

multilingual translation >
音声読み上げ・多言語翻訳は
「カタログポケット」で



みず・まち・自然 エンジョイ！米子

広報 よなご

7

2023
July
No.220



特集

錦海ボートコースの魅力

錦海ボートコースの魅力



錦海ボートコースの特長の1つは、艇庫と栈橋の近さ

錦海ボートコースは、中海の豊かな自然に恵まれた漕艇場です。

米子では古くから漕艇(ローイング)が盛んで、120年以上の歴史があり、錦海が米子の漕艇文化を育んできました。近年ではオリンピック3大会連続出場をめざす富田千愛選手を輩出するなど、ますます注目が高まっています。今回は、錦海ボートコースで練習を積み、米子から世界をめざす選手たちに取材し、その魅力を聞きました！

学生のころから錦海ボートコースでローイングをしてきた米子ローイング協会の理事長・杉村さんに聞きました。

錦海での漕艇は、明治33年に米子中学(現米子東高)が設立した端艇部の活動が始まりです。その後、昭和28年に米子工業高、米子南高、令和2年には米子西高でも活動が始まりました。

錦海ボートコースでは、昭和60年に国体、昭和から平成にかけ3度行われたインターハイなど、全国大会が幾度となく開催され、その都度艇庫や栈橋が整備され、現在の形になりました。

私が感じる錦海ボートコースの魅力は、まちの中心部から近く、学校からも自転車で来ることのできるアクセスの良さです。また、湊山公園に隣接しているので、コースを眺めながら散歩する人も多く、皆さんに

まちの中心部から近く、アクセスしやすい！

身近にローイング競技を見てもらえるのも良いところ。公園沿岸の階段状になった親水護岸が観覧席にもなり、レースを間近で見ることができません。

来年には、「ねんりんピックローイング競技」が錦海で開催されます。協会では、パラローイングの体験会なども実施しており、より皆さんから親しまれる競技にしていきたいと思えます。

NPO法人
米子ローイング協会 理事長
杉村正男さん



ジュニア選手に
聞きました

錦海ボートコースの ここが良い！



米子南高等学校
1年生
いしくら りこ
石倉 莉子さん

令和4年度 全日本中学選手権競漕大会
ダブルスカル 2位

栈橋が整備されていて、他と比べるとしっかりしているところが良いです。富田選手のような、世界で活躍するアスリートになりたいです。



米子工業高等学校
3年生
ささき しずき
佐々木 静基さん

令和5年度 U19 日本代表チーム
選考レース 3位

コースが広いので、ずっと漕いでいられるのが良いです。同じ鳥取ジュニアアスリート出身の古田選手のように世界で活躍したいです。



米子東高等学校
1年生
はしもと りひと
橋本 理史さん

令和3年度 全日本中学選手権競漕大会
シングルスカル 優勝

中海は広く、直線の距離を長く取ることができ、折り返しの多いコースよりも練習がしやすいです。インターハイで優勝したいです。



米子西高等学校
3年生
はたの ゆうき
波多野 優輝さん

令和5年度 鳥取県高校総体
シングルスカル 優勝

夕日で湖一面がオレンジ色に輝く中进行中、練習がつかなくても、癒されて元気が出ます！今年の国体とインターハイで優勝するのが目標です。

来年の「ねんりんピック」のローイング競技の舞台にもなる錦海ボートコース。たくさんの選手から愛され、魅力は高まり続けます！



とみた ちあき
富田 千愛 選手 (東京大学 RSL 所属)

今年5月、東京の海の森水上競技場で行われた全日本ローイング選手権大会女子シングルスカルで優勝。来年のパリ五輪出場をめざし、現在海外遠征中！
(写真は富田選手公式 Instagram より)



2年前にパラローイングを始め、昨年チエコで開催された世界ローイング選手権に日本代表として出場した森選手に聞きました。

ボート体験会に参加して、水上を切る感覚に魅了されました。もともと砲丸投げをしていましたが、肩のケガで競技を続けることが難しくなり、ローイングに転向しました。錦海ボートコースでは自分が初のパラローイング選手になります。錦海は、艇庫から栈橋までの近さが魅力です。他のコースでは、長い距離や坂道を、重い艇を担いで運ばないといけないところが多いです。しかし、錦海はその距離が近く、車いすでも

艇庫から栈橋が近い！

気軽にローイングを始められることができました。今年の3月にはパラローイング日本代表の強化合宿も錦海で実施されるなど、パラローイングの練習環境として今後さらなる可能性を秘めていると思います。練習は苦しいときもありますが、大山の眺めに心癒されたり、丸京製菓さんの工場から漂うおいしそうな匂いに気持ち奮い立たせたりしながら練習しています。パリパラリンピックめざしてがんばります。

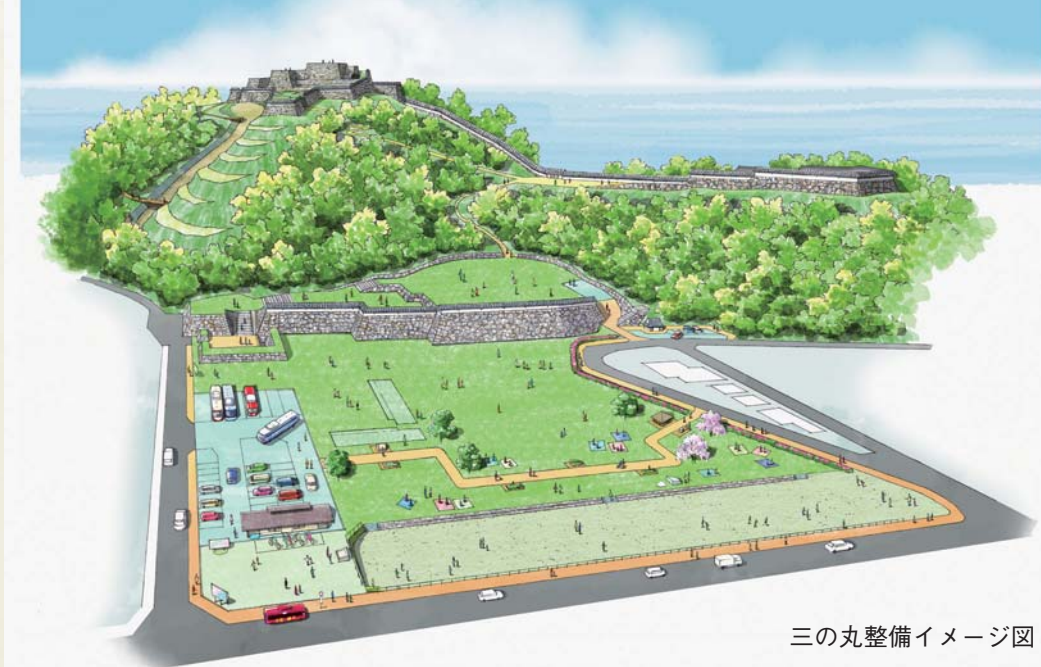
パラローイング用のボートに乗り込む森選手



パラローイング選手(養和会)
令和5年度パラローイング
日本強化指定選手
森卓也さん



史跡・米子城跡の整備を進めています



三の丸整備イメージ図

トイレを三の丸駐車場に新設します

ガイダンス施設も兼ね、よりわかりやすく

三の丸駐車場の一角に、ガイダンス施設を兼ねたトイレを新設します。設置場所は、城の警備のための「番所」があった近くで、当時の番所の意匠を意識し、米子城跡の景観を損なわないようにします。また、米子城跡の全体像がわかるような展示に加えて、休憩スペースやコインロッカーも設置し、訪れる方がより快適に、米子城跡を散策できるような整備をめざします。



登城路を整備します

より安全に・より登りやすく

米子城跡の石段（登城路）は、昭和50年代の整備を最後に40年以上が経過し、劣化が進んでおり、石段が欠けているところや土が流出しているところがあります。また、段差が高くて登りにくいという意見もありました。そのため、通行の多いルートでの整備を行うこととし、現在、湊山公園の駐車場側から登るルートの工事を行っています。工法は、遺構を保護するため、盛土でカバーした上に、劣化を防ぐためのコンクリート造りを採用しています。実際に歩いてみると、以前と比べて登りやすくなっており、手すりを付けることで安全性も高まっています。



樹木の伐採を実施しています

遺構を保護し、景観を確保

米子城跡の樹木伐採は、次の3つの目的で行っています。

①遺構の保護 ②来訪者の安全確保 ③眺望や景観の確保

米子城跡の樹木は、昭和50年ごろを最後に伐採などが行われていませんでした。しかし、雪の重みで倒れた木が遺構を壊し、斜面の崩壊を引き起こしたことを受け、平成29年から年次的に樹木の伐採を再開しています。伐採にあたっては、植物や文化財の専門家に助言をいただきながら、それを基に作成した計画を「米子城跡整備検討委員会」で協議し、文化庁の承認も得たうえで進めています。なお、令和4年度に伐採した樹木は、周囲の景観に配慮するため適切な処分を検討しています。今後も史跡の適切な保存・活用のため、必要な伐採を行っていきます。

今後の方針にご理解いただきますようお願いいたします



米子市長 伊木 隆司

史跡・米子城跡の今後の整備方針について、米子市長が説明します。
閩文化振興課（☎23-5437）

がいなロード 7月29日(土) 午前10時30分 開通!

米子駅の南北をつなぐ、がいなロード(米子駅南北自由通路)が7月29日に開通します。当日は、午前10時30分から通行できます。

◆がいなロードって?

米子駅の南側と北側をつなぐ自由通路です。これにより、交通結節点としての機能強化による交通の円滑化や、駅南地区の利便性の向上が図られます。まちの玄関口である米子駅を起点に、歩いて楽しいまちづくりを進めます。

◆がいなロードの通行について

▶通路部分は24時間通行可能!

駅やシャミネ米子の営業終了後も、通路は24時間通行できます。

▶自転車は降りて通行

自転車からは降りて、押して歩いて通行してください。階段には自転車用のスロープがありませんので、エレベーターを利用してください。



がいなロードの幅員は6メートルで、自転車を押して歩いてもゆとりがあります。また、自転車や車いすでも利用しやすいよう駅の南北には大型のエレベーターを備えています。

開通記念イベント

開通日当日は、記念イベントを実施します!

▶駅北側 地ビールフェスタ

▶駅南側

はたらく車展示、ミニサンライズ乗車体験、鉄道おもちゃあみだくじ、クイズラリーなど



◆サンドたちが登場します!

とっとりふるさと大使のポケモン「サンド」と「アローラサンド」が、がいなロードに登場します!

※イベントの時間など、くわしくはホームページなどでお知らせします。



©Pokemon. ©Nintendo / Creatures Inc. / GAME FREAK inc.

だんだんバスが無料運行!

当日はだんだんバスが無料運行します。また、駅周辺が大変混み合いますので、公共交通機関の利用にご協力ください。

駅南広場もオープン!

