



第17回 女と男との ハーモニーフェスタ

時 10月3日(土) 10:00~15:45
所 とりぎん文化会館

入口フリースペース(ワークショップ)

時間 10:00~13:45(展示のみ15:45)

内容 展示、即売、喫茶、行政相談

展示室(環境ワークショップ)

時間 10:00~15:45

内容 表彰(小学生オリジナルマ
イバックコンテスト)、展示

小ホール(ステージイベント)

時間 12:30~15:30(開場12:00)

定員 500人(先着順)

▽オープニング(鳥取男声合
唱団)▽表彰(男女共同参
画標語)▽ステージ発表▽講
演「男女ともに輝く人生を」
講師:東海林のり子さん



東海林のり子さん
(キャスター・リポーター)

問 男女共同参画センター(福祉
文化会館内)

(0857) 24-2704

糖尿病料理講習会

対 市内に在住または通勤、通学
している人 時 10月21日(水)

9:30~13:00 所 ささなか会館
3階 員 20人 料 500円(材料

費) 持エプロン、三角巾、手ふ
きタオル

問 市立病院栄養管理室

(0857) 53-7326

新型インフルエンザの備え

【国内発生状況】

新型インフルエンザは、夏でも
衰えることなく感染が続いてきま
した。秋、冬の季節性のインフル
エンザ流行とあわせて大きな流行
が予想されます。

【早期受診が感染拡大防止のカギ】

通常のインフルエンザと同様の
予防策や治療法が有効で、早めの
受診で適切な治療を受ければ1週
間程度で回復します。感染したら
咳エチケットを守るなど感染を防
ぐ努力をし、医療機関を受診する
時は事前に電話して指示に従って
ください。▽症状:発熱、咳、鼻水、
のどの痛み、全身倦怠感、関節痛

【うつらない予防対策と準備】

- 手洗い、うがいを習慣づける。
- バランスのとれた栄養と十分な睡眠をとり、体の抵抗力をつける。
- 妊娠中の人、基礎疾患(糖尿病、ぜんそくなど)のある人は、症状が重くなる恐れがあるので、感染した時の対応を主治医と相談しておく。
- 感染した時や医療機関を受診す

る時に必要なマスクを備蓄して
おく。

問 中央保健センター

(0857) 20-3191

平成21年度鳥取市総合防災訓練

時 9月10日(木) 10:00~12:00

※事前に防災無線などで広報を予
定しています。 所 ▽倉田小学校

▽鳥取港▽賀露白浜運動場▽国府
東小学校(国府・福部総合支所の
合同会場)▽国府・福部総合支所
を除く各総合支所▽各事業所・各
自主防災会など市内一円▽とりぎ
んバードスタジアムなど ※当日
は会場周辺をヘリコプターが飛行
します。ご理解をお願いします。

問 市役所本庁舎危機管理課

(0857) 20-3127

鳥取空港ー鳥取砂丘直結 乗合ジャンボタクシー試行運転

時 9月18日(金)~平成22年1
月3日(日)の土・日・祝・休日

(冬休みに入る12月下旬~1月3
日までは毎日) ※9月18日(金)

は「砂の美術館」のオープニング
に当たるため運行します。 ▽鳥取
空港発...2便着の10分後出発(国
際会館前) ▽鳥取砂丘発...3便、
4便発の1時間前(鳥取砂丘・砂
丘会館前、砂丘展望台・砂丘セン

ター前) 員 1台あたり9人(10
人以上の団体の場合は事前に連絡
を) 料 500円/人(子ども、障
がいのある人は半額)

問 日本交通 (0857) 26-6111

大森タクシー (0857) 23-6511

旭タクシー (0857) 28-0081

鳥取自動車 (0857) 26-6111

歩行者会10月例会

時 10月11日(日) 9:00~14:00

容 鳥取駅《集合》H列車 H津
ノ井ノ越路ノ空山(風車)ノ中山
展望台ノ郡家駅 H列車 H鳥
取駅《解散》(歩行距離10.9km)
料 410円(交通費) ※弁当や
水筒、雨具は各自で用意くださ
い。

問 歩こう会事務局

(0857) 23-7930



同和対策審議会委員

容 同和問題をはじめ、さまざま
な人権課題の解消のための重要事
項についての審議・協議▽任期:
委嘱の日から2年間▽会議の開

医療にかかる負担を 少なくするために



医療費が毎年増え続けている理由として、医療の高度化、治療期間の長い生活習慣病などの増加が挙げられます。国民健康保険（国保）の加入者の医療費は、納めていただいた保険料でまかなわれます。医療費が増えれば、みなさんが医療機関で支払う負担額が増えるばかりでなく、保険料も高くなります。普段から健康に気を配るとともに、次の点に心がけましょう。

