

健康館

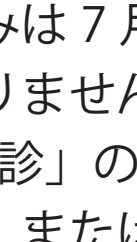
健康づくり課（保健センター内）

受付時間 平日 8時30分～17時15分

〒513-0809 西条五丁目 118-3

☎ 382-2252 ☎ 382-4187

✉ kenkozukuri@city.suzuka.lg.jp



集団検診

申し込みは7月31日(水)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、☎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4日(水)と20日(金)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
○乳がん (超音波) 20歳以上の女性	8月10日(出) 午後	保健センター	1,500円
	9月4日(出)・20日(出) 午前・午後		
	9月15日(出) 午後	鈴鹿医療科学大学(白子)	
	※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。 ※バスタオルをお持ちください。		
○乳がん (マンモグラフィ) 40歳以上の女性	8月10日(出) 午後	保健センター	2,000円
	9月4日(出)・20日(出) 午前・午後		
	9月15日(出) 午後	鈴鹿医療科学大学(白子)	
	※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シヤントを施行されている方は受診できません。 ※バスタオルをお持ちください。		
○子宮頸がん (細胞診) 20歳以上の女性	8月10日(出) 午後	保健センター	1,000円
	9月4日(出)・20日(出) 午前・午後		
	9月15日(出) 午後	鈴鹿医療科学大学(白子)	
	※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。 ※性交がない方、妊娠中の方、妊娠の可能性のある方は、集団検診は受診できません。 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12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はがきによる通知はありません。申し込まれた日時にお越しください。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8月初旬ごろはがきで別日を案内します。

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 令和2年3月8日(日)まで（申請は3月10日(火)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、保健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。

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・消防士の講話)	8月23日(出) 9時30分～11時	保健センター	不要	持ち物：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のでご了承ください。 ※消防士の講話は、10時からと10時45分からの二部制です。
健康・栄養相談	随時 (予約制)	保健センター	電話で健康づくり課(☎327-5030)へ	内容：保健師・栄養士による生活習慣病予防などの相談

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

教室／対象	と き	内 容	申込み(電話予約制)	定員	と ころ	費 用
マタニティクッキング 妊娠中の方とその家族 妊娠をお考えの方	9月13日(出) 9時45分～13時	妊娠中、産後の食事の話とプチ調理実習	7月29日(月)～9月5日(日) (先着順)	20組	保健センター	材料費200円
離乳食コース 平成31年2月～4月生まれ の乳児とその保護者の方	8月2日(出) 10時～11時30分	離乳食の進め方について(5～8カ月ごろの離乳食)、栄養相談	7月23日(火)から (先着順)	30組	保健センター	無料
むし歯予防コース (乳児) 平成30年11月～12月生まれ の乳児とその保護者の方	8月8日(出) 10時～11時30分	むし歯予防の話、ふれあい遊び	7月25日(木)から (先着順)	30組	保健センター	無料
親子クッキングコース 平成25年4月2日～平成27年 4月1日生まれの幼児とその 保護者で、初参加の方	7月30日(出)・31日(出) 8月27日(出)・28日(出) 9時45分～12時30分	親子でクッキング体験 ※軽食とおやつを作ります。	予約受付中 (先着順)	各15組	保健センター(調理室)	1組400円
◎健康ひろば (フレイ・栄養編) 65歳以上の方	8月21日(出) 10時～12時	栄養士による講話と簡単な調理実習	7月30日(火)から (先着順)	20人	保健センター	300円
◎スクエアステップ 開放デー 65歳以上の方	8月30日(出) 10時～11時30分	スクエアステップの実践	7月30日(火)から (先着順)	50人	保健センター	無料

教室／対象	と き	内 容	と ころ	申 込 み	定員
◎市民健康講座 (医師による講演会と質疑応答)	8月22日(出) 13時15分～14時30分	島村 公生 医師(消化器内科) 「大腸がん～予防から治療まで～」	ふれあいセンター ふれあいホール	不要	200人

予防接種

対 象 第1期：生後12～24カ月未満の方

第2期：平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれの方

※第2期の対象期間は、令和2年3月31日までです。

と ころ 実施医療機関

※詳しくは、市ホームページ（健康・医療→子どもの定期予防接種）の「子どもの予防接種実施機関一覧」をご覧ください。定期接種の乳幼児・小中学生欄に、○または△がある医療機関へお問い合わせください。

費 用 無料（1回限り）

持ち物 予防接種予診票、母子健康手帳、健康保険証

※予診票がない方は、健康づくり課または地区市民センターで交付しますので、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。

こんにちは赤ちゃん訪問

生後2～3カ月ごろの赤ちゃんのご家庭に、「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、子育て情報の提供などです。費用は無料です。

生後28日以内の方は、助産師の新生児訪問もあります。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。