保健だより 6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

みやっ子すくすく

牛根 拓真（たくま）ちゃん
生後11カ月

毎日、笑顔と元気をありがとう。
すこやかに育ってね♪

予防接種

ＢＣＧ、三種混合、麻しん・風しん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。

麻しん・風しんの予防接種は受けましたか？

平成21年度中に13歳（中学1年生に相当する年齢）、または18歳（高校3年生に相当する年齢）になる人は、委託医療機関で麻しん・風しんの予防接種を受けてください。期間は来年3月31日まで。料金は無料です。
※19年春に、10・20代を中心に全国的に麻しんが流行したことを受け、20年度から5年間、その年度に13歳・18歳になる人を対象にした麻しん・風しんの予防接種を実施しています。いずれかの年齢で1回、接種してください

6・7月の健診（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月実施分は６月１日から電話で予約を（６月実施分と一部の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すこやか健康診査と④基本健康診査の受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。受診券を送付します 〈北口保健福祉センター検診施設〉6月22日～25日、29・30日、7月1・2日、6日～9日、13日～16日、21日～23日、26日～30日の8：45～12：00 申込は《0798・61・7133》へ 〈西宮市医師会診療所〉7月1・15日の8：45～12：00 申込は《0798・61・7077…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…40歳以上で、21年度中に健康保険証が変わる人か、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	〈塩瀬公民館〉7月8日（受付中、申込締切6月8日） 〈鳴尾中央センター〉7月13日（受付中、申込締切6月12日）胃がん検診以外を実施…いずれも9：00～11：30 申込は兵庫県健康財団《078・793・9333…9：00～17：00》へ
	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〉乳がんマンモグラフィ併用検診、骨粗しょう症検診…7月1・2・8・9・15・16・22・23・29・30日 子宮頸（けい）がん検診…7月2・9・16・23・30日 いずれも12：45～16：30 申込は《0798・61・7133》へ 〈中央保健福祉センター〉7月14日（受付中、申込締切6月12日）視触診は7月30日に実施 ※中央保健福祉センターは、乳がん検診のみ実施 〈山口保健福祉センター〉7月15日（申込締切6月15日）視触診は8月6日に実施 乳がん検診は視触診とあわせて受診を…いずれも13：00～16：00 申込は兵庫県健康財団《078・793・9333…9：00～17：00》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〉6月22日～25日、29・30日 7月1・2日、6日～9日、13日～16日、21日～23日、27日～30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▷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▷大腸がん検診…1200円▷肝炎ウイルス検診…1200円

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】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	18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	17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	4・18日の13:00～14:30	中央	平成18年1月出生	対象者には個別通知
	11・25日の13:00～14:30	北口		
	11日の13:45～14:45	塩瀬公民館		
◇1歳6か月児健康診査	5・19日の13:00～14:30	中央	平成19年11月出生	※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
	12・26・29日の13:00～14:30	北口		
	30日の13:45～14:45	山口		
◇4か月児健康診査	10・17・24日の13:00～14:30	北口	平成21年2月出生	
	16・23日の13:00～14:30	中央		
	22日の13:45～14:45	山口		
◇乳児相談	1日の13:30～14:30	鳴尾支所	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・段上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
	2日の14:00～15:00	塩瀬公民館		
	3・4日の9:45～10:30	北口		
	3日の10:00～11:00	山口		
	8日の9:45～10:30	夙川公民館		
	15日の9:45～10:30	段上公民館		
	24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）	北口	9・10月出産予定の初妊婦45人	産後の育児など。申込は5月29日から《0798・64・5097》へ
育児セミナー（両親学級）	13日の13:00～16:00	なるお文化ホール	妊娠22週～35週の初妊婦	該当者にハガキで通知。市外で母子手帳をもらった人は兵庫県健康財団《078・579・0600》へ申し込みを
離乳食講座	12日の10:30～11:45	中央	生後8カ月～12カ月の第1子30人	申込は6月1日から《0798・35・3310》へ
家族で作る離乳食講座	14日の10:30～13:00	中央公民館	生後7カ月～12カ月の第1子と親15組	調理実習と講話。申込は6月1日から《0798・64・5097》へ
幼児食講座	6月30日の10:30～11:50	北口	1歳6カ月～2歳11カ月の第1子30人	申込は6月2日から《0798・64・5097》へ
ママのからだと幼児食講座	7月2日の13:30～16:00	北口	女性ホルモンバランスなどの講話、試食など。定員30人。申込は5月29日から《0798・64・5178》へ	
◇ぜん息・アレルギー相談	8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》
◇子どものアレルギー講座	22・26日の13:30～15:30（2回シリーズ）	中央	医師などによる講話。定員60人。申込は5月29日から《0798・35・3310》へ	
妊産婦健康相談	3日の9:30～11:10	北口	助産師による相談。北口会場の申込は《0798・64・5097》へ、山口会場の申込は《078・904・3160》へ	
	22日の14:00～15:00	山口		

相談・講座

事業名	日程	会場	備考
電話健康相談	5・12・19・26日の9:30～11:30		中央保健福祉センターの保健師・栄養士による電話相談。《0798・35・9530》へ
電話栄養相談	8・22日の9:30～11:30		
◇ぜん息・呼吸器相談	24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	9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	9日の14:00～15:00	中央	申込は《0798・35・3127》へ
	16日の14:00～15:00	山口	申込は《078・904・3160》へ
禁煙相談	9日の15:00～16:00	中央	申込は《0798・35・3127》へ
	16日の15:00～16:00	山口	申込は《078・904・3160》へ
	19日の14:00～16:00	北口	申込は《0798・64・5178》へ
いきいき講座（栄養講話）	19日の10:00～11:30	塩瀬公民館	65歳以上対象。申込は《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	2・9・16・23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》
	4日の13:30～15:00	山口	
	5日の13:30～15:00	北口	
■保健所家族教室	10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	12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19日《予約制》
□エイズ相談 ＨＩＶ抗体検査	3日の17:00～19:00	北口	相談、匿名による抗体検査。結果説明は北口は即日、保健所は19日《予約制》
	12日の9:30～10:30	保健所	
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	11日の14:00～16:00		
無料歯科健康相談	13・27日の14:00～16:30	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

献血

問合せは保健サービス課（0798・35・3308）へ▷学文公民館…4日の9：30～12：00▷六軒市民館…6日の9：30～10：30▷阪急西宮ガーデンズ北献血会場…6日の12：30～16：30、28日の12：00～16：30▷西宮市役所前…10日の10：00～12：00、13：00～16：00▷生瀬会館…21日の10：00～12：30▷山口センター…21日の14：30～16：30▷南甲子園公民館…27日の10：00～11：30▷春風公民館…27日の13：30～16：30▷フレンテ西宮…28日の10：00～12：00、13：15～16：30

※新型インフルエンザの感染予防のため、予防接種、健診、相談などを中止・延期することがあります