

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1面参照)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

予防接種は、原則として住所地以外の市では受けられません

集団...母子健康手帳持参し直接会場へ ツ反とBCG接種

2日(ツ反注射)4日(判定とBCG)
9日(ツ反注射)11日(判定とBCG)
10:00~11:00
中央保健福祉センター
生後3カ月以上48カ月未満に1回接種を事前に体温を計る

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▷初回...3回▷追加...初回終了後12カ月~18カ月後に1回
2期(DT)...11歳~12歳に1回

麻しん予防接種

生後12カ月以上90カ月未満に1回

風しん予防接種

生後12カ月以上90カ月未満に1回
12歳~15歳に1回

相談・講座

すこやか健康相談

1・17日 北口保健福祉センター
3・15日 中央保健福祉センター
いずれも13:40~15:20
医師・栄養士・保健婦による相談、
血圧・体脂肪測定、検尿▷《0798・35・3339》へ予約を

若竹健康相談

18日 10:00~11:00 若竹公民館
医師・栄養士・保健婦による相談、
血圧・体脂肪測定、検尿

歯の健康相談

5日 9:30~11:00
中央保健福祉センター
歯科医師・衛生士による歯周病などの
相談、歯磨き指導▷《0798・35・3339》へ予約を

電話健康・栄養相談

5・12・19・26日 9:30~11:30
保健婦による相談
9・23日 9:30~11:30
栄養士による相談
電話番号は《0798・35・9530》

家庭介護教室

家庭介護教室を中央保健福祉センターで開きます。介護の方法などを学びませんか。参加費無料。定員30人。申込は10月1日から保健サービス課(0798・35・3127)へ。先着順。
【日程・内容】いずれも午後1時から▷10月11日...医師の話「老化と病気」▷15日...体の動かし方、着替え▷22日...清潔、排せつの世話▷29日...車いすの動かし方など

<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

精神保健福祉相談

1・15・22・29日 13:00~14:00
保健所
精神疾患・痴呆(ほう)・アルコール依存症などの悩みに関する相談▷予約制

栄養相談

12・26日 9:30~11:00 保健所
栄養士による、難病・アレルギー疾患・小児肥満などの食事に関する相談▷予約制

栄養表示基準制度にかかる相談

12・26日 9:30~11:00 保健所
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▷予約制

エイズ相談、HIV抗体検査

12日(抗体検査)19日(相談)
9:30~10:30 保健所
保健婦による相談、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

12日 9:30~10:30 保健所
医師・保健婦による相談、診察、胸部X線・梅毒・りん菌・結核菌喀痰(かくたん)の検査▷保健婦によるC型肝炎相談、HCV(C型肝炎ウイルス)抗体検査(匿名可。HIV抗体検査と同時に受診した場合のみ10月分までは無料)▷予約制

心のケア相談(電話・面接)

月曜~金曜の10:00~16:00に西宮こころのケアセンター(戸崎町4-12...0798・63・3318)で▷ストレスや不眠など心の悩みについて、心理相談員・精神科医が対応▷面接は予約制

母子関係

母と子の心の相談

2日 13:30~15:30 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

母と子の歯の教室

3・10日 13:30~15:30 保健所
就学前の乳幼児対象▷歯科医師・衛生士による相談、歯科検診、歯磨き指導▷予約制

乳児相談

1日 鳴尾支所 17日 段上公民館
1日 中央保健福祉センター 22日 若竹公民館
15日 夙川公民館 24日 高須公民館
いずれも13:30~15:00
3日 9:30~11:00と13:30~15:00
北口保健福祉センター
30日 14:00~15:00 山口公民館
身体計測と育児・栄養相談

4か月児健康診査

平成13年6月出生
9・16・23日 中央保健福祉センター
10・24日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
30日 14:00~14:30 山口公民館

1歳6か月児健康診査

平成12年3月出生
5・19日 中央保健福祉センター
12・26日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
30日 14:30~15:00 山口公民館

