

**全国一斉「女性の人権ホットライン」相談日の開設**

既設の専用電話「女性の人権ホットライン」に臨時電話回線を増設(複数台設置)し、女性の人権擁護委員が相談に応じます。ひとりで悩まず、電話してください。  
 とき: 11月20日(日) 10:00~17:00 専用電話番号: 0857-27-3753  
 ※問い合わせ先: 鳥取県人権擁護委員連合会事務局(☎0857-24-5678)

社会課(☎22・7851 / FAX22・7020)、または市  
 在宅介護支援センター・マグ  
 ノリア(☎26・3922)・  
 のじま(☎23・7106)・  
 しみず(☎22・6100)・  
 せいわ(☎47・4165)・  
 せきがね(☎45・3888)

**嘱託職員(介護福祉士  
 または保健師)を募集**

介護予防事業および介護保  
 険認定調査などに携わる嘱託  
 職員を募集します。

採用人員...1人  
 応募資格...介護福祉士または  
 保健師の資格を持つている人  
 応募方法...写真をてん付した履  
 歴書1通と資格を証明する書類  
 の写しを添えて長寿社会課まで

**11月9日(水)~11月15日(火)  
 秋季全国火災予防運動**

『あなたです 火のあるくらしの 見はり役』

- 重点目標  
 (1)住宅防火対策の推進  
 (2)放火火災・連続放火火災予防  
 対策の推進  
 (3)震災時での出火防止対策など  
 の推進



◎次の人は対象外です:  
 介護保険の要介護認定を受  
 け、要支援、要介護1または  
 2の人で通所および訪問リハ  
 ビリテーションの介護保険  
 サービスの利用者。要介護3  
 以上の人。  
 実施期間および回数...12月19  
 日~週2回で3カ月間、計24回  
 実施場所...〔医〕仁厚会藤井政  
 雄記念病院  
 利用料...1回百五十円  
 送迎...自力での通所が困難な  
 人には送迎を行います。

**高齢者筋力向上トレ  
 ニング利用者を募集**

トレーニング機器を使用し  
 て筋力を高め、転倒や寝たき  
 りなどの要介護状態になるの  
 を防ぎ、健康づくりに役立て  
 るパワーリハビリテーション  
 事業の利用者を募集します。  
 対象者...市内に在住し、お  
 おむね60歳以上の在宅で生活し  
 ている人

持参または郵送してください。  
 応募受付期限...11月15日(火)  
 午後5時まで  
 ◎応募者には後日面接を実施  
 ※問い合わせ先...長寿社会課  
 (☎22・7851 / FAX22・  
 7020)

**11月の認知症  
 「家族の集い」(案内)**

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、分かち合い、  
 情報交換したり、何でも話し  
 合える場です。気軽に参加  
 ください。  
 とき...11月17日(木)午前10  
 時~12時 \*毎月第3木曜日  
 ところ...倉吉市幸町ヘルパー  
 ステーション蔵まち(☎24・  
 0371)

申込方法...希望する人は、「利  
 用申込書」が必要です。介護  
 保険証を持参し、長寿社会課  
 にお出でください。  
 申込期限...12月2日(金)  
 ※申込・問い合わせ先...長寿  
 社会課(☎22・7851 / FAX  
 22・7020)

**家族介護教室にご参加  
 を「心配しないで尿失禁」**

倉吉市在宅介護支援セン  
 ターしみずでは、「尿失禁」に  
 ついての介護予防教室を行  
 います。一人で悩まず、ちよつ  
 とがんばって生活を変えてみ  
 ませんか。この機会に、ぜひ  
 ご参加ください。  
 とき...11月24日(木)午後2

**生活習慣病予防講演会  
 にご参加を**

生活習慣病予防のための医  
 師と栄養士による講演を開催  
 します。ぜひご参加ください。  
 とき...11月16日(水) 午後  
 2時~4時  
 ところ...倉吉交流プラザ 視  
 聴覚ホール  
 内容...①講演「高脂血症つて  
 どんな病気?(仮題)」、講師...  
 鳥取県中部医師会立三朝温泉  
 病院 第二内科診療部長 石飛  
 誠一(医師)

