鳥取大学医学部公開講座

「免疫」「再生」「発生」「老化」―私たちの身体のしくみを解き明かす最前線の研究が、次世代の医療を切り開いていきます。本公開講座では、これらのテーマが未来の医療にどう結びついていくのかを、鳥取大学医学部の教員４名が分かりやすくお話しします。
科学に興味のある中高生から、将来の医療に関心のある一般の方まで、どなたでもご参加いただけます。

■演　題　未来の医療は研究から始まる～免疫・再生・発生・老化のしくみを通して見えてくること～
■と　き　９月20日（土）午後１時30分～３時40分
■ところ　鳥取大学医学部記念講堂
■参加費　無料
■申込方法　電話または右記の申込フォーム

問 鳥取大学米子地区事務部総務課広報係（☎ 38－7037）

健康増進普及月間キャンペーン in Yonago

９月は「健康増進普及月間」です。日々の生活習慣を振り返り、生活習慣病やフレイルの予防を応援するイベントを開催します。

■内　容　計測（血圧、味覚チェック、ベジチェックなど）
ミニクイズ、フレ飯紹介など

■第１弾
▶と　き　９月13日（土）午前10時～11時30分
▶ところ　ホック皆生店

■第２弾
▶と　き　９月13日（土）午後１時30分～３時
▶ところ　まるごう弓ヶ浜店

■第３弾
▶と　き　９月19日（金）午前10時～11時30分
▶ところ　MEGA ドン・キホーテ米子店

※参加無料、申込不要

問 健康対策課（☎ 23－5452 FAX 23－5460）

山陰労災病院　市民公開講座

骨を強く！記憶を守る！骨粗しょう症と認知症予防でいつでも歩ける自分をつくろう！

■プログラム
①認知症と予防について　楠見 公義（脳神経内科部長）
②みんなで取り組もう認知症予防
須田 明美（認知症看護認定看護師）
③骨粗しょう症を知って、予防して、PPK（ピンピンコロリ）　萩野 浩（院長）
④病院スタッフによる寸劇

■と　き　９月23日（火・祝）午前10時～正午
■ところ　米子市文化ホール イベントホール

※入場無料、申込不要

問 山陰労災病院（☎ 33－8181）

高齢者の定期接種のお知らせ

■インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種
10月からインフルエンザと新型コロナウイルス感染症の定期接種が始まります。
対象の方には９月下旬に予診票を送付します。

◆対象者
▷ 65歳以上の方
▷ 60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身辺の日常生活が極度に制限される程度の障がいを有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいを有する方

◆接種期間　10月１日～令和８年１月31日

■帯状疱疹予防接種
帯状疱疹の定期接種は４月１日から開始しています。今年度対象の方には３月下旬に接種券を送付しています。再発行を希望する方はお問い合わせください。

◆令和７年度対象者
①次の生年月日の方

65歳	昭和35年４月２日～昭和36年４月１日
70歳	昭和30年４月２日～昭和31年４月１日
75歳	昭和25年４月２日～昭和26年４月１日
80歳	昭和20年４月２日～昭和21年４月１日
85歳	昭和15年４月２日～昭和16年４月１日
90歳	昭和10年４月２日～昭和11年４月１日
95歳	昭和５年４月２日～昭和６年４月１日
100歳以上	～大正15年４月１日

※令和７年度のみ100歳以上の方は全員対象です。
② 60歳以上65歳未満のヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方

◆接種期間　４月１日～令和８年３月31日

問 健康対策課（☎ 23－5451 FAX 23－5460）

今だからこそ知りたい！子宮頸がん予防

大阪大学産婦人科の先生による特別講演、鳥取大学女性診療科の先生と鳥取大学医学部４年生による講演とトークセッションを行います。HPV ワクチン接種を迷っている方や小学生～高校生の女子のご家族の方、ぜひご参加ください。

■演　題　今だからこそ知りたい！子宮頸がん予防
～HPV ワクチンの正しい情報をお伝えします～
■と　き　９月21日（日）午後１時30分～３時30分
■ところ　米子市文化ホール イベントホール