3歳児健康診査

平成10年5月出生
4・18日 中央保健福祉センター
11・25日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
平成10年4・5月出生
11日 14:00~15:00 塩瀬公民館

マザークラス

2日 13:30~16:00
10・16日 9:30~12:00
いずれも中央保健福祉センター
平成14年1・2月出産予定の初妊婦対象▷妊婦体操、分べん時の呼吸法、保育など3回シリーズ▷《0798・37・0162》へ予約を

離乳食講座

11日 10:30~11:30 鳴尾公民館
対象は7カ月~12カ月の第1子▷定員30人▷離乳食の話と試食▷10月1日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

母子ミルク支給

妊産婦と栄養強化の必要な乳児に粉乳を支給▷生活保護世帯、市民税非課税世帯など対象▷事前に問合せを

ぜん息・アレルギー相談

1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▷事前に問合せを

ぜん息・呼吸器相談

10月31日 14:00~15:30
中央保健福祉センター
成人対象▷医師による相談▷事前に問合せを

妊産婦健康相談

3日 13:30~15:00
北口保健福祉センター
助産婦による母乳・産後の相談など

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、検診により料金が無料になります。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】

会場・日時
《中央保健福祉センター》
10月24日、11月9・21日
《北口保健福祉センター》
10月24日、11月8・14・18・28日
時間はいずれも9:10~11:20
申込は実施月の2カ月前の29日(土・日曜の場合はその翌日)から、実施日の2週間前までに予約専用電話(0798・37・0162)へ
原則として誕生月に受診を

高年がん検診

65歳以上対象▷料金...胃がん1000円、肺がん300円、肺がんの痰(たん)700円、大腸がん600円

誕生月健診

対象は40歳~64歳▷料金...すこやか1300円、胃がん1000円、肺がん300円、肺がんの痰(たん)700円、大腸がん600円

すこやか・結核検診(健診)

対象は35歳~39歳▷料金...すこやか1500円、結核無料

結核検診

15歳以上対象▷無料



お母さんと一緒に

有川 凜(りん)ちゃんとお母さんの弓子さん
6月3日 市立中央病院で誕生
(甲東園2丁目)

妊婦健康診査

15日 14:00~15:00
中央保健福祉センター
生活保護世帯、市民税非課税世帯の妊婦対象▷血圧測定、検尿、血液検査▷事前に問合せを

献血・その他

献 血

10日 10:00~15:30 市役所本庁舎
17日 10:00~15:00 上甲子園サウスセンター
26日 { 10:00~12:00 香櫨園市民館
13:30~15:30 学文公民館
(10・17日の12:00~13:00は休憩)
土・日・月曜 10:00~17:30
北口保健福祉センター

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、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14:00~16:30▷40歳以上対象▷小学生以下対象の検診などもあり▷申込は前記へ

女性のための検診

10月25日、11月8・22日
13:30~15:30
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検査は35・40・45歳、50歳以上)▷料金...乳がん(視触診)400円、マンモグラフィ1000円、子宮がん700円、骨粗しょう症900円

【地区巡回実施分】

子宮がん(集団)検診

10月17日 山口公民館
10月26日、11月12日 塩瀬公民館
いずれも14:00~15:30
女性対象▷料金700円

乳がん(集団)検診

11月22日 13:10~14:40
山口公民館
30歳以上の女性対象▷料金400円▷申込は実施日の1週間までに予約専用電話(0798・37・0162)へ

【医療機関委託がん検診】

「乳がん検診」、「子宮がん検診」、「大腸がん検診」は市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所などにある申込書で料金納入後、指定医療機関で受診を

【節目総合健診】

西宮市医師会健診部(健康開発センター内)か北口保健福祉センターで▷40・50・60歳になる該当者にハガキで通知▷料金7600円▷申込は電話で同健診部(0798・26・9497)へ