

健康

大切な歯を守るため 定期的に健診を

6月4日(水)から10日(火)は歯の衛生週間。今年のスローガンは「食べることを好きだから歯が大事」です。わたしたちの永久歯は全部で28本。1本でも失うと「食べる」「話す」「笑う」などの日常生活に支障が出ます。歯を失う主な原因は虫歯と歯周病。口の中を清潔に保つ事で予防できます。磨き残しがないよう、丁寧に磨いてください。

また、定期的にかかりつけの歯科医療機関で健診を受けましょう。

歯周病検査

30歳(今年度から対象)、40歳、50歳、60歳、70歳の人を対象に歯周疾患検査を行います。対象者へは4月に受診シールを送付。歯科医療機関で検査を受けましょう。

なお、3月以降に本市へ転入した人には受診シールは届かないので、

前橋 CITY INFORMATION
シティインフォメーション
 木曜 午後1時28分～
 金曜 午前10時16分～
(第2金曜は放送なし)
4分間 FM群馬
 86.3MHz

若い人を対象に スマイル健康診査

健康診査を受ける機会がない人を対象に「スマイル健康診査」を行います。受診通知は8月中旬に郵送。結果説明会は11月10日(月)・11日(火)に開き、個別健康相談も行います。

日時 9月16日(火)・17日(水)・18日(木)・19日(金)・22日(月) 午前9時30分～11時 午後1時～2時30分

会場 県健康づくり財団(堀之下町) 対象 18歳～39歳(昭和44年4月2日～平成3年4月1日生まれ)の人、1,200人(抽選)
 内容 身体計測・尿検査・血圧測定・腹囲測定・血液検査など
 費用 1,500円

申し込み 7月4日(金)までにハガキで(1人1通)。希望日時(午前か午後を必ず明記)・住所・氏名・性別・生年月日・電話番号を明記し、〒371-0014 朝日町三丁目36-17・前橋保健センター「スマイル健康診査」係 ☎223-8844へ

ベビーマッサージで 父と子の触れ合い

お父さんも参加できるベビーマッサージ体験会を開催します。
 日時 7月6日(日) 午前10時15分～11時45分 午後2時～3時30分
 会場 総合福祉会館(日吉町二丁目)

前橋保健センターへ連絡してください。
 ○: 問い合わせは同センター ☎223-8844へ。

健康づくりを進める 協議会委員を募集

市民の健康づくりを進める会議に参加する委員を募集。

任期 7月31日(木)から2年間
 対象 次のすべてを満たす人、3人(選考)。
 ①20歳以上で応募日に本市または富士見村に住所がある
 ②ほかに本市の付属機関の委員になっていない
 ③年4回程度、平日昼間の会議に出席できる

申し込み 6月16日(月)までに郵送または直接。健康についての考えを400字程度の文章にまとめ、住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し、〒371-0014 朝日町三丁目36-17・前橋保健センター ☎223-8844へ

知識を学んで 丈夫な骨を作ろう

骨粗しょう症予防教室
 日時 7月4日・11日(金) 午後1時30分～4時

会場 前橋保健センター
 対象 一般、先着20人
 申し込み 6月27日(金)までに同センター ☎223-8844へ



親子のきずなを深めよう

対象 首がすわった1歳までの乳児とその保護者、先着各20組
 費用 各500円
 申し込み 6月6日(金)～27日(金)にボランティアセンター ☎232-3848へ

脳卒中治療について 市民講座を開催

市民公開講座「脳卒中治療最前線」
 ～新しい低侵襲治療法について～
 老年病研究所付属病院副院長・内藤功さんが「脳梗塞と脳カテーテル治療」をテーマに、慶應義塾大准教授・大平貴之さんが「脳出血と脳内視鏡治療」をテーマに講演します。

