



※聴覚障がいの方はファックスでお申し込みください。

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

事業名	とき	詳細
予 マタニティエクササイズ	7月 4日(月) 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 針ヶ谷コミュニティセンター 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	7月25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	7月12日(火) 7月20日(水)	水 受 12:50~13:40 場 健康増進センター 鶴 対 平成23年2月生まれの子
12か月健診	7月11日(月)	水 受 12:50~13:40 場 健康増進センター 鶴 対 平成22年7月1日~7月23日に生まれた子
	7月26日(火)	水 受 12:50~13:40 場 健康増進センター 鶴 対 平成22年7月24日~8月15日に生まれた子
1歳6か月健診	7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10月1日~10月23日に生まれた子
3歳健診	7月27日(水)	水 受 12:50~13:40 場 健康増進センター 鶴 対 平成20年1月生まれの子
予 乳児・母乳相談	7月 7日(木) 10:00~11:30	場 ふじみ野交流センター 受 9:40~10:00 対 1歳までのお子さん（第一子）とお母さん 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 ※母乳相談のみ妊産婦も可。管理栄養士・助産師の相談もあります。
	7月25日(月) 10:00~11:30	場 みずほ台コミュニティセンター
わくわく子育て トークング	7月15日(金) 10:00~11:30	受 9:45~10:00 対 1歳くらいまでのお子さんとお母さん 場 針ヶ谷コミュニティセンター 内 お母さんたちの交流 持 バスタオル、そのほか各自必要なもの 主 富士見市母子保健推進員連絡協議会
予 健康づくり 料理講習会	7月14日(木)	場 鶴瀬公民館
	19日(火)	場 鶴瀬西交流センター
	20日(水)	場 南畑公民館
	25日(月)	場 ふじみ野交流センター
	26日(火)	場 針ヶ谷コミュニティセンター
8月 2日(火)	場 水谷公民館	内 ミニ講話…さらさら血液のすすめ メニュー…枝豆ごはん、エビ入り冷やしワンタン、 ゴーヤのピーナツバターあえ、豆乳フルーツドリンク 費 500円程度 主 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
予 はつらつ教室 生活機能アップコース	7月 7日(木)	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 参加を目指すグループ活動 費 1回につき30円（保険代）
	14日(木)	
	21日(木) 10:00~12:00	
予 知ってナットク 身近な健康相談室	7月29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	7月29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	7月 7日(木) 13:30~15:30	場 水谷東公民館 ふれあいサロン
	7月14日(木) 13:30~15:30	場 鶴瀬公民館 いきいき活動室
	7月27日(水) 13:30~15:30	場 高齢者いきいき ふれあいセンター
		対 健康や身体状況に心配のある方 内 看護師や保健師による個別相談

集団検診 場 健康増進センター

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。 ※がん検診無料クーポン券対象者は別の日程になります。	2,000円	8月17日(水)午前・午後	100人	7月20日(水)

※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）

申込み、問合せは障がい福祉課 ☎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	7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

7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) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
10日(日) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
17日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
18日(祝) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
24日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
31日(日) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600



7月の緊急時の外科医 (9:00~16:00)

当番医	電話番号
3日(日) 三浦病院(富士見市)	049-254-7111
10日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
17日(日) 上福岡双愛病院(ふじみ野市)	049-261-0502
18日(祝) 上福岡駅前クリニック(ふじみ野市)	049-256-5600
24日(日) みずほ台病院(富士見市)	049-252-5121
31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 ぶじみ野市駒林元町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〕20:00~23:00

〔年末年始 12/31~1/5〕



東入間医師会 富士見市鶴馬3351-2
第二休日診療所 ☎049-252-4050(代)

〔昼間〕9:00~12:00・13:00~16:00



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

〔診療時間〕平日(月~土曜) 20:00~22:00



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）

身近な子育てサポーター

母子保健推進員

問合せ/健康増進センター ☎049-252-3771

90人の母子保健推進員が新たに委嘱されました。任期は平成25年3月31日までの2年間です。

母子保健推進員は地域に住む先輩お母さんで、生後2~3か月の赤ちゃんのいる家庭を訪問し、育児に関

する不安や悩みを聞いたり、必要に応じて保健師との橋渡し役をしています。また、市の子育て支援事業の紹介なども行い、お母さんたちの仲間づくりのお手伝いもしています。



わくわく子育てトークングのようす

母子保健推進員名簿

町会	氏名	町会	氏名	町会	氏名
山室	尾崎ゆかり	鶴瀬西1丁目二葉	湊谷 公子	鶴馬関沢	星野 悦子
諏訪1丁目	柳田万里子		谷口 美喜		佐藤 良美
諏訪2丁目	佐藤眞佐子	鶴瀬西1丁目西	柴崎 徳江		是枝 広子
前谷	馬場 宏子	鶴瀬西2丁目西	竹内 節子	水谷第1	萩元久美子
渡戸東	藪口美知留	鶴瀬西2丁目中	氏家 治子		山田 佳代
	重枝 保子	鶴瀬西2丁目南	山田 裕子	水谷第2	川井 桂子
渡戸3丁目	鹿間裕美子	鶴瀬西2丁目北	馬場美恵子		高橋 恵子
羽沢1丁目	小原 浩代	鶴瀬西2丁目東	熊坂トヨ子	水谷第3	田中亜矢子
	岩瀬 利予	鶴瀬西3丁目東	東 好恵		林 由紀子
羽沢2丁目	高橋 弘美	鶴瀬西3丁目西	今井美江子	針ヶ谷1丁目	鈴木 洋子
羽沢3丁目	高橋千恵子	関沢2丁目東	猪又 光子		宮尾 節子
	金子 マリ	関沢2丁目旭	小山 キク	針ヶ谷2丁目	鈴木 早苗
鶴馬1丁目	高田 由美		深山日登美		村田 光子
	小宮 政代	関沢3丁目東	鈴木とも江	水谷東1丁目	田尻 円
	前澤 初江		大塚みどり		中村 紀子
上沢1丁目	花谷真佐美	関沢3丁目西	串田 久美	水谷東2丁目	千葉 裕子
	矢澤 靖子	上沢3丁目	長谷川美千代		阿部 澄子
上沢2丁目	藤井久美子		菊池 澄子	水谷東3丁目	本田 和子
鶴瀬東1丁目	清水 典枝	勝瀬西	横山美恵子	水谷第7	荒木 幸子
鶴瀬東2丁目北	松井 清美		中村 朗子		友景 早苗
	鈴木けさ子		松本 由起	西みずほ台1丁目南	谷口 陽子
鶴瀬東2丁目南	神田久美子		杉原 君江	西みずほ台2丁目	藤田 純子
	葛貫 晶子	アイムふじみ野	岡田 恭子	西みずほ台3丁目	谷村 愛子
	小川 貞子		石原 征江	東みずほ台1丁目	船渡まさ江
	塩野 百合	南畑第1	吉野 雅美		上田 幸子
	梶 知子	南畑第2	石渡久仁恵	東みずほ台2丁目	青野 早苗
	亀岡 敬子	南畑第3	佐藤 尚枝		君島 仁美
	山崎 知子	南畑第4	吉川 知子	東みずほ台3・4丁目	熊木 広美
	今谷 晴美	南畑第5	武井美恵子		島田 佳子
シティヴェールふじみ野	島谷 利香	打越	山地 洋子	榎町	小島 慶子