

みんなが笑顔で 住み続けたいなるまち 岩美町

広報 **Iwami**

7

2026

No.802



巣立ちはまだ
もうすぐ!

コウノトリのヒナ、健康診断中!

主な内容

2 「人権の花」贈呈式開催

6 マダニにご注意を!!

10 元気に育て、コウノトリ

い
おつかれさま

第17回浦富海岸ジオウォークを 開催しました

5月23日(土)、第17回浦富海岸ジオウォークを開催し、町内外から約160名の皆さまにご参加いただきました。

当日は天候にも恵まれ、参加者の皆さまは日本海の青い海と新緑が織りなす美しい景観を楽しみながら、浦富海岸の自然や地形、地域の魅力に触れました。コース沿線では、変化に富んだ海岸地形や漁村風景など、山陰海岸ジオパークならではの見どころを満喫しながら歩いていただきました。

ゴール会場では、地元住民の皆さまのご協力による漁師鍋のふるまいや足湯コーナーを設け、ウォーキング後の疲れを癒していただきました。また、岩美町の特産品が当たる抽選会や伝統芸能の披露も行われ、多くの参加者で賑わいました。

参加者からは、「きれいな海や砂浜を眺めながらウォーキングを楽しむことができた」「おいしい漁師鍋やおこわ、地域の方々の温かいおもてなしが心に残った」などの声が寄せられました。

大会終了後には、岩井ゆかむり温泉を利用して方も多く、ウォーキングを通じて岩美町の魅力を体感していただく機会となりました。



い
ありがとう

「人権の花」贈呈式開催

5月21日(木)、岩美北小学校体育館で人権の花の贈呈式が行われました。「人権の花」運動は、子どもたちが協力して花を育てる経験を通して、いのちの大切さや、相手を思いやる心を学んでもらうことを目的として、町内3つの小学校で順番に毎年1校ずつ実施しています。

この日は、1年生児童34人とJRC委員会の6年生6人が参加し、人権擁護委員の皆さんから花の苗、立札などが贈呈されました。また、6年生の児童代表からのお礼のあいさつでは、「ぼくたちは、この花を大切に育てながら、友だちにやさしくすることや相手の気持ちを考えることの大切さを学んでいきたいと思えます。」という言葉や、「花は、水や太陽そして育てる人の思いやりがあつてきれいに咲きます。ひととの関わり方も同じで、やさしいことはや思いやりがあるからみんなが笑顔になります。全校で協力して花を育てて、思いやり、笑顔いっぱいな北小をつくっていきます。」との決意が述べられました。

人権の花などの贈呈



児童代表から
お礼のあいさつ



参加児童のみなさんと記念撮影



人権イメージキャラクター
【A.K.E.N.まるる郎】



人権イメージキャラクター
【A.K.E.N.おひめちゃん】





お使い忘れ
ありませんか？
いわみ生活応援
クーポン 2026



使用期間は
8月31日
まで！

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地域経済の活性化のため、町内の登録店舗で使用できる「いわみ生活応援クーポン2026」を町民の皆さまにお配りしておりますが、**クーポンの使用期限は8月31日(月)です。**
クーポンをお持ちの方は、期限までに町内の登録店舗でご使用ください。

※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。

登録店舗の
皆さまへ

「いわみ生活応援クーポン2026」の換金期間は**9月30日(水)まで**ですので、必ず期間内に「岩美町商工会」で換金手続きを行っていただきますようお願いいたします。
(お願い)換金請求は、月・水・金(祝日除く。)の10時~15時をお願いします。

みんなで地球温暖化対策に取り組みましょう！

家庭や事業所でも、以下のとおり実践できる地球温暖化対策があります。CO₂の排出を抑えるため、みんなで率先して取り組みましょう！



エアコンの使用	冷やしすぎに注意し、無理のない範囲で室内温度を上げる。.....	約940円節約
	外気温度31℃の時、エアコン(2.2kW)の冷房設定温度を27℃から1℃上げた場合(使用時間:9時間/日).....	約16.2kg削減
	冷房は必要なときだけつける。.....	約580円節約
冷蔵庫	冷房を1日1時間短縮した場合(設定温度:28℃).....	約10.1kg削減
	フィルターを月に1回か2回清掃。.....	約990円節約
	フィルターが目詰りしているエアコン(2.2kW)とフィルターを清掃した場合の比較.....	約17.2kg削減
	ものを詰め込みすぎない。.....	約1,360円節約
	詰め込んだ場合と、半分にした場合の比較.....	約23.5kg削減
	無駄な開閉はしない。.....	約320円節約
お風呂	旧JIS開閉試験の開閉を行った場合と、その2倍の回数を行った場合の比較.....	約5.6kg削減
	※旧JIS開閉試験:冷蔵庫は12分ごとに25回、冷凍庫は40分ごとに8回で、開放時間はいずれも10秒	
	設定温度は適切に。.....	約1,910円節約
お風呂	設定温度を「強」から「中」にした場合(周囲温度22℃).....	約33.1kg削減
	壁から適切な間隔で設置。.....	約1,400円節約
	上と両側が壁に接している場合と片側が壁に接している場合の比較.....	約24.2kg削減
お風呂	省エネ効果の高い冷蔵庫に買い替える。.....	約3,190~4,430円節約
	10年前(2013(平成25)年-2023(令和5)年)の冷蔵庫(定格内容積451L~500L)と比較.....	約55.3~76.8kg削減
お風呂	入浴は間隔をあげずに。.....	約6,140円節約
	2時間の放置により4.5℃低下した湯(200L)を追い焚きする場合(1回/日).....	約113.5kg削減
お風呂	シャワーは不必要に流したままにしない。.....	約3,200円節約
	45℃の湯を流す時間を1分間短縮した場合.....	約38.0kg削減