日時 6月21日(土) 午後2時
 会場 県民会館
 対象 一般、先着499人
 申し込み 6月15日(日)までに美原記念病院 ☎0270-24-3355へ

人権標語

親切な 行動一つで 増える笑顔

鎌倉中 2年 齋藤 美紗さん

6月の各種無料相談			
相談名	日時	会場	問い合わせ
法律相談	火曜 午後1時～4時(予約は前執務日の午後2時から電話で)	市役所市民相談室	市民相談室 ☎890-6100
	6月19日(木)	大胡支所	
行政相談	6月12日(水) 午後1時～3時	大胡支所	
	6月10日(火) 午前9時～正午	かずかわ老人福祉センター	
	6月18日(水) 午後1時～3時	宮城支所	
	6月18日(水) 午後1時～4時	市役所市民相談室	
公証相談	6月9日(月)・23日(月) 午後1時～4時	市役所市民相談室	いきいき生活課 ☎890-6236
行政書士相談	7月7日(月) 午後1時～4時	市役所市民相談室	
登記相談	6月13日(金) 午後1時～4時	市役所市民相談室	
特設人権相談	6月20日(金) 午後1時～4時	大胡支所・宮城公民館・隣保館(粕川町西田面)	障害福祉課 ☎219-2005
精神科医によるこころの相談	6月19日(木) 午後1時30分～3時(予約制)	総合福祉会館(日吉町二丁目)	前橋保健福祉事務所 ☎231-7721
精神保健福祉相談	6月12日(水)・7月3日(木) 午後1時30分～4時(予約制)	前橋保健福祉事務所	幼児教育センター ☎210-1234
幼児相談	月曜～金曜、午前9時～午後5時 7月2日(水) 午後1時30分(医師の面接、予約制)	幼児教育センター	商工振興課 ☎890-6617
電話労働相談	6月18日(水) 午後1時30分～4時、相談員は社会保険労務士・高橋憲一さん ☎269-2328 7月2日(水) 午後1時30分～4時、相談員は同・板垣忍さん ☎260-8111	市役所外国人相談窓口	市国際交流協会 ☎243-7788
外国人相談	月曜、午後1時～5時・木曜、午前9時～午後1時。英語・中国語・ポルトガル語・スペイン語の4カ国語で面接相談	市役所外国人相談窓口	

※次の相談は執務時間内(教育・青少年相談は午後7時まで)にいつでも相談できます。
 市民相談(☎890-6100)、DVセクハラ相談(☎890-6520)、家庭児童相談(☎223-4148)、母子家庭相談・女性相談(☎890-6270)、教育・青少年相談(☎230-9090)

健康サポートデーに参加して生活改善を

体脂肪や血圧測定、運動実習、健康相談などを行います。
 日時 6月24日(火) ①午前10時～正午 ②午後2時～4時
 会場 前橋保健センター
 対象 一般、先着各15人
 申し込み 6月17日(火)までに同センター ☎223-8844へ

禁煙したい人 サポートします

禁煙したいけれども、なかなかできない人を支援します。呼吸一酸化炭素濃度測定・尿中ニコチン代謝物濃度測定後、面接や指導を行います。
 日時 6月23日(月)～25日(水)の執務時間内
 会場 前橋保健センター
 対象 40歳以上の成人
 申し込み 6月16日(月)までに同センター ☎223-8844へ

2つの料理教室で 食生活を改善しよう

「はっぴい健康クッキング」食生活改善推進員による調理実習
 日時 ①7月1日(火) ②7月2日(水) ③7月3日(木) ④7月10日(木) ⑤7月14日(月) 午前9時30分～午後1時30分
 会場 ①は粕川保健センター ②は第

健康テレホンサービス ☎234-4970

原稿検索と健康相談がインターネットでも利用できます。アドレスは <http://www.rain.com/kenko/> です。
 月曜 自家中毒症
 火曜 子どもとおやつ
 水曜 女性の不正出血
 木曜 痔でお悩みの方へ
 金曜 疲れ目
 土日曜 経口避妊薬ピル
 直接相談タイム 医師が直接相談。6月11日(水)(皮膚科・婦人科)・19日(木)(歯科)、午後7時30分～9時