

森と光が織りなす、うるおいのまち

広報

ほうき

Public Relations HOUKI



伯耆町
広報誌

7月号

2026年 No.259



ちまき作りの笹、いっぱい取れたよ!!

P.2～5 **特集** 年に1度の健康チェック 住民健診を受けよう

P.6 **まちのわだい** テラスマルシェ開催 ほか

P.7～ **おしらせ** おとなの歯周病予防検診 ほか

P.14～ **連載** 図書つうしん ほか

年に1度の健康チェック 住民健診を受けよう



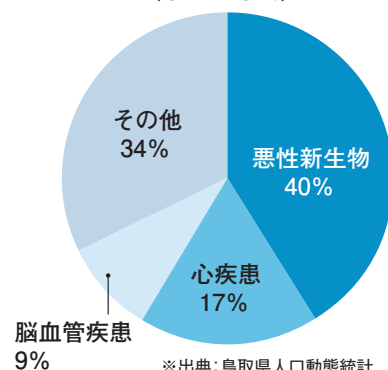
自分は元気だから大丈夫、何かあったら病院に行けばいい、
そう思っていないですか？

健診を受けることで、生活習慣病をはじめとする

さまざまな病気の早期発見や予防につながります。

年に1回、健診を受けて自分自身の健康をチェックしましょう。

伯耆町民の死亡原因
(令和6年度)



※出典：鳥取県人口動態統計

「がん」「心疾患」「脳血管疾患」が 死亡原因の全体の約3分の2!?

伯耆町民の死亡要因の半数以上が、がん（悪性新生物）、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病となっています。

これらの病気は偏った食事や運動不足、飲酒や喫煙などの生活習慣が原因で引き起こされると言われています。初期段階では自覚症状がないことが多く、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。

年1回の健診で血圧・脂質・血糖値・肝機能の結果を確認しましょう。

※死因のすべてが生活習慣病によるものとは限りません。

対象者の約2人に1人が
特定健診を受けています！



かかる時間 約1時間

※検査にかかる時間は目安です。
混雑状況により異なります。

特定健診は、40歳～74歳が対象の健診で、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した生活習慣病のリスクの有無を検査するものです。特定健診を受けることで、生活習慣病のリスクを早期に発見することができます。

目指せ
健康長寿！

住民健診の3つのメリット

メリット1



個人だと最大**9,000円**の受診費用が、住民健診だと**500円**で受けることができます。また、セットで各種がん検診を受ける人は、実質がん検診が**無料**。

メリット2



生活習慣病は、調子が悪くなってから病院に行くのでは手遅れです。定期的に健診を受けることで、**早期発見・早期治療**につながり、あなたの命を守ります。

メリット3



特定健診と合わせて、専門知識をもった保健師・管理栄養士から**特定保健指導**を受けることができます。生活習慣を見直すきっかけとなり、病気の予防ができれば将来的な医療費を減らすこともできるかも！

1 受診までの流れ

①受ける健診を選ぶ

- ・けんしんパスポートを見て、記載してある健診（検診）を確認します
- ・この中から、受けたい健診を選んでください

②健診の予約をする

- ・電話またはインターネットで予約をします
- ・予約をするときには、手元にけんしんパスポートを用意しましょう

③受診



けんしん
パスポートの

ここに注目！

- 20歳以上の町民全員に「けんしんパスポート」を配布しています。
- 「けんしんパスポート」に載っている検診が、あなたが今年度受けることのできるすべての基本健診・各種がん検診等です。
- 「けんしんパスポート」はいわゆる「受診券」です。受診する際に必要になりますので、1年間大切に保管し健診時にご持参ください。



ここに記載の健診が、あなたが受診できるすべての健診です。この中から、受診したい健診を選んで、申し込んでください。

度 伯耆町けんしんパスポート

鳥取
健診

7574

個人コード	1111111
生年月日(年齢)	
性別	
加入保険	国民健康保険

年齢は令和9年3月31日のものです。

今年度あなたが対象となる健診は以下の通りです。受診の際は必ずこの用紙をお持ちください。

特定健康診査	肺がん検診	大腸がん検診	胃がんリスク検診	肝炎ウイルス検診
集団:500円 個別:500円(～12/31)	集団:無料 個別:500円(～1/15)	集団:無料 個別:400円(～1/15)	集団:無料 個別:無料(～3/31)	集団:300円 個別:400円(～1/3)
※問診票記入	喀痰検査:300円(対象者) ※問診票記入	※問診票記入		
前立腺がん検診	胃がん検診	子宮がん検診	乳がん検診	骨粗鬆症検診
集団:500円 個別:500円(～1/31)	集団(男性):500円 個別:1,100円(～1/15)	集団:300円 個別:700円(～1/31)	集団:500円 個別:600円(～1/31)	集団:300円 個別:400円(～1/15)
	※問診票記入	子宮体がん検診:600円 ※医師が必要と認めた場合		
人間ドック(～1/31)	もの忘れ検診	歯周病検診	眼科検診	デジタルデンタル検診
人間ドック:9,000円 脳セットドック:14,000円	個別:無料	個別:500円(～12/31)	個別:400円(～1/31)	個別:無料(～1/31)
	※高齢者支援室へ要申込	※健康増進室へ要申込	別紙参照	

※人間ドックを受ける場合は、重複して健診・検診を受けることはできません。

※人間ドック・婦人科検診は6/1～、その他の健(検)診は7/1～の実施です。

予約の際はご注意ください。



健康情報 Web サイト

伯耆町 健康対策課

受診券（国保特定健診・後期高齢健康診査対象の方）

受診券整理番号		保険者番号	
被保険者番号		氏名	伯耆 太郎
生年月日	昭和44年6月1日	性別	男
住所	伯耆町吉長37番地3健康対策課内	個人番号	1111111

個人コード

予約時に必要です。
電話予約の際には、この番号をお聞きします。

個別医療機関での受診を希望する人は、医療機関に直接ご予約ください。

2 集団健診実施日・場所

日程により会場が異なります。ご注意ください。

実施日	予約受付	会 場	健診種別		当日受付時間
			健診・ がん検診	レディース 検診	
7月23日(木)	第1回	鬼の館	○	○	8：30～10：30
					13：30～15：00
7月24日(金)					8：30～10：30
8月6日(木)	第2回	農村環境 改善センター (本庁舎横)	○		8：30～10：30
8月7日(金)			○	○	
9月25日(金)			○	○	
9月26日(土)			○	○	
9月28日(月)			○		
10月7日(水)			○		
10月8日(木)			○	○	
10月30日(金)			○		
10月31日(土)			○	○	
11月2日(月)			○	○	
11月27日(金)	第3回		○		
11月28日(土)			○	○	

