

# 令和7年度 杉戸町保健センター一年間計画表

令和7年4月1日

～  
令和8年3月31日

保存版



## 杉戸町保健センター(健康支援課)

〒345-0024

埼玉県北葛飾郡杉戸町大字堤根4745番地1

TEL : (0480)34-1188 FAX : (0480)34-1176

業務時間 : 8 : 30 ~ 17 : 15

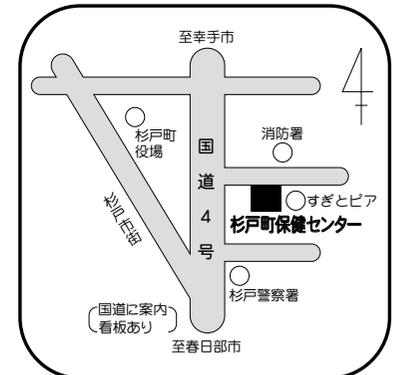
※土、日、祝日、年末年始(12月29日~1月3日)を除く

E-mail : kenkoshien@town.sugito.lg.jp

そうだ、検診  
行こう。



ただいま検診実施中



# おやこの健康

※杉戸町に住民登録がある方が対象です。

※日程等は都合により変更となる場合もあります。

詳しくは「広報すぎと」をご覧ください。



## 母子健康手帳交付

(妊婦健康診査等  
助成券交付)

“妊娠”と診断された方は、保健センターへお越しください。母子保健サービス等についてご案内をしています。転入されてきた方は、助成券の差し替えをしますので、残りの助成券をお持ち下さい。

月～金曜日 8:30～16:00 (閉庁日を除く)

個人番号の確認及び本人確認のため「個人番号カード」又は運転免許証などの本人確認書類をお持ちください。

## こども家庭センター

(母子保健型：保健センター内)

母子健康手帳交付時に子育て支援プランを作成し、健康な妊婦生活を送れるように一緒に考えます。また、妊娠期から子育て期にわたるまで切れ目なくサポートします。

電話 0480-31-0066

## ママ・パパ教室

<申込制>

もうすぐママ・パパになるみなさん！出産・育児について学んでみましょう。

対象者：妊娠週数13週以降の初産婦とそのパートナー

内容：妊娠中の食事や赤ちゃんのお風呂の入れ方など

	実 施 日
第1回コース	6/3(火)・6/15(日)・6/19(木)・6/29(日)
第2回コース	10/7(火)・10/19(日)・10/30(木)・11/9(日)
第3回コース	2/3(火)・2/8(日)・2/26(木)・3/1(日)

## こんにちは 赤ちゃん訪問

赤ちゃんが生まれたすべてのご家族に保健師等が訪問し、体重測定や子育て相談を行います。

赤ちゃんが生まれたら、なるべく早くお誕生連絡票(母子健康手帳交付時に配付)をお出してください。

## 産後ケア

産後に支援を必要とする方に助産師が自宅を訪問したり、医療機関で休養したり宿泊して心身のケアや育児についてサポートします。一部自己負担があります。(生活保護世帯は無料)

## 離乳食教室

<申込制>

離乳食の進め方についての講話や、5～8か月頃の離乳食作りのデモンストレーションを行います。

時 間	実 施 日			
10:00～11:30	4/25(金)	7/29(火)	10/28(火)	1/23(金)

## 発達支援

<申込制>

お子さんの言葉や発達の心配、子育てに悩んでいる保護者の相談に専門職が個別に対応します。

## 不妊症に関する助成事業

### 早期不妊検査費

不妊症の診断のために医師が必要と認めた検査を男女そろってうけた場合

### 不育症検査費

2回以上の流産、死産、あるいは早期新生児死亡の既往がある、又は、医師から不育症の診断がある場合

### 早期不妊治療費

体外受精、顕微授精、男性不妊治療(精巣内精子採取術)を保険診療で実施した場合

※対象年齢や申請期限、上限額があります。

詳細はお問い合わせください。



## 杉戸町 母子愛育会

母と子を中心に地域の人々と共に地域の健康づくりを目指して活動しているボランティアグループです。「母と子のつどい」等の親子遊びの企画・開催、ママ・パパ教室にも協力しています。入会を希望される方は保健センターへお問合せください。