- 重複受診は避ける。
- できるだけ診療時間内に受診する。
- 必要以上の薬を求めない。
- できるだけジェネリック（後発）医薬品の処方依頼する。
- 早期発見・早期治療のため、定期的に健康診断を受ける。
- かかりつけ医に日ごろから相談する。

問い合わせ先

市役所駅前庁舎保険年金課 ☎ (0857) 20-3482

鳥取市勤労青少年ホーム 教育講座 秋編 受講生募集

教室名	日時	定員
書道教室	10月5日～12月21日(月曜日) 18:30～20:30 (計10回)	20人程度
茶道教室(遠州流)	10月2日～12月18日(金曜日) 18:30～20:30 (計10回)	20人程度
華道教室(池坊)	10月1日～12月17日(木曜日) 18:00～20:00 (計10回)	20人程度
バランストレーニング 教室(ピラティスコース)	10月1日～12月17日(木曜日) 18:30～20:30 (計10回)	20人程度
着付け教室(裕編)	10月6日～12月21日(火曜日) 19:00～20:30 (計10回)	20人程度

● 教養講座特別編

教室名	日時	定員
銀粘土で手作りアクセサリーを つくる(ペンダントトップ編)	10月6日(火) 19:00～20:30 (計1回)	20人程度
旅行で使える ハングル語教室	10月7日～28日(水曜日) 19:00～20:30 (計4回)	15人程度
ゼロから始める 使える手話教室	10月2日～23日(金曜日) 19:00～20:30 (計4回)	20人程度
東洋美容でテックス教室(美 顔リンパ&フットマッサージ編)	10月7日～12月16日(水曜日) 19:00～20:30 (計10回)	20人程度
社会人の為の マナー教室2	10月8日・22日・29日(木曜日) 19:00～20:30 (計3回)	15人程度
テニス教室	10月5日～12月7日(月曜日) 19:00～20:30 (計7回)	15人程度

※テニス教室は保険料などが別途必要です。

開催場所 鳥取市勤労青少年ホーム
対象者 市内に在住または勤務の、35歳までの人
募集期間 9月1日(火)～20日(日) 17:00まで
受講料 無料(要教材費)

※ただし利用者協議会(年会費1000円)加入のこと。

その他 ●申し込み多数の場合は抽選となります。
●受講日程は変更になる場合があります。

申し込み・問い合わせ先 鳥取市勤労青少年ホーム(吉成三丁目1-3) ☎ (0857) 24-1702・☎ (0857) 24-2944

催…年3回程度 員 3人以内 案
市内在住の20歳以上(平成21年9月1日現在)で、平日開催の会議に出席できる人 額 報酬…9千円/回 募 9月30日(水)必着で、同和問題・人権問題について800字程度にまとめ、住所、氏名、生年月日、職業、電話番号を明記のうえ、持参・郵送・ファクシミリ・電子メールのいずれかで問い合わせ先まで ※応募者多数の場合は選考のうえ決定します。

問 市役所本庁舎人権推進課
☎ (0857) 20-3143
☎ (0857) 20-3052
✉ jinken@city.tottori.lg.jp

第19回市民けんこうウォーク

時 10月17日(土)9:00～11:00(受付8:30) ※荒天の時は中止(確認は当日7:00～8:00に電話で問い合わせ先まで)。
所 美穂・大和地区▽集合…美穂地区公民館横グラウンド ※美穂地区公民館の駐車場は台数に限りがあるため、乗り合わせてお越しください。
容 ①美穂・大和フルコース(約6.3km、所要時間約90分) ②美穂めぐりコース(約2.4km、所要時間約40分) 員 300人 ※小学生以下の参加は保護者も同伴してください。 料 無料 持 帽子、タオル、飲み物、雨具 募 9月30日(水)必着で、希望コース、住所、氏名、電話番号、年齢を明記のうえ、電話またはファクシミリで各地区の健康づくり地区推進員または問い合わせ先まで

問 中央保健センター(富安二丁目104-2 さざんか会館4階)
☎ (0857) 20-3194
☎ (0857) 20-3199

第10回鳥取三十二万石お城まつり

【夕暮れ↓夜ステージ(仮称)】出演者募集 時 10月17日(土) 17:00～20:00 所 久松公園内

【ボランティアスタッフ募集】
時 9月末～祭り当日 **容** ステージ運営、江戸村(屋台村)運営、行列運営など 員 30人 募 9月18日(金)必着で、住所、氏名、年齢、電話番号を明記のうえ、持参・郵送・ファクシミリで問い合わせ先まで

問 鳥取三十二万石お城まつり実行委員会(〒680-0035新町103 鳥取市観光協会内)
☎ (0857) 26-0756
☎ (0857) 29-1000