

# 保健だより

## 来年1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)にも掲載しています

### 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

#### B C G 接種

12・30日 北口保健福祉センター  
16日 中央保健福祉センター  
いずれも10:00~11:00  
10日 14:00~15:00 山口公民館  
生後3カ月以上6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▷麻しん予防接種後に接種を

◆来年4月から麻しん・風しん予防接種の接種方法が変更 来年4月から麻しん・風しん予防接種の接種方法が、混合ワクチンを1期(生後12カ月以上24カ月未満に1回)、2期(5歳~6歳で、小学校就学前日までに1回)の2回接種する制度に変わります。現在生後12カ月以上90カ月未満の未接種の子は、来年3月までに接種を済ませてください。問合せは保健サービス課(0798・35・3308)へ 4月以降現行の麻しん・風しん単独ワクチンでの接種は任意で有料になります

### 相談・講座

#### 結核・感染症健康相談

13日 9:30~10:30 保健所  
相談、診察、胸部X線・梅毒・りん菌・結核菌喀痰(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

#### 骨髄ドナー登録会

市は「骨髄ドナー登録会」を行います。白血病などの治療に有効な骨髄移植を推進するため、1人でも多くのご協力をお願いします。問合せは保健総務課(0798・26・3682)へ。  
【日時・会場】12月14日の午前10時~11時半と午後1時~3時に市役所本庁舎で  
【対象】骨髄提供について内容を十分理解している18歳~54歳で、男性45歳、女性40歳以上の健康な人

#### <問合せ先>

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...保健所内)  
◆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

10・17・24日 13:00~15:00  
保健所  
精神疾患・認知症・アルコール依存など心の悩みに関する相談▷予約制

#### エイズ相談、HIV抗体検査

13日(相談、抗体検査) 20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

18日 13:30~15:00 保健所  
精神障害者の家族対象▷予約制

#### 専門栄養相談

栄養相談...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  
栄養成分表示にかかる相談...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  
いずれも保健所で▷予約制

#### 心のケア相談(電話・面接)

月曜~金曜の9:30~16:30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、臨床心理士・精神科医が対応▷10日はひきこもり面接相談日▷面接はすべて予約制

#### 電話健康・栄養相談

6・13・20・27日 9:30~11:30  
保健師による相談  
10・24日 9:30~11:30  
栄養士による相談  
電話番号は《0798・35・9530》

#### 若竹ふれ愛健康相談

10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

20日 14:00~15:20  
北口保健福祉センター  
《0798・64・5097》へ予約を  
26日 14:00~15:20  
中央保健福祉センター  
《0798・35・3311》へ予約を  
医師等による相談、血圧・体脂肪測定、検尿など

### 子育て関係

#### マザークラス

11・18・25日 13:30~16:00  
中央保健福祉センター  
平成18年4・5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19日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

#### 乳児相談

5・6日 北口保健福祉センター  
10日 段上公民館  
いずれも9:30~11:00  
16日 鳴尾支所  
23日 中央保健福祉センター  
25日 高須公民館  
いずれも13:30~15:00  
10日 14:00~15:00 塩瀬公民館  
生後13カ月未満対象▷身体計測と育児・栄養相談

#### 4か月児健康診査

平成17年9月出生  
11・18・25・31日  
北口保健福祉センター  
17・24日 中央保健福祉センター  
いずれも13:00~14:30  
16日 14:00~14:30 塩瀬公民館

#### 1歳6か月児健康診査

平成16年6月出生  
6・20日 中央保健福祉センター  
13・27・30日 北口保健福祉センター  
いずれも13:00~14:30  
16日 14:30~15:00 塩瀬公民館

#### 3歳児健康診査

平成14年8月出生  
12・19日 中央保健福祉センター  
12・26日 北口保健福祉センター  
いずれも13:00~14:30

#### 離乳食講座

19日 10:30~11:45  
北口保健福祉センター  
対象は8カ月~12カ月の第1子▷定員30人▷1月10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

23日 (ぜん息・アレルギー相談) 14:00~15:30 小児対象  
25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

#### 妊婦健康診査

26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

「予防接種」「相談・講座」「子育て関係」「献血・その他」の内容は平成18年1月分です。ご注意ください!

### 来年1・2月の検診

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

#### 【保健福祉センター実施分】

定員あり。申込は、1月分は受付中、2月分は12月15日から実施日の2週間前までに予約専用電話《0798・37・0162》へ。先着順▷原則として誕生月に受診を

#### 市民すこやか健診

1月18日、2月15日  
中央保健福祉センター  
2月8・14・22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...40歳以上。600円  
結核検診...15歳以上。無料

#### 女性のための検診

2月2・9・16・23日  
13:00~15:00  
北口保健福祉センター  
30歳以上対象(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...乳がんマンモグラフィ併用1400円、子宮頸(けい)がん700円、骨粗しょう症900円  
【医療機関委託がん検診】  
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・子宮頸(けい)がん検診...対象は30歳以上(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)の女性▷料金は、乳がんは視触診800円・マンモグラフィ併用1700円、子宮頸がんは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・60・70歳になる該当者にハガキで通知



お母さんと一緒に

和田淳希(じゅんき)ちゃんとお母さんの裕美さん

9月4日 市立中央病院で誕生(薬師町)

#### 妊産婦健康相談

6日 9:30~11:00  
北口保健福祉センター  
助産師による母乳・産後の相談など

#### 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

#### 親子の歯の教室

11・25日 13:30~15:30 保健所  
就学前の乳幼児対象▷歯科健診、歯磨き指導▷予約制

#### 母(父)と子の心の相談

17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

### 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)  
10日 9:30~12:00 保健所  
11日 10:00~16:00 市役所本庁舎(11日の12:00~13:00は休憩)

◆西宮市応急診療所、休日応急歯科診療 = 4、5面別掲