

9月10日は鳥取市防災の日

問 本庁舎危機管理課（31 番窓口）
☎ 0857-30-8033 📠 0857-20-3042

鳥取大地震の経験や教訓を風化させることなく、市民一人ひとりの防災意識の向上を図るため、毎年防災訓練などの取り組みを実施しています。

■鳥取市総合防災訓練

避難所訓練、防災関係機関の車両などの展示

と き 9月10日（水）10:00～12:00

ところ 稲葉山小学校、佐治小学校

■防災行政無線・防災ラジオ・防災アプリによる訓練放送

と き 9月10日（水）10:00

■鳥取大地震の記録パネル・避難所用品などの展示

と き 9月4日（木）～11日（木）

ところ 麒麟 Square 情報スペース、イオン鳥取店

市営住宅入居者募集

問 鳥取県住宅供給公社
☎ 0857-30-7480 📠 0857-22-8331

■申込書について（各総合支所でも対応可）

配布開始日 9月1日（月）

提出期間 9月8日（月）～16日（火）

配布・提出場所 ▶鳥取県住宅供給公社
▶各総合支所産業建設課

※7月1日（火）より、窓口が移転しています。ご注意ください。

※詳しくは申込書をご覧ください。

◆9月募集住宅（EV）…エレベーター有り				
種別	団地名	規格	階数	月額家賃（円）
公 営	湖 山	3DK	3	26,000～34,400
		3DK	3	27,000～35,700
	賀 露	3DK	3(EV)	27,700～36,500
	旭 町	3DK	1	25,300～33,500
	駅 南	3DK	4	20,800～27,500
	鹿野 出合	3K	1,2	19,400～41,400
高齢者世話付	材 木	2LDK	1	22,200～29,400
	湯 所	2LDK	1	24,200～32,000
改 良	吉 成	2DK	4	17,000～25,400
	下 味 野	3DK	1,2	24,300～36,300
		3DK	1,2	24,300～36,300

2DKは単身者優先、それ以外は家族世帯優先

9月は認知症月間

問 本庁舎鳥取市中央包括支援センター
☎ 0857-20-3457 📠 0857-20-3906

9月21日は「認知症の日」です。認知症を自分の事として考えてみませんか。鳥取市認知症施策推進計画をご覧ください。

■オレンジリングドレスアップ

鳥取市医療看護専門学校の校舎の窓に、オレンジリングを投影

と き 9月19日（金）～22日（月）

■100円循環バス「くる梨」に認知症月間のバスマスク設置

と き 9月1日（月）～30日（火）



あなたの声きかせてください
9月10日～16日は自殺予防週間

問 駅南庁舎心の健康支援室
☎ 0857-22-5616 📠 0857-20-3962

昨年、本市では17人が自死で亡くなっています。特に30～50歳代の働きざかり世代の自死者数が多いです。一人で悩まず、まずは家族や友人、同僚など身近な人に相談しましょう。

■眠れていますか

うつ病も早期発見が大切です。うつ病かどうか区別するためのポイントは、「睡眠」です。「寝つけない」「途中で何度も目が覚める」「熟睡感がない」など、2週間以上続く不眠は、うつ病の一つのサインです。

■ひとりで悩まず相談を

次のような症状があれば、「こころの健康」が崩れている可能性があります。

☐ ものごとを悪い方にばかり考える

☐ 好きだったことにもやる気が起きない

☐ 体調が悪くて毎日が辛い

☐ ぐっすりと眠れない

☐ おいしく食べられない

■あなたもゲートキーパーになれます

身近な人の様子が「いつもと違う」と感じた場合は、まずは声をかけ話を聴いてあげてください。あなたの声かけを待っている人がいます。

◆家族の集い◆

大切なご家族を自死で亡くされた人が集い、安心して気持ちを分かち合う会

と き 10月7日（火）14:00～15:30、
12月7日（日）13:30～15:00、
令和8年2月3日（火）14:00～15:30

ところ さざんか会館 ※予約不要

運動不足がちょっと気になる
あなたへ 9月は「健康増進普及月間」

問 駅南庁舎健康づくり推進課
☎ 0857-30-8583 📠 0857-20-3964

運動習慣は、生活習慣病の予防と密接に関連しています。運動習慣がある人は、運動習慣がない人と比較し、循環器疾患や糖尿病、がんなどの生活習慣病になるリスクが低いことが報告されています。（厚生労働省 健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023）

