



予…要予約 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…その他

| 事業名 | とき | 詳細 |
|-------------------|---|---|
| 予健康づくり料理講習会 | 6月11日(休) | 場 鶴瀬公民館 |
| | 16日(火) | 場 鶴瀬西交流センター |
| | 16日(火) | 場 針ヶ谷コミュニティセンター |
| | 17日(水) | 場 南畑公民館 |
| | 17日(水) | 場 ピアザ☆ふじみ |
| | 22日(月) | 場 ふじみ野交流センター |
| | 23日(火) | 場 水谷公民館 |
| | | 内 ミニ講話…早めに! しっかり! 熱中症予防をメニュー…白身魚のグリル~パプリカソース~、ナスとこんにゃくのオランダ煮、桃のクラフティほか 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 ※参加するご本人がお申し込みください。 |
| 予はつらつ教室生活機能アップコース | 6月 5日(金) 12日(金) 19日(金) 26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(介護保険の認定を受けていない方) 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18日(休) 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18日(休) 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 4日(休) 13:30~15:30 | 場 水谷東公民館ふれあいサロン |
| | 6月11日(休) 13:30~15:30 | 場 鶴瀬公民館いきいき活動室 |
| | 6月29日(月) 13:30~15:30 | 場 高齢者いきいきふれあいセンター |
| | | 対 健康や身体の状態に心配のある方 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 ※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 |
|----------|---|--------|--|-------|----------|
| 予胃がん検診 | ・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 | 7月13日(月) 午前 | 100人 | 6月 9日(火) |
| 予ヘルスチェック | ・18~39歳の方(昭和51年4月1日~平成10年3月31日に生まれた方) ・問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、診察、骨の検査、胸部X線撮影 | 2,000円 | 7月 2日(木) 午前 | 100人 | 6月 2日(火) |
| 予乳がん検診 | ・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 | 7月17日(金) 午前・午後 7月18日(土) 午前・午後 | 各100人 | 6月15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。(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)

6月の緊急時の産婦人科医(9:00~17:00)

| 当番医 | 電話番号 |
|------------------------|--------------|
| 7日(日) 恵愛病院(富士見市) | 049-252-2121 |
| 14日(日) にしじまクリニック(富士見市) | 049-262-0600 |
| 21日(日) 恵愛病院(富士見市) | 049-252-2121 |
| 28日(日) 上福岡総合病院(ふじみ野市) | 049-266-0111 |

6月の緊急時の外科医(9:00~16:00)

| 当番医 | 電話番号 |
|--------------------------|--------------|
| 7日(日) 三芳野第2病院(ふじみ野市) | 049-261-0502 |
| 14日(日) 上福岡駅前クリニック(ふじみ野市) | 049-256-5600 |
| 21日(日) イムス富士見総合病院(富士見市) | 049-251-3060 |
| 28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 休日急患診療所
 ふじみ野市駒林元町3-1-20
 ☎049-264-9592(代)

日曜 祝日
 年末年始
 12/31~1/3

[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
 富士見市鶴馬3351-2
 ☎049-252-4050(代)

日曜 祝日

[昼間] 9:00~12:00・13:00~16:00

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

[診療時間]月~土曜(祝日を除く) 20:00~22:00

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



大人の無料風しん抗体検査を県で実施中

妊娠初期の女性が風しんにかかると、障がいのある赤ちゃんが生まれる可能性があります。特に妊娠を希望される女性は検査を受けることをお勧めします。

対象者
 ①妊娠を希望する16~49歳の女性とその配偶者
 ②低抗体価の妊婦の配偶者

検査期間 / 平成28年3月31日(木)まで
実施場所 / 県が委託契約している医療機関

検査費用 / 無料
申込み / 県ホームページ(「風しん抗体検査が無料で受けられます」で検索)から検査申込書を入手し、実施医療機関にお問い合わせください。
 ※詳しくは、県ホームページをご覧ください。
問合せ / 県疾病対策課 ☎048-830-3557

小学校入学前に麻しん風しん混合ワクチン(2期)の接種を!

1歳代で接種した、麻しん風しん混合ワクチンの免疫が下がってくることを防ぐための2回目の接種です。お子さんの体調のよい時に早めに受けましょう。

平成27年度の対象者 / 平成21年4月2日~平成22年4月1日生まれのお子さん
接種期限 / 平成28年3月31日(木)まで
問合せ / 健康増進センター ☎049-252-3771

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、平成26年10月1日から予防接種法に基づく定期予防接種のB類(接種を受けるように努めるもの)となり、市では対象となる方の予防接種費用の一部を助成しています。

定期接種の対象者は年度ごとに定められています。定期接種の対象となる機会は、一生に1回です。接種の機会を逃さないようにご注意ください。なお、平成27年度の対象者の方には、5月中旬に案内通知を送っています。

平成27年度の対象者 / 市内に住民登録があり、過去に1度も接種したことがなく、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(平成27年度対象者)
 ・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機能に障がい(身体障害者手帳1級程度)のある方
実施期限 / 平成28年3月31日(木)
自己負担額 / 3,000円(生活保護受給者の方は無料)

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。

食育推進室 inピアザ☆ふじみ

食育News

市内の農産物をご存じですか?

地元で生産されたものを地元で消費することを「地産地消」といいます。「地産地消」の良い点は、生産地が近く、収穫してから店に並ぶまでの時間と距離が短いため、環境にやさしく安全で新鮮な農産物を食べられることです。市内では“かぶ”や“米”をはじめ、多くの農産物が生産・収穫されています。広報『ふじみ』(最終ページ)には、それらを使用したレシピを、旬の時期に合わせて掲載しています。ぜひお試しください!



イベントのお知らせ

「地元食材de簡単レシピコンテスト」を行います!

市内の農産物を使った簡単に作れるレシピを募集します。テーマや使用食材など詳しくは、広報『ふじみ』7月号に掲載しますので、ぜひご応募ください。



平成27年度定期予防接種対象者の生年月日

| | |
|------|-----------------------------|
| 65歳 | 昭和25年4月2日生まれ~昭和26年4月1日生まれの方 |
| 70歳 | 昭和20年4月2日生まれ~昭和21年4月1日生まれの方 |
| 75歳 | 昭和15年4月2日生まれ~昭和16年4月1日生まれの方 |
| 80歳 | 昭和10年4月2日生まれ~昭和11年4月1日生まれの方 |
| 85歳 | 昭和 5年4月2日生まれ~昭和 6年4月1日生まれの方 |
| 90歳 | 大正14年4月2日生まれ~大正15年4月1日生まれの方 |
| 95歳 | 大正 9年4月2日生まれ~大正10年4月1日生まれの方 |
| 100歳 | 大正 4年4月2日生まれ~大正 5年4月1日生まれの方 |

接種方法 / 富士見市、ふじみ野市、三芳町の実施医療機関に直接お申し込みください。

※市内の実施医療機関は、広報『ふじみ』5月号の折込保存版「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