

令和6年度
志木市

健康インフォメーション

Shiki Health Information

みんなで進める 健康寿命日本一のまちづくり

～100年の未来！すべての市民が いきいきとかがやく いろは健康都市の実現へ～



カバル©(公財)志木市文化スポーツ振興公社
埼玉県けんこう大使・志木市広報大使



健康インフォメーション

目次

- 1) 志木市の健(検)診について …… P1～P2
- 2) 個別健(検)診について …… P3～P4
- 3) 集団健(検)診について …… P5～P7
- 4) 受診券・無料クーポン券について… P8
- 5) 志木市内医療機関一覧 …… P9
- 6) 各種講座・相談案内 …… P10

志木市健康政策課

〒353-8501 志木市中宗岡1-1-1
電話：048-456-5370 (直通)
FAX：048-474-4462
メール：kenkou-seisaku@city.shiki.lg.jp

志木市国民健康保険特定健診・人間ドック
・がん検診・肝炎ウイルス検診
・健康診査(生活保護等)

志木市保険年金課 後期高齢者医療グループ

〒353-8501 志木市中宗岡1-1-1
電話：048-456-5361 (直通)
メール：kouki@city.shiki.lg.jp

後期高齢者医療健康診査・人間ドック

志木市健康増進センター

〒353-0005 志木市幸町3-4-70
電話：048-473-3811
FAX：048-476-7222
メール：hoken-s@city.shiki.lg.jp

予防接種・メタボ予防健診
女性の健康チェック・骨密度検診
各種講座・相談

志木市の健(検)診について

P1～P2

個別健(検)診について

P3～P4

集団健(検)診について

P5～P7

受診券・無料
クーポン券について

P8

志木市内医療機関
一覧

P9

各種講座・
相談案内

P10

あなたが受けることの出来る健(検)診は？

志木市国民健康保険
にご加入の場合

- ・ 特定健診 (個別・集団)
又は
人間ドック

※特定健診は、40歳以上の方が対象です。

- ・ がん検診 (個別・集団)
- ・ メタボ予防健診(集団)
※18歳以上～40歳未満
- ・ 女性の健康チェック(集団)
※18歳以上～40歳未満

後期高齢者医療保険
にご加入の場合

- ・ 後期高齢者医療健康診査
又は
人間ドック

- ・ がん検診 (個別・集団)

その他組合等社会保険
にご加入の場合

- ・ がん検診 (個別・集団)
- ・ メタボ予防健診(集団)
※18歳以上～40歳未満
- ・ 女性の健康チェック(集団)
※18歳以上～40歳未満

社会保険の方でも他に健(検)診機会のない方は“がん検診”を受けることができます。健康診断などの健診は、ご加入の保険組合等の健(検)診を受けましょう。

● 特定健診ってなに？

- ・ 血液検査
- ・ 血圧測定
- ・ 尿検査
- ・ 身体測定
- ・ 心電図検査
- ・ 問診
- ・ 理学的検査

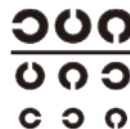


の基本的な健診です。生活習慣病の予防を目的としています。

● 人間ドックってなに？

上記の特定健診の項目に加え、下記の項目を実施します。

- ・ 胸部X線
- ・ 消化管X線 (または内視鏡)
- ・ 視力
- ・ 便潜血



あらゆる病気の予防や早期発見のために全身を検査するものです。検査の範囲が広いため見つけることが難しい病気の早期発見や予防になります。

● がん検診ってなに？

がんの早期発見・早期治療を目的としています。早期発見に有効な検査を適切な間隔で受診することが大切です。しかし、必ずがんを見つけれられるわけではありません（偽陰性）。

自覚症状がある場合は、必ず医療機関を受診してください。

個別健(検)診とは

(P3~P4参照)



医療機関一覧

医療機関で行う 健(検)診です。

自分のスケジュールに合わせて日程や時間、医療機関を選ぶことができます。

集団健(検)診とは

(P5~P7参照)

市内の公共施設等で検診バスを使用する 健(検)診です。

特定健診とがん検診をまとめて受けられるほか、お得な国保セット健診やレディースデーが設けられています。

市の特定健診・がん検診は個別健(検)診と集団健(検)診から選べます。
人間ドックは個別健診のみとなります。

無料!

