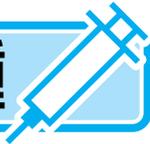


# 予防接種



市指定の予診票が必要です。

## ポリオ予防接種

**日時** 1回目の接種の人...平成13年1月9日(火) 2回目の接種の人...1月16日(火) いずれも午前9時~11時30分と午後1時30分~3時30分 **場所** 保健センター **対象** 生後3カ月以上7歳6カ月未満の未接種児 **その他** 1回目と2回目の間隔は6週間以上あけること

## 結核予防接種 (ツベルクリン反応・BCG)

**日時** 平成13年1月15日(月)・22日(月) いずれも午前9時~11時30分と午後1時30分~3時30分 **場所** 保健センター **対象** 生後3カ月以上4歳未満の未接種児 **その他** ツベルクリン反応検査の判定とBCG接種は、2日後の同じ場所・時間に行います

## 麻しんや風しんなど医療機関で行う予防接種

市指定の医療機関で行います。  
ジフテリア・百日せき・破傷風三種混合予防接種  
**対象** 生後3カ月以上7歳6カ月未満の未接種児(第1期追加は、第1期初回の3回目を接種後12カ月以上経過し

ていること) **その他** すでに百日せきにかかったことが明らかな対象児には、保健センターで二種混合を実施します(ただし、二種混合は予約が必要)

**麻しん予防接種**  
**対象** 生後1歳以上7歳6カ月未満の未接種児  
**風しん予防接種**  
**対象** 生後1歳以上7歳6カ月未満の未接種児

# 妊婦・乳幼児



母子健康手帳をお忘れなく。

## 育児学級 びよびよクラブ ~赤ちゃんあつまれ~

**日時と場所** 平成13年1月5日(金) 午前10時~11時30分 保健センター  
**対象** 満1歳までの乳児 **内容** 育児の情報交換、保健婦・栄養士からの話

## 乳幼児食教室(無料)

**日時と場所・対象** 下表のとおり **内容** 乳幼児食の実技指導や相談 **申し込み** 実施日の4日前までに、保健センターで直接申し込むか、はがきに受講希望日、対象児の名前・月齢、世帯「乳幼児食教室」の日時と場所(平成13年)

月	日	対象	場所
1	9(火)	4~7カ月児	保健センター
	10(火)	8~12カ月児	
時間 いずれも午前10時~11時30分			

**保健所の検診・検査の廃止について**  
現在保健所で行っている次の検診・検査について、平成13年3月末をもって廃止します。  
進学・就職の際の健康診断  
事業所が行う健康診断  
食品従事者などが依頼する検便  
会社・個人が依頼する水質検査  
詳しくは、北勢県民局四日市保健福祉部(四日市保健所 ☎52-0590)へ。

主の住所・名前・電話番号を書いて保健センターへ **その他** 申込者への個人通知はしませんので、当日直接会場へ

## 幼児健診

対象児には個人通知します。  
1歳6カ月児健診  
**日時** 12月21日(木) 平成13年1月11日(木) いずれも午前8時45分~10時25分 **場所** 保健センター  
3歳児(3歳6カ月児)健診  
**日時** 12月21日(木) 平成13年1月11日(木) いずれも午後0時40分~2時20分 **場所** 保健センター **持ち物** 起床時の尿(びんに入れて)  
1歳6カ月児・3歳児健診を月1回日曜日(12月17日)に予約制で実施します。予約期限は12月14日です。

## 育児相談 一人で悩まずに

**日時と場所** (1)12月27日(水) 午前9時30分~11時 保健センター (2)平成13年1月10日(水) 午前10時~11時30分 あさけプラザ

## 育児学級 パパ・ママ教室(無料)

**日時と内容** 下表のとおり **場所** 保健センター **対象** 市内在住の妊婦とその家族 **定員** 15組 **持ち物** 母子健康手帳、バスタオル **申し込み** 12月15日までに、電話またはファクスで保健センターへ **その他** 個人通知はしませんので当日直接会場へ  
「パパ・ママ教室」の日時と内容

開催日	内容
1日目 1月9日 (火)	ママと赤ちゃんの体・心の準備、母子保健サービスの説明など
2日目 2月2日 (金)	ママと赤ちゃんの栄養について、赤ちゃんとの触れ合い体験など
3日目 3月3日 (土)	家族そろって楽しい体験、沐浴体験・妊娠模擬体験など
時間	いずれも9時30分~11時30分