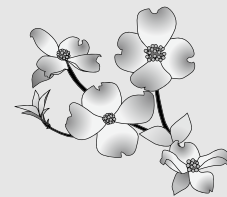




令和8年度誕生記念樹の希望者募集

公益社団法人鳥取県緑化推進委員会は、令和7年8月1日から令和8年7月31日の間にご誕生の赤ちゃんをお祝いし、希望者に記念樹を配布します。

応募条件等は次のとおりです。



応募条件等

①応募対象

県内在住で、令和7年8月1日から令和8年7月31日までに生まれた赤ちゃんのいる家庭。

②配布する記念樹：6種の中から1種お選びください。

オタフクナンテン、ハナミズキ、オオデマリ、ツリバナ、ナツツバキ、ジンチョウゲ

③応募方法・期間

ハガキ・FAX・メールのいずれかで、9月30日（水）までに応募してください。※9月30日の消印有効

記載事項

「誕生記念樹希望」と記載。

応募者の郵便番号、住所、氏名、電話番号、希望樹種

生まれた赤ちゃんの氏名（ふりがな）、生年月日

よろしければ「緑化・育樹、ご誕生への想い」を記載してください。

※数量に限りがありますので、応募者多数の場合は抽選により決定します。当選発表は誕生記念樹の発送をもって代えさせていただきます。

④配布時期等：10月中旬頃に宅配便にて応募者にお届けします。

応・問

〒680-8570 鳥取市東町一丁目220番地（鳥取県農林水産部 森林・林業振興局内）
公益社団法人 鳥取県緑化推進委員会 ☎26-7416 FAX26-8192
✉ info@tottori-green.or.jp HP : http://www.tottori-green.or.jp



プレコンセプションケアをはじめませんか

プレコンセプションケアとは

プレコンセプションケアとは、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めた将来設計等を考えて健康管理を行うことです。若い時の生活習慣が将来の健康につながるため、子どもを希望するかどうかにかかわらず、思春期以降のすべての方に必要なケアとされています。

町では、思春期以降の若者の健康づくりを応援する新たな取組として、プレコンセプションケア健康診査の助成を行います。この機会にご自身のからだの状態を知り、健康な生活習慣を身につけるきっかけにしましょう。

プレコンセプションケア健康診査

対象者 過去にプレコンセプションケア健康診査を受けたことがない今年度
18歳から39歳になる方（1人1回限り）

費用 無料

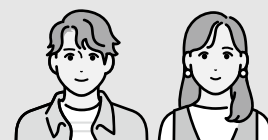
男性13,000円、女性30,000円相当の健診内容を町が助成します。ただし、検査項目に含まれない検査を受ける場合は別途費用がかかります。

検査項目 身長・体重・血圧などの基礎検査、尿検査、血液検査（女性はホルモン検査を含む）、精液検査（男性）など

受診場所 鳥取県内の産婦人科等の医療機関（県ホームページでご確認ください。）

受診方法 ①町に申込み（窓口または電子申請）→②医療機関を予約→③受診（検査）→④再診（結果説明）

※プレコンセプションケアについて詳しく知りたい方は、県ホームページをご覧ください。
（オンライン相談可）



県ホームページ



問 子ども未来課 こども家庭センター | ☎73-1424





ご結婚50・60・70周年をお祝いします

10月18日(日)に開催予定である「岩美町ふれあい福祉大会」では、金婚、ダイヤモンド婚及びプラチナ婚を迎えられるご夫婦への慶祝と、社会福祉発展に貢献のあった方々への表彰式を予定しております。

今年、そろって結婚50年(昭和51年結婚)、結婚60年(昭和41年結婚)、結婚70年(昭和31年結婚)を迎えられるご夫婦は、7月21日(火)までに、役場健康福祉課または各地区の老人クラブ会長にお申し出ください。

問 健康福祉課 | ☎73-1322



いわみ人権セミナー 2026

「人権」とは、誰もが生まれたときからもっている人間として幸せに生きる権利です。しかし、私たちの身のまわりには、まだたくさんの差別や偏見があります。ともに学び、誰もが安心して暮らせるまちをつくっていきましょう。

第3回 7月17日(金) 18:30~20:00

「鳥取県の人権政策について」

講師：部落解放鳥取県連合会 副執行委員長 坂根 政代 さん
場所：岩美町文化センター

第4回 8月7日(金) 18:30~20:00

「外国にルーツをもつ人の人権」～ともに生きる地域をめざして～

講師：鳥取県人権文化センター 専任研究員 中尾 和則 さん
場所：岩美町文化センター

第5回 9月18日(金) 18:30~20:00

「ユニバーサルデザインの推進と人権の尊重」

一人ひとりが輝き、思いやりの心があふれる社会を目指して
講師：鳥取市高草人権福祉センター 所長 石田 重幸 さん
場所：岩美町文化センター

第6回 10月3日(土) 13:30~15:00

「高齢社会と人権への理解」

講師：六代目桂文吾門下 七代目 桂 小文吾 さん
場所：岩美町文化センター

第7回 11月20日(金) 18:30~20:00

「子ども真ん中。」の地域づくり。

講師：ちゃれきんぐ(株) 代表 間屋口 貴仁 さん
場所：岩美町文化センター

第8回 12月5日(土) 13:30~15:00

「性の多様性について知ろう」一今からできるみんなの居場所づくりー

講師：境港市立渡小学校 教員 安井 真翔 さん
場所：岩美町文化センター

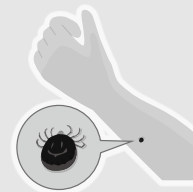
問 岩美町文化センター | ☎72-1931(FAX兼用)





マダニにご注意を!!

