

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。

1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	0.04	0.05
倉渕	倉渕支所	0.06	0.06
	倉渕小学校	0.05	0.05
箕郷	箕郷支所	0.05	0.05
	箕郷第二保育園	0.04	0.04
群馬	群馬支所	0.04	0.04
	桜山小学校	0.07	0.06
新町	新町支所	0.06	0.06
	新町第二小学校	0.04	0.05
榛名	榛名支所	0.07	0.07
	久留馬小学校	0.07	0.08
吉井	吉井支所	0.06	0.05
	南陽台小学校	0.03	0.03

●測定日=1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	1月9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)

●ストレッチ体操教室
日時 2月20日(火)午前10時〜11時30分
会場 市役所17階172会議室
内容 楽しく体を動かして、健康増進を図る
対象 市内在住のうつ病や統合失調症などの人
持ち物 体育館シューズ、タオル
締め切り日 2月16日(金)

My City's Angel ~わが家の天使~

ねえね、ごはんが大好きないつもニコニコの赤ちゃん。成長を見守るよ。



金井 百花ちゃん (9か月の女の子)

生まれてきてくれてありがとう。元気で優しい子になってね。ママはずーちゃんが大好き。



狩野 翠ちゃん (3か月の女の子)

士による健康のアドバイスを実施。血管年齢測定も行います。
日時 3月6日(水)午後1時30分〜3時30分
会場 総合福祉センター
対象 市内在住のおおむね40〜74歳の人
定員 15人
費用 無料
持ち物 健康診断結果
申し込み 2月29日(木)まで
電話で健康課健康づくり担当へ
☎027-321-1358へ。

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。

この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。

家族のついで
日時 2月15日(木)午後1時30分〜3時30分
会場 市役所14階141会議室
内容 2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 2月13日(火)

でひきこもり状態にある人の家族費用 無料
申し込み 2月9日(金)までに、電話で障害福祉課(☎027-321-1358)へ

布団の「乾燥消毒」と「丸洗い」の無料サービスを行っています。布団を干したり洗ったりすることが難しい65歳以上の人や障害のある人は利用してください。

内容 乾燥消毒 市の委託業者が訪問して自宅で布団などの乾燥や消毒を行う
丸洗い 市の委託業者が訪問して布団を預かり、丸洗いで届ける(寝たきりなどで失禁のある人のみ)
回数 乾燥消毒 1年6回

高齢者世帯や障害のある人の布団の乾燥消毒・丸洗い

まで(丸洗いも利用する場合は年4回まで)丸洗い 1年2回まで
対象 家族などによる寝具の衛生管理が困難で、次のいずれかに当てはまる人
①在宅の65歳以上の高齢者のみの世帯
②身体障害者手帳の肢体不自由1・2級程度
③療育手帳A程度
申し込み 40歳未満の人
電話で、介護保険課(☎027-321-1250)か各支所市民福祉課へ
40歳以上の人 電話で、お住まいの地域の高齢者あんしんセンターへ

動脈硬化を予防するための講座を開催します。健診結果から分かる動脈硬化リスクの話や、保健師や栄養

- 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

栄養士による食生活相談
糖尿病や高血圧の予防・改善のための食生活相談を行います。栄養士が食事の取り方などをアドバイス。普段飲んでいるみそ汁を持つてくる。塩分量を測定できます。
日時 2月19日(月)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
対象 市内在住の人
定員 1先着10人
費用 無料
申し込み 2月14日(水)までに、電話で健康課健康づくり担当へ

在宅介護・おむつの当り方
日時 2月20日(火)午前10時〜正午
会場 市役所20階研修室
内容 おむつの正しい選び方や当て方
対象 市内在住で、在宅介護をしている人
定員 1先着30人
費用 無料
申し込み 2月16日(金)までに、電話で介護保険課(☎027-321-1250)へ

費用は5000円分までは無料で、超えた分は自己負担となります。対象は、市内在住で次のいずれかに当てはまる人
①65歳以上で要介護1〜5に認定されているか、それに相当する
②身体障害者手帳の肢体不自由1・2級程度
③療育手帳A程度
です。ただし、病院に入院している人、介護施設などに入所している人は対象になりません。
問い合わせは、65歳以上の人は介護保険課(☎027-321-1250)へ、65歳未満の人は障害福祉課(☎027-321-1245)へ。

ひきこもりがちな青年を支える家族のついで
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。
日時 2月13日(火)午後1時30分〜3時30分
会場 市役所17階172会議室
対象 市内在住の18歳以上

2こころの健康相談
日時 2月28日(水)午後1時30分〜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 2月21日(水)までに、電話で障害福祉課(☎027-321-1358)へ

新型コロナウイルスワクチンに関するお知らせ

無料で接種を受けられるのは3月までです

問い合わせ先=高崎市コロナワクチン問合せ電話(☎027-395-7300)

接種を希望する人は早めに予約してください

無料で接種を受けられるのは3月までです。今後、終了時期が近づくにつれ、希望の会場や日程での予約を取りにくくなるのが予想されます。接種を希望する人は、早めの予約を検討してください。接種は任意なので、本人の意思に基づいて接種を受けるか判断してください。

接種券がお手元がない人は申請が必要です

接種券がお手元がない人で接種を希望する場合は、ぐんま電子申請システム(右記)か、高崎市コロナワクチン問合せ電話で申請してください。



障害のある人の接種に関する相談を受け付け

手話通訳が必要な人や障害のある人は、障害者支援SOSセンター・ばーん(市総合保健センター2階。火〜日曜日☎027-325-0111)で、接種について相談できます。ファクス(FAX)027-325-0112)などでも受け付けます。

接種の予約はインターネットと予約電話で受け付け

- インターネットは専用ホームページへ24時間受け付け
- 電話は予約電話へ ☎0120-08-5670 月〜金曜日、午前9時〜午後6時



市ホームページ



予約はこちら

感染の心配などの相談は、かかりつけ医や相談センターへ

- 市受診相談センター(☎027-381-6112)=月〜金曜日、午前8時30分〜午後5時15分
- 県新型コロナウイルス感染症受診相談センター(☎0570-070-567)=上記以外の時間
- 受診できる医療機関の一覧は、県ホームページ(右記)へ

