



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。	3月24日(火)	(受付時間) 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、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9月 生まれの乳児	4/9(木) 4/10(金)	(受付時間) 13:00~13:40	倉吉交流プラザ (視聴覚ホール)	・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 ご案内しています。
1歳6か月児健康診査	平成19年9月 生まれの幼児	4/14(火) 4/15(水)	(受付時間) 13:00~13:40	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3月 生まれの幼児	4/16(木) 4/17(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	4/20(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。
母親学級 (えっくクラブ)	市内在住の 妊婦	4/24(金)	10:00~12:00 (受付時間) 9:30~10:00	保健センター (伯耆しあわせの郷内)	・母子健康手帳	内容:仲間づくりコース (妊婦体操・歯の話)
フッ素塗布	市内在住で 希望する人	4/27(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。
	市内在住で 希望する人	4/25(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TEL22-5472)

急性灰白髄炎(ポリオ)予防接種

対象：1月に1回目を接種した人、または、7歳6か月未満で接種を受けていない人

持参する物：母子健康手帳、予診票

日程	受付時間	場所
3月13日(金)	13:10~14:10	保健センター (伯耆しあわせの郷内)
3月17日(火)		
3月18日(水)		

*予防接種は感染症から体を守る大事なものです。未接種の人は期限内に接種しましょう。

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
3月	1日(日)	野島病院	厚生病院
	8日(日)	垣田病院	三朝温泉病院
	15日(日)	野島病院	清水病院
	20日(金)	藤井政雄記念病院	北岡病院
	22日(日)	垣田病院	野島病院
	29日(日)	野島病院	清水病院
4月	5日(日)	垣田病院	清水病院

お問い合わせします

医療保険で受けられる **在宅マッサージ**

マッサージ師は、国家資格保持者です。

こんな方に
オススメです
寝たきりの方
身体に麻痺のある方
歩行困難の方

※医師の同意書が必要です。
※詳しくは、お気軽にお問い合わせください。

レイス治療院
Leis

倉吉市宮川町188-9
シビックセンターたからや2F
TEL0858-24-0355
営業時間：9:00~18:00
定休日：日・祝日

- 奥出雲はざかけコシヒカリ 3,700円/10kg
- 三朝コシヒカリ 3,400円/10kg
- 地元コシヒカリ 3,200円/10kg
- コシヒカリブレンド 2,800円/10kg
- モチ米 400円/1kg

秋本農園
(秋本吉人)

0120-366220

倉吉市大塚 TEL/FAX26-4128

~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

広告募集中!!
倉吉市総合政策室
TEL228161 FAX228144



くらよし元気体操教室
のご案内

くらよし元気体操をご存知ですか？

健康づくりのために、運動は大切だとわかっていても、なかなか始めることは難しいものです。

運動を始めるきっかけづくりに、くらよし元気体操と一緒にしてみませんか。

とき…3月10日(火)・17日(火)・24日(火)・31日(火) 午後1時30分～2時30分



小学校就学児の医療費の助成

をおこなっています

対象となる人：小学校就学児

対象期間：小学校就学時から中学校就学の前日(3月31日)まで

助成の内容：次の自己負担金を差し引いた残りの額を助成します。

<通院> 530円/回 (1医療機関につき、月4回まで負担、5回目以降は無料)

※総合病院の場合、医科分と歯科分をそれぞれ1か所の診療所と見なします。

<入院> 1,200円/日 (高額医療費の支給は保険者)

※「標準負担額減額認定証」の交付を受けている場合は15日目まで。16日目以降は無料。

※毎月4回目までの医療費がそれぞれ530円以下の場合、その金額(530円以下)がその時の自己負担金となります。

「児童(小学生)特別医療費支給資格証」の受け取り

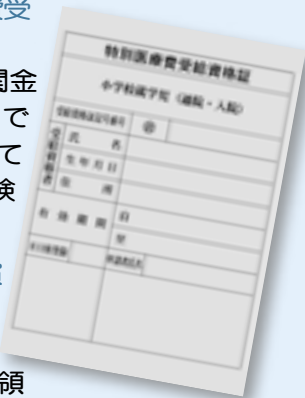
医療保険課または、関吉庁舎支所管理課の窓口で申請のうえ、受け取ってください。申請には保険証が必要です。

