

広報 Iwami

2

2026

No.797

みんなが笑顔で 住み続けたいなるまち 岩美町

二十歳のつどい



主な内容

5 いわみ生活応援クーポンを配布します

6 確定申告がはじまります

二十歳のつどいを開催しました

令和8年岩美町二十歳のつどいを
1月3日（土）、中央公民館いわみん
ホールで開催しました。

会場には、本年度二十歳を迎える
若者が、華やかな振袖や袴、初々し
いスーツ姿で集まり、対象者109
名のうち81名が出席しました。

式典では、一同を代表して吉田翔
世さんが謝辞を述べ、「今日のこの
二十歳のつどいも、私たちにとって
『覚悟を持つ日』なのだと思います。
誰かに言われたからではなく、自分
の心で「大人として生きていく」と
決める日。それが、この節目の日の
本当の意味なのだと感じています。」
と決意を表明しました。

式典後には、実行委員の皆さまが
企画・運営する記念行事が行われ、
二十歳の代表者3名と町長による対
談では、岩美町が行っている若者向
けの施策について、町長が熱心に説
明し、もともと岩美町に興味を持って、
岩美町を盛り上げていってほしいと
話す場面もありました。また、お祝
いに駆けつけた小・中学校時代の恩
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
ドショー鑑賞やビンゴゲームも行わ
れ、会場は、懐かしい友人との再会
を喜び合う笑顔で溢れていました。



式典の様子



代表謝辞の吉田実行委員長と町長



濱田さんによる町民憲章朗読



町長への質問コーナー



恩師からのメッセージ



記念行事の様子



関西岩美倶楽部懇談会



懇親会の様子

関西在住の本町出身の方や本町にゆかりのある方で組織する「関西岩美倶楽部」の懇談会を12月6日（土）、大阪駅前第3ビルの鳥取県関西本部交流室で開催しました。

当日は、初めて参加された1名を含む18名の会員の皆さまにご出席いただき、また来賓の橋本町議会議長ご臨席のもと、これからの岩美町政に期待することや岩美町の思い出、近況報告などをお話いただき交流を深めました。

懇談会後には懇親会を開催し、今が旬の親がにの味噌汁やかにご飯など郷土料理を味わいながら楽しい時間を過ごされました。

今後も会員の皆さまに定期的に集まっていたり機会を設けながら、会員同士の交流と当会の発展に努めたいと思いますので、関西在住の本町出身の親戚・知人を紹介いただくなど皆さまのご協力をお願いします。

鳥取すごい！ライド2025 関係者が町長を表敬訪問



1月8日（木）、地元グルメを味わいながら岩美町・鳥取市・八頭町を自転車で行くイベント「鳥取すごい！ライド2025」の関係者が町長を表敬訪問しました。

鳥取すごい！ライド実行委員会の山本隆弘副実行委員長からイベントの実施報告が行われたのち、「鳥取すごい！ライド2025」のバディアートプロジェクトを共同で作成した町内の就労支援施設であるOasisの伊澤代表取締役と山陰パナソニック㈱の渡部代表取締役が、イラストを使用した大会Tシャツを披露しました。

※障がいのある方とプロのクリエイターがバディ（相棒）となり、障がいのある方の独自の感性とクリエイターの経験やアイデアを活かしコンテンツを創造することで、持続可能なビジネスモデルを構築するとともに誰もが豊かな人生を送ることができるサステイナブルな社会を目指すプロジェクト。

宝くじの助成金により 除雪機を整備しました



問 企画財政課 企画振興係 | ☎73-1412

令和7年度の宝くじの助成金を活用し、「一恩志部落、小田地区自治会が除雪機を整備しました。」

この助成事業は、一般財団法人自治総合センターが宝くじの社会貢献広報のため、宝くじの受託事業収入を財源として行っているもので、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図るため、コミュニティ活動に必要な設備の整備等に対して助成を行っています。

令和7年秋の叙勲を受章



11月3日、令和7年秋の叙勲が発表され、山本淳さん（銀山）が瑞宝双光章を受章されました。山本さんは平成17年に農業委員に就任、平成29年からは農業委員会会長として活動されており、その功績が認められ、この度の受章となりました。
おめでとうございます。

ホットニュース 06

退任された民生委員・児童委員に 厚生労働大臣感謝状・ 知事感謝状が贈られました



12月17日（水）に退任した民生委員・児童委員感謝状贈呈式を執り行いました。



昨年11月30日をもって退任された民生委員・児童委員の皆さまに、在任期間によってそれぞれ感謝状と記念品が町長及び町民生児童委員協議会長から贈呈されました。

退任された皆さま、長年にわたり岩美町の地域福祉の増進にご尽力いただき、ありがとうございました。

【厚生労働大臣感謝状・知事感謝状受贈者】

在職期間6年以上の方 11名

田畑 洋子さん 山本 恭治さん
土橋 利幸さん 永美 春美さん
中村 孝雄さん 永田 耕一さん
鈴木 栄治さん 寺垣 裕さん
堀 享子さん 小谷 敏さん
日下部菜穂子さん

【知事感謝状受贈者】

在職期間3年以上 6名

田中 典子さん 木村 範子さん
岸 克茂さん 澤 幸和さん
中村 鈴子さん 山本八重子さん

ホットニュース 07

岩美町スポーツ推進委員2名が 鳥取県スポーツ推進委員協議会功労者表彰を受賞



中央が澤田さん



前列中央が西原さん

このたび、岩美町スポーツ推進委員の澤田和恵さんと西原理恵さんが、鳥取県スポーツ推進委員協議会功労者表彰を受賞されました。澤田さんと西原さんは長年（勤続10年以上）にわたり地域のスポーツ振興に携わり、その功績が認められ今回の受賞となりました。
おめでとうございます。
今後より一層のご活躍が期待されます。



地域経済活性化・生活支援クーポン発行事業

いわみ 生活応援 2026 クーポン

暮らしに安心！
まちに活力！

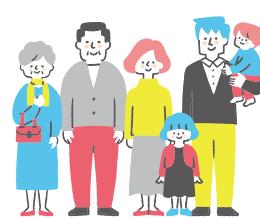
配布します！

物価高騰の影響を受けている町民の皆さまの生活支援と町内消費の下支えのため、国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用し、町内のお店（登録店舗に限り）で利用できるクーポンを町民の皆さまに配布します。

- クーポンは、世帯主様宛てにご家族様分をまとめて2月中旬から順次郵送します。
- クーポンは、届いた日からお使いいただけます。

使用期限 令和8年8月31日(月)

