12月 情報ひろば

！イベント・講習会などに参加の際は、マスクの着用や手指消毒、体温測定など、新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします。

福祉

長寿社会課からのお知らせ

問 本庁舎長寿社会課（13番窓口）
TEL 0857-30-8211（①）
TEL 0857-30-8213（②・③・④）
FAX 0857-20-3906
問 各総合支所市民福祉課（TEL 14ページ）
問 各地域包括支援センター（TEL 14ページ）

【①軽度家事援助事業】
容 ひとり暮らしの高齢者などが、本人または介護者のケガや病気などによって一時的な生活支援が必要な場合、家事援助員を派遣（適用期間：6カ月）▽掃除・洗濯・炊事など簡易な日常生活の援助 ※要介護・要支援認定後は、介護保険サービスで対応できない部分の援助に限定 対 65歳以上の市民税非課税世帯のひとり暮らしの高齢者などで、急病などにより、日常生活上の援助を一時的に必要とする人 料 30分あたり80円（1カ月11時間以内）

【②生活管理指導短期宿泊サービス】
容 短期間養護老人ホームに宿泊し、生活習慣などの指導、体調の調整を図るサービスが受けられます。▽利用施設：養護老人ホーム鳥取市なごみ苑（的場二丁目）▽利用日数：年21日まで 対 生活機能の低下が認められ、要介護・要支援の状態になるおそれのある高齢者（要介護・要支援認定者は除く）で、家事などの基本的な生活習慣が十分でない人 ※家族介護者の心身のリフレッシュのための利用も可。料 ▽基本料 708円／日（1泊2日は2日間と計算）▽食事料 朝食：380円／食、昼・夕食：500円／食

【③認知症介護家族の集い】
時 12月10日（金）10：00～12：00
所 本庁舎3階会議室3-1
容 情報交換をしながら交流をする場 料 無料
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。
問 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）
TEL 0859-37-6611
毎週月～金 10：00～18：00
問 認知症疾患医療センター（渡辺病院）
TEL 0857-39-1151

【④おれんじドアとっとり】
時 12月23日（木）10：00～12：00
所 渡辺病院南館1階 容 認知症の当事者同士が希望につながる情報を伝えあえる場 料 無料

12月4日（土）～10日（金）は人権週間

問 鳥取地方法務局人権擁護課
TEL 0857-22-2289
問 本庁舎人権推進課
TEL 0857-30-8071
FAX 0857-20-3945

■「人権週間」特設人権相談所開設一覧 秘密厳守・相談無料

佐治地域
12月2日（木）13：00～15：00
佐治町総合福祉センター

国府地域
12月6日（月）13：30～16：00
国府町老人福祉センターあかね荘

福部地域
12月6日（月）9：00～11：30
福部町コミュニティセンター

気高地域
12月6日（月）13：00～16：00
気高町総合福祉センター

鹿野地域
12月6日（月）9：30～11：30
鹿野町総合福祉センター

用瀬地域
12月8日（水）10：00～12：00
用瀬町民会館

鳥取地域
12月9日（木）13：00～16：00
さざんか会館

河原地域
12月10日（金）13：30～15：30
河原町老人福祉センター

※ご相談は、人権擁護委員が応じます。

凡例
時＝日時　所＝場所　容＝内容　対＝対象　条＝条件　員＝定員　数＝数量　額＝支給・助成額など
料＝料金　募＝募集期間・方法　受＝受付　持＝持参するもの　問＝問い合わせ先

家族教室・専門相談のご案内

問 駅南庁舎心の健康支援室
TEL 0857-22-5616
FAX 0857-20-3962

【アルコール・薬物・ギャンブル等家族教室】
時 12月10日（金）13：30～15：00
※予約不要 所 さわやか会館3階第2研修室 容 ミニ講話『依存症の治療について』、話し合い ▽講師：山下陽三（やましたようぞう）さん（渡辺病院副院長） 対 ご家族のアルコール・薬物・ギャンブルなどでお困りの人 ※ご本人はご遠慮ください。

【アルコール・薬物・ギャンブル等専門相談】
時 12月10日（金）15：00～16：00
※前々日までに要予約 所 さわやか会館3階第1研修室 対 アルコール・薬物・ギャンブルなどの問題でお困りの人 ※関係者からの相談も可能

【ひきこもり家族教室】
時 12月21日（火）10：00～12：00
所 さわやか会館3階多目的室
容 テーマ：「家族の関わり方と役割について」 ▽講師：山本恵子（やまもとけいこ）さん（とっとりひきこもり生活支援センター所長） 対 ひきこもり状態にある人の家族 ※個別相談にも応じます（要予約）

お知らせ

12年末の交通安全県民運動 12月13日（月）～22日（水）

問 鳥取市交通安全対策協議会事務局（本庁舎協働推進課内 27番窓口）
TEL 0857-30-8177
FAX 0857-20-3919

ゆとり持つ　時間に気持ちに　車間距離

【運動の重点】
- 夕暮れ時と夜間の交通事故防止
- 自転車の安全利用の推進
- 飲酒運転の根絶
- 横断歩道における歩行者保護の徹底

令和4年鳥取市成人式

問 本庁舎生涯学習・スポーツ課（58番窓口）
TEL 0857-30-8426
FAX 0857-20-3954
MAIL kyo-gakuspo@city.tottori.lg.jp
時 令和4年1月3日（月）14：30～
所 とりぎん文化会館 ※会場周辺道路は大変混雑しますので、公共交通機関を利用し時間に余裕をもってご来場ください。 対 平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれの人で、本市出身、本市在住または本市に縁のある人 ※事前申込制。詳しくは、本市公式ホームページをご覧ください。
※当日の式典、イベントの運営などのボランティアも募集中。詳しくは、問い合わせ先まで。

国民年金コーナー

「ねんきん定期便」を確認してください

問 鳥取年金事務所 TEL 0857-27-8311
問 本庁舎保険年金課（9番窓口）
TEL 0857-30-8224 FAX 0857-20-3906

国民年金、厚生年金に加入している人には、毎年誕生月に「ねんきん定期便」が日本年金機構から送られています。

「ねんきん定期便」は、年金加入記録や保険料の納付実績、将来もらえる年金見込額などの情報が記載された葉書が届きますが、節目の年（35・45・59歳）には、全期間の年金記録情報が記載されたものが封筒で届きます。

年金記録に関しては、平成８年までは加入する制度ごとに年金番号が付けられていましたが、平成９年から番号が共通化され、一人一番号化されています。統合時に記録漏れが発生していないか、ご自身の年金情報を必ず確認して下さい。

年金記録の確認についてのご相談は、鳥取年金事務所へ。

鳥取年金事務所へ相談に行くときは……

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！

TEL 0570-05-4890

■老齢基礎年金の受給資格は10年です

平成29年８月より、受給資格期間が25年から10年に短縮されました。国民年金保険料を納めた期間（免除・納付猶予・学生納付特例期間などを含む）が10年（120月）以上ある人は、65歳になったら老齢基礎年金を受けることができます。

以前に年金を受け取ることができなくても、確認の結果受け取ることができる可能性があります。

もう一度年金記録を確認してみましょう。

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、イベントや講座などは中止・延期・内容が変更になる場合があります。最新の情報は、本市公式ホームページか、各問合せ先でご確認ください。