## 乳幼児健診

お子さんの健やかな成長を確認するために健診を受けましょう。対象児には個別に通知します。

※都合が悪い日や体調不良時には、必ずご連絡ください。

	3～4か月児健診	9～10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診		3～4か月児健診	9～10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診
	水曜日	火曜日	水曜日	水曜日		水曜日	火曜日	水曜日	水曜日
4月	<b>16日</b> R6.12月生	<b>15日</b> R6.6月生	<b>9日</b> R5.9月生	<b>23日</b> R3.11月生	10月	<b>22日</b> R7.6月生	<b>21日</b> R6.12月生	<b>8日</b> R6.3月生	<b>29日</b> R4.5月生
5月	<b>21日</b> R7.1月生	<b>20日</b> R6.7月生	<b>14日</b> R5.10月生	<b>28日</b> R3.12月生	11月	<b>12日</b> R7.7月生	<b>11日</b> R7.1月生	<b>5日</b> R6.4月生	<b>19日</b> R4.6月生
6月	<b>18日</b> R7.2月生	<b>17日</b> R6.8月生	<b>4日</b> R5.11月生	<b>25日</b> R4.1月生	12月	<b>10日</b> R7.8月生	<b>9日</b> R7.2月生	<b>3日</b> R6.5月生	<b>24日</b> R4.7月生
7月	<b>16日</b> R7.3月生	<b>15日</b> R6.9月生	<b>9日</b> R5.12月生	<b>30日</b> R4.2月生	1月	<b>21日</b> R7.9月生	<b>20日</b> R7.3月生	<b>14日</b> R6.6月生	<b>28日</b> R4.8月生
8月	<b>20日</b> R7.4月生	<b>26日</b> R6.10月生	<b>6日</b> R6.1月生	<b>27日</b> R4.3月生	2月	<b>18日</b> R7.10月生	<b>17日</b> R7.4月生	<b>4日</b> R6.7月生	<b>25日</b> R4.9月生
9月	<b>17日</b> R7.5月生	<b>16日</b> R6.11月生	<b>10日</b> R6.2月生	<b>24日</b> R4.4月生	3月	<b>11日</b> R7.11月生	<b>10日</b> R7.5月生	<b>4日</b> R6.8月生	<b>25日</b> R4.10月生

### 1か月児健康診査費助成事業

お子様の健やかな成長と子育てを応援するため、生後概ね1か月頃に医療機関で受診する健康診査にかかった費用を助成します。1人につき1回限り、上限6,000円となります。

### 健康相談



<申込制>

育児相談、血圧測定、尿検査、健康についての相談など、保健センターで保健師等がお受けします。

お電話での相談もお待ちしています。

**金曜日9：00～11：00、13：00～16：00（祝日を除く）**

※お電話での予約をお願いします。

※他の日時をご希望の場合はお問合せください。

保健センターの事業等によりお休みすることもあります。

### 食事相談

<申込制>

食事について管理栄養士が相談をお受けします。

**全て金曜日 9：00～11：00**

※他の日時をご希望の場合はお問合せください。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
11日	9日	20日	11日	1日	12日	24日	7日	12日	9日	6日	13日

# 予防接種

※町内の契約医療機関は下記一覧表をご覧ください。  
 ※町外の契約医療機関は「埼玉県住所外定期予防接種（インフルエンザを除く）相互乗り入れ接種協力医療機関名簿」でもご覧になれます。



## 子ども

お子さんの大事な予防接種です。  
 忘れずに接種するようにしましょう！

- ・予診票の交付(転入・紛失した方は、母子健康手帳を持参し保健センター窓口へお越しください。)
- ・すべて個別接種です。医療機関へ予約をして接種してください。
- ・里帰り出産や病気の治療のため、契約医療機関以外で接種を希望する方は、事前に保健センターにご相談ください。

<乳幼児>予診票は「こんにちは赤ちゃん訪問」時に配布します。

種 類	対 象 児
ロタウイルス	生後6週～24週または32週まで(標準的な接種開始:生後2か月～)
B型肝炎	1歳の誕生日の前日まで(標準的な接種開始:生後2か月～)
小児用肺炎球菌	生後2か月～5歳の誕生日の前日まで(標準的な接種開始:生後2か月～)
5種混合※	生後2か月～7歳6か月になる日の前日まで(標準的な接種開始:生後2か月～)
BCG	1歳の誕生日の前日まで(標準的な接種開始:生後5か月～)
麻しん・風しん混合	第1期 1歳～2歳の誕生日の前日まで 第2期 就学前の1年間(幼稚園・保育園の年長児)
水痘	1歳～3歳の誕生日の前日まで(標準的な接種開始:1歳～)
日本脳炎(1期)	生後6か月～7歳6か月になる日の前日まで(標準的な接種開始:3歳～)

