

# 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1面参照)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

1・2・16・20・21・27日  
北口保健福祉センター  
22日 塩瀬公民館 26日 山口公民館  
いずれも14:00~15:00  
5・19・28日 鳴尾支所  
6・8・12・13・14・15・29日  
中央保健福祉センター  
いずれも10:00~11:00  
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 受付時間経過後の接種はできません

【個別】...予防接種委託の医院で接種を

三種混合・麻しん・風しん予防接種

### 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

5・12・19・26日 13:00~14:00  
保健所  
精神疾患・痴呆(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

9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

#### 栄養表示基準制度にかかる相談

9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

#### 男性のための家庭介護教室

男性のための家庭介護教室を北口保健福祉センターで開きます。参加費無料。定員20人。申込は10月29日から同センター(0798・64・5097)へ。先着順。

【日程・内容】いずれも午後1時から▷11月10日...体の動かし方、着替え▷17日...車いすの操作、高齢者体験

#### 子どものアレルギー講座

子どものアレルギー講座を11月14・22日の午後1時半から中央保健福祉センターで開きます(2回シリーズ)。内容は小児科・皮膚科医師、栄養士による講話など。参加費無料。定員60人。申込は10月30日から保健サービス課(0798・35・3310)へ。先着順。

<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

9日(抗体検査)16日(相談)  
9:30~10:30 保健所  
保健婦による相談、匿名によるHIV(エイズウイルス)抗体検査▷無料▷予約制

#### 結核・感染症健康相談

9日 9:30~10:30 保健所  
医師・保健婦による相談、診察、胸部X線・梅毒・りん菌・結核菌喀痰(かたん)の検査▷保健婦による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

#### 電話健康・栄養相談

2・9・16・30日 9:30~11:30  
保健婦による相談  
13・27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

2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

5・19日 北口保健福祉センター  
7・19日 中央保健福祉センター  
14日 生瀬市民館  
いずれも13:40~15:20  
医師・栄養士・保健婦による相談、血圧・体脂肪測定、検尿▷《0798・35・3339》へ予約を

#### 若竹健康相談

15日 10:00~11:00 若竹公民館  
医師・栄養士・保健婦による相談、血圧・体脂肪測定、検尿

#### 高脂血症予防講座

11月27日 14:00~16:00  
塩瀬公民館  
医師などによる講話ほか▷《0798・35・3339》へ予約を

### 母子関係

#### 乳児相談

5日 鳴尾支所 21日 段上公民館  
12日 中央保健福祉センター 26日 若竹公民館  
28日 高須公民館  
19日 夙川公民館  
いずれも13:30~15:00  
7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

#### 3歳児健康診査

平成10年6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

#### 1歳6か月児健康診査

平成12年4月出生  
2・16日 中央保健福祉センター  
9・30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13年7月出生  
13・20・27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  
29日 14:00~14:30 塩瀬公民館

#### マザークラス

6日 13:30~16:00  
13・20日 9:30~12:00  
いずれも北口保健福祉センター  
平成14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35人▷10月29日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

#### 離乳食講座

7日 10:30~11:30  
中央保健福祉センター  
対象は7カ月~12カ月の第1子▷離乳食の話と試食▷定員30人▷11月1日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

#### 妊産婦健康相談

12日 13:30~15:00  
中央保健福祉センター  
助産婦による母乳・産後の相談など

#### 妊婦健康診査

19日 14:00~15:00  
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▷血圧測定、検尿、血液検査▷事前に問合せを

#### ぜん息・アレルギー相談

12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28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

#### 母と子の心の相談

6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



お母さんと一緒に

池田万輝(まき)ちゃんと  
お母さんの美子さん  
7月1日 市立中央病院で誕生  
(若山町)

#### 母と子の歯の教室

7・14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

### 献血・その他

#### 献 血

9日 { 11:00~12:30 甲陽園市民館  
14:00~15:30 広田会館  
11日 10:00~15:30 J A兵庫六甲名塩支店  
14日 10:00~15:30 市役所本庁舎  
22日 9:30~15:00 大筒市民館  
10:00~12:00 鳴尾東公民館  
28日 { 13:30~15:00 小松デイサービスセンター  
(11・14・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、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 ☎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 ☎0798・41・2031)へ

◆無料歯科健康相談 第3・4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

#### 誕生月健診

対象は40歳~64歳▷料金...すこやか1300円、胃がん1000円、肺がん300円、肺がんの痰(たん)700円、大腸がん600円

#### 高齢がん検診

65歳以上対象▷料金...胃がん1000円、肺がん300円、肺がんの痰(たん)700円、大腸がん600円

#### 【地区巡回実施分】

#### 子宮がん(集団)検診

11月12日 14:00~15:30  
塩瀬公民館  
女性対象▷料金700円

#### 乳がん(集団)検診

11月22日 13:10~14:40  
山口公民館  
30歳以上の女性対象▷料金400円▷申込は実施日の1週間までに予約専用電話(0798・37・0162)へ

#### 【医療機関委託がん検診】

「乳がん検診」、「子宮がん検診」、「大腸がん検診」は市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所などにある申込書で料金納入後、指定医療機関で受診を

#### 【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

### 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、検診により料金が無料になります。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】

申込は実施月の2カ月前の29日(土・日曜の場合はその翌日)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

#### 女性のための検診

12月13・27日 13:30~15:30  
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検査は35・40・45歳、50歳以上)▷料金...乳がん(視触診400円、マンモグラフィ1000円)、子宮がん700円、骨粗しょう症900円

次の4検診の会場・日時  
《中央保健福祉センター》  
11月21日、12月14・19日  
《北口保健福祉センター》  
11月14・18・28日、12月12・13・26日  
時間はいずれも9:10~11:20

#### 結核検診

15歳以上対象▷無料  
すこやか・結核検診(健診)  
対象は35歳~39歳▷料金...すこやか1500円、結核無料