



健康フェアとぽぽらフェスティバルを開催します

問 健康フェア…春日部市保健センター (TEL 048-736-6778)、
ぽぽらフェスティバル…市民活動センターぽぽら春日部 (TEL 048-731-3550)

◀埼玉県マスコット「コバトン」「さいたまっち」

健康フェア

かすかべ
健チャレ
スタンプカード
対象事業

知ろう!自分のところとからだ
～未来につながる健康ライフ～
見て、触れて、体験して、自分の健康について学ぼう!

ところ…春日部市保健センター

内容…下表の他、健康に関する展示など

詳しくは市WEBで▶



とき		内容・対象・持ち物・申し込み
12/7 (土)	10:00～15:00	内①減塩について、塩分測定会 ②家族会ひだまりの紹介、血管年齢測定、骨密度測定 持①ご家庭の味噌汁(塩分測定希望者のみ)
	10:00～12:00	内健康体操～ストレッチと筋力トレーニング～ 対25人 申11/14(木)以降に電話で同センターへ
	10:00～12:00、 13:00～15:00	内緩めるセルフケア～上半身の「サボリ筋トレ」と「顔マッサージ」でリラックス～ 対各回20人 申11/12(火)以降に電話で同センターへ
	13:00～15:00	内15分でわかる!こころの元気度チェック～こころのほぐし方&ストレスとの上手な付き合い方(全4回)
	10:00～11:45、 13:15～15:00	内そらまめ体操でこころもからだも健康に!春日部そらまめ体操体験回(1回45分) 対各回20人
12/8 (日)	10:00～12:00	内①口腔がん検診(1人20分) ②生活歯援プログラム「おくちの健康力チェック」(1人20分) ③40代から始める東洋医学～鍼体験と経穴(ツボ)相談 ④痛み相談 対①12人 ②12人 ③32人 申①②11/14(木)以降に、電話で同センターへ
	10:00～15:00	内①血圧測定、筋力・体脂肪測定(理学療法士による個別指導)と医療介護相談 ②家族会ひだまりの紹介 対①70人
	10:00～12:00、 13:00～15:00	内①お薬相談(1人30分) ②こども薬剤師体験 ③女性のための骨盤低筋群エクササイズ(1回45分) 対①8人 ③各回8人 申①③11/12(火)以降に、電話で同センターへ
	①12:00～12:40 ②12:40～13:20 ③13:20～14:00	内薬剤師による講演会 ①腎臓を守ろう ②身近に潜むドーピング ③感染症予防 対各回30人
	14:00～15:00	内自宅でいきいきと暮らす講座 対50人

※来場者には、コバトンALKOO マイレージのボーナスポイントを1,500ポイント付与(期間中1回)



国道4号 東埼玉道路シンポジウム

問 道路建設課 (TEL 048-736-1132)

国道4号東埼玉道路の春日部市内への整備が目前に迫っています。東埼玉道路は、県東部地域の交通混雑の緩和や高速道路へのアクセス向上、沿線開発事業の支援、災害時にも機能する道路ネットワークの構築が期待される道路です。東埼玉道路について多くの市民に知ってもらい、地域住民、各種団体の皆さんと一緒に東埼玉道路について考え、意識醸成を図るために、シンポジウムを開催します。

とき▶11/19(火) 15:00～16:45

ところ▶正和工業にじいろホール(市民文化会館)小ホール

対象▶市内在住・在勤・在学者(申し込み順)

申し込み▶11/5(火)から市WEBで

申し込みは
こちら▼



シンポジウムについて、
詳しくは市WEBで▼



令和6年12/2(月)以降の健康保険証の取り扱いについて

問 国民健康保険課 国保税担当 (TEL 048-796-8658)、
後期高齢者医療担当 (TEL 048-796-8679)

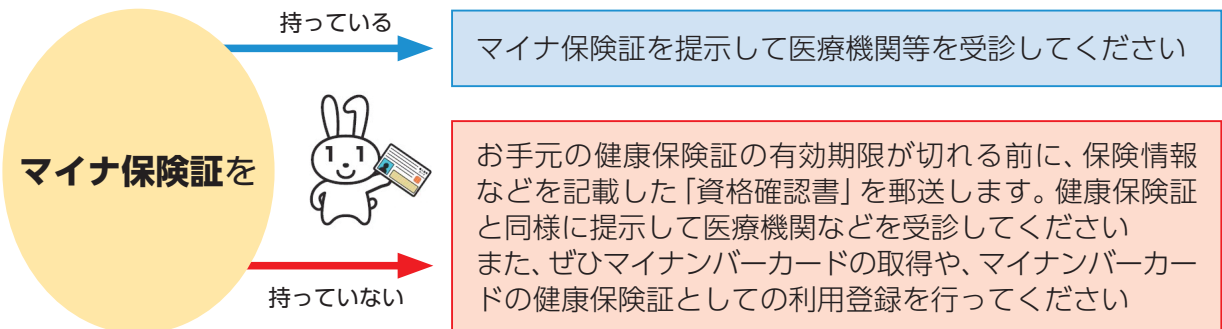
12/2(月)以降、現行の健康保険証の発行が終了し、マイナ保険証(注)の利用を基本とする仕組みに移行します。 ※現在お手元にある国民健康保険証または後期高齢者医療被保険者証は、12/2(月)以降も有効期限まで引き続き使用できます

(注)健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード

詳しくは
市WEBで▶



健康保険証の有効期限以降の病院受診の方法



よくある質問

Q:マイナ保険証を使うには

A:まずは事前に利用登録が必要です。利用登録をするには、医療機関や薬局の窓口設置されている顔認証付きカードリーダーや、マイナポータル、セブン銀行ATMから申請をする必要があります

Q:利用登録後、医療機関などでのマイナ保険証の利用方法は

A:医療機関などの受付時に、窓口設置されたカードリーダーにマイナンバーカードを置き、顔認証または4桁の暗証番号を入力して利用します

Q:マイナンバーカードがなくても受診できますか

A:マイナンバーカードを持っていない人、マイナンバーカードの保険証としての利用登録をしていない人は、「資格確認書」を医療機関などに提示することで、今まで通り、保険診療を受けることができます