特別医療費の助成は償還払いにより行います

医療費は直接医療機関などに支払いをして、領収書を受け取ってください。

これを「特別医療費申請書」に添えて医療保険課で申請すると、医療費の助成が受けられます。

※問合せ先：医療保険課(☎22-8124/☎22-2954)



国立がんセンターでは、内

②平成13～18年度までの内視

胃がん検診の研究における情報提供について

①倉吉市における胃がん罹患・死亡例(鳥取県がん登録)

5660)

提供する資料

※申込み物をして持参ください
※申込・問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

当該情報の提供に賛同できない場合は、3月20日(金)までに、保健センターに連絡してください。

※体操のできる服装で参加してください

※問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

参加費…無料

※問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

申込締切…3月10日(火)

※問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

定員…20人(※要申込)

※問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

講師…くらよし元気体操普及員・保健師

※問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

倉吉市でも、平成13～18年度までの、胃がん検診受診者に関する情報を、国立がんセンターに提供することになります。

※問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

鏡検による胃がん死亡減少効果を検討するため、鳥取県内の胃がん検診受診者を対象とした研究を行います。

※問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

倉吉市でも、平成13～18年度までの、胃がん検診受診者に関する情報を、国立がんセンターに提供することになります。

※問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

鏡検・X線検診受診者の名簿と問診票

※問合せ先…保健センター(☎2615670/☎2615660)

献血にご協力ください

【全血献血】

とき 3月29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(☎0857-24-8101)

看護師(正職員・パート)募集

募集人員：5名程度(看護師・准看護師) 夜勤可能な方 面接日：随時
※日勤のみの勤務については応相談。各人の勤務希望にお応えします

給与：正職員263,000円～(夜勤手当込) ※別途交通費支給
勤務時間：①8:30～17:30 ②16:30～22:00 ③21:30～9:00 3交替制
諸手当：家族手当、住宅手当、時間外手当など
昇給・賞与：昇給は年1回、賞与は年2回
休日休暇：週休2日制、有給休暇、夏期休暇、年末年始休暇など
福利厚生：健康保険、厚生年金、雇用保険、労災保険、院内託児所完備(3歳児まで)

病院見学 随時受付中!

(0858)22-6161/ (0858)22-3030 URL http://www.simizuhospital.com 担当：人事部 田中

広告募集中!! 倉吉市総合政策室 (☎228161) (☎228144)

平成22年春 新築オープン



業務拡張に伴い、作業療法士・言語聴覚士を募集しています



ご不明な点は、お気軽にお問い合わせください。
医療法人財団共済会 清水病院
SHIMIZU HOSPITAL
〒682-0881 鳥取県倉吉市宮川町129

レッツ! 介護予防



3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：3月24日(火)午前10時30分～午後3時

内 容

(午前)講 座：「認知症の人を地域で支えるために～あなたも認知症サポーター～」

(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：グリーンスコレセきがね

参加料：1,200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。送迎希望の人は送迎します。

※申込・問合せ先：長寿社会課(☎22-7851/☎22-2954)

3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：3月19日(木)午前10時～正午

と ころ：ヘルパーステーション蔵まち(幸町)

関金会場 第1金曜日

※3月は、倉吉会場との合同開催です。

※問合せ先：ヘルパーステーション蔵まち(☎24-0371/☎24-0372)または長寿社会課(☎22-7851/☎22-2954)

介護家族交流会

自宅で高齢者を介護している人同士が集まって、レクリエーションや、情報交換をしましょう。気軽にご参加ください。

と き：3月17日(火)午後1時～3時30分

と ころ：倉吉市高齢者生活福祉センター(関金町関金宿)

対象者：在宅で高齢者を介護している市内在住の人

内 容：レクリエーションと情報交換

申込期限：3月10日(火)

