

# お元気ですか 保健相談センター です

## 冬は特に「感染症」に ご用心を！

### 《感染性胃腸炎》

感染性胃腸炎は、例年、10月から11月にかけて増加が見られ、その後12月頃にピークとなる傾向があります。特に今年は、例年に比べて患者数が増加しています。

### ■どんな病気？

感染性胃腸炎の原因は、病原性大腸菌やサルモネラといった細菌によるものと、ノロウイルスやロタウイルスといったウイルスによるものがあります。秋から冬にかけては、ノロウイルスなどによる感染性胃腸炎が流行します。

### ■症状は？

感染してから1〜3日程度で吐き気やおう吐、下痢、腹痛等の症状が現れますが、原因となる細菌やウイルスによって少しずつ異なります。症状は1〜3日で治まりますが、便には1〜2週間ほどウイルスが含まれます。その間、感染者は手洗いや入浴の際には十分な洗浄が必要です。乳幼児や抵抗力の弱い高齢者が感染すると重症化することがあります。おう吐・下痢が続く時は脱水症状にならないよう水分補給に努めましょう。症状があれば、早めに医療機関を受診し、治療を受けましょう。

### ■感染経路は？

ほとんどが汚染された食べ物や飲み水などを介した経口感染ですが、患者の便や吐物から舞い上がったウイルスによる感染もあるとされています。

### ■予防方法は？

- ・食事の前やトイレの後などには、必ずしっかりと手を洗いましょう。
- ・加熱が必要な食品には、中心部まで十分に火を通しましょう。
- ・下痢やおう吐などの症状がある方は、食品を取り扱う作業をしないようにしましょう。

- ・患者の便や吐物を処理する際は、手袋・マスクを着用し、床等が汚染された場合はペーパータオル等に次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)を含ませて拭いてください。
- ※ノロウイルスにアルコール消毒は効き目がありません。

### 《RSウイルス感染症》

全国的に多くの患者が報告され、群馬県内でも9月以降、患者数が急増中です。

### ◆どんな病気？

RSウイルスによる急性呼吸器感染症です。

### ■症状は？

潜伏期間は2〜8日、主な症状は発熱、鼻水、咳などで、風邪に似た症状です。乳児患者の10%〜40%が細気管支炎・肺炎などの下気道炎を起こすといわ

れています。特に、心臓や肺に基礎疾患がある小児、低出生体重児は重症化しやすく、注意が必要です。痰がからんだ咳・喘鳴(ぜんめい)・ゼーゼーする(こと)・発熱などの症状があったら、早めに医療機関を受診し、治療を受けましょう。

### ■感染経路は？

RSウイルスに感染している人が咳やくしゃみ、会話をした際に飛び散るしぶきを浴びて吸い込んだり、感染している人との直接の濃厚接触や、ウイルスがついている手指や物品(ドアノブ、手すり、スイッチ、机、椅子、おもちゃ、コップ等)を触ったり又はなめたりすることによる間接的な接触感染で感染します。

### ■予防方法は？

- ・帰宅時や鼻をかんだときには、手洗いを十分に行いましょう。
- ・マスク着用など、咳エチケットを心がけましょう。

◎咳エチケット  
①咳・くしゃみの際にはティッシュなどで口と鼻を押さえ、周りの人から顔をそむける。  
②使用後のティッシュは、すぐにくた付きのごみ箱に捨てる。  
③症状のある人はマスクを正しく着用し、感染防止に努める。

▼お問い合わせは、保健相談センター(☎70-8052)へ

## ●1月休日当番医●

	内科	外科	耳鼻科	歯科
1日	コオノ医院 (渋川) ☎22-0171	原沢医院 (渋川) ☎72-2503	井野整形外科リハビリ内科 (吉岡) ☎30-5255	石岡歯科医院 (赤城) ☎56-3535
2日	川島内科クリニック (渋川) ☎23-2001	榎東わかばクリニック (山子田) ☎20-5531	有馬クリニック (有馬) ☎24-8818	真下歯科クリニック (榛東) ☎54-1366
3日	井口医院 (金井) ☎25-1100	竹内小児科 (吉岡) ☎30-5151	渋川市国保あかぎ診療所 (赤城) ☎56-2220	高橋歯科クリニック (渋川) ☎24-8211
6日	奈良内科医院 (中郷) ☎25-1155	船曳医院 (中郷) ☎53-2530	西群馬病院 (金井) ☎23-3030	森医院 (石原) ☎23-8733
13日	西沢医院 (渋川) ☎22-2324	大井内科クリニック (吉岡) ☎30-5575	関口医院 (吉岡) ☎55-5122	吉岡歯科クリニック (行幸田) ☎24-8289
14日	大谷内科クリニック (渋川) ☎20-1881	痛みのクリニック長谷川医院 (吉岡) ☎30-5055	加藤整形外科医院 (行幸田) ☎20-1007	K歯科医院 (金井) ☎22-2331
20日	石北医院 (渋川) ☎22-1378	入内島内科医院 (渋川) ☎60-7322	とまるクリニック (金井) ☎26-7711	いのうえ耳鼻咽喉科医院 (有馬) ☎30-1133
27日	神山内科医院 (渋川) ☎22-2181	榎東さいとう医院 (榛東) ☎54-1055	高野外科胃腸科医院 (渋川) ☎24-2454	川島医院 (渋川) ☎22-2421
			しまむら歯科医院 (八木原) ☎20-1182	山川歯科医院 (渋川) ☎22-0260

