

米子市版「私の人生手帳」配布開始！

これからの人生を前向きに考えるための一冊

米子市では、「終活」やエンディングノートに対するネガティブなイメージを一新し、幅広い世代がこれからの人生設計を前向きに考えるための新オリジナル冊子『私の人生手帳』を制作しました。

8月1日から、市内各所での無料配布を開始します。

岡長寿社会課（☎23-5156）



表紙は3色



現役世代の人生設計にも

万が一のときの情報共有としての機能は備えつつ、これからの人生で大切にしたいことや、自身の思いなどを書き込める一冊です。現役世代の方が人生設計のツールとして活用するのにおすすめです。

「私の人生手帳」5つの特徴

- ① 品質にこだわった一冊
上質な合皮調の表紙と、ボールペンや万年筆でも裏書きしにくい用紙を採用。手に取りたくなる、使い心地の良い一冊です。
- ② これからの人生を充実させる内容
「やりたいこと」に加え、「やり残したこと」を書き出すページを用意。今後の人生をより豊かに過ごすためのきっかけづくりに役立ちます。
- ③ 健康づくりをサポート
現在の健康状態を確認できる「フレイル度チェックシート」を掲載。
- ④ 終末期医療を分かりやすく解説
終末期医療の選択肢や考え方を、分かりやすく紹介しています。
- ⑤ デジタル情報の生前整理ができる
万が一のときに備え、IDやパスワードなどの情報を整理・記録できます。

「私の人生手帳」はこちらの場所で無料配布します

	主な配布場所
米子市役所	本庁舎（長寿社会課）、ふれあいの里（総合相談支援センター「えしこに」）、糺町庁舎（住宅政策課）、淀江支所（地域生活課）
地域・福祉拠点	市内公民館（29か所）、市内地域包括支援センター（10か所）、老人福祉センター
健康・医療	鳥取大学医学部附属病院

道路上に段差解消ブロックや鉄板を置かないで

車道と歩道の段差をなくすために、自宅や店舗の車の出入口に段差解消ブロックや鉄板などを設置することは、法律で禁止されている、道路の不法占用にあたります。

■設置することによる3つのリスク

▶重大な事故の原因

車道の路肩を走行する自転車・自動二輪車の転倒を招くほか、歩行者がつまずいたり、滑ったりして怪我をする危険性があります。

▶設置者の賠償責任

設置したブロックなどが原因で事故が発生し、設置した方に賠償責任が問われた事例もあります。

▶道路の冠水被害

車道の路肩を流れる雨水の路面排水を妨げてしまい、車道が冠水する原因になります。

■正しい段差解消の方法

段差を解消するためには、段差解消ブロックなどを置くのではなく、自己負担で歩道や縁石の切り下げ工事を行っていただく必要があります。

※工事を行う際は、必ず事前に、道路管理者（米子市）に「道路工事施行承認申請」の手続きをしてください。

■改善イメージ

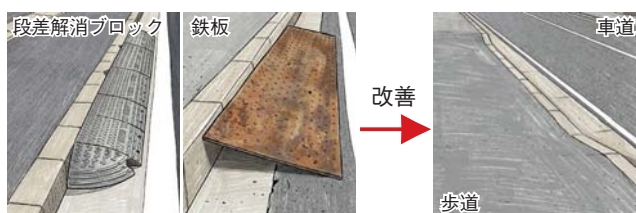


図 建設企画課 (☎ 23-5241)

令和8年8月から高額療養費制度が見直されます

■高額療養費制度とは

ひと月に医療機関に支払った額が高額になった場合に、定められた上限額を超えて支払った額を払い戻す制度です。（年齢によって条件があります）

■高額療養費の上限額が変わります

令和8年8月から、月単位の上限額が引き上げられます。また、年間の上限額が新設されます。

図 保険年金課 (☎ 23-5126 FAX 23-5579)

高額療養費制度の上限額（令和8年8月から令和9年7月まで）

適用区分		年収目安	入院＋外来【月額上限】 （世帯ごと） 〈多数回該当※3〉	入院＋外来【年間上限】 （世帯ごと）	外来（個人ごと） ※70歳以上のみ
70歳未満	70歳以上				
区分ア	現役並みⅢ	約1,160万円～	270,300円＋（医療費－901,000円）×1% 〈140,100円〉	1,680,000円	—
区分イ	現役並みⅡ	約770万円 ～約1,160万円	179,100円＋（医療費－597,000円）×1% 〈93,000円〉	1,110,000円	—
区分ウ	現役並みⅠ	約370万円 ～約770万円	85,800円＋（医療費－286,000円）×1% 〈44,400円〉	530,000円	—
区分エ	一般Ⅰ・Ⅱ	～約370万円	61,500円 〈44,400円（※1）〉	530,000円（※2）	月額上限22,000円 （年間上限21.6万円）
区分オ	—	住民税非課税 【70歳未満】	36,900円 〈24,600円〉	290,000円	—
—	住民税 非課税世帯Ⅱ	住民税非課税 【70歳以上】	25,700円 〈24,600円〉	290,000円	月額上限11,000円 （年間上限9.6万円）
—	住民税 非課税世帯Ⅰ	一定所得以下（年金収入 入約80万円以下など） 【70歳以上】	15,700円	180,000円	月額上限8,000円

