

子育て世代包括支援センターからのお知らせ

母子健康手帳の 交付窓口が変わりました

子育て世代包括支援センターを市民健康課と子育て支援課に開設しました。

今後、妊娠の届け出および母子健康手帳の交付は、市民健康課と子育て支援課の2カ所で受け付けます。市民課、北部・南部出張所では母子健康手帳を交付できなくなりましたので、ご注意ください。詳しくは市ホームページをご覧ください。

子育て世代包括支援センター▷市民健康課(保健センター)…☎978-3511、▷子育て支援課(第二庁舎2階)…☎963-9179


保健センター
☎343-0022
東大沢1-12-1



☎978-3511

健康ガイド

講座・教室



対象者は市内在住の方。特に記載がない場合は会場・問い合わせは市民健康課(保健センター)、費用は無料。◎は事前に市民健康課への申し込みが必要です(電話可。申し込み順)。電話番号のおかけ間違いにご注意ください。

コバトンは、埼玉県コバトン健康マイレージポイントの対象事業です。

コバトンポイントを集めてグッズをもらおう！ハッピーちゃん体操公開練習

時間▽5月7日(月)：保健センター
▽5月22日(火)：蒲生地区

もしものときは!

急患診療所などの救急医療は、急患(急性の病気)の診療が対象です。また、医療費が通常と異なる場合があります。日曜日や祝日に診療を行っている医療機関は、市ホームページや、公共施設で配布している「越谷市の休日診療・救急医療のご案内」をご覧ください。

〈ゴールデンウィークの診療〉
5月7日(月)までの期間に診療を行っている医療機関は、市ホームページに掲載しています。受診する際には、事前に各医療機関に電話でご連絡ください。

休日当番医

診療時間は医療機関や診療内容によって異なります。事前に各医療機関に電話連絡のうえ、受診してください。

- 5月3日(祝)**
▷江川整形外科医院 ☎985-7166
登戸町16-26/整外
▷吉村胃腸科クリニック ☎963-2100
越ヶ谷1-10-19ジーエスハイム越谷1F/内・消・外
▷大袋歯科医院 ☎975-0352
袋山1503-30/歯・小歯・歯外
- 5月4日(祝)**
▷一番ヶ瀬医院 ☎976-8111
平方1973-1/小・内
▷埼玉クリニック ☎961-7700
相模町3-217-1/内
▷高橋歯科医院 ☎965-4184
弥生町3-25/歯・矯歯・小歯
- 5月5日(祝)**
▷青木耳鼻咽喉科 ☎971-4933
北越谷2-19-5/耳
▷南越谷病院 ☎987-2811 南越谷1-4-63/整外・皮・内・外・リハ
▷浅香歯科口腔外科医院 ☎985-5819
蒲生茜町14-11/歯・小歯・歯外

夜間急患診療所

東越谷10-81 ☎960-1000
【休診日】なし(年中無休)
【診療科目】内科・小児科(内科的疾患)
【受付】午後7時30分～午後10時30分
【診療】午後8時～午後11時
*薬の処方、原則1日分となります。
翌日は、かかりつけ医をご受診ください。

探す 相談する

〈急病に関する相談・緊急に受診できる医療機関のご案内〉

●埼玉県救急電話相談
#7119または☎048-824-4199
急な病気やけがに関して、看護師の相談員が受診すべきかどうかなどをアドバイスします。また、緊急に受診できる医療機関(歯科・口腔外科・精神科を除く)もご案内します。24時間365日実施
*平成29年9月までは、埼玉県小児救急電話相談(#8000)、埼玉県大人の救急電話相談(#7000)として時間帯を限定して実施していましたが、29年10月から埼玉県救急電話相談(#7119)として24時間365日実施しています

〈緊急的な精神医療相談〉
●埼玉県精神科救急情報センター
☎048-723-8699
休日や夜間の緊急的な精神医療相談。月曜～金曜日は午後5時～翌朝8時30分、土曜・日曜日、祝日、年末年始は午前8時30分～翌朝8時30分

