

病院へ行く？

救急車を呼ぶ？

埼玉県の救急電話相談

迷ったら、まず… #7119 に電話しましょう

24時間365日 大人の症状でも子供の症状でも相談できます

※ダイヤル回線、IP電話、都県境の地域でご利用の場合は、**048-824-4199** (よいきゅーきゅー)



【救急電話相談#7119について】

急な発熱やけがなどで、「今すぐ病院に行った方がよいか」「救急車を呼んだ方がよいか」など、判断に迷ったときに、「#7119」または「048-824-4199」に電話することで、看護師等に救急電話相談ができます。相談内容から緊急性が高いと判断された場合は、迅速な救急出動につながり、緊急性が高くないと判断された場合は、受診可能な医療機関や受診のタイミング、家庭での対処方法についてアドバイスを行います。

【利用上のお願ひ】

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。

【適正な受診を心がけましょう】

休日や夜間の救急医療機関は、緊急の患者さんのために少人数で対応しています。「平日や昼間は仕事で忙しいから」などの理由で、軽症の患者さんが救急外来を受診すると、緊急性が高い重症の患者さんの対応が遅れてしまいます。1人でも多くの命を守るため、適正な受診を心がけましょう。

【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、「昼間、体調がおかしいな」と思ったら、症状の悪化を防ぐためにも、診療時間内にかかりつけ医で診てもらいましょう。

●秩父都市医師会

【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。

秩父都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	
10月13日	休日診療所(内・小) 熊木町 ☎23-8561 【受付終了時間】 16時30分	10月13日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町 ☎75-2332	10月13日	皆野病院 皆野町 ☎62-6300
14日		14日	健生堂医院(内・外) 東町 ☎22-0270	14日	
20日		20日	大谷津医院(内・小) 阿保町 ☎22-6329	20日	
27日		27日	荒船医院(内) 横瀬町 ☎24-0160	27日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611
11月3日		11月3日	本間医院(内・リュ) 小鹿野町 ☎75-0020	11月3日	
4日		4日	あらいクリニック(小・内) 本町 ☎25-2711	4日	皆野病院 皆野町 ☎62-6300
10日		10日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町 ☎75-2332	10日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611
17日	17日	水野医院(内) 山田 ☎22-3315	17日		

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	10月12日	秩父市立病院
火曜	秩父市立病院		桜木町 ☎23-0611	19日	皆野病院
水曜	皆野病院 10/16、11/6 秩父病院 10/23、11/13 秩父市立病院 10/30		皆野町 ☎62-6300 和泉町 ☎22-3022 桜木町 ☎23-0611	26日	秩父市立病院
木曜	秩父市立病院 10/10、10/17、10/31、11/7、11/14 皆野病院 10/24		桜木町 ☎23-0611 皆野町 ☎62-6300	11月2日	皆野病院
金曜	秩父市立病院		桜木町 ☎23-0611	9日	
				16日	

※平日、休日の救急医療体制については秩父都市医師会のHP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。

●秩父都市歯科医師会

【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】

10月14日	たばた歯科医院	横瀬町	☎25-2323
11月4日	てしがはら歯科医院	吉田久長	☎77-2218

※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。

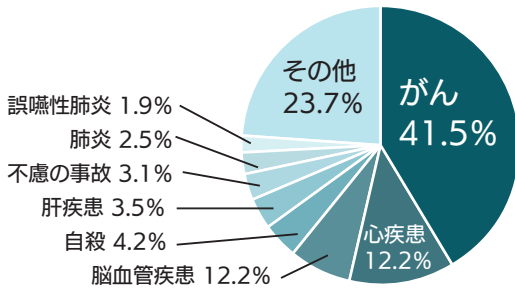
受付時間 平日(月～金曜)：17時～翌8時30分

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。

今からできるがん予防！

秩父市の40～74歳死因別割合（2018～2022年） 出典：人口動態統計



がんの死因が4割超!!

日本人の2人に1人ががんになる可能性があります。
健康的な生活習慣でがんを予防しましょう！

がんを予防する生活習慣



禁煙



運動習慣



節酒



適正体重



バランスのとれた食事

予防

早期発見



定期的な検診で早期発見しましょう

- 検診の推奨頻度
- ・大腸、肺、胃がん検診
→ 1年に1回
 - ・乳、子宮頸がん検診
→ 2年に1回

☆がん検診の受け方は
秩父市健康カレンダーをご参照ください。



にこにこ子育て応援コラム

乳幼児がいるご家庭のパパママ必見！

～知っておきたい幼児の靴のはなし～

幼児の靴の選び方

お子さんに靴を履かせ始める時期は、外で歩く機会が増えてきた頃です。

- ・つま先の部分には適度な余裕が必要です。足と靴のかかとをきちんと合わせた状態で一番長い足指の先から靴の先端まで大人の親指の幅の余裕が目安です。
- ・かかと回りは緩すぎたりきつすぎたりせず、かかとのカーブにフィットするもの。甲の高さは個人差があるので調節可能なものを選びましょう。
- ・土踏まずの部分でなく足の指の部分が簡単に曲がる靴を選びましょう。足の動きに合わせて靴も動いてくれるので歩きやすいです。

靴のサイズを小まめに確認！

子どもの足はどんどん大きくなります。次の間隔を目安にサイズの確認をしましょう。

1歳～3歳…3か月ごと 3歳～6歳…4か月から6か月ごと

参考：日本靴医学会."子供の靴の選び方"<https://kutsuigaku.com/q-and-a/kids.html#kids.2024-08-13>.



