

# 予防接種



市指定の予診票が必要です。

## 医療機関で行う予防接種

ジフテリア・百日せき・破傷風  
三種混合予防接種

**対象** 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対象児には、二種混合を実施します。予診票は保健センターから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** 1歳以上7歳6カ月未満の未接種児（小流行がありますので1歳になったら早めに受けましょう）

風しん予防接種（幼児）

**対象** 1歳以上7歳6カ月未満の未接種児

風しん予防接種（生徒）

**対象** 昭和62年10月1日以前の出生者で、16歳未満かつ風しんおよびMMR予防接種の未接種者

## 保健センターで行う予防接種

ポリオ予防接種

**日時** 1回目の接種の人...平成14年1月8日(火) 2回目の接種の人...1月22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（都合の悪い人は、1月28日(月)に接種できます。ただし、1月25日までに予約が必要です）**場所** 保健センター **対象** 3カ月以上7歳6カ月未満の未接種児

### ヘルスアップ教室

~糖尿病で後悔しないために~

**日時** 平成14年1月16日(水)・29日(火) 2日間で1コース 午前9時30分~11時30分 **内容** 1日目...講義「後悔しないために~糖尿病予防と生活習慣の関係~」 実習「運動の効果は?歩くことから始めよう」 2日目...講義と実習「あなたの食生活を考えよう!ヘルシーレストラン」 **場所** 保健センター **対象と定員** 20歳以上の市民（糖尿病治療中の人を除く）30人（応募多数の場合は抽選） **申し込み** 12月28日までに、保健センターの窓口で申し込むか、はがきに「ヘルスアップ教室」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

**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14年1月7日(月)・21日(月) 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** 3カ月以上4歳未満の未接種児

**その他** 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。

## 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」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** 12月20日(木)・27日(木) 平成14年1月10日(木) 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** 12月20日(木)・27日(木) 平成14年1月10日(木) 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） **その他** 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

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・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** 平成14年1月16日(水)・26日(土)・30日(水) **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回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** 平成14年1月5日(土)・9日(水)・13日(日)・19日(土)・24日(木)・27日(日)・31日(木) **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していただくと、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

### 12月のリラクゼーション運動教室

**日時** 12月16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（心臓病を持つ人や運動制限のある人、妊娠中の人を除く） **申込期限** 12月15日（電話でも可）

### 高脂血症・肥満改善運動教室（全11回 週2回コース）

**日時** 平成14年1月17日(木)・23日(水)・25日(金)・30日(水) 2月1日(金)・6日(水)・8日(金)・13日(水)・15日(金)・21日(木)・27日(水) 午後1時30分~3時（1月17日と2月21日は午前10時~11時30分） **内容** 身体計測、講義、運動実技、血液検査など **対象と定員** 18歳以上の人 20人（心臓病を持つ人や運動制限のある人、妊娠中の人を除く） **受講料** 7,880円 **持ち物** 1年以内に受けた血液検査の結果 **申込期限** 平成14年1月10日（電話でも可）

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。

## 育児相談 一人で悩まずに

**日時と場所** (1) 12月26日(水) 午前9時30分~11時 保健センター (2) 平成14年1月9日(水) 午前10時~11時30分 あさけプラザ

育児学級 ぴよぴよクラブ

~赤ちゃんあつまれ~

**日時と場所** 平成14年1月11日(金) 午前10時~11時30分 保健センター **内容** 育児に関する情報交換、保健婦・栄養士からの話 **対象** 満1歳までの乳児

### 高齢者を対象に

### インフルエンザ予防接種を実施

**期間** 12月1日~平成14年2月28日 **場所** 市の指定医療機関 **対象** 接種日当日に次のいずれかの条件を満たす人（1）65歳以上である（2）60~64歳で心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害による各1級の身体障害者手帳をお持ちかつ同程度の障害がある（詳しくは、保健センターにご確認ください） **接種回数** 1回 **自己負担額** 1,400円（生活保護世帯の人は無料です。保護課または居住する地区の地区市民センターへ申し出てください） **申し込み** 直接、各医療機関へ 問い合わせ 保健センター（☎54-8187）

