

お困りの時は埼玉県の救急電話相談を利用しましょう

電話番号 #7119 (シャープ7119番)

または 048-824-4199 ※ダイヤル回線、IP電話、都県境の地域でご利用の場合

24時間年中無休で対応しています

急な発熱やけが・体調不良などのときに、家庭での対処方法や、すぐに受診するべきかを相談できます。看護師が相談員となり、アドバイスします。お医者さんに行くべきか迷ったり、受診先を確認したい場合はまず相談しましょう。

【利用上のお願い】 埼玉県救急電話相談は医療行為ではなく、電話でのアドバイスにより、相談者の判断の参考としていただくものです。あらかじめご理解の上、ご利用ください。

かかりつけ医をお持ちの方は

まず、かかりつけ医に相談しましょう。事前に電話で相談し、医師の判断に従って受診してください。

※「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。発熱等の症状がある場合にかかりつけ医に相談することで、適切な判断をしてもらえたり、症状の悪化を防ぐことに繋がります。自宅や職場の近くにかかりつけ医を持ちましょう。

●秩父郡市医師会

【休日急患対応】

まずは休日診療所または在宅当番医療機関に必ず電話で確認の上受診してください。

【救急告示医療機関】

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。

秩父郡市医師会休日診療所 【診療時間：9時～17時】		在宅当番医療機関 【診療時間：9時～18時】		【診療時間：8時30分～翌日8時30分】 18時以降は必ず電話で確認の上受診してください	
7月14日	休日診療所(内・小) 熊木町 ☎23-8561 【受付終了時間】 16時30分	7月14日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町 ☎75-2332	7月14日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611
15日		15日	健生堂医院(内・外) 東町 ☎22-0270	15日	皆野病院 皆野町 ☎62-6300
21日		21日	本間医院(内・リュ) 小鹿野町 ☎75-0020	21日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611
28日		28日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町 ☎75-2332	28日	皆野病院 皆野町 ☎62-6300
8月4日		8月4日	秩父生協病院(内) 阿保町 ☎23-1300	8月4日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611
11日		11日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町 ☎75-2332	11日	
12日		12日	大谷津医院(内・小) 阿保町 ☎22-6329	12日	皆野病院 皆野町 ☎62-6300
18日		18日	荒船医院(内) 横瀬町 ☎24-0160	18日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611

※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。

平日夜間急患対応

平日夜間小児初期急患対応

土曜夜間急患対応

18時以降は必ず電話で確認の上受診してください			【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			18時以降は必ず電話で 確認の上受診してください (一般、小児共通)	
月曜	皆野病院 皆野町 ☎62-6300		月曜	あらいクリニック 本町 ☎25-2711		7月13日	秩父市立病院
火曜	秩父市立病院			桜木町 ☎23-0611		20日	皆野病院
水曜	秩父病院 7/10、7/24、8/14			和泉町 ☎22-3022		27日	秩父市立病院
	皆野病院 7/17、8/7			皆野町 ☎62-6300		8月3日	皆野病院
	秩父市立病院 7/31			桜木町 ☎23-0611			
木曜	皆野病院 7/11			皆野町 ☎62-6300		10日	皆野病院
	秩父市立病院 7/18、7/25、8/1、8/8、8/15			桜木町 ☎23-0611			
金曜	秩父市立病院			桜木町 ☎23-0611		17日	

●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】			
7月15日	しまだ歯科医院	小鹿野町	☎72-7201
8月12日	そよ風歯科医院	太田	☎62-1149

