



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、健康支援課 (TEL26-5670 / FAX26-5660)

健康支援課の場所は、伯耆しあわせの郷2階です。

健康相談

対象	日程	時間	ところ	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	2/21(木)	(受付時間) 13:30~15:30	関金総合文化センター (関金庁舎隣)	栄養士・保健師による個別相談 *栄養士の相談は要予約(TEL26-5670)
	2/26(火)		市保健センター健康相談室 (伯耆しあわせの郷2階)	栄養士・保健師による個別相談 *栄養士の相談は要予約(TEL26-5670)

*希望によって血圧測定、体重測定、体脂肪・内臓脂肪レベル測定ができます。相談日以外でも健康支援課で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19年8月 生まれの乳児	3/4(火) 3/5(水)		倉吉市保健センター (伯耆しあわせの郷内)		*保護者に通知します 当て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18年8月 生まれの幼児	3/6(木) 3/7(金)	(受付時間) 13:00~13:40		・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17年2月 生まれの幼児	3/11(火) 3/12(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	生後5か月 以上の乳幼児	3/17(月)	9:00~11:00		・母子健康手帳	保健師・栄養士(午前中のみ) による個別相談を行います。
	生後5か月 までの乳児	3/17(月)	13:30~15:30			
離乳食講習会	生後4か月 ~7か月児の 保護者	3/14(金)	13:40~15:40		・母子健康手帳 ・エプロン ・筆記用具	*平成19年10月・11月 生まれの第1子には保護 者に通知します
母親学級 (えっぐクラブ)	市内在住の 妊婦	3/16(日)	13:40~15:40 (受付時間) 13:10~13:30		・母子健康手帳	内容: ママ・パパコース② (ビデオ視聴・沐浴実習・ お父さんの妊婦体験) *参加希望者は申し込み をしてください
フッ素塗布	市内在住で 希望する人	3/26(水)	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。
		3/22(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)

献血にご協力ください

【全血献血】

とき 2月24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)

厚生病院での子宮がん・乳がん検診(視触診検査・マンモグラフィ検査) 申込受付中!

*子宮がん検診は20歳から受けられます!

*詳しくは市報12月1日号をご覧ください。

※申込・問合せ先:健康支援課

BCG予防接種 日程表

該当児	生後6か月未満未接種児(平成19年8月22日生まれ以降)
今回通知児	平成19年10月24日から11月20日生まれ
日程	2月21日(木)
受付時間	13:10~14:10
場所	倉吉市保健センター(伯耆しあわせの郷内)

*通知は2月上旬発送予定です。

5670 / FAX 26-5660

※問合せ先…健康支援課(☎26-5670)

① 帰宅時の手洗い、うがい
② 適度な湿度の保持
③ 十分な休養と栄養摂取
④ 人混みや繁華街への外出を控えること、外出時のマスク着用

※問合せ先…健康支援課(☎26-5670)

申請期限…3月31日(月)
ただし、治療の終了が2月31日の場合、5月30日まで申請することができます。

インフルエンザにご注意

インフルエンザにかかると、普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られますが、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。

特定不妊治療費助成金の申請はお早めに

市では、特定不妊治療費の一部を助成しています。平成19年度中に治療された人は、お早めに申請してください。

対象経費…体外受精および顕微授精に要した経費
助成額…1年度あたり10万円を限度(ただし、鳥取県特定不妊治療費助成を受けている場合は、その不足分を10万円を限度に助成)

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	
2月	10日(日)	野島病院	清水病院
	11日(月)	垣田病院	厚生病院
	17日(日)	信生病院	野島病院
	24日(日)	藤井政雄記念病院	清水病院
3月	2日(日)	野島病院	北岡病院
	9日(日)	垣田病院	三朝温泉病院
	16日(日)	藤井政雄記念病院	清水病院
	20日(木)	野島病院	厚生病院
	23日(日)	信生病院	北岡病院
30日(日)	藤井政雄記念病院	清水病院	

ふれあい健康講座 睡眠時無呼吸症候群のはなし

夜の眠りが浅い人など、お気軽にご参加ください

と き：2月21日(木)午後6時～
ところ：アゼリアホール
講師：星野 英治さん(藤井政雄記念病院医師)
参加費：無料
※問合せ先：倉吉病院(☎26-1012)

介護予防事業を紹介します

※問合せ先：長寿社会課(☎22-7851 / FAX 22-7020)

