



2026

3

No.888

今月の表紙

第27回 智頭宿雪まつり



## TOPICS

- 第27回智頭宿雪まつり.....2P
- 智頭農林高等学校智頭宿魅力アッププロジェクトお披露目会.....裏表紙



the most beautiful  
villages  
in japan

智頭町は  
「日本で最も美しい村連合」  
に加盟しています。



全国学校給食週間行事として、朝ごはん郷土料理を親子と一緒に作る親子料理教室をほのぼの栄養指導室で開催しました。

小学生と保護者合わせて13人の参加があり、学校給食センターの調理員と栄養教諭を講師にどんどろけめし、野菜たっぷりオープンオムレツ、具だくさんみそ汁、アイスでアレンジなどのメニューを親子で作りました。

「どんどろけめしを初めて作った」、「家でも作ってみたい」と好評で、楽しいふれあいの時間となりました。



(一社)山郷地区振興協議会が平成31年1月に開設した「やまさと森のミニデイ」が今年1月で8年目を迎えました。開設から一度も休まず利用を続けてこられた尾崎一心さん(白坪・95歳)に、皆勤賞が授与されました。尾崎さんはご夫婦で利用されており、「いろいろな人と話ができたり、ラダーゲッターやペタンクなどのゲームをしたり、春は花見、秋は紅葉狩りに行ったりできて楽しい」と話されました。スタッフを作る食事楽しみとのことで、いつも完食されているそうです。

### 宝くじの助成金で消防団備品を購入しました



消防団では、一般財団法人自治総合センターの宝くじの社会貢献広報事業である「コミュニティ助成事業」を活用して、ポータブル電源6台の整備を行いました。これにより、消防団員の訓練環境が改善されることとなりました。今後、消防団活動に活用していきます。

#### コミュニティ助成事業

宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備、安全な地域づくりと共生のまちづくり、地域文化への支援や地域の国際化の推進、活力ある地域づくりなどに対して助成を行い、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するための事業です。

問合せ先 役場総務課 ☎75-4111

第27回  
智頭宿

# 雪まつり



2月7日(土)、智頭宿・智頭駅周辺で第27回となる「智頭宿雪まつり」が開催されました。1月下旬の降雪が路肩などに残り、雪の創作物やかまくらなどが会場エリアに設置されていました。

石谷家住宅前で行われた開会式では、町内のよさこい団体「満天星(どうだんつつじ)」「輪舞(ろんど)」が舞を披露し、大いに盛り上がりました。その後、興雲寺での三味線津軽三味線コンサート、石谷家住宅での落語講演、他にもJAZZライブや百人一首体験など、色んなイベントが行われました。来場者は会場エリアに立ち並ぶ屋台を楽しみながら周遊していました。

午後は強い降雨に見舞われる時間もありましたが次第に止み、夕方には雪まつり名物の灯籠に灯がともって、幻想的で温かい雰囲気になっていました。

まもろうよ ころろ ～3月は自殺対策強化月間～

自死<sup>\*</sup>予防の対策を推進するためには、自死に対する誤解や偏見をなくし、正しい知識の普及啓発をすることが大切です。このため、国は毎年3月を「自殺対策強化月間」に定めて、国、地方公共団体、関連団体等が連携して「いのちを支える自殺対策」という理念を打ち出した啓発を推進しています。

春は生活環境が大きく変化し、ストレスや不安を抱えやすい時期です。例年3月は各月の中で最も自死者数が多い傾向にあります。自死は、複数の要因が複雑に絡みあい、心理的に追い込まれた末の死であると言われていています。普段と様子が違う人が身近におられましたら、ぜひ、温かい声かけをお願いします。

もしあなたが悩みを抱えていたら、ぜひ相談してください。身近な人が悩みを話してくれたら、話をそらしたり、否定したり、安易に励ましたりせず、じっくりと話を聞いて相談窓口を紹介しましょう。

※鳥取県では、法律名等一部の用語を除き、原則として、「自殺」という言葉に代えて「自死」という言葉を用いることとしています。



智頭町睡眠キャンペーンキャラクター「スーミン」

ゲートキーパーになろう

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかける人のことです。特別な研修や資格は必要なく、誰でもなることができます。一人でも多くの人に、意識していただき、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことがゲートキーパーの第一歩につながります。

相談窓口一覧

鳥取市保健所 保健医療課 心の健康支援室	0857-22-5616
鳥取県立精神保健福祉センター	0857-21-3031
ころろの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556
チャイルドライン(18歳まで利用可能)	0120-99-7777
24時間子供SOSダイヤル	0120-0-78310
自殺予防いのちの電話	0120-783-556
鳥取いのちの電話	0857-21-4343