今回配布するクーポン



町民のための
お得なクーポン！

500円券 × 10枚 × 2冊

お届け！

お一人様
あたり

10,000円分

登録店舗は、クーポンに同封しているチラシか、
町ホームページでご確認ください。



クーポンで取扱いできないもの

- ◆直接消費喚起に該当しないもの(例：出資や債券の支払い、有価証券の購入、仕入れ等の事業資金、医療費等)
- ◆換金性があり、また、広域的に流通しうるもの(例：ビール券、図書券、切手、小為替、旅行券、プリペイドカード等)
- ◆風俗営業関連(例：法令により規制された風俗営業等)
- ◆賭博性の高いもの(例：宝くじ、馬券、舟券等)
- ◆国、地方公共団体への支払い、法律等により規制されるもの
(例：税金、公営住宅家賃、上水道、下水道料金、保育料、その他手数料、使用料等)

登録店舗随時受付中！ 最終締切 7/31(金)

お問い合わせ先 商工観光課 TEL：73-1416



5

2026年2月号 広報いわみ



確定申告が始まります

昨年（令和7年1月1日～令和7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8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

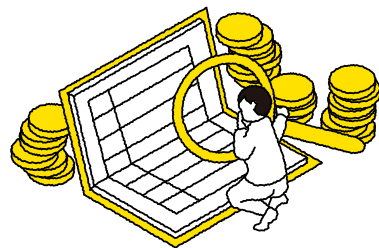
ところ 役場3階 大会議室

とき 2月16日(月)～3月16日(月)

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

＊「休日の受付は日曜日のみ」です。

※「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月2日（月）～13日（金）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TEL73-1413）してください。



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200万円を超える人
- 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

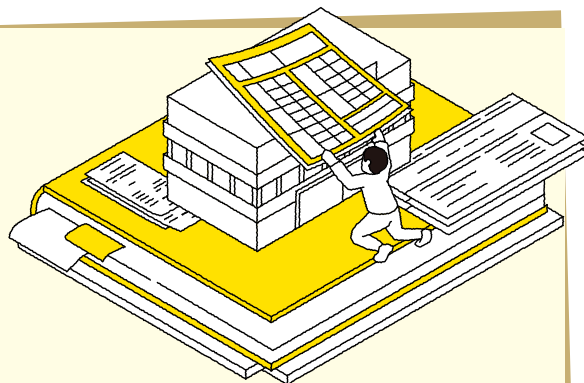
令和7年中において、次に該当する人で所得の合計額が基礎控除、配偶者控除、扶養控除、その他の所得控除の合計額よりも多かった人は必ず申告してください。

- 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）または 番号確認書類（マイナンバーを確認できる書類）＋身分証明書
 ■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）

各種控除	必要な書類
生命保険料・地震保険料控除	保険料の支払証明書
社会保険料控除	令和7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がわかるもの（国民年金保険料で控除を受ける場合、支払金額証明書の添付が必要です）
医療費控除	令和7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特例適用	セルフメディケーション税制の明細書
障害者控除	身体障害者手帳など障がいの内容を証明する書類
寄附金控除	特定寄附金の明細書や領収書
事業（農業・漁業など）所得などがある人	収入・仕入れ・経費がわかるもの （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	「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7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

ところ 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138-4

とき 2月16日(月)～3月16日(月)
 ※土日祝日は、確定申告の相談は行っておりません。
 ※3月1日(日)は開場します。

受付時間 8:30～16:00まで

相談時間 9:00～17:00まで

(注)

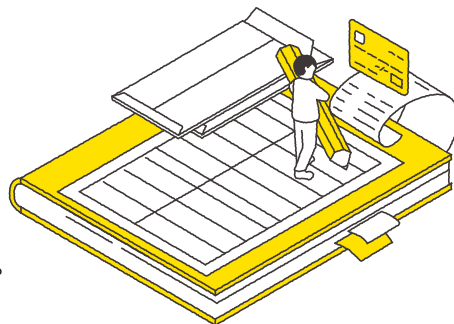
- ① 税務署では、自宅でのe-Tax申告を推進しています。ご協力をお願いします。
- ② ご来場の際は「入場整理券」が必要です。
 入場整理券は、LINEを通じたオンライン事前発行をご利用ください。
 ※国税庁LINE公式アカウントを友だち追加してください。

友だち追加はこちらから ➡



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ので、配布状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。

- ③ 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きます。
- ④ マイナンバーカードの持参と併せて、マイナンバーカード及び電子証明書の有効期限を確認してください。
 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。あらかじめご準備ください。
- ⑤ 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。



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。

今年は、作文の部で26点、標語の部で160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。差別やいじめなど、日常生活や学校の中で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。

作文の部

【特選】

家事の分たんと、わたしの気づき

岩美北小学校 四年 中島 佑季

わたしの家では、お父さんとお母さんがそれぞれ家事を分たんしています。お母さんは、「自分は大きっぱだから、そ

うじはお父さんの方が向いている。」とよく言います。たしかに、お父さんはていねいにそうじをするし、せんたく物をほすのもてきぱきしています。そんなすがたを見ていると、「家事はお母さんの仕事」という見方は、ただの思いこみだったと気づかされました。

でも、「ご飯を作るのは、いつもお母さんです。お母さんは料理が苦手で、毎日しんどそうにしています。」「こんだてを考えて、材料をじゅんびして、料理をしてかたづけまでやるのは、本当につかれ

るよ。」と、言っていました。わたしは、お父さんといっしょに料理の本を買ってきて、え顔でお母さんにわたしました。これでこんだてを考えるのが楽になるかな、と思ったからです。

本をわたされたお母さんは、みるみる顔色がくもって、「料理は全部お母さんがしなきゃいけないのかな。その本を読んで、自分たちで作ってみたらどう。」と、小さく泣きそうな声で言いました。その言葉を聞いて、わたしははっとしました。お母さんの助けになると思って本をわたしたけれど、それはお母さんに、「もっとがんばれ」と言っているようなものだったかもしれません。

次の日、お父さんはその本を読んで、たくさん付せんをつけていました。そして、「今日は、おれが朝・昼・夜とも、ご飯を作る。」と、せん言したのです。

お父さんは、スーパーに買い物に行き、

必要な材料を買ってきました。お父さんが作る料理は、時間がかかりました。一生けん命、本で手順をかくにんしながら作るからです。わたしは、待ちすぎておなかですいてしまいました。でも、お母さんは何ももんくを言わずに待っていました。そんなお母さんを見て、わたしは、料理をすることだけでなく、だれかががんばりを受け止めることも大切なんだと感じました。

わたしはときどき、皿あらいなどを手伝っています。皿がきれいになると気持ちすがすつきりするし、お母さんに、「ありがとう。」と言ってもらえると、うれしくなります。

家事の分たんは、せい別で決めるものではなく、それぞれとく意なことなどを生かして、助け合うことが大切だと思います。男だから、女だからではなく、おたがいができることをやって感じやの気持ちを伝えていくことが大事なのではないでしょうか。

