



■相談名 内容／予約／日時／場所／問合せ先

法律・暮らし

■法テラス無料法律相談会

法律問題全般。米子市在住または在勤の方で資力が一定額以下の方が対象（1件30分）／要予約／27日（金）午後2時～4時／市役所本庁舎4階402会議室／☎法テラス鳥取（☎050-3383-5495）

■法律相談センター米子

法律問題全般（1件30分5,000円）※多重債務の相談は無料／要予約／毎週火曜日午後1時30分～4時、毎週金曜日午前10時30分～午後0時30分／米子しんまち天満屋4階／☎鳥取県弁護士会米子支部（☎23-5710）

■多重債務・法律相談会

多重債務や借金など（1件30分）／要予約／19日（木）午後1時30分～3時／西部総合事務所 新館第15会議室／☎鳥取県西部消費生活相談室（☎34-2648、FAX 34-2670）

■農地相談会

農地で日ごろ困っていることなど／【富益・崎津地区】25日（水）、【加茂・住吉地区】27日（金）いずれも午後2時～3時30分／25日：富益公民館、27日：河崎公民館／☎米子市農業委員会（☎23-5277、FAX 23-5228）

■高齢者なんでも無料電話相談

高齢者の相続、財産管理、介護など／毎週月・木曜午後1時30分～4時／☎0120-65-3948／☎高齢者支援センターとっとり（☎0857-22-3912）

■米子市消費生活相談室

買い物のトラブル、架空請求など／平日午前8時30分～午後5時／市役所本庁舎1階消費生活相談室／☎米子市消費生活相談室（☎35-6566）

■米子市子ども総合相談窓口

出産や子育ての困りごと、悩みなど／平日午前8時30分～午後5時15分／子ども総合相談窓口（ふれあいの里3階）／☎子ども相談課（☎23-5467）・健康対策課（☎23-5454）

■精神障がい者家族相談ダイヤル

ご家族の悩みに連合会の会員が相談に応じます／毎月第1・第3木曜午後1時～4時／☎090-3880-3498／☎鳥取県精神障害者家族会連合会（☎0857-21-3031、FAX 0857-21-3034）

行政

■行政相談

予約不要／4日（水）、23日（月）、9月6日（月）いずれも午後1時～4時／市役所本庁舎4階402会議室／☎生活年金課（☎23-5378、FAX 23-5391）

■行政書士無料相談会

相続、成年後見、交通事故など／要予約／14日（土）午前10時～午後2時／米子市立図書館1階対面朗読室／☎鳥取県行政書士会事務局（☎0857-24-2744）

人権・こころ

■人権擁護委員による人権相談

人権擁護委員がさまざまな人権問題の相談に応じます／予約不要／10日（火）、9月10日（金）午後1時～4時／市役所第2庁舎1階相談室／☎人権政策課（☎23-5415、FAX 37-3184）※鳥取地方法務局米子支局でも相談に応じます。（平日午前8時30分～午後5時15分）（☎0570-003-110）

■西部ひきこもり生活支援センター

ひきこもりでお悩みの方やそのご家族を支援します（相談無料）／平日午前9時～午後5時／☎西部ひきこもり生活支援センター（☎30-4192、✉tottoripeer@fuga.ocn.ne.jp）

■こころの相談会

悩んでいること、つらく、くるしいことなど／要予約／18日（水）午後2時～4時／米子市立図書館／☎ライフサポートセンターとっとり（☎0120-82-5858、FAX 0857-32-5454）

ビジネス

■起業・経営なんでも相談会

要予約／1日（日）午後1時～5時／米子市立図書館／☎米子市立図書館（☎22-2612）

■よなご若者サポートステーション

15～49歳の若者の就労・社会参加／要予約／12日（木）午後1時30分～3時30分／米子市立図書館／☎よなご若者サポートステーション（☎21-5678、FAX 21-5679）

■ビジネス情報相談会

要予約／20日（金）午後1時～3時／米子市立図書館／☎米子市立図書館（☎22-2612）

■特許無料相談

要予約／20日（金）午後1時～4時／米子市立図書館／☎米子市立図書館（☎22-2612）

がん検診を受診して早期発見を

がんを早期に発見するために、定期的ながん検診を受けましょう。

■肺がん検診(予約不要)

▶ところ ふれあいの里

▶とき

▷8月3日(火)午前9時～11時、午後1時～3時

▷8月16日(月)・9月5日(日)・16日(木)

いずれも午前9時～11時

▶対象者

胸部レントゲン検査→40歳以上の方

たんの検査→50歳以上で喫煙指数(1日本数×年数)が600以上の方(元喫煙者の方も含む)

■胃がん検診(要予約)

▶ところ/とき

淀江支所/9月8日(水)午前8時30分～11時

▶対象者 40歳以上の方

■乳がん検診(要予約)

▶ところ/とき

ふれあいの里/8月27日(金)午後1時30分～3時30分

淀江支所/9月8日(水)午前8時30分～11時

▶対象者

40歳以上の女性の方(昨年度に受診された方は除く)

■子宮がん検診(要予約)