マダニは春から秋（4月から11月頃）にかけて活動が活発になります。農作業や草取り、行楽で野山や畑等に出かけるときは、マダニに咬まれないように注意が必要です。



マダニに咬まれないために

- 草むらや藪に入る際（草刈りなどの作業をする際）は、長袖・長ズボン・手袋・靴下などを着用し、肌の露出を避けましょう。
- 防虫スプレー（マダニに効果があるもの）を、肌の出る部分や襟、そで、すそ等に噴霧しましょう。
- 車や自宅に入る前に体や服をはたき、マダニが体についていないか確認しましょう。
- 飼い犬等の散歩後は、犬にマダニがついていないか確認しましょう。

マダニに咬まれたら

- 肌にマダニが咬みついていたら、手でつぶしたり、無理に引き抜いたりせず、医療機関で処置してもらいましょう。
- 野山や畑に出かけた後に熱などの症状が出たら、早めに医療機関を受診してください。

マダニに咬まれた方がすべて感染症を発症するわけではありませんが、マダニに咬まれないことが大切です。

問 健康福祉課 | ☎73-1322



職場環境づくりのための講師を派遣します

講師料
無料

研修内容

働きやすい職場環境づくりや労働生産性の高い職場への取組などを支援するため、研修講師が事業所等に伺い、ワークショップ形式やリモートでの研修会を行います。

※研修のテーマや内容、時間、開催方法など各職場に応じて企画しますので、お気軽にご相談ください。

対象事業主 町内に事務所を置く事業所等

実施期間 3月中旬ごろまで

講師料 無料（ただし、会場、当日運営に係る費用はご負担をお願いします）

※会場や必要物品の手配、当日の運営は、申込者が各自行ってください。

※申請方法等詳しくは、右の二次元コードから町ホームページをご覧ください。



問 教育委員会事務局 人権同和対策係 | ☎73-1302





県民向けミニ手話講座

受講料
無料

手話（手話言語）に興味がある方を対象に、気軽に参加できるミニ手話講座です。

3回連続編

日時 **10月1日**、**10月8日**、**10月15日**（木） 19：00～21：00（申込締切 9月24日（木））
 場所 八頭町中央公民館
 定員 30名（先着順）

親子編

日時 ①**8月3日**（月） 19：00～20：30（申込締切 7月27日（月））
 ②**10月4日**（日） 10：30～12：00（申込締切 9月25日（金））
 場所 ①障害者福祉センターさわやか会館
 ②八頭町中央公民館
 定員 30名（先着順）



【ありがとう】

問 鳥取県中部聴覚障がい者センター | ☎0858-27-2355 FAX0858-27-2360



2026年度手話奉仕員養成講習会【入門編】

きこえない・きこえにくい人のコミュニケーション支援を行う手話奉仕員を養成するための講習会です。

内容 厚生労働省手話奉仕員養成カリキュラムに準じて実施
 (1) 実技 (2) きこえない人等に関する講義

対象 きこえない・きこえにくい人の社会参加に理解と熱意を有する方（高校生以上）。
 日本語で日常会話ができ、手話言語の学習経験がない方等。

とき・ところ・定員

会場	受講期間	会場	日時	定員
東部会場	9月9日～2月24日 毎週水曜日（23回）	鳥取市障害者福祉センター さわやか会館 （鳥取市富安2-96）ほか	18：45～20：45	40名

受講料 2,000円

教材代 テキスト代 3,300円（要申込） 講義テキスト代 990円（要申込）
 辞典代 2,860円（要申込）
 動画視聴1,760円（第2回の講座までにご自身でご購入ください）

受講申込方法及び申込期限

◎受講申込方法

郵 送：手話奉仕員養成講習会受講申込書を入れた封筒に「入門編受講申込書在中」と赤で記入し、裏面に必ず自分の住所・氏名をご記入ください。

F A X：F A X送信後、問合せ先へお電話ください。

申込フォーム：当協会ホームページまたは、入門編ホームページ（以下QRコード）からアクセス可能。

定員（40名）を超えた場合は抽選とさせていただきます。

◎受講申込締切 **8月20日（木）必着**

詳しくはコチラ



申・問 〒682-0822 倉吉市葵町724-15 鳥取県中部聴覚障がい者センター
 養成講習会（手話）事務局 ☎0858-27-2355 FAX0858-27-2360
 担当：高塚・森本（application@torideaf.jp）



はい！こちら消費生活相談員です

便利な予約サイトでトラブルに

トラブル防止のための

旅行予約サイトのチェックポイント



気候が良くなり、旅行に出かける機会も増えると思います。簡単に予約ができる「旅行予約サイト」で思わぬトラブルに巻き込まれるケースもあります。

【事例】

キャンセル料無料の温泉宿をインターネットで検索した。表示された旅行予約サイトで、1泊約8万円の温泉宿を予約したが、2時間後にキャンセルしたところ100%のキャンセル料を請求された。旅行予約サイトは海外なので連絡を取ることができず、温泉宿にも相談したが「当宿にキャンセル料無料の設定はない」と言われた。

※他にも食事が付いていなかった、部屋の予約ができていなかったなどのトラブルもあります。

【消費者へのアドバイス】

・予約サイトが海外の場合、消費者対応窓口が国内にあるか必ず確認しましょう。
・キャンセル条件などが記載された予約確認メールは大切に保管しましょう。

【消費生活相談窓口とは】

商品やサービスなど消費生活全般に関する苦情や問い合わせなど、消費者からの相談を専門の相談員が受付、公正な立場で処理にあたります。一般消費者を対象とした啓発講座も行っていますのでお気軽にお申込みください。

※困った時は、消費生活相談窓口にご相談ください。

岩美町消費生活相談窓口

☎ 73-11444

東部消費生活相談室

☎ 26-17605

電波のルールを守りましょう

お知らせ

電波は警察や消防・救急、テレビ・ラジオ、スマートフォン・携帯電話など、社会のライフラインに使われています。私たちの暮らしの安心・安全のために電波はルールを守って正しく使いましょう。

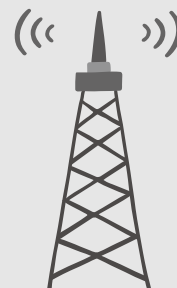
電波を利用するためには、原則、無線局の免許と技術基準に適合した無線機器を使用することが必要です。

不法無線局を開設した場合は、1年以下の拘禁刑、または100万円以下の罰金の対象となります。不法電波で重要な無線通信を妨害した場合は、5年以下の拘禁刑、または250万円以下の罰金の対象となり、より重たい罪となります。

守ろう電波の3つのルール

1. 無線機器を使用の際には「技適マーク」の確認をしてください。
2. 外国規格の無線機器には、ご注意ください。
3. 電波の利用には、原則、免許が必要です。

技適マーク



電波に関する困りごとやご相談 (中国総合通信局)

