

にしのみや

# 保健だより

保健所・各保健福祉センターの電話受付は午前8時45分～午後5時半。市のホームページ(HP)26040122、96395942からも健診などの情報を見ることができます

◀元号・西暦対照▶平成31年・令和元年…2019年▶令和2年…2020年▶令和3年…2021年▶令和4年…2022年▶令和5年…2023年

**献血** 保健予防課(0798・35・3301) 4971580

西宮市役所前…8月10日(水)10:00~12:00、13:15~16:00  
にしきた献血ルーム(全血献血・成分献血)  
…10:00~13:00、14:00~17:30(成分献血は17:00まで)  
※このほかに、追加で実施する場合があります

**子供の定期予防接種** 保健予防課(0798・35・3308) 22784785

各種定期予防接種を市内委託医療機関で実施。市外で接種する場合は、接種予定日の10日前までに連絡を



| 応急診療  |   | このほかの健康・医療相談は、ハローにしのみや(0120・86・2438)をご利用ください   |                             |                         |                                   | 保険証など持参を |
|-------|---|--|-----------------------------|-------------------------|-----------------------------------|----------|
| 名称・住所 | 西宮市応急診療所(池田町13-3)   | 発熱またはかぜ症状のある人は必ず事前予約を  | 小児科                         | 歯科                      | 耳鼻咽喉科、眼科                          |          |
| 電話    | 0798・32・0021  | 予約電話 0570・082・438  | 阪神北広域こども急病センター(伊丹市昆陽池2丁目10) | 西宮歯科総合福祉センター(甲子園洲島町3-8) | 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) |          |
| 受付時間  | 月曜~金曜…20:30~23:15<br>土曜…17:00~23:15<br>日曜、祝・休日…9:00~13:45、17:00~23:15 | 月曜~金曜…20:00~21:00<br>土曜…16:30~17:30、20:00~21:00<br>日曜、祝・休日…8:30~9:30、16:30~17:30、20:00~21:00 | 072・770・9988                | 0798・41・2031            | 06・6436・8701                      |          |

### 9月の健診(検診)

【申込】受診する会場へ  
【問合せ】健康増進課(0798・35・3127)

**申込は各会場へ。**申込期間は8月1日~実施日の2週間前。定員あり。先着順  
※8月の空き区分は受付中

**【対象年齢】** 令和5年3月31日時点の年齢で確認を  
**【受診料】** 詳細は下記の各種健康診査・検診の項目を参照

- ▷70歳以上無料(胃がん(内視鏡)検診、前立腺がん検診、健康ドックは対象外。肺がん・結核検診の胸部X線検査は65歳以上無料)
- ▷市民税非課税世帯・生活保護受給中の人は、事前の申請により無料(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)を申込後、受診の2週間前までに健康増進課へ)
- ▷【㊤】個別検診(市内の委託医療機関で受診)の金額。記載なしは集団検診のみ実施

※北口保健福祉センター検診施設で実施の健康診査・がん検診はインターネット予約可。詳細は西宮市医師会ホームページから

| 西宮市各種健康診査  | 要受診券   | がんなど各種検診   | 受診券不要                |
|--|--|--|----------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■すこやか健康診査 20歳~39歳。1500円</li> <li>■基本健康診査 40歳以上で、令和4年度途中で健康保険証が変わった人と生活保護受給者。無料【㊤】無料</li> <li>■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み。無料【㊤】無料</li> <li>■長寿(後期高齢者)健康診査 対象者に受診券を送付済み。無料【㊤】無料</li> </ul> | <p>受診券の申込は健康増進課へ。40歳~74歳の職場の健康保険加入者は、加入先の健康保険組合等に問合せを</p> <p>昨年度末に受診した人、特定保健指導中の人は受診券を順次送付</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■胃がん(バリウム)検診 40歳以上。1000円</li> <li>■胃がん(内視鏡)検診 50歳以上の偶数歳。受診券の申込は健康増進課(HP)98966487へ。個別検診のみ【㊤】3800円</li> <li>■大腸がん検診 40歳以上。600円【㊤】1200円</li> <li>■肺がん・結核検診 40歳以上。300円。喀痰(かくたん)検査を対象者に700円で実施。アスベストに不安のある人は予約時に申し出を</li> <li>■前立腺がん検診 50歳以上。1000円</li> <li>■肝炎ウイルス検診 40歳以上の未受診者。700円【㊤】1200円</li> </ul> | <p>同年度の受診はどちらか一つ</p> |

| 会場             | 9月の日程                                | 申込   |
|----------------|--------------------------------------|--|
| 北口保健福祉センター検診施設 | 月曜~金曜(祝・休日を除く)、25日(日)の8:45~12:00     | 0798・61・7133…月曜~金曜(祝・休日を除く)の8:45~17:15                   |
| 西宮市医師会診療所      | 12日(月)・26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                   |
| 山口保健福祉センター     | 15日(木)9:00~15:30。予約状況によって午前のみ実施の場合あり | 兵庫県健康財団(078・793・9333)…8月2日~9日(土・日曜、祝・休日を除く)の9:00~17:00   |
| なるお文化ホール       | 30日(金)9:00~15:30。予約状況によって午前のみ実施の場合あり | 兵庫県健康財団(078・793・9333)…8月23日~30日(土・日曜、祝・休日を除く)の9:00~17:00 |

