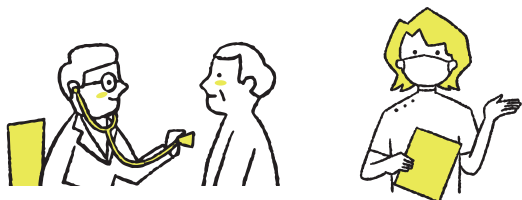




一般社団法人 川越市医師会

川越市医師会は、夜間休日診療所などを運営するとともに各種予防接種、乳幼児健診及びがん検診などの川越市の事業に協力し、市民の皆様が健康で安心して暮らせるよう地域医療、保健、福祉の向上に努めています。

また、今後の新興感染症の発生時に速やかに対応できるよう、埼玉県と川越市と連携し対策強化に取り組んでいます。



医師会の主な事業

1. 各種予防接種の実施
2. 学校医活動の推進
3. 各種がん検診の実施
4. 特定健診の実施
5. 乳幼児健診への協力
6. 川越市医師会夜間休日診療所の運営
7. 地域包括支援事業所等の運営
8. 川越看護専門学校との運営
9. 新興感染症対策の推進
10. 災害時の救護活動への協力

一般社団法人 川越市医師会

〒350-0036 埼玉県川越市小仙波町2丁目53-1

電話 (049) 222-0794

URL <https://kawagoe-med.jp>



一般社団法人 川越市歯科医師会

私たちは保健活動を通じて市民の皆様の口腔健康の維持・改善・及び全身の健康増進の一助となるように努めています。

- ◆ 歯ッピーフェスティバル
- ◆ 川越市健康まつり
- ◆ 地域包括ケアシステム
(CCN: コミュニティケアネットワークかわごえ)



一般社団法人 川越市歯科医師会

〒350-0054 埼玉県川越市三久保町18-3 川越市予防歯科センター内

電話 (049) 224-3891

URL <http://www.kda.or.jp>



川越商工会議所

川越商工会議所の主な事業活動

川越商工会議所は、資金繰り・補助金・事業計画の策定支援など経営に関する相談や、講演会・研修会の開催、地域振興を目的としたイベント等を展開しています。



経営支援

資金繰り相談

融資の紹介・斡旋を始め、資金繰りにお悩みの方へアドバイスいたします。経営上の運転資金や設備資金をお考えの方は、ぜひ川越商工会議所にご相談ください。

補助金の申請支援

国・県・市では様々な補助金が用意されています。販路開拓、設備投資など新しい取り組みをお考えの方はぜひご相談ください。経営指導員が申請サポートをいたします。

経営革新計画の作成支援

経営革新計画の策定は、事業の指標づくりです。計画策定を通じて事業計画を見直すことで、現状の課題や目標が明確になり、戦略決定のベースになります。事業計画書の作成など、埼玉県知事が承認する経営革新計画の申請をお手伝いします。

経営力向上

各種セミナー

「創業支援セミナー」、「新入社員セミナー」、「資金繰りセミナー」など、企業の経営力向上や、時代に合わせたセミナーを開催しています。

福利厚生

小江戸共済とおりゃんせ

病気・災害による死亡から事故による入院まで、業務上・業務外を問わず24時間保障されます。保険期間は1年で自動更新され、会員事業所を対象に充実した福利厚生を提供しています。

お問い合わせ・お申込み：川越商工会議所

〒350-8510 埼玉県川越市仲町1-12

電話 (049) 229-1810

URL <https://www.kawagoe.or.jp/>



デジタル会報
CLASSIC
毎月1日発行



一般社団法人 川越市薬剤師会

かかりつけ薬局を持ちましょう

川越市薬剤師会は「日本薬剤師会」「埼玉県薬剤師会」と連携して、川越市の医療の一端を担っています。会員薬局の薬剤師は薬学を通して、薬の有効性と安全性を提供し、地域の健康相談窓口として、安心しておかかり頂けるよう、常に研修しております。お近くの「かかりつけ薬局」に、お気軽にお立寄りください。

会員薬局には会員であることを示す「日本薬剤師会会員」章を掲示してあります。



主な活動

- ❖ 調剤業務
- ❖ 災害発生時の活動
- ❖ 学校薬剤師の業務
- ❖ お薬手帳

一般社団法人 川越市薬剤師会

〒350-0806 埼玉県川越市天沼新田307-7

電話 (049) 234-6583

URL <http://www.kawayaku.jp>



健康マップ ①

川越駅及び市役所周辺



歯科診療所



医療法人 碧橙会

あずまファミリー歯科

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00							—
14:00~18:00			—			—	—

・キッズスペース有リ
・赤ちゃんの駅併設

休診日：日曜・祝日
東武バス神明町バス停前



☎ 049-227-6485

川越市神明町10-10 2024年に移転しました
<https://www.a-family-shika.com>



病院・診療所

URBAN LIFE CLINIC 医療法人 宏仁会 **アーバンライフクリニック** 川越駅前

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

10:00~14:00	○	○	○	○	○	15:30迄	14:30迄
16:00~22:00	○	○	○	○	○	○	○

平日夜10時まで診療 土・日・祝日診療

TEL(049)227-5202 川越市菅原町1-7-1 アーバンライフビルディング2F

心療内科 内科・精神科

アーバンライフクリニック院長 三浦 裕子

病院・診療所

A 内科・糖尿病内科・小児科・皮膚科 浅野内科クリニック

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~12:00	●	●	●	●	●	13:00まで	／
14:00~18:00	●	●	●	●	●	／	／

※土曜日は9:00~13:00までとなります。
休診日：日曜・祝日

川越市氷川町135-1 254号線沿い

☎049-225-5261

病院・診療所

ウニクス川越 予防医療センター・クリニック

川越駅西口5分 ウニクス川越3階 駐車場あり

- ・人間ドック ・外来診療
- ・脳ドック ・健康診断
- ・特定健診 がん検診・予防接種

健診 月～金曜日 午前 8:30~12:00
午後 14:00~17:00
外来 月～金曜日 午後 14:00~17:00

健診予約 ☎049-220-0222

病院・診療所

内視鏡内科・消化器内科・胃腸内科・肛門外科

胃内視鏡、大腸内視鏡検査・日帰り肛門手術

川越駅前胃腸・肛門クリニック

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:30~12:00	○	○	○	×	○	○	×
手術 13:00~ 内視鏡 15:30	○	○	○	×	○	○	×
15:30~18:00	○	○	○	×	○	△	×

