

上手な医療のかかり方 3つのポイント

- ①気軽に相談できる「かかりつけ医」を持ちましょう
かかりつけ医とは、身近にいて病気の初期治療や健康相談ができる医師のことです。自宅や職場の近くにかかりつけ医を持ちましょう。
- ②夜間・休日の救急病院の「適正な受診」を心がけましょう
夜間や休日の救急病院は、緊急の患者さんのためにあり、医療スタッフは少人数で対応しています。
出来るだけ通常の診療時間内の受診にご協力ください。
- ③病院へ行く？救急車を呼ぶ？迷ったら「#7119」に電話しましょう
埼玉県の救急電話相談「#7119」は、大人や子どもの症状について24時間いつでも相談できます。
救急車や病院へ行くタイミング、家庭での対処方法についてアドバイスをもらい、判断の参考にしましょう。

7月1日受付開始
予約不要の
夜間オンライン診療窓口を
開設しました！

自宅からテレビ電話で医師による診療を受けることができます。
大人だけでなく、子どもの症状にも対応していますので、夜間の急な体調不良の際にご利用ください。
詳しくは市庁をご覧ください。



●秩父郡市医師会

【休日急患対応】

秩父郡市医師会休日診療所

【診療時間：9時～17時】 必ず電話で確認の上受診してください。	
7月13日	休日診療所（内・小） 熊木町 ☎23-8561
20日	
21日	
27日	
8月3日	
【受付終了時間】 16時30分	
10日	
11日	
17日	

在宅当番医療機関

【診療時間：9時～18時】 必ず電話で確認の上受診してください。			
7月13日	小鹿野中央病院(内)	小鹿野町	☎75-2332
20日	荒船医院(内)	横瀬町	☎24-0160
21日	秩父生協病院(内)	阿保町	☎23-1300
27日	小鹿野中央病院(内)	小鹿野町	☎75-2332
8月3日	大谷津医院(内・小)	阿保町	☎22-6329
10日	小鹿野中央病院(内)	小鹿野町	☎75-2332
11日	石塚クリニック(内・呼)	大野原	☎22-6122
17日	健生堂医院(内・外)	東町	☎22-0270

夜間・休日救急対応

18時以降は必ず電話で確認の上受診してください。
夜間・休日は重症救急患者優先のため、
軽症と思われる場合には、お待ちいただくことがあります。

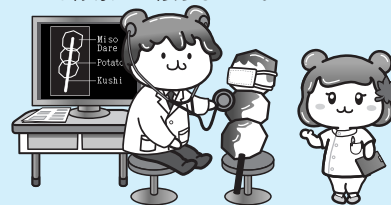
月曜	皆野病院	皆野町	☎62-6300
火曜	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611
水曜	皆野病院	皆野町	☎62-6300
木曜	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611
金曜	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611
土曜	皆野病院	皆野町	☎62-6300
日曜	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611

平日夜間小児初期急患対応

【診療時間：19時30分～22時】祝日は行いません
必ず電話で確認の上受診してください。

月曜	あらいクリニック	本町	☎25-2711
火曜	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611
水曜	皆野病院	皆野町	☎62-6300
木曜	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611
金曜	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611

※必ずしも小児科専門医による診察とは限りません。



- ※日曜・祝日は【診療時間：8時30分～翌日8時30分】になります。
- ※平日、休日の救急医療体制については秩父郡市医師会の☎でもご確認いただけます。
- ※医療機関の都合で変更になることがあります。秩父消防本部（☎21-0119）にご確認ください。

●秩父郡市歯科医師会

【初期救急医療】応急処置

当番歯科医療機関

【診療時間：10時～13時】 必ず電話で確認の上受診してください。		
7月21日	平沼歯科医院	上町 ☎22-0790
8月11日	皆野歯科医院	皆野町 ☎62-3597

※診療費用は通常の保険診療扱いとなるため、保険証をご持参ください。

埼玉県精神科救急情報センター

夜間・休日において、精神疾患を有する方やその家族などから緊急的な精神医療相談を電話で受け付けます。

電話番号 048-723-8699
(ハローキューキュー)