このたび整備される駅南側の広場「駅南広場」には、駐車場や駐輪場、タクシーの待機場・乗降場などが備わります。駅南駐車場・駐輪場は24時間利用できます。



◆利用開始日

▶駅南ロータリー・駐輪場

7月29日 午前10時30分

▶駅南駐車場 7月30日

※駅南駐車場・駐輪場について、くわしくは市ホームページをご確認ください。



オレンジ色に光り輝く石垣をご堪能あれ!

Yonago マチノヒカリ☆ Summer 2023

真夏の米子の夜を彩る「Yonago マチノヒカリ☆ 2023 Summer」を今年も開催します。米子城、コンベンションセンター、文化ホール、公会堂などライトアップされた市街地を、夕涼みしながらお楽しみください。

▶ライトアップ期間 7月22日(土)～8月23日(水) 日没～午後10時(場所によって実施日が異なります。)
7月22日(土)に元町通り商店街～法勝寺通り商店街土曜夜市、8月23日(水)に加茂川まつりが開催されます。

■米子城ライトアップ 2023 ～夏の陣～

恒例のライトアップを今年も行います。オレンジ色に輝く石垣をまちなかのさまざまな場所からご覧いただけます。

▶がいなロード開通記念特別ライトアップ

7月28日(金)～30日(日) 日没～午後10時

▶ライトアップ期間

8月7日(月)～23日(水) 日没～午後10時



岡文化振興課 (☎ 23-5437 FAX 23-5414)

■米子城天守之大掃除 (除草作業)

ライトアップ前に行う天守周りの除草活動です。皆様のご参加をお待ちしています。

▶と き 7月28日(金) 午後3時

事前申込不要

※午後2時50分までに二の丸庭球場横駐車場に集合。自家用車、自転車であられた方は三の丸駐車場をご利用ください。

※小雨決行。荒天中止。

▶持ち物

軍手、草刈機や草刈鎌、飲み物

※軽作業ができる服装でお越しください。

▶当日連絡先

☎ 090-8716-0660

くわしくは市ホームページ「もっと知りたい!米子城」ページをご覧ください。



この夏は皆生温泉海遊ビーチで決まり!

皆生温泉海遊ビーチ 7月8日海開き!

今年も皆生温泉海遊ビーチが海開きします。海浜施設「BEACH RESORT KAIKE」も開設します! 楽しいアクティビティが盛りだくさんです。くわしくは米子市観光協会ホームページで!

岡米子市観光協会海浜事務所(7月8日～8月27日) (☎ 090-5691-6396) ※期間外 (☎ 37-2311)



BEACH RESORT KAIKE

7月8日(土)～8月27日(日)

有料休憩スペース/海上アスレチック「海皆-KAI・KAI-」/シーカヤック/サップ/ビーチスポーツ/バナナボート/浮き輪などレンタル

充実の飲食メニュー! 8月は皆生温泉ミニ打ち上げ花火も実施!

人にやさしい

「ユニバーサルビーチ」

障がいのあるなしに関わらず、レジャーを楽しむことができます。

7月8日(土)～8月27日(日)

期間中の土日のみ 午前10時～午後4時

ヒッポキャンプ(水陸両用アウトドア車いす) 無料貸出、子ども用ライフジャケット 無料貸出、アクセスマット設置



Check!

あなたのフレイル度をチェック！

自立して生活できる期間である「健康寿命」を延ばして元気に過ごすため、米子市では「健康」と「要介護状態」の中間の段階である「フレイル」を予防する取り組みを進めています。まずはフレイル度チェックでご自身の状態を確認しましょう。その結果に応じたフレイル予防プランをご提案します。圃フレイル対策推進課（☎ 23-5458 FAX 23-5460）

フレイル度チェックの案内が届きます

米子市にお住まいの65歳以上の方を対象に、7月に「フレイル度チェック」の案内状を郵送します。フレイル度チェックは25問の質問です。ぜひ、ご自身の健康づくりにお役立てください。

■フレイル度チェックの案内が届く方

今年度末に満65歳以上の方で、要支援・要介護認定のない方（案内発送時点）

■3通りのチェック方法から選んでチェック

- ▶チェック受付事業所に出かけてチェック
- ▶スマートフォンアプリをダウンロードしてチェック
- ▶同封しているチェック用紙に記入して米子市に返送（後日結果通知が届きます。）

■チェック結果に応じて予防プランをご提案

- ▶健康と判定された方
フレイル予防の取り組みに活用できる優待チケットをプレゼント
 - ▶フレイルまたはプレフレイルと判定された方
短期集中で参加できる教室をご案内
- ※プレフレイルは、フレイルの一手手前の状態のことです。

なぜチェックが必要？

こんなふうに考えていませんか？

▶まだ若いから大丈夫…

昨年度実施した米子市在住の65歳以上の方への調査では、3人に1人がフレイル状態という結果でした。気づかないうちにフレイル状態になっている可能性は、どなたにもあります。

▶いつも運動しているから大丈夫…

フレイルには、身体（運動、口腔、栄養）、心、社会とのつながりの3つの側面があります。普段から気をつけている方も改めて、健康状態を確認する必要があります。

▶昨年、チェックしたから大丈夫…

フレイル度は心がけや生活状況によって変わるものです。健康診断や人間ドックのように定期的に状態を確認し、元気なうちから気をつけておくことが、健康寿命延伸への近道です。

ぜひ、皆さんチェックしてください！

「ふらっと運動体験」に参加しよう！

予約なしでフレイル予防の体操ができます。日常の運動習慣のきっかけ作りとして、参加してみませんか。

- ◆対象 米子市在住の65歳以上の方
※要支援・要介護認定のある方を除く
- ◆持ち物 飲み物（水分補給用）、汗拭きタオル、上履き
※淀江ゆめ温泉会場では上履きは不要
- ◆費用 1回 150円
- ◆会場ごとの開催日（7・8月）※申込不要
 - ▷chukaiコムコムスクエア（定員40人）
金曜日 午前10時30分～正午
※7月28日、8月11日を除く
 - ▷弓浜地域老人福祉センター（定員40人）
月曜日 午前10時30分～正午
※7月17日、7月31日、8月28日を除く
 - ▷淀江ゆめ温泉（定員30人）
木曜日 午後2時～3時30分
※7月27日、8月17日、8月31日を除く
 - ▷米子サン・アビリティーズ（定員40人）
火曜日 午後1時30分～3時
※7月18日、8月15日、8月22日を除く

フレイル予防
するなら今でしょ！

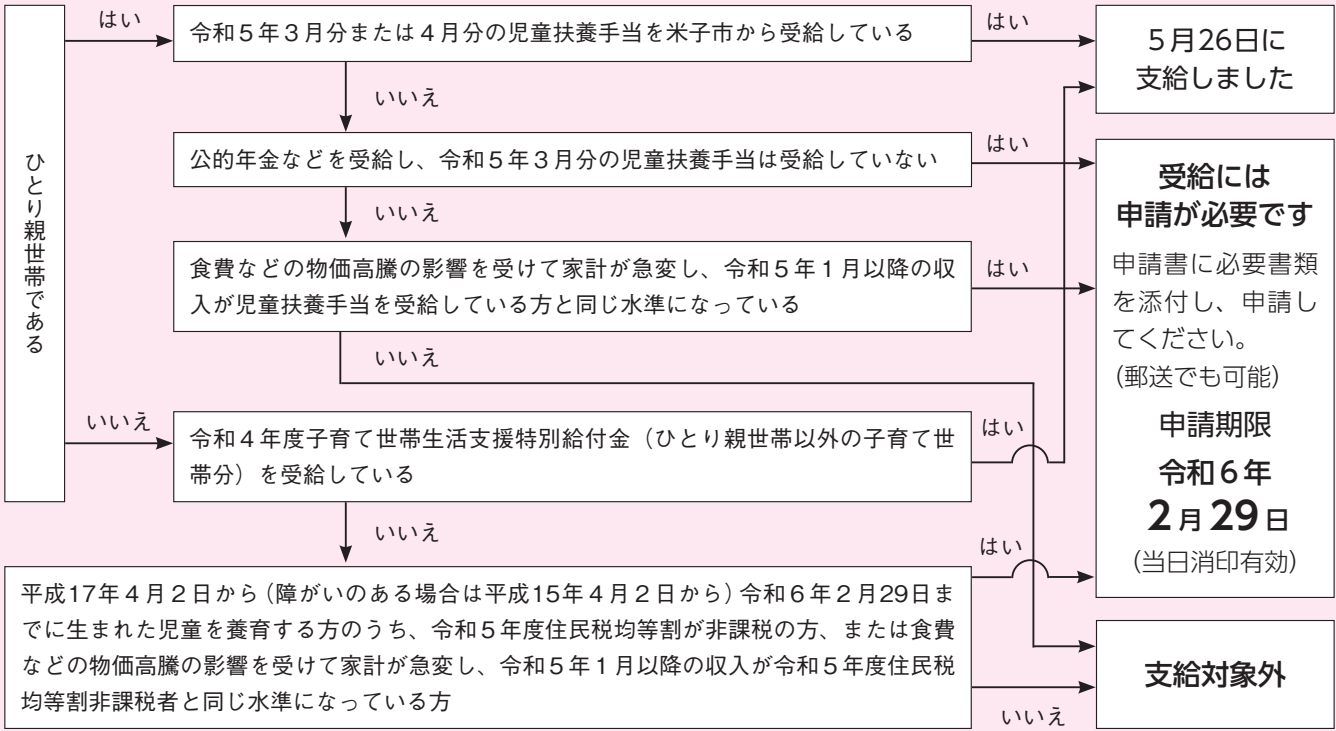




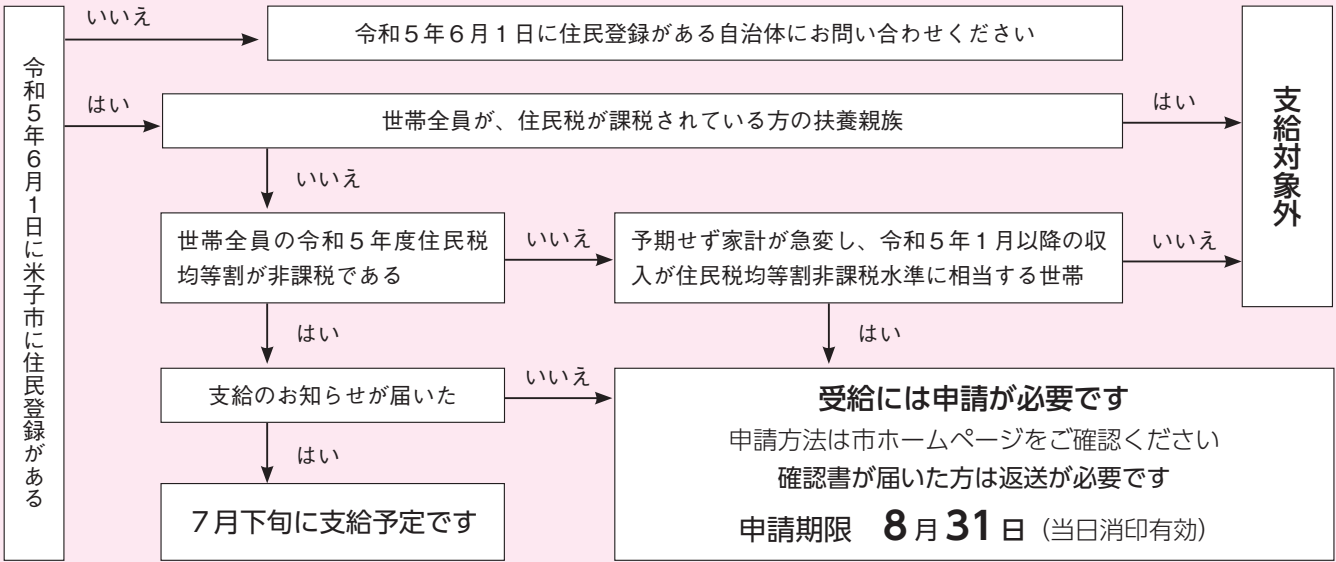
給付金のご案内

受給には申請が必要な場合がありますので、ご確認ください。
圖給付金窓口(ふれあいの里4階) (☎090-9624-7732、090-9624-7734、090-3661-3529、090-3661-3618)

