

# 健康ガイド

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

健康ガイドは携帯版からもご覧いただけます。



※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 ☑受付時間 ☑対象 ☑場所 ☑内容 ☑持ち物 ☑定員 ☑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	5月14日(休)	☑鶴瀬公民館 ☑ミニ講話…お口の健康で元気アップ
	19日(火)	☑針ヶ谷コミュニティセンター メニュー…エリンギの混ぜごはん、簡単ピザ
	19日(火)	☑鶴瀬西交流センター ベース、かぼちゃのチーズようかんほか
	20日(水)	☑南畑公民館 ☑費500円程度 ☑富士見市食生活改善推進員協議会
	20日(水)	☑ピアザ☆ふじみ ※いずれの会場も10:00~13:00
	25日(月)	☑ふじみ野交流センター ※参加するご本人がお申し込みください。 ※水谷公民館が工事のため、針ヶ谷コミュニティセンターで2回行います。
6月2日(火)	☑針ヶ谷コミュニティセンター	
はつらつ教室 生活機能アップコース	5月 8日(金)	☑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(介護保険の認定を受けていない方)
	15日(金)	☑健康増進センター(送迎あり) ☑作業療法士など専門職による個別相談と運動
	22日(金) 29日(金)	☑健康、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
10:00~14:30	☑回1回につき30円(保険代)	
知ってナットク 身近な健康相談室	5月18日(月) 9:00~16:00	☑健康について相談のある方 ☑健康増進センター ☑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
レディース 健康相談室	5月18日(月) 9:00~16:00	☑女性 ☑健康増進センター ☑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保健師による個別相談 ☑他1人1時間程度
元気な骨づくりのた めのコツコツ相談室	5月25日(月) 13:30~15:30	☑18歳以上 ☑健康増進センター ☑骨粗しょう症予防のための栄養と生活について保健師、管理栄養士による個別相談と骨密度測定など ☑他1人30分程度
ホットと安心健康相談	5月 7日(休) 13:30~15:30	☑水谷東公民館ふれあいサロン
	5月14日(休) 13:30~15:30	☑鶴瀬公民館いきいき活動室
	5月14日(休) 13:30~15:30	☑健康や身体状況に心配のある方 ☑看護師や保健師による個別相談
	5月27日(火) 13:30~15:30	☑高齢者いきいきふれあいセンター

## 集団検診

☑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
胃がん検診	・40歳以上(昭和51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。	500円	6月27日(土) 午前	100人	5月27日(水)
前立腺がん 検診	・50歳以上(昭和41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	6月17日(水) 午前	90人	5月18日(月)
乳がん検診	・30歳以上(昭和61年3月31日までに生まれた方)で、平成26年度(平成26年4月~平成27年3月)に受診していない方 ・問診、視診、触診、マンモグラフィ(X線撮影) ※2年に1回の検診です。	2,000円	6月 8日(月) 午前・午後	100人	5月 7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。(豊胸手術、ペースメーカー挿入術を受けた方、妊娠中または妊娠している可能性のある方、授乳中の方は対象になりません)

### 5月の緊急時の産婦人科医(9:00~17:00)

当番医	電話番号
3日(祝) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
4日(祝) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
5日(祝) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
6日(祝) 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
31日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111

### 5月の緊急時の外科医(9:00~16:00)

当番医	電話番号
3日(祝) 栗原医院(富士見市)	049-255-3700
4日(祝) イムス富士見総合病院(富士見市)	049-251-3060
5日(祝) イムス三芳総合病院(三芳町)	049-258-2323
6日(祝) 上福岡駅前クリニック(ふじみ野市)	049-256-5600
10日(日) さくらクリニック(ふじみ野市)	049-278-6656
17日(日) 三浦病院(富士見市)	049-254-7111
24日(日) みずほ台病院(富士見市)	049-252-5121
31日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111



**救急休日診療** 東入間医師会 休日急患診療所 ☎049-254-9592(代)

【昼間】9:00~12:00・13:00~16:00  
【夜間】20:00~22:00

東入間医師会 第二休日診療所 ☎049-252-4050(代)

【昼間】9:00~12:00・13:00~16:00  
※4月29日(祝)~5月6日(振)は休診です。

**小児時間外救急診療** 東入間医師会 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

埼玉小児救急電話相談 ☎8000  
月~土曜 19:00~翌朝7:00 日曜、祝日、年末年始 9:00~翌朝7:00

埼玉県大人対象の救急電話相談 ☎7000 毎日 18:30~22:30

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)

休日・夜間の医療機関携帯版

## 大人の風しん(または麻しん風しん混合) 予防接種費用の一部助成を実施しています

免疫のない妊婦が風しんウイルスに感染すると、赤ちゃんが心臓の病気や難聴などになる可能性があります。市では妊婦や赤ちゃんの健康を守るため、大人の風しん予防接種費用の一部助成を実施しています。

**助成対象** / 接種日現在、市内に住民登録のある方で次のいずれかに該当する方

- ・妊娠を予定または希望している19~49歳までの女性
  - ・妊婦の夫または胎児の父で、19歳以上の方
- ※これまでに風しんにかかったことのある方、風しんや麻しん風しん混合の予防接種を受けたことのある方は除く。

**接種期間** / 平成25年4月1日~平成28年3月31日

**助成金額** / 3,000円以内(1回限り)

**申請方法** / ①~③を健康増進センターに郵送または直接提出してください。

- ①富士見市風しん予防接種費用助成金交付申請書(健康増進センターまたは市ホームページから入手可)
  - ②風しんの予防接種を受けたことを証明する書類と領収書
  - ③妊婦の夫は、胎児の母子健康手帳のコピー(保護者欄)
- 申請期限** / 平成28年4月8日(金)(消印有効)  
**申請先・問合せ** / 〒354-0021 鶴馬3351-2 健康増進センター ☎049-252-3771  
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

## 歯と口の健康週間 6月4日~10日

健康増進センター ☎049-252-3771

### 第26回 歯の健康フェア

とき / 5月17日(日)  
午前10時~午後1時  
受付・午後0時30分まで  
場所 / ピアザ☆ふじみ  
※駐車場はありません。

**内容**

- ・歯の無料検診
- ・歯の何でも相談
- ・歯みがき指導
- ・歯のフッ素塗布・洗口
- ・簡易フッ素塗布・洗口
- ・塗布・就学前のお子さん
- ・洗口・就学児・大人
- ・口臭チェック

**主催** / 富士見市歯科医師会  
**協力** / 埼玉県歯科衛生士会朝霞支部 埼玉県歯科技工士会朝霞支部

### 第18回 よい歯のコンクール

とき / 5月17日(日)  
開催期間 / 5月17日(日)まで  
場所 / 市内歯科医院および5月17日(日)の歯の健康フェア会場

**対象** / 65歳以上の方

**親子よい歯のコンクール**

とき / 5月17日(日)  
場所 / 歯の健康フェア会場  
対象 / 平成23年4月2日、平成24年4月1日生まれの子どもさんとお母さんまたはお父さん