

2020
12

Yurihama

広報ゆりはま

「友情」は「笑顔」と「健康」の架け橋

Contents

- ゆりはま健康ウォーク
- お使いの音声告知機は正常ですか？
- フレイルを予防して健康寿命を延ばそう

11月14日に行われた「ゆりはま健康ウォーク」。当日は「友情の道」と名付けられたコースを歩く参加者らの輝く笑顔がみられました。(関連記事は2, 3ページ)

コロナに負けるな！

ゆりはま健康ウォーク

「^{チェジュ}濟州オルレ友情の道協定締結記念ウォーク」



出発地点である東郷湖羽合臨海公園ハワイ夢広場から歩き出す参加者ら

■ (社) 濟州オルレとは…

韓国の濟州島で、島を1周する26のウォーキングコースを設定した非営利組織。そのウォーキングコースを歩くため、世界中から多くの観光客が濟州島を訪れている。

新 新型コロナウイルス感染拡大により、生活面や移動面での自粛生活が続く中、町民の健康増進を目的とするイベント「ゆりはま健康ウォーク」が11月14日、東郷湖羽合臨海公園ハワイ夢広場を中心に開催されました。

町では、観光業などの発展や町のウォーキングリゾート化を図るため、(社) 濟州オルレとお互いにウォーキング指定コースを設けた「友情の道」協定を11月4日に締結。

「オルレ」とは、濟州(韓国)の方言で「道から家まで続く路地」を意味します。当日は、約200人が参加。

イベントでは「友情の道」である「神話と歴史の道コース(14km)」と、健康づくりの道「出雲山てくてくの道コース(5km)」の2コースが設定され、参加者らはそれぞれのコースの自然や景色を満喫しながら、ウォーキングを楽しんでいました。

なおコースの詳細については、役場健康推進課(TEL35-5375)にご確認ください。



親子での参加。はじける笑顔がすてき♪



町と協定を結んだ(社) 済州オルレの李唯美
日本支社長も「神話と歴史の道コース」に参加

参加者の皆さんの
「笑顔」を紹介



ゴールまであと少し!

2人仲良くウォーキングを満喫



東郷池を背景に「はい、チーズ♪」

宇野公園内にある展望台から見る景色にほっとひと息



落ち葉が舞う倭文神社前の道を元気に進むペア



「完歩後の飯はうまい！」

お使いの 音声告知機 は正常ですか？

町では、希望する世帯に音声告知機を設置しています。これは主に、お住まいの区・班などからの放送や、役場からのお知らせを聞くためのものです。お使いの音声告知機をご確認いただき、故障が疑われる場合は役場企画課にご連絡ください。

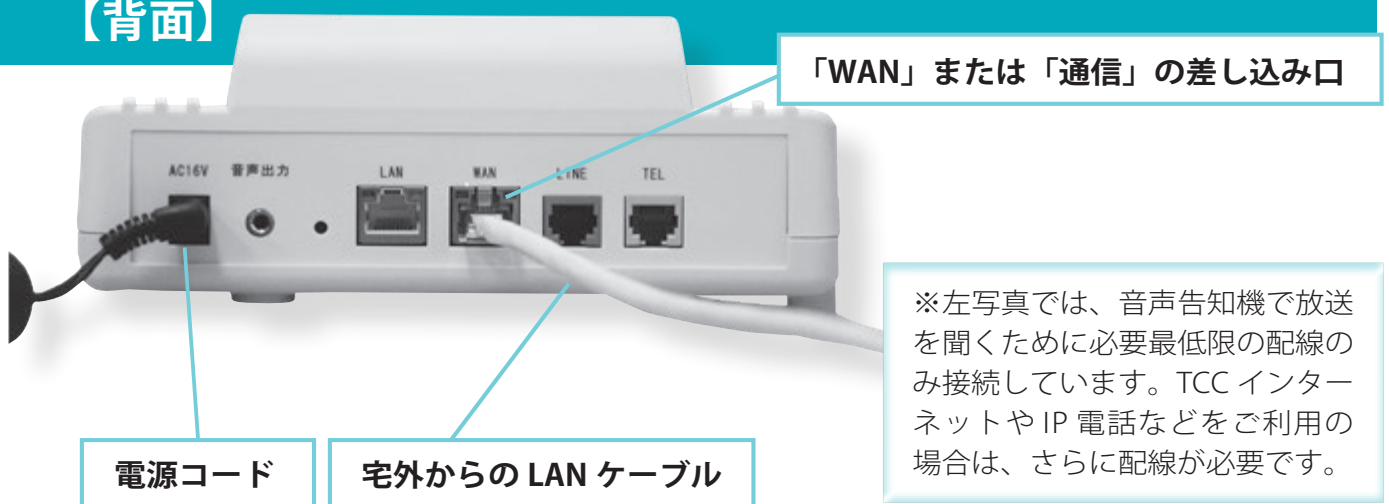
【問い合わせ】
役場企画課 (Tel 35-5306)

【音声告知機】

電源ランプと状態ランプ（通信、告知など）が緑色に点灯していれば、正常に通信ができている状態です。加えて、放送が録音されている場合は、用件ボタンも点灯します。



【背面】



「WAN」または「通信」の差し込み口

電源コード

宅外からのLANケーブル

※左写真では、音声告知機で放送を聞くために必要最低限の配線のみ接続しています。TCC インターネットやIP 電話などをご利用の場合は、さらに配線が必要です。

ゆりはまネット 光ケーブルに関する手続き

家の新築や改築、解体などに伴うゆりはまネット光ケーブルの手続きについて、多くの問い合わせが寄せられています。ここでは、よくある質問や相談と、その回答をご紹介します。

●家の改築工事を予定しています。ONUや音声告知機の移動を伴う手続きについて教えてください。

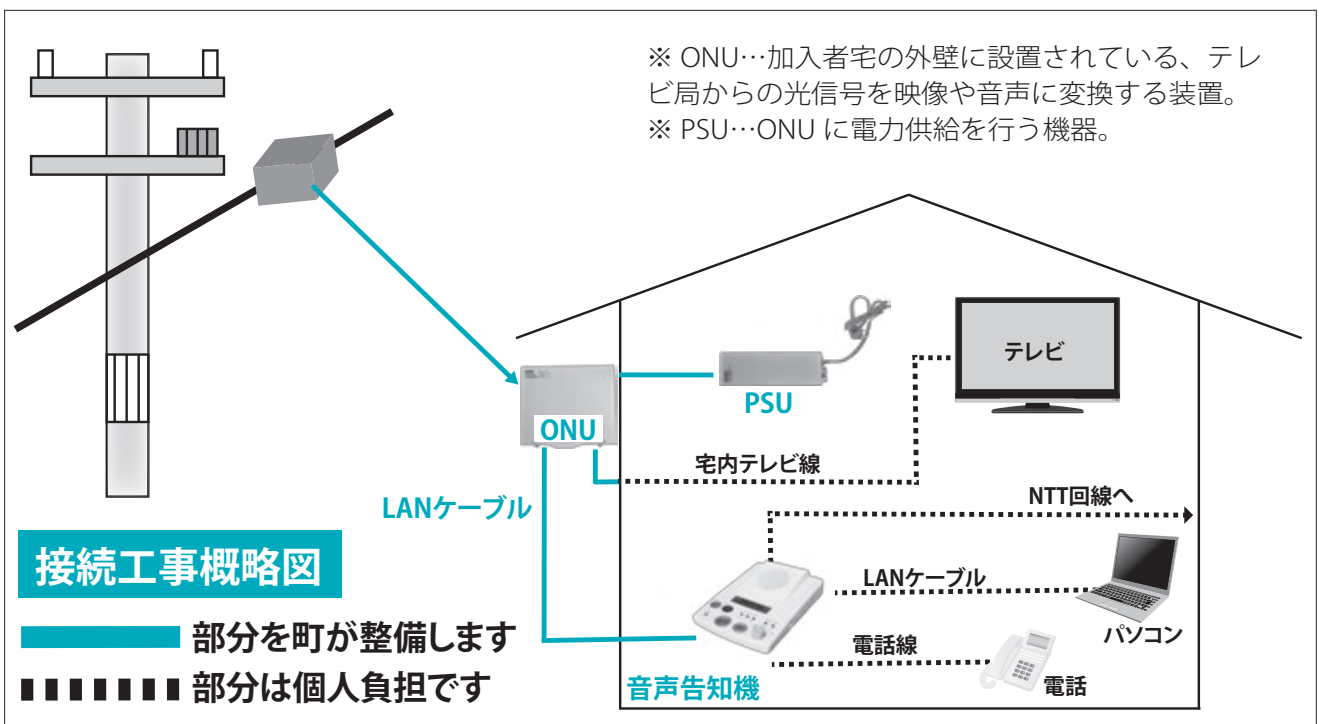
●空き家を取り壊すことになりましたが、ONUなどは廃棄してもいいですか？

●事前に役場へ連絡を――
 下記「接続工事概略図」中、青色の部分が『町の備品および設備』です。ご相談のような建物の改築や増築、解体、または他の理由により青色の部分に移設する場合には、必ず役場企画課で事前に手続きを行ってください。その後、町から指定の専門業者に依頼し、工事を行います。
 もし、事前に手続きがない