特定保健指導

特定健診・人間ドックの結果で、生活習慣病のリスクが高いと判定された方には**特定保健指導**をご案内しています。ご案内が届いた方は、ぜひご参加ください。



※特定保健指導では、保健師・管理栄養士から、継続的に生活習慣の改善や健康づくりに関するサポートやアドバイスを無料で受けることができます。一人ひとりに合わせた3~6か月のプログラムを組み、対面での面談や、ICT、電話、手紙などでサポートします。

要精密検査

👉 大切!!

特定健診・人間ドック・がん検診の結果で「**要精密検査**」と判定された人は、より詳しく調べる必要があるため、必ず**精密検査**を受けましょう。





◆ 特定健診

受診までの手順

特定健診を受診する医療機関を選び、申し込む。

申し込み

必要書類を持参のうえ、医療機関で特定健診を受診する。

受診

結果票を、受診した医療機関で受け取る。

結果

受診券が必要です

志木市国民健康保険特定健診

自己負担：1,000円

対象者：志木市国民健康保険に加入している人
(40歳以上75歳未満)

実施期間：令和6年7月1日～令和6年12月31日

受診券が必要です

後期高齢者医療健康診査

自己負担：なし

対象者：後期高齢者医療保険に加入している人
(原則75歳以上)

実施期間：令和6年7月1日～令和7年3月31日

年度内にどちらか一方のみ受診することができます

◆ 人間ドック

受診までの手順

人間ドックを受診する医療機関を選び、申し込む。

申し込み

申し込み後、市役所または出張所にて申請手続を行う。

窓口で申請

必要書類を持参のうえ、医療機関で人間ドックを受診する。

受診

結果票を、受診した医療機関で受け取る。

結果

受診券が必要です

志木市国民健康保険人間ドック

自己負担：10,000円

対象者：志木市国民健康保険に加入している人
(どなたでも)
40歳以上の人は、特定健康診査受診券が必要です。

実施期間：令和6年7月1日～令和7年3月31日

受診券が必要です

後期高齢者医療人間ドック

自己負担：5,000円

対象者：後期高齢者医療保険に加入している人
(原則75歳以上)

実施期間：令和6年7月1日～令和7年3月31日

◆ がん検診

☐ ……受ける検診にチェックしよう！

無料クーポン券
あり

▶ P8 参照

実施期間：令和6年5月1日から令和7年2月28日まで

受診券が
必要です

受診までの手順

申し込み

受診

結果

無料クーポン券
あり

大腸がん検診

自己負担額
300円

対象年齢：30歳以上

内容：便潜血反応検査(2日法：2回便を採取します)
※生理中の方はご遠慮ください。

胃がん検診

自己負担額
1,600円

対象年齢：30歳以上

内容：胃部X線検査(バリウム検査)又は内視鏡検査
※妊娠中または妊娠の可能性のある方は受診できません。

無料クーポン券
あり

乳がん検診

自己負担額
1方向 700円
2方向 900円

対象年齢：30歳以上の女性
1方向 30歳代及び50歳以上
2方向 40歳代

内容：マンモグラフィー(乳房X線検査)
※豊胸手術されている方、妊娠中または妊娠の可能性のある方は受診できません。また授乳中・授乳終了後6カ月未満の方は受診できません。

肺がん検診(結核)

自己負担額
200円

対象年齢：30歳以上

内容：胸部X線検査
※医師が必要と判断した場合は、喀痰細胞診検査(3日間の痰を採取します)300円追加
※妊娠中または妊娠の可能性のある方は受診できません。

前立腺がん検診

自己負担額
300円

対象年齢：55歳以上の男性

内容：血液PSA検査(前立腺抗原抗体検査)