※7月23日は午前・午後の二部制で実施し、受付は8:30からと13:30から行います。

3 集団基本健診・各種がん健診の内容と受診料

※令和9年3月31日時点の年齢です

■基本パック検診の内容【自己負担金：500円】

検診項目	対象年齢等
基本健診(特定、後期を含む)	20~39歳の人と40歳以上の国保または後期高齢および社会保険の被扶養者
胃がんリスク検診	20~70歳の未受診者
肺がん結核検診	40歳以上
大腸がん検診	40歳以上
肝炎ウイルス検診	40歳以上の未受診者
前立腺がん検診	50歳以上の男性

これらの健診が
セットで**500円**で
受診できます。
お得！



■単独で受けることができる検診

健診項目	受診料	対象年齢等	健診項目	受診料	対象年齢等
胃がん検診	500円	40歳以上	胃がんリスク検査	無料	20~70歳の未受診者
子宮がん検診	300円	20歳以上の女性 (20歳無料)	肺がん結核検査	無料	40歳以上
乳がん検診	500円	40歳以上の女性 (令和7年度未受診者) (40歳無料)	大腸がん検査	無料	40歳以上
骨粗鬆症検診	300円	30歳以上の女性 (令和7年度未受診者)	★肝炎ウイルス検査	300円	40歳以上の未受診者
			★前立腺がん検診	500円	50歳以上の男性

★マークの検診は、基本パック検診では無料です。

単独の検診の場合は、受診料が必要なものもあります。

※70歳以上はがん検診が無料です。 ※令和8年度より喀痰検査は廃止されました

※20歳の女性は子宮がん検診が無料です。 ※40歳の女性は乳がん検診が無料です。

4 予約方法

集団健診は、完全予約制です（すべての健診を15分ごとの予約制で実施します）。
予約は、電話またはインターネット、健康対策課窓口で受け付けます。

☎電話予約の方法

■電話予約受付日（受付時間 平日9：00～16：00）※定員に達し次第終了

■予約専用電話 **0859-30-4489**

ご予約の際は、けんしんパスポートをお手元にご用意ください。個人コードなどをお聞きます。

■電話予約受付期間

	受付開始日	受付終了日	予約できる健診月
第1回	7月1日(水)	8月6日(木)	7月、8月
第2回	9月8日(火)	10月7日(水)	9月、10月
第3回	10月14日(水)	11月27日(金)	11月、12月

※予約の空きがあれば、前日の16：00まで予約が可能です。

■送迎（平日のみ）

※健診会場までの交通手段がない人へ、送迎を行います（送迎は平日のみ）。

希望する人は、受診日の1週間前までにお申し込みください。



★インターネット予約の方法

■インターネット予約受付期間

	受付開始日	受付終了日	予約できる健診月
第1回	7月1日(水)	各健診日の1週間前	7月、8月
第2回	9月8日(火)		9月、10月
第3回	10月14日(水)		11月、12月



▶ご予約はこちら

■予約方法 柏耆町ホームページからご予約ください。
（ご予約の際は、けんしんパスポートをお手元にご用意ください。個人コードの入力が必要です）

健診当日の持ち物

- ①けんしんパスポート
- ②資格確認書等またはマイナ保険証
- ③問診票



▲柏耆町
ホームページ



▲特定健診

より詳しい健診情報は、町ホームページまたは各世帯へ配布している健診案内文書をご確認ください。

大腸がん検査 検査キットの窓口受取

大腸がん検査の窓口受取は予約不要です。下記窓口受取日にけんしんパスポートをご持参のうえ、対象日時に健康対策課窓口までお越しください。

※代理の人でも受け取れますが、受診者の便通の様子や自覚症状などの問診を行います。

窓口受取日

日 程：8/10(月)、9/29(火)、
11/4(水)、12/1(火)
時 間：9：00～16：00
ところ：本庁舎 健康対策課窓口
料 金：無料



問い合わせ先

健康対策課 健康増進室

0859-68-5536

▶贈呈式の様子



5/26
火

大和ハウス工業から 寄付を受けました

5月26日（火）、ダイワハウス工業株式会社からの物品（ヨガマット）寄付に伴う贈呈式が開催されました。伯耆町と同社は、令和2年度からロイヤルシティ大山リゾート別荘地に居住される高齢者の孤立防止・認知症予防という課題共有を起点に、多角的な連携を継続してきました。

この度、同社より町民の介護予防・健康維持・交流活動を支援するため、ヨガマット寄付の申出があり、伯耆町として受納することとなりました。今後、「まめまめクラブ」などで寄付物品を活用し、町民の更なる介護予防および健康増進を図っていきます。

▶テイクアウト棟の行列



5/17
日

テラスマルシェ開催

5月17日（日）にテラスザダイセンでテラスマルシェが開催されました。当日は5月にしては暑い日でしたが、暑さに負けず、これまで開催された中で一番多くの人で賑わいました。今回は4月24日にリニョールオープンした物販棟も加わりました。

その他、キッチンカー6台が出店しており、そちらにも多くの人が列を作っていました。

テラスマルシェは、今年7月と11月にも開催予定です。より多くの人が訪れることが期待されます。

▶放水で的を倒す様子



6/7
日

第67回鳥取県西部 消防ポンプ操法大会

第67回鳥取県西部消防ポンプ操法大会が6月7日（日）、鳥取県消防学校で開催され、伯耆町から小型ポンプの部に第6分団が出場しました。

この大会は、消防団の技術向上および士気の高揚を図ることを目的に行われ、第6分団は2位という結果でした。第6分団は7月5日（日）に行われる県大会への出場が決定し、さらなる健闘が期待されます。

