

広報

いわみ

2

2024
No.773

～みんなが笑顔で 住み続けたいなるまち 岩美町～

祝 岩美町二十歳のつどい

はたち、
未来へ。

令和6年

二十歳のつどい

Congratulations on coming of age.

代表謝辞



岩美町長 岩美 孝一

副町長 岩美 隆夫



実行委員とお手伝いしてくださった皆さん





町民憲章代表者朗読



令和六年
岩美町二十歳のつどい



令和6年岩美町二十歳のつどいが、1月7日(日)、中央公民館いわみホールで、4年ぶりに「20+禍前と同じ規模で開催され、対象者125名のうち72名が出席しました。

会場には、本年度二十歳を迎える若者が華やかな振袖や初々しいスーツ姿で集まり、人生の節目の日に、懐かしい友人と再会できたことを喜び合っていました。

式典では、同を代表して山本虎次郎さんが謝辞を述べ、「切磋琢磨し共に歩んできた仲間達、いつも丁寧に指導してくださった先生方、温かく見守ってくださった地域の方々、二十年間どんな時も応援して育ててくれた家族に、感謝の気持ちでいっぱいです。これまで支えてくださった方々からのお教えを基に、社会のお役に立てるよう、日々精進してまいります」と感謝の気持ちと今後の決意を表しました。

式典後には、実行委員の皆さんが企画・運営する記念行事が行われ、ジュースで乾杯した後、お祝いに駆けつけた中学時代の恩師から温かいメッセージが贈られたほか、中学校当時を振り返るスライドショーの鑑賞やビンゴゲームを行い、旧交を温めました。



人権啓発標語・作文の

特選を決定

岩美町では、同和問題をはじめとするさまざまな人権問題の解決を図るため、啓発活動の一環として毎年、人権啓発標語及び作文を募集しています。

今年も、作文の部で23点、標語の部で172点の応募があり、選考の結果、次の作文4点、標語6点が特選となりました。日常生活や学校の中で、差別やいじめなどについて考えるきっかけとなればと思います。

なお、作文・標語作品集を各学校、中央公民館等にも配布しますのでぜひご覧ください。

【特選】



作文の部

友情の形

岩美北小学校 五年 奥田 桃佳

友達とあいさつをかわすのがうれしくありませんか。困っていたときに友達に優し

く声をかけてもらうと心がすっきりしませんか。

友達は、時には一緒にいて楽しかったり、時にはなぐさめてもらったりと、いろいろな友達との形があると思います。わたしも友達と一緒に絵をかくて遊んだり、体育の学習で泳ぎ方を友達にほめてもらったりしたとき友達がいてくれて良かったなと感じます。

しかし、必ずしも、友達といつも良い関係を保っているかと考えると、そうではない時もあるのではないのでしょうか。あいさつをしても返ってこないとかさみしくなったり、強い言い方をして、知らぬ間になやみのたねになっていたたりするときはありませんか。わたしも、友達とずっと仲が良く、友達とのことになやみがないかと言われるとそうではありません。

それでもその都度、友達に助けをもらったり、救ってもらったりすることがあります。そして、またいつものように友達と楽しく遊べる日がやってきます。

「トラブルが起るから、友達なんていらなごう。」

とこののではなく、友達と一緒にいることで、トラブルを解決でき、また楽しい時間を過ごすことができると思います。

友達は自分にとって大切な存在です。友情の形は人それぞれです。わたしは、

これからも楽しい時間を一緒に過ごすだけではなく、一緒に成長を喜んだり、支え合ったりしながら友達とともに成長できるように形を変えながら、友達との友情を深めていきたいです。

人権標語の大切さ

岩美西小学校 五年 八田 心結

わたしが毎年出している「人権標語」について、下学年のころは、「ただ一七文字を書くだけじゃん。」とか、「文章書くのめんどくさいな。」とたくさん思っていました。お母さんも一緒に考えてくれるし、少ししか考えなくてもいいかなと思ってもいました。

でも、四、五年生になって考えが変わりました。それは、作文や五七五を意識した俳句を作るのが好きになっていったからです。

なぜかという、自分の気持ちを文字で表現できるからです。顔や身体では近くにいる人や友だちしか伝えることができなかつたけれど、文字だと先生や友だち、遠くの人にも見せることができるし、いろいろな人に表現をすることができるからです。そして、特に俳句は読む人がその風景やわたしの心の中も色々想像してくれ、気持ちがいさしく伝わる感じがします。だから、「人権標語」もたくさんの人にわたしの想いを伝えることができます。

今年の人権標語には、「さべつはねんなの心 こわすんだ」と書きました。

さべつというのは、「あの子は○○なのに、あなたは○○」と考えたり、伝えたりすることだと思います。例えば、「あの子は良い子、あなたは良い子」と人に伝えた時、良い子と言われても、いけない子と言われても、心が壊れてしまうかもしれません。特にいけない子と言われる方は心が崩れてしまうと思います。心にくさんのキズや穴ができてなおらなくなってしまうと思います。

たくさんの方がこのようにされたら、たった一人の言葉や一言でも武器になってしまつて恐ろしいと、お母さんと話しながら、今年の人権標語を作りました。

相手から言われてうれしい言葉や気持ちが優しくなる言葉があります。反対に、たった一人にでも差別されると悲しくなる言葉もあります。言葉は大勢の人の心を壊したり、崩したりする恐ろしい武器にもなると思います。私は標語を作りながらそんなことにならないよう大勢の人に人権標語を読んでもらい、自分をふり返るきっかけにもなりたいと思いました。

他にも人権標語を考えました。「かなしいよ ちくちくことば 言われたら」には、ちくちく言葉は言つてはいけない言葉で、言われた人の気持ちになるととても悲しいです。

言葉は簡単に言えてしまつけれど、その一言が重くなつてしまつてもあります。

例えば、紙にちくちく言葉を書いて、紙をちくちくちくちくします。そして、だめだと気がついてなおそうとしても、紙は最初のきれいな紙にはなりません。何をしてあとは残り、きれいにはなりません。



せん。それは心で同じです。

「これからも「ちくちくく言葉」を言いそ
うになることもあるかもしれないけれど、
そこをがまんして、言わずに心にしまい、
これからも友だちや家族のことを想い、
楽しく過ごしたいです。」

わたしとわたしの そんなけいする友達

岩美南小学校 四年 幸田 桜乙

わたしには、ゆいさんというすばらしい
友達があります。何がすばらしいのかと
いつと、毎日委員会をがんばっているから
です。保健委員会のゆいさんは、一年生か
ら六年生まで全部の教室に行つて、健康
観察ボードに用紙をはさんでいます。そ
れを毎日しているのです。四年生になつて
から初めて入った委員会で、慣れないこと
をするときは、わたしも「大変だな」と思っ
たことがあります。でも、毎日忘れず
に全学年の教室をまわっているゆいさん
を見て、おどろきました。朝は登校して
宿題を出したり、ランドセルを片づけた
りして忙しいけれど、ゆいさんは全校の
ためにがんばっているのです。それだけ
なく、お昼には放送をすることもありま
す。責任をもって委員会の仕事をしてい
るのがすごいなと思いました。

ゆいさんは、
「紙がないと、朝の健康観察ができないか
ら、ちゃんとやらなきゃ。」
と語っていました。いっしょにやってみる
と、大変だったけれど、やりがいがある
ことに気づきました。

そんなことがあつてから、あらためて自
分の委員会の仕事を振り返ってみました。
トイレのスリッパをそろえたり、そうじ
道具をチェックしたりすることはあるけれ
ど、毎日ではないのでそんなにいそがしく
ありません。でも、トイレのスリッパがそ
ろつていたり、そうじ道具がきれいになつ
ていたりするのを見ると、やってよかった
という気持ちになります。わたしも学校
のために何かができると思うと、少
しうれしかったです。

委員会の活動を通して、わたしは友達
のよいところを見つけることができました。
それに、わたしもがんばろうという
気持ちになりました。わたしは放送がと
ても苦手です。けれど、いつか勇気を出
してやってみようかなと思っています。友
達のよいところから気づいたことを大切
にして、これからも委員会をがんばろう
と思います。

