

## 重度障害のある人へ タクシーチケットを交付

倉吉市では、重度障害のある人の社会参加促進を目的として、タクシーチケットの交付を行っています。

平成17年度から、精神障害者手帳1級の人も新たに対象になりました。

対象者…市内に住所があり、次の①～③のいずれかの手帳を所持する人

- ① 身体障害者手帳1級または2級
- ② 療育手帳A判定
- ③ 精神障害者保健福祉手帳1級

※ただし、人工透析通院費の助成を受けている人は対象になりません。

助成内容…申請を受けた日から18年3月までの間の月数に、月額千五百円を乗じた額を限度とし、五百円券または千円券のタクシーチケットを交付します。

申請方法…障害者手帳と印鑑

を福祉課福祉係または関金支所(☎45・2111)に持ち参し、申請してください。

※問い合わせ先…福祉課福祉係(☎22・8118 / FAX 22・7020)

## 「くらし健康ガイド」の活用および訂正

平成17年度に市が実施する保健事業や国民健康保険、介護保険関係の情報をまとめた『くらし健康ガイド』を、

## 献血にご協力ください

### 【成分献血】

期日	時間	場所
4月20日 (水)	午前9時～	倉吉市役所 (本庁)
	11時	駐車場
	午後1時～	関金総合文化センター
	午後2時	玄関前

申込期限：4月18日(月)

◎成分献血にご協力いただける人は事前に申し込みが必要です

※申込・問い合わせ先

倉吉市役所 健康支援課 (☎26-5670 / FAX 26-5660)

### 【全血献血・成分献血】

期日	時間	場所
4月24日 (日)	午前10時～ 午後3時	倉吉未来中心

◎成分献血にご協力いただける人は事前に申し込みが必要です

※申込・問い合わせ先

- ・中部総合事務所 福祉保健局 健康支援課 (☎23-3144)
- ・鳥取県赤十字血液センター (☎0857-24-8101)
- ・倉吉市役所 健康支援課 (☎26-5670 / FAX 26-5660)

## 「しあわせ健康づくり教室」に参加を

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

生活習慣病予防のために、運動習慣を身に付けるきっかけづくりとして、ウォーキングを中心とした「しあわせ健康づくり教室」を開催します。ふるってご参加ください。

とき…5月26日(木)、6月9日(木)、6月23日(木)、7

自治公民館長さんなどとおして各戸に配布しました。乳幼児から大人まで、年間をとおしてご利用いただけますので、活用してください。

お手元に届いていない場合は、お申し出ください。

また、『くらし健康ガイド』に間違いがありました。次のとおり訂正し、お詫びします。

〔訂正箇所〕

①7ページ・乳がん検診「受診方法」欄 集団・医療機関の年齢誤…50～59歳↓正…50～69歳

②16ページ・ゆったりサロン(機能訓練) 医師の診察日程誤…5月11日(水)↓正…4月27日(水)

月7日(木)、7月21日(木)の計5回 午前9時30分～11時30分

と…倉吉市保健センター(伯耆しあわせの郷内)

対象者…継続して参加できる運動可能な人

募集人数…先着20人

(定員になりしだい締め切らせていただきます)

申込締切日…5月13日(金)

内容…ウォーキングを中心とした運動

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

## ゆっくりやさしくパソコン教室

受講生の92.1%はまず教室の見学をされてからまた87.7%の方が電源を入れるところから始めてゆっくりと学ばれているまったくの初心者です。同じことを100回聞かれても笑顔でお答えします。