子育て世帯への生活支援特別給付金 食費などの物価高騰により、家計への負担が大きいひとり親世帯や低所得の子育て世帯に対し、給付金を支給します。(順次支給中)	給付額 対象児童数× 5万円
---	------------------------------------



電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金 電力・ガス・食料品などの価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯に対し、給付金を支給します。	給付額 1世帯あたり 3万円
--	------------------------------------





ヒューマンライツ

～みんながしあわせな社会をめざして～

人権（ヒューマンライツ）について考えます

「同和問題（部落差別）は 解消に向けて進んでいるか」

問 人権政策課（☎ 23-5415 FAX 37-3184）

「人の世に熱あれ、人間（じんかん）に光あれ」これは、我が国で最初の人権宣言と言われる「全国水平社宣言」の最後の一節です。この宣言には、不当な差別、いわゆる部落差別を受けてきた人々の痛切な思いがつつられているだけでなく、すべての人がどのような差別も受けることなく、人間らしく暮らすことができる社会の実現への願いがこめられています。

同和問題とは、同和地区（被差別部落）と呼ばれる地域の出身者であることや、そこに住んでいることなどを理由に、個人の能力や人柄とは無関係に、就職で不利な扱いを受けたり、結婚を反対されたりするなど、日常生活の上でさまざまな差別を受けることがある我が国固有の人権問題です。この宣言から、昨年で100年が経過しましたが、問題は解消へ進んでいるのでしょうか。

近年ではインターネット上での差別的な書き込みの拡散なども新たな問題となっていますが、これらは決して許されるものではありません。7月10日～8月9日は鳥取県の部落解放月間です。一人ひとりがこの「水平社宣言」に込められた願いを感じ取り、さまざまな人権問題を自分のこととして捉え、正しい理解を深めることで、すべての人の人権が尊重される社会をみんなで実現しましょう。

社会を明るくする運動

7月は“社会を明るくする運動”～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～の強調月間です。この運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、安全で安心な明るい地域社会を築こうとする全国的な運動で、今年で73回目を迎えます。

■犯罪や非行のない地域社会に向けて

罪を犯した人が更生に向けて、居住・就労環境を整え、地域社会の一員として暮らすには、本人の努力だけでなく、家族・職場・地域住民など地域のすべての人の理解と協力が大切です。犯罪や非行のない安心・安全な地域社会づくりに向けて、「何ができるか」を一人ひとりが考えてみませんか。



問 人権政策課（☎ 37-3183 FAX 37-3184）

税に関する高校生の作文募集

国税庁では、税に関する高校生の作文を募集しています。

■テーマ 税の意義と役割について考えたこと

税の意義やその役割について、自分で考えたことや体験を通じて考えたこと、問題意識などを自らの言葉で表現したもの（未発表作品）

■文字数 800字以上 1,200字以内

■応募資格 高校生・中等教育学校生（後期課程）

■応募点数 1人1点

■応募締切 9月6日（水）必着

■提出先 米子税務署（米子市東町124番16号）

■表彰 優秀作品には賞状と記念品を贈呈

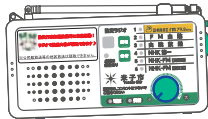
問 米子税務署（☎ 32-4121）

—すべての拉致被害者の一刻も早い帰国実現をめざして— <県民メッセージ抜粋>

我が娘が拉致されたらと思うと、とても心が痛みます。一刻も早く再会を果たされ、抱き合い、喜びあえる日が来ることを祈ってやみません。

防災ラジオで災害情報を聞き逃さない！

防災行政無線を聞くことができる「防災ラジオ」をご家庭や企業などに有料で配布します。



■防災ラジオの3つのポイント

- ①自動起動機能 自動で電源が入り、放送が流れます。
※公民館の地区放送や自治会の放送は流れません。
- ②ライト点灯機能 停電時に非常灯として利用可能。
- ③録音機能 緊急放送などを自動録音します。

■申し込める方

市内にお住まいの方、市内の事業所・自治会

■費用 1台 2,000円

- ※1世帯1台まで(事業所・自治会は複数可)
- ※生活保護または非課税世帯のうち、視覚障がい(1・2級)の方がいる世帯は無料。通常の手続きと異なりますのでお問い合わせのうえ、お申し込みください。

■申込方法

- ▶一般家庭 申請書の郵送、Web 申込み
- ▶事業所・自治体 Web 申込み

Web
申込み



☎ 防災安全課

(☎ 23-5337 FAX 23-5387)

コミュニティ・スクール推進研修会

子どもたちを取り巻く環境や学校が直面する課題が年々複雑化・多様化しています。そんな中、コミュニティ・スクールは学校、保護者、地域が一体となって課題を解決しながら、子どもたちを育てていこうとする取り組みです。こうした取り組みを実りあるものにするためには、保護者や地域のみなさんのご理解とご協力が欠かせません。本研修会では、こうした理念のもと、「学校・家庭・地域すべての力で子どもを育てる」ということについて考えていきます。ぜひ、ご参加ください。

※米子市ではすでに、淀江・尚徳・東山・弓ヶ浜中学校区でコミュニティ・スクールを導入し、現在、すべての中学校区で導入にむけて準備を進めています。

米子市版コミュニティ・スクール推進研修会 ～これからのコミュニティ・スクール～

- ▶と き 7月29日(土) 午後2時～4時
- ▶ところ 米子市文化ホール メインホール
- ▶講師 文部科学省 CSマイスター 竹原 和泉さん
- ▶参加費 無料

※参加方法などは市ホームページをご確認ください。

☎ 生涯学習課 (☎ 23-5442 FAX 23-5568)

#No! 自画撮り

7月は青少年の非行・被害防止全国強調月間です

■青少年の健全な育成は、大人の責務

青少年がSNSやコミュニティサイトを通じて事件に巻き込まれたり、他人を傷つけたりする事案が後を絶ちません。

青少年が、自分の裸の画像を他者に送ってしまい被害を受ける事件が発生していることに鑑み、「鳥取県青少年健全育成条例」では、「児童ポルノ等の提供の求めの禁止」や「それに違反した者に対する罰則の適用」を定めています。私たち一人ひとりが、それぞれの役割を果たし、家庭・地域・学校などが一体となって、非行や犯罪被害から青少年を守りましょう。

■保護者の皆さんへ

子どもが正しくSNSを利用しているか、インターネットによる不適切な商品の購入がないか、など確認し見守りましょう。

■子どもも注意

- ▶加害者にならないために、友達や知り合いに下着姿や裸体などの画像を求めてはいけません。
- ▶自分の画像を求められても、きっぱりと断り、保護者・先生・行政・警察に相談しましょう。

☎ こども政策課・青少年育成米子市民会議事務局 (☎ 23-5439)
少年育成センター (☎ 35-0852)



学校給食 いきいき こめっこレシピ

No.61 トマトスープ



材料（4人分）

豚もも薄切り…40g	コンソメ…5g（固形1個）
トマト…80g	トマトケチャップ…大さじ1
じゃがいも…80g	三温糖…小さじ1
たまねぎ…70g	しょうゆ…小さじ2/3
にんじん…40g	食塩…少々
ズッキーニ…40g	こしょう…少々
パセリ…3g	サラダ油…適量
にんにく…3g	水…1カップ（200cc）

作り方（所要時間約15分）

- ① 豚肉は2cm、じゃがいもは1cmのいちょう切り、たまねぎは1cmの角切り、にんじんは3mmのいちょう切り、ズッキーニは3mmのいちょう切り、にんにくはみじん切りにする。トマトは湯むきし、1cmの角切りにする。パセリはみじん切りにし、水にさらした後、水気を切る。
- ② 鍋にサラダ油をひき、にんにくを入れ、香りが出てきたら豚肉を入れて炒める。
- ③ にんじん、じゃがいも、たまねぎ、ズッキーニを入れて少し火が通ったら、トマトと三温糖を入れて炒め煮する。
- ④ 水とコンソメ、トマトケチャップを入れて、トマトの酸味が飛ぶまでじっくり煮る。
- ⑤ しょうゆ、食塩、こしょうを入れて、パセリを散らす。

今月のひとくち食育

暑くて食欲がないときは、旬の野菜がたっぷり入ったスープがおすすめ！ビタミン・ミネラルだけでなく、塩分、水分も補給できます。栄養たっぷりのスープを汁ごと食べて、暑い夏を乗り切りましょう。

圃学校給食課（☎ 33-4751 FAX 33-4757）

米子市営住宅入居者募集

■所在地、規格、家賃など

住宅名（所在地）	部屋番号	間取り	家賃月額
安倍彦名住宅 （彦名町）	63R1-404 世帯向住宅	3DK	18,000円 ～35,300円
錦海町住宅 （錦海町）	5R1-304 世帯向住宅	3DK	22,100円 ～43,500円
陰田町住宅 （陰田町）	204 子育て世帯優先	3LDK	25,600円 ～50,300円

■受付期間 7月3日（月）～7日（金）

■受付場所 住宅政策課（市役所本庁舎2階）
淀江支所地域生活課（淀江支所1階）

■必要書類

マイナンバーを確認できるもの、本人確認書類
※申込理由により添付書類が必要な場合があります。

■入居可能予定日 8月1日（火）

※入居手続きには、保証能力のある連帯保証人1人と敷金として家賃3か月分が必要です。

圃住宅政策課（☎ 23-5263 FAX 23-5396）

段ボール堆肥作りに挑戦！

生ごみは有機質に富む良質な堆肥として再利用でき、可燃ごみの量を減らすことにもつながります。生ごみの堆肥化には、手軽な「段ボール堆肥」がお勧めです。



■段ボール堆肥作りに挑戦しよう


段ボール箱を使った生ごみ堆肥（段ボール堆肥）作りは、段ボール箱にピートモスやもみ殻くん炭などで微生物のすみかを作り、自然界と同じようなしくみで生ごみを分解し、堆肥化しようというものです。

