

**いなば**  
**ぴよんぴよんネット**  
デジタル 12ch  
《10月の番組ガイド》  
鳥取市広報番組

**とっとり知らせたい!**  
TOTTORI SHIRASETAI!

市民と行政がつながるTV「とっとり知らせたい!」。さまざまな情報をお送りしています。みなさんの知らせたい!情報も待っています。  
【放送】毎週金・土

『市報深読み』は、シルバー人材センターをご紹介します。『体験!すごい!鳥取市』は鳥取砂丘を自転車で走る「ファットバイク」で秋の雄大な景色をお届けします。『元気です!』は鹿野DJ(どじょう)生産組合、『社長の魅力を押しましよ!』もあるよ!

f「とっとり知らせ隊」も見てね! みやっち しょうこ

静止画文字情報(音声付き)  
『鳥取市からのお知らせ』【放送】毎週水・木・金・土  
いなばぴよんぴよんネット  
自主制作番組

農業番組『いなばアグリタイム』【放送】毎週水・木  
西条柿の収穫や農産物フェスタなどイベントの様、魚食普及番組「開講!とっとり魚乙女塾3」が始まります。

地域情報番組『とっとりウォーキング』【放送】毎週日・月  
文化や体育の秋に行われる行事や、過去の映像とその今を紹介するぴよんぴよんアーカイブを放送しています。

生活情報番組『ぴよんぴよんワイド』【放送】毎週火  
市内各地で開催されたイベントや鳥取市立病院市民医療講演会、県内CATV局から届いた話題をお送りします。

手話番組『手話でコミュニケーション』【放送】毎週日・月  
ニュースや話題、行事、お知らせを手話や字幕で紹介します。

122ch(第2放送)  
週替わりでリクエスト番組やイベント番組を再放送。7月からぴよんぴよんネットオリジナル体操放送開始。6:00~ストレッチ 11:50~フィットネス 19:50~マッスル  
※番組の放送時間や内容はホームページまたはデジタル放送の電子番組表(EPG)をご覧ください。

情報をお寄せください!  
いなばぴよんぴよんネット ☎0857-22-6111  
※放送内容は予告なく変更することがあります。番組の放送時間は、ホームページでも紹介しています。  
<http://www.inabapyonpyon.net>

万葉フェスティバル in 鳥取  
第23回 大伴家持大賞特別短歌講座

問 国府町総合支所地域振興課  
☎0857-39-0555 ☎0857-27-3064  
大伴家持大賞表彰式と、歌人・穂村弘さんが応募短歌を会場で公開講評する特別短歌講座を開催します。  
と き 10月15日(日) 13:30~16:00  
と ころ 国府町コミュニティセンター(国府町庁)  
定 員 500人 参加料 無料

殿ダム因幡万葉湖  
ウォーキング大会2017

問 殿ダム因幡万葉湖ウォーキング大会実行委員会  
☎0857-58-1205 ☎0857-58-1206  
と き 10月22日(日) 9:00~13:30  
と ころ 殿ダム記念広場(国府町殿)  
内 容 殿ダム周辺(約3.5kmコース・約8kmコース)  
定 員 700人  
参加料 600円(保険料含む、豚汁・おにぎり込み)  
申込み 電話・ファクシミリによる事前申し込み  
☎10月7日(土)~16日(月) 9:00~17:00  
☎10月16日(月)まで

平成29年度  
万葉のふる里こくふまつり

問 国府町総合支所地域振興課  
☎0857-39-0555 ☎0857-27-3064  
と き 11月3日(金・祝) 9:00~16:00  
と ころ 国府町コミュニティセンター(国府町庁) 因幡万葉歴史館前  
内 容 オープニングセレモニー、芸能発表会、映画会、こどもまつり、バザー・出店など、健康づくりコーナー、行政相談コーナー  
参加料 無料

「すご!ウサギ」  
LINEスタンプ 販売中

問 本庁舎広報室  
☎0857-20-3159 ☎0857-20-3056  
本市の魅力を発掘・発信するイメージキャラクター「すご!ウサギ」がLINEスタンプになりました。本市のPRのため、みなさん、ぜひ使ってください。  
スタンプ:全40種類  
価 格:120円(50コイン)  
購入方法:  
①LINEスタンプショップ内で、「SUGO!USAGI」と検索  
②LINE STOREで購入  
☎<https://store.line.me/stickershop/product/1531223/>



