

出産・子育て応援ギフトの対象者は忘れずに申請を

■ 問い合わせ先 = 健康課母子保健担当が各地域の保健センター

妊娠した人と子どもを養育している人に「出産・子育て応援ギフト」を給付しています。対象となる人で、まだ申請していない人は、早めに申請してください。

●対象 = 本市に住民登録があり、令和4年4月1日以降に妊娠したか、令和4年4月1日以降に生まれた子どもを養育している人 ●給付額 = 妊娠した人と生まれた子ども1人につき各5万円。電子地域通貨「高崎通貨」で給付

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・倉瀬保健センター …… ☎027-374-4700

初回産科受診料の助成を開始  
産後ケアの助成も拡充します

市は、4月から新たに、妊娠の検査で産科医療機関を受診した妊婦の初回受診料を、1万円を上限に助成します。申請は6月から受け付ける予定です。申請方法など詳しくは、決まり次第、市ホームページでお知らせします。

また、4月から、産後ケアの通所型と訪問型の利用料が無料になりました。

問い合わせは、健康課母子保健担当へ。

生活習慣を見直して  
糖尿病の重症化を防ぐ

糖尿病は、血糖値を下げるホルモン・インスリンがうまく働かなくなり、血糖値の高い状態が続く病気で、重症化すると、視力の低下や腎臓の障害など、さまざまな合併症を引き起こします。予防には、バランスの良い食事と適度な運動が重要です。

問い合わせは、健康課健康づくり担当へ。

市は、糖尿病の重症化の予防に役立つ動画を、市ホームページで公開しています。糖尿病専門医と管理栄養士、健康運動指導士が、糖尿病の基礎知識や予防に効果的な運動、食事などについて分かりやすく紹介し動画を紹介しています

無料で予防接種が受けられる  
予診票を発送

市は、無料で予防接種を受けられる「予診票」を対象者に発送しています。発送時期は、予防接種の種類や対象者の生年月日により異なります。予診票が届いたら、早めに接種を受けてください。

問い合わせは、保健予防課予防接種担当（☎027・395・6155）へ。

国民健康保険の加入者に  
出産育児一時金・葬祭費を支給

市は、国民健康保険の加入者が出産した時に出産育児一時金を、亡くなった時に葬祭費を支給します。

問い合わせは、保険年金課（☎027・321・1236）へ。

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 II ハローワーク高崎の職員による就労相談 ●対象 II 障害のある人 ●費用 II 無料 ●問い合わせ先 II 障害者支援SOSセンター・ばるーん（☎027・325・0111）

障害者就労相談

日時 II 5月10日・24日の水曜日、午後1時30分～3時30分 ●会場 II

ひきこもりがちな青年を支える  
家族のつどい

日時 II 5月9日(火)午後1時30分～3時30分 ●会場 II 市役所10階101会議室 ●内容 II 参加者同士の交流会

●対象 II 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 II 無料 ●申し込み II 5月2日(火)までに、電話で障害福祉課（☎027・321・1358）へ

家でできるお灸・ツボ押し

高崎市鍼灸師会は、鍼灸師によるお灸とツボ押しの教室を行います。鍼灸への理解を深め、お灸やツボ押し、呼吸法の基礎や効果を学び、家で行う時の方法やポイントを実践しながら身に付けます。

日時 II 5月28日(日)午前10時～正午 ●会場 II 市総合保健センター3階第4会議室 ●対象 II 市内に在住か在勤、在学の人 ●定員 II 先着30人 ●費用 II 無料 ●申し込み II 4月27日(木)から、電話で菅野針灸院内同会の菅野正さん（☎027・324・0438）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 5月9日(火) II 自遊空間みちくさ(新町) 21日(日) II 総合福祉センター3階ポランティアルーム ●時間 II 午後1時～3時 ●内容 II がん体験者などによる悩みや不安の相談 ●費用 II 無料 ●その他 II 電話による相談は随時受け付け ●申し込み II 当日直接会場へ ●問い合わせ先 II びあサポぐんま事務局（☎080・6817・7234）

全ての検診で予約が必要です  
がんセット検診で早期発見・早期治療

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、電話で予約専用電話（☎027-381-6114, 6115）へ。問い合わせは、健康課健康づくり担当へ。

**5～9月の検診 4月22日(出)から予約を受け付け**  
5月12日(金)～9月29日(金)の検診の予約を、4月22日から受け付けます。受付時間は、月～金曜日(祝日を除く)の午前8時30分～午後5時15分(4月22日は午前9時～午後3時)です。検診日は、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。

「直接支払制度」で支給します。手続きは病院の窓口で行ってください。直接支払制度を利用しなかった場合は一時金を、出産費用が一時金の支給額未満の場合はその差額を世帯主名の口座に振り込みます。受け取るには、申請が必要です。申請に必要な物など詳しくは、保険年金課か各支所市民福祉課へ問い合わせてください。市ホームページでも確認できます。

葬祭費 葬祭を行った人に葬祭費5万円を支給します。必要な物を持って保険年金課か各支所市民福祉課で申請してください。

禁煙チャレンジ教室

市は、禁煙のコツなどを紹介する教室を開催します。尿中のニコチン

My City's Angel ～わが家の天使～



富沢瑠璃子ちゃん (4か月の女の子)

穏やかな性格で、話しかけるといつもかわいい笑顔。むちむちボディに癒やされる。



関燈真くん (6か月の男の子)

毎日可愛さが更新されてパパとママはメロメロです。すくすく育つてね。