■段ボール堆肥作り入門セットをプレゼント

段ボール箱とピートモス、もみ殻くん炭のセットをグリーン推進課（グリーンセンター内）で7月26日（水）から無料プレゼントします。

※1世帯1セット。先着100セット。

圃グリーン推進課（☎ 23-5259 FAX 30-0271）



サマージャンボ7億円
（1等5億円・前後賞各1億円合わせて）

サマージャンボミニ3,000万円
（1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて）

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

7月4日②2種類同時発売! 発売期間 7/4②～8/4②
抽せん日 8/18②

公益財団法人鳥取県市町村振興協会 各1枚 300円

住宅用火災警報器で

助かる命があります！

住宅用火災警報器は、住宅火災をいち早く発見し、知らせることでご家族の命を守る機器です。日ごろから、住宅用火災警報器の点検・維持管理を心がけましょう！

●10年を目安に交換を

設置義務化から10年が経過しました。電子部品の劣化や電池切れなどがある場合があるため、10年を目安に本体を交換しましょう。

●点検方法 ボタンを押す、または引きひもを引いて作動確認してください。

岡鳥取県西部広域行政管理組合
消防局（☎35-1954、FAX35-1961）

水難事故を防ぎましょう！

海や川で水遊びをする場合は、次のことに注意しましょう。

◇遊泳は必ず海水浴場で。離岸流に注意しましょう。

◇天候が悪いとき、体調が悪いとき、飲酒したときは遊泳しない。

津波フラッグは避難の合図！

津波警報などは、テレビやラジオ、携帯電話、サイレン、鐘など、さまざまな手段で伝達されますが、令和2年6月から海水浴場などで「津波フラッグ」による視覚的伝達が行われています。「津波フラッグ」を用いることで、聴覚に障害をお持ちの方や、波音や風で音が聞き取りにくい遊泳中の方にも津波警報などの発表をお知らせできます。海水浴場や海岸付近で津波フラッグを見かけたら、速やかに避難を開始してください。

●いつ使われる？

津波警報など（大津波警報・津波警報・津波注意報）の発表時

●どこで使われる？

海水浴場など

●見かけたら？

高いところに逃げて！すぐに海から離れ、高台や津波避難タワーなどへ避難を



公益財団法人 日本ライフセービング協会提供

岡米子市水難防止協議会事務局（☎23-5339）

毎月勤労統計調査の

特別調査が実施されます

毎月勤労統計調査は、賃金や労働時間の変動を明らかにするためのものです。対象の事業所は、調査にご協力ください。

●対象 常用労働者を1〜4人雇用している市内の抽出された小規模事業所

●調査期日 7月31日(月)

●調査方法 調査員が直接訪問し調査票を配布

岡鳥取県令和新時代創造本部統計課（☎0857-26-7107）

ペットを飼うときの ルールとマナーを守りましょう

●犬を飼うとき

散歩中に犬がフンをしたときは、飼い主が持ち帰って始末しましょう。適度に運動させるなどして無駄吠えをさせないようにしましょう。また、狂犬病予防注射は必ず毎年接種してください。

▶犬の飼い方に関するリーフレット

犬を飼うときのルールやマナーをまとめたリーフレットを作成しました。環境政策課窓口や市役所本庁舎総合案内で配布しています。



リーフレット表紙イラスト
米子高等学校 佐々木詩音さん

●猫を飼うとき

猫は室内で飼うように努めましょう。飼い猫を交通事故や伝染病などの危険から守ることにつながります。

●のら猫への無責任な餌やりはやめましょう
むやみにのら猫に餌を与えると、のら猫の数を増やし、周囲にふん尿などの被害を与える原因となります。

☎ 環境政策課 (☎ 23-5257)

米子市ホームページ バナー広告募集中！

バナー広告は米子市ホームページの全ページに表示されます！

■掲載料（1枠あたり）

月額 11,000 円（税込み）

☎ 秘書広報課

(☎ 23-5372)



マイナポイントの申し込み
はお早めに！

● 2月末までにマイナンバーカードを申請された方へ

マイナポイントの申込期限は9月末です（ただし、決済サービスによって期限が異なります）。9月はカードの受取窓口の混雑が予想されます。確実にポイントを受け取るためにも、交付通知書が届いたら、早めにお受け取りください。

● 予約によるカード交付窓口
事前に予約すると、待たずにカー

ドを受け取ることができます。
▼ 予約電話 (☎ 21-7765)
☎ マイナンバーカード特設ブース (☎ 21-8574)

所得により児童手当等が 支給対象外となった方へ

◇ 所得が所得上限限度額を超過したことで児童手当（特例給付）が支給されなくなった方で、その後所得上限限度額を下回った場合は、改めて申請が必要です。
◇ 申請がない場合は、児童手当等の支給が受けられませんので、ご

注意ください。
◇ 公務員の方は、職場での手続きが必要ですよ。

FAX 23-5137 (☎ 23-5135、

扶養親族等の数	所得額 (万円)	収入額の目安 (万円)
0人	858.0	1071.0
1人	896.0	1124.0
2人	934.0	1162.0
3人	972.0	1200.0
4人	1010.0	1238.0
5人	1048.0	1276.0

以下、扶養親族等の数が1人増えるごとに38万円を加算した額



募集

彦名干拓地の売渡・貸付

米子市彦名干拓地(畑・27区画)の売渡、貸付を行います。

●標準区画 約30アール

●申込期間 7月4日(火)～13日(木)

●引渡時期 令和6年4月(予定)

※価格や諸費用についてはお問い合わせください。

岡鳥取県西部総合事務所農林業振興課(☎31-9651、FAX34-1083)

米子市児童文化センター

運営委員会委員

米子市児童文化センターの事業に関する基本計画を協議していただく「米子市児童文化センター運営委員会」の委員を募集します。

●募集人数 2人

●応募資格 令和5年4月1日現在、満18歳以上で、市内にお住まいか、通勤・通学している人

●任期 令和5年9月1日から令和7年8月31日まで

●会議 2時間程度の会議を年2回程度開催

●応募方法 「委員に応募する理由」と「米子市児童文化センターの今後のあり方」について400～800字程度にまとめ、所定の応募用紙を同封のうえ、こども施設課(ふれあいの里1階)へ郵送または持参。応募用紙はこども施設課窓口または、市ホームページからダウンロード。

●応募期限 7月31日(月)(必着)
☎こども施設課(☎23-5441)

米子市交通バリアフリー推進協議会委員

このたび、米子市交通バリアフリー基本構想を改定し、バリアフリー推進施策についてご意見をいただくため、委員を募集します。

●募集人数 3人以内

●応募資格 令和5年9月1日現在、満18歳以上で、市内にお住まいか、通勤・通学している人

●任期 令和5年9月1日から令和7年8月31日まで

●会議 3時間程度の会議を年3回程度開催

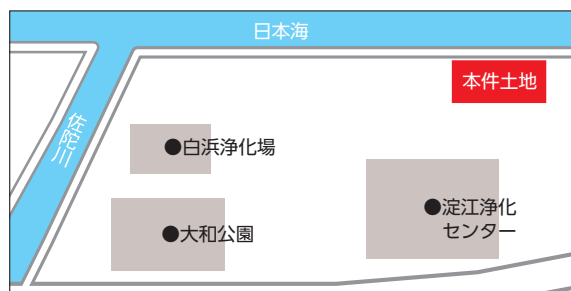
●応募方法 委員に応募する理由または動機を400～800字程度にまとめ、住所、氏名、生年月日、電話番号を記入のうえ、交通政策課(本庁舎4階)に直接お持

市有地を売り払います

一般競争入札により市有地を売り払います。

●売払物件(土地)

- ▶住所 淀江町小波字西灘浜 1312番1
- ▶面積 1,428.92㎡(地目:山林)
- ▶最低売却価格 2,140,000円



●現地説明会の日時(要事前申し込み)

- 7月20日(木) 午前10時30分
- ▶申込期限 7月19日(水)午後5時(電話申込み可)

●一般競争入札(要事前申し込み)

- ▶とき 8月17日(木) 午後1時30分
- ▶ところ 市役所本庁舎2階 202会議室
- ▶申込期限 8月3日(木) 午後5時

岡 契約検査課(☎23-5366 FAX23-5368)

地域づくり活動を

ふるさと納税で支援します

◇鳥取県では、NPO法人や住民団体の地域づくり活動をふるさと納税によって支援する仕組み「ギフト鳥(ぎふとりの)」を行っています。

ちいただくか、郵送・FAX・Eメールなどでご応募ください。※提出いただいた書類は、お返ししません。A4サイズの用紙を使用してください。

●応募期限 7月31日(月)(必着)
岡 交通政策課(☎23-5274)

◇寄附金は、使い勝手のよい活動資金として団体の運営経費やイベント開催費、施設整備費などさまざまな活動に活用できます。また、人件費や光熱費など経常的経費に充当することもできます。

◇寄附対象団体を随時募集しています。応募方法など、くわしくは鳥取県のホームページをご確認ください。



岡鳥取県民参画協働課(☎0857-26-7070、☑kenmin_sankaku@pref.tottori.lg.jp)

米子市職員（高校卒業程度）

- 募集人数
- ▼ 一般事務 1人
- ▼ 一般事務（障がい者対象） 1人
- 受験資格
- ▼ 一般事務
- 平成14年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた人
- ▼ 一般事務（障がい者対象）
- 昭和63年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた人
- 採用予定日 令和6年4月1日
- 募集期限 7月28日（金）

市営墓地の随時募集をしています

7月から市営墓地の随時募集区画を追加します。

- 随時募集をしている市営墓地
南公園墓地（石井 490 番地）
北公園墓地（彦名町 6566 番地）
西ノ原墓苑（淀江町西原 913 番地）
佐陀墓苑（淀江町佐陀 1451 番地 12）
- 追加区画の募集開始日 7月7日（金）
- 追加区画
6月募集で使用者が決定しなかった区画

