

感染症の拡大、天候・自然災害等により、事業の日程を変更する場合があります。
日程については、広報わこうや市ホームページをご確認のうえ、お申し込みください。

1年間大切に保管してください

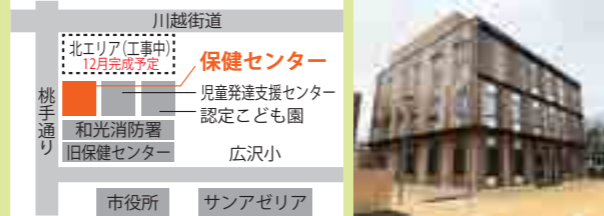
令和3年度
和光市

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（和光市保健センター）
電話：048-424-9128 / FAX：048-465-0557
住所：〒351-0106 和光市広沢 1-5-51
（和光市保健センター内）

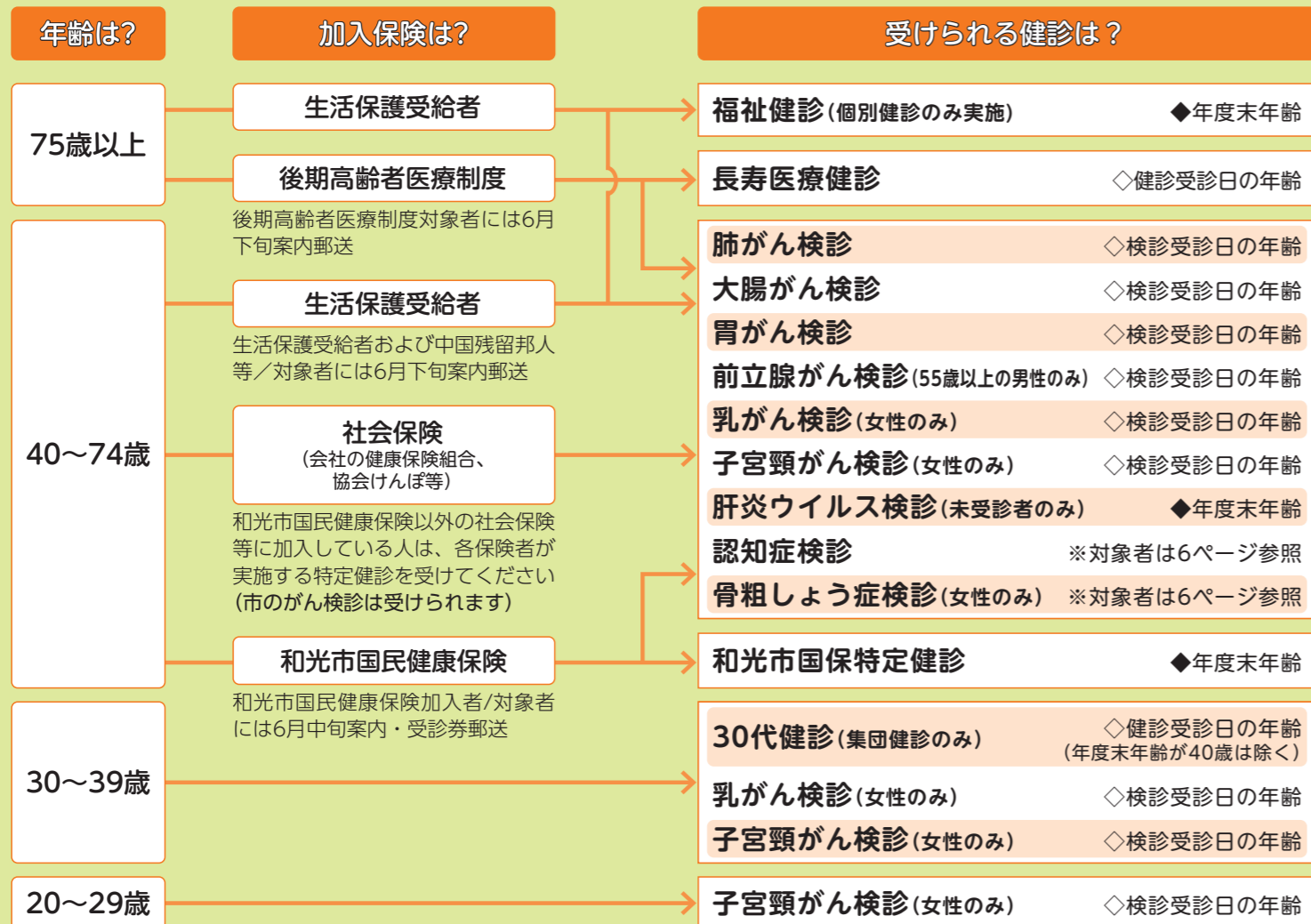
E-mail: d0401@city.wako.lg.jp



令和3年3月29日、保健センターは移転しました
※北エリアの駐車場が完成するまでは市役所駐車場を使用してください

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



◆ 年度末年齢(令和4年3月31日時点の年齢)：和光市国保特定健診・肝炎ウイルス検診・福祉健診
◇ 健(検)診受診日の年齢：30代健診・がん検診・長寿医療健診

子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券(6月中旬に個別通知) 子宮頸がん 令和3年4月1日時点の年齢が、20・25・30・35・40歳の女性
乳がん 令和3年4月1日時点の年齢が、40・45・50・55・60歳の女性

集団健診・個別健診等は3、5~8ページをご覧ください

相談・教室・予防接種・献血等のご案内

相談

事業名	内容	日程【予定】	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。	8/28(土)・30(月)、10/9(土)・11(月)・11/7(日)・8(月)、12/12(日)・13(月)、令和4年1/16(日)・17(月) 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 【毎月1回(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(2022年2月末まで)…今年度で終了します。早めに受けましょう

対象者の方は、市発行のクーポン券で風しん抗体検査・予防接種を無料で受けることができます。
実施場所：全国の指定医療機関(厚生労働省HP参照)

※クーポン券の再発行をご希望の方や転入された方は保健センターまでご連絡ください

厚生労働省 HP



対象者	クーポン券発送時期
昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生の男性	令和元年6月~令和3年5月までの間で未受検の方には、クーポン券を6月中旬~下旬に再送付します。

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3年度の対象者生年月日 昭和31年4月2日生~昭和32年4月1日生 昭和26年4月2日生~昭和27年4月1日生 昭和21年4月2日生~昭和22年4月1日生 昭和16年4月2日生~昭和17年4月1日生 昭和11年4月2日生~昭和12年4月1日生 昭和6年4月2日生~昭和7年4月1日生 大正15年4月2日生~昭和2年4月1日生 大正10年4月2日生~大正11年4月1日生 (令和3年度中に、65・70・75・80・85・90・95・100歳を迎える人) ※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。	公費の補助は1回限り	令和3年4月1日(木)~令和4年3月31日(木)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13日(水)、令和4年3月23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