※耳鼻科の診療時間は正午までです。 ※<http://shibukawa.gunma.med.or.jp/i.htm> ※夜間急患診療所(午後7時〜11時、年中無休)☎23-8899

# 暮らしの情報

## 行政相談を開催します

■日時…1月11日(金)  
午後1時30分～午後4時  
■会場…中央公民館  
■内容…国・県・市町村などの行政に関することについて、相談をお受けします。お気軽にご相談ください。

教育にかかわるご相談は  
**榛東村教育研究所まで**  
(榛東村教育委員会)  
午前8時30分～午後5時15分  
☎54-2211 内線211

## 平成25年度児童保育所 入所児童募集

児童保育所に4月から入所する児童を、次のとおり募集します。■対象児童：共働きなどで昼間、保護者などいない家庭の小学生 ■保育場所：○北小学校区・うぐいす児童保育所(榛東中央保育園)(1～6年・榛東北部第一児童保育所(1年)・榛東北部第二児童保育所(2、3年)・榛東第三児童保育所(4～6年) ○南小学校区・榛東南部第一児童保育所(3～6年)・榛東南部第二児童保育所(1、2年) ■保育時間 ○平日：月～金曜日 下校時～午後6時30分まで ○休校日(土曜日、夏休みなど)：午前8時～午後6時30分 ■保育費用(月額) ○保育料：7千円(8月は1万円) ○おやつ、教材等：3千円 ■申込書配付期間：1月4日(金)～1月18日(金) ■申込期間：1月21日(月)～2月1日(金) ※平成25年度から、指定管理者制度の導入により民間事業者が管理運営を行う可能性があります。詳細は決まり次第広報等でお知らせします。▼お申し込みとお問い合わせは、

# 知

お知らせ

## 水道料金は納期限までに

水道料金の納入期日と口座振替日のお知らせです。口座振替は、再振替ができません。残高不足などにならないようにご注意ください。また、納期内納付にご協力ください。▼お問い合わせは、上下水道課(☎54-2211 内線156)へ

## ■水道料金の納入期限日および口座振替日

請求月	納入期限日	口座振替日
12月分	平成25年1月4日(金)	平成24年12月25日(火)
1月分	平成25年1月31日(木)	平成25年1月28日(月)
2月分	平成25年2月28日(木)	平成25年2月26日(火)
3月分	平成25年3月29日(金)	平成25年3月26日(火)

## 水道管もあたたかく

これから一段と厳しい冬を迎えます。水道設備にも凍結を防止するための対策をお願いします。水道管はマイナス4度で凍

子育て・長寿支援課(☎54-2211 内線133)へ

結してしまいますので、蛇口付近や水道メーター器などの外気にふれる部分は保温材を巻くなど、できるだけ保温に努めてください。なお、年末年始に水道管の凍結などによる漏水事故が発生した場合は、次の指定工事店にご連絡ください。

## ■年末年始水道工事当番表

年月日	水道工事指定店	電話番号
24年12月29日	㈱タナカ設備工事	54-2812
12月30日	浅見水道㈱	54-4526
12月31日	㈱清水水道	54-5725
25年1月1日	㈱清水水道	54-5725
1月2日	㈱タナカ設備工事	54-2812
1月3日	㈲小林水道工事店	54-3045

## 「神津はづき講演会」の参加者を募集します

女優、一男一女の母であり、俳優 杉本哲太の妻である、神津はづきさんを講師にお招きして、50歳を迎えた今、これからの自分の生き方について語っていただきます。■日時：平成25年2月5日(火) 午後2時～午後3時45分(受付午後1時30分) ■場所：群馬県生涯学習センター 多目的ホール ■演題：「家庭のなかでの男女共同

参画(これからの自分探し)

■対象：県民一般 ■費用：無料 ■定員：300人(先着順) ■申込み期限：平成25年1月22日(火)(定員になり次第締切)

■申込み方法：電話(月曜休館)、ファックス、メールにて、郵便番号・住所・氏名・電話番号をお知らせください。▼お申し込みとお問い合わせは、ぐんま男女共同参画センター(☎027-224-2211 FAX027-224-2214) ■sankakuse@pref.gunma.jp)へ