▶ところ/とき

ふれあいの里/9月26日(日)午前9時～11時

▶対象者 20歳以上の女性の方

■予約方法

受診券を用意し、健康対策課に電話で予約してください。

※肺がん検診は予約不要です。

■持ち物

受診券 負担金

■その他

▶発熱や風邪症状等がある方、2週間以内に感染警戒地域に行かれた方は、検診をお断りする場合があります。

▶マスクを着用してください。

▶待ち時間が長くなる場合があります。

■問い合わせ

健康対策課 (☎23-5472、FAX23-5460)

みんなの健康

希望者に安定ヨウ素剤を配布

安定ヨウ素剤は、原子力災害発生時に甲状腺がんの発生リスクを低減させる効果があります。公民館や小中学校などに備蓄していますが、希望する対象者に配布します。

■対象者

次の地域にお住まいで、公民館や小学校での受け取りが困難な方

大篠津、崎津、和田、富益、彦名、夜見、河崎の各公民館区全域、住吉公民館区のうち旗ヶ崎3区南、旗ヶ崎3区北、上後藤2区、上後藤4区、安倍、中ノ海1区、中ノ海2区の自治会区域、加茂公民館区のうち加茂5区西、加茂5区中、加茂住宅、三柳団地3区、三柳団地4区、三柳北、浜河崎の自治会区域

■配布の流れ

①申込書を提出→②案内文書が届く→③説明会で安定ヨウ素剤受け取り

■申込期間 8月2日(月)～31日(火) ※消印有効

■申込書の提出方法

次のいずれかで提出してください。

窓口持参(健康対策課、防災安全課)、Eメール、FAX、郵送

※申請書は健康対策課、防災安全課にあります。米子市・鳥取県のホームページからダウンロードも可能。

■配布日(説明会)

▶とき 10月17日(日) ①午後2時～4時、②午後7時～9時(30分前から受け付け)

▶ところ ふれあいの里

※県西部総合事務所福祉保健局(米子保健所)でも配布を行っています。くわしくは、県のホームページをご確認ください。

■問い合わせ

健康対策課 (☎23-5451、FAX23-5460)

防災安全課 (☎23-5337、FAX23-5387)

風しん予防接種で赤ちゃんを守ろう

妊娠初期の妊婦さんが風しんにかかると、生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓に障がいがあることがあります。対象の方は無料なので、家族に感染させないため接種しましょう。



■対象者

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

■接種期限 令和4年3月31日(木)

■接種の流れ

▶昨年3月に無料クーポン券と案内文を郵送しています。案内文に沿って予約してください。

▶抗体検査の後に予防接種を受けてください。

※すでに抗体検査、予防接種を受けた方は対象外です。

※無料クーポン券が見当たらない場合は再発行します。

■問い合わせ

健康対策課 (☎23-5451、FAX23-5460)

ふしめ歯科検診で歯周病を防ごう！

成人すると歯科検診を受ける機会が少なくなります。いつまでも健康な状態で食事や会話が楽しめるように、歯科検診をご活用ください。

■対象者

今年度中に40、50、60、70歳になる方

■と き 12月末まで

※受診券が必要です。希望される方は健康対策課までご連絡ください。受診券を郵送します。

■ところ 希望の歯科医院(鳥取県西部歯科医師会)

■費用

▶市民税課税世帯の方(70歳の方を除く):500円

▶70歳または市民税非課税世帯の方:200円

▶生活保護世帯の方:無料

※受診後に治療する場合は有料。医師から十分な説明を受けてください。

■問い合わせ

健康対策課 (☎23-5472、FAX23-5460)

健康長寿の秘けつはフレイル予防

フレイル予防は、健康寿命の延伸につながります。栄養・運動・社会参加の3つのポイントを意識し、予防に取り組みましょう。

■フレイルとは？

フレイル=健康から要介護へ移行する中間の段階

フレイルになると、何らかの病気にかかりやすくなったり、病気などからの回復が遅くなったりします。

■フレイルチェック

3つ以上当てはまると、フレイルの可能性がります。

歩くのが遅くなった

外出が減った

疲れやすい

握力が低下した

半年で2～3kg以上体重が減った

※早く気づけば改善できます。各公民館で月に一度、健康相談を行っていますので、ぜひお立ち寄りください。

■問い合わせ

健康対策課 (☎23-5458、FAX23-5460)

不妊治療にかかった費用を助成

不妊治療を受けておられるご夫婦の経済的負担を軽減するため、治療費の一部を助成しています。

■対象者

①、②両方に該当する方

①夫婦のいずれかが米子市に住所があり、1年以上住んでいる方

②鳥取県人工授精助成金の交付決定を受けた方

■助成の範囲

▶特定不妊治療

採卵を伴う治療の場合:初回のみ上限5万円

採卵を伴わない治療または採卵したが卵が得られず中止:上限2万5千円

▶人工授精

かかった費用に10分の2を乗じた額(上限5万円)

▶不育症

新たに不育症の検査と治療費の一部についても助成対象となりました。くわしくはお問い合わせください。

■問い合わせ

健康対策課 (☎23-5468、FAX23-5460)