子宮頸がん検診

対象年齢・検診内容・自己負担額等については、
QRコードよりご確認ください。



子宮頸がん

- 無料クーポン券の詳細についてはP8をご覧ください。
- 無料クーポン券がなくても、自己負担額で検診を受けることができます。
- ※生活保護世帯の人は、自己負担額が免除されます(受診の際に受給者証を提示してください)。
- ※世帯全員が非課税世帯に属する人は、志木市国民健康保険特定健診(受診日から2年以内)、がん検診(受診日から1年以内)について償還払いを受けることができます。

◆ その他健(検)診

実施期間：令和6年7月1日から令和6年12月31日まで

◆ 肝炎ウイルス検診

自己負担額
なし

対象年齢：40歳以上

内容：血液検査(HBs抗原、HCV抗体)
※過去にこの検診を受けたことのある人は受診できません。
ご不明な方は、必ず市へお問い合わせください。

◆ 健康診査(生活保護等)

自己負担額
なし

対象年齢：40歳以上の生活保護受給者のうち、社会保険未加入者または中国残留邦人等支援受給者

内容：問診・血圧・身体測定・理学的検査・血液検査・尿検査・心電図
※受給者証を必ず提示してください。

3

集団健(検)診について

受診までの手順

受たい健(検)診と日程を選び申し込む。

申し込み

必要書類を持参のうえ受診する。

受診

健(検)診日の約1ヶ月後の結果説明会でお渡し。

結果

◆ 健(検)診日程

健(検)診				結果説明会	
日程	会場	受付時間	日程	受付時間	
令和6年	♥ 10月 3日 (木)	健康増進センター ★	8時00分 8時30分 9時00分 9時30分 10時00分 10時30分 11時00分 ★は8時30分～11時30分で実施します。	11月 8日 (金)	9時00分～11時00分 ★は9時30分～11時30分で実施します。
		健康増進センター		12月 8日 (日)	
	♥ 11月 3日 (日)	健康増進センター ★		12月 1日 (日)	
		健康増進センター ★		12月22日 (日)	
	♥ 11月28日 (木)	健康増進センター ★		令和7年 1月19日 (日)	
		TMG宗岡中央病院		令和7年 2月 2日 (日)	
	♥ 12月15日 (日)	健康増進センター ★		令和7年 1月19日 (日)	
		TMG宗岡中央病院		令和7年 2月 2日 (日)	
令和7年		健康増進センター	2月16日 (日)		
		TMG宗岡中央病院	3月 9日 (日)		
		健康増進センター ★	3月 1日 (土)		
		TMG宗岡中央病院	3月 9日 (日)		

♥レディースデー

◆ 申込方法

■ 予 約

WEB



志木市 集団健診 予約

で検索

お手持ちのスマートフォン又はパソコンからお申込みください。
詳しい内容については、志木市ホームページをご確認ください。

または

TEL



みなさん ややく
0120-373-489

インターネット環境がない方については、フリーダイヤルより
お申し込みください。

受付時間：8時30分～17時00分（土日・祝日、12/31～1/3を除く）



集団健(検)診

■ 受付日時

令和6年8月1日(木)

受診日の4週間前までにお申し込みください。以降のキャンセルや変更は健康政策課までお願いします。

◆ 結果受渡

健(検)診日の約1ヶ月後の結果説明会当日に健(検)診結果をお渡しします。

健(検)診結果をもとに、生活習慣を振り返る機会として、ぜひ、結果説明会にお越しください。

※結果説明会の詳しい時間・場所については、集団健(検)診受診者に後日お知らせします。

◆ 集団検診

(お得な国保セット健(検)診は P7 をご覧ください。)

☐ ……受ける検診にチェックしよう！

無料クーポン券
あり

受診券が
必要です

▶ P8 参照

大腸がん検診

対象年齢：30歳以上

内容：便潜血反応検査(2日法：2回便を採取します)
※生理中の方はご遠慮ください。

自己負担額
200円

乳がん検診

対象年齢：30歳以上の女性

1方向 30歳代及び50歳以上
2方向 40歳代

内容：マンモグラフィー(乳房X線検査)

※豊胸手術されている方、妊娠中または妊娠の可能性のある方は受診できません。また授乳中・授乳終了後6カ月未満の方は受診できません。

自己負担額
1方向 700円
2方向 800円

前立腺がん検診

対象年齢：55歳以上の男性

内容：血液 PSA 検査(前立腺抗原抗体検査)