● 申込資格

次のいずれかに該当する方

- ▶ 米子市に住所または本籍がある方
- ▶ 米子市にあるお墓を移転しようとする方

● 申込受付場所 建設企画課（市役所本庁舎 2階）

- ※書類提出の先着順での受付になります。
- ※電話での申込みは受け付けません。

● 提出書類

墓地使用許可申請書、申請者の本人確認書類、本籍の記載のある住民票（市外にお住まいの方のみ）、印鑑（申請書に自署される場合は不要）

☎ 建設企画課（☎ 23-5529 FAX 23-5396）

- 試験日 9月2日（土）、3日（日）
- 試験科目 基礎力試験、適正検査、作文および面接
- 申込方法 Web申込み

※受験案内（7月上旬配布）は市ホームページ、市役所本庁舎1階総合案内、職員課、淀江支所にあります。

☎ 職員課（☎ 23-5344、FAX 23-5390）

米子市職員（特定業務職）

- 受験資格 昭和39年4月2日以降に生まれた人で、就労について

さまざまな困難や働きづらさを抱えている人

- 募集期限 7月28日（金）
- 試験日 9月2日（土）、3日（日）

● 試験科目 書類選考、教養試験、面接

- 採用予定日 令和6年4月1日

※くわしくは受験案内（7月上旬配布）をご確認ください。市ホームページ、市役所本庁舎1階総合案内、職員課、淀江支所にあります。

☎ 職員課（☎ 23-5344、FAX 23-5390）

米子市都市景観施設賞

市内の優れたデザインの建設や施設、景観づくり活動を行っている個人や団体を募集します。

● 募集対象

▼ 建築物・工作物・緑化施設等

次の①～③をすべて満たすもの

- ① 市内にあり、平成元年度以降に新築・改築・リノベーションされている
- ② 公共の場から見える民間施設
- ③ 関係法令、所定の手続きを受けている

● 個人・団体

市内で、平成元年度以降に景観づくり活動を行っている方・団体

※公的な施設、史跡・文化財、神社・仏閣、国・県・市から同じ趣旨の表彰を受けたもの（景観づくり部門は除く）は対象外です。

- 応募期限 9月30日（土）（必着）

※どなたでも、何点でも応募可能（応募用紙1通につき1点）

● 応募方法 応募用紙に必要な事項を記入のうえ、持参、郵送、Eメールのいずれかで応募。

※応募用紙は市ホームページからダウンロード可能。くわしい応募要項などは、市ホームページからご確認ください。

☎ 建築相談課（☎ 23-5227）

ポリテクセンター米子

8月入所生（離職者対象）

● 訓練科 ① ビジネススキル講習 付産業技術科（7か月訓練）定員5人 ② CAD・NC加工技術科（6か月訓練）定員15人

● 訓練期間 ① 8月2日（水）～令和6年2月28日（水） ② 8月2日（水）～令和6年1月29日（月）

- 募集期限 7月18日（火）

● 受講料 無料（テキスト代等は実費）

● 申込先 最寄りのハローワーク
☎ ポリテクセンター米子（☎ 27-5115、FAX 27-0980）



催し

米子市文化ホールの 舞台裏をのぞいてみよう！

舞台、照明、音響の仕事を実際に体験します。

- とき 8月4日(金)【Aコース】午前9時～正午【Bコース】午後1時30分～4時30分

- ところ 米子市文化ホール

- 対象 小学3～6年生

- 参加費 無料(定員 各24人)

- 申込方法 往復はがき(1人につき1通)

- 【往信・宛名面】〒683-0004

米子市末広町293番地

米子市文化ホール「舞台裏体験」申込係

- 【往信・文面】①参加コース ②

参加者名(ふりがな) ③学年

④小学校名 ⑤住所 ⑥電話番号

(緊急連絡先)

【返信・宛名面】参加者の住所、名前

【返信・文面】※何も記入しない

- 申込期限 7月14日(金) 必着

※応募者多数の場合は抽選

〒683-0004 米子市文化ホール(☎35-4171、☎35-4175)

体力づくり歩け歩け大会

(半日コース)

- とき 8月6日(日) 午前8時20分 米子市役所集合

- 行き先 がいなロード、寺めぐり(感応寺、総泉寺ほか)約4km

※参加無料、申込不要

〒683-0004 米子市スポーツ振興課(☎23-5426、☎23-5414)

認知症の人を介護する

家族のつどい

- とき ①7月11日(火) ②8月8日(火) いずれも午前10時～正午

- ところ ①米子市立図書館

- ②明道公民館

※参加無料、申込不要

〒683-0004 鳥取県認知症の人と家族の会 鳥取県支部(☎37-6611、☎30-2980)

大切な家族を自死で亡くされた方へ家族の集い

- とき 7月4日(火) 午後2時～3時30分(参加無料、予約不要)

- ところ ふれあいの里

●対象 ご家族を自死で亡くされた方

〒683-0004 鳥取県立精神保健福祉センター(☎0857-21-3031)

YONAGO防災フェスタ

防災についてさまざまな体験学習を行うイベントです。

- とき 7月8日(土) 午前10時～午後5時

- ところ 米子コンベンションセンター 多目的ホール

●入場料 無料

〒683-0004 米子青年会議所(☎22-6622)

ギャンブル依存症家族の会

- ①オープンスピーカーズミーティング(家族の体験談)

- ▼とき・ところ 7月29日(土) 午後1時30分～3時30分・鳥取県立武道館 研修室1

②全国ギャンブル依存症家族の会 鳥取

- ▼とき・ところ 7月30日(日) 午前10時～正午・鳥取県立武道館 研修室2

●参加費 いずれも1000円

※事前申込不要

〒683-0004 ①ギヤマンノン米子(☎gamano.yonago@gmail.com) ②全国

ギャンブル依存症家族の会 鳥取(☎kazokukai.t@gmail.com)

有料広告

夏休み企画 裁判官・検察官・弁護士に聞いてみよう！

●内容 質問コーナー、法廷内見学、裁判の仕組みなどの説明
●とき 8月22日(火) 午後1時30分～3時30分

●ところ 鳥取地方・家庭裁判所米子支部

●対象 小学5年生と6年生

●定員 先着13人

※保護者1人同伴、申込受付順

●申込期間 7月24日(月)～8月14日(月)

●申込方法 電話(☎22-2205)

記念すべき第30回大会！

サイクルカーニバル in YODOE

サイクルカーニバルは1992年から続く、淀江を代表するサイクルイベントです。今年も30回の節目を迎え、健脚コース(80km)に加え30回記念コース(160km)を新たに設け開催します。また、サイクルマルシェを同時開催します。奮ってご参加ください！



●とき 9月10日(日)
受付・記念式典 9月9日(土) 午後2時～

●ところ
▶スタート 淀江ゆめ温泉 白鳳の里
▶ゴール 日吉津海浜運動公園

●対象
▶30回記念コース(160km) 高校生以上
▶健脚コース(80km) 中学生以上

●参加費
▶30回記念コース(160km) 9,000円
▶健脚コース(80km) 5,000円

●申込方法
Web(右記QRコードから)
電話(☎0570-039-846)

●申込締切 8月10日(木)
●申込方法 電話(☎56-2700) FAX(☎56-2798)



住む・働く・鳥取県

移住フェア

◇大阪と東京で開催される移住相談会に米子市が参加します。

◇移住を検討している段階で受けられる支援があります。

◇県外から米子市への移住を検討中の方がおられましたら、まずはお問い合わせください。



●とき

▼大阪開催 7月23日(日)

▼東京開催 8月5日(土)

●申込方法 電話(☎23-5359)

歩いて楽しいまちづくり

シンポジウム

皆さんと一緒に「歩いて楽しいまちづくり」について考えます。

●内容 第1部 歩いて楽しいまちづくり宣言/第2部 中学生・高校生によるまちづくり発表

第3部 パネルディスカッション
「歩いて楽しいまちづくり」

●とき 7月22日(土) 午後2時～

●ところ 米子コンベンションセンター 国際会議室

●参加費 無料

●申込方法 電子申請

●申込方法 電話(☎23-5359)



7月7日(金)までにお申し込み。託児をご希望の場合は、お子様の年齢と性別をお知らせください。
●申込方法 電話(☎23-5353)、FAX(☎23-5392)

クリーンアップ

in 加茂川 2023

加茂川の清流復活をめざし、清掃イベントを開催します。

●とき 7月22日(土) 午前8時～10時(予定)

●ところ 四日市町Qビル前(米子市四日市町80番地)

●申込方法 電話

●申込期限 7月15日(土)

●申込方法 電話(☎21-3007)

しきゅーcafe

HPVワクチンや子宮頸がんのことなど、さまざまな疑問や悩みに産婦人科医が答えます！

●とき 7月23日(日) 午前10時30分～午後3時

●ところ 米子市立図書館 多目的研修室(参加無料、申込不要)

●申込方法 電話(☎38-6647)、FAX(☎38-6647)、Eメール(ml.med.totori-u.ac.jp)

@ml.med.totori-u.ac.jp



講座教室

ボランティア入門講座

①ボランティア活動の心構えや簡単な手話講座

②ボランティア活動の心構えや子ども食堂紹介

●とき ①7月28日(金) ②8月4日(金)

いずれも午前10時～正午

●ところ ふれあいの里 2階

●参加費 無料

●対象 ①米子市内に在住、在勤、在学でボランティアに興味がある方

②高校生、専門学校生、大学生でボランティアに興味がある方

●申込方法 電話(定員25人)

●申込先 米子市ボランティアセンター(☎23-5455)

「肝がん撲滅運動」

市民公開講座

●内容 「肝臓がんと肝硬変・予防と治療について」鳥取市立病院医師 谷口 英明さん／「ウイルス性肝炎を含めた感染症の基礎知識」鳥取大学医学部附属病院 感染症管理認定看護師 上灘 紳子さん／「肝臓にやさしい食事」鳥

取大学医学部附属病院 栄養部室長 牧山 嘉見さん

●とき 7月29日(土) 午後1時～3時30分

●ところ 米子市文化ホール

●参加費 無料(申込不要)

●申込先 鳥取県肝疾患相談センター(☎38-6525)

「米子盆踊り」講習会

米子で三百年以上踊り継がれる民俗芸能を体験してみませんか。

●とき 7月15日(土)、8月5日(土)

いずれも午前10時から

●ところ 米子市文化ホール

※いずれも2時間程度

※参加無料、事前申込不要

※米子盆踊り保存会会員を募集中。米子盆踊り大会は8月14日(月)

夜、公会堂広場で開催予定。

●申込先 文化振興課(☎23-5438、FAX 23-5414)

手話奉仕員養成講習会

【入門編】

●とき 9月12日(火)～令和6年2月13日(火) 毎週火曜日(全21回)

いずれも午後7時～9時

●ところ 米子コンベンションセンター ほか

●受講料 2000円(テキスト代別途)

●対象 高校生以上

●申込方法 郵送、FAX、Web

b(郵送は封筒に「入門編受講申込書在中」と赤字で記入。FAXは送信後、電話で確認)

●申込期限 8月22日(火)(必着)

●申込先 鳥取県中部聴覚障がい者センター(☎0858-27-2355、FAX 0858-27-2360)

気軽に筆談セミナー

●とき

①7月23日(日) 午前10時～正午

②8月21日(月) 午後1時～3時

③10月3日(火) 午前10時～正午

●ところ 米子コンベンションセンター

●参加費 無料

●対象 高校生以上

●申込方法 郵送、FAX、Web

b(郵送は封筒に「筆談セミナー申込書在中」と赤字で記入。FAXは送信後、電話で確認)

●申込締切 ①7月14日(金) ②8月8日(火) ③9月26日(火)(先着)

●申込先 鳥取県中部聴覚障がい者センター(☎0858-27-2355、FAX 0858-27-2360)

ミニ手話講座【親子編】

●とき ①8月5日(土) 午前10時30分～正午 ②8月25日(金) 午後7時～8時30分(受講料無料)

