

# 受講者募集!

## 倉吉市営温水プールの各種教室

倉吉市営温水プールでは、11月から開催する水中運動、水泳の各種教室の受講者を募集します。目的別のメニューを取りそろえた各種教室で「健康づくり・体力づくり」をはじめてみませんか。気軽にお申し込みください。



### ◆水中運動教室

#### ・運動不足解消コース

水中運動が初心者の人でも気軽に取り組めるように、水中歩行やストレッチなどを取り入れたプログラムです。水の抵抗を利用して無理なく楽しく運動不足を解消していきます。

#### ・筋力アップコース

水中運動経験者向けに水中歩行を中心に、水の抵抗を利用した筋力トレーニングなどを取り入れ、楽しみながら筋力アップを目指します。

### ◆いきいき健康水泳教室

水泳の苦手な人でも水中ウォーキングから水に慣れていき、泳ぎの基礎を学びます。クロールで25m泳ぐ事を目標としています。

### ◆アフター5水泳教室

水中ウォーキングから水に慣れていき、泳ぎの基礎を学びます。泳ぎの基本を学び、泳力の向上・泳法の習得を行っていきます。体力アップ・健康の維持促進を目指します。夕方開催ですので、仕事が終わってからの運動としてお勧めです。

### ◆ジュニア水泳教室

#### ・基礎コース

水慣れから始め、水への恐怖心を取り除いていきます。水に慣

れ親しみながら水中での動きや呼吸法を身につけます。顔をつけてバタ足で10mを目標としていきます。

#### ・初級コース

泳ぎの基本を学びながら、クロールを習得していきます。クロールで15m以上泳ぐことを目標としていきます。

#### ・中級コース

クロールを上達させながら、背泳ぎを習得していきます。クロール・背泳ぎを15～25m泳ぐことを目標とします。

#### ・低学年上級コース・高学年コース

クロール以外の3泳法の習得を目標としていきます。さらなる泳ぎのレベルアップを目指します。

### ◆アクア・フィットネス

音楽に合わせた水中エアロビクスは、体力アップやシェイプアップ、ストレス解消に役立ちます。夕方開催・事前申込み不要ですので、仕事帰りでも気軽に参加いただけます。

### ◆ワンポイント・アドバイス

水中運動、水泳に関する質問に対して、指導員がプール場内でわかりやすくアドバイスをいたします。利用目的にあわせたメニューの提案も行っていますので、ぜひお試しください。

教室名		月日	定員	回数	時間	対象	参加費
水中運動	運動不足解消コース (初心者)	11/4～11/25 (毎週金曜日)	30	全4回	13:30～14:30	18歳以上の人	<市内の人> 1回につきプール 利用料金が必要です。  <市外の人> 1回につきプール 利用料金と受講料 300円が必要です。
	筋力アップコース	11/2～11/23 (毎週水曜日)	30	全4回	10:30～11:30		
いきいき健康水泳		11/3～12/22 (毎週木曜日)	15	全8回	10:30～11:30	40歳以上で初心者の人	
アフター5水泳		11/3～12/22 (毎週木曜日)	15	全8回	18:30～19:30	18歳以上で初心者の人	
ジュニア水泳 <基礎コース>		10/29～12/24 (毎週土曜日)	10	全8回	10:30～11:30	小学生で初心者の人	
ジュニア水泳 <初級コース>		10/29～12/24 (毎週土曜日)	10	全8回	12:30～13:30	小学生で面かぶりキック15m以上の人	
ジュニア水泳 <中級コース>		10/29～12/24 (毎週土曜日)	10	全8回	14:00～15:00	小学生でクロール15m以上の人	
ジュニア水泳 <低学年上級コース>		10/29～12/24 (毎週土曜日)	10	全8回	15:30～16:30	小学校1～3年生の人 で25m泳げる人	
ジュニア水泳 <高学年上級コース>		10/29～12/24 (毎週土曜日)	15	全8回	17:00～18:00	小学校4～6年生の人 で25m泳げる人	
アクアフィットネス		11/2・9・16・ 23・30 (毎週水曜日)	20	各1回 ごと	18:30～19:30	18歳以上の人	
ワンポイント・アドバイス		11/1・8・15・ 22・29 (毎週火曜日)	なし	—	10:30～11:00	プールご利用の人ど なたでも	無料

