

本紙7月号の休日当番医は7月13日(日)分から掲載します。



診療時間は9時～16時。費用は休日の初診料金。
急な病気やけがなどの診療・治療を実施。薬の処方原則1日分です。
必要に応じて翌日以降にかかりつけ医を受診してください。

HP
市医師会



※市外局番は前橋市・高崎市ともに027です。

	小児科	内 科		外 科		婦人科	耳鼻科	眼科	
6月8日(日)	まえばし医療センター (夜間休日診療所)	まえばし医療センター (夜間休日診療所)	みやぎ クリニック (内) 鼻毛石町 ☎280-2510	若宮内科 (内) 日吉町四丁目 ☎234-6001	まえばし医療 センター (夜間休日 診療所)	大島整形 外科医院 (整) 荒牧町 ☎231-3711	マザーズクリニック TAMURA (産婦) 小屋原町 ☎266-8803	いいつか 耳鼻咽喉科 (耳鼻) 樋越町 ☎280-2111	宮久保眼科 (眼) 荒牧町二丁目 ☎234-3511
6月15日(日)			下大島医院 (内) 下大島町 ☎266-0086	瀬田医院 (内) 龍蔵寺町 ☎232-5658		しおざわ整形外科 クリニック (整) 上細井町 ☎219-1199	*高崎市夜間休日 急病診療所 (婦) 高崎市高松町 ☎381-6119	耳鼻咽喉科 古川雅子診療室 (耳鼻) 高崎市八島町 ☎322-1415	さかもと眼科 (眼) 高崎市江木町 ☎327-2839
6月22日(日)			うしいけ内科 クリニック (内) 元総社町 ☎289-0841	うい内科 クリニック (内) 駒形町 ☎226-5566		たけむら整形外科 クリニック (整) 箱田町 ☎212-3266	ベルフィーユ今井 レディースクリニック (産婦) 南町四丁目 ☎223-3114	小原沢耳鼻 咽喉科医院 (耳鼻) 青柳町 ☎232-6314	前橋中央眼科 (眼) 下小出町二丁目 ☎210-1116
6月29日(日)			しらかわ 診療所 (内) 上細井町 ☎260-1116	富沢医院 (内) 江田町 ☎251-5414	山下医院 (外) 城東町四丁目 ☎231-3726	あさくらスポーツ リハビリテーションクリニック (整) 朝倉町 ☎265-6522	*こすもレディース クリニック (婦) 高崎市旭町 ☎330-2215	いいつか・ たきた医院 (耳鼻) 高崎市沖町 ☎343-3387	沼賀眼科医院 (眼) 高崎市相生町 ☎327-1270
7月6日(日)					つちや内科 クリニック (内) 小相木町一丁目 ☎256-7770	やました 内科医院 (内) 亀泉町 ☎212-0148	狩野脳神経 外科医院 (脳外) 上泉町 ☎269-5454	深沢整形外科 (整) 西片貝町三丁目 ☎220-5277	いとうレディース クリニック (産婦) 朝倉町 ☎290-3531

※発熱がある人は事前に電話の上、受診してください。

※まえばし医療センター(夜間休日診療所)の受け付けは、9時から11時30分、13時30分から15時30分までです。また、受診の際はマスクの着用をお願いします。

※6月15日・29日の婦人科は12時まで。13時から18時までは産科婦人科館出張佐藤病院(高崎市若松町☎027-322-2243)で診療。

※高崎市の当番診療所は18時まで診療。

※場合によっては発熱患者の対応ができない当番医もあります。

夜間・救急など	夜間休日診療所(まえばし医療センター1階) ☎027-243-5111 朝日町三丁目21-13 内科と小児科 20時～23時 (受け付けは22時30分まで) 救急病院案内(24時間体制) ☎027-221-0099 ※メモの用意をしてから連絡してください。 こども医療電話相談 #8000 月～土曜＝18時～翌8時、 日曜・祝日＝8時～翌8時 ※IP電話・ダイヤル回線からはつながりません。携帯電話 からかけてください。	歯科	休日歯科診療所(まえばし医療センター2階) ☎027-212-1310 朝日町三丁目21-13 日曜・祝日、10時～12時・13時～15時
		薬局	市薬剤師会会営薬局 ☎027-223-8400 紅雲町一丁目2-15 日曜、9時30分～16時  現在営業中の 薬局の地図は こちら  休日に営業し ている薬局は こちら