▶泥の感触を楽しみながらの田植え体験



5/31
日

米フェスタ2026 おいしい米づくりにトライ！

5月31日（日）、親子で田植えに挑戦し、米や農業への理解を深める「米フェスタ2026おいしい米づくりにトライ！」が、伯耆町丸山のふれあい交流田で行われました。このイベントは今年で39回目の開催であり、親子連れなど約160人が参加しました。

伯耆町丸山集落営農組合員の指導のもと田植えを体験した後は、水路でジマスのつかみ取りを楽しみました。丸山地区女性会特製カレーライスの提供があり、農業や自然の大切さを実感しながら楽しいひとときを過ごしました。

おとなの歯周病検診



7月からおとなの歯周病検診が始まります。

歯周病を早期に発見・予防し、お口の健康と全身の健康を守りましょう。

と き 令和8年7月1日(水)から12月31日(木)

料 金 500円(※生活保護世帯の人は無料)

ところ 町内・町外の歯科医院

定 員 なし

(町のホームページ等でお知らせします)

検診内容 歯・口腔状況診査(検診)、口腔衛生指導

申込・予約方法 健康対策課に電話または下記のQRコードからお申し込みください。

対象者 伯耆町民で、令和8年4月2日～令和9年4月1日までに20、30、40、50、60、70歳になる人

役場から受診券と受診票が届いたら、歯科医院に予約し、受診してください。

申込・予約期間

6月25日(木)～12月15日(火)



▲鳥取電子
申請サービス



申込・問い合わせ先 健康対策課 健康増進室 0859-68-5536

おたふくかぜ任意予防接種費用助成

伯耆町にお住まいのお子さんが受けた任意予防接種(おたふくかぜ)にかかった費用の一部を助成します。

ワクチン名	対象者	助成回数	助成額
おたふくかぜワクチン	1歳以上13歳未満の小児および児童 (まだおたふくかぜに罹患していない場合のみ)	2回	2,000円/回

※助成対象は、令和8年4月1日～令和9年3月31日に接種したものです。

※医療機関の指定はありません。

※助成を受けるためには、役場窓口での申請が必要です。

窓口申請に必要なもの

①母子健康手帳 ②おたふくかぜワクチン接種費用とわかる領収書 ③振込先の通帳等



▲伯耆町
ホームページ



問い合わせ先 健康対策課 健康増進室 0859-68-5536

ひとり親家庭の特別医療費受給資格証更新手続き

ひとり親家庭の特別医療費受給資格証をお持ちの人は、有効期限が6月30日となっていますので、早めに更新手続きをしてください。

また、現在受給資格証を持っていない人でも、以下の要件をすべて満たす人は対象となる場合がありますので、担当課までお問い合わせください。

受給資格要件(次の2つの要件を満たす人)

1. ひとり親家庭で、平成20年4月2日以降生まれの子(18歳に達する年度末まで)を扶養している人
2. 令和7年の所得について世帯全員の所得税が非課税の人(16歳未満の扶養親族がいる場合は、扶養控除があると仮計算した結果で判定)

申請(更新)に必要なもの

①医療保険の資格情報が確認できるもの(※資格確認証や資格情報のお知らせ等)

②特別医療費受給資格証(持っている人のみ)

※令和8年1月2日以降に伯耆町に転入した人は、前住所地が発行する令和8年度(令和7年中)所得課税証明書(所得と控除の内訳が分かるもの)が必要です。

申請(更新)窓口

- ・本庁舎 健康対策課 健康増進室
- ・分庁舎 分庁総合窓口課

上記に該当されないひとり親家庭の人で、児童扶養手当の所得制限未満の人は、伯耆町医療費助成制度に該当する場合がありますので、健康対策課までお問い合わせください。



問い合わせ先 健康対策課 健康増進室 0859-68-5536

高齢者安心見守り事業

離れて暮らす家族が、ひとり暮らし高齢者等の日常の安否確認ができる見守り機器の購入費の一部を補助します。

対象者 町内に居住し、かつ、伯耆町に住民登録をしている次の①～④のいずれかに該当する人

- ①高齢者の単身世帯の人
- ②高齢者のみの世帯の人
- ③①、②に準ずる世帯の人
- ④町長が特に必要と認める人

補助対象機器

補助対象者が居住するところに設置する機器で、次の①、②のいずれかを満たすもの

- ①無線センサーまたは無線通信機などを内蔵した機器であって、安否が確認できるもの
- ②電気等の使用状況から安否が確認できるもの

補助対象経費

補助対象機器1台の購入費用、設置費用(通信費用は補助対象外)

補助金額

補助対象経費の4/5に相当する額と1万円を比較し、いずれか低い方の金額
※1世帯につき1回限りの補助となります。

申請について

補助対象機器購入前に申請が必要です。

申請は随時受け付けています(予算がなくなり次第、終了)。

申請には、地域協力員1名の届け出が必要です。

※地域協力員とは、高齢者等の近所の人で、異変があった際にすぐに駆け付けられる人のことです。

※制度の詳細、申請書等はホームページに掲載していますのでご覧ください。



▲伯耆町
ホームページ



問い合わせ先

健康対策課 高齢者支援室

0859-68-5535

プレコンセプションケア健診のお知らせ ～若い頃から始める健康管理～

伯耆町では、若年世代の健康意識の向上と将来のことを考えるきっかけづくりのためにプレコンセプションケア健診を実施しています。結婚や子どもをもつことは考えていない人も受診していただけます。対象者にはけんしんパスポート(住民健診関係書類)と一緒にご案内をお送りしています。

対象者 以下の要件を全て満たす人

- ☐伯耆町民で19歳～39歳までの男女
(令和9年3月31日時点の年齢)
- ☐プレコンセプションケア健診の費用助成を受けたことがない人

※妊娠中の人は受診できません。

自己負担 無料

※原則無料ですが、女性30,000円、男性13,000円を超える検査を希望された場合は、自己負担が発生します。

検査内容

【男女共通】身長、体重、血圧測定、検尿、血液検査(貧血、B型肝炎、梅毒、クラミジア、麻疹など)

【女性】血液検査(黄体形成ホルモン、卵胞刺激ホルモン、甲状腺刺激ホルモン、抗ミューラー管ホルモンなど)

【男性】精液一般検査

健診をご希望の人は、健康対策課までお問い合わせください。



▲鳥取電子
申請サービス



▲鳥取県
ホームページ



問い合わせ先

健康対策課 健康増進室

0859-68-5536

7月は“社会を明るくする運動”強調月間

第76回“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～

“社会を明るくする運動”は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生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、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。

