

multilingual translation >

You can get information about
Yonago on your smartphone.



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

6

2026
June
No.255

特集

フレイル予防の今

～見えてきた効果～

フレイル予防の今

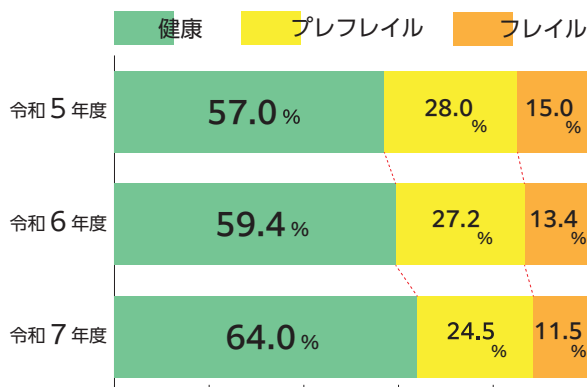
～見えてきた効果～



ふらっと運動体験（写浜地域老人福祉センター）

フレイル予防で健康な人が増加！

フレイル予防の取り組みを進めてきた結果、年々、「健康」な人が増えてきています。



令和7年度に「フレイル度チェック」をした人のうち、「健康」の判定だった人は64.0%でした。

フレイル予防の取り組みを市内全域でスタートさせた令和5年度から比較すると、「健康」判定の割合は7.0ポイント増加し、「フレイル」判定の割合は3.5ポイント減少しました。

加 齢とともに、心身の活力が少しずつ低下する「フレイル」。放っておくと要介護状態につながることもあります。適切な運動や栄養、社会参加の機会の確保で、予防・改善できることが分かっています。

米子市ではこれまで、フレイル予防の取り組みを進めてきました。その結果、少しずつ確かな効果が見え始めています。

今回は、データから見えてきた効果や、変化の実感の声をともに、フレイル予防の魅力を紹介します。

フレイル対策推進課（☎23―5458）



フレイル度チェックを受ける人が増えています

昨年度は約 **11,000** 人がチェック済み！

市では、自身の健康状態をチェックできる「フレイル度チェック」を実施しています。チェックを受けると、「健康」「プレフレイル（フレイル予備群）」「フレイル」のうち、どれに該当するか、現在の状態が分かります。

市内で令和7年度にチェックを受けた人は約1万1千人で、年々受ける人が増えています。チェック方法は3つ。取り組みやすい方法を選んでみてください。

①フレイル予防アプリでチェック

ご自宅などで、好きな時間に手軽にチェックできます。
ご家族と一緒に取り組むのもおすすめです。



②会場でチェック

市内の介護事業所や薬局など約40か所で、スタッフと一緒に安心してチェックできます。一人では不安という方にもおすすめです。

③郵送でチェック

要支援・要介護認定のない65歳以上の方を対象に郵便で案内をお届けしています。記入のうえ、返信用封筒で返送すると判定結果が届きます。

POINT

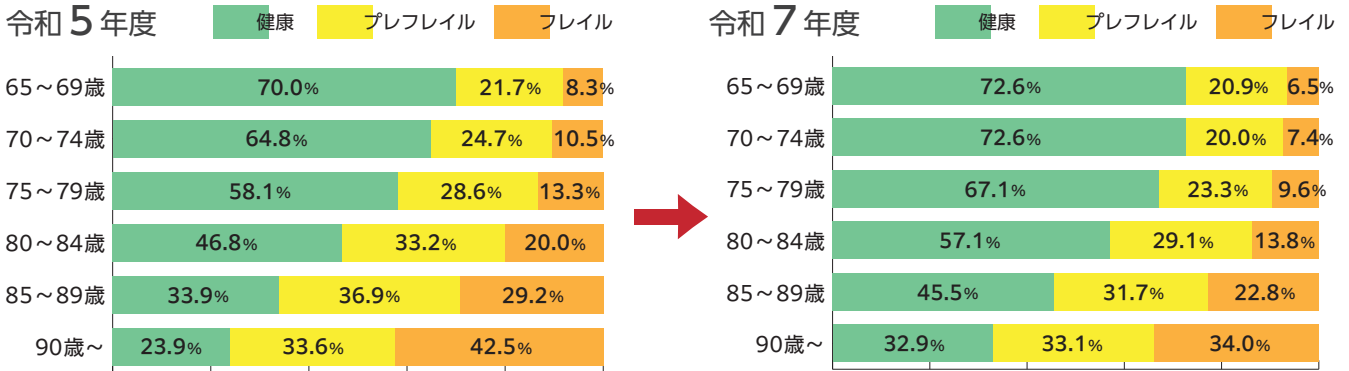
質問は全部で25項目。

例えば、こんな質問があります。

- ▶バスや電車で、1人で外出していますか？
- ▶階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか？

どの年代でもフレイル予防の **効果** が出ています

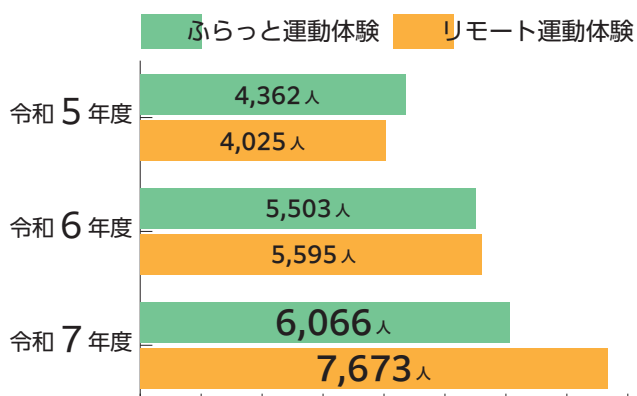
「フレイル度チェック」の結果を年代別にみると、どの年代でも効果が出ていることが分かります。



フレイルとは、加齢で心身が衰えた状態のことです。しかし、適切な運動や栄養の補給、社会参加の機会の確保で、健康な体を取り戻すことは十分に可能です。

フレイルとは

運動教室への参加者が**増加**



市では、要支援・要介護認定のない65歳以上の方に向けて、予約不要で気軽に参加できる2種類の運動教室を開催しています。

市内4か所で開催している「ふらっと運動体験」と、公民館など35か所で開催している「リモート運動体験」があります。

どちらも、運動習慣のきっかけづくりに参加する方が、年々増えています。



ふらっと運動体験（写浜地域老人福祉センター）

運動教室に通っている方が感じた**変化**を聞きました



にしむら れいこ
西村 礼子 さん (75歳)

通い始めて、気持ちが前向きに

週1回の「ふらっと運動体験」に参加しています。友人から「150円で楽しく運動ができる」と教えてもらったのが、参加のきっかけでした。

教室では体を動かすだけでなく、頭の体操もできるのが楽しいところです。「またやってみよう」と思える内容が多く、家で同じ動きをやってみることもあります。通い始めて、気持ちがより前向きになりました。



あんじき おさむ
安食 修 さん (80歳)

仲間に会えるから、参加するのが楽しみ

毎週のように、家族と一緒に「ふらっと運動体験」に参加しています。教室での運動も楽しいですが、行くと仲間に会えるし、話ができるので、それが一番の楽しみになっています。

通うことが楽しいので、運動することも習慣に変わりました。これからも楽しみながら、無理なく続けていきたいです。



フレイル予防には **栄養** も大切です

「食事の準備が面倒で、毎日同じような物ばかり食べている」「食事を抜くことがある」「最近、体重が減ってきた」など、心当たりはありますか？もしかしたら、低栄養状態になっているかもしれません。

1日3食しっかりと食べ、いろいろな食品を組み合わせるなど、毎日の食事の心がけで低栄養を予防することが、フレイル予防にもつながります。

市では、生活習慣病や低栄養の予防に効果的なメニューを「フレ飯」として紹介しています。レシピなど、くわしくは市ホームページから閲覧できます。



POINT

フレイル予防に大切なたんぱく質。摂取量が少なくなると筋肉量が減少します。加齢とともに筋たんぱくの合成が遅くなるため、高齢の方はより一層たんぱく質を含む食品（肉、魚、卵、大豆、乳製品）をとることが大切です。



