

ありがとう ございました

倉吉博物館資料として
菅桶彦「六歌仙」屏風二曲
一双(紙本墨画淡彩)Ⅱ大
阪市阿倍野区松崎町4丁
目・遠藤節子さん
遥かなまち倉吉ふるさと
基金として
5万円Ⅱ奈良県桜井市栗
殿・森祐美さん
西郷小学校のトイレぴか
ぴか計画設備として
和式便所の洋式便器化Ⅱ
か所Ⅱおよび床タイルを
シートに改修Ⅱ特定非常
利活動法人日本トイレ研
究所・代表理事 加藤篤さん
遥かなまち倉吉ふるさと
基金として
3万5千円Ⅱ大阪府豊中
市・河本幸人さん

お知らせ

ごみゼロ全市一斉清掃
は9月26日(日)

今年度のごみゼロ全市一斉
清掃は、9月26日(日)に実施
します。

ごみや空き缶が散乱してい
ない「きれいなまち」をめざし
て、市民の皆さんのご協力を

お願いします。

問 環境課 22-8168 / FAX
22-8230

倉吉市地域産業振興ビ ジョン策定

地域産業を「元氣」にし、ぐ
らしよい倉吉をつくるため
に、「倉吉市地域産業振興ビ
ジョン」を策定しました。

◆ 今後は、このビジョンで定
めた3つの方向性

◆ ものづくり産業の振興
◆ 農工商連携による新産業の
創出

◆ 魅力あるまちづくりと観光
業の振興

に沿って、関係機関と連携し、
具体的な取り組みを進めてい
きます。

◆ なお、このビジョンは、倉
吉市ホームページのほか、各
地区公民館、商工観光課(北庁
舎1階)で閲覧できます。

問 商工観光課 22-8129 /
FAX 22-8136

ファミリーサポートセ ンターを開設

ファミリー・サポート・セ
ンターは、子育てに奮闘して
いるお父さんやお母さんを地
域で支える、子育て支援の会

員組織です。「子育ての手伝い
をして欲しい人」と、「子育て
の手伝いをしたい人」が会員
登録して活動します。

◆ このたび、開設準備にあた
り会員を募集します。

◆ 会員登録するには、事前に
申し込みが必要です。

【会員の条件】

◆ 利用会員(子育ての手伝いを
して欲しい人)

◆ 倉吉市在住で、0歳から小
学生までの子どもがいる人。

◆ ※入会前に、センターの仕組
みを説明します。

◆ 提供会員(子育ての手伝い
をしたい人)

◆ 倉吉市在住で、20歳以上の
心身ともに健康な人。資格は
必要ありません。

◆ ※入会前に、子育てに必要な
知識や技術を身に付けるた
めの研修があります。

◆ 両方会員
利用、提供どちらにも登録
できる人。

◆ ◎利用時間・利用料金など、
詳細は、申し込みの際に説
明します。

◆ 問 子ども家庭課 22-8100
/ FAX 22-7020、または子育て
総合支援センター 22-221
3914

子ども手当の手続きは お済みですか

今年3月まで所得超過など
により児童手当を受給してい
なかった人や、中学2年生、
3年生の子どもを養育してい
る人で、子ども手当の請求が
まだの人は、請求手続きを
してください(手続き方法は、
「市報くらよし」5月号に掲載
しています)。