手話が広まる日本に

岩美中学校 三年 村島 麗

「キーン」「ポー」耳から変な音がするな。
中二の夏、猛威を振るう新型「コロナウイ
ルス」に感染したと同時に変な音がするよ
うになった。左耳から声は聞こえないのに、

「キーン、キーン」、頭にずっと響いていた。
回復すると、少し聞こえにくくは残ってい
るものの、聴力は戻ってきた。

日常生活に違和感を覚えながらも、何
もない毎日を過ごしている中で、SNS
を見ていると、

「ちょっと待って、一分だけ時間を下さい。」
なんだろうと思いつながら見ていると、あ
る一人が手話で会話をしていた。動画で
は、相手の話が理解できるのはすてきな
こと。手話が消滅の危機にあることが分
かりました。また、手話で話す一人を見て、
耳が全く聞こえない人達は、毎日を動画
のよつに過ごしているのかなと思ひ、聞
けない人と話してみたいという希望を胸
に、覚えよつと頑張つた。忘れかけていた
指文字を覚え直したり、日常会話の手話
などを覚えたりし、今では会話ができる
程になった。手話のみでのライブ配信では、
手話を読み取り相手の伝えたい事が分か
るよつになった。

今では、聾の方と会話ができるよつに
なった。手話で話すという目標が達成で
きた。

手話で会話すること。それは、喜怒哀
楽を動きに込め表現するのだ。顔を最大
限に生かし、嬉しい、悲しい、好きなど、
それぞれの思いを決まつた動きと共に伝え
る。そうすることで意思が伝えられるのだ。

手話が広まれば、誰もが過ごしやすい
なるのではと考える。もし、思いを伝え
るのが苦手な方に手話が広まれば、口で
思いが伝えられなくても、手が動けば、
思いは伝わるのだ。また、耳が聞こえて
いる人でも、手話を覚えることで、映画

館など静かにしなければいけないところ
で、会話をすることができると。

一方、目が見えない方には、手話で思い
は伝えられない。

このよつに、メリットもデメリットも
あるが、手話には良いところの方が圧倒
的に沢山あるのだ。もし私が前と変わら
ずしっかりと聞こえていたら、手話にこま
で興味を持っていなかったかもしれない。
興味を持った今、手話が広まれば、日本
がもっと明るくなるのではないかな。もつと
もつと手話が広まつて沢山の人が楽しく
過ごせる様、努力したい。

標語の部

【特選】

やさしさは みんなの心 つつみこむ

岩美北小六年 安田 茉綯

ごめんなさい いえる勇氣は 心の勇氣

岩美西小六年 澤 凜人

目ごそうよ 笑顔あふれる 学校を

岩美南小六年 田中麗衣華

くらべない 一人一人が 主役だよ

岩美中 一年 川部 航貴

つなげよう さしだした手と そのこころ

岩美中 二年 松井 颯来

うそはない ほんとのかおで 笑いたい

岩美中 三年 清水こなみ



ホットニュース 1

岩美こども食堂の代表 西浦公子さんが鳥取県知事表彰を受賞

12月17日(日) 米子コンベンションセンター(米子市)で開催された「シン・子育て王国とっとりフェス」にて、岩美こども食堂の運営をされている西浦公子さんが鳥取県知事表彰を受賞されました。この賞は、安心して子どもを産み育てられる地域社会づくりへの功績が称えられ、今回の受賞となりました。



ホットニュース 2

スポーツ推進委員山本大輔さんが鳥取県スポーツ推進委員協議会功労者表彰を受賞



研究大会に参加されたスポーツ推進委員の皆さん 前列中央が山本さん

12月2日(土)、国府町コミュニティセンター(鳥取市)で開催された鳥取県スポーツ推進委員研究大会にて、岩美町スポーツ推進委員である山本大輔さんが功労者表彰(勤続10年以上)を受賞されました。今後もより一層のご活躍が期待されます。

ホットニュース 3

災害義援金をご寄付いただきました

令和6年能登半島地震で被災された方々の支援のため、1月11日(木)に岩美町建設事業協同組合様から日本赤十字社岩美町分区分へ義援金50万円をご寄付いただきました。

いただいた義援金は、日本赤十字社鳥取県支部を通じて被災地へ送られます。温かいご支援ありがとうございました。



スマホ用電子証明書が コンビニ交付で 利用できるようになりました



スマホ用電子証明書搭載サービス

マイナンバーカードのICチップに格納されている署名用電子証明書を使って、スマートフォンにスマホ用電子証明書を搭載するサービスです。

これによりマイナンバーカードを持ち歩くことなく、スマホだけで様々なマイナンバーカード関連サービスの利用や申込ができるようになりました。



スマホ用電子証明書を利用した証明書コンビニ交付サービス

今まではコンビニ交付を利用するにあたりマイナンバーカードが必要でしたが、それに加えてスマホ(スマホ用電子証明書を搭載したもの)でも住民票の写し等を取得することができるようになりました。

○対象店舗

| 事業者名 | サービス開始時期 | 対象店舗 |
|------------------|-------------------|--------|
| 株式会社 ローソン | 令和5年 12月20日(水) | 東京都内店舗 |
| 株式会社 ファミリーマート | 令和6年 1月22日(月) | 全国店舗 |

○対応機種

現在はAndroid端末の一部の機種で利用できます。(iPhone端末の対応時期は未定)

(本サービスに対応しているスマホの機種等の詳細については、デジタル庁ホームページ「スマホ用電子証明書搭載サービス」をご覧ください。)

注意事項

- スマホ用電子証明書を搭載するにはマイナンバーカードを取得し、署名用電子証明書を発行する必要があります。
- スマホ用電子証明書利用の申込は町の窓口ではできません。ご自身のスマホで行う必要があります。
また、スマホの利用をやめるときは、ご自身によるスマホ用電子証明書の失効手続または一時利用停止が必要です。
- スマホ用電子証明書搭載サービスについてのご不明点は、マイナンバー総合フリーダイヤル(0120-95-0178)へお問い合わせください。





確定申告がはじまります!!

昨年（令和5年1月1日～令和5年12月31日）の所得を対象とした所得税と個人住民税（町県民税）の申告受付が始まります。所得が年末調整済み給与所得のみの方は申告をする必要はありませんが、その他の所得がある場合や各種控除を受けようとする場合は申告が必要です。

この申告に基づき令和6年度の町県民税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料などの算定が行われます。申告をしていない場合、適正課税ができないばかりか、所得が不明なため所得証明書などの発行や軽減措置が受けられないことがあります。

所得申告は、あなたの生活に関わる重要なものです。正確に申告しましょう。

申告の相談・受付

とき 2/16(金)～3/15(金)の毎日

受付時間 8:30～11:00（相談開始は9:00から）、13:30～16:00

*土日・祝日も申告の相談を受け付けます。

※「株式の配当・譲渡」「住宅借入金等特別控除（初年）」の対象者の方に限り、2/1(木)～2/15(木)の平日に完全予約制で申告を受け付けます。ご希望の方は事前に、申告日時を電話予約（税務課：73-1413）してください。

ところ 役場3階 大会議室

確定申告が必要な人は次のとおりです。

<給与所得がある人>

次のいずれかに該当する人は、確定申告が必要です。

- ①給与収入が2000万円を超える人
- ②主たる給与所得以外の所得が20万円を超える人
- ③2ヶ所以上から給与を受けている人

※20万円以下の場合でも住民税の申告は必要です。

<給与以外の所得がある人>

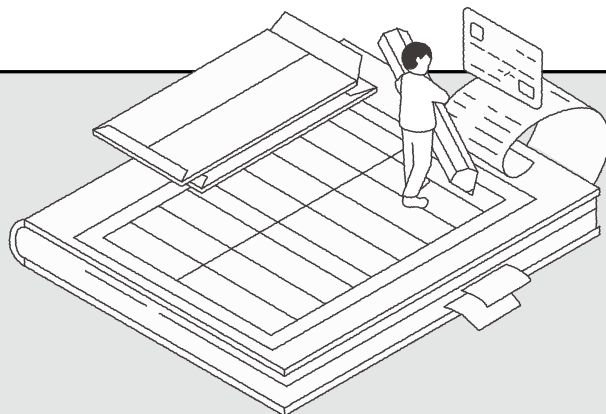
令和5年中において、次に該当する人で所得の合計額が基礎控除、配偶者控除、扶養控除、その他の所得控除の合計額よりも多かった人は必ず申告してください。

