

# 保健 だより 10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面題字参照)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

### ツ反とBCG接種

1日(ツ反検査)3日(判定とBCG)北口保健福祉センター  
7日(ツ反検査)9日(判定とBCG)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48カ月未満に1回接種を▷事前に体温を計る▷ツ反検査を受けないとBCG接種はできません

【個別】...予防接種委託の医院で接種を

### 三種混合予防接種

①1期(DPT)...生後3カ月以上90カ月未満に計4回▷初回...3回▷追加...初回終了後12カ月~18カ月後に1回  
②2期(DT)...11歳~12歳に1回

### 麻疹予防接種

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

①幼児...生後12カ月以上90カ月未満に1回  
②経過措置...昭和54年4月2日~62年10月1日生まれの未接種の人に1回

### 高齢者インフルエンザ予防接種

【対象】①接種当日65歳以上の接種希望者、②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・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のうち、接種希望者  
【実施期間、接種回数】10月15日~来年1月31日に1回接種  
【自己負担金】1000円 生活保護世帯は減免されますので、事前に問合せを

## 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

7・21・28日 13:00~14:00 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

### 栄養相談

11・25日 9:30~11:00 保健所 栄養士による難病・アレルギー疾患などの食事に関する相談▷予約制

### 栄養成分表示にかかる相談

11・25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

<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

### 結核・感染症健康相談

11日 9:30~10:30 保健所 医師・保健師による相談、診察、胸部X線・梅毒・りん菌などの検査▷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

### エイズ相談、HIV抗体検査

11日(相談、抗体検査)18日(相談) 9:30~10:30 保健所 保健師による相談、匿名によるHIV(エイズウイルス)抗体検査▷無料▷予約制

### 保健所家族教室

10月30日 13:30~15:00 保健所 精神障害者の家族対象▷精神障害についての学習や交流▷予約制

### 電話健康・栄養相談

4・11・18・25日 9:30~11:30 保健師による相談  
8・22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

4日 9:30~11:00 中央保健福祉センター 歯科医師・衛生士による相談、歯磨き指導▷0798・35・3339へ予約を

### 若竹ふれ愛健康相談

8日 10:00~11:30 若竹生活文化会館 保健師・栄養士による、乳幼児から高齢者までの相談、血圧測定など

### すこやか健康相談

16日 13:40~15:20 北口保健福祉センター  
24日 14:00~15:20 中央保健福祉センター 医師・栄養士・保健師による相談など▷0798・35・3339へ予約を

### 糖尿病予防講座

2日 14:00~16:00 中央保健福祉センター 0798・35・3339へ予約を

### 高脂血症予防講座

4日 北口保健福祉センター  
24日 中央保健福祉センター いずれも14:00~16:00 0798・35・3339へ予約を

### 高血圧予防講座

11日 14:00~16:00 中央保健福祉センター 0798・35・3339へ予約を

### 貧血予防講座

21日 14:00~16:00 中央保健福祉センター 0798・35・3339へ予約を

### 健康づくり運動教室

22・29日 10:00~12:00 北口保健福祉センター 生活習慣病予防運動など2回シリーズ▷定員25人▷10月1日から 0798・64・5097へ申込を。先着順

## 母子関係

### 母と子の歯の教室

2・9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

### 母と子の心の相談

15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

### 4か月児健康診査

平成14年6月出生  
8・15・22日 中央保健福祉センター  
9・23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 山口公民館

### 1歳6か月児健康診査

平成13年3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  
29日 14:30~15:00 山口公民館

### 3歳児健康診査

平成11年5月出生  
3・17日 中央保健福祉センター  
10・24日 北口保健福祉センター  
いずれも13:00~14:30  
31日 14:00~15:00 塩瀬公民館

### 乳児相談

2日 9:30~11:00と13:30~15:00 北口保健福祉センター  
7日 { 鳴尾支所 16日 段上公民館  
中央保健福祉センター 21日 夙川公民館  
23日 高須公民館  
いずれも13:30~15:00  
29日 14:00~15:00 山口公民館

### マザークラス

9・16・23日 13:30~16:00 中央保健福祉センター  
平成15年1・2月出産予定の初妊婦対象▷妊婦体操など3回シリーズ▷定員45人▷10月2日から 0798・37・0162へ申込を。先着順

### 離乳食講座

11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▷定員30人▷10月3日から 0798・37・0162へ申込を。先着順

### 幼児食講座

18日 10:30~11:30 北口保健福祉センター 対象は1歳6カ月~3歳の第1子▷定員30人▷10月4日から 0798・37・0162へ申込を。先着順

## 10・11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】

申込は、10月分は受付中、11月分は9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▷原則として誕生月に受診を

### 女性のための検診

10月24日、11月14・21・28日 13:00~15:30 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併用検診は35・40・45歳、50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

森本彩世(あやせ)ちゃんと  
お母さんの久美子さん

6月2日 市立中央病院で誕生(上之町)

### 妊産婦健康相談

2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

24日 13:30~14:30 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▷事前に問合せを

### ぜん息・アレルギー相談

7日 14:00~15:30 中央保健福祉センター 小児対象▷事前に問合せを

### ぜん息・呼吸器相談

10月30日 14:00~15:30 中央保健福祉センター 成人対象▷事前に問合せを

## 献血・その他

### 献 血

9日 10:00~15:30 市役所本庁舎  
18日 10:00~15:00 上甲子園サービスセンター  
23日 { 10:00~12:00 香櫨園市民館  
13:30~15:30 字文公民館  
(9・18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(甲子園西鳥町3 8 ☎0798・41・2031)へ  
◆無料歯科健康相談 第2・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

### 市民すこやか健診

10月16日、11月20日 中央保健福祉センター  
10月23日、11月13・14・17・27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35歳~39歳が1500円、40歳~64歳が1300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(大腸がん検診のみの受診不可)...40歳以上。600円  
結核検診...15歳以上。無料

### 【地区巡回実施分】

### 乳がん(集団)検診

10月10日 山口公民館  
10月24日 塩瀬公民館 いずれも13:10~14:40 30歳以上の女性対象▷料金400円▷実施日の2週間前までに予約専用電話(0798・37・0162)へ申込を