第76回の統一テーマは、『「保護司」をはじめとする更生保護ボランティアを広く知ってもらおう』です。まずは、更生保護ボランティアのことを“知る”ところからはじめ、“理解を深める”“活動を応援する”“イベントに参加する”など、できることから始めましょう。



▲法務省
ホームページ



問い合わせ先

住民課

0859-68-3115

新任保護司の紹介

6月1日に松原早苗さん（岸本）が、保護司として法務大臣から委嘱を受けられました。

今後、犯罪や非行の防止、あやまちを犯した人の社会復帰に際し、更生のための支援、家族の人からの相談への対応など、立ち直りのサポートを行い地域で支えるボランティアとして活動していただきます。

伯耆町保護司会（敬称略）

新松原 早苗（岸本）
福田 明真（大殿）
森安 幸二（吉定）

竹崎 安代（溝口）
中島 寛（栃原）

安藤 順一（畑池）
谷本 明逸（坂長）

大下 修一（荘）
金畑 裕三（大殿）



問い合わせ先

住民課

0859-68-3115

家電製品等の廃棄方法

家電製品等を廃棄する際に、電池やバッテリーを付けたまま廃棄すると、ごみ収集車やごみ処理施設内で火災が発生する「危険ごみ」となります。家電製品等を廃棄するときは、必ず電池やバッテリーを取り外してください。

●電池の廃棄方法

乾電池・ボタン電池は、「有害ごみ」として収集しています。

●バッテリーの廃棄方法

小型充電式電池（ニッケル水素電池、リチウムイオン二次電池、ニカド電池）は、役場地域整備課か伯耆町清掃センターで回収しています。

※詳しくは、町ホームページをご確認ください。



▲伯耆町
ホームページ



問い合わせ先

地域整備課 環境整備室

0859-68-5539

まちを元気に!! 新任スタッフ紹介

6月1日より、伯耆町に地域おこし協力隊員と移住コーディネーターが着任しましたのでご紹介します。新たな交流人口・関係人口の創出、持続可能な地域づくりを目標にして、それぞれに取り組んでいただきます。



坂東 佳子さん

移住コーディネーターに着任した坂東です。私自身も伯耆町の魅力に惹かれて移住してきました。移住希望者に寄り添いながら、地域の魅力を伝え、安心して新しい生活を始められるようしっかり支援したいと思います。よろしくお願いします。



宮本 梨絵さん

地域おこし協力隊員として委嘱を受けました、宮本です。DAOというデジタルコミュニティをはじめ、各種SNSや公式LINEなどを活用して、地域の皆さまと連携しながら伯耆町ならではの魅力を発信することで、町内外の人が継続して関われる導線や、交流の場を育てていきたいと思っています。よろしくお願いします。



問い合わせ先

企画課 地域未来戦略室

0859-68-4001

夏の交通安全県民運動

夏のレジャーなどによる交通量の増加や、暑さからの疲労運転、また、夏休みに入り子どもの屋外での活動の活発化などにより、交通事故の発生が予想されます。一人一人が交通ルールの遵守と交通マナーの向上に取り組みしましょう。

運動期間 7月13日(月)～7月22日(水)

重点項目

- 子ども、高齢者および障がい者の安全確保と思いやり運転の実践
- 自転車等利用時のヘルメット着用と交通ルール順守の徹底
- 飲酒運転の根絶

スローガン

ゆずりあう あなたの気持ち
が事故減らす



問い合わせ先

企画課 経営企画室

0859-68-4212

伯耆町有線テレビジョン放送 番組モニターの募集

伯耆町有線テレビジョン放送は、町民のみなさまにより身近で役立つ番組作りのため、番組へのご意見・ご感想をお寄せいただく番組モニターを募集します。

内容 指定する番組の感想、伯耆町有線テレビに関するアンケートを提出(任期中に2回)。

委任期間 令和9年3月31日まで

対象者 18歳以上の町内在住者で、伯耆町有線テレビジョン放送を視聴できる人

募集人数 5人

謝礼 1回あたりJCBギフトカード2,000円分を進呈

申込方法 ・応募用紙を企画課へ提出(郵送・FAXでも可)
・メール ・電子申請
※詳しくは町のホームページをご覧ください



申込期限 6月25日(木)～7月24日(金)

▶申請はこちら



問い合わせ先

企画課 町づくり推進室

0859-68-3113

サマージャンボ 宝くじ発売

サマージャンボ宝くじは、収益金が市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。お求めは県内の宝くじ売り場へ! なお、スマートフォンやパソコンを使ってインターネットからの購入もできます。

発売期間 6月30日(火)～7月31日(金)

抽せん日 8月12日(水)

『サマージャンボプレミアム』

1等・前後賞合わせて12億円!

『サマージャンボ宝くじ』

1等・前後賞合わせて7億円!

『サマージャンボミニ』

1等・前後賞合わせて5,000万円!



問い合わせ先

総務課

0859-68-3111

B&G海洋センター プールオープン

6月20日(土)、海洋センタープールをオープンしました。水泳練習や健康づくりの場としてぜひご活用ください。プール利用について詳しくは「利用の手引き」をご覧ください。

プール利用の手引き

開館期間 6月20日(土)～9月10日(木)

開館時間 火～土曜日 13:00～19:30
日曜日・祝日 10:00～17:00

休館日 毎週月曜日・祝日の翌日

利用料金 200円(町内中学生以下は無料)

- 注意事項**
- スイミングキャップをご持参ください
【購入希望の方は受付で販売しています】
 - 水泳大会等開催のため一般利用できない場合があります
 - 小学2年生以下は保護者同伴で小プールをご利用ください



問い合わせ先

総合スポーツ公園

0859-68-3775

国民年金保険料免除申請について

令和8年度国民年金保険料は月額17,920円です。

保険料の納付が困難な場合は、申請することで納付が免除される制度があります。経済的に納付が困難な人は、未納のままにせず、免除の申請をしてください。

なお、この申請をせず納め忘れがあった場合、老齢基礎年金や万一のときの障害基礎年金、遺族基礎年金を受け取ることができない場合があります。

申請に必要なもの

- マイナンバーまたは基礎年金番号のわかるもの
- 雇用保険の被保険者であった人で、失業を理由に申請する場合以下の書類も必要です
- 雇用保険受給資格者証、雇用保険受給資格通知または、雇用保険被保険者離職票のコピーなど

