

健康ガイド

- ・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ALKOOマイレージポイント対象事業

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(年末年始は要予約)
間 越谷レイクタウン献血ルーム ☎987-3737 (9:30～18:00)、HP8030

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。1月1日(祝)～3日(金)の休日当番医・薬局は広報こしがや12月号をご覧ください。

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

1月13日(祝)

おおさと痛みのクリニック ☎975-3000

大里193-1 大里メディカルプラザ2階/

整・麻・リハ・ペイン外

南越谷たかせクリニック ☎961-5211

南越谷4-9-5 クリニックステーション新越谷1階/胃内・内・肛外

西方ファミリー歯科 ☎940-8051

西方1-3342-2 1階/歯・小歯・矯正

薬局アポック南越谷店 ☎963-8751

南越谷2-2-12 コアーズビル1階

予防接種

令和6年度高齢者インフルエンザ・高齢者新型コロナウイルス予防接種(定期接種)実施中

▶期間：1月31日(金)まで

▶申込み：市内実施医療機関に直接予約(市外での接種希望者は事前手続きが必要)

* 予診票・説明書は市内実施医療機関にあります

インフルエンザ HP55773、コロナHP85593



健(検)診・相談

栄養士による食生活なんでも相談(個別)

▶日時：2月13日(木)9:00～12:00

▶対象：市内在住の方3人

▶申込み：電子申請、電話

HP8690

口腔がん検診・歯周病検診実施中

ご希望の方は、早めにご受診ください。

▶期間：2月15日(土)まで

▶対象：▷口腔がん検診…年度年齢が40歳以上の方(昭和60年3月31日以前に生まれた方)▷歯周病検診…年度年齢が35・40・45・50・55・60・65・70歳の方

* 詳しくは、こしがや保健ガイドまたは市ホームページを参照

口腔がんHP8658、歯周病HP8656



講座・教室

コバトン料理教室

○ヘルスメイトと作ろう「男性クッキング」

▶日時：1月22日(水)

10:00～13:00

▶内容：講話、調理実習

▶対象：市内在住の男性24人

▶材料費：500円

▶持ち物：エプロン、三角巾、マスク、手拭き用タオル、室内履き、筆記用具

▶申込み：電子申請、電話

HP8630

○ヘルシークッキング「脂質異常症を予防する食事」

▶日時：1月31日(金)10:00～13:00

▶内容：講話、調理実習

▶対象：市内在住の方24人

▶材料費：500円

▶持ち物：エプロン、三角巾、マスク、手拭き用タオル、室内履き、筆記用具

▶申込み：電子申請、電話

HP8628

ひきこもり市民教室「地域で見守り、支える、ひきこもり」

▶日時：1月30日(木)14:00～16:00

▶会場：越谷市保健所2階大会議室

▶内容：越谷市生活自立相談よりそい、就労準備サポートつながり、埼玉とうぶ若者サポートステーション、越谷市保健所におけるひきこもり支援と取り組みを学ぶ

▶対象：市内在住・在勤・在学でひきこもり支



援に関心のある方、家族、支援者等30人

▶持ち物：筆記用具

▶申込み：1月30日(木)まで。電子申請、電話
☎こころの健康支援室(第三庁舎1階) ☎963-9214、HP90119

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：1月28日(火)10:00～11:00

▶会場：荻島地区センター

▶持ち物：飲み物

▶申込み：1月27日(月)まで。電子申請、電話
HP8639

コバトン痛み予防教室～腰の痛み編～腰の痛みの原因を知り、運動で予防しよう

▶日時：1月31日(金)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

▶持ち物：飲み物、バスタオル、筆記用具。運動のできる服を着用

▶申込み：1月6日(月)から。電子申請、電話

HP8620

自分の状態を知ろう！一緒にやってみよう！フレイル予防体験イベント

▶日時：2月18日(火)13:00～16:00。フレイル予防体操体験会は14:00～14:40・15:00～15:40

▶会場：イオンレイクタウンkaze1階光の広場

▶内容：フレイルチェック、握力測定、ベジチェック(野菜摂取量測定)等、フレイル予防体操体験会、市の介護予防の取り組み紹介

▶申込み：当日会場へ。フレイル予防体操体験会のみ1月15日(水)から。電子申請、電話

☎地域包括ケア課 ☎963-9163、HP96018

8人に1人が腎臓病!? 腎臓病予防セミナー

▶日時：2月20日(木)14:30～16:00

▶内容：腎臓病の基礎知識と予防方法等についての講話

▶講師：小尾医院医師のおおずひろゆきさん

▶対象：市内在住の方50人

▶持ち物：健康診査の結果(お持ちの方)、筆記用具

▶申込み：1月9日(木)から。電子申請、電話

HP8636



薬剤師に直接相談

薬の相談日

1/14(火)・28(火)

13:00～15:00

開催日の1週間前までに電話で下記へ

☎越谷市薬剤師会事務局(保健センター3階) ☎960-4100

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・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

