

予防接種



接種には、市から送付された
予診票が必要です。

保健センターで行う予防接種

問い合わせ 保健センター

結核予防接種（ツベルクリン反応・
BCG）

日時 4月8日(月)...誕生日が1日～
15日の人 15日(月)...誕生日が16日～
31日の人 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、いずれかの日にお越しくだ
さい）**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**
ツベルクリン反応検査の判定とBC
G接種は、2日後の同じ場所・時間
に行います

ポリオ予防接種

日時 4月2日(火)...誕生日が1日～
10日の人 16日(火)...誕生日が11日～
20日の人 23日(火)...誕生日が21日～
31日の人 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、いずれかの日にお越しくだ
さい）**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
その他 1回目と2回目の間隔は6週
間以上あけること

医療機関で行う予防接種

問い合わせ 保健センター

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。予診票は保健
センターから送付しますので問い合
わせください

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

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）

風しん予防接種などの
対象者の範囲が広がりました
法の改正により、昭和54年10月2
日から昭和62年10月1日までの出
生者で風しんおよびMMR（麻し
ん・風しん・おたふくかぜ混合ワク
チン）予防接種の未接種者は、平成
15年9月30日まで定期予防接種を
受けることができるようになりました。
まだの人はぜひ受けておき
ましょう。

福祉



精神障害者福祉に関する窓口が
一部変更になります

平成14年4月1日から、現在保健所
で行われている精神障害者福祉業務の
一部が市に移行します。これに伴い、
次のサービスに関する窓口が市役所に
なります。

- (1) 精神障害者保健福祉手帳交付制
度、「通院医療費公費負担制度」につ
いての申請
- (2) 精神障害者居宅生活支援事業（ホ
ームヘルプ、ショートステイ、グル
ープホーム）の申請
- (3) 精神障害者社会復帰施設（生活訓
練施設、福祉ホーム、授産施設など）
の利用に関する相談

なお、精神保健および医療に関する
相談は従来どおり保健所で行いま
す。

問い合わせ 障害福祉課 ☎54-8171
FAX54-3016)

手話通訳者を募集



市では、四日市市手
話通訳者派遣事業に手
話通訳者として登録
し、活動していただ
ける人を募集します。

対象 厚生労働省認定の手話通訳士の
資格を取得している人または三重県B
級認定試験に合格した人 **応募方法**
所定の申込書に必要書類を添えて、障
害福祉課（☎54-8171 FAX54-
3016）へ

意思表示カードをお持ちですか？



1997年10月 に
施行された「臓
器の移植に関す
る法律」によつ

て、心臓や肝臓などの移植の道が開
かれ、臓器提供者の意思とその家族
の同意があれば、脳死下での臓器提
供が可能になりました。臓器移植を
待ち望む多くの患者さんがいる中
で、一人でも多くの人が臓器提供意
思表示カード（意思表示カード）で
意思を表すことが大切です。

この意思表示カードは、三重県北
勢県民局四日市保健福祉部（四日市
保健所 ☎52-0585）や保健センタ
ー、市民課、各地区市民センター、保
険年金課のほか、郵便局や一部のス
ーパーマーケット、コンビニエンス
ストアなどにあります。

みなさんのご理解と臓器提供につ
いての意思表示をお願いします。

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

4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 4月11日(木)・18日(木)・20日(土)・24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 4月7日(日)・10日(水)・13日(土)・14日(日)・17日(水)・25日(木)・27
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

3月のリラクゼーション運動教室

日時 3月17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 3月16日(電話でも可)

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

訪問歯科健診

自宅で歯の健診が受けられます。

申し込みは保健センターへ

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」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。転入、紛失などでお手元にない人は、事前に保健センターまでご連絡ください。

問い合わせ 保健センター

1歳6カ月児健診

日時 3月28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 3月28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。

デンタルマタニティスクール

日時と場所 4月19日(金) 午後1時30分～3時30分 保健センター **内容** 講話と歯科健診・歯磨き指導など **持ち物** 歯ブラシ **申し込み** 4月12日までに、保健センターの窓口で申し込むか、はがきに「デンタルマタニティ希望」と記入の上、開催日、住所、名前、電話番号、現在の妊娠週数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 **問い合わせ** 保健センター

幼児歯みがき教室

「歯八八の教室」

日時と場所 4月26日(金) 午前10時～11時と午後1時30分～2時30分 保健センター **内容** 講話と歯科健診・歯磨き指導(希望者にフッ素を塗布)など **対象** 2歳6カ月以上3歳未満の幼児と保護者 **定員** 各10人(応募多数の場合は抽選) **持ち物** 母子健康手帳、歯ブラシ **申し込み** 4月5日までに、保健センターの窓口で申し込むか、はがきに「歯八八の教室希望」と記入の上、開催日、午前・午後の別、フッ素塗布希望の有無、住所、名前(ふりがな)、生年月日、電話番号、1歳6カ月児健診受診日を書いて保健センターへ **その他** 希望日時に参加していただける人には個人通知はしませんので、当日、直接会場へ(希望日時に参加していただけない人には連絡します) **問い合わせ** 保健センター

乳幼児食教室

日時と対象 (1)4月16日(火) 主に5～8カ月児 (2)4月23日(火) 主に9～12カ月児 **場所** 保健センター **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申し込むか、受講希望日、対象児の名前・月齢、世帯主の住所・名前・電話番号をはがきかファクスで保健センターへ **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 **問い合わせ** 保健センター

育児学級 ぴよぴよクラブ

～赤ちゃんあつまれ～

日時と場所 4月5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・栄養士からのアドバイス **対象** 満1歳までの乳児 **問い合わせ** 保健センター

育児学級

パパ・ママ教室

日時と場所 4月19日(金) 午前9時30分～11時30分 保健センター **内容** 妊娠についての話、沐浴体験、妊娠模擬体験など **対象** 市内在住の妊婦(申込時に妊娠週数が12～27週の人)とその家族 **定員** 15組(応募多数の場合は抽選) **持ち物** 母子健康手帳

申し込み 4月12日までに、開催日、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 **問い合わせ** 保健センター

育児相談 一人で悩まずに

日時と場所 (1)3月27日(水) 午前9時30分～11時 保健センター (2)4月10日(水) 午前10時～11時30分 あさけプラザ **問い合わせ** 保健センター

成人



くすりの相談

日時と場所 4月13日(土)・20日(土) 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(☎54-8440 相談日の時間中のみ)

家族の介護をしている人の健康相談

日時と場所 3月25日(月)、4月22日(月) 午前10時～午後3時 保健センター **その他** 電話相談も受け付けます **問い合わせ** 保健センター

「生活リハビリお達人教室」(地区巡回)

日時 4月から毎月1回 午前または午後 **場所** 各地区市民センターほか **内容** 体操、レクリエーション、交流会、身体・機能相談など **対象** 40歳以上で介護保険サービスの対象とならない市民 **申し込み** 当日、会場 **問い合わせ** 保健センター

元気なうちにリハビリ教室

日時と場所 下表のとおり 受講期間は1年以内 **内容** 体操、交流会、機能相談など **対象** 40歳以上で介護保険サービスの対象とならない市民 **定員** 30人程度 **申し込み** 所定の申込用紙で保健センターへ **問い合わせ** 保健センター

場 所	訓 練 日	時 間
保 健 セ ン タ ー	毎週水曜日	10:00
三重北勢健康増進センター (ヘルスプラザ)	毎週木曜日	11:30