相談・問合せ先 保健センター福祉課 ☎75-4101

第5次男女共同参画プラン策定

令和7年11月に新しいプランを策定しました。このプランは、男女共同参画社会基本法の理念をふまえ、男女が社会の対等な構成員として男女共同参画社会を築くために行政のみならず、町民・地域・企業(とりわけ鳥取県共同参画推進企業)が一体となって取り組む施策を総合的・体系的に推進するための指針となるものです。令和7年2月から3月にかけて、町内の18歳以上の各年代の人を、男女別で均等になるように無作為に600人選び、意識調査を行いました。その結果を分析し、プランに反映させています。

アンケート結果の一部

男女平等について

学校教育や家庭生活で「平等」と感じる人が多く、職場や政治、しきたり等の場面では、「どちらかというとなりのほうが優位」と感じている人が多い。

家庭での仕事の役割分担

「食事のしたく」「食事の片付け」「洗濯」「掃除」「日常の買い物」の役割が女性、「地域活動等」の役割が男性という傾向。

役員(PTA会長、町内会長など)に推薦されたら引き受けるかどうか(女性にのみ質問)→断る81.4% / 引受ける15%

断る理由については、「自信がないから」「リーダー的役割は自分に合わないから」という回答が多い。

災害時の長期間にわたる避難運営における女性の参画

「備蓄品について、女性、介護者、障害者の視点を入れる」「日頃から地域のつながりを大切にする」の回答が多い。

無意識に形成されてきた性別役割分担意識が調査結果に表れています。性別に関わらず、一人ひとりが輝くことのできる智頭町を目指して取り組みを進めていきます。

基本目標

- ①職場における男女共同参画と仕事と家庭の両立の推進
- ②あらゆる分野における女性の活躍推進
- ③安全安心な地域づくり

プランの推進のために、広報活動、学習活動を進めていきます。また、「子育て、介護中でも仕事を続けられるようにする」「暴力、ハラスメント被害の相談体制の充実」等、相談しやすい環境を作るために、相談窓口一覧をプランにまとめ、周知を図ります。



意識調査についての詳細はこちら

問合せ先 役場総務課 ☎75-4111

新しい民生児童委員のみなさんをご紹介します

令和7年12月の一斉改選により、民生委員・児童委員と主任児童委員が厚生労働大臣から委嘱されました。新委員の任期は、令和10年11月30日までの3年間となります。

民生委員・児童委員

地域住民の福祉向上のため、様々な問題について町民の皆様の立場にたって相談をお受けします。また、町の福祉制度や子育て支援サービスなどについて、必要なサービスが受けられるように関係機関との「つなぎ役」になります。

主任児童委員

区域担当民生児童委員と一体となって活動し、特に児童福祉関係機関や教育機関、地域の児童健全育成に関する団体とのパイプ役となります。



平尾 悦子さん 米原 敏行さん 中田 洋子さん 小椋 良一さん 米井 里子さん 下口 春彦さん 天野 信昭さん 下山 雄士さん  
 (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区)  
 大字市瀬 下町・錦町 中 町 上 町 上市場・南方 本 折 河 一 河 二



國本 道哉さん 長谷智恵子さん 岸本 光義さん 春摘 暢仁さん 山根 勇さん 中野ゆかりさん 春摘 憲政さん 武田真里子さん  
 (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区)  
 河 三 河 四 久志谷 段・緑ヶ丘 篠坂・毛谷 大 内 大字西野・大呂 芦津・八河谷  
 青山台 杉の香団地 郷原



長石憲太郎さん 谷口多美子さん 宮崎 将裕さん 國政 愛治さん 白間 修さん 小林 太さん 草刈 葉子さん 福田さとみさん  
 (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区)  
 大屋・早瀬 真鹿野・野原 奥本・大背 東宇塚・西宇塚 三田・山根 戸能・穂見 大宇埴師 三吉(除駅前)  
 河津原 (除戸能) 木原・三明 駅前・横田 慶所

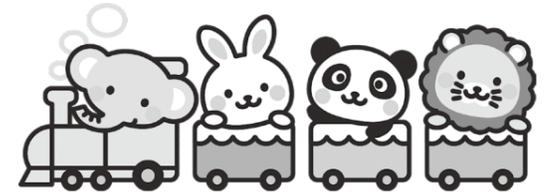


岡本 功さん 西尾三千磨さん 藤森 茂樹さん 津田 英樹さん 葉狩美穂子さん 小林 悦次さん 谷口 綾子さん 山崎 佳代さん  
 (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区) (担当地区)  
 岩神・坂原 惣地・新見 口波多・波多 尾見・西谷 中原 福原・駒嶋 主任児童委員 主任児童委員  
 中田 口宇波・宇波