- ①事業（商業・工業・農業・漁業など）を営んだ人
- ②地代・家賃などの不動産収入があった人
- ③雑所得（個人年金、太陽光発電の売電収入など）があった人
- ④一時所得（保険の満期受取金など）があった人
- ⑤土地や建物、株式の売却があった人

<年金所得のある人>

『公的年金などの収入金額が400万円を超える場合』、『公的年金などに係る雑所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える場合』または『外国の法令に基づく年金を受給している場合』は、確定申告が必要です。

※上記以外の場合であっても、各種控除の適用を受ける場合は、確定申告が必要です。



次の事項に該当する方は鳥取税務署での申告となります。

・土地、建物等の譲渡に係るもの

・青色申告に係るもの

・農業所得を除く事業所得や不動産所得等に係るもの

・過年度の修正申告に係るもの



確定申告に必要なもの 申告の時には下記のものが必要です。忘れずにご持参ください。

- * マイナンバーカード（個人番号カード）又は番号確認書類《ご本人のマイナンバーを確認できる書類》+身元確認書類《記載したマイナンバーの持ち主であることを確認できる書類》
- * 申告者名義の「通帳」（還付申告の場合）
- * 給与・年金所得の源泉徴収票（複数枚ある人はすべて）
- * 生命保険料、地震保険料控除を受ける人は、保険料の支払証明書
- * 社会保険料控除を受ける人は令和5年中に支払った国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、国民年金保険料の額わかるもの（国民年金保険料で控除を受ける場合、支払金額証明書が必要です。）
- * 医療費控除を受ける人は、令和5年中に支払った医療費及び保険などで補てんされる金額の明細書を必ず作成してください（領収書の添付は不要です。）
- * セルフメディケーション税制による医療費控除の特例の適用を受ける人は、セルフメディケーション税制の明細書
- * 障害者控除を受ける人は、身体障害者手帳など障害の内容を証明する書類
- * 寄附金控除を受ける人は、特定寄附金の明細書や領収書
- * 事業（農業・漁業など）所得などのある人は、収入・仕入れ・経費のわかるもの
<平成26年1月以降は記帳と帳簿書類の保存が義務づけられています>
- * 住宅借入金等特別控除を受ける人は、「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」、「家屋の登記事項証明書の写し」、「工事請負契約書の写し」、補助金等の交付を受けた場合はその額を証する書類

個人住民税(町県民税)の申告

令和5年中に所得のあった人はもちろん、所得がなかった場合でも、国民健康保険に加入している人や、後期高齢者医療の対象となる人等は、住民税の申告が必要です。住民税の申告書が必要な方はご連絡ください。（国民健康保険税、後期高齢者医療保険料の算定は、前年の所得などに基づいて行われるため、これらが減額になる場合でも、申告がないと減額できません。）

ただし、次の方は住民税の申告をする必要はありません。

- 給与所得のみで年末調整をした人
- 所得税の確定申告をした人
- 収入が公的年金のみの65歳以上（1月1日現在）の人でその金額が148万円以下の人
- 収入が公的年金のみの65歳未満（1月1日現在）の人でその金額が98万円以下の人

問 税務課 | ☎73-1413

~鳥取税務署からのお知らせ~

確定申告会場等のご案内

確定申告会場 鳥取市役所駅南庁舎 地下1階（第5会議室） 鳥取市富安2丁目138番地4

開設期間 2月16日(金)～3月15日(金)

※土日祝日は、確定申告の相談は行っていません。

ただし、2月25日(日)は、上記確定申告会場で相談を行います（前年の日程と異なっておりますので、詳細は国税庁ホームページでご確認ください。）

受付時間 8:30～16:00まで

相談時間 9:00～17:00まで

その他 確定申告書等の提出の方は鳥取税務署1階総合窓口へお越しください。

(注)

①確定申告会場への入場には「**入場整理券**」が必要です。

- ・入場整理券は、LINEを通じたオンライン事前発行をぜひご利用ください。

※国税庁LINE公式アカウントを友だち追加してください。

- ・入場整理券は、確定申告会場においても当日分を発行しますが、数に限りがあります。

②確定申告会場では、原則としてご自身のスマホを利用して確定申告書等を作成していただけます。

③マイナンバーカードをお持ちの方は、同カードと併せて利用者証明用電子証明書（数字4桁）及び署名用電子証明書（英数字6文字～16文字）のパスワードが必要ですので、あらかじめご準備ください。

④確定申告会場の駐車場は台数に限りがありますので、ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。

友だち追加はこちらから



スマホから確定申告

「確定申告書等作成コーナー」 国税庁 HP

- スマホ専用画面
給与所得、雑所得や一時所得がある方など、多くの方がスマホ専用画面をご利用いただけます。
- 申告書作成・e-Tax送信！
◆申告書を作成
画面の案内に従って金額等を入力し作成
◆申告書を送信
次の2つでe-Tax送信できます
マイナンバーカード + 携帯対応のスマホ

鳥取税務署 国税庁HP 検索



令和6年能登半島地震災害義援金を受け付けています

日本赤十字社では、令和6年能登半島地震災害による義援金を受け付けています。
皆様の温かいご支援をよろしく申し上げます。

◆町内設置場所

- ・役場 総務課
- ・役場 健康福祉課（岩美すこやかセンター内）
- ・岩美病院 総合受付窓口
- ・岩美町中央公民館

◆設置期間

1月5日（金）から 12月25日（水）まで



問 日本赤十字社岩美町分区 健康福祉課 地域福祉係 | ☎73-1333

お使い忘れありませんか？ 「いわみ燃料価格高騰対策支援クーポン」

使用期限は
2月29日
まで！

原油価格高騰の影響を受けている町民の皆さんの生活支援のため、町内の登録店舗で燃料の購入に利用できる「いわみ燃料価格高騰対策支援クーポン」（1人5,000円分（500円券×10枚））をお配りしています。クーポン使用期限が2月29日（木）まで!!と迫っています。

クーポンをお持ちの方は、期限までにお早めにご使用ください。

※期限が過ぎたクーポンは使用できませんのでご注意ください！



問 住民生活課 環境係 | ☎73-1415

新しい教育委員のご紹介

このたび、教育委員の任期満了に伴い、令和6年1月27日付で教育委員に小椋 幸人氏（新任：任期4年）が任命されました。小椋委員のこれからのご活躍を期待いたします。

本町の教育委員 4名

小谷 節子さん 森本 昌和さん
米村 裕子さん 小椋 幸人さん



国民年金「ご存じですか？ 猶予と追納って、ナニ？」

◆「学生納付特例」制度（ガクトク）

学生間の保険料を猶予し、社会人になってから納める制度です。

- ◎学校教育法に定める、大学・大学院・短大・高等学校・専門学校などに1年以上通われている20歳以上の学生が対象です。*修業年数が1年以上の課程に在籍している方
- ◎申請には、アルバイトなどで得た前年の所得基準などの審査があります。
- ◎世帯主（例：親）、配偶者の所得は関係しません。



◆「納付猶予」制度

保険料を納めるのが難しい50歳未満の方の保険料を一定期間猶予する制度です。

- ◎50歳未満の方が対象です。（学生は対象外です。）
- ◎申請には、本人（結婚している場合は配偶者を含む）の前年所得などの審査があります。ただし、同居する世帯主（親）の所得は問いません。

⚠️ 免除・猶予・ガクトクを受けた場合、将来受け取る年金額が少なくなります。

◆将来に受け取る年金額を増やすために「保険料の追納」ができます。

免除・猶予・ガクトクを受けた場合、保険料を全額納めた場合と比べ、年金額が減額されます。将来受け取る年金額を増やすために、10年以内であれば免除等を受けた期間の保険料をさかのぼって納める「追納」ができます。

