

18歳までの子どもの医療費

来年度中に無料化します

問い合わせ先=保険年金課 (☎321-1237)

市は、来年度中に、子どもの医療費の助成対象を拡大します。18歳になって最初の3月31日まで、保険適用分の医療費の自己負担額が無料になります。

助成を受けるには申請が必要

助成を受けるには、福祉医療費受給資格者の申請が必要となります。対象となる人に、案内を送付する予定です。助成対象の拡大時期や案内の送付時期、申請方法など詳しくは、決まり次第、広報高崎や市ホームページでお知らせします。

新型コロナウイルスの相談窓口

まずはかかりつけ医へ相談を

喉の痛みやせき、発熱など気になる症状がある人は、かかりつけ医に相談してください。

かかりつけ医のない人  
どこを受診したら良いかわからない人

近所の病院や、下記の相談窓口にご相談ください。

- 市受診・相談センター (☎ 381-6112)  
月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分  
(開設時間以外は県受診・相談センターへ)
- 県受診・相談センター (☎ 0570-082-820)  
24時間
- 発熱者外来予約専用電話 (☎ 381-6000)  
土・日曜日、祝日 午前9時30分～正午

市ホームページで、熱のある人などの診療・検査を行う医療機関の一覧などが見られます▶



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

7月のがんセット検診

市は、1度に複数のがん検診が受けられる「がんセット検診」を行っています。胃がん(バリウム)、胃がん(リスク)、胸部(肺がん・結核)、大腸がん、前立腺がんの5つのがん検診が受けられる「胃がんセット検診」と、胃がん(バリウム)を除く4つのがん検診が受けられる「ミニがんセット検診」があります。いずれも検診会場は、市総合保健センター2階健康検診センターです。対象や費用など詳しくは、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。

申し込みは、予約専用電話(☎381-6114、6115)へ。問い合わせは、健康課健康づくり担当へ。

胃がんセット検診

検診日は健康のしおりか案内で確認してください。受付時間は、午前9時～10時・10時30分～11時30分です。

ミニがんセット検診

●検診日 8日(金)・13日(水)・20日(水)・29日(金)  
●受付時間 午後2時～3時

認知症相談

市は、医師による認知症相談を行います。認知症の症状や治療について相談できます。

- 日時 7月7日(木)午後1時30分～4時
- 会場 市役所2階長寿社会課
- 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5日(火)までに、長寿社会課(☎321-1319)へ

蚊を発生させない、刺されない  
デング熱・ジカ熱にご注意を

デング熱とジカ熱は、蚊がウイルス(デングウイルス、ジカウイルス)を媒介する感染症です。

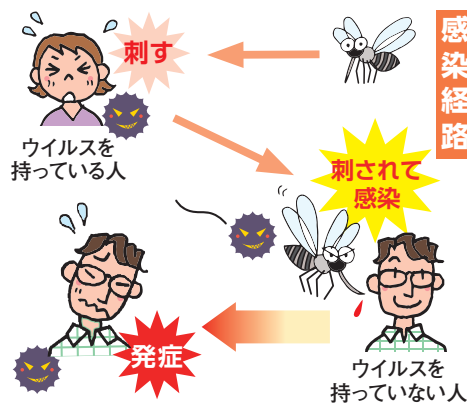
蚊がウイルスに感染した人から吸血すると、蚊の体内でウイルスが増殖し、その蚊に刺されることで感染します。ウイルスを持たない蚊に刺されても感染しません。

感染を広げないために、次の予防と対策を心がけ、蚊に刺されないようにしてください。蚊に刺され、発熱、発疹、関節痛などの症状が見られる場合は、すぐに医療機関を受診してください。

予防と対策

- 植木鉢などに雨水がたまらないようにしたり、下草を刈ったりして蚊を発生させない
- 虫よけ剤を使ったり、外出時に長袖・長ズボンなどを着用し、皮膚の露出を避けたりする
- 蚊に刺されないようにする

蚊の発生状況調査の実施  
市は、11月まで毎月2回程度、姉



妹都市公園(高松町)で蚊の発生状況の調査を実施しています。結果は、市ホームページで確認できます。

ひきこもりがちな青年を支える  
家族のついで

- 日時 7月12日(火)午後1時30分～3時30分
- 会場 市役所10階101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
- 定員 先着6人
- 費用 無料
- 申し込み 7月8日(金)までに、障害福祉課(☎321-13358)へ

障害者就労相談

- 日時 7月13日・27日の水曜日、午後1時30分～3時30分
- 会場 市総合保健センター2階障害者支援SOSセンター・ばるーん
- 内容 市ハローワーク高崎の職員による就労相談
- 対象 障害のある人

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12日(火) 自遊空間みちくさ(新町) 17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
- その他 電話による相談は随時受け付け
- 申し込み 当日直接会場へ
- 問い合わせ先 びあサポぐんま事務局(☎080-6817-7234)

こころの病を抱える人の  
お話を会

- 日時 7月8日(金)午後1時30分～3時30分
- 会場 市役所10階101会議室
- 内容 参加者同士で交流を深めたり、悩みを語り合ったりする
- 対象 市内に在住のうつ病や統合失調症などの人
- 定員 先着6人
- 費用 無料
- 申し込み 7月6日(水)までに、障害福祉課(☎321-13358)へ

寄せられた善意

市社会福祉協議会へ(敬称略)  
株式会社トウシン講師一同 2万円 1000円

しっかり栄養を補給して一日をスタート

朝ごはんを食べて元気な毎日を

問い合わせ先=健康課健康づくり担当

毎日を健康で元気に過ごすには、栄養バランスの取れた食事が重要です。朝ごはらは、一日の中でも特に大切な食事で、次のような効果があります。一日を元気にスタートするために、しっかり食べてください。

- 脳に栄養が回り、集中力とやる気が出る
- 体温が上昇し、代謝が高まる
- 太りにくい体をつくる
- 排便を促進し、便秘を解消する
- 体のリズムが整い、疲れにくくなる

市ホームページで簡単レシピを紹介

市が実施した調査では、20～30歳代で朝ごはんを食べない人の割合が多くなっています。朝ごはんを食べる習慣は、子どもの頃から身に付けておくことが大切。市ホームページ(下記)では、昨年度子どもたちから募集した朝食レシピコンテストの入賞レシピを、動画などで紹介しています。ぜひ作ってみてください。



小学生の部 最優秀賞  
朝食レシピコンテスト  
お手軽朝食レシピ

納豆とチーズのジャパニーズオムレツ

手軽に作れるレシピ6品を紹介

6月は食育月間です

バランスの取れた食材の選び方や食材が生産される仕組みなどを知り、食べることへの感謝の心を持つことは、健康で豊かな食生活を送るためにとても大切です。この機会に、食について考えてみませんか。

My City's Angel ~わが家の天使~



荻原 侑希ちゃん

(1歳2か月の女の子)

食べるの大好きゆっちゃん家族の宝物だよ。凱ちゃんといっばい遊ぼうね。



江原 永真ちゃん

(2歳の女の子)

パパとママも、マイクとユーちゃんも、ジージとバーバも、みんな永真のことが大好き。