自己負担額
200円

肝炎ウイルス検診

対象年齢：40歳以上

内容：血液検査(HBs 抗原、HCV 抗体)
※過去にこの検診を受けたことのある人は受診できません。

自己負担額
なし

胃がん検診

対象年齢：30歳以上

内容：胃部X線検査(バリウム検査)

※妊娠中または妊娠の可能性のある方は受診できません。

自己負担額
700円

健康診査(生活保護等)

対象年齢：40歳以上の生活保護受給者のうち、
社会保険未加入者または
中国残留邦人等支援受給者

内容：問診・血液検査・血圧・尿検査・身体測定
理学的検査・心電図
※受給者証を必ず提示してください。

自己負担額
なし

骨密度検診

対象年齢：令和6年度中に
40・45・50・55・60・65・70歳になる女性

内容：骨密度測定
※骨密度検診のみの実施も可能です。

自己負担額
300円

肺がん検診(結核)

対象年齢：30歳以上

内容：胸部X線検査

※医師が必要と判断した場合は、喀痰細胞診検査
(3日間の痰を採取します) **200円追加**
※妊娠中または妊娠の可能性のある方は受診できません。

自己負担額
200円

子宮頸がん検診

対象年齢・検診内容・自己負担額等については、
QRコードよりご確認ください。



子宮頸がん

● 基本的な健診

志木市国民健康保険 特定健診

自己負担額
700円

対象年齢：志木市国民健康保険に加入して
いる人(40歳以上75歳未満)

内容：問診・血液検査・血圧測定・尿検査
身体測定・理学的検査・心電図検査

メタボ予防健診

自己負担額
700円

対象年齢：18歳以上40歳未満

内容：問診・血液検査・血圧測定
尿検査・身体測定・理学的検査
心電図検査

女性の健康チェック

自己負担額
900円

対象年齢：18歳以上40歳未満(女性)

内容：問診・血液検査・血圧測定
尿検査・身体測定・理学的検査
心電図検査・胸部X線検査

※生活保護世帯の人は、自己負担額が免除されます(受診の際に受給者証を提示してください)。

※世帯全員が非課税世帯に属する人は、志木市国民健康保険特定健診(受診日から2年以内)、がん検診(受診日から1年以内)、骨密度検診
メタボ予防健診・女性の健康チェック(受診日から1年以内)の自己負担分について償還払いを受けることができます。

申請は、表紙の担当課へお問い合わせください。

集団健(検)診のメリット

point 1 国保セット健診

特定健診とがん検診を同時に受けられる健診です。
各健(検)診を別々に受診するよりもお得です。

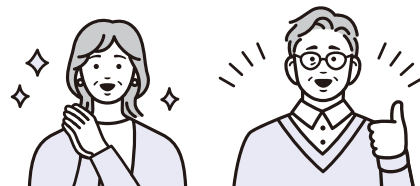
point 2 特定健診受診で、**推定摂取食塩量検査**が無料で受けられます。

※国保セット健診、特定健診は志木市国民健康保険加入者のみ受診できます。

point 3 レディースデー

レディースデーとは、女性のみが受診することのできる日です。
日程の詳細については、P5をご確認ください。

まとめてお得！ 国保セット健診



対象者：40歳以上の志木市国民健康保険加入者

男性

40歳～54歳

- 国保特定健診
- 胃がん検診
- 肺がん検診
- 大腸がん検診

自己負担額
1,600円

55歳～74歳

- 国保特定健診
- 胃がん検診
- 肺がん検診
- 大腸がん検診
- 前立腺がん検診

自己負担額
1,800円

女性

40歳～49歳

- 国保特定健診
- 胃がん検診
- 肺がん検診
- 大腸がん検診
- 乳がん検診(2方向)

自己負担額
2,400円

50歳～74歳

- 国保特定健診
- 胃がん検診
- 肺がん検診
- 大腸がん検診
- 乳がん検診(1方向)

