

予要予約 対象 場所 内容 定員 持ち物 費用 申込み 主催 他そのほか

事業名	とき	詳細
はつらつ教室 生活機能アップコース	木曜日コース 8月1日・22日 ・29日 金曜日コース 8月2日・23日 ・30日	①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 ②健康増進センター(送迎あり) ③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 ④1回につき30円(保険代) ※いずれも10:00~14:30
知ってナットク 身近な健康相談室	8月23日(金) 9:00~16:00	①健康について相談のある方 ②健康増進センター ③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 ④1人1時間程度
ホッと安心健康相談	8月1日(木) 13:30~15:30	①水谷東公民館 ふれあいサロン
	8月8日(木) 13:30~15:30	①鶴瀬公民館 いきいき活動室
	8月28日(水) 13:30~15:30	①高齢者いきいき ふれあいセンター
		②健康や体の状況に心配のある方 ③看護師や保健師による個別相談

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	9月1日(日) 午前	100人	8月5日(月)
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向からの撮影になります。	2,000円	9月17日(火) 午前・午後	100人	8月19日(月)

※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。30歳代の女性が個別に検診を受けた場合、助成制度があります。

8月の緊急時の産婦人科医(9:00~17:00)

当番医	電話番号
4日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
11日(祝) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
12日(振) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
18日(日) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
25日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121

8月の緊急時の外科医(9:00~16:00)

当番医	電話番号
4日(日) 三芳野第2病院(ふじみ野市)	049-261-0502
11日(祝) 上福岡駅前クリニック(ふじみ野市)	049-256-5600
12日(振) イムス富士見総合病院(富士見市)	049-251-3060
18日(日) イムス三芳総合病院(三芳町)	049-258-2323
25日(日) 栗原医院(富士見市)	049-255-3700

救急休日診療 東入間医師会 ふじみ野市駒林元町3-1-20
①日曜 ②祝日 ③年末年始(12/31~1/3)
休日急患診療所 ☎049-264-9592(代)
[昼間] 9:00~12:00・13:00~16:00
[夜間] 20:00~22:00

**小児時間外
救急診療** 東入間医師会 ふじみ野市駒林元町3-1-20
休日急患診療所 ☎049-264-9592(代)
(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** AI 救急相談

☎#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



1歳以上のお子さんの保護者の方へ

お子さんの予防接種を忘れずに受けましょう

お子さんは発育とともに外出の機会が多くなり、感染症にかかる可能性が高まります。お子さんの感染症予防と感染症を広げないためにも、体調の良い時に早めに予防接種を受けましょう。

また、小学生になってからは二種混合や日本脳炎の定期予防接種もあります。忘れずに受けましょう。
接種方法／実施医療機関に直接お申し込みください。
※実施医療機関は、令和元年度がん検診などのお知らせ保存版(広報『富士見』5月号の折込保存版)、または市ホームページをご覧ください。

※対象年齢や接種間隔などを外れると、接種の効果が期待できないほか、接種費用は自費となりますのでご注意ください。詳しくは市ホームページをご覧ください。

予防接種のスケジュール管理ができる

富士見市子育て応援情報モバイルサイト「スマイルなび」をぜひご利用ください。



予防接種の種類	接種回数	対象者(接種開始時期)
ヒブ	1回	1歳~5歳に至るまでに開始した場合
小児用肺炎球菌	2回	1歳~2歳に至るまでに開始した場合
	1回	2歳~5歳に至るまでに開始した場合
四種混合	4回	生後3か月~7歳6か月に至るまで
麻しん風しん混合	1期1回	1歳~2歳に至るまで
	2期1回	令和2年3月31日までの接種 令和元年度対象者:平成25年4月2日~平成26年4月1日生まれ(年長相当)
水痘(水ぼうそう)	2回	1歳~3歳に至るまで
日本脳炎	1期3回	生後6か月(標準的には3歳)~7歳6か月に至るまで
	2期1回	9歳~13歳未満 ※特例対象者(20歳未満で平成19年4月1日生まれまで)は、合計4回接種を無料で受けられます。
二種混合(三種混合の追加接種)	1回	11歳~13歳未満

※子宮頸がん予防ワクチンは、現在定期接種の積極的なお勧めはしていません。

健康増進センター ☎049-252-3771

食育☆健康ひろば

災害に役立つ!簡単おいしい料理教室

災害時に役立つ料理や口腔ケアを学びます。今回は、災害時に特別な支援が必要とされる乳幼児向けのメニューも調理します。

とき／9月5日(木)午前10時~午後2時30分

(受付:午前9時45分~)

場所／南畑公民館

対象／市内在住の方

内容／調理実習、試食、口腔ケアに関する実技ほか
メニュー／おかゆ、粉ミルク入り蒸しパン、ポトフ、サバ缶カレー、乾物サラダ、黒酢ドリンク寿司

定員／24人(応募多数の場合は抽選) ※保育あり(おむね10か月以上、10人、応募多数の場合は抽選)

講師／川尻由美子氏(日本災害食学会災害食専門員)、歯科衛生士(埼玉県歯科衛生士会朝霞支部)

参加費／500円(材料・資料代ほか。当日集金)

持ち物／エプロン、三角きん、ふきん、手ふき、筆記用具

申込み／8月26日(月)午後5時15分までにFAX、直接または電話で(市ホームページからも応募可)

※参加者本人がお申し込みください。

健康増進センター

☎049-252-3771 FAX049-255-3321



忙しくても大丈夫! 時短バランスごはん教室 健P

子育てや仕事など忙しい方でも簡単にできる作り置き料理や時短メニューを作ります。毎日の食事作りをラクにする方法の紹介もあります。

とき／9月12日(木)午前10時~午後1時30分

(受付:午前9時45分~)

場所／ピアザ☆ふじみ

対象／市内在住の18歳以上の方

内容／調理実習、講義

メニュー／下味冷凍やわらか

タンドリーチキン、包丁いら

ずキャロットサラダ、切干大

根のさっぱり煮ほか

定員／16人(申込順)

講師／市管理栄養士

参加費／400円(材料代ほか。当日集金)

持ち物／エプロン、三角きん、ふきん、手ふき、筆記用具

申込み／9月10日(火)までに電話で

※参加者本人がお申し込みください。

健康増進センター ☎049-252-3771



このマークの付いた事業に参加すると、埼玉県コバトン健康マイレージ参加者には健康ライフポイントが付き、当日ポイントを付与するので、お使いの歩数計などの端末をお持ちください。