

## 健康コーナー

地域保健課  
 ☎21-5354



保健センターの保健事業 12月10日(水)～1月9日(金)の保健事業（12月1日～9日は広報くき11月号に掲載）

| 種別                              | 日程                                        | 場所       | 対象者                                    |
|---------------------------------|-------------------------------------------|----------|----------------------------------------|
| 成人健康相談<br>【要予約】                 | 毎週月～金曜日（祝日を除く）                            | 中央保健センター | 市内在住者                                  |
| 食生活相談<br>【要予約】                  | 毎週月～金曜日（祝日を除く）                            | 中央保健センター | 市内在住者                                  |
| 精神保健福祉士・保健師による<br>こころの健康相談【要予約】 | 12/23(火)<br>13:30～15:30<br>※精神保健福祉士による相談日 | 中央保健センター | 意欲の低下や<br>ひきこもり傾向にある方等<br>※家族などからの相談も可 |

## ……急な病気やけがのとき……

お医者さんに行くか  
 迷ったらまず相談！



### 休日診療のお知らせ

市では、休日に緊急に治療が必要な方のため、次のとおり診療体制を整備しています。  
 ※診療を希望する方は必ず事前に電話をしてください。

#### 内科

| 日程                                                    | 時間         | 医療機関                |
|-------------------------------------------------------|------------|---------------------|
| 12/7(日)・14(日)・21(日)・28(日)・31(水)・1/1(祝)・2(金)・3(土)・4(日) | 9:00～12:00 | 新久喜総合病院<br>☎26-0033 |

#### 小児科

| 日程                               | 時間                                   | 医療機関                        |
|----------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|
| 12/7(日)・14(日)・21(日)・28(日)・1/4(日) | 9:00～12:00<br>(予約受付時間<br>8:00～11:30) | 扶顛堂たかぎ<br>クリニック<br>☎21-0124 |
| 12/31(水)・1/1(祝)・2(金)・3(土)        | 9:00～12:00                           | 土屋小児病院<br>☎21-0766          |

休日診療では、軽度の救急患者への応急的な診療を行っています。かかりつけ医のある方は、受診後に治療の内容や処方薬などを医師に伝えてください。また、救急車による搬送の対応を行っている医療機関もありますので、できるだけ診療時間内にかかりつけ医を受診するなど、適切な受診にご協力ください。



### 電話相談・案内

#### ●埼玉県救急電話相談 #7119（24時間対応）

※ダイヤル回線・IP電話などからは ☎048-824-4199  
 ガイダンスに応じて、下記3つの窓口から選択してください。  
 1 小児救急相談 2 大人の救急相談 3 医療機関案内

#### ●小児救急電話相談 #8000（24時間対応）

※ダイヤル回線・IP電話などからは ☎048-833-7911

#### ●精神科救急電話 ☎048-723-8699

※非通知設定はつながりません。  
 夜間・休日の緊急的な精神医療相談・医療機関案内です。  
 月～金曜日…17時～翌朝8時30分  
 土・日曜日、祝日…8時30分～翌朝8時30分

日曜・休日の昼間に耳鼻咽喉科の救急診療を実施しています

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0703/jibika.html>

#### 埼玉県 AI救急相談

#### 検索

チャット形式で症状を入力すると、  
 緊急度の判定やアドバイスが得られます。  
 (ブックマーク登録しましょう)



### 簡単ヘルシーワンプレートお正月料理

日 12月19日(金) 10時～13時  
 場 中央保健センター  
 内 調理実習、試食  
 講 久喜市食生活改善推進員協議会  
 (久喜支部)  
 対 市内在住者 定 24人 (申込順)  
 費 800円 (材料費) 持 エプロン、三角巾、筆記用具  
 申問 12月2日(火)～16日(火)に、電子申請・直接・電話で、  
 地域保健課へ



### 気づいて欲しい！女性のための健康講座

#### ◆Part 1 ～心身の不調？

見逃されやすい“その不調”の  
 正体を知っていますか？～

日 1月30日(金) 19時～20時  
 場 オンライン配信 (Zoom)  
 内 女性ホルモンと甲状腺ホルモンについての講話  
 講 柴山雅行さん (山内クリニック院長)  
 対 市内在住者 定 500人 (申込順)  
 申問 12月16日(火)～1月30日(金)に、下記2次元コードから、  
 要事前登録



#### ◆Part 2 ～「60分で学べる乳がん予防」と「7秒間エクササイズ」～

日 2月6日(金) 13時30分～15時50分  
 場 中央保健センター  
 内 乳がん予防についての講話とシェイプアップ効果のある運動  
 講 上代美志さん (第一生命経済研究所保健師)  
 対 市内在住で、運動制限がなく、関節などに痛みがない方  
 定 40人 (申込順) 持 室内用の運動靴、筆記用具  
 申問 12月16日(火)～2月4日(水)に、電子申請・直接・電話で  
 地域保健課へ



※コバトンALKOOマイレージ  
 ポイント対象



## 愛の献血にご協力を

日 1月8日(水) 10時～11時45分、  
 13時～16時 場 市役所 本庁舎 ロビー  
 問 健康医療課地域医療係 (内線3426)



## ノロウイルス 食中毒に注意！

ノロウイルスによる食中毒は  
 冬季に流行し、嘔吐・下痢などを  
 引き起こします。食品や人の手  
 を介して感染するため、食品の  
 十分な加熱やこまめな手洗いで  
 予防しましょう。

特に、石けんによる手洗いを  
 2回行う「2度洗い」が効果的  
 です。また、消毒する際は熱湯  
 や薄めた次亜塩素酸ナトリウム  
 を利用しましょう。

問 幸手保健所 ☎42-1101



十分な加熱



こまめな手洗い

組合員の皆様へ

**「JAアグリホールくき」**では  
ご葬儀のすべてを真心こめて  
お手伝いさせていただきます。あなたの想い…  
いつでも私たちに相談ください。

**アグリ倶楽部**  
会員募集中!!

【加入申込金】  
**1,000円**で大きな特典。  
ご入会・お問い合わせはJAアグリホールまで。

地域密着のJAでは  
明瞭・安心・低価格で  
ご葬儀を提供して  
おります。

**JA南彩**(久喜・菖蒲地区) **JA埼玉みずほ**(栗橋・鷲宮地区)

**24時間対応 安置室完備**

**JA葬祭総合センター** 加須市志多見1700-1  
[www.jasousai-musashinomura.jp/](http://www.jasousai-musashinomura.jp/)

**0120-412-398**

久喜市菖蒲町菖蒲1603-1  
TEL.0480-85-9900

ご契約数  
207組様  
2025年9月末時点  
おかげさまで

**永代供養墓・樹木葬**

年間管理費**0円**

永代供養墓  
合祀1名様 **11万円**～  
※初回費用に永代供養料・管理費(全期間)含む

生前にお墓を考える方、  
増えます！

栗橋駅  
徒歩12分 《深廣寺》久喜市栗橋東3-7-24

永代供養墓販売事務局 (通話料無料／受付9:00-18:00)

**エ・タイ 0120-19-9402**

詳しくは  
HPから

広告