*ただし、3年度以上さかのぼって保険料を納める場合は、当時の保険料に一定額が加算されます。

問 鳥取年金事務所 | ☎27-8311
住民生活課 保険係 | ☎73-1415

令和5年度 低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金の申請期限は2月末までです

食費等の物価高騰に直面し、家計が急変した低所得の子育て世帯の方に特別給付金を支給しています！

【以下のいずれかに該当する方が対象】

【ひとり親世帯】

- ① 令和5年3月分の児童扶養手当を受給している方（すでに令和5年4月に支給しています）
- ② 公的年金などを受給しているため、令和5年3月分の児童扶養手当の支給を受けていない方
- ③ 食費等の物価高騰の影響を受けて、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方

【ひとり親世帯以外】

- ① 令和4年度低所得の子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯以外分）を受給した方（すでに令和5年5月に支給しています）
- ② ①に該当する方以外で、18歳未満の児童（障がい児の場合20歳未満）を養育し、以下のいずれかに該当する方
 - ・令和5年度の住民税（均等割）が非課税の方
 - ・食費等の物価高騰の影響を受けて、収入が住民税非課税相当となった方

【給付金額】 児童1人当たり5万円

【申請期限】 2月29日（木）当日消印有効

*申請方法など詳しくは本町ウェブサイトをご覧ください。

詳しくはコチラ



問 子ども未来課 | ☎73-1424

第32回（令和6年度）因伯シルバー大会

出場者募集

— 「ねんりんピックはばたけ鳥取2024」 予選会 —

スポーツや文化活動を通して、鳥取県内の高齢者同士の交流の輪を広め、健康と仲間づくり、生きがいづくりを促進すると共に、第36回全国健康福祉祭とつとり大会（ねんりんピックはばたけ鳥取2024）の選手選考会として開催します。



◆応募資格／鳥取県に在住する60歳以上の方

（昭和40（1965）年4月1日以前生まれの方）

◆競技／全12種目

卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、ゲートボール、ペタンク、ゴルフ、弓道、グラウンド・ゴルフ、囲碁、将棋、健康マージャン

◆と き／主に令和6年5月上・中旬頃に種目毎に開催

◆と ころ／県東部地区を中心に開催（東部地区以外で開催される種目もあり）

◆募集方法／所定の参加申込用紙に記入し、FAX又は郵送でお申し込みください。

実施要項・参加申込書は、役場・町社会福祉協議会・公民館・図書館等にあります。

◆募集締切／4月15日（月） ※詳しい募集内容については、下記にお問合せください。

申・問

〒689-0201 鳥取市伏野1729-5

社会福祉法人鳥取県社会福祉協議会

ねんりんピック連携室

☎59-6332

鳥取ことばきネット



2月は鳥取県フレイル予防月間です フレイルに要注意！

歳をとるごとに食が細くなったり疲れやすくなったり、歩く速さが遅くなったりしていませんか？

フレイルとは、加齢に伴い、筋肉・筋力といった身体的部分や、気力・活力といった精神的部分が低下していく状態のこと。そのまま放置していると、ストレスの抵抗力も弱まり、様々な健康障害を起こしやすくなってしまいます。

定年退職後、家族以外の親しい友人がいないため、人と関わることが少なくなるといふ方もいらっしゃるようです。趣味や地域活動などで顔見知りを増やしていくことから始めてみてはいかがでしょうか。

フレイル予防には3つの要素が大切です！

運動



しっかり動く

栄養



しっかり食べる

社会参加



人とのつながり

「フレイル」を予防・改善！

栄養 4つのポイントを実践してみましょう

- ① 3食しっかり食べましょう
- ② 主食、主菜、副菜を組み合わせ食べてみましょう
- ③ いろいろな食品を食べましょう
- ④ 筋肉を増やすために主菜をしっかり食べましょう



口の機能

おいしく食べるため、むせ予防に口の運動や歯の検診を取り入れてみましょう。



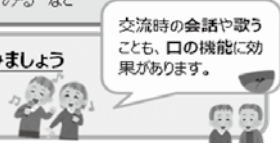
身体活動 今より10分多く生活の中でからだを動かしてみましょう

- いつもよりも少し早く歩く ● 自宅や駅の階段昇降 ● ペットの散歩
- 掃除・洗濯 ● TVやチラシに掲載の体操から始めてみる など



社会参加 自分に合った活動を見つけて参加してみましょう

- 1日1回は外出する
- 地域のボランティアや趣味のサークルに参加する など



交流時の会話や歌うことも、口の機能に効果があります。

問 健康福祉課 健康増進係 | ☎73-1322





オーラルフレイルについて

岩美病院 歯科口腔外科

オーラルフレイルという言葉をご存じですか？

オーラルフレイルとは、『口腔（オーラル）』の『虚弱（フレイル）』という意味で、加齢に伴い、噛む、飲み込む、話すなどのお口の機能が衰えることを指し、早期の重要な老化のサインとされています。オーラルフレイルは全身のフレイルの前段階とされ、深い関係性が指摘されています。

※フレイルとは、高齢になって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態をいいます。多くの人が健康な状態からこのフレイルの段階を経て、要介護状態に陥ると考えられています。



あなたもオーラルフレイルかも？

- ・固いものが食べにくく、やわらかいものを食べる
- ・むせることが多くなった
- ・口が乾きやすくなった
- ・滑舌が悪くなった
- ・義歯を使用している
- ・長期間歯医者に行っていない
- ・食べこぼしをする

など、当てはまった方はオーラルフレイルの危険性が高いかもしれません。このような『ささいな衰え』がオーラルフレイルです。歯やお口の機能が衰えると、話すことが減ったり、食生活に影響を及ぼすため栄養状態が悪化し、筋力が痩せ、体力が低下し外出することも少なくなるなど、全身に悪影響を与えます。しかし、このような負の連鎖にならないよう、早期に気づき対処すれば食い止めたり、回復することが出来ます。お口の健康を保つことが、全身の健康

維持へとつながります。日頃からご自分のお口の事に関心を持ち、意識してお口や歯のケアをしていきましょう。

オーラルフレイル対策をしましょう！

- ①お口の中を清潔に保ちましょう
 - ・歯ブラシでの清掃に加え、歯ブラシの届きにくい歯と歯の間はデンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシなどの補助用具も毎日使用しましょう。

歯ブラシだけの歯垢除去率は60％程度ですが、デンタルフロスや歯間ブラシを使用する事により80～90％まで除去率を上げることが出来ます。

- ・義歯を使用されている方は、義歯を外してブラシを使ってこすり洗いを行い、義歯洗浄剤も定期的に使用しましょう。

②お口のトレーニングをしましょう

飲み込みのトレーニングはつきりと大きな声で『ハ』『タ』『カ』『フ』をそれぞれ10回繰り返します。お口の周りの筋力と飲み込む力を鍛えます。むせることが

多い方にお勧めです。
舌のストレッチ

『ベー』と舌を出し、舌先で上唇を触り、左右の口角を舌先で触れます。舌を鍛え動きが良くなる事で、食べたり飲み込みがスムーズになります。

- ③定期的な歯科受診をしましょう

オーラルフレイルの予防には定期的な歯科受診が重要です。口の中の病気はしずかに進行し、症状が出た時には重症になっているという場合が多くみられます。そうならないよう定期的に歯科受診をしましょう。

☆岩美病院 歯科口腔外科では予約にて定期検診も受け付けています。お口や歯のお悩み事があればお気軽にご相談ください。

3月の休診日のお知らせ

| | |
|-------|----------------|
| 脳神経内科 | 3月6日 |
| 眼科 | 3月12日 3月28日 |



農業委員会だより 第196号

農地を相続された方は、「法務局への相続登記」と「農業委員会への届出」をお願いします。

相続により農地の所有者となられた方は、法務局で相続登記をしてください。あわせて、相続した農地が所在する農業委員会へ届出をお願いします。

農地の所有者（登記名義人）が亡くなられた際に、相続登記の手続きをしないまま長い期間が経つと、相続権のある人が次第に増えていき、所在不明な方がいる場合など相続手続きができない、遺産分割協議がなかなか終わらないなど、時間も費用もかさむことになります。