※発信番号を通知して電話してください。

受付時間 平日(月～金曜)：17時～翌8時30分

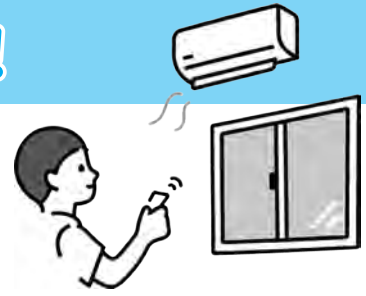
休日(土曜・日曜・祝日)：8時30分～翌8時30分

※平日(月～金曜、祝日を除く)8時30分～17時までのご相談は
秩父保健所(0494-22-3824)にご連絡ください。

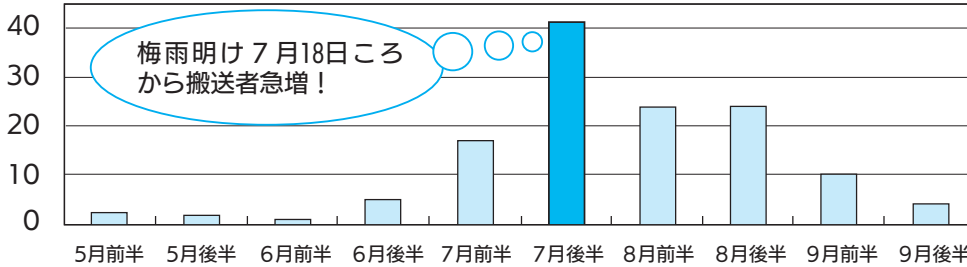
ほけんセンターだより

梅雨明け直後は熱中症にご注意を！

梅雨明け直後は急に暑くなり、暑さに慣れていないことから熱中症発症のリスクが高く、警戒が必要です。加えて長雨により湿度も高く、汗が蒸発しづらくなるため、熱が体内にこもりがちになります。



令和6年 秩父地域の熱中症救急搬送者数（人）



梅雨明け“前”に汗をかいて暑熱順化を

梅雨明け“後”にも有効な対策

ウォーキング
30分

ジョギング
15分

入浴

エアコン
の使用

のどが渴いて
いなくても
水分補給

予防接種のお知らせ

夏休みを利用して計画的に 予防接種を受けましょう！

定期予防接種は対象期間内であれば無料で接種することができます。

夏を過ぎると行事が増えたり感染症の流行等で接種の機会を逃しがちになります。母子健康手帳を確認し、受けていない予防接種がある場合は、夏休みを利用して早めに接種しましょう。

带状疱疹ワクチン任意予防接種費用助成を終了します

詳細は7月市報と一緒に全戸配布したチラシおよび市HPをご覧ください。



にこにこ子育て応援コラム



乳児との非言語コミュニケーション

乳児がコミュニケーション体験を積み遊び方や関わり方は、乳児が受け取りやすく真似しやすいものがよいです。ただし、遊ぶときのポイントがあります。

～乳児と遊ぶときのポイント～

- ①乳児も関わりたい気持ちがあること
乳児の気持ちは視線で判断します
- ②乳児が受け取れる速さと内容で関わること
- ③乳児が応答する間、待つこと



これらのポイントを守ると遊びが非言語的コミュニケーションとなり、乳児の発達や親子関係の形成が促進されます。

また、乳児と会話をするときは、乳児の顔から40～50cmほど離れ、心地よい距離を保ちましょう。心地よければ、双方向のやりとりになりますし、情緒が満たされ思わず笑顔になります。

Information

詳細はこちら

健康
カレンダー



秩父市
HP



ママ、パパ応援

子育て支援アプリ
ちちぶっこ



献血



とき

8月12日(火) 9:30～11:30
12:45～16:00

ところ（主催団体）

秩父市歴史文化伝承館
(秩父市献血推進協議会)

※変更もありますので事前に確認をお願いします。

秩父保健センター ☎22-0648 吉田保健センター ☎77-1112
大滝保健センター ☎55-0102 荒川保健センター ☎54-2231



7・8 月の無料相談室

！都合により中止となる場合があります

市民生活課の無料相談 ☎26-1133(消費生活(多重債務)は☎25-5200)