智頭町民生児童委員協議会では、各地域担当の委員が相談を随時お受けするほか、毎月1回、各地区公民館などを会場に「心配ごと相談」を実施しています。日ごろの生活で不安なこと、悩みごとなどがありましたら、気軽に相談ください。相談日は、広報「まちづくりカレンダー」で確認ください。

問合せ先 智頭町保健センター福祉課内 智頭町民生児童委員協議会事務局 ☎75-4102

4月1日から  
**こども誰でも通園制度**  
 が始まります！



こども誰でも通園制度とは？

「こども誰でも通園制度(乳児等通園支援事業)」とは、就労要件を問わず乳幼児等1人あたり月10時間の利用可能枠の中で全国の保育施設等を利用できる制度です。

※利用料(1時間300円程度)がかかります。

実施時期	実施施設
4月1日(水)～	全国の乳児等通園支援事業者 (本町ではちづ保育園、ほのぼの保育所で実施予定)

対象者

保育所、幼稚園、認定こども園、地域型保育事業所などに通っていない、生後6か月～満3歳未満の乳幼児等

★開所日時などは施設によって異なります。  
 詳細については町公式ホームページで順次公開予定です！



詳しくはこちら

問合せ先 教育委員会 ☎75-4119

**子育て支援センターが移転します!!**  
 ～「旧山郷保育園」から「ちづ保育園」内にお引越し～

4月13日(月)  
**オープン!**



開所場所	開所日時
ちづ保育園内 ぶどうの部屋(遊戯室手前)	月・火・金 午前9時～午後4時

※開所準備のため3月26日(木)～4月12日(日)まで子育て支援センターを閉所します。

問合せ先 教育委員会 ☎75-4119

智頭病院だより

●言語聴覚士より

智頭病院の言語聴覚士は、「**嚥下障害**」(食事でもせたり、飲み込みにくくなる状態)のリハビリを行っています。

●嚥下障害があると？

嚥下障害があると、誤嚥性肺炎のリスクが高まります。  
 誤嚥性肺炎とは、食べ物や飲み物、だ液が誤って気管に入り、細菌によって肺炎を起こす病気です。  
 特に、高齢者や飲み込む力が弱い人に多く見られ、繰り返す事も多いやっかいな病気です。  
 今回は、嚥下障害予防のためのお口の体操を紹介します。

お口の体操おすすめポイント

お口の体操は食事の前の準備運動として行う事により、誤嚥性肺炎の予防につながります。このお口の体操であれば、寒い季節でもわざわざ着替えて外に出ることなく行うことができます。テレビを見ながら、コタツに入ったままでも気軽に始められますので、ぜひお試しください。

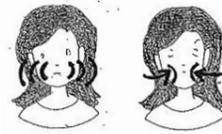
1 深呼吸 5回

鼻からゆっくり吸う  
 口からゆっくり吐く



6 あっぷっぷ 5回

頬をふくらませる  
 頬をへこませる



2 横を向く  
 左右5回ずつ

ゆっくり横を向く



7 舌を動かす  
 左右5回ずつ

口のはじをなめる



3 首を横に倒す  
 左右5回ずつ

ゆっくり横に首を倒す



8 あっかんべー 5回

舌を思いっきり出す  
 舌をひっこめる



4 首を動かす 5回

肩をぎゅっと上げる  
 肩の力を抜く



9 言葉を言う 5回

鼻からゆっくり吸う  
 口からゆっくり吐く



5 背伸び 5回

手を組んで上にあげる  
 ゆっくり上下にうごかす



10 深呼吸 5回

鼻からゆっくり吸う  
 口からゆっくり吐く



## 図書館だより

### 地域の先生と一緒に作ってみませんか？

地域の人が先生となって行う「地域連携講座」を開催します。お子さんでも作りやすい作品の講座ですので、ぜひ気軽に参加ください。

#### ビーズアクセサリー講座

かわいいビーズを使って、指輪とブレスレットなどを作ります。思わず身に着けたくなるような素敵な作品です。

- ◇日時 3月7日(土) 午前10時～正午
- ◇場所 ちえの森ちづ図書館 つどいの部屋
- ◇講師 西川あずささん
- ◇参加費 200円
- ◇定員 10人(要申込)

