

けんこう情報

健康づくり課 (☎ 47 - 1152)、新里保健センター (☎ 74 - 5550)、黒保根保健センター (☎ 96 - 2266)

ヘルスマイト養成講座



ヘルスマイトとして地域で活躍する人を募集します。ヘルスマイトは、地域で活躍している食生活改善推進員の愛称です。食について学び、それを地域の人に伝え、食生活改善の普及活動をします。

期日・時間・内容

①から④までの4日間の受講のほかに健康づくり課で実施する講座を選んで4日間受講し、合計8日間で修了となります。

- ①10月3日(木)／午前9時30分～11時30分／開講式、桐生市の健康状況と生活習慣病、オリエンテーション
- ②10月29日(火)／午前9時30分～11時30分／運動(心と身体をリフレッシュ)
- ③12月12日(木)／午前9時30分～午後2時30分／調理実習(正月料理)、運動(お腹をへこますエクササイズ)
- ④令和2年2月14日(金)／午前9時30分～午後0時30分／閉講式、調理実習(軽食作りと交流会)

場所Ⅱ保健福祉会館(末広町)

対象Ⅱ市内に居住する人

募集人数Ⅱ25人(先着順)

費用Ⅱ初回に2000円※①から④までの4日間の受講の

ほかに実施する「けんこうクッキング」で各回500円の費用がかかります。

申し込みⅡ電話で健康づくり課へ。

ウォーク&ヘルスプログラム

手軽に始められるウォーキングや体づくりについて、正しいフォームを身につけて、より効果的に実践できるように健康運動指導士が指導します。普段、体を動かすことが少ない人でも行えます。

期日Ⅱ10月4日(金)・9日

(水)・16日(水)・23日

(水)・11月1日(金)

時間Ⅱ午後2時～3時30分

場所Ⅱ保健福祉会館(末広町)

対象Ⅱ市内に居住し、運動制限のないおおむね64歳までの人

募集人数Ⅱ30人(先着順)

持ち物などⅡ汗拭きタオル、

飲み物と動きやすい服装、運動靴

申し込みⅡ9月9日(月)から

電話で健康づくり課へ。

成人総合検診

市で行う各種検診(健診)をまとめて1日で受けることができます。

期日・場所Ⅱ11月8日(金)

：新里町保健文化センター、

11月17日(日)：保健福祉

会館(末広町)、12月1日

(日)：保健福祉会館、12月

16日(月)：総合福祉センタ

Ⅰ(新宿三丁目)、12月18日

(水)・令和2年1月19日

(日)：保健福祉会館

※詳しくは、5月下旬に送付した「日程と受け方」でご確認ください。12月1日はレディース総合検診として女性限定の検診となります。

なお、新たならせ健康診査、プレわたらせ健康診査を受診する人は、受診券裏面の質問票を記入してお持ちください。

申し込みⅡ胃がん検診(バリウム)と乳がん検診は、事前に申し込みが必要です。10月3日(木)から受け付けます

ので、新里町保健文化センターで行う検診は新里保健センターへ、それ以外の会場で行う検診は健康づくり課へ電話で申し込みください。

このころの健康相談

「元気が出ない」「何もする気が起きない」「不安で落

ちつかない」など、こころに悩みを抱えている本人や家族からの相談に、専門医師が応じます。

期日Ⅱ9月24日(火)

時間Ⅱ午後2時～3時30分

場所Ⅱ保健福祉会館(末広町)

申し込みⅡ電話で健康づくり課へ。

緊急時におけるAED貸出協力施設の募集



自動体外式除細動器(AED)のより効果的な使用に向けて、市内に配置されているAEDの情報を広く共有するため、AEDを設置し、緊急時に市民などへ貸し出しができる「AED緊急貸出協力施設」を募集しています。