そのほか：マイクロバス送迎があります。

※申込・問合せ先：長寿社会課(☎22-7851/☎22-2954)または、各地域包括支援センター

公開なごもう会

『なごもう会』は、高齢者が、寝たきりや認知症などにならないよう介護予防事業として健康体操やレクリエーションなどを各地区で実施しています。

3月は、この会をたくさんの人に知ってもらうため次のとおり「公開なごもう会」を開催します。

見学希望の人は事前にご連絡ください。

と ころ：各地区公民館(ただし、高城地区は、さわやか人権文化センター、小鴨地区は、さんさんプラザ倉吉、関金地区は関金総合文化センターで開催)

※見学者の送迎はありません

公開なごもう会の日程

地 区	日 程		
上北条	3日(火)	17日(火)	午前
上 井	3日(火)	17日(火)	午後
西 郷	4日(水)	18日(水)	午前
上 灘	12日(木)	26日(木)	午後
成 徳	12日(木)	26日(木)	午前
明 倫	6日(金)	30日(月)	午後
灘 手	11日(水)	25日(水)	午前
社	5日(木)	19日(木)	午後
北 谷	2日(月)	16日(月)	午後
高 城	10日(火)	24日(火)	午後
小 鴨	9日(月)	23日(月)	午後
上小鴨	13日(金)	27日(金)	午前
関 金	13日(金)	27日(金)	午後

午前の部：午前10時～11時30分
午後の部：午後1時30分～3時



※なごもう会の参加対象は、おおむね65歳以上で要支援・要介護認定を受けてなく、一定の条件にあてはまる人です。



ボランティアでの参加者も募集中です。ボランティア活動の内容などはお問い合わせください。

※問合せ先：長寿社会課(☎22-7851/☎22-2954)

出前介護予防教室や高齢者のご相談は、お住まいの地域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 (☎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(☎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)

(☎22-6102)

【明倫・小鴨地区】

明倫・小鴨地域包括支援センター(☎23-7106)

【北谷・上小鴨・関金地区】

かまがわ地域包括支援センター (☎45-3888)