#### 針金工作講座

針金一本から「こま」などを作ります。「こま」は回して遊ぶなど、遊び方もいろいろです。(低学年のお子さんが参加される場合は保護者のサポートをお願いします)

- ◇日時 3月15日(日) 午前10時～11時30分
- ◇場所 ティーンズルーム
- ◇講師 宮内義臣さん
- ◇参加費 無料
- ◇定員 10人(要申込)
- ◇対象 小学生



作品イメージ

### 参加してみませんか？

#### あたまイキイキ音読教室

- ◇日時 3月13日(金) 午前10時30分～11時15分
- ◇場所 ちえの森ちづ図書館 つどいの部屋

#### 今月のおはなし会

あかちゃんから楽しめるおはなし会です。

- ◇日時 3月8日(日) 午前10時30分～11時
- ◇日時 3月27日(金) 午前10時～10時30分
- ◇場所 ちえの森ちづ図書館 おはなしの部屋

#### 【お困りの際はカウンターまでお声かけください】

図書館の施設の利用方法や探している本のことなど、お困りの際は、カウンターに気軽にお声かけください。  
貸出中の本は予約により、ちづ図書館に無い本は鳥取県内の他図書館から借りることもできます。

#### 新着図書(一般書)

- ・ブーズたち鳥たちわたしたち
- ・雷電
- ・白露 警視庁強行犯係・樋口頭
- ・BOXBOXBOX
- ・カフェの帰り道
- ・うらぎり長屋
- ・世界はきみが思うより
- ・時の家
- ・叫び
- ・晴れの日の木馬たち

- 江國香織
- 梶野よう
- 今野敏
- 坂本津
- 嶋津輝
- 高瀬乃一
- 寺地はるな
- 鳥山まこと
- 畠山丑雄
- 原田マハ

#### 新着図書(児童書)

- ・学校給食のひみつの図鑑
- ・きみが知ってる恐竜のことぜんぶまちがい!
- ・はたらく鉄道員
- ・ある星の汽車

その他多数



#### 冬休みおやつ作り教室を開催しました

12月26日(金)に小学生を対象としたおやつづくり教室を実施しました。

学校給食センターの調理員さん指導のもと、ムースババロアとクレープを作りました。参加者からは「また来年も参加したい」「家でも作りたい」という感想を多くいただきました。

自分たちで一から作ったおやつは、きつと特別なものになったと思います。次回の参加もお待ちしております。



#### 新年最初の筆試し (新春書き初め大会)

1月6日(火)、小学生を対象に書き初め大会を開催しました。講師に町内の書道教室の先生をお迎えし、とめ、はらいに注意しながら慎重に作品を書き上げました。



#### 生涯学習講座 健康マージャンを

明治安田生命保険相互会社と協力し、脳の活性化や交流を目的とした健康マージャン講座を12月20日(土)に開催しました。

当日は、日本健康麻将協会から講師をお招きし、丁寧な指導を受けながら、参加者26人が体験されました。

参加者の中には、初心者の人や久しぶりにマージャンをする人がおられました。和やかな雰囲気講座が進みました。



申込み・問合せ先 役場教育課(総合センター) ☎75-3113・3114

申込み・問合せ先 ちえの森ちづ図書館 ☎75-4123

## クドアによる食中毒に注意!

ヒラメには、クドア属の寄生虫が寄生していることがあります。令和7年度、鳥取県東部でもヒラメの刺身を原因とする食中毒が発生しました。

クドアの大きさは0.01mmと小さく、肉眼では見えません。

農林水産省及び水産庁では、食中毒防止策としてヒラメ養殖場で適切な管理を行っていますが、以下の予防法を守って、クドアによる食中毒を予防しましょう!

### ■ 症状

食後数時間程度で一過性の嘔吐や下痢を呈し、軽症で終わるのが特徴です。

### ■ 予防法

マイナス20℃で4時間以上の冷凍、又は75℃で5分以上加熱してください。

詳細は、厚生労働省ウェブサイトをご覧ください。



【問合せ先】 保健センター福祉課  
☎75-4101

## 「生活も仕事も」とのうセミナー

定住旅行家・モデルとして活躍中のERIKOさん(米子市出身)を講師にお招きし「定住旅行家」としての経験に基づいたお話しや世界の多様な生き方、自身の生き方について講演いただきます。(無料/要申込)

