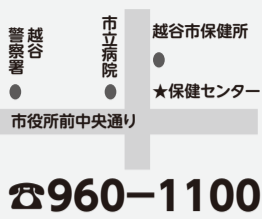




市民健康課
(保健センター)
☎343-0023
東越谷10-31



対象者は市内在住の方。特に記載がない場合の会場・問い合わせは市民健康課(保健センター)、費用は無料。◎は事前に保健センター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。
新型コロナウイルス感染症対策として各種事業を中止または延期する場合があります。詳しい状況は、市ホームページに随時掲載しています。

もしものときは!

〈年末年始期間の診療〉

12月29日～1月3日に診療を行っている医療機関を市ホームページに掲載しています。受診するときは、事前に各医療機関に電話でご連絡ください。右記の二次元コードからもご覧になれます。



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案内〉

●**埼玉県救急電話相談 #7119または☎048-824-4199**
24時間365日実施。急な病気やけがに関して、看護師の相談員が受診

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。

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。

〈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17:00～翌8:30、土曜・日曜日、祝日、年末年始は8:30～翌8:30。

夜間急患診療所(年中無休)

| | | | |
|------|---------------------|----|-------------|
| 問合せ | ☎960-1000(東越谷10-31) | 受付 | 19:30～22:30 |
| 診療科目 | 内科・小児科(内科的疾患) | 診療 | 20:00～23:00 |

*薬の処方原則1日分となります。翌日は、かかりつけ医を受診してください
*受診の際は、事前に電話連絡のうえ、健康保険証等をお持ちください

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必ず電話連絡のうえ、症状等を伝え、医療機関の指示に従って受診してください(医療費が通常と異なる場合があります)。

***☎**: 発熱の方の診療が可能な医療機関
☎: 新型コロナウイルス検査実施医療機関

1/1(祝)

- ▷**☎**慶和病院 ☎978-0033
千間台西2-12-8/内・整
- ▷**☎**埼玉東部循環器病院 ☎960-7100
大沢3187-1/循・心外
- ▷**☎**青木耳鼻咽喉科 ☎971-4933
北越谷2-19-5/発熱
- ▷**☎**花田内科クリニック ☎966-1610
花田1-21-7/内・消内・小
- ▶**山下歯科医院** ☎985-3117
大間野町3-103-2/歯
- ▶**清水歯科医院** ☎965-2350
東越谷3-7-7/歯・小歯・矯正

1/2(土)

- ▷**☎**越谷誠和病院 ☎966-2711
谷中町4-25-5/内・外(外科は9:00～12:30)
- ▷**☎**佐藤産婦人科 ☎985-0310
新越谷1-34-4/発熱(妊婦限定・完全予約制)
- ▷**☎**青木耳鼻咽喉科 ☎971-4933
北越谷2-19-5/耳
- ▷**☎**埼友クリニック ☎961-7700
相模町3-217-1/腎内・透内・内・糖内
- ▶**くぼた歯科医院** ☎974-6431
袋山1380-9/歯・小歯
- ▶**中井歯科医院** ☎987-3182
蒲生寿町14-40/歯・小歯

1/3(日)

- ▷**☎**十全病院 ☎964-7377
赤山町5-10-18/内・外・肛・胃
- ▷**☎**蒲生天神橋クリニック ☎961-7800
伊原1-4-52/内・脳外
- ▷**☎**青木耳鼻咽喉科 ☎971-4933
北越谷2-19-5/発熱
- ▷**山口整形外科・内科クリニック** ☎977-0123
袋山1361-8/整
- ▷**こしがや脳神経外科** ☎988-7892
蒲生寿町5-7 越谷メディカルビル1階/脳外
- ▶**渋谷歯科医院** ☎978-1182
千間台西1-67 せんげん台駅ビル402/歯
- ▶**浅香歯科口腔外科医院** ☎985-5819
蒲生西町14-11/歯・小歯・歯口

1/11(祝)

- ▷**新越谷アイクリニック** ☎988-8686
南越谷1-11-4 東武新越谷駅ビルプラザ館2F/眼
- ▷**萬屋クリニック** ☎986-6700
蒲生寿町15-21/内
- ▶**深代歯科医院** ☎977-3350
弥十郎634/歯・小歯