また、農地が未相続のまま長期間放置されると、誰の農地かわからなくなったり、相続関係が複雑で売買、貸し借りができず遊休農地となることがあります。農地を守るためにも、相続登記を行いましょう。

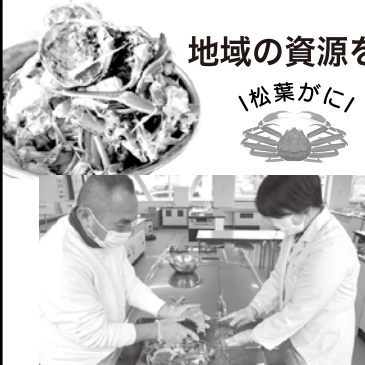
※相続登記が義務化されました！！

令和3年に法律が改正され、これまで任意だった**相続登記が義務化**されることになりました。相続登記の義務化は、**令和6年4月1日**から始まります。

この制度により、正当な理由がないのに**不動産を相続したことを知った日から3年以内**に相続登記の申請をしないと10万円以下の過料が科される可能性があります。

また、令和6年4月1日より前に相続した不動産も、相続登記がされていないものは義務化の対象になります（3年間の猶予期間があります。）ので要注意です。

問 農業委員会事務局 | ☎73-1586



地域の資源を生かした探究授業の取組みを紹介！

「松葉がに」

カニの甲羅は綺麗に洗いました

岩美高等学校 魅力化
COORDINATOR
コーディネーター
イワツツたいむ 第11回


2年生の総合的探究の時間では、生き物をテーマに選んだグループが岩美町の地域資源を生かした課題に取り組んでいます。

生徒が目にしたのは「松葉がに」。旅館などで消費される松葉がにの殻や甲羅は廃棄されるだけですが、蟹の甲羅に含まれるカルシウムやキチンなどの成分を利用して、環境にやさしい農業肥料が作れないかという意見が出ました。そこで、岩井温泉の明石家様にご協力をお願いし、廃棄前の甲羅や殻をいただきました。これらを使った農業肥料の活用について探究を進めていきたいと思います。

コーディネーターが広島県大崎海星高校視察！生徒たちの熱き探究心に感動。

11月29日・30日の日程で、広島県立大崎海星高等学校に視察に行ってきました。大崎海星高等学校は瀬戸内海中央に位置する広島県の離島にあり、本土からはフェリーで約30分かかります。

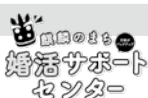
今回、「総合的な探究の時間」について2年生の授業見学と3年生の成果発表を視察し、生徒一人一人が社会で起こっている問題を自分と上手に結びつけ、主体的に課題に取り組んでいる姿勢に感銘を受けました。また、大崎海星高校魅力化コーディネーターの熱意あるお仕事を振り返りも今後の活動に大きな刺激となりました。



人口減少の島で新しい店が増えている要因を話し合う2年生と大崎海星高校魅力化コーディネーター



鳥取県が運営する
サポートセンター



鳥取市が設置した
サポートセンター





冬場の感染症の重症化に注意を！



小児期は様々な感染症にかかりやすく、特に冬場はインフルエンザを始めとした感染症が流行しやすい時期です。家庭での療養中、心配になるのが重症化していないかどうか。以下の判断のポイントを参考にして、1つでも該当する項目があったときは医療機関を受診することが大切です。

重症化の判断の3要素

- ①外観：「ぐったりしていないか」「言動がおかしくないか」「普段と違った様子はないか」
- ②呼吸状態：「息苦しそうにしていないか」「胸がペコペコしていないか」「唸っていないか」
- ③皮膚への循環：「顔色が悪くなっていないか」

上記3要素に加え、「水分がとれているか」「尿・汗・涙は出ているか」も要チェック。また、生後3カ月未満の乳児は発熱も要注意で、小児科をすぐに受診すべき目安になります。

参考：月刊母子保健(第769号)

ママパパクラスのご案内

- と き 3月2日(土) 10:00～11:30
- 対 象 妊婦さんとご家族
- と ころ 子育て支援センター（岩美町新井269番地）
- 内 容 岩美町の子育て情報、産後の生活をイメージしてみよう
（沐浴体験、妊“夫”体験、情報交換 など）
- 予約先 岩美ナビ(スマホアプリ)予約システム ※3週間前から予約開始 子育て支援センター ☎72-2922



問 子ども未来課 子育て支援係 | ☎73-1424

人権学習

人生100年時代

今年度も何度か地域での人権学習会に参加しました。参加された方の多くは60代から70代の方々为中心でしたので、研修会の内容は高齢者の人権問題が中心でした。全国的な少子高齢化による人口減少は重要課題の一つであり、超高齢化社会をお年寄りの皆さんが生き生きと暮らせる地域をめざすために参加者の皆さんと一緒に考えていきたいことを中心にお話をさせていただきました。

『人生100年時代』という言葉が最近よく耳にしますが、皆さんはこれを聞いてどう思われますか？沈んだ気持ちになりますか？それとも前向きな気持ちになりますか？」と参加された皆さんに問うてみました。どの地域でも半分以上の方は沈んだ気持ちになる方に手を挙げられました。年齢を重ねていくことに負の気持ち（前みたいいろいろなことができんようになってきた。年をとってみんなに迷惑をかけている等など…。）がどんどん大きく膨らんでいくのでしょうか。

日本は世界一の長寿国です。しかし、年を重ねていくとどうしてもいろいろなことに対して弱気になり、日々の生活の中で生きづらさを感じるが増えていくようです。たとえそうであっても、誰もが毎日元気に楽しく生活することを望んでいます。みなさんがちょっとだけ周りに目を向けて「どうしたの？大丈夫？何か困っている事ありませんか？一緒に考えましょう…」などの言葉かけを心がけてみませんか。高齢者の人権はもちろん、すべての人の人権が尊重され人権が保障される地域であってほしいものです。地域の力が求められています。

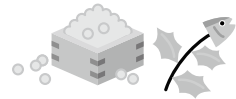
問 教育委員会事務局 人権同和対策係 | ☎73-1302



講座開催のお知らせ

要事前
申込

電話で
お願いします

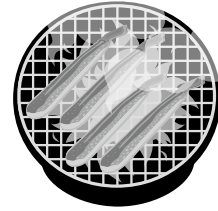


公民館だより

シーズン到来！若松葉がにのクッキング教室

若松葉がにの漁が2月1日から始まります。美味しい若松葉がにの食べ方をマスターし、冬の味覚を楽しみましょう。

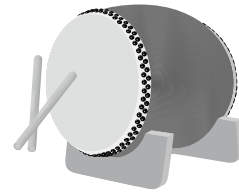
| | |
|-------|---------------------------|
| と き | 2月15日（木）10：00～13：00 |
| と ころ | 中央公民館 |
| 内 容 | 若松葉がにの茹でがに、焼きがに、刺身、かにみそなど |
| 募集人数 | 8名程度（先着順） |
| 講 師 | 健康福祉課 管理栄養士 乾 京子 氏ほか |
| 持 参 品 | エプロン、三角巾 |
| 材 料 代 | 1,000円程度を予定（当日精算します） |



eスポーツ体験会（実施団体 一般社団法人鳥取県eスポーツ協会）

令和6年10月のねんりんピックとっとり大会に向け、高齢者をはじめ町民の皆さんに楽しくeスポーツに触れていただく体験会です。

| | |
|------|--------------------------|
| と き | 2月22日（木）13：30～15：00 |
| と ころ | 中央公民館 |
| 内 容 | コンピュータゲーム「太鼓の達人」で対戦をします。 |
| 対 象 | 高齢者及び一般町民 |
| 募集人数 | 20名（先着順） |
| 参加費 | 無料 |



スパイス料理教室

| | |
|-------|------------------------------|
| と き | 2月27日（火）10：00～13：00 |
| と ころ | 中央公民館 |
| 内 容 | スパイスをふんだんに使っておいしい料理をつくりましょう。 |
| 募集人数 | 8名（先着順） |
| 講 師 | Caféニジノキ 川元壮一氏 |
| 持 参 品 | エプロン、三角巾、材料代（当日精算します） |



