

# 元気アップ教室開催のお知らせ

## ～トレーニングコース～

様々なトレーニング器具を使い、運動を行います。自分のペースで筋力トレーニングをすることができます。男性にもお勧めです。

## ～プールコース～

水中ウォーキングやジョギング、水中での体操等を習得します。回数を重ねるごとに強度をつけ、体を動かしていきます。

☆開催期間：両コースとも平成18年10月～12月の毎週火曜日（祝祭日を除く）

☆場所：トレーニングコース…岸本温泉ゆうあいパル内トレーニングルーム  
プールコース…岸本温泉ゆうあいパル内プール

☆時間：毎回 午前10時～11時30分

☆対象：・伯耆町の住民で3ヶ月間参加できる方  
・高血圧、心疾患のない方 ※医師の許可が必要な場合があります

☆定員：トレーニングコース…10名 プールコース…15名

☆利用料：1回 500円

☆持ち物：トレーニングコース…運動のできる服装、運動靴、利用料  
プールコース…水着、スイミングキャップ、タオル、利用料  
(希望される方は教室終了後、温泉に入浴することができます)

☆申込期限：9月11日（月）  
トレーニングコース、プールコースのどちらか一方にお申し込み下さい。

☆参加者の決定方法について  
：広く町民の方に利用していただく為、申込者が多数の場合には、参加回数の少ない方から順に参加決定することとします。また、今までの参加回数と同回の場合には、抽選により参加決定としますのでご了承ください。

【申込・問い合わせ先】総合福祉課健康増進室 ☎68-5536

## 法改正による児童手当認定・額改定請求手続きはお済みですか？

平成18年4月1日から児童手当制度が拡充され、支給対象年齢がこれまでの小学校3年生（9歳到達後の最初の年度末）までから、小学校6年生（12歳到達後の最初の年度末）までに拡大され、併せて所得制限が引き上げられました。

対象の方で、手続きがまだの方は平成18年9月30日までに（この期間までに受け付けたもの限り特例的に4月1日に遡って支給されます）認定・額改定請求手続きをして下さい。

【問い合わせ先】総合福祉課福祉支援室 ☎68-5534

# まちづくり講演会開催について



「しずむ夕日が立ちどまる町」をキャッチコピーに夕日にこだわり夕日をシンボルとしたまちづくりに取り組んで、地域の活性化を行った若松進一氏を講師に迎え、まちづくり講演会を開催します。皆様お誘いあわせの上参加してください。

と き：平成18年9月19日（火）  
午後7時から午後9時まで

と ころ：伯耆町立溝口公民館 3階 大会議室

内 容：演題「地域づくり 今やれる青春」  
講師 若松進一氏（夕日のミュージアム名誉館長・観光カリスマ）

【問い合わせ先】自治振興課町づくり推進室 ☎68-3113

## 伯耆町中国講座 受講生募集

この講座では中国の歴史や文化、基本的な中国語を学びながら、「中国」の基本的な内容について勉強したいと思います。

受講希望される方はぜひお申込みください。

対 象：町内在住者でできるだけ全日程参加できる意欲のある方

定 員：20名（先着順）

内 容：中国の歴史や文化、中国語、料理講習等全5回の講座を予定しています。

開催予定日（講師の都合等により変更する場合があります。）

回数	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回
開催日	9月21日(木)	10月5日(木)	10月19日(木)	11月2日(木)	11月16日(木)
開催時間	午後7時から8時30分				
場 所	町立溝口公民館		農村環境改善センター 町立溝口公民館		

参 加 費：料理講習で材料費500円程度の自己負担が必要な場合があります。

申込締切：9月15日（金）までに電話で申し込みください。

なお、定員になりしだい募集を締め切ります。

【問い合わせ先】自治振興課町づくり推進室 ☎68-3113

## 鳥取県西部地震資料提供のお願い

鳥取県では、鳥取県西部地震の資料展示を実施するために、鳥取県西部地震の被災状況、その後の復興などの写真やビデオ等の資料収集を行っています。

町民の皆さんで、被害状況がわかる写真やビデオ等がありましたら、提供していただきますようお願いいたします。なお、提供していただいた資料はお返しいたしませんので、ご了承ください。

【設置場所】 日野町山村開発センター

【締 切】 9月15日(金)

【問い合わせ先】自治振興課町づくり推進室 ☎68-3113

## 秋の全国交通安全運動

9月21日（木）から30日（土）までの10日間、秋の全国交通安全運動が実施されます。

運動期間中には町内でも交通安全街頭啓発を行う予定です。

交通事故を減らすにはみなさん1人ひとりの心がけが大切です。交通事故にはくれぐれもご注意ください。

【問い合わせ先】自治振興課町づくり推進室 ☎68-3113