

こちらウォーキングセンターです

市民一人1スポーツ
週に一度はスポーツを!

- 所在地…松本町1-9-37 ☎23-9090 FAX23-5677
- 開館時間…午前9時～午後5時
- 休館…月曜日(祝日の場合翌日)・年末年始

□ふるさと自然のみちウォーク 大谷・伝説の里コース

日5月14日(火)

集合 ウォーキングセンター午前9時

コース ウォーキングセンター-上沼公園-市野川近隣公園-西明寺沼-大岡市民活動センター(昼食予定)-殿山南公園-岩鼻運動公園-ウォーキングセンター(19km)

費50円 申当日受付

□花・歴史ウォーク 寄居北條まつり

日5月19日(日)

集合 東松山駅改札口午前8時20分(午前8時34分下り乗車予定)

コース 鉢形駅(受付午前9時10分)-浄福寺-鉢形城跡-北條まつり会場(昼食予定)-宗像神社-寄居駅(8km)

費50円 申当日受付

□埼玉みてあるき 第17回飯能新緑ツーデーマーチ(埼玉県マージングリーグ)

日5月26日(日)

集合 東松山駅改札口午前7時(午前7時15分上り乗車予定)

コース 大会2日目 吾妻山コース(15km)

費1,000円(飯能市役所前中央会場にて)(ツーデーマーチ事前申込1,500円は、ウォーキングセンター5月6日(休)まで可)

□ネイチャーウォーク 自然に親しむ会

日5月18日(土)午前9時(受付8時45分、正午解散予定、雨天決行)

集合 都幾川リバーサイドパーク駐車場

内都幾川河川敷の生き物

持筆記用具、双眼鏡、ルーペなど(貸出しあり)

費50円 申当日受付

5月 月例市民ウォーキング

とき	集合時刻	集合場所	コース(距離)	昼食	主催
11日(土)	午前8時30分	東松山駅改札口前	越生五大尊つつじ公園コース(7km)	不要	松山市民活動センター ☎23-9311 FAX23-9312
9日(木)	午前8時30分	大岡市民活動センター	ゆったりぼたん園(黄牡丹)(5km)	不要	大岡市民活動センター ☎39-0602 FAX39-0676
16日(木)	午前8時	森林公園駅南口	明治製菓(5km)	不要	唐子市民活動センター ☎22-0672 FAX22-0683
11日(土)	午前9時	高坂駅改札口前	市民の森と地球観測センターコース(6km)	自由	高坂市民活動センター ☎34-3730 FAX34-3845
22日(水)	午前9時	野本市民活動センター	下野本・上野本の寺院・遺跡を巡るコース(9km)	不要	野本市民活動センター ☎23-7077 FAX23-7063
9日(木)	午前8時30分	高坂丘陵市民活動センター	箭弓神社ウォーク(ぼたん園コース)(8km)	不要	高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311 FAX35-4313
11日(土)	午前8時30分	東松山駅改札口前	まなびのみちウォーク(10km)	不要	平野市民活動センター ☎25-2220 FAX25-2227

みんなきらめけ!!

ハッピー
体操 5月

介護予防を目的とした体操です

※悪天候などにより中止となる場合があります。中止情報については、市HPをご確認いただくか、直接お問い合わせください。

ところ	とき
市民体育館	20日(月)
野本市民活動センター	13・27日(月)
きらめき市民大学	19・27日(月)
高坂丘陵市民活動センター	7・21日(火)
大岡コミュニティセンター	21日(火)
唐子地区体育館	15日(水)
大岡市民活動センター	16日(木)
北地区体育館	9・23日(木)
南地区体育館	10・24日(金)
きらめき市民大学(男性向け)	20日(月)
市民福祉センター(注)	28日(火)
すわやま荘(注)	21日(火)

(注)60歳以上の人対象

※○印の日は、体力測定をします。

時間 午前10時～11時30分(高坂丘陵・大岡市民活動センター、きらめき市民大学(男性向け)は午後2時～3時30分)

※事前申込は不要

持 フェイスタオル(体操に使用)、バスタオル(敷物として使用)、体育館履き、飲物

問 総合福祉エリア

☎21-5570 FAX25-3305

高齢介護課

☎21-1406 FAX22-7731

「平成31年度保健センター行事日程表」を
4月号広報紙とともに配布しています

問 健康推進課(保健センター)

〒355-0016材木町2-36 ☎24-3921 FAX22-7435

ファミリー歯科健診、大人のための健康歯援プログラム、すこやか相談、成人健診(検診)、健康教室などの日程を掲載しています。保健センター、各市民活動センターでも配布しています。

■日曜日に診療している医療機関 事前に電話相談をして受診

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。

医療機関名	診療時間	診療科目	所在地	電話番号
辻保順医院	午前9時～正午	内科、小児科	新郷29-3	☎23-9045
横山内科循環器科医院	午前9時～正午	内科、心臓内科、循環器内科	上野本132-6	☎24-3225
いちごクリニック	午前9時～正午 午後3時～4時30分	内科、小児科、胃腸科、アレルギー科	東平1889-1	☎36-1115
中澤医院	午前8時30分～正午	内科、小児科、皮膚科	本町2-3-11	☎22-0710
樺澤内科医院	午前9時～正午	内科、循環器科、呼吸器科、小児科	松山町1-1-10	☎23-5813
柳澤医院	午前9時～正午 第1・3・5週のみ	内科、胃腸科、肝臓内科	小川町大塚21-7	☎72-0024
高野医院	午前9時～正午	内科	小川町大塚103	☎72-0045
新井眼科クリニック	午前9時～正午 午後3時～6時	眼科	小川町大塚907-1	☎74-1711
木下医院	午前9時～正午 午後3時～6時	内科、外科、小児科	小川町大塚660	☎72-0375
田口医院	午前8時30分～正午	耳鼻咽喉科	小川町小川88-1	☎72-1036
たばた小児科	午前8時45分～正午	小児科、アレルギー科、内科	吉見町久米田616-8	☎54-8822
こだま医院	午前9時～11時30分 連休の日曜日は休診	内科	ときがわ町桃木186	☎65-0147

※臨時休診することがあります。

■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

4月	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
28日(日)	辻保順医院	内科、小児科	新郷29-3	☎23-9045
29日(祝)	野崎クリニック	内科、外科、整形外科、胃腸科	嵐山町千手堂693	☎61-1810
30日(休)	めぐみ台クリニック	内科、外科、消化器科、循環器科	川島町吹塚998-3	☎049-299-1200

※上記以外にもゴールデンウィーク期間中に診察をしている医療機関があります。まずはかかりつけ医にお問い合わせください。

■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～10時	東松山医師会病院	☎22-2822