



# 西人権福祉センター だより

3月号

2024年  
(令和6年)

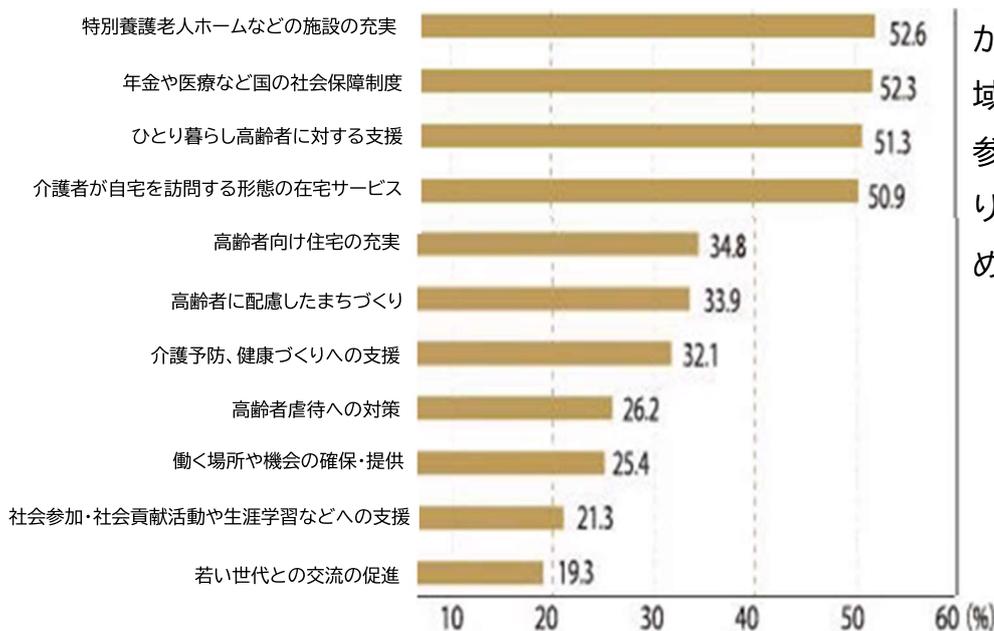
人権と福祉のまちづくりをめざすコミュニティセンター

発行：鳥取市西人権福祉センター 〒680-0811 鳥取市西品治 674 TEL:27-1064 FAX:27-1066

## 高齢者の人権問題 「機会を奪わないで！」まだまだ活動できます

65歳以上の高齢者人口は年々増加しており、高齢化が確実に進行しています。日常生活に介護や支援を必要とする要介護・要支援の認定者も年々増加しています。それに伴い家庭内でも、介護の負担やストレスが虐待の大きな要因となるため、介護者も適切な介護サービスの利用や相談などにより負担軽減を図るなどの工夫が必要です。高齢者が安心して生き生きと暮らすことが出来るよう、福祉の関係者が連携をし、地域の人たちとの信頼や協力関係を築きながら、若い世代とともに地域社会の様々な活動にも参加出来るような環境づくり、居場所づくりを皆で進めていく事が重要です。

高齢者に対する必要な施策や支援(65歳以上、複数回答)



出典：東京都福祉保健局 平成27年度東京都福祉保健基礎調査「高齢者の生活実態」

### 3月の食堂予定(食数制限あり)

🔍 子ども食堂 🔍		🔍 ささえあい食堂 🔍	
西人権福祉センター	2日(土)	西人権福祉センター	8日(金)
	27日(水)	富桑地区公民館	8日(金)
児童館	9日(土)		
	23日(土)		

# 地域福祉講座



令和6年2月10日(土)場所:西人権福祉センター

明穂整形外科院長 明穂 政裕さんを講師にお迎えして、「人生百年」  
～笑って泣いて健康長寿 無病息災から有病息災へ～と題して講演していただきました。

医療技術の発展や豊富な食べ物により人の寿命も延びてきている現代で、「無病のまま  
でいることは難しい」ことや「笑うと免疫力が上がる」ことをおもしろおかしく講演して  
いただきました。また、家庭で出来る簡単で効果のある体操を先生自ら実演してくだ  
さいました。



## 3月専門相談日程

(相談無料・予約制)

### カウンセラー相談

12日(火)・26日(火)

15:00～17:00

1名/1時間(2名まで)

### 夜間弁護士相談

21日(木)18:30～20:30

1名30分(受付3名まで)

### 会場・問い合わせ先

鳥取市中央人権福祉センター

☎0857-24-8241



## 行事予定

『交流・共感・共生のまちづくり』

教室名	日時	場所
消防訓練	11日(月) 11:00～	西人権福祉センター
サテライト事業	13日(水) 10:00～	富桑地区公民館
サテライト事業	14日(木) 10:00～	醇風地区公民館
健康づくり教室	21日(木) 10:00～	西人権福祉センター
ママと子どものリトミック教室	26日(火) 10:00～	西人権福祉センター

貸館名	日時(予定)	場所
足腰らくらくチェア体操(月曜日)	4日・11日・18日・25日 10:00～	西人権福祉センター 
パッチワークの会(水曜日)	6日 13:30～	
にこにこ体操(木曜日)	7日・14日・28日 10:00～	
美的ヨガ(金曜日)	1日・8日・15日・22日・29日 19:30～	
なお・みゆ～じっく・る～む (土曜日)	2日・9日・16日・23日・30日 9:00～	