自己負担額
2,300円

注意事項

- ※ 国保セット健診は、集団健(検)診のみで実施しています。
セット内容は原則変更できません。
- ※ 肺がん検診で喀痰検査を追加した場合は、自己負担額に200円追加になります。
- ※ 肝炎ウイルス検診、骨密度検診、子宮頸がん検診を希望される方は、
国保セット健診と同時に受診することができます。

4

受診券・無料クーポン券について

◎ 受診券について

※下記の表に明記された年齢にあてはまる人は、受診の際に必ず受診券をご持参ください。

受診券が
必要です

健(検)診の種類	年齢	対象者の生年月日及び年齢	送付時期
志木市国民健康保険特定健診	40歳から75歳未満	昭和24年4月2日から昭和60年3月31日 ただし、75歳到達者は除く	令和6年 6月下旬
志木市国民健康保険人間ドック			
後期高齢者医療健康診査	75歳以上	75歳の誕生日以降	
後期高齢者医療人間ドック			

◎ がん検診無料クーポン券対象者

※対象者には無料クーポン券を6月下旬から順次送付

無料クーポン券
あり

検診の種類	年齢 (令和6年4月1日時点)	対象者の生年月日
子宮頸がん検診	20歳	平成15年4月2日～平成16年4月1日
	26歳	平成9年4月2日～平成10年4月1日
乳がん検診 大腸がん検診	40歳	昭和58年4月2日～昭和59年4月1日
	45歳	昭和53年4月2日～昭和54年4月1日
	50歳	昭和48年4月2日～昭和49年4月1日
	55歳	昭和43年4月2日～昭和44年4月1日
	60歳	昭和38年4月2日～昭和39年4月1日

◎ 子宮頸がん検診

子宮頸がん検診の対象年齢・検診内容・自己負担額等
については、QRコードよりご確認ください。



子宮頸がん

◎ 子宮頸がんを予防しよう！

子宮頸がん と HPV について

子宮頸がんは HPV (ヒトパピローマウイルス) の感染が原因で発症すると言われており、数あるがんの中で唯一、原因が分かっているがんです。

HPV は性交渉などにより、ほとんどの女性は感染するとされている一般的なウイルスです。子宮頸がんをはじめ、肛門がん、膣がんなどのがんや、尖圭コンジローマ等、多くの病気の発生に関わっており、特に近年若い女性の子宮頸がん罹患が増えています。

HPV ワクチン接種+子宮頸がん検診が効果的

HPV ワクチンを接種することにより、子宮頸がんの前がん病変を予防する効果があります。また、子宮頸がん検診で前がん病変 (がんになる前の状態) を発見することができれば、子宮を残して治すことができます。

ご自身の健康やご家族のためにも、HPV ワクチンの接種と子宮頸がん検診を受けましょう。

HPV ワクチン「キャッチアップ」接種について

平成9年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた女性で、過去に HPV ワクチンを合計3回接種していない方に HPV ワクチンを接種する機会を提供しています。