▲フレ飯メニュー「サバのドライカレー」
サバ缶、トマト缶を使うことで調理の手間が省け、手軽に魚料理ができます！

ずっと **元気** であるために、フレイルを予防しましょう

フレイル予防に取り組むことで、好きな場所に出かけたり、やりたいことに取り組めるなど、自立した生活と満足感を得ることができます。

フレイル予防で健康寿命を延ばして、ずっと元気に、人生を楽しみましょう！

仲間と一緒に、無理なく楽しく、運動しませんか？

ふらっと運動体験

リハビリ専門職が指導するフレイル予防の体操教室です。予約不要です。



- ▶費用 1回150円
- ▶会場 Chukaiコムコムスクエア、弓浜地域老人福祉センター、さなめホール（淀江文化センター）、米子サン・アビリティーズ
- ▶持ち物 水分補給用ドリンク、タオル、上靴

リモート運動体験

ふらっと運動体験のオンライン中継映像を見ながら、みんなで一緒に運動できます。身近な公民館などが会場なので通いやすいのがポイントです。予約不要、参加無料です。



- ▶費用 無料
- ▶会場 公民館など市内35か所
- ▶持ち物 水分補給用ドリンク、タオル、上靴

Information

フレイル予防のポイント（運動・栄養・社会参加など）を学び、実際に運動にも取り組む、有料の教室「フレイル予防実践教室」を市内各所で実施しています。週1回×3か月間（計12回）集中して通って、フレイル状態の改善をめざしましょう！

教室に通う際の送迎支援を行っている会場もあります。くわしくは市ホームページをご確認ください。

▶対象
65歳以上でフレイル度チェックをされた方（要支援・要介護認定のある方は対象外）



2

湊山公園のリニューアルについての説明会

湊山公園のリニューアル計画と都市計画公園区域変更に関する説明会を開催します。

▶と き 7月2日(木) 午後7時～

▶ところ

米子コンベンションセンター2階 国際会議室

▶申込方法

参加申込書に必要事項を記入し、郵送、Eメール、電子申請で提出

※参加申込書は市ホームページのほか、都市創造課(市役所本庁舎4階)、都市整備課(鞆町庁舎2階)にて配布

▶申込締切 6月19日(金) (消印有効)

☎ 都市整備課 (☎ 23-5245)



1

中海憩いのテラス 6月7日オープン!

米子港に整備を進めてきた広場「中海(なかうみ)憩いのテラス」が、いよいよオープンします!

美しい中海の夕日を一望できる芝生広場のほか、水辺を身近に感じられる親水護岸で、ゆったりとした時間が過ごせる場所です。

憩いの場としてはもちろん、イベントの開催や、カヤックなどのウォーターアクティビティを楽しめる場としても活用できます。

心地よい潮風を感じに、米子の新たな憩いのスポットへ、足を運んでみませんか。

▶オープン日 6月7日(日)

▶設備

無料駐車場、トイレ、シャワー、東屋、ベンチなど

▼完成イメージ



▼位置図



☎ 観光課 (☎ 23-5211)

3

「バスでGO! 運賃無料 DAY」を今年度も実施します

市内を走る日ノ丸自動車と日本交通の路線バス、米子市循環バス「だんだんバス」に無料で乗車できる、「バスでGO! 運賃無料DAY」を、今年度も実施



します。

この機会に積極的にバスをご利用ください。

▶開催日 (毎月第3日曜日)

6月21日(日)、7月19日(日)

8月16日(日)、9月20日(日)

10月18日(日)

※11月以降の開催は未定です

▶対象外路線

米子空港連絡バス/日本交通の大山町内路線(佐摩一大山口駅、大山寺一大山口駅)/各高速バス/安来市広域生活バス「イエローバス」

※路線バスに乗車する際は、乗車時に整理券を取り、降車時に運賃箱に備え付けられた専用箱へ入れてください。

※「だんだんバス」は整理券はありません。

☎ 交通政策課 (☎ 23-5274)

毎月第3日曜日

3 & サンデー
サンサンで
覚えましょう

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)	63R1-203	3DK	18,000円 ～35,300円
	63R1-303 世帯向		
錦海町住宅 (錦海町)	5R2-306 単身向	2LDK	21,000円 ～41,300円
五千石住宅 (福市)	23R1-102 高齢者・障がい者	3LDK	29,200円 ～57,400円
	25R3-103 高齢者・障がい者	3LDK	29,500円 ～57,900円

■受付期間 6月1日(月)～5日(金)

■受付場所 鳥取県住宅供給公社西部事務所
(西部総合事務所3号館・鞆町庁舎1階)

■必要書類 マイナンバーがわかるもの、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 7月1日(水)

☎ 鳥取県住宅供給公社西部事務所
(☎ 21-8806 FAX 32-9204)

中海・宍道湖一斉清掃 参加者募集!

ラムサール条約に登録されている中海・宍道湖の自然環境を守るため、米子市をはじめとする沿岸の5市が一体となって今年も護岸の一斉清掃を行います。

この機会に中海・宍道湖の素晴らしさと大切さを再認識してみませんか。



昨年の様子

■とき 6月14日(日) 午前8時～9時45分

受付時間: 午前8時～8時30分

※小雨決行、大雨中止(順延はありません)

■集合場所 湊山公園 野外ステージ前

■清掃場所 湊山公園親水護岸

■申込期限 6月8日(月)(Eメール・FAX)

※駐車場に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

※タオル、長靴などは各自ご準備ください。

※くわしくは市ホームページをご確認ください。

☎ 環境政策課 (☎ 23-5256)

令和7年度 米子市文化奨励賞

米子市の文化振興に貢献し、その活動実績が高く評価され、今後の活躍が期待される方々を表彰しています。

■令和7年度米子市文化奨励賞受賞者

▶個人の部 神原 リカさん

▶団体の部 鳳鳴雅楽会 (ほうめいのうたまい)



(写真右から順に) 神原 リカさん、鳳鳴雅楽会 代表・森川 道弘さん、副代表・三代 幸徳さん

3月27日に市役所で行われた贈呈式では、伊木市長から賞状と盾、株式会社中海テレビ放送から副賞が、それぞれ贈られました。

☎ 文化振興課 (☎ 23-5436 FAX 23-5414)

第53回 米子がいな祭ボランティア募集

夏の米子を彩る一大イベント、米子がいな祭。今年も前夜祭(8月7日)と本祭(8日、9日)が米子駅前を中心に開催されます!この祭りを支えているのは、地域のみなさんの力です。一緒に米子の夏を盛り上げてみませんか?

■内容

各催事の準備・運営、資材の運搬、会場警備、清掃、救護、MCなど

■従事期間 8月7日(金)～9日(日)

■対象 高校生以上

※18歳未満の方は午前8時～午後6時まで(保護者の同意が必要です)

■申込方法 米子がいな祭ホームページから
☎ 米子がいな祭実行委員会 (☎ 22-0018)



見て触って城山自然ツアーを開催します

史跡米子城跡を自然観察の専門家と一緒に入梅前の自然に触れてみませんか。

■とき 6月7日(日) 午前10時～午後2時

※小雨決行

■集合場所 湊山公園駐車場(黄緑色ののぼりが目印)

■申込期間 6月1日(月) 受付開始(電話受付)

■持ち物 弁当、飲み物、歩きなれた靴、雨具、虫眼鏡、双眼鏡、カメラ、虫除けスプレーなど。虫刺され防止のため長袖、長ズボンの着用がおすすめ。

☎ 文化振興課 (☎ 23-5438)

米子市議会議員選挙

6月21日(日) 午前7時～午後8時

今後の市政の方向を決める重要な選挙です。自分の自由な判断で、責任ある一票を投じましょう。

☎ 選挙管理委員会事務局 (☎ 23-5346 FAX 23-5349)

選挙日程

- ◆告示日 6月14日(日) ◆投票日 6月21日(日)
- ◆投票時間 午前7時～午後8時
※本宮公民館と上淀公民館の投票は午後7時まで
- ◆開票 6月21日(日) 午後9時～(鳥取県立武道館)

投票所入場券(はがき)

- ◆郵送期間 6月8日(月)～11日(木)
1通に3人分の投票所入場券がついています。1人分ずつ切り離して、投票所へご持参ください。
紛失された場合は投票所で本人が申し出てください。

投票所

ご自身の投票所は、投票所入場券(はがき)に書いてあります。市内で引っ越しをした方は、引っ越し前の住所の投票所での投票になる場合があります。

代理投票

病気やけがなどの理由により文字を書けない方は、投票所で係員に申し出てください。係員が代わりに候補者の氏名を書きます。

郵便による不在者投票

要介護5や重度の障がい(両下肢障がい1・2級など)がある方は、郵便で投票できます。ただし事前に「郵便等投票証明書」が必要ですので、早めに選挙管理委員会へお問い合わせください。さらに上肢・視覚障がい1級などの方は、代理記載制度を届け出ることによって、選挙権のある方に投票用紙を代理で記載してもらうことができます。