不法無線局、混信・妨害相談	☎ (082) 222-3332
受信障害 (テレビ・ラジオ)	☎ (082) 222-3383
電波利用料	☎ (082) 222-3308
その他行政相談	☎ (082) 222-3314





乳がん検診

岩美病院 放射線室

1 乳がん

乳がんは、乳房の中にある乳腺にできるがんです。我が国で一生のうち乳がんにかかる方の数は女性9人に1人とされています。また、乳がんで亡くなられた方は2024年には16,005人でした。

日本では女性に多いがんのひとつとなつていますが、早期に発見し適切な治療を受けることで95%が治癒するとされています。早期発見のためには日頃から乳房の状態に関心を持ち、違和感があれば早めに医療機関を受診すること、また、定期的に乳がん検診を受けることが大変重要です。

2 乳がん検診

岩美病院の乳がん検診では、マンモグラフィ装置を使った検査を行っています。これによってしっかりと触れない小さな異常も見つけることができます。当院では2025年7月にマンモグラフィ装置が新しくなり、以前より少ない放射線量で、より鮮明な画像を撮影することができるようになりました。また、圧迫自動減圧制御“なごむね”を導入し、検査時の痛みの軽減に努めています。視触診検査は廃止され、ご予約時間から10分程度で検査は終了いたします。より気軽な気持ちで乳がん検診を受診していただけるようになりました。



【乳がん検診実施日】

- 6月から2月までの平日
- 8月23日(日)
ピンクサンデー検診として休日乳がん検診を実施。

どうぞ岩美病院までマンモグラフィ検査を受けに来てください。

ご予約またはご不明な点に關しましては、岩美病院(☎73-1421)までお問い合わせください。

休診のお知らせ

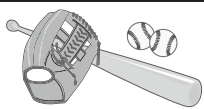
- 皮膚科 7月30日(木)午後
- 整形外科 7月28日(火)終日
7月30日(木)終日
7月31日(金)午後

診察日変更のお知らせ

7月から整形外科の診察日が変更になります。

	月	火	水	木	金
午前 (医師)	○ (小谷)	○ (小谷)	○ (福島)	○ (小谷)	○ (小谷)
午後 (医師)	○ (福島)	×	○ (福島)	×	○ (小谷)





岩美町長 表敬訪問 硬式野球部 春季大会成績を報告



岩美高等学校 魅力化
COORDINATOR
コーディネーター
イワツタいむ 第38回



長戸町長に報告

本校硬式野球部が、高校野球春季鳥取県大会での準優勝を報告するため、岩美町の長戸清町長を表敬訪問しました。

長戸町長からは「厳しい練習に耐え抜いた素晴らしい成績を誇りに思う。夏の大会では高い壁を乗り越えられると信じている」と、温かい激励の言葉をいただきました。これに対し、主将の田中さんは「決勝で敗れた悔しさをバネに、山陰大会でリベンジを果たし、必ず夏の大会へつなげたい」と力強く決意を語りました。

悔しさをエネルギーに変え、次なる大きな目標へ向かってすでに走り出している硬式野球部。さらなる高みを目指して挑む彼らへ、皆さまの熱いご声援をよろしくお願いたします！

ふるさと
ファミリー
県外生徒下宿先

募集



県外から岩美高校への入学を希望する生徒を「ふるさとファミリー」として受け入れて頂ける家庭を募集しています。

詳しくは 岩美町教育委員会事務局 学校教育係 TEL:0857-73-1301



元気に育て、コウノトリ



6月8日（月）、町内の電柱に営巣された巣で生まれたコウノトリのヒナ3羽に、個体識別のための足環が取り付けられました。

午前10時ごろ、目隠しされたヒナが高所作業車によって巣から慎重に降ろされました。その後、作業に協力いただいた「兵庫県立コウノトリの郷公園」の職員により体重や体温の測定、採血や羽毛の採取とともに足環が取り付けられました。

町内でコウノトリのヒナが誕生したのは初めてで、親鳥のうちオスは島根県雲南市、メスは鳥取市で生まれた個体とのこと。なお、ヒナたちの性別は、採取した羽毛をDNA鑑定し判定されます。

順調にいけば、7月上旬ごろに巣立ちを迎える予定です。岩美の豊かな自然の中でヒナたちがすくすく育てほしいですね。

※周辺での農作業等は特に問題ありませんが、観察や撮影の際は150m以上距離をとって行うようにしてください。



ヒナが熱中症にならないよう、扇風機や保冷剤でケアします

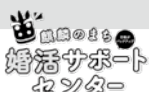


個体を識別する3色の足環が取り付けられました

問 教育委員会事務局 社会教育係 | ☎72-1302



鳥取県が運営する
サポートセンター

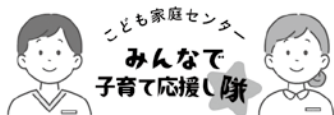


鳥取市が設置した
サポートセンター

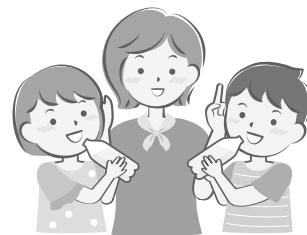
広報 iwami 2026年7月号

10





暑さに気を付けましょう



昨今は猛暑となる日が多く、子どもも大人も体調を崩しやすいです。子ども自身が体調に気を付けることは難しいので、周りの大人が気を付けてあげましょう。

夏を元気に過ごすポイント

○生活リズムを整えましょう

体力を消耗しやすい時期です。早寝早起きを心がけ、お出かけもお子さんの体調を見て無理をしないようにしましょう。

○こまめな水分補給

遊びに夢中になると、のどの渇きや気分の悪さなどの熱中症のサインに気付くのが遅くなります。大人が意識してこまめに水分補給をすすめましょう。

○皮膚の洗浄を

汗によってあせも等の皮膚トラブルや、睡眠の質が悪くなることがあります。汗をかいたらからだを拭いたり、シャワーを浴びましょう。

○熱中症に要注意

子どもは背が低くベビーカーの利用も多いため、大人よりも地面に近い環境で過ごしています。そのため、大人以上に暑さを感じています。

また、日差しのない室内では大丈夫だろうと油断しがちですが、屋外と同じ対策を意識しましょう。乳幼児は自分の力で移動することができないので、「寝ているから」「すぐだから」と短時間でも車内に放置することは大変危険です。

