

保健だより

10月分

このページの内容は、市のホームページ(アドレスはページ下参照)にも掲載。「健康情報」から「健康づくり(保健所)」にアクセスしてください

予防接種

住所地以外の市で受ける場合、費用が自己負担になります。事前に必ず問合せを

【集団】...母子健康手帳持参し直接会場へ

ツ反とBCG接種

1日(ツ反検査)3日(判定とBCG)鳴尾支所
8日(ツ反検査)10日(判定とBCG)中央保健福祉センター
いずれも10:00~11:00
生後3カ月以上48カ月未満に1回▶受付時間を過ぎると接種できません

【個別】...予防接種委託の医院で接種を

三種混合予防接種

1期(DPT)...生後3カ月以上90カ月未満に計4回
2期(DT)...11歳~12歳に1回

麻しん予防接種

生後12カ月以上90カ月未満に1回▶1歳を過ぎたら早めに接種を

風しん予防接種

生後12カ月以上90カ月未満に1回
風しん予防接種の経過措置は9月30日で終了します▶昭和54年4月2日~62年10月1日生まれの未接種の人に1回

高齢者インフルエンザ

対象は接種日に、満65歳以上の接種希望者、満60歳以上65歳未満で心臓・じん臓・呼吸器などの機能に障害があるとして厚生労働省令に定める人のうち、接種希望者▶10月15日~来年1月31日に1回▶自己負担金1000円(生活保護世帯は減免あり。事前に問合せを)

日本脳炎予防接種

1期...3歳以上7歳6カ月未満に計3回▶2期...9歳~12歳に1回▶3期...14歳~15歳に1回

母子関係

マザークラス

14・20・27日 13:30~16:00
北口保健福祉センター
平成16年1・2月出産予定の初妊婦対象▶妊婦体操など3回シリーズ▶定員45人▶10月1日から《0798・64・5097》へ申込を。先着順

妊産婦健康相談

6日 13:30~15:00
中央保健福祉センター
助産師による母乳・産後の相談など

妊婦健康診査

23日 13:30~14:30
中央保健福祉センター
生活保護・市民税非課税世帯の妊婦対象▶尿検・血液検査など▶要予約

<問合せ先:西宮市保健所>

保健サービス課
(染殿町8-3...健康開発センター内)
印...0798・35・3308
印...0798・35・3127
印...0798・35・3310
健康増進課(江上町3-26)
印...0798・26・3667
駐車場が混雑しますので
電車・バスなどでご来場ください

乳児相談

1日 9:30~11:00と13:30~15:00
北口保健福祉センター
6日 { 鳴尾支所
中央保健福祉センター
20日 夙川公民館 22日 段上公民館
いずれも13:30~15:00
27日 14:00~15:00 山口公民館
身体計測と育児・栄養相談

3歳児健康診査

平成12年5月出生
2・16日 中央保健福祉センター
9・23日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
30日 14:00~15:00 塩瀬公民館

1歳6か月児健康診査

平成14年3月出生
3・17日 中央保健福祉センター
10・24日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
27日 14:30~15:00 山口公民館

4か月児健康診査

平成15年6月出生
14・21・28日 中央保健福祉センター
15・29日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
27日 14:00~14:30 山口公民館

離乳食講座

16日 10:00~11:30
中央保健福祉センター
対象は7カ月~12カ月の第1子▶定員30人▶10月2日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

ぜん息・アレルギー相談

6日 14:00~15:30
中央保健福祉センター
小児対象▶医師などによる相談▶要予約

母と子の歯の教室

1・8日 13:30~15:30 保健所
就学前の乳幼児対象▶歯科検診、歯磨き指導▶予約制

母と子の心の相談

21日 10:00~12:00 保健所
育児不安についての相談▶予約制

相談・講座

精神保健福祉相談

6・20・27日 13:00~15:00 保健所
精神疾患・痴ほう・アルコール依存など心の悩みに関する相談▶予約制

結核・感染症健康相談

10日 9:30~10:30 保健所
相談、診察、胸部X線・梅毒・りん菌・結核菌嗜痰(かくたん)の検査▶C型肝炎相談、HCV(C型肝炎ウイルス)抗体検査(匿名可。有料)▶予約制

栄養相談

10・24日 9:30~11:00 保健所
各種疾病(難病・小児肥満などを含む)をもち、食事制限などの必要な人や嚥下(えんげ)困難な人対象。家族可▶栄養士による相談▶予約制

栄養成分表示にかかる相談

10・24日 9:30~11:00 保健所
製造業者、市民対象▶予約制

エイズ相談、HIV抗体検査

10日(相談、抗体検査) 17日(相談) 9:30~10:30 保健所
相談、匿名によるHIV(エイズウイルス)抗体検査▶無料▶予約制

保健所家族教室

22日 13:30~15:00 保健所
精神障害者の家族対象▶予約制

心のケア相談(電話・面接)