●ところ 米子コンベンションセンター

●対象 小学生と保護者

●申込方法 郵送、FAX、Web

b(郵送は封筒に「ミニ手話講座申込書在中」と赤字で記入。FAXは送信後、電話で確認)

●申込締切 ①7月28日(金) ②8月18日(金)(先着)

●申込先 鳥取県中部聴覚障がい者センター(☎0858-27-2355、FAX 0858-27-2360)

労務管理セミナー

今どきの働き方・働かせ方

●内容 副業・兼業の注意点、賃金デジタル払いなど

●講師 特定社会保険労務士 安田 岳歩さん

●とき 7月28日(金)

午後2時～3時30分

※参加無料・要申込み

●ところ 米子市立図書館

●申込先 鳥取県中小企業労働相談所 米子(☎31-8785)



ごやうごの時の

着物着付教室

- とき 7月24日(月)～10月30日(月) 毎週月曜日(計12回) いずれも午後7時～9時
- ところ 米子市文化活動館
- 講師 田中佳津子さん
- 準備 浴衣、前板、こしひも2本、だてじめ、半巾帯、スリッパ
- 受講料 5000円
- 受付開始日 7月3日(月) 午前9時(定員14人)
- 申込締切 定員になり次第締切

〒34-51

初めての中国語教室

- とき 7月28日(金)～10月20日(金) 毎週金曜日(計12回) いずれも午後7時～8時30分
- ところ 米子市文化活動館
- 講師 呉燕さん
- 準備 筆記用具
- 受講料 5000円(別途教材費2000円必要)
- 受付開始日 7月3日(月) 午前9時(定員16人)
- 申込締切 定員になり次第締切

〒34-51

写真撮影会&写真講座 in よどえ

現在作品を募集している「淀江の四季フォトコンテスト2023」の一環として、写真撮影会と写真講座を開催します。写真家から写真の楽しみ方や構図のアドバイスがもらえます。



- とき 7月8日(土) 午前8時～11時
- ところ 伯耆古代の丘公園 (米子市淀江町福岡 1529)
- 定員 15人(先着順)
- 参加費 無料
- 申込方法 電話・FAX
※定員になり次第受付終了

〒56-3164 FAX 56-5201

茶道講座「お茶に親しむ」

(初心者向け講座)

- とき ①9月7日(木) ②9月14日(木) ③9月28日(木)(全3回)
- ▼午前コース 午前10時～正午
- ▼午後コース 午後2時～4時
- ところ 米子市文化ホール
- 講師 茶道裏千家 淡交会 米子支部所属 教授 潮宗香さん
- 準備 白い靴下(茶道具は不要)
- 受講料 1500円(全3回分 茶菓代)
- 申込方法 往復はがきかメール
- ①往復はがきで申し込み

〒683-0003

〒293番地

米子市文化ホール「茶道講座」申込係

【往信・文面】①参加希望コース(午前または午後) ②参加者名(ふりがな) ③住所 ④電話番号 ⑤メールアドレス

【返信・宛名面】受講者の住所・氏名

【返信・文面】※何も記入しない

②メールでの申し込み

【件名】米子市文化ホール市民交流事業 茶道講座

【文面】①参加希望コース(午前または午後) ②参加者名(ふりが

な) ③住所 ④電話番号を記入し、
✉ yh-event@yonagobunka.net
へ送信。

●申込締切 8月10日(木) 必着
※応募者多数の場合は抽選
〒34-51
米子市文化ホール(☎35-4175)
71、FAX 35-4175)

1111の健康講座

(公開講座)

①7月12日(水) 午後1時～4時
▽講演「発達障がいとひきこもりの基礎知識」(講師 鳥取県立精神保健福祉センター所長 原田豊さん)

▽当事者の話

②7月25日(火) 午後1時～4時

▽講演「ひきこもりの現状と支援について」(講師 とっとりひきこもり生活支援センター代表 山本恵子さん)

▽家族会の話(講師 不登校児童生徒・ひきこもり青少年の親の会 つながろう会 渡邊奈津美さん)

●ところ ①米子市役所4階
②米子市立図書館2階

●参加費 無料

●申込方法 電話・FAX

●申込期限 開催日前週の金曜

円障がい者支援課(☎23-5545、FAX 23-5395)

第41回 全日本トライアスロン 皆生大会

7月16日(日)開催!

夏の風物詩である全日本トライアスロン皆生大会が開催されます。今年にはコースの距離やボランティア数を元の規模に戻し、盛大に実施! 全国から集った鉄人たちが過酷なレースに挑み、鳥取県西部一円を舞台に熱戦を繰り広げ、米子で最も暑い一日がやってきます!

全日本トライアスロン協会 (☎ 34-2819)

この大会は、スポーツ振興くじ助成金を受けて開催されます。



当日は渋滞やゴール付近での駐車場不足が予想されます

陸上競技場にお越しの場合は公共交通機関をご利用ください。(最寄り駅: JR山陰本線「東山公園駅」)





相談名 内容／予約／日時／場所／問い合わせ先

▶法律・暮らし

法テラス無料法律相談会

離婚・借金・相続・成年後見など、法律問題全般／米子市在住・在勤で資力が一定額以下の方が対象／要予約／28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

法律に関する困りごと全般。1件30分5,000円※多重債務(クレジット、消費者金融など)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

多重債務や借金に関する困りごと。1件30分無料／要予約／20日(木)午後1時30分～3時／米子コンベンションセンター会議室／☎鳥取県西部消費生活相談室(☎34-2648、FAX34-2670)

高齢者なんでも無料電話相談

高齢者の方の相続、財産管理、介護など／月・木曜日午後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、借金、架空請求など消費生活に関するご相談／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／☎市民二課消費生活相談室(☎35-6566)

司法書士による「無料法律相談会」

相続、不動産登記、法人登記、成年後見、多重債務など／前日までに要予約／12日(水)、8月9日(水)いずれも午後2時～4時／米子コンベンションセンター第2会議室／☎鳥取県司法書士会(☎0857-24-7024)

米子市こども総合相談窓口

出産や子育てに関する悩みなど／平日午前8時30分～午後5時15分／こども総合相談窓口(ふれあいの里1階)／☎こども相談課(☎23-5467)

▶ビジネス・労働

起業・経営なんでも相談会

要予約／2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就労相談、シゴトとココロの相談

15～49歳の就労・社会参加の相談(在学学生・在職者は除く)／予約優先／13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、FAX21-5679)

ビジネス情報相談会

ビジネスや経営の相談／要予約／21日(金)午後1時～3時／米子市立図書館／☎米子市立図書館(☎22-2612)

知財無料相談会

特許や商標、実用新案／要予約／21日(金)午後1時～4時／米子市立図書館／☎米子市立図書館(☎22-2612)

▶行政

行政書士無料相談会

要予約／8日(土)午前10時～午後2時／米子市立図書館／☎鳥取県行政書士会事務局(☎0857-24-2744)

行政相談

予約不要／7日(金)、26日(水)、8月9日(水)いずれも午後1時～4時／市役所本庁舎4階402会議室／☎市民二課(☎23-5376、FAX23-5391)

▶人権・こころ

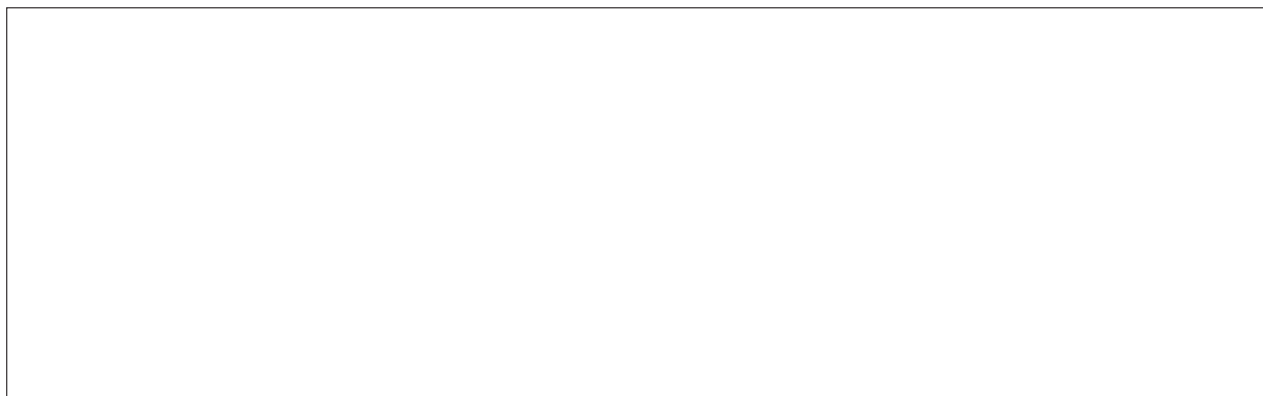
人権擁護委員による人権相談

さまざまな人権問題の相談／予約不要／10日(月)、8月10日(木)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、FAX37-3184)※鳥取地方法務局米子支局でも人権相談に応じます。(平日午前8時30分～午後5時15分)(☎0570-003-110)

こころの相談会

要予約／5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、FAX0857-32-5454)

有
料
広
告



7～8月の集団がん検診

■会場 (いずれも) ふれあいの里

■持ち物 受診券、負担金

※マスクの着用をお願いします。発熱や風邪症状のあるときは、受診をお控えください。

■肺がん集団検診 (予約不要)

実施日	午前9時～11時	午後1時～3時
7月18日(火)	●	●
7月31日(月)	●	
8月9日(水)	●	●
8月31日(木)	●	

▶対象者

①胸部レントゲン検査 40歳以上の方

②「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(元喫煙者を含む)

■胃がん・乳がん集団検診 (要予約)

7月3日(月)から予約受付開始

▶受付時間 午前8時30分～11時

※乳がん検診は、7月19日、8月4日は午後1時30分～3時30分に受け付け。

実施日	胃がん	乳がん
7月17日(月・祝)	●	●
7月19日(水)		※(午後受付)
8月4日(金)		※(午後受付)
8月27日(日)	●	●

▶胃がん検診対象者 40歳以上の方

▶乳がん検診対象者

40歳以上の女性(昨年度受診した方を除く)

☎健康対策課 (☎ 23-5472 FAX 23-5460)

新型コロナワクチン 令和5年春開始接種

新型コロナワクチンの令和5年春開始接種を市内指定医療機関で実施しています。1人1回無料で接種を受けられます。接種を希望される方は、8月31日までに接種してください。

■令和5年春開始接種の対象者

初回(1・2回目)接種を完了した方のうち、最終接種から少なくとも3か月以上経過された、次の①～③のいずれかに該当する方

①65歳以上の高齢者

②5歳～64歳の基礎疾患を有する方など

③医療機関や高齢者施設、障がい者施設等の従事者

※接種するためには接種券が必要です。接種券をなくされた場合は、再発行しますのでご連絡ください。

☎健康対策課 (☎ 21-4080 FAX 21-8708)

後期高齢者医療歯科健康診査

後期高齢者医療制度に加入されている方を対象に、「歯科健康診査(口のフレイル健診)」を実施します。口腔機能の低下や肺炎などの疾病を予防するため受診しましょう。

■申込先

鳥取県後期高齢者医療広域連合(☎ 0858-32-1095)
または米子市フレイル対策推進課(☎ 23-5458)

■受診方法

鳥取県後期高齢者医療広域連合から受診券および受診できる歯科医院一覧が送られます。希望する歯科医院に直接申し込み、「後期高齢者医療被保険者証」、「受診券」を持参し、受診してください。

■健診費用 無料

※その後に治療行為が行われる場合は有料です。歯科医から十分な説明を受けて治療を受けてください。

■受診期間 令和6年1月31日まで

☎鳥取県後期高齢者医療広域連合(☎ 0858-32-1095)

肺炎球菌ワクチン接種 実施医療機関 追加

高齢者の肺炎球菌ワクチン接種を実施する医療機関が追加されました。

■追加された医療機関

たもと内科・消化器クリニック(米子市日原61-1)

☎健康対策課(☎ 23-5451 FAX 23-5460)

バランスよく食べよう

■バランスよく食べるポイント

主食、主菜、副菜をそろえた食事を心がけましょう。

主食 ごはん、パン、めん類

主菜 肉、魚、卵、大豆製品

副菜 野菜、きのこ類、海藻



くわしくは右記QRコードからアクセス▶

☎健康対策課(☎ 23-5452 FAX 23-5460)



熱中症にご注意を!