## 必ずチェック最低賃金使用者も 労働者も

群馬県最低賃金(地域別最低賃金)は、平成24年10月10日から改正発効しています。特定最低賃金も、平成24年12月28日から改正発効します。■群馬県最低賃金：696円 ■製鋼・鉄素形材製造業最低賃金：805円 ■一般機械器具製造業最低賃金：794円 ■電気機械器具製造業最低賃金：792円 ■輸送用機械器具製造業最低賃金：794円 ■18歳未満または65歳以上の者や定められた軽易な業務に従事する者については特定(産業別)最低賃金の適用から除外されます ■最低賃金の対象となる賃金に

## ニューイヤ駅伝2012

日本のトップアスリートが集結し、熱き戦いを繰り広げるニューイヤ駅伝が新春の上州路を舞台に繰り広げられます。全国6地区の予選を勝ち抜いた37チームが実力日本一をかけて7区間100kmを駆け抜けます。県庁をはじめ、各中継ポイントでは、郷土芸能の披露や郷土料理などが花を添えますので、大きな声援をお願いします。※大会当日は、交通規制にご協力をお願いします。■日時：1月1日(火) 午前9時10分 県庁前スタート ▼お問い合わせは、県庁総務部総務課(☎027-226-2032)または県庁ホームページ(http://www.pref.gunma.jp)へ



# 広報カレンダー 1月

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
		元旦				
6	7	8	9	10	11	12
健康相談 PM1:30 保健相談センター				子育てサロンアイアイ AM10:30 保健相談センター	エアロピクス AM10:00 保健相談センター 行政相談 PM1:30 中央公民館 心配ごと相談 PM1:30 保健相談センター	
13	14	15	16	17	18	19
成人式 AM10:00 南部コミセン	成人の日		人権相談日 PM1:30 楽集センター 陶芸教室 PM1:30 楽集センター	すくすく教室(母乳相談) AM9:45 保健相談センター すくすく教室(リトミック) AM10:45 保健相談センター		
20	21	22	23	24	25	26
健康相談 PM1:30 保健相談センター 楽集シネマ PM1:30 楽集センター	農業委員会定例会 AM10:00 役場301会議室	1歳6ヶ月児健診 PM1:00 保健相談センター 陶芸教室 PM1:30 楽集センター	予防接種(BCG) PM1:30 保健相談センター	無料法律相談 PM1:30 ささえの家		
27	28	29	30	31	1	2
日曜納税窓口 AM8:30 役場税務課 群馬県100km駅伝競走大会 AM9:55頃 しんとうスポーツアリーナ通過	健康相談 PM1:30 保健相談センター	乳児健診 PM1:00 保健相談センター	陶芸教室 PM1:30 楽集センター			

## 【有料広告欄】

つかえる英語  
たよれる英検



榛東・渋川

- ◎無料体験・各種割引あり
- ◎幼・小・中・高 他 月謝¥4,200より
- ◎略歴 オリンピック通訳・アメリカンスクール教師

☎0279-24-8039 080-5524-3358



結婚への第一歩を  
踏み出してみませんか！

今年も大変お世話になりました。お陰様で多くのカップルが誕生致しました。素敵な出会い、まだ間に合います。思い切ってお電話ください。お待ちしております。

ハッピータイム  
高崎北

TEL/FAX 027-371-0094  
携帯 090-9303-1770  
nakoudo.jp



はぎわら歯科医院

- 診療時間：AM9：00～PM12：00、PM2：30～PM8：00 (土曜 PM6：00まで)
- 休診日：木・日曜・祝祭日 ※祝祭日のある木曜は午前中のみ診療します。

金古小学校前歩道橋北へ700m  
高崎市金古町2143-4 ☎027-360-6677  
<http://www.takahokai.or.jp>



小さなログハウス

お庭にお友達が集う談話室などいかがでしょう。温かなぬくもりと木の香りに包まれて、いつものおしゃべりにも花が咲きそうです。¥99,800～

アーミツ・インタナショナル  
☎0120-34-0651

本社ログハウス展示場 前橋市総社町総社 2046-1  
今すぐアクセス アーミツ 検索 (営)9-18時 (休)木曜日



長期優良住宅から介護リフォーム、網戸・畳交換まで

(有)羽鳥製材所

TEL.0279-54-5142

北群馬郡榛東村山子田1439-1 URL <http://www.hatori-woody.co.jp>

モデルハウス ぐんまの木の家「こもれび」 北群馬郡榛東村新井3252-5

笑顔になれる住まいづくり

新築・リフォーム・不動産・太陽光発電・土木・上下水道・ガラス・カギ

(本店)榛東村広馬場2207-1 (高崎支店)高崎市中泉町640-9

ぐんせい建商(株)

☎0120-266-110 <http://www.gunsei.com>  
フリーダイヤル ぐんせい 検索