

# 保健だより

## 5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。「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

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

#### ポリオ予防接種

《午前の部》受付は10:00~11:00  
7・10・12・24・28・31日  
中央保健福祉センター  
14・18・26日 鳴尾支所  
20・21・25・27日  
北口保健福祉センター  
《午後の部》受付は14:00~15:00  
6日 山口公民館  
11日 塩瀬公民館  
13・17日 中央保健福祉センター  
生後3カ月以上90カ月未満に2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・風しん予防接種

生後12カ月以上90カ月未満に各1回▷  
風しん予防接種は麻しん予防接種後に接種を

#### 日本脳炎予防接種

1期...生後6カ月以上90カ月未満に計3回  
2期...9歳~12歳に1回  
3期...14歳~15歳に1回

### 相談・講座

#### 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▷  
面接は予約制

#### 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

#### エイズ相談、HIV抗体検査

14日(相談、抗体検査) 21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

#### 結核・感染症健康相談

14日 9:30~10:30 保健所  
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▷  
保健士による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

<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

#### 精神保健福祉相談

11・18・25日 13:00~15:00  
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

#### 保健所家族教室

19日 13:30~15:00 保健所  
精神障害者の家族対象▷  
予約制

#### 電話健康・栄養相談

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

#### 高脂血症予防講座

11日 中央保健福祉センター  
14日 塩瀬公民館  
いずれも14:00~16:00  
《0798-35-3311》へ予約を

#### 貧血・高血圧・糖尿病予防講座

10日(高血圧予防講座) 17日(糖尿病予防講座) 21日(貧血予防講座)  
いずれも14:00~16:00  
北口保健福祉センター  
《0798-64-5097》へ予約を

#### 若竹ふれ愛健康相談

11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

21日 14:00~15:20  
北口保健福祉センター  
《0798-64-5097》へ予約を  
27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

### 母子関係

#### 母と子の歯の教室

12日 13:30~15:30 保健所  
就学前の乳幼児対象▷  
歯科検診、歯磨き指導▷  
予約制

#### 母と子の心の相談

18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

#### マザークラス

12・19・27日 13:30~16:00  
中央保健福祉センター  
平成16年8・9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▷  
5月6日から《0798-37-0162》へ申込を。先着順

#### 離乳食講座

17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▷  
5月6日から《0798-64-5097》へ申込を。先着順

### 乳児相談

6日 9:30~11:00と13:30~15:00  
北口保健福祉センター  
10日{ 中央保健福祉センター、  
段上公民館  
17日 夙川公民館 26日 高須公民館  
いずれも13:30~15:00  
31日 14:00~15:00 塩瀬公民館  
身体計測と育児・栄養相談

#### 3歳児健康診査

平成12年12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

#### 1歳6か月児健康診査

平成14年10月出生  
7・21日 中央保健福祉センター  
14・24・28日 北口保健福祉センター  
いずれも13:00~14:30  
31日 14:30~15:00 塩瀬公民館

#### 4か月児健康診査

平成16年1月出生  
12・19・26・31日  
北口保健福祉センター  
18・25日 中央保健福祉センター  
いずれも13:00~14:30  
31日 14:00~14:30 塩瀬公民館

#### 妊産婦健康相談

10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

5月27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

#### ぜん息・アレルギー・呼吸器相談

10日 (ぜん息・アレルギー相談) 14:00~15:30 小児対象  
26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

#### 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

### 5・6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】

定員あり。申込は、5月分は受付中、6月分は4月30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

5月19日、6月16日  
中央保健福祉センター  
5月12・16・18・26日、6月9・15・23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

6月3・10・17・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併用検診は40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



お母さんと一緒に

村瀬慎ノ佐(しんのすけ)ちゃんと  
お母さんの優子さん

1月5日 市立中央病院で誕生  
(松籟荘)

### 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  
(12:00~13:00は休憩)  
12日 10:00~15:30 市役所本庁舎  
10:00~12:00 保健所  
24日{ 13:30~15:30 甲陽園小学校  
25日 9:30~15:00 大箇市民館  
若竹生活文化会館  
27日{ 10:00~12:00 鳴尾東公民館  
13:30~15:30 生瀬会館  
29日{ 10:00~12:00 山口公民館  
14:00~15:30 小松北町1丁目住宅集会所  
31日{ 10:00~12:00 学文公民館  
13:30~15:30 学文公民館  
(12・25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・4・5土曜の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

#### 【地区巡回実施分】

#### 胃がん・大腸がん検診

6月14日 9:10~11:20  
鳴尾東公民館  
40歳以上対象▷  
料金は胃がん1000円、大腸がん600円

#### 基本健診 肝炎ウイルス・検診 肺がん・結核

6月10日 鳴尾東公民館  
6月30日 学文公民館  
いずれも9:40~11:20、13:10~14:50  
対象・料金は市民すこやか健診の各健診(検診)と同じ

#### 【医療機関委託実施分】

#### 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  
大腸がん検診...40歳以上。1200円  
乳がん・子宮がん検診...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、子宮がん1800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歳になる該当者にハガキで通知