【ご注意ください】

◆ 請求がなければ、子ども手
当は支給されません。9月
30日(木)までに手続きすれ
ば、4月分からの子ども手
当が受給できます。

◆ 両親ともに子どもを養育し
ている場合の請求者は、生
計を維持する程度(一般的
には所得)の高い人です。

◆ 単身赴任などにより、請求
者と子どもの住所が異なる
場合は、請求者の住所地
で手続きしてください。

◆ この場合、住所地の市区
町村では支給対象であるこ
とが把握できませんので、
請求者で必ず手続きをして
ください。

◆ 問 子ども家庭課 22-8100
/ FAX 22-7020

気軽に「相談を

行政相談所

① 9月21日(火)午後1時〜3時
市役所第3会議室

② 9月24日(金)午後1時〜4時
高齢者生活福祉センター

問 総務課 22-8162 / FAX 22-1087

多重債務・ヤミ金融等相談会

とき 9月30日(木)午後1時〜4時
ところ 倉吉未来中心

問 鳥取県中部消費生活相談室(倉吉未来
中心) 22-3000

● 農家相談会
とき 9月21日(火)午前9時〜
午後3時

ところ 農業委員会事務局
内容 農作業の受委託、農地の貸
借転用、農業者年金など

問 農業委員会事務局 22-8171

● 調停相談(無料)
とき 9月15日(水)午前10時〜
午後3時

ところ 倉吉未来中心
内容 家庭内の問題、土地建物、
金銭貸借、交通事故などの問題

問 鳥取地方裁判所倉吉支部 22-2911

● 地上デジタル放送の相談会
① 9月10日(金)午前10時〜午後4
時 市役所市民課前

② 9月21日(火)午前10時〜午後4
時 関金支所支所管理課前

問 総合政策室 22-8161 / FAX
22-8144



～事業主の皆さんへ～

来春の高等学校卒業者の 求人数の拡大について

厳しい雇用情勢の中、鳥取県内では、就職を希望する来春の高等学校卒業予定者に対する求人数が少ない状況にあり、このままでは、若者の県外流出や就職できない新卒者の発生につながる事が心配されています。

地元で働く意欲のある若者を地元の事業所で雇用し、将来の地元産業を担う人材として育成することは、地元産業の発展のためにも大変重要なことです。

来春の高等学校卒業予定者に対する求人数の拡大について、一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

問 商工観光課(☎22-8129/☎22-8136)

9月9日「救急の日」と 救急講習会の開催

9月9日は「救急の日」です。
また、9月5日(日)から11日(土)は「救急医療週間」です。
心臓、呼吸停止が起きたときには、いかに早く有効な救命処置を行うかが大切です。
消防署では、住民の皆さんに、心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)の使用法など、救命処置の講習を行っています。

※時間や内容は、ご要望に応じてあります。
倉吉消防署(☎26-2122)、または西倉吉消防署(☎28-2110)
貸金業法が大きく変わりました
多重債務問題の解決を図ることなどを目的として、改正貸金業法が6月18日から完全施行されました。
改正の主なポイントは、
①総量規制(借り過ぎ・貸し過ぎの防止)
年収の3分の1を超える額の新規借入れができなくなりました(ただし、住宅ローンや

銀行・信用金庫からの借入れは除かれます)。
②上限金利の引き下げ
金利負担を軽減するため、貸付金利の上限が29.2%から、借入金額に応じて15～20%に引き下げられました。

なお、すでに借入金額が年収の3分の1を超えている人は、基本的に新規の借入れはできませんが、超えている額を直ちに返済する必要はなく、契約どおりの返済を行うてください。

問 中国財務局相談窓口(☎082-2219206)または、同局鳥取財務事務所(☎0857-262295)



～防ごう犯罪・つくろう安心なまち～ 2010 No.9

「悩むより かけて安心 #9110」
＜9月11日は「警察相談」の日！＞

警察では、警察安全相談窓口を開設して、犯罪などによる被害の未然防止、そのほか住民の安全と平穏に関する相談にいつでも応じています。

【警察本部総合相談電話】

9110
または、0857-27-9110

【倉吉警察署生活安全課相談窓口】

0858-26-7110

※「#9110」は、ダイヤル回線の電話および一部のIP電話では利用できませんので、相談窓口の直通電話番号(☎0857-27-9110)を利用してください。

※事件・事故の緊急通報は、「110番」をお願いします。

倉吉警察署(☎26-7110)

9月議会(定例会)のお知らせ

平成22年9月第6回倉吉市議会定例会が、次の日程により開催されます。

通し日	月・日	曜	会議区分	時 間	内 容
1	9月6日	月	本 会 議	午前10時	議案の上げ 提案理由の説明
2	7日	火	"	"	市政に対する一般質問
3	8日	水	"	"	"
4	9日	木	"	"	"
5	10日	金	予 備 日		
6	11日	土	休 会		
7	12日	日	"		
8	13日	月	本 会 議	午前10時	付議議案に対する質疑
9	14日	火	"		" ～委員会付託
10	15日	水	予 備 日		
11	16日	木	委 員 会		
12	17日	金	"		
13	18日	土	休 会		
14	19日	日	"		
15	20日	月	"		
16	21日	火	予 備 日		
17	22日	水	本 会 議	午前10時	委員長報告 ～付議議案の討論・採決