詳細については、QRコードよりご確認ください。



HPV ワクチン予防接種

医療機関名	住 所	電話番号 (048)	が ん 検 診							肝炎ウイルス	高齢者肺炎球菌予防接種	インフルエンザ予防接種 (高齢者(季節性))	風しん抗体検査	風しん予防接種	後期高齢者健診	特定健診	人間ドック	健康診査(生活保護等)
			胃		子宮	肺	乳	大腸	前立腺									
			X線 (バリウム)	内視鏡 経鼻 経口														
TMG 宗岡中央病院	上宗岡5-14-50	472-9211	○	○		○	○	○	○	○	○	○					○	
志木いろは橋クリニック	中宗岡5-16-2-2	050-3146-7468						○	○	○	○	○	○				○	
西川医院	本町2-4-46	471-0074						○	○	○	○	○	○				○	
かまた内科クリニック	本町4-11-15 2F	472-7070						○	○	○	○	○	○				○	
志木ファミリークリニック	本町5-12-21 1F	487-7681									○	○						
いわさき内科・循環器科	本町5-15-21	486-4622				○		○	○	○	○	○	○				○	
志木大腸肛門クリニック	本町5-19-15 2F	423-8768		○				○	○	○		○						
わかばこどもクリニック	本町5-19-15 2F	423-4749						○	○	○	○	○	○	○			○	
志木駅前クリニック	本町5-21-63	473-8101									○	○	○					
志木江原耳鼻咽喉科	本町5-23-26-101	473-7929									○	○	○	○				
志木ホームクリニック	本町5-24-18 5F	487-1255						○	○	○	○	○	○	○			○	
志木駅前うちだ耳鼻科	本町5-25-8 2F	423-2511										○						
よつはレディースクリニック志木	本町5-25-8 3F	423-6428			○								○					
たで健診・内視鏡クリニック	本町5-25-8 4F	470-7557		○	○		○	○	○	○	○	○	○	○			○	
キャップスクリニック志木	本町5-26-1 7F	475-8517										○						
福島脳神経外科・内科クリニック	本町6-22-45	474-3000						○	○		○	○					○	
浅野病院	本町6-24-21	471-2400	○			○		○	○	○	○	○	○	○			○	
幸町クリニック	幸町1-5-23 1F	485-5600						○	○		○	○	○	○			○	
柳瀬川ファミリークリニック	幸町4-1-1	485-9561									○	○	○	○			○	
たなか整形外科クリニック	幸町4-3-18	486-1010									○	○	○	○			○	
ここ肌クリニック	館2-6-11 2F	458-3956										○						
田島耳鼻咽喉科医院	館2-6-11 3F	475-3308									○	○						
柳瀬川駅前クリニック	館2-6-11 3F	486-6201				○		○	○	○	○	○	○	○			○	
宇野眼科医院	館2-7-11	472-6202										○						
志木柏町クリニック	柏町1-6-74	423-2792						○	○	○	○	○	○	○			○	
たで内科クリニック	柏町6-29-44 2F	485-2600		○	○		○	○	○	○	○	○	○	○			○	

実施医療機関などが決まり次第「広報しき」等でお知らせします。

志木市以外の朝霞市・和光市・新座市の契約医療機関でも受診することができます。
くわしくは、市のホームページ等でご確認ください。<http://www.city.shiki.lg.jp/>
★医療機関によっては内容が変更となる場合がありますので、ご了承ください。



医療機関一覧

志木市健康増進センター

〒353-0005 志木市幸町3-4-70

電話：048-473-3811 FAX：048-476-7222

案内図



健康相談／栄養相談／生活習慣病予防相談 ●予約制

健康増進センターでは、健康相談、栄養相談を実施しております。

こころの相談 ●予約制

こころの病気や様々な悩み事を持つ人、精神障がい者を支える家族に精神科医または心理カウンセラーが相談に応じます。

まちなか保健室 ●予約制

健康、福祉、介護、子育て等に関する事について、保健師などの専門職に相談できます。

毎週、日曜日 13:30～16:30

食育推進事業「みんなの食生活講座」

食生活に関するテーマ設定し、調理実習と栄養講話を行います。



いろは健康ポイント対象事業です

日 時	申込締切日	広報掲載月	場 所	内 容	定員
1 5月28日(火)	5月14日(火)	5月号	いろは遊学館	あなたも 血糖コントロールマスターしませんか?	25
2 7月17日(水)	7月3日(水)	6月号	総合福祉センター	「貯筋献立」 イキイキ動ける体づくり	20
3 9月6日(金)	8月23日(金)	8月号	健康増進センター	骨を守る! 骨粗鬆症予防献立 ※骨密度測定付き	20
4 10月23日(水)	10月9日(水)	9月号	いろは遊学館	もしものために備える おいしい非常食	25
5 1月31日(金)	1月17日(金)	12月号	いろは遊学館	さらば! 正月太り献立 自分に合った体重を知ろう	25
6 3月18日(火)	3月4日(火)	2月号	いろは遊学館	薬膳から野菜を考える からだをととのえるお食事	25

食育推進事業「おいしく減塩! 「減らソルト」教室」

おいしく減塩できる調理実習と「減らソルト」に関する講話を行います。



いろは健康ポイント対象事業です

日 時	申込締切日	広報掲載月	場 所	内 容	定員
6月27日(木)	6月13日(木)	6月号	総合福祉センター	スパイスでおいしく「減らソルト」献立	20
11月1日(金)	10月18日(金)	10月号	いろは遊学館	「減らソルト」×発酵 おいしく綺麗に!	25

