

健康ひろば

保健センターだより



冬は風邪をひきやすい季節。町のお医者さんが、診断する患者の5〜7割は風邪といわれるくらいです。

私たちは風邪の場合、市販されている風邪薬などを飲んで医者にかからずに済ませてしまうことが多いのですが、あまり薬を過信しないようにしたいものです。現在のところ風邪の特効薬はありません。いわゆる、風邪薬というのは、ウイルスの感染によって

風邪は万病のもと

起るさまざまな症状を、一時的に抑えて和らげる作用をもつ薬で、風邪そのものを治す薬ではありません。ですから、不摂生をしながら風邪薬をあれこれ飲んだり、自己流の療法で治そうとした結果、肺炎をひき起こすということ

もまれではありません。

ウイルス性の風邪には、普通感冒といわれる「鼻風邪」の「インフルエンザ」に大別されます。

一般的にインフルエンザは、突然高熱を伴って発病し、頭

種で未然に予防しましょう。



もし、風邪にかかったら、まず、体を温かくして安静にしていること。食事は、栄養バランスをとることが特に大切です。食欲がないからとおかゆに梅干しでは回復が遅れます。また、熱が出るとビタミンCが多く消耗されるので、ビタミン類の確保も忘れないようにしましょう。

防火チエツク万全に
師走、どの家庭でも暖房器具が欠かせない季節になりました。この時期になると暖房器具での火事や事故が目立って発生しています。暖房器具は正しく使用し、防火チエツクは万全に火事のない楽しい年末、年始を過ごしましょう。

自転車の放置は 社会の迷惑です

鳥取駅周辺は、自転車の放置禁止区域です。長時間放置すると移動、保管の対象になります。2時間以内の用事の時などは、駅前派出所横の仮自転車場(無料)を気軽に利用して下さい。歩道や車道に長時間放置すると通行のじやまになります。長時間の自転車放置はやめましょう。

祝賀会の申し込みは15日までに

恒例の新年市民合同祝賀会を開きます。申し込みは会場1000円を添えて12月15日(火)までに総務課(市役所

内線231)へ。とき 63年1月1日(金)午前11時 ところ 第一ホテル(末広温泉町)

なお、期日までに申し込んだ人の出席者名簿を作成し、参加者に配布して名刺交換に代えることにしています。

20日に青空市場

市消費者団体連絡協議会は次の日程で青空市場を開きます。公設卸売市場に出荷され

人権相談は擁護委員へ

12月4日から10日は「人権週間」です。いじめや部落差別など人権問題について理解を深め、みんながお互いの人権を尊重しましょう。本市には、下表のとおり十人の人権擁護委員がいます。いじめや部落差別、近隣関係の対立など人権問題で困っている人は、気軽に近くの委員に相談して下さい。

人権擁護委員

氏名	住所	電話番号
土師 房子	野寺	☎53-2365
山家 哲彦	二階町1丁目	☎23-4661
坂本 親男	蔵田	☎53-0316
兼田信太郎	湯所町2丁目	☎22-7328
柏木 正實	湖山町北6丁目	☎28-0061
上口美伎子	本町5丁目	☎23-3525
山崎 季治	西町1丁目	☎22-2627
竹本 三雪	伏野	☎59-1790
川口 慈恵	古海	☎23-5269
有田 泰之	上味野	☎53-0481



市民憲章

わたくしたちは

だれにも親切にしましょう
正しく時間を守りましょう
まちに緑を育てましょう

公共物を大切にしましょう
清潔な環境を作りましょう



休日救急担当病院

12月と63年1月第1週の休日救急担当医療病院は次のとおりです。重症救急患者を受け入れます。

診療時間は午前8時30分～翌日午前8時30分。

6日 県立中央病院 (☎2612271)

休日在宅当番医

12月と63年1月第1週の休日在宅当番医は次のとおりです。

月日	医 院 名	住 所	電 話 番 号
12月6日	高整形外科医院	吉成	53-3375
12月13日	小田小児科医院	西町3丁目	23-3168
12月20日	北村 医 院	今町1丁目	22-5896
12月27日	北村 医 院	湯所町2丁目	22-4460
12月31日	坂 本 医 院	元町	22-6612
63年1月1日	山 藤 医 院	西町3丁目	26-1433
12月1日	田村内科眼科医院	大榎町	22-8431
12月2日	武 信 医 院	末広温泉町	22-4956
12月3日	小 松 内 科 医 院	材木町	23-2581
12月4日	田中外科内科医院	今町1丁目	22-4549
12月5日	清水内科医院	吉方温泉3丁目	24-1101
12月6日	谷口外科クリニック	吉方町1丁目	29-0021
12月7日	田 中 医 院	片原5丁目	24-5252
12月8日	谷 口 医 院	浜坂	27-0121
12月9日	田 村 医 院	南町	22-2332
12月10日	掛出町	掛出町	23-1057

