目安に、最初は無理のない範囲で始め、徐々に回数を増やしていきましょう。

※不安なときは椅子につかまりながら行いましょう。

転倒予防が期待でき、骨密度が改善されたという研究報告もあります

- 家事や畑仕事、階段の昇降なども「ちょっと運動」です。
- 歯磨きをしながら片足立ちをしたり、買い物ついでに階段を1階分使ったりするなど、日々の生活に取り入れてみましょう！

光回線契約トラブル多発！

事例 「〇〇〇社の光回線が新しくなります。工事費は無料」と電話があった。〇〇〇社だと思い承諾したが、届いた書面をよく見たら別の会社で「室内工事費3万円」と書いてある。キャンセルできるか。

アドバイス 契約している電話会社を名乗って信用させ、実際は別の会社と契約させる悪質な手口が増えています。勧誘されたときは、メモを取りながら業者名や契約内容、連絡先を聞き、内容が分からない場合はきっぱり断りましょう。契約後も書面を受け取ってから8日以内なら負担が少なく解約できるので、届いた書面は必ず確認し、困ったときは消費生活センターに相談してください。

岡山県では、家庭でのエネルギー費用の負担軽減やCO₂排出量の削減を図るため、省エネ性能の高い家電製品への買い替えや住宅の断熱リフォームに対し、キャッシュレスポイントなどを交付する支援を行っています。

※対象期間や要件など、詳しくは県のキャンペーン特設サイトをご確認いただくか、おかやま省エネ応援キャンペーン事務局(050-5893-1308)にお問い合わせください。



第25回森林を考える岡山県民のつどい

森林の保全と美しい森づくりを進め、林業の振興や地域材の需要拡大を目指すイベントです。

とき 10月17日(土)午前10時～午後2時30分
ところ グリーンヒルズ津山リージョンセンター(大田)

内容 基調講演、ブルーベリーの苗木無料配布、木工教室、木材・木工製品などの展示販売、グルメ・特産品などの販売



図森林を考える岡山県民のつどい実行委員会事務局(議会事務局内) ☎32-2140

第54回つやまスポーツフェスティバル

津山市スポーツ協会に加盟する各団体が設置するアトラクションブースで、いろいろなスポーツを体験できます。

各ブースでスタンプを集めると、空くじ無しの抽選に参加することができます。

とき 10月11日(日)午前9時～(スタンプラリー＝午前10時15分頃～)

ところ 津山陸上競技場(志戸部)、TSUYAMA 院庄林業コート(勝部)

※雨天の場合は12日(月祝)に延期



図スポーツ課(津山総合体育館内) ☎24-0202

中島結里愛 凱旋！京都市交響楽団演奏会

国内外で活躍する津山市出身のピアニスト 中島結里愛さんを迎え、ショパン『ピアノ協奏曲第1番』を指揮 岡本陸さん、京都市交響楽団の共演で演奏します。

とき 10月18日(日)開場＝午後3時、開演＝午後4時

ところ 津山文化センター

料金 一般5,000円(財団友の会4,500円)、大学生以下1,000円

チケット販売所 津山文化センター
※未就学児入場不可



図津山文化振興財団 ☎24-0201

津山市民 無料 招待！プロスポーツ観戦

詳しくは、各公式ホームページをご覧ください、お問い合わせください。

岡山湯郷 Belle 津山陸上競技場

●10月4日(日)午後1時～ vs 静岡SSUポニータ

図岡山湯郷 Belle 事務局(美作市)

☎0868-72-2004

岡山リベッツ 津山総合体育館

●10月24日(土)午後1時～ vs 静岡ジェード

●10月25日(日)午後1時～ vs 金沢ポート

図岡山リベッツ事務局(岡山市)

☎086-239-8824



救急医療案内
☎23-9910

救急安心センター ☎#7119
(24時間受付)
小児救急電話相談 ☎#8000
土 18:00～翌8:00、平日 19:00～翌8:00
日・祝・12月29日～1月3日 8:00～翌8:00