広島に行つて

岩美西小学校 四年 澤 哲平

お父さんと、ユーチューブを見ていたら、「はだしのゲン」という動画が流れてきました。広島に原爆が落ちる動画でした。こわかったけど、戦争のことにきょう味を持ちました。

そして、学校の図書室でマンガを見つけて十巻まで一気に読みました。原爆が落ちるところから、戦争が終わって、ゲン達が戦後生きているところがかかれていました。人がたくさん死んで、食べる物も少なくて、

つらくて悲しいお話でした。夏休みに、広島に住んでいるお父さんの弟に赤ちゃんが生まれて会いに行くことになりました。ぼくは、広島に行くなら原爆くドームにも行ってみたいと言いました。お母さんが、「近くに平和記念しりょう館もあるからこわいかもしれないけど行ってみよう。」

と言いく事になりました。

八月十三日、お家のおはかまいりをしてから広島に出発です。一日目は、遊園地のみろくの里でたくさん遊びました。

八月十四日、二日目は、いよいよ平和記念公園に行きます。車で向かっていると、川の近くに「はだしのゲン」で見たぼうしみたいなところの形がのこっている建物が見えてきました。車からおりて近くで見ると、建物の中は、がれきがたくさん落ちていて、原爆く一発のすごさが分かりました。

そして、大きないれいひの前で、手を合わせてから平和記念しりょう館に入りました。やけどした人の顔やせなかの写真や、子どもがけがをして泣いている写真がありました。ふつうにすごしていた何も悪くない人が戦争で苦しむのは、ダメだしやりすぎだと思いました。

いろんな国の人が見に来ていました。と中、少しかだけ気持ち悪くなってきました。とりはだも立ちました。でも、さい後まで見ないといけな

と思つて、がんばりました。次の日、八月十五日、終戦記念日です。広島に行きました。天ぷら



屋さんに入って、ご飯が出てくるのを待っていると、十二時にこわい音のサイレンがなってみんなが目をつぶって、もくもくをしました。「なんでもくとうするだ。」と聞くと、お母さんが、「平和をねがったり、戦争で亡くなった人の事を思ったりするんだよ。」と教えてくれました。

それから、天ぷらとあなごが出てきて、みんなで食べました。おいしいご飯がおなかいっぱい食べられるのも、旅行に行ったり、遊園地や水族館で遊んだりできるのも、日本が、今、平和だからだと思います。平和がずっとつづいてほしいけど、戦争している国もまだあります。戦争なんかなくなればいいと思います。ぼくに出来る事は、戦争の苦しみやつらさやこわさを知って、まわりに伝えていくことだと思います。小さいことしかできないけど、忘れずに生きていきたいです。

ジェンダー学習を通して

岩美南小学校 六年 幸田 桜乙

六年生になってから、人権について学習しました。学習を進めていくにつれて、人権という言葉は短く言うところ「人間らしく生きる権利」で、幅広い意味があることが分かってきました。

その中で、目を付けたのはジェンダーでした。ジェンダーと聞いて、男子と女子で性別の差があったり、服などの違いがあるのは知っていましたが、差別があることに驚きました。私はジェンダーについて、本やタブレットで調べてみることにし

ました。すると、女の子はピンクや赤などの愛らしい色、男の子は青や黒などの暗い色を当たり前のように感じてしまうことがある、と書いてありました。これまでそんなことを考えたことがなかったと思うと同時に、私もそう感じてきたことがあるなとも思いました。ジェンダーについて学習を進めるにつれて、そうだった初めての発見や、何気なく思っていたことへの驚きがありました。そして、性別や色で、人間が何気なく、人を記号的に見てしまうことが多いのではないかと思いました。

私は、人を記号的に見ることよりも、人それぞれが持つカラフルな色で見ることでできた差別を少しでも無くしていくことに繋がると思いました。人権について学習した中には、戦争やひどい偏見など「なくなつてほしい」と思うことが、まだまだありました。カラフルな見方が、すぐに戦争や差別をなくすことに繋がるとは思いません。ただ、この学習を通して、少しでも自分にできることはないか考えたり、自分の生活を振り返ったりすることができました。

その中で感じたのは、自分の周りの人を大切にして、思いやりを持って接していきたくということです。私は、友達にいいことをしてもらったときに、その友達や他の人にもいいことを返したくなります。きつと、人にされたいいことに、お返ししたくなるのが人なのではないでしょうか。まずは、近くの人から思いやりを持って接していきたくです。そして、その思いやりの輪が広がって、人権が本当に大切にされる社会が実現したらいいなと思います。この学習をこれからも忘れず、周りの人に思いやりを持って接していきたいと思っています。

見た目について

岩美中学校 三年 中島 花穂

いきなりですが、一度でも人の容姿を悪く言ったことがありますか。きつと、誰もが生きているうちに一度は言ってしまったことがあるのではないのでしょうか。実際に私は人の容姿を悪く言ってしまった経験があります。それは、自分の親とけんかしてしまった時のことです。その際に、親の容姿についてひどい悪口を言ってしまった。言ってしまった後で、それは絶対に言ってはいけないことだったと気が付き、反省しました。その時、私は親にきちんと謝って仲直りをすることができました。

しかし、「人の容姿に対する悪口」は学校生活の中でも日常的に起こっています。そのような言葉を耳にすると、何とも言えない気持ちになります。私の友達の女子が、容姿について、他の男子生徒から悪口を言われており、本当に信じられないという気持ちでいっぱいになりました。「この様子を目の当たりにした際に、まず言われた人の立場になって考える」との大切さを改めて感じました。人の容姿を馬鹿にする行為は、その人の個性を踏みつける行為だと私は思います。それがきっかけで、その人は自分らしさを見失ってしまうかもしれません。私はそうなってほしくありません。私も以前、自分の顔について悪口を言われて傷ついたことがあります。私は、そんなことを言われても気にするべきではないと、気持ちを直すことができましたが、そう簡単に立ち直れない人もいるのではないかと思います。だから、私は人のことを

見た目で判断するのではなく、その人の内面を、心を見て関わることを意識しています。

私は、これらの出来事を通して、自分が発する言葉や、それを耳にする人の「心」をもっと大切にしたいと思いました。もしかししたら、自分の外見について悩んでいる人がいるかもしれないが、ありのままのあなたを良いと言ってくれる人、受け入れてくれる人が必ずいるのだというのを忘れないでほしいです。いつか、みんなが自分に自信をもって過ごせる世の中になってほしいと思います。

