

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	
健康づくり 料理講習会	10月23日(水)	場ピアザ☆ふじみ	内メニューテーマ「これで減塩？簡単！おいしい減塩料理」
	24日(木)	場鶴瀬公民館	きのこ根菜のトマトクリームシチュー、キウイドレッシングのグリーンサラダ、フルーツクランブル
	28日(月)	場ふじみ野交流センター	ミニ講話…今日から始める減塩作戦
	29日(火)	場鶴瀬西交流センター	費500円程度
	29日(火)	場針ヶ谷コミュニティセンター	主富士見市食生活改善推進員協議会
	29日(火)	場水谷公民館	※いずれの会場も10:00～13:00
はつらつ教室 生活機能アップ コース	木曜日コース 10月3日・10日	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	
	金曜日コース 10月4日・11日	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	
知ってナットク 身近な健康相談室	10月25日(金) 9:00～16:00	対健康について相談のある方 場健康増進センター 他1人1時間程度	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
ホッと安心 健康相談	10月3日(水)	場水谷東公民館 ふれあいサロン	対健康や体の状況に心配のある方
	10月10日(水)	場鶴瀬公民館 いきいき活動室	内看護師や保健師による個別相談
	10月30日(水)	場高齢者いきいきふれあいセンター	※いずれも13:30～15:30

集団検診

場健康増進センター ※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	11月1日(金) 午前	100人	10月1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向からの撮影になります。	2,000円	11月11日(月) 午前・午後 11月12日(火) 午前・午後	各100人	10月15日(火)
胃がん検診	・40歳以上(昭和55年3月31日までに生まれた方) ・問診、胃部X線撮影(バリウム検査) ※年度内1回の検診です(今年度の胃内視鏡検診を受診した方は受診できません)。	500円	11月27日(水) 午前 11月28日(木) 午前	各100人	10月28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。

10月の緊急時の産婦人科医(9:00～17:00)

当番医	電話番号
6日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
13日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
14日(祝) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
20日(日) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
22日(祝) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
27日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121

10月の緊急時の外科医(9:00～16:00)

当番医	電話番号
6日(日) みずほ台病院(富士見市)	049-252-5121
13日(日) 栗原医院(富士見市)	049-255-3700
14日(祝) 三浦病院(富士見市)	049-254-7111
20日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
22日(祝) イムス富士見総合病院(富士見市)	049-251-3060
27日(日) 三芳野第2病院(ふじみ野市)	049-261-0502

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

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

**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**

食育☆健康ひろば

場健康増進センター ☎049-252-3771 FAX049-255-3321

親子de簡単手作りおやつ教室 ～クリスマスのお菓子を作ろう♪～

クリスマスにちなんだお菓子を作りませんか。食後に歯によいおやつのお話とブラッシング指導を行います。
とき/11月9日(土)午後1時30分～4時
場所/ピアザ☆ふじみ
対象/市内在住の小学生と保護者
内容/調理実習、歯科衛生士の講話
メニュー/バナナキッフェル(ドイツの焼き菓子)、レ・ストレーゲ(イタリアのパン)



※アレルギーのある方はご相談ください。
定員/16組(応募多数の場合は抽選)
講師/遠藤徳夫氏(香川調理製菓専門学校助教授)、埼玉県歯科衛生士会朝霞支部
参加費/1組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、歯ブラシ(お子さんのみ)、汚れてもよいタオル
申込み/10月28日(月)午後5時15分までに市ホームページ、FAX、直接または電話で
※参加者本人がお申し込みください。



高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ

市では高齢者のインフルエンザ予防接種の助成を行います。接種前に実施医療機関や健康増進センターにある予防接種の説明書を読み、体調の良い時に受けましょう。
実施期間/10月20日(日)～令和2年1月31日(金)
接種場所/富士見市、ふじみ野市、三芳町の実施医療機関
※上記以外の医療機関で接種を受ける場合は、10月以降の接種前に健康増進センターにお問い合わせください。
対象/・65歳以上の希望者

・60歳以上65歳未満の希望者で、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に障がい(身体障害者手帳1級程度)のある方
接種方法/実施医療機関にお申し込みください(予診票は医療機関にあります)。
自己負担金/1,500円(実施医療機関でお支払いください)
※生活保護受給者は無料。実施医療機関で受給者証を提示してください。

場健康増進センター ☎049-252-3771

高齢者インフルエンザ予防接種 実施医療機関(富士見市)

※市外局番は(049)です。令和元年9月6日現在

医療機関	電話番号	医療機関	電話番号	医療機関	電話番号
アイルみずほ内科クリニック	252-8855	さくら記念病院	253-3811	平塚整形外科クリニック	253-8020
家田整形外科皮膚科クリニック	253-3022	篠田中央クリニック	251-0200	富士見クリニック	(048)472-0120
稲本しげたクリニック	254-9081	じゅんファミリークリニック	293-8388	富士見メンタルクリニック	255-0544
いままき内科医院	275-1110	鈴木内科医院	253-6280	ますなが医院	264-1511
イムス富士見総合病院	251-3060	武田耳鼻咽喉科	254-8733	まつさき小児科医院	263-7003
おぎそ小児科医院	255-2000	たにあい内科医院	265-7811	三浦病院	254-7111
オーク内科クリニック	256-0011	鶴瀬腎クリニック	293-5771	みずほ台サンクリニック	255-3929
上沢クリニック整形外科内科	275-6777	徳永内科クリニック	265-8208	みずほ台産婦人科	253-5566
北村クリニック	275-3051	中川内科小児科医院	254-1545	みずほ台病院	252-5121
草野整形外科	266-1866	中島医院	251-0793	宮沢クリニック	251-9165
日鼻医院	251-0633	根本外科整形外科	251-0011	みよし野クリニック	256-3132
栗原医院	255-3700	はまだ内科クリニック	268-7100	ゆうあいクリニック	257-5420
くろだ女性クリニック	256-1500	東みずほ台クリニック	255-5511	横田医院	251-0152
こう内科循環器科クリニック	262-7732	日比生クリニック	255-5515	わたなべ整形外科	255-6311
坂本整形外科	253-3989	ひまわり内科	253-5686		

受けていますか？乳がん検診

日本人女性の11人に1人が乳がんにかかると言われてます。市ではマンモグラフィ(X線撮影)による集団検診を健康増進センターで実施しています。
対象/40歳以上の女性で、平成30年4月～平成31年3月に市の乳がん検診を受診していない方 ※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。
検診を受けられない方
・豊胸手術、ペースメーカー挿入術を受けている方

・妊娠中、妊娠の可能性のある方
・授乳中、授乳終了後6か月未満の方
内容/問診、マンモグラフィ(X線撮影)
※50歳以上の方は一方向のみの撮影
受診料/2,000円(クーポン券をお持ちの方、生活保護受給者は無料)
申込み/広報『富士見』の健康ガイドや令和元年度がん検診などのお知らせ(保存版)、市ホームページで受診期日を確認し、お申し込みください。
場健康増進センター ☎049-252-3771