

# 保健だより

〈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) (江上町3-26 保健所内)

☆印⇒0798・35・3308

★印⇒0798・35・3127

◇印⇒0798・35・3310

※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(アドレスはページ下参照)にも掲載

## 健康増進課

◆印⇒0798・26・3667

□印⇒0798・26・3675

■印⇒0798・26・3669

## 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る場合があります。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

### ポリオ予防接種

《午前の部》受付は10:00~11:00  
2・6・13・15・30日  
中央保健福祉センター  
10・24・29日 北口保健福祉センター  
20・28日 鳴尾支所  
《午後の部》受付は14:00~15:00  
7日 山口公民館  
17日 北口保健福祉センター  
22日 塩瀬公民館  
生後3カ月以上90カ月未満に2回

【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

1期...生後12カ月以上24カ月未満に1回  
2期...5歳~6歳で、小学校入学前年度(4月1日~3月31日)に1回  
麻しん・風しん混合ワクチンの接種(1・2期に各1回)か、麻しん・風しんワクチンの単独接種(ワクチンごとに1・2期に各1回)を

### 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65歳以上の人 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▷10月16日~来年1月31日に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

### エイズ相談、HIV抗体検査

1日(相談、抗体検査・同日結果説明) 17:00~19:00  
北口保健福祉センター  
10日(相談、抗体検査) 17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

### 結核・感染症健康相談

10日 9:30~10:30 保健所  
相談、診察、検査▷予約制▷胸部X線・梅毒・りん菌・結核菌喀痰(かくたん)の検査は有料▷HCV(C型肝炎ウイルス)抗体検査(匿名可)は無料

### 専門栄養相談

いずれも保健所で▷予約制  
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

### 精神保健福祉相談

7・14・21・28日 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

### 保健所家族教室

15日 13:30~15:00 保健所  
精神障害者の家族対象▷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▷14日はひきこもり面接相談日▷面接はすべて予約制

### すこやか健康相談

いずれも14:00~15:00▷医師等による相談、血圧測定など  
1日 山口公民館 8日 塩瀬公民館  
15日 生瀬市民館  
24日 中央保健福祉センター  
《0798・35・3127》へ予約を  
20日 北口保健福祉センター  
《0798・64・5097》へ予約を

### 電話健康・栄養相談

10・17・24日 保健師による相談  
14・28日 栄養士による相談  
いずれも9:30~11:30  
電話番号は《0798・35・9530》

### 血液サラサラ講座

いずれも13:30~15:30  
13日 北口保健福祉センター  
《0798・64・5097》へ予約を  
13日 山口公民館 20日 塩瀬公民館  
《0798・35・3127》へ予約を  
メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)について医師による講話

### 若竹ふれ愛健康相談

14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

### 禁煙教室

14日 18:30~19:30  
北口保健福祉センター  
CO濃度測定と医師の講話▷《0798・37・0162》へ申込を

## 子育て関係

### 3歳児健康診査

平成15年6月出生  
2・16日 中央保健福祉センター  
9・30日 北口保健福祉センター  
いずれも13:00~14:30

### 1歳6か月児健康診査

平成17年4月出生  
10・17日 中央保健福祉センター  
10・24・27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 塩瀬公民館

### 4か月児健康診査

平成18年7月出生  
8・15・22・29日  
北口保健福祉センター  
21・28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 塩瀬公民館

### 家族で作る離乳食講座

市は11月12日午前10時半から中央公民館で「家族で作る離乳食講座」を開催します。調理実習あり。対象は生後7カ月から12カ月の子と親(託児なし)。受講料1組500円。定員15組。申込は10月30日から保健サービス課(0798・37・0162)へ。先着順。

### 乳児相談

1・2日 北口保健福祉センター  
6日 段上公民館  
13日 夙川公民館  
いずれも9:45~11:00  
6日 鳴尾支所  
13日 中央保健福祉センター  
いずれも13:30~15:00  
7日 塩瀬公民館 8日 山口公民館  
いずれも14:00~15:00  
生後13カ月未満対象▷身体計測と育児・栄養相談

### 妊産婦健康相談

2日 9:30~11:00  
北口保健福祉センター  
助産師による母乳・産後の相談など▷《0798・64・5097》へ予約を

### 妊婦健康診査

11月24日 13:30~14:30  
中央保健福祉センター  
妊娠21週までの生活保護・市民税非課税世帯の妊婦対象▷検尿・血液検査など▷要予約

### マザークラス

8・15・22日 13:30~16:00  
中央保健福祉センター  
平成19年2・3月出産予定の初妊婦対象▷妊婦体操など3回シリーズ▷定員45人▷10月31日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

### ぜん息・アレルギー・呼吸器相談

13日(ぜん息・アレルギー相談) 14:00~15:30 小児対象  
22日(ぜん息・呼吸器相談) 14:00~15:30 成人対象  
いずれも中央保健福祉センター  
医師などによる相談▷要予約

### 離乳食講座

16日 10:30~11:45  
北口保健福祉センター  
対象は8カ月~12カ月の第1子▷定員30人▷11月6日から《0798・64・5097》へ申込を。先着順

### 母子ミルク支給

生活保護・市民税非課税世帯など対象▷事前に問合せを

好奇心旺盛で、  
いたずら大好きです



船橋 柁音ちゃん  
ねね  
生後10カ月

### 親子の歯の教室

8・15日 13:30~15:30 保健所  
就学前の乳幼児対象▷歯科健診、歯磨き指導など▷予約制

### 母(父)と子の心の相談

21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

## 献血・その他

### 献 血

毎週土・日・月曜の10:00~17:30  
北口保健福祉センター  
(13:00~14:00は休憩)

2日 10:00~16:00 西宮市医師会  
看護専門学校

8日 10:00~12:00 学文公民館  
10:00~16:00 市役所本庁舎

26日 10:00~15:30 J A兵庫六甲  
名塩支店

29日 9:30~14:30 大箇市民館  
15:45~16:30 浜甲子園団地  
第2集会所

30日 10:00~12:00 鳴尾東公民館  
(8・26日の12:00~13:00、29日の  
11:30~12:30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

## 11・12月の健診(検診)

70歳以上無料。市民税非課税世帯、生活保護世帯は、申請により検診料が無料になります。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30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

### 市民すこやか健診

12月6・13・20日  
北口保健福祉センター  
12月11日  
中央保健福祉センター  
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歳以上  
で過去に同検診を受診したことがない人。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

12月6日(視触診は12月27日)  
中央保健福祉センター  
12月7・14・21日  
北口保健福祉センター  
いずれも13:30~16:00  
30歳以上対象(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...乳がんマンモグラフィ併用1400円、子宮頸(けい)がん700円、骨粗しょう症900円 乳がん視触診のみの検査は実施していません

### 【医療機関委託がん検診】

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  
乳がん・子宮頸(けい)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、子宮頸がん1800円  
大腸がん検診...40歳以上。1200円

### 【節目総合健診・歯周疾患検診】

該当者にハガキで通知

### 【老人健康診査】

65歳以上の該当者にハガキで通知