問 議会事務局(☎22-8145/☎22-8146)

選挙一口メモ⑬

同時選挙と同日選挙の違いは？

「同時選挙」は、2つ以上の選挙を1つの共通した選挙手続によって行うもので、地方公共団体の議会の議員および長の選挙についてのみ行うことができます。県知事選挙と県議会議員選挙を同時に行う場合がこれに当たります。

「同日選挙」は、2つ以上の選挙を選挙手続は別々に行い、選挙期日のみ同じくして行うものをいいます。例えば、時期を同じくして行われる衆議院議員総選挙と県知事選挙がこれに当たります。

問 選挙管理委員会事務局
(☎22-8119/☎22-1087)



募集

中山間地域でビジネスを始める補助団体2次募集

中山間地域のニーズや課題に対応した、地域住民の安心・安全や生活支援につながるビジネスを始める団体に補助金を交付します。

補助対象事業の例…高齢者の見守り、空き家や墓の管理、高齢者宅の掃除、除雪など
対象団体…倉吉市に主たる事務所を有する団体(事業者、住民代表、NPOなど)

補助限度額…補助対象経費の5分の3以下とし、36万円を上限とします。

補助対象経費…補助事業の実施に要する経費のうち、次に当てはまるもの

①宣伝に係るチラシ、看板などに要する経費

②補助事業の実施に必要な機械、備品の購入、事務所の賃借料などに要する経費

補助団体…4団体まで

募集期間…9月1日(水)～17日(金)

申請方法…交付申請書を提出してください。

※詳しくは、募集要領をご覧ください。募集要領は総合政策室などで配布します。

問 総合政策室 22-8161 / FAX 22-8144

協働のまちづくり活動 助成団体2次募集

市民の皆さんと連携した協働のまちづくりを推進するため、自主的で公益的なまちづくり活動に対して助成します。

本年度、すでに2団体に助成金の交付決定をしています。このたび2次募集を行います。

応募資格

▼独自の発想と専門性を生かし、地域の多様なニーズに対応する新たな事業を実施する団体

▼倉吉市内で活動する5人以上の市民活動団体

助成団体…3団体

助成金額…上限10万円(対象経費の2分の1以下)

応募締切…9月17日(金)

申請方法…申請書類を倉吉市ホームページからダウンロードするか、直接請求をして、記入の上、提出してください。

問 市民参画課 22-8159 / FAX 23-3701

教室・講座

まちづくり人材養成講座

湯梨浜町で活躍するボランティアグループ「大介」は、子どもたちと週末を楽しく過ごす若者グループとして注目されています。その実践活動か

ら、まちづくりのヒントをつかみます。

とき…9月21日(火)午前10時～11時30分

ところ…上井公民館

講師…三ツ田達彦さん(ボランティアグループ「大介」代表)

参加費…無料
※事前申込にご協力ください。
問 倉吉まちづくり協議会 22-2730 / FAX 23-3701

指定管理施設からののお知らせ

勤労青少年ホーム「リフレプラザ倉吉」

倉吉市住吉町77-1(TEL 23-4896 / FAX 23-4897)

利用時間:午前9時～午後10時

■モーニングシネマ(無料):毎週火曜日 午前10時～

9月の上映予定

7日:ハロードーリー	14日:タンゴ カルデルの亡命
21日:グレン・ミラー物語	28日:王様と私

■文化教室受講生募集

教室名	日 時	受講料
楽しい英会話	第2・4火曜日午前10時～11時30分	1,000円
気功入門シリーズ	第2・4水曜日午前10時～11時30分	1,500円

■企業を支える若いビジネス・パーソン育成講座

とき:毎月第1金曜日・午後7時～9時

【第1期】第2回:9月3日(金)「セールス・パーソンの対話術」

第3回:10月1日(金)「ビジネス・パーソンの問題解決法」

■イベント情報 ※時間は、いずれも午後6時30分～

・新田恵理子ピアノ・コンサート/秦野のぼるギャラリートーク:9月15日(水)