問 子ども未来課 子ども家庭センター | ☎73-1424

人権学習

性別によるアンコンシャス・バイアス (無意識の思い込みや偏見)の解消に向けて —少し意識してみませんか—

昨年、何度か町内の集落懇談会(人権研修会)に参加させていただきました。参加された皆さんがお互いに自分の意見や考えを言い合えるような研修会にしたいと考え、参加型の研修を企画しました。研修で取り組んだプログラムをひとつ紹介します。

(例文) 短時間勤務のAさんは、子どもを保育園に迎えに行く時間なので、報告書を社長のBさんに提出して退社しました。保育園に着くとやさしい顔で保育士のCさんが出迎えてくれました。

【問い】 さて、登場人物Aさん、Bさん、Cさんの性別は？

参加された皆さんはこの問題の文脈から性別をイメージされたと思います。ほとんどの方が、Aさんは女性、Bさんは男性、Cさんは女性と回答されました。中には、3人も女性でも男性でもあり得ると答えられた方も数名いらっしゃいました。もちろんお一人お一人の回答は間違いではありません。この問いの意図は「なぜそのように思われたのか」を引き出し、それぞれの思い込みや決めつけの共有を図る事にあります。参加者の皆さんが、ご自分の経験なども交えながら話をし、お互いの意見を尊重し合う中でいろいろな考え方や見方がある事に気づかれたことと思います。

過去の経験や習得した知識などから推測して話したり行動したりすることはとても有用な能力のひとつと言えます。しかし、そこに決めつけや相手の考えを否定するような事が、たとえ善意であったとしても相手やそのまわりにどのような思いや作用をもたらすかを意識することが大切ではないでしょうか。

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



「旬のお魚」料理教室

(共催：岩美町水産振興対策協議会)

食味抜群！脂がのった旬の魚のさばき方をマスターして美味しくいただきます。

と き **7月7日(火) 10:00～13:00**
と ころ 中央公民館 調理室
内 容 アゴ(トビウオ)など沿岸で獲れる魚の料理(魚種は当日の水揚げによります)
募集人数 10名(先着順)
講 師 鳥取県漁業協同組合 本所 漁政指導課 岡部 督氏
持 ち 物 エプロン、三角巾、お米0.5合、持ち帰り容器(希望の方)、魚介類以外の材料代(当日精算)

公民館の親子クッキング教室 ～手づくりパン&おにぎらず～

と き **7月29日(水) 10:00～13:00**
と ころ 中央公民館 調理室
内 容 親子で、手作りパンとおにぎらずを作ります。親子での参加、孫と一緒に参加のどちらもOKです。
募集人数 親子7組(先着順)
講 師 健康福祉課 管理栄養士 乾 京子氏
持 ち 物 エプロン、三角巾、お米0.5合、材料代(700円程度、当日精算)

乾電池を作ってみよう！ 「手作り電池教室」

参加費
無料

(協力企業：FDK株式会社 鳥取工場)

と き **8月1日(土) 9:30～11:00**
と ころ 中央公民館 研修室1
内 容 電池の仕組みと安全で正しい使い方を学びながら、手作り乾電池キットで、世界にひとつだけのオリジナル乾電池を作ります。
募集人数 小学生20名(先着順、1・2年生は保護者同伴)
講 師 FDK株式会社 鳥取工場の皆さん
申込期限 7月17日(金)

2026 夏休み！ 小学生の図画工作教室

図画と工作の両方の参加もOKです。保護者の方の同伴もOKです。

汚れてもよい服装で参加してください。

講 師 藤田 妙子氏(アートスタジオなたね)
と ころ 中央公民館 研修室2
申込期限 7月30日(木)

●図画の部 「自由絵画」好きな絵を描こう！

と き **8月4日(火) 9:30～15:00**
内 容 講師の指導を受けながら絵を描きます。描きたい物や写真を持ってきてください。
持 ち 物 筆記用具、絵を描く道具(絵の具・色鉛筆・フレコンなど)、画用紙、描きたい物や写真、水筒、お弁当(公民館で食べる人のみ)
募集人数 小学生15名(先着順)
参加費 無 料

●工作の部 「サンゴの庭」を作ろう！

と き **8月5日(水) 10:00～11:00**
内 容 粘土とパスタで「サンゴの庭」を作ります。(約18cm×11cm)
持 ち 物 水彩絵具、ぞうきん、水筒
募集人数 小学生15名(先着順)
参加費 500円(材料代)