状態で設備を動かし、それにより障害が発生した際は「障害復旧費用」を請求します。また、解体などに伴い機器を許可なく廃棄した場合にも「弁償費用」を請求します。

これらの手続きに係る申請書は、役場企画課および東郷・泊各支所で取り扱っていますので、お気軽にご相談ください。

なお、移設工事の際は総工事費用の一部を移設負担金として申請者に請求させていただきます。あらかじめご了承ください。



認知症予防運動をしましょう！

介護が必要となる原因の第1位は認知症ですが、その
一歩手前に軽度認知障害（MCI）があります。この段
階で、認知症予防に効果的な運動に取り組みましょう。

軽度認知障害とは

軽度認知障害とは、認知症
になる前の段階のことで、軽
い記憶障害などがあっても日
常生活には支障のない状態の
ことをいいます。軽度認知障
害の人の約半数が5年以内に
認知症を発症するといわれて
いますが、この段階で生活習
慣を改善するなどの予防に取
り組むことで、認知症への進
行を食い止めることにつなが
ります。

コグニサイズを実践しよう

コグニサイズとは、認知症

予防に効果的な運動のこと

で、二人でウォーキングをし
ながらしりとりをするなど、
体の運動と脳の活動を同時
に行います。軽度認知障害の状
態になると、認知症になるリ
スクは高まるものの、この段
階でコグニサイズをはじめと
する認知症予防に取り組むこ
とで、認知機能を向上させた
り、認知症の発症を遅らせた
りすることが出来ます。

認知症予防に効果的な運動
を次ページで紹介します。ま
た、運動効果を上げるため
、次の点に意識しましょう。

▼短時間でもいいので毎日続

けましょう

▼「少しきつい」と感じるくら
いの運動に挑戦しましょう

▼筋力トレーニングやスト
レッチなど、複数のトレーニ
ングを組み合わせましょう

▼運動と脳の活動のどちらか
一方に集中し過ぎないように
しましょう



【問い合わせ】

役場長寿福祉課（地域包括
支援センター）（Tel 35-5378）

町が実施する

認知症予防対策事業

認知症の早期発見や
予防のための「物忘
れ相談プログラム（タツ
チパネル）」を集団検診
時や健康相談日に実施。

閉じこもり傾向のあ
る65歳以上の人を
対象に「ミニデイサー
ビス事業」や「脳活ト
レーニング事業」など、
コグニサイズを中心と
した運動やレクリエー
ションを実施。

認知症専門のアドバ
イザーから、個別に
アドバイスを受けること
ができる「家族のつどい」
を毎月第4水曜日（12月
は第3水曜日）に中央公
民館羽合分館で実施。
※関連記事を22ページに
掲載しています。



簡単な操作で行える「物忘れ相談プログラム」

認知症予防にオススメの運動

【出典：とっとり方式認知症予防プログラム 運動編】
※かかりつけ医に相談の上、実施してください。

①足踏み+グーパー(その1)

(足踏み 30 歩× 1 セット)

■やり方

声を出して歩数を数えながら、その場で足踏みをします。それと同時に片手は胸の前でパー、反対の手は伸ばしてグーをつくり、5の倍数のタイミングで右手と左手を入れ替える。



②足踏み+グーパー(その2)

(足踏み 30 歩× 1 セット)

■やり方

声を出して歩数を数えながら、その場で足踏みをします。5の倍数で胸の前で手をたたき、7の倍数で両手を上げます。



ポイントは、間違ってもいいので一定のリズムでやり続けることです。①ができれば②をやってみましょう。またこれらの運動により「コップの水をこぼさないように運ぶ」など、2つ以上の事柄を同時に行う能力の改善につながり、買い物や旅行などの外出がしやすくなります。

高齢者は特に注意！

入浴中の死亡事故を防ぎましょう！

県内における、令和元年の入浴中の死亡者数は113人でした。これは、同年の交通事故死亡者数の約4倍の数です。

寒い時季は、入浴中の急激な温度変化により血圧が大きく変動することで、失神などの症状を引き起こし、最悪の場合溺死することがあります。特に、冬季（12月～3月）に高齢者に集中して発生しています。入浴中の死亡事故を予防するために、次の方法を取ってみましょう。

■予防策

▽浴室や脱衣場を暖めましょう

▽お風呂の温度を41℃以下にし、入浴時間を10分以内にするなど長湯をしないようにしましょう

▽家族に一声掛けてから入浴しましょう。また、家族は入浴中に声掛けなどを行いましょ

▽溺没や転倒予防、脱出補助のため浴室に手すりを設置しましょ

▽飲酒後や体調が悪いとき、睡眠薬などを服用した後などの入浴は控えましょ

■問い合わせ 役場健康推進課 (TEL 35-5375)



「ゆりはまフェロー」を大募集!

「フェロー（関係人口）」とは、地域や地域の人たちと多様に関わる人を指します。今後「フェロー」と呼ばれる人材が地域づくりの担い手となることが期待されています。町では、さまざまな人に地域づくりに関わってもらうための「ゆりはまフェロー」を募集します。



【問い合わせ】
松崎駅前総合相談センター
どれみ (Tel. 32-0801)、役場
みらい創造室 (Tel. 35-3141)



Facebook
「ゆりはまフェロー」のQRコード

ゆりはまフェローとは

町のファンや、町に関わりのある人のことです。一緒に町を盛り上げましょう。

■例 ▽ Facebook「ゆりはまフェローズ」(町地域おこし協力隊)フォロワー
▽移住定住検討者▽農作業体験者▽町イベント参加者一など

特典

ゆりはまフェローのうち、県外の方は、お試し住宅の使用料金が安くなります。

登録方法

Facebook「ゆりはまフェローズ」に「いいね!」を押すだけです。皆さんも「ゆりはまフェローズ」に「いいね!」をして、ゆりはまフェローになりませんか。

Facebook を利用していない人は、松崎駅前総合相談センターどれみにお申し込みください。

「いいね!」のやり方

- ① Facebook にログインし、検索欄で「ゆりはまフェローズ」と入力。もしくは、ページ右下のQRコードを読み取り該当ページにアクセス。
- ② 「ゆりはまフェローズ」の画面が表示されたら、画面上部の「いいね!」を押す。
- ③ 「いいね!」の色が白色から青色に変われば登録完了。

主な掲載内容

フェローの皆さんに、町にもっと興味や関わりを持ってもらうための情報を発信します。

■例 ▽町内にある飲食店などの紹介
▽町での暮らしを紹介▽町の事業について紹介▽イベントの紹介一など

ゆりはま赤ちゃん 特別支援金を給付します

令和2年4月28日から令和3年3月31日までに生まれた赤ちゃんがいる世帯を対象に特別支援金を給付します。対象となる人は申請をお願いします。



給付に関する概要

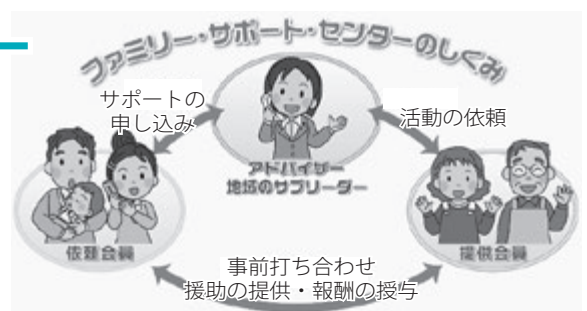
- 目的 新型コロナウイルス感染拡大の影響が長期化する中、子育て中の保護者への支援を通じて、子どもの健やかな成長を促すため
- 支給金額 赤ちゃん1人当たり10万円
- 支給方法 支給決定後、指定口座に振り込みます。
- 支給要件 次の全てを満たしていること
 - ①対象の赤ちゃんが令和2年4月28日から令和3年3月31日までに出生していること
 - ②申請日時点で、申請者となる父または母および赤ちゃんが町に住民登録されていること
 - ③他自治体で、同様の趣旨の支援金などの給付決定を受けていないこと
 - ④本特別支援金の給付決定後、1年間は本町に在住すること
- 必要書類
 - ▼申請書▼申請者の運転免許証などの公的身分証明書
 ※そのほか、受給資格確認のために必要な書類の提出を求める場合があります。
- 申し込み・問い合わせ
役場子育て支援課 (Tel 35-5324)

ファミリー・サポート・センター 提供会員を募集します

ファミリー・サポート・センターとは

ファミリー・サポート・センター（ファミサポ）は、地域において子育ての援助を受けたい人（依頼会員）と援助を行いたい人（提供会員）が、子育てや育児について助け合う会員組織です。

現在提供会員が不足しており、援助の依頼があっても思うように受けられない状況です。子育ての経験を生かしたい人や「地域で何か役に立ちたい」と考えている人など、一緒に**地域で子育て・育児支援**をしませんか。



会員登録について

提供会員は、利用時間に応じて依頼会員から利用料を受け取る有償ボランティアです。会員登録を希望する人は、印鑑と顔写真を持参の上、役場子育て支援課にお申し込みください。会員登録は無料です。