時~3時30分  
 ところ...清水病院2階 第1  
 会議室  
 内容...女性向け尿失禁につ  
 いての話、予防体操など  
 講師...清水病院 理学療法士  
 三谷管雄さん  
 対象者...女性(年齢不問)  
 参加費...無料  
 ※体操のできる服装でお越し  
 ください。

※申込・問い合わせ先...倉吉  
 市在宅介護支援センターし  
 む(☎22・6100)  
 ※申込・問い合わせ先...健康  
 支援課(☎26・5670 /

**住宅金融公庫からの  
 お知らせ**

【住宅ローン返済相談】公庫の  
 ローン返済で悩んでいる人  
 はご相談ください。さまざま  
 な返済方法が可能です。  
 【台風で被災された人へ】台風  
 などの災害で被災した人向け  
 の融資を受付中です。  
 【フラット35】長期固定金利  
 住宅ローンで、返済期間中、  
 金利が変わらない安心の住宅  
 ローンです。  
 ※問い合わせ先...住宅金融公  
 庫中国支店(☎082・221  
 -8716)

**リフレッシュサロン ふくもり**  
 \*メナードフェイシャルエステ \*はり灸・マッサージ  
 \*耳つぼダイエット  
**★トライアルチケット★**  
 エステスタンダードコース 6300円⇒2100円  
 はり灸・マッサージコース 5000円⇒3000円  
 お一人様一回限り・有効期限H17年12月29日  
**予約制 ☎28-0309 \*女性専用**  
 西福守町961 営業時間 10時~18時 不定休

## 11月の健康診査

■セット健診(基本健診・胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・前立腺がん検診)

対象者…40歳以上(昭和41年3月31日以前生れ) \*前立腺がん検診は50歳以上の男性で基本健診受診者

料金…40〜69歳▼基本健診 二千三百円、胃がん検診 二千五百円、肺がん検診 二千五百円(喀たん検査 六百円)、大腸がん検診 六百円、前立腺がん検診 千円

70歳以上▼基本健診 無料、料金…セット健診の料金と同額

【セット健診日程】

|     |        |                      |                           |
|-----|--------|----------------------|---------------------------|
| 11月 | 7日(月)  | 受付時間<br>8:00 ~ 10:00 | 上小鴨公民館                    |
|     | 8日(火)  | 受付期間<br>9:00 ~ 10:00 | 農村環境改善センター<br>(さんさんプラザ倉吉) |
|     | 15日(火) | 受付期間                 | 北谷公民館                     |
|     | 18日(金) | 8:00 ~ 10:00         | 高城公民館                     |

【肺がん・結核検診巡回日程】

|               |               |        |
|---------------|---------------|--------|
| 11月24日<br>(木) | 9:30 ~ 10:20  | 高城公民館  |
|               | 10:40 ~ 11:30 | 北谷公民館  |
|               | 13:00 ~ 13:50 | 上小鴨公民館 |
|               | 14:10 ~ 15:00 | 小鴨公民館  |

胃がん検診 八百円、肺がん検診 二百円(喀たん検査 三百円)、大腸がん検診 三百円、前立腺がん検診 五百円、希望する健診だけでも受けることができます  
※65歳以上の人が肺がん検診を受けられた場合、結核検診が含まれます  
※胃がん検診は、胃部レントゲン検査となります  
■肺がん・結核検診(各地区巡回)  
対象者…肺がん検診 40歳以上、結核検診 65歳以上(ただし、事業所、医療機関で受診する人は除く)  
料金…セット健診の料金と同額  
◎各健診を受けるときは、必ず受診券を持参してください。  
◎70歳以上の人、転入の人でセット健診、巡回の肺がん・結核検診を希望する人は、電話で申し込みください。  
※申込・問い合わせ先…健康支援課  
(☎) 26-5670

## 11月予防接種のお知らせ

①BCG接種は6カ月までに

■予防接種の種類  
該当者…5月25日以降に生まれた6カ月未満の未接種の乳児  
初回通知者…7月26日から8月23日生まれの乳児  
接種方法…BCG接種を行います。