戦争関連パネル展「原爆と人間」

被爆の実相を伝えるこのパネル展を見て、戦争の悲惨さと平和の尊さ・大切さについて、もう一度考えてみませんか？

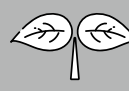
と き **8月1日(土)～8月16日(日)**
と ころ 中央公民館 ロビー

公民館だより

No. 588

問い合わせ先

岩美町中央公民館
TEL 72-0510 FAX 73-1440



岩美川柳会

ゴルフより野山の緑癒やされる

山田 克己

みどり児のこぶしの中の夢は何

山下 節子

連休に人は観光私野良

山田 たぬ

東京の交差点にはどぎまぎす

山下 蟹郎

セルフレジどぎまぎします初挑戦

浜岡 敏子

人間に慣れてけものが唾みついて

飯野 菖子

松かさ短歌会

夕暮れの畑の隅のドクダミは

小谷 節子

白砂に浜屋顔はつすもの

平家 陽子

傘を開きて夏を招きぬ

平家 陽子

用水路流れる水の音高く

今朝代掻きの始まり告げる

吉村真知子



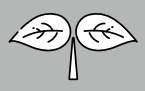


図書館だより

No. 243

問い合わせ先

☎ 72-0510



お知らせ

夏休みイベント	<p>★夏休みえいが会「科学冒険サイバル」 7月25日(土)10:00～11:10</p> <p>★将棋教室 要申込み 7月29日(水)13:30～ 8月5日(水)13:30～</p> <p>★クラフトコーラ&バスボムづくり 要申込み 8月8日(土)10:00～ 材料代1,000円 *詳しくはチラシをご覧ください</p>
文月のおはなし会	<p>日時 7月26日(日) 午前10時～10時30分</p> <p>場所 中央公民館 *「はなび」(絵本) *「かとりせんこう」(絵本)</p>
7月の映画会	<p>「死に損なった男」 【109分】</p> <p>日時 7月23日(木) 午後1時30分～</p> <p>場所 中央公民館</p> <p>出演 水川かたまり(空気階段)・喜矢武豊(ゴールデンボンバー)</p>
神原リカさんの怪談会	<p>日時 8月1日(土) 午後2時30分～</p> <p>場所 中央公民館</p>

あたらしい本

【文学】

『つないだ手』 植松 三十里/著 PHP研究所

戦後、連合国軍占領下の日本では米国兵士と日本人女性の間にも生まれた子供たちが街中に捨てられ、悲惨な状況に追い込まれていることが社会問題となっていた。そうした状況に心を痛め、女性たちが子供を託せる施設を設立した澤田美喜の姿を描いた歴史小説。

『ここにいるよ』 真山 仁/著 祥伝社

2024年1月1日、巨大地震が能登半島を襲った。つらく苦しい非日常との闘いが始まる一方で、過去の震災の被災地と比べられ、「復興が遅い」「無気力」と責める声すら上がる。元教師・小野寺徹平は、再び被災地で、子どもたちと向き合う決意をする。

明日、あたらしい歌をうたう
七ツ下がりの女たち
俺の恋バナを聞いてくれ
ぬすびと
ハングマン鶏匠殺し
おやすみ処にしさわ商店
まぐだら屋のマリア
ここはすべての夜明けまえ
探偵小石は恋しない
誓いの証言
言霊の舟
それがどうした！

【総記・社会・健康・家庭】

13歳からの生成AI講座
AIと生きる
本を読めなくなった人たち
本屋百景
上野さん、主婦の私の当事者研究につきあってください
上野千鶴子
ロココク・キッチン
川内 有緒
世界浴場見聞録
こばやしあやな
ひのえうまに生まれて
酒井 順子
ごまときんつーちゃん
ごまきな子
病気と折り合う芸がいる
養老 孟司
梅・梅干し・梅しごと大学教授が教えるすごい食べ方大全
文 響 社
わたしの服はどこからきてどこへいくの？
鎌田安里紗

『日日是植物』

いとう せいこう/著 マガジンハウス

ベランダ園芸歴25年のいとう家では、昨今の気候変動もあいまって、ベランダ園芸から室内園芸にシフトしつつある日々。ベランダ園芸家改め室内園芸家による愛溢るドラマティック植物生活の記録。

【えほん】

悲しみのゴリラ ジャッキー・アズーア
めんどくさがりやのきつね 植垣 歩子
クジラがしんだら 江口 絵理
デコピンのとくべつないちにち 大谷 翔平
給食当番のいちにち 大塚 菜生
のこったのこった おおなり修司

いわみ句会

旧道の湯山あたりを眺めれば
節句ののぼりに声上げ拍手
城戸千鶴子

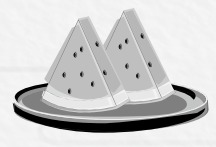
ふるさとは葱坊主さへなつかしき
上村いたる

木の芽時社員旅行の美術館
川戸しげ子

春秋の顔を叩いて洗ひけり
横川 吉幸

ポケットに句帳一冊初夏の旅
由澤寿美江

わらび採る崖を踏ん張る一人かな
山田 和子



健康づくり

7月 3日	金	★巡回肺がん・大腸がん検診 対象／大岩・網代・駅前・全地区 詳しくは、受診案内通知をご確認ください。
8日	水	★セット健診 (特定健診、胃・大腸・肺・子宮がん検診) 会場／東コミュニティーセンター 受付／8:30～10:00
14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 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。)
15日	水	★ここ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 ★うるおい広場 (ひきこもり当事者・家族の広場) 会場／市内 時間／11:00～13:00 内容／外食をしよう 対象／どなたでも ●離乳食講習会 会場／岩美町中央公民館 受付／10:00～10:15 対象／離乳食を完了していないお子さんの保護者
16日	木	●3歳児健康診査 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5年4月1日～令和5年6月30日生まれ
17日	金	★セット健診 (特定健診、胃・大腸・肺・子宮がん検診) 会場／浦生活性化施設 (一寸法師の館) 受付／8:30～10:00 ★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
21日	火	★ウォーキング教室 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
31日	金	★セット健診 (特定健診、胃・大腸・肺・子宮がん検診) 会場／浦富地区公民館 (なごみの館) 受付／8:30～10:00
8月 6日	木	★セット健診 (特定健診、胃・大腸・肺・子宮がん検診) 会場／文化センター 受付／8:30～10:00 ●フッ素塗布 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／3歳までのお子さん

※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

7月 6日 13日 27日	月	会場／役場2階中会議室 時間／9:00～16:00 電話相談／☎73-1444
8月 3日		お問い合わせ先／総務課 ☎73-1411

心配ごと・人権・行政相談

7月 6日 15日 24日	月 水 金	会場／岩美町社会福祉協議会 時間／9:00～12:00
8月 5日	水	お問い合わせ先／岩美町社会福祉協議会 ☎72-2500

介護予防

7月 2日 9日 16日 23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

7月 7日 14日 21日 28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(新規の送迎バス受け入れ不可)
----------------------------	---	---

7月 1日 8日 15日 22日 29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
----------------------------------	---	--

7月 3日 10日 17日 24日 31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
-----------------------------------	---	---

7月 1日	水	介護者家族交流会 (井戸端会議) 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
-------	---	--

