

## 市内の放射線量 (空間・水道水)

市は毎月第2週と4週に、市内120地点で放射線量を測定しています。測定後、国の示す除染基準(面的測定で毎時0.23マイクロシーベルト)を超える地点があった場合は、除染を行います。

### 6月の空間放射線量(抜粋)(マイクロシーベルト/毎時)

地域	測定場所	地上50cm	地上1m
高崎	高崎市役所本庁	0.04	0.04
	倉賀野幼稚園	0.05	0.05
倉渚	倉渚支所	0.05	0.05
	倉渚小学校	0.05	0.05
箕郷	箕郷支所	0.05	0.05
	箕郷第二保育園	0.05	0.04
群馬	群馬支所	0.04	0.04
	桜山小学校	0.06	0.06
新町	新町支所	0.07	0.07
	新町第二小学校	0.04	0.04
榛名	榛名支所	0.06	0.05
	久留馬小学校	0.08	0.07
吉井	吉井支所	0.05	0.05
	南陽台小学校	0.04	0.04

●測定日=6月第2週 ●全120地点の結果は、市ホームページ「東日本大震災への対応」に掲載 ●問い合わせ先=環境政策課(☎321-1251)か各支所地域振興課

### 水道水の放射性物質 (ベクレル/kg)

採水場所	測定日	測定値
若田浄水場ほか 市内の浄水場	6月6日	セシウム134・137とも不検出

●検査=毎月1回 ●基準値は、セシウム134・137を合わせて10ベクレル/kg ●問い合わせ先=水道局浄水課(☎321-1286)

## 8月のすくすく相談

7~8か月児と保護者が対象です。内容は、育児・離乳食・歯科・母乳相談・身体計測などです。お住まいの地域の会場で相談してください。

当日は、母子健康手帳と問診票を持ってきてください。

問い合わせは、高崎地域は健康課、箕郷・群馬・新町・榛名・倉渚・吉井地域は各地域の保健センターへ。

地域	期日	受付時間	会場	対象
高崎	8月6日(月)	午前9時10分~9時40分	市総合保健センター1階 こども健診センター (高松町)	1~10日生まれ
	8月17日(金)			11~20日生まれ
	8月27日(月)			21~31日生まれ
箕郷	8月23日(木)	午前10時15分~10時45分	箕郷保健センター	平成29年12月生まれの乳児とその保護者
群馬	8月9日(木)	午前9時15分~10時	群馬保健センター	
新町	8月28日(火)	午前9時15分~9時45分	新町保健センター	
榛名・倉渚	8月1日(水)	午前9時30分~10時	榛名・倉渚保健センター	
吉井	8月7日(火)	午前9時15分~9時45分	吉井保健センター	

問い合わせ先

群馬保健センター ☎027-373-2764	保健予防課 ☎027-381-6112	新町保健センター ☎0274-42-1241
健康課 ☎027-381-6113	吉井保健センター ☎027-387-1201	
箕郷保健センター ☎027-371-9060	榛名・倉渚保健センター ☎027-374-4700	

### 栄養士による食生活相談

●日時 7月19日(木)午前9時30分~午後3時30分 ●会場 市総合保健センター4階健康課 ●内容 糖尿病や高血圧の予防・改善についての食生活の相談 ●対象 市内に在住の人 ●定員 先着20人 ●費用 無料 ●申し込み 7月13日(金)までに、健康課へ

### 禁煙チャレンジ教室

●日時 7月28日(土)午前9時30分~11時 ●会場 市総合保健センター4階教室 ●内容 禁煙方法の紹介、呼吸の一酸化炭素濃度や尿中のニコチン代謝物の測定、個別相談 ●対象 市内に在住で3か月以内に禁煙したい人 ●定員 先着5人 ●費用 無料 ●申し込み 7月25日(水)までに、健康課へ

### 健診お役立ち講座 ストップ動脈硬化

●日時 7月30日(月)午後1時30分~3時30分 ●会場 倉渚公民館3階活動室 ●内容 結果から分かる動脈硬化リスク、保健師や栄養士による動脈硬化予防のアドバイス、生活の工夫、血管年齢測定、簡単な体操 ●対象 市内に在住の40~74歳の人 ●定員 30人 ●費用 無料 ●持ってくる物 健診結果通知書、筆記用具 ●申し込み 7月24日(火)