※5種混合ワクチンとは4種混合ワクチンにヒブワクチンが追加されたものです。  
 4種混合ワクチンとヒブワクチンを接種した方は、5種混合ワクチンは接種しません。

## <児童・生徒>

種 類	対 象 児	予診票配付方法
2種混合	小学校6年生～13歳の誕生日の前日まで	小学校6年生に郵送(4月)
日本脳炎(2期)	小学校4年生～13歳の誕生日の前日まで	小学校4年生に郵送(4月)
日本脳炎(1期・2期)	【特例措置】 平成17年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は、20歳の誕生日の前日まで受けられます。	対象者で接種を希望される方は保健センター窓口へ
ヒトパピローマウイルス(HPV:子宮頸がん予防)	小学校6年生～高校1年生に相当する年齢の女子(標準的な接種時期:中学校1年生)	中学校1年生相当の女子に郵送(4月)
	【経過措置】※ ①または②に該当し、令和4年4月1日～令和7年3月31日までに1回以上接種したが全3回の接種を完了していない方 ①キャッチアップ接種対象者(平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性) ②高校2年生相当の対象者(平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性)	対象者に郵送済み※令和8年3月31日まで 公費で接種することができます。

## 高齢者

詳しいことや、実施医療機関については、「広報すぎと」「杉戸町ホームページ」でお知らせします。

種 類	対 象 者	自己負担額※
高齢者用肺炎球菌 予防接種	①満65歳 ②60歳から65歳未満の方で、心臓・腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方及び、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方(身体障害者手帳1級相当を有する方) ※①の方には、個別通知を送付します。 過去に高齢者用肺炎球菌の予防接種を受けたことがある方は対象となりません。	3,000円
高齢者インフルエンザ 予防接種	①満65歳以上 ②60歳から65歳未満の方で、心臓・腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方及び、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方(身体障害者手帳1級相当を有する方)	1,500円
高齢者新型コロナ ワクチン接種		調整中
高齢者帯状疱疹 予防接種	①当該年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方及び101歳以上の方(令和7年度から令和11年度までの5年間の経過措置) ②60歳から65歳未満の方で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方(身体障害者手帳1級相当を有する方) ※①の方には、個別通知を送付します。 ただし、101歳以上の方は令和7年度のみ対象となります。	調整中

※生活保護受給者・中国残留邦人の方は、自己負担金が免除になります。

## 風しん任意 予防接種費用助成

「先天性風しん症候群」を予防するため、「妊娠を希望する女性」や「同居家族」等が風しん抗体検査の結果、「低抗体」と判定され、風しん予防接種(任意接種)をした方へ、費用の一部を助成します。

- 【対象者】 次の①②③のいずれかに該当し、かつ風しん抗体検査の結果が低抗体(※基準あり)と判定された方で、風しん予防接種を全額自己負担で接種した方  
 ①妊娠を希望する16歳から50歳未満の女性 ②①の同居者 ③低抗体の妊婦の同居者
- 【助成額】 3,000円(1人につき1回のみ) ※詳細は保健センターへお問い合わせください。

## 骨髄移植等による 予防接種再接種費用の 助成

骨髄移植等により、定期接種で得た免疫が低下または消失した方に再接種費用を助成します。

【対象者】 骨髄移植等により、接種済みの定期予防接種の予防効果が期待できないため、再接種が必要であると主治医に診断された20歳未満の方 ※詳細は保健センターへお問い合わせください。

予防接種契約医療機関(町内)