・リコーダーグループアンダンテ・コンサート:10月1日(金)

伯耆しあわせの郷

倉吉市小田 458(TEL 26-5581 / FAX 26-5633)

利用時間:午前9時～午後8時 休館日:月曜日

■受講生募集

※各教室とも受講料のほかに材料費などが必要です。

教室名	日 時	回数	定員	受講料	内 容
ロシア料理教室	9月22日(水)午前10時～午後1時	1回	15人	500円	ハチャプリ(ブルジアの郷土料理)ほか
韓国料理教室	①9月11日(土) 午前10時～午後1時 ②9月12日(日)	どちらか1回	各28人	各500円	ソン・ピョン(韓国で旧暦のお盆に食べるおもち)ほか
男性のための料理教室	9月29日(水)午前10時～午後1時	1回	15人	500円	地元鳥取の郷土料理

申込:9月3日(金)から先着順

EVENT INFORMATION

まちのイベント

おやこ元気アップ！事業inくらよし

と き：9月11日(土)午前9時～正午
 ところ：倉吉リフレプラザ 参加料：無料
 内 容：親子運動、保護者向け子ども元気アップセミナー、子ども向け遊び・運動体験、情報交換
 対 象：幼児から小学生の親子(子どものみは不可)
 問 中部レクリエーション協会(☎26-6698)

よくわかる！労務管理セミナー

と き：9月16日(木)午後1時30分～3時
 ところ：倉吉未来中心 セミナールーム4
 内 容：正社員、パートなどの雇用手続き、利用可能な助成金、試用期間のルールなど
 定 員：20人 参加費：無料(要事前申込)
 問 鳥取県中小企業労働相談所「みなくる倉吉」(☎23-6131)

第7回ひまわり げんきまつり

～ひろげよう 地域で みんなで 笑顔の輪～

と き：9月19日(日)午前9時30分～午後3時20分
 ところ：介護老人保健施設ひまわり
 内 容：演芸(麻土香「倉吉城下町」、鼓三座、芸能ボランティアグループ「一期一会」、屋台など
 問 介護老人保健施設ひまわり(☎45-6111)

鳥取大学中部地区オフィス開設

こんなときは、お気軽にご相談ください。

- ・技術指導を受けたい。
- ・研究を大学に委託したい。
- ・鳥取大学ではどんな研究をしているのか知りたい。
- ・共同研究をするのに国・県から補助金を受けたい。
- ・鳥取大学振興協力会のことを知りたい。

相談には、鳥取大学のコーディネーターが対応します(原則3日前までに予約が必要)。

と き：毎週木曜日午後1時30分～4時30分
 ところ：倉吉商工会議所 相談料：無料
 問 倉吉商工会議所(☎22-2191/☎22-2193)

訪問介護員養成研修2級課程

高齢者の再就職支援を目的に、ホームヘルパー2級の資格を取得するための研修を開催します。

と き：9月28日(火)～11月9日(火)のうちの24日間
 ところ：リフレプラザ倉吉ほか
 対 象：原則60歳代前半で、就職・就業を希望する人
 申込期限：9月15日(水) 受講料：無料
 問 鳥取県シルバー人材センター連合会(☎0859-37-2531)

くらよし専門校・建設技術センターまつり

と き：10月3日(日)午前10時～午後3時
 ところ：倉吉高等技術専門校・鳥取県建設技術センター

①倉吉高等技術専門校会場
 ・体験型イベント(電子工作、ゲームコーナー、木工教室、紙飛行機飛ばし、オリジナルカレンダーづくり)、訓練科紹介パネル展示、花苗販売、ミニ庭園・門松展示、屋台村、ヨーヨーつりなど

②建設技術センター会場
 ・建設業新分野進出事業紹介コーナー、クイズラリー、スーパーボールすくい、バルンアート、体験コーナー(働く車試乗会)、フワフワ風船プレゼント
 問 倉吉高等技術専門校(☎26-2247)/建設技術センター(☎26-6051)