△：土曜日午後は完全予約制(15:30~17:00)
※受付時間など詳細はホームページをご覧ください。

TEL:049-227-8686

川越駅前胃腸・肛門クリニック

川越市脇田町103番 川越メイン・メディカルセンター川越2F

病院・診療所

内視鏡内科・胃腸内科・消化器内科 胃大腸内視鏡検査

医療法人財団 宏仁会 **川越消化器クリニック**

日本外科学会認定 外科専門医
日本消化器学会認定 消化器専門医
日本消化器内視鏡学会認定 消化器内視鏡専門医

院長 藤野 幸夫

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

8:30~12:00	●	●	●	●	●	※2	／
13:30~16:00	●	●	●	●	●	／	／
16:00~19:00	●	●	●	●	●	※1	／

※1 土曜日の午後診療は17時まで ※2 隔週日曜の午前は予約胃内視鏡検査を実施
13:30~15:30で大腸内視鏡検査を実施
受付は平日8:15~11:30、15:30~18:30 休診日：木曜日、祝日、隔週日曜日

川越市脇田本町8番1 U-PLACE6階

☎049-293-1180

病院・診療所

岸眼科医院

診療時間 月 火 水 木 金 土

AM9:00~12:00	●	●	休	●	●	●
PM2:30~6:00	●	●	休	●	休	▲

▲土曜の午後診療は5:00まで
休診日／水曜・日曜・祝日・金曜午後

川越市石原町1-10-3

TEL 049-223-1900

病院・診療所

・泌尿器科・内科・皮膚科・性感染症内科

熊谷クリニック

日本泌尿器科学会認定 泌尿器科専門医 院長 熊谷振作

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

AM9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	休
PM3:30~6:00	●	●	●	●	●	休	休

完全予約制

☎049-241-6677

川越市旭町2-8-3(市立川越高隣) ②20台あり

病院・診療所

内科・外科・胃腸内科・皮膚科
整形外科・消化器内科・肛門内科

たかはしファミリークリニック

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~13:00	●	●	休	●	●	第1・3・5診療	／
15:00~18:00	●	●	休	●	●	一休一	／

休診日：水、第2・4土日、祝日
麻酔下での胃カメラ大腸カメラ

〒350-0825 川越市月吉町24-1

Tel.049-224-0101

病院・診療所

内科・外科・胃腸内科・肛門外科・皮膚科・美容皮膚科・小児科
医療法人社団TMS **田中医院** CT設備あり

皮膚科は女性医師が担当

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~12:30	●	○	○	○	○	※2	／
14:00~16:00	※1	※1	※1	／	※1	／	／
16:00~19:00	○	○	○	○	○	／	／

受付終了は15分前です

◆皮膚科診療日…月曜・水曜・金曜午後・土曜
◆その他の科の診療日…月曜・火曜・水曜・金曜・土曜
※1…予約制(手術・検査・美容等) ※2…9:00~13:30

休診日 木曜・日曜・祝日

川越市宮下町1-2-12 TEL 049-222-0002
ホームページ <https://www.iin-tanaka.com/>

病院・診療所

本川越駅より徒歩4分

医療法人社団 広彩会 **ひろせクリニック**

胃がん内視鏡検診・マンモグラフィ・肝炎検診
各種超音波(腹部・乳腺・心臓・甲状腺)

内科・外科・消化器内科・循環器内科・糖尿病内科・乳腺外科
各種がん検診／訪問診療／在宅緩和ケア

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	／
14:30~18:00	○	○	○	○	○	※	／

※土曜日午後の受付時間は14:00~16:30になります
休診日 日曜・祝日

川越市新富町2-4-3 木村ビル3階

TEL 049-222-1199

病院・診療所

医療法人 刀圭会 **本川越病院** HONKAWAGOE HOSPITAL

診療科目 整形外科・内科・外科・脳神経外科
消化器内科・糖尿病内科・循環器内科
リハビリテーション科・放射線科

診療受付時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

8:00~11:45	●	●	●	●	●	／	／
13:30~17:15	●	●	●	●	●	／	／

休診日 日曜・祝日・土曜午後

住所：川越市中原町1-12-1

☎049-222-0533

駐車場有り 詳しくはこちらから

歯科診療所

矯正・歯並びにお困りの方

川越ホワイト歯科クリニック Kawagoe White Dental Clinic

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

10:00~13:00	●	●	●	▲	●	●	／
14:30~19:30	★	●	●	▲	★	●	／

★は14:30~20:00までの診療
▲木曜日は休診になる事があります。

脇田本町14-11 まきビル2F

☎049-293-7751

歯科診療所

歯科・小児歯科

田中歯科医院

診療時間 月 火 水 木 金 土

9:00~13:00	●	●	●	×	●	●
15:00~19:00	●	●	●	×	●	※

〔休診日〕木・日・祝日 ※14:00~16:00

川越市新富町1-1-4

本川越駅前(プリンスペペより1分) 駐車場有り

☎(049)222-0866





健康マップ 2

川越市広域



病院・診療所

ひとつの命、
あふれる愛。  愛和病院

産科 / 婦人科 / 小児科 / 皮膚科 / 形成外科 川越市古谷上983-1

愛和レディース
クリニック
本川越駅東口
徒歩1分

 産婦人科

愛和川越ウエスト
クリニック
川越駅西口徒歩1分

 産婦人科/小児科/
アレルギー科/皮膚科

西大宮小児科
クリニック
西大宮駅徒歩2分

 小児科

パタニティ・
マタニティハウス
愛和病院から徒歩3分

 産後ケアハウス

病院・診療所

胃腸内科・外科・内科・整形外科・リハビリテーション科
皮膚科／内視鏡検診・超音波検診

医療法人社団 英仁会

井上外科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	—	●	●	—
15:00~18:00	●	●	●	—	●	●	—

川越市砂新田74-8(高階小・しまむら裏)

TEL 049-245-6781

井上外科医院

検索

病院・診療所

おぜきこどもクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00 通常診療	●	●	●	●	●	●
14:00~14:40 予防接種・健診	●	●	●	●	●	×
15:30~18:00 通常診療	●	●	●	●	●	×
15:30~17:00 予防接種	●	●	●	●	●	×

【休診日】日曜・祝日

川越市砂新田2-8-6 **TEL:049-242-8888**

病院・診療所

片岡耳鼻咽喉科医院

KATAOKA ENT CLINIC

— 霞ヶ関駅南口徒歩5分 —

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	／
14:00~18:00	●	●	●	／	／	／	／

休診日:木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

<受付は診療終了時間の30分前まで>

川越市の場北1-3-9

049-231-3941



病院・診療所

川越インタークリニック

KAWAGOE INTER CLINIC

泌尿器科・小児泌尿器科・皮膚科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	14:00迄	／
15:00~18:00	●	●	●	／	／	／	／

休診日:木曜午後・土曜午後(14:00迄)・日曜・祝日

川越市豊田町3-11-3

<https://www.kawagoe-inter.com/>

TEL.049-246-1126



病院・診療所

内科・眼科・小児科・皮膚科・歯科

医療法人社団 関心会

関本記念病院

●科目ごとの診察日・診察時間はお問い合わせ下さい。

●休診日/日曜日・祝日

川越市中台1-8-6

049-241-0300

(歯科専用) **049-241-0303**

<http://sekimotokinen-hp.or.jp/>



病院・診療所

鈴木内科医院

内科・循環器内科・呼吸器内科

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	休	●	※	休
14:00~18:00	●	●	●	休	●	休	／