接 骨 院 ・ 整 骨 院 の 休 日 当 番			
6月8日(日)	笑福接骨院(二之宮町)☎027-289-4534	6月29日(日)	富士見整骨院(富士見町原之郷)☎027-288-8208
6月15日(日)	すだ接骨院(国領町一丁目)☎027-257-2557	7月6日(日)	岩田接骨院(下細井町)☎027-237-5158
6月22日(日)	斉藤接骨院(田口町)☎027-234-9580		

集団健診(検診)は予約制



岡健康増進課
☎027-220-5784

下表のとおり集団健診(検診)を実施。全ての健診(検診)で事前の申し込みが必要です(先着順・定員あり)。各申込先に申し込んでください。
※本年度検診対象者(受診シールが届いた人)で未受診の人
※健康保険証、受診シール、各検診費用

休日歯科診療所の対応日

岡同所
☎027-212-1310

日曜・祝日・お盆・年末年始の応急診療のみ対応します。混雑緩和のため、事前に電話してから受診してください。
※8月13日(水)～15日(金)・12月29日(月)～来年1月3日(土)、10時～12時・13時～15時(年末年始は16時まで)
※健康保険証(高校生以下は福祉医療費受給資格者証)、現金、お薬手帳

健康テレホンサービス



☎027-234-4970

二次元コードから健康相談と過去の健康情報の検索ができます。
曜日・内容＝〈月曜〉歯のホワイトニング〈火曜〉犬にかまれたら〈水曜〉口腔ケアは脳卒中のリスクを軽減する〈木曜〉睡眠と肌の健康〈金曜〉あいうべ体操〈土日曜〉上手な「むせ」
直接相談タイム(歯科)＝歯科医師に直接相談。6月11日(水)19時30分～20時30分

●集団健診(検診) ※集団の胃がん検診はバリウムのみです。65歳以上の胸部検診は無料です。

日時			会場	健	肝	胸	胃	大	前	申込期間	申込先
				－		各検診500円 かくたん 喀痰は別途500円					
7月	22日(火)	9時～11時	大胡公民館	○	○	○	×	○	○	シール到着～ 7月1日(火)	東部営農センター ☎027-283-2502
	23日(水)		粕川公民館	○	○	○	×	○	○		中部営農センター ☎027-212-7755
	24日(木)		JA 前橋市本所（富田町）	○	○	○	○	○	○		
	25日(金)		JA 北部支所（富士見町）	○	○	○	×	○	○		
	28日(月)		南橋市民サービスセンター	○	○	○	○	○	○		
	31日(木)		芳賀市民サービスセンター	○	○	○	○	○	○		
8月	5日(火)		上川淵市民サービスセンター	○	○	○	×	○	○	シール到着～ 7月4日(金)	南部営農センター ☎027-265-0221
	6日(水)		県農協ビル（亀里町）	○	○	○	○	○	○		
	20日(水)		元総社市民サービスセンター	○	○	○	×	○	○	シール到着～ 7月18日(金)	JA 西部支所 ☎027-251-2487
	21日(木)		総社市民サービスセンター	○	○	○	○	○	○		
	25日(月)		東市民サービスセンター	○	○	○	○	○	○		
	29日(金)		清里市民サービスセンター	○	○	○	×	○	○		

健康手帳

オーラルフレイルの重要性～自分ごととしての気づきのために

オーラルフレイルの直訳は「口の機能の虚弱」です。口のささいな衰えを放置したり不適切な処置をしたりすると、口の機能低下や食べる機能の障害、さらには心身の機能低下につながる負の連鎖に警鐘を鳴らした概念です。

多くの人は加齢とともに低下する運動機能や栄養状態、生活能力を「年齢のせい」と諦めて自覚しないまま活動範囲を狭めたり、食べにくいものを避けたりしがちです。口まわりのささいな衰えから始ま

る現象を見過ごしていると、かめない、柔らかいものを食べる、かむ機能の低下という悪循環に陥り、やがて食欲が低下し低栄養になります。

口まわりのささいな衰えに気づき、自分ごととして行動を変えていくことがオーラルフレイル対策の第一歩です。より早く気づき、機能を取り戻し、維持できるよう、口の専門家である歯科医師に相談してみてはいかがでしょうか。

前橋市歯科医師会 市川 修司