投票できる方

平成20年6月22日以前に生まれ、令和8年3月13日以前に米子市に住民登録の届出をした方
※選挙期日の前日までに他の市区町村に転出した方は投票できません。

期日前投票

- ◆対象者 投票日に用事があり、投票所へ行けない方
- ◆投票場所・投票期間・投票時間
▷米子市役所本庁4階、米子市淀江支所1階
6月15日(月)～20日(土)
午前8時30分～午後8時
▷MEGA ドン・キホーテ米子店3階
6月17日(水)～20日(土) 午前9時～午後7時
※20日(土)は午後6時まで
- ◆必要なもの
投票所入場券、期日前投票宣誓書(入場券裏面)
※混雑緩和のため、投票所入場券の裏面にある期日前投票宣誓書に記入し、持参ください。

不在者投票

- ◆市外に滞在中の方
マイナポータルのオンライン申請または郵送で、不在者投票宣誓書・請求書を提出してください(用紙は市ホームページに掲載)。申請後、届いた投票用紙を所在地の選挙管理委員会に持参し投票してください。
- ◆不在者投票の指定を受けている病院、老人ホームなどに入院、入所中の方
投票方法は、病院や施設にお問い合わせください。市内の指定病院は市ホームページをご確認ください。



選挙公報

新聞折込での配布ほか、各期日前投票所や公民館などに設置します。市ホームページには6月15日に掲載します。新聞を購読していない世帯で郵送を希望される方は、事前に選挙管理委員会へ、住所、氏名、電話番号を、Eメール、電話またはFAXでご連絡ください。

米子市の家計簿

皆さんが納めた税金がどのように使われ、市の財政がどのような状況をお知らせするため、財政状況を公表しています。今回は、令和7年4月から令和8年3月の会計別の収支などをお知らせします。出納整理期間（令和8年4月1日～5月31日）の収入・支出は含まれませんので、決算額とは異なります。☎ 財政課（☎ 23-5322 ☎ 23-5390）

一般会計

市税を主な財源として、福祉や土木、教育などの市の基本的な仕事をするための会計

歳入(収入)	予算額	収入済額	収入率
市税	198億7,418万円	194億8,374万円	98.0%
国・県からの交付金	472億8,461万円	426億2,555万円	90.1%
市の借入金	66億4,870万円	1億4,430万円	2.2%
その他	190億3,285万円	145億7,391万円	76.6%
合計	928億4,034万円	768億2,750万円	82.8%

歳出(支出)	予算額	支出済額	支出率
民生費	355億4,904万円	276億4,741万円	77.8%
総務費	143億4,041万円	114億9,149万円	80.1%
商工費	115億 17万円	97億6,840万円	84.9%
教育費	96億5,773万円	75億2,884万円	78.0%
土木費	88億9,862万円	49億9,423万円	56.1%
公債費	61億1,534万円	60億9,095万円	99.6%
衛生費	45億9,324万円	39億8,034万円	86.7%
その他	21億8,580万円	14億2,217万円	65.1%
合計	928億4,034万円	729億2,382万円	78.5%

市の資産・借入金

市有財産の状況	
建物	554,272 ㎡
土地	7,238,786 ㎡
有価証券	1億5,042万円
基金	125億2,541万円

市の借入金現在高	
一般会計	528億8,976万円
特別会計	6億2,600万円
※市民1人当たりの借入金（一般会計のみ）371,610円	

一時借入金の状況	
一般会計	0円

特別会計

特定の収入を財源として仕事をする場合に、一般会計とは別に経理する会計

会計名	予算額	収入済額	収入率	支出済額	支出率
国民健康保険事業	134億6,926万円	124億7,845万円	92.6%	123億7,162万円	91.9%
土地取得事業	4,732万円	4,732万円	100.0%	4,732万円	100.0%
駐車場事業	4億8,451万円	7,332万円	15.1%	4億8,315万円	99.7%
市営墓地事業	2,128万円	5,342万円	251.0%	1,447万円	68.0%
介護保険事業	168億9,929万円	137億4,476万円	81.3%	152億7,819万円	90.4%
後期高齢者医療	28億3,400万円	21億4,074万円	75.5%	26億6,919万円	94.2%
米子インター周辺工業用地整備事業	2,044万円	0万円	0.0%	2,044万円	100.0%
米子インター西産業用地整備事業	9,379万円	0万円	0.0%	9,379万円	100.0%

企業会計

企業経営という観点から、独立して経理する会計（米子市では水道事業と下水道事業が該当）
※企業会計には出納整理期間はありませんが、消費税の計算等により決算額とは異なります。

会計名	区分	予算額	執行額	執行率	
水道事業会計 給水人口：17万6,594人 給水戸数：7万9,072戸 年間配水量：2,159万8,303㎡	収益的収支	収入	36億4,051万円	35億9,427万円	98.7%
		支出	35億3,696万円	31億5,461万円	89.2%
	資本的収支	収入	10億3,457万円	6億5,442万円	63.3%
		支出	31億3,241万円	22億6,713万円	72.4%
下水道事業会計 令和7年度整備面積：46.8ha 年間有収水量：1,225万6,337㎡	収益的収支	収入	59億4,394万円	58億6,816万円	98.7%
		支出	57億6,409万円	55億3,301万円	96.0%
	資本的収支	収入	71億2,970万円	41億9,196万円	58.8%
		支出	87億6,262万円	56億5,849万円	64.6%

※端数処理により合計が一致しない場合があります。

障がいのある方への手当

障がいのある方や障がいのある児童を扶養している方に支給される手当があります。支給にはそれぞれ要件がありますので、障がい者支援課にお問い合わせのうえ、手続きを行ってください。

●特別障害者手当

▼対象 在宅で重度の障がいがあり、日常生活に常時特別の介護を必要とする20歳以上の方（3か月以上継続して入院または施設に入所している方は対象外）

▼支給額 3万4500円（月額）

●障害児福祉手当

▼対象 在宅で重度の障がいがあり、日常生活に常時特別の介護を必要とする20歳未満の方（施設に入所している方は対象外）

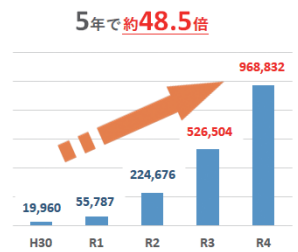
▼支給額 1万6560円（月額）

●特別児童扶養手当

▼対象 身体または精神に中度以上の障がいのある20歳未満の児童を監護している父母、またはその児童を養育している方（児童が施設に入所している場合は対象外）

あなたの情報、狙われています！

クレジットカード会社やECサイトなど普段利用するサービスを装った偽のメールやSMS。その指示に従い情報を入力するとお金を奪われたり、スマホ内の情報が盗まれたりすることも！手口が巧妙化するフィッシングは、今や年間約100万件も報告されています。



- よく利用するネットサービスが不正アクセスされたとのお知らせや、宅配業者からの不在通知など、正規のメールを装ったフィッシングかもしれません。
- 電子メールやSMS内のリンクはタップしないでください。
- ID・パスワードの使いまわしはやめましょう。消費生活相談室では消費生活に関する説明会を実施しています。自治会やいろいろな団体・グループの研修・学習会などにご利用ください。
 圃 米子市消費生活相談室（☎ 35-6566）

▼支給額（月額）

◇1級 5万8450円

◇2級 3万8930円

※障がいの程度によつては、各手当の支給対象にならない場合があります。また、本人、配偶者または扶養義務者の所得が限度額以上の場合には支給されません。
 圃障がい者支援課（☎ 23-5159）

