

保健だより



<お問合せは…>

保健サービス課

(梁殿町8-3 健康開発センター内)
★印⇒0798・37・0162
◇印⇒0798・35・3310

健康増進課

(江上町3-26 保健所内)
◆印⇒0798・26・3667
□印⇒0798・26・3675
■印⇒0798・26・3160

※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 (http://www.nishi.or.jp/)にも掲載



いつも
優しい笑顔
ありがとう！
かいと
那須 快仁 ちゃん
生後9カ月

健診(検診)

70歳以上無料。市民税非課税・生活保護世帯は、申請により料金が無料になります。ただし、健康ドックは対象外です。事前に必ず保健サービス課《0798・35・3302》へ連絡を。

【申込について】2月1日から電話で予約を(2月実施分は受付中)。西宮市各種健康診査、がんなど各種検診、女性のための検診は定員あり。先着順。受付は表記のない場合、午前8時45分～午後5時半まで実施日の2週間前まで。北口保健福祉センター検診施設への申込は祝日を除く月曜～木曜に

*対象者欄は、平成21年度に到達する年齢で確認を(②、③を除く)

事業名	対象者	料金	会場・日程など
①すこやか健康診査… 35歳～39歳が対象		1500円	
②西宮市国民健康保険特 定健康診査…40歳～74 歳の国保加入者(厚生労働大 臣が定める人を除く)が対象	無料		①と④の健診希望者で受診券を お持ちでない人は、予約前に 《0798・35・3302》へ連絡を ※西宮市各種健康診査の対象 者でまだ受診していない人は、 3月31日までに受診してくだ さい
③長寿(後期高齢者)健康 診査…長寿(後期高齢者)医 療制度加入者で75歳(一定の 障害のある65歳)以上が対象	対象者には 受診券を 送付		
④基本健康診査…21年度中に健康保 険証が変わる40歳以上、生活保護受給 者が対象。無料			北口保健福祉センター検診施設 2月22日～25日、 3月1日～4日、8日～11日、 15日～18日、23日～25日、 28日～31日の8:45～12:00 申込は《0798・61・7133》へ
⑤西宮市生活機能評価…65歳以上 の対象者に受診券を送付。無料。②～ ④の健診とあわせて受診可			
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	〈西宮市医師会診療所〉 3月3・17日の8:45～12:00 申込は《0798・61・7077 …9:00～17:00》へ
肺がん検診…40歳以上が 対象。結核検診を含む。希望者 にはたん検査を実施	40歳以上	300円 たん検査 は700円	
結核検診	15歳以上	無料	
肝炎ウイルス 検診	40歳～76歳 の未受診者	700円	
女性のための検診			
①乳がんマンモ グラフィ併用 検診	40歳以上 の偶数歳	1400円	北口保健福祉センター検診施設 ①②…3月3・4・10・11・17・ 18・24・25・31日 ③…3月4・11・18・25日 いずれも12:45～16:30 申込は《0798・61・7133》へ
②子宮頸(けい) がん検診	20歳以上 の偶数歳	1000円	〈中央保健福祉センター〉 ①…3月10日の13:00～ 16:00(受付中。申込締切2月 15日。3月29日実施の視触診 とあわせて受診を) 申込は兵庫県健康財団《078・ 793・9333》9:00～17:00へ
③骨粗しょう症 検診	30歳以上	900円	
健康ドック			
総合健康診査	30歳以上	1万 6900円	北口保健福祉センター検診施設 2月22日～25日、 3月1日～4日、8日～11日、 15日～18日、23日～25日、 29日～31日の8:45～12:00 申込は《0798・61・7133》へ
★歯周疾患検診	該当者にハガキで通知		

【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、検診は次のとおり。表記のない場合、対象、料金などは上表と同じ。料金は委託医療機関で支払いを。問合せは保健サービス課《0798・35・3302》へ▷西宮市各種健康診査(すこやか健康診査を除く)…受診券と各種保険証の提示を▷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…1700円▷子宮頸(けい)がん検診…1400円