ご協力いただける事業所などは、登録申請書をご提出ください。申請用紙は、健康づくり課のほか、市ホームページにあります。

申請した事業所には、登録後、案内表示を送付します。ので、施設の出入口などの見やすい場所に掲示してください。また、設置施設(事業所な

ど)の①名称②所在地③電話番号④AED設置位置⑤緊急貸出可能時間を市ホームページなどで公表します。

問い合わせⅡ健康づくり課

高齢者インフルエンザ予防接種

予防接種を受ける際は、5月下旬に郵送した「インフルエンザ・各種検診受診券」を保険医療機関へお持ちください。

対象Ⅱ接種日に65歳以上の人と、60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器疾患、免疫不全の身体障害者手帳1級を持つ人

期間Ⅱ10月1日(火)～12月

28日(土)

場所Ⅱ桐生市医師会、足利市医師会に登録した接種医のいる保険医療機関(ただし桐生厚生総合病院は入院患者のみ)と群馬県内相互乗り入れ

予防接種に協力する保険医療機関※その他の保険医療機関をご希望の場合は、健康づくり課へお問い合わせください。

本人負担金Ⅱ1500円※生活保護世帯の人は負担がありませんので、保険医療機関に

お申し出ください。

申し込みⅡ電話で希望する保険医療機関へ。

問い合わせⅡ健康づくり課

けんこう情報

健康づくり課 (☎ 47 - 1152)、新里保健センター (☎ 74 - 5550)、黒保根保健センター (☎ 96 - 2266)

結核は過去の病気ではありません

結核は、過去に流行した病気といった印象があるかもしれませんが、今でも毎年約1万7000人の患者が発生し、約2000人が命を落としていきます。その患者の7割が60歳以上で、4割は80歳以上の人了。

○65歳以上の人は結核検診を受ける義務があります

結核は、結核菌が空気感染すること、長引く咳やたん呼吸困難などの症状が起ります。発症後早期であれば周囲に感染させることはまれです。しかし風邪のような症状のため、気づかずに進行してしまふと家族や友人などに感染を広げてしまいます。

また、結核菌に感染した場合、すぐに結核になるわけではなく、何年も経ってから突然発症することもあります。

○結核は早期発見・早期治療で治る病気です

まずは早期に発見するため、桐生市の結核・肺がん検診を受けることがとても重要です。

検査の内容は、胸部エックス線撮影などです。検診日程、会場は、下表「がん検診」の「結核・肺がん検診」をご確認ください。

確認ください。

気になる症状がなくても検診を受けましょう。

問い合わせ 健康づくり課

高齢者肺炎球菌予防接種実施中

肺炎球菌性肺炎での高齢者の重篤化が問題となっています。そこで、市では、高齢者肺炎球菌予防接種の助成を行っています。定期接種と任意接種の一部助成があり、対象者および費用に違いがあります。ただし、過去に23価肺炎球菌ワクチンの接種を、自費・公費助成に関わらず一度でも受けたことがある人は、対象になりません。

期間 令和2年3月31日(火)まで

※予防接種ガイドラインでは、インフルエンザワクチンとの同時期の接種で、肺炎リスクの高い高齢者は肺炎予防効果があると示されています。

場所 桐生市医師会に登録した接種医のいる協力保険医療機関※定期接種のみ、群馬県内相互乗り入れ予防接種に協力する保険医療機関で接種可能です。また、その他の保険医療機関を希望の場合は健康づくり課へお問い合わせください。

対象 ①令和元年度中に65

歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳以上になる人※65歳以上の人が毎年対象となるわけではなく、令和元年度から令和5年度までの5年間のうち、該当する年度は1年間のみとなりますのでご注意ください。

②接種日に60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器疾患、免疫不全の身体障害者手帳1級を持つ人※対象者には、4月に紫色の予防票を郵送しました。

費用 2000円※生活保護世帯の人は無料になりますので、お申し出ください。

申し込み 電話で希望する保険医療機関へ、予防票を持参してください。

○任意接種一部助成

対象 接種日現在、市の住民基本台帳に記載され、満65歳以上で定期接種対象外の人費用 接種費用から2000円を差し引いた金額※接種費用は各協力保険医療機関により異なります。