国民年金の手続きが

スマホ・パソコンで簡単！

マイナポータルから国民年金手続きの電子申請ができます。

●対象手続

▽国民年金（1号被保険者）加入

▽国民年金保険料

免除・納付猶予、学生納付特例、産前産後免除、口座振替など

●もつと便利に！

マイナポータルとねんきんネットを連携すると、次のことができるようになります。

▽国民年金保険料控除証明書などの電子データ送付（e-Tax対応）

▽ねんきん定期便の確認



国民年金加入者ダイヤル（☎ 0570-0031004）

合併処理浄化槽設置の補助制度があります

生活排水処理対策を進めるため、50人槽以下の合併処理浄化槽を設置する個人または法人に補助金を交付します。

●対象地域 下水道の事業計画区域外、または区域内であっても当分の間整備が見込まれない地域

●補助上限額
▼単独処理浄化槽または汲み取り槽からの転換設置
93万～150万円（既存槽を撤去する場合は12万～15万円上乗せ）

▼新築に伴う設置
46万6千円～74万4千円

※浄化槽の人槽と既存槽の種類により補助上限額が変わります。

●補助基数

切替設置 年間100基

新築設置 年間74基

●申請期限 令和9年2月末

※浄化槽の大きさ（人槽）は、住んでいる人数ではなく、建物の延べ床面積や用途により決定されます。

●上下水道局営業課（☎34-1387、FAX34-7515）

慰霊巡拝参加者

厚生労働省では旧主要戦域や抑留地等において戦没者を慰霊するための慰霊巡拝を実施します。

中海・宍道湖・大山圏域市長会通信



中海・宍道湖・大山圏域の発展・活性化のため、実施した事業を紹介します。

☎ 総合政策課（☎23-5351）

インド・ケララ州との経済交流

圏域市長会は、2015年にインド南西部のケララ州と「経済交流覚書」



を結び、企業間の連携やIT分野を中心とした人材交流を続けてきました。

この交流が10周年を迎えたことから、2025年10月に覚書を拡充・更新し、圏域5市と経済団体の代表者がケララ州にて調印式を行いました。

新しい覚書では、9つの重点分野（農業、漁業、貿易、造船、観光、IT、環境・エネルギー、アーユルヴェーダ（インドの伝統医療）、福祉・医療）を中心に相互にビジネスを創出し、両地域の持続的な発展をめざします。

●対象者 戦没者の配偶者、父母、子、兄弟姉妹など

●実施地域 旧ソ連国、中国東北地方、南方諸国

※地域情勢により変更などあり。

●申請期間 令和9年2月末
☎23-5548

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。

●売却物件 元博労町住宅用地

●所在・地番 米子市博労町三丁目166番、

167番1、167番2、168番

●地目 宅地

●地積 1414.60㎡

●最低売却価格 2820万円

●現地説明会

6月11日（木）午前10時30分・売却物件所在地にて

▽申込期限 6月10日（水）午後4時

●一般競争入札の日時・場所

7月16日（木）午後1時30分・市役所本庁舎2階202会議室

▽申込期限 6月26日（金）午後4時

※くわしくは、入札説明書または市ホームページでご確認ください。

☎ 契約検査課（☎23-5366）

米子市認知症見守り

GPS 機器購入費等補助金

外出中に行方不明になるおそれのある認知症の方を介護する家族を対象に、GPS 機器の購入やレンタルの費用を補助します。

●対象者

市内在住で次のいずれかに該当する方を在宅で介護している方

- ① 65歳以上の認知症の方で、行方不明になる可能性のある方
- ② 若年性認知症の方で、行方不明になる可能性のある方
- ③ ①～②の他、行方不明になる可能性のある方で、市長が適当と認める方

●補助対象

GPS 機器とその附帯機器の購入費、レンタルにかかる加入手数料と登録手数料

※月々の利用料金は対象外

●補助額

購入とレンタルの額に相当する額（上限1万円）

※補助金の交付は1人につき1回

●申請方法

交付申請書、必要書類を提出

※様式は長寿社会課または市ホームページから入手

圃長寿社会課（☎23―5155）

人事行政の運営等の

状況の公表

◇人事行政の公正性と透明性を高めるため、地方公務員法に基づき毎年、職員の任免、給与、勤務条件などの状況を公表しています。

◇今年度の公表内容

は、市ホームページや市役所掲示場に掲載していますので、ご確認ください。



圃職員課（☎23―5341）

計量器（はかり）の定期検査

●実施日／実施場所

- ▼6月2日(火)／淀江公民館
- ▼6月5日(金)／大篠津公民館
- ▼6月9日(火)／尚徳公民館
- ▼6月12日(金)／巖公民館
- ▼6月16日(火)／和田公民館
- ▼6月19日(金)／彦名公民館
- ▼6月23日(火)／富益公民館

●実施時間

いずれも午前11時～午後3時

圃商工課（☎23―5219）

米子自動車道（蒜山IC）

米子IC間 夜間通行止

●期間 6月1日(月)夜～13日(土)朝

いずれも午後8時～午前6時

※土日を除く10夜間

▼予備日 6月15日(月)夜～19日(金)朝
圃西日本高速道路株式会社（☎27―2181）



募集

米子市公会堂演劇ワークショップ参加者

高校生以上を対象に、作品づくりに挑戦し、最終日に発表します。

●講師

亀尾 佳宏さん（演出家・脚本家）

●対象者 高校生以上（平成22年4月2日生まれ以上）

●定員 俳優コース40名、舞台スタッフコース若干名

●会場 米子市公会堂 大ホール

●開催日 7月4日(土)、7月5日(日)、8月20日(木)、8月21日(金)、8月22日(土)、8月23日(日)

●参加料

一般1000円、高校生500円

●申込締切 6月5日(金)

※応募者多数の場合は、書類選考のうえ合否を6月12日(金)までにご連絡します。

●申込方法 米子市公会堂ホームページをご確認ください。

圃米子市公会堂（☎22―3236）

米子市二十歳を祝う会

実行委員と記念感想文

●実行委員 二十歳を迎える皆さんによる実行委員を募集しています。企画や当日の運営に参加し、心に残る会をつくりましょう。

▼会議 月1回程度、原則平日の夜に開催（Webでの参加も可）

▼募集締切 7月31日（金）

●記念感想文 二十歳を迎える今の気持ちを、あなたの言葉で伝えてみませんか。入賞品や参加賞もあります。

▼字数 400字詰め

原稿用紙3枚程度まで

▼募集締切 10月30日（金）

▼生涯学習課（☎23-5442）



とっとり

孤独・孤立サポーター

地域で孤立しながらも、支援につながっていない人に気づき、寄り添い、支援へつなぐ「とっとり孤独・孤立サポーター」の養成研修を開催します。公認心理師や社会福祉士を講師として、ペアワークでコミュニケーション力を身につけます。

●共通研修 7月13日（月） 午前9時15分～11時25分

●実務研修 8月6日（木） 午前9時30分～午後4時

●ところ 米子コンベンションセンター 第6会議室

●対象 鳥取県内在住の方

●参加費 無料

●申込方法

電子申請・郵送・FAX

X・電子メール

鳥取県孤独・孤立対策課（☎0857-26-7158、☎0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

0857-26-8116、☑

水泳大会出場者

●第26回米子市水泳選手権大会

兼第26回鳥取県民スポーツ・レクリエーション祭水泳競技米子市予選会

▼とき 7月4日（土）

▼ところ 鳥取県営東山水泳場

●2026年度わかとり国体記念水泳競技大会

▼とき 8月22日（土）

▼ところ 鳥取県営東山水泳場

※各大会の種目・申込方法などはホームページをご確認ください。

※大会を一緒に作っていく役員さん

※大会を一緒に作っていく役員さん

※大会を一緒に作っていく役員さん

※大会を一緒に作っていく役員さん

※大会を一緒に作っていく役員さん

※大会を一緒に作っていく役員さん

※大会を一緒に作っていく役員さん



んも同時に募集しています。

鳥取県西部広域行政管理局
合消防吏員（経験者採用）
☎23-5426、☎23-5414

鳥取県西部広域行政管理局 合消防吏員（経験者採用）

●募集職種 消防吏員（経験者）

●採用予定数 若干名

●応募資格 昭和60年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた者で、消防本部（局）において、消防吏員としての職務経験が令和9年4月1日時点で、通算して3年以上ある者

●採用予定日 令和9年4月1日

●募集期間 5月1日（金）～29日（金）

●試験日 6月21日（日）

鳥取県西部広域行政管理組合
消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

消防局総務課（☎35-1951）

スマホサポート

ボランティア

「米子市スマホよろず相談会」で、相談員としてご協力いただけるボランティアを募集しています。

※スマホの基本的な操作に関する相談が多いので、専門的な知識は必要ありません。

●申込方法 電子申請

●情報政策課（☎23-5333）



市営墓地の使用者を募集します

- 南公園墓地（石井490番地、募集：20区画）
※市外に住所がある方の使用料・管理料は2倍。

地区	面積	区画数	使用料	管理料(年)
特	8㎡	3	350,400円	3,520円
A	5㎡	1	175,000円	2,200円
A	6㎡	1	210,000円	2,640円
新A	6㎡	1	210,000円	2,640円
50A	6㎡	4	210,000円	2,640円
52A	6㎡	3	210,000円	2,640円
53A	6㎡	1	210,000円	2,640円
59A	5㎡	1	175,000円	2,200円
59A	7.5㎡	1	262,500円	3,300円
B	4㎡	2	114,400円	1,760円
B	5㎡	2	143,000円	2,200円

