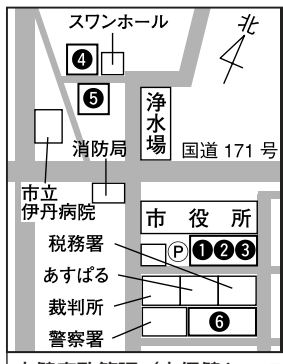
健康



市健康政策課（市保健センター）
❶母子保健担当
☎784－8034 ファクス 784－8139
❷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】❸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】❹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】❺市口腔（こうくう）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（いんこう）科】休日夜間急病診療所
☎06－6436－8701
ファクス 06－6431－9301
（尼崎市水堂町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

❻県伊丹健康福祉事務所（伊丹保健所）
☎785－9437 ファクス 777－4091

妊婦の家族など対象
風しん抗体検査

県は、次の通り風しんの抗体検査を実施しています。

【対象】▽妊娠を希望する女性とその同居家族▽妊婦の同居家族。いずれも事実婚の配偶者含む。風しんクーポン対象者除く【検査料】無料。

詳しくは県ホームページ（**下二次元コード**から読み取り可）で確認を。

問県感染症対策課☎078・362・3264。

◎成人男性対象風しん抗体検査を実施　対象などは次の通り。

【対象】昭和37年4月2日～54年4月1日生まれの男性（1人1回）【費用】無料【受診方法】検査希望者には市保健センターで手続き後「クーポン券」を交付。健診や実施医療機関にクーポン券を持参し、風しんの抗体検査を受けることができます。検査の結果、風しんの抗体価が基準以下と判定された場合、麻しん風しん（MR）混合ワクチンの予防接種を無料で受けられます（要予約）。

市内の同検査実施医療機関は**下二次元コード**から確認を。

問市保健センター☎784・8034。

◆市国保特定・後期高齢者健診　対象は40歳以上の市国保加入者と後期高齢者医療制度被保険者。

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）。対象者には受診券を郵送しています。4月以降の加入者は、❷健診・健康づくり担当に受診券の請求を。受診希望者は直接、市内実施医療機関に健診日などの問い合わせを。無料。市内実施医療機関が分からない場合は❷健診・健康づくり担当へ。

◆乳がん検診（マンモグラフィー）　対象などは次の通り。

【対象】昭和56年3月31日以前生まれの女性（平成31年4月以降に市の乳がん検診を受けたか妊娠中や治療中の人を除く）【受診料】1千700円（満65歳以上は無料）【実施医療機関】▽市立伊丹病院▽近畿中央病院（車塚3）▽ばばブレストクリニック（西台1）。

各医療機関へ直接、申し込みを。

【集団検診で受診】日程は**左上表**の通り。要予約。定員あり。

申❷健診・健康づくり担当へ。

◆30歳代の健診　昭和56年4月1日～平成3年3月31日生まれの市民を対象に、市保健センターで実施（要予約）。

▽日時＝12月4日㈮午前▽検査項目＝血液検査、尿検査、血圧測定、身体測定、腹囲測定、診察、問診▽定員＝60人▽受診料＝1千100円。

発熱や咳などの症状があるときは受診を控えてください。健診は体調の良いときに受診してください。

申はがきかファクスに住所、氏名（ふりがな）、性別、生年月日、電話番号、健診名、受診希望日を書いて、〒664・8503伊丹市役所健診・健康づくり担当へ。電話や**下二次元コード**から電子申請も可。先着順。健診日の約10日前に受診案内を送付します（希望日に予約が取れない場合のみ、健診・健康づくり担当から連絡）。

問❷健診・健康づくり担当。

★いたみAED使用協力応援団協力事業者を募集　AEDの活用を促進し、さらなる安全・安心の確保を図るため、民間事業者が設置しているAEDを緊急時に市民が利用できるよう協力できる事業者を募集します。