レッツ! 介護予防

2月ホッといきいき教室～介護予防教室～参加者募集

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：2月26日(火)午前10時30分～午後3時
内 容：(午前)ミニ講演「ご近所でふれ愛」(講師：社会福祉協議会地域福祉課 池田係長)、体操「からだを楽しく動かそう」
(午後)自由時間(頭の体操、ニュースポーツ、健康相談など)
ところ：グリーンズコーレせきがね 参加料：1,200円(昼食・入浴料)程度
募集条件：65歳以上で、介護認定を受けていない人
*毎月、申し込み必要。
*送迎希望の人は、送迎します。詳細はお問い合わせください。
※申込・問合せ先：長寿社会課(☎22-7851 / FAX 22-7020)

3月の認知症の人と家族の会「家族の集い」ご案内

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 と き：3月7日(金)午前10時～正午(定例第1金曜)
ところ：倉吉市高齢者生活福祉センター
(関金町関金宿 / ☎45-3888 / FAX 45-2533)

倉吉会場 と き：3月21日(金)午前10時～正午(定例第3木曜)
ところ：ヘルパーステーション蔵まち(幸町)
※問合せ先：ヘルパーステーション蔵まち(☎24-0371 / FAX 24-0372) / 長寿社会課

出前介護予防教室や高齢者のご相談は、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 (☎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】かもがわ地域包括支援センター (☎45-3888)

介護予防ワンポイント 「うつ」を予防しましょう

うつは特別な人がかかる病気ではありません。15人に1人以上が一生のうちうつを経験するデータもあり、年齢を問わずだれもがなる可能性のある病気です。特に高齢者は配偶者や友達との死別や退職、子どもの独立、病気などうつになりやすい要因が多いために注意が必要です。

適切な治療やケアを受ければ、うつは回復する病気ですが、放っておいても自然に治癒するだろうと考えるのは禁物です。健康状態や病気の悪化を招くこともあります。「気分が落ち込む」「疲れやすい」「意欲がわかない」「眠れない」など、いつもと違う感覚はうつサインかもしれません。

そんな自分に気づいたら、休養をとることを心がけましょう。がんばりすぎないことが肝心です。

- ★つらい気持ちは家族や友人に話してみよう。
- ★生活のリズムを整えよう。
- ★十分に休養をとりましょう。
- ★仕事や家事の負担を軽くしましょう。
- ★薬をうまく利用しましょう。かかりつけ医にまずは相談を。
- ★重要な決定は先のばしにしましょう。

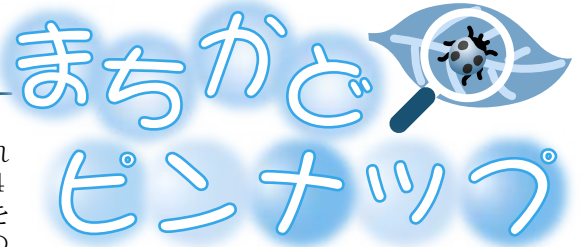


～日ごろの訓練を大切に～

倉吉市消防出初式

1月6日(日)

東巖城町河川敷スポーツ広場で行われた消防出初式では、消防団と分団員444人が参加し、今年も市民の安全・安心を守るため、「火災に強いまちづくり」への決意を新たにしました。



～精進して強くなる！～

市営武道館 鏡開き式

1月13日(日)

市営武道館の「鏡開き式」には、学校や教室などで柔道や剣道、空手道を学ぶ人たちが集まり、今年一年間の精進を誓いました。

子どもや学生、大人など約200人が参加し、式の後には、さっそく初稽古を行い、気合の入った掛け声や竹刀の音が館内に響き渡りました。



～早く4月にな～れ！～

西郷小学校 開庭式

1月11日(金)

西郷小学校で、創立以来134年続く伝統行事・開庭式が行われました。

式では、この春入学する42人が「1年生になったら一生懸命勉強します」と誓いました。

庭(むしろ)に座ってまんじゅうをもらった子どもたちは、春からの新生活に期待を膨らませていました。

倉吉市成人式

1月13日(日)

～20歳の誓い新たに～

平成19年度倉吉市成人式が倉吉未来中心大ホールで開催されました。今年は619人の対象者に対して、429人の参加がありました。式では、新成人を代表して岸田洋平さんと山本紗愛さんが将来の抱負を語り、多くの市民も参加して新成人を祝いました。

