



# 気高人権福祉センターだより

2023年  
(令和5年)

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

## 講座のご案内 (参加費 無料 / 会場 気高人権福祉センター)

みなさんのご参加をお待ちしております。 問合せ・申込み ☎ 0857-82-3363

### いきいき元気講座

(申込み不要)

**7月7日(金)** ストレッチ用のポールなどを使用した心身ともにリラックスできる運動です。  
13:30~15:00



講師 健康運動指導士  
田中まなみさん  
持ち物 動きやすい服装、飲み物

### 自家製野菜と花づくり講座

(申込み不要)

**7月11日(火)** 安心・安全な野菜と花づくりの基本知識を学び、育てる楽しさ(難しさ)、収穫の喜びを共有しましょう!  
13:30~15:00



西根園芸  
講師 西根 雄司さん

### 楽しく脳トレーニングをしましょう!

(申込み不要)

**7月14日(金)** 簡単なゲームや歌などのレクリエーションをして、楽しい時間を過ごしましょう。  
13:30~15:00



鳥取社会福祉専門学校 専任講師  
講師 鎌谷 眞里子さん

### フレイル予防体操教室

(申込み不要)

**7月 6.13.20.27日**  
(毎週木曜日) 13:30~15:00

フレイル予防体操をして、元気に日常生活を過ごしましょう!

株式会社さんびる  
健康運動指導士  
講師

持ち物 動きやすい服装、飲み物



## 夏休み企画 (気高児童館 共催)

① 7月27日(木)  
② 8月3日(木)  
13:30~16:00

### こども 絵画教室

絵を描くコツを教わりながら、1枚の画用紙(四つ切サイズ)に好きな絵をかいてみましょう!



要申込み

定員10名(両日とも)

講師 似顔絵画家、イラストレーター  
宮本 栄一さん

持ち物 絵を描く道具(水彩・クレヨンなど)  
筆記用具(えんぴつ・消しゴム)

7月28日(金)  
10:00~11:30

なつやすみ~!  
でまえ

### かにっこ館

申込み不要



★ミニ水槽展示  
★タッチプールもあるよ  
うに・かに・  
ひとで・サメなど

はじめ  
ました!

## マンスリー ミニギャラリー

センターのロビーに近隣地域にお住まいの方の  
作品を展示しています。(ひと月毎に代わります)



今月は、**吉田久恵さん**(気高町在住)の作品です。  
「ミニギャラリー」に、ぜひお越しください。

7月10日～8月9日は

## 『部落解放月間』です。

部落解放月間は、「同和対策特別措置法」が施行され  
た1969(昭和44)年7月10日を記念し、鳥取県が  
翌年の1970(昭和45)年に制定しました。

以降、部落差別の解消に向けた啓発事業など、さまざ  
まな取り組みが行われてきましたが、悪質な差別事象  
は今もなお発生しています。特に近年では、インターネッ  
ト上のSNSや動画共有サイトなどを使った悪質な差別  
が後を絶ちません。

私たち一人ひとりが同和問題を正しく理解し、誰もが  
安心して暮らせる社会を実現するために、みんなで一  
緒に考えていきましょう。

〈気高人権福祉センターへのアクセス〉



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

## 事業の様子

### 【料理教室】(R5.5.30)

### 延ばそう健康寿命 ～フレイル予防・補食のススメ～

フレイル予防のための補食(間食)  
について学びました。



〈メニュー〉

- ・簡単キッシュ
- ・にんじゃがポタージュ
- ・ベリーチーズケーキ
- ・おかず米粉クレープ
- ・焼きおにぎらず

## 7月 鳥取市人権福祉センター 専門相談

【場所】鳥取市人権交流プラザ(幸町151)

【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)

### ◆ カウンセラー相談

日時:11日(火)・25日(火) 15:00～17:00

定員:各日とも2名(1人:60分)

### ◆ 夜間弁護士相談

日時:20日(木) 18:30～20:30

定員:3名(1人:30分)

予約制  
相談無料

## 【人権福祉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。



## 【広報誌へのアンケート受付中】

- 広報紙をお読みいただきありがとうございます。アンケートにお答えいただけたら幸いです。