### 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



次の人は、健(検)診が無料です。  
 昭和7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

地区市民センター 基本健康診査と  
 などで行う 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57年以前生まれ(大腸がん検診は  
 昭和37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  
 口で申し込むか、はがきに希望検診日・  
 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

地区市民センターなどでの各健(検)診の日時と場所

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
1	18(金)	神前地区市民センター	基 子 胃 乳 大
	25(金)	塩浜地区市民センター	基 子 胃 乳 大
2	3(日)	保 健 セ ン タ ー	胃 乳 大
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38~57年生まれ 1,600円
	昭和8~37年生まれ 1,300円
胃がん検診	昭和38~57年生まれ 2,500円
	昭和8~37年生まれ 1,500円
子宮がん検診	昭和48~57年生まれ 1,500円
	昭和8~47年生まれ 1,300円
乳がん検診	昭和8~57年生まれ 2,000円
大腸がん検診	昭和8~37年生まれ 800円

### 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14年1月21日(月)・29日(火) 2月4日(月)・12日(火) 午前9時~11時 各15人  
 子宮がん検診...平成14年1月23日(水)・31日(木) 2月7日(木)・13日(水) 午後1時~2時 各18人 **場所**  
 保健センター **対象** 昭和57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く) **受診料**  
 地区市民センターなどでの検診(表)と同じ **申し込み** 12月28日までに、  
 保健センターの窓口で申し込むか、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

### 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

日 時	内 容
平成14年 1月15日(火) 10:00~12:00	講義「身体のしくみを理解する(1)」 血圧を測ってみよう
2月5日(火) 10:00~15:00	講義「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
2月19日(火) 10:00~15:00	講義「生活習慣の基本を見直す」 環境、清潔・不潔、食事の基本
3月5日(火) 10:00~15:00	実技「身体を動かす基本・歩く」 1万歩を歩く
3月12日(火) 10:00~12:00	講義「自分の健康を自分で守る」

**対象** 将来、地域で保健活動に参加する意志のある20歳以上の市民 **受講料**  
 無料(ただし、教材費など実費は自己負担) **申し込み** 12月28日までに、保  
 健センターの窓口で申し込むか、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

### くすりの相談

**日時と場所** 平成14年1月12日(土)・  
 19(土) 午後2時~4時 薬の相談室  
 (本町プラザ5階) **その他** 相談時間  
 中は、電話での相談も受け付けていま  
 す(☎54-8440) **担当** (社)四日市薬  
 剤師会

### 保健センターで行う 胸部検診(結核・肺がん)

**日時** 平成14年1月24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** 平成14年1月4日までに、  
 保健センターの窓口で申し込むか、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

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38年以降生まれ	500円	1,000円
昭和8年~37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。

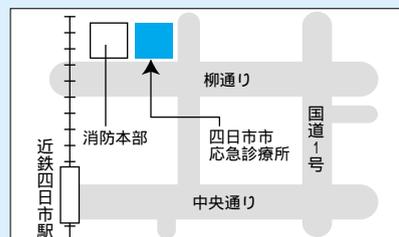
(内科)

### 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(元日は休み)

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	—	—
12月30日	内・小・耳	内・小
12月31日	内・小	
1月2日・3日	内・小・耳	

内=内科、小=小児科、耳=耳鼻咽喉科

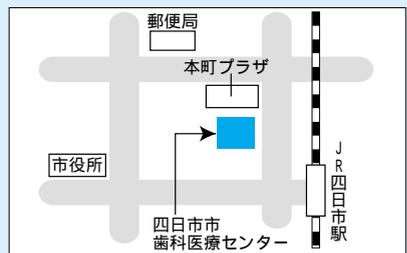


(歯科)

### 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(元日は休み)

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・3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。