標語の部

【特選】

人の声 聞こえないじゃなく 聞かなくちゃ

岩美北小 六年 谷本 和史

みんながちがう 個性は一人ひとりの「たからもの」

岩美西小 六年 澤 鳳太郎

認めよう ひとりひとりのいいところ

岩美南小 六年 福田菜々子

人それぞれに良さがある 自分の基準で決めないで

岩美中 一年 藤原理以奈

やさしさは 巡り巡って 自分にかえる

岩美中 二年 中山 陽

他人の目 きにせず生きろ 「きみ」らしく

岩美中 三年 中島 花穂



若者世代の県外からのUターンをお手伝い！

町では、鳥取県外の大学や専門学校などを卒業または中退し、岩美町にUターンされた方に奨励金を交付しています。詳しくは下記までお問い合わせください。

奨励金の額 10万円

交付条件

- 本年度末（令和8年3月末）時点で39歳以下である方
- 過去に岩美町に住民登録があった方もしくは現に住民登録のある方
- 次のいずれかに該当する鳥取県外の教育施設を卒業または中途退学した日から1年以内の方
 - ア 学校教育法（昭和22年法律第26号）に定める学校のうち大学、高等学校、中等教育学校、特別支援学校の高等部、高等専門学校及び専修学校
 - イ アに規定する学校に相当すると町長が認める教育施設
- 本町に3年以上定住する意思のある方



問 企画財政課 移住定住推進係 | ☎73-1412

こころの健康講座

ひきこもりは「誰にでも起きうること」です。ひきこもっている状態をどう考えたらいいのか、家族や周りの人がどのように接するといいのか、ヒントが得られる機会です。

と き 3月11日（水） 13：30～14：30

ところ 岩美町中央公民館 2階 第1研修室

講 演 ひきこもり支援の現場から ー動き出しデータと、家族・地域の関わりー
講師 とっとりひきこもり生活支援センター 主任相談員 山本 満 氏

相 談 講演後に個別相談をお受けします。 要予約／先着2組（1組15分程度）

その他 参加無料／要申込 どなたでも参加できます。



問・申 健康福祉課 | ☎73-1322





腰痛予防

リハビリテーション室

現在腰痛を患っている、または腰痛を経験したことのある方は少なくはないことでしょう。

腰痛は一般的には椎間板および椎間関節の変性、体幹筋挫傷、体幹筋力の低下、軟部組織の拘縮など、多くの要因が絡むことによって発症します。また、検査をしても痛みの原因となるような明らかな異常や病気が認められない腰痛が多く、これを非特異的腰痛と総称されます。そして医療機関を受診した患者さんのうち、85%が非特異的腰痛であるとされています。腰痛予防のためには、ウォーキングやストレッチ、筋力トレーニング等の運動が効果的です。

腰痛予防の体操

○腰を曲げて痛い場合の体操

①足を肩幅よりやや広めに開き、両手を腰の下の方に当て、骨盤を前に出すイメージで腰を反らします。

②息を吐きながら最大限に反らした状態で3秒間保ち、その後ゆっくり元の姿勢に戻ります（1〜2回）。

※膝はできるだけ伸ばしましょう。臀部から太ももにかけてしびれたり強い痛みを感じたりする場合は中止してください。

○腰を伸ばして痛い場合の体操

①椅子に腰掛け、足を肩幅より広めに開きます。

②息を吐きながら、腰が痛くない程度にゆっくり背中を丸め、床を見ながら3秒間姿勢を保ち、その後ゆっくり元の姿勢に戻ります（1〜2回）。

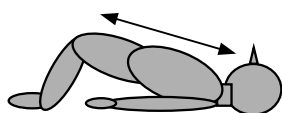
腰の運動と全身運動が効果的です。

寝てできる腰痛予防の体操

○ブリッジ運動（お尻上げ運動）

①仰向けになり、両膝を立てます。
②息を吐きながらお尻をゆっくり持ち上げます。

③身体とふとももが一直線になるところで5〜10秒キープします。



④息を吸いながらゆっくり下ろします。

○膝抱え込みストレッチ

①仰向けになります。

②息を吐きながら、片足を抱えて膝を胸に引き寄せるようにして15秒程とめます。

③次にもう片方の足も同じようにします。

○頭上げトレーニング

①仰向けになり、両膝を立てます。

②おへそを見るようにゆっくり頭を上げます。

10回程度から始めて慣れてきたら徐々に増やしましょう。

※痛みが増す時は速やかに中止し、医師や理学療法士などに相談ください。

休診のお知らせ

眼 科 2月10日(火)



笑顔あふれる学びと実習 ●●●●●●●● 岩美北小学校で手話交流

共創類型福祉・フード系の2年生12名が、手話言語基礎Ⅰの授業で岩美北小学校を訪問し、3年生の児童と手話交流を行いました。この取組は毎年実施している恒例行事で、今年も終始、笑顔と温かな雰囲気にもまれた交流の場となりました。

はじめに4グループに分かれて、高校生が手話で名前や趣味、好きな食べ物などを紹介しました。続いて「ありがとうの花」を手話とともに練習し、発表では、どの班も元気いっぱいに練習の成果を披露しました。また、高校生が事前に準備したイラストを用いて、「おにぎり」「やきそば」などの食べ物や、「なるほど」「おいしい」といった日常表現を分かりやすく紹介。児童の反応を見ながら工夫して伝える姿に、日頃の学びの成果が感じられました。交流の最後には児童から感謝の言葉が寄せられ、高校生からは手作りの紙の花束を贈呈。小学生たちが花道を作り、笑顔と拍手で高校生を見送り、心温まる締めくくりとなりました。



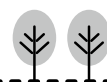
グループに別れて、手話で自己紹介や歌の練習。



小学生の花道でお見送り



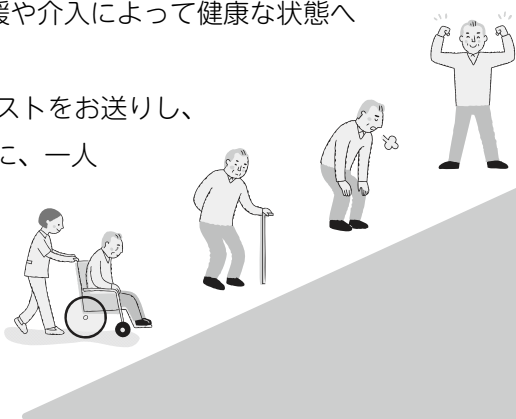
2月はフレイル予防月間です



2月1日は、日本老年学会等の4団体が制定したフレイルの日です。【フ(2)レ(0)イ(1)ル】が由来です。鳥取県では、フレイルの日になみ2月をフレイル予防月間と定めています。

フレイルとは、加齢により心身の活力が低下し、健康な状態と介護が必要な状態の中間に位置する“虚弱”な状態のことです。フレイルは、可逆的な状態で、必要な支援や介入によって健康な状態へ回復可能です。