近年、熱中症になった人の半数以上が65歳以上と報告されています。特に、エアコンをつけない屋内や農作業中の発症が多くみられます。夜間でも適切にエアコンを使用し、こまめに水分補給をしましょう。屋外での作業はなるべく複数の人で行い、お互い注意しましょう。

■「熱中症かもしれない」と思ったら…

①涼しい場所へ移動し、体を冷やす

②塩分や水分を補給する

③重度の場合は、救急車を呼ぶ

☎健康対策課(☎ 23-5472 FAX 23-5460)



7月から大人のいろいろな健診が始まります

- ◇ 40歳以上の男性、20歳以上の女性に「令和5年度健診受診券」を6月20日にお送りしています。
- ◇ 受診券がないと健診は受けられません。届いていない方で健診を希望される方はお申し込みください。
- ◇ 国民健康保険加入者で、人間ドックに変更希望の方は、各種健診を受診する前にご相談ください。
- ◇ 各種がん検診については、職場などで受診する機会がない方は、米子市のがん検診をご利用ください。
- ◇ 生活保護世帯の方は無料です。

■米子市が実施する各種健診

種類(実施期間)	対象者(今年度中の年齢)	費用(※1)	受診場所および内容
特定健診、後期高齢者の健診など (7月～12月末)	40歳以上の方(国民健康保険加入者と後期高齢者医療加入者) (※2)	500円	医療機関：問診、尿検査、血圧測定、脂質、肝機能、血糖、腎機能など
肝炎ウイルス検査 (7月～12月末)	40歳以上で、職場の検診等で検査を受ける機会がない方(過去に肝炎ウイルス検査を受けた方は除く)	特定健診等と同時 1,100円(400円) 肝炎のみ 1,900円(600円)	医療機関：問診、採血(B型・C型肝炎ウイルス)
	今年度中に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になり、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない方	無料	肝炎ウイルス検査と同様
大腸がん検診 (7月～1月15日)	40歳以上の方	700円(200円)	医療機関：問診、便潜血検査
胃がん検診 (7月～1月15日)	40歳以上の方	2,500円(1,000円)	検診車：問診、胃透視(レントゲン検査)
		4,200円(1,400円)	医療機関：問診、胃透視または内視鏡検査(胃カメラ)
肺がん検診 (7月～1月15日) 65歳以上の方は結核健康診断を含む	40歳以上の方	300円(100円)	検診車：問診、胸部レントゲン検査
		1,500円(500円)	医療機関：問診、胸部レントゲン検査
	50歳以上で問診の結果必要な方	900円(300円)	喀痰検査
乳がん検診 (7月～1月末)	昨年度に乳がん検診を受けていない40歳以上の女性	2,000円(600円)	医療機関および検診車：問診、マンモグラフィ(乳房X線検査)※要予約
	S58.4.1～S59.3.31生まれの方	無料	
子宮頸がん検診 (7月～1月末)	20歳以上の女性	頸部	2,400円(800円)
		頸部・体部	4,000円(1,400円)
HPV検査	今年度中に30～44歳になる女性で、子宮頸がん検診と同時に検査を希望する方	2,000円(700円)	HPV(子宮頸がんの原因とされるヒトパピローマウイルス)の感染を調べる検査
ふしめ歯科検診 (7月～12月末)	今年度中に40歳、50歳、60歳、70歳になる方	500円(200円)	歯科医院(鳥取県西部歯科医師会)：問診、歯周組織検査(受診を希望する対象者は要申込。後日受診券を郵送)

※1…()内は70歳以上の(昭和29年3月31日までに生まれた)方、市民税非課税世帯の方の費用。

※2…国民健康保険以外の被用者保険(協会けんぽや企業の健康保険など)加入者の特定健診は、それぞれの保険者が実施。

【特定健診・後期健診・人間ドックについて】 〇 保険年金課 (☎ 23-5407)

【がん検診・肝炎ウイルス検査・ふしめ歯科検診について】 〇 健康対策課 (☎ 23-5472)

米子水鳥公園

☎ 24-6139・FAX 24-6140

開 午前9時～午後5時30分

休 火曜日

※催しは入館料別途必要。(高校生～70歳未満:310円、その他:無料)

虫捕りトラップで昆虫採集!

時 15日(土)、17日(月・祝) いずれも午前9時30分～11時(2回連続) 定 6組18人(予約受付:6月30日～) 対 2回とも参加できる小学生の親子

オリジナルいきものうちわを作ろう!

時 22日(土)～8月4日(金) 開館中いつでも 料 1本につき100円 対 小学生以上がおすすめ

ダンゴムシレース大会 2023

時 22日(土)～8月27日(日) 開館中いつでも

樹液に集まる虫を観察しよう!

時 23日(日) 午後7時～8時 定 6組18人(予約受付:7日～) 対 小学生以上の親子

小鳥のお家を作ろう! Part1

時 30日(日) ①午前9時30分～正午 ②午後1時30分～4時 場 米子市児童文化センター 料 500円 対 小学生の親子 定 各回先着6組(予約受付:13日～)

標本箱を作って昆虫標本について学ぼう!

時 30日(日) 午前10時～11時30分 対 小学生以上の親子 定 6組18人(予約受付:14日～) 料 無料

エンジョイ!よなご

おでかけナビ

開: 開館時間 時: 開催日時 休: 今月の定休日

場: 場所 対: 対象 定: 定員 料: 料金 問: 問合せ



伯耆古代の丘公園

☎ 56-6817・FAX 21-5480

開 午前8時～午後5時

土日祝は午前7時開園

休 7月は休園日なし

ハス開花早朝開園

時 1日(土)～31日(月) 平日は午前8時、土日祝は午前7時に開園

蓮ヨガ

時 16日(日) 午前6時～ 定 15人(予約受付:2日～) 料 2,000円

米子市公会堂

☎ 22-3236・FAX 22-3237

開 午前9時～午後10時

休 大ホールのみ毎週火曜日

虹のひろば 36回公演

虹でも JAZZ やりますよ♡

時 18日(火) 午後7時～ 定 100人 料 500円(高校生以下無料)

山陰歴史館

☎ 22-7161・FAX 22-7160

開 午前9時30分～午後6時

休 火曜日

池田家墓所写真コンクール作品展示

時 ～23日(日) 料 無料

民話のへや(4話ほか)

時 16日(日) 午後1時30分～

淀江文化センター

☎ 39-4050・FAX 39-4051

開 午前9時～午後10時

休 水曜日

ランチタイムレコード

「交響組曲 宇宙戦艦ヤマト」

時 11日(火) 午後0時15分～1時5分 料 無料

星空コンサート

時 22日(土) 午後7時～8時30分 料 一般600円、高校生以下400円、親子ペア(高校生以下と大人)800円(幼児ひざ上鑑賞無料、前売り100円引き)

米子市文化ホール

☎ 35-4171・FAX 35-4175

開 午前9時～午後10時

休 火曜日

童謡をみんなであう会

▶月曜コース 時 10日(月) 午前10時30分～11時45分 料 年会費1,000円、当日参加200円

▶木曜コース 時 20日(木) 午前10時30分～11時30分 料 年会費1,000円、当日参加200円

▶チャイルドコース 時 20日(木) 午前11時30分～正午 料 無料(事前申込不要)

※新型コロナウイルスの感染状況により催しが中止になる可能性がありますので、それぞれの主催者にご確認ください。

ナイトプラネタリウム

時 29日(土) 午後7時30分～8時
10分 円 500円 大人

プラネタリウム

▶ 1日～21日

	10時	11時半	1時	2時半	3時	4時
平日	—	団体 ①	キッズ	—	②	—
土日祝	生解説	①	キッズ	生解説	—	②

▶ 22日～31日(夏休み投影)

※ 26日・27日は保守点検のため投影休止

	10時	11時半	1時	2時半	4時
平日	—	団体 ①	キッズ	生解説	②
土祝	生解説	①	キッズ	生解説	②
日	生解説	学習投影	キッズ	生解説	②

▶ 投影内容

生解説：「七夕」

学習投影：夏の星座をさがそう

キッズ：「へびつかい座物語」

①ねずみと森のなかまたち～お月さまを食べたのだあれ?～

②プラネタリウムでチョコちゃんに叱られる! チコとキョエの宇宙大冒険! 無知との遭遇

※団体枠は、予約がない場合①を投影。

円 小学生～高校生50円(土日祝は無料)・一般500円(その他割引あり)
年間パスポート 1,800円

児童文化センター

☎ 34-5455・FAX 31-1060

開 午前9時～午後5時

休 火曜日

はじめてのプラネタリウム

時 3日(月) 午前10時30分～11時

円 小学生～高校生50円、大学生・一般500円、幼児・70歳以上は無料

おはなしのへや

時 9日(日) 午前11時～11時30分

大人 幼児～大人

だくちるおはなし会

時 22日(土) 午後2時15分～2時45分 大人 幼児～大人

米子ものづくり道場「草木染め」

時 22日(土) 午後1時～3時 円 250円 大人 小学生(小学1、2年生は保護者同伴) 先着10人(予約受付：8日～)

裏千家のお茶体験

時 23日(日) ①午前10時～②午前11時～ 円 1人350円 大人 年長～中学生(幼児は保護者同伴) 先着3組(予約受付：9日～)

おもちゃの広場(子育てサロン)

時 24日(月) 午前10時～11時 円 無料 大人 乳幼児と保護者 先着10組(予約受付10日～)

