

とっとり県民カレッジ連携講座 再就職支援セミナー 《内容》再就職の上手な面接の受け方

とき：10月21日(金) 13:30～16:00 ところ：倉吉シティホテル *参加無料
 対象：おおむね45歳以上の中高年齢者、事業所の人事・労務担当者 定員：20人 *事前にお申し込みください。 ※申込・問い合わせ先：(社)鳥取県雇用促進協会 鳥取高齢期雇用就業支援センター (☎0857-36-0039 / ☎0857-26-3351)

家族介護教室のご案内

テーマ：『元気はつらつ講座』

講師：藤井政雄記念病院 保健師
 期日・テーマ

月	日	回数	テーマ
10月	11(火)	第1回	〈開講式〉転ばん教室～スポーツの秋、体を動かそう!～
	14(金)	第2回	元気はつらつ体操(1)
11月	8(火)	第3回	歩く姿はユリの花...?～美脚でどこまでも歩こう～
	11(金)	第4回	元気はつらつ体操(2)
12月	13(火)	第5回	楽しく食べてマウス!?!～お口の清潔で楽しい毎日～
	16(金)	第6回	元気はつらつ体操(3)
平成18年1月	10(火)	第7回	新年です!心身ともにリフレッシュ!～歌って遊ぼう～
	13(金)	第8回	元気はつらつ体操(4)
2月	14(火)	第9回	〈閉講式〉おいしい!たのしい!～健康的な食生活は元気の源～
	17(金)	第10回	元気はつらつ体操(5)

時間：14:00～14:45

ところ：地域ケアセンターマグノリア (倉吉市上井町1丁目)

内容：10回コースの介護予防教室を行います。全コース修了者には修了証書をお渡しします。

参加方法：参加希望者は、電話・FAXにてお申し込みください(定員20人)。参加無料。

※申込・問い合わせ先：倉吉市在宅介護支援センター マグノリア (☎26-3922 / ☎26-3923)

家族介護教室のご案内

薬の飲み方～よくある質問～

とき：10月18日(火) 14:00～16:00

ところ：野島病院6階 大会議室

内容：『薬の飲み方～よくある質問～』

講師：野島病院 薬剤師 延原 俊子さん

参加費：無料

※申込・問い合わせ先：倉吉市在宅介護支援センターのじま (☎23-7106)

それに伴い、既にお渡ししている予防接種券が使用できなくなり。つきましては、既に接種券をお持ちで、まだ接種をされていない人は、平成18年3月31日までに接種していただきますようお願いいたします。

【変更内容】平成18年4月1日以降

●麻しん・風しん混合ワクチンの接種になります。

●接種回数が2回になります

●第1期・生後12カ月から24カ月未満に1回

●第II期・小学校就学始期の

1年前から小学校就学日の前日までに1回

●今まで(平成18年3月31日まで)に、麻しんあるいは風しんのいずれかのワクチンを接種したことがある人、すでにいづれかにかかった人は対象外となります。

※申込・問い合わせ先：健康支援課 (☎26・5660) / ☎26・5670

もうすぐママ・パパ教室のご案内

赤ちゃん誕生後の育児や産後の生活について妊婦さん

と、その夫を対象に健康教室を開催します。ぜひご参加ください。

とき：10月29日(土) 午前10時～12時

ところ：倉吉市保健センター (伯耆しあわせの郷内)

講演：「父親と母親の役割」

講師：岡本小児科医院 院長 岡本博文医師

◆講演終了後に医師、助産師などによる個別相談やもく浴の仕方、パパの妊婦体験、おやつを試食もあります。

※参加を希望される人は、電話で申し込んでください。

鳥取県最低賃金

時間額：612円

効力発生日：平成17年10月7日

電気機械器具等製造業最低賃金(略称)1時間708円

各種商品小売業最低賃金1時間681円

が別に定められています。

詳しくは、鳥取労働局労働基準部賃金室

(☎0857-29-1705)へお尋ねください。

共催：鳥取県中部小児科医会

※申込・問い合わせ先：健康支援課 (☎26・5660) / ☎26・5670

エコライフを応援します。日本最大級のリサイクルショップ・チェーン

創庫生活館倉吉店

売ります・買います

押入れに眠っている贈答品や、使わなくなったテレビ、冷蔵庫、ステレオなど家電製品、カメラ、スポーツ用品、家具、インテリア品、ブランド品、玩具など

10月8日(土) OPEN
倉吉未来中心近くに

買い取りセンター
23-8111



営業時間 10時～20時 (年中無休)