講座・教室

◆お口と栄養と運動の元気塾～フレイルを予防しよう～

心身の虚弱(フレイル)は早期に対処することで予防できます。いつまでも元気でいるために、口腔ケア・食生活・体力アップのポイントについて学んでみませんか。

■**日時**: 2/4(木)・18(木)・25(木)・3/25(木)、10:00～11:30。全4回

■**会場**: 蒲生地区センター学習室A

■**内容**: 歯科医師による講話、管理栄養士、運動指導士による講話、運動など

■**対象**: 市内在住で運動制限のない65歳以上の方15人

■**費用**: 無料

■**持ち物**: 筆記用具、運動のできる服装、運動靴、水分補給用の飲み物、タオル

■**申込み**: 1/8(金)から直接または電話で下記へ
☎地域包括ケア推進課(第二庁舎1階)☎963-9163

◎がん予防講演会「がんのことを知っておこう! 大腸がんのはなし」

■**日時**: 2/3(水)、13:30～15:30

■**内容**: がんにかかる可能性が2人に1人の時代です。大腸がんは日本人のがん罹患(がん)と診断されること)1位のがんです。大腸がんについて学んでみませんか。講師は、かずよし内科クリニック医師の鈴木一義さん

■**対象**: 60人

■**申込み**: 受付中。電話または市ホームページ(右記の二次元コード)の電子申請で申し込み



◎コバトン そうだったのか! 健診結果の上手な見方～特定健診結果説明会～

健診結果の見方や皆さんの疑問について医師が分かりやすくお答えします。質疑応答の時間もありますので、ぜひ健診結果をお持ちになってご参加ください。

■**日時**: 1/19(火)、13:00～15:00

■**内容**: 医師による健診結果の見方やメタボリックシンドローム等についての講話。講師は越谷津田医院医師の津田達広さん

■**対象**: 60人

■**持ち物**: 筆記用具、お持ちの方は健診結果

■**申込み**: 電話または市ホームページ(右記の二次元コード)の電子申請で申し込み



◎40代から50代を迎える貴女に『Ki・Re・Iのススメ』～更年期とうまく付き合おう～

外見だけでなく内面からも『Ki・Re・I』になるために、カラダとこころのこと、生き方の秘けつを学びます。

■**日時・内容・場所**: 下表のとおり。全4回コース。2/5(金)・3/3(水)は一般公開講座のため、1回のみ参加もできます

| 日時 | 内容/講師 | 会場 |
|------------------------|--|---------------------|
| 2/5(金) 13:30～15:30 | 自分のカラダと向き合おう!～知ってほしい! 40代からのカラダの変化～/堀中医院 医師の堀中俊孝さん | 中央市民会館 5階第4～6会議室 |
| 2/16(火) 10:00～12:00 | 生活習慣を考えよう(生活習慣について)カラダの変化と上手に付き合おう/市民健康課保健師 | 男女共同参画支援センター「ほっと越谷」 |
| 2/25(木) 10:00～12:00 | 美BODYを作ろう(姿勢、尿漏れについて)/市民健康課理学療法士 | 保健センター |
| 3/3(水) 10:00～12:00 | これからの未来予想図を描いてみよう～40代からいきいき過ごすために～/埼玉県立大学教授の兼宗美幸さん | |

■**対象**: 市内在住の女性40人

■**持ち物**: 筆記用具

■**申込み**: 電話または市ホームページ(右記の二次元コード)の電子申請で申し込み



◎コバトン ハッポちゃん体操公開練習

健康づくりのために、あなたも参加してみませんか。公開練習に参加しポイントを貯めると、ハッポちゃんグッズがもらえます(数に限りがあります)。

■**日時**: 1/29(金)、10:00～11:00

■**会場**: 出羽地区センター

■**持ち物**: 水分補給用の飲み物

■**申込み**: 受付中

◎歯とお口の健康づくり講演会～いつまでも健康でおいしく食べるために～

■**日時**: 3/4(木)、13:30～15:30

■**内容**: 歯周病が全身に及ぼす影響や歯とお口の健康習慣についてなど、歯科医師が分かりやすく解説します。講師は、せんげん台くすのき通り歯科の菅崎弘典さん

■**対象**: 60人

■**申込み**: 1/13(水)から電話または市ホームページ(右記の二次元コード)の電子申請で申し込み