13日 鳥取赤十字病院 (☎24-8111)

20日 鳥取生協病院 (☎24-7251)

27日 県立中央病院 (☎2612271)

31日 市立病院 (☎23-6211)

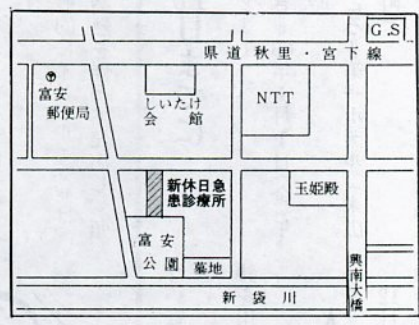
1月1日 県立中央病院 (☎2612271)

1月2日 鳥取生協病院 (☎24-7251)

1月3日 鳥取赤十字病院 (☎24-8111)

休日急患診療所

因幡医師会館の移転により休日急患診療所(☎22-12782)が富安1丁目に移りました。12月6日から日曜日と祝日に急患を診察します。診療時間は午前9時～午後5時です。



インフルエンザ 予防接種(2回目)

インフルエンザの予防接種の2回目を下記の日程で行います。

対象者 3歳以上の市民(幼稚園、小・中・高校で接種できなかった人は、この機会に接種して下さい) 時間 倉田、面影、岩倉、稲葉山の4校区は午後1時30分～2時。米里、大正の2校区は同1時30分～2時30分。修立、日進、富桑、湖山、城北、美保、美保南、遷喬、醇

風、明德、久松の11校区は同1時30分～3時。浜坂校区は同2時～2時30分。湖南校区は同2時30分～3時。その他の8校区は同2時～3時。全市補足は同1時30分～3時。料金は3歳以下は無料。高校生、大人は1回450円。

受けてはいけない人 熱があつたり、病気がかかっている人。心臓、じん臓、肝臓に異状のある人。妊産婦、病後の衰弱者、そのほか医師が不適当と認められた人。特に鶏卵に対する特異体質の人は接種できません。

校区	接種場所	接種日
全市補足	福祉文化会館	12月18日(金)
醇風	福祉文化会館	12月17日(木)
遷喬	福祉文化会館	12月17日(木)
岩倉	岩倉地区公民館	12月16日(水)
城北	城北地区公民館	12月16日(水)
美保南	美保地区公民館	12月15日(火)
美保	美保地区公民館	12月15日(火)
賀露	賀露地区公民館	12月14日(月)
大正	大正小学校	12月14日(月)
湖山	湖山地区公民館	12月11日(金)
久松	福祉文化会館	12月11日(金)
明德	福祉文化会館	12月11日(金)
東郷	東郷小学校	12月10日(木)
富桑	富桑会館	12月10日(木)
浜坂	浜坂小学校	12月10日(木)
米里	米里小学校	12月9日(水)
松保	松保地区公民館	12月9日(水)
美和	美和小学校	12月9日(水)
神戸	神戸小学校	12月8日(火)
津ノ井	津ノ井地区公民館	12月8日(火)
面影	面影小学校	12月7日(月)
末恒	末恒地区公民館	12月7日(月)
日進	福祉文化会館	12月4日(金)
修立	福祉文化会館	12月4日(金)
豊実	豊実地区公民館	12月3日(木)
稲葉山	稲葉山小学校	12月3日(木)
倉田	倉田小学校	12月2日(水)
湖南	湖南地区公民館	12月2日(水)
校区	接種場所	2回目

冠婚葬祭のパートナー!

セレモニーサービス鳥取

祝、葬祭式典・粗供養品、香典返し品・贈答用品

鳥取市安長 ☎24-3227(代)

冬期講習生・本科生 募集中!

(1)冬期講習:小6と中3・5教科・独自テキスト使用・全国模試あり。12月25日(全)～1月8日(全)のうち小6は8日間、中3は9日間。附中受験・高校受験直前準備。小6...11,000円、中3...13,000円。

(2)本科生(小1～高3)5教科

(3)英検サクセス(小学生)

(4)附中受験コース

(5)個人指導(6)大学検定

(7)パワー学習 他

コース多岐。詳細は電話で。

●本部 湖山ゼミナール 湖山町北1丁目 ☎28-3715

●城北ゼミナール ☎29-1105 (城北小近く) 松並町1丁目海南開発2号ビル

●責任者 坂根 徹 ☎28-6092

三種混合予防接種 〈全市補足〉

三種混合予防接種（ジフテリア、百日ぜき、破傷風）の第一期（3回接種）の全市補

足を次の日程で行います。まだ接種していない幼児のいる家庭は、この機会に受けさせて下さい。
（無料）
とき 12月1日（火）22日（火）午後1時30分～3時
59年8月31日以前に生まれ、まだ接種を受けていない4歳未満の幼児。
ところ 福祉文化会館
対象 59年9月1日～60年8月31日に生まれた幼児と、59年8月31日以前に生まれ、まだ接種を受けていない4歳未満の幼児。

