



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

人権・生活相談

相談無料・秘密厳守

相談したいけど...



ひとりで悩まないで！

悩み事がある、相談したくてもできない、このようにひとりで抱え込んでしまうことはありませんか？

気高人権福祉センターでは、相談支援を行っています。職員が皆さんに寄り添い、人権に関することをはじめ、日常生活に関する様々な相談をお受けしています。

- ・安心して相談できる環境
- ・相談者一人ひとりの問題に合わせて継続的に支援
- ・ご希望に応じて、関係機関などへの同行、案内

まずは、ひとりで悩まずご相談ください。

～講座のご案内～

参加費:無料

みなさまのご参加をお待ちしております。

問合せ・申込み TEL 0857-82-3363



自家製野菜と花づくり講座

6月11日(火) 13:30~15:00

内 容: 梅雨期の栽培管理、盆用切り花等のポイント

講 師: 西根 雄司さん(西根園芸)

持ち物: 筆記用具

会 場: 気高人権福祉センター

いきいき元気講座

6月13日(木) 13:30~15:00

内 容: 指圧、マッサージでからだのメンテナンス

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

会 場: 気高人権福祉センター

フレイル予防体操教室

6月5日・12日・19日・26日(水) 13:30~15:00

内 容: 健康に暮らすための介護予防体操や脳トレ

講 師: 株式会社さんびる(健康運動指導士)

持ち物: 動きやすい服装・飲み物

会 場: 気高人権福祉センター

効 果

- ・ 体力、持久力の低下を予防
- ・ 疲れやすさを予防
- ・ 食欲低下を予防
- ・ バランス能力の低下を予防
- ・ 活動量の減少を予防



～こどもとみんなの つくちゃん食堂～

4/13(土)

プレオープンの様子



今回のメニューは
つくちゃんカレー



和気あいあいとした
雰囲気



目の前には
日本海が広がる!!

つくちゃん食堂 第3回プレオープン

開催日 R6年6月8日(土)

※要予約

限定20食

場所 青谷町長和瀬12-3
〈駐車場〉鳥取県漁業協同組合
※駐車場から徒歩3分

料金 おとな 200円
こども 無料

【お問合せ・ご予約】

気高人権福祉センター

☎ 0857-82-3363

みなさまのご参加お待ちしております!!



6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: 11日(火)・25日(火) 15:00~17:00

定員: 各日とも2名(1人:60分)

【場所】鳥取市人権交流プラザ(幸町151)

◆ 夜間弁護士相談

日時: 20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

中止のお知らせ

令和4年度から始めたリサイクル用品活用事業ですが、この度、諸事情により受け入れを中止させていただきます。
ご理解のほどよろしくお願いします。

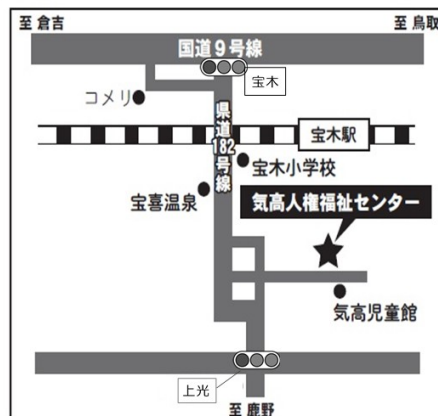


【センターだよりがご覧いただけます】

■ 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。



『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