まずはパソコン教室を見に来てください。

倉吉市山根645-2 (有)スイコー商会

☎26-6262・47-4520 / FAX 26-3555

種類	対象	日程	時間	場所	持参する物	案内
6カ月児健康診査	平成16年10月生まれの乳児が該当です。詳しくは保護者に通知します。	5月6日(金) 5月10日(火)	(受付時間) 13:00～13:40	倉吉市保健センター (伯耆しあわせの郷内)	母子健康手帳 アンケート用紙	該当月の次の月まで はご案内します
1歳6カ月児健康診査	平成15年10月生まれの幼児が該当です。詳しくは保護者に通知します。	5月11日(水) 5月12日(木)				1歳11カ月までは、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14年4月生まれの幼児が該当です。詳しくは保護者に通知します。	5月13日(金) 5月17日(火)				3歳11カ月までは、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	乳幼児等	5月9日(月)	9:30～11:30		保健師・栄養士による個別相談を行います 持参するもの：母子健康手帳	
離乳食講習会	生後4カ月～7カ月児で平成16年12月・17年1月生まれの第1子には保護者に通知します。	5月18日(水)	13:30～15:40		持参するもの：母子健康手帳 エプロン 筆記用具	
幼児教室	2歳～2歳1カ月児 平成15年3月・4月生まれの幼児	5月24日(火)	10:00～11:30 (受付時間) 9:45～10:00	上井児童センター	持参するもの：母子健康手帳 アンケート用紙 *詳しく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	5月25日(水)	13:30～15:40 (受付時間) 13:10～13:30	倉吉市保健センター (伯耆しあわせの郷内)	内容：ママバパコースI 先輩ママの体験談・赤ちゃんへのタッチングほか 持参するもの：母子健康手帳	
フッ素塗布	市内在住で希望する者	5月28日(土)	(受付時間) 13:30～15:30	中部歯科医師会 口腔衛生センター	持参するもの：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。申し込みが必要(申し込み先☎22-5472 口腔衛生センター)	
フッ素塗布	市内在住で希望する者	5月31日(火)	9:30～11:30 13:30～15:30	倉吉市保健センター (伯耆しあわせの郷内)	持参するもの：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。	

平成17年度厚生病院での子宮がん・乳がん検診(視触診検査)の申込を受付中

厚生病院での子宮・乳がん検診を実施します。ご希望の方は、電話でお申し込みください。

**対象者**

★子宮がん検診★20才以上の女性(昭和61年3月31日以前生まれ)

★乳がん検診★40才以上の女性(昭和41年3月31日以前生まれ)

★子宮がん検診20才～69才、六〇〇円(頸部のみ)・70才以上八〇〇円(頸部のみ)

※子宮体部検診の指示があった場合追加料金が必要になります。

★乳がん検診(視触診検査)40才～69才七〇〇円・70才以上四〇〇円

※乳がん検診は視触診検査以外にマンモグラフィ検査(乳房エックス線検査)も必ず受けていただくこととなります。

ただし、マンモグラフィ検査は別に予約し、別料金が必要になりますのでご承知ください。

い。ご不明な点は、「くらしよし健康ガイド」をご覧になるか、お問い合わせください。

期日・申込人数  
5月19・26(日木)  
6月16・23・30(日木)  
7月14(日木)  
一回につき各検診・先着30人程度

**受付時間**

午後0時10分から0時50分

場所：鳥取県立厚生病院

※申込者には後日通知します。なお、後期は平成18年1月からの予定です。

**※申込・問い合わせ先**

健康支援課(☎26・5670 / FAX 26・5660)

平成17年度子宮がん・乳がん検診が変わります

子宮がん・乳がん検診に次の変更があります。

**〈子宮がん検診の変更〉**

対象者：20才以上の女性(昭和61年3月31日以前生まれ)

**〈乳がん検診の変更〉**

対象者：40才以上の女性(昭和41年3月31日以前生まれ)

検診項目：視触診検査とマンモグラフィ(乳房エックス線)検査

※二つの検査は必ず受ける。

検診間隔：2年に1回

**※問い合わせ先**

健康支援課(☎26・5670 / FAX 26・5660)

# 5月からはじまる

# 倉吉市営温水プールの各種教室 受講者募集!

倉吉市営温水プールでは、5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」を始めてみませんか。お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て、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泳ぐことを目標とします。

## ◆ウキウキレディース

水への恐怖心を取り除き、水泳を楽しんでいただく女性対象の教室です。水中運動とアクアビクスを組み合わせた体力アップ、健康の維持促進を目指します。

## ◆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。泳ぎの基本練習により泳力の向上・泳法の習得を行い、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すすめです。

## ◆ジュニア水泳教室

### ・Aコース、Bコース（低学年水慣れ）

水慣れから始め、水への恐怖心を取り除いていく中で、顔つけ・けのび・バタ足を行い、クロールの練習を行います。手足の動き・呼吸法を学び、泳ぎの基本を身に付けます。

### ・Cコース、Dコース（低学年上達）

長い距離を泳げるように泳ぎの基本を学び、クロール・背泳ぎの2種類の泳法取得と25m完泳を目標とします。

### ・Eコース（高学年）

水慣れから始めていき、クロール25m完泳と背泳ぎ・平泳ぎの基本泳法取得を目標とします。

## ◆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、仕事帰りの方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いたします。