申請窓口

- 住民課
- 分庁総合窓口課
- マイナポータルによる電子申請

対象期間

令和8年7月分から令和9年6月分までの期間(令和8年7月になってから申請可能です)

※過去2年(申請月の2年1か月前の月分)の期間についても免除申請を受け付けています。

その他

免除の種類は、本人・配偶者・世帯主の前年所得(1)6月に申請される場合は前々年所得)に応じて審査、決定されます。

問い合わせ先

米子年金事務所 ☎ 0859-34-6111

詳細はこちら



▲日本年金機構ホームページ

免除の種類	保険料(月額)
全額免除	納付なし
4分の3免除(4分の1納付)	4,480円
半額免除(半額納付)	8,960円
4分の1免除(4分の3納付)	13,440円

※50歳未満の人のみ納付猶予制度があります。

「ダメ。ゼッタイ。」普及運動 6月20日～7月19日

6月26日は「国際麻薬乱用撲滅デー」です。

覚醒剤、大麻、危険ドラッグなどの薬物乱用は、本人の心身を蝕み、人生を狂わす恐ろしいものです。

また、本人ばかりでなく、家族や周囲の人達の苦悩や悲しみは計り知れません。その上、依存症からの再生の道のも大変険しく、特に覚醒剤は再犯率の高い薬物とされています。

薬物の誘惑はどこに潜んでいるかわかりません。興味本位で近づかない、関わらない、使わないという断固とした姿勢が大切です。

問い合わせ先

西部総合事務所
米子保健所
☎ 0859-31-9316



▲鳥取県ホームページ

行政書士無料相談会

相続・遺言、成年後見、会社設立、許認可・届出・土地利用・農地転用、契約書・合意書・協議書等の作成などについて、行政書士が無料で相談に応じます。

とき 7月28日(火) 10時～12時

ところ 岸本公民館

相談員 行政書士

その他 7月27日(月)正午までに事前予約が必要です。電話でお申し込みください。

予約・問い合わせ先

鳥取県行政書士会事務局
☎ 0857-24-2744

自衛隊制度説明会開催

自衛隊米子地域事務所では、令和8年度自衛官採用制度や待遇についての説明会を実施します。自衛隊に興味のある人、受験を希望する人、話だけでも聞いてみたい人はお気軽にお越し下さい。入隊可能年齢は18歳以上33歳未満の人（一般曹候補生・任期制自衛官等）です。男女問わず受け付けています。

※当日の急な諸事情により説明会を中止する場合があります。その際は自衛隊鳥取地方協力本部のホームページでお知らせします。

とき 令和8年7月27日（月）

10時～12時

ところ 岸本公民館 2階第2会議室

料金 無料

令和8年度自衛官採用試験のご案内

身分・処遇等

- 特別職国家公務員
 - 俸給…月額支給（年1回昇給）
 - 賞与…期末勤勉手当（夏冬ボーナス）
 - 休暇…週休2日、祝祭日、年末年始・夏季、出産・育児、介護等
 - 多種多様な職種・職域があり、勤務や職種に応じて各種手当も充実
 - 福利厚生、各種保険、年金制度が充実
- ※受験は全て無料です。詳しくは、鳥取地方協力本部ホームページをご覧ください。自衛隊米子地域事務所へお問い合わせください。

自衛官試験日程

受験種目	受験資格	受付期間	試験日
任期制自衛官	18歳以上33歳未満の者	年間通じて行っております	お問い合わせの際にお伝えします
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の者	7月1日☞～9月1日☞	1次：9月16日☞～18日☞のうち、ご自身で指定する1日 ※Web試験 2次：10月17日☞～11月1日☞のうち、指定する1日
航空学生	18歳以上24歳未満の者	7月1日☞～8月28日☞	1次：①9月19日☞ ②9月26日☞ 2次：10月15日☞～22日☞のうち、指定する1日 3次：（海上）11月20日☞～12月16日☞のいずれか数日間 3次：（航空）11月14日☞～12月17日☞のいずれか数日間
防衛大学校（一般）	推薦	9月5日☞～9月8日☞	9月19日☞、20日☞
	総合選抜		1次：9月19日☞ 2次：10月24日☞、25日☞
	一般		1次：10月31日☞ 2次：11月27日☞～12月2日☞のうち、指定する1日



