



# みんなの あんしんファイル

保健事業に関するお問い合わせは、保健センター(TEL26-5670/FAX26-5660)

保健センターの場所は、伯耆しあわせの郷2階です。

## 健康相談

対象	日程	時間	内容
食事、運動など健康についてどなたでも気軽にご相談ください。	10月27日(火)	13:30~15:30	栄養士・保健師による個別相談 ところ：保健センター健康相談室 ※栄養士の相談は要予約(TEL26-5670)

\*ご希望により血圧測定、体重測定、体脂肪率、内臓脂肪レベル測定ができます。相談日以外でも随時相談を受け付けています。

## 健康スケジュール

種類	対象	日程	時間	場所	持参する物	ご案内
6か月児健康診査	平成21年4月生まれの乳児	11/5(木) 11/6(金)	(受付時間) 13:00~13:30	倉吉交流プラザ	・母子健康手帳 ・アンケート用紙	*保護者に通知します 当ではまる月の次の月まで はご案内しています。
1歳6か月児健康診査	平成20年4月生まれの幼児	11/9(月) 11/10(火)	(受付時間) 13:00~13:30	上灘公民館	・母子健康手帳 ・アンケート用紙	*保護者に通知します 1歳11か月までは受けること ができます。未受診の幼児は 受けてください。
3歳児健康診査	平成18年10月生まれの幼児	11/11(水) 11/13(金)				*保護者に通知します 3歳11か月までは受けること ができます。未受診の幼児は 受けてください。
育児相談	市内在住の乳幼児	11/16(月)	9:30~12:00		・母子健康手帳	保健師・栄養士による 個別相談を行います。
離乳食講習会	生後4か月~7か月児の保護者	11/18(水)	13:30~15:30	保健センター	・母子健康手帳 ・エプロン ・筆記用具	*平成21年6月・7月 生まれの第1子には保護者に 通知します。
母親学級(えっくクラブ)	市内在住の妊婦	11/15(日)	10:00~12:00 (受付時間) 9:30~10:00		・母子健康手帳	内容:ママ・パパコース ②(沐浴実習・お父さんの 妊婦体験)
フッ素塗布	市内在住で希望する人	11/16(月)	9:30~11:30 13:30~15:30		・歯ブラシ ・母子健康手帳 (子どものみ)	歯科診察はありません。
		11/28(土)	(受付時間) 13:30~15:30	中部歯科医師会 口腔衛生センター	・歯ブラシ ・コップ ・母子健康手帳 (子どものみ)	歯科診察はありません。 *申込が必要(申込先:口腔 衛生センター☎22-5472)

## 10月・11月 集団健康診査

日程	場所	受付	健診内容
10月	26日(月) 上小鴨公民館	8:00	・特定健診 ・長寿健診(後期高齢者健診) ・一般健診
	30日(金) 北谷公民館		
11月	5日(木) 高城公民館	10:00	・介護予防健診 ・がん検診(胃・肺・大腸・前立腺) ・肝炎ウイルス検査
	6日(金) 小鴨公民館		

\*対象年齢や料金など詳細は、各家庭に配布した『くらし健康ガイド』をご覧ください。

## 休日急患診療機関当番表

- ・受付時間：午前8時～翌朝午前8時
- ・実施日：日曜日・祝日

	日にち	内科	外科
10月	4日(日)	藤井政雄記念病院	清水病院
	11日(日)	厚生病院	三朝温泉病院
	12日(月)	野島病院	清水病院
	18日(日)	垣田病院	清水病院
	25日(日)	信生病院	厚生病院
11月	1日(日)	藤井政雄記念病院	野島病院
	3日(火)	垣田病院	北岡病院



献血にご協力ください【全血献血】



とき	ところ
10月25日(日)9:30~15:00	倉吉未来中心

※申込・問合せ先：鳥取県赤十字血液センター(☎0857-24-8101)

**関金地区での子宮がん検診  
(検診車)の申込受付中!**

子宮がん検診は20歳から受  
けられます!

定員がありますので、保健  
センターに電話で申し込んで  
ください。

と き…11月26日(木)

受付時間…午前9時〜10時、  
または、午後1時30分〜2時  
30分

ところ…関金総合文化セン  
ター

対象者…20歳以上の女性(平  
成2年3月31日以前生まれ)

検診内容…頸部細胞診検査

料 金…5000〜1,0000円

※詳しくは、「くらし健康ガ  
イド」をご覧ください。

※乳がん検診は、午前・午後  
ともに定員となりました。

※問合せ先…保健センター(☎26  
15670/☎2615660)

**お気軽に検診を!**

買い物のついでに、がん検  
診を受けてみませんか?

