

健康コーナー

地域保健課
☎21-5354



保健センターの保健事業 10月10日(土)～11月9日(月)の保健事業(10月1日～9日は広報き9月号に掲載)

種別	日程	場所	対象者
成人健康相談 【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 【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 こころの健康相談【要予約】	10/27(火) 13:30～15:30 ※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 ひきこもり傾向にある方等 ※家族などからの相談も可
不登校・ひきこもり 家族のつらい	10/19(月)、11/9(月) 14時～16時 ※10/19日は臨床心理士同席	中央保健センター	登校拒否・不登校・ひきこもりで 悩んでいる家族

・・・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
10/4(日)・11(日)・12(祝)・ 18(日)・25(日)、11/1(日)・ 3(祝)・8(日)	9:00～12:00	新久喜総合病院 ☎26-0033

小児科

日程	時間	医療機関
10/4(日)・11(日)・18(日)・ 25(日)、11/1(日)・8(日)	9:00～12:00 (予約受付時間 8:00～11:30)	扶願堂たがき クリニック ☎21-0124
10/12(祝)、11/3(祝)	9:00～12:00	土屋小児病院 ☎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)



こころの健康講座

日 10月21日(水) 13時30分～15時/受付13時

場 中央保健センター

手話通訳 あり(希望者は申込時にお伝えください)

内 簡単に物事の見方を変えるコツやイライラ・クヨクヨした時の気持ちの切り替え方などをお伝えします。

講 本多哲也さん(臨床心理士)

対 市内在住者 定 30人(申込順)

申 10月7日(水)～19日(月)に、電子申請・

直接・FAX・メール・電話で、地域保

健課(☎21-5392/✉chiikihoken@

city.kuki.lg.jp)へ



特定健康診査を 受診しましょう

メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防には、
定期的な健診の受診が有効です。11月以降は医療機関
が混雑しますので、早めに受診しましょう。
詳細は市ホームページをご覧ください。

日 12月末まで

場 40～74歳の久喜市国民健康保険に加入している方

内 国民健康保険課国保管理係

(内線3442)

対象者には5月下旬以降、
緑色の封筒を送付しています。



10月はピンクリボン月間です

日本人女性の9人に1人が乳がんにかかると言われて
います。40歳から60歳代での罹患患者数が多くなり
ますが、早期発見と適切な治療により、完治・生存率
を高められます。2年に1回は定期的に検診を受けま
しょう。まだ受診していない方は、この機会にぜひご
予約ください。日頃からの「プレスト・ア
ウェアネス(乳房を意識する生活習慣)」
も重要です。



大人の体力測定・運動講座 今日から始める私のカラダづくり

日程	時間	内容
① 10/30(金)	14:00～16:00	体力測定・AI姿勢分析
② 11/13(金)	10:00～11:30	初心者向け運動講座
③ 11/30(月)	10:00～11:30	中級者向け運動講座

場 桜田コミュニティセンター

※②③に参加された方にはトレーニングボールをプレゼント

講 西沢敬二さん(シンコースポーツ(株)運動指導士)、

AYANAさん(トレーニング指導士)

対 市内在住者 定 各30人(申込順) 持 動きやすい服装

申 10月7日(水)から、電子申請・直接・電話で、地域保

健課へ



骨粗しょう症予防講座 カルシウムがとれる食品を使って料理しよう

日 11月19日(木) 10時～13時

場 中央保健センター 内 調理実習および試食

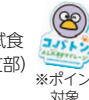
講 久喜市食生活改善推進員協議会(久喜支部)

定 24人(申込順) 対 市内在住者

持 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具

申 10月30日(金)～11月17日(火)までに、

電子申請・直接・電話で、地域保健課へ



栄養バランス食講座

～主食・主菜・副菜を組み合わせ、バランスよく食べましょう～

日 10月29日(木) 10時～13時

場 森下コミュニティセンター

内 調理実習および試食

講 久喜市食生活改善推進員協議会(菖蒲支部)

対 市内在住者 定 15人(申込順)

持 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具

申 10月8日(水)～26日(月)までに、電子申

請・直接・電話で、地域保健課へ



広告

インター
ネットも!

でんきも!

防犯
カメラも!

家じゅう
まるごと

ケーブルテレビがおトク!

お申し込みは
コチラ!

ケーブルテレビ久喜 ▶ ☎ 0120-25-1819 埼玉県久喜市栗橋東4-20-7

広告

羽生霊園
～おかげさまで18周年～

ご成約
4500件
募じまい
対応

宗教・宗派自由
年中無休

テレビにも取り上げられる話題の霊園。
緑に包まれた、やすらぎの空間。グリーングレース
「樹木葬」好評受付中!
納骨代 38,2万円
管理費 生計費 無料 受付

久喜市近隣の皆様に330件超ご使用頂いております。
個別墓も永代供養付の安心
総額20万円の永代供養墓も(管理費無料)

セントグレースガーデン 羽生霊地公園 ☎0120-100-138