- 北公園墓地（彦名町6566番地、募集：23区画）
※市外に住所がある方の使用料・管理料は1.5倍

地区	面積	区画数	使用料	管理料(年)
A	5㎡	8	525,000円	4,400円
B	5㎡	7	525,000円	4,400円
C	4㎡	6	420,000円	3,520円
D	4㎡	1	420,000円	3,520円
E	5㎡	1	525,000円	4,400円

- 西ノ原墓苑（淀江町西原913番地、募集：2区画）

地区	面積	区画数	使用料	管理料(年)
A	9.9㎡	1	260,000円	1,050円
D	6.25㎡	1	164,000円	1,050円

- 申し込みできる方 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
 - ▶市内にあるお墓を移転しようとする方
- 申込期間
 - ▶焼骨所有者（優先者） 6月1日(月)～5日(金)
 - ▶一般 6月8日(月)～12日(金)

- 受付窓口（電話での申込みは受け付けません）

建設企画課（糀町庁舎2階）
おくやみコーナー（本庁舎1階）
地域生活課（淀江支所）

- 提出書類

墓地使用許可申請書、焼骨埋蔵場所困窮証明書（焼骨をお持ちの方のみ）、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（自署の場合は不要）

- ※使用者は抽選で決定（抽選会：6月19日(金)）
- ※申し込みがなかった区画は随時募集になります。
- ☎建設企画課（☎23-5529 FAX23-5396）



催し

米子市隣保館合同人権講座

人権問題を正しく理解し、人権意識を高めるためのトーク&コンサートを開催します。

- 講師 太田遊人さん（心援歌特化型シンガーソングライター）
- 演題 私と部落
- とき 7月11日(土) 午前10時～11時30分
- ところ 米子市淀江文化セン

ター さなめホール

- 参加費 無料

- 申込方法

電話、FAX、Eメール

※申込書は人権情報センター・隣保館に設置、市ホームページに掲載
☎人権・男女共同参画課（☎23-5251）

TEENS ROCK IN YONAGO 中国地区大会

全国大会、プロのステージへと繋がる、高校生たちの夢あふれる大会です。

●とき 6月28日(日) 午後1時30分～4時30分（午後1時開場）

- ところ 米子駅前だんだん広場

- 申込方法

※入場無料、申込不要

☎TEENS ROCK IN YONAGO 実行委員会（有限会社カジマ自動車内）（☎090-7890-2669）

YOUNGの健康講座

①6月10日(水) 午後1時～4時

発達障がい基礎知識、メンタルヘルスについて

②7月7日(火) 午後1時～4時

精神疾患の基礎知識、依存症の基礎知識

③8月26日(水) 午後1時～4時

当事者の話、あいサポート運動について

●ところ ①・③米子市立図書館 研修室3・4 ②米子市役所4階402会議室

●参加費 無料

●申込方法 電話・FAX

※講座1つだけでも受講可能

●申込期限 それぞれの開催日の前週の火曜日

☎障がい者支援課（☎23-5554、FAX23-5393）

中国語入門講座

「いつかは中国旅行を！」と、考えている皆さん、言葉が少しでも分かると、きっと旅が楽しくなりますよ！（初心者の方向け）

● **とき** 6月26日(金)～9月18日(金)にかけて全12回(金曜日) 午後7時～8時30分

● **ところ** 米子市文化活動館

● **受講料** 6000円(別途教材費3000円要)

● **講師** 吳 燕さん

● **申込期間** 6月4日(木) 午前10時～15日(月) 午後5時

Bigship Art Cruise

～歌とギターが紡ぐ情熱のフラメンコ～

生演奏やトークで楽しむフラメンコの世界！
初めての方も楽しんでいただける内容でお届けします♪



● **とき**

7月14日(火) 午後7時～8時30分ごろ

● **ところ** 米子コンベンションセンター

● **出演** 井上 泉(歌)、長谷川 暖(ギター)、
el medio(踊り)

● **入場料**

一般1,500円、高校生以下500円

※未就学児入場不可

※ワンドリンク&スイーツ付き

〒米子コンベンションセンター(☎35-8111)



実用書道教室

※定員(16人)を越える場合は抽選
● **申込方法** 電話、窓口、ホームページ「お知らせ」欄から
〒米子市文化活動館(☎34-5154)

● **とき** 6月29日(月)～10月5日(月) 毎週月曜日(計12回)

午後1時30分～3時

● **ところ** 米子市文化活動館

● **講師** 後藤三千代さん

● **準備** 習字道具一式、練習用紙

● **受講料** 6000円(別途手本

コピー代実費必要)

● **申込期間** 6月4日(木) 午前10時～15日(月) 午後5時

※定員(16人)を越える場合は抽選

● **申込方法** 電話、窓口、ホームページ「お知らせ」欄から

〒米子市文化活動館(☎34-5154)

～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6日(月) 午後2時～3時30分

● **ところ** ふれあいの里

● **対象者** ご家族を自死で亡くされた方

● **参加費** 無料(申込不要)

〒鳥取県立精神保健福祉センター

(☎0857-21-3031)

第27回 米子市公会堂

ナイトタイムレコード

▼NON-STOPPER 荻野目洋子
※The BEAT、Special(1986年)／荻野目洋子

▼Spirits!(1985年)／ハウンドドッグ

● **とき** 6月19日(金) 午後6時30分開演(午後6時開場)

● **ところ** 米子市公会堂大ホール

※入場無料、申込不要

〒文化振興課(☎23-5436)

有料広告

米子市スマホよろず相談会

基本的な操作からアプリの利用方法などの応用まで、なんでもご相談いただけます。(予約制)

- とき 6月8日(月)、6月19日(金)、6月29日(月)、7月6日(月)、7月17日(金) いずれも午前9時30分～11時40分

●ところ Chukaiコムコムスクエア(四日市町127-1 ローズセントラルビル1階)

●参加費 無料

●定員 各日12人程度

※相談時間は1人40分

●持ち物

お使いのスマートフォン

●申込方法 電話

☎ 中海テレビ放送(☎0120-727-868)

米子コンベンションセンター 大人の社会科見学ツアー

普段は見られない施設の裏側を、スタッフが解説します。

※コース内には薄暗い場所や階段の昇降が必要な場所もあります。

- とき 8月18日(火) 午後2時50分～4時30分

●ところ 米子コンベンションセ

ンター 多目的ホール

●参加費 無料(要事前申込)

●対象 18歳以上の方

●定員 15人(最少催行人数5人)

●申込方法 施設見学申込書を提出(ホームページに掲載)

●申込期間 6月1日(月)受付開始
☎ 米子コンベンションセンター(☎35-8111)

認知症の人と暮らす

家族のつどい

認知症に関することや、介護の悩みを話す場です。

- とき 6月9日(火)、7月14日(火) 午前10時～正午

●ところ 米子市立図書館

※参加無料、申込不要

☎ 認知症の人と家族の会 鳥取県支部(☎37-6611、FAX30-2980)

上淀廃寺の壁画を

描いてみよう!

上淀廃寺の話を聞いた後、壁画の技法でレンガに絵を描きます。

●とき

- 6月13日(土) ①午前10時～正午 ②午後1時30分～3時30分

●ところ 上淀白鳳の丘展示館

●参加費 500円

●対象 小学校4年生以上

●定員 各回10人(先着)

●申込方法 電話、来館

☎ 上淀白鳳の丘展示館(☎56-2271)

縄文時代の古代食「ドングリすいとんづくり」に挑戦!