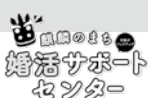
町では、毎年4月に65歳以上の方を対象に基本チェックリストをお送りし、フレイル状態をチェックしています。そしてその結果をもとに、一人ひとりの状態に合わせた教室のご案内をお送りしています。その他、気軽に運動をしてフレイルを予防していただくため、エクササイズ講座やウォーキング教室を開催しています。詳しくは、以下までお問い合わせください。



問 健康福祉課 健康増進係 | ☎73-1322



鳥取県が運営する
サポートセンター

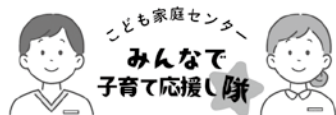


鳥取市が設置した
サポートセンター

広報いわみ 2026年2月号

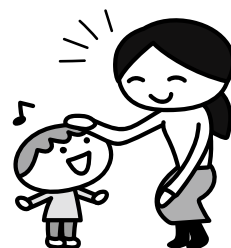
12





- 親「歯みがきしよ」って言うと… → 子「歯みがきしな—い」
 親「お風呂入ろ」って言うと… → 子「お風呂入らな—い」
 親「保育園行くよ」って言うと… → 子「保育園行かな—い」

紛れもなく我が家の日常です。親の心に余裕があるときは、それでもまだ優しく接することができるのですが、時間に追われている時にそうされると、残念ながら彼は怒られることになってしまいます。子どもへの伝え方で、「怒る」以外のバリエーションをいくつか知っていたら、少しは怒らなくて済んだのかも…と思い返す日々です。私のように、子どもへの接し方でお悩みの方が大勢いらっしゃるのではないかと思います。今回「少しでも怒鳴らなくてもすむかもしれない講座」を企画しました。ご都合のつく方は、ぜひ一緒に子どもへの伝え方を練習してみませんか。



「少しでも怒鳴らなくてもすむかもしれない講座（託児付き）」 =子どものほめ方、叱り方、伝え方を楽しく練習する講座です=

- 対象** 概ね3歳から小学校低学年程度のお子様の保護者
日程 全4回シリーズ（すべての日程をご受講ください）
 第1回 2月26日（木）、第2回 3月5日（木）、第3回 3月12日（木）、第4回 3月19日（木）
 13：30～15：00
ところ 岩美町中央公民館 2階第1研修室
定員 10名程度
申込 2月16日（月）までに子ども未来課へお電話にてお申し込みください。
備考 託児希望の方は、申し込みの際にお申し出ください。



問 子ども未来課 | ☎73-1424

人権学習

日頃からの備えがいかに大事か…。

防災についての貴重な研修を受けることができました。その一つ目は、災害時要支援者の避難についてです。参加者が幼児、高齢者、外国人、障がい者等の様々な立場の方になり、災害時にできること、できないと思われる行動の可否を考えるという内容でした。例えば、「避難所では自分一人でトイレに行くことができる」という問いに対して、参加者全員が横並びのスタートラインに立ち、できる人は一歩前に進み、できない人はそのまま動かないでいるといった具合です。最終的に一番前に進んだ人、進めなかった人はどのような立場だったのかをみんなで共有することで避難所生活の中でできることやできないことを改めて考え、自分の命を守ることはもちろんですが、周りの支援の必要な方々へのかかわり方に気づくことができました。二つ目は、神戸市にある「人と防災未来センター」の見学です。1995年、1月17日兵庫県淡路島北部を震源とするマグニチュード7.3の地震により6,400人を超える人命が失われるなど甚大な被害をもたらした阪神・淡路大震災。その経験と教訓を継承し、防災・減災の実現のために必要な情報を発信する施設で、映像や震災を経験した人の証言を見聞きするとともに、復興に向けて歩みを進めた人々のたくましさを感じました。そして30年前のあの日、早朝に起きた突然の揺れに驚き、とっさに隣に寝ていた妻と2歳の息子の上に覆いかぶさったことを昨日のここのように鮮明に思い出していました。この二つの研修をとおして、改めて、我が家だけでなく住んでいる地域の防災・減災の意識や備えの大切さを再確認する機会となりました。



詳しくはコチラ



◇「岩美町あらゆる差別の解消及び人権擁護に関する条例」を制定しました。

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



スパイス料理教室

と き **2月19日** (木) 10:00 ~ 13:00

と ころ 中央公民館 調理室

内 容 町内でおしゃれなカフェを経営されている川元壮一さんを講師に迎え、スパイス料理を作ります。

募集人数 10名 (先着順)

講 師 川元 壮一 氏

持 ち 物 エプロン、三角巾、お米0.5合、材料代 (1,000円以内、当日精算します。)



外国を知る講座

参加費
無料

町内小中学校に勤務しているALT (外国語指導助手) が、出身国の文化や暮らしを日本語で楽しくわかりやすくお教えします。

と き [第1回] **2月26日** (木) } いずれも
[第2回] **3月 5日** (木) } 14:00 ~ 15:00
[第3回] **3月12日** (木)

と ころ 中央公民館

内 容 ALTによる出身国の紹介と質問コーナー



[第1回] オーストラリア、アメリカ・ニュージャージー州

[第2回] アメリカ・アリゾナ州、イギリス

[第3回] インド、アメリカ・カリフォルニア州

募集人数 30名程度 (先着順)

講 師 町内小中学校のALT (外国語指導助手) 8名



いわみんホール ピアノ演奏体験

参加費
無料

中央公民館・いわみんホールにあるヤマハのグランドピアノで、好きな曲や思い出の曲などを自由に演奏してみませんか。

楽器の持ち込みについては、ご相談ください。

と き **2月28日** (土) 10:00 ~ 17:00

①10:00 ~ 10:50 ②11:00 ~ 11:50

③13:00 ~ 13:50 ④14:00 ~ 14:50

⑤15:00 ~ 15:50 ⑥16:00 ~ 16:50

と ころ 中央公民館 いわみんホール

対 象 町内在住・在勤・在学者 ※演奏者の関係者のみ鑑賞可

定 員 6枠 (1人1枠まで、先着順) ※直前の調律は行いません。



岩美川柳会

腹の中さぐり合いして蟹を競る

山下 蟹郎

諦めず百才めざし生きてゆく

山田 克己

諦めず前に向かった日は遠く

飯野 葛子

もやもやのままで就く床夜が長い

山田 たぬ

夕暮れの街せかせかと人の波

山下 節子

夕暮れが早い私も晩秋も

浜岡 敏子

松かさ短歌会

戦争の前の幸せ想われず

ウクライナの街廃墟となりて

植田 榮子

恐々と小馬に跨る莉央ちゃん

一周回りパパに抱きつく

城戸千鶴子

鈴生りの柿を横目に通る度

クマ被害ある東北浮かぶ

小谷 節子



公民館だより

No.
583

問い合わせ先

岩美町中央公民館
☎ 72・0510 FAX 73・1440



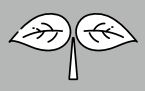


図書館だより

No.
238

問い合わせ先

☎ 72-0510



お知らせ	
お知らせ	蔵書点検のため休館します。 期間 2月9日(月)～ 2月14日(土) ご迷惑をおかけしますがご了承ください。
2月の映画会	「こわれることいきること」 【126分】 と き 2月27日(金) 13:30～ 出 演 吉田伶香、藤田朋子、 宮川一朗太ほか
如月の おはなし会	と き 2月15日(日) 10:00～ ところ 中央公民館
大人のお話会 (あじさいの会に よる朗読)	「東日本大震災15年を迎えて」 と き 3月3日(火) 13:30～ ところ 中央公民館