予防接種

BCG、三種混合、麻しん・風しん、日本脳炎の各種予防接種を委託医療機関で実施しています。
なお、市外で接種する場合は、西宮市発行の依頼書が必要です。問合せは保健サービス課《0798・35・3308》へ。

お知らせ

新型インフルエンザワクチン接種について
新型インフルエンザワクチン接種は、新たに19歳から64歳までの人も接種対象になります。接種開始時期や助成制度は決まり次第、市のホームページ等でお知らせします。

妊婦、基礎疾患を有する人、1歳から高校生に相当する年齢までの人、高齢者(65歳以上の人)等はすでに接種が開始されていますのでかかりつけ医にご相談ください。
問合せは新型インフルエンザ健康相談窓口《0798・35・0236》…祝日を除く月曜～金曜の午前9時～午後5時半へ。

妊婦健康診査費用助成の償還払い請求～確定申告等への対応
出産予定日より前に確定申告等で平成21年中受診分の領収書原本を提出する人は、1月25日から3月15日までの臨時受付期間中に平成21年中受診分の償還払い請求ができます。1月1日以降の受診分は、出産後3カ月以内にもう1度請求してください。臨時受付期間以外は一括請求のみで、2回に分けて請求することができませんのでご注意ください。詳しくは保健サービス課《0798・35・3302》へ。

応急診療

【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…14:00～17:45、20:30～23:15▷日曜・祝日…9:00～13:45、17:00～23:15
【歯科】西宮歯科総合福祉センター(甲子園洲鳥町3-8 ☎0798・41・2031)▷日曜・祝日…9:30～11:30、13:00～14:30

*健康保険証など持参を

保 社 おり
山 健 セリ ※会
口 福 タ マ 場
保 社 タ 中 場
福 社 セ 央 の
祉 セ ン 表 記
セ ン タ 北 記
ン タ ー 口 是
ー 山 北 次
口 口 保 健
口 口 と

子育て関係

*受付開始日のあるものは、午前8時45分から受付。先着順

事業名	2月の日程	会場	対象者	備考
◆母(父)と子の心の相談	18日の13:30～15:30	保健所	育児不安や育児疲れなどの心の悩みに関する相談(予約制)	
◆親子の歯の教室	10・24日の13:30～15:30	保健所	小学校入学前の子	歯科健診、歯磨き指導(予約制)
◇3歳児健康診査	1・25日の13:00～14:30 4・18日の13:00～14:30 18日の13:45～14:45	北 口 中 央 塩瀬公民館	平成18年9月 出生	対象者には個別通知
◇1歳6か月児 健康診査	5・19日の13:00～14:30 8日の13:45～14:45 12・22・26日の13:00～14:30	中 央 山 口 北 口	平成20年7月 出生	※北口会場の問合せは 《0798・64・5097》へ ※山口、塩瀬公民館会場の問合せ は《078・904・3160》へ
◇4か月児健康診査	10・17・24日の13:00～14:30 15日の13:45～14:45 16・23日の13:00～14:30	北 口 山 口 中 央	平成21年10 月出生	
◇乳児相談	1日の13:30～14:30 2日の14:00～15:00 3・4日の9:45～10:30 3日の10:00～11:00 8日の9:45～10:30 8日の13:30～14:30 24日の13:30～14:30	鳴尾支所 塩瀬公民館 北 口 山 口 越木岩公民館 中 央 高須公民館	生後13カ月未満	身体計測と育児・栄養相談。 身体計測のみ希望の場合、午前 に実施する会場は11時、午後 に実施する会場は3時まで受付 ※北口、越木岩公民館会場の問合せ は《0798・64・5097》へ ※山口、塩瀬公民館会場の問合せ は《078・904・3160》へ
マザークラス	8・15・23日の13:30～16:00 (3回シリーズ) 10・24日の13:30～16:00 (2回シリーズ) 2月12・26日、3月3日の 13:30～16:00(3回シリーズ)	北 口 山 口 中 央	5・6月出産予定 の初妊婦45人 3月～6月出産予 定の妊婦20人 4・5月出産予定 の初妊婦45人	妊婦体操、産後の育児など。申込は1月 29日から《0798・64・5097》へ 妊婦体操、産後の育児など。申込は1月 29日から《078・904・3160》へ 妊婦体操、産後の育児など。申込は2月1 日から《0798・35・3310》へ
離乳食講座	15日の10:30～11:45	中 央	平成21年1月～ 5月出生の第1子	定員30人。申込は1月29日から 《0798・35・3310》へ
アレルギー幼児食講座	18日の10:30～11:50	北 口	平成20年1月～ 21年1月出生の子	定員20人。申込は2月1日から 《0798・64・5097》へ
◇ぜん息・アレルギー相談	8日の14:00～15:30	中 央	中学生以下の子	医師などによる相談《予約制》
妊産婦健康相談	3日の9:30～11:10 15日の14:00～15:00	北 口 山 口	助産師による相談。申込は、北口会場は《0798・ 64・5097》、山口会場は《078・904・3160》へ	