エアロビクス&ニュースポーツ教室開催～随時募集～どなたでも気軽にご参加ください

とき：10月21日(金)午後8時～10時 以後毎月1回同時刻に開催(11/11,12/9,1/13,2/10)
 ところ：倉吉体育文化会館 指導者：倉吉市体育指導委員ほか
 参加費：大人300円/回、中学生以下100円/回(会場借上費などに使用)
 ※問い合わせ先：NPO法人倉吉市河北地区スポーツクラブ徳丸(携帯090-3377-5635)

10月・11月の健康診査

【セット健診日程】			
10月	12日(水)	受付時間 8:00～10:00	社公民館
	25日(火)		小鴨公民館
11月	7日(月)	受付時間 9:00～10:00	上小鴨公民館
	8日(火)		農村環境改善センター (さんさんプラザ倉吉)

【肺がん・結核検診巡回日程】			
10月	3日(月)	9:30～10:20	上北条公民館
		10:40～11:30	倉吉ほっとプラザ 横(倉吉駅前)
		13:00～13:50	西郷公民館
		14:10～15:00	上灘公民館
	28日(金)	9:30～10:20	成徳公民館
		10:40～11:30	明倫公民館
		13:00～13:50	灘手公民館
		14:10～15:00	社公民館

●セット健診(基本健診・胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・前立腺がん検診)
 対象者：40歳以上(昭和41年3月31日以前生れ) *前立腺がん検診は50歳以上の男性で基本健診受診者
 料金：40～69歳▼基本健診 二千三百円、胃がん検診 二千五百円、肺がん検診 二百円(喀たん検査 六百円)、大腸がん検診 六百円、前立腺がん検診 千円
 70歳以上▼基本健診 無料、胃がん検診 八百円、肺がん検診 二百円(喀たん検査 六百円)、大腸がん検診 千円
 ◎各健診を受けるときは、必ず受診券を持参してください。

◎70歳以上の人は、転入の人の健康診査巡回の肺がん・結核検診を希望する人は、電話で申し込んでください。

BCG予防接種 日程表				
該当児	今回通知児	BCG	受付時間	場所
生後6カ月未満未接種児	17年6月29日～7月25日生まれ	10月26日(水)	13:10～14:10	倉吉市保健センター(伯耆しあわせの郷内)

9月 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		
16年11月・12月生まれ	実施済み	10月28日(金)	13:10～14:30	倉吉市保健センター(伯耆しあわせの郷内)
17年1月・2月生まれ	10月18日(火)	11月30日(水)		

●持参する物：母子健康手帳、予診票(記入して)、通知のはがき
 ※当日は、必ずお子様の体温を測っておいてください。
 ※指定の日に接種を受けられない場合は、接種期限内であれば別の日程で受けることができます。
 ●次に該当する乳幼児は接種は受けられません
 ●発熱している ●下痢をしている ●現在重い病気にかかっている ●同じワクチンで以前に副反応があった ●予防接種を受けることが不適当な状態にある

●心臓、肝臓、腎臓などの疾患、血液疾患、および発育障害が明らかの場合 ●前回の予防接種で2日以内に発熱があった ●アレルギー体質 ●過去にけいれん症状があった ●まんえん性の皮膚病にかかっている ●副腎皮質ホルモン剤を(注射・内服など全身的に)使用している
 ※問い合わせ先：健康支援課 (☎26-5670 / FAX 26-5660)

●肺がん・結核検診(各地区巡回)
 対象者：肺がん検診 40歳以上、結核検診 65歳以上(ただし、事業所、医療機関で受診する人は除く)
 料金：セット検診の料金と同額

●予防接種の種類
 ①BCG接種は6カ月までに該当者：平成17年4月27日以降に生まれた6カ月未満の未接種の乳児
 初回通知者：平成17年6月29日から7月25日生まれの乳児
 接種方法：BCG接種を行います

②ポリオ予防接種は7歳6カ月までに
 該当者：平成17年2月28日以前に生まれた7歳6カ月未満の未接種の乳幼児
 初回通知者：平成17年11月1日から2月28日生まれの乳児
 接種方法：6週間以上の間隔でワクチンを2回経口投与

三百円、前立腺がん検診 五百円
 ※希望する健診だけでも受けることができます。
 ※65歳以上の人が肺がん検診を受けられた場合、結核検診が含まれます。
 ※胃がん検診は、胃部レントゲン検査となります。
 ※肺がん・結核検診(各地区巡回)

