

「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ます。「がん検診」を受けましょう。

検診を受診するためには申し込みが必要です。 **(地区市民センターでも受付中です。)**
 詳細は、**広報よっかいち4月下旬号の別冊をご覧ください。**

問合せ 四日市市役所 健康づくり課 成人健診係
 ☎ 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14日(月)	富洲原地区市民センター	胃がん・・・午前	胃がん検診
9月15日(火)		子宮頸がん・・・午後	子宮頸がん検診
9月16日(水)		大腸がん・・・午前・午後 乳がん・・・午前・午後	大腸がん検診 乳がん検診(マンモグラフィ)
10月27日(火)	富田一色公会堂	10:15~10:45	肺がん・結核検診
	松原公会堂	11:15~11:45	
	富洲原地区市民センター	13:30~15:30	

日程	場所	時間	検診内容
6月18日(木)	あさけプラザ	胃がん・・・午前	胃がん検診
8月20日(木)		子宮頸がん・・・午後	子宮頸がん検診
10月28日(水)		大腸がん・・・午前・午後	大腸がん検診
12月4日(金)		乳がん・・・午前・午後	乳がん検診(マンモグラフィ)
6月28日(日)	あさけプラザ	胃がん・・・午前 子宮頸がん・・・午後	胃がん検診 子宮頸がん検診
12月6日(日)		大腸がん・・・ 午前・午後	大腸がん検診
1月23日(土)		乳がん・・・ 午前・午後	乳がん検診(マンモグラフィ) 肺がん・結核検診
6月21日(日)	あさけプラザ	子宮頸がん・・・午後 乳がん・・・午前・午後	子宮頸がん検診 乳がん検診(エコー)
7月25日(土)			
8月28日(金)			
10月21日(水)			
11月10日(火)			
12月5日(土)			
1月22日(金)			
9月11日(金)	あさけプラザ	13:00~15:00	肺がん・結核検診

ワーク・ライフ・バランス力 向上セミナー

「～夫婦で働き、夫婦で家事・育児をしていくために～」

【内 容】「なぜワーク・ライフバランスが必要とされるのか」。

日本の現状を紹介したうえで、夫婦で働き、夫婦で家事育児をするという、新しいスタイルを確立する必要性をお話しいたします。また、男女ともになぜ働き方の見直しが必要なのかを、コツも踏まえて分かりやすくお話しいたします。



【日 時】5月17日(日) 13:30~15:30

【会 場】四日市市文化会館第3ホール

【講 師】小室 淑恵(こむろ よしえ)さん

(株式会社ワーク・ライフバランス代表取締役社長)

【対 象】四日市市に在住、通勤、通学している方。

【受講料】無料

【その他】託児あり、6カ月~小学3年生
(無料、5/2(土)までに要申込)

【申込み】名前・住所・電話番号・託児(無料)の有無を
電話・FAX又はEメールにてお申込みください。

男女共同参画センター「はもりあ四日市」(日・月・祝日休み)
〒510-0093 四日市市本町9-8 ☎354-8331 FAX354-8339
Eメール: kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

【問合せ】男女共同参画センター「はもりあ四日市」 ☎354-8331

【講師プロフィール】
株式会社ワーク・ライフバ
ランス代表取締役社長
生産性の高い組織を作るワ
ーク・ライフバランスコンサル
ティングを多くの企業に提供
している。

介護予防ボランティア(ヘルスリーダー)養成講座のお知らせ

自分自身の健康はもちろん、家族や地域の人々の健康づくりのために介護予防の知識と運動について学び、ボランティアとして活動しませんか？

【日 時】6月12日、19日、26日、7月3日、10日
(いずれも金曜日 13:30~15:45)

【場 所】四日市市勤労者・市民交流センター
四日市市日永東1丁目2-25

【対 象】受講後、ヘルスリーダーとしてボランティア活動ができる人

【定 員】40人程度

【内 容】介護予防に関する講義や運動実習など

【参加料】無料

【申込み】5月29日(金)までに、郵便番号・住所、名前(ふりがな)・性別・
生年月日、電話番号、「ヘルスリーダー養成講座」希望と明記の上、
はがきかFAX、または電話で四日市市役所 健康づくり課へ
〒510-8601 四日市市諏訪町1-5

☎ 354-8291 FAX 353-6385

納期のお知らせ

都市計画税
固定資産税

納期限 4月30日



市税などの納付は、便利な安心な
口座振替をご利用ください