■申し込み・問い合わせ

役場子育て支援課 (Tel 35-5324)

検査を受けましょう！



12月1日は 世界エイズデー

WHO（世界保健機関）は、エイズまん延防止と患者や感染者に対する差別・偏見の解消のため、12月1日を「世界エイズデー」と定めています。大切な人や自分を守るため、気になっている人は検査を受けましょう。

【問い合わせ】
役場健康推進課（TEL 35-5375）

HIV（エイズウイルス） とエイズの日本の現状

2019年の国内の新規HIV感染者数と新規エイズ患者数の合計は1236件で、3年連続で減少しています。しかし、HIV感染者やエイズ患者の発生は継続しており、県内でも毎年発生しています。特に、エイズを発症してからHIVが判明する「いきなりエイズ」患者が多い現状があります。

2019年の国内の新規HIV感染者数と新規エイズ患者数の合計は1236件で、3年連続で減少しています。しかし、HIV感染者やエイズ患者の発生は継続しており、県内でも毎年発生しています。特に、エイズを発症してからHIVが判明する「いきなりエイズ」患者が多い現状があります。

HIVと性感染症との関係

HIVの感染経路は、主に①性行為による感染②血液を介しての感染③母親から赤ちゃんへの母子感染の三つです。最も多い感染経路は、性行為による感染で、感染経路の中で8割以上を占めています。

検査を受けましょう

倉吉保健所（県中部総合事務所内）では、感染の早期発見・治療のため、HIV・性感染症検査を下記の日程で行っています。大切な人や自分を守るために、気になっている人は検査を受けましょう。

令和2年度HIV・
性感染症の検査日程



■検査日

毎月第1・3水曜日

※休日を除きます。

■受付時間（要予約）

13時30分～14時30分

■検査場所

倉吉保健所（県中部総合事務所内）

■備考

HIV・性感染症検査は、無料かつ匿名で受診できます。

▼新型コロナウイルス感染症予防のため、本年度の休日および夜間検査は中止しています。

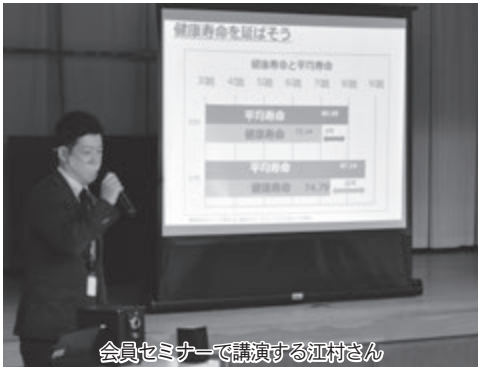
■問い合わせ

役場健康推進課（TEL 35-5375）、倉吉保健所（TEL 23-3145）

▽まとまった運動時間を確保できない▽ダイエットに行き詰まっている―など、日頃ぶつかりがちな悩みの解消を目的にセミナーを開催。その内容をご紹介します。

ダイエットと運動継続の極意を講義

10月31日、役場講堂でゆりはまヘルシーくらぶ会員セミナーを開催しました。セミナーでは(株)タニタヘルスリンクの江村明久さんが、ダイエット



会員セミナーで講演する江村さん

ト実践での大切なポイントや、歩数を伸ばす工夫などについて講演。江村さんは、認知症や死亡リスクの上位に運動不足があることを挙げ、短時間であっても工夫して生活に運動と筋力トレーニングを組み込むことを提案されました。

今日から意識してみよう

- ① 食事制限によるダイエットだけでは筋肉量も落ち、基礎代謝が下がることで太りやすい体になり、逆効果。ウォーキングなどの有酸素運動に加え、筋トレで筋力を維持する「三位一体」の取り組みが大切!
- ② 連続30分の歩行も、10分×3回の小分けの歩行も効果

は同じ。「歩く時間が十分につくれない」と諦めるのではなく、「日常生活の中でコツコツと積み上げれば大丈夫」という意識でやってみよう!

実践例

- ▼買物の際、わざと遠い位置に車を止める
- ▼エレベーターなどを使わずに階段を使う
- ▼歯磨き中にスクワットを行うーなど



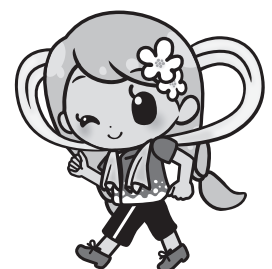
会場で筋トレを実践する参加者ら

会員歩数状況を公開

全年代で平均歩数が向上傾向に

8月から10月の会員の平均歩数は下表のとおりです。暑さが和らぐにつれて、皆さんの運動レベルも上がってきているようです。平均歩数に達していない人も、まずはプラス10分のウォーキングからスタートし、習慣化したら少しずつ運動時間を伸ばしてみましよう。

	8月		9月		10月	
	1日あたり平均歩数	1日あたり平均歩行時間	1日あたり平均歩数	1日あたり平均歩行時間	1日あたり平均歩数	1日あたり平均歩行時間
20代	5,874歩	56分	5,862歩	56分	6,324歩	60分
30代	5,579歩	52分	6,412歩	60分	6,386歩	58分
40代	6,279歩	57分	6,578歩	60分	6,373歩	57分
50代	4,957歩	45分	5,589歩	51分	5,653歩	51分
60代	7,105歩	66分	7,605歩	70分	8,047歩	73分
70代	6,605歩	61分	6,770歩	62分	7,299歩	67分
80代	6,463歩	61分	6,291歩	59分	6,656歩	62分



【問い合わせ】
役場健康推進課
(Tel 35-5375)

事故防止にご協力をお願いします

ごみ収集車で火災事故発生

先日、県内において不燃ごみを回収し、走行していたごみ収集車で火災が発生しました。幸い、早期に発見できたため大事故には至りませんでした。が、一歩間違えれば大事故につながる場所でした。

原因は、不燃ごみの中に使い捨てライターが混入していたためと考えられます。事故防止やスムーズなごみ収集を行うためにも、いま一度、以下の点に注意をお願いします。

また、不燃ごみの中にビンや缶類の混入も見受けられます。分ければ資源になりますので、ごみの減量とともに資源のリサイクルにご協力をお願いします。



■注意
▼使い捨てライターは、使い切った後に「可燃ごみ」として出してください。
▼スプレー缶を使い切った後は、必ず穴を空けて「スチール・スプレー缶の日」に出してください。



不燃ごみに混入された缶類や使い捨てライターなどの写真



【問い合わせ】
役場町民課
(Tel 35-5318)

早めの手続きをお願いします

マイナポイントの申し込みはお済みですか？

マイナポイントの予約（マイキーIDの設定）および申し込み（キャッシュレス決済サービスの選択）をした人を対象に、9月1日からマイナポイントの付与が始まりました。付与期限は令和3年3月末です。申し込みがまだの人は、早めの手続きをお願いします。

【問い合わせ】
役場企画課（Tel 35-5304）

■マイナポイント取得までの流れ

- ①マイナンバーカードを取得
※申し込みから取得まで約1カ月かかります。
- ②スマートフォンやパソコンで予約・申し込み
自宅でもできますが、難しい場合は役場町民課および東郷・泊各支所でも受け付けています。なお申し込みには先立ち、別途手続きが必要な場合がありますので、事前に決済事業者にご確認ください。

- ③選んだ決済サービスでチャージまたは買い物
令和3年3月末までにチャージまたは買い物をした金額の25%（上限5千円分）のポイントがもらえます。

■備考

マイナポイント付与のタイミングや使用期限などについては、決済サービスにより異なりますので、詳しくは総務省ホームページ（<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>）をご覧ください。

申請期限が近づいています！

町学生生活応援事業

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けている町内在住または町出身の学生を応援するため、町学生生活応援事業の申請期限が迫っています。まだの人は、早めの申請をお願いします。



事業の概要

■内容

対象者全員に給付金3万円を支給します。加えて、県外に在住の学生には、町の特産品を選べる「県外学生応援ギフト」をお送りします。

■対象者 次の①と②の両方に該当する人

①平成3年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で▼大学・大学院・短期大学▼高等専門学校（第4学年以上）▼専修学校（専門課程）▼その他これらに準ずる学校（詳細はお問い合わせください）一のいずれかに在籍している

②本人または保護者等の住民登録が町内にある

■申請期限 12月25日（金）必着

■その他 事業の詳細や申請方法などは、右QRコードを読み取り表示される町ホームページをご覧ください。



■問い合わせ

町教育委員会生涯学習・人権推進課
(Tel 35-5367)

恋結び交流会の開催

中部1市4町と中部ふるさと広域連合が主催する出会い応援イベントです。新型コロナウイルス感染症対策を徹底した男女1対1のトークタイムのみのため、ゆっくりお話しいただけます。



■日時 令和3年1月23日（土）

▽第1部＝13時～14時40分

▽第2部＝16時30分～18時10分

■場所 スイコーワークキャンプ

（倉吉市山根645番地2）

■募集人数 男女各10人程度／部

■応募資格

▽男性＝中部圏域在住で20歳以上の独身者

▽女性＝県内在住で20歳以上の独身者

■参加費 500円／部

■申し込み方法 インターネットから申し込み
(<http://www.sc-net.ne.jp/konkatsu/>)