もくもく夏の教室「木のパズルで海の魚つりをしよう！」

時 26日(水)、8月2日(水) ①午前10時～②午前11時～ 円 500円 大人 小学生 各10人 申込方法：往復はがき(12日(水)必着) くわしくはホームページにて

米子市美術館

☎ 34-2424・FAX 33-0679

開 午前10時～午後6時

休 水曜日

特別企画展

「井田幸昌展 Panta Rhei! パンタ・レイー世界が存在する限り」

時 22日(土)～8月27日(日)(水曜日休館) 円 一般1,300円、高校・大学生900円、中学生以下無料

▶ 作家によるオープニングギャラリートーク

時 22日(土) 午前10時10分頃～ ※申込不要

▶ 作家によるトークイベント

時 22日(土) 午後2時～ 先着60人(申込方法：電話、FAX、Eメール)

▶ 学芸員によるギャラリートーク

時 29日(土)、8月12日(土)、8月26日(土) いずれも午後2時～ ※申込不要

▶ おやこでアートじかん

小さなお子さんと楽しく美術鑑賞していただきます 時 毎週月曜午前中

福市考古資料館

☎・FAX 26-3784

開 午前9時30分～午後5時

休 火曜日、19日(水)

企画展1 「米子城跡の発掘調査の最新成果と今後の史跡整備」

三の丸の発掘調査の成果を中心に、新たな米子城跡の姿を紹介します。

時 ～8月28日(月) 円 無料

有
料
広
告

英語で楽しむ物語 ～O・ヘンリー短編集を読む～

英語を楽しく味わう短期講座がこの夏開講！
O・ヘンリーの物語を通して英語圏の暮らしや文化を
学びます。試験勉強とはひと味違う、英語の魅力を感じ
てみませんか？

英語が苦手な方・受験生・
もっと英語を勉強したい
方にオススメです！

『O・ヘンリー短編集（英語版）THE GIFT OF THE MAGI and other stories』
O・ヘンリー／著 講談社英語文庫
※テキストは図書館が用意します。



- ▶と き (全3回)
7月29日(土)、8月19日(土)、9月16日(土)
いずれも午後1時30分～3時
- ▶講 師
酒井 康宏さん(米子工業高等専門学校名誉教授)
- ▶定 員 20人
- ▶申込方法 電話・FAX・窓口・Eメール
- ▶参加資格 中学生～20代の方

ぶらり らいぶらり

米子市立図書館からのお知らせ

米子市立図書館 (☎22-2612 FAX22-2637)
開館時間 平日：午前9時～午後7時
土・日・祝日：午前10時～午後6時
今月の休館日 毎週月曜日、30日、31日(月末資料整理)

高校生のためのビジネスプラン作成講座

あなたのビジネスア
イディアを形にして
みませんか？ビジネ
スプランを楽しく一
から作成できる講座



です。たくさんの方のご参加お待ちしております。

- ▶と き 8月2日(水) 午前10時～午後4時
 - ▶対 象
鳥取県内の高校生・高専生(1～3年)からなるグ
ループまたは個人
 - ▶参加費 無料
- ※くわしくは米子市立図書館ホームページか館内設置
のチラシをご覧ください。

♥児童図書

図書館からの冒険



岡田淳／著 偕成社
通っていた小学校が廃校になる
前に、こっそり忍び込んだ学校
図書館。そこは危機に瀕したも
う一つの世界の入口だった！ス
リルと謎いっぱい冒険物語。

◆一般図書

叡智の図書館と十の謎



多崎礼／著 中央公論新社
砂漠の果てにある叡智の図書
館。鎖で縛られた扉を開けるた
め、旅人は十の謎に挑む。ペー
ジをめくると面白さが加速
する、現代版SFおとぎ話。

今月のおすすめ図書

今月の催し (☆印は要事前予約)

「おはなし会」

▽木曜おはなし会(ほしのぎんか・火曜
の会、図書館職員)(☆)

毎週木曜日 午前10時40分

▽おはなしかご(米子おはなしかご)

(☆) 15日(土) 午前10時30分

▽夕方おはなし会(図書館職員)(☆)

11日(火) 午後4時

「各種講座」

▽つつじ読書会『漱石の白百合、三島
の松』塚谷 裕一著(中央公論新社)

(初めての方☆) 1日(土) 午後2時

▽楽しく漢文に学ぶ会(初めての方☆)

2日(日) 午後1時30分

▽いきいき長寿音読教室(☆)

11日(火) 午後3時、12日(水) 午前10

時30分(1日(土)予約受付開始)

※8月の予約は8月1日(火)受付開始

▽鳥取大学サイエンスアカデミー

8日(土)、22日(土) 午前10時30分

▽古文書研究会「多比能貫久佐」ほか

22日(土) 午後1時30分

▽伯耆文化研究会「インターネットを

活用した地域研究」来見田博基さん、

根平雄一郎さん

8日(土) 午後1時30分

「2階ギャラリー」

▽高校生ビジネスプラン作成講座関連

展示

1日(土)～29日(土)

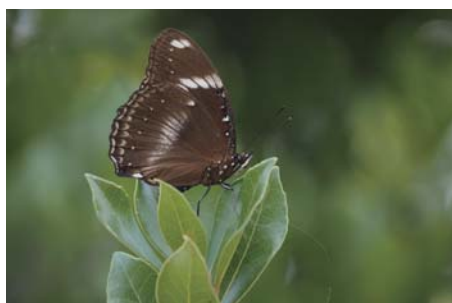


米子水鳥公園の指導員（レンジャー）が
日々の活動をご紹介します！

米子水鳥公園 レンジャー通信

文・写真／米子水鳥公園統括指導員 桐原 佳介

樹上にとまっていた
リュウキュウムラサキ



羽の表の模様



2022年7月20日の午後2時ごろ、園路を歩いていると、見慣れないチョウが飛んでいるのが目に留まりました。その時、黒い羽に大きな白っぽい点が4個見えて、すぐにリュウキュウムラサキのオスと分かりました。2019年9月と2021年9月に、琴浦町で多数採集された事例があったことが記憶に新しくなったからです。

南国のチョウがやってきた！

リュウキュウムラサキは、名前のとおり南国のチョウで、日本では八重山諸島にだけ定着しています。本来生息している地域は、マダガスカルから東南アジア、オーストラリア、フランス領ポリネシアにかけての熱帯地方と考えられていて、台風などの強い風に乗って日本にやってくるようです。

幼虫はサツマイモなどの身近なヒルガオ科の葉を食べるので、今後気候が温暖になれば、生息地が北に広がって九州などにも定着し、山陰地方でも見られる機会が増えてくる可能性があります。

皆さんも、普段のお散歩コースで見かける生き物に注目すると、このような珍しい出会いがあるかもしれません。

美術館通信

特別企画展

「井田幸昌展 Panta Rhei | パンタ・レイー世界が存在する限り」

井田幸昌は、彫刻家である父のアトリエで幼い頃から絵を身近に親しんできました。「一期一会」をテーマとし、絵画を中心に彫刻や版画などさまざまに展開しています。国内を拠点に海外にも活躍の場を広げ、各国のコレクターたちから注目を集めています。その芸術文化活動は広く文化の振興に功績があったとして2022年鳥取県文化奨励賞を受賞しました。

本展は、井田にとって初めてとなる国内美術館での個展です。国内未発表作を含むこれまでの絵画作品や立体作品に加えて、井田が絵日記のように日々つづる“End of today”シリーズ、そして最新の作品までを一同に展示します。

- 会期 7月22日(土)～8月27日(日) [水曜日休館]
- 観覧料 一般 1,300 (1,000) 円、高校・大学生 900 (800) 円、中学生以下無料 ※ () 内は前売料金
- 📍 米子市美術館 (☎ 34-2424、FAX 33-0679)



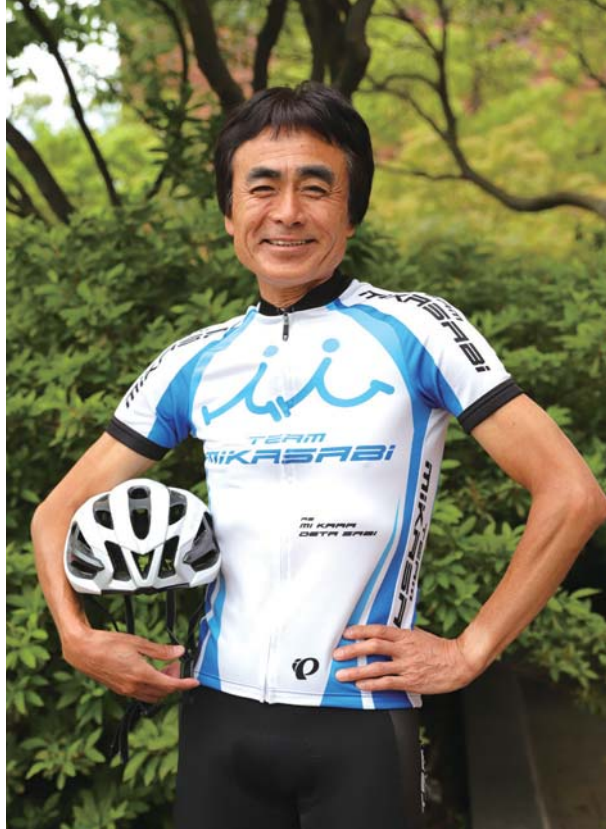
Yukimasa Ida, Self Portrait, 2022,
Oil on canvas, 194.0 × 162.0 cm

よなごびと

| 第56回 |

トライアスロンチーム
「身から出たサビ」代表

さねしげ せいご
実重 誠吾 さん



” 皆のチャレンジを応援し、

助け合いたい

“

実重さんはトライアスロンチーム「身から出たサビ」の代表として活動しながら、自転車競技の練習会「モーニングライド」の調整役も担うなど、トライアスロンを通じた人との関わりを楽しみながら競技を続けています。

実重さんがトライアスロンの大会に初めて出場したのは46歳のとき。それまで競技の経験はなく、水泳に関しては「カナヅチだった」と笑います。娘さんの水泳教室のついでに自分も水泳を習い始めたのが42歳のとき。4〜5年かけて1キロメートルを泳げるようになったところ、アクアスロンという競技を知り、出場。完走したことで「自分もトライアスリートになりたい」と挑戦を決意しました。

トライアスロンに出るために、実重さんが知人の紹介で参加したのが「モーニングライド」。米子市出身のトライアスロン競技オリンピックである小原工さんが始め、20年以上脈々と続くロードバイクの練習会です。「そこで出会った先輩選手から、実重さんなら100位以内に入ると言われたことがうれしくて」と目を細めます。その後、初めて出場した皆生大会を完走し、以降毎年出場しています。

自身の挑戦を応援してもらった経験から、「チームや練習会は皆のチャレンジを応援し、助け合う場にしたい」と、ほほ笑みます。周囲の人たちと励まし合いながら、実重さんにとって9回目の皆生大会が今、始まります。



モーニングライドの情報は実重さんのフェイスブックで発信中



練習の後は、地域への感謝をこめて、みんなでゴミ拾い