



市などで行われている無料相談です。相談日は閉庁・休館日などをのぞきます。

【マークの見方】

日…とき 所…ところ 対…対象・定員 申…申し込み 問…問い合わせ

市:市役所別館1階相談室で行う相談

庄:庄和総合支所2階相談室(行政相談は1階イベント・情報コーナー)で行う相談

相談名/内容	とき/ところ/対象/申し込み/問い合わせ
市民相談	日(月)~(金) 9:00~12:00、13:00~16:30 所市役所別館1階市民相談室 ※新型コロナウイルス感染防止のため、電話相談の利用を 問市民相談室(内2855)
法律相談 年度1人1回・予約制	市 日(木) 13:20~16:25 申市民相談室(内2855)へ 庄 日2/8(水)・22(水)、3/8(水)・29(水) 13:20~16:25 申庄和総合支所総務担当(内7017)へ
登記相談 予約制(来庁の上、別室での電話相談のみ)	市 日2/15(水)、3/15(水) 13:00~16:00 申前日までに市民相談室(内2855)へ 庄 日2/1(水)、3/1(水) 13:00~16:00 申前日までに庄和総合支所総務担当(内7017)へ
行政相談	市 日2/20(月)、3/20(月) 13:00~16:00 問市民相談室(内2855) 庄 日2/15(水)、3/15(水) 13:00~16:00 問庄和総合支所総務担当(内7017)
マンション管理相談	日3/7(火) 13:30~16:30 所市役所別館1階相談室 申2/24(金)までに、住宅政策課(内3620)へ
人権相談 人権擁護委員による相談	日2/22(水)、3/22(水) 10:00~15:00(相談時間30分程度) 所市役所別館1階相談室 問総務課(内2418)
消費生活相談 契約問題、悪質商法、クーリングオフ、多重債務などに関する相談	日(月)~(金) 10:00~12:00、13:00~16:00 所市役所別館3階消費生活センター(電話相談) 問同センター(内2830)
土地・建物不動産相談	日3/8(水) 13:00~16:00 ※2月は中止 所市役所別館1階相談室 問埼玉県宅地建物取引業協会埼玉支部(TEL0480-31-1157)
行政書士相談	日2/21(火)、3/14(火) 13:30~16:00 所市役所別館1階相談室 問埼玉県行政書士会春日部支部(TEL048-812-5092)
弁護士相談	日第2・第4(金) 13:00~16:00 所あしすと春日部 申当月1日から、同施設(TEL048-762-1081)へ
年金相談	日2/28(火)、3/28(火) 13:30~16:30 所市役所別館1階相談室 問埼玉県社会保険労務士会春日部支部(TEL048-734-3531)
女性総合相談 女性相談員による相談	日(月)(火)(水)(金) 10:00~15:00 ※2/20(月)を除く 所ハーモニー春日部(電話相談可) 申同施設(TEL048-731-3333)へ
女性のカウンセリング相談 女性カウンセラーによる相談	日第1~第3(土) 12:00~16:00 所ハーモニー春日部 申同施設(TEL048-731-3333)へ
女性のからだ・母乳・育児相談 女性保健師による相談	日(木) 13:00~16:00 所ハーモニー春日部(電話相談可) 申同施設(TEL048-731-3333)へ
女性のための法律相談 女性弁護士による相談	日第4(土) 13:00~16:00 所ハーモニー春日部 申当月1日から、同施設(TEL048-731-3333)へ
男性のための相談 男性産業カウンセラーによる相談	日第1(日) 13:00~16:00 所ハーモニー春日部(電話相談可) 申前月1日から、同施設(TEL048-731-3333)へ
就職相談 (主催・埼玉県)	日2月、3月 毎週(火)(水)、3/20(月) 10:00~16:00(相談時間45分) ※3/21(水)を除く 所(火)、3/20(月)…東部地域振興センター、(水)…ふれあいキューブ 申(月)~(金)の9:00~17:00にセカンドキャリアセンター専用受け付けダイヤル(TEL049-265-5844)へ