越谷市薬剤師会
薬の相談日(要予約)
5/8(火)・5/22(火)
6/12(火)
午後1時～3時、越谷市薬剤師会事務局(中町6-6)☎960-4100
*相談日の1週間前までに電話でご予約ください

編、**コバトン**痛み予防教室、腰痛
時間5月25日(金)、午前10時～11時30分 陽生地区センター 理学療法士による膝痛についての講話のほか家で簡単にできる体操やストレッチを学ぶ 市内在住で医師による運動制限のない方15人 費用500円 5月8日から

基礎から学ぶ男の料理教室
「親子丼を作る」
時間5月28日(月)、午前10時～午後1時 因講話と調理実習 24人 費用500円 5月9日から



健康的でおいしいレシピを紹介

編、**コバトン**痛み予防教室、膝痛
時間5月25日(金)、午前10時～11時30分 陽生地区センター 理学療法士による膝痛についての講話のほか家で簡単にできる体操やストレッチを学ぶ 市内在住で医師による運動制限のない方15人 費用500円 5月8日から

◆元氣アップ運動教室(1クール目)
いつまでも元気に過ごせるように、週1回、楽しく運動を続けましょう。初心者向けの運動強度なので、体力に自信のない方も安心して参加できます。
時間▽くすのき荘(教養娯楽室)：5月14日～7月23日の毎週月曜日(7月16日は祝日のため7月17日(火)に実施) ▽けやき荘(教養娯楽室)：5月16日～8月1日の毎週水曜日(5月30日は除く) ▽ゆりのき荘(研修室)：5月16日～7月25日の毎週水曜日 ▽ひのき荘(多目的ホール)：5月18日～7月27日の毎週金曜日。いずれも午前10時～11時30分(ゆりのき荘は午後2時～3時30分)。30分前から受け付け開始。教室開始後5分を過ぎると入室できません 市内在住で運動制限のない65歳以上の方各回50人(ゆりのき荘は30人)。各会場同じ内容のため重複参加はできません 持運動の服装、

編、**コバトン**ヘルシークッキング
時間5月24日(木)、午前10時～午後1時 因講話と調理実習 24人

◎言語の教室
時間毎月第1・3木曜日、午前9時30分～11時30分 因集団で行う言語訓練(健康チェック、体操、ゲーム、季節行事など) 市内在住で次の①②に該当する方。①脳血管疾患等の後遺症により言語に障がいがある ②医療保険・介護保険で言語聴覚療法を受けていない 費用500円 *詳しくは市民健康課へお問い合わせください

ロコモ予防チャレンジ教室 日程表

会場	日時
保健センター	5/14(月)、6/4(月)、7/9(月) いずれも午前10時～正午
新方地区センター	5/21(月)、6/18(月)、7/30(月) いずれも午前10時～正午
蒲生地区センター	5/29(火)、6/26(火)、7/24(火) いずれも午前10時～正午

時間5月21日(木)・28日(木)、午前9時30分～11時30分(全2回)
陽新方地区センター多目的ホール 因歯科医師等の専門職による口腔ケア、食生活、体力アップについての講話と運動 市内

編、**コバトン**ロコモ予防チャレンジ教室
時間左表のとおり(全3回) 因ロコモティブシンドロームについての講話、簡単な筋力トレーニング

◎お口と栄養と運動の元氣塾
時間6月21日(木)・28日(木)、午前9時30分～11時30分(全2回)
陽新方地区センター多目的ホール 因歯科医師等の専門職による口腔ケア、食生活、体力アップについての講話と運動 市内

予防接種
市外で高齢者肺炎球菌予防接種を希望する平成30年度対象の方へ
かかりつけ医が市外であっても、埼玉県相互乗り入れ接種協力医であれば、市内医療機関と同様に予防接種が受けられます(期間は4月1日～平成31年3月31日)。接種希望の方は、事前に市民健康課(保健センター)へご連絡ください。