



※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 パパママ準備教室(6月コース)	1日目 6月16日(出) 9:30~15:30	対 初めての出産を平成24年9・10月に迎えるご夫婦	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
	2日目 7月26日(木) 9:30~15:30	場 針ヶ谷コミュニティセンター 定 15組(申込順)	受 9:20~9:30 内 妊娠から出産、育児までのイメージづくり、新生児の保育、もくろみ実習、楽しい食卓づくり、パパの妊婦体験 持 母子健康手帳、筆記用具、昼食、1回目に配布した資料、妊娠届の際にお渡ししたパンフレット(母子健康手帳の副読本)
予 マタニティエクササイズ	6月 6日(水) 10:00~11:30	受 9:40~10:00 内 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	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 もくもくパクパク食事相談	6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 他 1人30分程度	内 食事についての相談
4か月健診 いずれか都合のよい日	6月18日(月)	水 受 12:50~13:40 鶴 対 平成24年1月生まれの子	携帯版乳幼児健診専用バス運行表 鶴瀬コース 水谷コース
	6月25日(月)	水 受 12:50~13:40 鶴 対 平成23年6月9日~6月30日に生まれた子	
12か月健診	6月13日(水)	水 受 12:50~13:40 鶴 対 平成22年8月16日~9月7日に生まれた子	水谷コース
	6月12日(火)	水 受 12:50~13:40 鶴 対 平成22年8月16日~9月7日に生まれた子	
1歳6か月健診	6月26日(火)	水 受 12:50~13:40 鶴 対 平成22年9月8日~9月30日に生まれた子	鶴瀬コース
	6月19日(火)	水 受 12:50~13:40 鶴 対 平成20年12月生まれの子	
予 乳児・母乳相談	6月20日(水) 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(初めてパパの子育てサロン)	6月16日(出) 9:50~12:00	受 9:40~9:50 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 持 母子健康手帳、バスタオル、そのほか各自必要なもの	内 子育ての話、情報交換、保健情報
わくわく子育てトーク	6月11日(月) 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 ふじみ野交流センター 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	6月25日(月)	場 ふじみ野交流センター	内 ミニ講話…お口のケアができてますか メニュー…すぐに作れるボリュームおかず(カジキの黒酢いため、もやしとみつばの中華あえ、南瓜のオレンジ茶巾ほか) 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
	26日(火)	場 鶴瀬西交流センター	
	26日(火)	場 水谷公民館	
	27日(水)	場 南畑公民館	
	28日(木)	場 鶴瀬公民館	
7月 3日(火)	場 針ヶ谷コミュニティセンター		
予 はつらつ教室生活機能アップコース	6月 1日(金) 8日(金) 15日(金) 22日(金) 10:00~14:30	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	6月14日(木) 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	6月14日(木) 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	6月 7日(木) 13:30~15:30	場 水谷東公民館 ふれあいサロン	対 健康や身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
	6月14日(木) 13:30~15:30	場 鶴瀬公民館 いきいき活動室	
	6月26日(火) 13:30~15:30	場 高齢者いきいきふれあいセンター	

申込み、問合せは障がい福祉課 ☎049-251-2711 ㊟335

予 ソーシャルクラブ	第2・4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	6月28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

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 胃がん検診	・40歳以上(昭和48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)	500円	7月25日(水)午前	100人	6月25日(月)
予 ヘルスチェック	・18~39歳までの方(昭和48年4月1日~平成7年3月31日までに生まれた方) ・問診、身体測定、血圧測定、診察、尿検査、血液検査、胸部X線撮影、骨の検査、ミニ講話	2,000円	7月 4日(水)午前	80人	6月 5日(火)

6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) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
10日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
17日(日) 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



6月の緊急時の外科医(9:00~16:00)

当番医	電話番号
3日(日) イムス富士見総合病院(富士見市)	049-251-3060
10日(日) イムス三芳総合病院(三芳町)	049-258-2323
17日(日) 栗原医院(富士見市)	049-255-3700
24日(日) みずほ台病院(富士見市)	049-252-5121



親子サロン

家族同士や保健師との交流・相談を行います。ぜひご参加ください(要予約)。
とき/6月27日(水)午前10時~11時30分
(受付:9時45分~10時)
場所/鶴瀬西交流センター
対象/平成21年4月生まれ以降で、出生体重が2,500g未満・養育医療や育成医療を利用・早めに生まれた・入院が長引いて心配が多かったなどのお子さんとその家族
持ち物/母子健康手帳とお子さんに必要なもの
申込み・問合せ/5月28日(月)から健康増進センター(☎049-252-3771)へ電話で

コツコツ教室(骨粗しょう症予防教室)

~あなたの骨は大丈夫?コツコツ貯めよう!骨の元気!!~
とき/6月18日(月)午前9時15分~11時45分
(受付:9時~)
場所/健康増進センター
対象/市内在住の18~69歳までの方
内容/骨密度・バランス測定、食事や運動など骨粗しょう症予防ミニ講座
定員/30人(無料・申込順)
申込み・問合せ/6月4日(月)から健康増進センター(☎049-252-3771)へ電話で
※コツコツ教室は偶数月に行っています。



ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン接種(任意予防接種) 公費助成の期限が延長されます

問合せ/健康増進センター ☎049-252-3771

平成24年度(平成24年4月1日~平成25年3月31日)まで全額公費負担で接種が受けられます。
対象者は、生後2か月から5歳未満のお子さん(生後2か月になる日の前日から5歳の誕生日の前々日まで)です。2市1町の実施医療機関など詳しくはホームページをご覧ください。

※予防接種は体調の良いときに受けましょう。
※子宮頸がん予防ワクチンも平成24年度まで全額公費負担で受けられます。



ヒブワクチン

対象年齢	接種回数	接種内容
生後2か月~7か月未満	4回	1回目から4~8週間隔で2回目 2回目から4~8週間隔で3回目 3回目からおおむね1年後に4回目
生後7か月~1歳未満	3回	1回目から4~8週間隔で2回目 2回目からおおむね1年後に3回目
1~5歳未満(誕生日の前々日まで)	1回	1回のみ

小児用肺炎球菌ワクチン

対象年齢	接種回数	接種内容
生後2か月~7か月未満	4回	1回目から4週間(27日)以上の間隔で2回目 2回目から4週間(27日)以上の間隔で3回目 3回目から60日以上あけて(生後12か月~15か月の間で)4回目
生後7か月~1歳未満	3回	1回目から4週間(27日)以上の間隔で2回目 2回目から60日以上の間隔で3回目
1歳	2回	1回目から60日以上の間隔で2回目
2~5歳未満(誕生日の前々日まで)	1回	1回のみ