インフルエンザ予防接種のお知らせ

問 中央保健センター 予防係 ☎0857-20-3191 ☎0857-20-3199

対象者  
①65歳以上の人  
②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある者として厚生労働省令で定める人(各障がいについて身体障害者手帳1級および障がいの程度が1級と同程度と証明できる人)  
③満6カ月以上65歳未満の重症心身障がい児または重度の心身障がい者(障がい支援区分6の人)  
④満6カ月以上の就学前乳幼児

接種費用  
◇対象者①~③  
市民税課を課税されている人と同一世帯員(対象者本人が市民税を課税されている場合を含む) 1,300円  
世帯員全員が市民税を課税されていない人 300円  
生活保護世帯の人・中国残留邦人の人 無料  
◇対象者④  
医療機関が任意に設定される接種料金から本市が助成する額(※)を差し引いた額  
※助成額は接種料金によって異なります。接種料金が2,300円以上の場合助成額は2,300円です。接種料金が2,300円未満の場合は接種料金と同額を助成します。市民税を課税されている人と同一世帯員、世帯員全員が市民税を課税されていない人、生活保護世帯とも助成額の上限(2,300円)は同額です。満

13歳未満の③の対象者を除き、2回接種が必要な人の2回目の費用は全額自己負担となります。  
接種期間 10月1日(日)~12月31日(日)  
※ただし、12月中に65歳に到達される人(昭和27年12月生まれの人)、60歳に到達される②の対象者(昭和32年12月生まれの人)、満6か月に到達される③④の対象者(平成29年6月生まれの人)は、翌年2月28日(水)まで(年末年始の休診状況については各医療機関にお問い合わせください。)  
医療機関 鳥取県東部地区医療機関 ※要予約  
医療機関に持参するもの  
◎インフルエンザ接種券(①②③)  
◎インフルエンザ助成券(④)  
▶対象者①③④の人および②のうち心臓・腎臓・呼吸器障がい1級を有する人  
→9月下旬に接種券・助成券を郵送  
▶対象者②のうち心臓・腎臓・呼吸器障がい1級と同程度の障がいがある人  
→上記にお問い合わせください。



その他  
65歳未満の人(対象者②③④を除く)への市の助成はありません。

シリーズ 将来の医療を考えよう!

第6回 10月8日は「糖をはかる日」です

10月8日は糖尿病治療研究会が定める「糖をはかる日」です。本市では「鳥取市糖尿病予防啓発キャンペーン」で簡易血糖測定を行っています。血糖値が慢性的に高い状態が続くと糖尿病を引き起こします。日本では5人に1人の割合で糖尿病または糖尿病予備群といわれ、決して人ごとで

はありません。(平成24年度国民健康・栄養調査より)糖尿病は自覚症状が現れにくく、気付いた時にはかなり病気が進行しているケースもあります。まずは10月8日の「糖をはかる日」をきっかけに血糖を測ってみませんか? お気軽にご来場ください!

糖尿病予防啓発キャンペーン開催スケジュール(直近のもの) ※予約不要、測定無料

とき	ところ	備考
10月21日(土) 10:00~12:00	遷喬地区公民館	遷喬地区公民館まつりで実施
10月22日(日) 10:00~12:00	美保地区公民館	美保ふれあい文化祭で実施
10月28日(土) 10:00~12:00	米里地区公民館	米里まつりで実施
10月29日(日) 10:00~12:00	美穂地区公民館	美穂地区文化祭で実施
11月3日(金・祝) 12:00~14:00	国府町コミュニティセンター	万葉のふる里こくふまつりで実施

糖尿病豆知識 ~血糖値スパイク~

「健診の結果、血糖値は正常だから大丈夫」と思っていませんか?空腹状態の血糖値は正常範囲でも、食後の血糖値の急上昇(血糖値スパイク)がおきていることがあります!食後の血糖値が急上昇することにより血管が傷つき、動脈硬化を発症するリスクが高まります。『糖尿病の兆し』に早めに気づいて予防しましょう。

問 医療費適正化推進室 ☎0857-20-3441 ☎0857-20-3407