相談名/内容	とき/ところ/対象/申し込み/問い合わせ
教育相談 子育てや学校生活に関する相談(幼児、小・中学生および保護者)	日(火)~(金) 9:00~19:00、(土)(日) 9:00~17:00 所教育センター2階教育相談センター 申同センター(TEL0120-88-4266、TEL048-763-2220) 日(月)~(金) 9:00~16:00、第2・第4(土) 9:30~11:30 所庄和南公民館内教育相談センター庄和分館「すくすく」 申同館(TEL048-745-1700)
子ども電話相談 学校生活や友達に関する相談(小・中学生)	日(火)~(金) 9:00~19:00、(土)(日) 9:00~17:00 所教育センター2階教育相談センター 問同センター(TEL0120-24-8466)
家庭児童相談 家庭児童相談員による児童および保護者などからの家庭や学校生活に関する不安や悩みの相談(電話相談可)	日(月)~(金) 10:00~12:00、13:00~16:00 所市役所1階家庭児童相談室 問同室(内2581)、子ども相談課(内2766) 日(水)(木)・第3(日) 10:00~12:00、13:00~16:00 ※2/8(水)・15(水)・23(水)を除く 所エンゼル・ドーム 問同施設(TEL048-755-8190)、子ども相談課(内2766) 日(金) 10:00~12:00、13:00~16:00 ※2/3(金)・17(金)を除く 所ブーカすかべ 問同施設(TEL048-754-9140)、子ども相談課(内2766) 日(月) 10:00~12:00、13:00~16:00 ※2/6(月)・27(月)を除く 所スマイルしょうわ 問同施設(TEL048-718-0088)、子ども相談課(内2766)
児童センター 子育て相談 児童センター職員による子育てに関する不安や悩みの相談、および児童からの相談	日(月)~(金) 10:00~18:00 所エンゼル・ドーム 問同施設(TEL048-755-8190) 日(月)~(金) 10:00~20:00 所ブーカすかべ 問同施設(TEL048-754-2815) 日(月)~(金) 10:00~18:00 所スマイルしょうわ 問同施設(TEL048-718-0300)
子育て電話相談 しつけ、食事など子育てに関する助言、指導(電話相談)	日(月)~(金) 10:00~16:00 所各保育所 問8面参照
子育て相談 子育てに関して悩み事を抱える保護者を対象に行う相談(電話相談可)	日(月)~(土) 10:00~16:00 所春日部子育て支援センター 申同センター(TEL048-754-2201) 日(月)~(金) 9:00~16:00、(土) 13:00~16:00 所庄和子育て支援センター 申同センター(TEL048-747-2321)
ことばの教室 「気軽に相談日」 就学前の子どもの言葉の悩みに関する相談	日第3(土) 10:00~16:00 所あしすと春日部 申平日に同施設(TEL048-762-1080)へ
健康相談 保健師、栄養士による生活習慣病などの相談、血圧測定など	日随時 所春日部市保健センター 申電話で同センター(TEL048-736-6778)へ
まちかど健康相談 保健師、栄養士による健康相談・栄養相談、血圧測定	日①2/8(水) ②2/14(火) ③3/1(水) 10:30~12:30 所①武里大枝公民館 ②豊春地区公民館 ③庄和総合支所 問春日部市保健センター(TEL048-736-6778)
こころの健康相談	日2/2(木)・16(木)・21(火) 所春日部市保健センター 対精神疾患やこころの悩みがある人、その家族など 申各前日までに同センター(TEL048-736-6778)へ
心の相談 臨床心理士による相談	日第2・第4(金) 9:00~12:00 所あしすと春日部 申当月1日から、同施設(TEL048-762-1081)へ

みんなの 伝言板

～市民からの催し物案内、サークルの会員募集～

日…とき 所…ところ 内…内容 対…対象・定員 費…費用(記載のないものは無料)

持…持ち物 申…申し込み(記載のないものは直接会場へ) 問…問い合わせ

「仲間になりませんか」で参加・見学希望の場合は、事前にお問い合わせください。

仲間になりませんか

●グリーン太極拳サークル

日 毎週(土) 10:30~12:20
所ハーモニー春日部 内太極拳の練習 対成人 問中山(TEL090-4050-5466)

●写真同好会武里

日 毎月第4(日) 13:00~16:00
所武里南公民館 内撮影の勉強 対高齢者 ※初心者大歓迎 問北川(TEL048-755-3208)

●むつみ会2

日 毎月第1・第3・第5(水)のうち2回 10:15~11:45 所中央公民館 内筆ペン、ボールペン字の練習

対成人 問和田(TEL048-752-1276)

●ピックルボール春日部

日 毎週(土) 13:00~17:00
所第6区画整理記念館他 内ピックルボール(穴あきのボールを打ち合うテニスのようなスポーツ) 問阿部(TEL080-3484-4966)

