



# 気高人権福祉センターだより

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 FAX:0857-82-3364

## 【 講座のご案内 】

参加費：無料

会場：気高人権福祉センター

問合せ・申込み ☎ 0857-82-3363

### 認知症予防講座

『 楽しく脳トレーニングを  
しましう!! 』

12月5日(木) 13:30~15:00

内容：認知症予防のお話  
簡単なゲームや歌のレクリエーション

講師：鎌谷 眞里子さん  
(鳥取社会福祉専門学校 専任講師)

持ち物：動きやすい服装、飲み物

※申込み 12/2(月)まで



### 自家製野菜と花づくり講座

12月10日(火) 13:30~15:00

内容：冬越し野菜の管理  
講師：西根 雄司さん(西根園芸)  
持ち物：筆記用具



※令和7年 1月の講座はお休みです。

### いきいき元気講座

12月12日(木) 13:30~15:00

内容：疲労を回復し、  
本来の健康力を取り戻す

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



※令和7年 1、2月の講座はお休みです。

## 【 12月~3月 地域食堂のご案内 】

### けたかくるりこども食堂

開催日 毎月 第1・3金曜日  
OPEN 17:00 ~ 19:00  
会場 気高人権福祉センター  
料金 こども：無料 大人：200円

### つくちゃん食堂

開催日 毎月 第2土曜日  
OPEN 10:00 ~ 13:00  
会場 老人ホームなりすな 多目的室・調理室  
料金 こども：無料 大人：200円

### 【 日程 】

12月 6日、20日  
1月 17日 ※第1金曜日はお休み  
2月 7日、21日  
3月 7日、21日



【お問い合わせ】 事務局 気高人権福祉センター  
TEL 0857-82-3363

### 【 日程 】

12月 14日  
1月 11日  
2月 8日  
3月 8日



サンタさんが  
やってくるかも!?



※ご利用の際は、事前にご予約を  
お願いいたします。



# 12月4日～10日は『人権週間』です。



## ■ はじめに

昭和23年(1948年)12月10日、国際連合第3回総会において、全ての人民と全ての国とが達成すべき共通の基準として、「世界人権宣言」が採択されました。

## ■ 世界人権宣言とは

基本的人権尊重の原則を定めたものであり、人権保障の目標や基準を初めて国際的にうたった画期的なものです。

法務省HPより抜粋

## ■ 人権週間について

法務省の人権擁護機関では、12月4日～10日を「人権週間」と定め、昭和24年(1949年)から毎年、各関係機関等と協力して、全国的に人権啓発活動を特に強化して行っています。

## ■ 最後に

今もなお、多様な人権問題が存在しています。この機会に、人権について考えてみませんか？

法務省HPより引用、抜粋

### ☆ 事業の様子 ☆

#### リラックスヨガ

10月1日、11日、30日(火、金、水)に開催



#### 不登校児童生徒、保護者へのサポートと支援

10月10日(木)に開催



#### 骨粗しょう症を予防する食事のお話

10月24日(木)に開催



## 12月 鳥取市人権福祉センター 専門相談

### ◆ カウンセラー相談

日時: 10日(火)・24日(火) 15:00～17:00 【場所】鳥取市人権交流プラザ(幸町151)  
定員: 各日とも2名(1人:60分)

### ◆ 夜間弁護士相談

日時: 19日(木) 18:30～20:30  
定員: 3名(1人:30分)

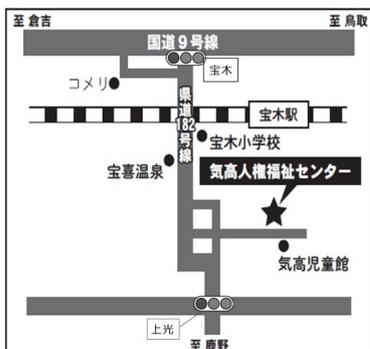
【問合せ】鳥取市中央人権福祉センター

☎ 0857-24-8241

(月～金/8:30～17:15)

予約制  
相談無料

### 『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

### 年末年始休館日のお知らせ

12/28(土) ▶ 1/5(日)

上記の期間はお休みとさせていただきます  
ご不便をおかけしますが、よろしくお願いします

### 12月 行事予定

日	時間	行事名
5日 (木)	13:30～ 15:00	認知症予防講座 「楽しく脳トレーニングをしましょう!!」
10日 (火)	13:30～ 15:00	自家製野菜と花づくり講座 ～冬越し野菜の管理～
12日 (木)	13:30～ 15:00	いきいき元気講座 ～疲労を回復し、本来の健康力を取り戻す～