※1 年収約200万円未満である者は、令和9年8月以降、多数回該当の金額が引き下がる。（44,400円→34,500円）

※2 年収約200万円未満であることが確認できた者は、年間上限41万円を適用し、令和9年8月以降に償還払い。

※3 多数回該当…直近12か月（その月を含む）以内に上限額に達した回数が4回目以降の場合、上限額が下がる。

南公園墓地行き臨時バスを運行します

お盆に南公園墓地行きの臨時バスを運行します。交通渋滞解消にもつながりますので、積極的にご利用ください。

■運行期間 8月13日(木)～15日(土)

■南公園墓地行き(主な停留所のみ)

祇園町 車庫	市役所 前	高島屋 前	米子駅 前	美吉	公園 墓地
8:41	8:45	8:46	8:51	8:54	8:58
10:06	10:10	10:11	10:16	10:19	10:23
11:21	11:25	11:26	11:31	11:34	11:38
14:03	14:07	14:08	14:13	14:16	14:20
16:03	16:07	16:08	16:13	16:16	16:20
17:43	17:47	17:48	17:53	17:56	18:00

■市内方面 祇園町車庫行き(主な停留所のみ)

公園 墓地	美吉	米子駅 前	高島屋 前	市役所 前	祇園町 車庫
9:45	9:49	9:52	9:57	9:58	10:02
11:00	11:04	11:07	11:12	11:13	11:17
12:15	12:19	12:22	12:27	12:28	12:32
15:00	15:04	15:07	15:12	15:13	15:17
17:00	17:04	17:07	17:12	17:13	17:17
18:40	18:44	18:47	18:52	18:53	18:57

■運行 日ノ丸バス

問 日ノ丸自動車株式会社 (☎ 32-2123)

建設企画課 (☎ 23-5529 FAX 23-5396)

市民講座「未来スケッチ」

～地域でつながるおしゃべり会～

楽しいお話と参加者同士のおしゃべりを通じて、毎日がちょっと楽しくなる「ちいさなきっかけ」を一緒に見つけませんか? 全3回の連続講座です。(参加無料)

■講師 有限会社エコカレッジ代表取締役 総務省地域力創造アドバイザー 尾野 寛明さん

■と き ①8月22日(土) ②10月3日(土) ③1月24日(日) いずれも午前10時～正午

■ところ 市役所本庁舎(①③4階401会議室 ②2階201会議室)

■対象 全3回の講座に出席できる方

■申込方法 Web、電話、Eメール

問 生涯学習課 (☎ 23-5442)

(✉ shogaku@city.yonago.lg.jp)



希望者に安定ヨウ素剤を配布します

安定ヨウ素剤は、体内に取り込まれる放射性ヨウ素が甲状腺に集まることを防ぎ、甲状腺がんの発生リスクを低減させる効果があります。原子力災害発生時に迅速に配布できるように、一時集結所に備蓄していますが、対象者には事前配布を行います。

■対象者

次の地域にお住まいで、**緊急時に安定ヨウ素剤を速やかに受け取りに行くことができないため、事前配布を希望される方**

▶島根原子力発電所からおおむね30km圏内(UPZ)

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

※一時集結所は各地区の公民館、小中学校です。

■事前配布説明会で配布

会場で配布します。事前に申請が必要です。

▶申請方法

申請書を持参、Eメール、FAX、郵送または電子申請(右記の二次元コードから)

※申請書は健康対策課・防災安全課の窓口、米子市・鳥取県のホームページから入手できます。



▶申請期間

8月3日(月)～28日(金)(当日消印有効)

▶申請窓口

▷健康対策課(ふれあいの里3階)

▷防災安全課(市役所本庁舎3階)

▶申請の受理・案内の通知

申請が受理された方には、事前配布に関する案内文書を送付します。

▶事前配布説明会場(開始時間の30分前から受付)

開催日	時間	会場
9月25日(金)	午後7時～9時	弓浜地域老人福祉センター(大篠津町385-47)
9月26日(土)	午前10時～正午	境港市保健相談センター(境港市上道町3000)