## 倉吉市営温水プールの各種教室

教室名		月日	定員	回数	時間	対象
水中運動	運動不足解消コース(初心者)	5/13～6/3 (毎週金曜日)	30	全4回	13:30～14:30	18歳以上の人
	筋力アップコース	5/11～6/1 (毎週水曜日)	30	全4回	10:30～11:30	
いきいき健康水泳		5/12～6/30 (毎週木曜日)	15	全8回	10:30～11:30	40歳以上で初心者の人
ウキウキレディース		5/10～6/28 (毎週火曜日)	15	全8回	13:30～14:30	18歳以上の女性
アフター5水泳		5/12～6/30 (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A <低学年水慣れ>		5/14～7/9 (毎週土曜日)	10	全8回	10:30～11:30	小学校1～3年生で初心者の人
ジュニア水泳B <低学年水慣れ>		5/14～7/9 (毎週土曜日)	10	全8回	14:00～15:00	
ジュニア水泳C <低学年上達>		5/14～7/9 (毎週土曜日)	10	全8回	12:00～13:00	小学校1～3年生で15m程度泳げる人
ジュニア水泳D <低学年上達>		5/14～7/9 (毎週土曜日)	10	全8回	17:00～18:00	
ジュニア水泳E <高学年>		5/14～7/9 (毎週土曜日)	15	全8回	14:00～15:00	小学校4～6年生の人で25m程度泳げる人
アクアフィットネス		5/11・18・25 (水曜日)	30	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		5/6・13・20・27 (毎週金曜日)	なし	—	12:00～12:30	プールご利用の方だけでなく(無料)

参加費/市内の方：1回につきプール利用料金が必要です。市外の方：1回につきプール利用料金と受講料300円が必要です。アクアフィットネス：1回につきプール利用料金と受講料400円が必要です。

## ◆申込期限：5月1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(※水泳教室のみ。簡単に結構です)」を記入し、お申し込みください。

※ジュニア水泳A～Dは重複しての申込みはできません。

※ジュニア水泳教室に申し込みの際は参加者氏名および保護者氏名を記入してください。

※定員を超えた場合は、5月8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)

倉吉市営温水プール ☎ 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)

伯耆しあわせの郷では、

## 次の教室の受講生を募集します！

※男性のための料理教室では、豆ごはんといわしのだんごを作ります。

◎申し込みは、4月20日(水)の午前9時より先着順に受付、定員になりしだい締め切ります。

○受講料のほかに若干の材料費などが必要です。

○託児を希望する人は、教室申し込みのときにご相談ください。

※申込・問い合わせ先：伯耆しあわせの郷（※月曜休館日）

## 出かけてみよう

### 伯耆しあわせの郷

☎ 26 - 5581

FAX 26 - 5633

●無料マイクロバスをご利用ください



教室名・講師	日 時	定員	受講料・回数
男性のための料理教室 (杉本美智子さん)	5月27日(金) 午前10時～午後1時	15人	500円(1回)

キャンパスだより

112

## 鳥取短期大学

### 平成16年度 卒業式・修了式！

晴天に恵まれた3月16日、第33回卒業式・第28回修了式を倉吉未来中心にて挙行了しました。本科291名、専攻科22名の卒業生・修了生たちは、就職・進学と自分が決めた道へ向かって自信に満ちた笑顔で巣立っていきました。地域の皆様方にも2年間、あらゆる面でお世話にな



りました。ありがとうございました。

### ◆卒業生にインタビュー！

卒業を迎えた二人に色々聞いてみました。

①学生生活の思い出 ②印象に残っている先生の一言 ③2年間とりたんで過ごして良かったことは？ ④卒業後の進路 ⑤将来の抱負 ⑥地域の皆さんに一言

池田恭子さん(国際文化交流学科卒業)

①教育実習で、中学校、養護学校、幼稚園、福祉施設等で色々な人たちとの出会いがあり、貴重な体験ができました。また、異文化交流研修をきっかけに色々な国の人と友情を深め視野が広がりました。②『この短い短大2年間をどう過ごすかは君次第だ!』(山田学長のお言葉)③刺激し合える友人に出会え、高め合うことができました。④市内に就職⑤常に目的を持って生きていきたい⑥地域に開かれた大学で学べ、本当に

良かったと思います。倉吉市内で就職しますので、今後ともよろしくお願ひします。



左から大下さん、池田さん

大下力也さん(幼児教育学科卒業)

①特別研究「オペレッタ 不思議の国のアリス」で「にやねこ」の役をした事②『理論のない実践は、地図のない旅』(中嶋先生のお言葉)③一生忘れられない思い出をたくさん作ることができました。④専攻科福祉専攻に進学⑤鳥短で学んだことを生かし、介護福祉士又は保育士として地域に貢献したい⑥倉吉大好きです。街で見かけたら声をかけてください♪