No.	医療機関名	住所	電話	休診日	予防接種実施日および時間	予防接種予約申込時間 (休診日除く)	ヒブ	小児用 肺炎球菌	B型 肝炎	ロタ リックス	ロタ テック	4種 混合	5種 混合	BCG	麻しん 風しん 混合(MR)	水痘	日本 脳炎	2種 混合	子宮頸がん 予防(HPV)	高齢者用 肺炎球菌	带状疱疹 生	帯状疱疹 組換え		
1	あけぼの内科リウマチ科 クリニック	清地4-10-24	37-2525	日・祝、 火・金・土午後	詳しくは直接お問合せを	9:30~12:00 15:00~17:00 火・金・土 9:30~12:00																		
2	井上小児科皮フ科	高野台西2-6-3	33-7311	日・祝 第1・3木	月・水・金 12:00~13:00 17:00~18:00 土 8:00~9:00 13:30~14:30	月~金 9:00~18:00 (第1・3木曜日除く) 土 9:00~16:00	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
3	今井病院	杉戸3-11-1	32-0065	日・祝	9:00~12:30 14:00~16:30	9:00~17:00									○	○	○	○	○	○	○	○	○	
4	埼玉杉戸診療所	本郷273-1	48-6904	日・祝	月~土 9:00~11:30 月~金 15:00~17:00	9:30~17:30															○	○	○	
5	杉戸クリニック	下高野1760-1	33-0088	日・祝・木、 土午後	月~水・金 10:00~12:30 16:00~17:00 土 10:00~12:30	月~水・金 9:00~12:00 15:30~17:30 土 9:00~12:00												○		○	○	○	○	
6	杉戸耳鼻咽喉科医院	杉戸4-15-8	32-2841	日・祝・木	月・火・水・土 9:00~13:00 13:30~17:30 金 9:00~13:00 14:30~17:30	月・火・水・土 9:00~13:00 13:30~17:30 金 9:00~13:00 14:30~17:30			○						○	○	○	○		○	○	○	○	
7	清地クリニック	清地5-1-2	37-2511	日・祝・土	8:30~11:30 13:30~16:30	8:30~11:30 13:30~16:30																	○	
8	高野台クリニック	高野台東1-4-5	35-1110	日・祝・木、 土午後	15:00~15:30 (上記以外は応相談)	9:00~12:00 15:30~18:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
9	高橋内科医院	内田2-8-18	35-2317	祝・火、 日午後	8:30~11:00	8:30~11:30																	○	
10	玉井医院	清地1-2-30	33-2464	日・祝・水	月・火・木~土 9:00~11:30 14:00~17:00	月・火・木~土 9:00~12:00 14:00~17:30	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
11	鳥居整形外科医院	内田1-1-20	32-4433	日・祝・木、 土午後	月~水・金 9:00~12:00 14:30~17:30 土 9:00~12:00	月~水・金 9:00~12:00 14:30~17:00 土 9:00~12:00						○			○	○	○	○		○	○	○	○	
12	長岡産婦人科医院 (令和7年6月30日をもって閉院となります。)	杉戸2-3-10	33-3325	日・祝・火・木・ 第4土	9:00~11:30 14:00~16:30	9:00~12:00 14:00~17:00	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
13	医療法人 山根医院	高野台南2-3-12	33-3314	日・祝・木 土午後	月~金 16:30~17:00 (上記以外は応相談)	月~金 8:30~19:00 土 8:30~12:00		○	○			○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※町外のかかりつけ医で予防接種を希望される方は、保健センターへお問い合わせいただくか、又は右記のQRコードでご確認ください。  
 ※高齢者インフルエンザ・新型コロナ予防接種契約医療機関は、広報すぎと10月号に掲載予定です。



# おとなの健康

②：受診費用免除対象者（各検診共通）

検診当日70歳以上の方  
 町民税非課税世帯の方：検診実施日の10日前までに申請が必要です。  
 ※マイナ保険証、運転免許証等の官公庁が発行する顔写真付き本人確認書類を持参のうえ、保健センター窓口で手続きをしてください。（マイナ保険証など、顔写真のないものにつきましては、年金手帳・通帳・診察券などあわせて2点以上を持参してください。）  
 生活保護受給の方：検診当日、受給証を提示してください。

- ◎検診当日に杉戸町に住居登録がある方が対象です。
- ◎各種検診は、年度内に1回のみを受診です。乳がん・子宮頸がん検診は、個別検診か集団検診のどちらかを選んで受診してください。
- ◎1種類の検診を年度内に2回以上受診した場合は、自己負担額以外の検診費用を請求させていただきますのでご注意ください。

検診の種類	対象者 令和8年3月31日現在	検査内容	費用②	検診を受けられない方 (以下の内容に該当する方は、かかりつけの医療機関へご相談ください)
骨粗しょう症	20歳以上の女性	超音波による骨密度測定	300円	骨粗しょう症で治療中の方
乳がん	40歳以上で ・奇数月生まれの女性 ・昨年度受診していない偶数月生まれの女性(集団検診のみ) 41歳の女性 (6月初旬に無料クーポン券をお送りします)	視触診 マンモグラフィ(乳房X線検査) (超音波検査は含みません)	集団検診 1,200円 個別検診 1,500円	妊娠中または妊娠の可能性のある方、授乳中の方・断乳後6か月未満の方 乳房手術後で経過観察中の方、乳房生検後1年以内の方 乳房豊胸術を受けた方、自力で10分程度立位が保持できない方 心臓ペースメーカー等医療機器が前胸部に入っている方 心臓、肺等の上半身の手術創や骨折が完治していない方
子宮頸がん	20歳以上で ・奇数月生まれの女性 ・昨年度受診していない偶数月生まれの女性(集団検診のみ) 21歳の女性 (6月初旬に無料クーポン券をお送りします)	子宮頸部の細胞診 視診・内診	集団検診 600円 個別検診 1,200円	生理中の方 妊娠中または妊娠の可能性のある方 子宮全摘出術を受けた方
胃がん	40歳以上の男女	胃部X線検査(バリウム)	800円	水分や食事でむせやすい方、過去に検査中にうまく飲み込めずバリウムが肺に入ったことがある方 自力で立っていることができない・検査台の上で身体の向きを変えることや自分の身体を両腕で支えることができない方、指示理解が困難な方 過去1年以内に腹部の手術を受けた方(内視鏡手術も含む) 過去に胃やその他消化管の切除をしている方 過去に発泡剤やバリウムを飲用し腹部の痛みやアレルギー症状のあった方 便秘の方(3日間排便がなければ不可)、潰瘍性大腸炎・クローン病の診断を受けている方 水分制限を受けている方、体重が130kg以上の方(検査台の安全上)、妊娠中、妊娠の可能性のある方 ※その他、当日の体調や問診により受診できない場合があります
肺がん 結核	40歳以上の男女	胸部X線検査 喀痰検査 (喀痰検査は50歳以上で喫煙指数※600以上の方のみ、当日申込み、後日提出) ※1日の喫煙本数×年数	胸部レントゲン 200円 喀痰検査 500円	妊娠中または妊娠の可能性のある方
大腸がん	40歳以上の男女	便潜血検査(2日分)	400円	生理中の方 出血を伴う痔の方、大腸がんで通院中の方
前立腺がん	40歳以上の男性	血液検査	600円	脱毛治療薬を服用している方
B型・C型肝炎ウイルス	40歳の男女 (昭和60年4月1日～昭和61年3月31日生)	血液検査	無料	過去に検査をしたことがある方 職場などで検査を受ける予定のある方