休日診療

津山市医師会 検索

健康

岡健康増進課 ☎32-2069

高齢者歯科検診・相談

とき	ところ
4日(日) 9:00～12:00	津山歯科医療センター診療所(沼)

内容 歯科検診、歯科相談
対象 65歳以上の人(予約要)
申込先 津山歯科医療センター診療所 ☎22-4021

妊婦歯科健診

とき	ところ
15日(木) 13:30～16:00	津山歯科医療センター診療所

内容 歯科健診、ブラッシング指導
定員 12人(先着順・予約要)
申込先 健康増進課☎32-2069

元気な子どもを育てるために

内容	とき	受付時間
乳児健診	14日(木)	12:50
1歳6カ月児健診	6日(火)、7日(水)	13:20
3歳児健診	20日(火)、21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。

ハローベビー教室(栄養編)

とき	ところ
15日(木) 14:00～15:30	津山すこやか・こどもセンター

内容 妊娠中の食生活の話、試食など
対象 妊娠を希望している人、妊娠中の人
定員 8組(夫婦で参加可、先着順・予約要)
申込先 健康増進課☎32-2068
申し込みはこちらからもできます➡



離乳食相談会

とき	ところ
26日(月) 14:00～15:00	津山すこやか・こどもセンター

内容 中期以降の調理の説明・試食(保護者のみ)など
定員 10組(先着順・予約要)
申込先 健康増進課☎32-2068
申し込みはこちらからもできます➡



「愛の献血」にご協力を

とき	ところ
23日(金) 10:00～11:45 13:00～16:00	市役所 1 階市民ロビー

相談

※18ページのお知らせにも掲載があります。

相談名	とき	ところ	問い合わせ先
育児相談・健康相談	5日(月)・19日(月) 10:00～11:30	津山すこやか・こどもセンター	健康増進課☎32-2069
DV、人間関係、日常生活の悩みごと相談	月・水～金曜日 10:00～18:00、土・日曜日 10:00～17:00(祝日・振替休日を除く)	—	津山配偶者暴力相談支援センター☎31-2552
悩みごと無料相談	原則月・水・金曜日 10:00～17:00 ※臨時休業日あり。事前連絡要	ライフサポートセンターつやま(津山圏域雇用労働センター内)	ライフサポートセンターつやま☎35-2433
家庭と子どもの法律相談(無料・予約要)	5日(月) 13:30～16:40	津山すこやか・こどもセンター	子育て推進課☎32-2065
鶴山塾教育相談(無料・予約要)	1日(木) 13:30～16:30、6日(火)・16日(金)・20日(火) 13:30～15:30、8日(木)・22日(木) 14:30～16:30、15日(木) 9:00～12:00	教育相談センター「鶴山塾」	鶴山塾☎22-2523
心身障害児福祉相談(知的・発達障害)	1日(木) 13:00～16:00	津山市総合福祉会館	岡山県手をつなぐ育成会☎086-226-3538
認知症・若年性認知症相談	14日(木) 13:15～17:15	津山市地域包括支援センター(市役所1階)	津山市地域包括支援センター☎23-1004
司法書士法律相談(無料・予約要)	7日(水)・21日(水) 13:30～15:30	環境生活課(市役所1階消費生活センター窓口)	環境生活課☎32-2057
行政書士による無料相談	1日(木)・2日(金) 10:00～16:00	電話相談＝☎0120-783-842 面談＝岡山県行政書士会(岡山市)	岡山県行政書士会事務局☎086-222-9111
巡回行政相談	7日(水) 13:00～15:00	加茂町福祉センター	加茂支所地域振興課☎32-7032
行政相談	9日(金) 9:00～12:00	勝北支所	勝北支所地域振興課☎32-7021
	14日(水) 13:00～15:00	加茂町福祉センター	加茂支所地域振興課☎32-7032
	21日(水) 10:00～15:00	加茂町公民館	加茂支所地域振興課☎32-7032
人権相談	13日(火) 10:00～15:00	阿波公民館	阿波出張所地域振興課☎32-7042
福祉総合相談	14日(水) 13:00～15:00	津山市総合福祉会館	津山市社会福祉協議会☎23-5130
特設行政相談	15日(木) 9:00～12:00	成名郵便局(野村)	岡山行政監視行政相談センター☎086-231-4321
人権・民生合同相談	15日(木) 9:00～12:00	勝北保健福祉センター	勝北支所地域振興課☎32-7021
行政・民生合同相談	20日(火) 9:00～12:00	久米支所	久米支所地域振興課☎32-7011
住宅無料相談	22日(木) 13:30～16:30	市役所 1 階市民ロビー	都市計画課☎32-2099

