

成人

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

医療機関で行う 子宮がん検診

期間 9月1日(土)~11月30日(金)
対象 市内に住所を有する昭和15年~
 45年生まれの女性(平成2年度以降に
 この検診を受診した人、および昭和26・
 31・36・45年生まれの人には全員に通
 知します。それ以外の人は申し込みが
 必要です) **受診料** 子宮頸部がん...
 1,700円 子宮体部がん(医師が必要と
 認めた場合に実施)...800円 **申し込み**
 11月16日までに、中部地区を除く各
 地区市民センターの窓口で直接申し込む
 か、はがきに「(医)子宮がん検診」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

すこやか食生活教室

日時と場所 下表のとおり **対象** 20
 歳以上の市民 **内容** 生活習慣病と食
 生活の話、調理実習や試食 **申し込み**
 各地区の地区回覧をご覧の上、地区市民
 センターへ **その他** 個人通知はしま
 せんので、直接会場へ

「すこやか食生活教室」の日時と場所

月	日	対象
8	3(金)	保々地区市民センター
	7(火)	羽津地区市民センター
	24(金)	富田地区市民センター
	29(水)	富洲原地区市民センター
時間 いずれも午後1時~3時30分(予定)		

7/22 四日市市献血推進の日 街頭献血にご協力を

街頭献血

日時 7月22日(日) 午前10時~午
 後5時 **場所** 近鉄四日市駅北口
 献血ルーム「サンセリテ」
日時 中部近鉄百貨店四日市店の休
 業日と年末年始を除く毎日 一般献
 血...午前10時~午後0時45分と午後
 2時~5時45分 成分献血...午前10
 時~正午と午後2時~5時 **場所**
 中部近鉄百貨店四日市店2階(☎55
 -5863)

はつらつ健康教室

日時と場所 下表のとおり **内容** 医師の講話とレクリエーション、体操ほか **対
 象** 市民 持ち物 健康手帳 申し込み 当日、直接会場で その他 「生活リハ
 ビリお達者教室」と同時実施(「広報よっかいち」3月上旬号に掲載)

「はつらつ健康教室」の日時と場所

月	日	場 所	月	日	場 所	
7	9(月)	下野地区市民センター	7	24(火)	保々地区市民センター	
	10(火)	内部地区市民センター		25(水)	大矢知地区市民センター	
	12(木)	川島地区市民センター			水沢地区市民センター	
	13(金)	富洲原地区市民センター			26(木)	羽津地区市民センター
		神前地区市民センター			27(金)	桜地区市民センター
	7	16(月)	日永地区市民センター	8	1(水)	保健センター
		三重地区市民センター	3(金)		常磐地区市民センター	
		17(火)			県地区市民センター	橋北地区市民センター
		18(水)	八郷地区市民センター		6(月)	富田地区市民センター
		19(木)	四郷地区市民センター		7(火)	ヘルスプラザ
23(月)		河原田地区市民センター	8(水)		小山田地区市民センター	
	海蔵地区市民センター	時間 いずれも午後1時30分~3時30分				

地区市民センターなどで行う 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(乳がん
 は女性のみ)、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4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
 の窓口で直接申し込むか、はがきに希
 望検診日と検診名(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 **そ
 の他** 対象年齢を定めた医療機関で
 の基本健康診査、胃・子宮・大腸がん検
 診も予定しています

地区市民センターなどでの各健(検)診の日程

基...基本健康診査	胃...胃がん検診
子...子宮がん検診	乳...乳がん検診
大...大腸がん検診	

月	日	場 所	検診内容
8	17(金)	羽津地区市民センター	基子胃乳大
	24(金)	羽津地区市民センター	基子胃乳大
	31(金)	保健センター	基乳大
9	3(月)	富田地区市民センター	乳
	7(金)	富田地区市民センター	基子胃乳大
	14(金)	橋北地区市民センター	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

地区市民センターなどでの各健(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
大腸がん検診	昭和7~36年生まれ 800円

C型肝炎ウイルスの検査を 無料で受けられます

輸血などで広がったC型肝炎ウイ
 ルス対策のため、エイズウイルス検
 査と併せてC型肝炎ウイルスの検査
 を希望する場合に限り、保健所で検
 査を受けられます。期限は10月末日
 までで、検査料は無料です。