受診方法等詳細については、杉戸町ホームページまたは広報すぎと6月号をご覧ください

いずれの検診も、自覚症状のない人が対象です。**気になる症状がある場合は、検診ではなく病院を受診してください。**

## インターネット予約

パソコンからは「杉戸町がん検診インターネット予約」で検索を!

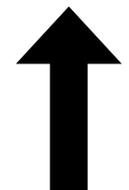
(「令和7年度 骨粗しょう症・がん検診(集団)インターネット予約」からお進みください。)

スマホはこちらから!

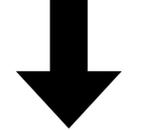


\*スマートフォン以外の携帯電話からはご利用いただけません。

詳細は次頁をご覧ください。



がん検診では、がんを100%見つけれられるわけではありません。また、がんではないのに「要精密検査」とされる場合があります。  
 がん治療中、経過観察中の方は該当部位の町の検診は対象外となります。



前頁も  
ご覧ください。

**個別**

会場：各実施医療機関

- ◎医療機関に直接予約してください。
- ◎受診の際、マイナ保険証、または本人確認書類（運転免許証等、住所・氏名・生年月日が確認できるもの）と健康保険証（もしくは資格確認書）をお持ちください。
- ◎終了間際は混み合いますので、お早目に受診してください。

検診の種類	実施期間	実施医療機関	予約電話番号・受付時間※祝日は除きます	
乳がん	7月1日(火)から 2月28日(土)まで	春日部中央総合病院 春日部市緑町5-9-4	048-736-1221	月～金 9:00～16:30 土 9:00～12:00 ※視触診と乳房X線検査は別日で実施。 各検査日時の予約が必要。
		庄和中央病院 春日部市上金崎28	048-746-3122	月・火・木・金 9:00～17:00 水 9:00～16:00 土 9:00～12:00
	※未定	東埼玉総合病院 幸手市吉野517-5	0480-40-1420	月～金 8:30～17:00 (ただし月初診療日のみ 14:00～17:00)
子宮 頸がん	7月1日(火)から 2月28日(土)まで	玉井医院 杉戸町清地1-2-30	0480-33-2464	月・火・木・金・土 9:00～12:00、14:00～17:00
		長岡産婦人科医院 杉戸町杉戸2-3-10 (令和7年6月30日をもって閉院となります。)	0480-33-3325	月・水・金・土(第4土除く) 9:00～12:00、14:00～17:10
		ワイズレディスクリニック 幸手市上高野1978	0480-44-0555	月～土 9:00～12:00 14:00～17:00 (ただし水・木は9:00～11:30)
		春日部中央総合病院 春日部市緑町5-9-4	048-736-1221	月・火・金 8:00～12:30 (診察開始9:00～) ※予約不要。上記の日時に婦人科へ。

**集団**

会場：杉戸町保健センター

実施日		検診の種類						申込み	
		骨粗しょう症	乳がん	子宮頸がん	胃がん	肺がん・結核	大腸がん	前立腺がん	電話・窓口
6/23(月)	午後 の 検診	○	○	○			○	5/16(金)9時から 保健センターへ (34-1188)	5/8(木)0時 から  申込み締切は 実施日により 異なりますので 申込み画面で ご確認ください。  Web画面へは 5ページをご参照 ください。
6/24(火)			○	○					
7/23(水)		○	○	○			○		
7/24(木)			○	○					
11/20(木)			○	○					
11/21(金)		○	○	○			○		
1/15(木)		○	○	○			○		
1/16(金)			○	○					
2/9(月)		○	○	○			○		
2/10(火)			○	○					
11/25(火)	午前 の 検診				○	○	○	臨時電話で受付 10/15(水) 9時から16時 10/16(木) 9時から13時 電話番号は 「広報すぎと」9月号 でお知らせします。 ◎10/16(木)13時以降は 保健センターへ (34-1188)	10/2(木)0時 から  10/9(木) 23時59分 まで  Web画面へは 5ページをご参照 ください。
11/26(水)					○	○	○		
11/27(木)					○	○	○		
11/28(金)					○	○	○		
11/29(土)					○	○	○		
11/30(日)					○	○	○		
12/1(月)					○	○	○		
12/2(火)					○	○	○		
1/30(金)					○	○	○		
1/31(土)					○	○	○		

