

シェイプアップ教室

□月曜コース(全10回)
 日4月10日(月)～6月12日(月)
 □水曜コース(全10回)
 日4月12日(水)～6月21日(水)
 ※5月3日(祝)は休み
 □金曜コース(全10回)
 日4月14日(金)～6月23日(金)
 ※5月5日(祝)は休み

■共通事項
時間 午後3時～4時
対15歳以上の人(中学生を除く)
定各30人(申込多数の場合抽選)
費無料(入館料別)
場・**申**・**問**3月15日(水)までに直接又は電話で市民健康増進センターへ。
 ☎31-2660 ☎31-2661

市民健康増進センター臨時休館のお知らせ

3月11日(土)～13日(月)は、館内清掃・設備点検のため臨時休館します。
問市民健康増進センター
 ☎31-2660 ☎31-2661

市民健康増進センター教室(いきいきウォーキング)

日3月21日(祝)午前8時～正午
対15歳以上の人(中学生を除く)
定20人(先着順)
内神戸地区周辺の自然を感じながら約4キロメートルのコースを歩く(飲物と入浴無料券付き)。
費300円
申・**問**3月20日(月)までに直接又は電話で市民健康増進センターへ。
 ☎31-2660 ☎31-2661

大人のための健康歯援プログラム

日4月5日(水)・26日(水)午後(時間は個別対応のため申し込み後にお知らせ)
場保健センター
対市内在住の成人
内歯と口の健康力チェック、口腔内チェック
申・**問**事前に健康推進課へ。
 ☎24-3921 ☎22-7435

健康

ファミリー歯科健診

日4月5日(水)、26日(水)午後1時30分～2時30分
場保健センター
対市内在住の人
内歯科健診、相談、フッ化物塗布(2歳6か月～未就学児の希望者)
持歯ブラシ、母子健康手帳(妊産婦、未就学児)、バスタオル
申・**問**事前に健康推進課へ。
 ☎24-3921 ☎22-7435 市HP



統計調査員の登録を受け付けています

市では、国や県が実施する統計調査に従事する登録統計調査員を随時募集しています。統計調査の際には、登録統計調査員として事前に登録している人から優先的に調査を依頼し、調査員として調査票の配布や回収、聞き取りなどの仕事に従事していただけます。
報酬 調査に応じて報酬が支払われます(3～5万円程度)。
身分 調査期間中(2～3か月間)は、国や県の非常勤公務員として任命されます。
申・**問**情報統計課
 ☎21-1441 ☎25-0160 市HP

障害者計画等策定委員会委員募集

「認め合い、支え合い、ともに暮らすまち 東松山の推進」のため、障害者計画等を策定しています。障害者福祉・障害児福祉の充実についてともに考えていただく人を募集します。
任期 6月1日～令和8年5月31日
応募資格 市内在住又は在勤で年4回程度の平日昼間の会議に出席可能な18歳以上の人。ただし、他の審議会等の委員の人は応募できません。
定3人(当事者、その家族、一般(福祉事業所関係者以外))※選考結果は応募者全員にお知らせします。
申・**問**3月24日(金)までに、応募用紙に必要事項を記入し、直接、郵送又は☎で〒355-8601松葉町1-1-58障害者福祉課へ。
 ☎21-1452 ☎24-6066
 ☑SHOGAISHAFUKUSHIKA@city.higashimatsuyama.lg.jp 市HP

募集・求人

環境基本計画「市民プロジェクト」参加事業募集

第3次東松山市環境基本計画では、市の自然環境及び生活環境を守り将来につなげていく環境まちづくり活動を市民の皆さんと進めるために、市民が主体的に取り組む活動を「市民プロジェクト」として掲げています。市は、登録事業の広報や他団体との連携のサポートなどの支援を行います。
 この度、令和5年度に登録する事業を募集します。市民プロジェクトの内容に合致するものであれば、既存・新規は問いません。
申・**問**3月31日(金)までに環境政策課又は市HPにある様式に必要事項を記入し、環境政策課へ。
 ☎63-5006 ☎23-7700

地域自立支援協議会委員募集

障害者福祉に係る関係機関が障害のある人への支援体制に関する課題について情報を共有し、協議を行うため、地域福祉の推進や障害者福祉・障害児福祉の充実についてともに考えていただく人を募集します。
任期 6月1日～令和7年5月31日
応募資格 市内在住又は在勤で年2回程度の平日昼間の会議に出席可能な18歳以上の人。ただし、他の審議会等の委員の人は応募できません。
定6人(当事者、その家族、一般(福祉事業所関係者以外))※選考結果は応募者全員にお知らせします。
申・**問**3月24日(金)までに、応募用紙に必要事項を記入し、直接、郵送又は☎で〒355-8601松葉町1-1-58障害者福祉課へ。
 ☎21-1452 ☎24-6066
 ☑SHOGAISHAFUKUSHIKA@city.higashimatsuyama.lg.jp 市HP

保健センター便り

花粉症のシーズンがやってきます

花粉症とは、スギやヒノキなどの花粉によって引き起こされるアレルギー疾患です。くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどのアレルギー性鼻炎や眼のかゆみ、なみだ目などアレルギー性結膜炎が最も多くみられます。下記の花粉尘予防方法を参考にしてください。

- ・外出時には、マスク、メガネ、帽子などを着用する。
- ・帰宅時には、玄関先で衣服等から花粉をよく落とす。
- ・帰宅と同時に、洗顔、うがい、鼻をかむなど身体に付着した花粉を落とす。
- ・花粉の大量飛散日には窓、戸はできるだけ閉め、布団や洗濯物などを干さない。

症状がひどくなる場合は、専門医に相談してください。
問健康推進課☎24-3921 ☎22-7435



休日当番医

診療時間 午前9時～午後5時 事前に電話相談をして受診

3月	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
21日(祝)	ほしこどもおとなクリニック	小児科、内科、アレルギー科	上野本1226-1	☎24-0753
21日(祝)	森田クリニック	内科、外科	吉見町久米田859-1	☎53-2220

※休日当番医のほかにも、比企地域には日曜日に診察をしている医療機関があります。日曜日に診察している医療機関は、市HPでご確認ください。

休日・夜間診療

事前に電話相談をして受診

名称	日時(診療時間)	施設	電話番号
休日夜間急患診療所	月～土曜日午後5時～11時、日曜日、祝日午前9時～午後11時	東松山医師会病院	☎22-2822
休日歯科センター	日曜日、祝日午前9時から(受付は午前8時30分～11時30分)	保健センター	☎24-3920
比企地区こども夜間救急センター(対象は原則として満15歳以下)	月～金曜日(祝日、年末年始は除く)午後8時から(受付は午後7時30分～10時)	東松山医師会病院	☎22-2822

埼玉県救急電話相談

(小児・大人共通)

☎#7119(又は048-824-4199)毎日24時間対応

問健康推進課
 ☎24-3921 ☎22-7435



市HP