### 認知症相談

●日時 8月1日(水)午後1時30分~4時 ●会場 市役所2階長寿社会課 ●内容 認知症専門医による、認知症の症状や治療についての相談 ●対象 市内に在住で、認知症について悩みや不安のある人かその家族 ●定員 4人(予約制) ●費用 無料 ●申し込み 7月31日(火)までに、長寿社会課(☎321-1319)へ

### 健康増進指導教室

市は、市内に在住の人を対象に、無料の健康教室を開催しています。問い合わせは、健康課へ。  
●日時 8月2日、23日の木曜日、午後1時~2時、計4回 ●会場 片岡長寿センター ●内容 柔道整復師による体づくりの話と簡単な体操 ●定員 20人 ●申し込み 7月18日(水)午後2時に会場の窓口へ。定員に満たない場合は、教室初日までに追加申し込みを受け付けます

### 乳幼児予防接種説明会

●日時 7月26日(水)午後2時~3時 ●会場 市総合保健センター3階第4会議室 ●対象 乳幼児の保護者や妊婦 ●持ってくる物 母子健康手帳、筆記用具 ●問い合わせ先 福祉課

●内容 精神科医師による相談 ●対象 市内に在住で心の悩みや不安がある人かその家族 ●定員 4人(予約制) ●費用 無料 ●申し込み 7月18日(水)までに、障害福祉課(☎321-1358)へ

### がん患者とその家族のための地域がんサロン

●期日と会場 7月10日(火) 自遊空間みちくさ(新町) 15日(日) 総合福祉センター3階ボランティアルーム ●時間 午後1時~3時 ●内容 がん体験者などによる悩みや不安の相談 ●費用 無料 ●申し込み 当日直接会場へ ●問い合わせ先 ぴあポぐんまの土屋徳昭さん(☎090-6937-1857)

## My City's Angel ~わが家の天使~



**和田 健人くん**  
(1歳8か月の男子)

やんちゃ坊主の健くん  
悠人お兄ちゃんと  
仲良く  
明るく元気に  
大きくなってね

### 保健予防課

### 地域の母子等保健推進員が 乳幼児のいる家庭を訪問

母子等保健推進員は、市民の健康や子育てを応援するため、市長から委嘱を受け、市と家庭をつなぐ活動をしています。主な活動は、新生児~4か月児がいる家庭を訪問する「こんにちは赤ちゃん事業」と「1歳児訪問」です。乳幼児健診のお知らせをしたり、育児の悩みなどの相談を受け付け、市の保健師に伝えたりします。子育ての悩みがあれば気軽に相談してください。  
問い合わせは、健康課へ。

### こころの病を抱える人の 家族のごとく

●日時 7月19日(水)午後1時30分~3時30分 ●会場 市役所14階141会議室 ●内容 こころの病を抱える人の行動・言動で対応に困っていることを語り合う ●対象 市内に在住の統合失調症やうつ病などを抱える人の家族 ●費用 無料 ●申し込み 7月12日(水)までに、健康課へ

## 日本脳炎の予防接種 受け忘れはありませんか

市は、日本脳炎の予防接種を無料で行っていきます。日本脳炎は、蚊がウイルスを媒介する感染症です。蚊が増える季節の前に早めに接種を受けてください。接種を受けられる医療機関は4月に配布した「健康のしおり」や市ホームページで確認できます。市外の医療機関で接種する場合は、必ず事前に問い合わせてください。



自分の手帳を確認

問い合わせは、保健予防課へ。

●対象年齢と回数 1期=通常3歳から7歳6か月の前日までに3回 2期=9歳から13歳の前日までに1回

### 日本脳炎予防接種の特例措置

平成17~21年度は、国の指導で予防接種を控えていたため、接種機会を逃した人がいます。このため平成7年4月2日~19年4月1日に生まれた人は、20歳の前日までは無料で接種を受けられます。接種歴は母子健康手帳で確認してください。回数が不足している人は接種をお勧めします。