あたらしい本

【文学】
『イン・ザ・メガチャーチ』 朝井リョウ/著
日本経済新聞出版

あるアイドルグループの運営に参画することになった、家族と離れて暮らす男。内向的で繊細な気質ゆえ積み重なる心労を癒やしたい大学生。仲間と楽しく舞台俳優を応援していたが、とある報道で状況が一変する女。人間の心を動かす“物語”の功罪を描く。

『白鷺立つ』 住田 祐/著 文藝春秋

天明飢饉の傷痕いまだ癒えぬ比叡山延暦寺に、失敗すれば死といわれる<千日回峰行>を成し遂げようとするふたりの仏僧がいた。2人はなぜ<千日回峰行>に挑むのか。そこには彼らが抱える“やんごとなき秘密”が関係していて…。第32回松本清張賞受賞作

『暁星』 湊 かなえ/著 双葉社

現役の文部科学大臣で作家でもある清水義之が男に刺されて死亡した。逮捕された永瀬は、週刊誌に手記を発表しはじめる。また、作家は事件を小説として描く。ノンフィクションとフィクション、ふたつの物語が合わさったとき見える景色とは。

『ヘルンとセツ』 田淵久美子/著 NHK出版

ギリシア生まれのジャーナリスト、ラフカディオ・ハーン（ヘルン）と、武家の娘として生まれるが、明治維新により困窮の底に沈んでいたセツ。2人の宿縁の出会いが文学作品『怪談』に結実するまでをドラマチックに描いた物語。

これは経費では落ちません⑬ 青木 祐子
さよならジャバウォック 伊坂幸太郎
森羅記① 北方 謙三
名探偵にさよならを 小西マサテル
白露 今野 敏
英雄の輪 真藤 順丈
天馬の子 高瀬 乃一
志記① 高田 郁
あやかしたち 畠中 恵
うしろむき夕食店 冬森 灯
無月の譜 松浦 寿輝
成瀬は都を駆け抜ける 宮島 未奈
いまだ悪戦苦闘中 垣谷 美雨
50歳の棚卸し 住吉 美紀
わかりますう？ 林 真理子
友達じゃないかもしれない 上坂あゆ美

【総記・哲学・社会・生活】
会社は「本」で強くなる 宮本恵理子
運のトリセツ 黒川伊保子
沈黙を破る 秋山 千佳
80歳、私らしいシンプルライフ 徳田 民子

【えほん】
『いやいやはるくん』 よこたあきこ/著 岩崎書店

はるくんは、ただいま絶賛イヤイヤ期。「あれもいや」「これもいや」「ぜんぶいや」。なにをやるのもいや過ぎて、いろいろなものに大変身。かいじゅう、ぺんぎん、だるま…。でも、そのぜんぶがはるくん。親子でおおらかにイヤイヤ期を過ごす方法を示す絵本。

いわみ句会

久美浜の湾を見下ろす寺に見ゆ
山リンドウの深き紫 平家 陽子
佐渡の田に餌を啄む白き鳥
はばたきたれば朱鷺色となる 吉村真知子
湯気のぼる力二鍋囲み夕餉なり
ふうふうスースー音だけのして 岩垣 明美
枝々に紫白赤輝きて
夜は夢の木昼は変な木 山本憲二郎
長生きのまだ出来さうな日向ぼこ
上村いたる
松葉蟹糺むす声高くひびきけり 川戸しげ子
日向ぼこ夫婦笑ひて死の話 横川 吉幸
冬支度メモして手順無駄にせず 由澤寿美江
虫の音に今夜を委ね独りの夜 山田 和子



健康づくり

2月 5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／3歳までのお子さん
10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またはその保護者 お問い合わせ先／東部ハートフルスペース ☎28-2388（前日までにご予約ください。）
16日	月	★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
17日	火	●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／R6.5.1～R6.7.31生まれ ★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／9:00～10:00 対象／どなたでも
18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／室内ゲーム 対象／どなたでも
19日	木	★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 ●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／3歳までのお子さん
24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／R7.7.1～R7.8.31生まれ

※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 2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
9日		
16日		
3月 2日		

心配ごと・人権・行政相談

2月 5日	木	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
16日	月	
25日	水	
3月 5日	木	

介護予防

2月 5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 （初めての方は事前にお申し込みください。）
12日		
19日		
26日		

※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 3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 （初めての方は事前にお申し込みください。） ※送迎バスあり
10日		
17日		
24日		
3月 3日		

2月 4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
18日		
25日		
3月 4日		

2月 6日	金	にこにこ体操サークル （ゆかむり温泉・大岩交流センター） 会場／ゆかむり温泉 時間／Aグループ 9:40～10:10 Bグループ 10:20～10:50 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 （初めての方は事前にお申し込みください。 また、ゆかむり温泉は新規の受け入れ不可） ※大岩交流センターのみ送迎バスあり
13日		
20日		
27日		
3月 6日		

2月 4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18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 3日	火	親子ふれあい遊び【節分の会】
10日	火	おはなし会 栄養士のはなし
12日	木	すくすく測定日・誕生会
24日	火	おはなし会
25日	水	赤ちゃんサロン
26日	木	クッキング
3月 3日	火	親子ふれあい遊び【ひな祭り会】
5日	木	おはなし会 栄養士のはなし
10日	火	すくすく測定日・誕生会

会場／岩美町中央公民館 和室 開設時間／火・木：10:00～12:00
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

※行事は事前申込みが必要となります。当日でもご利用いただける場合もありますのでご連絡ください。

※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。
※自由来館（月～金：10:00～12:00、13:00～16:00）は今までもおり子育て支援センターで開設しています。

※赤ちゃんサロンは、中央公民館 和室で10:00から11:30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。



