

# 情報ひろば 1月

## 福祉

### 認知症介護家族の集い 毎月第2金曜日開催

時 1月12日(金) 10:00~12:00  
 所 さわやか会館 認知症の問題や介護の悩みなどの情報交換をしながら交流をする場 料 無料  
 問 駅南庁舎地域包括ケア推進課  
 ☎ 0857-20-3449  
 ☎ 0857-20-3404

認知症に関する相談は各地域包括支援センターや次の各センターでも受けています。

認知症コールセンター  
 毎週月~金 10:00~18:00  
 ☎ 0859-37-6611  
 認知症疾患医療センター  
 ☎ 0857-39-1151

### 家族介護者の集い 「スマイル・スマイル」

時 1月17日(水) 10:00~12:00

### ひきこもり家族教室

時 2月7日(水) 10:00~12:00(受付9:30)  
 所 さわやか会館3階多目的室 ①講話「ひきこもりについて学び対処や工夫について考える」  
 ▼講師：原田豊さん(鳥取県立精神保健福祉センター所長) ②交流会  
 料 1200円(お茶菓子代) ※要申込み  
 問 駅南庁舎障がい福祉課  
 ☎ 0857-20-3474  
 ☎ 0857-20-3406

### 介護予防教室(おたっしや教室) (4~6月)

容 主に椅子に座りながらの運動、栄養やお口の機能改善のための講話。  
 時 毎週1回90分・3か月間 所 公共施設など全17会場(予定) ①満65歳以上の人 ※医師から、運動制限されていない人のみ。 ※身体状況によっては、他のサービスを紹介することがあります。 料 1回500円(予定)  
 募 1月26日(金)までにお住まいの地域の

## お知らせ

域の地域包括支援センターへ  
 問 鳥取中央地域包括支援センター  
 鳥取東健康福祉センター(包括支援係)  
 鳥取こやま地域包括支援センター  
 鳥取南地域包括支援センター  
 鳥取西地域包括支援センター  
 (14ページ)

### 庁舎整備局移転のお知らせ

庁舎整備局は、平成29年12月28日(木)に駅南庁舎5階に移転しました。なお、1月以降は工事現場での打合せなどのため、執務室を不在にする(予定)が多くなります。ご了承ください。

### まちパル新春の賑わい

時 1月1日(月・祝) 10:50~14:00  
 所 まちパル鳥取 ①10:50~ 麒麟獅子舞 ▼11:00~ 物産館開店、鏡割り、ぜんざいのふるまい(数量限定)、福袋初売り(数量限定)  
 問 (一社)鳥取市観光コンベンション協会  
 ☎ 0857-26-0756  
 ☎ 0857-29-1000  
<http://www.toric.jp/>

### ふるさとの映像を見る会

容 ふるさとに関する昔なつかしの映像を上映 上映予定：(1)郷土の俳人「尾崎放哉」(昭和57年制作) (2)倉吉の水再発見(平成3年制作)  
 時 1月18日(木) 10:00~14:00  
 所 鳥取市文化センター2階大会議室  
 料 無料 事前申込み不要  
 問 鳥取市文化センター  
 ☎ 0857-27-5181  
 ☎ 0857-27-5154

### 鳥取市地域包括ケアフォーラム

時 1月28日(日) 13:30~16:00  
 所 さわやか会館5階大会議室  
 容 ①基調講演 ▼テーマ：「みんなでつくる、助け合いのまち」▼講師：清水肇子さん(公財)さわやか福祉財団理事長) ②実践発表 ▼テーマ：住民主体の福祉のまちづくりを目指して ▼発表者：ふそう支え愛ネットワークの会、南大覚寺水曜お気軽サロン、河原町小倉集落、鳥取西高等学校  
 料 無料  
 問 駅南庁舎地域包括ケア推進課  
 ☎ 0857-20-3449  
 ☎ 0857-20-3404



### 大伴家持生誕1300年

今年、大伴家持生誕1300年のおめでたい年です。この機会に家持の魅力や功績を伝える記念事業を展開し、「万葉のふるさと鳥取市」を全国にアピールしたいと思います。  
 「新しき年の始めの初春の今日降る雪のいや重げ吉事」(万葉集巻二十・第四五一六番)  
 年の始めのお祝いメッセージは、因幡国守大伴家持が因幡国庁(国府町)で詠んだ「万葉集」のラストシーンを飾る「祝い歌」です。  
 元旦に19年に1度の立春が重なり、豊年の瑞兆である降雪まで重なるおめでたい日でした。今日のように善いことが繰り返し重なることを願い、皆様の永遠の繁栄と多幸を祈った歌です。  
 \*新井満さん作曲「祝い歌」のCD絶賛発売中! 500円(税込)  
 問 国府町総合支所地域振興課  
 ☎ 0857-39-0555  
 ☎ 0857-27-3004

## 募集

### 鳥取砂丘自然観察会(1月)

問 自然公園財団鳥取支部  
 ☎ 0857-23-7652(8:00~17:00)  
 sakyo@bes.or.jp

### 歩みし会1月例会

時 1月14日(日) 8:00~14:00

### 救急救命講習

時 1月14日(日) 13:00~16:00  
 所 鳥取県東部広域行政管理組合消防局2階救急研修室(吉成) ①個人で参加できる救急救命講習会 料 無料  
 問 東部消防局警防課  
 ☎ 0857-23-23003

## 20歳になったら 国民年金に加入しましょう

日本に住む20歳以上60歳未満のすべての人は国民年金に加入する義務があります。20歳になったら、忘れずに国民年金の加入手続きをしましょう!

### 国民年金のポイント

#### ■将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳の方が保険料を納め、その収入や国庫負担(税金)、積立金を財源に受給者に年金を給付しています。

年金の給付は物価や賃金の動向に応じて水準を改定し、生涯にわたって安定した所得を保障します。

#### ■老後のためだけではありません

国民年金は65歳になったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また、遺族年金は加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(「子のある配偶者」や「子」)が受け取れます。

※保険料の未納期間があると、将来受け取る年金が減額になったり、受けられなくなることがあります。保険料は納付期限を守って納めましょう。支払いが難しいときは免除制度のほか、次のよう制度もあります。

#### ◆学生納付特例制度(学生)

学生は一般的に所得が少ないため、本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

#### ◆納付猶予制度(50歳未満の人)

学生でない50歳未満の人で、本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に国民年金保険料の納付が猶予される制度です(平成28年6月以前の期間は30歳未満であった期間が対象)。

#### ~鳥取年金事務所へ相談に行くときは~

鳥取年金事務所の相談窓口は混雑が予想されます。ご相談・お手続きの際は、電話予約をお願いします。

予約の申し込みは、「ねんきんダイヤル」へ!  
 ☎ 0570-05-1165

問 鳥取年金事務所 ☎ 0857-27-8311(代)  
 駅南庁舎保険年金課 ☎ 0857-20-3484  
 ☎ 0857-20-3404

### 中電ふれあいホール 1月ギャラリーの案内

12日(金)~17日(水)	◆鳥取聾学校写真部生徒写真展
19日(金)~24日(水)	◆鳥取県立白兔養護学校高等部2018写真部・美術部ジョイントウインター作品展
26日(金)~31日(水)	◆鳥取お遍路会因幡薬師霊場巡り写真展

問 中電ふれあいホール(片原一丁目201)  
 ☎ 0857-22-0354 開館時間: 9:30~17:30  
 休館日: 毎週月曜日・1月1日(月)~3日(水) ※入館無料