今回は、「子どもが求めている家庭」について考えてみましょう。

子どもたちに「あなたの家庭にもっと望むことは何か」と尋ねたところ、「家族のみんなが楽しく過ごす」が、どの年代の子どもでも一番多い答えだったそうです。

こんな当たり前のことを、子どもたちが願わざるを得ない現実を親として真剣に受けとめたいものです。

また、家庭の役割について20歳以上を対象にしたアンケートでは、家族団らんの場合、安らぎの場、家族の絆を強める場が上位を占めています。

子どもたちは、楽しく過ごせる家庭を望んでいます。それはどんな家庭なのでしょう。

子どもたちにとって、家庭が居心地よく、心安らぐ場所になっているかどうか、もう一度見つめ直してみよう。

家族が幸せで楽しく笑顔でいる家庭でこそ、子どもも安らぎと幸せを感じられると思います。

子育ては家庭から 家庭教育 ③



ハート・パリアフリー

倉吉市人権政策課

TEL 22-8130 / FAX 22-8135

デートDVってなに？

皆さんは、「デートDV」(DVIIDメスティック・バイオレンス)という言葉を知っていますか。

「『DV』は聞いたことがあるけれど...?」という人は多いのではないのでしょうか。まずは、どのようなことを言うのか、ともに考えてみましょう。

DVとは、「配偶者やパートナーなど親密な男女間で起る暴力」のことです。

DVの中でも、若い恋人間で起こるDVを「デートDV」と呼んでいます。DVは、大

人だけの問題ではありません。DVは、暴力を受けた人の心も体も傷つ

ける人権侵害です。

暴力の4つのタイプ

▼身体的暴力
たたく・なぐる・ける

▼精神的暴力
無視する・怒鳴る・バカにするようなことを言う。「別れるなら自殺する」などと言う。

▼経済的暴力
借りた金を返さない。常に「デート代を払わせる。貢がせる。」

▼性的暴力
性的行為を強要する。避妊をしない。

被害者・加害者の特徴

子どもさんの様子に当てはまるものはありますか？

▼被害者は…

・実際の話を、急にしながらなくなる。

・急に、学校に行きたがらなくなる。

・学習意欲が減退し、成績が下がってきている。

・電話であわててでかける。また、夜中に出かける。

・頭痛や胃痛を、たびたび訴える。

・手足に傷やあざがある。

▼加害者は…

・たびたび電話をかけ、相手を怒鳴っていることがある。

・交際相手の悪口をよく言う。交際相手を自分の思い通りにしようとする。

被害を防ぐために

デートDVをする人にも、される人にもならないために、次のような大切なことを学びましょう。

・自分で選ぶ「自分らしさ」を大切にすること

・相手を尊重すること

・相手の自己決定権を大切にすること

・相手の気持ちに共感すること

・自分の感情を、相手のせいにしてはいけないこと

・暴力的な態度や行動で表さないで言葉で伝えること

デートDVかもしれないと思ったら…

子どもさんと、交際相手の様子について、責めることなく、ゆっくり落ち着いた話を聴きましょう。

また、不安なときには、早めに学校や専門の相談窓口などに相談しましょう。

相談窓口

暴力を受けたら、ひとりで悩まないで！

デートDV相談窓口

【倉吉市子ども家庭課】

TEL 22-8220

月～金曜日 午前8時30分～午後5時30分

【中部・心と女性の相談室】

TEL 23-3147

月～金曜日 午前8時30分～午後5時30分

午後5時30分
(休日・夜間 TEL 26-9807)

【鳥取県男女共同参画センター相談室(月曜日休館)】
TEL 23-3939

午前9時～午後5時

◎緊急時は、警察(総合相談)へ
TEL (鳥取) 0857-2719110

推進 男女共同参画 いらよし スタッフ募集



スタッフは「みんなのやさしさ集めてきづくまち くらよし」を目指しています。分かりやすい学習方法の提案や、地域への情報発信を行います。皆さんの力を合わせて楽しく活動を進めています。ぜひ、ご応募ください。

任期…1年

募集人数…3人

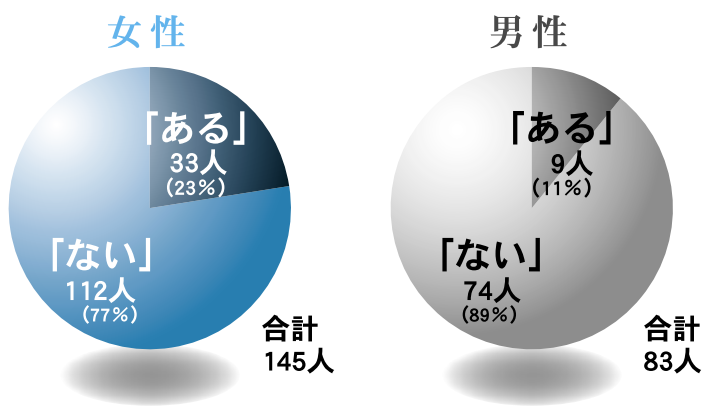
応募方法…住所、名前、電話番号を連絡してください。

応募期限…3月19日(木)

※応募・問合せ先…人権政策課 (TEL 22-8130 / FAX 22-8135)

デートDVは、10代から始まっています。

10代から20代のとき、交際相手から、身体的・心理的・性的暴力のいずれかの行為の一つでも受けたことがありますか？(20代男女の回答)



「男女間におこる暴力に関する調査」(内閣府平成17年度)



★★★★★★ 倉吉パークスクエア 3月の催し物ピックアップ ★★★★★★

倉吉未来中心 大ホール

■2009ほせんフェスティバル
 と き：3月14日(土)10:30～12:00
 入場料：無料
 テーマ：『友達の大切さ』
 内 容：子ども向けの合唱・劇・演奏・ダンスなど
 ※問合せ先：鳥取県立保育専門学院(☎22-1042)

■中部地区スプリングコンサート
 と き：3月15日(日)12:30～16:30
 入場料：無料
 ※問合せ先：倉吉市立倉吉西中学校(☎28-2841)
 ■倉吉東高等学校オーケストラ部 第13回定期演奏会
 と き：3月21日(土)14:00～16:00
 入場料：300円
 ※問合せ先：鳥取県立倉吉東高等学校(小谷)(☎22-5205)