詳しくは、北勢県民局四日市保健
 福祉部(四日市保健所)健康増進グ
 ループ(☎52-0595)へ

くすりの相談

日時 8月11日(土)・18日(土) いずれ
 も午後2時~4時 **場所** 薬の相談室
 (本町プラザ5階) **担当** (社)四日市
 薬剤師会

家族の介護をしている人の 健康相談

日時 7月23日(月) 午前10時~午後
 3時 **場所** 保健センター **対象** 家
 族の介護をしていて健康に不安のある
 人 **その他** 電話相談も受け付けます

受けて安心

胸部検診(結核・肺がん)

日時 8月23日(木) 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 **申し込み**
 8月2日までに、保健センターの窓口で
 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

保健センター

成人保健について ☎54-8282

母子保健について ☎54-8187

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

予防接種

市指定の予診票が必要です。

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、二種混合を実施します（予診票を送付しますので、お問い合わせください）

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

ポリオ予防接種

日時 1回目の接種の人... 7月31日(火) 2回目の接種の人... 8月7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（上記日程で都合の悪い人には、7月24日(火)に予備日を設けています。ただし、前日までに予約が必要です）**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 7月30日(月)、8月6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

妊婦・乳幼児

母子健康手帳をお忘れなく。

育児相談

一人で悩まずに

日時と場所 (1)7月25日(水) 午前9時30分～11時 保健センター (2)8月8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

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(3日間通して参加できる人) **定員** 45組(応募多数の場合は抽選) **持ち物** 母子健康手帳 **申し込み** 7

「パパ・ママ教室」の日時と内容

月	日	時	内容
1	8月3日(金)	9:30～11:30	ママと赤ちゃんの栄養について、赤ちゃんとの触れあい体験など
2	8月7日(火)	9:30～11:30	ママと赤ちゃんの体・心の準備など
3	9月1日(土)	9:30～11:30 または 13:30～15:30	沐浴体験・妊娠模擬体験など

月23日までに、住所、名前、電話番号、お産経験回数、現在の妊娠週数、出産予定日を電話か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

妊婦・乳幼児健診

母子健康手帳にとじ込まれている「妊婦一般健康診査票(前期・後期)」と、冊子「予防接種と子どもの健康」にとじ込まれている「乳児一般健康診査票(4カ月・10カ月)」は、県内の医療機関で使用できます。

1歳6カ月児健診

日時 7月19日(木)・26日(木)、8月2日(木)・9日(木) いずれも午前8時45分～10時25分 **場所** 保健センター **その他** 対象児には個人通知します

3歳児(3歳6カ月児)健診

日時 7月19日(木)・26日(木)、8月2日(木)・9日(木) いずれも午後0時40分～2時20分 **場所** 保健センター **その他** 起床時の尿をびんに入れて持参してください。対象児(3歳6カ月ごろ)には個人通知します。

1歳6カ月児・3歳児健診を月1回日曜日に、予約制で実施します。一定の条件に該当する人が対象になりますので、保健センターへお問い合わせください。

育児学級

びよびよクラブ

～赤ちゃんあつまれ～

日時 8月3日(金) 午前10時～11時30分 **場所** 保健センター **対象** 満1歳までの乳児 **内容** 育児に関する情報交換、保健婦・栄養士からのアドバイス

乳幼児食教室

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1週間前までに、保健センターの窓口で直接申し込むか、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

「乳幼児食教室」の日時と場所・対象

月	日	対象	場所
8	2(火)	主に5～8カ月児	保健センター
	2(火)	主に9～12カ月児	
時間	いずれも午前10時～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

8月の健康度測定・運動実践指導コース、総合体力測定

健康度測定・運動実践指導コース(18歳以上の方がご利用いただけます) 測定日 8月4日(土)・9日(木)・18日(土)・22日(水)・29日(水)・30日(木) 測定料 4,200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、それぞれ、420円、840円の減額となります) 指導料 1,050円(回数券 6枚つづり 5,250円 もあります)

総合体力測定(7項目)(中学生以下の人を除いてご利用いただけます) 測定日 8月2日(木)・5日(日)・11日(土)・16日(木)・19日(日)・23日(木)・25日(土) 測定料 1,050円

申込期限 測定日の10日前(電話でも可) **その他** 健康度測定または総合体力測定を受けると、トレーニングジムを利用できます(1回530円、プールも利用可)。回数券(6枚つづり2,630円)もあります

7月のリラクゼーション運動教室

日時 7月29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、妊娠中の人を除く) **申込期限** 7月28日(電話でも可)