### ◆申込期限：10月16日(日)必着

### ◆申込方法

温水プール受付での直接申込み、またははがきかFAXで「希望の教室名と月日(複数記入可)、郵便番号、住所、氏名、年齢(学年)、電話番号、泳力(簡単に結構です。※水泳教室のみ。)」を記入し、お申し込みください。

※ジュニア水泳は重複しての申込みはできません。

※定員を超えた場合は、10月23日(日)に抽選会を行います。

抽選会の詳細については、申込者に別途ご案内します。

※アクア・フィットネスの事前申込みは不要です。教室当日の30分前から温水プール受付にて先着順に受付します。

※教室参加料にはプール利用料金を含みますので、教室終了後も続けてご利用いただけます。

### ◆プール利用料金

一般 500円(午後6時以降 300円)

小・中・高校生 200円(午後6時以降 100円)

70歳以上 350円(午後6時以降 200円)

倉吉市営温水プール 〒682-0816 倉吉市駄経寺町198-2 (☎ 47-1186 / FAX 47-1187)

●営業時間：午前10時～午後8時(退水時間 午後8時) ●休館日：月曜日(祝日の場合は翌日)

**子どもたちの安全確保のために…  
～小学校児童に防犯ブザーを貸与～**

子どもたちが事件や事故に巻き込まれることなく、安心して生活を送ることができるよう、小学校1年生から3年生までの児童に防犯ブザーを貸与します。子どもたちは登下校のときや外出のとき、防犯ブザーを身につけ、危険を感じたら使用します。

**大きな音を身近でお聞きになったら**

- 子どもたちへ声掛けをお願いします。
- 不審な人や車を見たら、警察、倉吉市教育委員会または学校にお知らせください。

防犯ブザーには、自動車のライトを受けて光る小さな反射板もついています。子どもたちを守る安全運転もよろしくをお願いします。



教育委員会学校教育課  
(☎ 22-8166 / FAX 22-1638)

**平成 17 年度**

**第 2 回 倉吉市学校一斉公開**

地域に開かれた学校づくりをめざして、倉吉市学校一斉公開を次の日程で行います。

公開の学校		公開の日
久米中学校区 久米中・北谷小・高城小・社小		10月4日・5日・6日
東中学校区	上灘小	10月6日・7日・11日
	東中・成徳小・灘手小	10月11日・12日・13日 (13日は10:30まで公開)
西中学校区 西中・明倫小・小鴨小・上小鴨小		10月24日・25日・26日
鴨川中学校区 鴨川中・関金小・山守小		11月9日・10日・11日
河北中学校区 河北中・西郷小・河北小・上北条小		11月28日・29日・30日

※公開の時間：午前8時20分～12時30分

○市内のどの学校をご覧いただいても結構ですが、必ず受付をしてください。

○学校にアンケート調査、感想用紙を置いてありますので、気づかれたことなど自由にお書きください。

毎回多くの人にご来校いただきありがとうございます。今後も、市民の皆さまのご協力のもとで、学校・家庭・地域が連携して、子どもを育てるよう努めて参りたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。

**※問い合わせ先**

教育委員会学校教育課 (☎ 22-8166 / FAX 22-1638)

**韓国語講座 後期**

講師：倉吉市国際交流員

韓 召眞(ハン・ソジン)

会場：倉吉交流プラザ第1研修

室ほか

受講料：五百円(1クラス)

教材費：本人負担

**【上級クラス】**

期間：10月25日(火)～2月28

日 毎週火曜日(原則) 午後

7時30分～8時50分

定員：30人

内容：韓国の童話の訳、実践的

な会話・通訳。「ハングル能力

検定試験」対策など

**【中級クラス】**

期間：10月25日(火)～2月28

日 毎週火曜日(原則) 午後

6時～7時20分

定員：40人

内容：韓国語の基本文法と会話

(前期からの続き)

**【初級クラス】**

期間：①昼の部 10月27日(木)

