

今からでも貯められる ポイント付対象の健康づくり取り組み一覧

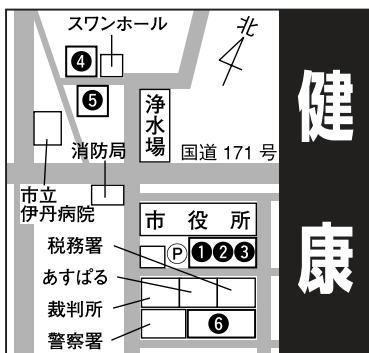
取り組み	ポイント対象事業	付与ポイント
自分で取り組む	30日間の体重記録 [私の30日間の目標] を取り組む	各300
健康イベントに参加	健康度アップ相談会(2月28日) 体組成測定会(2月16日。年度に2回まで)	
健診を受診	後期高齢者健診	
	国保特定健診	
	社会保険加入者特定健診	
	職場健診	
	人間ドック	
がん検診を受診	前立腺・胃・肺・大腸・乳・子宮頸がん検診	
	肝炎ウイルス検査	

ポイントは集めて健康づくりを習慣にしましょう。
対象は20歳以上(平成12年3月31日以前生まれ)の市民。
市保健センターで配布する専用台紙(右下二次元コードから読み取り可)に必要事項を書き、必要書類を添えて、2月28日まで直接か郵送(消印有効)で〒664-8503伊丹市役所健康課へ送付してください。

応募は2月28日までに いたみ健康チャージポイント

市は、2月28日まで「いたみ健康チャージポイント事業」を実施しています。
健康イベントへの参加や健診の受診、体重測定記録(左表参照)などに取り組み、一定のポイントを貯めると健康づくりを応援する市内企業の商品が合計800人に当たる抽選に応募できます。

対象は▽胃がん・肺がん検診(アスベスト関連疾患検診)は残り1回2月17日(月)午前、防災センターで。定員あり。
対象は▽胃がん・肺がん検診(昭和55年3月31日以前生まれの人(妊娠中や放射線治療中などの人を除く)▽喀痰検査(肺がん検診とセット)▽昭和45年3月31日以前生まれで喫煙指数(1日当たりの本数×年数が60以上である人(過去における喫煙者を含む)当日の問診の結果、受診できない場合もあります。受診料は▽胃がん検診1150円



市健康政策課(市保健センター)
①母子保健担当
☎784-8034 [ファクス] 784-8139
②健診・健康づくり担当
☎784-8080 [ファクス] 784-3281
休日・夜間の診療
【内科】③休日応急診療所
☎784-8171 [ファクス] 784-8141
▷土曜=18:00~21:00▷日曜、祝日=9:00~12:00/18:00~21:00
【小児科】④阪神北広域こども急病センター
☎770-9988 [ファクス] 770-9905
▷平日=19:30(診察は20:00から)~翌6:30▷土曜=14:30(診察は15:00から)~翌6:30▷日曜、祝日8:30(診察は9:00から)~翌6:30
【歯科】⑤市口腔保健センター
☎ [ファクス] 783-0078
▷日曜、祝日=9:00~12:00
(受け付けは11:30まで)
【眼科・耳鼻咽喉科】休日夜間急病診療所
☎06-6436-8701
[ファクス] 06-6431-9301
(尼崎市水町3-15-20)
・眼科▷日曜、祝日=9:00~16:00
・耳鼻咽喉科▷土曜=18:00~20:30▷日曜、祝日=9:00~16:00
※休日・夜間の医療機関の案内などは、「いたみ健康・医療相談ダイヤル24」☎0120-783-990
⑥泉伊丹健康福祉事務所(伊丹保健所)
☎785-9437 [ファクス] 777-4091

高齢者肺炎球菌ワクチン対象者

昭和29年4月2日~30年4月1日
24年4月2日~25年4月1日
19年4月2日~20年4月1日
14年4月2日~15年4月1日
9年4月2日~10年4月1日
4年4月2日~5年4月1日
大正13年4月2日~14年4月1日
9年4月1日以前生まれ

市保健センターで実施する集団健診で受診を。無料。要予約。
市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

市国保加入者は受診時に受診券が必要(後期高齢者医療制度の被保険者は不要)。対象者は受診券を郵送しています。4月以降の加入者は、②健診・健康づくり担当に受診券の請求を。未受診の人には担当から電話で受診案内をする場合あり。受診方法は直接、市内実施医療機関に健診日を問い合わせるか、3月3日(火)、6日(金の)午後、市保健センターで実施する集団健診で受診を。無料。要予約。