※岸田洋平さんは24ページの「キラリ」にも登場していただいています。





© 谷口ジロー『遙かな町へ』小学館

発揮しよう！地の利

倉吉市長 長谷川 稔

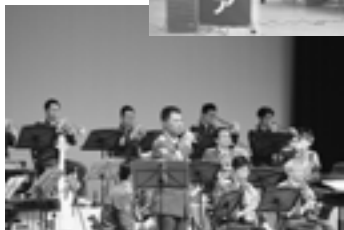
皆さんお気づきでしょうか。市報が今年から月1回、1日発行になっていることを。市報は市政発足の最大のテーマでした。以来、月2回のペースでしたが、ケーブルテレビでの伝達も普及したこと、また地域でお願いしている配布の負担を解消する面からも踏み切ったところ。しかし、題字は当初からのやさしさを込めたひらがなに変わっていません。それだけに、より読まれる、待たれる紙面づくりに努めます。

道、北条湯原道路を一年でも早くつないで、どこにも距離の上では遠くない「地の利」を發揮できる状態を迎えたいものです。

年明けの13日には、成人の集いをおこなった。多くの皆さまの協力を得る中、盛大にそして厳かに祝うことができました。初めての取り組みとして、『私が20歳のころ』の手記を募り、感銘を与えました。また、入口では倉吉で立地されている企業紹介のコーナーも設け、有為な人材を待望するきっかけになればと願ったところ。私もあいさつで、啄木の一言を用いてふるさとのことを呼びかけましたが、来年は倉吉に生きた詩人、河本緑石をもつて結びたいと考えています。会場は県警察音楽隊の演奏と「千の風になつて」の独唱で気持ちが一つになったようでした。



▶企業紹介フェア



◀成人式

“とっておきの話”
ソナちゃんイヤギ
선하 짱 이야기
国際交流員
ソナ 善夏
キム 金
No.241
韓国出身

韓国の卒業式は

何かが違う?!

冬の終わりに対する寂しさと、近づく春への期待感が交錯する2月は、韓国ではよく「卒業」の季節と言われます。

そこで、今回は、日本とは違う「韓国の卒業式事情」を少し紹介してみます。

韓国の卒業式の大きな特徴は、まず、「家族の大イベント」という印象が強いことです。特に大学の卒業式の場合は、両親や兄弟はもちろんのこと、遠方に住む親戚まで集まり、無事卒業できたことを共に祝います。韓国人の教育熱心な面と、家族間の固い絆がうかがえる話ですね。

また、日本と異なり韓国の大学の卒業生は皆が「黒ガウン」と「角帽」の姿で式に臨みます。そして、卒業式終了後には両親に自ら着用していた黒ガウンと角帽を身につけてもらい、一緒に写真を撮りながらこれま

今月のキーワード
파이팅! 頑張れ!
韩国人がよく「頑張って」という意味で使う掛け声

での感謝の気持ちを伝えます。さらに、この日欠かせないのが「花束」で、2月は韓国のお花屋さんが一番儲かる月なのだそう。面白いのは、卒業式の日、どこから情報を聞いたのか、学校前や校内などに即席の花売りがずらりと並ぶということです。

また、卒業式の日、お花に負けないくらいの売り上げを誇るものがあります。それがなぜか「小麦粉」と「卵」なのです。どのように使うか想像できますか？これは主に高校の卒業式で見かける風景ですが、卒業式を終えた男子生徒に、なんと先輩や友達投げつけるのです。「小麦粉」は、黒い制服の束縛からの解放を意味し、「卵」は、社会に出て黄身のよう重要な人物になれという意味なのだそう。

国でお祝いする方法は違えども、卒業という儀式が人生における終わりでなく、新たな人生への始まりだという事実が変わりないと思います。

卒業を控えている皆さん、新しい道に向かってファイティンです。



▲一族総出の韓国の卒業式

キラ★リ No.21

岸田 洋平さん (新成人)



★お仕事は? ———— 高校卒業して鳥取中央農協に就職し現在は、北栄営農センターで働いています。主な仕事内容は接客などで、たまには厳しく怒られることがありますが、楽しく働かせていただいています。

★趣味は? ———— 趣味はスノーボードです。まだ始めたばかりなので、自慢できるほど上手くないですが、やっているときは最高に楽しいです。でも今年は、一回も行っていないので、これからどんどん行こうと思っています。

★新成人としての抱負 ———— 今年成人を迎えたことによって、社会に対する責任が大きくなってきたと思います。だからこれからは、自覚がある大人になっていきたいと思っています。また社会に出て2年がたち、後輩が入っているので目標とされるようになっていきたいと考えています。