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



献血



とき

11月4日(月・休) 10:00～11:45
13:00～16:00

ところ(主催団体)

ベルク公園橋店

※変更もありますので事前に確認をお願いします。



10・11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
消費生活(多重債務)	月～金曜 9時～12時・13時～16時 秩父市役所
法律	11月5日(火)・21日(木)10時～15時 秩父市役所
	※☎で要予約 10月21日(月)9時から受付、各日先着10人
人権	毎月第2・4水曜 13時～16時 秩父市役所
	10月16日(水) 13時～16時 吉田総合支所
	11月20日(水) 13時～16時 大滝総合支所
行政 ※時間は いずれも 13時～15時	10月28日(月)、11月18日(月) 秩父市役所
	11月11日(月) 吉田総合支所(振興会館)
	10月28日(月)、11月25日(月) 大滝総合支所
	10月21日(月)、11月11日(月) 荒川総合支所

相談名	とき・ところ
市民	毎月第2・4木曜 13時～16時
行政手続	11月12日(火) 13時～15時
登記	10月16日(水)、11月20日(木) 13時～15時
税務	11月11日(月) 10時～12時
労働・年金	10月11日(金)、11月8日(金) 13時～15時
女性	10月22日(火)、11月26日(火) 13時～15時
不動産	10月25日(金)、11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
建築	11月15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

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
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
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
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
生活困窮者への支援について	
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
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
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
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
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
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
	火曜(第5週を除く)9時～16時(人権擁護委員による相談) さいたま地方務局 秩父支局☎22-0827

相談名	相談日・内容・問い合わせ
公証相談	月～金曜 9時～17時 ※☎で要予約 場秩父公証役場 秩父公証役場(西武秩父駅前MTビル1階)☎23-3788
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
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
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
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 先端技術推進課 ☎21-5522
	中小企業診断士による相談(火曜) 場地場産センター 地場産センター ☎25-0088
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
キャリアコンサルタントによる就職相談	10/16(水)、11/6(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
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
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!

※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。

「今何が起きたのですか？」



下向きの両手てのひらを
押さえるように同時に下ろ
します。



右手人差し指をすくい上げ
る様にひねり、指先を上に向
けます。



右手人差し指を立て胸前
で左右に振ります。



くらしのカレンダー

10月の納税

☎納税課 ☎22-2210

納期限
10/31(木)

- 市県民税・森林環境税 第3期
- 国民健康保険税 第4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
10/6 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 休館：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) げやき がん検診等 秩父 人権相談	10 夜間窓口 3歳児健康診査 胃がん・乳がん・子宮頸がん検診(荒川農村環境改善センター) 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：吉田 大滝	14 スポーツの日 休館：荒川 吉田 大滝	15 休館：秩父 休館：市民会館休館	16 10か月児健康診査 ママサロン(横瀬児童館) 秩父 登記相談 吉田 人権相談 休館：吉田	17 1歳6か月児健康診査 げやき がん検診等 乳がん・子宮頸がん検診(吉田保健センター) 秩父 法律相談 休館：吉田	18 げやき がん検診等 休館：秩父	19 胃がん・乳がん・子宮頸がん検診 休館：大滝
20 休館：大滝	21 赤ちゃんのあそびの教室 荒川 行政相談 休館：秩父 荒川 吉田	22 1歳6か月からのあそびの教室 秩父 女性相談 休館：市民会館休館	23 ママサロン(下郷児童館内) げやき がん検診等 秩父 人権相談	24 夜間窓口 育児相談 秩父 市民相談	25 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 休館：市民会館休館	30 ママサロン(横瀬児童館)	31 休館：市民相談	11/1 ママサロン(長瀬町)	2 休館：大滝
3 文化の日 休館：吉田 大滝	4 振替休日 休館：荒川 吉田 大滝	5 秩父 法律相談 休館：秩父 休館：市民会館休館	6 ママサロン(横瀬児童館) げやき がん検診等	7 げやき がん検診等	8 ママサロン(下郷児童館内) 乳がん・子宮頸がん検診 げやき がん検診等 秩父 労働・年金相談	9 休館：大滝
10 マタニティ育児体験教室 休館：大滝	11 秩父 税務相談 吉田 行政相談 荒川 行政相談 休館：秩父 荒川 吉田	12 秩父 行政手続相談 休館：市民会館休館	13 4か月児健康診査 ママサロン(小鹿野町) げやき がん検診等 秩父 人権相談	14 夜間窓口 3歳児健康診査 げやき がん検診等 秩父 市民相談	15 げやき がん検診等 秩父 建築相談 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 (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)。
げやき 秩父宮記念市民会館 げやきフォーラム
■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
☎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。