■申込期限 令和3年1月10日（日）

■問い合わせ 出会い応援恋結び交流会事務局
（株）サテライトコミュニケーションズネットワーク内／Tel 0859-32-6103）

いきいき！農業！

農業委員会だより

農地取得時の面積要件

町内の農地は、基盤整備済みの優良農地であっても、農業従事者の高齢化により耕作や管理が困難となった、引き受け手のない農地が増加しています。このような農地を守るため、町農業委員会では担い手農家へ利用集積を進めるなど、荒廃農地が増加しないよう働き掛けています。

しかし、集落周辺の農地は小区画のものが多く、作付けされる畑も年々少なくなってきました。活用されない農地が増加しています。こうした農地は、担い手農家へ集積することができないため、利用集積とは違う方法が必要と

なってきました。

そこで、担い手農家以外の多様な人材にこうした農地を活用し守ってもらうため、町農業委員会では農地取得の面積要件を見直すこととし、昨年10月に要件の改定を行いました。

これにより▼家庭菜園用の農地が欲しい▼空き家と農地をセットで取得して田舎暮らしをしたいなどの希望をお持ちの非農家の人が農地を取得できるように、面積要件を「農業振興地域農用地区域外の農地は1㍏とし、農地取得後の経営面積が1㍏以上となること」と設定しました。詳しくは町農業委員会にお問い合わせください。

農家相談会

町農業委員などが、各種相談に応じます。

日時 12月17日(木) 9時～12時

場所 役場第2会議室(本館2階)

相談内容 農地の貸借・売買、農地転用、農業者年金、耕作放棄地対策、担い手育成など

※当日は、新型コロナウイルス感染症対策を行った上で開催しますが、ご来場の際はマスクを着用していただき、体調の優れない人はご遠慮ください。



【問い合わせ】
町農業委員会事務局
(Tel 35-5389)



ワールドマスターズゲームズ2021 関西

- 競技 グラウンド・ゴルフ
- 日程(予定) 令和4年5月27日(金)、28日(土)
- 会場 潮風の丘とまり



本町を含む関西一円で2021年5月に開催が予定されていた「ワールドマスターズゲームズ2021 関西」について、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、10月28日に開催された大会組織委員会理事会で大会開催延期方針が決定、11月4日に開かれた国際マスターズゲームズ協会総会において、大会開催の延期が承認されました。

大会名に変更はありませんが、延期に伴い、グラウンド・ゴルフ競技の日程を令和4年5月27日(金)、28日(土)に予定しています。

大会開催に向けた準備を引き続き進めていきますので、皆さまのご協力をお願いします。

■問い合わせ

町教育委員会生涯学習・人権推進課
(Tel 35-5368)

除雪作業にご理解とご協力を！

町では、通勤・通学路を確保するため、深夜から早朝にかけて除雪を実施します。作業時に騒音や振動が発生しますが、ご理解とご協力をお願いします。

■除雪出動基準

積雪深 15 cm以上（路線バスおよび町スクールバス路線は積雪深 10 cm以上）

■注意点

▼路上駐車は除雪作業の妨げとなるほか、渋滞を引き起こす原因にもなります。また、車道への雪出しは路面が凸凹となる危険性があり、通行に支障



【問い合わせ】

役場建設水道課（Tel 35-5312）

をきたしますのでやめましょう。

- ▼積雪により倒れて道をふさぐ恐れのある樹木は、雪が降る前に伐採をお願いします。
- ▼除雪後、玄関先や車庫前に雪が寄ることがありますので、ご理解をお願いします。また自宅前の雪かきは、家族や近所で協力して作業を行うようお願いいたします。

開栓・閉栓の手数料を改定します

令和3年4月1日から、水道の使用を再開（開栓）または中止（閉栓）する場合に必要な開栓・閉栓の手数料を、下記のとおり改定します。

■開栓・閉栓手数料（消費税含む）

令和3年4月1日以後の手続きにより、手数料を発行する納入通知書から適用します。

【問い合わせ】

役場建設水道課（Tel 35-5328）

改定前	
口径 25mm 以下 (13mm、20mm、25mm)	開栓 2,515 円
	閉栓 1,047 円
口径 25mm を超える (40mm、50mm、75mm)	開栓 10,057 円
	閉栓 4,191 円



改定後		差額
口径 25mm 以下 (13mm、20mm、25mm)	開栓 1,100 円	- 1,415 円
	閉栓 1,100 円	+ 53 円
口径 25mm を超える (40mm、50mm、75mm)	開栓 2,200 円	- 7,857 円
	閉栓 2,200 円	- 1,991 円

封筒裏面への掲載広告募集

町税や介護保険料、後期高齢者医療保険料の通知書送付用封筒裏面に掲載する広告を募集します。掲載要件などの詳細は、町ホームページをご覧ください。

■封筒の大きさ 縦 11.8 cm×横 23.0 cm

■広告の大きさ

1 枠当たり縦 5 cm×横 7 cm（白黒印刷）

■募集枠数 4 枠

※原則 1 広告につき 1 枠ですが、申込数が募集枠数に満たない場合は、複数枠に掲載できます。

■作成予定枚数 3 万 2 千枚

■広告掲載料 1 枠当たり 3 万円

■申込期間 12 月 7 日（月）～ 21 日（月）

■申し込み方法

申込書に必要事項を記入し、広告の版下原稿を添えて役場町民課に持参または郵送してください。申込書は、町ホームページで取得できます。

■広告主の決定および掲載料納付期限

申込期間の終了後、掲載の可否を決定し通知します。申し込み多数の場合は抽選を行います。広告掲載料の納付期限は、1 月下旬を予定しています。

■申し込み・問い合わせ 役場町民課

（〒 682-0723 久留 19 番地 1、Tel 35-3116）

<ハンガリー紀行> 国際理解講座

日時 12月22日(火) 10時～12時
場所 中央公民館羽合分館
講師 ツァイドラー・オットー
 (DelierArt 合同会社)
参加費 500円
持ち物 飲み物、エプロン、三角巾、
 タオル
定員 先着12人
申込期限 12月18日(金)
備考 当日は、ハンガリー伝統のクリスマスお菓子作りも行います。
申し込み・問い合わせ
 中央公民館羽合分館



ロビー展

【中央公民館】
 ●公民館事業まるごと作品展
 12月2日(水)～12月24日(木)
【中央公民館泊分館】
 ●青海展
 12月3日(木)～12月24日(木)

おしゃれなトートバッグの 型染め教室

～日本の「染め」文化を学ぼう～
日時 12月15日(火)
 13時30分～15時30分
場所 青少年の家
講師 山口邦子さん(型染め作家)
参加費 800円
持ち物 軍手1組、厚手のゴム手袋2組
定員 先着10人
申込期限 12月8日(火)
申し込み・問い合わせ
 中央公民館泊分館



自作のしめ飾りで新年を迎えよう!

誰でもできる しめ飾り作り教室

日時 12月13日(日)
 13時30分～16時
場所 中央公民館
講師 上西力さん、池田久子さん
参加費 100円
持ち物 はさみ
定員 25人
申込期限 12月11日(金)
申し込み・問い合わせ 中央公民館

中央公民館 (Tel 321116)
 中央公民館羽合分館 (Tel 351534)
 中央公民館泊分館 (Tel 341301)

今月の一句・一首 あやめ句会

蕎麦の花隘路の多き城下町
 外濠に映ゆる丹の橋水澄める
 迂回して蕎麦の花見る旅名残
 城跡の静寂広げて残る虫
 吾が庭の景を変えたる紅葉かな
 城跡の天守に登り秋高し
 飯の間に通草大きく口開く
 秋蝶の風を躲して溪わたる
 金風に吹かれて仰ぐ空の雲
 石灯笼峙つ丘や秋高し
 ひっそりと参道沿ひの草紅葉
 城跡や雲ゆつくりと秋の空
 湖染める夕日の如き柿の色
 虫時雨目を凝らせども草ばかり
 椎拾ひ懐かしき日の中にあり
 秋天を狭め古刹の大樹かな
 奥宮の見えぬ参道木の実落つ

湯梨浜文芸
 椋 誠一朗
 椋 則子
 中前 惇子
 長安 節子
 立木 弘子
 足立 年子
 足羽 敬子
 福井 敏江
 福羅加代子
 絹川喜久子
 田中 恒代
 山本 和子
 立木 文子
 田中 治
 山口美佳子
 和田田鶴子
 宮脇 典子

図書館 だより

町立図書館 (Tel 48-6012)
羽合図書室 (Tel 47-5552)
しおさいプラザとまり (Tel 34-3226)
開館時間 / 10時～18時
休館日 / 7日、14日、18日、21日、
28日、29日、30日、31日

クリスマスのおはなし会

- ① おはなしグループ「ゲー・チョコキ・パー」の皆さんによる絵本の読み聞かせです。
■日時 12月12日(土)
10時30分～11時
■場所 羽合図書館
- ② 図書館ボランティアによる絵本の読み聞かせです。
■日時 12月13日(日)
10時30分～11時30分
■場所 しおさいプラザとまり
- ③ A L Tによる英語のおはなし会です。
■日時 12月19日(土)
10時30分～12時
■場所 町立図書館