休診日 木曜・土曜午後・日曜・祝日 ※土曜は13:00迄受付

川越市の場2218-18

TEL.049-237-1100

病院・診療所

鈴木脳神経外科

脳神経外科・神経内科・内科/脳ドック

頭痛 めまい 耳鳴り もの忘れ 生活習慣病



火曜休診
TEL 049-233-7701



病院・診療所

なるかわ内科・脳神経クリニック

内科・神経内科/生活習慣病

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30~11:30	●	●	●	●	●	—	—
13:45~17:30	●	—	●	●	—	—	—

休診日:火曜午後・土曜午後/日曜/祝日

TEL 049-299-8687

なるかわ内科・脳神経クリニック

<https://narukawa-neurology.com> 川越市の場1215-3 Pあり(14台)



病院・診療所

内科・リハビリテーション科

医療サービスにハートをそえて

医療法人 藤田会

西武川越病院
049-244-7511
川越市今福265-2
<https://www.seibukawagoe-hp.or.jp>

<https://www.seibukawagoe-hp.or.jp>

病院・診療所

元山クリニック

循環器内科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	休	●	●	休
15:00~18:00	●	●	●	休	●	休	休

川越市笠幡79-1 Pあり

049-231-1948

(予約専用) **049-239-1855**

病院・診療所

やなぎさわ皮膚科内科

皮膚科 内科・リウマチ科 医師2名体制

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:30	●	●	／	／	／	／	／
15:00~18:30	●	●	／	／	／	／	／

(休診日)水曜・日曜・祝日 ●皮膚科 ■内科

049-265-3270

川越市上野田町37-1 駐車場33台有



病院・診療所

わかおクリニック

内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	×	○	★	×
15:00~18:30	○	○	○	×	○	×	×

休診日:木曜日、日曜日、祝日

診療時間: 午前9:00~12:00 午後15:00~18:30

土曜日 ★9:00~13:00

住 所: 川越市並木246-1 リヴォーレ中田103

T E L: **049-293-3941**



正しい薬の使い方

MEDICINE
ADVICE

1 薬をもらうとき

- ▶ 病状、アレルギーの有無、妊娠の有無を伝える。
- ▶ ほかに飲んでいる薬があれば伝える。
- ▶ 薬の飲み合わせ(相互作用)によって、副作用が出る場合があります。漢方薬も含めて2種類以上の薬を使用するときは、自己判断せず、必ず医師や薬剤師に相談しましょう。



2 水や白湯と一緒に飲む

- ▶ コップ一杯の水か白湯(ぬるま湯)で飲む。薬の成分が水で薄められ、粘膜への刺激を少なくします。
- ▶ お茶、ジュースなどほかの飲み物を水代わりにする人もいますが、薬の作用が抑えられたり、逆に効きすぎたり、副作用の危険が高まる場合があるのでやめましょう。アルコールで飲むことは必ず避けましょう。

ウォーキングをはじめよう

ウォーキングは、生活習慣病の予防など健康面以外にも、気分転換やストレス発散といった精神面にも効果があるとされています。簡単にはじめられるスポーツで、自分のペースに合わせて調整しやすいこともあり、長く続けやすいことも魅力です。

ウォーキング前の準備

体調確認

普段とは異なる症状はないか体調確認をしましょう。



運動前の体調チェック

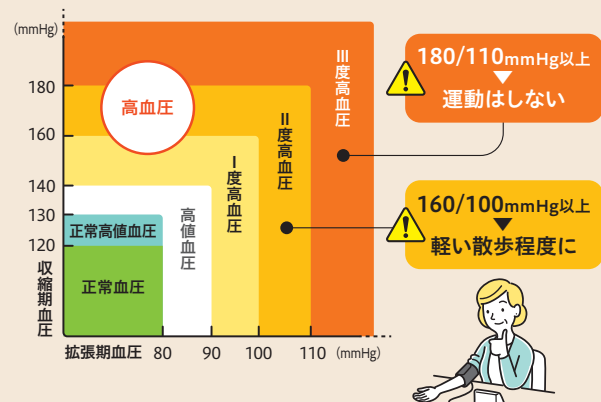
発熱や腹痛などの症状があるときや、足腰を痛めているときはもちろん、過労気味、睡眠不足など体に負担が多いときは、運動を控えたほうがよいでしょう。

また、元気があっても以下の項目で「はい」がひとつでもある場合は、無理をせずに休養を優先しましょう。

チェック項目	回答
●頭痛やめまいがする	はい・いいえ
●耳鳴りがする	はい・いいえ
●食欲がない	はい・いいえ
●少し動いただけで息切れや動悸がする	はい・いいえ
●胸が痛い	はい・いいえ
●(夏期)熱中症警報が出ている	はい・いいえ
●血圧が180/110mmHg以上ある	はい・いいえ

＼血圧の高い方／

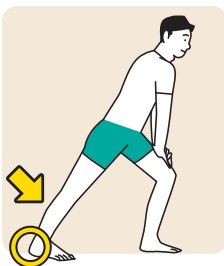
血圧チェックも行いましょう



出典：日本高血圧学会「高血圧治療ガイドライン2019」

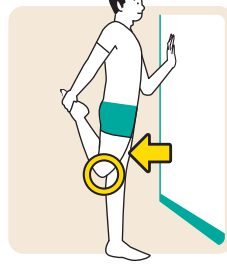
準備運動

歩く前に軽い体操やストレッチを行いましょう。



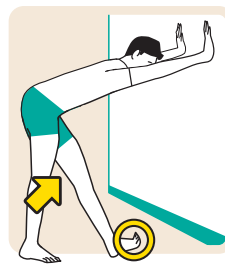
① ふくらはぎ

かかとを地面につけたまま伸ばします。



② 太もも表側

バランスをとりながらつま先を後方へ持ち上げます。



③ 太もも裏側

つま先を地面から上げて、太もも裏を伸ばします。



④ 肩

ひじを伸ばしている腕を軽く引きながら肩を伸ばします。



⑤ 二の腕

二の腕を反対の手で押さえるように伸ばします。

Check!

