保健だより 7月分

＜お問合せは…＞

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
□印⇒0798・26・3675
■印⇒0798・26・3160

※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

元気いっぱい「こーたん」です。見かけたら声をかけてね☆

廣瀬 航太（こうた）ちゃん　1歳1カ月

みやっ子 すくすく

予防接種

ＢＣＧ、三種混合、麻しん・風しん、日本脳炎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。

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】 7月1日から電話で予約を（7月実施分は受付中）。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21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
西宮市各種健康診査	①**すこやか健康診査**…35歳～39歳が対象		1500円	①と④の健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 〈北口保健福祉センター検診施設〉 7月21日～23日、26日～30日、8月3日～6日、10日～13日、17日～20日、24日～27日、31日の8：45～12：00 申込は《0798・61・7133》へ 〈西宮市医師会診療所〉 7月15日、8月5・19日の8：45～12：00 申込は《0798・61・7077…9：00～17：00》へ 〈鳴尾中央センター〉 ※胃がん健診のみ実施 9月8日の9：00～11：30（申込締切8月7日） 申込は兵庫県健康財団《078・793・9333…9：00～17：00》へ
	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	
	④**基本健康診査**…21年度中に健康保険証が変わる40歳以上、生活保護受給者が対象。無料			
	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			
がんなど各種検診	**胃がん検診**	40歳以上	1000円	
	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		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歳以上の偶数歳	1400円	〈北口保健福祉センター検診施設〉 ⒶⒸ…7月22・23・29・30日、8月5・6・12・13・19・20・26・27日 Ⓑ…7月23・30日、8月6・13・20・27日 いずれも12：45～16：30 申込は《0798・61・7133》へ
	Ⓑ **子宮頸（けい）がん検診**	20歳以上の偶数歳	1000円	
	Ⓒ **骨粗しょう症検診**	30歳以上	900円	
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〉 7月21日～23日、27日～30日、8月3日～6日、10日～13日、17日～20日、24日～27日、31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▷大腸がん検診…1200円▷肝炎ウイルス検診…1200円▷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

献血

問合せは保健サービス課（0798・35・3302）へ

日　程	会　場
5・18日の12：00～16：30	阪急西宮ガーデンズ北献血会場
8日の10：00～12：00、13：00～16：00	西宮市役所前

お知らせ

「愛の血液助け合い運動」の実施について

7月1日から31日まで、全国一斉に「愛の血液助け合い運動」を実施します。多くの皆さんのご協力をお願いします。

応急診療

＊健康保険証など持参を

【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】 西宮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

※会場の表記は次のとおり▽中央：中央保健福祉センター▽北口：北口保健福祉センター▽山口：山口保健福祉センター

子育て関係

＊受付開始日のあるものは、午前8時45分から受付。先着順

事業名	日　程	会　場	対象者	備　考
◆母（父）と子の心の相談	8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	8・22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	2・16日の13：00～14：30	中　央	平成18年2月出生	対象者には個別通知 ※北口会場の問合せは（0798・64・5097）へ ※山口、塩瀬公民館会場の問合せは（078・904・3160）へ
	9・23日の13：00～14：30	北　口		
	7月30日の13：45～14：45	山　口		
◇1歳6か月児健康診査	3・17日の13：00～14：30	中　央	平成19年12月出生	
	10・24・27日の13：00～14：30	北　口		
	7月29日の13：45～14：45	塩瀬公民館		
◇4か月児健康診査	8・15・22日の13：00～14：30	北　口	平成21年3月出生	
	13日の13：45～14：45	塩瀬公民館		
	21・28日の13：00～14：30	中　央		
10か月児アンケート健康診査	10カ月児の子をもつ親に調査票（子どもの成長や育児の様子などについて）を送付。問合せは（0798・64・5097）へ			
◇乳児相談	1・2日の9：45～10：30	北　口	生後13カ月未満	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、午後に実施する会場は3時まで受付 ※北口、夙川公民館会場の問合せは（0798・64・5097）へ ※山口、塩瀬公民館会場の問合せは（078・904・3160）へ
	1日の10：00～11：00	山　口		
	6日の13：30～14：30	鳴尾支所		
	7日の14：00～15：00	塩瀬公民館		
	13日の9：45～10：30	夙川公民館		
	13日の13：30～14：30	中　央		
	22日の13：30～14：30	高須公民館		
マザークラス	8・15・22日の13：30～16：00（3回シリーズ）	中　央	10・11月出産予定の初妊婦45人	産後の育児など。申込は6月30日から《0798・35・3310》へ
離乳食講座	17日の10：30～11：45	北　口	生後8カ月～12カ月の第1子30人	申込は6月29日から《0798・64・5097》へ
幼児食講座	7月27日の10：30～11：50	中　央	1歳6カ月～2歳11カ月の第1子30人	申込は7月2日から《0798・35・3310》へ
◇ぜん息・アレルギー相談	13日の14：00～15：30	中　央	中学生以下の子	医師などによる相談《予約制》
妊産婦健康相談	1日の9：30～11：10	北　口	助産師による相談。申込は《0798・64・5097》へ	
◇妊婦健康診査費用助成	契約医療機関などで受ける妊婦健康診査について一定額を助成。要事前申請			

相談・講座

＊受付開始日のあるものは、午前8時45分から受付。先着順

事業名	日　程	会　場	備　考
電話健康相談	3・10・17・24・31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	13・27日の9：30～11：30		
◇ぜん息・呼吸器相談	22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	14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	14日の14：00～15：00	北　口	申込は《0798・64・5178》へ
禁煙相談	10日の14：00～16：00	中　央	申込は《0798・35・3127》へ
	14日の15：00～16：00	北　口	申込は《0798・64・5178》へ
いきいき講座（運動編）	17日の10：00～11：30	塩瀬公民館	65歳以上対象。転倒やつまずきを予防する運動など。申込は《0798・64・5178》へ
いきいき講座（栄養講話編）	7月28日の10：00～11：30	中　央	65歳以上対象。食欲がない時の食事の工夫などの話。申込は《0798・64・5178》へ
メタボリックシンドローム予防講演会	22日の9：30～12：00	山　口	メタボリックシンドロームの予防に役立つ食事の話など。定員50人。申込は6月29日から《0798・64・5178》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	7・14・21・28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》
	24日の13：30～15：00	中　央	
■保健所家族教室	15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	10日の9：30～10：30	保健所	相談、診察、胸部X線検査、B型・C型肝炎検査など。一部有料。結果説明は17日《予約制》
□エイズ相談 ＨＩＶ抗体検査	10日の9：30～10：30	保健所	相談、匿名による抗体検査。結果説明は保健所は17日、北口は即日《予約制》
	16日の17：00～19：00	北　口	
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	9日の14：00～16：00		
無料歯科健康相談	11・25日の14：00～16：30	西宮歯科総合福祉センター	小学生以下と20歳以上対象。申込は《0798・41・2031》へ

《防犯安全ひとこと》市内で自転車の盗難被害が増えています。忘れないで、防犯登録・ツーロック！