12月の特集コーナー

【町立図書館】

クリスマス・師走特集 クリスマスや師走をテーマにした本を集めました。

あったかお鍋特集 寒い季節にぴったりの鍋料理に関する本を紹介します。

【しおさいプラザとまり】

キリスト・年末年始特集 イエス・キリストに関する本や、年末年始に役立つ本をそろえました。

【しおさいプラザとまり】

「整える」特集 部屋や自身の思考などを整えることに関する本を紹介します。

年末年始の 休館について

12月28日(月)から令和3年1月4日(月)まで、町内図書館施設は休館します。

ブックミーティングを開催します！

自分の好きな本をお互いに紹介し、気軽に語り合いましょ。知識と興味が広がる楽しい時間を過ごしませんか。今回のテーマは「私の生き方に影響を与えてくれた本」です。他の人の話を聞きたいだけの人の参加も大歓迎です。本が好きな人も苦手な人も、お気軽にご参加ください。

■日時 12月20日(日)
10時30分～12時

■場所 中央公民館

■申し込み方法

町立図書館窓口または右QRコードを読み取り表示されるLINEアカウントを友達登録してお申し込みください。
※オンライン会議システム「ZOOM」による参加も可能です。詳しくはお問い合わせください。



■参加費 200円

※会場参加の人のみです。

中部ふるさと広域連合で10月29日、「緊急事態発生時における廃棄物処理に関する協定」締結式が行われました。

本協定は、不測の事態が発生した際の一般廃棄物の処理などについて、中部1市4町と三光(株)が協力して行っていくことを定めたもの。協定業者である三光(株)の三輪昌輝代表取締役は「できることはわずかですが、精いっぱいさせていただきます」と話されました。



協定を結んだ関係機関の代表者ら

緊急時の廃棄物処理協定締結式

一般廃棄物処理の安定的継続を目指して



表彰状を受け取る石橋瑠奈さん(右)

豊かな森林を守り育てていくための啓発活動となる第65回県植樹祭が10月31日、三朝町で開催されました。

町内からは、羽合小学校みどりの少年団が参加。また、羽合小学校6年生の石橋瑠奈さんがテーマ優秀賞を受賞しました。表彰を受けた石橋さんは「とてもうれしかったです。水や空気をきれいにしている森を、これからも大切にしていきたいです」と笑顔で話されました。

大切な森を後世に引き継いでいく 第65回県植樹祭が開催されました

共に生きる

～認め合い つくっていこう 明るい未来～

町教育委員会生涯学習・人権推進課 (Tel 35-5369)

北朝鮮人権侵害問題啓発週間

2006年に制定された「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」により、12月10日から16日までの1週間は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」と制定されました。

1970年代から1980年にかけて、日本人の行方が不自然なかたちで分からなくなるといふ事件が発生しました。その後事件の多くは、北朝鮮による拉致の疑いが濃厚であることが明らかになりました。

現在、17人が日本政府によって拉

致被害者として認定されています。その中の一人は、米子市出身の松本京子さんです。また、県内にはほかにも、拉致被害の可能性が高い特定失踪者や、拉致の可能性を排除できない人もいます。

北朝鮮によって拉致された全てのの人々の一日も早い帰国の実現を願ひ、拉致被害者の家族をはじめ多くの人々や国、地方自治体の懸命な努力や活動が行われてきました。しかし、残念ながらいまだに問題の解決に至っていません。

「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」を契機に、私たち一人一人が、拉致問題について改めて考えてみませんか。

町部落解放文化祭2020開催

町では、次の日程で町部落解放文化祭2020を開催します。本年度は作品展示のみとなりますので、ご了承ください。

日時 12月5日(土)、6日(日)
9時30分～15時

場所 町立文化会館

田後神社頭屋祭「宮の飯」

湯梨浜今昔物語

田後神社の創立は、宝徳2年(1450年)9月に出雲国の八重垣神社の御分霊を勧請し、「大ボン(現在の北栄町江北)」という所に社を建立して、大宝天王と称して尊崇していたと伝えられています。その後、現在の田後に移転され、明治5年(1872年)に田後神社に改められました。

祭神は建速須佐之男尊で、国土守護・農業・産業・災難除の神として信仰されています。

田後神社では、旧暦11月1日にその年の新穀を神に献上し、新嘗を行うとともに、来る年の豊作も祈願する「宮の飯」という神事が行われています。

前日には、海岸で全身を清めるつごもりが行われ、当日は午前3時に起床して五升五合の玄米に塩や大豆、大根などを混ぜた「ごくう」と呼ばれる「宮の飯」が作られ、神前に供えられます。残りの「宮の飯」

は参拝者に配られます。「ごくう」は無病息災に効があるといわれています。この祭礼の担い手は5人の頭人で、その組織と行事内容は中世的な宮座の形態をよく残しているといわれており、県の無形民俗文化財に指定されています。

神事の完了後、旧頭人頭から新頭人頭に祭礼の諸道具などが手渡され、現在まで続いています。ただし、新頭人頭の家で不幸があったときは、速やかに次年の家に移される習慣になっているようです。今年の神事は、12月15日に行われます。

町教育委員会

尾川 伸弘

※広報ゆりはま11月号「湯梨浜今昔物語」の見出しに誤りがありました。正しくは「青柳山安楽寺」です。おわびして訂正します。

生活習慣病改善事業 ヘルスアップ教室を開催

【問い合わせ】役場健康推進課 (Tel 35-5372)



参加者らにエクササイズを実技指導



生活習慣病に関する座学も実施

町 国民健康保険被保険者の特定健診結果では、メタボリック症候群およびメタボリック症候群予備群に該当する人が年々増加しています。また、同じ人が毎年該当者になる傾向があることから、これを改善するため「生活習慣病改善事業ヘルスアップ教室」を開催しています。

この教室は週1回、全9回の開催で、本年度は9月から前期教室と令和3年1月からの後期教室の2クールで実施しています。内容は「自分の生活習慣を振り返ろう」など、回ごとのテーマに沿った生活習慣病の基礎知識や食事、運動についての講義と運動実技を組み合わせたものです。9月から始まった前期教室では、健康指導や運動教室などを行っている「Fitness Jaiんぐる」の健康運動指導士や看護師を講師としてお招きし、参加者一人一人にきめ細かなアドバイスを行うなど、生活習慣病改善へ向けた取り組みを支援していただきました。

進め！ 協力隊

～地域おこし協力隊通信～
vol.57

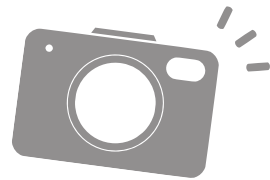


こんにちは。地域おこし協力隊の青木です。寒くなってきましたが、いかがお過ごしでしょうか。

さて、私は情報発信とイベント企画が主な業務ですが、この半年ほどは新型コロナウイルス感染症拡大の影響もあり、なかなかイベントを開催できませんでした。しかし、最近はずいぶん少人数の子供たちが楽しめるイベントを開催しています。直近では、キッズヨガを開催しました。3密を避けるため少人数での開催となりましたが、子どもたちは、はじける笑顔で元気いっぱいヨガを楽しみました。

11月7日と8日には、松崎駅前にある多世代交流センターゆるりん館で開館2周年を記念したゆるりん市を開催。鉄道おもちゃを使用したコーナーやおむすび屋さん、フリーマーケットなどが出店され、とても盛り上がりました。

これから寒くなりますが、できるだけ多く地域の皆さんと交流できるようなイベントを企画したいと思います。



観光客の「安心と満喫」を創出 安心観光・飲食エリア協定締結式



協定を交わした各関係機関の代表者ら

新型コロナウイルス感染拡大防止対策の実効性について県と相互に確認する「安心観光・飲食エリア協定」を10月30日、県と町および町内各団体が締結しました。

本協定は、感染予防対策を実施し、観光客が安心して観光や飲食を満喫できるエリアの創出を図るもの。協定の締結に向け、町内では東郷湖周の宿泊・観光施設や飲食店など41店舗で構成される「はわい温泉・東郷温泉エリア」を設定し、取り組むこととしました。

参画事業者の感染予防対策の実施を確認の上、12月7日（月）に「安心観光・飲食エリア」宣言を予定しており、今後感染予防対策を呼び掛けながら、安心して観光などを楽しめるエリアとして、県内外に情報発信を行っていきます。

STOP! 不法投棄! 不法投棄廃棄物撤去ボランティア

県が定める「不法投棄防止強化月間」の啓発活動の一環として10月27日、宇谷地内で不法投棄廃棄物撤去ボランティア作業が行われました。

当日は、山の斜面で足場が不安定な中、地元住民や事業者など40人が参加。ミニ油圧シャベルやダンプカーなどの機材を用い、農道斜面の不法投棄物の撤去を行いました。

回収量は、可燃ごみと不燃ごみ合わせて1,080kgでした。



重機を用いて斜面からごみを引っ張り上げます



上方のお笑いをお届けします NHKラジオ「上方演芸会」公開収録

NHKラジオ「上方演芸会」の公開収録が11月6日、ハワイアロハホールで行われました。

「上方演芸会」は、上方のお笑いタレントによる新作漫才や漫談を放送している、1949年から続く長寿ラジオ番組。収録では、1本目にミルクボーイと平和ラッパ・梅乃ハッパ、2本目に学天即と海原はるか・かなたが出演し、テンポの良い笑いで次々と会場を沸かせました。