市国保加入者は受診時に受診券が必要(後期高齢者医療制度の被保険者は不要)。対象者は受診券を郵送しています。4月以降の加入者は、②健診・健康づくり担当に受診券の請求を。未受診の人には担当から電話で受診案内をする場合あり。受診方法は直接、市内実施医療機関に健診日を問い合わせるか、3月3日(火)、6日(金の)午後、市保健センターで実施する集団健診で受診を。無料。要予約。

市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

食と健康セミナーを開催

2月20日(木)午後1時15分、ラスタホールで「食と健康セミナー」を開催します。内容と講師は次の通り。

市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。

2月の健康カレンダー

場所	項目	対象	日	時間	備考
市保健センター	母子健康手帳の交付	医療機関で妊娠の診断を受けた人	開庁時間内随時	窓口で妊娠届出書を記載。マイナンバーカードまたは通知カードと本人確認書類(運転免許証・パスポートを1点もしくは健康保険証・年金手帳など2点)を持参	
	もうすくパパママ教室(申し込みは3日から)	妊娠している人。配偶者とその父母も同伴(1回目のみ)	14・21日	13:30~16:30	母子健康手帳持参。定員30人。原則2回で1コース
	モグモグ離乳食教室(申し込みは3日から)	5・6か月児(令和元年8・9月生まれ)	14・25日	10:00~12:00(9:30から受け付け)	定員各25組(第1子優先)
	のびのび教室	平成31年2月生まれ	10か月児健診の案内に同封しているチラシに日時を指定		10か月児健診問診票の保護者控えを持参
	すくすく育児相談	育児に関して悩んでいる人	3・10・17日	13:00~16:00(受け付けは15:30まで)	面接相談。直接、市保健センターへ
	乳幼児発達相談(要予約)	発育・運動発達などの心配がある人(就学前まで)	日時を予約時に問い合わせてください		小児科医・作業療法士・保健師による面接相談
	幼児の相談(要予約)	言葉の遅れ、しつけなどの心配がある人(1歳から就学前)	日時を予約時に問い合わせてください		心理士・保健師による面接相談、保育士による親子遊び体験など
	4か月児健診	令和元年9月16~30日生まれ 令和元年10月1~15日生まれ	4日 18日	受け付け 13:15~14:30 (整理券の配布は12:00~14:30)	他市区町村からの転入などで事前送付書類が届いていない場合は市保健センターへ連絡を。詳細については、事前送付書類を確認してください
	10か月児健診	平成31年4月生まれ	日時を直接、実施医療機関に問い合わせてください		
	市保健センター	1歳6か月児健診	平成30年7月1~15日生まれ 平成30年7月16~31日生まれ	12日 19日	受け付け 13:15(※は13:00)~14:30 (整理券の配布は12:00~14:30)
※3歳児健診		平成28年12月1~15日生まれ 平成28年12月16~31日生まれ	13日 20日		
3歳11か月児視力検診		3歳児健診時に配布された視力検査用紙で検査し、見えにくいなどの心配がある人(3歳2か月以上4歳未満)	13・20日	受け付け 14:15~14:30	視力検査用紙の結果記入シートを持参
健康度アップ相談(生活習慣病に関する相談会)		20歳以上	28日	受け付け 9:30~11:15(要予約)	②健診・健康づくり担当。体組成測定可(要予約)
泉伊丹健康福祉事務所	歯科保健相談	幼児・一般・妊婦	27日	13:00~14:00	歯や口の相談(予約不要)。無料
	ふん便検査(所付)	一般	3・4・10・17・18・25日	9:00~11:00 ☎785-9437 ファクス777-4091	指定容器が必要
	HIV抗体検査(要予約)(健康管理課)		12・26日	9:00~9:45 ☎785-2371 ファクス777-4091	医療機関での受診も可。詳しくは同事務所へ
	肝炎ウイルス検査(要予約)(健康管理課)		25日	13:30~15:30 ☎785-7861 ファクス777-4091	難病・慢性疾患などの栄養食事相談
	専門栄養相談(要予約)(健康管理課)	希望する人	17日	13:30~15:00 ☎785-7874 ファクス777-4091	精神科医師による心の相談
	アルコール相談(要予約)(地域保健課)		12日		精神保健福祉士による相談
	歯科保健相談	幼児・一般・妊婦	27日	13:00~14:00	歯や口の相談(予約不要)。無料

