



- ・特に記載がない場合、▶会場：保健センター、▶定員：先着順、▶費用：無料。持ち物は問い合わせ先へご確認ください
- ・の問い合わせ先：健康づくり推進課(☎343-0023東越谷10-31保健センター内)☎960-1100、☎967-5118
- ・**コバトン**：コバトン^{あるこ}ALKOOマイレージポイント対象事業
- ・各記事の詳細、電子申請：市ホームページの (ページ番号検索)から

●● 休日当番医・薬局 ●●

診療時間は医療機関や診療内容によって異なります。受診する際は必ず電話をしたうえで、医療機関の指示に従ってご受診ください。

そのほか日曜・祝日に診療を行っている医療機関や薬局は市ホームページをご覧ください。

☎地域医療課☎972-4777、HP6140

9月16日(祝)

軍司整形外科 ☎986-2408

南越谷4-23-8/整・外・リハ

大越医院 ☎976-5102

平方1705-1/内・循内・小

もみのき歯科 ☎999-6491

蒲生寿町15-32コットンフィールズ101/歯・小
歯・歯外・矯歯

たから薬局越谷店 ☎970-8477

平方1705-5

9月23日(休)

新越谷肛門胃腸クリニック ☎960-2233

赤山本町8-5山六ビル2階/肛外・胃内

市川胃腸科外科病院 ☎965-7100

東越谷7-2-5/内・胃・外・肛

新越谷はるの歯科 ☎986-1184

新越谷2-13-2アヴェニール・ブリヨン/歯・小
歯・矯歯・歯外

ゆうあい薬局 ☎964-2400

赤山本町8-2

講座・教室

市民と薬剤師で共に考えよう！

▶日時：10月6日(日)13:00～15:00

▶会場：中央市民会館劇場

▶テーマ・講師：下表のとおり

テーマ	講師
心身の健康づくりと睡眠～よい眠りでこころもからだも健康に不眠症を防ぐ睡眠の工夫～	東京足立病院院長の内山真さん
地域における薬局・薬剤師の役割を知ろう！	帝京平成大学薬学部薬学科教授の小原道子さん

▶申込み：当日会場へ

*薬の相談コーナーがあります

☎越谷市薬剤師会事務局☎960-4100

ひきこもりの子を持つ家族のためのライフプラン

▶日時：9月26日(木)14:00～16:00

▶会場：越谷市保健所2階大会議室

▶内容：親亡き後のひきこもり本人のライフプランをファイナンシャルプランナーから学ぶ

▶対象：市内在住・在勤・在学でひきこもり状態の方の家族

▶申込み：電子申請、電話

☎こころの健康支援室☎963-9214、HP90119

お口と栄養と運動の元氣塾～フレイルを予防しよう～(全4回)

▶日時：10月3日(木)・10日(木)・17日(木)・11月28日(木)9:45～11:45

▶会場：南越谷地区センター学習室A・B

▶内容：講話、^{こくう}口腔体操、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

▶申込み：9月9日(月)9:00から。電子申請、電話

☎地域包括ケア課☎963-9163、HP80889

専門職による介護予防講座～薬との上手な付き合い方～

▶日時：10月8日(火)10:00～11:00

▶会場：市役所エントランス棟1階多目的ホール(会場が変更となる可能性があります)

▶講師：越谷市薬剤師会の中村幸弘さん

▶対象：市内在住の65歳以上の方30人

▶申込み：9月10日(火)9:00から。電子申請、電話

☎地域包括ケア課☎963-9163、HP91213

コバトンチームー3キロ

▶日程：11月1日～令和7年1月31日のうち14日間。11月1日・7年1月31日は参加必須

▶時間：10:00～11:30(一部9:30～12:00)

▶会場：保健センター(一部県民健康福祉村)

▶内容：身体測定、筋トレ・ながら体操、有酸素運動、栄養の基礎講座など

▶対象：市内在住で、腹囲が85cm以上またはBMI値が25以上の20～74歳の方30人

▶受講料：調理実習日のみ材料費500円

▶申込み：9月9日(月)～10月25日(金)。電子申請、電話

*「個別でサポートー3キロ」もあります

HP55764

ご協力ください 愛の献血

時間 全血献血…10:00～17:30、成分献血…10:00～16:30
会場 イオンレイクタウンmori1階
問越谷レイクタウン献血ルーム☎987-3737(9:30～18:00)、HP8030

コバトン料理教室

▶日程・教室名：下表のとおり

日程	教室名
9月25日(水)	ヘルスメイトと作ろう「生活習慣病を予防する料理教室」(HP8630)
10月4日(金)	男の料理教室「魚料理を作ってみよう」(HP8629)

▶時間：10:00～13:00

▶内容：講話、調理実習

▶対象：市内在住の方各日24人

▶材料費：500円

▶申込み：電子申請、電話

コバトン痛み予防教室～肩の痛み編～

▶日時：10月3日(木)10:00～11:30

▶内容：講話、体操・ストレッチ

▶対象：市内在住で医師による運動制限のない方10人

▶申込み：9月6日(金)から。電子申請、電話

HP8620

コバトン講話「コレ、ステ(捨て)よう！ 脂質異常症予防セミナー」

▶日時：10月16日(水)13:30～15:00

▶講師：蒲生天神橋クリニック医師の長谷川浩一さん

▶対象：市内在住の方50人

▶申込み：9月11日(火)から。電子申請、電話

HP8636

お知らせ

高齢者新型コロナ予防接種(定期接種)

▶期間：10月1日(火)から(予定)

▶会場：市内指定医療機関

▶対象：市内に住所を有する次の①・②のいずれかに該当する方。①接種日に65歳以上 ②接種日に60～64歳で一定の基礎疾患を有する
*一部自己負担で接種できるのは、市が定める接種期間(10月1日以降)のうち1回のみ。詳しくは、市ホームページを参照

HP85593

9月24日～30日は結核・呼吸器感染症予防週間

呼吸器感染症には、結核、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、細菌性肺炎等があります。共通する症状に、せき、たん、微熱、けん怠感などがあり、せきやくしゃみなどで周りの人に感染が広がります。特に結核は、今でも全国で年間1万人以上が感染しています。せきなどの症状が2週間以上続く場合は、結核を疑い、早めに医療機関を受診しましょう。

☎感染症保健対策課☎973-7531、HP7253

9月は「がん征圧月間」です。
がん検診を受けましょう。

HPVワクチンキャッチアップ接種実施中！

初回接種は9月末までに済ませてください
HP8674



もしものときは



●夜間急患診療所
(東越谷10-31越谷市保健所内。無休)
☎960-1000 HP5720

診療科目	内科・小児科
受付時間	19:30～22:30
診療時間	20:00～23:00

* 内科的疾患のみの診療です
* 薬の処方原則1日分です
* 受診の際は電話連絡のうえ、マイナ保険証等をお持ちください

急病について相談したいとき・緊急で医療機関を探したいとき(歯科・^{こくう}口腔外科・精神科を除く。医療行為は行いません)

電話で看護師に相談する

●埼玉県救急電話相談(24時間、無休)
☎#7119または☎048-824-4199

チャットで相談する

●埼玉県AI救急相談

右記の二次元コードを読み取るか、「埼玉県AI救急相談」で検索

