

本紙4月号の休日当番医は4月9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	
3月5日(日)	つるこうじ小児科内科(児) 鶴光路町 ☎226-6720	吉野医院(内) 三俣町二丁目 ☎232-3333	江沢医院(内) 粕川町女瀧 ☎285-6777	岡野内科胃腸科医院(内) 荒牧町一丁目 ☎237-1200	フォレスト整形外科スポーツクリニック(整) 古市町 ☎212-0888	星医院(外内) 西善町 ☎266-8600	高崎市夜間休日急病診療所(婦) 高崎市高松町 ☎381-6119	いづか・たきた医院(耳鼻) 高崎市沖町 ☎343-3387	高山眼科 緑町医院(眼) 高崎市緑町 ☎361-6888
3月12日(日)	栗林小児科医院(児) 平和町二丁目 ☎231-7114	いしだ内科胃腸科医院(内) 平和町一丁目 ☎234-4112	えんどう内科クリニック(内) 勝島町 ☎226-5700	瀬田医院(内) 龍蔵寺町 ☎232-5658	たき医院(外) 大利根町一丁目 ☎251-5101	堺堀整形外科医院(整) 富士見町時沢 ☎260-5125	中野産婦人科医院(産婦) 国領町二丁目 ☎233-5588	赤沢耳鼻咽喉科医院(耳鼻) 城東町五丁目 ☎232-7691	前橋中央眼科(眼) 下小出町二丁目 ☎210-1116
3月19日(日)	中田クリニック(児内) 箱田町 ☎251-1360	もてぎ内科医院(内) 上増田町 ☎266-5671	福山内科(内) 東片貝町 ☎243-1380	わかまつ循環器科内科医院(内) 西片貝町五丁目 ☎243-8700	鳥羽整形外科クリニック(整外) 紅雲町二丁目 ☎223-7700	金古医院(外内) 日吉町三丁目 ☎233-1131	こすもレディースクリニック(婦) 高崎市旭町 ☎330-2215	耳鼻咽喉科やまぐち医院(耳鼻) 高崎市柴崎町 ☎353-5473	さかもと眼科(眼) 高崎市江木町 ☎327-2839
3月21日(火)	しのはら小児科(児) 上大島町 ☎287-1515	相澤医院(内) 富士見町原之郷 ☎288-6806	佐治内科医院(内児) 端気町 ☎264-3500	永島内科医院(内) 三俣町二丁目 ☎232-6435	二之宮クリニック(外) 二之宮町 ☎289-4380	しおざわ整形外科クリニック(整) 上細井町 ☎219-1199	小沢医院(産婦) 樋越町 ☎283-2009	耳鼻咽喉科とよだクリニック(耳鼻) 駒形町 ☎267-1100	結城眼科医院(眼) 西片貝町三丁目 ☎226-7575
3月26日(日)	いまいずみ小児科(児) 本町一丁目 ☎220-1333	山口内科クリニック(内) 上沖町 ☎260-6500	西片貝クリニック(内) 西片貝町三丁目 ☎223-6533	みやぎクリニック(内) 鼻毛石町 ☎280-2510	あらいクリニック(外内) 元総社町 ☎253-0100	大島整形外科医院(整) 荒牧町 ☎231-3711	高崎市夜間休日急病診療所(婦) 高崎市高松町 ☎381-6119	たかさき耳鼻咽喉科(耳鼻) 高崎上大類町 ☎352-3341	善如寺医院(眼) 高崎市倉賀野町 ☎354-1001
4月2日(日)	高橋医院(児外) 東善町 ☎266-0203	斎藤医院(南町)(内) 南町二丁目 ☎221-0258	おない医院(内) 樋越町 ☎283-5755	みやざき内科クリニック(内) 元総社町 ☎212-5000	高柳胃腸科・外科(外) 荻窪町 ☎269-8880	群馬ペインクリニック病院(整) 亀里町 ☎265-0999	マザーズクリニックTAMURA(産婦) 小屋原町 ☎266-8803	小原沢耳鼻咽喉科医院(耳鼻) 青柳町 ☎232-6314	丸山眼科クリニック(眼) 南町三丁目 ☎223-5941

※発熱がある人は事前に電話の上、受診してください。

※3月5日・19日・26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。 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	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			
3月5日(日)	下沖町つばさ接骨院(下沖町) ☎027-233-1925	3月21日(火)	いのうえ接骨院(朝倉町二丁目) ☎027-261-2855
3月12日(日)	いしい接骨院(三河町二丁目) ☎027-243-5512	3月26日(日)	広瀬接骨院(広瀬町二丁目) ☎027-263-8881
3月19日(日)	石崎接骨院(本町三丁目) ☎027-224-1411	4月2日(日)	橋本接骨院(粕川町膳) ☎027-285-4874

ボランティアビギナーズスクール～はじめての方ももう一度学びたい方も

☎ ボランティアセンター ☎027-232-3848

介護予防活動の心構えや楽しみ方を学ぶほか、車いす体験などの実技演習を実施。また、本市のボランティア活動や福祉活動、介護予防活動ポイント制度の説明や登録手続きも実施します(登録は60歳以上の市民が対象)。
☎ 4月22日(土)10時～11時30分
☎ 総合福祉会館
☎ 市内在住・在勤の人、先着10人
☎ ボランティアセンターへ

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。
☎ 4月19日(水)13時30分～14時30分
☎ 前橋プラザ元気21
☎ 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
☎ ①は4月10日(月)②は18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〉妊婦と旅行

〈火曜〉口内炎〈水曜〉皮膚病変と内臓疾患〈木曜〉鉄欠乏性貧血と食事〈金曜〉座りスクワット〈土日曜〉マスクと口呼吸
直接相談タイム(歯科)＝歯科医師が直接相談。3月9日(木)19時30分～21時

禁煙チャレンジ塾を開催中

☎ 健康増進課 ☎027-220-5784

タバコはがんの原因となるだけでなく、高血圧や糖尿病などを引き起こし、さまざまな病気のリスクを高めます。禁煙チャレンジ塾では、保健師との面接や尿中ニコチン代謝物の測定、電話での3カ月間のサポートで禁煙を支援。詳しくは、上記二次元コードをご覧ください。

健康手帳

心不全について知り、予防しよう

心不全は心臓の働きが悪いために息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなって生命を縮める病気です。
心臓の病気は高血圧や糖尿病、高脂血症などの生活習慣病と深く関連しているため、我が国では食生活の欧米化や人口の高齢化で心不全の患者は増加が続いています。

心不全は一旦発症すると生活の質が低下してしまうため、何よりも予防が大切です。塩分控えめで栄養バランスの良い食事と適度な運動を心掛けることで生活習慣病の予防や治療になり、心不全の抑制につながります。また禁煙も重要で、アルコールも控えめにする必要があります。
心臓のことが気になる人は近くの循環器内科に相談してください。

前橋市医師会 佐鳥 圭輔

特殊詐欺に注意

市内在住の65歳以上の人へ

特殊詐欺電話対策装置を無料で貸し出します

特殊詐欺被害は、電話勧誘から始まるものが大半を占めています。そこで被害の未然防止を目的に、固定電話に外付けできる「特殊詐欺電話対策装置」を無料で貸し出します。

- 貸し出しする装置の機能
- ・電話の着信時に、自動的に電話の相手方に通話が録音される旨の警告メッセージが流れる機能
- ・通話内容を自動録音する機能

☎消費生活センター ☎027-898-1756へ



詳しくは問い合わせるか本市ホームページをご覧ください