パープルタウンでがん検診  
を行います!

子宮がん検診・乳がん検診  
を希望する人は、対象・定員

がありますので、保健セン  
ターに電話で申し込んでく  
ださい(申込開始…10月13日  
(火))。

【と き】10月25日(日)

【受付時間】午前10時〜正午

【受付場所】パープルタウン  
中央広場(1階)

【対象者と定員】

▼肺・大腸がん検診…40歳以  
上(定員なし)

▼子宮がん検診…20歳以上の  
女性(20人)

▼乳がん検診…40歳以上の女  
性で、平成20年度に受診して  
いない人(ただし、乳がん検診  
無料クーポン券のある人は除  
きます)(20人)

※当日受付も若干行います。

※料金など詳しくは、「くらし  
健康ガイド」をご覧ください。

※問合せ先…保健センター(☎26  
15670/☎2615660)

キノコによる食中毒に注意  
しましょう

キノコの食中毒のほとんど  
が、9月から11月に発生して  
います。キノコの毒はとて  
も強く、なかには短時間で死亡  
するものもあります。

食中毒の原因となるキノコ

**■休日健診の申込受付中!**

～メタボリックシンドロームや生活習慣病、がんの早期発見～

平日に健診を受けることが難しい20歳以上の人(平成2年3月31日以前  
生まれの人)が対象です。

日にち	健診内容 ※定員は半日あたりの人数
12月6日(日)	・胃がん検診(胃部レントゲン検査)(20歳以上)…定員 100人 ・肺がん検診(20歳以上)
受付時間	・大腸がん検診(20歳以上)
午前: 8:00~10:00 午後: 13:30~14:30 ※どちらかを選んでください。	・子宮がん検診(20歳以上)…定員 70人 ・乳がん検診(40歳以上、平成20年度に受診していない人、ただし、 乳がん検診無料クーポン券がある人は除きます)…定員 70人
ところ	・前立腺がん検診(50歳以上)
保健センター	・肝炎ウイルス検診(過去に検査を受けたことのない40~74歳)
申込期限	・一般健診(20歳以上)…定員 80人 ・特定健診(40~74歳以上)
11月30日(月)	・長寿(後期高齢者)健診(75歳以上) ・介護予防健診(65歳以上)

※健診の種類により対象年齢が異なりますのでご注意ください。

※料金など詳しくは、「くらし健康ガイド」をご覧ください。

※申込・問合せ先:保健センター(☎26-5670/☎26-5680)

①キノコ狩りは、キノコをよ  
く知った経験者と行く。  
②確実に鑑定された食用キノ  
コ以外は採らない。

③凶鑑の写真や絵で勝手に鑑  
定しない。  
④加熱や塩漬けしてもキノコ  
の毒は消えない。  
⑤見慣れないキノコは絶対食  
べない。  
※キノコの素人判断は大変危  
険です。  
※問合せ先…中部総合事務所生活  
安全課(☎23-3117)

～有料広告募集中～

【大きさ】

縦5cm×横18cm(1号広告)

縦5cm×横9cm(2号広告)

縦5cm×横6cm(3号広告)

【掲載料】

1号広告 30,000円/回

2号広告 15,000円/回

3号広告 10,000円/回

MAINICHI 毎日新聞大阪開発株式会社主催 MAINICHI

暮らしにかかせない生命保険をやさしく解説

**なぜ保険は必要か?**

その場でできる生命保険の保障内容の見直し講座、保険証券をご持参下さい。(任意)

10/9(金) 倉吉  
時間:13:30~16:00 ▶定員:30名(予約制)  
参加費:無料 ▶申込締切10/7  
会場:倉吉未来中心 倉吉市駄総寺町212-5

10/10(土) 鳥取  
時間:10:00~12:00 ▶定員:50名(予約制)  
参加費:無料 ▶申込締切10/7  
会場:県民ふれあい会館 鳥取市扇町21

講師 稲村 務  
鳥取大学、鳥取環  
境大学の公開講  
座、NHK文化学  
院家計やりくり講  
座講師、メディアで幅  
広く活躍中のFP。



ご希望の日程をお電話にてお申込み下さい。 募集代理店:毎日新聞大阪開発株式会社  
〒530-8283 大阪市北区梅田3-4-5  
☎06-6948-8002 ☎06-6346-7750  
E-mail: hoken.s@mainichi-osk.jp  
受付時間 8:30~20:00(土・日・祝は9:00~17:00)