応募のあった民間事業者を「AED使用協力応援団」として登録し、ステッカーを交付。市ホームページに掲載します。

問市健康政策課☎784・8080。

★いきいき健康大学　会場と日時などは次の通り。

【①共同利用施設野間笠松センター】▽11月12日㈭＝寒い季節の感染症と予防について▽16日㈪＝食べることは元気に過ごす基本。いずれも午後2時。

【②きららホール】▽11月13日＝認知症とその周辺症状について▽20日＝バランスのとれた食事で認知症予防。いずれも金曜午後2時。

各講座後に介護予防の体操を実施。

対象・定員は65歳以上①15人②50人。無料。

申市介護保険課☎784・8037へ。先着順。

★開業医の手作り健康情報テレホンサービス　開業医が作る健康・医療情報を月替わりで24時間放送しています。

11月のテーマは次の通り（3日㈷は月曜、23日㈷は金～日曜のテーマを放送）。

▽月曜＝なかなか歩かない子ども▽火曜＝歯磨きが必要な理由と磨き方▽水曜＝寝違えが起きたら▽木曜＝膀胱（ぼうこう）がんについて▽金～日曜＝皮膚基底細胞がんとは。

固定か公衆電話で📠0120・979・451かインターネットで「兵庫県保険医協会」を検索で視聴できます。

問県保険医協会☎078・393・1840。

インフルエンザ
流行に備えて対策を

インフルエンザは例年、12月～翌年3月に流行します。外出時のマスク着用や手洗い、うがいで予防しましょう。

室内では加湿器などを利用して適度な湿度を保ち、日頃から十分な休養と栄養バランスの取れた食事の心掛けを。

予防接種でインフルエンザの重症化を予防できますが、効果が出るまで約2週間を要し、効果は5カ月程度継続します。接種希望者はかかりつけ医などの医療機関に相談してください。

市保健センター☎784－8034、高齢者インフルエンザ予防接種専用ダイヤル☎764－7724

乳がん集団検診　日程と会場

月	日（曜日）	時間	会場
12	2㈬	午前	防災センター
	5㈯	午前・午後	
来年1	13㈬	午前	
	22㈮		

11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		
	もうすぐパパママ教室（申し込みは2日から）	妊娠している人。家族1人同伴可	13・20日	13:30～16:30	母子健康手帳持参。定員各10組（初妊婦優先）
	ぷれママ＆ふれっしゅママのつどい（申し込みは5日から）	妊娠24週以降で第1子妊娠中か※産後1か月健診を終えた4か月児未満とその保護者	24日	13：30～15：00	母子健康手帳持参。定員各6組（※は第1子に限る）
	モグモグ離乳食教室（申し込みは2日から）	5・6か月児（離乳食開始の頃、初期の人向け）	13・24日	9:30～10:45（9:15から受け付け）10:45～12:00（10:30から受け付け）	定員各6組（第1子優先）
	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）	日時は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）			心理士・保健師による面接相談
	すくすく育児相談	育児に関して悩んでいる人	2・9・16・30日	日時は予約時に問い合わせてください	保健師・栄養士による面接相談
機医関療	4か月児健診	個別に案内しています			詳しくは市ホームページで確認してください。また、市外から転入した人で、まだ受けていない健診がある場合は、市保健センターへ連絡してください。
	10か月児健診	令和2年1月生まれ	日時は直接、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	個別に案内しています			
	3歳児健診				
	健康度アップ相談会（生活習慣病に関する相談会）	20歳以上	20日	受け付け 9:30～11:15（要予約）	体組成測定可（要予約）❷健診・健康づくり担当
市口腔保健センター	歯科保健相談	幼児・一般・妊婦	26日	13:00～14:00	歯や口の相談（予約不要）。無料
県伊丹健康福祉事務所	ふん便検査 飲料水検査（所付）	一般	2・9・10・16・17・24・30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）	希望する人	11・25日	9:00～9:45 ☎785-2371 ファクス777-4091	
	肝炎ウイルス検査（要予約）（健康管理課）				医療機関での受診も可。詳しくは同事務所へ
	専門栄養相談（要予約）（健康管理課）		16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
	こころのケア相談（要予約）（地域保健課）		26日	14:00～15:30 ☎785-7874 ファクス777-4091	精神科医師による心の相談