② 2月23日(木) 毎週木曜日(原

則) 午後2時～午後3時 ②

夜の部 10月27日(木)～2月

23日(木) 毎週木曜日(原則)

言葉を通じて韓国を知り、文化を学んでみませんか!  
「韓国語講座」「オリニ・ハングルナラ(小学生ハングル講座)」  
**後期受講生募集!!**

午後6時30分～7時30分

定員：昼・夜の部各40人

内容：ハングルの読み書き、簡

単な会話

※申込・問い合わせ先：市民

参画課 (☎ 22-8159 / FAX

22-8144)

E-mail: sankaku@city.

kurayoshitotori.jp

**オリニ・ハングルナラ**

(小学生ハングル講座) 後期

講師：倉吉市国際交流員

韓 召眞(ハン・ソジン)

会場：倉吉交流プラザ第1研修

室ほか

受講料：無料

期間：11月10日(木)～2月16

日(木)(全10回) 午後4時30

分～5時30分

定員：20人

内容：ゲーム・遊びを通じて言

葉や韓国を学ぶ、小学生を対象

とした講座

●各コースとも定員になり次

第、締め切らせていただきます。

※申込・問い合わせ先：生涯

学習課 (☎ 47-1182 / FAX

47-1180)

### 高齢者問題を考える

高齢社会が進むにつれ、多くの高齢者に対する問題が生じています。その中には、認知症（旧痴呆症）・高齢者の虐待・介護・経済的な問題など、高齢者を取り巻く人権問題がさまざまな状況で現れてきました。

誰もが高齢者になっていくことを思えば、高齢者問題は自分の問題です。

今回は、人生の先輩である高齢者の人権について考えてみましょう。

#### 4人に一人は65歳…

倉吉市の高齢化率は県平均の24%を超えて、4人に1人（25%）が65歳以上の時代になりました。

こうした高齢者の多くは、元気で自立し日常生活を送っていますが、高齢化が進むとともに、身体能力の低下、認知症の症状などによる介護が必要な人も増えています。県内で現在2万人以上が要介護（要支援）認定を受け、その多くは在宅または施設で介護サービスを受けています。

「高齢者」と言ってもそれぞれ個人差がありますが、これまで社会を支えてきた高齢者に対して、「汚い」「暗い」「めんどう」といった偏見は、たとえ高齢者が家庭や地域の中で積極的に活動しようと思ってもその行為を閉ざしてしまいます。

また、一人暮らしの高齢者の支援体制、病気など緊急時の通報体制についても、民生委員や福祉協力員、地域全体で、今後も取り組んでいく重要な課題と言えます。

#### ひとは誰もが年をかさねる

親の認知症（旧痴呆症）を認めたくないという気持ちは誰もがありません。そして、それを認める状況になっても、早くよくなって欲しいという思いから、家族が認知症の人をきつく注意することがあります。しかし、こうした厳しい言動は認知症の人を委縮させ、ストレスや不安を高めてしまいます。その結果、症状が悪化し、パニック状態になることもあります。そのほかにも、話す速さや使う言葉、会話の情報量などに

よっても認知症の人は混乱することがあります。私たちは、認知症の人が不安や恐怖を抱かないといった、ゆつたりとした言葉かけや態度で接することが大切です。



地域の子どもたちとグラウンドゴルフを楽しむ高齢者

人は誰もが年をかさねます。そして、体力も衰え、やがて病気になって寝込んだり、認知症になったり、介護や看護が必要な立場となる場合もあります。そう思うと「高齢者問題は自分には関係ないことだ」ではすまされない、将来のわが身にかかわる問題と言えます。

#### 人生の先輩とともに

人生の先輩であり、豊富な「知恵」や「経験」を持つている高齢者から私たちは学ぶことが数多くあります。

す。また、高齢者にとっても、子どもたちとの地域交流は、「頼られること、教えられること」ができ、喜んで活動している人もあります。高齢者の側も社会とのかかわりについて前向きな意識を持つことが大切です。