No.
559

問い合わせ先

岩美町中央公民館
☎ 72-0510 FAX 73-1440

岩美川柳会

再開を誓うバイバイ夢がある

山田 たぬ

クラクション軽く二つでバイバイと

小西 幸安

しっかりと飲んだ人ほと言おう割り勘

浜岡 敏子

視力表一・二まで丸暗記

山下 蟹郎

飲む数の葉も多く米寿です

飯野 喜子

暖冬も炬燵は居間に鎮座する

山下 節子

松かさ短歌会

同体に東に揚げる行司の目

植田 榮子

再生を観て軍配通り

慣れた道なのにオットト躓いて

振り返り見れば段差の低し

城戸千鶴子

息揃えハーモニカ吹く十四人

「青春時代」のメロディー弾む

小谷 節子

花柚子を七つ湯舟に浮かべたり

たまに見らるる星座の形

平家 陽子





図書館だより

No. 214

問い合わせ先

☎ 72-0510



お知らせ

| | |
|----------------|---|
| 大人のお話会 | と き 2月29日(木) 13:30~ 定員 30名 朗読 竹久夢二・宮沢賢治の世界 |
| 如月のおはなし会&クッキング | と き 2月25日(日) 10:00~ ところ 中央公民館 10:00 おはなし会 「つばきレストラン」(絵本) 「玉屋の徳べえ」(布の絵本) お手玉(手あそび) 「おひなさま」(パネルシアター) 10:30 クッキング 「チョコレートケーキ」 定員 6組 *申し込みが必要です。 |
| 映画会 | 「ラーゲリより愛を込めて」 【134分】 と き 2月16日(金) 13:30~ ところ 中央公民館 主 演 二宮和也・北川景子 ほか *あなたに、会いたい。 運命に翻弄されながら再会を願い続けた2人の11年に及ぶ愛の実話。 |

い、恐怖とドタバタ、胸えぐる感涙、いつかの夢のごとき抒情などが横溢する圧倒的傑作掌篇小説集爆誕!

【八ヶ岳南麓から】上野 千鶴子/著
四季の景色や草花を楽しむこと、移住者のコミュニティに参加すること、地産の食べ物を存分に味わうこと、虫との闘いや浄化槽故障など想定外のトラブルに翻弄されること、オンラインで仕事をこなすこと、「終の住処」として医療・介護資源を考えること……。山暮らしを勧める雑誌にはけっして出ていないことまでも語られる、うえのちづこ版「森の生活」24の物語。

- | | |
|------------------|-------|
| 肌馬の系譜 | 山田 詠美 |
| 天神参り | 山本 一力 |
| 一億円の犬 | 佐藤 青南 |
| モヤ対談 | 花田菜々子 |
| こちら空港警察 | 中山 七里 |
| 記憶の歳時記 | 村山 由佳 |
| 京都東山邸の小鳥遊先生 | 望月 麻衣 |
| 悪逆 | 黒川 博行 |
| 歩山録 | 上出 遼平 |
| 透明になれなかった僕たちのために | 佐野 徹夜 |
| 思い出の肩籠 | 佐藤 愛子 |
| 台北アセット | 今野 敏 |
| さやかに星はきらめき | 村山 早紀 |
| 僕の殺人計画 | や が み |
| 無敵の犬の夜 | 小泉 綾子 |
| 月ぞ流るる | 澤田 瞳子 |

【社会・家庭】
非正規介護職員ヨボヨボ日記 真山 剛
疲れた人に夜食を届ける出前店2 中山有香里
自分で地域で手づくり防災術 農山漁村文化協会
頭がぐんぐんよくなる0歳音読がおー 山口 諤司
60歳ひとりぐらし毎日楽しい理由 山本 浩未
地図で読み解く日本の島 長嶋 俊介

【絵本】
【大ピンチずかん2】鈴木 のりたけ/著
子どもが大ピンチに陥ってしまったとき、その大ピンチの理由がわかれば、そんなにおそれることはない。進化した『大ピンチずかん2』では、子どもが陥りやすい大ピンチを、大ピンチレベルの順に掲載するのはそのままに、新たに採用した「大ピンチグラフ」で、6つの要素からその理由を解明する。さてきみの大ピンチの原因はなんだろう?ドキドキ?イライラ?それともつらい?

あたらしい本

【文学】
【レモンと殺人鬼】くわがき あゆ/著
十年前、洋食屋を営んでいた父親が通り魔に殺されて以来、母親も失踪、それぞれ別の親戚に引き取られ、不遇をかこつ日々を送っていた小林姉妹。しかし、妹の妃奈が遺体で発見されたことから、運命の輪は再び回りだす。

【カーテンコール】筒井 康隆/著
巨匠の最後の挨拶(カーテンコール)は、25篇もの怒濤的傑作掌篇小説集!著者曰く「これがおそらくわが最後の作品集になるだろう」(編集者「信じていません!」)。筒井文学の主要登場人物が打ち揃う「プレイバック」をはじめ、巨匠がこれまで蓄積した技倆と思索の全てを注いだ、痙攣的笑

いわみ句会

- 洗濯を終えて見上げる青空に
溶け込むような上弦の月
吉村真知子
- 頂きし苺のケーキは手作りの
甘い香のしてゴクンと喉鳴り
岩垣 明美
- 玄關の前まで出でて子を送り
迎える我にお辞儀する親
山本憲二郎
- ※先月号の短歌に掲載の誤りがありました。
お詫びするとともに訂正の上、改めて掲載します。
- 草陰に時季を外れしスミレ咲き
二輪をそつと両手に包む
城戸千鶴子
- 日向ぼこ空気のやうな人とあて
上村いたる
- 大雪のニュースにあわて野菜取り
鳥井志をり
- 蟹競り場杖と令和の風に立つ
川戸しげ子
- さわやかや帽子の縁を一つ折り
山田 和子
- 流れゆく水の如く秋ゆけり
由澤寿美江





岩美町行事カレンダー

問い合わせ先：★健康福祉課 ●子ども未来課 ◆子育て支援センター ○総務課 ○社会福祉協議会

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|--------------------------------|---|---|--|-----------------------|--------|
| 28 | 29 ◎消費生活相談 | 30 | 31 | 1 ○あったかハートサロン ◆親子ふれあい遊び | 2 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ | 3 |
| 4 | 5 ◎消費生活相談 ○心配ごと・人権・行政相談 | 6 ★にこにこ体操サークル ㊟ ◆おはなし会 | 7 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ ★介護者家族交流会（認知症座談会） | 8 ○あったかハートサロン ●フッ素塗布 | 9 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ | 10 |
| 11 | 12 | 13 ★にこにこ体操サークル ㊟ ★ハートフルスペースin岩美（要予約） ●1歳6か月児健康診査 | 14 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ | 15 ○あったかハートサロン ◆すくすく測定日・誕生会 ○心配ごと・人権・行政相談 ★こころとからだの健康相談日 | 16 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ | 17 |
| 18 | 19 ◎消費生活相談 ★栄養相談日 | 20 ★にこにこ体操サークル ㊟ ◆子育て講座 ★ウォーキング教室 | 21 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ ★物忘れ相談日 ★うるおい広場 | 22 ○あったかハートサロン ◆おはなし会 ●フッ素塗布 | 23 | 24 |
| 25 | 26 ◎消費生活相談 ○心配ごと・人権・行政相談 | 27 ★にこにこ体操サークル ㊟ ●6・7か月児健康診査 ●BCG接種 | 28 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ ◆赤ちゃんサロン | 29 ◆親子ふれあい遊び | 1 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ | 2 |
| 3 | 4 ◎消費生活相談 | 5 ★にこにこ体操サークル ㊟ ○心配ごと・人権・行政相談 | 6 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ | 7 ○あったかハートサロン ◆おはなし会 | 8 ★にこにこ体操サークル ㊟ ㊦ | 9 |

