

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

②夜間・休日の救急病院の

「適正な受診」を心がけましょう

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

ちちぶ地域専用 夜間オンライン診療窓口

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。申し込み完了から15分程度を目安に診察が始まります。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HPをご覧ください。

診療時間：毎日 19時～翌8時（365日対応）

診療科目：内科・小児科

対象年齢：全年齢

支払方法：クレジットカード・コンビニ支払
※こども医療費の助成対象となります。

薬の受渡：調剤薬局・ご自宅等への配送

症状例：発熱、咳、のどの痛み、吐き気、頭痛等

（すべての症状に対応できるわけではありません。）



●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。

9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
15日	
21日	
23日	
28日	
10月5日	
12日	
13日	
19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。

9月14日	小鹿野中央病院（内）	小鹿野町	☎75-2332
15日	あいおいクリニック（内・消内）	相生町	☎26-7001
21日	南須原医院（内・外）	長瀬町	☎66-2038
23日	長瀬医新クリニック（内）	長瀬町	☎66-1000
28日	小鹿野中央病院（内）	小鹿野町	☎75-2332
10月5日	金子クリニック（内）	山田	☎21-7270
12日	小鹿野中央病院（内）	小鹿野町	☎75-2332
13日	秩父生協病院（内）	阿保町	☎23-1300
19日	あいおいクリニック（内・消内）	相生町	☎26-7001

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

※日曜・祝日は【診療時間：8時30分～翌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HPでもご確認ください。

※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。

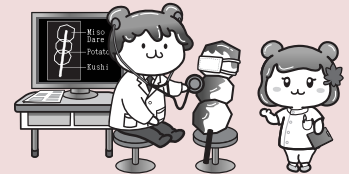
平日夜間小児初期急患対応

【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。



●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。

9月15日	渡邊歯科口腔外科医院	皆野町	☎62-7777
10月13日	岩田歯科医院	中村町	☎24-6484

※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。

自殺に追い込まれることのない秩父市を目指して 〈健康ちちぶ21（第3次）より〉

自殺の現状

本市の自殺者数は、増減を繰り返し減少に転じてきましたが、令和6年は、11人の方が自殺により亡くなっています。（秩父市に住所を有する者の数）

性、年齢別では、男性は40歳代、女性は60歳代が高い傾向にあります。原因別では、健康問題が最も多く、次いで経済・生活問題、勤務問題が高い割合を占めています。

自殺予防の取り組み

- ・橋やダム等への、自殺予防標語入り看板の設置
- ・秩父地域自殺予防フォーラムの開催
- ・自殺予防啓発物品等の配布
- ・ゲートキーパー養成講習（自殺対策を支える人材育成）
- ・心の不調等に関する個別相談



悩んでいる人に気づき、声をかけることが、自殺を防ぐ始めの一步になります。

あなたの身近なところに「気分が沈んでみえる」「最近元気がない」そんな人はいませんか。

一人ひとりが身近な人の様子を気にかかけ、悩んでいる人に気づき、「最近どうしたの」など声をかけることが、いのちを守ることにつながります。

●ココカラ相談

保健センターでは、こころやからだの悩みにお応えしています。

お気軽にご相談ください。



インフルエンザ予防接種 （高齢者・中学3年生）

と き

10月1日(水)～令和8年1月31日(出)

対 象 ①65歳以上の方②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器または免疫機能に障がいがあり、身体障害者手帳1級相当の方③中学3年生（平成22年4月2日～平成23年4月1日生）

その他 秩父郡市外（埼玉県内）の医療機関で接種を希望する場合は、10月1日(水)以降、保健センターに来所、☎または電子申請のいずれかの方法でご連絡ください。



①帯状疱疹任意予防接種の費用助成

助成金の予算の都合上、申請から支払いまでお待たせする可能性があります。ご理解いただきますようお願いいたします。

献血

と き

ところ（主催団体）

- | | | |
|------------|----------------------------|--|
| ①9月29日(月) | 10:00～11:45
13:00～16:00 | ①UNICUS秩父ヤオコー前広場（第一生命保険株式会社 熊谷支社 秩父営業オフィス） |
| ②10月16日(木) | 13:30～16:00 | ②秩父市立病院（秩父郡市薬剤師会） |

※変更もありますので事前に確認をお願いします。



ここに子育て応援コラム

乳幼児の窒息事故予防

乳幼児期は、行動の特性や体が未熟であることなどから窒息による死亡事故が多い時期です。

1歳未満の乳児では、睡眠中や授乳中の窒息死が多く、1歳以降になると食物や玩具など異物による窒息が目立ちます。窒息の原因として最も多いのは食物です。リスクが高い食材は調理加工によって、リスクを軽減することができます。