申し込み 電話で希望する協力保険医療機関へ。接種を受けるときには、健康保険被保険者証(生活保護世帯の人は介護保険被保険者証)を保険医療機関へ持参してください。

問い合わせ 健康づくり課

がん検診

右の表に記載した期日、会場で各種がんの集団検診を実施します。前立腺がん検診以外の検診では、キノピー検診対象の人が無料になります。

また、生活保護世帯の人、市民税非課税世帯の人でも無料になりますので、受け付けでお申し出ください。

詳しくは、5月下旬に送付した「日程と受け方」でご確認ください。

問い合わせ 健康づくり課または新里・黒保根保健センター

	胃がん検診	結核・肺がん検診	前立腺がん検診	大腸がん検診
対象	40歳以上の人	40歳以上の人	50歳以上の男性	40歳以上の人
検診内容	バリウムによる胃部エックス線撮影	胸部エックス線撮影 喀痰細胞診	採血 (PSA検査)	2日間便潜血反応検査 (容器配付、後日回収あり)
受付時間	8:30~10:00	9:00~11:30 ※10/1・2は8:30~11:00	8:30~11:00	① 8:30~11:00 ② 13:00~14:00
費用など	1,000円 (70歳以上無料) ※申し込みが必要	胸部エックス線 500円 (65歳以上無料) 喀痰細胞診 700円 (70歳以上無料)	500円 (70歳以上無料)	500円 (70歳以上無料)
9月10日(火)	保健福祉会館 (末広町)	桐生保健福祉事務所 (相生町二丁目)	—	—
9月11日(水)	菱公民館	梅田公民館	—	—
9月12日(木)	—	総合福祉センター (新宿三丁目)	—	—
9月13日(金)	—	東公民館	—	—
9月20日(金)	広沢公民館	—	—	—
9月25日(水)	総合福祉センター (新宿三丁目)	—	—	—
10月1日(火)	—	新里町保健文化センター		
10月2日(水)	—	新里町保健文化センター		
10月4日(金)	—	北公民館	—	—

Health Information

乳がんピンクリボン運動

桐生厚生総合病院では「日本乳がんピンクリボン運動」として、平日の受診が難しい女性のために10月第3日曜日に乳がん検診を行っています。検査内容は、乳がんマンモグラフィー検査です。検査は、女性技師が対応します。※今年度から視触診はありません。

検診日 10月20日（日）
時間 午前9時～10時

場所 桐生厚生総合病院2階健診室

募集人数 20人（先着順）

費用 7924円（全額自己負担の場合）※市の乳がん検診事業対象者はお申し出ください。

申し込み 9月9日（月）から直接同病院2階健診室健診係（☎447160）へ。※受け付けは午後2時から4時まで（土、日、祝日を除く）

風しん追加対策に伴う抗体検査・定期予防接種実施中

風しんは感染力が強く、妊婦が感染すると生まれてくる赤ちゃんに先天性風しん症候群が生じる可能性があります。風しんの発生および感染拡大を予防するには、社会全体が

免疫を持つことが重要です。

風しんの予防接種を受ける機会が少なく、他の世代と比べ抗体保有率の低い40歳から57歳までの男性を対象に、今年度から3年間、年齢を区切って段階的に風しんの抗体検査と定期予防接種を実施しています。今年度対象者には指定

の医療機関・健診などで行うことができる無料のクーポン券を5月に発送しました。まずは、

風しんの抗体検査を受け、十分に抗体を保有していないことがわかった人は予防接種を受けてください。

今年度対象者 40歳から47歳まで（昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれ）の男性※その他の対象者には来年度以降クーポン券を郵送する予定ですが、ご希望により今年度中の交付もできます。