成人の定期予防接種など

種 類	対象年齢	実施期間	接種方法	自己負担額
高齢者(季節性)インフルエンザ	65歳以上 (ただし60歳以上65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器及びHIVによる免疫機能障害で身体障害者手帳1級を所持または同程度の障がいがある人は対象)	令和6年10月20日～ 令和7年1月31日(予定) ※期間は変更になる可能性があります。	実施医療機関で接種できます。(予約が必要な場合あり) 志木市内の医療機関一覧 (P9) をご覧ください。	1,500円
高齢者肺炎球菌	65歳の人 (ただし60歳以上65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器及びHIVによる免疫機能障害で身体障害者手帳1級を所持または同程度の障がいがある人は対象)		※志木市・朝霞市・和光市・新座市以外の医療機関で接種される場合には手続きが必要になる場合がありますので、事前に 健康増進センター までお問い合わせください。	3,000円
HPVワクチン(キャッチアップ接種)	平成9年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた女性で、過去にHPVワクチン接種を合計3回受けていない人	令和7年3月31日まで		なし
風しん(抗体価検査含む)	昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性	令和7年3月31日まで	※対象者には令和4年度中にクーポン券を送付しています。 ※風しんの予防接種は、風しん抗体検査の結果に応じて行います。抗体検査は健診と同時に実施することができます。	なし

👍 令和6年度 「こつこつ元気教室」

6月・8月・10月に こつこつ元気教室の開催を予定しております。

詳しくは、広報・ホームページをご覧ください。

救急

◆埼玉県救急電話相談 (お医者さんに行くべきか迷ったら、#7119)

夜間の急な病気やけがに関して対処方法や受診の必要性について看護師が相談に応じます。

相談受付 / 24 時間 365 日

電話番号 / #7119 または ☎048-824-4199

聴覚に障がいのある方、音声・言語機能に障がいのある方は ☎048-831-0099 に専用ファックスをお送りください。

◆救急医療情報について (歯科・精神科医療相談を除く)

救急車を呼ぶほどではないが、緊急に診察を受けたいときに、24 時間体制で近隣の医療機関を紹介します。

▶埼玉県救急医療情報センター

☎048-824-4199

▶埼玉県南西部消防本部 火災・病院案内

☎048-461-8181

AED

AED (自動体外式除細動器) は、心臓が突然けいれん (心室細動) をおこし、心肺停止になった場合に、心臓に電気ショックを与え、心臓を正常な状態に戻す (除細動する) ための医療機器です。AED は自動的に心電図を解析して電気ショックが必要かどうかを決定し音声案内で指示をするので、一般の方でも使用することができます。

下記アドレスから志木市を含む埼玉県内設置状況を確認できます。

街の情報館 (地図から探す便利サイト)

▲<http://www.ipos-map.jp/asp/aed.asp>

埼玉県 AED 街の情報館



で検索!!

※市ではAEDの貸出をしています。



詳細はこちら!

乳がん

乳がんを早期に発見するためには、日頃から乳房の状態を意識する生活習慣、「ブレスト・アウェアネス」が大切です。



がん検診の対象年齢でなくても、乳房の状態に日頃から関心を持ち、乳房の変化を感じたら速やかに医師に相談しましょう。

厚生労働科学研究費 乳がん検診の適切な情報提供に関する研究「ブレスト・アウェアネス(乳房を意識する生活習慣)のすすめ」

<https://brestcs.org/information/self/>

たばこ

喫煙だけでなく受動喫煙も健康に影響があります。



2006年4月より禁煙治療に健康保険が適用されるようになり、自力に比べて、より楽に確実に禁煙できるようになりました。

ご自身や周りの方のためにも禁煙を始めてみませんか?

禁煙は必ず成功します。一緒に考えていきましょう。

厚生労働省 e-ヘルスネット 生活習慣病予防のための健康情報サイト

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/tobacco/t-06-007.html>