



健康づくり推進課
(保健センター)

☎343-0023
東越谷10-31

越谷市保健所
★保健センター
市役所前中央通り
☎960-1100

対象者は市内在住の方。特に記載がない場合の会場・問い合わせは健康づくり推進課(保健センター)、費用は無料。電話番号のおかけまちが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



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。

〈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 は原則1日分です。翌日はかかりつけ医を受診してください
- *受診の際は、事前に電話したうえで健康保険証等をお持ちください

緊急の相談

〈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(24時間、無休)☎048-824-4199、#7119

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。

●埼玉県AI救急相談

急な病気やけがに関して、チャット形式で相談した内容をもとに

AI(人工知能)が受診すべきかどうかなどをアドバイスします。詳しくは、右記の二次元コードから県ホームページをご覧ください。

*いずれも医療行為ではなくアドバイスを行うものです

〈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。

〈発熱などの症状が出たら〉

新型コロナウイルス感染症など、発熱等の症状がある方の診療等を行う医療機関(埼玉県指定診療・検査医療機関)は、右記の二次元コードから県ホームページをご覧ください。

●埼玉県受診・相談センター(9:00～17:30)

受診すべきか迷う際の相談や受診先の確認ができます。

☎048-762-8026、FAX048-816-5801

●県民サポートセンター(24時間、無休)

新型コロナウイルス感染症関連の一般的な相談と受診先の確認ができます。

☎0570-783-770、FAX048-830-4808



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。事前に各医療機関へ必ず電話連絡のうえ、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。

9月20日(祝)

▷さくら皮フ科クリニック ☎964-1222

東越谷6-27-14/皮

▷越谷ふれあいクリニック ☎960-5380

赤山本町10-16モンテージュ 1階/小外・外・小・内

▶岩佐歯科医院 ☎969-1388

西方2-6-1/歯・小歯

9月23日(祝)

▷さめしま整形外科 ☎969-1154

赤山本町6-7/整・リハ・リウ・外

▷石川医院(越ヶ谷) ☎962-3370

越ヶ谷2-3-20/内・胃・小・アレ

▶コシガヤデンタルクリニック ☎962-9141

越ヶ谷1-12-26木田ビル102号/歯・矯正・小歯

講座・教室

コバトン痛み予防教室～肩の痛み編～

肩の痛みの原因を知り、運動で予防しよう

■日時：10月1日(金)、10:00～11:30

■会場：保健センター2階多目的会議室

■内容：講話と家で簡単にできる体操など

■対象：市内在住で医師による運動制限のない方12人

■持ち物：運動のできる服装、水分補給用の飲み物、浴用タオル、筆記用具

■申込み：9月8日(水)から電話で申し込み

コバトン生活習慣病予防セミナー

■日時・内容・申込み開始日：下表のとおり

日時	内容・講師	申込み開始日
10月20日(水) 13:30～15:30	コレ、ステ(捨て)よう! 脂質異常症予防セミナー・越谷駅前クリニック医師の永松ひとしさん	9月8日(水)
11月17日(水) 14:00～16:00	血糖値が高めの方へ～糖尿病予防セミナー～・越谷レイクタウン内科医師の藤本まどかさん	10月13日(水)

■会場：保健センター2階多目的会議室

■対象：市内在住の方各30人

■持ち物：健康診査の結果(お持ちの方)、筆記用具

■申込み：申込み開始日から下記の二次元コードから電子申請で申し込み。そのほか電話でも受け付けます



脂質異常症予防セミナー



糖尿病予防セミナー

コバトン今こそ!! 生活習慣をみなおす料理教室

■日時：10月27日(水)、10:00～13:00

■内容：ヘルスメイト(食生活改善推進員)による講話と調理実習

■定員：12人

■材料費：500円

■持ち物：エプロン、三角巾、マスク、筆記用具

具、上履き

■申込み：9月8日(水)から電話で申し込み

コバトンポイントを集めてグッズをもらおう!

ハッポちゃん体操公開練習

■日時：9月28日(火)、10:00～11:00

■会場：荻島地区センター

■対象：市内在住の方20人

■持ち物：水分補給用の飲み物

■申込み：9月27日(月)までに右記の

二次元コードから電子申請で申し込み。

そのほか電話でも受け付けます

お口と栄養と運動の元気塾～フレイルを予防しよう～(全4回)

■日時・会場：下表のとおり

日時	会場
10月7日(水)	桜井地区センター 学習室A・B
10月14日(水)	10:00 ～ 11:30 桜井地区センター 学習室C・D
10月21日(水)	桜井地区センター 学習室A・B
11月25日(水)	桜井地区センター 学習室C・D

*11月25日(水)はフォローアップ講座

■内容：歯科医師による講話、歯科衛生士による口腔体操、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

■受講料：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：9月8日(水)から直接または電話で下記へ

関地域包括ケア課(第二庁舎1階)☎963-9163

越谷市役所 ☎343-8501 越ヶ谷4-2-1

*6月の街頭犯罪件数 路上強盗・ひったくり1件
*7月の街頭犯罪件数 路上強盗・ひったくり2件

自動車・オートバイ盗2件 自転車盗41件 侵入盗9件
自動車・オートバイ盗3件 自転車盗48件 侵入盗10件