



# 河原人権福祉センターだより

■人権と福祉のまちづくりをめざすコミュニティセンター■



2024年(令和6年)

1月号

発行：鳥取市河原人権福祉センター 〒680-1222 鳥取市河原町曳田 982-1 TEL：(0858) 85-0135 / FAX：(0858) 85-0139

## 新年のごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は河原人権福祉センターの諸事業に格別なるご支援とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

本年も人と人とのつながりを大切に、共に支えあう地域づくりをめざして精進して参りますので、ご指導ご協力の程よろしくお願いいたします。

本年が皆様にとって幸せ多き一年でありますようお祈り申し上げます。

河原人権福祉センター 職員一同



### ご案内

#### 【高齢者講座・手話識字教室合同】 新年のお楽しみ会

手話劇団「わくわく」による  
「手話劇」の鑑賞と食事会

日時 1月16日(火) 10:00~13:30

会場 河原人権福祉センター

参加費 400円

※1月10日(水)までにお申し込みください

#### 人権と福祉の まちづくり講座



「人権って何？  
～守るもの？使うもの!?～(仮)」

講師 桜井 高志 さん  
(桜井・法貴グローバル教育研究所代表)

日時 2月3日(土) 13:30~15:30

会場 河原人権福祉センター

#### 介護予防教室

※認知症予防や健康維持について学びましょう※

開催日	
1月17日(水)	2月7日(水)
1月24日(水)	2月14日(水)
1月31日(水)	2月21日(水)

時間 13:30~15:00

会場 湯谷荘/研修室

講師 株さんびる 健康運動指導士

※動きやすい服装でご参加ください。

無料



## こどもがこどもでいられる社会 —ヤングケアラーについて—

「ヤングケアラー」とは 本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている18歳未満のこどものこと。

こどもが家事や家族の世話をすることは、ごく普通のことだと思われるかもしれませんが、ヤングケアラーは、本当なら享受できたはずの、勉強に励む時間、部活に打ち込む時間、将来に思いを巡らせる時間、友人との他愛ない時間…これらの「こどもとしての時間」と引き換えに、家事や家族の世話をしていることに深刻な課題があります。

まわりの人が気付き、声をかけ、手を差し伸べることで、「自分は一人じゃない」「誰かに頼ってもいいんだ」と思える、「こどもがこどもでいられる街」を、みんなでつくっていきませんか。それはきっと、すべての人が幸せに暮らせる社会をつくる一歩になるはずです。

(こども家庭庁ホームページ一部引用)

## 事業のようす

### 健康体操教室 11/15(水)

高齢者講座・手話識字教室合同で、さんびるさんの指導による「健康体操」を実施しました。頭と体を使った運動で健康維持について楽しく学びました。



### 縁側サロン 12/11(月)

さんびるさんの指導による健康体操で体をほぐした後、地域の方特製の豚汁でほっこりあたたまり、交流を楽しみました。（於：下佐貴老人憩の家）



おいしいね！

### つながりミーティング 11/18(土)

「孤独・孤立のないステキな地域づくり」をテーマに意見を出し合い、有意義な会となりました。



### クリスマス会 12/19(火)

高齢者講座・手話識字教室合同でクリスマス会を開催しました。昨年好評だった「ミニ門松づくり」をした後、ゲームや会食で交流を楽しみました。



楽しい1日でした

## 1月 行事予定

日	曜日	行事	時間	会場
5	金	朝の手話タイム	9:00～9:45	河原人権福祉センター
10	水	のんびりカフェ	10:00～12:00	河原人権福祉センター
12	金	朝の手話タイム	9:00～9:45	河原人権福祉センター
16	火	高齢者講座・手話識字教室	10:00～14:00	河原人権福祉センター
17	水	介護予防教室	13:30～15:00	湯谷荘
19	金	朝の手話タイム	9:00～9:45	河原人権福祉センター
24	水	介護予防教室	13:30～15:00	湯谷荘
26	金	朝の手話タイム	9:00～9:45	河原人権福祉センター
27	土	ふれあい食堂	10:00～14:00	河原町コミュニティセンター
31	水	介護予防教室	13:30～15:00	湯谷荘

**ひとりで悩まないで** 人権福祉センターでは、人権に関わる問題をはじめ生活上の様々なまずは話してみませんか？ 悩みの相談をお受けして問題解決のための支援を行っています。

### 1月の 専門相談日程

カウンセラー相談	夜間弁護士相談	会場
9日(火)・23日(火)	18日(木)	中央人権福祉センター
15:00～17:00 1名/1時間 (受付2名まで)	18:30～20:30 1名/30分 (受付3名まで)	TEL/0857-24-8241 FAX/0857-24-8067

### 【こちらをご覧ください！】

本市ホームページで市内にある全ての人権福祉センターの広報紙をご覧ください！ぜひ、ご覧ください。

閲覧はこちらから



### ■お問合せ先■

鳥取市河原人権福祉センター  
〒680-1222 鳥取市河原町曳田 982-1  
TEL/0858-85-0135  
FAX/0858-85-0139  
E-mail : jin-kawahara@city.tottori.lg.jp