7月15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

7月 7日	火	親子ふれあい遊び【七夕の会】
8日	水	赤ちゃんサロンsp『スクラップブック』
9日	木	すくすく測定日・誕生会
14日	火	子育て講座【親子で楽しむミュージック・ケア】
16日	木	おはなし会
21日	火	大岩交流センターであそぼう
22日	水	赤ちゃんサロン
28日	火	おはなし会 (栄養士)
30日	木	作ってあそぼう
8月 6日	木	親子ふれあい遊び【夏のコーナーあそびを楽しもう】
18日	火	すくすく測定日・誕生会
20日	木	おはなし会 (栄養士)

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) は今まで通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。



因幡霊場での動物(ペット)火葬の一時休止について

因幡霊場の動物炉の修繕工事のため、7月12日(日)から同月27日(月)までの間、動物炉の火葬業務(ペットの火葬)を一時休止いたします。

利用者の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

問 因幡霊場 ☎51-8320
鳥取県東部広域行政管理組合
事務局環境衛生課
☎26-0532

第3回山陰海岸ジオパークガイド養成講座(初級)のご案内

山陰海岸ジオパーク推進協議会認定ガイドを目指す方や、ジオパークに興味がある方はぜひご参加ください。

と き 7/25(土)
10:00~12:00

と ころ 大羽尾海岸駐車場

内 容 羽尾のまち歩き
(講師:いわみガイドクラブ 北川)

参加費 無料

予 約 不要

問 岩美町観光協会 ☎72-3481
いわみガイドクラブ 濱田
☎090-4806-0520

7月 障がい者相談会

障がいのある方とご家族の日常生活や就労に関するお困り事について、相談や情報提供を行う相談会を開催します。身体障害者相談員と知的障害者相談員、鳥取県視覚障がい者東部支援センターの相談員が相談に応じますので、日頃お困りのこと、制度のことなど、身体障害者手帳・療育手帳をお持ちでない方も気軽にご相談ください。

と き 7/15(水)10:00~11:30

と ころ

岩美すこやかセンター 2階

介護展示室

相談料 無料 **予 約** 不要

問 健康福祉課

☎73-1333

FAX73-1344



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がない方、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きます。

と き 7/16(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1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 7/16(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



JIED 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)

施設見学会のページ



問 ポリテクセンター鳥取 ☎52-8802

(ランディングページは、3月末にて廃止し、こちらに変更しました)

8月入所生【募集期間】7/21(火)まで

コース	訓練期間	定員	見学会
ビジネススキル講習付 ものづくり溶接科	8/4(火)~ 令和9年 2/26(金)	12人	6/24(水) 7/8(水) 7/15(水)
ビジネススキル講習付 住宅リフォーム技術科		15人	

9月入所生【募集期間】7/17(金)~8/18(火)

コース	訓練期間	定員	見学会
ものづくり溶接科	9/1(火)~ 令和9年 2/26(金)	12人	7/22(水) 7/29(水) 8/5(水)
住宅リフォーム技術科		15人	
ビジネススキル講習付 ものづくりCAD・CAM科 【職場体験付】	9/1(火)~ 令和9年 3/31(水)	15人	
ビジネススキル講習付 電気設備技術科		15人	

※定員は、各科ともビジネススキル講習付と翌月の一般コースの合算人数です。



外国人無料相談会

と き 7/8 (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

予・問 鳥取県行政書士会事務局
☎24-2744

町指定の可燃ごみ袋

駆け込み購入はお控えください!!

中東情勢の悪化を受け、報道等でポリエチレン袋の調達が不安視されていますが、町のごみ袋は、**十分な在庫を確保**していますので、駆け込み購入は控え、冷静にご対応いただきますようお願いいたします。

問 住民生活課 環境係
☎73-1415

司法書士無料法律相談会

と き 7/21 (火) 16:00～18:00
(前日までに要予約)

と ころ 鳥取県立図書館2階小研修室

内 容 相続、不動産登記、会社・法人登記、成年後見、多重債務等

問・予 鳥取県司法書士会
☎24-7024

行政書士無料相談会

と き 7/11 (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 8/2 (日) 10:00～15:00
※要予約

と ころ 鳥取市立気高図書館 2階 会議室

内 容 相続・遺言、成年後見、農地転用、許認可申請、契約 など

予・問 鳥取県行政書士会事務局
☎24-2744



夏休み企画

〇木工工作 スライド式ミニブックスタンド
7/25 (土) 10:00～12:00
・10組 (先着順)
・親子で参加 (小学生以上)
・参加費 300円

〇ガラスのサンキャッチャー作り
8/9 (日) 10:00～12:00
・10組 (先着順)
・親子で参加 (小学生以上)
・参加費 300円

〇エコバスツアー・～ごみ処理施設をたずねて～
☆8/4 (火) 雨天決行
鳥取駅南口集合 9:20～
鳥取駅南口解散 15:05
☆募集期間 7/1 (水)～7/15 (水)
但し、7/6・13 (月) 休館日を除く
☆募集人員 20名 (先着順)
☆小学3年生以上
1人での参加もOK
大人のみの参加もOK
☆参加費 無料
☆持ち物
弁当、水筒、帽子、上履き、筆記用具
任意: デジカメ、マスク
☆注意事項
運動靴着用のこと、集合時間厳守
☆スケジュール
リンピアいなば 見学 (河原)
鳥取県東部環境クリーンセンター
昼食・見学 (伏野)

申・問 リファレンスいなば
☎59-6026
(月曜日休館 ※ただし月曜日が祝日の場合は翌平日)

サマージャンボプレミアム12億円

(1等8億円・前後賞各2億円合わせて)

サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

プレミアム: 1枚 500円

ジャンボ・ミニ: 1枚 300円



クーちゃん

6月30日(火)の3種類同時発売!

