

本紙3月号の休日当番医は3月5日(日)から掲載します。

休日当番医

診療時間は9時～16時。費用は休日の初診料金。
目的は、急な病気やけがなどの診療治療で、処方日数は1日～数日です。



※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			
2月5日(日)	戸所小児科医院 (児) 総社町二丁目 ☎253-2351	青山医院 (内児) 古市町 ☎251-2861	加藤クリニック (泌内) 南町三丁目 ☎210-6700	天川大島にしきど クリニック (内) 天川大島町 ☎212-4839	せき整形外科 クリニック (整) 三河町一丁目 ☎226-6631	おかむら クリニック (外) 西片貝町三丁目 ☎223-8088	*松原医院 (婦) 高崎市新保町 ☎353-4103	宮下耳鼻咽喉科 (耳鼻) 高崎市正観寺町 ☎361-7325	丸山眼科医院 (眼) 高崎市片岡町 ☎322-7178
2月11日(土)	みどり小児科 (児) 嶺町 ☎269-8885	萩原内科医院 (内) 荒子町 ☎268-1415	しらかわ診療所 (内) 上細井町 ☎260-1116	斎藤内科泌尿器科 医院 (内) 上小出町二丁目 ☎231-1069	田中外科内科 医院 (外) 下小出町三丁目 ☎231-0555	あべクリニック (整) 富士見町原之郷 ☎288-9511	いまいウイメンズ クリニック (産婦) 東片貝町 ☎221-1000	町井 耳鼻咽喉科 (耳鼻) 文京町二丁目 ☎221-2551	ひまわり眼科 (眼) 青柳町 ☎230-1230
2月12日(日)	竹澤小児科 クリニック (児) 上小出町二丁目 ☎260-7750	定方医院 (内) 亀里町 ☎265-0345	上泉内科 (内児) 上泉町 ☎269-1682	つくも内科医院 (内) 富士見町原之郷 ☎230-5085	積心会富沢病院 (整) 朝日町四丁目 ☎224-3955	けやき クリニック (外) 天川町 ☎263-1018	*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 角田医院 (耳鼻) 高崎市若松町 ☎325-8844	大山眼科 (眼) 高崎市浜川町 ☎343-7796
2月19日(日)	横田マタニティー ホスピタル (産婦児) 下小出町一丁目 ☎219-4103	飯塚医院 (内) 荒口町 ☎268-5600	大塚内科医院 (内) 三俣町一丁目 ☎231-2399	二子山 クリニック (内) 朝倉町一丁目 ☎263-1331	山本整形外科 医院 (整) 西片貝町一丁目 ☎232-3069	狩野脳神経外科 医院 (脳外) 上泉町 ☎269-5454	横田マタニティー ホスピタル (産婦児) 下小出町一丁目 ☎219-4103	牧耳鼻咽喉科 医院 (耳鼻) 総社町総社 ☎280-5233	前橋みなみモール 眼科 (眼) 新堀町 ☎290-3733
2月23日(木)	いわさき子ども クリニック (児) 箱田町 ☎252-3030	武田クリニック (内児) 富士見町時沢 ☎226-1114	春山医院 (内) 日吉町二丁目 ☎233-1551	ソレイユあさひ クリニック (内) 朝日町一丁目 ☎243-5169	こぶな整形外科 医院 (整) 後関町 ☎261-7600	内田外科医院 (外) 西片貝町二丁目 ☎224-5061	*上条女性 クリニック (婦) 高崎市栗崎町 ☎345-1221	耳鼻咽喉科 長谷川医院 (耳鼻) 高崎市片岡町 ☎323-4196	高崎佐藤眼科 (眼) 高崎市南大類町 ☎352-8800
2月26日(日)	みやげ小児科 (児) 樋越町 ☎283-2225	すえる内科 (内) 新堀町 ☎212-5162	伊藤内科医院 (内) 下小出町二丁目 ☎232-0537	小川内科医院 (内) 荒牧町二丁目 ☎234-3311	狩野外科医院 (外内) 日吉町四丁目 ☎231-7025	整形外科とくま クリニック (整) 総社町総社 ☎254-2611	道下産婦人科 医院 (産婦) 平和町一丁目 ☎231-7821	橋爪耳鼻咽喉科 医院 (耳鼻) 本町一丁目 ☎221-2745	宮久保眼科 (眼) 荒牧町二丁目 ☎234-3511

