

要予約 対象 場所 内容 定員 持ち物 費用 申込み 主催 その他

事業名	とき	場所	内容	定員	持ち物	費用	申込み	主催	その他
健康づくり 料理講習会	5月21日(火)	鶴瀬西交流センター	メニューテーマ「口から健口(健康)！噛み噛みメニュー」 大豆ごろごろドライカレー、えびイカのマリネ風サラダ、お手軽♪シナモンりんごのヨーグルトがけ ミニ講話…歯周病に要注意！ ※500円程度(食材の入手状況により変動あり) 富士見市食生活改善推進員協議会 ※いずれの会場も10:00~13:00 ※参加者本人がお申し込みください。	500円程度					
	21日(火)	針ヶ谷コミュニティセンター							
	22日(水)	ピアザ☆ふじみ							
	23日(木)	鶴瀬公民館							
	27日(月)	ふじみ野交流センター							
	29日(水)	南畑公民館							
6月4日(火)	水谷公民館								
はつらつ教室 生活機能アップコース	木曜日コース 5月9日・16日・23日	鶴瀬公民館	対 足腰の痛みや動きにくさをきっかけに、思うように健康管理や体力維持ができなくなってきた方 場 健康増進センター(送迎あり) 内 作業療法士など専門職による個別相談と運動、心身の活動向上と、より豊かな地域参加を目指したグループ活動 費 1回につき30円(保険代) ※いずれも10:00~14:30	500円程度					
	金曜日コース 5月10日・17日・24日								
知ってナットク 身近な健康相談室	5月30日(木) 9:00~16:00	健康増進センター	対 健康について相談のある方 内 生活習慣病や食事に関することについて保健師、管理栄養士による個別相談 他 1人1時間程度						
ホッと安心健康相談	5月9日(木) 13:30~15:30	水谷東公民館 ふれあいサロン	対 健康や体の状況に心配のある方 内 看護師や保健師による個別相談						
	5月16日(木) 13:30~15:30	鶴瀬公民館 いきいき活動室							
	5月27日(月) 13:30~15:30	高齢者いきいき ふれあいセンター							

集団検診

健康増進センター ※申込み・問合せは健康増進センターへ ☎049-252-3771

集団検診名	対象者・内容	受診料	受診期日	定員	申込開始日
前立腺がん 検診	・50歳以上(昭和45年3月31日までに生まれた方) ・問診、PSA検査(血液検査) ※年度内1回の検診です。	500円	6月3日(月) 午前	100人	5月7日(火)
乳がん検診	・40歳以上(昭和55年3月31日までに生まれた方)で、平成30年度(平成30年4月~平成31年3月)に受診していない方 ・問診、マンモグラフィ(X線撮影) ※2年に1回の検診です。視触診はありません。50歳以上の方のマンモグラフィ検査は一方方向からの撮影です。	2,000円	6月13日(木) 午前・午後	100人	5月14日(火)

※乳がん検診…豊胸手術やペースメーカー挿入術を受けている方、妊娠中の方、妊娠の可能性のある方、授乳中の方、授乳終了後6か月未満の方は対象になりません。

5月の緊急時の産婦人科医(9:00~17:00)

当番医	電話番号
1日(祝) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
2日(休) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
3日(祝) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
4日(祝) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
5日(祝) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
6日(祝) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
12日(日) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
19日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
26日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111

5月の緊急時の外科医(9:00~16:00)

当番医	電話番号
1日(祝) 上福岡駅前クリニック(ふじみ野市)	049-256-5600
2日(休) 三浦病院(富士見市)	049-254-7111
3日(祝) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
4日(祝) 三芳野第2病院(ふじみ野市)	049-261-0502
5日(祝) みずほ台病院(富士見市)	049-252-5121
6日(祝) イムス富士見総合病院(富士見市)	049-251-3060
12日(日) イムス三芳総合病院(三芳町)	049-258-2323
19日(日) 栗原医院(富士見市)	049-255-3700
26日(日) みずほ台病院(富士見市)	049-252-5121

救急休日診療 東入間医師会 ☎ 049-264-9592(代)
ふじみ野市駒林元町3-1-20
休日急患診療所
〔昼間〕9:00~12:00・13:00~16:00
〔夜間〕20:00~22:00

