



- ・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^{あるこう}：コバトンALKOOマイレージポイント対象事業

●●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したうえで、医療機関の指示に従ってご受診ください。

＊8月11日(祝)～16日(土)に診療を行う医療機関は8月上旬に市ホームページに掲載します

☎地域医療課☎972-4777、HP6140

8月11日(祝)

川原眼科 ☎954-9887

袋山1403-1/眼

新越谷病院 ☎964-2211

元柳田町6-45/内

ふじた歯科 ☎986-6480

南越谷4-21-13/歯・矯正・小歯・歯外

ゆみ薬局越谷店 ☎969-5300

元柳田町3-13

健(検)診・相談

☎肺がん・結核検診

▶日程・会場：▶個別検診…11月10日(月)まで。こしがや保健ガイド、市ホームページを参照▶集団検診…下表のとおり

日程	会場
9月2日(火)・3日(水)・19日(金)・20日(土)・10月24日(金)・25日(土)	保健センター
9月4日(木)・5日(金)・10月1日(水)・2日(木)	桜井地区センター
9月8日(月)・9日(火)	蒲生地区センター
9月10日(水)・11日(木)・10月15日(水)・16日(木)	大沢地区センター
9月17日(水)・18日(木)・10月21日(火)・22日(水)	北部市民会館
9月24日(水)～26日(金)・10月8日(水)～10日(金)	サンシティ
9月29日(月)・30日(火)	荻島地区センター
10月6日(月)・7日(火)	北越谷地区センター

▶内容：胸部レントゲン検査、喀痰検査(必要な方のみ)

▶対象：40歳以上の方(昭和61年3月31日以前に生まれた方)

▶費用：▶個別検診…500円▶集団検診…300円(喀痰検査は各検診ともに500円追加)

▶持ち物：本人確認書類(マイナンバーカードや資格確認書等)

▶申込み：▶個別検診…直接医療機関へ▶集団検診…肺がん・結核検診のみの方は当日11:00～11:45に会場へ

＊個別検診、集団検診のいずれかのみ受診可能

＊特定健康診査と肺がん・結核検診を同日に受診する方は特定健診と併せて申し込みが必要

＊検診では上半身は裸か無地のTシャツのみ着用可能

☎歯科健診・相談～歯つらつ！お口の健康～

▶日時：8月20日(水)13:30～15:00

▶会場：児童館コスモス

▶対象：お子さんと保護者20人

▶申込み：電子申請(HP8654)、電話

＊治療は行いません

☎乳がん検診無料クーポン券によるイオンレイクタウンkazeでの乳がん検診

▶日時：9月20日(土)10:30～11:30・13:30～15:15

▶会場：イオンレイクタウンkaze1階翼の広場

▶対象：昭和59年4月2日～60年4月1日生まれ的女性。6月末に対象の方へ無料クーポンを送付しています

▶申込み：電子申請(HP8660)

☎食生活なんでも相談

▶日時：9月11日(水)9:00～12:00

▶内容：栄養士による個別相談

▶対象：市内在住の方3人

▶申込み：電子申請(HP8690)、電話

講座・教室

☎コバトン料理教室

▶内容：講話、調理実習

▶材料費：500円

▶持ち物：エプロン、三角巾、マスク、タオル、室内履き、筆記用具

☎食育クッキング「夏野菜をおいしく食べよう」

▶日時：8月19日(火)10:00～13:00

▶対象：市内在住の方24人

▶申込み：電子申請(HP8628)、電話

☎ヘルスメイトの料理教室「カルシウムのとれる料理を作ろう」

▶日時：8月27日(水)10:00～13:00

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

☎越谷レイクタウン献血ルーム☎987-3737(9:30～18:00)、HP8030

▶会場：保健センター、桜井地区センター、蒲生地区センター

▶対象：市内在住の方各会場16人

▶申込み：電子申請(HP8630)、電話

☎ヘルスメイトの男性クッキング！

▶日時：9月10日(水)10:00～13:00

▶対象：市内在住の男性24人

▶申込み：電子申請(HP8630)、電話

☎コバトン市民健康教室(全8回)

▶日時・内容：下表のとおり

日時	内容
8月28日(木)10:00～12:00	開講式、身体測定、保健師「越谷市の健康づくり」
9月4日(木)10:00～12:00	大学教授「こまめに身体を動かそう」
9月12日(金)10:00～12:00	保健師「ハッポちゃん体操」「健康マイスターになろう」
9月17日(水)10:00～12:00	医師「10年後の血管をまもるために」
9月25日(水)13:30～15:00	歯科医師「歯とお口の健康づくり」
10月3日(金)10:00～12:00	調理実習「ヘルスメイトを体験してみよう」
10月10日(金)10:00～12:00	栄養士「毎日の食事で健康に」
10月16日(木)10:00～12:00	身体測定、保健師「こころの健康づくり」、閉講式

▶対象：市内在住の方30人

▶費用：500円(10月3日(金)のみ)

▶申込み：電子申請(HP8632)、電話

☎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：9月4日(木)・11日(木)・18日(木)・10月23日(木)9:45～11:45

▶会場：中央市民会館5階第4～6会議室

▶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、運動などを通じてフレイル予防のポイントについて学びます

▶対象：市内在住で運動制限のない65歳以上の方15人(先着)

▶持ち物：運動靴、飲み物、タオル、マスク、筆記用具。運動のできる服を着用

▶申込み：8月8日(金)から。電子申請、電話

☎地域包括ケア課☎963-9163、HP80889

65歳からのいきいき元気教室

▶日時：9月26日～11月7日の毎週金曜日13:30～15:00(10月31日を除く)

▶会場：出羽地区センター

▶内容：健康チェック、簡単な運動

▶対象：市内在住で毎回参加できる、運動の習慣や制限のない65歳以上の方30人

▶持ち物：筆記用具、室内履き、飲み物、タオル。運動のできる服を着用

▶申込み：▶電子申請…9月8日(月)～15日(祝)▶電話(空きがある場合のみ)…9月18日(木)～22日(月)

☎スポーツ振興課☎963-9284、HP104709



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
インターネットでも検索できます

全国の医療機関や薬局を検索

●医療情報ネット(ナビイ)
インターネットでも検索できます