※東埼玉総合病院の乳がん検診実施期間は、決まり次第「広報すぎと」でお知らせします。

## こころの健康づくり

困った時やつらい時に話を聞いてもらうだけでも、気持ちが楽になることがあります。こころに不調を感じたら専門家に相談することが大切です。

### 埼玉いのちの電話

☎048-645-4343 ●24時間365日（非通知の相談電話は繋がりません）

### いのちの電話

☎0120-783-556 ●16時～21時（毎月10日は8時から翌日8時まで）

\*メール相談もあります <https://saitama-id.or.jp/>

### 働く人の「こころの耳電話相談」

☎0120-565-455 ●月曜日・火曜日 17時～22時  
●土曜日・日曜日 10時～16時（祝日・年末年始は除く）

\*SNS相談、メール相談もあります <https://kokoro.mhlw.go.jp/agency/>

### #いのちSOS (NPO法人 自殺対策支援センターライフリンク)

専門の相談員が、必要な支援策などについて一緒に考えます。

☎0120-061-338 ●0時～24時(毎日24時間)

<https://www.lifelink.or.jp/inochisos/>



### よりそいホットライン (一般社団法人 社会的包摂サポートセンター)

暮しの悩みごと、悩みを聞いて欲しい方、DV、性暴力などの相談、外国語による相談 など

☎0120-279-338 ●24時間対応 FAX 0120-773-776、SNSによる相談

<https://www.since2011.net/yorisoi/>



### NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク

「生きづらびっと」では、SNSやチャットによる自殺防止相談を行い、必要に応じて電話や対面による支援や居場所活動等へのつながりも行います。

● 8時～22時半（22時まで受付）：月～日



### NPO法人 東京メンタルヘルス・スクエア

「こころのほっとチャット」では、SNS (LINE、Facebook) およびチャットから、年齢・性別を問わず相談に応じています。

●毎日：第1部 9:00～11:50（11時まで受付）、第2部 12:00～15:50（15時まで受付）、第3部 17:00～20:50（20時まで受付） ●第4部 21:00～23:50（23時まで受付）



### NPO法人 あなたのいばしょ

誰でも無料・匿名で利用できる

チャット相談

●24時間365日対応

チャット・・・<https://talkme.jp/>



### NPO法人 BONDプロジェクト

10代20代の女性のためのLINE相談

●月・水・木・金・土 10時～22時  
（21時半まで受付）

LINE・・・@bondproject



## 埼玉県コバトンALKOOマイレージ

スマートフォンを使ってウォーキングを楽しんでいただく事業です。歩くとポイントが付与され、抽選で素敵な景品が当たります。



＜参加対象＞令和7年4月1日現在において満18歳以上の杉戸町民

＜参加方法＞スマートフォンに「ALKOO」アプリをダウンロード後、トップにあるコバトンのバナーから会員登録。右QRコードまたは「ALKOO」アプリを検索し、ダウンロードしてください。詳細は埼玉県ホームページをご覧ください。



「ALKOO」アプリ

## 杉戸町食生活改善推進員(ヘルスマイト)協議会

食を通じた健康づくりを推進するため、生活習慣病予防等をテーマとした「ヘルスマイトの料理教室」等を開催しているボランティアグループです。

入会を希望される方は保健センターへお問い合わせください。



## 健康診査

生活保護を受給している40歳以上の方は、健康増進法による健康診査を受けましょう。

集団健診または契約医療機関での個別健診が無料で受けられます。

詳しくは7月にお送りする個別通知でご確認ください。



## 献血

血液を必要としている患者さんへ安定的に血液を届けるために、より多くの皆様のご協力をお願いいたします。

役場で実施する献血日時については、「広報すぎと」でお知らせします。



厚生労働省献血推進キャラクター「けんけつちゃん」

献血量(全血)	年齢	体重	間隔	年間献血回数	年間総献血量
200ml	16歳～69歳 ※	男性：45kg以上 女性：40kg以上	男女とも4週間後の同じ曜日	男性：6回以内 女性：4回以内	200mlと400mlを合わせて 男性：1,200ml以内 女性：800ml以内
400ml	男性：17歳～69歳 ※ 女性：18歳～69歳 ※	男女とも50kg以上	男性は12週間後、女性は16週間後の同じ曜日	男性：3回以内 女性：2回以内	

