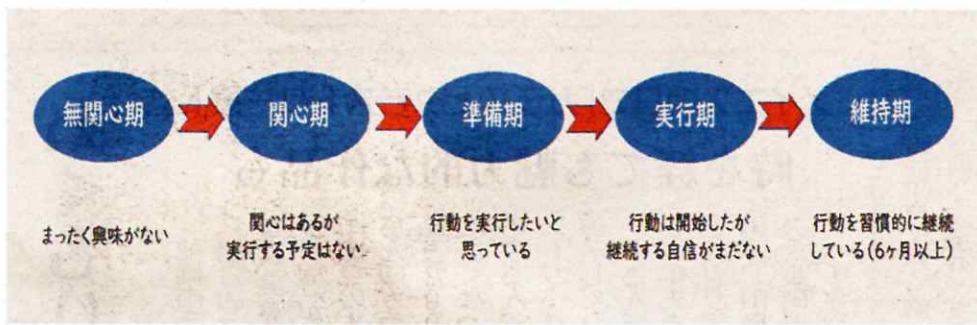


行動変容のステージモデル



⑥5 行動変容を起こすには...

人生100年時代の健康管理
桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科章



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

前回、メタボ対策を目標の一つにしている健康日本21について紹介しました。健康に関

煙推進の研究から導かれましたが、健康に関わるさまざまな行動に活用されています。行動を変えるには、ステージに合った働きかけが必要です。

する認知や理解(思っている)と仮定しという成果はあります。関心期にある程度得られませんが、健康行動をしない自分がネガティブに健康行動をしている自分をポジティブにイメージして、それぞれのイメージを天秤(てんびん)にかけてみましょ

う。行動しようかな、という気持ちが生えつかないのでは、行動

の普及には結びつかないのでは、行動

を継続できれば、自分

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

保健・福祉

東毛で増加、手足口病に注意を

梅雨入りしてうっとうしい毎日。新型コロナウイルスの影響もあり、うっとうしい人も多いようですが、ま

はやってる病気は?

コロナ感染者は減少傾向で、陽性者の数は県内で連日150人程度、桐生・みどり地域では1桁にとどまっています。外出機会も多

子どもたちへのマスク着用がいろいろと問題になっていますが、臨機応変がポイントです。

疾病名	3週間前報告数	2週間前報告数	1週間前報告数	今週の報告数
インフルエンザ	0	0	0	0
RSウイルス感染症	0	1	0	0
咽頭結膜熱	6	3	9	3
A群溶連菌咽頭炎	10	8	6	9
感染性胃腸炎	207	231	266	232
水痘	7	10	5	5
手足口病	6	10	20	29
伝染性紅斑	4	0	1	0
突発性発疹	19	23	21	33
ヘルパンギーナ	3	3	0	4
流行性耳下腺炎	3	3	1	1
急性出血性結膜炎	0	0	0	0
流行性角結膜炎	1	2	2	0
細菌性髄膜炎	0	0	0	0
無菌性髄膜炎	0	0	0	0
マイコプラズマ肺炎	0	0	0	0
クラミジア肺炎	0	0	0	0
感染性胃腸炎(ロタウイルス)	0	0	0	0
インフルエンザ(入院患者)	0	0	0	0
風疹	0	0	0	0
麻疹	0	0	0	0
百日咳	0	1	0	0

群馬県の感染症サーベイランス(5月30日～6月5日)

広告 「STOP! 突然死」——。桐生タイムス 心肺蘇生・AED事業 協賛各社

桐生市・みどり市・足利市及び近郊エリア

株式会社 笑々 くすくす
みどり市笠懸町西鹿田789-12 ☎0277-46-8285

リハビリ特化型 デイサービス
リハ・アシスト ホンダ Reha+ Assist HONDA
桐生末広店 桐生市末広町6-28 0277-46-8011
桐生東店 桐生市東6-1-6 0277-20-1811
桐生相生店 桐生市相生町5-473-1 0277-55-6011

家具のホンダ

AED 設置施設

私たちはAEDを設置し安全確保に努めています

公共施設ほか、その他の設置状況についてはインターネット等で公開されています。

協賛事業所様随時募集中...詳細は☎0277-46-2511 桐生タイムス社まで

株式会社 みらい
デイサービス みらい
デイサービス アヴェニール
http://www.mirai-kaigo.com
tel.0277-32-6310

認定こども園 昭和こども園
桐生市東2丁目4-45 ☎0277-45-2976

認定こども園 ひろさわ保育園
桐生市広沢町3丁目3811 ☎0277-52-9411

時宗 仏守山 青蓮寺
桐生市西久方町1-10-11 ☎0277-22-5268

24日はおじぞうさま縁日
日限地蔵尊
〒376-0034 桐生市東2-13-18 0277-45-0066
http://www.jizo24.com

きりしんは以下の店舗にAEDを設置しています

本店営業部・本町
新桐生・相生
大間々・笠懸・太田
前橋・伊勢崎・玉村

桐生信用金庫
リーガル 01-981

株式会社 砂塚製作所
みどり市笠懸町久宮398-8
TEL.0277-76-0591

田島電気株式会社
桐生市広沢町間ノ島70 ☎0277-52-8011(代)

介護療養型老人保健施設 ナーシングケア川内の社
桐生市川内町4丁目315-1 ☎0277-65-5557