

# 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

#### ツ反とBCG接種

6日(ツ反検査)8日(判定とBCG)中央保健福祉センター  
26日(ツ反検査)28日(判定とBCG)北口保健福祉センター  
いずれも10:00~11:00  
13日(ツ反検査)15日(判定とBCG)14:00~15:00 塩瀬公民館  
生後3カ月以上48カ月未満に1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・風しん予防接種

生後12カ月以上90カ月未満に各1回

#### 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

#### 精神保健福祉相談

5・12・19・26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

#### エイズ相談、HIV抗体検査

8日(相談、抗体検査)15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

#### 保健所家族教室

20日 13:30~15:00 保健所  
精神障害者の家族対象▷予約制

#### 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。家族可▷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

<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

8日 9:30~10:30 保健所  
相談、診察、胸部X線・梅毒・りん菌・結核菌喀痰(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

#### 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▷12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

1・8・15・22・29日 9:30~11:30  
保健師による相談  
13・27日 9:30~11:30  
栄養士による相談  
電話番号は《0798・35・9530》

#### 若竹ふれ愛健康相談

12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

#### すこやか健康講座

12日(高血圧)13日(高脂血症)22日(貧血)25日(糖尿病)いずれも14:00~16:00  
中央保健福祉センター  
病態や治療法などについて医師等による講話▷定員各40人▷9月30日から《0798・35・3311》へ申込を。先着順

#### すこやか健康相談

15日 14:00~15:20  
北口保健福祉センター  
《0798・64・5097》へ予約を  
20日 山口公民館  
28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  
医師等による相談、血圧・体脂肪測定、検尿など

### 子育て関係

#### 母(父)と子の心の相談

19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

#### 親子の歯の教室

20・27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

#### ぜん息・アレルギー相談

4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▷要予約

#### 幼児食講座

21日 10:30~11:45  
北口保健福祉センター  
対象は1歳6カ月~2歳11カ月の第1子▷定員30人▷10月4日から《0798・64・5097》へ申込を。先着順

### 乳児相談

4日 中央保健福祉センター、鳴尾支所、段上公民館  
7日 北口保健福祉センター  
18日 夙川公民館  
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 山口公民館  
身体計測と育児・栄養相談

### マザークラス

4・18・25日 13:30~16:00  
北口保健福祉センター  
平成17年1・2月出産予定の初妊婦対象▷妊婦体操、保育など3回シリーズ▷定員45人▷9月29日から《0798・64・5097》へ申込を。先着順

### 妊産婦健康相談

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

### 妊婦健康診査

10月28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

### 4か月児健康診査

平成16年6月出生  
6・13・20・27日  
北口保健福祉センター  
19・26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 山口公民館

### 1歳6か月児健康診査

平成15年3月出生  
1・15日 中央保健福祉センター  
8・22・29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13年5月出生  
7・21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  
14日 14:00~15:00 塩瀬公民館

### 母(父)子ミルク支給

生活保護・市民税非課税世帯等対象

### 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】

定員あり。申込は、10月分は受付中、11月分は9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▷原則として誕生月に受診を

#### 市民すこやか健診

10月20日、11月17日  
中央保健福祉センター  
10月27日、11月10・16・21・24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

#### 女性のための検診

11月4・11・18・25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



お母さんと一緒に

野口祐生(ゆうき)ちゃんとお母さんの幸恵さん

6月1日 市立中央病院で誕生(伏原町)

### 離乳食講座

12日 10:30~11:45  
中央保健福祉センター  
対象は8カ月~12カ月の第1子▷定員30人▷10月1日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

### 献血・その他

#### 献 血

5日 10:00~12:00 夙川グリーンタウン  
13日 10:00~15:30 市役所本庁舎  
10:00~12:00 八ツ松市民館  
21日 14:00~16:00 香櫨園市民館  
22日 10:00~11:30 能登運動場管理施設  
(13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

#### 【地区巡回実施分】

定員あり。申込は9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。対象、料金は女性のための検診と同じ

#### 乳がん(視触診のみ)検診

11月4日 名塩会館  
11月25日 塩瀬センター  
いずれも15:30~16:00

#### 乳がん(マンモグラフィ併用、2日間)検診

10月18日・11月4日 名塩会館  
11月9・25日 塩瀬センター  
いずれも13:30~15:30

#### 子宮がん・骨粗しょう症検診

10月18日 名塩会館  
11月9日 塩瀬センター  
いずれも13:30~15:30

#### 【医療機関委託実施分】

#### 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)の女性▷料金は乳がんは視触診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・歯周疾患検診】

該当者にハガキで通知