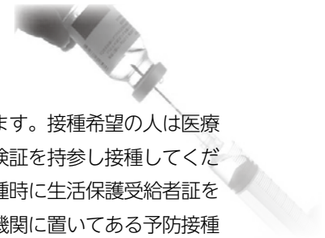
保健・健康 Health

保健センター
〒354-0041　藤久保 185-1　☎ 258-1236　FAX 258-5994
hoken@town.saitama-miyoshi.lg.jp

01 高齢者インフルエンザ予防接種が 10/20 から開始



助成対象：接種日に①年齢が満 65 歳以上の人
②年齢が 60 歳以上 65 歳未満で一定の障害を有し、接種を希望する人
自己負担金：1,000 円（ただし、生活保護世帯は無料）
助成期間：10 月 20 日㈰～ 12 月 25 日㈬
接種場所：三芳町・富士見市・ふじみ野市の委託医療機関

【接種方法】
予診票は医療機関においてあります。接種希望の人は医療機関に電話で予約の上、健康保険証を持参し接種してください。生活保護世帯の人は、接種時に生活保護受給者証をお持ちください。接種前に医療機関に置いてある予防接種の説明を必ず読みご理解の上、接種してください。

02 はじめて子育て講座「ほっとサークル」

～ひよこコース～　平成 25 年 7 ～ 9 月生まれの子どもと家族が対象　　定員 20 人　参加無料

3日間にわけて、子育て講座を行います。ママ友作りができる場としても好評です（開催時間は全日 10:00 ～ 11:30）。

日程	場所	内容	持ち物
11 月　6 日㈬	藤久保公民館	仲間づくり…自己紹介、おもちゃ製作、子育て Q&A	・母子健康手帳 ・筆記用具 ・赤ちゃんに必要なもの（ミルク、おむつ、バスタオルなど）
11 月 27 日㈬	藤久保公民館	おやこ体操…赤ちゃんとのふれあい、ママの体操 講師：健康運動指導士	
11 月 29 日㈮	保健センター	離乳食講座…離乳食の試食 講師：管理栄養士	

申込方法…電話、FAX、メール、QR コードで申し込み。メール、FAX の場合は以下の必要事項を記入。
必要事項：❶○○申し込み❷参加されるママの名前❸住所❹電話番号❺子どもの名前と生年月日❻何番目の子どもか❼兄 (姉) の参加の有無
☎ 258-1236　FAX 258-5994　hoken@town.saitama-miyoshi.lg.jp

↑ＱＲコードで簡単に応募できます。

03 乳がん検診・胃がん検診追加募集

○：空きあり　△：若干の空きあり　×：空きなし
受付時間などの詳細は４月に全戸配布した保健センター事業一覧をご覧ください。

乳がん健診

日程	午前	午後
10 月 27 日㈰	×	△
10 月 28 日㈪	×	×
11 月 20 日㈬	△	○
11 月 21 日㈭	○	○
12 月　3 日㈫	○	○
12 月　4 日㈬	○	○

胃がん健診

日程	性別	8 時台	9 時台	10 時台
11 月 25 日㈪	男性	×	×	△
	女性	×	×	△
11 月 26 日㈫	男性	△	△	△
	女性	×	×	△
11 月 27 日㈬	男性	△	△	△
	女性	×	△	△

※この情報は９月１日現在のものです。定員に達している場合がありますのでご了承ください。
申し込み・問い合わせ…保健センター窓口・FAX・メールで申し込みください。QR コードでの申し込みはご遠慮ください。

【予防接種法施行規則等改正】
■ 平成 25 年 9 月 11 日に予防接種法施行規則等が以下のように改正されました。
①平成 25 年 11 月 1 日から小児の肺炎球菌感染症の定期予防接種における使用ワクチンが「沈降 13 価肺炎球菌結合型ワクチン」に一斉に切替わります。
②初回接種開始時に生後 7 月に至った翌日から生後 12 月に至るまでの間にある人について、「初回 2 回目の接種は、生後 13 月に至るまでに行うこと。」（一部抜粋）と改正されました。
その他ワクチンの変更に伴う留意事項等は、厚生労働省のホームページに公開されている「小児肺炎球菌ワクチン Q&A」を参照してください。

休日・夜間・小児時間外診療所

施設名	休日急患診療所	第二休日診療所	小児時間外救急診療所	イムス富士見総合病院(入院等が必要な救急小児)
所在地	ふじみ野市駒林 353	富士見市鶴馬 3351-2	ふじみ野市駒林 353	富士見市鶴馬 1967-1
電話番号	049-264-9592	049-252-4050	049-264-9592	049-251-3060
診療日	日曜・祝日・年末年始	日曜・祝日	月～土曜	月・木曜
診療時間	9：00 ～ 16：00 20：00 ～ 22：00	9：00 ～ 16：00	20：00 ～ 22：00	月・木曜が平日　18:00 ～翌朝 8:00 まで 月・木曜が祝日　8:00 ～翌朝 8:00 まで

