

# 保健だより

3月分

<お問合せは…>

### 保健サービス課

(梁殿町8-3 健康開発センター内)

☆印⇒0798・35・3308

★印⇒0798・35・3127

◇印⇒0798・35・3310

※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

※詳しくは市のホームページ (http://www.nishi.or.jp) にも掲載

### 健康増進課

(江上町3-26 保健所内)

◆印⇒0798・26・3667

□印⇒0798・26・3675

■印⇒0798・26・3669

## 予防接種

BCG、三種混合、麻しん・風しんの各種予防接種を委託医療機関で実施しています。なお、市外で接種する場合は、西宮市発行の依頼書が必要です。問合せは保健サービス課(0798・35・3308)へ。

### 子ども予防接種週間について

2月28日から3月8日まで「子ども予防接種週間」です。一部の医療機関で平日夜間と土・日曜にも予防接種を受けることができます。4月からの入学などに備えて、必要な予防接種を済ませましょう。

### 麻しん・風しんの予防接種は受けましたか?

平成20年度中に6歳(小学校入学前年度)、13歳(中学1年生に相当する年齢)、または18歳(高校3年生に相当する年齢)になる人は、委託医療機関で麻しん・風しんの予防接種を受けてください。期間は3月31日まで。料金は無料です。 ※13歳と18歳については、平成19年春に、10代・20代を中心に全国的に麻しんが流行したことを受け、20年度から5年間実施します。いずれかの年齢で1回、接種してください

## 健診(検診)

70歳以上無料。市民税非課税・生活保護世帯は、申請により料金が無料になります。ただし、健康ドックは対象外です。事前に必ず保健サービス課(0798・35・3302)へ連絡を。

【申込について】3月2日から電話予約を受付。西宮市各種健康診査、がんなど各種検診、女性のための検診は定員あり。先着順。受付は表記のない場合、午前8時45分～午後5時半で実施日の2週間前まで。北口保健福祉センター検診施設への申込は祝日を除く月曜～木曜に

\*対象者欄は、平成20年度に到達する年齢で確認してください

事業名	対象者	料金	会場・日程など
①すこやか健康診査…35歳～39歳が対象		1500円	①すこやか健康診査と④基本健康診査の受診希望者で受診券をお持ちでない人は、予約前に(0798・35・3302)へ連絡を。受診券を送付します
②西宮市国民健康保険特定健康診査…40歳～74歳の国保加入者(厚生労働大臣が定める人を除く)が対象		無料	
③長寿(後期高齢者)健康診査…兵庫県後期高齢者医療広域連合加入者で4月1日に75歳(一定の障害のある65歳)以上が対象	対象者には受診券を送付		<西宮市医師会診療所> 4月15・22日の8:45～12:00 申込は(0798・61・7077… 9:00～17:00)へ
④基本健康診査…40歳以上で、20年度中に健康保険証が変わる人か、生活保護受給者が対象。無料			<北口保健福祉センター検診施設> 3月23日～26日、29日～31日、 4月1・2・8・9・15・16・22・23・30日 の8:45～12:00 申込は(0798・61・7133)へ
⑤西宮市生活機能評価…65歳以上の対象者に受診券を送付。無料。②～④の健診とあわせて受診可			
★西宮市各種健康診査			
胃がん検診	40歳以上	1000円	※西宮市各種健康診査の対象者で、まだ受診していない人は、3月31日までに受診してください
大腸がん検診	40歳以上	600円	
肺がん検診…40歳以上が対象。結核検診を含む。希望者にはたん検査を実施	40歳以上	300円	たん検査は700円
結核検診	15歳以上	無料	
肝炎ウイルス検診	40歳～76歳の未受診者	700円	
★女性のための検診			
乳がんマンモグラフィ併用検診	40歳以上の昨年度未受診者	1400円	<北口保健福祉センター検診施設> いずれも12:45～16:30 申込は(0798・61・7133)へ ▷乳がんマンモグラフィ併用検診、骨粗しょう症検診…3月19・25・26日、4月1・2・8・9・15・16・22・23・30日▷子宮頸(けい)がん検診…3月19・26日、4月2・9・16・23・30日
子宮頸(けい)がん検診	30歳以上	1000円	
骨粗しょう症検診	30歳以上	900円	※4月以降、制度の変更に伴い対象者が変わる場合があります。内容は決まり次第、本紙などでお知らせします
★健康ドック			
総合健康診査	30歳以上	1万6900円	<北口保健福祉センター検診施設> 3月23日～26日、30・31日、 4月1・2・8・9・15・16・22・23・ 30日の8:45～12:00 申込は(0798・61・7133)へ

### ★歯周疾患検診

該当者にハガキで通知

【個別受診について】委託医療機関で個別に受診できる健康診査、検診は次のとおり。表記のない場合、対象、料金などは上表と同じ。料金は委託医療機関で支払いを。問合せは保健サービス課(0798・35・3302)へ▷西宮市各種健康診査(すこやか健康診査を除く)…受診券と各種保険証の提示を▷乳がんマンモグラフィ併用検診…1700円▷子宮頸(けい)がん検診…1400円▷大腸がん検診…1200円▷肝炎ウイルス検診…1200円