※65歳～69歳の方は、60歳～64歳の間に献血経験がある方に限り、献血可能です。

## 病院・診療所

【診療科目】内：内科、外：外科、小：小児科、整：整形外科、脳：脳神経外科、皮：皮膚科、循：循環器科、眼：眼科、耳：耳鼻咽喉科、リハ：リハビリテーション科、リウマチ：リウマチ科、気：気管食道科、アレ：アレルギー科、呼：呼吸器科、神内：神経内科、産：産科、婦：婦人科、消：消化器科、放：放射線科、血内：血液内科、精：精神科、漢方：漢方内科

No.	医療機関名	住所	電話	診療科目	受付時間	休診日
1*	あけぼの 内科リウマチ科 クリニック	清地4-10-24	37-2525	内、 リウマチ、 アレ	9:00~12:30 14:30~17:30 火・金・土 9:00~12:30	日・祝、 火・金・土午後
2*	井上小児科皮フ科	高野台西2-6-3	33-8690	小、皮、 アレ、 漢方	月・水・金 8:00~19:00 火 8:00~18:00 木 8:00~18:00 土 8:00~16:00	日・祝 第1・3木曜
3*	今井病院	杉戸3-11-1	32-0065	内、 神内、消、 呼、循	9:00~12:30 14:00~16:30 かぜ、発熱、下痢、はき気のある方は 受診前に必ずお電話して下さい。	日・祝
4	こころときもち のクリニック	杉戸3-12-5	53-8578	精	月10:00~13:00 火・木・金19:00~22:00 土10:00~19:00 ※新患の方の予約についてはクリニックのホーム ページでご確認ください	日・祝・水・第3土
5*	後藤クリニック	高野台西1-11-2	37-2151	耳	9:00~12:30 15:00~18:30	日・祝・木、 土午後
6*	埼玉杉戸診療所	本郷273-1	48-6904	内、整、 リハ	9:00~11:30 15:00~17:00 土曜日の午後は再診のみ可 ※リハビリテーション科 9:00~12:00 14:00~17:30	日・祝
7*	杉戸 いわたけ眼科	清地4-10-24	37-1730	眼	9:00~12:30 15:00~18:00 土 9:00~12:30	日・祝・木、 土午後
8*	杉戸クリニック	下高野1760-1	33-0088	内、外、 整、リハ、 放	8:30~13:00 15:00~18:00 土 8:30~14:00 金曜日午後の内科は 16:00~18:00	日・祝・木、 土午後

No.	医療機関名	住所	電話	診療科目	受付時間	休診日
9*	杉戸耳鼻咽喉科 医院	杉戸4-15-8	32-2841	耳、気	月・火・水・土 9:00~13:00 13:30~17:30 金 9:00~13:00 14:30~17:30	日・祝・木
10*	清地クリニック	清地5-1-2	37-2511	内、脳、 整	8:30~11:30 13:30~16:30	日・祝・土
11*	高野台クリニック	高野台東1-4-5	35-1110	小	9:00~11:30 15:30~18:00	日・祝・木、 土午後
12*	高橋内科医院	内田2-8-18	35-2317	内、循、 小、皮	8:30~11:30 14:30~17:00 (水・木のみ)	火・祝・日午後
13*	玉井医院	清地1-2-30	33-2464	婦、内	9:00~11:30 14:00~17:00	日・祝・水
14*	鳥居整形外科医院	内田1-1-20	32-4433	整、外、 リハ、内	8:30~11:30 14:30~17:00	日・祝・木、 土午後
15*	長岡産婦人科医院 (令和7年6月30日をもって閉院となります。)	杉戸2-3-10	33-3325	産、婦、 内、小	9:00~11:30 14:00~16:30	日・祝・火・木、 第4土
16*	医療法人 山根医院	高野台南2-3-12	33-3314	内、血内、 アレ	8:30~12:00 16:30~19:00	日・祝・木、 土午後