10月

図書館だより

本のリサイクル市
in 久米ふるさとまつり

図書館で不要になった本・雑誌、市民の皆さんから提供いただいた本を、何冊でも持って帰ることができます。持ち帰り用の袋を持ってきてください。

とき 10月18日(日)午前10時～午後5時(無くなり次第終了)

ところ 久米図書館

対象 どなたでも



10月
休館日

市立図書館：27日(火)
加茂町・勝北・久米図書館：5日(月)、
12日(月・祝)、19日(月)、26日(月)、27日(火)

10月

児童館だより

中央児童館 (山北) 午前10時～午後5時☎22-2099

あそびばきっず 公園でしゃぼん玉や砂場遊びをしましょう。
とき：10月2日(金)午前10時30分～11時30分
対象：未就学児と保護者 申し込み：不要
※天候によって変更の場合あり

南(ワイワイ)児童館 (横山) 午前10時～午後5時☎24-4400

ワイワイあそぼうDAY！秋の森で遊んじゃお！
とき：10月22日(木)午前10時30分～11時30分
対象：未就学児と保護者 申し込み：不要

加茂(ぐりむ)児童館 (加茂町中原) 午前10時～午後5時☎42-3168

あそぼっと・The チャレンジDAY いろいろなコーナーあそび！
とき：10月31日(土)午前10時30分～11時30分
対象：幼児～高校生(未就学児は保護者同伴要) 申し込み：不要

阿波児童館 (阿波) (月)(水)(木)(金) 午後1時～5時☎46-2076

わくわくタイム ハロウィンの飾り作り
とき：10月5日(月)・7日(水)～9日(金)午後3時～4時30分
対象：どなたでも 申し込み：不要

市立図書館(アルネ・津山4階) 午前10時～午後7時 ☎24-2919
加茂町図書館(加茂町塔中) 午前10時～午後6時 ☎42-7032
勝北図書館(新野東) 午前10時～午後6時 ☎36-8622
久米図書館(中北下) 午前10時～午後6時 ☎57-3444

勝北図書館

おりがみ教室

とき 10月24日(土)午前10時30分～正午

ところ 勝北公民館(新野東)

対象 小学生以上(小学生は1つの作品を親子で作成)

定員 12人(先着順)

持ってくるもの はさみ、スティックのり

申込方法 勝北図書館に電話または窓口で直接申し込む

申込期間 10月2日(金)～16日(金)

英字新聞のレターラック・折り紙の小物入れなど



●図書館情報は、市ホームページで 図書館 検索

今月の一押しイベント 加茂児童館
おいでよ！加茂児童館
～みんなの居場所～おしゃべりDAY

参加者の皆さんと職員で子育ての話をしたり、繰り返し使えるエコアイテム「ミツロウラップ」を作ったりします。

とき 10月14日(水)
午前10時30分～正午

対象 0歳～未就学児の親子、妊娠中の人
申し込み 不要



●児童館情報は、市ホームページで 児童館 検索

10月 中央児童館・南児童館・加茂児童館
休館日 5日(月)、12日(月・祝)、13日(火)、18日(日)、26日(月)