- とき 6月27日(土) 午前9時30分～11時30分(午前9時15分集合)

●ところ 米子市宇田川公民館

●参加費 500円(1組)

●定員 10組(先着)

●申込方法 電話、来館

●申込期間 6月3日(水)

※小学校3年生以下は保護者同伴
☎ 上淀白鳳の丘展示館(☎56-2271)

とりだいフェス2026 七夕まつり 医療と宇宙が出会う日

- とき 7月5日(日) 午前9時30分～午後4時30分

●ところ 鳥取大学医学部附属病院

●内容

バーチャル宇宙体験、出張カニジララジオ、医療従事者お仕事体験、手術支援ロボット見学、地震体験車(一部は要事前予約)

☎ 鳥取大学医学部附属病院患者サービス係(☎38-7122)

7月の集団検診日程

今年度の集団がん検診の予約受付が始まります！
医療機関での個別検診については、6月末にお手元に届く健診受診券をご確認ください。

- 持ち物 受診券、負担金（マスクの着用をお願いします）
- 対象者 肺がん・胃がん検診 40歳以上の方
乳がん検診 40歳以上の女性の方
※乳がん検診は、前年度受診者は除く

■胃がん検診・乳がん検診予約方法

予約には、「令和8年度健診受診券」が必要です。受診券は6月19日ごろに発送予定です。

▶ WEB 予約の場合（24時間受付）

6月23日（火）受付開始

▶ 電話予約の場合 7月1日（水）受付開始

健康対策課 ☎ 23-5468

受付：平日 午前8時30分～午後5時15分



■肺がん検診（予約不要）

実施日	会場	時間
7月10日（金）	ふれあいの里	午前9時～11時 午後1時～3時
7月27日（月）	淀江支所	午前9時～11時

※今年度から、淀江の検診会場が「淀江体育館」から「淀江支所」に変更になりました

■胃がん検診（要予約） ※レントゲン検査のみ

実施日	会場	時間
7月17日（金）	ふれあいの里	午前8時15分
7月20日（月・祝）		～11時

■乳がん検診（要予約）

実施日	会場	時間
7月17日（金）	ふれあいの里	午前8時15分
7月20日（月・祝）		～11時
7月24日（金）	ふれあいの里	午後1時15分 ～3時30分

熱中症警戒アラートが発表されたら…

気温が著しく高くなることで、熱中症による人への健康被害が生じるおそれがある場合に、気象庁と環境省が共同で熱中症警戒アラートを発表します。（暑さ指数※33以上）アラートが発表されたら、自分だけでなく、家族や友人にも熱中症に一層注意するよう声かけをしましょう。
※暑さ指数…人間の熱バランスに影響の大きい「気温」「湿度」「輻射熱」を取り入れた暑さの厳しさを示す指標

■主な熱中症対策

- ▶ のどが渇く前にこまめに水分・塩分補給をする
- ▶ エアコンのきいた涼しい部屋で過ごす
- ▶ 保冷剤や氷などで体を冷やす

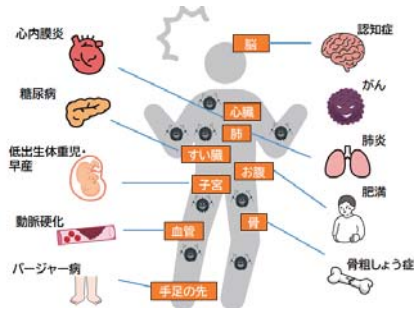
☎ 健康対策課（☎ 23-5451 FAX 23-5460）

6月4日～10日は「歯と口の健康習慣」

「6（む）4（し）（ば）」にちなんで、6月4日からの1週間は「歯と口の健康週間」です。

歯を失う最大の原因が、歯周病です。（歯周病が1位、虫歯が2位）30代で歯周病にかかっている人は約70%であり、若い世代からの予防が必要です。

■知ってますか？歯周病は生活習慣病です



歯周病菌は歯と歯ぐきの隙間に入り込み、毛細血管に入ります。血液に入った菌は全身を巡り、さまざまな疾患を引き起こします。

歯周病予防には、セルフケアだけでなく歯科医院でのケアが必要なため、定期的な歯科検診を受けましょう。市では、ふしめ年齢の方に歯科検診の費用を助成しています。対象者の方には受診券を送付しますので、ご確認のうえ受診してください。

☎ 健康対策課（☎ 23-5452 FAX 23-5460）



第19回とりだい病院ミニ講座

■テーマ 炎症性腸疾患について

■とき 6月29日（月）午後2時～3時

■ところ 鳥取大学医学部附属病院 ゲストハウス棟2階

■申込方法 Webまたは電話（開催前日まで）

■参加費 無料

☎ 鳥取大学医学部附属病院（☎ 38-7039）



第145回 一般公開健康講座

2025年に肺がん検診のガイドラインが19年ぶりに改訂されました。これを受けて肺がんによる死亡率の高い鳥取県では、AIと低線量CTを導入して最先端の肺がん検診を実施します。肺がん検診の先進県として皆さんと一緒に肺がんの征圧をめざしましょう。（入場無料、申込不要）

■演題 進化する肺がん検診～AIと低線量CTによる最先端の肺がん検診を受けましょう～

■講師 鳥取大学名誉教授

松江赤十字病院 呼吸器外科／低侵襲手術センター長
鳥取県保健事業団参与 西部健康管理センター
中村 廣繁 先生

■とき 6月25日（木）午後2時～3時30分

■ところ 米子市文化ホール メインホール

☎ 鳥取県西部医師会（☎ 34-6251 FAX 34-6252）



YONAGO
フレイルを
スマイルに

☎ フレイル対策推進課
(☎ 23-5458)

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等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
業務課

☎ 0858-32-1095

米子市フレイル対策推進課

☎ 0859-23-5458

◆受診方法

申込後、鳥取県後期高齢者医療広域連合から受診券と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

※その後治療行為が行われる場合は有料となりますので、医師から十分な説明を受けたうえで治療を受けてください。

◆受診期間

6月1日(月)～令和9年1月30日(土)

※健診は、受診期間内に1回のみです。

お口の健康状態を
気軽にチェックできる
機会として
ご活用ください



Yonago Life Plus



くらしを
豊かに

ヒューマンライツ

～みんなが幸せな社会をめざして～



☎ 人権・男女共同参画課 (☎ 23-5415 FAX 37-3184)

「人権尊重のまち米子市をつくる条例」が4月に施行されました。第一条では、「人権侵害のない『人権尊重都市米子市』を実現する」という目的が記され、その目的の実現のために、「基本理念」、「市、市民及び事業者の責務」のほか「人権に関する施策の基本となる事項」が定められています。近年、人権問題は多様化、複雑化しています。このため、第一条では、あらゆる人権課題を、「部落差別をはじめ人種、国籍、民族、信条、年齢、性別、性的指向、性自認、障がい、病気、職業その他の事由を理由とする差別又はこれらの事由が重なり合っているこ

「人権尊重のまち米子市をつくる条例」目的

とによる複合的な差別その他の人権に関する問題」として列記し、多様化する人権課題を明確に示しています。近年問題となっているのが「複合的な差別」です。例えば、障がいのある外国人、性的マイノリティの高齢者などのように、複数の属性が重なることで、より複雑で深刻な被害が生み出されることがあります。このように、多様で複雑な人権課題を解決するため、さまざまな取り組みを推進し「人権尊重都市米子市」を実現することを目的として、この条例は施行されました。

—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 >

今私たちにできることは、

声を上げ続けることであろうと思います。

保定から 愛をこめて

米子市の友好都市・中国保定市から来た国際交流員の董葦菲(ドン・イヒ)さんが、保定のことや米子での体験などをお伝えします!

☎国際交流室 (☎ 23-5374)



子ども料理教室で「涼麵(りやんめん)」を作りました

中国の「医食同源」で夏バテ対策

もうすぐ真夏を迎えますが、米子の夏は本当に暑いですね。皆さんはどのような暑さ対策をされていますか。中国では、暑い夏を快適に過ごすために、食生活が季節に合わせて変化します。

私の故郷では、夏になるとよく「涼麵(りやんめん)」を食べます。日本の冷やし中華のルーツだといわれており、香ばしいゴマだれに、特製の酢とニンニクのソース、そしてきゅうりなどの夏野菜の細切りを加えていただきます。さっぱりとしているながらも心も体も満



夏の定番「绿豆(りょくとう)スープ」

たされる味わいです。

また、家庭では「绿豆(りょくとう)スープ」をよく作ります。作り方はとても簡単で、たっぷりの水で绿豆を柔らかく煮て、冷蔵庫で冷やしたら完成です。一口飲むと、体の熱を冷まし、喉の渇きを癒してくれます。绿豆は食物繊維が豊富に含まれており、炎症を抑える働きもあります。まさに中国でいう「医食同源」を体現する食材のひとつです。暑い季節のひとつとして、ぜひ皆さんも一度試してみてください。

