

レッツ! 介護予防



今回は、倉吉市の地域包括支援センターをご紹介します。

5月ホッといきいき教室～介護予防教室～


と き：5月26日(火)午前10時30分～午後3時
 内 容：(午前)体を動かそう
 (午後)自由時間(図書館コーナー・本の朗読、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：1,200円(昼食・入浴料)程度
 対 象：65歳以上で、介護認定(要支援・要介護認定)を受けていない人。
 *毎月、申し込み必要。 *送迎もします。
 ※申込・問合せ先：長寿社会課(TEL 22-7851/FAX 22-2954)

5月の認知症の人と家族の会「家族の集い」

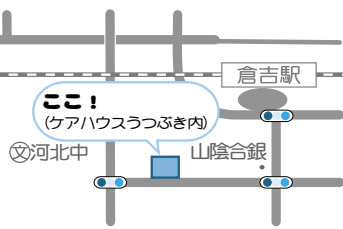
介護家族・介護体験者が参加して、お互いが抱えている悩みを語り合い、分かち合ったり、情報交換したり、何でも話し合える場です。気軽にご参加ください。
倉吉会場 第3木曜日
 と き：5月21日(木)午前10時～正午
 ところ：倉吉交流プラザ 第2研修室(駄経寺町)
関金会場 第1木曜日
 ※関金会場は、7月、10月、1月の第1木曜日
 ※問合せ先：長寿社会課(TEL 22-7851/FAX 22-2954)

私たちが、地域包括支援センターにご相談ください。

うつぶき
地域包括支援センター



担当地域：上北条・社・高城
 所在地：上井300
 TEL 26-6378/FAX 47-4766



マグノリア
地域包括支援センター



担当地域：上井・西郷・灘手
 所在地：上井町1丁目2-1
 TEL 26-3922/FAX 26-3923



倉吉中央(上灘・成徳)
地域包括支援センター



担当地域：上灘・成徳
 所在地：宮川町129
 TEL 22-6102/FAX 22-6106




明倫・小鴨
地域包括支援センター



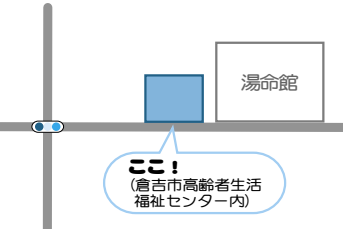
担当地域：明倫・小鴨
 所在地：瀬崎町2714-1
 TEL 23-7106/FAX 23-7122



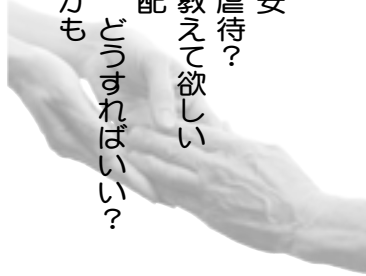
かもがわ
地域包括支援センター



担当地域：北谷・上小鴨・関金
 所在地：関金町関金宿1115-2
 TEL 45-3888/FAX 45-2533



例えば：
 ・独り暮らしの今後が不安
 ・もつすぐ退院だが、生活が不安
 ・もしかして、あれって高齢者虐待？
 ・介護保険やサービスについて教えて欲しい
 ・最近、物忘れが多くなって心配
 ・寝たきりになりたくないけど、どうすればいい？
 ・消費者被害にあっってしまったかも
 ・お金の管理や契約が不安



高齢者の皆さんが
 いつまでも健やかに
 住み慣れた地域で生活できるように
 倉吉市には、5か所の地域包括支援センターがあり
 ます。
 介護・福祉・保健の専門職員(主任ケアマネージャー、
 社会福祉士、保健師など)がチームとなって、担当地
 域で暮らし高齢者の皆さんを支援します。



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。	5月26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20年11月生まれの乳児	6/3(水) 6/4(木)	(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19年11月生まれの幼児	6/5(金) 6/8(月)	(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5月生まれの幼児	6/9(火) 6/10(水)				*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	6/22(月)	9:30~12:00	保健センター	・母子健康手帳	保健師・栄養士による個 別相談を行います。
母親学級(えっくクラブ)	市内在住の妊婦	6/12(金)	13:30~15:30 (受付時間) 13:10~13:30		・母子健康手帳	内容:栄養・マンマ(おっ ぱい)コース(食生活、 おっぱいケア、先輩ママ の話)
フッ素塗布	市内在住で希望する人	6/22(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。
フッ素塗布	市内在住で希望する人	6/27(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TEL22-5472)

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20年7月~10月生まれ	5月26日(火)	7月22日(水)	13:10~14:10	保健センター (伯耆しあわせの郷内)
	5月27日(水)	7月23日(木)		
	5月28日(木)	7月24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

6月集団健康診査のご案内

日程	場所	受付	健診内容
6月	15日(月)	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 ・がん健診(胃・肺・大腸・前立腺) ・肝炎ウイルス検査
	16日(火)		
	24日(水)	成徳公民館	