◀ 集まれ！元気な60歳以上の方 ▶ シルバー人材センター 会員募集中

あなたに合った働き方を応援します！いろんな仕事があります！

申込・お問い合わせ、仕事のご依頼も



公益社団法人 津山市シルバー人材センター 〒708-0885津山市井口21-1

☎0868-23-5378 FAX▶0868-23-5815 URL▶http://webc.sjc.ne.jp/tuyama/

令和8年度高齢者活躍人材確保育成事業

受講者募集

充実したセカンドライフに向けて、シルバー人材センターで働きませんか？

ガーデニング教室 ～季節の花の寄せ植え～ ●日数/1日 ●定員/10名 ●開催日 10月15日(木) ●会場/津山市シルバー人材センター	刈払機取扱者安全衛生教育 ●日数/1日 ●定員/8名 ●開催日 11月24日(火) ●会場/津山市シルバー人材センター
介護送迎運転者講習 ●日数/2日 ●定員/10名 ●開催日 11月11日(水)・12日(木) ●会場/津山市シルバー人材センター	クリスマスリース教室 ●日数/1日 ●定員/10名 ●開催日 11月27日(金) ●会場/津山市シルバー人材センター

受講料対象者 津山市シルバー人材センターへ入会し就業を希望する60歳以上の津山市民の方

公益社団法人 岡山県シルバー人材センター連合会
〒703-8258 岡山市中区西(旧25-1) おかやま岡山県福祉会館内

詳細・WEBでのお申込みはこちら
☎086-201-7250 (二次元コードから)

津山市発の新工法！

お墓の斜面・厄介な草刈りから解放
一度の施工で、長期間にわたり草刈りの負担軽減が期待できます！！

「お墓の斜面が急で、毎年の草刈りがつらい・危険…」
そんなお悩みは

草出造

KUSADENZO

従来の防草シートとは異なり、整地不要で複雑な曲面や斜面、フェンス際にも隙間なく密着施工。高強度な構造で破れにくく、長期にわたり防草効果を維持します。さらに、雑草の根を活かすため降雨による土砂流出を防ぎ、大切な墓地の地盤を守ります。

複雑地形に 密着施工 高強度で 破れにくい 根を活かして 地盤を守る 安心安全で 美観も保持

まずはお気軽にご相談ください。 現地調査・お見積りも無料！

有限会社 久井田工業 津山市 油木上1471 ☎0868-57-2181

予告

アルネ・天満屋に北海道のごちそうが勢ぞろい

第26回 北海道物産展

■10月7日(水)～19日(月) ■津山・アルネ天満屋 1階 中央コンコース

「実演販売」(前期) 10月12日(月・祝)まで開催
「スイーツ」(後期) 10月19日(月)まで開催 最終日は午後4時閉場

※画像はイメージです。

◀WEBチラシはこちらから

TENMAYA

津山・アルネ天満屋
津山市新食町17
代表電話0868-31-2111
www.tenmaya.co.jp

見学・体験も随時受付中！

デイサービス 利用者募集

当施設のワフワフ制度
様々な取り組みを通して チケットを獲得！集めたチケットで景品と交換！

楽しみながら参加できる チケット制度で
「また来たい！」が生まれる
笑顔いっぱいのデイサービスを
目指しています！

チケットは6種類！

お気軽にお問い合わせください！

デイサービスセンター
ゆとり ☎0868-24-5055
〒708-0862 岡山県津山市横山377-6

スマートフォンは
こちらから▼

※お客様の個人情報
は、サービスのご案内
内・資料発送にのみ
使用いたします。

サービス詳細・料金を
こちらの資料でご案内します

資料請求で
エンディングノート
無料プレゼント

資料請求はお電話で(無料)
「資料送付を希望」とお伝えください

050-1883-2304 申込番号
受付時間 10:00～17:00(年中無休) 2017

一般社団法人 終活協議会
想いコーポレーショングループ

【東京本部】〒170-0002 東京都豊島区巣鴨2-11-4 第3高橋ビル11F
入会金:1万円(税込) / 身元保証・死後事務などの各種サービスは、入会金とは別料金となります。※月額&年会費無料 / 資産開示不要 / 代金のお支払い方法は銀行へのお振り込みとなります。お振り込み手数料はお客様のご負担となります。お客様の氏名・住所などの個人情報は、弊社サービスのご案内・資料のご送付以外には使用いたしません。