「お知らせ」  
◎結核予防法の改正により生後6カ月までにぜひ受けて

BCG予防接種 日程表

| 該当児         | 今回通知児               | BCG       | 受付時間          | 場所                   |
|-------------|---------------------|-----------|---------------|----------------------|
| 生後6カ月未満未接種児 | 平成17年7月26日~8月23日生まれ | 11月24日(木) | 13:10 ~ 14:10 | 倉吉市保健センター(伯耆しあわせの郷内) |

急性灰白髄炎(ポリオ)予防接種 日程表

| 今回通知児         | 日程   |           | 受付時間          | 場所                   |
|---------------|------|-----------|---------------|----------------------|
|               | 1回目  | 2回目       |               |                      |
| 平成17年1月・2月生まれ | 実施済み | 11月30日(水) | 13:10 ~ 14:30 | 倉吉市保健センター(伯耆しあわせの郷内) |

②ポリオ予防接種は7歳6カ月までに  
該当者…2月28日以前に生まれた7歳6カ月未満の未接種の乳幼児  
初回通知者…1月1日から2月28日生まれの乳児  
接種方法…6週間以上の間隔でワクチンを2回経口投与  
■持参する物  
母子健康手帳、予診票(記入して)、通知のながき  
※当日は、必ずお子様の体温を測っておいてください。  
※指定の日に接種を受けられない場合は、接種期限内であれば別の日程で受けることができます。  
■次に当てはまる乳幼児は接種は受けられません  
●発熱している ●下痢をしている ●現在重い病気にかかっている ●同じワクチンで以前に副反応があった ●予防接種を受けることが不適当な状態にあると診断されている ●はしか、水痘、おたふくかぜ、風しんなどの病気にかかって1カ月以内 ●三

種混合ワクチンを受けて1週間以内 ●麻しんワクチン・風しんワクチンを受けて4週間以内 ●結核、そのほかの予防接種によるケロイドが認められる  
■乳幼児が次に当てはまる場合は医師と相談してください  
●心臓、肝臓、腎臓などの疾患、血液疾患、および発育障害が明らかな場合 ●前回の予防接種で2日以内に発熱があった ●アレルギー体質  
●過去にけいれん症状があった ●まんえん性の皮膚病にかかっている ●副腎皮質ホルモン剤を(注射・内服など全身的に)使用している

※申込・問い合わせ先…健康支援課 (☎) 26-5670 / (FAX) 26-5660

## 献血にご協力ください

【成分献血】

11月14日(月)

9:00 ~ 11:00 倉吉市役所駐車場  
13:00 ~ 14:00 鳥取県立農業大学校駐車場

◎11月8日(火)までにお申し込みください。

※申込・問い合わせ先  
健康支援課(伯耆しあわせの郷内)  
☎ 26-5670 / FAX 26-5660

## 健康相談

| 対象                         | 日程        | 時間                  | 内容   |
|----------------------------|-----------|---------------------|--|
| 食事や健康面についてどなたでも気軽にご相談ください。 | 11月17日(木) | 受付<br>13:30 ~ 15:30 | 栄養士・保健師による個別相談<br>ところ：倉吉市保健センター *要予約 (☎ 26-5670) |
|                            | 11月22日(火) |                     | 保健師による個別相談<br>ところ：関金総合文化センター (関金庁舎隣)             |

## ゆったりサロン (機能訓練事業)

ところ：倉吉市保健センター (伯耆しあわせの郷内)

| 対象  | 日程                         | 時間                  | 内容                                       |
|---|----------------------------|---------------------|--|
| 40歳以上の人で、腰痛やひざの痛みなどで生活に支障を感じている、身体機能に障害があるなどで相談・リハビリ指導を希望する人はご参加ください。(要介護認定を受けている人は対象外です)<br><br>☆初めて参加する人は、11月2日の医師による健康相談日に、午後2時30分までにおいでください | 11月2日(水)                   | 受付<br>13:00 ~ 14:45 | 医師による健康相談<br>※次回は12月7日の予定です              |
|   | 11月4日(金)                   | 受付<br>13:00 ~ 15:00 | 温熱療法                                     |
|   | ☆11月8日(火)<br>場所：関金総合文化センター |                     | 作業療法士によるリハビリ指導<br>保健師による健康相談<br>*送迎があります |
|   | 11月9日(水)                   |                     | 理学療法士によるリハビリ指導<br>保健師による健康相談             |
|   | 11月11日(金)                  |                     | 温熱療法                                     |
|   | 11月16日(水)                  |                     | 理学療法士によるリハビリ指導<br>保健師による健康相談<br>*送迎があります |
|   | 11月18日(金)                  |                     | 温熱療法                                     |
|   | 11月30日(水)                  |                     | 温熱療法                                     |