■普段どのくらい歩いていますか？

20歳以上の鳥取県民の1日の平均歩数は、男性が5926歩、女性が5108歩で全国平均を下回っています。鳥取県が掲げる目標値は男性が8000歩、女性が7000歩ですので、それぞれ2000歩ほど少ないです。

（鳥取県公式ウェブサイトより）

◆鳥取市民健康ひろば◆

と き 10月5日（日）12:50～16:00

ところ とりぎん文化会館 ※予約不要

内 容 コーギー^{とみた}富田による健康づくり講演会、各種健康測定・相談コーナー、展示・体験コーナーなど

◆働く世代のための「わくわく tottori ウォーク」◆

問 駅南庁舎保健総務課
☎ 0857-30-8521 📠 0857-20-3964

と き 11月3日（月・祝）11:00～15:30

ところ 本通り・若桜街道 他

内 容 職場の仲間や家族と中心市街地を自由にウォーキング。謎解きポイントや歩数を競う。 ※協力 店利用ポイントや景品あり

参加料 無料

募 集 9月1日（月）～10月17日（金）

◆Vitality 鳥取ウォーク◆

問 駅南庁舎健康づくり推進課
☎ 0857-30-8585 📠 0857-20-3964

と き 11月3日（月・祝）～12月28日（日）

内 容 スマートフォン専用アプリ「Vitality（住友生命）」を使用して特典を獲得するチャレンジ。

アプリをインストール・登録
➔ 運動に取り組む ➔ 週間目標を達成
➔ ドリンクチケットなど特典を獲得

対 象 18歳以上の本市または東部4町に在住・在勤・在学の人

定 員 200人 ※先着順

募 集 10月27日（月）10:00～11月2日（日）

※イベント内容など、詳しくは本市公式ウェブサイトをご覧ください



Pick up information

ピックアップインフォメーション

毎年9月はがん征圧月間

問 駅南庁舎健診推進室
☎ 0857-20-0320 📠 0857-20-3964

■日本人の死亡原因第1位はがん

がんによる死亡者は年々増加しています。定期的ながん検診の受診により、早期発見・早期治療につなげましょう。

9月は公共交通利用促進月間

問 本庁舎交通政策課（54番窓口）
☎ 0857-30-8326 📠 0857-20-3953

■ノルデチケットを特別価格で販売

内 容 鳥取県東部地域の対象バスが1日乗り放題のデジタルチケット「ノルデチケット」を対象日に限り、特別価格500円（通常800円）で販売 ※詳しくは本市公式ウェブサイトをご覧ください。

対 象 日 9月の金曜日

対象バス 日ノ丸自動車（東部）、日本交通（東部）、くる梨、やずバス、若桜町営バス、岩美町営バス

※ご利用にはRYDE PASSアプリのダウンロードが必要です。



やめよう放置自転車
使おう駐輪場

問 本庁舎交通政策課（54番窓口）
☎ 0857-30-8326 📠 0857-20-3953

本市では、鳥取駅周辺を「自転車放置禁止区域」として条例で定め、放置自転車の撤去を行っています。通行の妨げにならないよう、適切な場所に駐輪していただくとともに、市営鳥取駅高架下第1・第2自転車駐車場をご利用ください。本駐輪場では、簡易修理や空気入れ、レンタサイクルなどを実施しています。



駐輪場



放置自転車