ウォーキングシューズの選び方

指先が余裕をもって動かせる、特にかかとがしっかりと靴を使用しましょう。

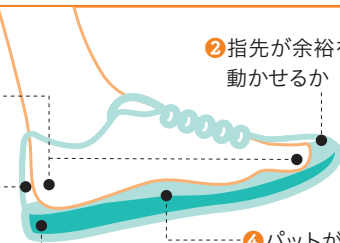
① かかと、つま先、足の甲などに靴ずれが起きる心配はないか

③ かかとの部分がしっかりと包み込まれているか

⑤ かかとの部分の靴底は少し広めで十分にショックを吸収できる厚さがあるか

② 指先が余裕をもって動かせるか

④ パットが土踏まずにフィットしているか



ウォーキングフォームのポイント

正しく歩くことで運動の効果がアップし、体の負担も和らげます。

① 頭は揺らさずしっかりと

体の上下左右の余計な揺れに注意して、頭の位置をできるだけ固定しましょう。

③ 肩は力を抜いてリラックス

肩の力を抜けば、腕の振りはスムーズに、歩きは軽快になります。

⑤ 腰の回転で歩幅を広げて

腰の回転を意識すれば、自然と歩幅は広がります。さらに股関節周辺の筋肉が使われ、運動効果も上がります。

⑦ しっかり地面をキック

かかとから着地し、体重を親指の付け根へ移動させ、つま先で地面をしっかりキックしましょう。

② 目線はまっすぐ

美しい姿勢をつくるためには、あごを軽く引き、やや遠く(15m先くらい)を見る感じで。

④ 呼吸は自分のリズムで

呼吸は無理せず、意識せず。自分の自然なリズムで呼吸しましょう。

⑥ ひじはやや曲げて、腕を大きく振りましょう

ひじを軽く曲げて振れば、腕は疲れにくくなり、さらに大きく振れば歩幅は広がります。

⑧ 膝を伸ばしてかかとから着地

膝を伸ばして歩けば、自然にかかとから着地します。かかとから着地をすれば、歩幅が広がります。

季節に合わせた服装

暑い日は熱中症や紫外線対策を行い、寒い日は防寒しながらも体を動かしやすく、着脱しやすい服装を選びましょう。



暑い日の服装

- ▶ 吸汗・速乾素材や紫外線対策としてUVケア機能のあるもの
- ▶ 襟元はゆるめて通気しやすくする
- ▶ 帽子をかぶる(時々はずして汗の蒸発を促しましょう)



寒い日の服装

- ▶ 体を動かしやすいウィンドブレーカーやダウンジャケット(またはベスト)
- ▶ 帽子・手袋・マフラーなど(体が温まってきたら外しやすいもの)



ウォーキング中の注意点



- ▶ 運動中に次のような症状を自覚するなど、体調に異変を感じたら、直ちに運動を中止しましょう。
 - 胸痛 ● 動悸 ● 強い空腹感やふるえ ● 冷や汗 ● 普段と違う強い疲れ
 - めまいやふらつき ● 関節や筋肉の強い痛み
- ▶ 肥満の方は、運動による運動器障害が起こりやすいので注意しましょう。
- ▶ 運動中は15分に1回程度は水分補給をしましょう。大量に汗をかいいた時は塩分補給も忘れずに。
- ▶ 気温(室温)や湿度に対する配慮も必要です。

✓ 1日平均1万歩以上歩くことを目標に

✓ 週2回以上、1回30分以上の息が少しはずむ程度の運動を習慣に

出典元：厚生労働省「歩く時のポイント」 <https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/seikatsu/pdf/03-d-27.pdf>
 厚生労働省「身体活動・運動」 https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21_11/b2.html
 厚生労働省「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」 <https://www.mhlw.go.jp/content/001195872.pdf>



リフォームの基礎知識 ①



リフォームの進め方とポイント

Step 1

具体的な計画を立てる

- ☒ 時期、期間は？ ☒ 予算は？

リフォームの目的から具体的な計画を立てましょう。この時点での情報収集も大切なポイントです。

Step 2

事業者を決める～契約する

- ☒ 施工業者の事業内容がリフォーム目的と合致しているか？
☒ 実績や業績内容を吟味。信頼できる事業者か？
☒ 候補を数社選んで同じ条件で見積書を提出してもらい検討したか？

契約前に疑問点・不安点は徹底的に確認しましょう。見積書・提案書や契約書だけでなく、打ち合わせの際の資料やメモなど書類にはしっかり目を通し、保管しておきましょう。

Step 3

着工

- ☒ 工事に向けての準備や近隣への周知は大丈夫か？
☒ 事業者の有資格者が石綿の事前調査を行っているか？
☒ 行程表に基づいて進んでいるか？
☒ 変更・追加などが発生していないか？

定期的に施工業者から報告・連絡を受けるようにしましょう。また、不安がある場合は施工業者の担当者を通じて確認するようにしましょう。

Step 4

着工後

- ☒ 事業者立会いの下、確認をし説明を受けたか？
☒ 今後のメンテナンスや保証先を確認したか？

おかげさまで
50
周年

住まいのリフォーム・水廻り 地元の業者にお任せください。

安心 信頼

アサヒの安心5ヶ条

- ・お見積り・ご相談は無料です。小さな工事から喜んでお伺いします。
- ・当社施工で安心価格。担当者は引渡しまで変わりません。
- ・お見積り提出後のしつこい営業は一切致しません。
- ・工事後のアフターサービス。工事後も安心です。
- ・川越市の給排水指定工事ですので、水廻りのリフォームお任せください。

内装（クロス・床・建具）
 水廻り（浴室・キッチン）
 外構（カーポート・庭）
 外壁・屋根の塗装、修理
 ガス給湯器・電気温水器
 新築・建て替え注文住宅

株式会社 アサヒ
 川越市砂新田 6-12-11（南文化会館ジョイフル前）

地元密着 50年
総合建設業・川越市給排水指定工事店

フリーダイヤル
0120-424-323

建設業許可（6）46371号 宅地建物取引業（9）14306号 AM8:30～PM6:00（定休日：祝日、日曜日） Tel:049-243-0202

当社のモデルハウス！見学できます。

素敵な「空間づくり」をご提案いたします。

屋根塗装・外壁塗装

colors

その他、お困りごとがありましたらお気軽にお問合せ下さい



一級塗装技能士のお家の塗替え専門店

詳しくはこちらから…

<https://colors-reform.co.jp>



株式会社 colors -カラーズ-

【所在地】本社：川越市笠幡3856-22 さいたま支店：さいたま市西区二ツ宮798-2

見積無料

埼玉県知事許可（般-3）69653号

049-298-3674

窓のリフォーム

ちょっとした工夫でより快適に

窓は住宅の中でもっとも熱が逃げやすい場所。ちょっとした工夫で高い断熱効果をえられる場所でもあります。方法は様々ですが、いくつかご紹介します。 ※詳しくは建材メーカーや専門業者にお問い合わせください。

厚手のカーテン



¥ 安い 断熱性 やや良い

カーテンボックスをつけ、床に届くくらいの長さにするのが効果的。

フィルム



¥ ふつう 断熱性 やや良い

ガラス面にフィルムを貼り、熱を通しにくくします。

複層ガラス



¥ ふつう 断熱性 良い

単板ガラスのサッシにアタッチメントを付け、複層ガラスにします。

後付けサッシ



¥ ふつう 断熱性 非常に良い

屋内にサッシを取り付け、二重窓にします。

断熱サッシ



¥ 高価 断熱性 非常に良い

アルミサッシをプラスチックなど熱伝導率の低い素材に変えます。

水まわりをバリアフリーへリフォーム

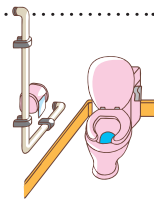
キッチン

- ・動きやすいキッチン!
- ・ゆとりのあるキッチン!
- ・使いやすいキッチン!