※詳しい行事内容・連絡先は左ページでご確認ください



健康づくり

| | | |
|-------|---|---|
| 2月 8日 | 木 | ●フッ素塗布 会場／岩美すこやかセンター 受付／14:00～15:30 対象／フッ素塗布2回目以降のお子さん |
| 13日 | 火 | ★ハートフルスペース in 岩美 (要予約) 会場／岩美町中央公民館 受付／10:00～12:00 対象／中学校卒業後から20歳までの不登校やひきこもり傾向にある方又はその保護者 問い合わせ先／東部ハートフルスペース ☎28-2388 ●1歳6か月児健康診査 会場／岩美すこやかセンター 受付／個別に通知した時間 対象／令和4年5月1日～令和4年7月31日生まれ |
| 15日 | 木 | ★こころとからだの健康相談日 会場／岩美すこやかセンター 時間／9:30～11:00 対象／どなたでも |
| 19日 | 月 | ★栄養相談日 会場／岩美すこやかセンター 時間／9:30～11:00 対象／どなたでも |
| 20日 | 火 | ★ウォーキング教室 (晴天時のみ) 会場／岩美すこやかセンター 時間／9:00～11:00 対象／どなたでも (初めてのの方は2/19までにお申し込みが必要) |
| 21日 | 水 | ★うるおい広場 (ひきこもり当事者・家族の広場) 会場／岩美すこやかセンター 時間／13:30～15:00 内容／小物づくり 対象／どなたでも |
| 22日 | 木 | ●フッ素塗布 会場／岩美すこやかセンター 受付／14:00～15:30 対象／フッ素塗布2回目以降のお子さん |
| 27日 | 火 | ●6・7か月児健康診査・BCG接種 会場／岩美すこやかセンター 受付／個別に通知した時間 対象／令和5年7月1日～令和5年8月31日生まれ |

※新感染症の流行状況及び都合により、日程を変更させていただくことがあります。ご了承ください。

(お問い合わせ先) ● は子ども未来課 ☎73-1424
★ は健康福祉課 ☎73-1322

消費生活相談

| | | |
|------------------------------|---|---|
| 2月 5日 19日 26日 3月 4日 | 月 | 会場／役場2階中会議室 時間／9:00～16:00 電話相談／☎73-1444 お問い合わせ先／総務課 ☎73-1411 |
|------------------------------|---|---|

心配ごと・人権・行政相談

| | | |
|------------------------------|------------------|---|
| 2月 5日 15日 26日 3月 5日 | 月 木 月 火 | 会場／岩美町社会福祉協議会 時間／9:00～12:00 お問い合わせ先／岩美町社会福祉協議会 ☎72-2500 |
|------------------------------|------------------|---|

介護予防

| | | |
|---|---|---|
| 2月 1日 8日 15日 22日 3月 7日 14日 | 木 | 認知症予防 あったかハートサロン 時間／①10:00～11:30 ②14:00～15:30 会場／岩美町社会福祉協議会 対象／65歳以上の方 (初めてのの方は事前にお申し込みください。) |
|---|---|---|

※都合により、日程を変更させていただくことがあります。ご了承ください。
(お問い合わせ先) 岩美町社会福祉協議会 ☎72-2500

| | | |
|-------------------------------------|---|--|
| 2月 2日 9日 16日 3月 1日 8日 | 金 | にこにこ体操サークル (老人福祉センター・大岩交流センター) 会場／老人福祉センター 時間／Aグループ 9:30～10:15 Bグループ 10:30～11:15 会場／大岩交流センター 時間／14:00～14:45 対象／概ね65歳以上の方 (初めてのの方は事前にお申し込みください。) ※大岩交流センターのみ送迎バスあり |
| 2月 6日 13日 20日 27日 3月 5日 | 火 | にこにこ体操サークル(すこやかセンター) 会場／岩美すこやかセンター 時間／Aグループ 9:30～10:15 Bグループ 10:30～11:15 対象／65歳以上の方 (初めてのの方は事前にお申し込みください。) ※送迎バスあり |
| 2月 7日 14日 21日 28日 3月 6日 | 水 | にこにこ体操サークル(なごみの館・文化センター) 会場／なごみの館 時間／10:00～10:45 会場／岩美町文化センター 時間／Aグループ 13:30～14:15 Bグループ 14:30～15:15 対象／65歳以上の方 (初めてのの方は事前にお申し込みください。) ※文化センターのみ送迎バスあり |
| 2月 7日 | 水 | 介護者家族交流会 (認知症座談会) 会場／岩美すこやかセンター 時間／13:30～15:00 対象／どなたでも |
| 2月21日 | 水 | 物忘れ相談日 会場／岩美すこやかセンター 時間／9:30～11:00 対象／どなたでも |

※都合により、日程を変更させていただくことがあります。ご了承ください。
(お問い合わせ先) 地域包括支援センター ☎72-8420

すくすくひろば

| | | |
|-------|---|----------------------|
| 2月 1日 | 木 | 親子ふれあい遊び【節分の会】 |
| 6日 | 火 | おはなし会 (栄養士) |
| 15日 | 木 | すくすく測定日・誕生会 |
| 20日 | 火 | 子育て講座【子ども読書アドバイザーの話】 |
| 22日 | 木 | おはなし会 |
| 28日 | 水 | 赤ちゃんサロン |
| 29日 | 木 | 親子ふれあい遊び【ひな祭り会】 |
| 3月 7日 | 木 | おはなし会 (栄養士) |
| 12日 | 火 | すくすく測定日・誕生会 |
| 19日 | 火 | おはなし会 |

会場／子育て支援センター
開設時間／月～金：10:00～12:00、13:00～16:00
対象／乳幼児とその保護者
お問い合わせ先／子育て支援センター ☎72-2922

※都合により日程を変更させていただくことがあります。ご了承ください。
尚、上記の火・木曜日の活動は、10:00から正午に行っています。
※赤ちゃんサロンは、13:15から14:30に行っています。
※行事のない火・木曜日はすきなあそびを楽しんでいます。
※全て事前申し込みが必要となります。



現場での意思決定支援について」
 基調講演：帝京大学医学部 外科学講座
 Acute Care Surgery部門 病院准
 教授、部門長
 准教授 伊藤 香 医師
 「緊急ACP～救急・集中治療の現場
 での意思決定支援～」

事例報告
 ディスカッション：座長 総合診療科
 診療部部長 懸樋英一
 定員 100人
 料金 無料
 問 市立病院地域医療総合支援セン
 ター地域連携係
 ☎37-1522(代) FAX37-1558

**無料
秘密厳守** 関係機関による
日曜労働相談会

解雇、雇止め、賃金未払い、労働時
 間、有給休暇、パワーハラスメントな
 ど労働問題全般に関する相談会（弁護
 士、社労士などが対応）
 と き 3月3日(日)
 10:00～15:00(予約制)
 ところ 県民ふれあい会館（鳥取市扇
 町21番地）
 申込期限 2月27日(火) 17:15まで
 問 労使ネットとっとり（県労働委
 員会）
 ☎0120-77-6010
 ※新型コロナウイルスの流行状況によっ
 ては、中止する場合があります。

**シルバー人材センター
お仕事相談会**

岩美町にお住まいのおおむね60歳
 以上の方で、会社を退職された方、余
 暇を有効に活用されたい方、豊かな知
 識や経験、能力を活かして地域貢献さ
 れませんか？
 と き 2月15日(木)
 14:00～16:00
 ところ 岩美町中央公民館(予約不要)
 問 岩美町シルバー人材センター
 ☎72-2511

**税理士記念日「税理士に
よる税の無料相談会」**

と き 2月22日(木)
 10:00～16:00
 ところ とりぎん文化会館 1階
 展示室
 担当 中国税理士会鳥取支部所属
 税理士
 ※電話で事前予約をお願いします。
 問 中国税理士会鳥取支部事務局
 ☎26-9563

**地域包括ケアシステム
シンポジウム**

**予約
不要**
 と き 3月3日(日)
 13:30～16:20
 ところ さざんか会館 5階 大会議室
 内容
 「ある日は突然やってくる、救急医療

**ハローワーク鳥取
出張職業相談会**

お仕事を探されている皆様
 (ハローワークを利用した事のない方、
 ハローワークへ出向くのが困難な方な
 ど是非ご参加ください)
【内容】
 *職業相談
 求人情報の印刷提供
 (紹介状を希望の方はハローワーク
 で求職登録後、窓口での発行となり
 ます)
 *訓練相談
 公共職業訓練・求職者支援訓練の
 ご案内
 ※パソコンによる適職診断も
 行っております。

予約不要
 と き 2月15日(木)
 14:00～16:00
 (受付時間15:30まで)
 ところ 岩美町中央公民館 2階
 第2研修室

問 ハローワーク鳥取
 ☎23-2021(41#)
 商工観光課 ☎73-1416
 健康福祉課 ☎73-1333



「つれていく」ではなく「自宅にきてもらう」
ペットの訪問火葬
「ペットのかけはし」

さくらメモリア株式会社 365日/24時間電話対応可能
 〒681-0003 鳥取県岩美郡岩美町浦富2609 ☎0857-37-5111

詳しくはホームページをご覧ください。 さくらメモリア 鳥取 検索

Instagram インスタはじめました! フォローお願いします!

