



※聴覚障がいの方はファックスでお申し込みください。

事業名	とき	詳細
予 パパママ準備教室（4月コース）	1日目 4月23日(土) 9:30~15:30	対 初めての出産を平成23年7・8月に迎えるご夫婦 場 針ヶ谷コミュニティセンター 定 15組（申込順）
	2日目 5月19日(木) 9:30~15:30	受 9:20~9:30 内 赤ちゃんの環境と衣類、ビデオ上映、先輩パパママに聞いてみよう、歯の健康とブラッシング、出産後の家族計画、出産前後に利用できる制度 持 母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ（ご夫婦各自）、手鏡、昼食
予 マタニティエクササイズ	4月 7日(木) 10:00~11:30	受 9:40~10:00 対 妊婦および産後3か月くらいまでの方 場 ふじみ野交流センター 内 妊産婦体操 持 母子健康手帳、バスタオル、運動しやすい服装
予 もぐもぐパクパク食事相談	4月18日(月) 9:00~15:00	対 5か月児~3歳児の保護者 場 健康増進センター 内 食事についての相談 他 1人30分程度
4か月健診 いずれか都合のよい日	4月13日(水)	水 受 12:50~13:40 場 健康増進センター
	4月25日(月)	鶴 対 平成22年11月生まれの子
12か月健診	4月20日(水)	水 受 12:50~13:40 場 健康増進センター
		鶴 対 平成22年4月1日~4月23日に生まれた子
1歳6か月健診	4月19日(火)	水 受 12:50~13:40 場 健康増進センター
		鶴 対 平成21年7月1日~7月23日に生まれた子
3歳健診	4月26日(火)	水 受 12:50~13:40 場 健康増進センター
		鶴 対 平成19年10月生まれの子
予 乳児・母乳相談	4月14日(木) 10:00~11:30	場 鶴瀬西交流センター 受 9:40~10:00 対 1歳までのお子さん（第一子）と保護者 内 ワンポイント保健情報、育児相談、グループトーク、母乳相談 ※母乳相談のみ経産婦も可。管理栄養士・助産師の相談もあります。
予 パパ講座 （初めてのパパの子育てサロン）	4月23日(土) 9:50~12:00	受 9:30~9:50 対 生後5~12か月の乳児（第一子）と父親 場 針ヶ谷コミュニティセンター 内 子育ての話、情報交換、保健情報 持 母子健康手帳、バスタオル、そのほか各自必要なもの
予 はつらつ教室 生活機能アップコース	4月 7日(木) 14日(木) 21日(木) 28日(木) 10:00~12:00	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）
予 知ってナットク 身近な健康相談室	4月22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
予 レディース健康相談室	4月22日(金) 9:00~16:00	対 女性 場 健康増進センター 内 更年期障害や尿もれなど女性特有のからだの悩み についての保健師による個別相談 他 1人1時間程度
ホッと安心健康相談	4月 7日(木) 13:30~15:30	場 水谷東ふれあいサロン
	4月14日(木) 13:30~15:30	場 鶴瀬公民館 いきいき活動室
	4月26日(火) 13:30~15:30	場 高齢者いきいき ふれあいセンター

乳幼児健診専用バス運行表QRコード

鶴瀬コース 水谷コース



健康増進センター 集団検診

集団検診名	対象者・内容	受診料	受診期日	定員	申込開始日
予 乳がん検診	・30歳以上（昭和57年3月31日までに生まれた方）で、平成22年度に受診されなかった方 ・問診、視診、触診、マンモグラフィ（X線撮影） ※マンモグラフィは2年に1度の検診です。	2,000円	5月11日(水)午前・午後 12日(木)午前・午後 13日(金)午後	各100人	4月11日(月)

※マンモグラフィ（X線撮影）は乳がんの早期発見に役立つ検査です。自分は大丈夫と思わず、ぜひこの機会に受診しましょう。（妊娠中または妊娠している可能性のある方、および授乳中の方は対象になりません）

問合せ、申込みは障がい福祉課 ☎049-251-2711 ㊟323

予 ソーシャルクラブ	毎週火曜 10:00~12:00	対 精神障がいのある方 場 市民福祉活動センター「ばれっと」 内 創作活動、調理実習、野外活動などをとおして、仲間づくりや生活の訓練など
予 こころの健康相談	4月21日(木) 10:00~	対 こころの病でお悩みの方やその家族の方（特に医療機関にかかれずお困りの方） 場 市民福祉活動センター「ばれっと」 内 精神科医師による相談

予…要予約 受…受付時間 対…対象 場…場所 内…内容 持…持ち物 定…定員 費…費用 申…申込み 主…主催 他…そのほか
水…バス水谷コース 鶴…バス鶴瀬コース

