

# 11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

### 寝具丸洗い乾燥消毒サービス 12月実施分

問 本庁舎長寿社会課 (13番窓口) TEL 0857-30-8211 FAX 0857-20-3906  
問 各総合支所市民福祉課 (10番) 対在宅で生活をしている65歳以上の高齢者で、次のいずれかに該当する人 ▼①市民税非課税の高齢者のみの世帯で、要介護1～3の認定がある人 ②要介護4、5の認定がある人 料掛布団：2000円 敷布団：2000円 羽毛布団：3000円

凡例 時 日 時 所 場所 容 内容 対 対象 案 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

### 鳥取市中央包括支援センターからのお知らせ

問 本庁舎鳥取市中央包括支援センター TEL 0857-20-3457 FAX 0857-20-3906  
【鳥取市介護予防アンケート】 介護予防事業などの取り組みの検討や、介護保険事業計画などの策定のための基礎資料とすることを目的としてアンケートを実施します。調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。  
【現在】の生活状況(運動や食事、就労、社会参加など) 対 市内にお住いの75歳以上の(令和4年9月1日時点)で、要介護認定を受けていない人

### 【介護予防教室(おたっしや教室)】

【主】に椅子に座りながらの運動と認知トレーニング、栄養やお口の機能改善のための講話 時 毎週1回120分・3カ月間 所 公共施設

対 市内在住で要介護認定を受けていない65歳以上の人のうち、無作為に選ばれた1万8000人

### こども家庭相談センターからのお知らせ

問 駅南庁舎こども家庭相談センター TEL 0857-20-0122 FAX 0857-20-0144  
【11月は児童虐待防止推進月間】 もしかしたら虐待を受けているのではないかと感じたら、すぐに連絡・相談してください。間違っても責められることはありません

設など全6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 募 11月30日(水)までに問い合わせ先まで

### 【認知症介護家族の集い】

時 11月18日(金) 14:00～16:00 所 本庁舎6階会議室6-8  
容 ▼講演「生きる意味について」トランプを通して考えてみよう ▼講師・山根 享さん(市立病院メンタルクリニック) ▼グループワーク 員 20人 ※要予約 料 無料  
【おれんじアット】 時 11月24日(木) 10:00～12:00 所 渡辺病院 容 認知症の当事者の情報交換の場 料 無料 ※要予約

### 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 11月11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「家族の中で何が起きているのか?」話し合い ▼講師・林 敏昭さん(渡辺病院看護師) ※本人は遠慮ください。

### 【アルコール・薬物・ギャンブル等専門相談】

時 11月11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2研修室  
【ひきこもり家族教室】 時 11月15日(火) 10:00～12:00 所 さわやか会館3階多目的室 容 ▼テーマ「ひきこもりについて学ぶ」 ▼講師・原田 豊さん(鳥取県立精神保健福祉センター所長) ※個別相談も可能(要予約)

### 人権フォーラム2022

問 本庁舎人権推進課(43番窓口) TEL 0857-30-8071 FAX 0857-20-3945  
時 12月3日(土) 14:00～16:00 所 県民ふれあい会館 容 ▼人権標語・ポスター表彰式 ▼ちゃんへんさん公演 料 無料 ※要予約

イヤル「189」でも相談可能。

▼鳥取県警察総合相談室 #9110

▼鳥取警察署 0857-32-0110

▼智頭警察署 0858-75-0110

▼浜村警察署 0857-82-0110

【里親制度をいかに活用するか?】里親になるための相談窓口

▼鳥取県中央児童相談所 0857-23-6080

▼里親支援とっとり 0857-22-4221

### 人権擁護委員が委嘱されました

問 本庁舎人権推進課(43番窓口) TEL 0857-30-8071 FAX 0857-20-3945

おあちにかつね 大谷光恵さん(10月1日発令新任) 青谷町

人権擁護委員は、人権相談を受けたり人権啓発の活動をする法務大臣が委嘱した民間の人たちです。人権擁護委員制度は、様々な分野の人たちが、地域の中で人権思想を広め、住民の人権が侵害されないように配慮して人権を擁護していくことが望ましいという考えから設けられたものです。

### 国民年金保険料は 全額社会保険料の対象

### 国民年金 コーナー

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

本年中に国民年金保険料を納めた人に、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が日本年金機構から11月上旬(予定)に郵送されます。大事に保管して、年末調整や確定申告の際に使用してください。ただし、10月1日から12月31日までの間にその年の保険料を初めて納めた人については翌年2月上旬になります。

そのほか、個人型確定拠出年金(IDECO)、国民年金基金の控除証明書は国民年金基金から、付加年金の控除証明書は日本年金機構から控除証明書が同時期に郵送されます。いずれも社会保険料控除\*の対象となります。

\*個人型確定拠出年金(IDECO)のみ小規模企業共済等掛金控除

### はり・きゅう・マッサージ にかかるとき

### 国保 あれこれ

問 本庁舎保険年金課(9番窓口) TEL 0857-30-8222 FAX 0857-20-3906

はり・きゅうおよびあんま・マッサージの施術には、医療上必要があると医師が認めた場合に限り、健康保険を使うことができます。

保険適用となる場合、療養費支給申請書に署名が必要です。内容をよく確認して署名してください。

疲労回復を目的とした施術や、同一疾患での医師の治療などにより、保険適用外となる場合があります。