※入場無料、申込不要、定員 160 人

問 鳥取大学医学部 産婦人科（☎ 38－6647）

9～10月の集団がん検診

■持ち物　受診券、負担金（マスクの着用をお願いします）
■肺がん集団検診（予約不要）

実施日	会　場	午前9時～11時	午後1時～3時
9月16日（火）	ふれあいの里	●	●
9月28日（日）	ふれあいの里	●	
10月7日（火）	ふれあいの里	●	●
10月10日（金）	淀江体育館	●（※） ※午前枠は午前9時30分～11時30分	●
10月27日（月）	ふれあいの里	●	

▶対象者
①胸部レントゲン検査　40歳以上の方
②「たん」の検査
50歳以上で喫煙指数（1日本数×年数）が600以上の方（元喫煙者を含む）

■胃がん・乳がん・子宮頸がん集団検診
（要予約・定員に達し次第終了）
予約には、「令和7年度健診受診券」が必要です。
▶Web予約
※右記の二次元コードから申込み
▶電話予約
健康対策課へ電話（☎23－5468、23－5452）
受付時間：平日 午前8時30分～午後5時15分

▶胃がん・乳がん集団検診実施日

実施日	会　場	胃がん 8時15分～11時	乳がん 8時15分～11時
9月7日（日）	ふれあいの里	●	●
9月22日（月）	ふれあいの里	●	●
10月13日(月・祝)	ふれあいの里	●	●
10月16日（木）	淀江支所	●	●

▶子宮頸がん集団検診実施日

実施日	会　場	受付時間
9月7日（日） 10月13日(月・祝)	ふれあいの里	午前8時45分～11時

▶胃がん検診対象者　40歳以上の方
※集団検診の胃がん検診はバリウムのみ
▶乳がん検診対象者
40歳以上の女性（昨年度受診した方を除く）
▶子宮頸がん検診対象者　20歳以上の女性

問 健康対策課（☎23－5468 FAX23－5460）

第136回 一般公開健康講座

子どもだけでなく大人にとっても、ワクチン接種は大切です。ワクチンに関する基本的なお話に加え、最近定期接種が始まった帯状疱疹ワクチン、流行前に接種頂きたいインフルエンザ、新型コロナウイルスワクチン等についてお話しします。また、旅行やお仕事などで海外に行かれる方向けのワクチンについてもご紹介します。

■演　題　「大人のためのワクチン」
～最近の話題から渡航前ワクチンまで～
■講　師　鳥取大学医学部　臨床感染症学
寄附講座准教授 北浦 剛 先生
■と　き　9月25日（木）午後2時～3時30分
■ところ　米子市文化ホール メインホール
※入場無料、申込不要
問 鳥取県西部医師会（☎34－6251 FAX34－6252）

9月10日から16日まで「自殺予防週間」

自死は、さまざまなことが複雑に関係し、心理的に追い詰められた末の死と言われています。また、うつ病などこころの健康問題が大きく関係しています。
睡眠不足や質の悪い睡眠は、心の不調のサインであり、うつ病の人の多くが不眠を認めています。自身の睡眠リズムと質を整えることが大切です。

■大切な人のゲートキーパーになりませんか
ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。話を聞いて一緒に支えてくれる人の存在は、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心感を与えます。身近な人のいつもと違う様子に気づいたら、「眠れてますか？」など、声をかけてみることから始めてみてはどうでしょうか。
その行動が、ゲートキーパーの第一歩になります。
こころの健康に関する情報（メンタルヘルス、相談窓口、ゲートキーパー）をホームページに紹介しています。

問 健康対策課（☎23－5452 FAX23－5460）

メンタルヘルスセミナー

■内　容
心と体のリラックスを図る「腹式呼吸」
不安や緊張を和らげる「タッピングセラピー」
心の安定・平静につなげる「マインドフルネス瞑想」
■と　き　9月28日（日）午後1時15分～3時30分
■ところ　米子コンベンションセンター
■講　師　公益社団法人日本心理学会認定心理士　西村 明倫さん
■参加費　500円（資料・会議室代）
■申込方法　電話、メール（nyan3251@ipp-t.net）
問 鳥取メンタルヘルスの会（☎090－8996－9883）