

新型コロナウイルスの影響により、イベント等が中止になる場合があります。市ホームページまたは各問合せ先で確認してください。また、イベント等参加の際は、マスクの着用・検温にご協力をお願いします。

健康コーナー

中央保健センター ☎21-5354 菅蒲保健センター ☎85-7021
栗橋保健センター ☎52-5577 鷲宮保健センター ☎58-8521

保健センターの保健事業 6月10日(金)～7月9日(土)の保健事業(6月1日～9日は広報くき5月号に掲載)

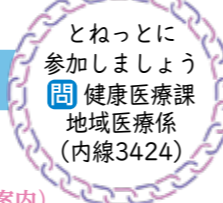
種別	日程	場所	対象者等
成人健康相談 【要予約】	毎週月～金曜日(祝日を除く) 9:00～16:00	各保健センター	市内在住者
食生活相談 【要予約】	毎週月～金曜日(祝日を除く) 9:00～16:00	中央保健センター	市内在住者
精神保健福祉士による こころの健康相談 【要予約】	6/24(金) 13:30～15:30	中央保健センター	意欲の低下や ひきこもり傾向にある方等 ※家族などからの相談も可
不登校・ひきこもり 家族のつどい	6/13(月) 14:00～16:00	中央公民館 ※6月は臨床心理士が同席します。	登校拒否・不登校・ひきこ もりで悩んでいる家族

6月20日(月)～7月19日(火)は「ダメ。ゼッタイ。」普及運動実施期間です

大麻・覚醒剤・麻薬・危険ドラッグなどの薬物乱用は、自分の人生だけでなく、家族や友人の人生までも狂わせてしまいます。県では、「彩の国さいたま『ダメ。ゼッタイ。』普及運動」として薬物乱用防止を呼び掛ける街頭キャンペーンおよび薬物乱用防止を目的とする国連支援募金活動を実施します。正しい知識を身につけ、薬物乱用を根絶しましょう。薬物でお困りの方は、ご相談ください。
問 幸手保健所 ☎42-1101

健康長寿歯科健診

疾病の予防や健康増進のため、ぜひ受診してください。
日 7月1日～令和5年1月31日
対 令和3年度中に75歳または80歳になられた後期高齢者医療被保険者
※詳細は、6月下旬に対象者へ送付する受診案内をご覧ください。
問 埼玉県後期高齢者医療広域連合 ☎048-833-3130



急な病気やけがのとき

休日診療のお知らせ

休日夜間急患診療所は、新型コロナウイルス感染症の影響により休診しています。休診中における休日診療については下記のとおりです。
※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
6/5(日)・12(日)・19(日)・26(日)・7/3(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
6/5(日)・12(日)・19(日)・26(日)・7/3(日)	9:00～12:00 (最終受付11:30)	扶願堂たかぎクリニック ☎21-0124

電話相談・案内

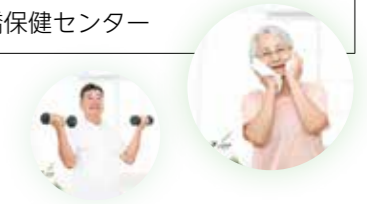
- 埼玉県救急医療情報センター(医療機関案内) ☎048-824-4199 (24時間対応)
☞ 歯科・精神科案内と医療相談は除く
- 救急電話相談(24時間対応)
① 大人と小児を対象とする全国共通救急電話相談 #7119
※ダイヤル回線・IP電話、PHSは ☎048-824-4199
② 小児救急電話相談 #8000 (☎048-833-7911)
- 埼玉県精神科救急情報センター(緊急的な精神科医療相談・医療機関案内) ☎048-723-8699
受付時間 月～金曜日…17時～翌朝8時30分
土・日曜日、祝日…8時30分～翌朝8時30分

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。

始めよう！シニア世代の体づくり

場所	毎日興業アリーナ久喜 (第1体育館) 多目的ホール	栗橋保健センター
日時	6/20、7/4・11・25、8/1・8 各月曜日 13:30～15:00 全6回	6/21・28、7/12・26、8/9・19 各火曜日 (8/19のみ金曜日) 10:00～11:30 全6回
定員(申込順)	25人	25人
申込み	中央保健センター	栗橋保健センター

対 60歳～74歳の市内在住者(運動制限がなく関節等に痛みのない方)で、運動経験がない、または体力に自信のない方 ※全6回参加できる方
持 タオル、室内用運動靴(栗橋保健センターは不要)
申問 6月10日(金)から、直接または電話で各保健センターへ



健康診査・がん検診等のお知らせ

過度な受診控えは、健康上のリスクを高めてしまう恐れがあります。コロナ禍でも健(検)診を受診しましょう。

● **がん検診・生活保護受給者等の健康診査**
がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス・乳がん・子宮頸がん)、生活保護受給者等の健康診査を次のとおり実施します。
がん検診は、集団検診と個別検診の重複受診はできないため、どちらか一方をお選びください。

	がん検診 ※対象者に個別通知を郵送	生活保護受給者等の健康診査
対象	各検診によって異なります。	40歳以上で、生活保護受給者または中国残留邦人等
実施期間	個別がん検診(6月1日～令和5年2月28日) 集団がん検診(6月4日予約受付開始)	6月1日～11月30日
費用	各検診によって異なります。	無料

※生活保護受給者等の健康診査の対象となる方は、保健センター窓口で「健康診査受診票」を受け取り、指定医療機関へ予約し受診してください。

＜**がん検診の費用が免除になる方**＞
久喜市国民健康保険の被保険者、埼玉県後期高齢者医療の被保険者、70～74歳の高齢受給者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の方、重度心身障害者医療費受給者
問 各保健センター

● **特定健康診査・後期高齢者健康診査**
対象者には、5月下旬に受診券および案内通知を郵送しますので、案内通知に記載のある指定医療機関で受診してください。

	特定健康診査	後期高齢者健康診査
対象	久喜市国民健康保険に加入している40～74歳の方	市内在住の埼玉県後期高齢者医療制度に加入している方
実施期間	6月1日～12月末(指定医療機関の休診日は除く)	
実施場所	久喜市・蓮田市・白岡市・宮代町の指定医療機関	
費用	無料	

※感染症等の状況により、実施期間や医療機関の受入れ体制が変更になる場合がありますので、事前に医療機関にご確認の上、受診してください。
※職場やかかりつけ医等で健康診断を受診し、特定健康診査を受診しない方は、受診券と健診結果の写しを国民健康保険課または各総合支所市民係(総合窓口)へご提出ください。
問 国民健康保険課国保管理係(内線3442) / 各総合支所市民係(総合窓口) (菅 120 / 栗 214 / 鷲 127)

6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です

「食育」とは、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てることです。新型コロナウイルス感染症予防のためにも、規則正しく、栄養バランスの良い食事をして、免疫力を保つことが大切です。

- ① **栄養バランスの良い食事をとりましょう**
主食(ご飯、パン、麺類など)・主菜(肉類、魚類、卵、大豆製品など)・副菜(野菜類、きのこ類、海藻類など)がそろった食事をすることは、生活習慣病の予防・改善や長寿にもつながります。
- ② **食の乱れをなくしましょう**
偏食や欠食などの食生活の乱れは、肥満や痩身だけでなく、体力低下や集中力低下にも関係しています。生涯、健康を保つためにあなたとご家族の食生活を見直してみませんか。