募集

市営住宅入居者

市営住宅入居者を募集します。入居を希望する人は、建築課住宅係に備え付けの申込書（12月1日から交付）に必要事項を記入して、7日（月）～12日（土）に申し込んで下さい。抽選は12月21日（月）午後2時から市民会館で行います。収入基準など詳しいことは建築課（市役所内線387）へ。募集団地は次のとおり。

種別	団地名	戸数	規格	家賃(月額・円)
第1種住宅 (一般)	徳吉	8	3DK	17,800~25,400
	駅南	1	3K	12,600
第2種住宅 (一般)	徳吉	3	3DK	13,700~17,100
	材木	1	3DK	17,700
	大森	1	3DK	28,200
	駅南	1	2K	9,700

保育所の入所受け付けは1日から

市内にある保育所が63年度入所希望の園児を受け付けます。受付期間は12月1日（火）～25日（金）。入所を希望する保育所で入所申請書を受け取り申し込んで下さい。
保育所は児童の保護者が働いているか、病気などで保育できない場合に預り、保育教育を行う所です。問い合わせは厚生課児童福祉係（市役所内線294）へ。
園児を受け付ける保育所は次のとおりです。※印の保育所は、土曜日午後6時まで保育します。なお、あすなろ保育園は3歳未満児のみ保育。
〔自治振興課担当〕
相談日 12月15日（火）63年1月14日（木）午後1時～4時
申し込み先は自治振興課広聴係（市役所内線209）へ。定員10人。
〔市社会福祉協議会担当〕
相談日 12月21日（月）63年1月18日（月）午前10時～午後3時。
申し込み先は市社会福祉協議会（福祉文化会館1階）へ。定員8人。



ロビットダンスを演じる白ゆり保育所の園児たち

相談

法律相談

弁護士による法律相談を行います。定員になりしだい締め切りますので、早めに申し込んで下さい。
（無料）
〔自治振興課担当〕
相談日 12月15日（火）63年1月14日（木）午後1時～4時
申し込み先は自治振興課広聴係（市役所内線209）へ。定員10人。

人権相談

人権擁護委員と法務局相談担当職員による人権相談を行います。秘密は守られます。
（無料）
とき 12月10日（木）、22日（火）午後1時～4時
ところ 10日は鳥取地方法務局3階人権擁護課（東町2丁目）、22日は白砂荘（永楽温泉町）

年金保険料は所得から控除

国民年金第1号被保険者（自営業、無職の人など）が、その年に納付した保険料は所得税の確定申告をするとき「社会保険料控除」として、所得から控除されます。自分の保険料はもちろん、家族の保険料を納めた場合もその金額が所得から控除され、課税の対象になりません。
確定申告のときに忘れずに申告書の「社会保険料欄」に62年中に納めた保険料を記入して下さい。62年の保険料は次のとおりです。
〔定額保険料〕 1月～3月 11か月7100円▽4月～12月 11か月7400円▽合計 87900円
〔付加保険料〕 11か月400円▽合計 48000円

区分	施設名	所在地	人員
市立	※みたから	寿町	110
	※わかば	吉方温泉1丁目	110
	※富桑	行徳	120
	※賀露	賀露町	130
	※美保	吉成2丁目	200
	※美穂	上味野	110
	※大正	古海	65
	※豊実	野坂	85
	※松保	布勢	60
	※白兔	伏野	90
	※白ゆり	大杓	60
	※津ノ井	南栄町	110
	※湖南	松原	100
	※湖山	湖山町南1丁目	140
※倉田	八坂	80	
※城北	松並町2丁目	170	
※千代	江津	55	
※のぞみ	数津	60	
私立	※鳥取みどり	立川町5丁目	150
	※あすなろ	湯所町2丁目	90
	※賀露みどり	賀露町	150
	※さとに	里仁	120
	※むつみ	二階町4丁目	150
	※かんろ	立川町6丁目	120
	※浜坂	浜坂	90
	※めぐみ	吉方町1丁目	120

今、最も活力のある街

宝木・高浜団地に夢を!!

- 所在地/鳥取県高気郡高気町大字下坂本字下矢口1023-117地
- 地目/宅地/用途地域/指定なし・電気/中国電力・ガス/個別プロパン・水道/気高町営水道・排水/道路側溝・汚水/集中浄化による水洗 (広告有効期限62年12月末日)

総区画数150区画 今回販売区画数8区画

価格・坪当り9万円台より **485.08万円～603.57万円**
177.45㎡(57.16坪) 214.55㎡(64.9坪)

お問い合わせは ☎(0857)26-6866

鳥取南団地 開発中!!