問い合わせ 健康づくり課

けんこう塾

「からだの要、気になる腰痛のはなし」と題し、医師がお話をします。

期日 9月12日（木）

時間 午後1時30分～2時30分

場所 保健福祉会館（末広町）

申し込み 電話で健康づくり課へ。

9・10月 休日当番医 時間：午前9時～午後6時

期日	診療科目	病医院（電話番号）	場所
9月1日（日）	児・内科	金子医院（45 - 2463）	本町六丁目
	内科	日新病院（30 - 3660）	菱町三丁目
	整形外科	えだくに整形外科（20 - 2250）	新里町山上
8日（日）	精・神・内・小児科	岸病院（54 - 8949）	相生町二丁目
	内科	小島内科医院（44 - 8919）	新宿三丁目
	産婦人科	岩宿クリニック（46 - 7200）	みどり市笠懸町
15日（日）	内・循・小児科	寺田内科小児科医院（77 - 1100）	みどり市笠懸町
	内科	わたらせリバーサイドクリニック（53-3166）	相生町一丁目
	内科	林内科医院（45 - 2072）	川岸町
16日（祝）	児・内科	小児科小川醫院（44 - 6008）	東五丁目
	内・循環器科	山口クリニック（54 - 4153）	広沢町六丁目
	婦・内科	島村京子クリニック（55 - 6611）	相生町一丁目
22日（日）	内・小児科	武井内科医院（53 - 6060）	広沢町一丁目
	内科	桐生協立診療所（53 - 3911）	相生町二丁目
	内科	星野醫院（74 - 8439）	新里町山上
23日（祝）	内・小児科	田中医院（54 - 5012）	広沢町二丁目
	循・内科	はせがわ循環器内科クリニック（44-9041）	新宿二丁目
	整形外科	石川整形外科医院（22 - 8611）	天神町三丁目
29日（日）	小児科	ひきた小児科クリニック（44 - 3040）	仲町二丁目
	内・形成外科	関内科医院（73 - 2022）	みどり市大間々町
	外・内科	恵愛堂クリニック（74 - 2311）	新里町新川
10月6日（日）	小児科	療育センターきぼう（73 - 2605）	みどり市大間々町
	内・呼内・外科、緩和医療	藤井クリニック（20 - 3055）	川内町四丁目
	眼科	川島眼科医院（45 - 2242）	本町六丁目

※受診の際は各病医院などに事前にお問い合わせください。休日当番医・接骨院は変更になる場合があります。

休日緊急歯科診療所 ☎ 45 - 1397

期日＝日曜日、祝日
時間＝午前10時～午後2時30分
※受診の際は、事前にご連絡ください。
場所＝桐生市歯科医師会館（堤町三丁目3 - 2、赤岩橋堤町側交差点付近）

平日夜間急病診療所 ☎ 47 - 2501

期日＝月～土曜日（祝日を除く）
時間＝午後7時30分～10時30分
診療科目＝内科、小児科
場所＝桐生メディカルセンター1階（元宿町）

9・10月 休日当番接骨院

時間：午前9時～午後3時		
※接骨院により時間を延長する場合があります。		
期日	接骨院（電話番号）	場所
9月1日（日）	今井接骨院（43 - 1111）	東一丁目
	ほしの接骨院（76 - 7042）	みどり市笠懸町
8日（日）	澤接骨院（53 - 9966）	相生町一丁目
	深澤接骨院（46 - 2929）	境野町二丁目
15日（日）	近藤接骨院（72 - 1455）	みどり市大間々町
	福岡接骨院（44 - 5100）	東七丁目
16日（祝）	藤倉接骨院（43 - 5374）	境野町六丁目
	のざわ接骨院（46 - 8915）	みどり市笠懸町
22日（日）	武井接骨院（77 - 1156）	みどり市笠懸町
	ひろさわ接骨院（46 - 6633）	広沢町六丁目
23日（祝）	中村接骨院（32 - 1878）	梅田町一丁目
	みのる接骨院（55 - 1511）	相生町二丁目
29日（日）	岩崎接骨院（47 - 2204）	東一丁目
	笠懸中央接骨院（76 - 5914）	みどり市笠懸町
10月6日（日）	新井接骨院（44 - 7577）	境野町四丁目
	ほしの接骨院（76 - 7042）	みどり市笠懸町

救急病院案内テレホン ☎ 22 - 0099（24時間対応）