■ヤマハたのしい音楽教室発表会
 と き：3月22日(日)13:30～
 入場料：無料
 ※問合せ先：トミヤ楽器店(☎22-5103)
 ■第18回倉吉西高校音楽部定期演奏会
 と き：3月28日(土)14:00～16:00
 入場料：無料(入場整理券有り)
 ※問合せ先：鳥取県立倉吉西高等学校(山下)(☎28-1811)
 ■春休みアンパンマンフェスティバル2009
 と き：3月29日(日)①10:30～12:30、②14:00～16:00
 入場料：800円
 ※問合せ先：日本海テレビ(☎0857-27-2111)

倉吉未来中心 小ホール

■第5回子ども太鼓のつどい
 と き：3月7日(土)14:00～16:00
 入場料：無料
 ※問合せ先：打吹童子ばやし振興協議会事務局(☎23-0836)
 ■第155回例会 だるま森のがっきやさん
 と き：3月13日(金)18:30～20:00
 入場料：会員制(当日入会可)
 ※問合せ先：倉吉おや子劇場(☎22-1948)
 ■中部地区高校演劇部合同発表会
 と き：3月21日(土)11:00～16:00
 入場料：無料
 ※問合せ先：鳥取県立倉吉東高等学校(☎22-5205)
 ■金管バンド・合唱団合同スプリングコンサート
 と き：3月22日(日)13:00～14:30
 入場料：無料
 ※問合せ先：倉吉市立成徳小学校(☎22-6173)
 ■倉吉シネマクラブ3月例会 『休暇』
 と き：3月27日(金)19:00～、28日(土)
 ①14:00～②16:30～③19:00～
 入場料：会員制(当日入会可)
 ※問合せ先：倉吉シネマクラブ(☎23-3655)
 ■記録映画 『いのちの作法』
 ー沢内「生命行政」を継ぐ者たちー
 と き：3月28日(土)11:00～

参加費：1,000円
 ※問合せ先：倉吉シネマクラブ(☎23-3655)
 ■バイオリン・ピアノコンサート
 と き：3月29日(日)13:30～15:30
 入場料：無料
 ※問合せ先：こどもアド・カルチャー(☎23-4888)
 ■オズワンくらぶ 舞台シアター
 と き：4月4日(土)14:00～
 入場料：500円(当日800円)
 ※問合せ先：オズワンくらぶ(☎22-5201)

倉吉未来中心 アトリウム

■第37回在日朝鮮学生美術展 鳥取巡回展
 と き：3月13日(金)～15日(日)
 9:00(初日)～16:00(最終日)
 入場料：無料
 問合せ先：第37回在日朝鮮学生美術展鳥取展実行委員会(☎090-1686-6588)

倉吉交流プラザ

■たのしいレクリエーション
 と き：3月14日(土)①10:00～12:00、②13:00～15:00
 ところ：第1研修室
 内 容：①バンビーくらぶ
 (お話はたのしいよ エプロンシアター)
 ②ざ・ちゃれんじ(エプロンシアター)
 参加費：無料(当日受付)※だれでも参加できます
 ※問合せ先：倉吉市生涯学習課(☎22-8167)

スポーツ安全保険に加入しよう!!

スポーツ活動、文化活動、ボランティア活動などを行う、5人以上のアマチュアの団体を対象として、通常の経路往復中も含めたグループ活動中の傷害事故および賠償責任を負う事故を保障します。

保険期間：平成21年4月1日～平成22年3月31日(※随時加入できます)

《一般団体》※21年度から子どもと大人が混在する団体も可
 補償対象：子ども(中学生以下(特別支援学校高等部の生徒を含む))
 →団体活動全般、個人練習など
 大人 ※65歳以上の区分あり
 →文化、ボランティア、地域活動、子どものスポーツ活動の指導限定など

《短期スポーツ教室》※インターネット加入のみの受付
 補償対象：全年齢共通
 →開催期間3か月以内のスポーツ活動

加入は随時できますが、保険期間は申込日の翌日から平成22年3月31日までとなります。ただ今、申請受付中です。申込書は、倉吉スポーツセンターにあります。

※問合せ先：(財)スポーツ安全協会鳥取県支部(☎0857-28-7221)生涯学習課(☎22-8167/☎22-1638)