※発熱がある人は事前に電話の上、受診してください。

※2月5日・12日・23日の婦人科は12時まで。13時～18時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	夜間急病診療所 ☎027-243-5111 朝日町四丁目9-5 内科と小児科 20時～23時 ※日曜・祝日の9時～12時も診療。 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。 子ども医療電話相談 #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	市歯科医師会休日診療所 ☎027-237-3685 岩神町二丁目19-9 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 ※祝日は最寄りの薬局に問い合わせてください。

接骨院・整骨院の休日当番

2月5日(日)	羽鳥接骨院(下細井町) ☎027-234-2312	2月19日(日)	森下接骨院(樋越町) ☎027-283-0994
2月11日(土)	わたなべ接骨院(富士見町時沢) ☎027-288-9996	2月23日(木)	阿部接骨院(荒口町) ☎027-268-3757
2月12日(日)	風香整骨院(光が丘町) ☎027-280-6178	2月26日(日)	新井接骨院(粕川町女淵) ☎027-285-4370

認知症を語るカフェ

☎長寿包括ケア課
☎027-898-6133

①オンライン(Zoom)か②会場で参加できます。
時3月15日(水)13時30分～14時30分
場総合福祉会館
☎市内在住で認知症の人とその家族や認知症支援に関心のある人、
②は先着12人
申①は3月6日(月)②は14日(火)までに長寿包括ケア課へ

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〉心筋梗塞と危険因子〈火曜〉キシリトールについての誤解〈水曜〉便秘の注意事項〈木曜〉歯科の麻酔の注意事項〈金曜〉MCI(軽度認知障害)〈土日曜〉子どもの肥満
直接相談タイム(歯科) = 歯科医師が直接相談。2月8日(水)19時30分～21時

介護予防活動ポイント登録研修会

☎ボランティアセンター
☎027-232-3848

時3月10日(金)13時30分
場総合福祉会館
☎市内在住で60歳以上の人
☎ボランティアセンターへ

地域包括支援センターによる出張相談会

☎長寿包括ケア課
☎027-898-6275

地域包括支援センターは高齢者の困りごとの総合相談窓口。「介護の悩みを聞いてほしい」「介護保険のサービスを利用したい」「もの忘れが進み、今後の生活が不安」などの相談を受け付けています。
時2月28日(火)13時～15時
場パークサイドカフェ ibasho(朝日町三丁目)
☎市内在住のおおむね65歳以上の人とその家族や認知症の心配がある人など

健康手帳

ちょい散歩で健康に

歩くことが健康に良いということをあちこちで耳にします。この考え方の基礎の一つが、群馬県中之条町の研究データ(中之条研究)であることを知っていますか? 中之条町では、20年という長きに渡り5,000人もの住民に歩数計を持ってもらい、歩数と健康との相関関係を調査・研究しています。町民一丸となって積み上げられ

た貴重な研究データによると、1日8,000歩程度歩くことが最も健康に良いとされています。でも毎日そんなに歩けないという人でも、5分から10分程度歩くだけで心と身体に良い影響があることが、研究で明らかになっています。まだまだ寒い季節が続きますが、家にもりつきりにならずに、しっかり防寒して冬晴れの澄んだ空気と春を待ちわびる景色を楽しみながら、近くを散歩してみてもいい。

前橋市薬剤師会 大島 英晃

画像や映像で前橋の魅力を発信 公式Instagramを紹介します

前橋市観光政策課【公式】 maebashi_trip	アーツ前橋【美術館/公式】 arts_maebashi	前橋市生涯学習課【公式】 maebashi_lifelonglearning
前橋市ワカモノ記者 maebashi_wakamonokisha	前橋文学館 maebashi_bungakukan	前橋市健康Instagram kenko_maebashi21
前橋市農政部【公式】 maebashi_agri	前橋競輪【公式】 maebashi_keirin_official	前橋市消防局救急課 mfdkyukyu
【公式】前橋市自転車Instagram maebashi_bicycle	前橋市消防団【公式】 maebashi_syobodan	前橋市公園管理事務所【公式】 maebashi_park
前橋イケメンInstagram maebashi_ikemen	前橋市GO!長寿ぐらむ!【公式】 maebashi_chouju	
【公式】前橋市水道局 maebashi_sikisima	【公式】前橋スポーツインフォメーション maebashi_sports	