相談名	とき・ところ	相談名	とき・ところ
消費生活(多重債務)	月～金曜 9時～12時・13時～16時 秩父市役所	行政手続	8月12日(火) 13時～15時
法律	8月5日(火)・21日(木) 10時～15時 秩父市役所	登記	7月16日(火)、8月20日(火) 13時～15時
	※☎で要予約 7月22日(火)9時から受付、各日先着10人	税務	8月4日(月) 10時～12時
人権	毎月第2・4水曜 13時～16時 秩父市役所	労働・年金	7月11日(金)、8月8日(金) 13時～15時
	7月16日(火) 13時～16時 吉田総合支所	女性	7月22日(火)、8月26日(火) 13時～15時
	8月20日(火) 13時～16時 大滝総合支所	DVについて	月～金曜 8時30分～17時15分 ※吉田・大滝・荒川総合支所市民福祉課でも実施
行政 ※時間は いずれも 13時～15時	7月28日(月)、8月18日(月) 秩父市役所	不動産	7月25日(金)、8月22日(金) 10時～12時・13時～15時 ※☎または秩父支部☎から要予約☎24-1774埼玉県 宅建協会秩父支部
	8月4日(月) 吉田総合支所(振興会館)	建築	7月18日(金) 10時～12時※☎等で要予約 ☎080-5418-2408埼玉県建築士事務所協会秩父支部事務局へ
	7月28日(月)、8月25日(月) 大滝総合支所		
8月18日(月) 荒川総合支所			
市民	毎月第2・4木曜 13時～16時 秩父市役所		

※相談日が祝日の場合はお休みです。

相談名	相談日・内容・問い合わせ	相談名	相談日・内容・問い合わせ
子育て	月～金曜 9時～16時 秩父市子育て支援センター(下郷児童館1階)☎24-1712	人権	月～金曜 8時30分～17時15分 さいたま地方法務局秩父支局☎22-0827
子どもについての心配ごと	月～金曜 8時30分～17時15分 家庭児童相談室(子育て支援課)下郷児童館2階☎26-6535	公証相談	月～金曜 9時～17時 秩父公証役場(西武秩父駅前MTビル1階)☎23-3788
生活困窮者への支援について	月～金曜 8時30分～17時15分 社会福祉課☎25-5204 ※吉田・大滝・荒川総合支所市民福祉課でも実施	心配ごと	月～金曜 8時30分～17時15分 秩父市社会福祉協議会☎22-1514
身体障がい者について	月～金曜 9時～17時 フレンドリー(カナの会)☎26-7102 ☎62-5613	内職	月～金曜 9時～16時 場ジョブプラザちちぶ(地場産センター3階)☎24-5222
知的障がい者・障がい児について	月～金曜 9時～17時 フレンドリー(清心会)☎21-7171 ☎24-9963	職業	月～金曜 9時～17時 場ジョブプラザちちぶ産業支援課☎25-5208
精神障がい者について	月～土曜 9時～17時 ※祝日も開催 生活支援センター「アクセス」☎24-1025 ☎24-1026	中小企業向け よろず相談	埼玉県信用保証協会による相談(☎で要予約) 場先端技術推進課☎21-5522
障がい者の就労・生活	月～金曜 9時～17時 秩父障がい者就労支援センター「キャップ」☎21-7171 ☎24-9963	労働相談	月～金曜 9時～17時 (受付:16時30分まで) 埼玉県労働相談センター☎048-830-4522
いじめ・不登校等	月～金曜 9時～12時・13時～17時 教育相談室☎26-6321 ※☎からメール相談可	キャリアコンサルタントによる就職相談	7/16(水)、8/6(水)・20(水) 10時～ 場歴史文館2階談話室 定5人(1人45分、☎で要予約) 埼玉しごとセンター事務局(予約専用受付ダイヤル)☎049-265-5844
ひきこもり 孤独・孤立	月～金曜 8時30分～17時15分 秩父地域居場所づくりサポートセンター☎53-9564 igeuragako@gmail.com	無料相談会 (若者自立就労支援事業)	深谷若者サポートステーション 予約専用受付ダイヤル☎048-577-4727 対就労に不安や悩みを持つ若者(15歳～49歳) ※1人60分、☎で要予約
ひきこもり 専門相談 (公認心理師)	奇数月第1火曜 13時30分～15時30分 秩父保健所☎22-3824	企業・求職者向けセミナーなど	ちちぶ雇用活性化協議会☎26-7691 ※セミナー情報は15ページをご覧ください!
ひきこもり 家族 ミーティング (公認心理師)	奇数月第3火曜 13時30分～15時30分		

※相談日が祝日の場合はお休みです。



〇〇を手話でやってみた!