市は、歯周病や虫歯が急増する20歳以上の人に健診を勧めています。

市民総合歯科健診

「いつまでも自分の歯で」私たちの歯は、食事や会話を楽しく、身体を健やかに保つことに深く関わっています。心と身体

市は、歯周病や虫歯が急増する20歳以上の人に健診を勧めています。

「いつまでも自分の歯で」私たちの歯は、食事や会話を楽しく、身体を健やかに保つことに深く関わっています。心と身体

市民総合歯科健診

「いつまでも自分の歯で」私たちの歯は、食事や会話を楽しく、身体を健やかに保つことに深く関わっています。心と身体

市は、歯周病や虫歯が急増する20歳以上の人に健診を勧めています。

不育症 検査・治療費を助成

妊娠してもお腹の赤ちゃんが育たず流産や死産を繰り返す状態を不育症といいます。市は、不育症の検査・治療費の一部を助成します。対象は▽妻の年齢が43歳未満▽夫婦の合算所得400万円未満——の法律上の夫婦。助成内容は、下表の項目で保険適用外医療費の2分の1。今年度中の検査・治療が対象。市予防疫接種券と健康保険証を持参。3月31日までに市保健センター☎784-8034へ。

一次スクリーニング	抗リン脂質抗体	抗カルジオリピンβ2グロブリンI(CLP2GP1)複合体抗体 抗カルジオリピン(CL)IgG抗体 抗カルジオリピン(CL)IgM抗体 ループスアンチコアグラント
	夫婦染色体検査	
選択的検査	抗リン脂質抗体	抗PEIg抗体(抗フォスファチジルエタノールアミン抗体) 抗PEIgM抗体(抗フォスファチジルエタノールアミン抗体) 第Ⅳ因子活性 プロテインS活性もしくはプロテインS抗原 プロテインC活性もしくはプロテインC抗原 APTT(活性化部分トロンボプラスチン時間)
	血拴性素因スクリーニング(凝固因子検査)	
検査	絨毛染色体検査	
治療	低用量アスピリン療法 ヘパリン療法(ヘパリン在宅自己注射療法を含む)	

「予防と対策」▽歯と歯の間、歯肉の境目、噛み合わせの溝などに注意して磨く▽デンタルフロスや歯間ブラシなどの併用▽よく噛む▽定期的に歯科健診を受ける。

「予防と対策」▽歯と歯の間、歯肉の境目、噛み合わせの溝などに注意して磨く▽デンタルフロスや歯間ブラシなどの併用▽よく噛む▽定期的に歯科健診を受ける。

「予防と対策」▽歯と歯の間、歯肉の境目、噛み合わせの溝などに注意して磨く▽デンタルフロスや歯間ブラシなどの併用▽よく噛む▽定期的に歯科健診を受ける。

「予防と対策」▽歯と歯の間、歯肉の境目、噛み合わせの溝などに注意して磨く▽デンタルフロスや歯間ブラシなどの併用▽よく噛む▽定期的に歯科健診を受ける。

実施歯科医院(左上二次元コードから読み取り可)で「市民総合歯科健診」と予約を。健診当日に治療はできません。対象は▽平成11年4月1日~12年3月31日生まれの人▽20歳以上の人▽妊婦。年度に1回限り。受診料は500円(※は3月31日まで無料)。

実施歯科医院(左上二次元コードから読み取り可)で「市民総合歯科健診」と予約を。健診当日に治療はできません。対象は▽平成11年4月1日~12年3月31日生まれの人▽20歳以上の人▽妊婦。年度に1回限り。受診料は500円(※は3月31日まで無料)。

実施歯科医院(左上二次元コードから読み取り可)で「市民総合歯科健診」と予約を。健診当日に治療はできません。対象は▽平成11年4月1日~12年3月31日生まれの人▽20歳以上の人▽妊婦。年度に1回限り。受診料は500円(※は3月31日まで無料)。

実施歯科医院(左上二次元コードから読み取り可)で「市民総合歯科健診」と予約を。健診当日に治療はできません。対象は▽平成11年4月1日~12年3月31日生まれの人▽20歳以上の人▽妊婦。年度に1回限り。受診料は500円(※は3月31日まで無料)。