【日時】 3月8日(日)  
午後1時30分～3時30分

【場所】 エースパック未来中心  
セミナールーム1  
(倉吉市駄経寺町212-5)  
※上記会場とオンラインでの同時開催

【講師】 ERIKO氏  
(定住旅行家・モデル/米子市出身)

【演題】 『暮らす旅から見た世界の生き方』  
【申込期限】 3月5日(木)

【問合せ先】  
鳥取県男女協働未来創造本部  
県民運動課  
☎0858-23-3901



## おしらせ

### 3月1日～7日は 「子ども予防接種週間」です

3月1日(日)から3月7日(土)までの7日間は「子ども予防接種週間」です。

#### ■ なぜ予防接種が必要なのか?

お母さんからお子さんへプレゼントされた病気に対する抵抗力(免疫)は徐々に失われていきます。お子さん自身で病気に対する免疫をつくる手助けをするのが、予防接種です。

予防接種は、お子さんが病気にかかりづらくなったり、症状が重くならないようになることを目的としています。

また、社会全体を感染症から守ることも予防接種の目的のひとつです。

### 定期予防接種について

予防接種法によって、対象となる疾病、対象者、接種期間等が定められたものを「定期予防接種」といいます。同法により16歳未満のお子さんの保護者は、お子さんが定期予防接種を受けることができるよう努めなければならないことが明記されています。

本町では、定期予防接種を無料で受けられるよう接種券を配布しています。入園・入学に備え、この機会に予防接種の受け忘れがないか再度確認をお願いします。

接種の際は、事前に医療機関へ予約し、当日は接種券、予診票、母子健康手帳を持参しましょう。なお、各予防接種は無料接種期間が決まっています。接種券、お知らせ文書等で接種スケジュールを確認してください。

※日本脳炎は、平成19年4月1日以前生まれで1期及び2期の接種が完了していない人は、20歳になるまでは無料で接種できます。

【問合せ先】 保健センター福祉課  
☎75-4101

## ひきこもり家族教室のお知らせ

家族同士の交流を通して、ひきこもりについての理解を深めてみませんか。

※予約不要 ※個別相談にも応じます

【日時】 3月24日(火)  
(受付)午前9時45分～  
(開始)午前10時～正午

【場所】 さわやか会館3階第2研修室  
(鳥取市富安2丁目96)

【対象者】 ひきこもり状態にある人の家族  
(本人以外)

【問合せ先】 鳥取市保健所 保健医療課  
☎0857-22-5616



## 東部ハートフルスペースを ご存じですか?

～中学校卒業後の青少年の悩みに寄り添い、  
学校復帰や社会参加・自立を応援します～

不登校傾向の高校生や家庭で悩んでいる20歳くらいまでの不登校(傾向)、ひきこもりの心配のある青少年とその家族や関係者の相談に応じています。気軽に相談ください。

【日時】 3月17日(火)  
午後2時～4時まで  
※3月16日(月)までに要予約

【場所】 智頭町保健・医療・福祉総合センター  
「ほのぼの」相談室

※相談料はかかりません。  
※秘密は厳守されますので安心ください。

【予約・問合せ先】  
鳥取県教育支援センター  
東部ハートフルスペース  
☎0857-28-2388



## 相談

### アルコール・薬物・ギャンブル等 家族教室・専門相談

参加者同士の話し合いを通じて、家族自身がゆとりをもって自分らしく過ごしていけることを目指しています。

#### 【家族教室】

【対象者】 家族の飲酒・薬物・ギャンブル等でお困りの人(本人以外)

【日時】 3月13日(金)  
午後1時30分～3時

【場所】 さわやか会館3階第2研修室  
(鳥取市富安2丁目96)

【講師】 渡辺病院  
精神科認定看護師 林 敏昭氏

#### 【専門相談】

【対象者】 アルコール・薬物・ギャンブル等の問題でお困りの人。本人・家族だけでなく関係者からの相談も可。

【日時】 3月13日(金)  
午後3時～4時

【場所】 さわやか会館3階第1研修室  
(鳥取市富安2丁目96)

【相談担当】 渡辺病院  
精神科認定看護師 林 敏昭氏

※要予約:2日前まで ※1人30分

【予約・問合せ先】  
鳥取市保健所 保健医療課  
☎0857-22-5616

### 精神障がい者家族相談ダイヤル のお知らせ

家族のための無料電話相談です。(通話料はかかりません) ※匿名可能・秘密厳守

【3月の相談日時】  
3月5日(木)、19日(木) 午後1時～4時

【相談専用ダイヤル】 ☎090-3880-3498

【問合せ先】  
鳥取県精神障害者家族会連合会事務局  
☎0857-21-3031

## オアシスの会に参加しませんか

オアシスの会は、がんを経験された人が1人で悩まず、同じ経験をされた人と話ができる場所を作りたいという町民の思いでできました。同じ病気を経験したからこそ分かち合えること、話せることがきっとあると思います。話をすることで、気持ちが楽になることも多いです。2か月に1回、奇数月の最終月曜日に定期的に開催しています。申し込みは不要ですので、気軽に参加ください。