第5回山陰KAMIあかりワークショップ

と き：10月10日(日)午前10時～11時30分
 ところ：BY ヨシダ

【第一部「手影絵に挑戦!!」】
 うさぎ・ふくろう・かめ・さかな・草や木も、すべて手だけで表現。音楽に合わせて演じます。

【第二部「影絵人形で遊ぼう!!」】
 劇団みくの影絵劇に挑戦してみよう。

対 象：小・中学生と保護者
 参加費：無料 募集締切：9月30日(木)
 ※ワークショップの作品は、10月16日(土)の山陰KAMIあかり当日に「白壁スクリーンアート」として、白壁に投影します。
 問 市民影絵劇団みく(西坂☎090-9416-6652)

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

～有料広告募集中～

【大きさ】
 1号:縦5cm×横18cm
 2号:縦5cm×横9cm
 3号:縦5cm×横6cm

【掲載料】
 1号:30,000円/回
 2号:15,000円/回
 3号:10,000円/回

気軽にご連絡を! 地方配送いたします。
 ～地方配送は送料を2割引きいたします～

■奥出雲はざかけコシヒカリ 3,500円/10kg
 ■三朝コシヒカリ 3,200円/10kg
 ■新米コシヒカリ 3,000円/10kg
 ■コシヒカリブレンド 2,600円/10kg
 ■モチ米 400円/1kg

秋本農園
 0120-366220
 倉吉市大塚(秋本吉人) ☎26-4128/☎26-4138

平日が断然お得!! 期間:9月1日(水)～10月31日(日)

秋の味覚フェア 開催
 味覚の秋、食欲の秋を深泉閣の自慢料理で満喫してみませんか?
 三朝温泉オースメの会席プラン

新涼会席プラン
 宿泊1泊2食付 日帰り お部屋代入浴料込
 10,000円(税・サ込) 6,400円(税・サ込)
 日一食(平日) 14,000円(税・サ込)

三朝の温泉水で食材を蒸し上げる美味しくヘルシーな料理
 湯けむり陶板プラン 日帰り 4,200円(税・サ込)

法要会席
 ご予算に応じて法事料理を承っております。
 お気軽にお問い合わせください。

三朝温泉 深泉閣
 〒682-0122 東伯郡三朝町山田180
 ☎(0858)43-0828
 http://www.kaizenkaku.com



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】：健康ガイドに掲載されている事業です。詳細は、健康ガイドをご覧ください。

【健】母子保健スケジュール

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22年3月 生まれの乳児	10/ 6 (水) 10/ 7 (木)	(受付時間) 13:00～13:20	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21年3月 生まれの幼児	10/ 8 (金) 10/12 (火)	(受付時間) 13:00～13:20	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。
3 歳児 健康診査	平成 19 年 9 月 生まれの幼児	10/13 (水) 10/15 (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。
育児相談	市内在住の 乳幼児	9/27 (月)	9:30～11:30	保健センター	・母子健康手帳	保健師・栄養士による 個別相談、身体計測
フッ素塗布	市内在住で 希望する人	9/27 (月)	9:30～11:30 13:30～15:30	保健センター	・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。
	市内在住で 希望する人	9/25 (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)
エッグクラブ (母親・両親 学級)	市内在住の妊 婦とその家族 ※要申込	10/ 5 (火)	13:30～15:30	子育て総合支援 センター	母子健康手帳	「ふれあいコース」 先輩ママとの交流～ベビー マッサージを通して～・妊娠 中の食生活と歯の手入れ
離乳食講習会	生後4～7か 月児の保護者	9/15 (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22年4月・5月生ま れの第1子には保護者に通 知します。

【健】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21年11月～ 平成22年2月生まれ	9月28日(火)	11月24日(水)	13:10～14:10	保健センター
	9月29日(水)	11月25日(木)		
	9月30日(木)	11月26日(金)		

*41日以上の間隔をおいて2回経口投与します。

*7歳6か月未満で接種を受けていないお子さんも受けてください。

【健】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。	9月28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(☎26-5670)

*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】9月集団健康診査

	日 程	場 所	受付	健診内容
9月	14日(火)	灘手公民館	8:00 10:00	・特定健診 ・長寿健診(後期高齢者健診) ・一般健診 ・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
	21日(火)	上小鴨公民館		

献血にご協力ください

【全血献血】

と き

9月26日(日)9:30～15:00

と ころ

倉吉未来中心

☎鳥取県赤十字血液センター(☎0857-24-8101)