トイレ

- ・動きやすいトイレ!
- ・出入りをスムーズに!
- ・手すりをうまく設置!
- ・さわやかな空間!



洗面化粧室

- ・動きやすい洗面化粧室!
- ・手すりをうまく設置!
- ・使いやすい洗面器の設置!



浴室

- ・動きやすい浴室!
- ・手すりをうまく設置!
- ・浴室の段差をなくす!
- ・安全に使える浴槽やシャワーの設置!



屋根・外壁・雨どい 専門工事店

雨漏り修理／屋根・外壁リフォーム

埼玉県板金工業組合加盟店
屋根・外壁・工事10年保証制度登録
㈲山田板金工業所

社員募集

〒350-0045 埼玉県川越市南通町9-10

TEL:049-225-2267

FAX:049-226-3050

地域密着

住宅塗装・リフォーム

since 1975 住まいのお困りごと
何でもご相談ください

信塗装工事

塗装のコトやリフォームのコト以外にも、
住まいに関する些細なお困りごと等
お気軽にご相談ください

直通Tel:090-3105-8137

狭山市富士見2-24-24

屋根塗装・外壁塗装



見積
無料

西島塗装店

川越で創業 60 年
お気軽にお問合せください。

☎ 049-241-0324

川越市新宿町6-27-46

K. Assemble Performance 内装仕上工事業

株式会社鯉沼興業

埼玉県知事許可(般-5)第72232号

本社 354-0045 三芳町上宮524-10

TEL:049-265-7499 FAX:049-265-7489

E-mail:koizuma@koizumakougyou.co.jp

塗装で変わる。建物のいのち

一住まいを長持ちさせる塗装をご提案



塗装工事

防水工事

屋根工事・エクステリア・内装工事・大工工事etc..

W souwa

株式会社創和建装

埼玉県知事許可(般-4)第70835号

川越市久下戸3744 TEL/FAX 049-235-8705



090-8878-0438

info@sowa-kenso.jp



生活ガイド



リフォームの基礎知識 ②

Check 1

住まいの整備に関する補助金

介護保険制度では、「要支援1～2」や「要介護1～5」と認定された方が、自宅で生活をしやすい住環境にするための手すりの取り付けや段差解消などの、住宅改修に対して費用が支給されます。

また介護保険制度とは別に、高齢者向けや障がい者向けに住宅改修に助成金を支給しているところもあります。工事をお考えの際には事前に自治体に相談してみると良いでしょう。

Check 3

業者の探し方

最近では自社ホームページを持っているリフォーム会社も多いようです。ポストに入ってくるチラシも情報収集のチャンスです。

またご近所や知り合いでリフォーム工事をした家があったら、その会社がどんな対応だったか聞いてみるのも一つの手です。



Check 2

住まいの整備に関する補助金

バリアフリー住宅は、お年寄りや障がいを抱えている方でも住みやすい生活をおくれる住宅のことです。床の段差をなくしたり、階段に手すりを取り付けるなどいつまでも安全で暮らしやすい家で子どもから高齢のご両親まで、みんなが居心地よく住めることが重要です。



Check 4

リフォームと建築基準法

リフォーム時には、住宅に関する法律についても知っておく必要があります。通常業者さんが把握しており問題の起こることはあまりありませんが、知っておきたい法律としては建築基準法があります。建築基準法は住宅の安全性、居住性、周辺環境への配慮を目的としている法律で、新築だけでなくリフォーム時にも適用されるので注意が必要です。



創業80年 地元川越で昭和19年に創業

瓦1枚の取り付けなど、どんな小さなことでも
ご相談ください!! お見積り/お問合せ 無料

培った技術と経験で、住まいのお困り事に対応致します。

新築 設計・施工

リフォーム 増改築



数野工務店

株式会社

もっと詳しく
知りたい方は
ホームページへ!



建設業の許可: 建築工事業(般-2)第74050号 宅地建物取引業免許番号: 埼玉県知事(1)第24615号

松江町1-13-2 TEL:049-222-0016

数野工務店 川越



住まいの塗装・防水工事を県知事許可証、国家資格を保有する業者に依頼してますか?
あなたの大切な資産をお守りします! 技術と知識の技をdesignする当社へ!!

業務内容

埼玉県知事許可取得業種

- | | | | | | | |
|----------|---------|------------------|----------|--------|--------|----------|
| ■塗装工事業 | ■防水工事業 | ■屋根工事業 | ■大工工事業 | ■板金工事業 | ■建具工事業 | ■とび・土工事業 |
| ■鋼構造物工事業 | ■熱絶縁工事業 | ■解体工事業 | ■内装仕上工事業 | ■建築工事業 | ■左官工事業 | ■石工事業 |
| ■鉄筋工事業 | ■ガラス工事業 | ■タイル・れんが・ブロック工事業 | | | | |

保有資格

- | | | | | |
|-------------|------------|-------------|------------|-----------------|
| ▼1級建築施工管理技士 | ▼1級塗装技能士 | ▼1級FRP防水技能士 | ▼有機溶剤作業主任者 | ▼1級ウレタンゴム系防水技能士 |
| ▼職長、安全衛生責任者 | ▼PNS 工法技能士 | ▼足場組立作業主任者 | ▼酸素欠乏作業主任者 | ▼高所作業車運転者資格 |

Technical Japan
技をデザインする。

株式会社テクニカル・ジャパン

〒350-1175 埼玉県川越市笠幡1972-1 埼玉県知事 許可(般-5)第67436号
TEL:049-299-8358 FAX:049-299-8359 テクニカルジャパン 川越 検索



身近にできる地震対策

▶ 家具や電化製品の固定

阪神・淡路大震災では負傷者の約半数が家具や電化製品などの転倒・落下が原因となっています。つまり家具などの転倒・落下防止は住宅の耐震化と同じくらい重要になります。

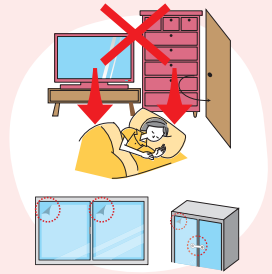
転倒の可能性がある家具には金具で固定し、冷蔵庫など金具の取り付けられない物にはマジックテープなどの固定器具が市販されていますので、上手く活用しましょう。