今回収録された内容は、12月5日と12日にNHKラジオ第1・国際放送で放送される予定です。

大きな芋が取れたぞー♪

県母子寡婦福祉連合会「農業体験」

町母子会員が参加している県母子寡婦福祉連合会が10月25日、久留地内にある農園で芋の収穫会を行いました。

本会は、会員であるひとり親同士の交流を通じた仲間づくりや支援を目的としており、今回のイベントは、農業体験を通じた会員の食育を図ったもの。参加者らは、大きく育った芋の収穫を楽しんでいました。



土を掘り起こして芋を収穫する参加者



馬のブラッシングをする参加者ら

貴重な体験に子どもたちは大喜び ポニーといっしょに自然体験！

青少年育成湯梨浜町民会議が主催する直接体験事業「ポニーといっしょに自然体験！」が10月18日、鳥取市にある空山ポニー牧場で行われました。

当日は、親子32人と中高生ボランティア4人が参加。牧場スタッフと交流しながら、馬のブラッシングや厩舎きゅうしやの掃除のほか、餌やりや乗馬などを体験しました。

収束後に向け、町の魅力を発信 電子雑誌「旅色『湯梨浜特集』」

電子雑誌「旅色『湯梨浜特集』」

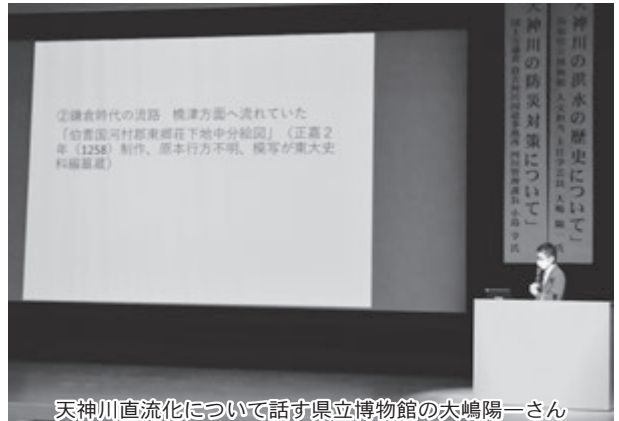
新型コロナウイルス収束後の移住定住促進などを図るため、(株)ブランジスタメディアと町が連携し発行する電子雑誌「旅色『湯梨浜特集』」の収録が、10月19日と20日に町内各所で行われました。

本企画のナビゲーターとして、女優やタレントとして活躍する笈美和子さんが来町。湯梨浜を満喫するという設定の下、町内の観光スポットを巡り歩く様子が撮られました。今回湯梨浜を初めて訪れた笈さんは「とても穏やかな所で心を癒やされました。電子雑誌を見ていただいた人に、町の魅力が伝わるとうれいす」と笑顔で話されました。

本特集は11月25日からウェブ上で公開されており、右のQRコードからご覧いただけます。



笑顔でポーズを決める笈美和子さん



天神川直流化について話す県立博物館の大嶋陽一さん

洪水災害とどう向き合うか 町防災シンポジウム

「天神川直流化後もなお一歴史的気候変動の中で」と題した町防災シンポジウムが11月14日、ハワイアロハホールで開催されました。

本シンポジウムは、近年みられる異常気象などにより、全国各地で起きている洪水災害に対する対策や心構えなどを考える場として企画されたもの。当日は、天神川の洪水災害の歴史や防災対策について、県立博物館の大嶋陽一さんなど各パネリストが講演されました。

またハワイアロハホール内ホワイエには、洪水で被害を受けた町内各所の当時の様子を示す資料などが展示され、訪れた人たちは足を止めて見入っていました。

スマホで読める
『広報ゆりはま』

右のQRコードを読み取り、アプリ「マチイロ」をダウンロード！



募集

泊体験農園利用者

町では、農地をお持ちでない人が野菜や花の栽培といった農業体験ができる場として、体験農園を開設しています。このたび、次のとおり利用者を募集します。

場所 泊399番地2ほか

区画 1区画（1000平方メートル）

※駐車場、器具庫付き

使用料 年額20800円

募集期限 12月11日（金）

その他 応募多数の場合は、新規の人を優先に抽選で決定します。

問い合わせ 役場産業振興課
(Tel 35-53384)

さくら工藝品工房使用者

詳しくは、町ホームページまたは役場企画課、東郷・泊各支所、中央公民館・各分館およびハワイアロハホールに設置して

役場町民課窓口延長

日時 毎週水曜日 17時15分～19時 ※祝日を除く
内容 証明書発行、町税・水道料などの出納業務 ※その他の業務は行っていません。

いる募集要項をご覧ください。
募集施設
個室工房A（1階北側）

使用期間 5年以内

使用料 月額2万3000円
（1年ごとに更新審査を実施）

応募期限 12月25日（金）
（光熱水費などは使用者負担）

応募資格 町税などの滞納がなく、工芸活動に過去3年以上従事し、見学の受け入れが可能なる人

必要書類 申請書、作業説明書、小論文「工芸と地域文化（1200字程度）」など

応募方法 ハワイアロハホールに必要書類を郵送または持参してください。

申し込み・問い合わせ
ハワイアロハホール
(Tel 35-5678)

お知らせ

町議会

会期 12月11日（金）～25日（金）

日程 ▽11日（金） 提出議案説明など
▽16日（水） 一般質問
▽18日（金） 常任委員会
▽22日（火） 議案審議・採決など

問い合わせ 町議会事務局
(Tel 35-5341)

町国際交流協会

当日は、感染症予防のためマスクを着用していただき、熱や

咳などの症状がある人は参加をご遠慮ください。

クリスマス交流会

日時 12月6日（日） 13時～15時

講師 ショウジ・K・カーティスさん

ゲスト リー・セント・マーティンさん

内容 ①オンラインで、サンフランシスコにおけるクリスマスの様子を伺います
②県立倉吉東高等学校 A・L・T の歌を聞きながら交流を行います

定員 30人

会場 中央公民館羽合分館

申込期限 12月4日（金）

参加費 無料
申し込み・問い合わせ
役場企画課 (Tel 35-5311)



令和3年町成人式

成人式対象者には、11月中旬に案内を送付しています。案内が届いていない人は、お問い合わせください。当日は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、付き添いのご家族の入場を一人までとさせていただきます。受け付け後は、速やかにホールに入場していただきますようお願いいたします。

日時 令和3年1月3日（日）

▽受け付け 13時15分～
▽開始 14時

場所 ハワイアロハホール

対象 平成12年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた人のうち、町内在住または町内の小中学校を卒業した人

問い合わせ
町教育委員会生涯学習・人権推進課 (Tel 35-5367)

精神地域アキア SMILEの会

精神の病気を患っていた人や現在治療中の人が、仲間づくりをする安らぎの場です。今回は「簡単DIY」です。初めて参加をする人は、事前に役場総合福祉課にご連絡ください。
日時 12月1日（火）
10時～11時30分

場所 中央公民館

参加費 無料

持ち物 飲み物
問い合わせ 役場総合福祉課
(Tel 35-5374)

家族のつどい

認知症の人を介護している家族を対象に、悩み事の相談や仲間づくり、情報交換を行います。
日時 12月16日（水） 10時～12時

場所 中央公民館羽合分館
問い合わせ 役場長寿福祉課
（地域包括支援センター）
(Tel 35-5378)

※県認知症コールセンター（Tel 0859-137-6611、10時～18時）もご利用ください。

コミュニティ助成事業

方地区公民館が除雪機などを整備

このほど、（一財）自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として行っている「コミュニティ助成事業」を活用し、方地区公民館が除雪機やプロジェクター、スクリーンなどの備品を整備されました。

問い合わせ 役場企画課 (Tel 35-5311)



【方地区公民館】



青少年育成町民研修会

スマートフォンなどのインターネット端末やオンラインゲーム機が社会の中で急速に浸透している一方で、これらに関連したトラブルや犯罪も増加しています。スマートフォンやゲーム機は、使い次第で便利な道具にも危険な道具にもなります。青少年と保護者が、これらの機械と適切に付き合っていくための研修会を実施します。どなたでも参加できます。

日時 12月9日(水)
19時～20時30分

場所 ハワイアロハホール

参加費 無料

講師 中井浩さん(県ケータイ・インターネット教育推進員)

問い合わせ

町教育委員会生涯学習・人権推進課 (Tel 35-5367)

ひきこもり理解のための講演会

8050問題をはじめとするひきこもりなどに対する支援として、まずはひきこもりについての理解を深めることが重要です。ひきこもりに関して、長年専門的な取り組みをされている人を講師に招き、ひきこもりについての理解を深めることを目的に講演会を実施します。