\*印は、杉戸町医師会会員施設です。

## 歯科診療所

【診療科目】一般：一般歯科、小児：小児歯科、矯正：矯正歯科、小児矯正：小児矯正歯科、  
口腔：口腔外科、インプラ：インプラント

No.	医療機関名	住所	電話	診療科目	受付時間	休診日
1	* 岩上 歯科医院	杉戸3-12-18	32-1100 090-3060-1100	一般、小児、 矯正	9:00~12:00 月・金 15:00~20:30 火・水 15:00~18:30 土 15:00~17:30	日・祝・木
2	* 内田いわかみ歯科	内田2-12-15	34-3352	一般	月・火・水・金 9:00~12:00 14:00~17:30 土 9:00~12:00 14:00~16:00	日・祝・木
3	えいすけ歯科クリニック	高野台東2-2-20	33-6480	一般、小児、 矯正、口腔	9:30~13:00 15:00~20:00 (19:00)	日・祝・水 (平日休診日変更あり)
4	* 黒川 歯科医院	宮前72-7	38-0159	一般	9:00~12:00 14:00~17:00	日・祝・木
5	* 近藤 歯科医院	高野台東1-9-5	32-4781	一般、小児、 口腔、インプラ	9:00~18:30 土 9:00~17:30	日・祝・木
6	* 杉田 歯科医院	杉戸3-2-3	32-0049	一般	9:30~12:30 14:30~17:00	日・祝・水・土
7	杉戸サン歯科医院	杉戸2-10-23	36-1002	一般、小児、 口腔、矯正、 インプラ	9:30~13:30 15:00~18:30 日・祝 9:30~13:30 15:00~18:00	水
8	* たかた 歯科	高野台西1-3-11	33-6697	一般、小児、 矯正	9:00~11:30 14:00~17:30 土 9:00~14:30	日・祝・木
9	たむら歯科クリニック	高野台西5-10-11	35-1118	一般	9:00~12:00	日・祝・水・土
10	* 辻 歯科医院	清地2-4-5	33-4522	一般	9:30~12:30 14:30~17:30	日・祝・木
11	* 医療法人新風会パール歯科	高野台南1-1-7	33-4044	一般、 小児矯正	月・木・金 10:00~13:00 水・土 10:00~19:00	日・祝・火
12	* ファミリー歯科岩崎	高野台南1-12-11	32-7070	一般、矯正	9:00~11:30 14:00~16:30	日・祝・水
13	* まつのき歯科杉戸クリニック	下高野2375	53-5061	一般、小児、 矯正、口腔、 インプラ	平日 9:00~13:00 14:00~18:00 土・日・祝 9:30~12:30 13:30~16:30	年末年始 12/31~1/3 お盆休み 8/13~8/16
14	みるく歯科クリニック	内田2-4-4	33-8000	一般、小児	10:00~18:00 土 10:00~17:00	日・祝・水
15	* 山口 歯科医院	倉松5-1-25	33-4850	一般、 インプラ	9:30~12:30 14:30~19:00 土 9:30~12:30 14:30~17:00	日・祝・木

\*印は、杉戸町歯科医師会会員施設です。

### 休日診療

当番医療機関で診察を受けることができます。

○実施：日曜日、祝日、年末年始、○診療時間：9:00~12:00

※必ず、事前に当番医に電話で受診内容をご相談ください。

### 休日夜間 診療(冬期限定)

当番医療機関で診察を受けることができます。

○実施予定：12月~3月 日曜日、祝日、年末年始

○診療時間：19:00~22:00

### 小児休日 診療(冬期限定)

「小児科医」の当番医療機関で診察を受けることができます。

○実施予定：12月~3月 日曜日、祝日

○診療時間：9:00~12:00

※詳しい実施日・当番医については「広報すぎと」または「杉戸町ホームページ」をご覧ください。

### 埼玉県救急 電話相談 # 7119

【電話相談】急な病気やけがの際に、家庭での対処方法や受診すべきか等、看護師に相談できます。

【医療機関案内】お近くの診療可能な医療機関をお知らせします。  
(歯科・口腔外科・精神科は除く)

○24時間対応

○下記の電話番号もご利用いただけます。

・子どもの相談 #8000 ※048-833-7911

○ダイヤル回線・IP電話・PHS・都県境の地域でご利用の場合は、  
048-824-4199にお電話ください。

### 精神科救急 情報センター 048-723-8699

夜間・休日に精神疾患のある方や家族からの緊急的な精神医療相談を電話でお受けし、必要に応じて医療機関の紹介を行います。

(番号を通知できる電話でおかけください)

○相談時間

【月~金曜日】17:00~翌日8:30

【土曜日、日曜日、祝日】8:30~翌日8:30

### 耳鼻咽喉科 休日救急診療

休日に、緊急に耳鼻咽喉科受診が必要な方は、当番医療機関(埼玉県内2か所)で診察を受けることができます。

○実施日 日曜日・祝日・年末年始 9:00~17:00

○当番医療機関は、埼玉県ホームページで検索してください。

### 子どもスマイル ネット 048-822-7007

「どうしよう…」と思ったら

いじめや体罰、子育てなど子ども(原則18歳未満)に関わるあらゆる悩みについて、県民の方から電話相談を受ける埼玉県の窓口です。

○相談時間 10:30~18:00(祝日・年末年始を除く)

