

健康コーナー

地域保健課
中央保健センター ☎21-5354
栗橋保健センター ☎52-5577

保健センターの保健事業 6月10日(月)～7月9日(火)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
成人健康相談【要予約】	毎週月～金曜日(祝日を除く)	中央・栗橋保健センター	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
精神保健福祉士による こころの健康相談【要予約】	6/26(水) 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	6/10(月) 14:00～16:00	久喜中央 コミュニティセンター	登校拒否・不登校・ひきこもりで悩んでいる家族

骨の健康チェック

- 日** 6月25日(火) 10時、10時30分、11時、11時30分、13時30分、14時、14時30分、15時
- 場** 菅蒲保健センター
- 内** 超音波法による骨密度測定など ※かかとで測定します。着脱しやすい靴下等でお越しください。
- 対** 20歳以上の市内在住者 ※骨粗しょう症と診断されている方、治療中の方はご遠慮ください。
- 定** 各15人(申込順)
- 申問** 6月12日(水)から、直接または電話で、地域保健課(中央保健センター)へ

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。

日程	時間	医療機関
6/2(日)・9(日)・16(日)・23(日)・30(日)	9:00～12:00	新久喜総合病院 ☎26-0033
6/2(日)・16(日)・30(日)	9:00～12:00 (予約受付時間 8:00～11:30)	扶願堂たかぎクリニック ☎21-0124
6/9(日)・23(日)	9:00～12:00	土屋小児病院 ☎21-0766

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。



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。

がん検診・健康診査のお知らせ

●がん検診

対象者には5月下旬に案内通知を郵送しています。集団検診と個別検診のどちらか一方をお選びください。集団検診はインターネット予約が利用できます。

- 日** 個別検診…6月1日～令和7年2月28日
- 日** 集団検診…6月9日予約受付開始

対費 各検診により異なる
問 地域保健課(中央・栗橋保健センター)

●生活保護受給者等の健康診査

- 日** 6月1日～11月30日
- 対** 40歳以上で、生活保護受給者または中国残留邦人等
- 費** 無料

※対象となる方は、保健センター窓口(中央・栗橋)にて「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。

問 地域保健課(中央・栗橋保健センター)

健康長寿歯科健診

疾病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7年1月31日
- 対** 令和5年度中に75歳または80歳になった後期高齢者医療被保険者

※詳細は6月下旬に送付する受診案内をご覧ください。

問 健康長寿歯科健診コールセンター ☎0120-981-199 / ☎info2024@shikakenshin-saitama.com

健康のための料理講座

※コバトンALKOマイレージ スマホポイント対象

◆生活習慣病予防講座

塩分控えめでもおいしい料理を作ってみよう!

- 日** 6月20日(木) 10時～13時頃
- 場** 中央保健センター
- 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)

申問 6月12日(水)～18日(火)に、電子申請・直接・電話で、地域保健課(中央保健センター)へ

【共通】 **対** 市内在住者 **内** 調理実習および試食 **持** エプロン、三角巾、ふきん2枚、筆記用具

◆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** 7月10日(水) 10時～13時
- 場** 栗橋保健センター
- 講** 久喜市食生活改善推進員協議会(栗橋支部) **定** 20人(申込順)

申問 6月19日(水)～7月5日(金)に、電子申請・直接・電話で、地域保健課(栗橋保健センター)へ

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むことです。さまざまな病気を予防するためにも、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

偏食や欠食など食生活の乱れは、肥満や「やせ」だけでなく、体力や集中力の低下にも関係します。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。

羽生霊園 バラの香りひろがるガーデニング霊園
～おかげさまで16周年～

ご成約 3850件 業じまい 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。
緑に抱かれた、やすらぎの空間、グリーン・グレース
「樹木葬」好評受付中!
まずはご相談を。
バラに囲まれたガーデニング区画からお選びできます。

総額税込 38.2万円
管理費 無料 生前登録 受付

久喜市近隣の皆様に300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)

イベント情報、個別トーク質問対応いたします。
すべての公式SNSはこちら

セントグレースガーデン 羽生聖地公園 ☎0120-100-138 〒348-0006 埼玉県羽生市下村君2600-1
お電話にお電話下さい。[営業時間 9:00～17:00 年中無休]