*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。ガイドがない人はご連絡ください

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
5月	3日(日)	信生病院	清水病院
	4日(月)	野島病院	三朝温泉病院
	5日(火)	垣田病院	北岡病院
	6日(水)	藤井政雄記念病院	厚生病院
	10日(日)	信生病院	清水病院
	17日(日)	垣田病院	野島病院
	24日(日)	厚生病院	清水病院
6月	31日(日)	野島病院	北岡病院
	7日(日)	藤井政雄記念病院	清水病院



献血にご協力ください【全血献血】



とき 5月31日(日)9:30~15:00 ところ 倉吉未来中心

※申込・問合せ先:鳥取県赤十字血液センター(TEL0857-24-8101)

がん検診(85歳以上)

～受診券申込みを受け付けます～

普段から医療機関で各種がん検診と同等の検査を受ける機会がない人を対象に、申し込みによりがん検診受診券を郵送します。

対象者：85歳以上の人(大正14年3月31日以前生まれ)

検診内容：胃がん・肺がん・大腸がん・子宮がん・乳がん・前立腺がん検診

申込方法：電話または直接、保健センターか関金支所支所管理課に申し込みをしてください。

※乳がん検診は、平成20年度に受けた場合、今年度の受診はできません。

※料金・受診期間など詳しくは、「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 / ☎26-5660)

保 健 health

5月31日は世界禁煙デー

今年のテーマ

『警告! たばこの健康被害』

たばこのパッケージに健康への警告が表示されているのをご存知ですか。この警告は、たばこの危険性を広めるためのものです。

たばこは、吸う人がガンや心臓病、脳卒中など多くの病気になる危険性を高めるだけでなく、受動喫煙により、たばこを吸わない人の健康へも悪影響を及ぼすことが分かっています。その有害性は、人の命も奪うほどです。

たばこを吸う人は、大切なあなたの体、家族や周りの人がたばこによる被害をこれ以上受けたくないよう、この機会に喫煙・禁煙について考えてみましょう。

※禁煙治療が、指定の医療機関にて健康保険適用で受けることができます

※問合せ先：保健センター(☎26-5670 / ☎26-5660)

【関連イベント】

ところ：5月31日(日)午後1時～3時

ところ：パープルタウン

主な内容

禁煙相談コーナー(ニコチンパッチ処方、ニコチンガム配布) 体験コーナー(ニコチン依存度チェック・呼気中一酸化炭素濃度測定)

展示コーナー(標語、ポスター)の展示・新しい禁煙治療の紹介) ※問合せ先：中部総合事務所健康支援課(☎23-3143 / ☎23-4803)

厚生病院に新たな診療体制・診療科が誕生

県立厚生病院にあらたな診療体制・診療科が誕生しました。

①脳・神経疾患診療

24時間体制で脳血管障害(脳卒中)、頭部外傷、脳腫瘍、神経変性疾患、神経免疫疾患、中枢神経感染症、認知症診療などに対応します。

頭痛、めまい、しびれ、運動障害、言語障害、物忘れなど、お気軽にご相談ください。

担当医師：今村恵子(神経内科)・石橋美名子(脳神経外科)・紙谷秀規(脳神経外科)

②消化器外科

食道、胃、大腸などの消化管、さらには治療の困難な肝臓、胆管、膵臓には、癌をはじめ多くの悪性・良性の病気が発生します。これらの病気

に対して関係する学会の専門医が消化器内科の専門医と密に連絡を取りながら、患者さんの意向に沿った最適な治療を行います。

担当医師：岩本明美・西江

浩・岸清志・前田迪郎

③呼吸器内科

通常の肺炎はもちろん、肺癌の疑いを含めた胸部異常陰影の精査、加療を要する人や咳を中心とした気管支喘息や肺気腫などの慢性閉塞性肺疾患の人など、呼吸器関連疾患を中心に診療しています。

担当医師：山本芳麿・岩垣尚史 ※詳しくはホームページをご覧ください

※問合せ先：厚生病院(☎22-8181 / ☎22-1350)

第2回脳卒中市民公開講座

とき：5月30日(土)午前9時30分～11時30分

ところ：倉吉未来中心小ホール

定員：300人

参加費：無料 ※要事前申込

内容：講演

①「診断」竹内 啓九さん(医療法人十字会野島病院脳神経外科部長)

②「治療」坂本 誠さん(鳥取大学医学部附属病院脳神経外科助教)

③「リハビリテーション」下田 学さん(医療法人十字会野島病院神経内科部長) ④「予防」紙谷 秀規さん(厚生病院脳神経外科副院長)

申込方法：郵便番号、住所名前、年齢を記入し、ファックスまたはハガキで申し込んでください。脳卒中に関する疑問・質問などがあれば、合わせて記入してください。

講演終了後、各医師が医療相談(無料)を行います

時間：午前11時30分～午後0時30分

※時間・人数に限りがあるため、対応できない場合もあります

※申込・問合せ先：日本脳卒中協会鳥取県支部(鳥取大学医学部附属病院脳神経外科内)☎0859-3816767 / ☎0859-13816769 / 〒683-8504 米子市西町36-1)