▶ 避難経路の確保とガラスの飛散を防ぐ

阪神・淡路大震災のけがで家具などの転倒・落下に次いで多かったのが割れて飛散したガラスによるものでした。

避難経路にはそういった危険のあるガラス製品や、避難の際に妨げとなるような家具や電化製品などは置かないようにしましょう。窓など動かす事が難しい物については割れて飛散しないようフィルムを貼る事がのぞましいですが、カーテンを引いておくともガラスの飛散を抑える事ができます。



知っておきたい！ 建築法規

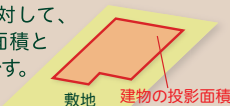
建ぺい率と容積率

敷地面積に対して建てられる建物の大きさは、「建ぺい率」と「容積率」で制限されています。建ぺい率と容積率は地域ごとに細かく設定されていて、厳しい地域では50坪の敷地であっても延べ床面積25坪の小さな家しか建てられないこともあります。設計をする上で重要な事項ですので、真っ先に確認する必要があります。ここでは建ぺい率についてご紹介します。

建ぺい率とは？

建ぺい率は建物の投影面積。

建ぺい率は、敷地に対して、建物の投影面積（建築面積と言います）が占める割合です。



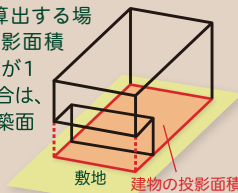
建ぺい率 (%)
= 建物の投影面積 ÷ 敷地面積 × 100

下記以外にも、いろいろな規制があります。各自治体によっても異なり、とても複雑なので正確なところは建築士など専門家にご相談ください。



2階の方が1階より大きい場合。

建ぺい率を算出する場合は、建物の投影面積なので、2階の方が1階より大きい場合は、2階の面積が建築面積となります。



まだまだこんな！ 基礎知識



自然塗料

室内の床や壁、柱、家具などの木製品は、多くは何らかの塗装がされています。特に大量生産の製品はそのほとんどに化学塗料が使われています。

近年、シックハウス症候群の原因となる、化学物質による室内の空気汚染が問題視されています。お子さんやご家族がアレルギー体質なら業者にまず相談する必要があるでしょう。

創業50年以上

「伝統の技術」と「最新の技術」を取り入れた技術者集団が質の高い施工をいたします。

■ 屋根、板金、雨どい工事
■ 外壁（サイディング）工事

(有)栗原板金工業

建設業 埼玉県知事許可（般-4）第22360号

坂戸市中小坂389

お気軽にお問い合わせ下さい。

TEL:049-281-2542



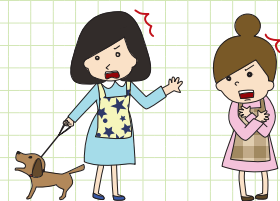
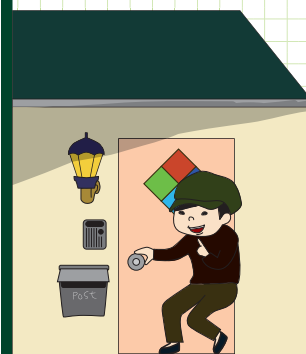
URL <https://www.kurihara-bankin.com>

防犯の心得 ～どろぼう退治法～

1 玄関等の出入り口には、
昼間でも鍵を掛けましょう。

2 ちょっと近所までというときも、戸締まりを心がけ、隣近所へ声をかける。

3 出入り口にはドアチェーンをつけましょう。





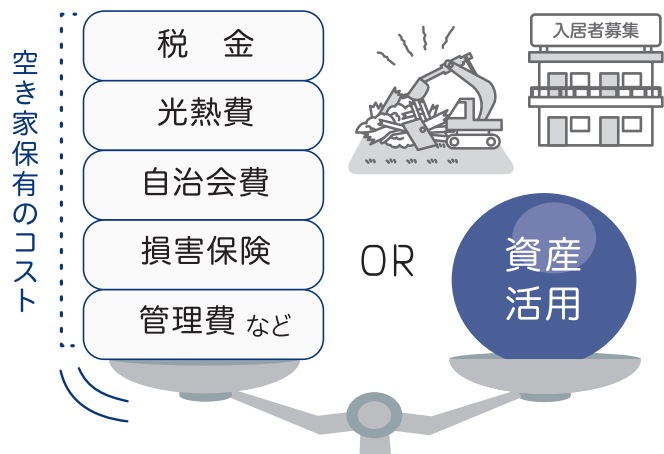
どうする？空き家対策

このページは有料広告ページです

株式会社サイネックスによる
編集記事ページです

空き家を活用しましょう

維持・管理にかかる費用と、処置をして資産として活用することの
どちらが得か比べてみるのも大切です。



Check! リノベーションで空き家を資産に

リノベーションとは、建築物の改築・増築や、建物の用途変更など、資産価値を高めるための大規模な改造のことです。

所有者が住む

売却する

賃貸にする

解体する

平成26年の空き家実態調査では、空き家となるきっかけは「相続時」が最多となっています。

しかし、相続登記がなされず前所有者の名義になっていることも多いので、現在の登記内容をしっかりと確かめて、後々のトラブルを未然に防ぎましょう。

▶ 空き家は保有しているだけで費用がかかります。

空き家の適正管理

空き家の管理は所有者の責務です。空き家の原因は転居や相続などが多く、誰もが空き家の所有者になる可能性があります。空き家の管理をしないと、近隣住民へ悪影響を及ぼしたり、被害が生じた場合には損害賠償責任を問われる可能性があります。住んでいるときから権利関係や登記、相続などについて整理しておくことが大切です。

住宅は人が住まなくなると傷みが早くなるため、定期的なメンテナンス（換気、清掃、除草、剪定、破損の確認など）が必要です。傷みが進むと修繕費用が大きくなり、すぐに使えないこともあります。住まなくなった空き家は、売却・賃貸を専門家に相談するとよいでしょう。

空き家でお困りの方へ

草木の越境、建築材の飛散などの法律問題は、原則として当事者の間で解決していただくこととなります。空き家の所有者が不明な場合は、法務局で登記事項を閲覧すれば所有者が分かります。複雑な場合は弁護士や司法書士などの専門家に相談するとよいでしょう。



見澤園
有限会社

川越市下赤坂619
TEL 049-262-0995
FAX 049-262-8311
E-mail misawaen@misawacchi.com

HOME 相談料無料

**不動産の売却等
ご相談ください!**

即時金額回答します!!

人と人をつなぐ・・・

株式会社 ケーアイホーム 埼玉県知事(4)第21355号

お気軽にお問合せください
TEL:049-299-7943

川越市鯨井634-1
詳しくはホームページをご覧ください



生産者の愛情が注がれた全国の逸品の数々

日本は特産品であふれている

Meat

Fruits

Gift

Noodle

Seafood

Health & Beauty

Craft

Sweets

Drink

わが街とくさんネットで気軽にお取り寄せ

Check!

わが街
とくさん
ネット

注文方法は
どれでもOK!