日時 令和3年1月24日(日)

開場 13時▽開演 13時30分

場所 ハワイアロハホール

講師 原田豊さん(県立精神保健)

12月25日は

町税第七期、介護保険料「普通徴収」第七期、後期高齢者医療保険料「普通徴収」第六期の納期限です。納期限内に納付をお願いします。【問い合わせ】役場町民課 (Tel 35-3116)

健福社センター所長

演題

「ひきこもりを理解するために」
注意事項 新型コロナウイルス感染症拡大の状況によっては、中止とする場合があります。

問い合わせ 役場総合福祉課
(Tel 35-5390)

町事業継続支援臨時給付金

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で売り上げが減少する町内事業者に対し、町が支給する給付金の申請期限が迫っています。申請漏れがないよう、期限までに書類を郵送してください。

申請期限

令和3年1月15日(金) 必着
対象者 令和2年中の1カ月の売り上げが前年同月比20%以上減少している事業者など

※詳細は町ホームページをご確認ください。

問い合わせ 役場産業振興課
(Tel 35-5383)

国民年金保険料の口座振替

国民年金保険料の支払いには、便利な口座振替をご利用ください。なお、まとめて前払い(前納)をすると保険料が割引されるためお得です。振替方法は▽翌月末振替▽当月末振替▽6カ月前納▽1年前納▽2年前納の中から選択できます。

令和3年4月以降の保険料について、前納を希望する場合は期限までに次の場所です手続きを

お願いします。

申込期限

令和3年2月26日(金)

必要なもの 年金手帳、通帳
金融機関の届出印

申し込み・問い合わせ

役場健康推進課 (Tel 35-5372)、日本年金機構倉吉年金事務所 (Tel 26-5311)

国民年金保険料のご案内の民間委託

日本年金機構では、国民年金保険料の納め忘れがある人に対するご案内を民間事業者に委託しています。委託業者は電話や文書、戸別訪問により、納付や免除申請手続きなどを案内しています。なお、委託事業者が年金手帳や現金、通帳などをお預かりすることはありません。

委託事業者

(株)バックスグループ

問い合わせ (株)バックスグループ (Tel 0800-8087000)、日本年金機構倉吉年金事務所 (Tel 26-5311)

中部ハイスクールフォーラム2020

中部地区の高校生が一堂に会し、地域の中で日々主体的に取り組んでいる学習活動について発表します。地域の青少年育成に携わるゲストや会場からの質問にも答えます。また会場では、手作りスイーツの店もあります。地元の高校生の活動を知りたい人や進路を考えている中学生など、どなた

でも参加できます。

※入場は無料ですが、事前申し込みが必要になります。

なお、当日はライブ配信を実施します。下記QRコードまたはインターネット (<https://youtu.be/1582qkzSV9M>) からご視聴ください。

日時 12月19日(土)
13時30分～16時

場所 大栄農村環境改善センター

申し込み・問い合わせ

町教育委員会生涯学習・人権推進課 (Tel 35-5367)

催しもの

軽スポーツ教室

申し込み不要、参加費は無料です。気軽にお越しください。

日時 12月17日(木)
19時30分～21時

場所 はわいトレーニングセンター

内容 ファミリーバドミントン

問い合わせ 町教育委員会生涯学習・人権推進課
(Tel 35-5368)



消費生活トラブル

緊急時の駆け付けサービスのトラブルに注意!

「トイレが詰まった」「蛇口から水漏れが!」「鍵をなくして家に入れない」など、突然発生する暮らしの中での困った出来事。インターネット検索やポストに入っていたチラシで見つけた駆け付けサービスの業者に、慌てて連絡する人も多いと思います。しかし、解決を急ぐあまり業者や契約内容について深く検討しないまま契約してしまった結果、高額な請求をされるなどのトラブルになるケースが発生しています。十分に注意しましょう。

問い合わせ 役場産業振興課 (Tel 35-5382)
中部消費生活センター (倉吉交流プラザ/Tel 22-3000)

中部消費生活センター 巡回相談日

専門相談員が消費生活に関する相談に無料で対応します。お気軽にご相談ください。

日時 12月4日(金)、18日(金)
※いずれも8時30分～17時
場所 役場相談室3(別館1階)
問い合わせ 役場産業振興課
(Tel 35-5382)

催しもの②

温泉ウォーキング教室

日時 12月1日(火)〜24日(木)
13時15分〜14時15分
※金土日を除きます。

場所 ゆアシス東郷龍鳳閣

参加費 入館料が必要です。水のレンタルは200円です。

備考 新型コロナウイルス感染症拡大の状況によっては、日程を変更する場合があります。

問い合わせ 役場健康推進課
(Tel 35-5375)

運動教室

注意事項 参加者はマスク着用をお願いします。また、次の人は参加をお控えください。
▽体調の悪い人▽基礎疾患のある人▽参加日から過去2週間以内に風邪症状のあった人▽感染が疑われる人が身近にいる人

※運動教室は、いずれも当日受け付けで先着順です。

【つみたて貯筋運動とつごう教室】

日時 毎週水曜日14時〜15時
※12月30日(水)を除きます。

場所 羽衣会館

内容 体幹トレーニングを中心としたストレッチなど

定員 15人

参加費 500円

【つみたて貯筋運動とまり教室】
日時 毎週木曜日10時〜11時

※12月31日(木)を除きます。

場所 泊体育館

内容 リズムウォーキング

参加費 500円

※12月3日(木)は無料です。
問い合わせ 役場健康推進課
(Tel 35-5375)

【ココカラ運動教室】

日時

毎週火曜日19時30分〜20時30分

場所 ゆアシス東郷龍鳳閣

内容 体幹トレーニング、筋力アップトレーニング

定員 15人

参加費 500円

※龍鳳閣の会員は参加費300円と通常の会員使用料が必要です。

その他 教室終了後に中国風呂への入浴はできませんが、新型コロナウイルス感染症予防対策のため、時間差での入浴となる場合があります。また混雑を避けるため、後日入浴できる入浴券配布の対応をします。

問い合わせ ゆアシス東郷龍鳳閣
(Tel 3212622)

レデイスポ

女性のための運動教室です。

日時・内容 ▽12月8日(火)
▽健康ボクシング▽18日(金)
▽バドミントン

※時間はいずれも10時〜11時です。
場所

あやめ池スポーツセンター

参加料 500円

注意事項 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、託児は

行いません。また、来館時にはマスクを着用していただくとともに、体調の悪い人は参加をお控えください。

申し込み・問い合わせ

あやめ池スポーツセンター
(Tel 3212231)

そうだん

ハローワーク倉吉出張相談

経済的に困りで就労支援が必要な人、転職や副業、増収などを希望する人はぜひご相談ください。当日の受け付けも可能ですが、なるべく事前に予約をしてください。

日時 令和3年1月7日(木)
13時30分〜16時

※当日受け付けは15時30分までです。

場所 役場相談室2(別館1階)
申し込み・問い合わせ 役場総
合福祉課(Tel 35-5390)

健康相談日

あなたの血圧や体組成、血管年齢測定、物忘れ相談(タッチパネル)をしてみませんか。その結果から、健康についてのアドバイスを行います。生活習慣病の予防や改善のための食事や運動について、気になることが



ある人は、お気軽にご相談ください。健診受診後の個別相談もお受けします。保健師や栄養士などの専門職と一緒に考えましょう。電話予約いただくことも可能です。

日時 12月24日(木)
13時30分〜16時

場所 役場相談室2(別館1階)

問い合わせ 役場健康推進課
(Tel 35-5375)

【①土地財産】
日時 12月9日(水)
13時〜15時

場所 中央公民館羽合分館

【②法律】
日時 令和3年1月6日(水)
13時〜15時

場所 中央公民館羽合分館

【心配ごと、行政、人権】
日時 12月8日(火) 13時〜15時

場所 ハワイアロハホール相談室

申し込み・問い合わせ
町社会福祉協議会羽合支部
(Tel 35-2351)

特設人権・行政相談所
日時・場所 ▽役場泊支所 12月15日(火)
▽松崎駅前総合相談センターどれみ
令和3年1月7日(木)

※いずれも13時から15時です。
問い合わせ 役場町民課
(Tel 35-5319)

県民手帳販売開始!

- 価格 770円(税込)
- 販売場所 役場企画課および東郷・泊各支所
- 販売色 黒、紅など各5色
- ※在庫がなくなり次第販売終了
- 問い合わせ 役場企画課
(Tel 35-5305)



ピアノお売り下さい!!