▲鳥取地方協力本部ホームページ



問い合わせ先

自衛隊米子地域事務所

0859-33-2440

不正改造は犯罪です！

不正改造車は、騒音等により生活環境に悪影響を及ぼす他、人命に関わる事故を発生させる可能性が高まるため、その排除は社会的にも強く求められています。

不正改造車を発見された方は、左記のQRコードから、不正改造車の情報提供にご協力をお願いします。

問い合わせ先 中国運輸局鳥取運輸支局
検査・整備・保安担当
0857-22-4110



▲不正改造車情報提供窓口はこちら



▲不正改造の例はこちら

米子税務署からのお知らせ

7月10日以降、申告書、届出書等の税務関係書類を書面により提出する際は、左記の業務センターに郵送いただきますようお願いいたします。

なお、e-Tax（データ）により提出する場合は、従来どおり米子税務署へ送信してください。

送付先住所

〒700-8689

岡山市北区天神町

3番23号

広島国税局業務センター岡山東分室

送付先名称

広島国税局 岡山東業務センター

手話奉仕員養成講習会の受講者募集

きこえない人・きこえにくい人のコミュニケーション支援を行う、手話奉仕員を養成するための講座です。

とき 9月10日（木）

2月25日（木）（毎週木曜日開催）

19時～21時（全23回）

ところ 米子コンベンションセンター 他

対象者

きこえない人・きこえにくい人の社会参加に理解と熱意がある高校生以上の人で、手話言語の学習経験が無く日本語で日常会話ができる人。

料金 受講料2,000円

（テキスト代別途）

定員 40人

申込・予約期間

8月20日（木）

問い合わせ先

鳥取県中部聴覚障がい者センター

0858-27-2355



▲詳細はこちら

皆生トライアスロン コース迂回のお知らせ

「第44回全日本トライアスロン皆生大会」の開催に伴い、バイクコースの次の地点の交通渋滞が予想されます。

全国から集まる選手の安全走行のために、可能な限り迂回頂きますようお願いいたします。

とき 7月19日（日）

岸本展望駐車場～新日下橋

8時30分～10時30分

11時～14時

大山観光道路入口～森の国

8時30分～11時

植田正治写真美術館周辺

9時～12時

問い合わせ先

皆生トライアスロン協会

0859-34-2819



▲詳細はこちら

すくすくだより



7月2日	木	月齢フォト 時間／10:00～11:00	ポイントデー
7日	火	たなばた祭り 時間／10:00～11:30	ポイントデー
8日	水	出張子育て支援センター (溝口保育所) 時間／9:00～11:30	ポイントデー
9日	木	休館	
10日	金	マタニティー＆ベビーひろば 時間／10:00～11:30	ポイントデー
11日	土	にこにこ土曜日 時間／9:00～11:30	
14日	火	水あそび (パルプラスオン中庭) 時間／10:00～11:30	ポイントデー
21日	火	水あそび (パルプラスオン中庭) 時間／10:00～11:30	ポイントデー
22日	水	わくわくひろば 0才	ポイントデー
23日	木	わくわくひろば 1才～ 時間／10:00～11:30	ポイントデー
25日	土	にこにこ土曜日 時間／9:00～11:30	
28日	火	水あそび (パルプラスオン中庭) 時間／10:00～11:30	ポイントデー
29日	水	出前親子絵本タイム 時間／10:30～11:30	ポイントデー

と ころ 子育て支援センター

開 館 時 間 平日 9:00～11:30、13:30～16:00

第2・4土曜日 9:00～11:30

問い合わせ先 子育て支援センター (パルプラスオン内)

☎ 0859-39-8011

- ・ イベントがあるとき以外は、平日毎日、どなたでもご利用できます。
- ・ イベントの詳しい内容は「すくすくだより」に掲載しています。
- HP・各保育所・図書館等で読むことができます。
- ・ イベントの内容によっては、事前の申し込みが必要です。



▲センターHP



ひまわりセミナー



今月のテーマ	情報社会と人権
と き	7月22日(水) 10:00～11:30
と ころ	日光公民館
内 容	情報社会の中での人権侵害とその対処法
講 師	鳥取県人権文化センター 中尾 和則 さん

今月のテーマ	同和問題
と き	7月24日(金) 8:30～10:30
と ころ	文化センター
内 容	フィールドワーク・講演 「部落差別の現実から学ぼう！」
講 師	伯耆町文化センター 生活相談員 奥田 剛 さん

問い合わせ先 教育委員会事務局 人権政策室
☎ 0859-62-0713

「転職を考えている」「どんな求人があるのかな」「仕事探しはどうやって?」「履歴書の書き方を教えてほしい」など、すべての世代の人の相談を幅広くお受けしています。

【ポイント】
「相談は担当制」
はじめの一步から就職後のフォローまで、決まった担当スタッフが全力サポートします。

お仕事相談は
鳥取県立米子ハローワークへ!

【土曜日利用OK】
土曜もオープン。開所時間は平日・土曜の6時15分までです。

【応募書類が作成できる】
履歴書、職務経歴書等の作成に使えるパソコンがあります。

【充実した相談窓口】
生活の困りごと、ひとり親家庭、障がい者就業・生活の相談窓口を定期的に設けています。

連絡先 鳥取県立米子ハローワーク
(イオン米子駅前店4階)
☎ 0859-21-4585

開所時間: 月～土曜日 10時～18時15分

と しょ Library information 図書つうしん

溝口図書館 TEL 62-0717
岸本図書館 TEL 68-3605
二部公民館図書室 TEL 62-7159
日光公民館図書室 TEL 63-0306

▲伯耆町ホームページ
ホームページ <https://www.houki-town.jp/book/>

夏休み 読書ビンゴ！

岸本図書館

岸本図書館では、夏休み期間の7月21日～8月30日に読書ビンゴを行います。

本を借りてスタンプを集め、ビンゴを目指しましょう。ビンゴが1列そろると1つ目のプレゼント、3列そろると2つ目のプレゼント、全部そろると表彰状がもらえます。プレゼントがなくなり次第終了となります。

この夏は図書館を利用して、いろいろな本を読んでみてくださいね！



おたのしみ上映会

溝口図書館

みんなで楽しく映画を見ませんか？
たくさんのご参加お待ちしております。

上映作品

- 映画すみっコぐらし とびだす絵本とひみつのコ (66分)
- 科学×冒険サバイバル！ 異常気象のサバイバル (70分)

と き 7月26日(日) 10:00～

ところ 溝口公民館 3F 大会議室

対象 どなたでもご参加ください。(申し込み不要)

各教室 7月の予定

出前図書館

なかなか図書館まで行く機会がない方のために、出前図書館を行っております。

※ご希望の地区は図書館までご連絡ください。

文化センター： 7月22日(水) 100円ランチ前
7月25日(土) わくわく土曜日

にこにこおはなし会

と き 7月29日(水) 10:30～11:00

ところ 子育て支援センター

あたまイキイキ音読教室

男性の日

と き
7月8日(水)
10:30～11:30

ところ
溝口公民館 2階
中会議室

溝口

と き
7月15日(水)
10:30～11:30

ところ
溝口公民館 3階
大会議室

岸本

と き
7月22日(水)
10:30～11:30

ところ
岸本公民館 2階
中会議室

布絵本 ちくちくボランティア教室



と き 7月7日(火)・21日(火) 13:30～16:00
ところ 溝口公民館 2階 中会議室

本のリサイクル市

溝口図書館入り口横で不定期開催中です。

予告なく変更になる場合があります。詳しくは、図書館までお問い合わせください。

Check!