- 所在地/鳥取市大覚寺148-2外、吉成200-3外
- 開発区域面積 **100,587㎡**
- 総区画数 **440区画**
- 販売予定区画数 **220区画**

鳥取駅より車で5分

鳥取県知事免許 第552号 (社団法人)鳥取県地建物取引業協会会員

事業主 **舎吉田興産株式会社**

鳥取市東町2丁目222(福田ビル2F) ☎(0857)26-6866

催し物

[]は開演時刻

【市民会館】 ☎24-9411

3日 ジーザス・クライスト＝スーパー
スター [午後6時30分] (有)
京山幸枝若浪曲公演 [午後6時
30分] (有)

8日 中村絃子ピアノリサイタル(有)
12日 航空自衛隊中央音楽隊定期演奏
会 [午後2時30分]

20日 B O Ø W Y フィルムコンサート
(有)
22日 ハウンドドッグコンサート(有)

【文化ホール】 ☎27-5181

9日 音の会演奏会 (有)
12日 鳥取名画鑑賞会例会「細雪」[午
後2時・同6時] (有)

14日 城北高吹奏楽部定期演奏会 [午
後5時30分] (有)
20日 ピアノおさらい会 [午後1時]

21日 八咲めぐみレコード発売記念発
表会 [午後6時30分] (有)
26日 ピアノ発表会 [午後2時]

27日 風街チャリティコンサート(有)
【文化センター映写室】
6日 科学映画会「むしさがし」 [午
後3時]



去年のクリスマス絵本大会では一人芝居が好評

20日、文化センター展示室で

文化センターは、本に親しむ心を持つ子供たちを育てようとの日程で「第6回クリスマス動く絵本大会」を開きます。多数ご来場下さい。
とき 12月20日(日)午後2時～4時
ところ 市文化センター展示ホール
内容 人形劇、紙芝居、マジック、歌など

年末の交通安全運動

その一杯ことわる
勇気が事故をたつ

婦人の家で講演会

市働く婦人の家は「筋道をたてて話す」(ことばは、社会人のマナー)と題して、言葉に造りこんだ深い講師を招き講演会を開きます。多数ご来場下さい。
とき 12月12日(土)午後2時～4時
ところ 福祉文化会館4階
講師 N H K 鳥取放送局放送部副部長・香取一男アナウンサー

12月

固定資産税 (第3期)
都市計画税
国保料 (第6期)
の支払い月です

●取り壊した家屋の届け出
62年中に家屋の取り壊し(滅失)をした人で、滅失届がまだの人は早急に固定資産税課に届け出をして下さい。登記をしている家屋につい

ては、鳥取地方務局に滅失登記をして下さい。詳しくは固定資産税課家屋係(☎市役所内線267)へ。

展覧会

【鳥取大丸3階画廊】 ☎25-2318

3～8日 高橋重友墨彩軸装展
9～15日 明治・大正から現代まで掛軸、陶磁器、茶道具掘出展
16～22日 京屏風展

【画廊鳥取美術】 ☎24-5701

5～10日 山川賀寿雄日本画展
16～20日 西尾正道藍染展

【美巧ギャラリー】 ☎23-6578

3～7日 公納久光作品展
10～18日 住千代数水墨画軸装展

【アートスペースさかお】 ☎22-4001

4～9日 山本恵三色紙展

【美術喫茶カトレヤ】 ☎23-1891

1～30日 平井義勝版画展

12月8日(火) 午前11時 生活物資交換会

福祉文化会館5階

●みんなで歩こう会
みんなで歩こう会の12月例会を行います。目的は因幡の国庁跡。昼食と水筒を持って行って下さい。会員以外の人も参加できます。
(とき) 12月13日(日) (集合) 市役所前・午前8時45分 (コース) (一)が歩行区間) 市役所出発・午前9時(宮ノ下)中郷(法花寺(昼食))津ノ井駅(鳥取駅着)午後2時33分(交通費)180円

おてやわらかに

カラオケは隣近所に
迷惑にならない音量で!!



正月料理のお申し込みは無休営業の鳥ヶ島へ



おせち重詰

15,000円 (重箱回収)
20,000円 (三段重・重箱付)
25,000円 (重箱回収)

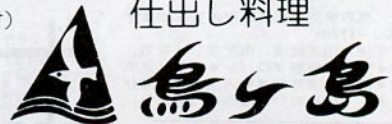
おせち皿盛

10,000円

新年会用折詰

1,500円より(一重)
2,000円より(二重)

仕出し料理



☎27-7711(代)

県庁食堂

☎26-7797(代)

●その他、ご予算に応じて皿盛(一般用)、寿司、箱膳承ります。

鳥取市浜坂十六本松線沿バイパス横