学校給食いきいき

こめっコレシピ



No.96 ジャージャン麺

米子市と友好都市の保定市がある、中国の定番料理です。中国から米子にいられている国際交流員さんにアドバイスをいただいて、子ども達にも食べやすいようにアレンジしてあります。テンメンジャンとにんにくがきいた肉みそと麺で食欲がわく一品です。

☎学校給食課 (☎ 33-4751)



米子市学校給食キャラクター
こめ太・こめ子

材料(4人分)

中華めん…3玉	酒…小さじ1
豚ミンチ…300g	味噌…大さじ2
たまねぎ…中1/2個	B テンメンジャン…大さじ1
青ねぎ…1本	しょうゆ…大さじ2
A おろしにんにく…少々	三温糖…大さじ1強
おろし生姜…少々	片栗粉…小さじ2弱
ごま油…小さじ1	

作り方(所要時間 約30分)

- ①青ねぎは小口切り、たまねぎはみじん切りにする。
- ②熱したフライパンにごま油(半量)とAを入れて焦げないように香りが出るまで炒める。豚ミンチを加えて炒め、火が通ったら、たまねぎを加えてさらに炒める。
- ③②にBで調味する。
- ④青ねぎを加えてさっと炒め、同量の水で溶いた水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。
- ⑤ごま油(半量)をまわし入れて香りよく仕上げる。
- ⑥中華めんはゆでて水気を切り、⑤に入れて絡める

◇ PICK UP EVENT ◇

じどぶん古本市

時 6月13日(土) 午後1時～3時30分

¥ 無料

※ 1人 10冊まで

おはなしのへや

時 6月14日(日) 午前10時30分～11時

¥ 無料

おはなしひろば

時 6月20日(土) 午後2時～2時20分

¥ 無料

だくちるおはなし会

時 6月27日(土) 午後2時15分～2時45分

¥ 無料

子どもを守る！応急手当教室

～救急車が来るまでにできること～

時 6月28日(日) 午後1時30分～

対 大人(託児あり、要事前申込)

¥ 無料

申 WEB: 6月14日(日)～

雨の日のおとも探しに古本市へ♪

6月13日土曜日に、毎回ご好評をいただいている「じどぶん古本市」を開催します。毎年6月と12月に行っている人気イベントで、児童文化センターで役目を終えた本たちを、お一人様10冊までお持ち帰りいただけます。絵本や読み物、一般向けの本まで種類もさまざま。思いがけない一冊や懐かしい本たちに出会えるかもしれません。雨の多い梅雨の時期は、家でゆっくり読書を楽しむのにぴっ

たりな季節です。おうち時間を豊かにしてくれるお気に入りの一冊を探しに、ぜひ児童文化センターへお越しください！



おいでよじどぶん



米子市児童文化センター ☎ 34-5455 開 午前9時～午後5時 休 火曜日

◇ PICK UP EVENT ◇

木曜おはなし会(ほしのぎんか、火曜の会)

時 毎週木曜日 午前10時40分～

つつじ読書会(初めての方要予約)

『イスラエル・パレスチナ紛争をゼロから理解する』イラン・パペ/著(河出書房新社)

時 6月6日(土) 午後2時～

楽しく漢文に学ぶ会(初めての方要予約)

時 6月7日(日) 午後1時30分～

いきいき長寿音読教室(要予約)

時 6月9日(火) 午後3時～

6月10日(水) 午前10時30分～

夕方おはなし会(職員)

時 6月9日(火) 午後4時～

おはなしかご(米子おはなしかご)

時 6月20日(土) 午前10時30分～

古文書研究会～地域の古文書にふれてみよう～

時 6月27日(土) 午後1時30分～

パネル展示「第14回日韓合同写真展」

時 6月5日(金)～14日(日)

講座 英語で楽しむ物語「老人と海」

英語を楽しく味わう短期講座を開催します。ヘミングウェイの名作「老人と海」を原文で読みながら、物語の時代背景や英文学の魅力に触れてみませんか？試験勉強とは一味違う、英文学の面白さが味わえます。

◆とき

7月26日(日)、8月23日(日)

◆ところ

米子市立図書館
2階 多目的研修室

◆講師

酒井康宏さん
(国立米子工業高等
専門学校名誉教授)

※要予約

(カウンター、ホームページ、電話)



ぶらりらいぶらり



米子市立図書館 ☎ 22-2612 開 平日:午前9時～午後7時 土日祝:午前10時～午後6時 休 月曜日、29日、30日(月末整理)

◇ PICK UP EVENT ◇ (入館料必要)

自然観察会

「昆虫標本の種類を見分けてみよう！」

時 6月6日(土) 午前

10時～11時30分

対 小学生以上の親子

定 6組18人

申 受付中



手作り自然教室

「メタルでエノハを作ろう！」

時 6月21日(日) 午前10時～正午

対 小学生以上(保護者同伴が必須)

料 500円

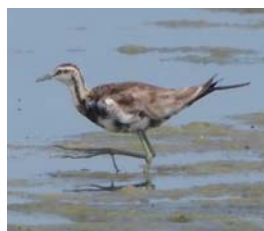
定 12人(保護者を除く)

申 6月4日(木) 午前9時～



261種類目はレンカク

2025年6月25日に、園内の「つばさ池」の奥で、レンカクを1羽発見しました。レンカクは南アジアから東南アジアに生息する鳥で、日本では珍しいです。園内初記録で、通算261種類目の鳥です。足の指と爪がとても長く、水面に広がる水草の上を歩けるようになっています。この個体も、池の水面に漂う藻の上を歩いていて、時々藻をつついて何かを食べていました。珍しい鳥なので、姿をじっくりと観察したかったのですが、いた場所がネイチャーセンターから850mあり、よく見えなかったのが残念でした。翌日にはいませんでした。



浮遊する藻の上を歩く
レンカク



水鳥に会いに



米子水鳥公園 ☎ 24-6139 開 午前9時～午後5時30分 休 火曜日

ミュージアムスクール

※いずれの回も事前申込が必要

米子市立図書館連携事業

第3回 美術上映会「藤城清治 銀河鉄道の夜」

時 6月27日(土) 午後2時～3時

場 米子市立図書館 多目的研修室

定 80人 料 無料

第4回 アートツアー

「山陰伯耆国米子アジア博物館 & 本池美術館」

時 7月4日(土) 午後1時30分～4時

場 山陰伯耆国米子アジア博物館(大篠津町57)

料 800円(一般) ※学割あり

申 6月1日(月)～

第5回 カプセルトイ商品開発

時 7月20日(月・祝) 午後1時30分～4時

場 フルーツカフェサエキ

対 小学生(1、2年生は保護者同伴)

料 800円(材料費、1ドリンク代込)

定 10人 申 6月15日(月)～

米子市美術館開館記念日

当日フルーツカフェサエキをご利用の方に、収藏品ポストカードをプレゼント!

時 6月17日(水) 午前9時～午後5時
(ラストオーダー午後4時30分)

場 フルーツカフェサエキ(米子市美術館隣)

オンラインコレクション展 I

休館中も収藏品を楽しんでいただくため、当館スタッフが選んだおすすめ作品を、選出コメントや解説とともにホームページ上で紹介します。

時 ～6月29日(月)



戸田海笛《天籟》
1912年 石膏
米子市美術館蔵

中原悠月 作品展

時 6月2日(火)～7月31日(金)

場 フルーツカフェサエキ(月曜定休)



美術館さんぽ



米子市美術館 ☎ 34-2424 開 月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 ※空調工事のため8月まで休館します

文化ホール「第68回 米子市音楽祭」チケット発売中！

▶ JAZZ

時 6月13日(土) 午後4時30分開演 場 米子市公会堂 大ホール

▶ 合唱

時 6月14日(日) 午後2時開演 場 米子市公会堂 大ホール

▶ フリージャンル

時 6月20日(土) 午後2時開演 場 文化ホール メインホール

▶ アコースティック

時 6月21日(日) 午後2時開演 場 文化ホール メインホール

▶ GAINA JAM

時 7月5日(日) 正午開演 場 コンベンションセンター 多目的ホール

◆ チケット

¥ 500円(5日間通しチケット・全席自由) ※高校生以下無料

☎ 米子市音楽祭実行委員会事務局 (☎ 35-4171)



国史跡尾高城跡
本丸・二の丸一般公開

尾高城跡の本丸と二の丸を一般公開します。本丸と二の丸以外は常時公開しています。

時 6月18日(木)～24日(水) いずれも午前9時～午後3時30分(荒天時中止の場合あり) 場 国史跡尾高城跡 ¥ 入園無料・参加無料
☎ 埋蔵文化財センター (☎ 26-0455)