## 三重北勢健康増進センター **ヘルスプラザ**

☎510-0851 塩浜町1-11 ☎49-3311

### 1月の健康度測定・総合体力測定

**健康度測定** 測定日 平成13年1月20日(土)・27日(土)・31日(水) 測定料 10,500円(6カ月以内に撮影した胸部X線フィルム、肺機能検査結果をお持ちの方は、減額となります)

**総合体力測定** 測定日 平成13年1月7日(日)・11日(木)・13日(土)・18日(木)・21日(日)・25日(木)・28日(日) 測定料 1,580円

申込期限 測定日の10日前(電話でも可) 対象 18歳以上

### リラクゼーション運動教室

**日時** 12月24日(日) 午前10時~11時30分 受講料 840円 対象と定員 18歳以上の人 20人(心臓病や運動制限のある人、妊娠中の人は除く) 申込期限 12月23日(電話でも可)

### 生活習慣病予防運動教室(いずれも計11回で1コース)

受講料 各7,880円 対象と定員 18歳以上の人 20人(心臓病や運動制限のある人、妊娠中の人は除く) 申込期限 12月23日(電話でも可) その他 1年以内に受けた血液検査の結果が必要です

**高脂血症・肥満改善運動教室** **日時** 平成13年1月16日と1月25日~3月29日の毎週木曜日 いずれも午前10時~11時30分

**高血圧改善運動教室** **日時** 平成13年1月16日と1月24日~3月28日の毎週水曜日(3月21日は22日(木)に変更) いずれも午後1時30分~3時

### 転倒予防教室(計10回で1コース)

**日時** 平成13年1月12日~3月16日の毎週金曜日 いずれも午後1時30分~3時 受講料 5,780円 対象と定員 60歳以上の人 20人(心臓病や運動制限のある人は除く) 申込期限 12月23日(電話でも可)

保健センター ☎54-8281  
FAX 53-6385  
☎510-0085 諏訪町2-2 総合会館4・5階  
応急診療所 ☎53-1759  
歯科医療センター ☎54-5130



次の人は、健 検 診が無料です。  
昭和6年以前生まれの人 老人  
保健医療受給資格を持っている人  
市民税非課税世帯の人...申込時に  
「非課税」と記入 四日市市国民健康  
保険被保険者...申込時に「国保」と  
記入し、受診日に保険証を持参

家族の介護を  
している人の健康相談

日時と場所 12月25日(月) 午前10時  
~午後3時 保健センター

くすりの相談(無料)

日時と場所 平成13年1月13日(土)・  
20日(土) いずれも午後2時~4時  
薬の相談室(本町プラザ5階) 担当  
(社)四日市薬剤師会

地区巡回  
基本健康診査と  
胃・子宮・乳・大腸がん検診

日時と場所 下表のとおり 対象  
昭和56年以前生まれ(大腸がん検診は  
昭和36年以前生まれ)の市民。勤務先  
などで検診を受けることができる人を  
除きます 受診料 下表のとおり  
申し込み 検診の3週間前までに、中  
部地区を除く各地区市民センターまた  
は保健センターで直接申し込むか、は  
地区巡回の各健(検)診の日程

基...基本健康診査	胃...胃がん検診	子宮がん検診	乳...乳がん検診	大...大腸がん検診			
1	12(金)	塩浜地区市民センター	基	子	胃	乳	大
受付時間(後日、個人通知します) 基本健康診査.....午前と午後 胃がん検診.....午前 子宮がん検診.....午後 乳がん検診.....午前と午後 大腸がん検診.....午前と午後							

地区巡回の各健(検)診の受診料

区	分	受診料
基本健康診査	昭和37~56年生まれ	1,600円
	昭和7~36年生まれ	1,300円
胃がん検診	昭和37~56年生まれ	2,500円
	昭和7~36年生まれ	1,500円
子宮がん検診	昭和47~56年生まれ	1,500円
	昭和7~46年生まれ	1,300円
乳がん検診	昭和7~56年生まれ	2,000円
	昭和7~36年生まれ	800円

