



国府人権福祉 センターだより



希望

2024年
(令和6)10月
第464号

■人権と福祉のまちづくりをめざすコミュニティーセンター

発行:〒680-0142鳥取市国府町麻生373-3 TEL 0857-27-4774/FAX 0857-27-5016

毎年、10月10日は「世界メンタルヘルスデー」です



世界精神保健連盟が、1992年より、偏見をなくし、正しい知識を普及することを目的として、10月10日を「世界メンタルヘルスデー」と決めました。

その後、世界保健機関(WHO)も協賛し、正式な国際デー(国際記念日)とされています。

メンタルヘルスとは

誰もがストレスを感じたり、気持ちが落ち込んだりすることはあります。

こころの病気はすべての人がかかる可能性があり、大変身近な問題ですが、本人が苦しんでいたとしても周囲からはわかりにくいものです。困った時に支えになるのは、メンタルヘルスを理解してくれる身近な人たちです。

私たちが、まずは「メンタルヘルスって何だろう」と考え、メンタルヘルスについて正しい理解を広めていくことが大切です。
(厚生労働省HPより抜粋)

シルバーリボン運動とは

シルバーリボンは脳や心に起因する疾患(障がい) およびメンタルヘルスへの理解促進を目的とした運動のシンボルです。



SILVER RIBBON JAPAN

10月

秘密厳守

ひとりで悩まないで



専門相談 《要予約》

国府人権福祉センターでは、悩みや 困りごと等の、相談をお受けしています。

お気軽にお声がけください。電話でも構いません。相談の内容によっては、専門機関にお繋ぎします。

鳥取市国府人権福祉センター
電話:(0857)27-4774

カウンセラー相談 :8、22日(火)
15:00~17:00

弁護士相談 :17日(木)
18:30~20:30

《会場・問合せ先》
鳥取市中央人権福祉センター
電話:(0857)24-8241

世代間交流
第3弾!

10月17日(木) 13時30分! 国府人権福祉センターへGO!

今回は、鳥取市立病院の看護師さんをお招きし認知症講座を開催いたします。
「自分にとって役立つ」ために、
「わが身に起こっても慌てない」ためにも是非、ご参加ください。

1部「認知症への基本的な対応について」 2部「認知症の予防について」

【講師】鳥取市立病院 看護師支援室 認知症看護認定看護師 荻原 美雪 さん

《要予約》

【問合せ先】鳥取市国府人権福祉センター
電話:(0857)27-4774



《10月の事業予定》

※太字は本年度最後の教室です。

🍵ふれあいマッサージ(上町屋)	1日(火)	10:00~11:30
🌸生花教室	2日(水)	10:00~12:00
👨‍👩‍👧親子健康教室	3日(木) 🍷	10:00~12:00
🌿園芸教室	7日(月)	13:30~15:30
👨‍👩‍👧健康教室 (ベビー交流)	11日(金)	10:00~11:30
👨‍👩‍👧介護予防教室 (新聞棒)	29日(火) 🍷	10:00~11:30

☀️「サンキッズ」子ども食堂	12・26日(土)	≪上町屋老人憩いの家≫	9:30~12:30
----------------	-----------	-------------	------------

《10月の貸館予定》

☺️手話サークル「スマイル」	9・23日(水)	19:30~21:00
👋「手話カフェ」	30日(水)	19:00~21:00
🌸安来節保存会国府道場	10・24日(木)	13:00~16:00
👨‍👩‍👧ベビー&キッズ「るりゆるる」	24日(木)	10:00~12:00

《事業報告》



「世代間交流」第2弾を8/8に開催しました。今回のテーマは「自分の身は自分で守ろう！」と題して「鳥取消防署国府分遣所」「鳥取警察署谷駐在所」の方をお招きし、消防署の方は、主に心肺蘇生を、そのほか熱中症を発生した時の処置等講習されました。

第2部では、警察の方に交通事故や詐欺の話をしていただきました。

1部、2部とも、リアル過ぎて参加者も真剣に学び、質問等をされ、和気あいあいとした時間を過ごせました。



9/6(金)、「人権と福祉のまちづくり講座」にて、講師に、ハーラウ・オ・カ・プウ・ヴァイルア主宰柏原裕美さんをお迎えして「心のケア・体のケア」と題して、ご講演いただきました。ハワイの癒しのBGMを流しながら、気分はハワイアンノリで、後半はフラを習いました。

参加者からは「楽しい気分」、「今は、ハワイアンの気分だが、これから家に戻ると現実が待っている」などの声が寄せられました。



予告!

人権と福祉のまちづくり国府町市民集会2024

🐔桂 三若氏来鳥🐔

日時:11月24日(日)13:30~16:00

場所:国府町コミュニティーセンター(国府町庁380)

【問合せ先】鳥取市国府人権福祉センター 電話:(0857)27-4774 FAX:(0857)27-5016