こちらから蔵書検索できます！

二次元コードを読み取って、町内の図書館資料を蔵書検索・予約することができます。

※通信料は利用者負担となります。

※町内の図書館(室)で借りた本は、溝口図書館、岸本図書館、二部公民館、日光公民館どこでも返却できます。

※本が破損・汚損した場合は、そのままの状態カウンターまでお持ちください。



図書カレンダー 7月

溝口・岸本図書館

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

二部・日光公民館

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

どちらの図書館・公民館でも、
図書の予約と返却ができます。

休館日



合言葉は おたがいさま vol. 33

生活支援コーディネーター本田の支え合い活動レポート

令和7年度に実施したデマンドバス体験事業をレポートします。

伯耆町では運転免許返納後も公共交通機関を利用して、自立した生活が送れるための取り組みとして、デマンドバスの乗車体験会を実施しています。

1回目は12月10日(水)に「はつらつ(二部)教室」の教室生を対象に、デマンドバスを乗り継いでフレスポ伯耆へ行くお買い物ツアーを実施しました。二部地区から6人(70~80歳代)の参加者があり、ほとんどの人がデマンドバス初体験でした。慣れない予約や乗車体験にドキドキされながらも、「体験してみて仕組みが分かったし良かった」「みんなで体験できて楽しかった」「今度は電車にも乗ってみたい」など、前向きな意見が聞かれました。

2回目は「障がい老人をささえる家族の会」の会員を対象に、毎月開催されている“介護家族のつどい”に、デマンドバスで参加していただきました。3月26日(木)、二部線、循環線の右回り・左回りの3つの路線を利用され、合計12人(30~80歳代)の参加がありました。

参加者からは、「集落の中まで入ってもらえるので助かる」「安いし、時間通りだし、家からバス停も近くて良かった」「運転しなくなれば、通院や買い物などで使いたい」という意見と、「予約の仕方が難しかった」「右回りと左回りを理解しなくては」という少し不安に思う声も聞かれました。

デマンドバス体験事業を実施して、一人では消極的だった人も、仲間と一緒に楽しく参加していただけたと思います。まずは乗ってみて、身近に感じていただき、自立した生活を送るための手段の一つと思っていただけたらうれしいです。

合言葉はおたがいさまです。



溝口駅で乗り換え(12月10日)



最寄りのバス停から乗車(3月26日)



問い合わせ先

健康対策課 高齢者支援室

0859-68-5535



二部小学校 暖かい地域の支援

4月23日から「わくわくお話タイム(読み聞かせ)」が始まりました。二部小学校では毎回5人のボランティアさんに、担当する学年に合わせて図書館などで児童

が関心を持ちそうな内容の絵本を探して読み聞かせをしていただきます。児童は毎回とても楽しみにして待っています。5人のボランティアさんそれぞれに特徴があり、とても暖かい地域の支援をいただいています。

また、5月7日の連休明けには、6月1日のプール開きに向けて、保護者・ボランティア・森のようちえん「michikusa」の職員の皆さんにもお手伝いいただき、児童と一緒にプールの周辺およびプール内を綺麗に掃除しました。年々児童の人数が減少していますが、暖かい地域の支援のお陰で学校の学習や活動ができています。地域や関係者の皆様には感謝の気持ちでいっぱいです。



読み聞かせの皆さん



プール掃除の様子



問い合わせ先

教育委員会 生涯学習室

0859-62-0712



スポーツひろば

伯耆町ソフトテニス大会

5月10日(日)、大山ガーデンプレイステニスコートを会場に、第22回伯耆町ソフトテニス大会が開催されました。町内の集落・同好会・中学校・スポ少等による団体戦(参加11チーム)と男女別個人戦ダブルスで熱戦を繰り広げました。



団体優勝Daisen



男子優勝 石原・生田



女子優勝 釜田・井澤

大会結果

団体戦

優勝 Daisen
準優勝 こしき
第3位 伯耆ニュータウン
第3位 バードSTC

個人戦ダブルス(男子)

優勝 石原寛哲・生田徳明(Daisen)
準優勝 飯塚大晴・杉原彩加(Daisen)
第3位 山田真輝・下前佳司
第3位 勝部智也・福谷優吉

個人戦ダブルス(女子)

優勝 釜田陽奈心・井澤凜(溝口中)
準優勝 神庭唯・下村翔華(溝口中)
第3位 山田好理・松本さくら(伯耆STC)
第3位 今田結月・大垣小夏(岸本中)



問い合わせ先

総合スポーツ公園

0859-68-3775



通信



vol. 130

このコーナーは、ALT(外国語指導助手)によるエッセイを、英語と日本語で紹介します。



June Newsletter

Hello everyone! Summer is here so I hope everyone can stay cool in this heat. I'm really weak in the heat so I will be trying my best to stay cool with lots of water and ice cream.

I arrived in Houki Town almost a year ago and I am still so happy to be living here. Around this time last year, I was preparing to leave America to live in Japan so looking back at that time now is really nostalgic. Since I've been in Tottori, I have been able to make amazing friends that make living here so much more fun.

Even though I have been living here for nearly a whole year, I feel like I have not explored Kishimoto much. I want to make it my goal to explore more of Kishimoto once the weather becomes cooler. I look forward to being able to explore more of Houki Town once autumn arrives.

Kobby

みなさんこんにちは!

夏が来ましたね。この暑さの中、みなさんが涼しく過ごせることを願っています。私は暑さに本当に弱いので、水をたくさん飲んだりアイスクリームを食べたりして、なんとか涼しく過ごそうと思っています。

私はほぼ1年前に伯耆町に来ましたが、今でもここに住めてとても幸せです。去年の今頃は、日本で暮らすためにアメリカを出る準備をしていたので、その頃を振り返るととても懐かしい気持ちになります。鳥取に来てからは、ここでの生活をもっと楽しくしてくれる素晴らしい友達にも出会うことができました。

ここに住み始めてもうほぼ1年になりますが、岸本地域をあまり探索できていない気がします。もっと涼しくなったら、岸本地域をもっといろいろ巡ることを目標にしたいです。秋になったら、伯耆町をさらに探検できるのを楽しみにしています。

コピー

解体

住宅 倉庫 空き屋

のことなら



「お家おたすけ」屋さん



SKILL LABO 維新工業
ISHIN INDUSTRY



0859-57-7177
携帯: 090-7972-0426

解体施工士が
施工・管理するので安心!

