保健だより 11月分

＜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

※このページの内容は、市のホームページ（アドレスは１面題字参照）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

☆ポリオ予防接種

≪午前の部≫受付は10：00～11：00
１・11・18・25・29日
中央保健福祉センター
８・12・15・19・22・26日
北口保健福祉センター
６・27日　鳴尾支所
≪午後の部≫受付は14：00～15：00
５日　山口公民館
13・28日　中央保健福祉センター
20日　塩瀬公民館　21日　鳴尾支所
生後３カ月以上90カ月未満に２回接種を▷事前に体温を計る▷受付時間を過ぎた場合接種できません

個別…予防接種委託の医院で接種を

☆三種混合予防接種

①１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
②２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

①幼児…生後12カ月以上90カ月未満に１回
②経過措置…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予防接種

【対象】①接種当日65歳以上の接種希望者、②60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のうち、接種希望者
【実施期間、接種回数】来年１月31日までに１回接種
【自己負担金】1000円　※生活保護世帯は減免されますので、事前に問合せを

相談・講座

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

◆精神保健福祉相談

11・18・25日　13:00～14:00　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

◆栄養相談

８・22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

◆栄養成分表示にかかる相談

８・22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

◆結核・感染症健康相談

８日　９：30～10：30　保健所
医師・保健師による相談、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

◆エイズ相談、ＨＩＶ抗体検査

８日（相談、抗体検査）15日（相談）
９：30～10：30　保健所
保健師による相談、匿名によるＨＩＶ（エイズウイルス）抗体検査▷無料▷予約制

◆保健所家族教室

11月29日　13：30～15：00　保健所
精神障害者の家族対象▷精神障害についての学習や交流▷予約制

★電話健康・栄養相談

１・８・15・22・29日　９：30～11：30
保健師による相談
12・26日　９：30～11：30
栄養士による相談
電話番号は≪0798・35・9530≫

★歯の健康相談

１日　９：30～11：00
北口保健福祉センター
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

★すこやか健康相談

６日　塩瀬公民館　11日　生瀬市民館
20日　北口保健福祉センター
いずれも13：40～15：20
28日　14：00～15：20
中央保健福祉センター
医師・栄養士・保健師による相談、血圧・体脂肪測定、検尿▷≪0798・35・3339≫へ予約を

★若竹ふれ愛健康相談

12日　10：00～11：30
若竹生活文化会館
保健師・栄養士による、乳幼児から高齢者までの健康・栄養相談、血圧・体脂肪・身体測定など

★健康生活サポート教室

11月６・13・22・27日、12月11日
10：00～12：00
中央保健福祉センター
生活習慣病予防の食事や運動についての話、試食など５回シリーズ▷定員30人▷10月29日から≪0798・35・3339≫へ申込を。先着順

母子関係

◆母と子の歯の教室

６・13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

◆母と子の心の相談

19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

◇４か月児健康診査

平成14年７月出生
12・19・26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
29日　14：00～14：30　塩瀬公民館

◇１歳６か月児健康診査

平成13年４月出生
１・15日　中央保健福祉センター
８・22日　北口保健福祉センター
いずれも13：00～14：30
29日　14：30～15：00　塩瀬公民館

◇３歳児健康診査

平成11年６月出生
７・21日　中央保健福祉センター
14・28日　北口保健福祉センター
いずれも13：00～14：30

◇乳児相談

５日　鳴尾支所　18日　夙川公民館
11日　中央保健福祉センター　20日　段上公民館　27日　高須公民館
いずれも13：30～15：00
６日　9:30～11:00と13:30～15:00
北口保健福祉センター
29日　14：00～15：00　塩瀬公民館
身体計測と育児・栄養相談

◇マザークラス

11・18・25日　13：30～16：00
北口保健福祉センター
平成15年２・３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▷11月１日から≪0798・64・5097≫へ申込を。先着順

◇離乳食講座

21日　10：30～11：30
北口保健福祉センター
対象は７カ月～12カ月の第１子▷定員30人▷11月５日から≪0798・37・0162≫へ申込を。先着順

◇妊産婦健康相談

11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

11月28日　13：30～14：30
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▷事前に問合せを

お母さんと一緒

佐々木稜太(りょうた)ちゃんとお母さんの千恵さん
７月１日　市立中央病院で誕生（段上町１丁目）

◇ぜん息・アレルギー相談

11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

◇ぜん息・呼吸器相談

11月27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

献血・その他

☆献血

８日	14:00～15:30	能登運動場管理施設
10日	10:00～15:30	ＪＡ兵庫六甲名塩支店
13日	10:00～15:30	市役所本庁舎
22日	10:00～15:00	大箇市民館
28日	10:00～12:00	鳴尾東公民館
	13:30～15:00	小松北町１丁目住宅集会所

（10・13・22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（甲子園洲鳥町３－８☎0798・41・2031）へ

◆**無料歯科健康相談**　第２・５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

11・12月の健診(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、11月分は受付中、12月分は10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▷原則として誕生月に受診を

★市民すこやか健診

11月20日、12月18日
中央保健福祉センター
11月17・27日、12月11・12・25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35歳～39歳が1500円、40歳～64歳が1300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

★女性のための検診

11月28日、12月12・19・26日
13：00～15：30
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35・40・45歳、50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

【医療機関委託がん検診】

乳がん・子宮がん・大腸がん検診は、指定医療機関でも受診可（指定医療機関一覧表は各保健福祉センター、市役所本庁舎１階総合案内所横、各支所などにあり）▷料金は受診日に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】

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