## 生活習慣病の予防講座(初級編)「知って得する健康教室」

日時と内容 下表のとおり(5日間で  
1コース) 場所 保健センターほか  
対象 健康についての基礎知識を学  
び、将来地域で保健活動に参加する意  
志のある20歳以上の人 受講料 無料  
(教材費など実費徴収あり) 申し込み  
平成13年1月16日までに、保健センタ  
ーで直接申し込むか、はがきに「知っ  
て得する健康教室」と記入の上、住所、  
名前、生年月日、電話番号を書いて保  
健センターへ

「知って得する健康教室」の日時と内容

回	日時	内容
1	1月30日(火) 10:00~15:00	身体のしくみを理解する(1) 血圧を測ってみよう
2	2月6日(火) 10:00~15:00	身体のしくみを理解する(2) 消化のしくみ、お口の常識・非常識
3	2月20日(火) 10:00~15:00	生活習慣の基本を見直す 環境、清潔・不潔、食事の基本
4	3月6日(火) 10:00~15:00	身体を動かす基本「歩く」 1万歩を歩く
5	3月13日(火) 10:00~12:00	自分の健康を自分で守る
2回目以降は、毎回、初めに各自で血圧測定を実施		

がきに希望検診日・検診名(乳がんは  
午前・午後の希望も) 住所、名前、生  
年月日、電話番号を書いて保健センタ  
ーへ

保健センターで行う  
胃・子宮がん検診

日時と定員 胃がん検診...平成13年1  
月23日(火)・30日(火) 2月19日(月)・  
27日(火) 午前9時~11時 各15人  
子宮がん検診...平成13年1月19日  
(金)・25日(木) 2月8日(木)・15日  
(木) 午後1時~2時 各18人 場所  
保健センター 受診料 地区巡回(表  
)と同じ 対象 昭和56年以前生まれ  
の市民(勤務先などで検診を受ける  
ことができる人を除きます) 申し込み  
12月28日までに、保健センターで  
直接申し込むか、はがきに検診名、都  
合の悪い日、住所、名前、生年月日、

電話番号を書いて保健センターへ そ  
の他 後日、検診日を個人通知します

受けて安心  
胸部検診(結核・肺がん)

日時 平成13年1月11日(木) 2  
月1日(木) いずれも午前9時~11時  
場所 保健センター 対象と定員 市  
民 50人 受診料 結核検診...無料  
肺がん検診...下表のとおり 申込期限  
...12月21日 ...平成13年1月11日  
申し込み 保健センターで直接申し込  
むか、はがきに「胸部検診」と記入の  
上、検診日、住所、名前、生年月日、  
電話番号を書いて保健センターへ

肺がん検診の受診料

年齢	区分	胸部X線撮影 (受診者全員)	たんの検査 (問診の結果 必要な人だけ)
昭和37年以降生まれ		500円	1,000円
昭和7年~36年生まれ		500円	600円

## 年末年始 救急医療のご案内

応急診療所と歯科医療センターでは、年末年始にかけて、次のとおり診療を行います。

〔医科〕

応急診療所(☎53-1759)

場所 西新地14-20(市消防本部東)  
診療科目 内科、小児科、耳鼻咽喉科  
診療日時 下表のとおり(元日はお休みです)

開設日	診療受付時間と診療科目	
	昼間 (午前9時30分 ~午後4時)	夜間 (午後7時30分 ~10時30分)
12月29日・30日	—	—
12月31日	内・小・耳	内・小
1月2日・3日	内・小・耳	—

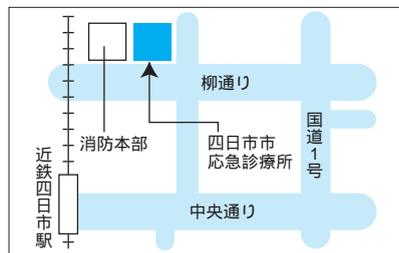
内=内科、小=小児科、耳=耳鼻咽喉科

〔歯科〕

歯科医療センター(☎54-5130)

場所 本町9-12(本町プラザ南)  
診療日時 下表のとおり(元日はお休みです)

開設日	受付時間
12月30日・31日	午前9時~11時30分
1月2日	



救急医療情報センター(☎53-1199)

急病、けがなどでお困りの人に、診療  
を行っている医療機関を紹介します。

