

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。
市のホームページ(くらしの情報→健康)や、携帯
電話からも健診などの情報を見ることができます。



【申込・問合せ】 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 | 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

みゃっすくすく



宮成 皇生真 ちゃん(8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…17:00~23:15▷日曜、祝・休日…9:00~13:45、17:00~23:15
 【小児科】阪神北広域こども急病センター(伊丹市昆陽池2丁目10 ☎072・770・9988)▷全日…0:00~6:30
 【歯科】西宮歯科総合福祉センター(甲子園洲島町3-8 ☎0798・41・2031)▷日曜、祝・休日…9:30~12:00
 【耳鼻咽喉科・眼科】尼崎健康医療財団休日夜間急病診療所(尼崎市水堂町3丁目15-20 ☎06・6436・8701)▷土曜(耳鼻咽喉科のみ)…18:00~20:30▷日曜、祝・休日…9:00~16:00

4月の健診(検診)

問合せは健康増進課(0798・35・3127)へ

4月の健診(検診)日程は下記のとおり。対象年齢は平成28年4月~29年3月に誕生日を迎える年齢で確認を。申込は表記のない場合、3月1日~実施日の2週間前(3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、事前の申請により無料になります(前立腺がん検診、健康ドックは対象外)。申請は希望の健診(検診)を申し込んだ後、健康増進課へ
 ≪お知らせ≫平成28年度の西宮市各種健康診査の予約は、4月末に送付予定の28年度版の各種受診券がお手元に届いてからの受付になりますのでご了承ください。

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…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予定。無料
- 長寿(後期高齢者)健康診査…対象者に受診券を送付予定。無料
- 基本健康診査…40歳以上で28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
 ※「すこやか健康診査」と「基本健康診査」の健診希望者は、予約前に健康増進課へ連絡を。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(かたん)検査を対象者に実施。喀痰検査は700円。アスベストについて不安のある人は予約時に申し出を
- 前立腺がん検診…50歳以上。1000円
- 結核検診…65歳以上。無料
- 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 | 4月の日程 | 申込 |
|----------------|--------------------------|--|
| 北口保健福祉センター検診施設 | 水・木曜の8:45~12:00 | 0798・61・7133…月曜~金曜(祝・休日を除く) |
| 西宮市医師会診療所 | 18日(月)・25日(月)の8:45~12:00 | 0798・61・7077…月曜~金曜(祝・休日を除く)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 | 4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…月曜~金曜(祝・休日を除く) |

健康ドック

総合健康診査…30歳以上。1万6900円

| 会場 | 4月の日程 | 申込 |
|----------------|-----------------|-----------------------------|
| 北口保健福祉センター検診施設 | 水・木曜の8:45~12:00 | 0798・61・7133…月曜~金曜(祝・休日を除く) |

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・検診と料金は次のとおり▷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・前立腺がん・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 ※70歳は無料

子育て関係(3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(平成24年10月出生)、1歳6か月児健康診査(26年8月出生)、10か月児健康診査(27年5月出生)、4か月児健康診査(27年11月出生)は対象者に個別通知しています。通知が届かない場合は中央へ連絡を。 ※カッコ内は対象