月曜~金曜の10:00~16:00に西宮こころのケアセンター(戸崎町4-12 ☎0798・63・3318)で▶ストレスや不眠など心の悩みについて、心理相談員・精神科医が対応▶面接は予約制

貧血・高血圧・糖尿病予防講座

1日 14:00~16:00 貧血予防講座
7日 14:00~16:00 高血圧予防講座
30日 14:00~16:00 糖尿病予防講座
いずれも中央保健福祉センター
医師・栄養士による講話など▶《0798・35・3339》へ予約を

高脂血症予防講座

8日 北口保健福祉センター
24日 中央保健福祉センター
いずれも14:00~16:00
《0798・35・3339》へ予約を

電話健康・栄養相談

3・10・17・24・31日 9:30~11:30
保健師による相談
14・28日 9:30~11:30
栄養士による相談
電話番号は《0798・35・9530》

すこやか健康相談

8日 14:00~15:20
北口保健福祉センター
《0798・64・5097》へ予約を
17日 14:00~15:20 山口公民館
23日 14:20~15:20 中央保健福祉センター
いずれも《0798・35・3127》へ予約を
医師等による相談、血圧測定など

若竹ふれ愛健康相談

14日 10:00~11:00
若竹生活文化会館
栄養相談、血圧・体脂肪測定など



お母さんと一緒に

富士賢太郎(けんたろう)ちゃんと
お母さんの明子さん

6月1日 市立中央病院で誕生
(門戸荘)

ぜん息講座

市は、「ぜん息講座」を10月22日午後1時半から中央保健福祉センターで開催します。内科医師による講話など。参加費無料。定員30人。申込は9月29日から保健サービス課(0798・35・3310)へ。先着順。希望者にはピークフロー値(気管支の状態を知る目安となる値)を測定

献血・その他

献 血

土・日・月曜の10:00~17:30
北口保健福祉センター
(13:00~14:00は休憩)
8日 { 10:00~15:30 市役所本庁舎
14:00~15:30 甲陽園市民館
21日 { 10:00~12:00 学文公民館
13:30~15:30 香櫨園市民館
24日 14:00~15:30 能登運動場
29日 10:00~15:00 上甲子園公民館
(8・29日の12:00~13:00は休憩)
【西宮市応急診療所】受付は日曜・祝日の9:00~13:45
と17:00~23:15、土曜の14:00~17:45
と20:30~23:15、平日の20:30~23:15
▶内科、小児科▶健康保険証など持参▶問合せは同診療所(池田町13-3 ☎0798・32・0021)へ
【休日応急歯科診療】受付は日曜・祝日の9:30~14:30
▶健康保険証など持参▶問合せは歯科総合福祉センター(甲子園洲島町3-8 ☎0798・41・2031)へ
▶無料歯科健康相談 第2・4土曜14:00~16:30▶40歳以上対象▶小学生以下対象の検診などもあり▶申込は前記へ

10・11月の健診(検診)

【保健福祉センター実施分】

申込は、10月分は受付中、11月分は9月29日から、実施日の2週間前までに予約専用電話《0798・37・0162》へ▶原則として誕生日に受診を

女性のための検診

11月6・13・20・27日 13:15~15:00
北口保健福祉センター
30歳以上対象(ただし、乳がんマンモグラフィ併用検診は40歳以上の昨年度未受診者)▶料金...乳がんは視触診400円・マンモグラフィ併用1400円、子宮がん700円、骨粗しょう症900円 11月6日は乳がん検診のみ

【地区巡回実施分】

子宮がん(集団)検診

10月7・24日 塩瀬公民館
10月20日 山口公民館
いずれも14:00~15:20

【節目総合健診】

40・50・60歳になる該当者にハガキで通知

市民すこやか健診

10月15日、11月19日 9:10~11:20
中央保健福祉センター
11月12・13・16・26日 9:10~11:20
北口保健福祉センター
基本健診...対象は35歳~64歳。
料金は35歳~39歳が1500円、40歳以上が1300円
肝炎ウイルス検診(基本健診とセットで受診を)...対象は40・45・50・55・60歳など。700円
胃がん検診...40歳以上。1000円
肺がん検診...40歳以上。300円。
肺がんの痰(たん)検査は700円
大腸がん検診(大腸がん検診のみの受診不可)...40歳以上。600円
結核検診...15歳以上。無料

乳がん(集団)検診

10月9日、11月6日 山口公民館
10月23日、11月20日 塩瀬公民館
いずれも13:10~14:40

【歯周疾患検診】

40・50歳になる該当者にハガキで通知