相談・講座

*受付開始日のあるものは、午前8時45分から受付。先着順

事業名	2月の日程	会場	備考
電話健康相談	5・12・19・26日の9:30～11:30		中央保健福祉センターの保健師・栄養士に よる電話相談。《0798・35・9530》へ
電話栄養相談	8・22日の9:30～11:30		
◇ぜん息・呼吸器相談	24日の14:00～15:30	中 央	成人対象。医師などによる相談《予約制》
★若竹ふれ愛健康相談	9日の10:00～11:00	若竹生活文化会館	健康・栄養相談、血圧・体脂肪測定など
すこやか健康相談	9日の14:00～15:00 17日の14:00～15:00	中 央 山 口	医師などによる相談。申込は、中央会場は《0798・ 37・0162》、山口会場は《078・904・3160》へ
禁煙相談	9日の15:00～16:00 17日の15:00～16:00 19日の14:00～16:00	中 央 山 口 北 口	保健師による相談など。申込は、中央会場は 《0798・37・0162》、山口会場は《078・904・ 3160》、北口会場は《0798・64・5178》へ
いきいき講座 (65歳以上対象)	8日の14:00～15:30 17日の14:00～15:30 23日の10:00～11:30	甲武体育館 北夙川体育館 中 央	転倒やつまずきを予防する初心者向けの運動。 申込は《0798・64・5178》へ
◆栄養相談	月曜～金曜9:30～16:30	保健所	食事制限が必要な人など対象《予約制》
◆栄養成分表示にかかる相談	月曜～金曜9:30～16:30 2・16・23日の13:00～15:00	保健所 保健所	製造業者、市民対象《予約制》
■精神保健福祉相談	4日の13:30～15:00 5日の13:30～15:00	山 口 北 口	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	17日の13:30～15:00	保健所	精神障害者の家族対象《予約制》
□結核・感染症健康相談	12日の9:30～10:30	保健所	相談、診察、胸部X線検査、B型・C型肝炎検 査など。一部有料。結果説明は19日《予約制》
□エイズ相談 HIV抗体検査	12日の9:30～10:30 18日の17:00～19:00	保健所 北 口	相談、匿名による抗体検査。結果説明は 保健所は19日、北口は即日《予約制》
心のケア相談(電話・面接)	月曜～金曜9:30～16:30	西宮こころの ケアセンター	申込は《0798・63・3318》へ
ひきこもり青年の家族交流会	18日の14:00～16:00		
無料歯科健康相談	13・27日の14:00～16:30	西宮歯科総合 福祉センター	小学生以下と20歳以上対象。申込は 《0798・41・2031》へ

献血

問合せは保健サービス課《0798・35・3302》へ▷阪急西宮ガーデンズ北献血会場…7日の12:00～16:30▷西宮消防署…8日の9:20～11:30▷保健所…8日の13:30～16:30▷西宮市役所前…10日の10:00～12:00、13:00～16:00