| 事業名 | 3月の日程 | 会場 | 備考 |
|-------------------|------------------------------------|-----------|---|
| プレママ料理教室 | 24日(木)の11:00~13:30 | 若竹公民館 | 対象は平成28年5月~7月出産予定の初妊婦。定員25人。申込は3月1日から中央へ |
| マザークラス | 4月13日(水)・20日(水)の13:30~16:00。2回シリーズ | 中央 | 対象は平成28年6月~8月出産予定の初妊婦。定員35人。申込は3月16日から |
| 乳児健康相談 | 2日(水)の9:45~10:30、13:30~14:30 | 北口 | 身体計測と育児・栄養相談。母子手帳、おむつ替え用のシートなどの持参を。対象は生後13カ月未満(子供や家族に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※身体計測のみ希望の場合は、午前に実施する会場は11時まで、午後に実施する会場は15時まで受付(塩瀬は14:45まで受付)問合せは◇印…鳴尾へ、★印…北口へ |
| | 2日(水)10:00~11:00 | 山口 | |
| | 4日(金)13:30~14:30 | ◇高須児童センター | |
| | 7日(月)13:45~14:45 | 塩瀬 | |
| | 8日(火)10:00~10:30 | ★若竹公民館 | |
| | 14日(月)13:30~14:30 | 中央 | |
| 25日(金)10:00~10:30 | ★段上児童館 | | |
| 28日(月)13:30~14:30 | 鳴尾 | | |
| 育児セミナー | 19日(土)13:00~16:00 | なるお文化ホール | 対象者に個別通知。市外で母子手帳をもらった人は兵庫県健康財団(078・579・0600)へ申込を |
| 離乳食講座 | 15日(火)10:30~11:45 | 北口 | 対象は平成27年2月~6月出生の第1子の親。定員30人。申込は3月1日から |
| 親子の歯の教室 | 9日(水)・23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2月29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 |

献血(3月分)

問合せは保健予防課(0798・35・3301)へ

【会場・日程】上甲子園公民館…3日(木)9:30~12:00、13:00~14:30▷保健所…4日(金)14:00~16:30▷西宮市地方卸売市場駐車場…5日(土)9:30~11:30、12:30~14:00▷西宮市役所前…9日(水)10:00~12:00、13:15~16:00▷メルカードむこがわ…27日(日)10:00~12:00、13:15~16:30 ※このほかに追加で実施する場合あり
 ≪にしきた献血ルーム≫①全血献血…10:00~13:00、14:00~17:30▷②成分献血…10:00~13:00、14:00~17:00

相談など(3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 | 3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 |
| 電話栄養相談 | 9日(水)・23日(水)の9:30~11:30 | | |
| ぜん息・呼吸器相談 | 23日(水)14:00~15:30 | 中央 | 医師などによる相談。対象は成人 |
| 歯科相談 | 14日(月)14:00~15:00 | 中央 | 歯科医師による相談。要申込 |
| お悩み解決! 栄養相談 | 8日(火)10:00~12:00 | 山口 | 栄養士による相談 |
| | 29日(火)13:00~15:00 | | |
| | 18日(金)13:00~15:00 | 塩瀬 | |
| | 28日(月)10:00~12:00 | | |
| 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10:30まで。申込不要。問合せは北口へ |
| 栄養相談 | 月曜~金曜(休日を除く)の9:30~16:30 | 保健所 | 対象は食事制限が必要な人など |
| 栄養成分表示にかかる相談 | | | 対象は製造業者、市民 |
| 心のケア相談(電話・面接) | 月曜~金曜(休日を除く)の9:00~11:30、13:00~16:30 | 保健所 | ストレスや不眠など心の悩みやひきこもりに関する相談。実施日に(0798・35・5066)へ ※面接は要予約 |
| ひきこもり青年の家族交流会 | 10日(木)14:00~16:00 | | 事前の面接が必要。申込は(0798・35・5066)へ |
| 精神保健福祉相談 | 8日(火)13:10~14:00 | 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)13:10~14:00 | 北口 | |
| | 22日(火)13:20~14:00 | 鳴尾 | |
| | 24日(木)13:20~14:00 | 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 |

子供の定期予防接種

問合せは保健予防課(0798・35・3308)へ

≪麻しん風しん混合2期定期接種≫平成28年4月から小学校に入学する人は3月31日までに委託医療機関で接種してください。4月以降は有料になりますのでご注意ください。
 ≪子ども予防接種週間≫3月1日~7日は「子ども予防接種週間」です。母子手帳で接種されていない予防接種がないか確認し、この機会にぜひ予防接種を受けましょう。