

予要予約 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
健康づくり 料理講習会	2月10日(土)	場 水谷公民館(保育付き) 内 メニューテーマ「適塩メニュー」 ご飯、チキンソテー、トマトスープ、ココアプリン ミニ講話…塩のとりすぎに注意
	13日(火)	場 鶴瀬西交流センター
	14日(水)	場 南畑公民館(保育付き) 費 400円
	14日(水)	場 ピアザ☆ふじみ 主 富士見市食生活改善推進員協議会 ※いずれの場所も10:00~13:00
	15日(木)	場 ふじみ野交流センター ※開催日の1週間前までに参加者本人 がお申し込みください。
	20日(火)	場 針ヶ谷コミュニティセンター ※10日(土)水谷公民館(保育付き)、14日(水)南畑 公民館(保育付き)は、子育て中の方も参加で きます。詳しくは下記をご覧ください。
	22日(木)	場 鶴瀬公民館
はつらつ教室 フレイル予防コース	木曜日コース 2月1日・8日 ・15日・29日	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 くなってきた方で、要介護認定を受けていない方 場 健康増進センター(送迎あり)
	金曜日コース 2月2日・9日 ・16日	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 ※いずれも10:00~12:30
知ってナットク 身近な健康相談室	2月28日(水) 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 他 1人30分~1時間程度 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
ホッと安心 健康相談	2月1日(木)	場 水谷東公民館 ふれあいサロン 対 健康や体の状況に心配のある方
	8日(木)	場 鶴瀬公民館 いきいき活動室 内 看護師や保健師による個別相談
	26日(月)	場 高齢者いきいきふれあいセンター ※いずれも13:30~15:30

2月の緊急時の産婦人科医(9:00~17:00)

当番医	電話番号
4日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
11日(祝) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
12日(休) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
18日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121
23日(祝) にしじまクリニック(富士見市)	049-262-0600
25日(日) 恵愛病院(富士見市)	049-252-2121

2月の緊急時の外科医(9:00~16:00)

当番医	電話番号
4日(日) みずほ台病院(富士見市)	049-252-5121
11日(祝) 三浦病院(富士見市)	049-254-7111
12日(休) 上福岡総合病院(ふじみ野市)	049-266-0111
18日(日) 三芳野第2病院(ふじみ野市)	049-261-0502
23日(祝) イムス富士見総合病院(富士見市)	049-251-3060
25日(日) イムス三芳総合病院(三芳町)	049-258-2323

※当番医は変更となる場合があります。

健康づくり料理講習会(保育付き)

保育付きの健康づくり料理講習会を開催します。
子育て中の方、息抜きに参加しませんか。

とき ①2月10日(土)②2月14日(水)

午前10時~午後1時
(受付:午前9時45分から)

場所 ①水谷公民館②南畑公民館

対象 市内在住の方

定員 各12人程度(申込順)

※保育あり(おおむね生後10か月以上のお子さん、
各3人程度。定員超は抽選)

費用 400円

申込 ①2月2日(金)②2月7日(水)午後5時
15分までにWeb・電話・FAX・窓口

で

※参加者本人がお申し込みください。

※メニューは上記の健康ガイド一覧表をご覧ください。

※お子さんの食事などは各自ご持参ください。

※保育を利用しない方の申込みも受け付けます。

問・申込先 健康増進センター

☎049-252-3771 FAX049-255-3321



食育健康ひろば

【地産地消】無添加のみそ作り

市内産の材料を使ったみそを作ります。

とき 2月28日(水)午前9時40分~午後1時

場所 ピアザ☆ふじみ

対象 市内在住の方

定員 8人(申込順)

講師 富士見市食生活改善推進員協議会

費用 1,500円(当日集金)

ほか 持ち帰り用の容器(容量2リットル以上)をお持ち
ください。

申込 2月1日(木)~15日(木)午後5時15分までに電話で
※参加者本人がお申し込みください。

問・申込先 健康増進センター

☎049-252-3771

FAX049-255-3321



接種は終わっていますか

幼児期から20歳未満の定期予防接種

場 健康増進センター ☎049-252-3771

予防接種はお子さんの病気を予防し、健康を
守るうえで大切なものです。

接種間隔は免疫が付きや
すい時期などを考慮して決
められていますので、対象
年齢に合わせてきちんと受
けましょう。



右表以外の定期予防接種もありま
す。詳しくは市ホームページをご覧
ください。



費用 無料

接種方法 実施医療機関にお申し込みください。

※実施医療機関は、令和5年度がん検診など
のお知らせ保存版(広報『富士見』令和5年5月号
の折込保存版)、または市ホームページをご
覧ください。

※対象年齢や接種間隔を外れると、接種費用は
自費となりますのでご注意ください。

※2市1町以外の実施医療機関で接種を希望す
る場合は、事前に健康増進センターへお問い
合わせください。

幼児期から20歳未満の定期予防接種一覧表

予防接種名	接種回数	接種対象年齢
ヒブ		生後2か月~5歳の誕生日の前日まで ※接種開始月齢により接種回数異なります。
小児用肺炎球菌		生後2か月~5歳の誕生日の前日まで ※接種開始月齢により接種回数異なります。
四種混合	1期4回	生後2か月~7歳6か月の前日まで
水痘 (水ぼうそう)	2回	1歳~3歳の誕生日の前日まで
麻しん風しん (または麻しん、 風しん)	1期1回	1歳~2歳の誕生日の前日まで
	2期1回	令和5年度対象者(令和6年3月31日ま での接種):平成29年4月2日~平成 30年4月1日生まれの子
日本脳炎	1期3回	3歳~7歳6か月の前日まで
	2期1回	9歳~13歳の誕生日の前日まで
	合計4回	特別対象者:平成15年4月2日~平成 19年4月1日生まれの方(20歳の誕生 日前日まで)
二種混合	2期1回	11歳~13歳の誕生日の前日まで
HPV(ヒトパピ ローマウイルス 感染症)	3回	小学6年~高校1年生相当の女性

※HPV(ヒトパピローマウイルス感染症)は、平成9年4月2日
~平成19年4月1日生まれの女性もワクチン接種を受けられ
ます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

「富士見すくすくナビ」をご利用ください!

妊娠から出産、子育てまでをフルサポート
する母子手帳アプリです。1つのアプリで
母子健康手帳機能の利用と市からの子育て
情報やイベント情報をお届けします。



お子さんの予防接種管理はもちろん、乳幼児健診
やイベントなどのスケジュール管理もできます。

多言語表記も可能で12言語(英語、中国語、韓
国語、ポルトガル語、タガログ語、ベトナム語など)
での表示に対応しています。