★プロフィール：昭和62年12月8日生まれ／A B型／射手座



お母さんと赤ちゃんのための 育ちの広場 【子どもとメディア】出前講座

「テレビ・ビデオ・テレビゲームが子どもに良くないのは知っているけれど・・・」でも、情報の飛び交う今の時代を、どう子どもと向き合い、上手にメディアと付き合えばいいのでしょうか？

進行役は、NPO 法人こども未来ネットワークのメンバーです。日ごろ、悩んでいることや思っていることを一緒に考えてみませんか？ご参加をお待ちしています。

と き：2月26日(火) 午前10時30分～11時30分
と ころ：子育て総合支援センター「おひさま」(旧上灘保育園)
内 容：ミニ講座とワークショップ

(2～3人のグループに分かれて話し合います)

テーマ：「家庭内のメディア」とのつきあい方

対 象：0～6歳児の保護者20人程度

進行役：こども未来ネットワークのメンバー2～3人

託 児：無料

申込期限：2月23日(土)

※申込・問合せ先：子育て総合支援センター「おひさま」(☎/📠 2-3914)

編集後記

●倉吉市の人口(基本台帳)

24,482人(-17)男
27,238人(-1)女
51,720人(-18)計
20,161世帯(+3)

●外国人登録者数

112人(-2)男
198人(-2)女
310人(-4)計
261世帯(-4)

(H19.12.31現在)

■新しい年が始まったばかりなのに、勘違いや確認のツメが甘いミスを連発して反省の日々。落ち込んだり、悩んだりしたときは、とりあえず「寝る」ようにしています。暖かい布団はいつでも優しい味方です。リセットして明日から頑張ろう(Y.T)

■成人式では、新成人の皆さんが快く取材に応じてくれました。高いテンションも手伝ってか「絶対(市報に)載せてください」とまで言ってくれる人もいて、撮影する側としてはありがたい限り。全ての写真を掲載できないのが残念です。また機会があればよろしくお願いしますね。(A.Y)

下田中町分譲地売却情報

第1回の買受申込募集中 (申込期限：2月8日(木))

下田中町地内の市有地を住宅用分譲地として販売します。

第1回募集については、本市の重点施策の「若者の定住化促進」に資することを目的として、若者を優先した譲渡を行います。

ただし、若者優先譲渡は、第1回の募集のみで、第2回募集を行う場合は、制限なしの一般公募による分譲を行います。

1. 分譲地の概要

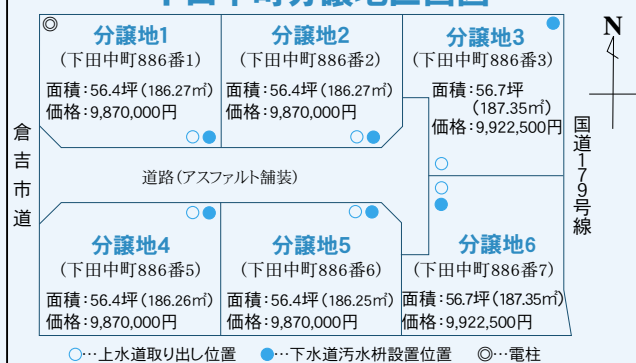
区画数：6区画

上水道：各分譲地内に取出し済(給水装置新設加入金は各自負担必要)

下水道：各分譲地内に汚水枘設置済(下水道受益者負担金は不要)

地域地区など：近隣商業地域(容積率300%、建ぺい率80%)

下田中町分譲地区画図



2. 第1回募集に申し込みできる資格要件

申込者は基準日(平成19年12月31日)に年齢が35歳以下の人とします。ただし、基準日に36歳以上でも、申込者の配偶者が基準日に35歳以下であれば申し込みが可能です。

3. 分譲地の価格および面積

分譲地番号	面積	価格
分譲地1	約56.4坪	9,870,000円
分譲地2	約56.4坪	9,870,000円
分譲地3	約56.7坪	9,922,500円
分譲地4	約56.4坪	9,870,000円
分譲地5	約56.4坪	9,870,000円
分譲地6	約56.7坪	9,922,500円

4. 申込期限：2月8日(金)

5. 買受申込手続などについて

買受申込書に必要事項を記入し、年齢確認できる身分証明書(運転免許証、健康保険証など)を持参して財政課に提出してください。

なお、申込者が36歳以上で、配偶者が基準日に35歳以下の場合、配偶者の年齢確認ができる身分証明書を持参してください。

※買受申込書は、財政課にあります。倉吉市ホームページからダウンロードもできます。

6. 決定抽選会：2月12日(火) 午後2時～ 市役所 大会議室

※問合せ先：財政課(☎ 22-8163 / 📠 22-1087)