

要予約 対象 場所 内容 定員 持ち物 費用 申込み 主催 その他

事業名	とき	詳細
はつらつ教室 生活機能アップ コース	<b>木曜日コース</b> 1月9日・16日 23日・30日	①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 ②健康増進センター(送迎あり)
	<b>金曜日コース</b> 1月10日・17日 24日・31日	①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 ②費1回につき30円(保険代) ※いずれも10:00~14:30
知ってナットク 身近な健康相談室	1月22日(火) 9:00~16:00	①健康について相談のある方 ②健康増進センター ③1人1時間程度 ④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
ホッと安心 健康相談	1月9日(休)	場 水谷東公民館 ふれあいサロン
	1月16日(休)	場 鶴瀬公民館 いきいき活動室
	1月22日(火)	場 高齢者いきいきふれあいセンター
	1月29日(火)	場 健康増進センター
		①健康や体の状況に心配のある方 ②看護師や保健師による個別相談 ※いずれも13:30~15:30

## 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
乳がん検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>40歳以上(昭和55年3月31日までに生まれた方)で、平成30年度(平成30年4月~平成31年3月)に受診していない方</li> <li>問診、マンモグラフィ(X線撮影)</li> <li>※2年に1回の検診です。視触診はありません。50歳以上の方のマンモグラフィ検査は一方向からの撮影になります。</li> </ul>	2,000円	2月18日(火) 午前・午後	100人	1月20日(月)

※乳がん検診…豊胸手術やペースメーカー挿入術を受けている方、妊娠中の方、妊娠の可能性のある方、授乳中の方、授乳終了後6か月未満の方は対象になりません。30歳代の女性が個別に検診を受けた場合、助成制度があります。

### 1月の緊急時の産婦人科医(9:00~17:00)

当番医	電話番号
1日(祝)	上福岡総合病院(ふじみ野市) 049-266-0111
2日(休)	恵愛病院(富士見市) 049-252-2121
3日(金)	にしじまクリニック(富士見市) 049-262-0600
5日(日)	恵愛病院(富士見市) 049-252-2121
12日(日)	上福岡総合病院(ふじみ野市) 049-266-0111
13日(祝)	恵愛病院(富士見市) 049-252-2121
19日(日)	にしじまクリニック(富士見市) 049-262-0600
26日(日)	恵愛病院(富士見市) 049-252-2121

### 1月の緊急時の外科医(9:00~16:00)

当番医	電話番号
1日(祝)	三浦病院(富士見市) 049-254-7111
2日(休)	みずほ台病院(富士見市) 049-252-5121
3日(金)	上福岡総合病院(ふじみ野市) 049-266-0111
5日(日)	三芳野第2病院(ふじみ野市) 049-261-0502
12日(日)	上福岡駅前クリニック(ふじみ野市) 049-256-5600
13日(祝)	イムス富士見総合病院(富士見市) 049-251-3060
19日(日)	イムス三芳総合病院(三芳町) 049-258-2323
26日(日)	栗原医院(富士見市) 049-255-3700

**救急休日診療** (昼間) 9:00~12:00  
13:00~16:00  
(夜間) 20:00~22:00  
東入間医師会 富士見市駒林元町3-1-20  
休日急患診療所 ☎049-264-9592(代)

**小児時間外救急診療** (診療時間)  
20:00~22:00  
月~土曜(祝日を除く)  
東入間医師会 富士見市駒林元町3-1-20  
休日急患診療所 ☎049-264-9592(代)

**埼玉県救急電話相談** AI救急相談  
☎#7119  
(☎048-824-4199)  
(24時間365日)  
大人や子どもの相談に対応し、医療機関を案内します。

休日・夜間の医療機関

## 食育☆健康ひろば

場 健康増進センター ☎049-252-3771 FAX049-255-3321

### イベント メンズフッキング ~夕食編~

会社帰りのサラリーマン注目! 仕事帰りに気軽に参加できます。手間をかけずにおいしく食べられる簡単時短料理と一緒に学びましょう。

とき/2月28日(金)

午後7時~9時

場所/ピアザ☆ふじみ

対象/市内在住、在勤の男性



メニュー/本格バターチキンカレー、白菜のわさびマヨサラダ、マッシュマロムース、サラダチキンナムル(試食のみ)、みそ玉スープ(試食のみ) ほか

定員/16人(応募多数の場合は抽選)

参加費/450円(材料代ほか。当日集金)

持ち物/筆記用具

申込み/2月14日(金)午後5時15分までに

市ホームページ、FAX、直接または電話で

※参加者本人がお申し込みください。



### 犬の飼い方・しつけ方教室

人と犬がともに幸せな家族として暮らしていくには「しつけ」が必要です。

また、災害時にペットと一緒に困難を乗り切るには、日ごろからの備えが重要です。

実演犬によるデモンストレーションを通じて、犬の飼い方・しつけ方と災害時の備えを学びます。

※飼い犬の同伴はできません。

とき/1月25日(土)

午後1時30分

場所/三芳町立竹間沢公民館

(三芳町大字竹間沢555-1)



定員/50人(無料、申込順)

講師/ジャパンケネルクラブ公認訓練士

主催/朝霞保健所管内ふじみ野地区狂犬病予防協会

申込み/1月6日(月)~17日(金)に健康増進センターへ電話で

### 犬のフンの放置は止めましょう

フンの放置は飼い主の重大なマナー違反であり、衛生面からも深刻な問題です。人と犬が暮らしやすいまちになるよう、マナーを守って飼育しましょう。

場 健康増進センター ☎049-252-3771

### 風しんの抗体検査・予防接種を受けましょう

場 健康増進センター ☎049-252-3771

平成30年7月以降、30~50歳代の男性を中心に風しん患者数が増加したことから、感染の拡大と先天性風しん症候群を防ぐため、国は風しんの第5期定期予防接種を開始しました。対象者は、医療機関などで風しんの抗体検査を受けてください。

場所/全国の医療機関など(厚生労働省ホームページ参照)  
※実施機関以外で検査や予防接種を受けたい方は事前に健康増進センターにご連絡ください。

対象/

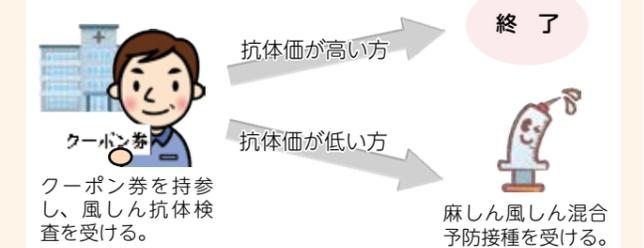
①昭和47年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性

※平成31年4月下旬にクーポン券をお送りしています。

②昭和37年4月2日~昭和47年4月1日生まれの男性

※検査を希望する場合は、クーポン券を送付しますので健康増進センターにご連絡ください。

#### 【実施方法】



#### 先天性風しん症候群

免疫のない女性が妊娠初期に風しんに感染した場合に、生まれた赤ちゃんの目や耳、心臓に先天性の疾患が生じること。