ところ 県民ふれあい会館
(鳥取市扇町21番地)
申込期限 2/24 (火) 17:15まで
問 労使ネットとっとり(県労働委員会) ☎0120-77-6010

税理士記念日『税理士による税の無料相談会』

と き 2/20(金)10:00～16:00
ところ とりぎん文化会館 2階
第2会議室
担当 中国税理士会鳥取支部所属
税理士
※電話での事前予約が必要です。
予・問 中国税理士会鳥取支部事務局
☎26-9563

リンピアいなばへ可燃ごみを直接搬入するときのお願い



可燃物処理施設「リンピアいなば」周辺において、可燃ごみの飛散が確認されています。ごみの飛散は、地域の環境を損なうとともに、交通の安全にも支障をきたします。

可燃物処理施設「リンピアいなば」ヘトラックなどで可燃ごみを直接搬入するときは、ネットやシートなどを利用し、積載したごみが飛散しないよう徹底してください。

問 住民生活課環境係 ☎73-1415

消防出動情報テレホンガイド
旧電話番号 21-0119
新電話番号 050-5865-1357
(2月4日正午以降)
火災・救急など緊急時は、119番通報してください。
問 鳥取県東部広域行政管理組合
消防局 情報指令課
☎23-0119 FAX26-9406

夫婦と家事のもやもやを解消する対話型セミナー

～みんなの楽家事アイデアを持ち帰ろう！～
参加無料
日々の暮らしの中で、なんだかもやもやすることはありますか？
どうやったら解決できるのか、ヒントがもらえるかもしれません！
新婚の方も、家事をほぼしない方も、もちろん男性も歓迎です。
あなたの立場から、「家族みんなが快適な我が家」を考えてみませんか？
と き 2/28 (土) 13:30～15:30
ところ エースパック未来中心
セミナールーム1
(倉吉市駄経寺町212-5)
※オンライン視聴も可能
内容 講師による講演、グループワーク
講師 山田 亮 氏
(家事ジャーナリスト、社会福祉士)
問 鳥取県 男女協働未来創造本部
県民運動課
☎26-7792
☒ kenmin-undou@pref.tottori.lg.jp

右の二次元バーコードより
お申込みください →



県労働委員会による日曜労働相談会

無料
秘密厳守

県労働委員会では関係機関合同により、ハラスメント、解雇、配置転換、労働条件などの問題について、労働問題の専門家が相談を受け付けます。
と き 3/1 (日) 10:00～15:00
(事前予約制)

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さま

ハローワークを利用したことのない方、ハローワークへ出向くのが困難な方などぜひご参加ください。

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

予約不要

※パソコンによる適職診断も
行っています。

と き 2/19(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

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 2/19(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

消防局から電話番号変更のお知らせ

消防出動情報をお知らせしているテレホンガイドの電話番号が変わります。なお、従前の電話番号にかけた場合は当面の間、音声ガイダンスで案内があります。



外国人無料相談会

と き 2/18(水)10:00～12:00

※要予約

ところ 鳥取県立図書館 2階

内 容 在留資格、仕事、国際結婚のこと、その他

※日本人の相談も可

※英語・中国語対応可

行政書士の日

特別講座「相続・遺言、後見の現場から」

と き 2月22日(日)

14:00～15:30 ※要予約

ところ ふれあい会館 4階 大研修室

内 容 相続や遺言、後見の現場エピソードを交えながら、家族を守るための大切な備えをやさしく解説します。

申込締切 2月17日(火)

*先着50名

予・問 鳥取県行政書士会事務局

☎24-2744

本場所：チーム対抗巨大紙相撲

と き 3/29(日)13:00～16:00

ところ 鳥取県立美術館 ひろま
参加無料 / 申込不要(出入り自由)

★当日はコレクション展の観覧料が無料です★

問 鳥取県立美術館

☎0858-24-5442(代表)

<https://tottori-moa.jp/news/23575/>

行政書士無料相談会

と き 2/14(土)10:00～14:00

※要予約(1人30分程度)

ところ 鳥取市立中央図書館 2階
多目的ホール

と き 3/1(日)10:30～14:30

※要予約

ところ 用瀬総合支所 3階
鳥取市立用瀬図書館

おはなしの部屋

内 容 相続・遺言、成年後見、農地
転用、許認可申請、契約など祝開館1周年記念イベント
「三和段ボール杯・どんどこ！
巨大紙相撲～とっとりけんぴ場所～」

鳥取県立美術館は、今年3月に開館1周年を迎えます。

ダンボールで等身大の大きな力士をつくる「巡業」を、鳥取県東部・中部・西部3カ所の会場で実施。チームでアイデアを出し合ってつくった個性豊かな力士たちが「本場所」にあつまり、どんどこ！どんどこ！土俵をたたいて対戦します。開館1周年！一緒に盛り上がりましょう！

巡業：力士制作ワークショップ

① 3/20(金・祝) 14:00～16:00

とりぎん文化会館 リハーサル室

② 3/21(土) 14:00～16:00

鳥取県立美術館 スタジオ2・3

③ 3/22(日) 14:00～16:00

米子市児童文化センター

多目的ホール

【①～③ 参加方法】

web申込フォーム、またはお電話にてチームごとにお申込みください。

【申込期限】

2/28(土)16:00まで

※締切後1週間以内に抽選し、結果をご連絡します。



ポリテクセンター鳥取 公共職業訓練受講生募集

料 無料(テキスト代など実費が必要)

問 ポリテクセンター鳥取 ☎52-8802

見学会のWeb申込は▼



3月入所生 【募集期間】 2/13(金) まで

コース	訓練期間	定員	見学会
ものづくり溶接科	3/3(火)～ 8/28(金)	12人	1/28(水)
住宅リフォーム技術科		15人	2/4(水) 2/12(木)

4月入所生 【募集期間】 2/16(月)～3/18(水)

コース	訓練期間	定員	見学会
ものづくりCAD・CAM科	4/2(木)～ 9/30(水)	15人	2/25(水)
電気設備技術科		15人	3/5(木) 3/11(水)