●結核予防法の改正により生後6カ月までにぜひ受けてください。
 ●生後6カ月以上で未接種の人は任意接種(有料)となります。
 ◎お知らせ

◎お知らせ
 ●結核予防法の改正により生後6カ月までにぜひ受けてください。
 ●生後6カ月以上で未接種の人は任意接種(有料)となります。

休日の診療機関当番表

受付時間：午前8時～翌朝午前8時
 実施日：日曜日・祝日

10月	日にち	内科	外科
	2日	厚生病院	清水病院
9日	藤井政雄記念病院	野島病院	
10日	信生病院	北岡病院	
16日	野島病院	清水病院	
23日	厚生病院	藤井政雄記念病院	
30日	垣田病院	野島病院	

健康相談

対象	日程	時間	内容
食事や健康面についてどなたでも気軽にご相談ください。	10月20日(木)	受付 13:30 ~ 15:30	栄養士・保健師による個別相談 *要予約 (☎ 26-5670) ところ：倉吉市保健センター
	10月25日(火)		栄養士・保健師による個別相談 *要予約 (☎ 26-5670) ところ：関金総合文化センター (関金庁舎隣)

ゆったりサロン (機能訓練事業)

ところ：倉吉市保健センター (伯耆しあわせの郷内)

対象	日程	時間	内容
40歳以上の人で、腰痛やひざの痛みなどで生活に支障を感じている、身体機能に障害があるなどで相談・リハビリ指導を希望する人はご参加ください。(要介護認定を受けている人は対象外です) ☆初めて参加する人は、10月5日の医師による健康相談日に、午後2時30分までにおいでください。	10月5日(水)	受付 13:00 ~ 15:00	医師による健康相談 ※次回は11月2日の予定です
	10月7日(金)		温熱療法
	☆10月11日(火) 場所：関金総合文化センター		作業療法士によるリハビリ指導 保健師による健康相談 *送迎があります
	10月12日(水)		理学療法士によるリハビリ指導 保健師による健康相談
	10月14日(金)		温熱療法
	10月19日(水)		理学療法士によるリハビリ指導 保健師による健康相談 *送迎があります
	10月21日(金)		温熱療法
	10月26日(水)		温熱療法

※理学療法士の指導は10月12日または10月19日どちらか一方の利用となります。

10月11日、10月19日は送迎がありますので、希望者(自力での参加が困難な人)は事前にご相談ください。

ことばの教室 (機能訓練事業)

ところ：倉吉市保健センター (伯耆しあわせの郷内)

対象	日程	時間	内容
言葉が話しにくい、思ったことが言葉にならない、飲み込みが悪いなど感じている人はご参加ください。(要介護認定を受けている人は対象外です)	10月17日(月)	13:30 ~ 15:00	言語聴覚士による集団指導 *参加を希望する人は事前にご相談ください *送迎があります

水中ウォーキング&水中エアロビクス

主催 / 倉吉市民健康づくり実行委員会・倉吉市

参加者
募集

ウキウキレディース

女性対象の初心者クラス。音楽をかけて、みんなで楽しく動きましょう。生活習慣病や骨粗鬆症予防のために、今から水中で楽しく運動習慣を身につけ、また、シェイプアップしながら、お友達の輪も広げましょう。

期 日：11/2、11/9、11/16、11/30、12/7、
12/14、12/21 (いずれも水曜日で全7回)

時 間：13:30 ~ 14:30

対 象：倉吉市民で18歳以上の女性、初心者向け
定 員：25人 (超えた場合抽選会を行います)

講 師：倉吉スイミング 坂東 由紀子さん
申込締切：10月19日(水) 必着
参 加 費：無料 *プール利用料は別途必要です。
一 般：500円 (18時以降300円)
70才以上：350円 (18時以降200円)
申込方法：温水プール受付で直接申込み、またはハガキかFAXで「希望の教室名、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号」を記入し、お申し込みください。

ワクワク アクア

泳げなくてもOK!! 水の抵抗や圧力、浮力などを利用した無理のない運動です。お仕事の帰りに気楽に参加してみましょう!! 運動習慣を日常生活に取り入れてこそ効果大。ストレス解消や仕事の疲れも癒します。

期 日：11/4、11/11、11/18、11/25、12/2、
12/9 (いずれも金曜日で全6回)

