

健康館

健康づくり課(保健センター内) 受付時間 平日8時30分~17時15分
 〒513-0809 西条五丁目 118番地の3
 ☎382-2252 ☎382-4187 ✉kenkozukuri@city.suzuka.lg.jp



集団検診

申し込みは8月31日(金)まで(先着順ではありません。)に市ホームページ「がん検診」のページでインターネット予約、または健康づくり課(専用ダイヤル ☎327-5030、ファクス ☎382-4187、はがき、窓口)、地区市民センター窓口へ

- 市内に住民登録をしている方が対象です。ただし検診部位について治療中・経過観察中の方は除きます。持病のある方は主治医にご相談ください。また、同じ種類の検診は、年度内に1回しか受けられません。
- 市民税非課税世帯・生活保護世帯の方は無料です(乳がん検診、子宮がん検診のHPV検査は除く)。
- 検診当日の受付時間は午前が9時から11時まで、午後が13時から15時までです。
- ※9月19日(水)、10月1日(月)・9日(火)・18日(水)は検査時のみ、お子さんの一時預かりを行います(予約不要)。

検診/対象	と き	と ころ	費 用
◎ 胃がん (バリウム) 40歳以上	9月19日(水) 午前	保健センター	1,000円
	10月28日(日) 午前		
※妊娠中の方、妊娠の可能性のある方、胃・大腸の手術を受けたことがある方は受診できません。また、問診の結果、受診できない場合があります。 ※検診前日21時以降と当日の朝は飲食、喫煙はしないでください(内服が必要な方は、主治医にご確認ください)。			
◎ 乳がん (超音波) 20歳以上の女性	9月19日(水) 午前・午後	保健センター	1,500円
	10月1日(月)・9日(火)・18日(水) 午前・午後		
※妊娠中・授乳中の方も受診可能ですが、正確な判定ができない場合があります。 ※バスタオルを持参してください。			
◎ 乳がん (マンモグラフィ) 40歳以上の女性	9月19日(水) 午前・午後	保健センター	1,800円
	10月1日(月)・9日(火)・18日(水)・28日(日) 午前・午後		
※視触診はなくなりました。視触診をご希望の方は個別検診をご利用ください。 ※妊娠中の方、妊娠の可能性のある方、授乳中の方、ペースメーカー・シリコンなど胸壁や乳房内に人工物が入っている方、胸部リザーバー(ポート)を装着されている方、V-Pシャントを施行されている方は受診できません。 ※バスタオルを持参してください。			
◎ 子宮頸がん (細胞診) 20歳以上の女性	9月19日(水) 午後	保健センター	1,000円
	10月1日(月)・9日(火) 午前・午後		
	10月18日(水)・28日(日) 午後		
※生理中の方は受診できません。 ※前日から洗浄と性交は避けてください。 ※性経験がない方は、受診できません。受診を希望される方は医療機関へご相談ください。 ※追加してHPV検査(1,000円)を希望される20~39歳の方(生年月日が平成11年4月1日以前で、40歳の誕生日前日までの方)には、同時に実施します。			

<ファクス・はがきでの申込方法>①希望する検診名、②希望する検診日(午前・午後も記入)、③氏名(ふりがな)、④生年月日、⑤郵便番号・住所、⑥電話番号を記入し、健康づくり課「がん検診担当」へ。

※申し込み後に健康づくり課から当選の通知はありません。申し込まれた日時にお越しくください。ただし、希望日が申し込み多数により抽選になった場合は、落選した方に9月初旬ごろはがきで別日を案内します。



こんにちは赤ちゃん訪問

生後2~3か月ごろの赤ちゃんのいるご家庭に、「こんにちは赤ちゃん訪問員」が訪問します。

対象の方には、訪問する前月の下旬ごろに案内を郵送します。訪問の内容は、市の子育てサービスの紹介や子育て情報誌の提供などで、費用は無料です。なお、生後28日以内の方は、助産師の新生児訪問を行っています。希望される方は予約が必要ですので、健康づくり課へご連絡ください。



