

# 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11日(金) 10:00〜12:00  
所 ささなか会館(富安二丁目)  
容 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 駅南庁舎長寿社会課

☎ 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られます。

認知症コールセンター(認知症の人と家族の会鳥取県支部)  
毎週月〜金 10:00〜18:00

☎ 0859-37-6611

☎ 0857-39-1151

☎ 0857-39-1151

### 家族介護者の集い 「スマイル・スマイル」

時 1月16日(水) 10:00〜12:00  
所 ささなか会館5階第1会議室  
対 家族介護者または介護に関心のある人  
容 「歌を歌ってリフレッシュ」  
▽講師・安木貴子さん(吉方温泉ティサービスセンターふたば)

料 200円 時 1月11日(金) まで

問 スマイル・スマイル事務局(長寿社会課内)

☎ 0857-20-3449

☎ 0857-20-3404

### 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) 対 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 時 2月28日(木) までにお住まいの地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)

## お知らせ

### 平成30年度コミュニティ助成事業

次の事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業により、宝くじの助成金で整備したものです。



#### 【防災倉庫および発電機の整備】

容 湖南地区自主防災会連絡協議会で、自助・共助による地域の防災対策を図るため、防災倉庫および発電機を整備しました。

問 本庁舎危機管理課

☎ 0857-20-3127

☎ 0857-20-3042

#### 【大代公共空地】

容 地元町内会が地域コミュニティの促進を図るため、遊具を設置されました。



☎ 0857-21-1594  
問 各総合支所地域振興課(2ページ)

### 男女共同参画センター 「輝なんせ鳥取」からのお知らせ

問 男女共同参画センター(福祉文化会館内)  
☎ 0857-24-2704  
【介護と仕事の両立〜今は亡き父が教えてくれた介護の素晴らしさ〜】  
時 1月19日(土) 13:30〜15:00

所 福祉文化会館3階第2会議室

容 介護体験から介護と仕事の両立について学ぶ  
▽講師:最上香織さん(フリーアナウンサー)  
対 市内在住または通勤・通学者 時 30人(要申込み)

問 本庁舎都市環境課  
☎ 0857-20-3273  
☎ 0857-20-3048

### 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) 大衆文学の父 臼井高二(昭和56年製作)  
(2) ふる里今昔 映像でつづる鳥取の60年(平成9年製作) 時 1月17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

### 霊獣・麒麟獅子展(巡回展)

容 因幡・但馬麒麟のまち連携中核都市圏の連携事業として、麒麟獅子舞の紹介パネルやレプリカ、剪画などを展示する巡回展を開催。未就学児〜児童を対象にぬり絵体験を実施し、塗り絵を提供してくれた人に色鉛筆のセットがパズルができる定規をプレゼント。  
時 2月26日(火)〜3月7日(木)  
所 鳥取市文化センター 料 無料  
問 本庁舎文化交流課  
☎ 0857-20-3226  
☎ 0857-20-3040

※託児(満1歳から就学前までの幼児)、手話通訳あり 申込締切:1月4日(金) 料 無料

【あなたが輝く働き方〜見つめ直そうW・L・B〜】  
時 1月23日(水) 13:30〜15:00

所 福祉文化会館3階研修室

容 W・L・B(ワークライフバランス)と働き方改革関連法案の関連と、実生活への影響を知る。▽講師:西山理一さん(リーチ社会保険労務士事務所)

対 市内在住または通勤・通学者  
時 24人 ※託児(満1歳から就学前までの幼児)、手話通訳あり 申込締切:1月8日(火) 料 無料

### 海岸漂着物にご注意を

有害な物質が入ったポリタンクなどの容器類が海岸に漂着することがあります。見つけたときは、危機管理課にご連絡ください。

問 本庁舎危機管理課

☎ 0857-20-3118

☎ 0857-20-3042

## 募集

### 地域振興会議公募委員

容 鳥取市の一体的発展に資する新市

☎ 0857-20-3185

問 本庁舎地域振興課

時 1月25日(金) までに、各総合支所地域振興課に申込み ※募集要項など、詳しくは各総合支所地域振興課にお問い合わせください。

## 20歳になったら国民年金 〜新成人のみなさんへ〜

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、次のような制度もあります。

#### ◆「学生納付特例制度」

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」

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。

#### 〜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ています。

予約の申し込みは、「予約受付専用ダイヤル」へ!

☎ 0570-05-4890

問 鳥取年金事務所 ☎ 0857-27-8311

問 駅南庁舎保険年金課

☎ 0857-20-3484 ☎ 0857-20-3407

### 中電ふれあいホール 1月ギャラリーの案内

11日(金)〜16日(水)	◆鳥取お遍路会因幡薬師霊場巡り作品展
18日(金)〜23日(水)	◆鳥取聾学校写真部生徒写真展
25日(金)〜30日(水)	◆あっ!とおどろく因州和紙ものがたり〜温故知新〜

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(火・祝)〜3日(木) ※入館無料