### 【3月の会】

【日時】 3月30日(月)  
午前9時30分～11時30分頃  
【場所】 智頭町保健・医療・福祉総合センター  
ほのぼの 介護指導室

【問合せ先】 保健センター福祉課 ☎75-4101

## 可燃ごみ直接搬入時の ごみ飛散防止対策のお願い



可燃物処理施設「リンピアいなば」周辺において、可燃ごみの飛散が確認されております。ごみの飛散は、地域の環境を損なうとともに、交通の安全にも支障をきたします。つきましては、可燃物処理施設「リンピアいなば」ヘトラックなどで可燃ごみを直接搬入される際は、ネットやシートなどを利用し、積載したごみが飛散しないよう徹底してください。

【問合せ先】 役場税務住民課 ☎75-4114

こんにちは!

## 第9回

## 地域おこし協力隊 浅野めぐみです



茨城県出身。宮城県の大学で観光まちづくり学を専攻。出会った智頭町の人々のあたたかさや心に動かされ、卒業と同時に移住。現在は地域おこし協力隊として、毎日奮闘中。智頭町が誰かにとっての「第二の故郷」となるような、心温まる場所をつくりたい。その想いを胸に、地域の皆さんと共に力を合わせ、日々活動を続けています。

## 5年後の自分へ、智頭で書く5年日記

「去年の今ごろ、何をしていたか」みなさんはすぐに思い出せますか。私はそれを残しておきたくて、5年日記を書き始めました。

これまで何度か日記に挑戦したことはありましたが、長く続いたことはありませんでした。三日坊主で終わることも多く「自分には向いていない」と思っていました。それでも今年は、自分の気持ちを整理したいと思い、あらためて5年日記を選びました。

書き始めてみて、意外だったことがあります。それは、書くことが思った以上にたくさんあるということです。今日は何もなかったかと思ってもいざペンを持つと誰かと話したこと、笑ったこと、季節の移り変わり、町の行事のことなど、自然と書きたいことが浮かんできます。何を書か迷う日もあるほどです。

それはきっと、智頭での毎日が静かだけれど、決して退屈ではないからだだと思います。行事があり、人と出会い、季節を感じる出来事がある。そんな日々が積み重なっていることに日記を書きながら気づかされました。

5年日記の良いところは、来年、再来年と同じ日のページをめくるたびに「去年の今日の自分」に出会えることです。智頭に来て2年目の今の私を感じていることと5年後の私が何を思っているのか。その変化を見るのが今から少し楽しみでもあります。日々はあっという間に過ぎていきますが、書き残すことで大切にしたい時間に気づけるのかもしれない。みなさんは、何か新しく始めていることはありますか。

4月から、地域おこし協力隊として3日目、そして最後の一年が始まります。日々を大切に積み重ねながら、この町での時間をしっかりと心に刻んでいきたいと思えます。これからどうぞよろしくお願いたします。



## 介護者研修会のお知らせ

在宅で介護を行う家族の支援として、必要な知識の習得や介護者同士の交流の機会を図ることを目的に研修会を開催します。

今回は、お口の健康をテーマに行います。「むせる」「食事量が減った」…それ、お口が原因かも。お口の健康が、元気につながります。自分にも介護にも今日から役立つポイントを聞いてみませんか?

### 第1回

【日時】 3月6日(金) 午後1時～2時  
【場所】 ほのぼの ひだまりホール  
【テーマ】 「みんなで元気になる口腔ケア!」  
【講師】 智頭病院 歯科医師 久保 克行氏  
参加費無料 / 申込み不要

### 第2回

【日時】 3月24日(火) 午前10時～12時30分  
【場所】 ほのぼの ひだまりホール  
【テーマ】 延ばそう健康寿命!  
『お口元気に健口生活』  
～噛み噛みオーラルフレイル予防～  
介護者も元気になるおいしいご飯の試食も!  
【講師】 株式会社さんびる  
歯科衛生士 石井 奈美氏  
管理栄養士 福田 幸子氏  
参加費 100円/申込必要(先着20人限定)