図書館だより

※子ども向けのイベントは、P28にも掲載しています。

中央図書館　☎ 258-6464
開館時間 /10:00 ～ 19:00（土･日は 18:00 まで）
休館日 / 毎週月曜日、月末、土・日除く祝日
竹間沢分館　☎ 274-1722
開館時間 /11:00 ～ 18:00
休館日 / 毎週月曜日、月末、土・日除く祝日
地域文庫
児童書の貸出、お話会などを行います
つくし文庫…10月19日㈯　10:00～12:00
場所/上富第１区集会所
あらた文庫…毎週火曜日15:30～18:00
場所/荒田宅(藤久保536-4 三芳東中学校近く)

読み聞かせボランティア講座part1
－小学校、幼稚園での読み聞かせ、きほんの「き」－　無料

10 月 24 日㈭　10:10 ～ 12:20

▶内容…選び方・読み方の実際
▶講師…町立図書館副館長
▶定員…50 人
▶会場…中央図書館視聴覚室
▶申込み…中央図書館にて受付中。電話可。

おやこで楽しむえほんとおはなしのへや　無料

10 月 27 日㈰　11:00 ～ 11:40

▶内容…絵本、おはなし、人形うた、紙芝居
▶対象…3 ～ 8 歳向き
▶定員…子ども 35 人
　※ 3 歳児以下は、必ず保護者同伴
▶会場…中央図書館視聴覚室
▶協力…おはなしサークルかにかにこそこそ
▶申込み…中央図書館にて受付中。電話可。

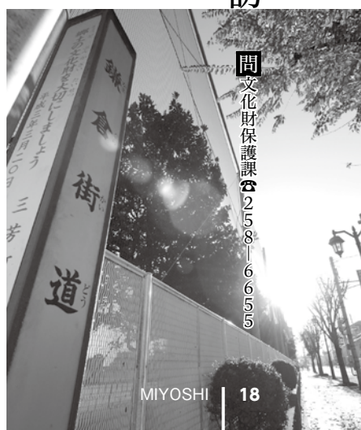
“運動”に関する本 別置紹介中

1日3分 通勤ストレッチ！
－電車通勤の間に腰痛・肩こりを解消できる－

齊藤邦秀 / 著　桑山純一 / 監修
徳間書店　2013 年 1 月発行
請求記号：781　サイ

通勤電車の中で、簡単に短時間で出来るストレッチを 40 種類以上紹介。腰痛・肩こり・メタボリック・ストレスの改善を目的にしたストレッチで、イラストもわかりやすい。

みよし歴史探訪 ～鎌倉道～



問 文化財保護課 ☎258-6655

鎌倉道、江戸道、川越道などと伝えられる古道がある。道の名前は、固有名詞と言うよりも概ね行先を表すので、呼人の立ち位置によって同じ道であっても、川越を向けば川越道であり、江戸を向けば江戸道である。さらに、江戸道であっても日常の道として河岸に通じていれば河岸道と呼ぶこともあり、終点が鎌倉であっても、所沢を経由していれば所沢道と呼ぶこともある。ところで埼玉県内の本筋ともいえる鎌倉街道は、上道と中道が知られている。上道は所沢から寄居を抜け群馬へ、そこからは越後へも、信濃へも通じる。中道は、川口から岩槻を経て栃木へ、その先は奥州へ続く。

さて町内の鎌倉道は、3本確認されている。竹間沢の鎌倉道は、上道を所沢から分岐して柳瀬川沿いに崖上を走っている。新座市中野から古井戸の上を通り、泉蔵院を抜け、富士見市針ケ谷、水子を経て羽根倉から荒川を渡り、中道（奥州路）へ合流する。羽根倉道と呼ばれる迂回路だった。上富の鎌倉道は、所沢の上道から分岐して北武蔵野の草原を突っ切り、木の宮地蔵を見て亀久保へ至る道である。亀久保からは川越道へも、羽根倉道へも通じる。川越から先は、低地を進み藤岡辺りで上道に合流する。木の宮地蔵縁起が伝える逸話で田村将軍の北国征伐ルート、鎌倉幕府御家人二階堂氏が出羽から鎌倉へのルートに、この亀久保道（地蔵道）を使っている。亀久保ルートは、起伏も少なく、直線的に行ける道として重宝だったのだろう。いつの頃からか草深い武蔵野で、道が交差する木の宮に道標としての地蔵が祀られた。藤久保の鎌倉道は、川越街道の東側を並行して走る愛称鎌倉通りである。江戸初期現川越街道が整備される前の江戸道、川越道である。古道は、ところどころに痕跡を残すのみである。鎌倉道の頃、人は地形に逆らわず、渡渉できなければ大きく迂回し、幾筋もの道を大地に刻んだのである。