(有料広告) ※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。津山市が特に推奨等するものではありません。広告の内容について、詳しくは広告主へお問い合わせください。



津山高女の全景と飛行機事故

写真①は、昭和8年(1933)以降の津山高女学校の全景です。津山市山下にある旧津山市庁舎(現在の津山郷土博物館)屋上南西角から撮影されたものと思われます。遠くに皿山と吉井川の流れも写っています。



写真①の現在

写真①手前角に見える建物は、明治42年(1909)に建設された第二寄宿舎(東寮)、その奥の白い建物は、大正13年(1924)に建設された「温故館」です。「津山高女百年誌」によると、



写真①

温故館内には作法室や茶花の教室などのほか、津山高女の教員や生徒による郷土史研究の成果を展示した「郷土館」があったそうです。東寮と温故館に囲まれた地面は東運動場で、元々津山藩校

「修道館」があった場所です。この地にあった建物が明治36年(1903)に津山城内に移築され、現在の「鶴山館」となりました。

温故館の裏手に見えるコの字型の建物が、明治40年(1907)に建設された本館で、その本館を含む校舎群から離れて、画面左端に見える建物は、津山高女創立30周年を記念して昭和7年(1932)に建てられた図書館「而立館」です。この而立館は、戦後津山高女との合併により高女の建物が解体されていく中、「同窓会館」と名を変え、唯一残された建物でした。しかし、平成17年(2005)に老朽化と台風被害により解体撤去されてしまいました。

こんな津山高女で、昭和15年(1940)10月9日午後1時30分ごろ、校内に飛行機が墜落するという事故がありました。当時の新聞によると、通信省米子乗員養成所の練習機が機関の故障により、無人だった高女西運動場への不時着を試みるも失敗し、墜落したようです。津山高女の西運動場は、写真①中央の校舎群の奥、少し開けた場所になります。当時この周辺は人家が密集していた、不時着できそうなのは高女の東西運動場、もしくは高女の北にあった女子小学校ぐらいだったと思われます。残念ながら搭乗していた2人は亡くなってしまいました。が、少しでも被害を少なくしようとしたのでしょう。人々がその行動に感動した様子を当時の新聞が伝えています。

岡津山郷土博物館(山下) ☎22-4567

広報クイズ&ご意見募集

A～Fの記念品が正解者の中から抽選で5人に当たる！

問

28ページ「開始から〇〇年 作州津山宮川朝市」
〇に入る数字2文字は？

応募方法 ①答え②氏名③郵便番号・住所④広報紙への感想・市政への意見⑤右のA～Fの記念品の中から1つを書き、広報津山担当に送る
Eメール kouhou@city.tsuyama.lg.jp
ファクス 32-2152
は が き 〒708-8501 津山市役所広報津山担当行
※専用応募フォームからも応募できます。
※お便りの内容は広報紙やホームページで匿名で紹介する場合があります。

- ④あば温泉無料入浴券(5枚1組)
- ⑧百々温泉めぐみ荘無料入浴券(5枚1組)
- ③津山郷土博物館招待券(2枚1組)
- ⑤津山洋学資料館無料招待券(2枚1組)
- ⑥津山まなびの鉄道館無料入浴券(2枚1組)
- ⑦ペルフォーレ津山 映画鑑賞チケット(2枚1組)

締め切り 令和8年10月20日(火) 当日消印有効

8月号の正解 自分らしく(応募112人、正解111人)
当選者の発表は、記念品の発送をもってかえさせていただきます。

10月号 目次

- 秋を彩る、津山。……………②
- 地域で活躍する愛育委員・栄養委員 ほか……………④
- 市からのお知らせ 生活支援コーディネーター ほか……………⑧
- まちかど写真館・おめでとう赤ちゃん……………⑩
- けいじばん……………⑩
- 津山の歴史あらかると……………⑫
- 津山自慢 開始から30年……………⑫
- 作州津山宮川朝市……………⑫



