



※聴覚障がいの方はファックスでお申し込みください。

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	詳細
健康づくり料理講習会	1月21日(月)	場 ピアザ☆ふじみ
	22日(火)	場 鶴瀬西交流センター
	22日(火)	場 針ヶ谷コミュニティセンター
	23日(水)	場 南畑公民館
	23日(水)	場 ピアザ☆ふじみ
	24日(木)	場 鶴瀬公民館
はつらつ教室生活機能アップコース	木曜日コース 1月10日・17日・24・31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 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
	金曜日コース 1月11日・18日・25日	
知ってナットク身近な健康相談室	1月18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 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	1月10日(木) 13:30~15:30	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 内 看護師や保健師による個別相談
	1月17日(木) 13:30~15:30	場 鶴瀬公民館 いきいき活動室
	1月23日(水) 13:30~15:30	場 高齢者いきいき ふれあいセンター

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
乳がん検診	・40歳以上(昭和54年3月31日までに生まれた方)で平成29年4月から30年3月まで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からの撮影になります。	2,000円	2月19日(火) 午前・午後	100人	1月22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。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。

1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) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
2日(水) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
3日(木) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
6日(日) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
13日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
14日(祝) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
20日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
27日(日) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600

1月の緊急時の外科医 (9:00~16:00)



当番医	電話番号
1日(祝) イムス三芳総合病院(三芳町)	049-258-2323
2日(水) 三芳野第2病院(ふじみ野市)	049-261-0502
3日(木) 三浦病院(富士見市)	049-254-7111
6日(日) みずほ台病院(富士見市)	049-252-5121
13日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
14日(祝) イムス富士見総合病院(富士見市)	049-251-3060
20日(日) 上福岡駅前クリニック(ふじみ野市)	049-256-5600
27日(日) イムス三芳総合病院(三芳町)	049-258-2323

救急休日診療 東入間医師会 心しみ野市駒林元町3-1-20
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 東入間医師会 心しみ野市駒林元町3-1-20
救急診療 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
☎#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・夜間の医療機関携帯版



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。平成30年度までは、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を設けています。

平成30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障がい(身体障害者手帳1級程度)のある方

※平成30年度の対象者には、平成30年5月下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 / 3月31日(日)まで

接種場所 / 富士見市、ふじみ野市、三芳町の実施医療機関

※実施医療機関は市ホームページ、または広報『ふじみ』平成30年5月号の折込保存版「平成30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。

問合せ / 健康増進センター ☎049-252-3771

平成30年度の対象者の生年月日	
65歳	昭和28年4月2日~昭和29年4月1日生まれの方
70歳	昭和23年4月2日~昭和24年4月1日生まれの方
75歳	昭和18年4月2日~昭和19年4月1日生まれの方
80歳	昭和13年4月2日~昭和14年4月1日生まれの方
85歳	昭和8年4月2日~昭和9年4月1日生まれの方
90歳	昭和3年4月2日~昭和4年4月1日生まれの方
95歳	大正12年4月2日~大正13年4月1日生まれの方
100歳	大正7年4月2日~大正8年4月1日生まれの方

風しんにご注意ください

例年と比較して、関東地方で風しんの届出数が大幅に増加しています。

風しんウイルスは主に飛沫感染で感染し、発熱や発しん、リンパ節の腫れなどの症状が現れます。大人がかかると、発熱や発しんの期間が子どもより長く、関節痛がひどいことが多いとされています。また、妊娠20週ごろまでの妊婦が風しんウイルスに感染すると、出生児が先天性風しん症候群を発症する可能性があります。

気になる症状がある場合は、必ず受診前に医療機関に電話でその旨を伝え、指示に従って受診しましょう。

県で大人の無料風しん抗体検査を実施しています。詳しくは県ホームページをご覧ください。

問合せ / 健康増進センター ☎049-252-3771



食育☆健康ひろば

イベント メンズクッキング~夕食編~

仕事終わりに手ぶらでOK!切る・あえる・焼くの3ステップでできる料理を作ります。

とき / 1月25日(金)午後7時~9時

(受付:午後6時45分~)

場所 / ピアザ☆ふじみ

対象 / 市内在住、在勤の男性

内容 / 調理実習、講義ほか

メニュー / 簡単夕食メニュー

定員 / 16人(応募多数の場合は抽選)

講師 / 市管理栄養士

参加費 / 300円(材料代ほか。当日集金)

持ち物 / 参加費、筆記用具

申込み / 1月16日(水)午後5時15分までに直接、FAX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。

問合せ / 健康増進センター

☎049-252-3771 FAX049-255-3321