〈高リスク食材の事故例と対策〉

- ・ウイナー：噛み切れず喉の奥につまる
→縦4等分にして薄切りに
- ・ぶどう・トマト：丸のみにより咽頭閉塞
→皮をむき縦2～4等分に
- ・固いナッツ・豆類：咳込んで気管支異物・誤嚥性肺炎を起こす
→0～5歳までは使用を避ける

こども家庭庁による「こどもの事故防止ハンドブック」にも調理例が示されているので、参考にしてください。



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



8月からQRコードが新しくなりました。まだインストールしていない方はこの機会にぜひご利用ください♪



9・10 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	9月9日(火)、10月14日(火) 13時～15時
法律	10月7日(火)・16日(木) 10時～15時 秩父市役所 ※☎で要予約 9月22日(月)9時から受付、各日先着10人	登記	9月17日(火)、10月15日(火) 13時～15時
人権	毎月第2・4水曜 13時～16時 秩父市役所	税務	10月6日(月) 10時～12時
	9月17日(火) 13時～16時 荒川総合支所	労働・年金	9月12日(金)、10月10日(金) 13時～15時
	10月15日(火) 13時～16時 吉田総合支所	女性	9月30日(火)、10月28日(火) 13時～15時
行政	9月22日(月)、10月20日(月) 秩父市役所	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
※時間は いずれも 13時～15時	10月6日(月) 吉田総合支所(振興会館)	不動産	9月26日(金)、10月24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
市	9月22日(月)、10月27日(月) 大滝総合支所	建築	9月19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
民	10月20日(月) 荒川総合支所		
	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 火曜(第5週を除く)9時～16時(人権擁護委員による相談)
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 ※☎で要予約 場秩父公証役場
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
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
精神障がい者 について	月～金曜 9時～17時 生活支援センター「アクセス」 第1土曜 9時～12時 ☎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 中小企業診断士による相談(火曜) 場地場産センター
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	9/17(水)、10/1(水)・15(水) 10時～ 場歴史文館2階談話室 定5人(1人45分、☎で要予約)
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 ✉iguragakko@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 ☎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8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。

「明後日退院する予定です。」



顔脇に立てた右手人差し指と中指を前に向けて倒します。



左手のひらに右手2指をのせ、右側に下ろします。



下向きの左手の小指側に沿って右手のひらを右に動かします。



セーフコミュニティ国際認証都市!

くらしのカレンダー



9月の納税

☎納税課 22-2210

納期限

9/30(火)

●国民健康保険税 第3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
9/7 休館：大滝	8 げやき がん検診等 休館：秩父 荒川 吉田 荒川 行政相談	9 秩父 行政手続相談 休館：秩父 荒川 市民会館休館	10 4か月児健康診査 ママサロン・マタニティ教室(皆野町) 影森 がん検診等 秩父 人権相談 休館：秩父	11 夜間窓口 3歳児健康診査 秩父 市民相談 休館：秩父	12 ママサロン(下郷児童館内) げやき がん検診等 秩父 労働・年金相談 休館：秩父	13 休館：大滝
14 休館：大滝	15 敬老の日 休館：荒川 吉田 大滝	16 休館：秩父 市民会館休館	17 10か月児健康診査 影森 がん検診等 秩父 登記相談 荒川 人権相談	18 1歳6か月児健康診査 秩父 法律相談	19 ママサロン(横瀬児童館) 秩父 建築相談 休館：秩父	20 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) 休館：大滝
21 休館：大滝	22 1歳6か月からのあそびの教室 秩父 行政相談 大滝 行政相談 休館：秩父 荒川 吉田	23 秋分の日 休館：吉田 大滝	24 はじめてのカンタン♪離乳食教室 秩父 人権相談 市民会館休館	25 夜間窓口 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 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 秩父 女性相談 市民会館休館	10/1 休館：大滝	2 休館：大滝	3 ママサロン(長瀬町) 休館：大滝	4 休館：大滝
5 休館：大滝	6 秩父 税務相談 吉田 行政相談 休館：秩父 荒川 吉田	7 胃がん・乳がん・子宮頸がん検診 秩父 法律相談 市民会館休館	8 4か月児健康診査 ママサロン(小鹿野町) 秩父 人権相談	9 夜間窓口 3歳児健康診査 秩父 市民相談	10 ママサロン(下郷児童館内) げやき がん検診等 秩父 労働・年金相談	11 休館：大滝
12 休館：吉田 大滝	13 スポーツの日 休館：荒川 吉田 大滝	14 秩父 行政手続相談 休館：秩父 市民会館休館	15 10か月児健康診査 ママサロン(横瀬児童館) げやき がん検診等 秩父 登記相談 吉田 人権相談 休館：吉田	16 秩父 法律相談 休館：吉田	17 ママサロン(横瀬児童館) 休館：秩父	18 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

保育こども課 ☎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)。

げやき 秩父宮記念市民会館 げやきフォーラム

影森 影森公民館

■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.22「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.19「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。

23 2025.9

(注) 市外局番表記のない電話番号は「0494」が、市外局番となります。