

保健だより

11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
4・5・8・9・10・29・30日
中央保健福祉センター
18・19・26日
北口保健福祉センター
24・25日 鳴尾支所
《午後の部》受付は14:00~15:00
11・12日 中央保健福祉センター
17日 塩瀬公民館
22日 山口公民館
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

生後12カ月以上90カ月未満に1回▷
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(原則3歳から接種を)
2期...9歳~12歳に1回
3期...14歳~15歳に1回

高齢者インフルエンザ

対象は接種希望者のうち、接種日に満65歳以上の人 満60歳以上65歳未満で心臓・じん臓・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▷来年1月末までに1回▷自己負担金1000円(生活保護世帯は減免あり。事前に問合せを)

相談・講座

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▷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

精神保健福祉相談

2・9・16・30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

<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

エイズ相談、HIV抗体検査

12日(相談、抗体検査) 19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

12日 9:30~10:30 保健所
相談、診察、胸部X線・梅毒・リん菌・結核菌陰性(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

保健所家族教室

17日 13:30~15:00 保健所
精神障害者の家族対象▷予約制

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(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▷9日はひきこもり面接相談日▷面接はすべて予約制

電話健康・栄養相談

5・12・19・26日 9:30~11:30
保健師による相談
16・30日 9:30~11:30
栄養士による相談
電話番号は《0798・35・9530》

すこやか健康相談

5日 生瀬市民館
10日 塩瀬公民館
26日 中央保健福祉センター
いずれも14:00~15:20
《0798・35・3311》へ予約を
19日 14:00~15:20
北口保健福祉センター
《0798・64・5097》へ予約を
医師等による相談、血圧・体脂肪測定、検尿など

若竹ふれ愛健康相談

9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

子育て関係

親子の歯の教室

10・24日 13:30~15:30 保健所
就学前の乳幼児対象▷歯科健診、歯磨き指導▷予約制

母(父)と子の心の相談

16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

乳児相談

1日 鳴尾支所、段上公民館
4日 北口保健福祉センター
8日 中央保健福祉センター
15日 夙川公民館 24日 高須公民館
いずれも13:30~15:00(北口保健福祉センターは9:30~11:00も)
29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13年6月出生
4・18日 中央保健福祉センター
11・25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15年4月出生
5・19日 中央保健福祉センター
8・12・26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

4か月児健康診査

平成16年7月出生
10・17・24・30日
北口保健福祉センター
16・30日 中央保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
29日 14:00~14:30 塩瀬公民館

妊産婦健康相談

4日 13:30~15:00
北口保健福祉センター
助産師による母乳・産後の相談など

妊婦健康診査

11月26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

8日 (ぜん息・アレルギー相談)
14:00~15:30 小児対象
24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

離乳食講座

9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▷11月1日から《0798・64・5097》へ申込を。先着順

マザークラス

10・17・24日 13:30~16:00
中央保健福祉センター
平成17年2・3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▷10月29日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

母(父)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

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】

定員あり。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。先着順▷原則として誕生日に受診を

市民すこやか健診

11月17日、12月15日
中央保健福祉センター
11月16・21・24日、12月8・14・22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



お母さんと一緒に

市村聡(さとし)ちゃんとお母さんの洋子さん

7月1日 市立中央病院で誕生(堤町)

健康づくり運動教室

11月15・29日の午前10時から北口保健福祉センターで。ウォーキングについての講義など。2回シリーズ。参加費無料。定員25人。申込は10月29日から電話で保健サービス課(0798・64・5097)へ。先着順

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)
2日 10:00~15:30 上甲子園サービスセンター
10日 10:00~15:30 市役所本庁舎
14日 10:00~15:30 J A兵庫六甲名塩支店
25日 9:30~16:00 大筒市民館
10:00~12:00 鳴尾東公民館
26日 14:00~16:00 小松北町1丁目住宅集会所(2・10・14・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(甲子園洲島町3-8 ☎0798・41・2031)へ
◆無料歯科健康相談 第2・4土曜の14:00~16:30▷40歳以上対象▷小学生以下対象の健診などもあり▷申込は前記へ

女性のための検診

12月2・9・16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

【医療機関委託がん検診】

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)▷料金...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・60・70歳になる該当者にハガキで通知