QRで手話を動画で見られます。

「病院へ行きましょう」



そろえて伸ばした右手の人差し指と中指を、左手首に当てます。



向かい合わせた両手のひらを同時に上げた後、手のひらを下にして中央で付けます。



両手の人差し指を前に向け、左右から引き寄せて中央で合わせ、そのまま前に出します。



くらしのカレンダー

7月の納税

☎納税課 ☎22-2210

納期限

7/31(木)

●固定資産税 第2期

●国民健康保険税 第1期

納期限内の納付にご協力をお願いします。

口座振替をご利用の方は、納期限の日に振り替えますので、預貯金の残高をご確認ください。



日	月	火	水	木	金	土
7/6 休館：大滝	7 秩父 税務相談 吉田 行政相談 休館：秩父 荒川 吉田	8 秩父 行政手続相談 市民会館休館	9 4か月児健康診査 ママサロン・マタニティ教室(皆野町) 秩父 人権相談	10 夜間窓口 3歳児健康診査 秩父 市民相談	11 ママサロン(下郷児童館内) 秩父 労働・年金相談	12 休館：大滝
13 休館：大滝	14 荒川 行政相談 休館：秩父 荒川 吉田	15 荒川 がん検診等 市民会館休館	16 10か月児健康診査 荒川 がん検診等 秩父 登記相談 吉田 人権相談	17 1歳6か月児健康診査 荒川 がん検診等 秩父 法律相談	18 荒川 がん検診等 秩父 建築相談 休館：秩父	19 休館：大滝
20 休館：大滝	21 海の日 休館：荒川 吉田 大滝	22 吉田 がん検診等 秩父 女性相談 休館：秩父 市民会館休館	23 はじめてのカンタン♪離乳食教室 吉田 がん検診等 秩父 人権相談	24 夜間窓口 1歳6か月からのあそびの教室 吉田 がん検診等 秩父 市民相談	25 ママサロン(下郷児童館内) 吉田 がん検診等 秩父 不動産相談	26 休館：大滝
27 最終日曜窓口 休館：大滝	28 秩父 行政相談 大滝 行政相談 休館：秩父 荒川 吉田	29 育児相談 市民会館休館	30	31	8/1 ママサロン(長瀬町)	2 休館：大滝
3 休館：大滝	4 秩父 税務相談 吉田 行政相談 休館：秩父 荒川 吉田	5 秩父 法律相談 市民会館休館	6 4か月児健康診査	7 3歳児健康診査	8 ママサロン(下郷児童館内) 秩父 労働・年金相談	9 休館：大滝
10 休館：大滝	11 山の日 休館：荒川 吉田 大滝	12 影森 がん検診等 秩父 行政手続相談 休館：秩父 市民会館休館	13 ママサロン(小鹿野町) けやき がん検診等 秩父 人権相談	14 夜間窓口 秩父 市民相談	15 休館：秩父	16 休館：大滝

平日夜間窓口

(17時15分~19時15分) (第2・4木曜日)

最終日曜窓口

(9時~12時、13時~17時)

市民課 ☎22-5348 (市役所本庁舎1階1番)
 ●戸籍の届書預かり ●戸籍謄本、住民票の写しの発行
 ●火葬許可証等の発行 ●印鑑登録、印鑑証明書の発行
 ●転入・転出・転居届等の受け付け(マイナンバーカード等の処理を含む)
 ●パスポート(旅券)交付業務(最終日曜窓口では9時~12時、13時~16時30分)

保険年金課 ☎25-5201 (市役所本庁舎1階2番)

●国民健康保険、国民年金、高齢者医療等に関する業務

保育子ども課 ☎25-5206 (市役所本庁舎1階4番)

●保育所、児童手当、子育て支援に関する業務

納税課 ☎22-2210 (市役所本庁舎1階13番)

●納税と納税相談の受け付け ●納税証明書の発行

土・日・祝日(9時~12時、13時~16時)

☎22-2211(代表) (市役所本庁舎1階総合案内カウンター)

●戸籍の届出書の預かり ●火葬許可証等の発行

保健センターの催し・健診など(1段目)

胸部レントゲン、大腸がん検診、前立腺がん検診等を次の会場で実施しています(受付:13時~14時)。

けやき 秩父宮記念市民会館 けやきフォーラム

影森 影森公民館 吉田 やまなみ会館

荒川 荒川農村環境改善センター

■くらしのカレンダーに記載のある会場のみ掲載

市民生活課の無料相談室(2段目)

秩父 市役所本庁舎2階 吉田 吉田総合支所

大滝 大滝総合支所 荒川 荒川総合支所

☎市民生活課 ☎26-1133

■その他の相談はP.28「無料相談室」をご覧ください。

図書館休館日

秩父 秩父図書館

吉田 吉田分館

大滝 大滝分館

荒川 荒川図書館

■P.25「図書館だより」もご覧ください。

市民会館休館日

※業務の一部について、処理できない場合があります。詳細はお問い合わせください。