

# 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

※4月から、菅蒲・鷲宮保健センターは、保健事業実施日を除いて職員が不在となりますので、ご注意ください。

保健センターの保健事業 3月10日(日)～4月9日(火)の保健事業 (3月1日～9日は広報くき2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)	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)	中央保健センター	市内在住者
不登校・ひきこもり 家族のつどい	3/11(月)、4/8(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

## 3月1日～8日は女性の健康週間です

女性は、ホルモンの変動や結婚・出産・育児などのライフイベントによって、心身の状態や生活環境が大きく変化します。

厚生労働省が運用する女性の健康推進室「ヘルスケアラボ」では、ライフステージ別の健康ガイドや病気セルフチェック等、女性の健康を包括的に支援するための情報発信を行っています。女性の健康について自身やご家族で情報共有してみませんか。



## ・・・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
3/3(日)・10(日)・17(日)・20(祝)・24(日)・31(日)、4/7(日)	9:00～12:00	新久喜総合病院 ☎26-0033
3/3(日)・10(日)・17(日)・24(日)・31(日)、4/7(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
3/20(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 ガイドンスに応じて、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
- 埼玉県コロナ総合相談センター ☎0570-783-770 (24時間対応)  
 ※受診を迷う場合、受診先の確認 ※聴覚障がいのある方は ☎050-8887-9553

## 互いに支えるいのちを支える

3月は『自殺対策強化月間』

家族や友人、同僚、そしてあなた自身の体調や発言、行動の変化に敏感になり、こころの悩みやさまざまな問題を抱えている周りの人や自分に、目を向けてみましょう。  
 健康医療課健康企画係 (内線3422)

### あなたが誰かにできること

- 家族や仲間の変化に気づいたら、声をかけましょう。
- 本人の気持ちを尊重し、耳を傾けてください。
- 早めに公的相談機関や医療関係等の専門家に相談するよう促し、相談窓口につなげましょう。
- 温かく寄り添いながら見守りましょう。あせってはいけません。



### 自分のためにできること

- 自分の変化にも目を向けて、不安や生きづらさを抱えていたら、その悩みを誰かに話してみましょう。
- ひとりで悩まないでください。



### 相談窓口

#### 保健師による心や身体の健康相談 (要予約)

各保健センターで実施しています。平日8時30分～17時15分 ※祝日、年末年始を除く

#### まもろうよ ところ

(困ったときの相談方法・窓口)



<以下いずれも24時間・365日受付>

埼玉いのちの電話 ☎048-645-4343

(苦しみや悩みに関する相談)

よりそいホットライン ☎0120-279-338

※FAX (☎0120-773-776)、チャットやSNSによる相談にも対応

子供のSOSの相談窓口 ☎0120-0-78310



## あるこう コバトンALKOOマイレージ 新規登録キャンペーン開催中

3月24日(日)までに新規登録した方の中から、抽選で3,310名様にデジタルギフト商品プレゼント、登録者全員に30,000ポイントを付与します。この機会にぜひご登録ください。登録方法は、コバトンALKOOマイレージのポータルサイトをご覧ください。



コバトンALKOOマイレージコールセンター ☎0570-015-566

## 予防接種の期限は3月31日(日)です

- 【麻しん風しん混合予防接種第2期】 費 無料  
 対 平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれの方
  - 【高齢者肺炎球菌定期予防接種】 費 3,000円  
 対 久喜市に住民登録があり、初めて23価肺炎球菌ワクチン予防接種を希望する、以下に該当する方  
 ・令和6年3月31日現在で、年齢が65・70・75・80・85・90・95・100歳の方  
 ・接種日に60歳～64歳で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある方 (身体障害者手帳1級相当)  
 ※接種期限が迫ると混み合う恐れがありますので、お早め実施医療機関にご予約ください。
- お住まいの地区の保健センター

ガス給湯器 石油給湯器 エコキュート 便器・ウォシュレット 修理点検 取替工事 ホームページ https://www.234126.jp 水栓・シャワー 洗面化粧台 システムキッチン

久喜市北青柳1236-1 建設業許可(般-5)第62310号 定休日 日曜、祝日、第2・4土曜

株式会社 カキヌマ 水道、下水道、久喜市指定工事店 0480(23)4126

解体料金損していませんか? ぜひ他社の金額と比較してみてください!! ★庭木の伐採!本～承ります ★外構工事

建物解体のことなら我らにおまかせ!

株式会社 山中商店 見積無料 0120-06-1107

うちの子「結婚」しないのかしら? 独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。まずはお気軽に仲人にご相談下さい

048-640-1001 結婚相談所 ムスベル さいたま市大宮区下町1-6-2TS-1ビル7階