※ 理学療法士の指導は11月9日または11月16日どちらか一方の利用となります。  
11月8日、11月16日は送迎がありますので、希望者(自力での参加が困難な人)は事前にご相談ください。

## ことばの教室 (機能訓練事業)

ところ：倉吉市保健センター (伯耆しあわせの郷内)

| 対象  | 日程        | 時間            | 内容   |
|---|-----------|---------------|--|
| 言葉が話しにくい、思ったことが言葉にならない、飲み込みが悪いなど感じている人はご参加ください。(要介護認定を受けている人は対象外です) | 11月21日(月) | 13:30 ~ 15:00 | 言語聴覚士による集団指導<br>*参加を希望する人は事前にご相談ください<br>*送迎があります |

### 高齢者などを対象に インフルエンザ予防接種 補助を実施 申込受付中

高齢者がインフルエンザにかかった場合には、肺炎などの合併症を引き起こす確率が高く、ワクチン接種はインフルエンザ予防に一定の効果があると考えられています。

**対象者** ① 満65歳以上 ② 満60歳以上65歳未満であり、心臓、じん臓、呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障害のある人およびヒト免疫ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある人

\* ①②の対象者が、自らの意思で接種を希望していることが必要です。(年齢は接種日が基準となります)  
接種期間 11月1日〜平成18年1月31日  
個人負担額 千五百円  
接種方法 協力医療機関で1回接種

申込方法 住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を電話、ファクシミリでお知らせください。

■次に当てはまる人は接種は受けられません

● 発熱している ● 重篤な急性疾患にかかっている ● インフルエンザ予防接種に含まれる成分によって、接種後30分以内にひどいアレルギー反応を起こしたことがある ● 予防接種で接種後2日以内に発熱がみられた ● 予防接種で接種後2日以内に全身性発疹などのアレルギーを疑う症状を表したことがある ● 過去に免疫不全の診断がされている ● 接種を受けることが不適当な状態であると診断されている

■次に当てはまる場合は医師と相談してください

● 心臓病、肝臓病、腎臓病や血液の病気などで治療を受けている ● 今までにけいれんを起こしたことがある ● インフルエンザ予防接種の成分または鶏卵、鶏肉、そのほかの鶏由来のものに対してアレルギーがあるといわれたことがある

※申し込みをされた人には、接種券、問診票、協力医療機関名簿などを郵送します。

※申込・問い合わせ先 健康支援課 (☎ 26-5670 / FAX 26-5660)

倉吉博物館

☎ 22-4409  
☎ 22-4415

へ持ち込まれることになりまし  
実は、これらの物質は元を考  
と、陸上にあったものです。  
木の葉が腐ったり、葉を食った虫  
の糞などに含まれる栄養塩類が、水  
に溶けて川に集まり、海に流れ込み

地球規模の物質のサイクルを、サケの遡  
上を見ることで考えてみてください。  
とき：11月6日(日) 午前10時から  
集合場所：河北中学校横天神川河川敷  
※問い合わせ先：倉吉博物館  
(☎22-4409 / ☎22-4415)

天神川のサケをみよう

今年もサケが、天神川に帰って  
る時期になりました。4年前に海に  
降りた稚魚が、千倍以上の重さになっ  
て戻ってくるのです。サケは産卵後  
死んでしましますが、その子がまた  
同じ事を繰り返します。帰ってくる  
のは約1%ですから、全体で考えれ  
ば、十倍以上の物質が、海から陸上