買取査定
無料

ピアノ譲渡がお問い合わせいただけます。

ご依頼は地元で安心のヤマハ正規特約店にご用命ください。

YAMAHA
トミヤ楽器店 0120-50-5103
〒682-0881 倉吉市宮川町185-24

オープンデー

【ついでにいっしょも園】

9日(月)9時45分〜
クリスマスグッツを作ろう

【はわいこども園】

10日(月)9時45分〜作って遊ぼう

【ニチイキッズ湯梨浜ながえ保育園】

12日(水)10時10分〜
クリスマス飾りを作ろう

【あさひこども園】

15日(金)9時30分〜クリスマス
グッツを作りますよ

【たじりこども園】

16日(土)9時45分〜
クリスマス飾りを作ろう

【まごきょうこども園】

16日(土)9時45分〜
クリスマスの飾りを作ろう

【ながせこども園】

22日(木)9時45分〜
楽器で遊ぼう

子育て支援センター

【ほかほか広場(はわいこども園)】

2日(月)9時30分〜発育測定
7日(月)10時〜わらべうた遊び
対象：2カ月〜12カ月児

9日(月)9時30分〜赤ちゃん広場
対象：2カ月〜6カ月児

会場：羽衣会館

14日(月)10時〜離乳食のおはなし会
対象：出産を控えた妊婦

16日(水)10時〜プレママ広場
対象：9時30分〜みんなで遊ぼう

19日(土)9時30分〜文化会館
会場：文化会館

23日(月)9時30分〜ハイハイ広場
対象：6カ月〜12カ月児

会場：羽衣会館

【すまいる広場(花見コミュニティ施設)】

8日(日)9時30分〜ふれあいリス
△遊び・サーキット遊び(合同)

会場：わかばこども園

10日(月)10時〜絵本の読み聞かせ
14日(木)9時30分〜発育測定

15日(金)9時30分〜
おともだちと遊ぼう(合同)

会場：あさひこども園

16日(土)17日(日)18日(月)
9時30分〜クリスマス飾り制作

21日(木)22日(金)23日(土)
9時30分〜正月飾り制作

24日(月)10時〜
誕生会・クリスマス会

会場：ハワイアロハホール
会場：ハワイアロハホール

25日(火)10時〜ハッピー子育て講座
会場：ハワイアロハホール

【サンサン広場】

8日(日)9時30分〜ふれあいリス
△遊び・サーキット遊び(合同)

会場：わかばこども園

15日(日)9時30分〜
おともだちと遊ぼう(合同)

会場：あさひこども園

休日診療日

【休日診療】

8時〜翌朝8時(日・祝)
病院名と担当(内科・外科)

6日 野島(内)・清水(外)

13日 藤井(内)・厚生(外)

20日 垣田(内)・温泉(外)

27日 信生(内)・清水(外)

31日 野島(内)・北岡(外)

【休日急患診療】

内科・小児科(中部休日急患診療所)
9時〜21時(日・祝)

歯科(中部歯科医師会口腔衛生セ
ンター) 9時〜15時(日・祝)

小児科(県立厚生病院(日・祝))
▽10時〜13時15分 県中部地域の
開業小児科医が当番制で診療
▽17時15分〜22時 県立厚生病
院小児科医が診療

年末年始の閉庁期間

令和2年12月29日(火)



令和3年1月3日(日)

期間中は、役場および東郷・泊各支所はお休みです。各種手続きなどは、早めにお願ひします。

人の動き 10月31日現在(前月比)

人口	16,746	人	(- 6)
おとこ	8,034	人	(± 0)
おんな	8,712	人	(- 6)
世帯数	6,346	戸	(+ 5)

交通事故 10月中まとめ(年間累計)

件数	1	件	(12)
死者	0	人	(0)
重傷者	0	人	(3)
軽傷者	1	人	(9)

ごみの量 10月(前年同月比)

家庭ごみ 249.5ト(- 3.5)

■搬出方法・収集日を守りましょう
スプレー缶・カセットボンベは中身を使い切り、穴を開けてから「スチール缶・スプレー缶の日」に出しましょう。

【10月のごみ分別優秀集落】

筒地、泊2、泊5、泊6、松崎三、松崎四、松崎五、宮内、福永、高辻、引地、麻畑、三通田、久留東、光吉、新川、上橋津

免許更新に伴う高齢者講習は早めに申し込みを!

運転免許証の更新に当たり、高齢者講習の受講対象者には県公安委員会から「高齢者講習通知書」が届きます。

高齢者講習は県内9カ所の自動車学校で受講できますが、予約制となっているほか1日に受講できる人数にも制限があります。また、繁忙期にはすぐに講習を受けることができず、一時的に運転免許証が失効してしまうこともあります。「高齢者講習通知書」が届きましたら、通知書に記載されている県内の自動車学校に早めに申し込んでください。

■問い合わせ 倉吉警察署 (Tel 26-7110)

東郷池透明度調査(10月)

(前年10月:80~90cm)

調査日	透明度
4日	80cm
16日	70cm
21日	90cm
29日	90cm

もっと身近で、29日
もっと豊かな東郷池へ



森田 怜志ちゃん
祝1歳！笑顔とかわいい動きにみんな癒やされるよ♪すくすく成長してね★
R1.11.18生まれ（川上）
（知成さん・真梨子さん）



濱中 美暖ちゃん
1歳おめでとう♡毎日元気いっぱいニコニコ笑顔の美暖が大好きだよ♪
R1.12.11生まれ（田後北部）
（武丸さん・涼子さん）



濱崎 流星ちゃん
1歳おめでとう★やんちゃで目が醒せないけどよく笑うかわいい笑顔が大好きだよ！
R1.12.16生まれ（田後北部）
（一晃さん・瑞穂さん）

元気いっぱい!!
ゆいはま
キッズ
HAPPY BIRTHDAY!!
11・12
月生まれ



前坂 叶歩ちゃん
3歳のお誕生日おめでとう♪毎日元気いっぴいのとあちゃん！また公園とお買い物うらやま★
H29.12.12生まれ（長瀬中央）
（優樹さん・梨奈さん）



山田 碧人ちゃん
1歳おめでとう！にこにこ笑顔の碧人♪これからもすくすくと大きくなってね！
R1.12.8生まれ（東田後）
（祐大さん・ゆかりさん）



池田 紫咲ちゃん
祝1歳！笑顔が素敵なしーちゃん！生まれてきてくれてありがとう♡
R1.12.17生まれ（長瀬中部）
（英明さん・愛実さん）



田中 丞ちゃん
祝2歳お兄ちゃん大好き！もりもり食べてたくさん遊んで大きくなろうね★
H30.12.27生まれ（埴見）
（裕行さん・佳奈さん）

満4歳までのお子さんの写真を募集

住所・氏名・生年月日・保護者氏名・電話番号・35字程度のコメントを添えて、メールにて役場企画課にお申し込みください。掲載後は、A4版の拡大写真をプレゼントします。

※申し込み後5日以内に担当者からの受領報告がない場合は、役場企画課へご確認ください。
※A4版の拡大写真は、画像が粗くなる場合があります。

【1月生まれの締め切り】
12月10日（先着順）



石沼 唯花ちゃん
祝4歳★いつも笑顔で人気者の唯花♪周りの人に感謝を忘れずに素直に育ててね！
H28.12.18生まれ（泊1）
（友さん・万里子さん）

野菜を毎日350g食べよう！
食生活改善推進員の野菜たっぷりレシピ

炊飯器でジャンボハクサイ肉ボール

■材料（4人分）

ハクサイ…250g、タマネギ…50g、ニンジン…50g、A【合いびき肉…200g、卵…1個、塩…小さじ1/4、コショウ・ナツメグ…少々】、B【コンソメ…1/2個、お湯…200ml、酒…大さじ1、塩・コショウ…少々、ローリエ…1/2枚】



■作り方

- ①タマネギとニンジンはみじん切りにする。
- ②ボウルにAを入れ、粘りが出るまで混ぜる。①を加えさらに混ぜる。
- ③炊飯器の内釜にオープンペーパー、ハクサイ分量、ボール状に丸めた②の順でのせる。残りのハクサイで肉ボールを包むようにし、底に敷いたオープンペーパーで包む。
- ④Bを混ぜ合わせ、③に注ぎ入れ、ローリエを上におせて40分程度炊く。
- ⑤炊けたら、切り分けて器に盛る。

■ワンポイントメモ

炊飯器は蒸気で食材を加熱するため、油は最小限の量で済み、野菜がたくさん摂取できる煮込み料理も簡単に作れます。

■問い合わせ 役場健康推進課（Tel 35-5375）

町内の各種団体を紹介 Vol.8



町食生活改善推進員連絡協議会

【団体の紹介】

本協議会は「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通じた地域の健康づくり活動を行う団体です。「1日の野菜摂取量350g以上」を推進し、地元の野菜を使ったお勧めレシピを町報に毎月掲載しています。

そのほかにも、町民の健康づくりに貢献するための食習慣改善事業や、若い世代の親子に向けたレシピ集やチラシの配布といった食育の啓発を行っています。

【団体からのコメント】

令和3年度は3年に1回の食生活改善推進員養成講座を開催します。皆さんに受講していただき、私たちと一緒に家族や地域の健康を守っていきましょう。

■問い合わせ 役場健康推進課（Tel 35-5375）

くちさん

大ヒットする映画や小説には、全編にわたって「コールサイン」のような暗号仕掛けがされているといわれています。それに気が付いた読み手が「これは私だけに向けられたメッセージだ！」と（いい意味で）勘違いすることで高揚感が増し、その作品のファンになっていくのだそう。町報にそんな仕掛けはありますか？が、少しでもいいものを届けるため、これからは頑張ります。