いずれにしても、「自立」「参画」「ケア」「自己実現」「尊厳」（高齢者のための国連原則）を促進し、高齢者が住みなれた地域で安心して生活でき、豊かな経験を生かして若い世代とともに、地域社会の協働に重要な担い手として参加できるよう、周りの私たちが声かけや対応などをしていきたいものです。そして、それぞれの立場を尊重しながら、お互いに感謝と尊敬の気持ちを持って接し、共に支え合いながら生きていくことが何よりも大切なことではないでしょうか。このことが高齢者の人権を尊重する第一歩だと考えます。



## （株）エバルス西倉吉工業団地へ 新築移転

9月16日（金）、医薬品卸売業・株式会社エバルス（本社広島市、資本金15億1千万円、）の岡本和夫副社長ほか3人が、西倉吉工業団地内へ事務所・倉庫棟建設の起工式の報告に、市長を表敬訪問されました。

市内八屋にある現在の事務所（昭和43年建築）の老朽化に伴い、西倉吉工業団地内の土地1,984㎡に、延床面積800㎡の事務所・倉庫棟を来年1月営業開始をめどに建設されます。



倉吉市長 長谷川 稔  
「議会はいつ、いかなるときも最高の良識と責任が唸り<sup>うな</sup>を立てて飛び交う煮沸鍋である」  
これは9月議会のすべての議事を終えての私のあいさつの1コマです。それほど、倉吉市議会は議会の開催数で、また白熱した議論で、県内で群を抜いています。

最終議会となった今回は、議会の役割が市長と並んでの二元代表制も取り上げられました。  
そこでは、相手の立場を尊重しつつ、不十分さがあれば、それを補強できる発言力が期待されているとの態度が表明されました。  
私からも、市長も直接、住民から選ばれていること、日々の市政運営を遂行するうえで、多くの権限を与えられているだけに、自重自戒を必要としている認識を述べました。  
3年5カ月の間には衝突する場合もありましたが、ある時には、自らへの警鐘と修正の機会となり、また時間を要しただけ、理解が深まる結果に結びつきました。  
また、旧関金町議会議員が市の催しに決まって全員が参加をされ、議会も市政の一翼を担い、盛り立てていくとされる姿勢をありがたく思いました。  
議員活動は、市民の中にあつてこそ充実するものだけに、はてしなく苦しいものです。その新しい選良が市民の皆さんによって決まろうとしています。



谷口ジロー『遙かな町へ』小学館

## 勇気を忘れることなく

倉吉市長 長谷川 稔

3年5カ月の間には衝突する場合も

## 建国記念日：開天節(개천절)

国際交流員

韓召眞<sup>ハンソジン</sup>



10月3日は韓国の建国記念日である「開天節」です。開天節は「天が開いた日」という意味で、紀元前2333年に朝鮮半島に初めて国が建てられた日をいいます。ここで、歴史書の「三国遺事」に書いてある建国神話を紹介したいと思います。

昔々、天の国に王様が住んでおり、王様にはファンウンという賢い息子がいました。ある日、ファンウンは王様に、人間の世界を治めたいと頼み、雨・雲・風の大臣と三千人の家来と供に人間の世界に下りてきました。そして、ファンウンは人間に農業を教えました。

ある日、熊とトラがファンウンを訪ねてきて、「人間になりたい」と頼みました。ファンウンは熊とトラに、百日間、日の当たらない洞窟の中でヨモギとニンニクだけを食べて過ごす人間になれると伝えました。トラは途中で諦めましたが、熊は試練を耐え切つて

美しい乙女になりました。乙女になった熊は、子どもがほしいと神様に祈りました。それを聞いたファンウンは乙女を自分の妻にし、息子が生まれ、名前を「タングン」と名づけました。  
このタングンこそまさに、朝鮮半島に初めて国を建てた人です。

この話だけ聞いたら、現実離れしていると思われるかも知れませんが、韓国の多くの学者は、この建国神話は、ト・テミズムに基づいた部族社会の基礎となる話と主張しています。面白く、奥深い話ですね。



古朝鮮を建国したタングン

## △羅州ミニ便り▽

10月10日（祝）午後1時から、鳥取県立博物館で「環日本海圏日本語スピーチ大会」が開催され、この大会に韓国の代表として羅州市の大学生が一人参加します。都合のつく人は一緒に応援に行きましょう。^^