

健康



嘱託の保健師 募集します

前橋保健センターで働く保健師の嘱託職員を募集しています。
対象は保健師資格のある五十歳未満の人、若干人(選考) 勤務先は前橋保健センター(朝日町)



休日当番医

市医師会の休日当番医が、ホームページで検索できます。アドレスは <http://maebashi.gunma.med.or.jp/>、携帯電話の場合は <http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/> です。

★夜間急病診療所 朝日町四丁目9-5 243-5111
午後8時～午前0時 内科と小児科
★救急病院等案内(消防本部内) 221-0099

	3月13日	3月20日	3月21日
内	吉田小児科医院 箱田町 (児) 253-7733	中田小児科医院 大利根町一丁目 (児) 251-1360	柳川小児科医院 天川大島町三丁目 (児) 263-1600
	高玉診療所 本町一丁目 (内) 223-1414	コスモス内科皮膚科 文京町二丁目 (内) 223-2602	敷島医院 川原町 (内) 235-9339
	瀬田医院 龍蔵寺町 (内) 232-5658	上武呼吸器科内科病院 田口町 (内) 232-5000	富沢医院 江田町 (内) 251-5414
科	中村内科胃腸科医院 三俣町一丁目 (内) 224-8500	森田医院 山王町一丁目 (内児) 266-4089	すぐた医院 光が丘町 (内児) 251-5622
	関口整形外科病院 千代田町二丁目 (整) 231-8871	朝日外科内科医院 朝倉町一丁目 (外内) 263-2718	高山整形外科医院 南町四丁目 (整) 223-2235
外	田中外科内科医院 下小出町三丁目 (外) 231-0555	堤整形外科医院 元総社町 (整) 251-2229	野原胃腸科外科医院 田口町 (外内) 233-7820
婦人科	道下産婦人科医院 平和町一丁目 231-7821	上条女性クリニック 高崎市栗崎町 027-345-1221	平野産婦人科内科小児科医院 広瀬町三丁目 266-2212
耳鼻科	いとう耳鼻咽喉科 朝倉町 287-4707	耳鼻咽喉科田中医院 高崎市鍛冶町 027-322-2604	牧耳鼻咽喉科医院 総社町総社 280-5233
眼科	二之宮眼科医院 二之宮町 268-2222	高崎眼科 高崎市栄町 027-322-5005	田村眼科医院 朝日町二丁目 224-5129
勢多郡医師会	深沢内科クリニック 堀越町 283-0003	梅枝内科医院 富士見村 288-7250	佐々木医院 富士見村 288-2006
	小沢医院 樋越町 283-2009	西田整形外科 樋越町 280-2233	下山内科医院 新里村 0277-74-3322
歯科	日曜・祝日は歯科医師会館 岩神町二丁目19-9 237-3685 ・午前10時～正午、午後1時～3時		

休日当番

薬局	日曜・祝日は市薬剤師会会営薬局 紅雲町一丁目2-15 223-8400 ・午前9時30分～午後6時		
接骨院	いのうえ接骨院 朝倉町二丁目 261-2855	木暮接骨院 上小出町二丁目 232-1540	こばやし接骨院 六供町 223-1421
	たつみ接骨院 総社町植野 251-3320	真塩接骨院 朝倉町 265-2494	田中接骨院 富士見村 288-2510

三丁目 申し込み同センター
1 223-8844へ
健康テレホンサービス
234-4970

健康テレホンサービスの原稿
検索と健康相談がインターネット
で利用できます。アドレスは
<http://www.rajin.com/kenko/>です。

月曜 胃がん
火曜 肺結核と肺がん
水曜 乳がん
木曜 子宮がんと子宮筋腫
金曜 肝硬変・肝臓がん
土曜 大腸がん
直接相談タイム 医師が直接相
談 3月10日 (婦人科と外科)
18日 (歯科、午後7時30分～
9時)

思いきって禁煙してみませんか

近年、喫煙に関する社会情
勢に大きな変化がありました。
一つは一昨年施行された健康
増進法です。多くの人が使う
施設で、受動喫煙を防止する
ことが義務付けられました。
もう一つはWHOの「たばこ



規制枠組み条約 が昨年国会で
批准されたことです。たばこの
ない社会を目指すことが世界の
流れとなってきました。
喫煙は「ニコチン依存症」と
いう病気です。習慣になっ
てしまうと、なかなかやめられ
ません。そのため、医療機関では、
禁煙できるように支援していま
す。ぜひご相談ください。禁煙
を始めるのに遅すぎることはあ
りません。始めた時から、たば
この害から解放されます。

禁煙を始めるときの心構え
は次の七つのとおり。ニコチ
ン依存症から抜け出し、すが
すがしい生活をしませんか。
なぜ禁煙するのか考えて
書き出す 意志を強固にする
ため周囲の人に宣言する 朝
起きてすぐに禁煙開始 翌日
の朝まで禁煙できればば成
功 散歩・飲水・ガムなど気
持ちをそらす方法を考える
一日目、三日目、一週目、三
週目、三カ月目と節目を乗り
切る 喫煙者に近づかず、酒
席では特に気を引き締める。
前橋市医師会 中屋 光雄