ケータイは  
こちらから

広告募集中!! 倉吉市総合政策室  
TEL 2218161 FAX 2218144

**パソコン修理・出張サポート専門**  
年中無休/ご相談・お見積無料  
パソコントラブルでお悩みの方は是非  
ご家庭・職場のPC環境をフルサポート!!

**ワイスパニエール**  
9:00~23:00  
倉吉市堺町2丁目239-41  
堺町バス停から徒歩1分  
内閣府認証 パソコン整備士協会登録

TEL 0858-23-4564

# 介護予防

## 10月ホッといきいき教室～介護予防教室～

65歳以上の介護認定(要支援・要介護認定)を受けていない人を対象に閉じこもりを予防し、いつまでも元気で過ごせるよう介護予防教室を開催します。

と き：10月29日(木)午前10時30分～午後3時  
内 容：(午前)「写真でみる なつかしい倉吉」

講 師：山脇 幸人さん(市立図書館職員)  
(午後)自由時間(図書貸出コーナー、脳トレクイズ、ニュースポーツ、健康相談など)

ところ：グリーンスコレせきがね

参加料：1,300円(昼食・入浴料)

募集条件：65歳以上で、介護認定を受けていない人  
\*毎月申し込みが必要です。送迎希望の人は送迎します。  
※申込・問合せ先：長寿社会課 (TEL 22-7851 / FAX 22-2954)

## 10月の認知症の人と家族の会 「家族の集い」

介護家族・介護体験者が参加して、お互いが抱えている悩みを語り合い、分かち合ったり、情報交換したり、何でも話し合える場です。気軽にご参加ください。

関金会場 4月、7月、10月、1月の第1木曜日

と き：10月1日(木)午前10時～正午  
ところ：倉吉市高齢者生活福祉センター(関金町関金宿)

倉吉会場 第3木曜日

と き：10月15日(木)午前10時～正午  
ところ：倉吉交流プラザ 第2研修室  
※問合せ先：長寿社会課 (TEL 22-7851 / FAX 22-2954)

### 小規模多機能型居宅介護施設 開設事業者を募集します



倉吉市では、第4期倉吉市高齢者福祉・介護保険事業計画に基づき、通い・宿泊・訪問などのサービスを提供し、在宅での継続した生活をするために必要な支援をする施設として、小規模多機能型居宅介護施設の設置を予定しています。設置にあたり事業者を募集します。

### 認知症地域資源マップづくりのボランティア募集



倉吉市では、認知症になつ

ても安心して暮らすことができる地域づくりを目指し、「認知症地域資源」マップを作成します。

このマップに掲載するのは、認知症の人を支援する支援者に関する情報です。見やすく、親しみの持てるマップにしたいと思いますので、デザイン、さし絵、ホームページ作成のボランティアを募集します。

募集人員…制限なし  
※問合せ先：長寿社会課 (TEL 22-7851 / FAX 22-2954)

認知症サポーター養成講座の開催や出前介護予防教室、高齢者のご相談は、お住まいの地区担当の地域包括支援センターにお問い合わせください。

- 【上北条・社・高城地区】 うつぶき地域包括支援センター (TEL 26-6378)
- 【上井・西郷・灘手地区】 マグノリア地域包括支援センター (TEL 26-3922)
- 【上灘・成徳地区】 倉吉中央地域包括支援センター(上灘・成徳) (TEL 22-6102)
- 【明倫・小鴨地区】 明倫・小鴨地域包括支援センター (TEL 23-7106)
- 【北谷・上小鴨・関金地区】 かもがわ地域包括支援センター (TEL 45-3888)

## 倉吉市で

# つながることに、 こだわるドコモ。

あしたにつながる

検索

手のひらに、明日をのせて。

NTT docomo

ドコモは、お客様の声を取り入れながら、定期的な調査や24時間ネットワークのチェックなど、日々、倉吉市のFOMAエリア充実に徹底的に取り組んでいます。つながることに、とことんこだわるドコモです。



あしたにつながる品質レポート

広告募集中!!  
倉吉市総合政策室  
(TEL 22-8161 / FAX 22-8144)





## 特別支援教育って何ですか？

最近、特別支援教育という言葉をよく聞きます。また、どの学校でもその充実に向けて取り組まれているとも聞きます。特別支援教育とは、一体、どのような教育なのでしょうか。