時 間：18:45 ~ 19:30

対 象：倉吉市民で18歳以上の人
定 員：30人 (超えた場合抽選会を行います)

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：10:00 ~ 20:00 (退水時間20時)

休 館 日：月曜日 (祝日の場合は翌日)

後 援：中部医師会・中部歯科医師会・中部薬剤師会・倉吉市食生活改善推進員連絡協議会・倉吉市民健康づくり推進協議会

倉吉博物館

☎ 22-4409
☎ 22-4415

これは、市内下福田にある阿弥大寺遺跡で出土したもので、形が秤（ハカリ）に使う分銅に似ていることから分銅形土製品と呼ばれています。弥生時代中期ごろ（今から約二千年前）から瀬戸内沿岸と中国地方山間部および山陰地方にみられる弥生時代特有の遺物です。



手のひらに納まるほどの小さな粘土板に愛くるしい顔が描かれています。目尻の下にある小さな円孔が、まるでエクボのようです。顔全体をへらで線描きしていますが、鼻だけは粘土を少し盛り上げて変化をつけています。

分銅形土製品は、どれも小さな孔が貫通しており、バジヤやペンダントのように身につけることができます。魔よけのために表面を赤く塗ったものもあり、身を守る護符のような役割をしていたと考えられます。

●田畑精一講演会 整理券配付中！

「おいしいのぼうけん」「さっちゃんのみほうのて」の絵本作家、田畑精一さんの講演会を開催します。絵本「ひ・み・つ」の話を中読みに田畑さん自身による読み聞かせも味わえるチャンスです。どうぞご参加ください。

とき：10月15日（土）

田畑精一作品のおはなし会

（読み聞かせボランティア）午後1時～1時45分

講演会：午後2時～3時30分

サイン会：講演会終了後

ところ：倉吉交流プラザ 視聴覚ホール

入場無料：講演会は整理券が必要です。図書館で受け取るか、電話でお申し込みください。

託児あり：申込締切10月8日（土）乳児はご遠慮ください。

※2005読書週間（10月27日～11月9日）

おはなしかい、本のリサイクル市などを予定しています。

※問い合わせ先：倉吉市立図書館（☎47-1183/☎47-1180）

みんなの図書館



倉吉 ☎47-1183/☎47-1180

関金 ☎☎45-2523

URL: <http://www.lib.city.kurayoshi.tottori.jp/>

10月の休館日 カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
							1
17・18・24・31日は休館日 6日まで特別資料整理休館日	2	3	4	5	6	7	8
○…おはなしかい(14時～)倉	9	10	11	12	13	14	15
◎…あかちゃんのおはなしかい(11時～)倉	16	17	18	19	20	21	22
△…おはなしかい(10時30分～)関	23	24	25	26	27	28	29
	30	31					

※9月29日(木)～10月6日(木)まで特別資料整理休館日です。

明倫

環境にやさしい「アロエせっけん」づくり挑戦！

明倫地区自治会女性部では、長年「環境にやさしい活動」に取り組んでいます。近年、廃物のリサイクルが盛んになり、四年ほど前からアロエせっけんづくりに取り組んでおられる人の指導を受けながら活動を始めました。

この取り組みでは、廃油のリサイクルができると同時に、使用された人から、手・頭皮などの荒れの解消や汚れ落ちの良さの実感など、皆さんから好評いただいております。

今年もこの講習会を2回実施しました。講習会の後は余ったアロエをジュースにして参加者でいただきました。



女性部

環境問題は身近なところから、今後もこの活動を続けていきたいと思えます。
(明倫地区自治公民館協議会)

小鴨

「鼓動・感動をみんなに」

10月に開催される全国生涯学習フェスティバル「まなびピア鳥取2005」の舞台発表会（10月9日未来中心大ホールで開催）で小学校6年児童有志9人による太鼓を発表します。

小鴨地区では、やまびこ太鼓として大人のグループが地域に根付いた活動をしていいますが、これを子どもたちにも伝えていき、地域の活性化になることと、小学校最後の学年で思い出のひとつとして大きな舞台をふんでもらいたいとの思いもあり、出演することになりました。

これを決定したのは夏休みに入ってからで、練習は9月から始めました。本番まで1ヵ月足らずしかありませんが、手に豆を作りながら一生懸命練習に



(保護者代表 高橋義博)

取り組んでいます。本番では、みなさんの期待にこたえるような演奏をしますので、ご声援をよろしくお願います。元気な仲間9人衆ファイト!!