福市考古資料館
「土の中から見つかるお金」

米子市内から出土した銭貨を展示
時 ～7月20日(月・祝) 午前9時30分～午後5時 ※休館日：毎週火曜日 場 福市考古資料館 ¥ 無料
☎ 福市考古資料館 (☎ 26-3784)

文化ホールでうたおう

懐かしのメロディーをうたう会
時 6月8日(月) 午前10時30分～11時45分 ¥ 1,000円/年
童謡をみんなでうたう会
時 6月25日(木) 午前10時30分～11時30分 ¥ 1,000円/年
どうようのおへや(対象：乳幼児と保護者) 時 6月25日(木) 午前11時30分～正午 ¥ 無料
☎ 米子市文化ホール (☎ 35-4171)

山陰歴史館企画展
「米子の水と人の歴史」

米子の水道事業が今年で100年を迎えることを記念し、米子の人と水との関わりの歴史を紹介します。

時 ～6月7日(日)
※休館日：毎週火曜日
場 山陰歴史館 ¥ 300円
☎ 山陰歴史館 (☎ 22-7161)

共催展「第19回池田家墓所写真コンクール作品展」

国史跡鳥取藩主池田家墓所の魅力を広く伝えるための「池田家墓所コンクール」入賞作品の展覧会です。
時 6月13日(土)～7月20日(月・祝) ※休館日：毎週火曜日 ¥ 無料
場 山陰歴史館 1階 第1展示室
☎ (公財) 史跡鳥取藩主池田家墓所保存会 (☎ 0857-26-7524)

淀江文化センター
ランチタイムレコード

「ストライク・アップ・ザ・バンド」
トニー・ベネットとカウント・ベイシー

時 6月9日(火) 午後0時15分～1時 場 淀江文化センター ¥ 無料
☎ 淀江文化センター (☎ 39-4050)

あじさい・大賀ハスが見ごろ

6月中旬から青色やピンク色など、色とりどりのアジサイが見ごろを迎えます。また、6月下旬からは大賀ハスが咲き始め、8月下旬まで88種類の蓮が次々に開花します。
場 伯耆古代の丘公園 ¥ 無料
※開館時間は午前9時～午後5時
☎ 伯耆古代の丘公園 (☎ 56-6817)

米子市児童文化センター プラネタリウムスケジュール

◆ 6月1日(月)～29日(月)

	11時	1時	2時	3時	4時
平日	団体申込優先 ※予約がない場合は①	キッズ	—	—	②
土日祝	生解説	キッズ	①	生解説	②

①サラのねがいごと ②さそり座ツアー～アンタレスに突入せよ～
生解説：金星 キッズ：からす座物語(25分)

¥ 小学生～高校生 50円(土日祝は無料)、一般 500円、幼児・70歳以上無料

☎ 米子市児童文化センター (☎ 34-5455)

時：時間 場：場所 ¥：料金 ☎：問い合わせ



一人で抱え込まないで。相談はお気軽に。

相談会名	相談内容	日時・場所	予約・問い合わせ先
法テラス 無料法律相談会	法律問題全般／市内在住・在勤者（資力要件あり）対象	6月26日（金）午後2時～4時 市役所第2庁舎2階 第1会議室	[要予約] 法テラス鳥取 (☎ 0570-078-357)
法律相談 センター米子	法律全般 1件30分5,000円 ※多重債務は相談無料	ⓧ 午後1時30分～4時 ⓧ 午前10時30分～午後0時30分 米子しんまち天満屋4階	[要予約] 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 1件30分無料	6月18日（木）午後1時30分～3時 コンベンションセンター会議室	[要予約] 鳥取県西部消費生活 相談室 (☎ 34-2648)
高齢者なんでも 無料電話相談	高齢の方の相続、財産管理、 介護などの問題について	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)
消費生活相談	商品やサービスに係る苦情、 悪質商法、架空請求、通信 販売、借金など	平日 午前9時～午後5時 市役所本庁舎1階市民二課内	[予約不要] 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	6月17日（水）午後2時～4時 コンベンションセンター会議室	[要予約] 鳥取県司法書士会 (☎ 0857-24-7024)
行政相談	国など役所への要望、意見 について	6月12日（金）午後1時～4時 6月23日（火）午前9時～正午 市役所第2庁舎2階 第1会議室	[予約不要] 市民二課 (☎ 23-5376)
行政書士 無料相談会	相続・遺言・成年後見・各 種行政手続きなど	6月13日（土）午前10時～午後2時 米子市立図書館1階対面朗読室	[要予約] 鳥取県行政書士会事 務局 (☎ 0857-24-2744)
農地相談	対象地区：成実・尚徳・五千石	6月23日（火）午後2時～3時30分 成実公民館（2階 集会室）	[予約不要] 農業委員会事務局 (☎ 23-5277)
	対象地区：大高・県	6月25日（木）午後2時～3時30分 大高公民館（1階 学習室2）	※農地の地番が分かる資料が あればご持参ください
就農相談会	新たに農業を始めようと思 っている方へのアドバイス	6月21日（日）午前10時～午後3時 米子市立図書館	[要予約] 鳥取県農業経営・就 農支援センター (☎ 0857-26-7262)
起業・経営なんでも 相談会	中小企業診断士・日本政策 金融公庫による相談会	6月7日（日）午後1時～5時 米子市立図書館	[要予約] 米子市立図書館 ☎ 22-2612
就労相談、シゴト とココロの相談	15～49歳の就労・社会参加 ※在学生・在職者は除く	6月5日（金）午後3時～5時 米子市立図書館	[予約優先] よなご若者サポ ートステーション (☎ 21-5678)
日曜労働相談会	ハラスメントや解雇、配置 転換、労働条件などの問題	6月21日（日）午前10時～3時 コンベンションセンター	労使ネットとっとり (☎ 0120-77-6010)
知財・ビジネス 共同相談会	特許・商標・実用新案等、 経営、ビジネス	6月19日（金）午後1時～4時 米子市立図書館	[要予約] 米子市立図書館 (☎ 22-2612)
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	6月10日（水）、7月10日（金） 午後1時～4時 ふれあいの里2階 人権・男女共同 参画課	[予約不要] 人権・男女共同参 画課 (☎ 23-5415)
こころの相談会	悩んでいること、くるしい ことなど、産業カウンセラー に話してみませんか？	6月3日（水）、7月1日（水） 午後2時～4時 米子市立図書館	[要予約] ライフサポートセンター とっとり (☎ 0120-82-5858)
女性の権利ホット ライン（電話相談）	DV や離婚などの女性に関 する問題等（相談料無料）	6月23日（火）午前10時～午後4時 ☎ 38-1711（要通話料金）	鳥取県弁護士会 (☎ 0857-22-3912)

よなごびと

| 第91回 |

左官職人

しみず ひでお
清水 秀夫 さん



” 自分にしかできない表現で

左官の楽しさを伝えたい

“

清水さんは、米子を拠点に日本各地や世界でも活躍する左官職人です。昨年夏に開催された大阪・関西万博では、ウズベキスタンパビリオンの壁と土間の仕上げを手がけました。

左官とは、土やセメントなどを置いて建物の壁や床を塗り、仕上げる仕事です。清水さんがこの道に入ったのは20歳の頃。実家近くの左官屋でアルバイトをしたことがきっかけでした。25歳で独立した当初は、「左官を続けるつもりはなかった」ものの、知人からの依頼に応えるうちに、自然と続けることに。転機が訪れたのは、30歳の頃。日本を代表する左官職人・久住章さんが現場で指導する講習会に参加し、「左官で、

こんなにもすごい表現ができるのか」と大きな衝撃を受けます。その後は久住さんに師事し、「左官の世界に、どっぷりとはまった」と笑顔で振り返ります。現在は各地で仕事を増え、米子を離れることも多い清水さんですが、拠点は今も変えていません。「米子は、人との距離が近いのが魅力」とほほ笑みます。

「自分が納得いくまで塗り直せるのが左官の良さ。出来上がりを見て喜んでもらえた時はうれしいし、やっぱり左官は楽しい。多くの人に興味を持ってもらえるように、自分しかできない表現を追求しながら、これからも壁を塗っていききたい」と柔らかな表情でまっすぐに語ります。



依頼に対し、「期待に応えたい」と作成・提案するサンプルは多種多様



さまざまなコテを使い分け、凹凸やひび割れなどでも表現する