電話



FAX



インター
ネット



詳しくは わが街とくさんネット

株式会社サイネックス

〒543-0001 大阪府大阪市天王寺区上本町5丁目3-15
TEL:06-6766-3360 FAX:06-6766-3345



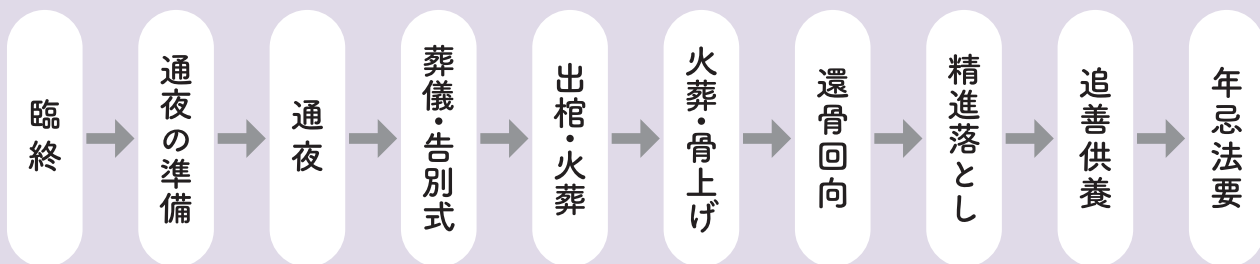
葬儀について

※掲載の記事に関しましては、一般的な様式を掲載したものであり、各宗教や宗派または地域により異なる場合がございます。

日常生活の中で、できるだけ考えたくないことかもしれませんが、どのような人生にも終焉は訪れます。誰もがいつかは遺族になり、告別式の参列者になることも避けられません。悲しみに打ちひしがれ、心も動転するような場面で、遺族や親しい人たちを支えるために、しきたりや作法があるともいえます。最近は死を忌むべきことと考えるより、人生を全うすることとして、自らの葬儀の演出を前もって指示しておいたり、希望を伝えておいたりすることも広まってきました。いざというとき慌てないために、基本的な葬儀や法要の流れ、会葬のマナーは心得ておきましょう。

弔事の流れ 臨終から法要まで

葬儀は人生最後の儀式。弔事の一つひとつにしきたりがあり、意味があります。地方によって、また宗教や宗派によって名称や作法は異なりますが、大方の流れは次のようになります。



東上通運
グループ

東上典礼

市民聖苑葬儀
取扱店



川越市民聖苑 やすらぎのさと・川越市斎場

事前相談 無料

どのような内容でも一度ご相談ください

24時間受付



0120-100498



川越市脇田本町15番地13 東上パールビル 8F ホームページ <http://tojo-tenrei.net/>

一般葬

家族葬

一日葬

直葬

年中無休
24時間対応
自社霊安室完備

メモリアルホールの場 ※画像はイメージです



川越市の場2632-1

市民聖苑やすらぎのさと

メモリアルホール川越



川越市小仙波867-1



川越市大仙波970-1

メモリアルホールの場 2025年8月オープン

市民聖苑やすらぎのさと・川越市斎場のご利用は
市民聖苑葬儀取扱店の**立ち華葬祭**にお任せください。
ご利用のお問い合わせは…

24時間受付 0120-55-0659

立ち華葬祭は ①市内に自社ホール完備(家族葬ホール3式場)
②霊安室(保冷庫)を24基完備(地域最大級です)
③病院・施設から直接ご安置が可能です

<https://tachibana-sousai.com/> **立ち華葬祭** 検索



有限会社 立ち華葬祭 (本社) ☎350-0025 川越市並木西町11-4

礼拝のマナー

仏式

仏式の焼香は、その香りで死者を慰め、その場の空気を清めるという意味があります。

- ①遺族、僧侶に一礼。
- ②抹香をつまみ、お辞儀をする形で目の高さに押しいただく。



- ③そのまま香炉の上に持っていき、パラパラと撒くように落とす。

- ④遺影を見つめて合掌、数珠は左手にかけたまま。



- ⑤2～3歩下がり、僧侶、遺族に一礼して席に戻る。

神式

神道では儀式の前に「手水の儀」を行います。水をいれた手桶とひしゃくが用意されていますから、これで軽く手を洗い、口をすすいで清め、用意された懐紙でふき取ります。

玉串奉奠では、

- ①右手は上から枝側を、左手は下から葉先を支える形で持つ。



- ②軽く黙礼して玉串を時計回りに回転させ根元を神前に向けて両手で供える。



- ③2～3歩下がり丁寧に二拝。
- ④音を立てずに二拍手、一拝。



- ⑤2～3歩下がり、神官、遺族に一礼して席に戻る。

服装について

●一般的に、葬儀に参列する際の服装は、結婚やお祝い事とは逆に「派手なものを避け、地味に徹する」ことにあります。



●仕事帰りなどの場合、わざわざ喪服に着替える必要はありません。ただしアクセサリーなどは外します。



●男性は、白シャツ・黒のスーツ・黒ネクタイ・黒い靴。



●女性は、黒のフォーマルウェア・肌の露出の少ない黒や紺のワンピース・黒い靴。

●アクセサリーを身につけるとしたら真珠にしましょう。ネックレスは一連のものを。

株式会社 クリーンキーパー
CleanKeeper
遺品整理士が心をこめてお手伝いします。

安心・信頼。

**遺品整理
家財整理**

遺品整理士・事件現場特殊清掃士のいる遺品整理会社

見積無料！24時間・365日受付

TEL.049-236-3330
0120-419-098

川越市下小坂978-3

クリーンキーパー川越 検索

川越市民聖苑やすらぎのさと・川越市斎場をご利用の方は、
市民聖苑葬儀取扱店の当社へお任せ下さい。

葬祭センター 美創
24時間受付
0120-85-8125

家族葬 真心 一般葬 信賴 火葬式 安心 価格

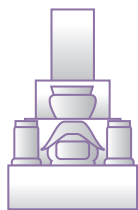
川越営業所 埼玉県川越市笠幡109-4
本社 埼玉県日高市高萩1567-19
※写真は川越市斎場です。

川越市民聖苑 川越 検索

お墓について

現在、墓地や霊園などで多く見られる形のお墓は、江戸時代の中頃から広く使われるようになったと言われています。鎌倉時代から室町時代にかけて多く作られた、五輪塔(ごりんとう)など供養塔型のお墓も一部で見られます。近年は、背が低く横幅が広い洋型のお墓も増えてきました。また、既成の型にこだわらない自由なデザインのお墓も見られます。

和型



最も標準的な形のお墓です。竿石(さおいし)の下に上台石(じょうだいし)、下台石(げだいし)を重ねた形が多く見られます。下台石の下に芝台石(しばだいし)を置いたり、竿石と上台の間にスリンと呼ばれる石を置く場合もあります。また、付属品として香炉(こうろ)、水鉢(みずばち)、花立て(はなたて)、墓誌(ぼし)、卒塔婆立て(そとばたて)なども、必要に応じて設置されます。

