

保健だより

12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

10日(ツ反検査)12日(判定とBCG)中央保健福祉センター
16日(ツ反検査)18日(判定とBCG)北口保健福祉センター
いずれも10:00~11:00
生後3カ月以上48カ月未満に1回▷事前に体温を計る▷ツ反検査を受けないとBCG接種はできません▷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▷麻しん予防接種後に接種を

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

高齢者インフルエンザ

対象は接種希望者のうち、接種日に満65歳以上の人 満60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・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▷来年1月末までに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)

相談・講座

保健所家族教室

12日 13:30~15:00 保健所精神障害者の家族対象▷予約制

骨髄バンクドナー集団登録会

市は、12月10日に市役所本庁舎で「ドナー集団登録会」を行います(予約制)。白血病等の難治性血液疾患の治療には、骨髄移植が有効です。骨髄バンクへのドナー(骨髄提供者)登録は、約10ccの採血ですみます。1人でも多くの方が骨髄の提供を受けられるよう、ご協力をお願いします。時間 午前10時~11時半、午後1時~3時
対象 20歳~50歳で、体重が男性45kg、女性40kg以上の健康な人 家族の同意が必要です
申込 12月5日までに保健総務課(0798・26・3682)へ

<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

精神保健福祉相談

1・8・15・22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

5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▷保健師による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

エイズ相談、HIV抗体検査

5・19日(相談、抗体検査) 12・26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

栄養相談

12・26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嚙下(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

12・26日 9:30~11:00 保健所
一般消費者に販売する加工食品などの栄養成分表示方法についての相談ほか▷製造業者、市民対象▷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

若竹ふれ愛健康相談

9日 10:00~11:00 若竹生活文化会館
乳幼児から高齢者までの健康・栄養相談、血圧・体脂肪測定など

すこやか健康相談

17日 14:00~15:20 北口保健福祉センター
《0798・64・5097》へ予約を
25日 14:00~15:20 中央保健福祉センター
《0798・35・3127》へ予約を
医師等による相談、血圧・体脂肪測定、検尿など

12月・来年1月の検診

【保健福祉センター実施分】

申込は、12月分は受付中、来年1月分は12月1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

1月8・15・22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

電話健康・栄養相談

5・12・19・26日 9:30~11:30
保健師による相談
9・22日 9:30~11:30
栄養士による相談
電話番号は《0798・35・9530》

骨コツ教室

12日 14:00~16:00
18・22日 10:00~12:00
いずれも中央保健福祉センター
骨粗しょう症・転倒予防についての話、試食、運動実技など3回シリーズ▷《0798・35・3339》へ申込を

母子関係

母と子の歯の教室

3・10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

16日 10:00~12:00 保健所
育児不安や育児疲れなどの心の悩みについて、医師による相談▷予約制

乳児相談

1日 鳴尾支所
8日 中央保健福祉センター
15日 夙川公民館 17日 段上公民館
24日 高須公民館
いずれも13:30~15:00
17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7月出生
4・18日 中央保健福祉センター
11・25日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
11日 14:00~15:00 山口公民館

1歳6か月児健康診査

平成14年5月出生
5・19日 中央保健福祉センター
12・19日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
17日 14:30~15:00 山口公民館

4か月児健康診査

平成15年8月出生
9・16・22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
17日 14:00~14:30 山口公民館

離乳食講座

11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▷12月3日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

妊婦健康診査

25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▷検尿・血液検査など▷要予約

70歳以上、市民税非課税世帯、生活保護世帯は、無料になる検診もあります。事前に必ず保健サービス課(0798・35・3302)へ連絡を

市民すこやか健診

12月17日、1月21日 中央保健福祉センター
12月24日、1月8・14・18・28日 北口保健福祉センター
いずれも9:10~11:20
基本健診...対象は35歳~64歳。料金は1500円(40歳以上は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



お母さんと一緒に

石井裕介(ゆうすけ)ちゃんと
お母さんの久美さん

8月1日 市立中央病院で誕生
(高木東町)

妊産婦健康相談

8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

マザークラス

8・15・22日 13:30~16:00 北口保健福祉センター
平成16年3・4月出産予定の初妊婦対象▷妊婦体操、分べん時の呼吸法、保育など3回シリーズ▷定員45人▷12月2日から《0798・64・5097》へ申込を。先着順

ぜん息・アレルギー・呼吸器相談

8日(ぜん息・アレルギー相談) 14:00~15:30 小児対象
24日(ぜん息・呼吸器相談) 14:00~15:30 成人対象
いずれも中央保健福祉センター
医師などによる相談▷要予約

母子ミルク支給

生活保護世帯、市民税非課税世帯など対象▷事前に問合せを

献血・その他

献 血

毎週土・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)
5日 9:30~11:30 山口公民館
10日 10:00~15:30 市役所本庁舎(10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・3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

【医療機関委託実施分】

がん検診

以下の検診は、指定医療機関でも受診可▷料金は医療機関へ支払いを
乳がん・子宮がん検診...対象は30歳以上の女性。料金は乳がん800円、子宮がん1800円
大腸がん検診...40歳以上。1200円

【節目総合健診】

40・50・60歳になる該当者にハガキで通知

【歯周疾患検診】

40・50歳になる該当者にハガキで通知