乳幼児健診
専用バス運行表

1年間使用しますので大切に保管してください。

鶴瀬コース		通過予定時刻
健診専用バス停車場		
1	ふじみ野駅西口埼玉縣信用金庫前（新駅西通り）	午後12時45分発
2	ふじみ野駅西口武蔵野銀行前	12時46分
3	ドラックエースふじみ野店東側	12時50分
4	ふじみ野小学校前	12時52分
5	ひばり団地バス停（勝瀬小学校入口）付近	12時55分
6	渡戸集会所前（ミニコープ羽沢店向かい）	12時59分
7	ファッションセンターしまむら鶴瀬店前	1時03分
8	鶴瀬東2丁目 レクセルガーデン向かい側駐車場前	1時06分
9	鶴瀬駅西口立体駐輪場前	1時11分
10	東和銀行鶴瀬支店駐車場前	1時13分
11	スーパービッグエー富士見鶴馬店前	1時16分
12	健康増進センター	1時20分着

健診名	対象月齢	健診場所	バスコース
4か月健診	4か月児	健康増進センター	1日目 水谷コース 2日目 鶴瀬コース
12か月健診	12か月児		水谷コース・鶴瀬コース
1歳6か月健診	1歳8か月児		
3歳健診	3歳6か月児		

水谷コース		通過予定時刻
健診専用バス停車場		
1	水谷東公民館前	午後12時45分発
2	榎町公園前	12時48分
3	針ヶ谷コミュニティセンター前	12時53分
4	唐沢公園前（西中前通り側）	12時57分
5	関沢上州屋酒店付近	12時59分
6	第四保育所入口付近	1時01分
7	みずほ台駅東口（市営駐車場側歩道）	1時05分
8	おぎそ小児科医院前	1時06分
9	水谷公民館前	1時07分
10	水子貝塚公園前（大應寺側）	1時09分
11	健康増進センター	1時10分着

※4か月健診は、1日目・水谷コース、2日目・鶴瀬コースのみの運行です。
※通過予定時刻前にバスが通過することはありません。
※帰りのバスは利用者がそろい次第、出発します。
※集団予防接種バス運行表とは、時刻が異なりますのでご注意ください。

4月の緊急時の産婦人科医（9:00~17:00）

当番医	電話番号
3日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
10日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
17日(日) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
24日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
29日(祝) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111



4月の緊急時の外科医（9:00~16:00）

当番医	電話番号
3日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
10日(日) 上福岡双愛病院(ふじみ野市)	049-261-0502
17日(日) 上福岡駅前クリニック(ふじみ野市)	049-256-5600
24日(日) イムス富士見総合病院(富士見市)	049-251-3060
29日(祝) 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 休日急患診療所 （昼間）9:00~12:00・13:00~16:00 （夜間）20:00~23:00	ふじみ野市駒林元町3-1-20 ☎049-264-9592(代)	
東入間医師会 第二休日診療所 （昼間）9:00~12:00・13:00~16:00 ※4月29日(祝)~5月5日(祝)は休診です。	富士見市鶴馬3351-2 ☎049-252-4050(代)	

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

埼玉県小児救急電話相談 ☎#8000
月~土曜 19:00~23:00 日曜、祝日、年末年始 9:00~23:00
埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199
受診可能な医療機関を毎日24時間案内（年中無休）

認知症予防と効果的なウォーキング教室

認知症を正しく理解し、脳を健康に保つ方法や予防に効果的なウォーキングについて学びます。

とき/4月18日~5月23日 毎週月曜午前10時~正午（全6回）
場所/健康増進センター

対象/おおむね65歳以上で運動制限が無く、6回全てに参加できる方

内容/講義:認知症とその予防について

実技:認知症予防に効果的な正しいウォーキング

演習:認知症予防ウォーキングの実践にむけて

定員/30人（申込順） 参加費/180円（保険代）

申込み/健康増進センター（☎049-252-3771）に直接または

電話でお申し込みください。

朝霞保健所からのお知らせ

小児慢性特定疾患医療給付の継続申請の受付開始

対象/現在、受給者証をお持ちで引き続き治療が必要な20歳未満の方

必要書類/申請書、医療意見書、生計中心者の所得税関係証明書など

※申請に必要な書類は、お持ちの受給者証に記載の住所地を管轄する保健所から郵送されます。

受付期間/4月28日(木)~6月15日(水)

(土・日曜、祝日は除く)

問合せ/朝霞保健所 ☎048-461-0468

※ヒブ、小児肺炎球菌ワクチンは現在、接種を一時見合わせています。子宮頸がんワクチンは供給不足のため1回目を停止していますが、22年度対象者は4月以降も助成対象になります。