2月に新しくオープンする「障がい者就労継続支援B型」事業所 **おあしす**

利用者さん募集
 'おあしす'は働きたいを支援します!

【ご連絡・ご相談は】
 電話：050-3136-3072
 メール：oasis.japon@gmail.com
 岩美郡岩美町浦富1048-8（岩美町建設事業共同組合1階）

LINE公式アカウント
 問合せ・見学依頼は
 こちらからもOK

詳しくはこちらから

見学・体験OK
 週2日よりOK
 在宅ワークOK



まちの求人案内

ハローワーク鳥取受理分（令和6年1月15日現在）

*ハローワーク鳥取に関する求人を掲載しています。
 求人がすでに採用済みとなっている場合もありますのでご了承ください。
 *就職の希望・紹介状の発行・問い合わせは、ハローワーク鳥取（鳥取公共職業安定所 ☎23-2021）まで。

| 事業所 | 所在地 | 職種 | 賃金(円) |
|----------------|-------------|-------------------------------------|-----------------|
| (有) 山本精機 | 浦富610-7 | 機械オペレーター (経験者) | 230,000～300,000 |
| | | 機械オペレーター (未経験者) | 160,000～180,000 |
| 岩美町国民健康保険 岩美病院 | 浦富1029-2 | 薬剤師 | 313,500～445,100 |
| 吾妻商事(有) | 浦富3081-21 | 現場監督及び監督補助 | 250,000～300,000 |
| (福) ふれあい | 岩井250 | 介護職員 | 168,000～207,000 |
| 福上工業(株) | 新井550番地 | 事務 | 155,000～170,000 |
| アイエム電子(株) | 鳥取市山城町6番40号 | 電子部品製造 (岩美工場、1:00～10:05) 【急募】 | 160,000～160,000 |

詳しくは、「ハローワークインターネットサービス（求人情報検索）」をご覧ください。



【基本検索条件】

- ◇求人区分
一般求人（フルタイム）
- ◇就業場所
鳥取県岩美郡岩美町
- ◇雇用形態
正社員

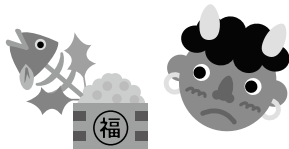
岩美町の可燃ごみの量
(単位: kg)

| | |
|----------|---------|
| 令和4年12月分 | 139,350 |
| 令和5年12月分 | 130,350 |
| 増減量 | △9,000 |

ごみ減量ワンポイントアドバイス

家にいる時間が増え、家庭ごみの増加が懸念されます。分別のご協力をお願いします。混ぜればごみ、分ければ資源。まだ使えるものは再利用し、使えなくなったものは正しく分別をしましょう。

問 住民生活課 ☎73-1415



人口と世帯 (令和6年1月1日現在)

| | |
|-----|---------------|
| 人 □ | 10,903人 (-14) |
| 男 | 5,282人 (-9) |
| 女 | 5,621人 (-5) |
| 世帯数 | 4,500世帯 (+8) |

リファレンいなば
2月リサイクルファクトリー・スケジュール

| 体験講座 | 日 時 | 定員 | 費用 |
|-----------------------|---------------------------------------|----------|------|
| マイバッグ (ショルダー) | 2/6(火) 10:00～15:00 | 5人 | 無 料 |
| 裂き織り | 2/14(水) 10:00～11:30 13:30～15:00 | 3人 3人 | 実 費 |
| うさぎの雛飾り (古布着物生地利用) | 2/20(火) 10:00～12:00 | 20人 | 100円 |
| 健康布ぞうり | 2/25(日) 10:00～15:00 | 8人 | 100円 |

※各教室内容により、布等の材料をご持参頂く場合があります。詳しくはお問い合わせください。
 ※上記以外の体験講座や、出張講座も行います。お気軽にご相談ください。

申・問 リファレンいなば
 (鳥取市伏野2220)
 ☎59-6026
 開館時間 10:00～16:00

休 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌平日)
 参加申込 2/1(木)より受付(先着順)



みやちゃんの
つくってみよう

【材料】

板チョコ(ブラック又はビター)..... 100g
有塩バター (又はマーガリン) 25g
卵(Mサイズ)..... 1個 ⇒ 溶いておく
牛乳..... 大さじ1
粉砂糖(お好みで飾り用として)..... 少し

お菓子も
健康を考えて
食べましょう

【作り方】

- ① 耐熱用ボウルに【板チョコ】を細かく割りながら入れる。
【バター・牛乳】も加え、ラップをふんわりとかける。レンジ(600W)で1分30秒加熱する。
- ② チョコの固まりが無いように、ゴムベラでよく混ぜる。
- ③ 【溶き卵】を3回に分けて加え、その都度、しっかり混ぜる。
※全体につやが出てくるまで
- ④ 耐熱用タッパにラップをしき、【③】を流し入れる。
容器を10回ほど軽く机に落とし空気抜きをする。
ふんわりとラップをかけ、レンジ(600W)で2分加熱する。
- ⑤ 冷蔵庫で冷やし、ひと口大に切り分ける。飾りとして、お好みで粉砂糖をかける。

※写真は1/8切れが2個分です

(1/8切れ 2個分)

●エネルギー 199kcal
●たんぱく質 3.1g
●脂質 15.6g
●食塩相当量 0.2g

岩美町
チャンネルで
放送予定
(2月17日~)

※放送日が変更となる場合がございます。

甘いお菓子は美味しく、食べると幸せな気分(^o^)になるのは、私だけでしょうか。

でも、美味しいからと食べ過ぎると肥満につながることもあります。食べる時は、市販品なら包装に表示してある材料や栄養成分を参考にするなど、健康を考えて食べましょう。

手作りすると、どんな材料が、どのくらい使われているか知ることができます。一人分の量や、多すぎると感じる材料は減らすなど、調整できるのが利点です。間食は、1日200キロカロリーまでが目安ですが、こも自分の健康状態を考えて調整しましょう。併せて、食べっぱなしにせず、食べたら、うがい・歯みがきなど、むし歯予防も忘れずに。



麒麟のまち
Kirinomachi

麒麟のまち
インフォメーション

第31回 若桜町

日ごろスキー場をご利用いただいている
お客様へ、感謝の気持ちを込めて

わかさ氷ノ山スキー場では、「お客様感謝祭」を開催します。駐車場が無料開放され、前日宿泊の割引なども行われます。また、先着順に抽選券を配布してシーズン券や若桜町特産品をはじめとした景品が当たる大抽選会も行われます。

この機会にぜひ氷ノ山スキー場へお越しください。



昨年の来場者は1,500名を超えました

【日 時】令和6年2月25日(日)

【場 所】わかさ氷ノ山スキー場
樹氷スノーピア

【お問い合わせ】若桜町観光協会
☎0858-82-2237

次回、岩美町へ!



LINE



@iwamichou

Instagram



@iwami_town

X (旧Twitter)



@iwami_town

YouTube



@iwamitown

facebook



@iwami.town

因幡ノ国
岩美ナビ



http://iwami-town.city-hc.jp/

今月の
納税

2月29日 木

- ◆ 固定資産税 <4期>
- ◆ 介護保険料 <5期>
- ◆ 後期高齢者医療保険料 <4期>

森をまもりながら
紙をつくる。



FSC森林認証紙
を使用しています。