参加しませんか

●マヒのある子の発達支援 IT 遊具、ロボットで遊ぼう

日 2/18(土) 13:00~15:00
所教育センター 内さまざまなスイッチ操作で音楽を楽しむ

遊び、ITスイッチオルゴールのプレゼントも有り 対マヒのある幼児 5人 申2/17(金)までに電話で川島(TEL048-754-8695)へ

●藤まつり俳句大会

～春日部市俳句連盟

日 4/21(金) 9:30~17:00
所中央公民館 内①事前投句 ②当日句 費①2句1組につき千円 ②参加費千円 申事前投句は3/3(金)まで。詳しくは、公民館などのポスター、パンフレット参照 問柳澤(TEL090-3801-5574)

お越しください

●つるし飾りと和の小物展 ～さくらの会

日 2/16(木)~19(日) 10:00~16:00(16日は12:00から、19日は15:00まで) 所市民文化会館 問伊藤(TEL048-735-6549)

●一樹会盆栽展

日 2/18(土)・19(日) 9:00~17:00 ※19日は16:00まで 所幸松地区公民館 内盆栽・水石の展示会 問岡部(TEL048-752-4544)

●サローネ・クラシックコンサート(冬)

日 2/18(土) 17:00~18:30
所匠大塚春日部本店1階 匠サローネ 内音楽のまち・春日部にふさわしい上質なクラシック音楽を身近で上質な会場でお届け 対小学生以上 80人(申し込み順) 費1,500円 申電話、またはメールで実行委員会(TEL050-3631-9763、saloneclassicc251@gmail.com)へ

掲載依頼は、前々月1日まで。

詳細は市誌で▶





休日当番医
休日当番薬局

休日当番医
休日当番薬局

都合により変更する場合がありますので、電話で確認の上お越しください
 診療時間:9:00~12:00、14:00~17:00
 受付時間は医療機関により異なりますので、電話の際にお問い合わせください
 医療機関受診時の処方箋を必ずお持ちください
 受付時間:9:00~12:00、14:00~17:00



携帯電話やパソコンで
AEDの設置場所を確認!

公共施設などに、AED(自動体外式除細動器)が設置されています。市内の設置場所は、携帯電話やスマートフォン、パソコンから検索ができます。

オラナビAED 検索

- 休日当番医は、急な発熱などの急病やけがを診療する初期救急です
- 急患および夜間診療を受診する際には、病状をお尋ねしますので、必ず電話をしてからお越しください

日	系統	医療機関名	診療科目	薬局
2/5(日)	内科系	つちだクリニック(一ノ割1726) TEL 048-733-2900	内、皮	中川薬局 南桜井店 TEL 048-878-9282 さいたま中央薬局 TEL 048-761-0123
	小児科系	グレース家庭医療クリニック(大倉610-10) TEL 048-718-0107	小	
	外科系	おおつ整形外科(中央2-17-10 昭和ビル3階) TEL 048-797-5802	整、リハビリ	
2/11(祝)	内科系	わかば内科医院(小淵1593) TEL 048-753-3530	内、消	さくら薬局 春日部藤塚店 TEL 048-812-4340 クオール薬局 武里店 TEL 048-731-0139
	小児科系	おかだこどもの森クリニック(藤塚1225) TEL 048-745-7722	小、アレルギー	
	外科系	武里外科・脳神経外科(大畑241-2) TEL 048-736-7516	外、脳外	
2/12(日)	内科系	ふじクリニック(中央1-8-13) TEL 048-754-5331	内、消、小	ウエルシア薬局 春日部西口店 TEL 048-753-1771 アイン薬局 春日部東口店 TEL 048-812-5862
	小児科系	宇野クリニック(粕壁1-6-5-2階) TEL 048-760-3711	内、小、整	
	外科系	分娩館医院(備後西5-4-28) TEL 048-739-3883	産	
2/19(日)	内科系	三須医院(粕壁東1-11-12) TEL 048-752-2200	眼、整、外、内、皮、胃	さくら薬局 春日部駅前店 TEL 048-760-1618 やはら薬局 TEL 048-795-6437 鈴木薬局 春日部中央店 TEL 048-812-8696
	小児科系	岩本小児科医院(谷原3-12-1) TEL 048-795-8796	小、アレルギー	
	外科系	みやざわ耳鼻咽喉科(中央1-52-8) TEL 048-745-8733	耳、咽喉、アレルギー	
2/23(祝)	内科系	脳神経内科・内科もてぎ医院(中央 8-8-9) TEL 048-737-5151	脳内、内、脳外	めじろ薬局 TEL 048-733-3100
	小児科系	名越内科医院(大枝89武里団地1-15-101) TEL 048-735-6627	内、胃、小、皮、アレルギー、リウマチ	
	外科系	分娩館医院(備後西5-4-28) TEL 048-739-3883	産	