2月は「相続登記はお済みですか」月間
司法書士による 相談無料
相続・遺言・登記相談会開催日時 令和8年 2月7日(土)
午前10時～午後2時

相談会場 鳥取県立図書館 小会議室

相談方式 面談相談(事前予約制) 1組30分間

予約・問い合わせ先 0857-24-7024 (平日午前9時～午後5時)
鳥取県司法書士会 鳥取市西町1丁目314-1

鳥取県司法書士会 検索

有料広告



「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
〒681-0003 鳥取県岩美郡岩美町浦富2609

365日/24時間電話対応可能

☎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！

～ 「たばこ」は町内で買いましょう ～



ま ち の 求 人 案 内

ハローワーク鳥取受理分（令和8年1月15日現在）

事 業 所	所 在 地	職 種	賃 金（円）
（株）クオリティライン	岩本876-1	一般貨物運送	258,000～382,000
（福）フォイボス	岩井357	看護師（里久の里）【急募】	190,000～220,000
		生活相談員（里久の里）【急募】	170,000～200,000
		介護職員（里久の里）【急募】	180,000～203,000
山陰松島遊覧（株）	大谷2182-12	船長候補	190,080～216,000
（株）オートルビーズ	大谷1567-1	自動車整備士【急募】	250,000～300,000
（株）カスミ	浦富1765-1	マリンプログラフツビジネス職	205,000～250,000
アイエム電子（株）	鳥取市山城町6-40	電子部品製造 （岩美工場、準夜勤／夜勤）	185,000～185,000
（株）創美	新井555-1	現場作業員	229,000～274,800
丸栄日産（株）岩美工場	太田38	ゴム製造工／未経験者可【急募】	183,700～193,000
（福）ふれあい	岩井250	介護職員／介護福祉士	181,900～212,300
吾妻商事（株）	浦富3081-21	大型トラックドライバー （土砂ダンプ等）	220,000～264,000
さくらメモリア（株）	浦富2609	ペット訪問火葬	180,000～180,000

*ハローワーク鳥取に関する求人掲載しています。
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。

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

簡単管理 全額非課税 掛金助成
退職金は、国の制度を賢く活用

中退共 小企業 職金 済制度

「中退共」で検索！

（独）勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
TEL (03) 6907-1234

岩美町の可燃ごみの量

（単位：kg）

令和 6 年12月分	123,460
令和 7 年12月分	136,160
増減量	12,700

ごみの出し方Q&A

ストーブ

灯油・電池を抜いて大型資源ごみに出してください。灯油タンクだけでなく、ストーブ本体の底にも溜まっている灯油も抜いてください※。

※灯油の抜き方

フィルターを外し、スポイトなどで吸い取ったのち、新聞紙、布などで拭き取る。

マナーを守って、正しくごみを分別して出しましょ

問 住民生活課 環境係 ☎73-1415

そのほかのごみの出し方はコチラ



人口と世帯（令和8年1月1日現在）

人 □	10,543人（-20）
男	5,117人（-7）
女	5,426人（-13）
世帯数	4,511世帯（-4）

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
うさぎの雛飾り （古布着物生地利用）	2/10（火） 10:00～12:00	8人	100円
サコッシュバップ （マイバップ）	2/13（金） 10:00～15:00	5人	300円
健康布ぞうり	2/20（金） 10:00～15:00	8人	100円
裂き織り	2/25（水） 10:00～11:30 13:30～15:00	3人 3人	実 費

※各教室内容により、布等の材料をご持参いただく場合があります。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（日）より受付（先着順）

～ 町税のお支払は口座振替が便利です ～



2月3日は節分 豆で邪気払い



みや
ちゃんの

つくってみよう

五目煮豆

材料 4人分

蒸し大豆…………… 40g ※水煮大豆でも良い
乾燥ひじき…………… 4g ⇒ ぬるま湯に浸けてもどす
干椎茸…………… 10g ⇒ ぬるま湯に浸けてもどし、1cm角に切る
人参…………… 40g ⇒ 1cm角に切る
ごぼう…………… 40g ⇒ 1cm角に切る
れんこん…………… 40g ⇒ 1cm角に切る
さやいんげん…………… 40g ⇒ さっと茹でてから、長さ1cmに切る
だし汁…………… 適量 ※干椎茸のもどし汁でも良い
砂糖…………… 大さじ1
しょう油…………… 大さじ1

【作り方】

- ① 鍋にさやいんげん以外の材料を入れ、だし汁をひたひたに加え、中火で煮る。(人参、ごぼう、れんこんは事前にレンジ加熱しておく、煮る時間が短縮できます。)
- ② 野菜が煮えたら砂糖を加え、少し煮てからしょう油を加える。煮汁が無くなるまで煮含めたら、さやいんげんを加え、さっと混ぜる。



節分には、「豆まき」という邪気を払う行事が行われます。なぜ、豆まきをするのでしょうか？節分はもともと立春、立夏、立秋、立冬の前日で、季節の分かれ目にあたります。特に立春の前日は旧暦の大晦日にあたり、新年（春）を迎える大切な日。邪気を鬼（魔物）に見立て、鬼の目（魔目：まめ）に豆を投げることでその痛さから魔が減る（魔滅：まめ）とし、新しい年の無病息災を願う気持ちが込められています。大豆を食べ一年の健康を願いましょう。（大豆以外の食材は、昆布やこんにゃく、練り物、お肉など、お好みで自由に加えたり変えてください。）

(1人分)

エネルギー	58kcal
たんぱく質	2.8g
脂質	1.0g
食塩相当量	0.8g



麒麟のまち
Kirinomachi

麒麟のまち
インフォメーション

第43回 鳥取市

鳥取砂丘砂の美術館

第17期展示 砂で世界旅行・スペイン編

4月24日（金）に開幕する第17期展示のテーマは「スペイン」。世界的建築家アントニ・ガウディの没後100年の節目にちなみ、サグラダ・ファミリアなど世界遺産をはじめ、スペイン黄金時代の歴史文化など、「情熱の国」スペインの魅力を砂像で表現します。

ところ 鳥取市福部町湯山2083-17

会期 4月24日（金）～令和9年1月3日（日）
9：00～18：00（最終入場17：30）

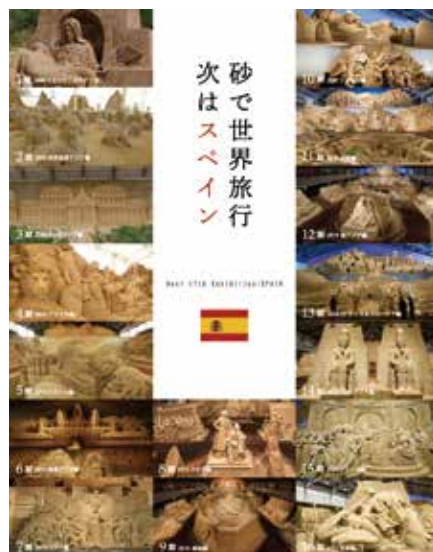
会期中無休

※4月23日（木）までは休館

観覧料 一般 800（600）円

小・中・高生 400（300）円

※（ ）内は前売り・20人以上の団体料金



2026年4月24日（金）～2027年1月3日（日）

【問合せ先】

鳥取市観光・ジオパーク推進課

☎0857-30-8291 FAX0857-20-3947

次回、智頭町へ！



町公式
SNSを
check

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

3月2日月

固定資産税〈4期〉



FSC森林認証紙
を使用しています。

