

ただ今、受付中!!

健康講座 ～糖尿病シリーズ～

四日市社会保険病院の
糖尿病看護認定看護師さんを講師に



日程と内容 第1回：5月 9日(木)

これだけ知っておけば
糖尿病なんて怖くない!
糖尿病との付き合い方をお伝えします。

第2回：6月13日(木)

あなたの足は健康ですか?
健康な足作りをしましょう!

第3回：7月11日(木)

失敗しないダイエット!
自分に合った方法を見つけよう!

時間 13:30～15:00(3回とも)

講演1時間、質疑応答30分

講師 四日市社会保険病院

糖尿病看護認定看護師

第1・3回 高橋 八重子さん

第2回 平岡 めぐみさん

場所 富洲原地区市民センター 2階大会議室

定員 50名(受講無料)

申込 富洲原地区市民センターの窓口または
電話(☎365-1136)でお申し込みください。

ようちえん あそびかい

お家の人と一緒に遊ぼう!

5/7・14・21・28

(いずれも火曜日)

時間 10:00～11:30

持ち物 着替え、タオル、お茶
富洲原幼稚園
☎365-0653

ほいくえん あそぼうかい

5/・8・15・22・29

(いずれも水曜日)

時間 9:30～12:00

持ち物 着替え・タオル・
帽子・お茶
富洲原保育園
☎365-0994

日の本保育園 子育て支援センター あそぼうかい

週 月・木・金曜日
…要 電話予約
毎週 月・火・木・金曜日
時間はいずれも
…9:30～14:30
日の本保育園 子育て支援センター
☎365-0840

5/1
(水)



自動車文庫

松原町八風公園

10:10～10:40

富田一色公会堂

13:40～14:10

富洲原地区市民センター

14:20～15:00

「がん検診」を受けましょう!

がんの発生には、喫煙、食生活及び運動不足等の生活習慣が大きく関与しています。しかし、生活習慣の改善を心がけたとしても、がんにかかるリスクをゼロにすることはできません。がんの診断・治療法は急速に進歩しています。初期のうちに見つければ、治る確率は飛躍的に上がり完全に治すことも可能です。「がん検診」を受けましょう。

市民センターで

胃がん検診、大腸がん検診、
子宮頸がん検診、
胸部検診(富田一色、松原公会堂でも)
乳がん検診(マンモグラフィ)

あさけプラザで

乳がん検診(エコー)、子宮頸がん

検診受診するためには申し込みが必要です。

詳細は、広報よっかいち5月下旬号の別冊でご案内します。

お問合せ 四日市市役所 健康づくり課 成人検診係

☎ 354-8282 FAX 353-6385

＜集団検診の日程＞

(市民センターなど近くの会場で実施)

| 日程 | 場所 | 時間 | 検診内容 |
|-----------|-----------------|---------------------------|--|
| 9月2日(月) | 富洲原地区 市民センター | 胃がん・・・午前 | 胃がん検診・子宮頸がん検診 大腸がん検診・ 乳がん検診(マンモグラフィ) |
| 9月3日(火) | | 子宮頸がん・・・午後 | |
| 9月4日(水) | | 乳がん・・・午前午後 大腸がん・・・午前午後 | |
| 7月26日(金) | あさけプラザ | 乳がん・・・午前午後 子宮頸がん・・・午後 | 子宮頸がん検診 乳がん検診(エコー) |
| 9月20日(金) | | | |
| 10月12日(土) | | | |
| 11月21日(木) | | | |
| 12月11日(水) | | | |
| 9月18日(水) | 富田一色公会堂 | 9:15～10:15 | 胸部検診(肺がん・結核) |
| | 松原公会堂 | 11:00～11:30 | |
| 9月24日(火) | 富洲原地区 市民センター | 9:30～11:30 | |

ご注意!! オレオレ詐欺!

「疑わしい・怪しい」と思ったら必ず警察に連絡を!

四日市北警察署管内で警察官を名乗る「オレオレ詐欺」の電話が複数件かかっています。今後も同様の電話がかかる可能性があるため、注意しましょう。

四日市北警察署 ☎ 366-0110



さんかくカレッジ2013 男性向け料理教室「はじめての台所」

料理を基本から学べる、男性のための料理教室です。はじめて包丁を持つ方大歓迎!

料理の前には、「ちょこっとさんかく教室」で、男女共同参画について学んでいただきます。

内容 6/15 和食 6/29 中華 7/13 洋食 12/7 おもてなし料理で同窓会 10～13時

料金 4回通して3,500円(託児無料、5月31日申込締切)

申込 往復はがきで5月31日(金)必着。

申込方法など詳しくは、はもりあ四日市へ。

(〒510-0093 四日市市本町9-8 TEL354-8331 FAX354-8339)

大好評