※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。
※必ず電話で確認の上受診してください。

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

ちちぶ健康アプリができました！！

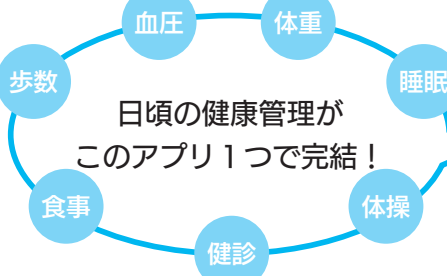
ポイントを貯めて
抽選でPayPayポイント
などをゲット！

ポイントが
どんどん貯まる！

健康に関する
お得な情報を配信！

豊富なエクササイズ動画で
隙間時間に筋トレ

日頃の健康管理が
このアプリ1つで完結！



登録説明会開催

☎で7月18日(木)より秩父保健センター（☎22-0648）へ申し込み
8月5日(月)14:00～ 秩父保健センター、8月30日(金)14:00～ 影森公民館

まずは無料で
ダウンロード



麻しん風しん第2期予防接種 就学前にもう1回受けましょう！

受け忘れのないよう夏休み等を利用して早めに接種をお受けください。

対象 平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれのお子さん

接種期間 令和7年3月31日まで

麻しん風しんを予防するためには予防接種が最も有効です。麻しんは感染力が高く、空気感染もするので、手洗い・マスクのみでは予防できません。十分な免疫をつけるためには、1歳の時に1回接種した後、小学校入学前の1年間にもう1回接種することが大切です。予診票をお持ちでない方は、母子健康手帳を持って保健センターまでお越しください。



にこにこ子育て応援コラム

負担の少ない抱っこのポイント

不適切な抱っこをすることは親の負担も大きく、赤ちゃんも緊張してしまいます。特に母の手の不調につながる事が多く、痛みが悪化し慢性化してしまう方もいます。

抱っこのポイントは、手や手首だけでなく腕や身体を使って包み込むことや、首や腰がすわるまでは赤ちゃんが丸くなる姿勢で抱っこすることが大切です。また、低位置で抱っこしている方が多いですが、首から胸の高さで赤ちゃんを抱くと母子の重心が近づき負担が減るため、ちょうどよい高さを探せるとよいでしょう。

母子ともに負担の少ない抱っこができるとうれいですね。

献血

とき

8月13日(木) 9:30～11:30
12:45～16:00

ところ（主催団体）

秩父公園（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。

Information

詳細はこちら

健康
カレンダー



秩父市
HP



子育て支援アプリ
ちちぶっこ

＼ママ、パパ応援／





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	市民	毎月第2・4木曜 13時～16時
法律	8月6日(火)・15日(木)10時～15時 秩父市役所	行政手続	8月13日(火) 13時～15時
	※☎で要予約 7月22日(月)9時から受付、各日先着10人	登記	7月17日(火)、8月21日(木) 13時～15時
人権	毎月第2・4水曜 13時～16時 秩父市役所	税務	8月5日(月) 10時～12時
	7月17日(火) 13時～16時 吉田総合支所	労働・年金	7月12日(金)、8月9日(金) 13時～15時
行政	8月21日(火) 13時～16時 大滝総合支所	女性	7月23日(火)、8月27日(火) 13時～15時
	7月22日(月)、8月26日(月) 秩父市役所	不動産	7月26日(金)、8月23日(金) 10時～12時・13時～15時
	8月5日(月) 吉田総合支所(振興会館)		※☎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
	※時間はいずれも13時～15時	7月22日(月)、8月26日(月) 大滝総合支所	建築
8月19日(月) 荒川総合支所	☎080-5418-2408埼玉県建築士事務所協会秩父支部事務局へ		

※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	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
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	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
DV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	内職	月～金曜 9時～16時 ジョブプラザちちぶ(地場産センター3階)
生活困窮者への支援について		職業	月～金曜 9時～17時 ジョブプラザちちぶ 産業支援課☎25-5208
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	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) 先端技術推進課☎21-5522
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	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
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	キャリアコンサルタントによる就職相談	7/17(火)、8/7(水)・21(水) 10時～ 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
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	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
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	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12ページをご覧ください!
ひきこもり孤独・孤立	月～金曜 10時～15時 秩父地域居場所づくりサポートセンター☎26-6827 ☐ iguragakko@gmail.com		
人権	月～金曜 8時30分～17時15分 さいたま地方務局 秩父支局☎22-0827		

※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コードで手話を動画で見られます。

「おじいさんは床屋さんです」



右手親指を曲げ伸ばしながら、額の前を左から右へ動かします。



両手のてのひらを上に向けて、胸の前で左右から指先を2回近づけます。



斜めにした左手2指の背を、右手2指の腹で滑らせながら2回前へ出します。



くらしのカレンダー

7月の納税

☎納税課 ☎22-2210

納期限
7/31(水)

- 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。



7/7(日)～8/17(土)

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

(8時30分～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)。

荒川 荒川農村環境改善センター 吉田 やまなみ会館
けやき 秩父宮記念市民会館 けやきフォーラム
■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

問 市民生活課 ☎26-1133

■その他の相談はP.24「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.21「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。