#### 女性のための検診 受診券不要

- 乳がん検診…40歳以上の偶数歳。1500円【㊤】1800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【㊤】1400円

| 会場             | 9月の日程                                      | 申込                                     |
|----------------|--|--|
| 北口保健福祉センター検診施設 | 水・木曜(祝・休日を除く)の13:00~16:30<br>※子宮頸がん検診は木曜のみ | 0798・61・7133…月曜~金曜(祝・休日を除く)の8:45~17:15 |

#### 健康ドック

- 総合健康診査…30歳以上。1万6900円

| 会場             | 9月の日程                     | 申込                                     |
|----------------|---------------------------|--|
| 北口保健福祉センター検診施設 | 月曜~金曜(祝・休日を除く)の8:45~12:00 | 0798・61・7133…月曜~金曜(祝・休日を除く)の8:45~17:15 |

#### 歯周疾患検診

対象者に個別通知。対象は40・50・60歳は500円、70歳は無料。個別検診のみ

### 子育て関係・相談など(8月分)

要予約。先着順。申込・問合せは各会場へ。会場の表記は次のとおり

- 中央…中央保健福祉センター(染殿町8-3 ☎0798・35・3310)
- 鳴尾…鳴尾保健福祉センター(鳴尾町3丁目5-14 ☎0798・42・6630)
- 北口…北口保健福祉センター(北口町1-1 ☎0798・64・5097)
- 塩瀬…塩瀬保健福祉センター(名塩新町1 ☎0797・61・1766)
- 山口…山口保健福祉センター(山口町下山口4丁目1-8 ☎078・904・3160)
- 保健所(江上町3-26 ☎0798・26・3667)

| 事業名            | 8月(一部9月)の日程  | 会場       | 備考  |
|----------------|--|----------|---|
| 妊産婦オンライン相談     | 3日(水)、10日(水)、18日(木)の9:45~11:45   |          | 助産師等による相談。対象は妊娠中から産後1年までの妊産婦。申込は市のホームページ(HP)44926114)から。問合せは北口へ           |
| マザークラス(2回シリーズ) | 9月8日(木)・15日(木)の13:30~16:00   | 鳴尾       | 対象は令和4年11月~5年1月出産予定の初妊婦。定員14人。申込は8月12日から                                  |
| 育児セミナー         | 9月17日(土)13:00~14:35  | なるお文化ホール | 対象は令和4年11月~5年1月出産予定の初妊婦と配偶者。定員あり。多数の場合抽選。申込は8月17日までに市のホームページ(HP)65566164) |
| はじめての離乳食講座     | 16日(火)10:30~11:30  | 北口       | 対象は令和4年2・3月出生の第1子と保護者。定員24人。申込は8月2日から                                     |
| 離乳食講座          | 19日(金)10:30~11:30  | 中央       | 対象は令和3年7月~11月出生の第1子と保護者。定員28人。申込は8月2日から                                   |
| 山口・塩瀬離乳食講習会    | 30日(火)10:30~11:30  | 山口公民館    | 対象は令和3年7月~4年3月出生の第1子と保護者。定員10人。申込は山口へ                                     |
| 幼児食講座          | 26日(金)10:30~11:30  | 北口       | 対象は令和元年8月~3年1月出生の第1子と保護者。定員16人。申込は8月1日から                                  |
| 子供の定期健康診査      | 対象者(※)に個別通知。通知が届かない場合は中央へ連絡を(※)4か月児健診…令和4年4月出生、10か月児健診…令和3年10月出生、1歳6か月児健診…令和3年1月出生、3歳児健診…平成31年3月出生 |          |   |

### 相談

|                   |                                       |      |   |
|-------------------|---------------------------------------|------|---|
| ぜん息・呼吸器相談         | 24日(水)14:00~15:30                     | 中央   | 医師などによる相談。対象は成人                                       |
| お悩み解決! 栄養相談       | 5日(金)の10:00~12:00、13:00~15:00         | 山口   | 離乳食を始める乳幼児から高齢者の食事まで、栄養士による相談                         |
|                   | 9日(火)の10:00~12:00、13:00~15:00         | 塩瀬   |   |
| 栄養相談              | 月曜~金曜(祝・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  |
| みやっここころのサポートダイヤル  | 月・水・金曜(祝・休日を除く)の9:00~12:00            | 保健所  | こころの悩みや生きづらさなどについて臨床心理士による相談。実施日に(0798・35・5082)へ      |
| こころのケア相談(電話・面接)   | 月曜~金曜(祝・休日を除く)の9:00~11:30、13:00~16:30 | 保健所  | ストレス、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     | 4日(木)13:30~15:30                      | 保健所  | 事前に面接が必要。申込は(0798・35・5066)へ                           |
| 精神保健福祉相談          | 2日(火)13:20~14:00                      | 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(木)9:20~10:00                      | 鳴尾   |   |
|                   | 19日(金)13:20~14:00                     | 北口   |   |
| 25日(木)13:20~14:00 | 塩瀬                                    |      |   |
| 保健所家族教室           | 10日(水)13:30~15:30                     | 江上庁舎 | 対象は精神障害者の家族。申込は(0798・26・3160)へ                        |