

にしのみや

# 保健だより

受付時間は午前8時45分～午後5時半。

西宮市保健所のホームページ(<http://www.nishi.or.jp/homepage/hokenjo/>)や、携帯電話＝右QRコード参照＝からも健診などの情報を見ることができます。



QRコード

### 【申込・問合せ先】

市外局番のないものは(0798)

中央保健福祉センター	染殿町8-3 西宮健康開発センター1・2階 ☎35・3310、35・3127
鳴尾保健福祉センター	鳴尾町3丁目5-14 鳴尾支所2階 ☎42・6630
北口保健福祉センター	北口町1-1 アクタ西宮西館5階 ☎64・5097
塩瀬保健福祉センター	名塩新町1 塩瀬センター1階 ☎0797・61・1766
山口保健福祉センター	山口町下山口4丁目1-8 山口センター2階 ☎078・904・3160
保健所 健康増進グループ	江上町3-26 ☎26・3667

※会場の表記は次のとおり▷中央…中央保健福祉センター▷鳴尾…鳴尾保健福祉センター▷北口…北口保健福祉センター▷塩瀬…塩瀬保健福祉センター▷山口…山口保健福祉センター



田中里桜ちゃん(1歳3カ月)

## 応急診療

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】西宮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

## 12月の健診(検診)

問合せは地域保健グループ(0798・35・3302)へ

12月の健診(検診)日程は下記のとおり。対象年齢は平成23年4月~24年3月に誕生日を迎える年齢で確認を。申込期間は表記のない場合、11月1日~実施日の2週間前(11月の空き区分は受付中)。定員あり。先着順。 ※70歳以上無料。市民税非課税・生活保護世帯は、申請により無料になります(健康ドックは対象外)。申請は、希望の健診(検診)に申し込んだ後(0798・35・3302)へ

### 西宮市各種健康診査

日程は下表のとおり

- すこやか健康診査…対象は35歳~39歳。1500円
- 国民健康保険特定健康診査…40歳以上の対象者に受診券を送付済。無料
- 長寿(後期高齢者)健康診査…対象者に受診券を送付済。無料
- 基本健康診査…40歳以上で23年度中に健康保険証が変わった人と生活保護受給者。無料
- 生活機能評価…対象者に受診券を送付済。無料

※「すこやか健康診査」と「基本健康診査」の健診希望者は、予約前に(0798・35・3302)へ連絡を。受診券を送付します。40歳~74歳で職場の医療保険などに加入している人は、加入先の医療保険者に問合せを

### がんなど各種検診

- 胃がん検診…40歳以上。1000円
- 大腸がん検診…40歳以上。600円
- 肺がん検診…40歳以上。300円。喀痰(かくたん)検査を対象者に実施。喀痰検査は700円
- 結核検診…15歳以上。無料 ※15歳の誕生日を迎えてから受診可能
- 肝炎ウイルス検診…40歳以上の未受診者。700円

■西宮市各種健康診査、がんなど各種検診の日程など

会場	12月の日程	申込
北口保健福祉センター検診施設	月曜~木曜の8:45~12:00	0798・61・7133…祝日を除く月曜~木曜
西宮市医師会診療所	7日(水)・12日(月)・21日(水)の8:45~12:00	0798・61・7077…祝日を除く月曜~金曜の9:00~17:00
西宮浜公民館	8日(木)10:00~15:30 ※胃がん検診は実施なし	10月31日~11月14日に兵庫県健康財団(078・793・9333…祝日を除く月曜~金曜の9:00~17:00)

### 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。1500円
- 骨粗しょう症検診…30歳以上。900円
- 子宮頸(けい)がん検診…20歳以上の偶数歳。1000円

会場	12月の日程	申込
北口保健福祉センター検診施設	水・木曜の12:45~16:30 ※子宮頸がん検診は木曜のみ実施	0798・61・7133…祝日を除く月曜~木曜

### 健康ドック

- 総合健康診査…30歳以上。1万6900円

会場	12月の日程	申込
北口保健福祉センター検診施設	月曜~木曜の8:45~12:00	0798・61・7133…祝日を除く月曜~木曜

### 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、検診の料金は次のとおり▷西宮市各種健康診査(すこやか健康診査を除く)…無料▷大腸がん検診…1200円▷肝炎ウイルス検診…1200円▷乳がんマンモグラフィ併用検診…1800円▷子宮頸(けい)がん検診…1400円 ※すこやか健康診査・胃がん・肺がん・結核・骨粗しょう症検診は個別受診なし

### 歯周疾患検診

対象は40・50・60・70歳。個別通知。500円

## 子育て関係(11月分)

要予約。申込・問合せは各会場へ ※備考に記載のあるものを除く。先着順

◆3歳児健康診査、1歳6か月児健康診査、4か月児健康診査は対象者に個別通知していただきます。通知が届かない場合は北口へ連絡を。対象は3歳児…平成20年6月出生、1歳6か月児…22年4月出生、4か月児…23年7月出生