発売期間 6/30(火)～7/31(金)

公益財団法人鳥取県市町村振興協会

岩美町民の入会初期費用44,000円～77,000円が岩美町の負担により無料になります。

期間 令和8年4月1日から令和9年3月31日まで

岩美町民の方の入会も日々増えています。

『プロのカウンセラーが出会いからデート、プロポーズをサポートいたします。』

結婚相談所 サンリアーツ 【岩美町認定】

代表 (カウンセラー) 田中 彰彦

無料相談のお申込み ☎ 090-7540-2052 「不定休・完全予約制 9時～17時」

岩美郡岩美町高山618 「自宅店舗で人目を気にしないで、ゆっくりとお話ができます。」

結婚に関する様々なご相談をお受けいたします。 ※親御様からのご相談も大歓迎です。

mail tanaka.amuym.kanesan.smile.2020@ncn-t.net ※結婚相談所の開業をお考えの方からの相談もお受けいたします。



正規加盟店



有料広告

～ 「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的分 (令和8年6月15日現在)

*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。

事業所	所在地	職種	賃金(円)
山本精機	浦富610-7	機械オペレーター/経験者/事前見学対応OK	250,000 ~ 300,000
		機械オペレーター/未経験者/指導有り/事前見学OK	175,000 ~ 180,000
吾妻商事(株)	浦富3081-21	総務事務(経験者採用)	200,000 ~ 250,000
		林業作業員/(経験者・未経験者双方可)	220,000 ~ 260,000
福上工業(株)	新井550	土木技術者	213,000 ~ 370,000
明石家(株)	岩井536	客室係	210,000 ~ 210,000
わかば(株)	鳥取市千代水1丁目118	介護職員/多機能サポートセンターわかばの家大岩	208,000 ~ 238,000
社会福祉法人フォイボス	岩井357	看護師(里久の里)《急募》	201,000 ~ 231,000
日本交通(株)	鳥取市雲山219	タクシー運転係/岩美	179,394 ~ 232,644
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)日勤	185,000 ~ 185,000
		工場管理者 8:45 ~ 17:45【岩美】	185,000 ~ 250,000
		工場事務 8:45 ~ 17:45【岩美】	185,000 ~ 230,000
創美(株)	新井555-1	土木技術者・建築技術者(見習い)	230,000 ~ 300,000
大豊工業(株)	河崎294-2	土木技術者	220,000 ~ 320,000
いわみ歯科クリニック	浦富1048-10	歯科衛生士	230,000 ~ 310,000
田村畜産(株)	洗井735	和牛飼育者/岩美町	201,056 ~ 300,000

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

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 退職金 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7年5月分	131,080
平成8年5月分	131,360
増減量	+280

コメント

昨年同月と比べ280kg増加し、先月に引き続いて増えています。可燃ごみの減量化にご協力をお願いします。

ごみ減の出し方Q&A

ティッシュの箱、はがき、封筒、食品の紙箱、紙切れ、メモ用紙、パンフレットなどのミックスペーパーは、雑誌と一緒にしぼるか、使用済みの封筒等に包んで、古紙回収日に出しましょう。資源として活用されることで、可燃ごみを減らすことにつながります!

問 住民生活課 環境係 ☎73-1415

人口と世帯 (令和8年6月1日現在)

人	10,460人 (-13)
男	5,072人 (-12)
女	5,388人 (-1)
世帯数	4,496世帯 (-1)

リファーレンいなば 7月リサイクルファクトリー・スケジュール

体験講座	とき	定員	費用
ソートートバッグ(マイバッグ)	7/7(火) 10:00 ~ 15:00	5人	無料
糸巻スタンド	7/10(金) 10:00 ~ 12:00	8人	100円
PPバンドの籠作り(楕円編み)	7/16(木) 10:00 ~ 15:00	8人	無料
木工(5匹のダックスフンド)	7/17(金) 10:00 ~ 12:00	5人	100円
健康布ぞうり	7/28(火) 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 リファーレンいなば (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 7/1(水)より受付(先着順)



みやちゃんの つくってみよう



オクラのチーズ焼き

【材料】4人分

- オクラ…………… 16本
- 塩…………… 小さじ1
- プロセスチーズ…………… 4個 → 縦長に4つに切る
- オリーブオイル…………… 大さじ1
- 粗びきこしょう…………… 少々 (お好みで)

【作り方】

- ① オクラは塩をまぶして軽く表面をこすってうぶ毛を取り除き、水でさっと洗い流す。へたを除き、縦長に1か所切り込みを入れる。
- ② オクラの切込みの中に、プロセスチーズを入れる。
- ③ フライパンを温めて、オリーブオイルを入れる。オクラの切込み側を上にして並べる。ふたをして、オクラに火が通り、チーズが溶けるまで焼く。
※オーブントースターで焼いても良い
- ④ 器に盛り付けてから、粗びきこしょうをお好みでかける。



(1人分)
エネルギー 104kcal
たんぱく質 4.9g
脂質 8.4g
食塩相当量 0.6g

オクラの特徴といえば、ネバネバ。このネバネバには「ペクチン」といわれる水溶性食物繊維が含まれています。水溶性食物繊維は、便をやわらかくし、便秘を予防する作用があります。夏場は、発汗による水分不足や、エアコンにより体が冷え、腸の活動が鈍くなるなど、便秘につながりやすい季節でもあります。オクラを食べて便秘予防に取り組みましょう。



まつの木



かきつばた



松葉がに

人権擁護委員の紹介

7月1日付けで、次の方が人権擁護委員に法務大臣から委嘱されました。



三浦 敏彦 さん (再任)



人権擁護委員は、みなさんが毎日の生活の中で、人権に関する問題に直面した場合や、困っている場合に相談に応じ、その解決に向けて助言を行います。相談は無料で秘密は守られますので、お気軽にご相談ください。

本町の人権擁護委員 (5名)

(任期：3年)

- 平 家 陽 子 さん
- 三 浦 敏 彦 さん
- 松 本 琢 己 さん
- 澤 宗 樹 さん
- 岡 本 良 恵 さん



問 教育委員会事務局 人権同和対策係 | ☎73-1302



町公式 SNS を check

LINE



@iwamichou

Instagram



@iwami_town

X (旧Twitter)



@iwami_town

YouTube



@iwamitown

facebook



@iwami.town

困播ノ国 岩美ナビ



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

今月の納税

7月31日金

固定資産税 2期

国民健康保険税 2期



FSC森林認証紙を使用しています。

