

9月は健康増進普及月間・がん征圧月間 健康生活を始めよう

本年度の健康増進普及月間統一標語は「1に運動 2に食事 3しつかり禁煙 最後にクスリ」健康寿命をのばしましょう。日頃から、病気になるにくい生活を心掛けるとともに、早期発見するために定期的に健(検)診を受けましょう。



問い合わせは がん検診については 健康増進課 ☎220-5783
生活習慣病健康サポートデーについては 同課 ☎220-5784

生活習慣を改善して「がん」を防ぐ

日本人の死亡原因のトップである「がん」。喫煙や飲酒、食事などの生活習慣と因果関係があることが明らかになっています。「禁煙を始める」「飲酒の量を減らす」「バランスのよい食生活にする」など、生活習慣を見直し、家族みんなで健康生活を始めましょう。

しかし、昔であれば不治の病と考えられていたがんも、現在では早期発見・早期治療を行うことができれば、高い確率で治るようになりました。

健康増進課へ連絡してください。期日・会場は表1のとおり
受付時間Ⅱ(平日) 午前9時30分～午後1時(日曜) 午前8時30分～11時30分
対象Ⅱ 40歳以上の本年度未受診者

費用Ⅱ(胸部レントゲン検査) 500円(65歳以上は無料)(喀たん検査) 1,000円(70歳以上は無料)
●大腸がん検診 対象者へ9月末に無料クーポン券を発送します。受診シールと無料クーポン券を用意

健康相談や運動体験をおこなう健康サポートデーを開催しています。日程は広報まえばしでお知らせしていきます。ぜひ、参加してください。

早期発見・早期治療で治療率がアップ

とはいえ、生活習慣を改善したとしても、がんになる可能性はゼロではありません。

受診シールを用意して受診してください。市民税非課税世帯・生活保護世帯などの方は無料で受診できます。事前

検査 ●胸部(結核・肺がん)集団 費用Ⅱ(胸部レントゲン検査) 500円(65歳以上は無料)(喀たん検査) 1,000円(70歳以上は無料)
●大腸がん検診 対象者へ9月末に無料クーポン券を発送します。受診シールと無料クーポン券を用意

健康相談や運動体験をおこなう健康サポートデーを開催しています。日程は広報まえばしでお知らせしていきます。ぜひ、参加してください。

次回健康サポートデー 日時 10月5日(水)午後6時～8時
会場 前橋保健センター
対象 Ⅱ一般、先着20人
申し込み 9月5日(月)～29日(木)に健康増進課 ☎220-5784へ

放射線量の測定を実施 暮らしに影響はありません

本市では、市内の小中学校や保育所などの公共施設で放射線量の測定を行っています。7月12日～29日の結果は下表のとおりでした。すべての施設で国が示す基準値を大きく下回り、通常の生活に影響はありません。安心して暮らしてください。

今後も定期的に測定を行い、本市ホームページなどで随時お知らせしていきます。

問い合わせは 環境政策課 ☎898-6294

使用機器= ハンディー型線量計(PA-1000)
〈国が示す基準〉
校庭などにおける基準値=3.8 マイクロシーベルト/時
安心確保のための基準値=1.0 マイクロシーベルト/時

市内各地の放射線量測定結果(抜粋) 単位: マイクロシーベルト/時

測定場所	町名	地表	50cm	1m	測定場所	町名	地表	50cm	1m
市役所	大手町二丁目	0.085	0.093	0.083	駒形小	駒形町	0.080	0.076	0.070
敷島公園ばら園	敷島町	0.093	0.075	0.065	前橋総合運動公園	荒口町	0.047	0.053	0.056
工科大グラウンド	上佐鳥町	0.041	0.039	0.042	大室公園	西大室町	0.066	0.059	0.051
七中	宮地町	0.038	0.040	0.034	大胡支所	堀越町	0.080	0.069	0.064
下川中央公園	下川町	0.067	0.066	0.059	宮城支所	鼻毛石町	0.082	0.069	0.061
嶺公園	嶺町	0.101	0.084	0.081	千本桜の森公園	苗ヶ島町	0.105	0.099	0.089
荻窪公園	荻窪町	0.069	0.058	0.055	柏川支所	柏川町西田面	0.063	0.057	0.054
三保テニスコート	三保町三丁目	0.072	0.060	0.055	富士見支所	富士見町田島	0.094	0.079	0.078
箱田中	前箱田町	0.053	0.051	0.048	赤城少年自然の家	富士見町赤城山	0.129	0.138	0.130
明神東公園	元総社町一丁目	0.062	0.062	0.054	六供清掃工場南	六供町	0.069	0.058	0.057
総社小	総社町総社	0.054	0.050	0.050	亀泉清掃工場北	亀泉町	0.072	0.058	0.057
市立前橋高	上細井町	0.071	0.066	0.064	大胡クリーンステーション北	堀越町	0.069	0.064	0.061
清里方面運動場	青梨子町	0.077	0.084	0.089	水質浄化センター東	六供町	0.071	0.056	0.051
大島公園	天川大島町	0.064	0.054	0.053					

測定日=7月12日～29日

彼岸の墓参りにバスを増発

9月20日(火)から26日(月)まで、「嶺公園行き」の臨時バスを運行します。下表のとおり、定期運行に加えて片道各4本を増発。料金はJR前橋駅北口から嶺公園まで、片道530円です。 は臨時バス

問い合わせは 嶺公園事務所 ☎269-3838

嶺公園臨時バス時刻表 9月20日(火)～26日(月)

行き先	停留所	通過予定時刻											
		7:10	8:10	9:00	10:04	11:05	12:44	13:25	14:09	15:15	16:10	17:56	19:26
嶺公園	前橋駅	7:10	8:10	9:00	10:04	11:05	12:44	13:25	14:09	15:15	16:10	17:56	19:26
	坂下	7:12	8:12	9:02	10:06	11:07	12:46	13:27	14:11	15:17	16:12	17:58	19:28
	中央駅	7:13	8:13	9:03	10:07	11:08	12:47	13:28	14:12	15:18	16:13	17:59	19:29
	県民会館前	7:14	8:14	9:04	10:08	11:09	12:48	13:29	14:13	15:19	16:14	18:00	19:30
	附属小前	7:16	8:16	9:06	10:10	11:11	12:50	13:31	14:15	15:21	16:16	18:02	19:32
	若宮町十字路	7:17	8:17	9:07	10:11	11:12	12:51	13:32	14:16	15:22	16:17	18:03	19:33
	県営住宅前	7:20	8:20	9:10	10:14	11:15	12:54	13:35	14:19	15:25	16:20	18:06	19:36
	小神明三叉路	7:22	8:22	9:12	10:16	11:17	12:56	13:37	14:21	15:27	16:22	18:08	19:38
	勝沢十字路	7:24	8:24	9:14	10:18	11:19	12:58	13:39	14:23	15:29	16:24	18:10	19:40
	嶺公民館前	7:28	8:28	9:18	10:22	11:23	13:02	13:43	14:27	15:33	16:28	18:14	19:44
JR前橋駅	嶺公園	7:15	8:10	9:20	10:00	11:05	12:00	13:20	14:05	15:00	15:55	16:50	18:40
	前橋駅	7:50	8:40	9:50	10:30	11:35	12:30	13:50	14:35	15:30	16:25	17:20	19:10