和型供養塔



現在の和型墓石が広く普及する以前に多く作られた、供養塔の形をしたお墓です。五輪塔(ごりんとう)、多宝塔(たほうとう)、宝篋印塔(ほうきょういんとう)、無縫塔(むほうとう)などの種類があります。

洋型



芝生墓地やガーデニング霊園、西洋風霊園などの増加とともに、西洋風のお墓も増えてきました。台石の上に、和型と比べて背が低く、横幅が広い竿石を置いたお墓で、竿石の前面を斜めに加工した「オルガン型」や、垂直に加工した「ストレート型」などがあります。また、芝生墓地などで多く見られる「プレート型」もあります。

デザイン墓石



伝統的な形にとらわれず、故人の趣味や個性を反映したオリジナルのデザインを施したお墓を選ぶ方も増えています。ただし、墓地や霊園によっては特異なデザインのお墓を建造できない場合がありますので、事前に確認する必要があります。

※掲載の記事に関しましては、一般的な様式を掲載したものであり、各宗教や宗派または地域により異なる場合がございます。

博愛の絆

永代供養墓

19万円(税込)

鶴ヶ島

さくら並木霊園セントソフィア

宗教自由

在来仏教・キリスト教・神道など
どなたでもお求めになれます。

葉もれび

48万円(税込)

さくら並木のほとりに佇む静かな環境

圏央鶴ヶ島ICから5分 国道407号沿い

皆様のご要望にこたえるラインナップ
「一般墓地・ハーブ墓地・樹木葬・永代供養墓」
各種取りそろえております。

ー「自分らしさ」を見出す ところの「聖域」ー
鶴ヶ島さくら並木霊園セントソフィア
0120-79-2255
川越市大字笠幡2730-2
鶴ヶ島さくら並木霊園 検索

若葉霊園

川越市下広谷363【木曜定休】

樹木葬 オープン!!

東武東上線「若葉駅」「川越駅」より
東武バス乗車
「観音堂バス停」下車、
徒歩約6分

地域最安値!!

初雁浄苑

川越市大袋142-1【木曜定休】

無料で使える法要施設あり!

西武新宿線
「南大塚駅」から
お車で約9分

どちらも管理万全、
自慢の霊園です!!

山崎石材公式アンバサダー
古美術鑑定家 中島 誠之助

樹木葬

オープン記念
10霊まで

15

(税別)
万円 16.5万円
(税込)

明治20年創業 川越・所沢両道

山崎石材

049-243-8678代

《営業時間》 9:00~17:00
(毎週木曜定休)

今福展示場 検索

墓地の種類

公営墓地

自治体が所有する墓地で、宗派を問わず民営に比べれば割安ですが、その分人気があり、購入は難しい。応募や使用に関して条件や規則があります。



寺院墓地

寺院内にある墓地で、その寺院によって管理運営されています。葬儀や法要に便利で、管理、供養の面でも安心ですが、原則として檀家以外の使用は認められません。価格もさまざまです。

公園墓地

公営、民営いずれも、緑の芝生や広場や遊歩道が調整されるなど、公園風の明るい雰囲気墓地です。墓石も古来の形式より、自由にデザインされたものなどが多く見受けられます。

民営墓地

公益法人や宗教法人などによって管理運営されている墓地で、多くは宗派を問いません。公営に比べて申し込み条件や規制は少なく、区画(墓基)や形態なども自由ですが、価格は高め。管理体制や運営主体の信頼性など慎重に選ぶようにしましょう。

仏壇・仏具Q&A

Question

お仏壇を購入するのにいい日にちってありますか？



Answer

「思い立ったが吉日」という言葉にもあるように、お仏壇を購入または買替えるのに、良い日・悪い日というのはありません。

Question

どんなお仏壇を購入すればいいですか？



Answer

宗派・地域によりおまつりするお仏壇に違いがあります。それを踏まえた上で、おまつりする場所にあった大きさ、デザイン、色、材質などで選ばれるとよいでしょう。

Question

お仏具とお供えものはどんなものが必要ですか？



Answer

仏具とは、お仏壇を飾り、毎日お供えするご飯、花やお茶、果物などをお供えする用具、器などをさします。宗派により用いる仏具が異なります。

博愛の絆 川越山城霊園
～空と緑と静寂の霊園～

すべての人に愛情を
人気の「博愛の絆」

19万円 永代供養料一式

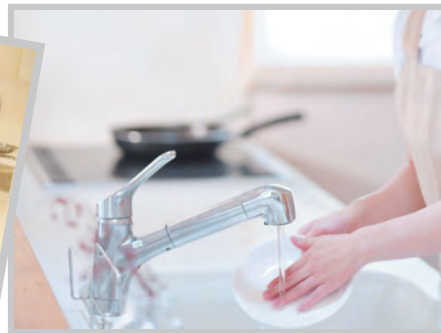
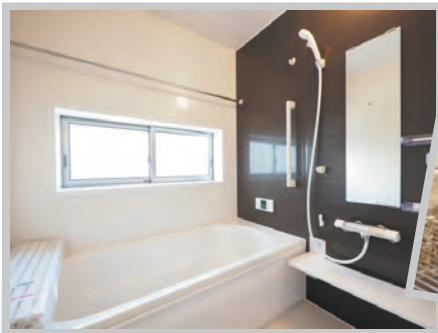
お問い合わせ
受付時間(午前9時～午後5時)
TEL.049-291-4527
川越市池辺180-1 定休日:月曜日



水まわりのトラブル おまかせください！

安心の低価格 地元業者！

お電話にて状況をお知らせ下さい。
迅速に対応いたします。



■ 上下水道工事全般

■ 漏水調査

■ トイレつまり

■ 水漏れ修理

■ 悪臭調査

■ 高圧洗浄

■ リフォーム工事

■ 各種清掃

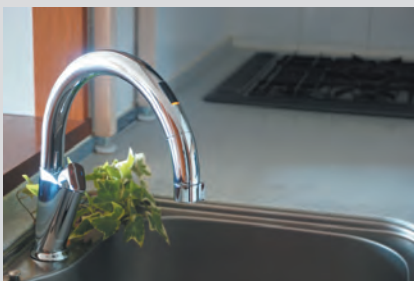
■ 排水のつまり

■ 給湯器修理・交換

■ ハウスクリーニング



排水のつまり



蛇口の水漏れ



トイレのつまり・水漏れ

年中無休

365日
随時受付

24時間
受付

深夜料金は
頂きません

基本料金
無料

出張費・
見積もり無料



火災保険対応工事

水のトラブルにて家財・建物の一部が損害を受けた場合に「火災保険」の対象になる場合が御座います。まずご相談下さい。

水道局指定工事店

フロントライフ

川越市指定給水装置工事事業者 第 677 号

お気軽にご相談下さい

0120-34-2610

川越店：川越市大字藤間 847-17 本店：新宿区北新宿 1-20-5