

# 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9時～午後5時半。健診などの情報は市のホームページ(HP)26040122、(HP)96395942)にも掲載 ※(HP)00000000は市ホームページ番号

◀元号・西暦対照▶ 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) ☎64971580

にきた献血ルーム(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

## みゃっ子すくすく



小森 絢稀 ちゃん (1歳2カ月)

内科、小児科		小児科	歯科	耳鼻咽喉科、眼科
名称 住所	西宮市応急診療所 (池田町13-3)	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)
電話	0798・32・0021	072・770・9988	0798・41・2031	06・6436・8701
電話 受付時間	月曜～金曜…20:00～23:00 土曜…16:30～23:00 日曜、祝・休日…8:30～13:30、 16:30～23:00	月曜～金曜…20:30～23:15 土曜…17:00～23:15 日曜、祝・休日…9:00～13:45、 17:00～23:15	全日…深夜0:00～翌朝6:30 日曜、祝・休日…9:30～12:00	土曜…18:00～20:30 (耳鼻咽喉科のみ) 日曜、祝・休日…9:00～16:00

### 12月の健診(検診)

【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

### 子育て関係・相談など(11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)
- 池田庁舎(池田町8-11 ☎0798・26・3667)

事業名	11月(一部12月)の日程	会場	備考
妊産婦 オンライン相談	2日(水)、10日(木)、17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HP44926114。問合せは北口へ
はじめての 離乳食講座	10日(木)14:00～15:00	鳴尾 公民館	対象は令和4年5・6月出生の第1子と保護者。定員16人。申込は10月28日から鳴尾へ
マザークラス	12月8・15日(木) 13:30～16:00 12月12・19日(月) 13:30～16:00	鳴尾 北口	対象は令和5年2月～4月出産予定の初妊婦。定員14人。申込は11月10日から 対象は令和5年2・3月出産予定の初妊婦。定員24人。申込は11月10日から
離乳食講座	15日(火)10:30～11:30	北口	対象は令和3年10月～4年2月出生の第1子と保護者。定員24人。申込は10月28日から
家族で学ぼう 離乳食講座	12月3日(土) 10:15～11:30	中央	対象は令和3年11月～4年4月出生の第1子と保護者2人。定員10組。申込は11月8日から
幼児食講座	25日(金)10:30～11:30	中央	対象は令和元年11月～3年4月出生の第1子と保護者。定員16人。申込は10月31日から
育児セミナー	12月17日(土) 12:30～15:00	なるお 文化 ホール	対象は令和5年2月～4月出産予定の初妊婦とその配偶者。定員あり。申込は11月11日までにHP65566164。多数の場合抽選。問合せは鳴尾へ
子供のアレル ギーオンライン 講座	16日(水)10:00～11:15		対象はおおむね8カ月～1歳9カ月の子と保護者。定員35名。申込は10月31日からHP51838455
ぜん息・アレ ルギー相談	14日(月)14:00～15:30	北口	対象は中学生以下の子。医師などによる相談
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7月出生、10か月児健診…令和4年1月出生、 1歳6か月児健診…令和3年4月出生、3歳児健診…令和元年6月出生

### 西宮市各保健福祉センター 要受診券

- すこやか健康診査 20歳～39歳。1500円
- 基本健康診査 40歳以上で、令和4年度途中に健康保険証が変わった人と生活保護受給者。無料(㊤ 無料)
- 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)
- 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)

### 要受診券不要

- 胃がん(バリウム)検診 40歳以上。1000円
- 胃がん(内視鏡)検診 要受診券 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)
- 大腸がん検診 40歳以上。600円(㊤ 1200円)
- 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
- 前立腺がん検診 50歳以上。1000円
- 肝炎ウイルス検診 40歳以上の未受診者。700円(㊤ 1200円)

会場	12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
西宮市医師会診療所	12・19・26日の8:45～ 12:00。いずれも月曜	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 (※)	1日(木)9:00～15:30	10月26日～11月2日 の9:00～17:00 兵庫健康財団 (078・793・9333)
塩瀬公民館(※)	18日(日)9:30～16:00	11月9日～11月16日 の9:00～17:00 ※土・日曜、祝・休 日を除く

(※) 予約状況によって午前のみ実施の場合あり

### 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	12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 ※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

### 総合健康診査…30歳以上。1万6900円

会場	12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

個別検診 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

### 相談

ぜん息・ 呼吸器相談	16日(水)14:00～15:30	北口	医師などによる相談。対象は成人
お悩み解決! 栄養相談	17日(木)10:00～12:00、 13:00～15:00 24日(木)10:00～12:00、 13:00～15:00	山口 塩瀬	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
みゃっこ 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		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	池田 庁舎	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	10日(木)13:30～15:30	職員 会館	事前に面接が必要。 申込は(0798・35・5066)へ
精神保健福祉 相談	8日(火)13:20～14:00 10日(木)13:20～14:00 18日(金)13:20～14:00 24日(木)13:20～14:00	保健所 (※) 鳴尾 北口 中央	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 (※) 江上町3-26
保健所家族教室	16日(水)13:30～15:30	第二 庁舎	対象は精神障害者の家族。 申込は(0798・26・3160)へ