### 特別支援教育とは・・・

「特別支援教育」は、障がいのある幼児・児童生徒の自立や社会参加に向け、適切な指導および必要な支援を行うものです。

平成18年(2006年)6月、学校教育法の一部改正により、これまでの「特殊教育」にかわって「特別支援教育」が法令上の名称となりました。それに伴い、従来の「養護学校」は「特別支援学校」へ、中学校の「障害児学級」も「特別支援学級」と呼び方が変わりました。

子どもたちの持てる力を高め、生活や学習上の困難を、改善・克服するため、子ども一人ひとりの教育的ニーズ(必要性)を把握し、それに合わせた教育の充実や、生涯にわたる支援体制を構築することが重要な課題となっています。

### どのような子どもにも、どのような手だてを行うのですか？

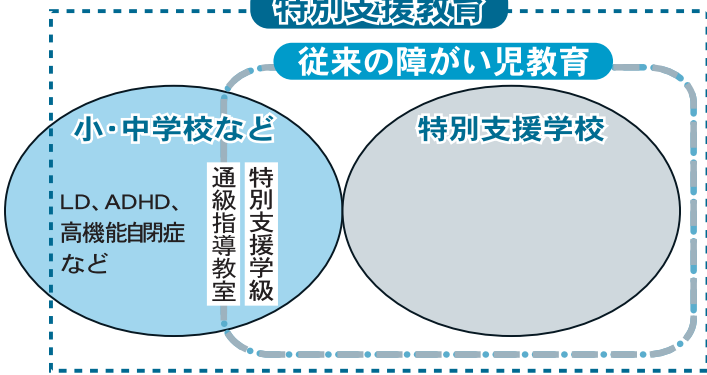
知的・情緒・身体の障がいはもちろん、LD(学習障がい)・AD

HD(注意欠陥多動性障がい)・高機能自閉症・アスペルガー症候群といった発達障がいのある子どもが対象となります。

「特別支援教育」では、一人ひとりの教育的ニーズをしっかりと把握することにより、「この子はどこでつまづいているのか、どう教育するのか」を考えていきます。そのうえで、生活や学習上の困難を改

### 特別支援教育

#### 従来の障がい児教育



善し、持てる力を伸ばしていくために必要な支援を行います。大切なのは、苦手なところを改めさせるといっても、得意なところを活かして伸ばしていくという発想です。特別支援教育は長所活用型の教育とも言えます。

### 特別支援教育は、障がいのある子どもだけに必要な教育ですか？

先の学校教育法の改正では、特別支援教育は、障がいのある子どもだけでなく、教育全体にとつてなくてはならないものであると明確に示されています。

教育的なニーズはどの子にもあり、一人ひとり違います。学校現場では、生活や学習上につまづいている児童生徒への分かりやすい手だてが、学級全体の子どもたちにとつても、分かりやすい支援になっているといったことがよくあります。

また、特別支援学校や特別支援学級で行われている一人ひとりに合った教育方法のノウハウは、小中学校の通常学級はもとより、幼稚園保育所や、高等学校などでも活用できることがたくさんあります。

### これからの特別支援教育はどのように進展していくのですか？

特別支援教育は学校、家庭、地域、関係機関が一つのチームとなって支援していくべきものであり、そ

こで構築されたシステムは、障がいのあるなしに関係なく、どの子にとつても有効です。

今後、特別支援教育の視点が、すべての教育のベースとなることでしょう。

人は、一人ひとりが違っていることが素晴らしいという基本理念に基づき、すべての人を包含(インクルージョン)して、学校や地域が、一人ひとりのユニークさに対応できるように変革していくこと(ユニバーサル化)への期待が高まっています。

### 私たちにできることは、何ですか？

落ち着きがなく、すぐに注意がそれてしまう、人の話が聞けない、こだわりが強く、気持ちの切り替えが苦手、友だちとうまくコミュニケーションがとれない、などの状況は、その子が発しているSOSととらえ、教え方や指示の出し方を、もう一度見直してみることが必要です。

まず、私たち大人が、障がいの特性について理解し、「特別支援教育はすべての子どもにとつて有効な教育である」という見地から、学校、家庭、地域、関係機関が一つのチームとなって子ども一人ひとりの発達に寄り添い、支えることが大切なのではないでしょうか。

“部落の完全解放と人権確立を全市民の力で”  
**部落解放研究第37回倉吉市集会** とき: 10月18日(日)午前10時～  
ところ: 倉吉市未来中心 大ホールほか