## 応急診療

\*健康保険証などをお忘れなく

【内科、小児科】西宮市応急診療所(池田町13-3 ☎0798・32・0021)▷平日…20:30～23:15▷土曜…14:00～17:45、20:30～23:15▷日曜・祝日…9:00～13:45、17:00～23:15

【歯科】歯科総合福祉センター(甲子園洲鳥町3-8 ☎0798・41・2031)▷日曜・祝日…9:30～11:30、13:00～14:30

## 献血

問合せは保健サービス課(0798・35・3308)へ。

日程	会場
11日の10:00～12:00、 13:00～16:00	西宮市役所前
28日の10:00～12:00、 13:15～16:30	コープ武庫川

※会場のうち「中央」「北口」は北口保健福祉センターです

## 子育て関係

事業名	日程	会場	対象者	備考
◆母(父)と子の心の相談	11日の13:30～15:30	保健所	育児不安や育児疲れなどの心の悩みに関する相談《予約制》	
◆親子の歯の教室	11・25日の13:30～15:30	保健所	小学校入学前の子	歯科健診、歯磨き指導《予約制》
3歳児健康診査	5・19日の13:00～14:30	中央	平成17年10月出生	対象者には個別通知 問合せは保健サービス課(0798・35・3310)へ ※北口会場の問合せは(0798・64・5097)へ
	12・26日の13:00～14:30	北口		
1歳6か月児健康診査	6・13日の13:00～14:30	中央	平成19年8月出生	
	13・16・23日の13:00～14:30	北口		
4か月児健康診査	16日の14:30～15:00	塩瀬公民館	平成20年11月出生	
	11・18・25日の13:00～14:30	北口		
乳児相談	16日の14:00～14:30	塩瀬公民館	平成20年11月出生	身体計測と育児・栄養相談…身体計測のみ希望の場合、午前に実施する会場は11時、午後実施する会場は3時まで受付
	2日の13:30～14:30	鳴尾支所		
	3日の14:00～15:00	塩瀬公民館		
	4・5日の9:45～10:30	北口		
	9日の9:45～11:00	越木岩公民館		
	9日の13:30～14:30	中央		
◇マザークラス	11・18・25日の13:30～16:00(3回シリーズ)	中央	平成21年6・7月出産予定の初妊婦45人	妊婦体操、産後の育児など。3月2日午前8時45分から(0798・35・3310)へ申込を。先着順
	1日の13:00～16:00	なるお文化ホール	実施日に妊娠22週～35週の初妊婦	該当者にハガキで通知。市外で母子手帳を受け取った人は、兵庫県健康財団(078・579・0600)…午前9時～午後5時)へ問合せを
	9日の10:30～11:45	北口	8カ月～12カ月の第1子30人	3月2日午前8時45分から(0798・64・5097)へ申込を。先着順
◇ぜん息・アレルギー相談	9日の14:00～15:30	中央	中学3年生以下の子	医師などによる相談《予約制》
◇妊産婦健康相談	4日の9:30～11:10	北口	助産師による妊娠・産後の個別相談など《予約制》	
◇妊婦健康診査費用助成	契約医療機関等で受ける妊婦健康診査について一定額を助成します。要事前申請			
◇母子ミルク支給	生活保護・市民税非課税世帯など対象。事前に問合せを			

## 相談・講座

事業名	日程	会場	備考
◇電話健康相談	6・13・20・27日の9:30～11:30		北口保健福祉センターの保健師・栄養士による電話相談。(0798・64・5096)へ
◇電話栄養相談	10・24日の9:30～11:30		
◇ぜん息・呼吸器相談	25日の14:00～15:30	中央	成人対象。医師などによる相談《予約制》
★若竹ふれ愛健康相談	10日の10:00～11:00	若竹生活文化会館	健康・栄養相談、血圧・体脂肪測定など
★すこやか健康相談	4日の14:00～15:00	中央	申込は(0798・35・3127)へ
	6日の14:00～15:00	北口	申込は(0798・64・5178)へ
★禁煙教室	3月26日の14:00～15:30	中央	申込は(0798・37・0162)へ
◆栄養相談	月曜～金曜の9:30～16:30	保健所	食事制限が必要な人など対象《予約制》
◆栄養成分表示にかかる相談	月曜～金曜の9:30～16:30	保健所	製造業者、市民対象《予約制》
■精神保健福祉相談	3・10・17・24日の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》
■保健所家族教室	3月27日の13:30～15:00	中央	
■保健所家族教室	18日の13:30～15:00	保健所	精神障害者の家族対象《予約制》
□結核・感染症健康相談	13日の9:30～10:30	保健所	相談、診察、胸部X線検査、C型肝炎検査など。一部有料。結果説明は23日《予約制》
□エイズ相談 HIV抗体検査	13日の9:30～10:30	保健所	相談、匿名による抗体検査。無料。結果説明は23日《予約制》
心のケア相談(電話・面接)	月曜～金曜の9:30～16:30	西宮こころのケアセンター	申込は(0798・63・3318)へ
ひきこもり青年の家族交流会	12日の14:00～16:00		
無料歯科健康相談(小学生以下)	14・28日の14:00～16:30	歯科総合福祉センター	申込は同センター(0798・41・2031)へ
無料歯科健康相談(40歳以上)	14・28日の14:00～16:30		

笑顔いっぱい!  
優しい女の子になってね。



豊崎 うららちゃん

生後10カ月