保健

9月は食生活改善普及月間です

◎朝食を食べていますか？

朝食は「これからすること」のエネルギーになります。いい一日を過ごすために欠かすことはできません。成長期はもちろん、大人になっても、午前中の仕事の能率が向上することから重要な生活習慣といえます。時間がない朝は、おにぎり。朝出かける支度をしながら、あるいは、一段落したちよつとした時間に手軽に食べることが出来ます。中の具を色々工夫してみると、さらに楽しむことができます。

◎野菜を食べていますか？

野菜には、動脈硬化の予防に役立つビタミンやミネラル、食物繊維などが豊富に含まれています。しかもエネルギーが低めなので、満足感のある食事を楽しむことができます。副菜は1日5皿程度が目安の量です。

問 保健センター(☎26-5670 / FAX 26-5660)

9月は健康増進月間です

【統一標語】

「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ」健康寿命をのばしましょう」

がん、糖尿病、心臓病、脳卒中などに代表される生活習慣病が増えています。

生活習慣病を予防するには、◎運動習慣の定着…自分に適した運動を取り入れる、近くの外出は歩くようにするなど。

◎望ましい食生活の確立・定着…実践…バランスの良い食事・薄味にするなど。

◎健康管理の促進…定期的に健康をチェックする、健康診査を受けるなどが不可欠です。

もう一度、生活を振り返り、健康増進に努めましょう。

問 保健センター(☎26-5670 / FAX 26-5660)

9月はがん征圧月間です

【今年のスローガン】

「声かけて 地域ぐるみでがん検診」

日本人の死因第1位である

「がん」。大切なことは日々の生活習慣と定期的ながん検診を受けることです。

実際に、がん検診で早期がんが見つかった50代女性の体験談を紹介します。

「乳がんの手術を受けてから2年半余、発見は、がん検診でした。」

主治医や関係者の方々の温かさ、身近な人たちの協力や思いやり…。病気とほとんど縁のなかった私が、がんといえぬお付き合いになるのかもしれないと気づき、治すのは患者自身と気づかされたのは、そんな周囲の方々の姿からでした。おかげで今も元気に仕事をし、年に1度の登山も続けています。検診で早期の手立てをすることの大切さを感じています」

がんは、早期に見つければ完治します。早期がんは症状もありません。早期にがんを見つけてのがん検診の役割です。毎年がん検診を受けましょう。

問 保健センター(☎26-5670 / FAX 26-5660)

市民公開講座においでください

がん征圧月間特別企画、厚生

病院医師による健康講座が開催されます。ご参加ください。

とき…9月26日(日)午後2時～4時

ところ…倉吉交流プラザ視聴覚ホール

【テーマ】

「聞いてガッテン!がんの話」

第一部…厚生病院医師による

出前講座「行ってみて、聞いてみて、訊いてみないと始まらない」～5大がん(肺がん・胃がん・大腸がん・肝がん・乳がん)のとりおきの話、倉吉市の取り組みの紹介

第二部…質問コーナー(※事前に質問も受け付けます)

参加費…無料

※当日、希望者には大腸がん検診の受付をします(倉吉市民のみ)。

問 厚生病院(☎22-8181 / FAX 22-1350)

中部健康セミナー2010

「骨と関節の日」

10月8日は、「運動器の10年・骨と関節の日」

【とき】9月26日(日)午後2時～4時

【ところ】倉吉未来中心セミナールーム3

【内容】

▼講演1
演題…「腰痛にならないために腰痛を学ぶ」

講師…森尾泰夫さん(三朝温泉病院整形外科院長)

座長…上原信生さん(上原整形外科院長)

▼講演2
演題…「体操で腰痛を防ごう」

講師…山根隆治さん(三朝温泉病院リハビリテーション科長)

座長…浪花紳悟さん(浪花整形外科院長)

【参加料】無料

【主催】鳥取県中部骨と関節の日実行委員会

問 0120-2551385または、鳥取県中部医師会(☎23-1321)

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
5日(日)	信生病院	厚生病院
12日(日)	垣田病院	清水病院
19日(日)	野島病院	北岡病院
20日(月)	藤井政雄記念病院	厚生病院
23日(木)	垣田病院	清水病院
26日(日)	信生病院	野島病院
10月 3日(日)	厚生病院	北岡病院



