

気高人権福祉センターだより

発行:鳥取市気高人権福祉センター 〒689-0213鳥取市気高町下光元478-3 TEL:0857-82-3363 FAX:0857-82-3364

【 講座のご案内 】



いきいき元気講座

5月8日(木) 13:30~15:00

内 容 : 「痛い」(肩こり、腰痛、膝痛)
を改善

講 師 : 田中 まなみさん(健康運動指導士)

持ち物 : 動きやすい服装、飲み物



参加費 : 無料

会 場 : 気高人権福祉センター(一部除く)

問合せ・申込み ☎ 0857-82-3363

【実技】

自家製野菜と花づくり講座

5月13日(火) 13:30~15:00

内 容 : 夏野菜(果菜類)の植付け、
管理ほか

講 師 : 西根 雄司さん(西根園芸)

持ち物 : 筆記用具

会 場 : 西根園芸



フレイル予防体操教室

◇ 開催日時 ◇

5/21、6/18、7/16、8/20

9/17、10/15、11/19、12/17

13:30~15:00 (毎月 第3水曜日)



内 容 : 健康に暮らすための
介護予防体操や脳トレ

講 師 : 株式会社さんびる(健康運動指導士)

持ち物 : 動きやすい服装・飲み物

退職のご挨拶

この度、令和7年3月31日をもって退職し、4月1日より、中央人権福祉センターにて住まい相談支援員の職に就くことになりました。センターに在職しておりました4年間に振り返ると反省点も多々ありますが、出会った皆様の笑顔に元気づけられ、貴重な経験を積むことができました。これらの経験を糧に新しい一歩を踏み出そうと思います。皆様のご健康を心よりお祈り申し上げます。

人権福祉員 宮本 みゆき

着任のご挨拶

4月の人事異動により、気高人権福祉センターに着任することになりました。

初めてのことはばかりで、ご迷惑をおかけすることがあると思いますが、地域の皆様にお役に立てるように頑張ってみますのでどうぞよろしくお願いいたします。

人権福祉員 田中 陽子

1年という短い間でしたが、大変お世話になりました。青谷町総合支所での仕事も兼務していたため、本センターでの各講座にはあまり参加できなかったのを残念に思います。今年度も各種の講座が展開されますので、多くのみなさまがお元気に活動されますことを祈念しています。1年間ありがとうございました。

人権教育推進員 平尾 和幸

今回再着任です。センターでの経験を活かし、鳥取西ブロックでの新たな挑戦をすることになりました前橋です。地域のつながりを大切にしながら、誠意をもって取り組んでいきます。ご指導と応援をいただくと嬉しいです。よろしくお願いいたします。

人権教育推進員 前橋 美宏

こどもの人権について

◆ こども基本法とは

子どもの権利を包括的に保護する日本で初めての法律です。

◆ 子どもだってしっかり自分の考えを持っているよ

下記の心得をもとに、子どもに対する接し方を再度考えてみませんか。

◆ 子どもの思いを引き出し受け止める 大人のための10の心得

- ① 子どもと私は別人格。好みも考えも決定も、私と違って当然。
- ② 子ども抜きに子どものことを決めない。子どもに関する決定は、子どもの意見を聴いてから。
- ③ 子どもに大人の意見を押し付けない。
- ④ 子どもが十分に考えられるよう、適切な情報を提供。
- ⑤ 子どもの話をさえぎらず、最後までじっくり聴く。
- ⑥ 子どもの意見にしっかり応答、話し合いを丁寧に。
- ⑦ 子どもが意見を言いやすくなるよう感謝の言葉を忘れずに。
- ⑧ 子どもが問われ、考え、自ら決めた経験は、きっと子どもの成長につながる。
- ⑨ 子どもの人生は子どものもの。私は子どもにとって最善のサポーターになろう。
- ⑩ 最善のサポーターになれるよう、いつでも周囲の大人たちや社会のサポートを受けられる。



公益社団法人 鳥取県人権文化センター 人権学習資料「子どもの意見を大切にできる大人のための10の心得」より引用、抜粋

5月

鳥取市人権福祉センター

専門相談

◆ カウンセラー相談

日時：13日(火)・27日(火) 15:00～16:50 【場所】鳥取市人権交流プラザ(幸町151)
定員：各日とも2名(1人:50分)

◆ 夜間弁護士相談

日時：15日(木) 18:30～20:30
定員：3名(1人:30分)

【問合せ】鳥取市中央人権福祉センター

☎ 0857-24-8241

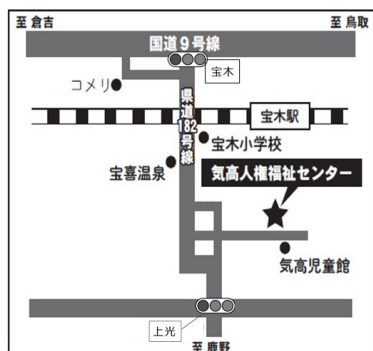
(月～金/8:30～17:15)

予約制
相談無料

『 気高人権福祉センターへのアクセス 』



5月 行事予定



住所 鳥取市気高町下光元478-3

TEL 0857-82-3363

FAX 0857-82-3364

Mail : jin-ketaka@city.tottori.lg.jp

日	時間	行事名
8日 (木)	13:30～ 15:00	いきいき元気講座 「痛い」(肩こり、腰痛、膝痛)を改善
13日 (火)	13:30～ 15:00	自家製野菜と花づくり講座(実技) 「夏野菜(果菜類)の植付け、管理ほか」
21日 (水)	13:30～ 15:00	フレイル予防体操教室

【 センターだよりがご覧いただけます 】

■ 本市ホームページで、気高人権福祉センターだよりをはじめ、市にある全ての人権福祉センターの広報紙をご覧いただけます。