国際助産師の日記念事業(講演会)

とき：5月9日(土)午後0時30分受付～3時45分

ところ：倉吉未来中心セミナールーム7

テーマ：母乳育児について知ろう

講師：中川 ふみさん(鳥取大学医学部附属病院小児科医師) / 本家 勇子さん(日本助産師会鳥取県支部長 助産師)

※問合せ先：鳥取県看護協会 ☎0857-2918100 / ☎0857-2918102

キラ★リ

番外編



新しく倉吉市教育委員会
教育長に就任した
ふくい しんいちろう
福井 伸一郎さん

3月26日(木)、平成21年3月第3回倉吉市議会定例会において、教育委員会委員に、福井 伸一郎さんの任命が同意されました。

そして、4月1日(水)に開催された臨時教育委員会において、教育長に選出され、同日就任しました。

福井教育長は、旧羽合町教育長や県教育センター所長、県教育次長などを歴任し、昨年4月からは西中学校校長を務め、このたびの教育長就任となりました。

★教育長から一言

生まれ育った倉吉の教育の充実のため、豊かな心とたくましく生きる力を持つ子どもの育成をめざす学校づくり、いつでも・どこでも・だれでも、学習や文化・スポーツに取り組む環境づくりに努めます。

そのため、子どもや地域の人々が一体となる仕組みを考えたいと思います。

プロフィール：昭和27年1月生まれ(やぎ座) 57歳
／(住所)上灘町／(趣味)剣道

新任教員紹介

今年度、とりたんに2人の先生が新たに仲間入りをしましたので紹介します。お二人とも笑顔の素敵な先生です。よろしくお願いします。

- ①出身地 ②専門分野 ③主な担当科目
- ④経歴 ⑤趣味

幼児教育保育学科

白石 崇か 助教

- ①愛媛県
- ②教育学 日本教育史
- ③教育原理、教育実習、保育者論など
- ④日本学術振興会特別研究員を務めた後、高校・大学で非常勤講師
- ⑤読書、映画・音楽鑑賞、三絃演奏など



幼児教育保育学科

米原 あき 助教

- ①鳥取県
- ②介護(介護技術・認知症介護)
- ③生活技術概論、生活支援技術など
- ④米子市の老人保健施設・有料老人ホームで介護福祉士として勤務。平成17年度より鳥取県認知症介護実践者研修の指導者として携わる。
- ⑤楽器演奏(サキソフォーン)、音楽鑑賞、旅行など



鳥取短期大学

キャンパス 160



368人の“とりたん新入生”はりきっています!!



去る4月5日(日)倉吉未来中心において第39回鳥取短期大学入学式を挙行了しました。

今年度の入学生は本科338人、専攻科30人の合計368人です。それぞれの夢の実現に向けて“とりたんライフ”をスタートしました。元気いっぱいにとりたん生をよろしくお願いします。

編集後記

■台所のカウンターに、我が家の新一年生が書いた手紙が置きっぱなしになっていました。「かわいい○○ちゃん(←判読不能)だいすき」。おいおい、入学1週間足らずでもうラブレターか?...たどたどしい文字から相手を割り出そうと奮闘すること約3分。答えは「をばあちゃん」でした。おばあちゃん、だめじゃん。大事な手紙はしまつかなかきゃ(Y.T)

■せきがねかごかきレースの取材で半日ほど陽にあたっていました。晴れて澄んだ青空とは言え、4月下旬の陽射しと油断していたら失敗しました。鼻とほっぺたが真っ赤!日焼けでヒリヒリしています。思わず日焼け止めクリームを買ってしまいました。次からはしっかり日焼け対策をとって出かけます(KK)

- 倉吉市の人口(基本台帳)
24,138人(-141)男
26,915人(-133)女
51,053人(-274)計
20,187世帯(-61)
- 外国人登録者数
96人(±0)男
191人(+8)女
287人(+8)計
235世帯(+6)
(H21.3.31現在)

お母さんと赤ちゃんのための 育ちの広場

親子で歯磨きをしよう!

もうすぐ歯の衛生週間ですね。

今回は、「子どもの歯磨きっていつごろから始めればいいのか?」「どうやってさせればいいのか?」など、歯についての心配ごとを分かりやすくアドバイスしていただきます。そして、子育てに忙しいお母さん自身の歯のケアについてもお聞きします。

と き：5月27日(水)午前10時30分～11時過ぎ

と ころ：子育て総合支援センター「おひさま」

対 象：0～5歳の子どもと保護者、妊婦(30組程度)

講 師：加藤 咲子さん(歯科衛生士) 参加費：無料

持ち物：手鏡、歯ブラシ、ガーゼのハンカチ

申込期限：5月22日(金)

※申込・問合せ先：子育て総合支援センター「おひさま」(TEL/FAX 22-3914)