

保健だより

3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面題字参照)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

5日(ツ反注射)7日(判定とBCG) 14:00~15:00
北口保健福祉センター
11日(ツ反注射)13日(判定とBCG) 14:00~15:00 山口公民館
18日(ツ反注射)20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 受付時間を過ぎた場合接種できません

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▷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
14歳~15歳に1回

相談・講座

心のケア相談(電話・面接)

月曜~金曜の10:00~16:00に西宮市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

精神保健福祉相談

4・11・18・25日 13:00~14:00
保健所
精神疾患・痴呆(ほう)・アルコール依存など心の悩みに関する相談▷予約制

栄養相談

8・22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

心のケア講座

心のケア講座を中央保健福祉センターで開きます。心と体のバランスがとれた健康を保つための方法を学びます。参加費無料。
日時・内容 3月14日...午後2時から「更年期障害~上手な付き合い方と治療」▷22日...午前10時から「楽しいところと身体のリラクゼーション(お話と簡単な実技)」
定員 各30人
申込 3月1日から健康増進課(0798・26・3669)へ。先着順

<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

栄養表示基準制度にかかる相談

8・22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・熱量に関する表示の活用方法や表示方法についての相談▷製造業者、市民対象▷予約制

エイズ相談、HIV抗体検査

8日(抗体検査)15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

8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。有料)▷予約制

歯の健康相談

1日 9:30~11:00
北口保健福祉センター
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

1・8・15・22・29日 9:30~11:30
保健婦による相談
12・26日 9:30~11:30
栄養士による相談
電話番号は《0798・35・9530》

すこやか健康相談

4・20日 北口保健福祉センター
6・18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

14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

母子関係

母と子の心の相談

5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

6・13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

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

妊産婦健康相談

11日 13:30~15:00
中央保健福祉センター
助産婦による母乳・産後の体の相談など

妊婦健康診査

18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

乳児相談

4日 鳴尾支所
11日 中央保健福祉センター
18日 夙川公民館
20日 段上公民館
25日 若竹公民館
27日 高須公民館
いずれも13:30~15:00
6日 9:30~11:00と13:30~15:00
北口保健福祉センター
25日 14:00~15:00 塩瀬公民館
身体計測と育児・栄養相談

3歳児健康診査

平成10年10月出生
7・20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

1歳6か月児健康診査

平成12年8月出生
1・15日 中央保健福祉センター
8・22日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
25日 14:30~15:00 塩瀬公民館

4か月児健康診査

平成13年11月出生
12・19・26日 中央保健福祉センター
13・27日 北口保健福祉センター
いずれも13:00~14:30
25日 14:00~14:30 塩瀬公民館

離乳食講座

14日 10:30~11:30 夙川公民館
対象は7カ月~12カ月の第1子▷離乳食の話と試食▷定員30人▷3月4日から《0798・37・0162》へ申込を。先着順

ぜん息・アレルギー相談

11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

3月27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

3月・4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】

申込は、3月分については受付中、4月分については3月1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

女性のための検診

4月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、マンモグラフィ併用1400円)子宮がん700円、骨粗しょう症900円

次の4健診(検診)の会場・日時
時間はいずれも9:10~11:20
《中央保健福祉センター》
3月13日、4月17日
《北口保健福祉センター》
3月13・14・17・27日、
4月10・11・24日



お父さんと一緒に

金井美咲ちゃんと
お父さんの政史さん
11月2日 市立中央病院で誕生
(大屋町)

マザークラス

1日 13:30~16:00
12・19日 9:30~12:00
いずれも北口保健福祉センター
平成14年6・7月出産予定の初妊婦対象▷妊婦体操、分娩時の呼吸法、保育など3回シリーズ▷《0798・37・0162》へ予約を

献血・その他

献血

13日 10:00~15:30 市役所本庁舎
22日 { 10:00~13:00 夙川グリーンタウン
14:30~16:00 六軒市民館
23日 10:00~15:30 コープ武庫川店
29日 10:00~15:30 サティ西宮店
13・23・29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 ☎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 ☎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

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

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

結核検診

15歳以上対象▷無料

【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

節目総合健診を受けましょう

西宮市医師会健診部(健康開発センター4階)か北口保健福祉センターで▷40・50・60歳になる該当者には、誕生月の前月にハガキで通知(該当年齢の1年間受診可)▷内科診察、血液検査、胃部・胸部X線検査など▷料金7600円▷申込は電話で同健診部(0798・26・9497)へ