■事前配布説明会以外の受取方法(通年)

▶郵送受取

県のホームページから手続きができます。

▶米子保健所(西部総合事務所2号館3階)

事前予約制。くわしくは、県のホームページを確認してください。



問 健康対策課 (☎ 23-5451 FAX 23-5460)

(✉ kentai@city.yonago.lg.jp)

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 (彦名町)	63R1-203 世帯向	3DK	18,000円 ～35,300円
錦海町 (錦海町)	5R2-306 単身向	2LDK	21,000円 ～41,300円
陰田町 (陰田町)	601 世帯向	3LDK	25,500円 ～50,200円
西福原 (西福原)	14R1-704 子育て	2LDK	21,400円 ～42,000円
五千石 (福市)	25R3-103 高齢者・障がい者	3LDK	29,500円 ～57,900円

■受付期間 8月3日(月)～7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・糺町庁舎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 9月1日(火)

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

☎ 鳥取県住宅供給公社西部事務所 (☎ 21-8806)

マイナンバーカードでもっと便利に！

■各種証明書はコンビニ交付で

マイナンバーカード(顔認証マイナンバーカードを除く)を利用すれば、コンビニなどのマルチコピー機で、各種証明書を発行できます。市役所窓口と比べ、手数料が1通あたり150円安く取得できます。取得するには、利用者証明用電子証明書(暗証番号:数字4桁)が必要です。

▶取得できる証明書

住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍証明書、戸籍の附票の写し、所得・課税証明書



■各種証明書のオンライン申請ができます

電子申請をすると、証明書を後日、郵送で受け取れます。

▶手続きに必要なもの

スマートフォンまたはパソコン(マイナンバーカード読み取り可のもの)、マイナンバーカード、署名用電子証明書(暗証番号:英数字6-16桁)、オンライン決済(クレジットカード、QRコード決済)



▶取得できる証明書

住民票の写し、住民票記載事項証明書、戸籍(除籍)証明書、戸籍(除籍)謄抄本、戸籍の附票の写し、身分証明書、独身証明書、戸籍の受理証明書など

☎ 市民一課 (☎ 23-5141 FAX 39-0033)

核戦争と核兵器の廃絶を

米子市は、悲惨な核戦争に人々が巻き込まれないようにと強い願いを込め、「非核平和都市」を宣言しています。広島、長崎の悲劇を絶対に繰り返さないよう、全世界に向けて核戦争、核兵器の廃絶を訴えましょう。

■非核平和都市宣言(平成18年3月28日議決)

真の恒久平和は、私たち人類共通の願いです。

しかし、世界各地で今なお紛争が絶えず、依然として軍備の拡大が続けられ、世界平和に深刻な脅威をもたらしていることに、世界中の人々が等しく憂えています。

我が国は、世界で唯一の核被爆国として、再びあの広島、長崎の惨禍を繰り返してはなりません。また、日本国憲法の恒久平和主義の理念を市民生活の中に生かし、継承しなければなりません。

したがって、米子市は、核兵器を持たず、つくり、持ち込ませずという非核三原則の完全実施と、すべての核兵器の廃絶を全世界に向かって訴えとともに、ここに「非核平和都市」を宣言します。

■追悼と平和を祈る黙とうを

昭和20年に広島市と長崎市に原爆が投下され、終戦を迎えてから今年で81年目になります。原爆死没者と戦没者のご冥福をお祈りするとともに、核兵器の廃絶と恒久平和への願いを込めて、黙とうを捧げましょう。

▶原爆被災の日

▷広島市 8月6日(木) 午前8時15分

▷長崎市 8月9日(日) 午前11時2分

▶終戦の日 8月15日(土) 正午

■原爆パネル展

後世に引き継がなければならない大切な「平和」について考え、その歴史を学ぶ機会として、原爆パネル展を開催します。



▶とき 8月3日(月)～17日(月)

▶ところ 市役所本庁舎1階 会計課前通路

※原爆パネルを貸し出ししています。(要問合せ)

☎ 総務管財課 (☎ 23-5331 FAX 23-5390)

ファミリーサポートセンター利用料助成

令和8年6月から、以下の方に米子ファミリー・サポート・センター利用料の助成を行っています。

■対象要件 米子市内在住で市民税非課税世帯の方

■助成額 利用料の半額(対象の子1人につき1月あたりの上限1,500円)

■受付期間 令和8年6月～令和9年2月利用分は、令和9年3月末まで

■申請方法 米子ファミリー・サポート・センター(ふれあいの里2階)窓口で申請

☎ こども支援課 (☎ 23-5177)