

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1面参照)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

予防接種は、原則として住所地以外の市では受けられません

【集団】...母子健康手帳持参し直接会場へ

ツ反とBCG接種

18日(ツ反注射)20日(判定とBCG)25日(ツ反注射)27日(判定とBCG)10:00~11:00

中央保健福祉センター
生後3カ月以上48カ月未満に1回接種を事前に体温を計る

【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▷初回...3回▷追加...初回終了後12カ月~18カ月後に1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

風しん予防接種

生後12カ月以上90カ月未満に1回
14歳~15歳に1回

相談・講座

すこやか健康相談

3・19日 北口保健福祉センター
5・17日 中央保健福祉センター
いずれも13:40~15:20
医師・栄養士・保健婦による相談、
血圧・体脂肪測定、検尿▷《0798・35・3339》へ予約を

電話健康・栄養相談

7・14・21・28日 9:30~11:30
保健婦による相談
11・25日 9:30~11:30
栄養士による相談
電話番号は《0798・35・9530》

高血圧予防講座

高血圧予防講座を12月13日午後2時から中央保健福祉センターで開きます。医師による話「高血圧の予防と医療」、栄養士による話「高血圧を予防する食生活のポイント」。参加費無料。申込は保健サービス課(0798・35・3339)へ。

骨髄バンクドナー集団登録会

12月は骨髄バンク推進月間です。同月間中の12月10日に、アクタ西宮西館5階の献血会場で、「ドナー登録会」を行います(予約制)。白血病、先天性免疫不全症等の難治性血液疾患の治療には骨髄移植が有効です。一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0時半~3時 対象 20歳~50歳の健康な人 申込 12月6日までに保健総務課(0798・26・3666)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

歯の健康相談

7日 9:30~11:00
中央保健福祉センター
歯科医師・衛生士による歯周病などの相談、
歯磨き指導▷《0798・35・3339》へ予約を

高脂血症予防講座

10日 14:00~16:00
北口保健福祉センター
医師・栄養士による講話▷《0798・35・3339》へ予約を

若竹健康相談

20日 10:00~11:00 若竹公民館
医師・栄養士・保健婦による相談、
血圧・体脂肪測定、検尿

精神保健福祉相談

3・10・17日 13:00~14:00 保健所
精神疾患・痴呆(ほう)・アルコール依存など心の悩みに関する相談▷予約制

栄養相談

14日 9:30~11:00 保健所
栄養士による難病・アレルギー疾患・小児肥満などの食事に関する相談▷予約制

栄養表示基準制度にかかる相談

14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

エイズ相談、HIV抗体検査

14日(抗体検査)21日(相談)9:30~10:30 保健所
保健婦による相談、匿名によるHIV(エイズウイルス)抗体検査▷無料▷予約制

結核・感染症健康相談

14日 9:30~10:30 保健所
医師・保健婦による相談、診察、胸部X線・梅毒・りん菌・結核菌嗜痰(かくたん)の検査▷保健婦による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

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

母子関係

離乳食講座

13日 10:30~11:30
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▷離乳食の話と試食▷12月3日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

妊産婦健康相談

5日 13:30~15:00
北口保健福祉センター
助産婦による母乳・産後の相談など

妊婦健康診査

17日 14:00~15:00
中央保健福祉センター
生活保護世帯、市民税非課税世帯の妊婦対象▷血圧測定、検尿、血液検査▷事前に問合せを

マザークラス

4日 13:30~16:00
11・26日 9:30~12:00
いずれも中央保健福祉センター
平成14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35人▷11月29日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

乳児相談

5日 9:30~11:00と13:30~15:00
北口保健福祉センター
3日 鳴尾支所 17日 夙川公民館
10日 中央保健福祉センター 19日 段上公民館
いずれも13:30~15:00
19日 14:00~15:00 山口公民館
身体計測と育児・栄養相談

4か月児健康診査

平成13年8月出生
11・18・25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
19日 14:00~14:30 山口公民館

1歳6か月児健康診査

平成12年5月出生
7・21日 中央保健福祉センター
14・21日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
19日 14:30~15:00 山口公民館

3歳児健康診査

平成10年7月出生
6・20日 中央保健福祉センター
13・27日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
平成10年6・7月出生
13日 14:00~15:00 山口公民館

ぜん息・呼吸器相談

5日 14:00~15:30
中央保健福祉センター
成人対象▷医師による相談▷事前に問合せを

ぜん息・アレルギー相談

10日 14:00~15:30
中央保健福祉センター
小児対象▷医師・栄養士などによる相談▷事前に問合せを



お母さんと一緒

小丸友梨(ゆり)ちゃんと
お母さんの佳(よし)さん
8月1日 市立中央病院で誕生
(樋ノ口町2丁目)

母子ミルク支給

妊産婦と栄養強化の必要な乳児に粉乳を支給▷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

母と子の心の相談

4日 13:30~15:30 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

母と子の歯の教室

5・12日 13:30~15:30 保健所
就学前の乳幼児対象▷歯科医師・衛生士による相談、
歯科検診、歯磨き指導▷予約制

献血・その他

献 血

4日 10:00~12:00 山口公民館
12日 10:00~15:30 市役所本庁舎(12日の12:00~13:00は休憩)
土・日・月曜(31日は休み)
10:00~17:30 北口保健福祉センター

【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、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 ☎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(甲子園園鳥町3 ☎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

12月・来年1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】

申込は実施月の2カ月前の29日(土・日曜の場合はその翌日)から、実施日の2週間前までに予約専用電話(0798・37・0162)へ▷原則として誕生月に受診を

女性のための検診

1月10・24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検査は35・40・45歳、50歳以上)▷料金...乳がん(視触診400円、マンモグラフィ1000円)、子宮がん700円、骨粗しょう症900円

次の4健診(検診)の会場・日時
《中央保健福祉センター》
12月14・19日、1月11・16日
《北口保健福祉センター》
12月26日、1月9・10・20・23日
時間はいずれも9:10~11:20

高齢がん検診

65歳以上対象▷料金...胃がん1000円、肺がん300円、肺がんの痰(たん)700円、大腸がん600円

誕生月健診

対象は40歳~64歳▷料金...すこやか1300円、胃がん1000円、肺がん300円、肺がんの痰(たん)700円、大腸がん600円

すこやか・結核検診(健診)

対象は35歳~39歳▷料金...すこやか1500円、結核無料

結核検診

15歳以上対象▷無料

【医療機関委託がん検診】

「乳がん検診」、「子宮がん検診」、「大腸がん検診」は市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所などにある申込書で料金納入後、指定医療機関で受診を

【節目総合健診】

西宮市医師会健診部(健康開発センター内)か北口保健福祉センターで▷40・50・60歳になる該当者にハガキで通知▷料金7600円▷申込は電話で同健診部(0798・26・9497)へ