

1年間大切に保管してください

令和元年度
和光市

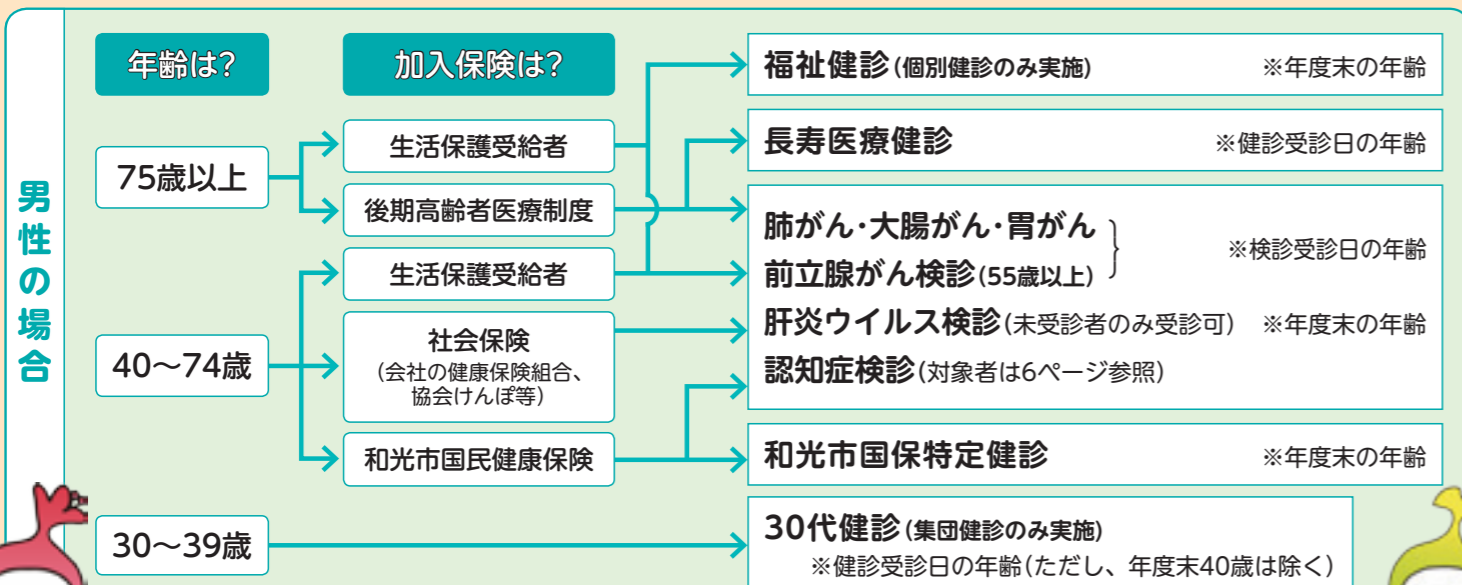
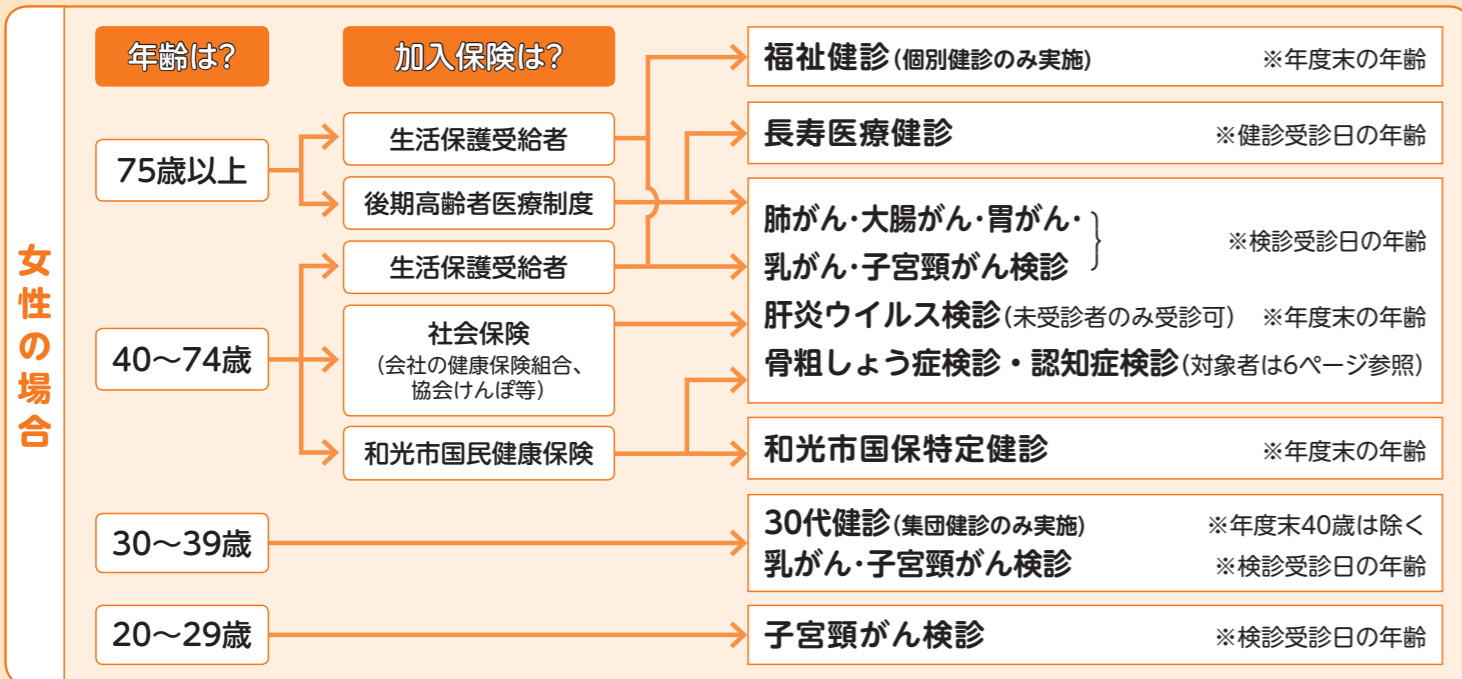
健康ガイド