みんなの

あんしんファイル

国民健康保険 National Health Insurance 国民健康保険の特定保健 指導が始まります

倉吉市国保では、糖尿病、高血圧、心臓病など生活習慣病の原因となるメタボリックシンドロームの人やその予備群の減少を目的として、特定健診・特定保健指導を実施しています。

特定健診は5月から実施していますが、この健診結果で必要と認められた人は「特定保健指導」を受けることができます。

これは、生活習慣を改善するために医師、保健師、栄養士などの専門家の支援を一定期間受けることができるものです。

対象者には、特定健診の結果通知とは別に、特定保健指導利用説明会の開催案内を送ります。

これに参加して、生活習慣の改善による健康的な生活が継続できるよう、ぜひ特定保健指導を利用してください。

保健指導利用料金…無料

開始時期…9月から

問 医療保険課(☎22-8124 / FAX 22-2954)

＜健診から特定保健指導までの流れ＞

●**健診結果の通知**
医療機関での健診や、地区公民館などの集団健診を受診した人には、健診結果通知と生活習慣の見直しや改善のきっかけとなる情報が届きます。

●**特定保健指導利用説明会の案内**
健診の結果、特定保健指導が必要と認められた人(動機づけ支援、「積極的支援」の対象者)には、利用説明会の案内が届きます。

●**特定保健指導利用申し込みの受付**
地区公民館などで開催する利用説明会に参加し、利用説明を受けるとともに、特定保健指導利用券を受け取ってください。
そこで、実施機関(医療機関、倉吉市保健センター)を選び、利用を申し込むことができます。

●**特定保健指導の利用(実施)**
実施機関で、健診結果に基づいた次の特定保健指導を受けます。
①**動機づけ支援**
支援期間6か月間、原則1回以上の面談を受けます。生活習慣を見直し、改善のための行動に移すことができるよう支援を受けます。
②**積極的支援**
支援期間6か月間、3か月以上の継続的な支援を受けます。継続して生活習慣の改善に取り組むことができるよう支援を受けます。

介護予防事業を紹介します

レッツ! 介護予防

9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。気軽に参加してください。

倉吉会場 第3木曜日

と き：9月16日(木)午前10時～正午

ところ：倉吉交流プラザ

関金会場 4月、7月、10月、1月の第1木曜日

問 長寿社会課(☎22-7851 / FAX 22-2954)

9月ホッといきいき教室 ～介護予防教室～

と き：9月29日(水)午前10時30分～午後3時
内 容：(午前)「楽しく体を動かそう」

(午後)自由時間(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。送迎希望も受け付けます。

問 長寿社会課(☎22-7851 / FAX 22-2954)

長期優良住宅認定
平成20年度地域住宅モデル普及推進事業

モデルハウス

開館 平日：9:00～17:00
時間 日・祝日：10:00～16:00

高耐震
快適
健康
省エネ
遮音

音が静かで年中快適な
リラックス空間!

むかいぐみ

☎26-3221 / ☎26-6718
倉吉市上井 ミスタードーナツ横
☎http://www.ii-ie.net/mukaigumi/

ファイナンシャルプランナーによる

今月の生命保険相談会

日時：9月11日(土) 10:00～12:00
場所：ライフデザイン ※ご都合の合わない方は応相談
料金：無料 完全予約制 限定3名様 *次回の相談会は、10月9日(土)です。

鳥取大学、鳥取環境大学の公開講座など講師経験豊富な当社ファイナンシャルプランナー(FP)が担当致します。

証券診断ご希望の方は、保険証書をご持参下さい。

株式会社ライフデザイン
倉吉市下田中町1026
☎0858-27-2500

●ホームページをご覧ください。
ライフデザイン倉吉 横瀬 孝雄

福井雅人FP
斎藤潤作FP

～有料広告募集中～

(☎22-8161 / FAX 22-8144)

【大きさ】
1号：縦5cm×横18cm
2号：縦5cm×横9cm
3号：縦5cm×横6cm

【掲載料】
1号：30,000円/回
2号：15,000円/回
3号：10,000円/回

広告募集中心!! 倉吉市総合政策室