【問合せ先】 福祉課  
智頭町地域包括支援センター  
☎75-6007

## 3月1日～3月8日は “女性の健康週間”です



女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを目指して、毎年3月1日～3月8日は「女性の健康週間」と定められています。

期間中、ほのぼの「そよかぜ通り」で資料展示をしておりますので、ぜひご覧ください。また、女性の健康に関する不安や悩みがある人は、福祉課に気軽に相談ください。

### ～女性の皆さんへのメッセージ～

- 女性ホルモンは体と心の健康に大きな影響を及ぼします。分泌量やバランスは、一生を通じて、また1か月の短いサイクルでも大きく変化しているため、日々健康状態が異なります。
- 忙しい毎日を過ごしていると、体・心からのSOSに気づかないこともあります。自分の健康に関心をもち、ケアを行うことを大切にしてください。それが、充実した毎日につながります。
- 月経時の痛みがひどい、出血が多い、更年期障害の症状(顔のほてり、イライラする)があるなど、気になる症状がある場合は、我慢せずに婦人科等を受診しましょう。
- 閉経前後から女性ホルモンの減少により、血中のコレステロールや中性脂肪のバランスがくずれ、生活習慣病にかかりやすくなります。毎年、健康診断を受けるようにしましょう。
- 子宮がんや乳がんは若い世代から注意が必要です。子宮がん検診は1年に1回、乳がん検診は2年に1回、必ず受けるようにしましょう。

【問合せ先】 保健センター福祉課 ☎75-4101

## 第65回麒麟のまち鳥取市美術展 作品募集

優れた入選作品には「市展賞」や18歳以下を対象にした「ユース賞」などを授与します。皆様の個性あふれる作品の出品をお待ちしています。

会期 5月31日(日)～6月7日(日) 午前9時～午後5時 / 会期中無休・入場無料

場所 鳥取県立博物館 (搬入搬出: 地下倉庫入口/展示: 第1・2展示室)

部門 日本画・洋画・書道・デザイン・写真・彫刻・工芸・版画・自由

作品受付 ● 搬入 5月23日(土) 午前9時～午後4時  
※個人は午後1時以降、5月24日(日) 午前9時～正午

● 搬出 6月8日(月) 午前10時～午後4時

出品資格 中学生以上で、次のいずれかに該当する人  
● 麒麟のまち圏域(鳥取市、岩美町、若桜町、智頭町、八頭町、香美町、新温泉町)の住民  
● 鳥取市に通勤・通学(美術の教室や個別指導を含む)している人

出品料 1人につき2,000円 ※学生・18歳以下は無料



詳しくはこちら

【問合せ先】 鳥取市役所文化交流課 ☎0857-30-8021 mail:bunka@city.tottori.lg.jp

# 人の動き

令和8年2月1日現在 (前月比)

世帯数 2,612世帯 (-2世帯)

人口 5,913人 (-17人)

女 3,145人 (-12人)

男 2,768人 (-5人)

ごめい福をお祈りします

上市場	植木 敦子さん	87歳
米井	米井 る江子さん	98歳
奈留	山崎 和人さん	74歳
芦津	小宮山 清士さん	96歳
久志谷	中田 せつ子さん	84歳
穂見	坂本 芳子さん	76歳
中村	萩原 味江子さん	96歳
上町	植木 悟志さん	72歳

(掲載許可をいただいた場合のみ)

# まちづくり

月 (mon)	火 (tue)	水 (wed)
2	3	4
	10 中学校卒業式 特設人権相談所 総合センター 午前9時～11時30分	
9	行政相談所 ちえの森ちづ図書館 午前9時30分～11時30分 事業承継相談会 総合センター 午前10時～午後3時 心配ごと相談 ほのぼの 午前10時～11時 山林管理のイロハ ほのぼの 午後6時30分～8時30分	11 介護者家族の会 ちえの森ちづ図書館 午後1時30分～3時
16	17 行政相談所 ちえの森ちづ図書館 午前9時30分～11時30分 年金相談会 総合センター 午前10時～午後3時	18 小学校卒業式 心配ごと相談 山形地区公民館 午前10時～11時 乳児健診 ほのぼの 午後1時～1時15分受付 2歳児歯科健診 ほのぼの 午後1時15分～1時30分受付
23	24 介護者研修会 ほのぼの 午前10時～12時30分	25
30	31	
オアシスの会 ほのぼの 午前9時30分～11時30分頃		