小児時間外 東入間医師会 ☎ 049-264-9592(代)
ふじみ野市駒林元町3-1-20
救急診療 休日急患診療所
〔診療時間〕月~土曜(祝日を除く) 20:00~22:00

埼玉県救急電話相談
☎ #7119 (☎ 048-824-4199)
〔24時間365日〕
大人や子どもの相談に対応し、医療機関を案内します。

休日・夜間の
医療機関


高齢者肺炎球菌ワクチン接種のお知らせ

高齢者肺炎球菌ワクチンの予防接種は、定期予防接種のB類(接種を受けるように努めるもの。接種費用の一部負担があります)で、65歳以上の方が対象です。65歳以上の方を5歳ごとに年度で区切り、1人1回の定期接種の機会が令和5年度まで延長されました。

令和元年度の対象者

市内に住民登録がある方で、これまでに肺炎球菌ワクチンの接種を1度も受けたことがなく、次のいずれかに該当する方

- 65歳以上の方で右表に該当する方
- 60歳以上65歳未満の方で、心臓・じん臓・呼吸器の機能に障がいのある方、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい(身体障害者手帳1級程度)のある方

※令和元年度の対象者には、平成31年4月下旬~5月上旬に個別通知をしています。実施期間外や対象者以外の方は、全額自己負担となりますのでご注意ください。

接種回数/1回(生涯1回限り)

費用/自己負担額3,000円(生活保護受給者は無料)

実施期間/令和2年3月31日(火)まで

接種場所/2市1町の実施医療機関

※実施医療機関は市ホームページ、または広報『富士見』5月号の折込保存版「令和元年度 がん検診など・個別予防接種のお知らせ」をご覧ください。

健康増進センター ☎ 049-252-3771

令和元年度の対象者の生年月日	
65歳	昭和29年4月2日生まれ~昭和30年4月1日生まれの方
70歳	昭和24年4月2日生まれ~昭和25年4月1日生まれの方
75歳	昭和19年4月2日生まれ~昭和20年4月1日生まれの方
80歳	昭和14年4月2日生まれ~昭和15年4月1日生まれの方
85歳	昭和9年4月2日生まれ~昭和10年4月1日生まれの方
90歳	昭和4年4月2日生まれ~昭和5年4月1日生まれの方
95歳	大正13年4月2日生まれ~大正14年4月1日生まれの方
100歳	大正8年4月2日生まれ~大正9年4月1日生まれの方
100歳以上	大正8年4月1日以前に生まれた方

~ 熱中症は予防が大事! ~

5・6月のそれほど高くない気温(25~30℃)でも、湿度が高い場合や体が暑さに慣れていない時に熱中症は発生しています。しっかり対策・予防していきましょう。

熱中症予防5つのポイント

- ① 高齢者は上手にエアコンを
- ② 暑くなる日は要注意
- ③ 水分をこまめに補給
- ④ 調子が悪いと思ったら病院へ
- ⑤ 周りの人にも気配りを



乳がん検診の補助について

30歳代の方が乳がん検診を医療機関で受診した場合に補助金を交付します。

対象/昭和55年4月1日~平成2年3月31日に生まれた女性で、乳がん検診を医療機関で受けた方

検診方法/マンモグラフィ(X線撮影)、乳房超音波検査
自己負担額/2,000円 補助上限額/5,000円

交付回数/2年度に1回

申請方法/検診結果、領収書、明細書(原本)を添付し申請してください。※詳しくはお問い合わせください。

健康増進センター ☎ 049-252-3771

食育☆健康ひろば

おやこで楽しむ! もぐもぐ☆食育劇(試食付)

小さなお子さんでも大歓迎! 食に関する劇や試食を通して、お子さんと一緒に食について学びませんか。

とき/6月8日(土)午後1時30分~2時30分

場所/ピアザ☆ふじみ

対象/市内在住でおおむね小生までのお子さんと保護者(お子さんのみの参加も可)

内容/食育劇、試食

定員/70人程度(申込順)

参加費/無料

協力/食育劇団グリーンドロップ、富士見市食生活改善推進員協議会

申込み/4月22日(月)からFAX、直接または電話で
※市ホームページからも応募可

※お子さんのみの参加の場合は保護者からの申込み

健康増進センター

☎ 049-252-3771 FAX 049-255-3321