日	系統	医療機関名	診療科目	薬局
2/26(日)	内科系	悠翔会在宅クリニック春日部(中央1-51-12 ハルキヤビル2階) TEL 048-878-8258	内	クラフト薬局 春日部永沼店 TEL 048-745-2301
	小児科系	あゆみクリニック(大枝400-4) TEL 048-731-3283	内、循、アレルギー、小、リハビリ	
	外科系	館浦整形外科医院(永沼2230-1) TEL 048-746-4832	整、リハビリ	
3/5(日)	内科系	はまさきの郷クリニック(一ノ割3-16-9) TEL 048-731-7777	内、胃、肛	薬局キューピー・ファーマシー TEL 048-793-7848 あいあい薬局 TEL 048-739-5050
	小児科系	豊春内科小児科クリニック(上蛭田681) TEL 048-760-2300	内、小	
	外科系	さだまつ眼科クリニック(谷原新田2213-1) TEL 048-731-5040	眼	
3/12(日)	内科系	粕壁東クリニック(粕壁東1-7-17) TEL 048-812-7000	内、整	さくら薬局 春日部店 TEL 048-739-3781
	小児科系	久野医院(六軒町204) TEL 048-737-1234	内、小、鎮痛(ペイン)	
	外科系	岩松医院(栄町1-334) TEL 048-761-0077	外、胃、麻	

献血日程

血液が不足しています。ご協力をお願いします。
 日程は市、市公式ツイッター、安心安全情報メール「かすかべ」で確認してください。
 問 健康課(内線7513)



夜間・休日昼間の急病

市立医療センター 急患診療
TEL 048-735-1261

市立医療センターは、原則として緊急な入院や手術を必要とする人を対象に救急医療を提供しています。

● 夜間(毎日)、(土)日(祝)の昼間
 診療科目…内・外科系
 ※必ず電話をしてからお越しください

子どもの平日夜間の急病

春日部市小児救急夜間診療所
TEL 048-736-2216

翌日までに緊急な診療が必要な人のために、診療を行います。

● 診療科目 小児科
 (内科系疾患・0歳児～中学校卒業まで)
 ● (月～金)の夜間(祝休、年末年始を除く)
 診療受付時間…19:00～22:00
 ● 場所 中央6-7-2(市役所第二別館1階)
 ※必ず電話をしてからお越しください

救急相談(24時間・毎日)

急な病気やけがの際に、家庭での対処方法や医療機関への受診の必要性について、相談に応じるとともに医療機関の案内をします。

埼玉県救急電話相談

- 看護師に電話で相談
- #7119またはTEL 048-824-4199 (ダイヤル回線、IP電話、PHS) 音声ガイダンスに従ってください。
- ※ 看護師によるアドバイスは、医療行為ではありません。相談者の判断の参考としてもらうものです。

埼玉県AI救急相談

- チャット形式で相談
- 「埼玉県AI救急相談」で検索
- ※ 表示される結果は、検査や医師の診断によるものではありません。自己責任において医療機関への受診や救急車の利用を判断してください

保健センターの管理栄養士が教える! **健康レシピ** 14品目

薄切り肉で*ひとくちとんかつ

一つ一つが小さいので、少量の油で上げることができます。薄切り肉を使うことで歯切れも良く、どの年代の人にも楽しめるとんかつです。お弁当にもオススメです。

【材料】4人分

豚もも薄切り肉…… 400g
 塩…………… 小さじ1/3
 こしょう…………… 少々
 パン粉…………… 20g
 サラダ油…………… 大さじ2
 付け合わせ
 キャベツ…………… 160g
 ミントマト…………… 8個

【作り方】

- 1 キャベツは千切りにする。
- 2 豚肉に塩、こしょうをふり、1人3個分の団子状に丸める。
- 3 ②の全体にパン粉を付ける。
- 4 フライパンにサラダ油を熱し、③を並べる。
- 5 全体がきつね色になり、火が通るまで転がしながら焼く。
- 6 皿に⑤と付け合わせを盛る。

【1人当たりの栄養価】

エネルギー…………… 290kcal
 たんぱく質…………… 20.7g
 脂 質…………… 21.4g
 食塩相当量…………… 0.7g

クックパッド「春日部市保健センターのキッチン」でもレシピ公開中!

調理のポイント

パン粉が付きにくいときは、押し付けるようにすると付きやすくなります。また、丸いとんかつは中まで火が通るのに時間がかかるので、小判型にするのもオススメです。