# カレンダー 3月 (March)

木 (thu)	金 (fri)	土 (sat)	日 (sun)
			1 交通安全にみんなで参加する日 心配ごと相談 山郷地区公民館 午後1時～2時 おせっかいの日
5 物忘れ相談 ほのぼの 午前9時～11時30分 心配ごと相談 富沢コミュニティセンター 午後1時30分～2時30分	6 介護者研修会 ほのぼの 午後1時～2時 離乳食講習会 ほのぼの 午後1時30分～3時	7 生涯学習講座「ジビエのススメ」 総合センター 午前10時～正午 ビーズアクセサリー講座 ちえの森ちづ図書館 午前10時～正午	8 第8次総合計画策定のための 町民ワークショップ ほのぼの ①午前9時30分～正午 ②午後1時30分～4時 おはなし会 ちえの森ちづ図書館 午前10時30分～11時30分
12 心配ごと相談 総合センター 午前9時～10時	13 あたまイキイキ音読教室 ちえの森ちづ図書館 午前10時30分～11時15分 心配ごと相談 いざなぎ交流館 午後1時～2時	14	15 交通安全にみんなで参加する日 針金工作講座 ちえの森ちづ図書館 午前10時～11時30分
19 ノーメディアデー 百人委員会総会(成果報告会) 総合センター 午後6時～	20 春分の日	21 ちづ保育園卒園式	22 心配ごと相談 土師地区公民館 午前9時30分～10時30分
26	27 おはなし会 ちえの森ちづ図書館 午前10時～10時30分	28 桜土手一斉清掃 午前8時30分～11時	29

\*日程は、変更する場合があります。

## 掲載広告 募集中



広報ちづに広告を掲載  
しませんか？(有料)

役場企画課 ☎75-4112

## 石谷家住宅 3月の展示案内

1号蔵展示室・主屋

2・3号蔵展示室

令和7年度  
お雛様展

4月19日(日)まで

第18回  
池田家墓所  
写真コンクール作品展

3月22日(日)まで

## 社員募集!

〈 経験不問 〉  
正社員及びパート社員

■ 35歳位まで ■ 作業及び事務職 ■ 1～2人

希望者は電話連絡の上、履歴書を持参ください。

(株)シルバーロイ 鳥取工場  
智頭町西野1-3  
☎0858-75-6110

## 小さな掛金・大きな補償 スポーツ安全保険

スポーツ・文化・ボランティア活動などの団体活動に最適な保険です。

対象となる事故 グループ活動中の事故/往復中の事故  
(4名以上の団体・グループで加入ください)

保険期間 4月1日 午前0時～  
令和9年3月31日 午後12時まで

補償内容 補償内容は、加入区分によって異なります。詳しくは、ホームページなどをご覧ください。 加入はこちらから



公益財団法人スポーツ安全協会

### 県立智頭農林高等学校 令和7年度 智頭宿魅力アッププロジェクト 格子戸・藍染のれん お披露目会



智頭農林高等学校では、智頭町百人委員会学生の部で取り組んでいる「智頭宿魅力アッププロジェクト」の成果を披露するために、その年度新たに格子戸・藍染めのれんを作成、設置した作品を紹介するお披露目会を開催しています。今年度は新たに2軒の地域住民の自宅玄関に設置されました。このプロジェクトでは、智頭農林高等学校が授業で学んでいる藍染めや木材加工などの専門的な技術を生かし、地域の職人と一緒に歴史ある町並みを未来に残すべく、毎年少しずつ設置箇所を増やしています。

### 12 / 23 特定非営利活動法人 自然体験 まるたんぼう

#### 農林水産省 「第12回ディスカバー農山漁村(むら)の宝アワード」 地方奨励賞受賞!



地方奨励賞授与式の状況

自然体験まるたんぼうは、本町の豊かな自然環境の中での遊びや学びを大切にし、こども達が自ら考え、感じ、行動する力を育む活動を行い、町内外のみならず海外からも園児を受け入れています。

この度、森のようちえん親子留学をはじめとする同団体の取組全体が、地域活性化に貢献する優良な事例として評価され、中国四国農政局鳥取県拠点の西地方参事官から同団体の山下理事長にディスカバー農山漁村の宝アワード地方奨励賞が授与されました。

### 1 / 14 令和7年度 厚生労働大臣表彰伝達式



1月14日(水)鳥取県庁にて、智頭町民生児童委員協議会の小林悦次さんが受賞した厚生労働大臣表彰の伝達式が行われました。小林さんは、平成16年から民生児童委員として多年にわたり社会福祉事業に精励され、その功績に対し表彰が決定されたものです。小林さんは、現在も民生児童委員として、ご活躍されています。