相談

相 談	と き	と ころ	申 込 み	備 考
すくすく広場 (育児相談・栄養相談・助産師によるおっぱい相談・身体計測)	9月28日(金) 9時30分~11時	保健センター	不要	母子健康手帳(相談希望者) ※おっぱい相談は希望者多数の場合、ご希望に沿えないことがあります。



教室

鈴鹿市に住民登録のある方が対象です。申し込みは、電話で健康づくり課へ
聴覚または言語に障がいのある方は、あらかじめファクスでご相談ください。

教室 / 対象	と き	内 容	と ころ	定 員	費 用	申込み(電話予約制)
プレパパ・ママ コース 妊娠5か月～妊娠8 か月の方とその夫で 初参加の方	9月9日(日) 9時30分～11時45分 13時30分～15時45分	助産師による講話、赤 ちゃん人形でお世話体験、 パパの妊婦体験など	保健 センター	午前 午後 各15組	無料	8月23日(木)から (先着順)
※動きやすい服装でお越しください。						
マタニティクッキング コース 妊娠をお考えの方 妊娠中の方	9月26日(水) 9時45分～13時	妊娠中の栄養につい ての講話、調理実習	保健 センター	20組	材料費 500円	8月23日(木)から (先着順)
離乳食コース 平成30年3月～平成30年 5月生まれの乳児をもつ方	9月12日(水) 10時～11時30分	離乳食の進め方につ いて(5～8か月頃の 離乳食)、栄養相談	保健 センター	30組	無料	8月22日(水)から (先着順)
むし歯予防コース (幼児) 1歳半～2歳未満の 幼児とその保護者の方	9月13日(木) 10時～11時30分	むし歯予防の話、 ブラッシング指導、 個別相談	保健 センター	20組	無料	8月22日(水)から (先着順)
◎健康ひろば (体力チェック編) 65歳以上の方	9月27日(木) 10時～11時30分	転倒予防に役立つ 体力チェック	保健 センター	40人	無料	8月30日(木)から (先着順)
◎ハッピーウォーキング・ 初級編 (ウォーキング教室) 20歳以上の市民で、 健康のためにウォー キングを始めたい方	9月25日(火) 9時30分～12時 10月5日(金) 9時30分～12時 ※2回シリーズ	生活習慣病予防 などの講話と ウォーキング体験	保健 センター	30人	無料	8月27日(月)から (先着順)
※持病があり受診中の方は主治医に確認の上、お申込みください。 ※2回とも参加できる方を優先します。						

教室 / 対象	と き	内 容	と ころ	申込み
◎ 市民健康講座 (医師による講演会と 質疑応答)	9月20日(木) 13時15分～14時30分	道傳 整医師(神経内科) 「認知症～わたしだけは 大丈夫?～」	ふれあいセンター ふれあいホール	不要

すずか健康マイレージ

対 象 鈴鹿市に住民登録している40歳以上の方

期 間 平成31年3月25日まで(申請は3月29日17時15分まで)

内 容 自身が設定した健康目標の達成や各種健(検)診、健康事業などに参加するとポイントが貯まり、
特典を受けることができます。詳しくは、広報すずか6月5日号または市ホームページをご覧ください。なお、
◎印が付いたものが、健康マイレージポイント対象事業です。



予防接種

接種日に鈴鹿市に住民登録のある方が対象です。
定期予防接種が終わっているか確認しましょう。

■日本脳炎・DT(ジフテリア・破傷風)第2期

- ・日本脳炎・・・第1期：生後6月～7歳半未満の間に3回、第2期：9歳～13歳未満の間に1回
- ・DT 第2期・・・11歳～13歳未満の間に1回 乳幼児期に接種を受けたDPT(ジフテリア・百日せき・破傷風)
ワクチンの免疫力を高めるための追加接種です。

と ころ 実施医療機関 費用 無料(対象期間内に限る) 持ち物 母子健康手帳、健康保険証、予診票
※小学3年生～中学3年生の方には、市内小・中学校から日本脳炎・DT第2期(小学5・6年生のみ)のお知らせを
7月上旬に配布しました。

※予診票がない方は、健康づくり課(保健センター)または地区市民センターへ母子健康手帳を持ってお越し
ください(外国籍の方は母子健康手帳と対象児の在留カードを持って、健康づくり課へお越しください)。