

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。

11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
倉渕	倉渕支所	0.06	0.05
	倉渕小学校	0.05	0.05
箕郷	箕郷支所	0.04	0.04
	箕郷第二保育園	0.04	0.04
群馬	群馬支所	0.05	0.05
	桜山小学校	0.07	0.07
新町	新町支所	0.07	0.07
	新町第二小学校	0.06	0.06
榛名	榛名支所	0.06	0.06
	久留馬小学校	0.07	0.07
吉井	吉井支所	0.06	0.06
	南陽台小学校	0.03	0.02

●測定日=11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=一般廃棄物対策課(☎027-321-1253) か各支所地域振興課

水道水の放射線物質 (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	11月1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(☎027-321-1286)

問い合わせ先	保健予防課.....☎027-381-6112	群馬保健センター.....☎027-373-2764
	健康課母子保健担当...☎027-381-6113	新町保健センター.....☎0274-42-1241
	健康課健康づくり担当☎027-381-6114	吉井保健センター.....☎027-387-1201
	箕郷保健センター.....☎027-371-9060	榛名・倉渕保健センター.....☎027-374-4700

休日の小児医療体制を強化します

インフルエンザと新型コロナウイルスの同時流行に備え、休日の医療体制を強化します。高崎市医師会の協力のもと、夜間休日急病診療所における休日の小児科診療にかかる医師・看護師を増員します。

問い合わせは、保健医療総務課(☎027・381・6111)へ。
●期間 12月3日(来月)2月25日の日曜日・祝日、年末年始、午前9時～正午

健康診断などで血糖値が高い人は医療機関を受診を

血糖値は、血液中の糖が増えすぎている状態です。高血糖が続くと、増えすぎた糖が全身の血管を傷つけ動脈硬化などが進行。腎機能の低下や心筋梗塞などを起こしやすくなります。人間ドックや健康診断で血糖値が高かった人は、そのままにせず医療機関を受診してください。

問い合わせは、健康課健康づくり担当へ。

国保特定健診と後期高齢者健診で高血糖などの人には受診を勧奨

国保特定健診などを受診し、血糖値が高い人や腎機能の低下がみられる人などを対象に、通知を送付しています。高血糖や腎機能の低下による体への影響に関する案内の他、健診結果や受診理由を記載した医療機関

提出用の用紙なども同封。勧奨を受けた人は、早めに医療機関で受診してください。

栄養士による食生活相談

●日時 12月19日(火)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 11名 ●費用 無料 ●申し込み 12月14日(木)までに、電話で健康課健康づくり担当へ

認知症相談

●日時 来年1月11日(木)午後1時30分～4時 ●会場 市役所2階長寿社会課 ●内容 物忘れなど認知症の心配がある症状についての医師による相談 ●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 1月9日(火)までに、電話で長寿社会課(☎027・321・1319)へ

44～61歳の男性が対象です 無料の風しん抗体検査

昭和37年4月2日～54年4月1日に生まれた男性を対象に、風しんの抗体検査の費用を助成しています。市が発送したクーポン券を使うと、抗体検査を無料で受けられます。助

無料 ●申し込み 電話で藤岡総合病院患者支援センター(☎0274・22・3311)へ

ひきこもりがちな青年を支える 家族のつどい

●日時 12月12日(火)午後1時30分～3時30分 ●会場 市役所14階14会議室 ●内容 参加者同士の交流会 ●対象 市内に在住の18歳以上でひきこもり状態にある人の家族 ●費用 無料 ●申し込み 12月8日(金)までに、電話で障害福祉課(☎027・321・1358)へ

11月の健康相談

●日時 12月20日(水)午後1時30分～

健康づくり受診券の受診期間は来年1月31日(水)までです 市のがん検診は早めの受診を

実施医療機関で健康づくり受診券を使って受診できるがん検診を実施しています。受診できる検診項目や対象は下表のとおりです。

今年度の受診期間は来年1月31日(水)までです。1月は医療機関が混み合うので、早めの予約・受診をお勧めします。実施医療機関や対象、費用など詳しくは、健康のしおりか、健康づくり受診券に同封した案内で確認してください。受診には予約が必要です。今年度まだ検診を受けていない人は、ぜひ受診してください。自覚症状や気になることがある人は、速やかに医療機関を受診してください。

問い合わせは、健康課健康づくり担当へ。

検診項目	対象
胸部(肺がん・結核)	40歳以上の人
大腸がん	40・45歳、50歳以上で、前年度に市の検診を受けていない人
胃がん(内視鏡)	40・45歳、50歳以上で、平成29年度以降に市の検診を受けていない人
胃がん(リスク)	40・45歳、50歳以上で、平成29年度以降に市の検診を受けていない人
前立腺がん	50歳以上の男性
乳がん	40歳以上の女性で、前年度に市の検診を受けていない人
子宮がん	20歳以上の女性(30・35歳で希望者はHPV検査が無料で受けられます)

胃がん検診の内視鏡とバリウムの両方に該当する人は、いずれか1つを選択

問い合わせは、保健予防課予防接種担当(☎027・395・6155)へ。
予防接種を受ける必要のある人は無料で接種できます
抗体検査の結果、予防接種を受ける必要のある人は、クーポン券を使って予防接種を受けてください。

4時 ●会場 市役所1階障害福祉課 ●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 5人(予約制) ●費用 無料 ●申し込み 12月13日(水)までに、電話で障害福祉課(☎027・321・1358)へ

こころの病を抱える人と その家族の支援

参加者同士で交流を深めたり、悩みを語り合ったりできる場です。いずれも、費用は無料です。

申し込みは、締め切り日まで、電話で障害福祉課(☎027・321・1358)へ。

ストレッチ体操教室

●日時 12月19日(火)午前10時～11時30分 ●会場 市総合保健センター4階運動室 ●内容 楽しく体を動かし、健康増進を図る ●対象 市内に在住のうつ病や統合失調症などの人 ●持ってくる物 体育館シューズ、タオル ●締め切り日 12月15日(金)

家族のつどい

●日時 12月21日(木)午後1時30分～3時30分 ●会場 市役所14階14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 市内に在住のうつ病や統合失調症などを抱える人の家族 ●締め切り日 12月19日(火)

My City's Angel ～わが家の天使～



今井心桜ちゃん (1歳7か月の女の子)

いつも元気で笑顔の心桜にパワーをもらっているよ。毎日が宝物だよ。ありがとう。



高橋文翔くん (1歳4か月の男の子)

初めての靴でお散歩大好きなふみっちょ。みんなでこれからもたくさん思い出を作ろうね。