成人版

お問い合わせ：和光市 保健福祉部 健康保険医療課 ヘルスサポート担当
電話：048-424-9128 / FAX：048-465-0557
住所：〒351-0106 和光市広沢 1-5 (和光市保健センター内)
E-mail：d0400@city.wako.lg.jp

あなたが受けられる健(検)診確認チャート

※当てはまる内容の矢印に進んでください※健(検)診の対象年齢について※◇和光市国保特定健診・肝炎ウイルス検診・福祉健診は年度末年齢(令和2年3月31日時点の年齢)◇がん検診・30代健診・長寿医療健診は健(検)診受診日の年齢となります。



健診を受けてはじまる「元気生活」 特定健診・がん検診を受けて体の状態をチェックしましょう。

注意：和光市国民健康保険以外の社会保険等に加入している人は各保険者が実施する特定健診を受けてください。(市のがん検診は受けられます)

相談

事業名	内容	日程	お問い合わせ
ヘルスアップ相談	健診結果や健康づくりに関する相談をお受けします。保健師・管理栄養士が個別相談に応じます。	8/26(月)・27(火)、10/5(土)・7(月) 11/16(土)・18(月)、12/7(土)・9(月) 令和2年1/14(火) 各回 9:30~11:30	ヘルスサポート担当 424-9128
電話・窓口相談	健康づくりに関する相談をお受けします。	平日 8:30~17:15	
こころの相談(要予約)	精神科医または臨床心理士がこころの問題で悩んでいる人やそのご家族の相談をお受けします。お一人で抱え込まずぜひご相談ください。	【偶数月(精神科医)】 13:30~15:00 【奇数月(臨床心理士)】 13:00~16:00 ※詳しい日程は広報わこう、または市ホームページをご覧ください。	保健センター 465-0311

教室…詳しい日程・内容は広報わこう、または市ホームページをご覧ください。

事業名	内容	お問い合わせ
健康教室	運動を中心とした講座を行います。	
健康フェア	11月の市民まつりと同日に開催し、健康に関する測定を行います。	ヘルスサポート担当 424-9128
ヘルスサポーター養成講座	生活習慣病・お口の健康・栄養等の専門家の講義を受けて健康づくり市民ボランティアを養成する講座です。認知症サポーター養成講座も含まれます。	
わこう市政学習おとどけ講座	市民の方が、原則10名以上集まる場合に、保健師・管理栄養士が講師となり、生活習慣病予防や食育等の講座を行います。 ※内容及び日程の調整が必要ですので、事前にご連絡ください。	生涯学習課 424-9150

風しんの追加的対策

風しんの追加的対策事業が始まりました。クーポン券を受け取った方は、全国の指定医療機関にて抗体検査及び予防接種(抗体検査の結果、抗体が不十分だった方対象)を無料で受けていただくことができます。詳しい内容については市及び厚生労働省ホームページをご参照ください。



厚生労働省 HP

対象者	クーポン券発送について
昭和47年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性	6月中旬以降にクーポン券を送付します。 ※5月中の転入者は保健センターへご確認ください。
昭和37年4月2日~昭和47年4月1日生まれの男性	抗体検査を希望する方は保健センターへご連絡ください。クーポン券を送付します。

高齢者の定期予防接種

予防接種名	対象者	回数	実施時期	自己負担額	方法
高齢者インフルエンザ定期接種	65歳以上 (60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器又はヒト免疫の機能で日常生活が極度に制限される程度の障害を有する者も可)	年1回	10~1月実施予定 ※詳細は広報でお知らせします。	1,500円(予定)	和光・朝霞・志木・新座市内及び県内の指定医療機関へ直接予約をし、接種してください。
高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種	令和元年度の対象者生年月日 昭和29年4月2日生~昭和30年4月1日生 昭和24年4月2日生~昭和25年4月1日生 昭和19年4月2日生~昭和20年4月1日生 昭和14年4月2日生~昭和15年4月1日生 昭和9年4月2日生~昭和10年4月1日生 昭和4年4月2日生~昭和5年4月1日生 大正13年4月2日生~大正14年4月1日生 大正9年4月1日以前にお生まれの人 (令和元年度中に、65・70・75・80・85・90・95歳を迎える人、及び100歳以上の人) ※今までに肺炎球菌23価ワクチンを一度も接種したことがない人。	1回限り	平成31年4月1日(月)~令和2年3月31日(火)まで ※対象者の方には、4月上旬に個別通知をしています。	3,000円	〈お問い合わせ〉 保健センター 465-0311

なお、任意の予防接種は、医療機関によって料金が異なります。料金については、直接、医療機関にお問い合わせください。

献血…日程(予定): 10月30日(水)、令和2年3月25日(水) 場所: 和光市保健センター

かしこく選んで節約を! ジェネリック医薬品を利用しましょう

集団健診・個別健診等は3、5~8ページをご覧ください