事業名	11月の日程	会場	備考
妊産婦健康相談	14日(月)13:30~15:10	中央	助産師による妊娠中の栄養や産後の授乳などについての相談
マザークラス	12月5・12・19日の13:30~15:30、いずれも月曜(3回シリーズ)	北口	対象は平成24年3・4月出産予定の初妊婦。定員45人。申込は11月15日から
	12月8・15・22日の13:30~15:30、いずれも木曜(3回シリーズ)	鳴尾	対象は平成24年2月~4月出産予定の初妊婦。定員30人。申込は11月15日から
乳児健康相談	1日(火)14:00~15:00	塩瀬	身体計測と育児・栄養相談。おむつ替え用のマットなどの持参を。対象は生後13カ月未満(子どもや家族に1週間以内におう吐や下痢、発熱がある場合はご遠慮ください)。申込不要
	2日(水)の9:45~10:30、13:30~14:30	北口	
	2日(水)10:00~11:00	山口	
	4日(金)13:30~14:30	◇高須児童センター	
	14日(月)9:45~10:30	★越木岩公民館	
	14日(月)13:30~14:30	中央	
離乳食講座	①15日(火)10:30~11:45	北口	対象は平成22年10月~23年2月出生の第1子の親▷①…定員30人。申込は10月31日から北口へ▷②…定員25人。申込は11月1日から鳴尾へ
	②18日(金)10:30~11:35	鳴尾公民館	
家族で作る離乳食講座	13日(日)10:30~13:00	中央公民館	対象は平成22年10月~23年3月出生の第1子と親。定員15組。申込は11月1日から北口へ
幼児食講座	29日(火)10:30~11:50	北口	対象は平成20年11月~22年4月出生の第1子の親。定員30人。申込は11月4日から
こどものアレルギー講座	25日(金)、12月2日(金)の13:30~15:30(2回シリーズ)	中央	対象は3歳未満。医師などによる講話。定員60人。申込は11月1日から
ぜん息・アレルギー相談	14日(月)14:00~15:30	中央	医師などによる相談。対象は中学生以下の子
母(父)と子の心の相談	17日(木)13:30~15:30	保健所	育児不安などの心の悩みに関する相談。申込は(0798・26・3160)へ
親子の歯の教室	9日(水)・30日(水)の13:30~15:30	保健所	歯科健診、歯磨き指導など。対象は小学校入学前。申込は10月31日から

## 予防接種

問合せは健康増進グループ(0798・35・3308)へ

BCG、三種混合、麻しん・風しん、日本脳炎など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。

## 相談など(11月分)

要予約。申込・問合せは各会場へ ※備考に記載のあるものを除く。先着順

事業名	11月の日程	会場	備考
電話健康相談	金曜の9:30~11:30	/	保健師・栄養士による電話相談。実施日に北口へ。申込不要
電話栄養相談	9日(水)・30日(水)の9:30~11:30		
すこやか健康相談	8日(火)14:00~16:00	中央	保健師・栄養士などによる健康・禁煙相談
若竹ふれ愛健康相談	8日(火)10:00~11:00	若竹生活文化会館	健康・栄養相談など。相談の受付は午前10時半まで。申込不要。問合せは北口へ
大人のぜん息講演会	30日(水)14:00~16:00	中央	対象は20歳以上。医師などによる講演。定員30人。申込は10月31日から
しあわせダイエット~食卓からはじまるメタボ予防	22日(火)9:50~12:00	鳴尾公民館	武庫川女子大学の管理栄養士による講演。定員あり。申込は鳴尾へ
無料歯科健診・相談	12日(土)・26日(土)の14:00~16:30	西宮歯科総合福祉センター	対象は小学生以下と20歳以上。申込は(0798・41・2031)へ
お悩み解決! 栄養相談	11日(金)10:00~16:00	山口	栄養士による相談。電話相談も可。予約優先
	16日(水)10:00~16:00	塩瀬	
栄養相談	月曜~金曜(祝日を除く)の9:30~16:30	保健所	対象は食事制限が必要な人など 対象は製造業者、市民
栄養成分表示にかかる相談			
心のケア相談(電話・面接)	月曜~金曜(祝日を除く)の9:00~11:30、13:00~16:30	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	10日(木)14:00~16:00		
精神保健福祉相談	8日(火)・22日(火)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。申込は(0798・26・3160)へ
	18日(金)13:00~15:00	北口	
	25日(金)13:00~15:00	中央	
保健所家族教室	16日(水)13:30~15:30	保健所	対象は精神障害者の家族。申込は(0798・26・3160)へ
結核・感染症健康相談	11日(金)9:30~11:00	保健所	相談、診察、検査など。一部有料。申込は(0798・26・3675)へ
エイズ相談、HIV抗体検査	11日(金)9:30~11:00	保健所	相談、匿名による抗体検査。申込は(0798・26・3675)へ

## 献血(11月分)

問合せは地域保健グループ(0798・35・3302)へ

【会場・日程】学文公民館…9日(水)9:30~11:30▷西宮市役所前…9日(水)10:00~12:00、13:00~16:00▷小松北町集会所…10日(木)13:30~16:00▷鳴尾東公民館…17日(木)14:00~16:30▷フレンテ西宮…23日(水・祝)10:00~12:00、13:15~16:30▷上甲子園公民館…25日(金)10:00~14:30▷阪急西宮ガーデンズ…27日(日)12:00~16:30