

予 要予約 対 対象 場 場所 内 内容 定 定員 持 持ち物 費 費用 申 申込方法 主 主催 他 そのほか

事業名	とき	詳細
予 はつらつ教室 フレイル予防コース	木曜日コース 1月9日・16日 ・23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) 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
	金曜日コース 1月10日・17日 ・24日	
予 知ってナットク 身近な健康相談室	1月27日(月) 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	1月9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
	16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
	31日(金)	場 高齢者いきいきふれあいセンター ※いずれも13:30～15:30



集団検診

場 健康増進センター 申 Web・電話で 問・申込先 健康増進センター ☎049-252-3771

集団検診名	対象・内容	受診料	受診期日	定員	Web申込	電話申込
予 乳がん検診	<ul style="list-style-type: none"> 40歳以上の女性(昭和60年3月31日までに生まれた方)で、令和5年度(令和5年4月～令和6年3月)に受診していない方 問診、マンモグラフィ(X線撮影) ※2年に1回の検診です。	1,000円	2月14日(金) ・15日(土) 午前・午後	各100人	受付開始済	1月15日(水) から受付開始
予 ヘルス チェック	<ul style="list-style-type: none"> 18～39歳の方(昭和60年4月1日～平成19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 ※年度内1回の検診です。	2,000円	2月13日(木) 午前	80人	1月7日(火) から受付開始	1月14日(火) から受付開始

※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。

結核検診(無料)のお知らせ

胸のレントゲン検査を受ける機会がない方に、結核検診を実施します。



対象 65歳以上の方(昭和35年3月31日までに生まれた方)で、令和6年度に市の肺がん検診を受けていない方

受診場所 富士見市・ふじみ野市・三芳町の実施医療機関

受診期間 2月1日(土)～28日(金)

申込 1月14日(火)から電話で

問・申込先 健康増進センター ☎049-252-3771



まもなく終了 受けましたか 大人の男性の風しん抗体検査(無料)

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性は、公的な風しん予防接種を受ける機会がなく、ほかの世代に比べて風しんの抗体保有率が低くなっています。

対象の方にはクーポン券を送付していますので、この機会に風しん抗体検査・予防接種(抗体がないと判明した場合)を受けましょう。



対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

接種場所 全国の医療機関など

接種期限 3月31日(月)

※これまでにクーポン券を使用して風しん抗体検査を受けた方は対象外です。

※クーポン券を紛失された方、令和6年4月以降に転入された方はお問い合わせください。

問 健康増進センター ☎049-252-3771

クックパッドでレシピを公開

クックパッドの「富士見市公式キッチン」で地産地消、健康、フレイル予防、保育所の人気メニューなどのレシピを公開しています。



ぜひご利用ください。

問 健康増進センター

☎049-252-3771

「こつこつ丼」