作州津山宮川朝市 & 30 周年抽選会

※詳しくは3ページをご覧ください。

出店者の皆さん

津山の人・物・技術
など、明日誰かに自慢
したくなる津山のいい
ところを紹介します

70
つやまじまん

ええとこ
いっぱい

津山 自慢

開始から 30 年

作州津山宮川朝市

毎月第2日曜日の朝、宮川沿いに新鮮な野菜や加工品などが並ぶ「作州津山宮川朝市」。平成8年（1996）に始まり、今年で30周年を迎えます。地域の人たちをつなぐ朝市の歩みや魅力について、実行委員会事務局長の山口葉子さん（前列一番右）に話を聞きました。

地域を元気にする朝市の始まり

宮川朝市は「地域を盛り上げた」という宮川沿線の町内会長たちの思いから始まりました。当時は市内に直売所が少なく、生産者が農産物や加工品を直接販売できる貴重な場だったこともあり、多くの出店者が集まりました。

開催当初は約70店舗が出店し、宮川沿いの端から端まで店が並ぶほどのにぎわいがありました。わたしも、幼いころ父と一緒に訪れた朝市で見た、地域の人たちであふれる朝の風景や、たくさんのお店先をわくわくしながら歩いた記憶があり、今でも鮮明に心に残っています。

30年続く地域のつながり

時代の変化とともに市内には直売所が増え、出店者の高齢化も進みました。店舗数は徐々に減少し、会場の草刈りなどの環境整備も、限られた実行委員会のメンバーで行うなど、運営を続けることは簡単ではありませんでした。一時は25周年を節目に終了することも検討していました。

それでも朝市を続けてこられたのは、長年築いてきた地域のつながりを大切にしたいという思いがあったからです。宮川朝市が地域

に必要とされる場所であり続け、子どもたちにとっても地域の思い出となる場所であってほしいです。訪れた人たちの笑顔や、会場に広がる温かな雰囲気を感じるたびに「今度も開催して良かった」という充実感があります。こうした一つひとつの実感が、朝市を続けていく力になっています。

人が集う朝のひととき

宮川朝市は、朝の散歩の途中に立ち寄ったり、朝食用のパンや新鮮な野菜を買ったり、日常の延長として気軽に訪れることができる場所です。会場では、出店者との何げない会話を楽しむ人や、子どもたちが遊ぶ姿を見守る人など、それぞれが思い思いの時間を過ごしています。

30年という歳月の中で、幼いころに親と訪れていた子が親となり、自分の子どもを連れて朝市を訪れる姿も見られるようになりました。世代を超えて人と人とのつながりが受け継がれていることも、宮川朝市の魅力です。

これからも朝市が人との出会いや会話を楽しみ、気持ちの良い一日が始まる場所になるよう続けていきたいです。来たことのない皆さんもぜひ一度お越しください。



この号で広報紙の担当を卒業します。市の話題や地域の魅力をお届けできたことを、うれしく思います。取材では、たくさんの方との出会いがあり、皆さんの温かさに何度も元気をいただきました。本当にありがとうございました。これからも、『広報津山』が皆さんに親しまれる広報紙でありますように。（こ）

勝北サマーフェスティバルIN塩手を取材。小雨の中でしたが、大空に打ち上がる花火と水中花火の共演は圧巻で、シャッターを切りながら幻想的なひとときをしっかりと楽しみました。が、しかし…。満ち足りた気分もつかの間、帰り際に悲劇が。危うく首元にひっついた特大バツタを連れ帰るところでした。（こ）

津山自慢の取材で、宮川朝市に行きました。休日の朝、目覚ましをかけずゆっくり眠るのも最高ですが、朝の涼しい時間に歩く河川敷は清々しく、早起きした分だけ少し得した気分。新鮮な卵や野菜、おやつを買って帰り、早速朝食にいただきます。いつもより気持ちよい一日の始まりになりました。（こ）