ます。それらは海流にのって北太平洋まで  
運ばれ、オキアミなどのプランクトンや小  
魚に取り込まれ、えさとしてサケまで移動  
しました。そして何千キロも運ばれてまた  
帰ってきたのです。  
産卵後の死は、えさの少ない産卵場所の  
清流で、生まれた稚魚とえさを奪い合うこ  
となく、自らの体で水に栄養を供給してい  
ると考えることもできます。産卵後死ぬ  
ことも、いろいろな意味をもつのです。

「とっとり発ファッション  
ブランド展」

ビジネス支援事業の一環とし  
て、自社で製品企画や直接販売  
等を行っている鳥取県内縫製  
業者の自社ブランド製品を展示  
し、地域で活躍する企業を紹介  
します。

関連する図書も取り揃えてい  
ますのでお立ち寄りください。

※期間：11月2日(水)～13日(日)

場所：倉吉市立図書館内

●田畑精一さんの読み聞かせを堪能!

10月15日、絵本作家田畑精一さんの  
講演会が開催されました。参加者は田畑  
さんによる「おいしいのぼうけん」「さっ  
ちゃんのまほうのて」「ひ・み・つ」の読み  
聞かせと作品にまつわる話を聞き、楽しい時間を過ごしました。

※問い合わせ先：倉吉市立図書館(☎47-1183/☎47-1180)

みんなの図書館



倉吉 ☎47-1183/☎47-1180  
関金 ☎45-2523

URL: <http://www.lib.city.kurayoshi.tottori.jp/>



| 11月の休館日<br>カレンダー      | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|-----------------------|----|----|----|----|----|----|----|
|                       |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  | △  |
| 4・7・14・21・24・28日は休館日  | ⑥  | 7  | 8  | ⑨  | 10 | 11 | 12 |
| 22日は資料整理休館日           | ⑬  | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | ⑱  |
| ○…おはなしかい(14時～)倉       | 20 | 21 | 22 | ⑳  | 24 | 25 | 26 |
| ◎…あかちゃんのおはなしかい(11時～)倉 | 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |    |
| △…おはなしかい(10時30分～)関    |    |    |    |    |    |    |    |

●奇数月の第1水曜日に開催していた「むかし話をきく会」は第2・4日曜日の「おはなしかい」の時間に行きます。

上灘 秋を満喫! 『自然を楽  
しむ会』開催

今年で10年目を迎えるこの  
事業は小中学生を対象に野外  
活動をとおり、仲間同士のコ  
ミュニケーションを深め、達  
成感を味わうことのできる行  
事として、毎年多くの参加者  
があります。今年51人の参  
加があり、倉吉にまつわるク  
イズを解きながら打吹公園・  
赤瓦周辺を散策する「ウオー  
クラリー」を実施。意外な答  
えに驚き、子どもたちはもち  
ろんのこと大人も十分に楽し  
むことができました。「歩く」  
という簡単な動作ですが、感  
じることはさまざまで、「疲



労感・「爽快感」など、なん  
らかの収穫があったことと思  
います。「体験して知る」。子  
供たちの応援団として、青少  
協もがんばります。  
(上灘地区青少年健全育成協議会)

社 元氣の出る  
芸能鑑賞会

社公民館では、「元氣の出  
る地域づくり事業の一環とし  
て、昨年度は「元氣の出る講  
演会(3回シリーズ)」を開  
催し好評でした。

今年度は、「元氣の出る芸  
能鑑賞会」を企画しました。

6月に桂小文吾さんらの「落  
語鑑賞会」、9月に地区内外  
で活躍している地元グルー  
プの出演による「郷土芸能鑑  
賞会」、10月は「荒神楽を  
楽しむ夕べ」を開催し、毎回  
百五十人以上の入場者で公民  
館が盛況になりました。

特に、広島県東城町の比婆  
荒神楽保存会を招いての神



楽は、「猿田彦舞」の神事舞  
からはじまり、大蛇(おろち)  
退治で知られる「八重垣の能」  
を3時間半で上演。  
来場者は秋の夜長を久しぶ  
りに、たっぷりと神楽を楽し  
み大満足でした。  
(社公民館長 大下一郎さん)