アスベストの調査・ご相談もお任せください

<https://tasuku-houki.com/>

建設業許可 鳥取県知事許可(般-2) 第7427号 とび・土木工事業 解体工事業 産業廃棄物収集運搬許可 鳥取県 鳥取県 許可 192704号

〒689-4122 鳥取県西伯郡伯耆町坂長715-1

鳥取県西部解体業協議会 会員/一般社団法人 空き家管理士協会 会員/伯耆町空き家対策協会 会員

来て

見て

「ほっと」

住んで

「うきうき」



町の魅力を再発見し、新たな一歩を

日本全国で、2025年に生まれた子どもの数は過去最少となり、10年連続で減少しています。ここ伯耆町においても、令和7年度の出生数は47人。コロナ禍であった令和3年度（46人）に次ぐ少なさとなっています。コロナ禍前の71人と比べると大きく減少しており、少子化という大きな波に直面しています。

人口減少や少子高齢化という厳しい現実は避けられませんが、私たちには希望もあります。実は昨年、伯耆町の転入者数は転出者数を50人上回りました。これは県内19市町村の中でトップの数字です。町の魅力が多くの人に届き始めている確かな証拠であり、私たちの取り組み次第で、人口減少のスピードを抑えられる「町の可能性」を示しています。

今、町ではこの可能性をさらに広げるため、「移住定住の強化」を最重要施策の一つとして掲げています。その一環として、この度「町の本来価値を見立て直す」ための専門スタッフを2人採用しました。

2人とも県外からの移住者です。外からの新鮮な視点で、本町の歴史や文化、自然や人々の暮らしといった魅力を再発見し、全国へ届けてくれることを期待しています。

詳細については本誌10ページで紹介しています。町で見かけた際は、ぜひ温かい声をかけていただければ幸いです。町の未来のために、町民の皆さまとともに歩んでまいります。

やすだ 安田 銀爾（男）
保護者／連・由紀子
住所／押口

さとう 佐藤 瑛（男）
保護者／正弥・雪乃
住所／吉長



お誕生おめでとう

戸籍の窓

5月届出分（敬称略）
※掲載は希望者のみです。

えんどう 遠藤 心嶺（女）
保護者／奨己・真由
住所／坂長（グラン伯耆）

おくやみ 申し上げます

やまもと 山本 富美（77歳）
二部（二部第三）



人口のうごき

人口	10,051人（-12人）
男	4,828人（-7人）
女	5,223人（-5人）
世帯	3,934世帯（+1世帯）

※住民基本台帳に基づく人口
（令和8年6月1日現在）

人口動態

転入	21人
転出	30人
出生	4人
死亡	7人

第13回 家庭の日川柳

毎月第3日曜日は「家庭の日」です。
家族団らんや家族そろっての行事などを通して、
子どもたちを心豊かに育てましょう。
※学年表記は令和7年度のもの

入選作品

ばんごはん みんなあつまり えがおだね

岸本小学校3年 土屋 和希

お父さん いっしょに ごはん作ろうね

二部小学校3年 前田 結陽

パパのギャグ スルーしながらも 愛感じ

溝口中学校3年 北野 龍至

人権啓発標語

※学年表記は令和7年度のもの

入選作品

なかないで ひとりじゃないよ
みんながいるよ

八郷小学校6年 久保美由紀

これでいいかな 相手のことも 考えよう

二部小学校5年 山根 壮仁

困ったとき みんながいるよ すぐ呼んで

二部小学校6年 住田 凱士



ホームページ上にて、文字放送や防災無線の
放送内容を確認することができます。



文字放送は
こちら➡



防災無線は
こちら➡



美術館 だより

Vol.205

美術館展覧会情報

植田正治写真美術館
SHUJI UEDA MUSEUM OF PHOTOGRAPHY

A・B・C展示室(2・3階)

企画展 植田正治 写真の昭和

2026年6月13日(土)ー9月6日(日)



今回の展覧会のテーマは、「昭和」です。懐古趣味、あるいはレトロブームとして語られることが多いのですが、1926年から1989年という60年以上におよぶ時代は、植田正治(1913ー2000)の写歴、そして写真やカメラの発展の過程と密接にオーバーラップしています。

昭和になると次第にカメラが一般に普及しはじめ、戦後になると国内外のメーカーが競うように、小型化、高性能化をめざし、産業としても目覚ましい発展をとげました。カラー写真も登場し、より親しみやすくなり、昭和の人々、家族にとって、そして何より「昭和」という時代そのものにとって欠かせないアイテムとなったのです。同時に、写真は単なる記録から、豊かな表現力をもつ、芸術のひとつのジャンルとしても、ひろく認識されるようになったのです。

植田は学生時代からカメラや写真の魅力に出会い、1932年、昭和7年には境港に「植田写真場」、仕事としての写真館を開業しながらも、アマチュア写真家としての活動に熱心に取り組んでいきます。戦後にもかかわらずスタンスで、長年にわたり「写真すること」を楽しみながら、雑誌に多くの作品が掲載されるようになり、写真集が出版され、プロのような依頼も多くなっていきました。そんな植田が、撮り遣した無邪気な子供たちの姿、懐かしい近所の街並み、すがすがしいほど素朴な人々など、多くのイメージを通して、あらためて「昭和」という時代の魅力を引き彫りにします。昭和はまさに写真の時代であり、写真にとって、そして植田にとって、最良の被写体であったでしょう。

【同時開催】1階D展示室

植田正治物語ー写真するボクー

植田正治の生涯にわたる写真活動の軌跡を紹介

問い合わせ先

伯耆町立植田正治写真美術館
TEL:0859-39-8000

メール: bijyutsukan@houki-town.jp
ホームページ: <https://www.houki-town.jp/ueda/>
■開館時間/10:00~17:00(最終入館は16:30)
■休館日/毎週火曜日(祝日の場合は翌日) ※8月11日、12日は開館

町民の方は入館無料です。

ご来館の際は、広報ほうき6月号無料招待券をご利用いただくか、
免許証など住所のわかるものを提示してください。

美術館オリジナルマグカップ
できました!

1個 2,400円
(税込)



大山ますみず高原 天空リフト ~空中散歩で絶景広がる感動パノラマへ~



町民割引券

お一人様 500円(大人・小人共通)

※通常 大人1,500円・小人1,000円

※本券1枚で5名様までご利用いただけます。

有効期限: 令和8年11月23日まで

大山ますみず高原天空リフト
西伯郡伯耆町大内枿水高原1069-50
TEL0859-52-2228

